

ΓΥΜΝΑΣΙΟΤΥΠΙΑ

Μελίνα Αθανασίου, Β1

Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΟΥ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΣΤΗΝ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΟΤΗΤΑ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ ΚΑΙ ΤΩΝ ΕΦΗΒΩΝ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΗΣ ΠΑΝΔΗΜΙΑΣ COVID-19

Συνέντευξη με τη Μαριλία Κουκουμάνου, παίκτρια της Α' Εθνικής κατηγορίας γυναικών.

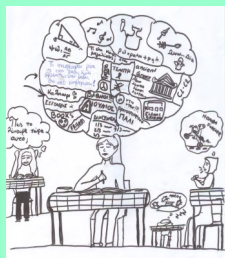
Έχω άγχος! Πως θα το αντιμετωπίσω;



Ο σχολικός εκφοβισμός



Ονειρεύομαι...



Συνέντευξη με την κυρία Βελιζιώτη Μαρία, ποιήτρια και φιλόλογο



Πλανήτης ...



Είμαι γυναίκα: η πορεία μου στην ιστορία !



ΤΟ ΕΓΚΛΗΜΑ ΤΩΝ ΤΕΜΠΙΩΝ

Street art

Piercing

Τι συνέβη με τα μάρμαρα του Παρθενώνα;



Γνωριμία με τα τοπικά διαμερίσματα του Δήμου Αργούς – Μυκηνών

ΤΖΙΜ ΛΟΝΤΟΣ , από το Κουτσοπόδι.

Γνωριμία με τον ΙΝΟ (Street art καλλιτέχνη)

Εύκολη μαγειρική -ζαχαροπλαστική



Για να περάσω την ώρα μου ευχάριστα! Ανέκδοτα, σταυρόλεξα, βιβλία, ταινίες!



«Αγαπητέ αναγνώστη,

πριν από 9 χρόνια το Γυμνάσιο Κουτσοποδίου ξεκίνησε μια μαθητική εφημερίδα! Ο τίτλος της:«**Γυμνασιοτυπία**». Είναι το δημόσιο βήμα του σχολείου μας. Αναδεικνύει τη σημασία της ελεύθερης έκφρασής μας, μας κάνει πιο δραστήριους και παραγωγικούς, αφού εκφέρουμε τις απόψεις μας σε διάφορα θέματα, χρησιμοποιώντας τον δικό μας λόγο. Είναι η φωνή μας στη σχολική κοινότητα και στην τοπική κοινωνία, το στίγμα μας! Εμείς το απολαύσαμε!!! Ελπίζουμε και εσείς»!!!

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Η φιλία	σελ. 3
Ο σχολικός εκφοβισμός	σελ. 3
Η επίδραση του διαδικτύου στους εφήβους	σελ. 4
Το έγκλημα των Τεμπών.....	σελ. 4
Έχω άγχος! Πως θα το αντιμετωπίσω;	σελ. 5
Σκέψεις... Όνειρα... Ποίηση.....	σελ.6,7
Συνεντεύξεις.....	σελ.8,9
Πλανήτης ...sos.....	σελ.10
Είμαι γυναίκα: η πορεία μου στην ιστορία.....	σελ.11
Τι συνέβη με τα μάρμαρα του Παρθενώνα;	σελ.12
Street art.....	σελ.13
Γνωριμία με τον ΙΝΟ.....	σελ.14
Piercing.....	σελ.14
Μόδα: «Δείξε μου τα ρούχα σου, να σου πω ποιος είσαι»	σελ.15
Γνωριμία με τα τοπικά διαμερίσματα του Δήμου Αργούς – Μυκηνών	σελ.16-18
ΤΖΙΜ ΛΟΝΤΟΣ , από το Κουτσοπόδι.....	σελ. 18
Εύκολη μαγειρική-ζαχαροπλαστική.....	σελ.19
Βιβλιοπροτάσεις.....	σελ. 20
Ταινίες	σελ. 21
Εδώ γελάμε.....	σελ. 22

Συντακτική ομάδα

*Τσαίρη Μαρίνα, Παλαδινού Γεωργία,
Μποζιονέλου Παναγιώτα, Μπάνα Σιλβάνια,
Ντεβέ Σοφία, Μετούσι Εσπεράντζα.*

Λογότυπο, Σκίτσα

*Αθανασίου Μελιτίνη
Τσαίρη Μαρίνα
Φασουλή Κων/να*

Υπεύθυνος καθηγητής Κατσιπόδη Ευαγγελία, ΠΕ01



**Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΟΥ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΣΤΗΝ
ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΟΤΗΤΑ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ ΚΑΙ
ΤΩΝ ΕΦΗΒΩΝ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΗΣ
ΠΑΝΔΗΜΙΑΣ COVID-19, Μαρίνα Τσαϊρή Β2**



Την εποχή της Πανδημίας του ιού Covid19 το διαδίκτυο κυριάρχησε σ όλους τους τομείς της ζωής. Προέκυψαν πολλά ερωτήματα και ανησυχίες για την έκρηξη της χρήσης του διαδικτύου και για τον βαθμό επίδρασής του στην ψυχική, πνευματική και σωματική υγεία των παιδιών και εφήβων. Παιδιά που ήταν δραστήρια, λειτουργικά και κοινωνικά τώρα έχει πέσει η απόδοσή τους, απουσιάζει κάθε κίνητρο και δεν έχουν όρεξη για οτιδήποτε άλλο εκτός του παιχνιδιού μέσω του διαδικτύου. Η πολύωρη χρήση του διαδικτύου επιδρά στην ψυχική και σωματική λειτουργία του παιδιού, καθώς η επίδραση του ενισχύεται από την απουσία άλλων δραστηριοτήτων μέσα στην καθημερινότητα, όπως η διαπροσωπική αλληλεπίδραση, η φυσική άσκηση και η επαφή του με τα αγαπημένα του άτομα. Οι σωματικές επιπτώσεις είναι έντονες αρχικά στην όραση, αυξάνοντας τις παθήσεις στα μάτια. Παράλληλα η πολύωρη ακινησία σε μια καρέκλα επιβαρύνει μυοσκελετικά το σώμα του παιδιού. Επιπρόσθετα οι έφηβοι εμφάνισαν μεγαλύτερα ποσοστά μοναξιάς, κατάθλιψης, άγχους και χρήσης ουσιών σχετιζόμενα με την πανδημία. Ψυχικά και συναισθηματικά τα παιδιά μέσα από την υπεραπασχόληση τους με το διαδίκτυο αντιμετωπίζουν πλήθος αλλαγών.

Βασική ψυχική λειτουργία του παιδιού που μπορεί να το θωρακίσει έναντι στις αρνητικές επιδράσεις του διαδικτύου είναι **η ανάπτυξη της κριτικής του ικανότητας**. Η αξιοποίηση της κριτικής δυνατότητας του παιδιού προς το περιεχόμενο του διαδικτύου και των εφαρμογών βοηθούν τα παιδιά να αναγνωρίζουν τις ψευδείς ειδήσεις να αφογκράζονται τις συναισθηματικές ανάγκες τους και να προστατεύονται από τους πολλούς κινδύνους του διαδικτύου. Αν τα παιδιά δεν μετατρέψουν τον χαμένο χρόνο σε κάτι δημιουργικό για αυτά, βέβαια σε ασφαλή πλαίσια και σύμφωνα με τις υπαγορεύσεις των ιδιαίτερων συνθηκών της πανδημίας, θα αντιμετωπίσουν συναισθήματα, όπως η άνια και η μοναχικότητα.



**ΤΟ ΕΓΚΛΗΜΑ ΤΩΝ
ΤΕΜΠΩΝ, Μαρίνα Τσαϊρή Β2**

«Ττάμε κι όπου βγει...» ακούστηκε απ' τον ασύρματο και το τρένο ξεκίνησε... Τέμπη 28/02/2023, ώρα 23:22. Το επιβατικό τρένο κινούταν με περίπου 160 χλμ./ώρα ενώ βρισκόταν στην αριστερή, μη προβλεπόμενη σιδηροδρομική τροχιά, όπου πορευόταν και η εμπορική αμαξοστοιχία, με αντίθετη φορά κίνησης. Από την σύγκρουση τα περισσότερα βαγόνια του επιβατικού τρένου εκτροχιάστηκαν, ενώ προκλήθηκε πυρκαχιά, που κατέκαψε τα μπροστινά βαγόνια της επιβατικής αμαξοστοιχίας

. -Ττάρε με παιδί μου όταν φτάσεις, ναι;
- Ναι μάνα, μην αγχώνεσαι...

12 λεπτά ... Μόνο 12 λεπτά χρειάστηκαν για να χαθούν άδικα τόσες αθώες ψυχές. Μπήκαν στο τρένο για να επιστρέψουν στα σπίτια τους και δεν έφτασαν ποτέ...

«Τταίνω το παιδί μου και δεν απαντάει»

Τώρα τι να πεις στη μάνα αυτή; Τπως θα την αντικρίσεις ; Τπως θα της πεις πως το παιδί της αντί για το σπίτι του πήγε στον παράδεισο; Τπως θα της πεις πως έχασε το παιδί της αλλά δεν θα βρεθεί κάτι από αυτό; ΤΠΩΣ;

«-Εσύ φταις
Αυτός φταίει
-Εβείς φταίτε
Αυτοί φταίνε .»

Ακόμη να καταλάβουμε πως η ζωή είναι τόσο ρευστή, τόσο μεταβλητή και σύντομη που μόνο ως δώρο μπορείς να την αντιμετωπίσεις. Κι εμείς τι κάνουμε γι' αυτό; Την ζούμε; Όχι, αλλά την δολοφονούμε με χιλιάδες καθημερινούς τρόπους...

«Μάνα έφτασα...»

Η πιο σκληρή αλήθεια είναι πως τώρα η ζωή συνεχίζεται... Το πώς είναι άλλο θέμα.

«ΑΣ ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΤΕΛΕΥΤΑΙΟ»



Έχω άγχος! Πως θα το αντιμετωπίσω;



Το άγχος αποτελεί έναν ύπουλο εχθρό, ο οποίος έρχεται στην επιφάνεια, όταν αρνητικές σκέψεις, που σχετίζονται με το φόβο της αποτυχίας, κατακλύζουν το μυαλό και το συναίσθημά μας.

Ο φόβος μήπως δεν τα καταφέρουμε και έτσι απογοητεύσουμε τους σημαντικούς μας ανθρώπους ή ρεζιλευτούμε στους καθηγητές ή δεν καταφέρουμε το στόχο και την προσδοκία που έχουμε για τον εαυτό μας, μας δημιουργούν μια σειρά από αρνητικές σκέψεις που συνδέονται με το τελικό αποτέλεσμα της εξεταστικής και αυτές με τη σειρά τους ενισχύουν το άγχος που βιώνουμε... και έτσι δημιουργείται ένας κύκλος αρνητικών συναισθημάτων που δε σταματάει ποτέ...

Ας σκεφτούμε όμως πως μπορούμε να αλλάξουμε το άγχος των εξετάσεων;

1. Προσπάθεια αλλαγής τρόπου σκέψης:

Ας σκεφτούμε πόσο καλύτερα θα νιώθαμε αν για κάθε αρνητική σκέψη κάναμε αντικατάσταση με μια θετική:
«Δε θα γράψω καλά» ↔ «θα προσπαθήσω όσο μπορώ»
«Θα πιάσω πάτο» ↔ «πιστεύω σ' εμένα»

« αποκλείεται να περάσω» ↔ «θέλω να περάσω, θα κάνω ό,τι μπορώ»

«Είμαι μια αποτυχία» ↔ «αυτή τη φορά θα το παλέψω μέχρι τέλους και θα τα καταφέρω»

«δε θυμάμαι τίποτα από όσα έχω διαβάσει» ↔ «όλα θα πάνε καλά»

2. Ενέργειες κατά την προετοιμασία για την εξεταστική δοκιμασία:

Πριν την μέρα εξέτασης φροντίζουμε να:

- ρυθμίσουμε το διάβασμά μας σε χώρο και σε μέρος που θεωρούμε ότι είναι βολικά για εμάς,
- εφαρμόσουμε εποικοδομητικές τεχνικές διαβάσματος (ο μεγαλύτερος φόβος προέρχεται από το γεγονός ότι δε βγάζουμε την ύλη. Μια σωστή προετοιμασία και επικέντρωση σε τεχνικές μάθησης, μπορεί να μειώσουν το άγχος),
- έχουμε επαρκή ύπνο και ειδικά την παραμονή των εξετάσεων δεν έχει νόημα να ξενυχτήσουμε,
- έχουμε καλό φαγητό,
- κάνουμε λίστα προτεραιοτήτων ανάλογα με τις υποχρεώσεις μας,
- αποφεύγουμε να συζητάμε με άλλους την ύλη και τι γνωρίζουμε και τι όχι τελευταία στιγμή. Είναι ιδιαίτερα ψυχοφθόρο, και δεν μας δίνει καμία βοήθεια. Αντιθέτως προκαλεί μόνο άγχος και πανικό,
- ξυπνήσουμε εγκαίρως,
- έχουμε κανονίσει την έγκαιρη μεταφορά μας στο σχολείο
- φάμε πρωινό
- έχουμε μαζί μας νερό



Όταν έχουμε μπροστά μας τα θέματα:

- Βλέπουμε τις ερωτήσεις μια μια.
- Διαβάζουμε τα θέματα προσεκτικά και με ηρεμία
- Απαντάμε πρώτα στα θέματα που γνωρίζουμε καλύτερα και αφήνουμε τα δύσκολα για το τέλος
- Κάνουμε διάλογο με τον εαυτό μας, με θετικές σκέψεις με στόχο να τονώσουμε την αυτοπεποίθησή μας
- Σε περίπτωση ερωτήσεων πολλαπλής επιλογής (Multiple choice) προσπαθούμε να σκεφτούμε την απάντηση πριν δούμε τις απαντήσεις
- Την ώρα της εξέτασης προσπαθούμε να συγκεντρωθούμε μόνο στο γραπτό μας να μην υπάρχει κανένας άλλος γύρω μας
- Αν νιώσουμε έντονο άγχος την ώρα της εξέτασης προσπαθούμε να πάρουμε βαθιές αναπνοές (ισόποσες εισπνοές - εκπνοές) και να σκεφτούμε κάτι όμορφο (π.χ. τις καλοκαιρινές διακοπές και τη θάλασσα).

3. Εκπαίδευση στην ψυχολογική αντιμετώπιση του άγχους των εξετάσεων

Βασικές αρχές για την ψυχολογική αντιμετώπιση του φόβου των εξετάσεων:

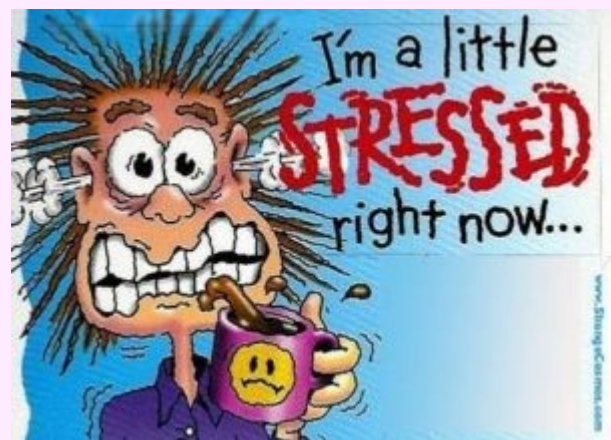
1. Όσο πιο συχνά φαντάζομαι τις εξετάσεις, τόσο πιο οικείες μου γίνονται.
2. Ό,τι καταφέρνω στη φαντασία μου μπορώ να το αντιμετωπίσω ευκολότερα στην πραγματικότητα

4. Στρατηγικές αντιμετώπισης έντονου φόβου

Σε περιπτώσεις έντονου φόβου είναι σημαντικό να έχει κανείς στη διάθεση του κάποιες στρατηγικές αντιμετώπισης:

- «Εάν αρχίσω να τρέμω, να ιδρώνουν τα χέρια μου, να χτυπάει η καρδιά μου δυνατά... θα πάρω βαθιές ανάσες και δεν θα χάσω την ψυχραιμία μου.»
- «Εάν βρεθώ σε αδυναμία να συγκεντρωθώ, θα προσπαθήσω να κερδίσω χρόνο ζητώντας από τον εξεταστή να επαναλάβει την ερώτηση ή ζητώντας του χρόνο για να σκεφτώ.»
- «Εάν δεν μπορέσω να απαντήσω σε μία ερώτηση, θα προσπαθήσω να συγκεντρωθώ περισσότερο στην επόμενη χωρίς να σκέφτομαι την αποτυχία.»
- «Θα μείνω ως το τέλος της εξέτασης συγκεντρωμένος και δεν θα τα εγκαταλείψω, θα παλέψω μέχρι το τέλος.»

Μαρίνα Τσαίρη, Β2



Σκέψεις... Όνειρα... Ποίηση...

Ονειρεύομαι...



Ονειρεύομαι πολλά, ΟΧΙ μόνο για την οικογένειά μου, αλλά για όλον τον κόσμο. Θα ήθελα να μη γίνονται ποτέ πόλεμοι, να μην υπάρχουν παιδιά που έχουν ανάγκη για ρούχα και φαγητό! Θα επιθυμούσα να έχουν όλοι τα απαραίτητα. Να μην υπάρχουν άνθρωποι που κρυώνουν και μένουν στους δρόμους. Να μην γίνονται σεισμοί

Συχνά αναρωτιέμαι, γιατί να γίνονται όλα αυτά; Γιατί να μην υπάρχει ΕΙΡΗΝΗ; Γιατί οι ειλικρινείς άνθρωποι σπανίζουν; Που είναι; Δεν υπάρχουν άραγε; Γιατί γυναίκες και άντρες να μην είναι ίσοι;

Ονειρεύομαι πως αν μου δινόταν η ευκαιρία, έστω και λίγο, θα μπορούσα να βελτιώσω λίγο τον κόσμο στοχεύοντας στην ευτυχία των ανθρώπων ιδιαίτερα των παιδιών!!!

Μακάρι να είχα ένα μαγικό ραβδάκι και τα όνειρά μου να γίνονταν πραγματικότητα!!!

Σιλβάνα Μπάνια, Α2

ΟΝΕΙΡΕΥΟΜΑΙ...

Ονειρεύομαι μια ζωή χωρίς τέλος...

Ονειρεύομαι μια ζωή χωρίς πίεση και άγχος...

Ονειρεύομαι μια ζωή με ελευθερία σκέψεις και λόγου...

Ονειρεύομαι μια ζωή χωρίς πόνο...

Ονειρεύομαι μια ζωή γεμάτη φαντασία...

Ονειρεύομαι μια ζωή μόνο χαμόγελα...

Ονειρεύομαι μια ζωή με απέραντη αγάπη...

Ονειρεύομαι μια ζωή χωρίς διακρίσεις...

Ονειρεύομαι μια ζωή που όλοι μπορούμε να ζήσουμε ευχάριστα...

Μαρίνα Τσαϊρη, Β2

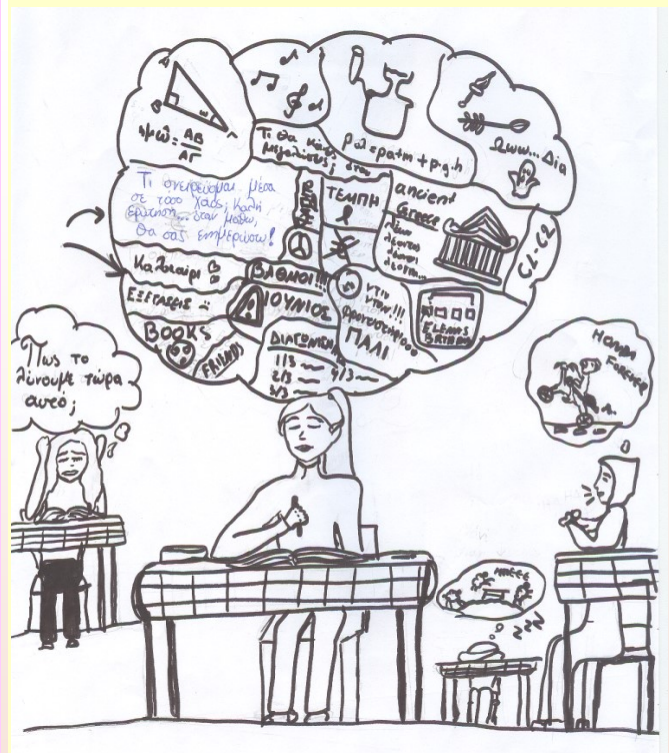


ΟΝΕΙΡΕΥΟΜΑΙ...

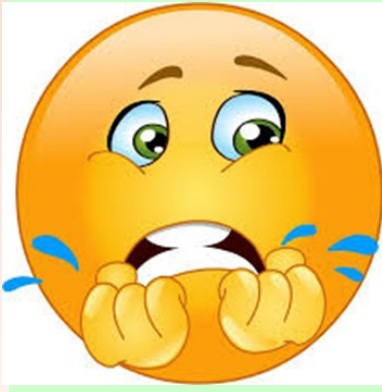


Ονειρεύομαι έναν κόσμο ειρηνικό, όπου οι άνθρωποι ζουν αρμονικά χωρίς συγκρούσεις, πολέμους και ταραχές. Θέλω έναν κόσμο, στον οποίο τα συμφέροντα δεν καταπατούν τις αξίες. Έναν κόσμο που ο άνθρωπος αναλαμβάνει τις ευθύνες του και η κυβέρνηση λαμβάνει πρωτοβουλίες. Ο κόσμος για μένα θα ήταν καλύτερος χωρίς τις αμέτρητες δολοφονίες και τα «ανθρώπινα λάθη». Ονειρεύομαι έναν κόσμο όπου η διαφορετικότητα είναι αποδεκτή, κυριαρχεί η ισότητα μεταξύ των δύο φύλων και όλων των εθνικοτήτων και ο ρατσισμός με τις έμφυλες ανισότητες δεν υπάρχουν. Ονειρεύομαι έναν κόσμο, όπου η άποψή μου μπορεί να εκφραστεί και η φωνή μου μπορεί να ακουστεί.

Σοφία Ντεβέ, Β2



Γεωργία Παλαδινού, Β2
«Ονειρεύομαι»



Μια μέρα σαν τις άλλες ήταν που ξύπνησα, είδα τον εαυτό μου στον καθρέφτη και αναρωτήθηκα: “Ποια είμαι;” “Πως είμαι έτσι;” “Γιατί έγινα έτσι;” “Τι μου συμβαίνει;”. Δεν ήταν μόνο το πρόσωπό μου ή το σώμα μου, αλλά και ο χαρακτήρας μου, οι σκέψεις μου. Τι είναι αυτό που με έκανε να αλλάξω; Το ερώτημα αυτό αλλά και πολλά άλλα είναι μέχρι και τώρα αναπάντητα... Ίσως η αλλαγή σχολικού περιβάλλοντος, από το Δημοτικό στο Γυμνάσιο, η αυξημένη πίεση, τα άγχη μου, οι φόβοι μου. Σε ποιον δεν έχει λείψει ο παλιός μικρός εαυτός του, που δεν είχε στο μυαλό του τίποτα παραπάνω απ’ το παιχνίδι και τη διασκέδαση; Σε ποιον δεν έχει λείψει η τρυφερότητα και η προσοχή των μεγάλων; Τώρα όμως είναι η στιγμή που ξυπνάμε και αντιλαμβανόμαστε το τι συμβαίνει γύρω μας, ποια είναι αυτή, η σκληρή πραγματικότητα! Τι είναι αυτό που με φοβίζει τόσο; Με φοβίζει η

μοναξιά περισσότερο από οτιδήποτε άλλο. Το να μην είμαι αποδεκτή, να μην έχω ανθρώπους να μιλήσω χωρίς να αμφιβάλλω για αυτούς, να κοιτάω γύρω μου και να μην υπάρχει κανένας που να μου λέει “Καλημέρα” χωρίς να με ειρωνεύεται. Φοβάμαι να κάνω επιλογές για τον εαυτό μου. Αν κάνω λάθος; Αν κάνω κάτι που θα πληγώσει τους φίλους μου; Αν με παρατήσουν γι’ αυτή την λάθος επιλογή; Τι θα κάνω μόνη μου; Ποιοι μπορούν να απαντήσουν σε αυτά τα ερωτήματα μιας έφηβης; **Χρειάζομαι επειγόντως μια απάντηση!**

ΜΑΜΑ, ΕΥΧΑΡΙΣΤΩ! ΜΑΜΑ, Σ’ ΑΓΑΠΩ!

Μαρίνα Τσαϊρη, Β2



Μαμά, ευχαριστώ!
Για όλες εκείνες τις φορές που με σήκωσες, όταν ήμουν πεσμένη.
Μαμά, σ’ αγαπώ!
Για όλες εκείνες τις φορές που αντάλλαξες το ζεστό χαμόγελό σου, με την γκρίνια μου.
Μαμά, ευχαριστώ!
Για όλες εκείνες τις φορές που μου χτένισες τα μαλλιά μου

και με έβαλες για ύπνο.

Μαμά, σ’ αγαπώ!

Για όλες εκείνες τις φορές που χρειάστηκες κάτι για τον εαυτό σου, αλλά έδωσες προτεραιότητα σε μένα.

Μαμά, ευχαριστώ!

Για όλες εκείνες τις νύχτες που έμεινες ξύπνια, για να τσεκάρεις τον πυρετό μου.

Μαμά, σ’ αγαπώ!

Για όλες εκείνες τις φορές που με χειροκρότησες στη σκηνή, ενώ εγώ έκλαιγα και φοβόμουν.

Μαμά, ευχαριστώ!

Για όλες εκείνες τις πρώτες μέρες του σχολείου που με έπαιρνες αγκαλιά για να μου δώσεις δύναμη.

Μαμά, σ’ αγαπώ!

Για εκείνη τη φορά που μου έδωσες το δώρο της ζωής.

ΜΑΜΑ, ΕΥΧΑΡΙΣΤΩ! ΜΑΜΑ, Σ’ ΑΓΑΠΩ!

Πρωινό ξύπνημα

Κάθε φορά που ξυπνάω για να πάω στο σχολείο, ωρύομαι και λέω πως δε θέλω. Γκρινιάζω επειδή ξύπνησα χαράματα κι η μάνα μου λέει τι να κάνουμε έτσι είναι τα πράγματα.

Μποζιονέλου Παναγιώτα, Α2

Τέμπη 2023.....

Στο τηλέφωνο ακούστηκαν ανθρώπινες κραυγές βγαλμένες από τραγωδία. Πάγωσε όλη η Ελλάδα στο δυστύχημα στα Τέμπη που γράφτηκε ιστορία. Δεν την βρίσκαν την άκρη πουθενά...

Πες μου τι να κάνω; Από τύχη καθαρή δεν ήμουνα εγώ ένα θύμα που ήτανε στο τρένο πάνω. Πως να νιώσω εγώ καλά και η γενιά που πηγαίνει σε σχολεία; Χάθηκαν τόσα παιδιά δεν τα φέρνει πίσω καμία τιμωρία!



Μποζιονέλου Παναγιώτα, Α2

« Κυρία Βελιζιώτη Μαρία...» Συζητώντας με την κυρία Βελιζιώτη με αφορμή την ενασχόλησή της με την ποίηση.

Εισαγωγικό σημείωμα: Η κυρία **Μαρία Α. Βελιζιώτη** γεννήθηκε το 1965 στο Άργος. Σπούδασε Ελληνική Φιλολογία στο Πανεπιστήμιο της Αθήνας και παράλληλα αποφοίτησε από το Γαλλικό Ινστιτούτο Αθηνών. Κατέχει πιστοποιημένη εξειδίκευση του Πανεπιστημίου Αθηνών στη θεματική: «Μαθησιακές Δυσκολίες, Δυσλεξία, Συμβουλευτική». Υπηρετεί τα τελευταία 13 χρόνια στο Γυμνάσιο Κουτσοποδίου. Με αφορμή τις 3 ποιητικές της συλλογές, την αποκαλούμε ως ποιήτρια και της πήραμε την παρακάτω συνέντευξη. Την ευχαριστούμε πολύ!



Διαβάζατε ποίηση από μικρή; Ναι, από μικρή αγαπούσα την ποίηση και γενικά τη λογοτεχνία, το διάβασμα.

Τι ήταν αυτό που σας εντυπωσίασε στην ποίηση;

Η Ποίηση δεν εντυπωσιάζει, είναι σαν την Αλήθεια. Η ποίηση δεν είναι ένα απλό κείμενο, είναι ένα μοναδικό είδος γραφής, όπου ο ποιητής, αποτυπώνει τη πραγματικότητα με τον δικό του μοναδικό τρόπο.

Ποιο ήταν το πρώτο σας ποίημα και ποια η αφορμή για την συγγραφή του;

Το πρώτο μου ολοκληρωμένο ποίημα το έγραψα στη πρώτη Λυκείου και το παρουσίασα στο Σύλλογο Αργείων, ΔΑΝΑΟ, σε μια ποιητική βραδιά αφιερωμένη στους αργείους ποιητές το 1980. Ήταν ένα εφηβικό ποίημα γεμάτο αισιοδοξία.

Πόσα βιβλία ποίησης έχετε εκδώσει και ποια είναι αυτά;

Έχω εκδώσει τρεις ποιητικές συλλογές: «λάμδα» (2008), έκδοση του δήμου Άργους-Μυκηνών, «Η άνοιξη εκεί που τελειώνει ο δρόμος» (2009), εκδόσεις Πάραλος, «ΣΤΟ ΕΛΑΧΙΣΤΟ ΜΟΛΙΣ» έκδοση της Αργολικής Αρχαικής Βιβλιοθήκης ιστορίας και πολιτισμού.



Πείτε μου κάποιον αγαπημένο σας ποιητή ή λογοτέχνη.

Με έχει επηρεάσει κυρίως ο μοντερνισμός. Έχω μελετήσει από το πρωτότυπο Ρεμπώ, Απολινέρ και Βαλερί. Από τους Έλληνες θαυμάζω τον Σολωμό, τον Κάλβο, τον Καβάφη, τον Ράντο, τον Ελύτη, τον Σεφέρη. Ξεχωρίζω επίσης τον Σαραντάρη, τον Καρούζο, τον Παυλόπουλο, τον Ασλάνογλου, τον Λεοντάρη. Ξένοι ποιητές που με έχουν επηρεάσει είναι ο Σαίξπηρ, ο Έλιοτ, ο Σίλερ, ο Ομάρ Καγιάμ, ο Μπερνς κι ο Λόρκα.

Ποια είναι η κατάλληλη στιγμή για εσάς να γράψετε ένα ποίημα;

Δεν υπάρχει κατάλληλη στιγμή. Το ποίημα είναι μια καλλιτεχνική δημιουργία, που οι συνθήκες δημιουργίας της δεν μπορούν να αναλυθούν με τη λογική.

Ποια η θεματολογία των ποιημάτων σας;

Η ζωή και ο θάνατος, η θλίψη και η μοναξιά, η αγάπη και η αναγκαιότητα της συμπόνιας, η τραγικότητα του ανθρώπου, η Ανάγκη, η νοσταλγία, ο χρόνος, ο γενέθλιος τόπος, η Ιστορία, είναι μερικά από τα αγαπημένα μου θέματα.

Τι σημαίνει για εσάς η ποίηση;

Ποίηση για εμένα, σημαίνει να γράφεις με τον δικό σου τρόπο, αυτά που έχουν ήδη ειπωθεί.

Ποια τα συναισθήματά σας όταν εκδόθηκε η πρώτη ποιητική σας συλλογή;

Ένιωσα ικανοποίηση, επειδή η πρώτη ποιητική μου συλλογή εκδόθηκε από τον Δήμο Άργους, μετά από την παραίνεση του Φώτη Δημητρακόπουλου, ενός σπουδαίου πανεπιστημιακού καθηγητή της Φιλοσοφικής Αθηνών, ο οποίος μάλιστα προλόγισε το πρώτο μου βιβλίο και το παρουσίασε στο Άργος σε ειδική εκδήλωση.

Ποιο από τα ποιήματα σας αγαπάτε περισσότερο;

Το αγαπημένο μου ποίημα είναι το « λάμδα»

Σε τι αναγνωστικό κοινό απευθύνονται τα ποιήματά σας;

Η ποίηση είναι μια μεταγνωστική πράξη, για να γράφεις ποίημα πρέπει να έχεις μελετήσει, να έχεις γνώσεις και ταλέντο, στοιχεία που πρέπει να συνυπάρχουν αφού αλληλεπιδρούν και αλληλοκαθορίζονται, επομένως απευθύνομαι σε ανθρώπους που έχουν γνώσεις λογοτεχνίας αλλά και σε ανθρώπους με μια γενική κουλτούρα και ευαισθησία απέναντι στην τέχνη.

Από πού αντλείται την έμπνευσή σας;

Από τη ζωή, τις συνθήκες και τη δυναμικότητα τους, την ανθρώπινη περιπέτεια. Γενικά γράφω παρατηρώντας τους ανθρώπους και τις περιστάσεις.

Μαρίνα Τσαϊρη, B2

«Μαρίλια Κουκουμάνου ...»

Συζήτηση με την Μαρίλια Κουκουμάνου με αφορμή την ενασχόλησή της με το γυναικείο ποδόσφαιρο! Είναι παίκτρια της Α΄ Εθνικής κατηγορίας γυναικών.

Εισαγωγικό σημείωμα: Η Μαρίλια Κουκουμάνου είναι 13 χρονών. Μαθήτρια της Α΄ Γυμνασίου γεννήθηκε το 2010. Πηγαίνει στο μουσικό σχολείο, ασχολείται με το πιάνο, επίσης της αρέσει πολύ ο αθλητισμός και ιδιαίτερα το ποδόσφαιρο. Κάτοικος του Κουτσοποδίου.



Πότε ξεκίνησες να παίζεις ποδόσφαιρο και γιατί;

Ξεκίνησα να παίζω ποδόσφαιρο στην ηλικία των 10. Μια φορά είχα πάει να παίζω ποδόσφαιρο με κάτι φίλους σε μια αλάνα. Εκεί με είδε μια κοπέλα που έπαιζε ποδόσφαιρο. Την επόμενη μέρα ήρθαν σπίτι μου δυο παιδιά που τα είχε στείλει ο προπονητής που παίζω τώρα (Φείδων Άργους). Έτσι τα παιδιά μου έδωσαν το τηλέφωνό του και επικοινωνήσα μαζί του. Αυτή ήταν η αφορμή που άρχιζα να παίζω.

Πως αισθάνεσαι που είσαι κορίτσι και ασχολείσαι με το ποδόσφαιρο;

Αισθάνομαι πολύ καλά και μου αρέσει που ασχολούμαι με το ποδόσφαιρο. Κατά την γνώμη μου δεν είναι πλέον ένα ανδρικό άθλημα διότι όλο και περισσότερα κορίτσια ασχολούνται με αυτό.

Λέχτηκες κανένα αρνητικό σχόλιο;

Όχι μέχρι τώρα δεν έχω δεχτεί κανένα αρνητικό σχόλιο, αντιθέτως, όλοι με ενθαρρύνουν για αυτό που κάνω.

Τι θυσίες έχεις κάνει στην καθημερινότητά σου;

Έχω κάνει αρκετές θυσίες, το ίδιο και η οικογένειά μου. Τις μέρες που έχω ποδόσφαιρο πιέζομαι αρκετά όσο αναφορά το διάβασμα, πρέπει να έχω τελειώσει σε 1-2 ώρες για να πάω στην προπόνηση. Ωστόσο, ο ελεύθερος χρόνος μου μέσα στην εβδομάδα έχει διαγραφεί και είμαι συνέχεια στο τρέξιμο.

Ακολουθείς κάποιο πρόγραμμα διατροφής;

Όχι δεν ακολουθώ κάποιο πρόγραμμα διατροφής διότι είμαι μικρή σε ηλικία, όμως υπάρχουν κάποιες βασικές διατροφικές συνήθειες όπως μέλι, γάλα, κρέας ψάρι κλπ. Όλα αυτά μας βοηθάνε για να χτίσουμε ένα υγιές και δυνατό σώμα.

Πόσο συχνά προπονείσαι;

Προπονούμε δύο φορές την εβδομάδα. Κανονικά, οι προπονήσεις είναι τρεις φορές, εγώ όμως την τρίτη φορά δεν πάω γιατί έχω άλλες υποχρεώσεις.

Έχεις στήριξη από το οικογενειακό περιβάλλον;

Η στήριξη από το οικογενειακό περιβάλλον ήταν και θα είναι δεδομένη. Η οικογένεια μου έχει κάνει πάρα πολλές θυσίες για εμένα και για αυτό τους είμαι ευγνώμων και παράλληλα τυχερή.

Υπάρχει οικονομικό κόστος για να ασχοληθεί κάποιος με το άθλημα αυτό;

Σαφώς υπάρχει οικονομικό κόστος για την συμμετοχή μου στην ακαδημία ή τις μετακινήσεις μου στο προπονητικό κέντρο ήταν λίγο δαπανηρή. Επίσης κοστίζουν και οι μετακινήσεις για τη συμμετοχή μου στους διάφορους αγώνες.



Ποιά είναι τα σχέδιά σου για το μέλλον;

Τα σχέδια μου για το μέλλον είναι σίγουρα η προπόνηση και η βελτίωση παίζοντας. Ωστόσο θα ήθελα να παίζω σε μια ομάδα στο εξωτερικό, αυτό είναι δύσκολο αλλά όχι ακατόρθωτο.

Τι θα έλεγες στα κορίτσια που θέλουν να ασχοληθούν αλλά διστάζουν λόγω φύλου;

Τα κορίτσια αυτά δεν πρέπει να διστάζουν καθόλου, αφού στις μέρες μας δεν υπάρχουν γυναικεία και ανδρικά αθλήματα. Όλα τα κορίτσια πρέπει να κάνουν αυτό που τους αρέσει και όχι ό,τι αρέσει στους άλλους. Πρέπει να ακολουθούν τα όνειρά τους και τους στόχους τους, χωρίς να επηρεάζονται από τη γνώμη κανενός.

Παναγιώτα Μποζιονέλου, Α2

ΠΛΑΝΗΤΗΣ... SOS

της Φασούλη Κωνσταντίνας , Α2

Στη σύγχρονη εποχή η ανθρωπότητα βρίσκεται αντιμέτωπη με διάφορες προκλήσεις. Μία από τις πιο ουσιαστικές είναι αυτή που σχετίζεται με την καταστροφή του περιβάλλοντος. Η ρύπανση της ατμόσφαιρας, τα απόβλητα, η αποδάσωση, η τρύπα του όζοντος, η όξινη βροχή και η υπερθέρμανση του πλανήτη είναι ενδεικτικές μορφές οικολογικής κρίσης.

Η ανθρωπότητα βρίσκεται συνάμα στη νευραλγική θέση να αντιμετωπίσει την πανδημία που μαστίζει τον πλανήτη. Σύμφωνα με πρόσφατα στοιχεία του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας οι κλιματικές μεταβολές έχουν επηρεάσει τα επιδημιολογικά δεδομένα κι έτσι οδηγούμαστε στο συμπέρασμα πως αν προστατεύσουμε το περιβάλλον θα θωρακίσουμε την υγεία μας.

Η ανακύκλωση αποτελεί έναν από τους τρόπους προστασίας του περιβάλλοντος. Γυαλί, χαρτί, πλαστικό και μέταλλο είναι υλικά που μπορούν να επαναχρησιμοποιηθούν και από αυτά να δημιουργηθούν νέα προϊόντα. Σχετική δράση πραγματοποιείται και στο σχολείο που φοιτούμε, αφού ειδικοί κάδοι παροτρύνουν τους μαθητές να προβούν σε αυτήν την ενέργεια.

Ο περιορισμός της χρήσης του ηλεκτρικού ρεύματος είναι άλλη μία κίνηση που μπορεί να βοηθήσει τον πλανήτη. Η απενεργοποίηση των ηλεκτρικών συσκευών μετά τη χρήση τους και η αντικατάσταση των απλών λαμπτήρων με άλλους που εξοικονομούν ενέργεια οδηγούν στη μείωση της υπερβολικής κατανάλωσης ενέργειας.

Η δένδροφύτευση θεωρείται συναφής δραστηριότητα που μπορεί να αλλάξει το πρόσωπο του πλανήτη. Τα δέντρα είναι πηγή οξυγόνου, προσφέρουν καθαρό αέρα και μπορούν να εξομαλύνουν το φαινόμενο του θερμοκηπίου και την υπερθέρμανση του πλανήτη.

Ο εθελοντισμός τέλος, είναι ζήτημα προσωπικής ευθύνης και ως δράση μπορεί αναμφισβήτητα να ωφελήσει το περιβάλλον και τους ανθρώπους που ζουν σε αυτό και συμμετέχουν στην ενέργεια. Όλοι οι μαθητές λοιπόν, μπορούμε να δραστηριοποιηθούμε και να αποκτήσουμε χαρακτήρα προσφοράς στον πλανήτη για να ζήσουμε όσο πιο αρμονικά γίνεται σε αυτόν. **Ωρα για δράση λοιπόν!**





Η θέση της γυναίκας στο πέρασμα των αιώνων ήταν πάντα – σε γενικές γραμμές- ένα «σκαλί πιο κάτω» από εκείνη του άνδρα. Χρειάστηκαν αιώνες αγώνων, κάποιες φορές αιματηρών, προκειμένου η γυναίκα να καταφέρει να σταθεί σαν ίση προς ίσο απέναντι στον άνδρα. Αλλά μην νομίζετε ότι ακόμη και σήμερα, ακόμη και στις αναπτυγμένες κοινωνίες όλα είναι ρόδινα και η ισότητα των δυο φύλων είναι η ιδανική. Υπάρχουν ακόμη πολλές διαφορές στις σχέσεις του και η γυναίκα συνεχίζει να θεωρείται το «αδύναμο φύλο»

Η θέση της γυναίκας από την αρχαιότητα μέχρι και σήμερα θεωρείται από πολλούς αμφιλεγόμενη. Από την στιγμή της γέννησής της, έρχεται αντιμέτωπη με το ανδρικό φύλο και προσπαθεί να επιβιώσει σε μία μάχη ανισότητας. Για πολλά χρόνια βρίσκεται κάτω από την σκιά του πατέρα της, του αδερφού της και αργότερα του συζύγου της. Έπειτα από πολλές θυσίες και μακροχρόνιους αγώνες οι γυναίκες κατάφεραν να διεκδικήσουν κάποια βασικά και θεμελιώδη ανθρώπινα δικαιώματα.

Ποια ήταν όμως η πορεία των γυναικών από την αρχαία εποχή έως και σήμερα;

Στην αρχαία Ελλάδα η γυναίκα θεωρούνταν, βιολογικά και ψυχολογικά, πλάσμα που δεν είχε την ικανότητα να ελέγξει τον εαυτό της και να αντισταθεί σε εξωτερικά ερεθίσματα. Έπρεπε να είναι σεμνή, όμορφη και υγιής, προκειμένου να συμβιβάζεται με τα πρότυπα μιας πατριαρχικής κοινωνίας, όπως ήταν η αρχαία ελληνική.

Στην ομηρική εποχή, οι γυναίκες δεν έμεναν περιορισμένες στο σπίτι και μπορούσαν να κυκλοφορούν ελεύθερες με την συνοδεία δούλων. Αγαπούν την οικογένειά τους, συζητούν ελεύθερα μαζί με τους άνδρες, επικρατεί η μονογαμία, ο γάμος είναι ιερός και αδιάλυτος.

Στο Βυζάντιο η θέση των γυναικών συναρτάται με τον ηθικό κώδικα αξιών της Εκκλησίας και τους θεσμούς μιας πατριαρχικής κοινωνίας αλλά επηρεάζεται από την κοινωνική τάξη και τη ζωή στην πόλη ή την ύπαιθρο. Τα κορίτσια παντρεύονταν στα 12 ή τα 13 τους τον σύζυγο που είχε επιλέξει ο πατέρας. Κάποιες γυναίκες της ανώτατης τάξης αποκτούσαν μόρφωση πέρα από τα κοινά στοιχειώδη γράμματα.

Κατά τον μεσαίωνα η θέση της γυναίκας θεωρούνταν άθλια. Οι γυναίκες γενικά ήταν υπόδουλες και υποταγμένες στο πλαίσιο ενός κόσμου ο οποίος εμφανίζεται να κυριαρχείται από τις αντρικές αρετές ιπποτών καθώς η εξουσία απέκλειε τις γυναίκες από την κορυφή της κοινωνίας.

Ο διαφωτισμός και οι νέες ιδέες επηρεάζουν το κίνημα για τη χειραφέτηση της γυναίκας, **Στις 8 Μαρτίου του 1857** είναι η πρώτη φορά που καταγράφεται μαζική διαδήλωση εργατριών στη Νέα Υόρκη. Εκατοντάδες γυναίκες εργαζόμενες στα εργοστάσια κλωστοϋφαντουργίας και στα ραφτάδικα της περιοχής κατεβαίνουν στους δρόμους διεκδικώντας «δεκάωρη δουλειά, φωτεινές και υγιεινές αίθουσες εργασίας, μεροκάματα ίσα με των αντρών». Η πορεία χτυπήθηκε από την αστυνομία και βράφηκε στο αίμα...

Οι γυναίκες συνεχίζουν να αγωνίζονται. **Το 1911** θεσπίζεται για πρώτη φορά η **19 Μάρτη ως επίσημα η Διεθνής Ημέρα για τη Γυναίκα σε Αυστρία, Δανία, Γερμανία και Ελβετία**.

Για πρώτη φορά στην ελληνική ιστορία ψήφισαν οι γυναίκες το 1944, για την ανάδειξη εθνικού συμβουλίου, την περίοδο της λαϊκής εξουσίας στην Ελεύθερη Ελλάδα. Με διάταγμα της Κυβέρνησης του Βουνού δόθηκε το δικαίωμα του εκλέγειν και του εκλέγεσθαι και αναδείχτηκαν 5 γυναίκες αντιπρόσωποι στο Εθνικό Συμβούλιο. Γυναίκες εκλέχτηκαν στα όργανα της λαϊκής αυτοδιοίκησης. Επίσης συμμετείχαν στην σύνθεση των δικαστηρίων και ήταν απόλυτα ισότιμες με τους άντρες, ως δικαστές.

Η Ελληνική Βουλή ψηφίζει το νόμο 2159 στις 28 Μαΐου 1952 ο οποίος παραχωρεί ίσα πολιτικά δικαιώματα στις γυναίκες. Ωστόσο δεν ασκείται το δικαίωμα στις προσεχείς εκλογές του Νοεμβρίου αφού δεν είχαν ενημερωθεί οι εκλογικοί κατάλογοι. Λίγους μήνες αργότερα, όμως, σε επαναληπτικές εκλογές που διεξήχθησαν στη Θεσσαλονίκη, εξελέγη η **πρώτη γυναίκα βουλευτής**. Πρόκειται για την **Ελένη Σκούρα**. Πρέπει να περάσουν ακόμα δυο δεκαετίες, **ώσπου το Σύνταγμα του 1975 να ορίσει επιτέλους ότι «οι Έλληνες και οι Ελληνίδες είναι ίσοι»**.

Η αύξηση της συμμετοχής των γυναικών στην πολιτική ζωή λειτουργεί καταλυτικά στην εμβάθυνση της δημοκρατίας. Ο αγώνας συνεχίζεται μέχρι σήμερα καθώς, η γυναικεία εκπροσώπηση στην Ελλάδα στα κέντρα λήψης αποφάσεων είναι ακόμα χαμηλή σε σχέση με την υπόλοιπη Ευρώπη. Ο ρόλος της γυναίκας στην κοινωνία σήμερα προβάλλεται ως πολυσύνθετος και απαιτητικός, ενώ αναγνωρίζεται ομόφωνα πως τις τελευταίες δεκαετίες έχουν γίνει αρκετά βήματα προόδου σχετικά με τη θέση της γυναίκας στην Ελληνική κοινωνία.





Τα μάρμαρα του Παρθενώνα, γνωστά και ως Ελγίνεια μάρμαρα, είναι συλλογή γλυπτών που προέρχονται από την Ακρόπολη των Αθηνών. **Αφαιρέθηκαν και κλάπηκαν από τον Τόμας Μπρους, 7ο κόμη του Έλγιν**, πρέσβη στην Οθωμανική Αυτοκρατορία από το 1799 μέχρι το 1803, και **μεταφέρθηκαν στην Βρετανία το 1806**.

Τα γλυπτά αυτά αποθηκεύτηκαν στο Βρετανικό Μουσείο του Λονδίνου το 1816 και επισκέπτες από όλον τον κόσμο, μπορούν να τα θαυμάσουν. Από τους πρώτους που καταδίκασαν την παράνομη αποκοπή των μαρμάρων, ήταν ο Λόρδος Βύρων και ο Sir John Newport, και οι δύο Άγγλοι, οι οποίοι θεώρησαν την πράξη του Έλγιν κατάφωρη προσβολή και κακοποίηση του ελληνικού πολιτισμού. Από πολύ νωρίς όμως και στην Ελλάδα, ο Αλεξανδρινός μας ποιητής, Κωνσταντίνος Π. Καβάφης, μέσα από δύο κείμενά του, διεκδίκησε την επιστροφή των μαρμάρων στη βάση τους.

Από το 1983, με πρωτοβουλία της τότε Υπουργού Πολιτισμού Μελίνας Μερκούρη, η Ελλάδα καταβάλλει προσπάθειες να φέρει τα γλυπτά πίσω στην Αθήνα. Η προσπάθεια των ελληνικών αρχών για την επιστροφή των γλυπτών του Παρθενώνα στον τόπο καταγωγής και δημιουργίας τους υποστηρίζεται ενεργά από διεθνή, ομότιτλη επιτροπή. Η αναγκαιότητα της επιστροφής τους στην Ελλάδα επιβεβαιώνεται και από την επίσημη θέση της εκπροσώπου της ΟΥΝΕΣΚΟ, με βάση την αρχή της διατήρησης της ακεραιότητας των μνημείων παγκόσμιας πολιτιστικής κληρονομιάς.

Η εν λόγω συλλογή γλυπτών περιλαμβάνει μερικά από τα γλυπτά των αετωμάτων, των μετοπών, που απεικονίζουν μάχες μεταξύ των Λαπίθων και των Κενταύρων, αλλά και της ζωφόρου του Παρθενώνα που κοσμούσε το ανώτερο τμήμα των τοίχων του σηκού του ναού σε όλο τους το μήκος.

Σε ανακοίνωση που εξέδωσε το Βρετανικό Μουσείο τον Απρίλιο του 2007 αναφέρει ότι δεν προτίθεται να παραχωρήσει την κυριότητα των Γλυπτών του Παρθενώνα σε ελληνικό μουσείο. Νεότερη ανακοίνωση του Βρετανικού Μουσείου (2009) ανέφερε πως, με την ευκαιρία των εγκαινίων του Νέου Μουσείου της Ακρόπολης, θα ήταν διατεθειμένο να δανείσει τα Γλυπτά, αρκεί η ελληνική κυβέρνηση να αναγνωρίσει το δικαίωμα ιδιοκτησίας τους στο Μουσείο. Η ελληνική κυβέρνηση απέρριψε την πρόταση.



Λόρδος Έλγιν

Το 2014, η ΟΥΝΕΣΚΟ πρότεινε να διαμεσολαβήσει για την επίλυση του θέματος, αλλά η πρόταση αυτή απορρίφθηκε αργότερα από το Ηνωμένο Βασίλειο.

Τώρα ένας συμβουλευτικός φορέας, το «Σχέδιο Παρθενώνας», σχεδιάζει να διεξάγει εκστρατεία για μια επικερδή για όλα τα συμβαλλόμενα μέρη συμφωνία, καθώς μια δημοσκόπηση δείχνει ότι η πλειονότητα των Βρετανών υποστηρίζουν τον επαναπατρισμό των «Ελγίνειων Μαρμάρων», γράφει το BBC. Στη δημοσκόπηση, που διενεργήθηκε για λογαριασμό του «Σχεδίου Παρθενώνας» το 2020 και στην οποία συμμετείχαν σχεδόν 2,000 άτομα, αν και το 16% των Βρετανών υποστηρίζουν πως τα γλυπτά πρέπει να παραμείνουν στη Βρετανία, το 54% θεωρεί πως πρέπει να επιστραφούν με την

αιτιολογία ότι «Ανήκουν στην Ελλάδα».

Η πρωθυπουργός της Βρετανίας, Λιζ Τρας, απέρριψε τις προτάσεις ότι μπορεί να επιτευχθεί συμφωνία με την Ελλάδα σχετικά με την επιστροφή και την επανένωση των Γλυπτών του Παρθενώνα στην Αθήνα.





Η τέχνη του δρόμου ή street art είναι εικαστική τέχνη που δημιουργείται σε δημόσιους χώρους για δημόσια προβολή. Έχει συνδεθεί με τους όρους «ανεξάρτητη τέχνη», «μετα-γκράφιτι», «νεο-γκράφιτι» και αντάρτικη τέχνη. Θα μπορούσε να πει κανείς ότι είναι ένα κίνημα, μία μορφή έκφρασης, αλλά και κάτι παραπάνω. Ίσως να είναι και μία αυτεξούσια μορφή τέχνης. Το μόνο σίγουρο είναι ότι η street art αποτελεί πλέον αναπόσπαστο κομμάτι της σύγχρονης τέχνης.

Οι ρίζες της street art

Οι απαρχές της street art, όπως την εννοούμε σήμερα, δεν σκιαγραφούν απαραίτητα τη μετέπειτα εξέλιξή της. Είναι γενικώς αποδεκτό ότι ξεκίνησε με το graffiti. Η δίψα των πρώτων καλλιτεχνών του graffiti για ένα είδος δημιουργίας εντός του αστικού περιβάλλοντος, εξακολουθεί να ενυπάρχει στη σύγχρονη έκφραση της street art. Αυτό είναι ένα πολύ κρίσιμο σημείο, διότι παρατηρούμε ότι τόσο οι πρώτοι γκραφιτάδες

των δεκαετιών του '70 και του '80, όσο και οι καλλιτέχνες της street art των αρχών του 21ου αιώνα παρακινούνται και διαποτίζονται από ένα κοινό είδος ενέργειας. Οι καλλιτέχνες εργάζονται για να προωθήσουν μηνύματα, ή απλώς κάτι όμορφο, στο κοινό.

Μερικοί καλλιτέχνες μπορεί να χρησιμοποιούν τον «έξυπνο βανδαλισμό» ως τρόπο ευαισθητοποίησης για κοινωνικά και πολιτικά ζητήματα, ενώ άλλοι καλλιτέχνες χρησιμοποιούν τον αστικό χώρο ως ευκαιρία για να εκθέσουν προσωπικά έργα τέχνης. Οι καλλιτέχνες μπορεί επίσης να εκτιμούν τις προκλήσεις και τους κινδύνους που συνδέονται με την εγκατάσταση παράνομων έργων τέχνης σε δημόσιους χώρους. Ένα κοινό κίνητρο είναι ότι η δημιουργία τέχνης σε μια μορφή που χρησιμοποιεί τον δημόσιο χώρο επιτρέπει στους καλλιτέχνες, που διαφορετικά μπορεί να αισθάνονται αδικημένοι, να προσεγγίσουν ένα πολύ ευρύτερο κοινό από αυτό που θα επέτρεπαν άλλα στυλ ή οι γκαλερί. Ενώ οι παραδοσιακοί καλλιτέχνες γκράφιτι χρησιμοποιούν κυρίως σπρέι για να παράγουν το έργο τους, η «τέχνη του δρόμου» μπορεί να περιλαμβάνει άλλα μέσα, όπως τέχνη LED, ψηφιδωτά πλακάκια, τέχνη με στένσιλ, τέχνη με αυτοκόλλητα, αντίστροφο γκράφιτι, γλυπτά "Lock On", wheatpasting, woodblocking, yarn bombing και rock balancing.

Πως ξεκίνησαν οι περισσότεροι καλλιτέχνες τα έργα τους;

Η παρουσία της street art στο αστικό τοπίο βασίστηκε, κυρίως, στην έννοια της επανάληψης. οι καλλιτέχνες του graffiti ένοιωθαν υποχρεωμένοι να αναπαράγουν ξανά και ξανά την τυπογραφία ενός διαφορετικού, συμβολικού είδους έκφρασης. Ο Andre Saraiva, αναφέρει σε μία πρόσφατη συνέντευξη, ότι την εποχή που δρούσε στο Παρίσι, το μόνο που έκανε ήταν να τριγυρνά με ένα σπρέι στο χέρι, "ταγκάροντας" το ένα ταχυδρομικό κουτί μετά το άλλο. Αυτό έχει κάτι κοινό με τη σκηνή της street art των αρχών του 21 ου αιώνα.

Η street art ενέχει μία έντονη αφοσίωση στον κοινωνικό ακτιβισμό (αν και δεν ισχύει πάντα, αυτό το χαρακτηριστικό μοιάζει να επιβιώνει μέσα στον χρόνο). Η street art αντιπροσωπεύει ένα φαινόμενο, το οποίο, μέσω της ενδογενούς του μεταμόρφωσης, μεταμορφώνει αδιάκοπα την πραγματικότητα της σύγχρονης τέχνης και τέλος, ως ιδιαίτερη πρακτική, παίζει σημαίνοντα ρόλο στην ανάδειξη μίας νέας πολιτισμικής διαλεκτικής.

Η σκηνή της τέχνης του δρόμου στην Ελλάδα είναι ενεργή από τα τέλη της δεκαετίας του 1980, αλλά απέκτησε δυναμική στην Αθήνα πριν από την οικονομική κρίση της χώρας το 2011, με πολλούς καλλιτέχνες να υψώνουν φωνή αντίστασης, δημιουργώντας αλληγορικά έργα και κοινωνικά σχόλια στο ιστορικό κέντρο της πόλης και στα Εξάρχεια. Οι New York Times δημοσίευσαν άρθρο σχετικά με την κρίση σε σχέση με την τέχνη του δρόμου και την τέχνη γενικότερα.



Ο INO είναι ένας εικαστικός καλλιτέχνης που σπούδασε στην Ανωτάτη Σχολή Καλών Τεχνών της Αθήνας και πλέον εργάζεται ως ελεύθερος επαγγελματίας. Δημιουργεί σε τοίχους από το 2000 περίπου. Εκείνη την εποχή, ο INO πήγαινε ακόμα σχολείο και το γκράφιτι δεν ήταν τόσο διαδεδομένο ούτε κοινωνικά αποδεκτό, όπως στις μέρες μας, ήταν καθαρά ένα ρισκοκίνδυνο χόμπι. Ξεκίνησε φτιάχνοντας γραμματοσειρές, αλλά με την πάροδο του χρόνου το έργο του εξελίχθηκε σε παραστατική ζωγραφική και τοιχογραφίες μεγάλης κλίμακας.

Τα τελευταία χρόνια η φήμη του έχει εξαπλωθεί σε ολόκληρο τον κόσμο με συμμετοχές σε εκθέσεις και πρότζεκτ σε Λονδίνο, Παρίσι, Τιμπίζα, Νέα Υόρκη, Μαϊάμι, Άμστερνταμ, Βερολίνο, Βοστώνη, Στοκχόλμη, Ισλανδία, Βραζιλία, Δανία, Νορβηγία, Κύπρο και Λευκορωσία. Έχει φτιάξει έργα για το «National Geographic», στη Στέγη του Ιδρύματος Ωνάση (το τεράστιο πρόσωπο στην πρόσοψη). Επίσης, δουλειές του έχουν δημοσιευτεί, μεταξύ άλλων, σε «Guardian», Reuters, «New York Times», «Juxtapoz Magazine», NBC News, CBC Arts.

Το πρώτο του έργο στον δρόμο ήταν ένα γκράφιτι κατά τη διάρκεια μιας κοπάνας στο γυμνάσιο. Οι μεγάλων διαστάσεων, ασπρόμαυρες κατά βάση τοιχογραφίες του, με το χαρακτηριστικό καθαρό στυλ και τις μονοχρωματικές φιγούρες που στολίζουν πολλά σημεία του κόσμου, κάνουν τον INO έναν από τους πιο σημαντικούς σύγχρονους καλλιτέχνες της street art παγκοσμίως.

Τα έργα του έχουν περισσότερο κοινωνικά μηνύματα και στιγματίζουν τον τρόπο που ο άνθρωπος υποδουλώνεται από την κακή χρήση των δικών του εφευρέσεων, όπως π.χ. το χρήμα και η τεχνολογία.

Η χρωματική του παλέτα είναι κυρίως ασπρόμαυρη, με πινελιές από γαλάζιο. Οι μονοχρωματικές φιγούρες του συχνά διακρίνονται από κοψίματα στις φόρμες τους. Τα οπτικά στοιχεία αυτά κάνουν τα έργα του INO αναγνωρίσιμα και συχνά εξυπηρετούν στην απόδοση διαφόρων συμβολισμών.

Ο INO, έπειτα από προσπάθεια χρόνων, ζει από την τέχνη του, φτιάχνοντας κυρίως τοιχογραφίες και πίνακες. Δείγματα δουλειάς του μπορείτε να δείτε στην ιστοσελίδα του www.ino.net.



Τα τελευταία χρόνια -ή μάλλον καλύτερα- τις τελευταίες δεκαετίες στη Δύση έχει κυριαρχήσει σε σημαντικό βαθμό η μόδα των σκουλαρικών ή όπως αλλιώς ονομάζονται, **piercings**.

Tattoo και piercing, τεχνικές του λεγόμενου **BodyArt**, παγκόσμια γνωστές από τα βάθη των αιώνων, έχουν κερδίσει ευρεία αποδοχή στη σύγχρονη κοινωνία, με συνεχώς αυξανόμενη τάση τη τελευταία δεκαετία μεταξύ των εφήβων.

Τι είναι όμως ακριβέστερα τα piercings;

Πρόκειται για μια καθαρή τροποποίηση του σώματος, η οποία ωστόσο μπορεί είτε σε σύντομο, είτε σε μακροπρόθεσμο χρονικό περιθώριο, να εξαφανιστεί εντελώς. Αυτή είναι και η μεγαλύτερη, αλλά και η σημαντικότερη διαφορά τους από τα τατουάζ. Με άλλα λόγια, μιλάμε για την κοπή ενός τμήματος του σώματος προκειμένου το συγκεκριμένο σημείο να στολιστεί με ένα σκουλαρίκι.

Παρόλα αυτά, δεν είναι εντελώς ξεκάθαρο μέχρι και σήμερα εάν ο όρος piercing αντικατοπτρίζει την πράξη της κοπής τμήματος του σώματος του ανθρώπου ή την ίδια την τρύπα. Όπως και να έχει το piercing φαίνεται, μέσα από αρχαιολογικά σπαράγματα, πως υπήρχε από τα πρώτα βήματα ανάπτυξης των ανθρωπίνων κοινωνιών. Αναφερόμαστε λοιπόν, για έως και περισσότερα από 5.000 χρόνια πίσω. Τα σπαράγματα μας οδηγούν σε μια παγκόσμια χρήση των piercings. Ήδη το 1.500 π.Χ. συναντάμε σκουλαρίκια στη μύτη σε παγκόσμια κλίμακα.

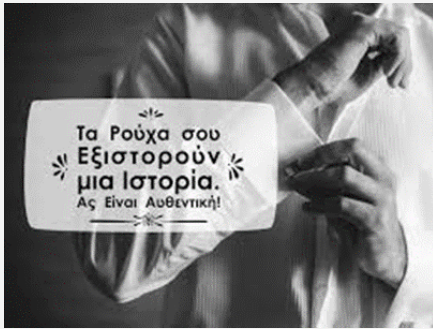
Η διάτρηση (Piercing) είναι πολύ διαδεδομένη και για συγκεκριμένα σημεία του σώματος κοινωνικά αποδεκτή. Για παράδειγμα το σκουλαρίκι στο αυτί και κυρίως στα κορίτσια θεωρείται κάτι το φυσιολογικό και πολλές φορές και όμορφο.

Ένα σύμβολο ή ακόμη και συμπλέγματα συμβόλων – εύληπτων ή ακατάληπτων – στο σώμα τους είναι σήμερα το όνειρο πολλών εφήβων, αλλά και ο εφιάλτης των γονέων τους. Ένας εφιάλτης που δεν πρέπει να γεννιέται μόνο από την ανησυχία για τον κίνδυνο κοινωνικού στιγματισμού των παιδιών τους, αλλά και από τους πραγματικούς γνωστούς και άγνωστους, άμεσους και έμμεσους κινδύνους και τις επιπτώσεις εφ' όρου ζωής. Οι περισσότεροι γονείς αναρωτιούνται γιατί αρέσουν στους έφηβους η δερματοστιξία (τατουάζ) και τα τρυπήματα (body piercing). Η απάντηση είναι σχετικά απλή, επειδή μέσω αυτών των ενεργειών **ο έφηβος προσπαθεί να αναδείξει την δική του ξεχωριστή προσωπικότητα, να κάνει την επανάστασή του, αλλά και ταυτόχρονα να δείξει ότι ανήκει σε μια ομάδα.** Οι περισσότεροι γονείς χρονοτριβούν ελπίζοντας ότι όπως περνάει μια μόδα, έτσι θα περάσει και η ανάγκη του έφηβου να επιβάλει το στίγμα του. Τα τατουάζ και τα τρυπήματα, πολλές φορές δηλώνουν δύναμη και αντοχή στον πόνο.

Όλο και περισσότερες διεθνείς επιστημονικές έρευνες μιλούν για την έξαρση του φαινομένου και τη σχέση του τόσο με τη φυσική όσο και με τη ψυχική υγεία των εφήβων.

Το piercing είναι πολύ συνηθισμένα. Παρόλα αυτά συχνά συνδέονται με την εγκληματικότητα ή τις ψυχολογικές διαταραχές του ατόμου. Έρευνες δείχνουν ότι τα άτομα που έχουν παρέμβει με τέτοιο τρόπο στο σώμα τους είναι πιο επιρρεπή σε ναρκωτικά και άλλες ουσίες, αλκοόλ, σεξουαλική δραστηριότητα και διατροφικές διαταραχές. Τα piercing μπορεί να υποδηλώνουν έλλειψη αγάπης προς το άτομο, συναισθηματικό κενό, άγχος ή οργή. Σε κάποιες περιπτώσεις η άσκηση βίας σχετίζεται με το piercing στα κορίτσια.





Από τα αρχαία χρόνια τα ρούχα δεν ικανοποιούσαν μόνο την ανάγκη προστασίας από το κρύο και τη ζεστή, αλλά εξυπηρετούσαν εκφραστικούς και κοινωνικούς σκοπούς.

Στις μέρες μας τα ρούχα δίνουν την πρώτη εντύπωση για ένα άτομο και εκφράζουν στοιχεία της προσωπικότητάς του καθένα μας. Η εξωτερική εμφάνιση ενός ατόμου μας δίνει πληροφορίες όπως η καταγωγή του, το επάγγελμά του, η οικονομική του κατάσταση και η κοινωνική του θέση. Σύμφωνα με αρκετές μελέτες δεν μπορούμε να μείνουμε ανεπηρέαστοι από τα ερεθίσματα του περιβάλλοντος μας. Αυτό ισχύει και για τη μόδα, και αν δεν το κάνουμε συνειδητά, ακολουθούμε ως προς κάποιο βαθμό τα πρότυπα της εποχής μας.

Το ντύσιμο θεωρείται σαν ένας τρόπος να εκφράσουμε τον εαυτό μας. Επιλέγουμε τα ρούχα που φοράμε είτε επειδή μας αρέσει το χρώμα, είτε επειδή ταιριάζουν στο σώμα μας, ή ακόμα επειδή πιστεύουμε ότι ταιριάζουν στο στυλ μας και αναδεικνύουν την προσωπικότητά μας. Διαφορετικά θα ντυθεί κάποιος που πηγαίνει για επαγγελματική συνέντευξη και διαφορετικά θα ντυθεί το ίδιο άτομο όταν θα βγει με τους φίλους του ή όταν θα βγει ραντεβού. Επίσης τα ρούχα χρησιμοποιούνται διαφορετικά από τα δύο φύλα και μπορούν να γίνουν μέσο ερωτικής επικοινωνίας, να χρησιμοποιηθούν ως μέσο για να δηλώσει χαρακτηριστικά του ατόμου, που απευθύνονται στην ανεύρεση ομοϊδεατών υποψήφιων συντρόφων. Μπορεί να στείλει και μηνύματα ανωτερότητας προς τους ανταγωνιστές του ίδιου φύλου.

Η επιλογή ντυσίματος φανερώνει πάρα πολλά πράγματα τόσο για τον χαρακτήρα ενός ατόμου, όσο και για την κατάσταση στην οποία βρίσκεται μια συγκεκριμένη στιγμή. Τα ρούχα μπορεί να επηρεάσουν την ψυχολογία μας αλλά και το αντίθετο, δηλαδή ντυνόμαστε σύμφωνα με τη διάθεσή μας. Μπορούν να εκφράσουν τις προσδοκίες μας αλλά και τους καθημερινούς μας στόχους. Το περιποιημένο επαγγελματικό ντύσιμο, δίνει την εντύπωση κάποιου με αυτοπεποίθηση, ο οποίος είναι σωστός και στη δουλειά του. Αυτό το ντύσιμο όμως ίσως να μην είναι το κατάλληλο για ραντεβού γιατί φαίνεται απρόσωπο και δεν δίνει την εντύπωση ότι το άτομο αυτό μπορεί να ανοιχτεί. Ένα ουδέτερο ντύσιμο, συνήθως άχρωμο μπορεί να δείξει ότι το άτομο αυτό δεν θέλει να τραβάει την προσοχή και ότι είναι αρκετά ντροπαλό. Η ατημέλητη εμφάνιση στέλνει το μήνυμα ότι το άτομο αυτό δεν ενδιαφέρεται για τη δουλειά του, το μέλλον του ή τη σχέση του. Κάποιος που ντύνεται επιδεικτικά, φορώντας εμφανώς επώνυμες μάρκες δίνει την εντύπωση υλιστή και ανασφαλή. Η περίεργη εμφάνιση, η αμέλεια της εξωτερικής εικόνας μας και της ατομικής καθαριότητας είναι συμπτώματα ψυχικής διαταραχής.

Επίσης σημαντικό ρόλο στη ψυχολογία μας έχουν και τα χρώματα στα ρούχα που φοράμε. Τα σκουρόχρωμα ρούχα δίνουν την αίσθηση κατάθλιψης, κάποιου κλεισμένου στον εαυτό του, ανασφαλή και ίσως επιθετικού και απλησίαστου. Από την άλλη πλευρά τα σκούρα χρώματα είναι της εξουσίας και δηλώνουν επαγγελματισμό. Τα φωτεινά ρούχα μπορούν να έχουν ακριβώς την αντίθετη επίδραση υποδηλώνουν αγνότητα, καθαρότητα και δίνουν την αίσθηση προσεγγίσιμου και φιλικού ατόμου. Τα χρωματιστά ρούχα συνδέονται με την ψυχολογία των χρωμάτων. Το κόκκινο είναι το χρώμα του πάθους, της καρδιάς και της υψηλής αυτοεκτίμησης, το γαλάζιο το χρώμα του πνεύματος και του ουρανού, το κίτρινο της ενέργειας και της δημιουργικότητας, το πράσινο της ελπίδας και της ηρεμίας και το μπλε εμπνέει εμπιστοσύνη. Μπορούμε βέβαια να εκφράσουμε τα χρώματα



όπως εμείς τα νοιώθουμε. Προτείνεται όμως να χρησιμοποιούμε χρωματιστά ρούχα για να αντιμετωπίσουμε αρνητικά συναισθήματα και να μην τους επιτρέψουμε να μας καταβάλουν. Διαφορετικά ρούχα σημαίνουν διαφορετικά πράγματα για εσάς.

Ας δώσουμε στο ντύσιμο μεγαλύτερη σημασία και ας το δούμε ως μέσο για να μας ανεβάσει τη διάθεση. Το σίγουρο είναι ότι θα δούμε εύκολα και γρήγορα αποτελέσματα.

Γνωριμία με τα τοπικά διαμερίσματα του Δήμου Άργους – Μυκηνών που επανδρώνουν με μαθητές το Γυμνάσιο Κουτσοποδίου

των Σιλβάνια Μπάνια Α2 και Εσπεράντζα Μετούσι Α1



Κουτσοπόδι:

Η ιστορία του χωριού ξεκινά κάπου στα μεσαιωνικά χρόνια, όταν άρχισε να δημιουργείται ο οικισμός γύρω από την παλιά εκκλησία της Αγίας Κυριακής.

Σε μια Βενετική απογραφή του 1700 εμφανίζεται ως μεγάλος σχετικά οικισμός της περιοχής.

Στο Κουτσοπόδι γεννήθηκε ο αγωνιστής του 1821 Τάσος Νέζος. Πήρε μέρος στον αγώνα στο πλευρό του Θ. Κολοκοτρώνη. Στη μάχη των Δερβενακίων ήταν επικεφαλής των συμπατριωτών του. Τον Μάιο του 1824 στη διάρκεια των εμφύλιων ταραχών θα συγκεντρωθούν οι ηττημένοι από τις κυβερνητικές δυνάμεις υπό τους Πλαπούτα, Νικητάρη και Τσώκρη.

Η εκκλησία του χωριού, η Αγ. Κυριακή, είναι το σημαντικότερο αξιοθέατο της μικρής πόλης. Γύρω από την εκκλησία είχε αρχίσει να χτίζεται το Κουτσοπόδι κατά το μεσαίωνα.

Φίχι:

Το Φίχι στην Αργολίδα είναι ένα κεφαλοχώρι δίπλα από τις Μυκήνες και ανήκει στο Δήμο Άργους-Μυκηνών. Ο οικισμός, που βρίσκεται σε υψόμετρο 100 μέτρων και 10 χιλιόμετρα βόρεια από το Άργος, αποτελούσε μέρος των Μυκηνών στα Μυκηναϊκά χρόνια.

Η ονομασία του χωριού προέκυψε πιθανότατα από τη φωνή του εισπράκτορα που φώναζε «αφίχθη», κάτι που αιτιολογείται και από τις γραμμές του τρένου που περνούν από εκεί.

Το Φίχι (ή αλλιώς και Φίχτια) είναι χτισμένο στην πλαγιά του λόφου Αετολίθι και αποτελούσε σημαντικό κόμβο στο πέρασμα από την Κορινθία στην Αργολίδα. Στην περιοχή έχουν βρεθεί οικιστικά κατάλοιπα και θαλαμωτοί τάφοι, αλλά και τέσσερις πύργοι – φυλάκια, μεγαλιθικές κατασκευές της Εποχής του Χαλκού σε σχήμα κιβωτίου. Πιθανολογείται ότι οι κατασκευές αυτές είναι της ίδιας εποχής με την πυραμίδα του Ελληνικού και λειτουργούσαν ως οχυρά.

Το πιο καλοδιατηρημένο βρίσκεται στην αρχή της αργολικής πεδιάδας κοντά στο πέρασμα των Δερβενακίων, για τον έλεγχο του δρόμου Νεμέας – Άργους, στη θέση Λιμικό. Το άλλο οχυρό βρίσκεται κοντά στις σιδηροδρομικές γραμμές και άλλα δύο βρίσκονται μέσα στον οικισμό.

Ο επισκέπτης, εκτός των αρχαιολογικών ευρημάτων που έχουν βρεθεί στο Φίχι, μπορεί να δει την Ευαγγελίστρια, την κεντρική εκκλησία του χωριού, και το εκκλησάκι της Παναγίας του Ζαχαριά, όπου σύμφωνα με τα ιστορικά αρχεία, ήταν το στρατηγείο του Κολοκοτρώνη κατά την διάρκεια της μάχης των Δερβενακίων.

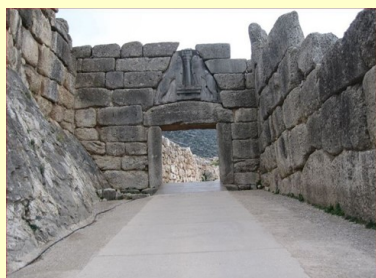
Κάποια σαββατοκύριακα ο οικισμός φιλοξενεί και τους λάτρεις του motocross, αφού εκεί υπάρχει οργανωμένη πίστα και διεξάγεται το πανελλήνιο πρωτάθλημα.



Αρχαίος Πύργος (Blockhouse)*, Φίχτια

Μυκήνες:

Οι Μυκήνες (Μυκήναι, Μυκήνη) ήταν αρχαία πόλη της Αργολίδας κοντά στο βουνό Τρητός κι απέναντι απ' τον Αργολικό κόλπο.



Σήμερα στη θέση αυτή υπάρχει το μικρό χωριό Μυκήνες (Χαρβάτι επί τουρκοκρατίας) και τα ερείπια της Ακρόπολης, που θυμίζουν πάντα τις μακρινές και ένδοξες εποχές. Από τα σωζόμενα σήμερα ερείπια σπουδαιότερα είναι οι δυο ταφικοί βασιλικοί περίβολοι Α και Β που αποτελούσαν τμήμα του εκτεταμένου προϊστορικού νεκροταφείου στα δυτικά του λόφου του ανακτόρου, από των οποίων την ανασκαφή (λακκοειδείς τάφοι) προέρχεται ο μεγαλύτερος όγκος των εκπληκτικών ευρημάτων (τα περισσότερα είναι χρυσά και χαρακτηρίζονται για τη θαυμάσια τέχνη τους), ο θησαυρός του Ατρέα (θολωτός τάφος), ο θολωτός τάφος της Κλυταιμνήστρας, η Πύλη των Λεόντων, το Βασιλικό ανάκτορο, ο ναός, η Βόρεια Πύλη καθώς και η Υπόγεια δεξαμενή κ.ά. Πάρα πολλά από τα ευρήματα που έφερε στο φως η

αρχαιολογική σκαπάνη στις Μυκήνες εκτίθενται στο Εθνικό Αρχαιολογικό Μουσείο της Αθήνας καθώς και στο νέο, σύγχρονο, Μουσείο Μυκηνών στη βόρεια κλιτύ της ακρόπολης. Ο αρχαιολογικός χώρος των Μυκηνών βρίσκεται περίπου 90 χιλιόμετρα νοτιοδυτικά της Αθήνας, στη βορειοανατολική Πελοπόννησο. Η ακρόπολη των Μυκηνών κατοικούνταν από την πρώιμη νεολιθική έως και την πρώιμη και μέση ελλαδική περίοδο.



Καρυά:



Η Καρυά είναι ένα όμορφο παραδοσιακό χωριό της Αργολίδας, 20 περίπου χιλιόμετρα από το Άργος και ανήκει στο Δήμο Άργους – Μυκηνών

Ο οικισμός της Καρυάς ήταν αρχικά στο Μαλεβό αλλά μετά το ολοκαύτωμα της περιοχής από τον Ιμπραήμ, μετακινήθηκε στη θέση Αέρας (στη θέση του Προφήτη Ηλία), απ' όπου λόγω των ισχυρών ανέμων, εγκαταλείφθηκε και εγκαταστάθηκε στη σημερινή του θέση.

Ο οικισμός με τους 180 κατοίκους που είναι χτισμένος αμφιθεατρικά στις πλαγιές του Αρτεμισίου σε υψόμετρο 680 μέτρων περίπου, είναι αγαπημένος χειμερινός προορισμός λόγω του χιονισμένου τοπίου, ενώ αποτελεί αφετηρία και για ορειβατικές εξορμήσεις. Από εκεί περνάει άλλωστε και το διεθνές ορειβατικό μονοπάτι .

Αξιοθέατα στην Καρυά είναι ο Άγιος Ιωάννης ο Πρόδρομος που προσελκύει κόσμο στις 29 Αυγούστου λόγω του πανηγυριού και είναι η κεντρική εκκλησία του 1230, η Μονή Παναγίας Καρυάς και τα ερείπια των επτά παλιών νερόμυλων που κάποτε εξυπηρετούσαν ολόκληρη την περιοχή. Άλλα ξωκλήσια στην Καρυά είναι ο Άγιος Ιωάννης ο Θεολόγος, ο Άγιος Κωνσταντίνος, η Αγία Παρασκευή και ο Άγιος Δημήτριος. Επίσης, στην περιοχή υπάρχει το Βενετσιάνικο Κάστρο Καρυάς, το προϊστορικό κάστρο στο Ξεροβούνι και το Πλατανόδασος, καθώς και ο Πρίνος του Πausανία στον Προφήτη Ηλία .

Λυρκεία:



Στη θέση του σημερινού χωριού βρισκόταν ένας από τους αρχαιότερους οικισμούς της Αργολίδας. Ήδη από την 3η π.Χ. χιλιετία η Λυρκεία θεωρείται σημαντική πόλη. Τη Μυκηναϊκή εποχή όμως θα παρακμάσει μέχρι τον 3ο π.Χ. αι. που θα γνωρίσει νέα ακμή. Το χωριό διαδραμάτισε σημαντικό ρόλο στην ελληνική επανάσταση. Στην αρχή της επανάστασης ο καπετάν Γιαννάκος Δαγρές μαζί με τον αδερφό του οργάνωσαν στράτευμα που απαρτιζόταν από ντόπιους και Καρυώτες για να πολεμήσουν τους Τούρκους. Ακόμη συμμετείχαν με σθένος στην πολιορκία της Τριπολιτσάς.

Αξιόλογα αρχαιολογικά ευρήματα υπάρχουν στο χωριό και τη γύρω περιοχή. Στο σημείο Παλιοκαστράκι ανακαλύφθηκαν ερείπια της αρχαίας πόλης. Έχουν σωθεί τμήματα από τα ισχυρά τείχη, ενώ περιμετρικά της πόλης έχουν βρεθεί αρχαίοι δρόμοι και γέφυρες. Κοντά στη Λυρκεία βρίσκονται τμήματα της αρχαίας οδού «Κλίμαξ». Πρόκειται για έναν από τους σημαντικότερους αρχαίους δρόμους ο οποίος συνέδεε την Μαντινεία με τις πόλεις της Αργολίδας. Στο χωριό Σάγκα της Αρκαδίας βρίσκουμε το γνωστό πέρασμα της Πορτίτσας. Το πέρασμα είναι σε υψόμετρο 1.074 μέτρων και είναι εμφανή τα ίχνη της διάνοιξης με τεχνικά μέσα του βράχου. Το μήκος της διόδου είναι 22 μ. και το μέγιστο πλάτος φτάνει τα 5μ.. Ο περιηγητής Πausανίας πέρασε από την αρχαία οδό τον 2 μ.Χ. αι. και την βρήκε σε άσχημη κατάσταση.

Στον οικισμό Άκοβα υπάρχει ένα μικρό εκκλησάκι από την εποχή της Τουρκοκρατίας. Για να φτάσετε στο εκκλησάκι πρέπει να ανεβείτε μερικά σκαλιά και ακολουθώντας ένα μικρό διάδρομο θα βρείτε τη «σπηλιά του Τσώκρη». Το σπήλαιο χρησίμευσε ως καταφύγιο στη Τουρκοκρατία. Στον οικισμό Χούνη συναντούμε άλλο ένα εκκλησάκι μέσα σε σπήλαιο. Είναι αφιερωμένο στην Αγ. Ιερουσαλήμ και ο Γιαννάκος Δαγρές το χρησιμοποίησε σαν οχυρό.

Η σύγχρονη ονομασία της προήλθε από την αρχαία πολιτεία Λυρκεία ή Λυγκεία που βρισκόταν στο σημείο όπου βρίσκεται σήμερα το χωριό. Οι σύγχρονοι αρχαιολόγοι ωστόσο πιστεύουν πως η αρχαία Λυρκεία βρίσκεται σε άλλη τοποθεσία και ταυτίζουν τα ευρήματα στο χωριό με τις Αρχαίες Ορνέες. Αρχικά ονομαζόταν Λυγκεία, από τον γιο του Αίγυπτου, Λυγκέα, ο οποίος σύμφωνα με τη μυθολογία, κατέφυγε εκεί για να σωθεί από τον Δαναό, ενώ Λυρκεία ονομάστηκε αργότερα από τον μεταγενέστερο μυθικό οικιστή της.

Καπαρέλι:



Εξερευνώντας περαιτέρω την περιοχή, στα ριζά του Μελιδονίου, απαντάται πνιγμένο στο πράσινο, το Καπαρέλι. Στο κέντρο του χωριού που διατηρεί αναλλοίωτο τον παραδοσιακό του χαρακτήρα, δεσπόζει ο ναός του Αγίου Ιωάννη του Προδρόμου. Στη ράχη του Καπαρελίου στέκει το θρυλικό Αρμενόκαστρο, ενώ σε μικρή απόσταση βρίσκεται και η «Γουρνοσπηλιά».

Το Καπαρέλι είναι γνωστό στους λάτρεις της σπηλαιολογίας, καθώς εδώ βρίσκεται και το ονομαστό σπηλαιοβάραθρο, "Αρτεμίσιο" η γνωστή στους ντόπιους «Τρύπα». Πρόκειται για σπήλαιο συνολικής έκτασης περίπου 1.100 τμ, με πλουσιότατο διάκοσμο πολύχρωμων σταλαγμιτικών και σταλακτιτικών σχηματισμών.

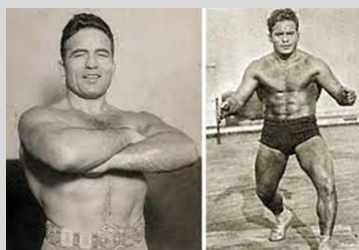
Χούνη, τα Μποζιονελαίικα και τα Σπαναίικα:

Στην περιοχή της Χούνης, βρίσκονται και δυο απίστευτες εκκλησίες η Αγία Ιερουσαλήμ και η Ανάληψη, που ξεχωρίζουν καθώς βρίσκονται σφηνωμένες σε βράχο. Η πρόσβαση στην εκκλησία της Ανάληψης, εξασφαλίζεται με 160 σκαλοπάτια που οδηγούν σε χαμηλή είσοδο προφυλαγμένη από πολεμίστρες και στο σπηλαιοβάραθρο εσωτερικό. Κατά την Τουρκοκρατία η σπηλιά λειτούργησε ως λημέρι του οπλαρχηγού Δημητρίου Τσώκρη και έμεινε γνωστή και ως «σπηλιά του Τσώκρη».



Πιο κάτω συναντούμε την εκκλησία της Αγίας Ιερουσαλήμ ή Υπαπαντής. Κάποτε γιόρταζε δυο φορές το χρόνο, διέθετε πολεμίστρες και χρησίμευε στα Ορλωφικά ως καταφύγιο και ως άντρο του καπετάν Δαγρέ επί Ιμπραήμ. Στο εσωτερικό του οχυρού πλάι στην εκκλησίτσα, υπάρχει στέρνα με πηγή, το νερό της οποίας αναβλύζει μέσα από βράχο.

ΤΖΙΜ ΛΟΝΤΟΣ , από το Κουτσοπόδι.



Ο σούπερ σταρ της επαγγελματικής πάλης, Τζιμ Λόντος γεννήθηκε στο Κουτσοπόδι στις 2 Ιανουαρίου 1897 ως Χριστόφορος Θεοφίλου. Η μητέρα του ήθελε να γίνει ιερέας, ενώ ο πατέρας του τον ονειρευόταν στρατιωτικό. Ο ίδιος προτίμησε να γίνει μετανάστης και σε ηλικία μόλις 13 ετών εγκατέλειψε το σπίτι του, ταξίδεψε στην Αμερική κι έπιασε δουλειά ως λαντζέρης σ' ένα εστιατόριο της Νέας Υόρκης.

Η ιδέα να ασχοληθεί με την πάλη του δημιουργήθηκε όταν βρέθηκε τυχαία σ' έναν αγώνα, καθώς «εξερευνούσε» τους δρόμους του Μανχάταν, λίγες ημέρες μετά την άφιξή του. Με τα πρώτα χρήματα που κέρδισε από τη δουλειά του, γράφτηκε σ' ένα προπονητήριο και άρχισε να μαθαίνει τα μυστικά του αθλήματος. Πολύ σύντομα, προσέλκυσε το ενδιαφέρον των οργανωτών αγώνων, καθώς διέφερε απ' όλους τους άλλους παλαιστές.

Ο Τζιμ Λόντος -προσωνόμιο που του δόθηκε από τον αθλητικογράφο Ρόσκο Φόσετ, έπειτα από μία νίκη του στην ομιγλώδη αρένα «Λονδίνιο» (London) του Πόρτλαντ- υπήρξε από τους πρωτεργάτες τους είδους της πάλης που αργότερα έγινε γνωστό διεθνώς ως «κατς». Στις 8 Ιουνίου του 1930 ανακηρύχθηκε από την Ομοσπονδία Πάλης της Πολιτείας της Νέας Υόρκης παγκόσμιος πρωταθλητής βαρέων βαρών, τίτλο που κράτησε έως το 1946, οπότε και αποσύρθηκε. Σε αυτά τα 16 χρόνια έδωσε περισσότερους από 2.500 αγώνες και ηττήθηκε σε λιγότερους από δέκα!

Το 1933 επανήλθε στην Ελλάδα και αγωνίσθηκε και πάλι στο Παναθηναϊκό Στάδιο αντιμετωπίζοντας νικηφόρα τον Ρωσοπολωνό γίγαντα Κόλα Κοβριάνι, σε έναν αγώνα που διοργάνωσε ο Πανιώνιος, με σκοπό τη συγκέντρωση χρημάτων για την ανέγερση του Σταδίου Νέας Σμύρνης. Για τη μεγάλη νίκη αυτή, ο μεγάλος του ρεμπέτικου Μάρκος Βαμβακάρης, έγραψε και ηχογράφησε ένα τραγούδι σε ρυθμό ζεϊμπέκικο:

*"Πάρ' την αμοβορία σου, και τράβα στην πατρίδα σου, αγαπητέ Κοριάνι,
που σ' έστειλε ο Λόντος μας σε μακρινό σεργιάνι.
Ήρθες απ' την πατρίδα σου το ζόρικο να κάνεις,
κι ο κόσμος αν δε σε γλύτωνε, κόντεψες να πεθάνεις.
Να είσουν μονάχα εσύ, κομμάτια πια να γίνει,
μα πόσοι ευρεθήκανε την πάθανε κ' εκείνοι.
Έτσι λοιπόν ο Λόντος μας, βρέθηκε παλληκάρι,
κι όλος ο κόσμος τον αγαπά , του Αργούς το καμάρι."*

Το όνομά του έγινε θρύλος στην Ελλάδα. Στις δεκαετίες του '50 και του '60 σχεδόν σε όλη την Ελλάδα όταν ήθελαν να χαρακτηρίσουν ένα άτομο δυνατό, τον αποκαλούσαν "Τσιμπλόντο", σε παραφθορά του ονόματός του. Αναφορά επίσης στο όνομά του κάνουν και κάποια ελληνικά λαϊκά τραγούδια της ίδιας εποχής. Απεβίωσε από καρδιακή προσβολή στις 19 Αυγούστου 1975 και το μνημείο του υπάρχει στο Oak Hill Memorial Park στο Escondido της Καλιφόρνιας.

Μπισκότα με 4 υλικά**Υλικά**

-210 γρ. αλεύρι γ.ο.χ.
-150 γρ. βούτυρο, κρύο
-80 γρ. ζάχαρη
-20 γρ. Κακάο

Εκτέλεση

Ξεκινάμε την συνταγή ρίχνοντας στον κάδο ενός μίξερ τα υλικά. Χτυπάμε έως ότου η ζύμη που θα δημιουργηθεί να ξεκολλάει από τα τοιχώματα του κάδου. Όταν η ζύμη είναι έτοιμη, την βγάζουμε από τον κάδο, την πλάθουμε με τα χέρια μας σε μπάλα, την τυλίγουμε κατόπιν με μεμβράνη μαγειρικής και την βάζουμε στο ψυγείο για 30 λεπτά. Μετά από αυτό τον χρόνο, βγάζουμε τη ζύμη από το ψυγείο, αφαιρούμε τη μεμβράνη και με ένα μαχαίρι, την κόβουμε σε 4 ίσα τεμάχια. Παίρνουμε το πρώτο κομμάτι και με τα χέρια μας το πλάθουμε σε μορφή ρολό γυρίζοντάς το στο τραπέζι. Αφού το πλάσουμε σε μορφή ρολό, το κόβουμε με ένα μαχαίρι σε φέτες. Στη συγκεκριμένη περίπτωση προκύπτουν περίπου 10 μικρές φέτες ζύμης.

**Εύκολη τυρόπιτα με 3 υλικά****Συστατικά :**

1 φύλλο σφολιάτας, 200 γρ. τυρί κρέμα, 100 γρ. Φέτα

Εκτέλεση:

Προθερμαίνουμε τον φούρνο στους 190°C στον αέρα. Τοποθετούμε ένα φύλλο λαδόκολλας στον πάγκο εργασίας, τοποθετούμε πάνω το φύλλο σφολιάτας και την πατάμε με έναν πλάστη ώστε να γίνει λεία. Βάζουμε στο μισό φύλλο σφολιάτας το τυρί κρέμα και το απλώνουμε με ένα κουτάλι. Σπάμε τη φέτα με τα χέρια μας, τη ρίχνουμε στο τυρί κρέμα και κλείνουμε με το άλλο μισό φύλλο. Πατάμε με τα δάχτυλα μας τις άκρες τις σφολιάτας ώστε να σφραγίσουμε καλά τη γέμιση στο ψήσιμο, και τρυπάμε με ένα πιρούνι σε αρκετά σημεία. Μεταφέρουμε τη πίτα σε ένα ταψί, μεταφέρουμε το ταψί στον φούρνο και ψήνουμε για 25-30 λεπτά στην πάνω σχάρα. Αφαιρούμε το ταψί από τον φούρνο και σερβίρουμε.

**Τρουφάκια με λίγες θερμίδες****Υλικά για περίπου 25 τρουφάκια**

6 κουταλιές της σούπας βρώμη
3 κουταλιές της σούπας ταχίνι
2 κουταλιές της σούπας μέλι
1 κουταλιά του γλυκού κανέλα
2 κουταλιές της σούπας σουσάμι
2 κουταλιές της σούπας αμύγδαλα
2 κουταλιές της σούπας καρύδια
2 κουταλιές της σούπας κράνμπερις
τρούφα από σοκολάτα υγείας

**Εκτέλεση**

Καβουρδίζουμε τους ξηρούς καρπούς & αλέθουμε ελαφρώς στο μπλέντερ. Προσθέτουμε στο μπλέντερ τα κράνμπερις ή άλλο αποξηραμένο φρούτο (πχ σταφίδες ή σύκα) κι αλέθουμε λίγο ακόμη. Σ' ένα μπολ ανακατεύουμε βρώμη, ταχίνι, μέλι & κανέλα & στη συνέχεια προσθέτουμε και τα υλικά από το μπλέντερ. Αν χρειαστεί προσθέστε λίγη βρώμη ακόμη (ώστε να μην κολλάει το μίγμα στα χέρια σας) ή αν τα θέλετε πιο γλυκά λίγο μέλι ακόμη. Μπορείτε να δοκιμάσετε το μείγμα. Σχηματίστε μικρές μπαλίτσες και περάστε τες από την τρούφα. Αφήστε στο ψυγείο να παγώσουν!

Φιλέτο κοτόπουλο με μουστάρδα και μέλι**Υλικά:**

4 φιλέτα κοτόπουλο, ελαιόλαδο, 1 κ.σ. μουστάρδα, 1 κ.σ. χυμό λεμόνι, αλάτι, φρεσκοτριμμένο πιπέρι

Για τη σως μουστάρδας με μέλι:

2 κ.σ. μουστάρδα απαλή, 1,5 κ.σ. μέλι, 1 κ.γλ. μαγιονέζα, 1 κ.γλ. χυμό λεμονιού, 1 κ.σ. ελαιόλαδο

Εκτέλεση:

Φτιάχνουμε πρώτα τη σως: Ανακατεύουμε όλα τα υλικά σε ένα μπολ και το αφήνουμε στο ψυγείο για να δέσει η σάλτσα. Για το κοτόπουλο: Προθερμαίνουμε τον φούρνο στους 180 βαθμούς. Λαδώνουμε ελαφρώς τη σχάρα του φούρνου. Αλείφουμε με λίγο ελαιόλαδο, μουστάρδα, λεμόνι τα φιλέτα κοτόπουλου και από τις δύο πλευρές, τα αλατοπιπερώνουμε καλά, τα ακουμπάμε στη σχάρα και την τοποθετούμε σε ένα από τα ψηλά ράφια του φούρνου. Στη βάση του φούρνου τοποθετούμε ένα ταψί, για να μαζέψει τυχόν υγρά από το ψήσιμο. Ψήνουμε τα φιλέτα κοτόπουλου για 5-8 λεπτά από κάθε πλευρά. Για να δούμε αν είναι έτοιμα, κόβουμε ένα για να ελέγξουμε αν έχει ασπρίσει καλά ως το κέντρο του. Αν δούμε ροζ σημεία στο ψαχνό, συνεχίζουμε το ψήσιμο για λίγα λεπτά ακόμα. Όταν είναι έτοιμα, τα βγάζουμε και τα περιχύνουμε με τη σως.

**Μπάρες δημητριακών υγιεινές και πεντανόστιμες****Υλικά για περίπου 15 μπάρες**

1 φλιτζάνι ταχίνι
½ φλ μέλι
100 γραμμάρια σοκολάτα κουβερτούρα σε κομμάτια
1 φλιτζάνι διάφορους ξηρούς καρπούς (αμύγδαλα, φυστίκια Αιγίνης, ηλιοσπορο, παπαρουνόσπορο, καρύδια, φουντούκια)
½ φλιτζάνι κράνμπερις, σταφίδες κτλ
1 φλιτζάνι νιφάδες βρώμης

Εκτέλεση

Ζεσταίνουμε το μέλι στο φούρνο μικροκυμάτων για 30 δευτερόλεπτα. Ανακατεύουμε το ταχίνι με το μέλι σε ένα μεγάλο μπολ. Λιώνουμε τη σοκολάτα σε μπεν μαρι & ανακατεύουμε με το μείγμα ταχινιού-μελιού. Ψυλοκόβουμε τους ξηρούς καρπούς. Προσθέτουμε τη βρώμη, τους ξηρούς καρπούς και τα ξερά φρούτα κι ανακατεύουμε καλά. Τέλος ρίχνουμε τα δημητριακά & συνεχίζουμε το ανακάτεμα με το χέρι. Βάζουμε σε μία μακρόστενη μεμβράνη για κέικ ένα μεμβράνης. Απλώνουμε το μείγμα από πάνω πιέζοντας με το χέρι να καλύψει όλη την επιφάνεια & κλείνουμε τη μεμβράνη. Αφήνουμε στο ψυγείο να σφίξει περίπου 3 ώρες. Κόβουμε σε περίπου 15 ισομερής μπάρες.

Η Ανδριανή και ο κυνηγός, της Ελένης Δικαίου



Μεταφυσικό θρίλερ ή οικογενειακή περιπέτεια; Η γενιά του Netflix βρίσκει ένα ικανό λογοτεχνικό αντίβαρο στο βιβλίο της Ελένης Δικαίου που εκτυλίσσεται σε ένα απομακρυσμένο σαλέ

στο βουνό. Έχοντας να αντιμετωπίσει το διαζύγιο και την απογοήτευση από τον άδοξο έρωτα της μητέρας της που καλείται να αναστήσει ένα ερείπιο μετατρέποντάς το σε ξενοδοχείο, η Ανδριανή μπλέκεται σε ένα συναρπαστικό κυνηγητό με κυνηγούς, εμπόρους ναρκωτικών και τα στοιχεία της φύσης που κρατά αμείωτο το ενδιαφέρον. Σύμμαχοί της δυο παράξενοι φίλοι που υπήρχαν μόνο για κείνη σε μια ξεχωριστή ιστορία ενηλικίωσης.

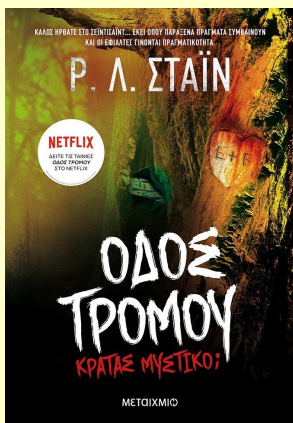
Η σπηλιά του Δράκου, Κώστας Στοφόρος



Φθινόπωρο στην Καστοριά. Μοιάζει με όνειρο, ειδικά αν εσύ και οι καλύτεροί σου φίλοι έχετε κερδίσει σε έναν διαγωνισμό και φιλοξενηθείτε στο καλύτερο ξενοδοχείο της πόλης. Η παρέα των παιδιών που ανακάλυψε τον Κώδικα της Λέρου, την πέμπτη πόλη των Δωριέων στην Γκιώνα και ακολούθησε τα ίχνη του Ομήρου στη Χίο μπλέκει σε μια κυριολεκτικά θανάσιμη περιπέτεια με φόντο τον «ανθό της λίμνης», όπως λένε την πόλη της Καστοριάς.

Η περίφημη Σπηλιά του Δράκου με τους σταλακτίτες και τις λίμνες της δεν είναι μόνο ένα από τα αριστουργήματα της φύσης. Κρύβει κι ένα μυστικό. Κάπου υπάρχει επίσης ένας θησαυρός κι ένα μοναδικό διαμάντι που πολλοί το λένε «καταραμένο». Όμως τα δώρα και οι θησαυροί καμιά φορά δεν είναι αθώα και δεν έχουν τη λάμψη που νομίζουμε...

Το χαμένο κορίτσι, Ρ.Α. Σταϊν



Η Λίζι έχει τραβήξει την προσοχή όλων. Ειδικά των καινούργιων της φίλων Μάικλ και Πέτερ. Ωσπου ένα δυστύχημα, που θα φέρει μια σειρά θανάτων για όλους τους φίλους του Μάικλ, έναν προς έναν, βαραίνει αρχικά την Λίζι ως βασική ένοχη. Η τροπή των γεγονότων αλλάζει όμως τα πάντα. Το επόμενο θρίλερ της σειράς "Οδός Τρόμου" που ξεχώρισε τον συγγραφέα Ρ. Α. Σταϊν στον χώρο των ιστοριών θρίλερ για εφήβους, και ήταν πηγή έμπνευσης για τις ταινίες

τρόμου στο Netflix, είναι η ιστορία της καινούριας μαθήτριάς του Σέντιτσαϊντ Χάι, του λυκείου όπου "παράξενα πράγματα συμβαίνουν" και όπου "οι εφιάλτες γίνονται πραγματικότητα!". "Το χαμένο κορίτσι", με τη ζωντανή μετάφραση της Ειρήνης Παϊδούση, κρατάει σε αγωνία με τις ανατροπές του και την κλιμάκωση τους και μας παρασύρει σε μία ιστορία προδοσίας που ξεκίνησε 60 χρόνια πριν. Κυκλοφορεί και σε e-book.

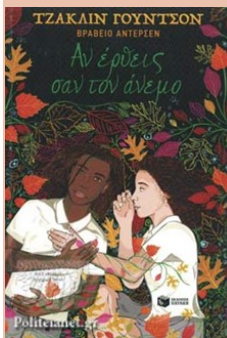
Τα μυστικά του Ντάμπλντορ, των Τζ. Κ. Ρούλινγκ και Ο Στιβ Κλόουβς



Ο καθηγητής Αλαμπούς Ντάμπλντορ γνωρίζει ότι ο ισχυρός Σκοτεινός Μάγος Γκέλερτ Γκρήντελβαλντ έχει κινητοποιηθεί για να αποκτήσει τον έλεγχο όλου του κόσμου των μάγων. Ανήμπορος να τον εμποδίσει μόνος του, αναθέτει στον μαγικοζωολόγο Νιουτ Σκαμάντερ να ηγηθεί μιας ατρόμητης ομάδας από μάγους, μάγισσες κι έναν γενναίο Μαγκλ αρτοποιό, σε μια επικίνδυνη αποστολή, όπου θα συναντήσουν παλιά και νέα μαγικά ζώα και θα συγκροστούν με τη διαρκώς αυξανόμενη στρατιά των Ακολούθων του Γκρήντελβαλντ.

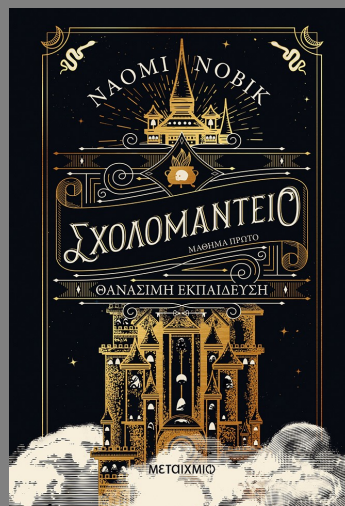
Όμως, με τόσο ακραίους κινδύνους, πόσο ακόμα θα μπορέσει ο Ντάμπλντορ να παραμείνει αμέτοχος;

Αν έρθεις σαν τον άνεμο, Τζακλίν Γούντσον



Ο Τζερεμιάς είναι μαύρος. Η Έλλι είναι λευκή και Εβραία. Ζουν σε τελείως διαφορετικούς κόσμους, αλλά για τους ίδιους αυτό δεν έχει καμιά σημασία. Το μόνο πράγμα που μετράει είναι να βρίσκονται μαζί. Για τους άλλους, όμως, το μόνο πράγμα που μετράει είναι, δυστυχώς, να τους κρατήσουν χώρια, μακριά τον έναν από τον άλλον... (Από την παρουσίαση στο οπισθόφυλλο)

Σχολομαντείο Μάθημα Πρώτο - Θανάσιμη εκπαίδευση, Ναόμι Νόβικ

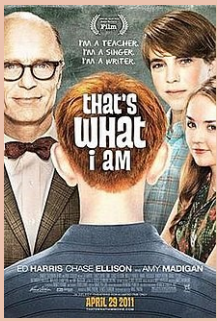


Η σχολή μαγείας στην οποία φοιτά η έφηβη Γκαλάντριελ (Ελ) θυμίζει περισσότερο αρένα επιβίωσης, όπου καλείται να βγει αλώβητη και στο σώμα και στην ψυχή, από το σχολείο όπου λίγοι επιβιώνουν. Η Ελ, πρέπει να βαδίσει τα επικίνδυνα μονοπάτια της σκοτεινής μαγείας μόνη της. Οι ζωντανές εικόνες του μυθιστορήματος φαντασίας της Ναόμι Νόβικ, σε μετάφραση της Βούλας Αυγουστίνου, που κυκλοφορεί και σε e-book (για όσους προτιμούν την άνεση της οθόνης)

δημιουργούν μια γεμάτη μυστήριο και αγωνία γοτθική ατμόσφαιρα. Η βραβευμένη συγγραφέας "μεγάλωσε ακούγοντας πολωνέζικα παραμύθια και διαβάζοντας Τόλκιν" και σε αυτό το βιβλίο έχει καταφέρει όχι μόνο να δημιουργήσει έναν ολόκληρο κόσμο και σύστημα μαγείας από το μηδέν, αλλά και να πλάσει μία ενήλικη εκδοχή ενός σχολείου μαγείας. Όπως άλλωστε μας δίδαξε ο Χάρι Πότερ, τα μαγικά δεν είναι μόνο για τα μικρά παιδιά!

Ταινίες για την εφηβεία. Ταινίες που έγραψαν ιστορία γιατί «μίλησαν» στις καρδιές των εφήβων και έδειξαν τις λεπτές αποχρώσεις αυτής της φάσης ζωής, από την οποία έχουμε περάσει όλοι.

That's what I am – Αυτός είμαι (2011)



Ένας λαμπρός 12χρονος μαθητής, ο Άντυ Νικόλ, όπως τα περισσότερα παιδιά στην ηλικία του, θα κάνει τα πάντα προκειμένου να αποφύγει τους καυγάδες με τους «φασαριόζους» συμμαθητές του. Ο αγαπημένος καθηγητής των παιδιών, ο κος Σάιμον, βάζει τον Άντυ να δουλέψει με το συμμαθητή του, Big, ο οποίος είναι αντικείμενο χλευασμού σε όλο το σχολείο για τα πορτοκαλί μαλλιά του και το κεφάλι του, που είναι μεγαλύτερο από το σώμα του. Ο Άντυ θα μάθει αρκετά από τον καινούργιο φίλο του, ο οποίος δε διστάζει να τα βάλει με τον πιο δυνατό του σχολείου. Μια σειρά από απρόσμενα γεγονότα θα αλλάξουν τη ζωή και των δυο παιδιών αλλά και του δασκάλου τους.

Min bedste fjende – My good enemy (2010)

Η ιστορία εξελίσσεται σε ένα Γυμνάσιο της Δανίας με πρωταγωνιστή τον Alf, ένα ήσυχο παιδί που του αρέσει το μπαλέτο. Λόγω του χαρακτήρα και των ενδιαφερόντων του δέχεται συνεχείς εκφοβιστικές επιθέσεις από μία ομάδα συμμαθητών του που φτάνουν σε ακραίες καταστάσεις.



Στην προσπάθειά του να βρει διέξοδο, έρχεται σε επαφή με τον Τοκέ, έναν συμμαθητή του επίσης θύμα εκφοβιστικών επιθέσεων. Μαζί μοιράζονται τους προβληματισμούς τους και καταστρώνουν σχέδια για να πλήξουν τους εκφοβιστές τους. Σταδιακά προσελκύουν κι άλλα παιδιά και μετατρέπονται σε ομάδα με «τελετουργίες» μύησης, κώδικα συμπεριφοράς και εμφάνισης κ.α., ενώ η πορεία αυτή θα τους επιφέρει σημαντικές συναισθηματικές μεταβολές, θα τους οδηγήσει ενώπιον κρίσιμων διλημάτων και θα τους θέσει τα υπαρξιακά ερωτήματα του ποιο πραγματικά είναι και τι θέλουν από τη ζωή τους. Μέσα από την αλλαγή αυτή η φιλία τους δοκιμάζεται, ο τρόπος που προσεγγίζουν τα υπόλοιπα παιδιά εκπλήσσει, οι αρχικοί τους στόχοι διαφοροποιούνται.

Coco (2017, Lee Unkrich, Adrian Molina)



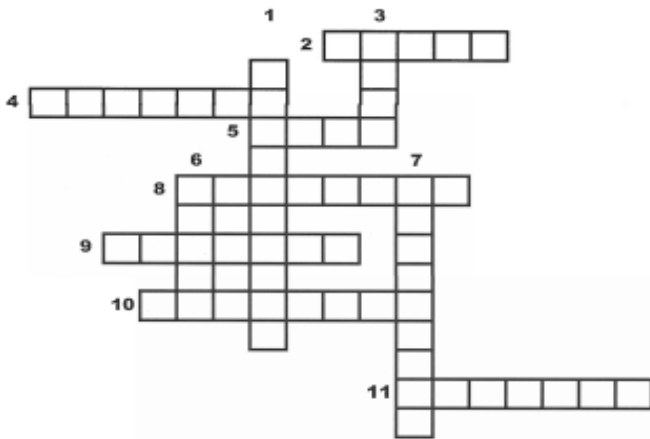
Ο Μιγέλ λατρεύει τη μουσική και ειδικεύει τον διάσημο μουσικό Ερνέστο ντε λα Κρουζ. Όμως, για κάποιο παράξενο λόγο, κανείς στην οικογένειά του δεν επιτρέπεται να τραγουδά ή να παίζει μουσική οποιουδήποτε είδους. Η απελπισία του να αποδείξει το μουσικό ταλέντο του τον οδηγεί στη χώρα των νεκρών. Τότε ξεκινά μια αλυσίδα μυστηριωδών γεγονότων που αποκαλύπτει το μυστικό πίσω από την απαγόρευση της μουσικής στην οικογένειά του. Η ιστορία μιλά για την ελπίδα, την αισιοδοξία και το πάθος που μπορεί να έχει ένα παιδί για μια μορφή τέχνης. Το Coco είναι μια εξαιρετική εκπαιδευτική ταινία κινουμένων σχεδίων για παιδιά.



Inside Out (2015, Pete Γιατρός)



Η εφηβεία είναι η στιγμή που τα συναισθήματα κάνουν μια βόλτα με τρενάκι μέσα στο μυαλό ενός παιδιού. Η έντεκα χρονών Riley δεν αποτελεί εξαίρεση και καθοδηγείται από πολλά συναισθήματα όπως η θλίψη, ο θυμός, η αγωνία, η χαρά και ο φόβος. Όλα τα συναισθήματά της ελέγχονται στην έδρα (εγκέφαλος), η οποία την μεταφέρει από αρνητικά σε θετικά συναισθήματα. Η ιστορία προσωποποιεί τα συναισθήματα όπως αυτά τα μικρά άτομα μέσα στο κεφάλι μας και πώς ακούμε και νιώθουμε αυτές τις μικρές φωνές για να παίρνουμε αποφάσεις στη ζωή μας. Πρόκειται για μια υπέροχη ταινία κινουμένων σχεδίων που απεικονίζει τη θύελλα των συναισθημάτων σε ένα νεαρό μυαλό με μια ελαφρύτερη φλέβα και στέλνει ένα μήνυμα να παραμείνει θετική και ευτυχισμένη.



Οριζόντια

2. Όταν τρως μεγάλη ποσότητα κάθε μέρα, μπορεί να πάθεις ζάχαρο
4. Ένα πρωινό είναι ότι καλύτερο για τον οργανισμό
5. Βασική τροφή των Κινέζων
8. Αλλιώς το πρωινό
9. Είναι κίτρινη και την τρώνε οι μαϊμούδες
10. Είναι καφέ, γλυκιά και τη λατρεύουν τα παιδιά
11. Λαχανικό με το οποίο φτιάχνουμε σαλάτα αλλά και σάλτσα

Κάθετα

1. Ο άνθρωπος που δεν τρώει κρέας
3. Υγρό που το χρησιμοποιούμε στα φαγητά και στη σαλάτα
6. Λαχανικό που μαζί με το σέλινο γίνεται νόστιμο και υγιεινό φαγητό
7. Φρούτα χειμώνα που είναι μικρά και μπορεί να έχει κουκούτσια

Τυχεράκιες

Ένας τύπος μετά από πολύ καιρό πήγε στο γιατρό του να ρωτήσει για τα αποτελέσματα από κάτι εξετάσεις που είχε κάνει.

- "Τι γίνεται γιατρέ; Όλα καλά, έτσι;"
- "Δυστυχώς έχω για σένα δυσάρεστα νέα και πολύ δυσάρεστα νέα, λέει ο γιατρός. Ποια θες να ακούσεις πρώτα;"
- "Τι μου λες γιατρέ μου τώρα; Με κάνεις και ανησυχό. Πες μου τα δυσάρεστα πρώτα. Τι τρέχει;"
- "Κοίτα!! Οι εξετάσεις δείχνουν ότι έχεις 24 ώρες ζωής!!!"
- "Τι λες ρε γιατρέ τώρα;; Και τα πολύ δυσάρεστα ποια είναι δηλαδή;"
- "Σε ψάχνω από χθες...!!!"

Στο σχολείο

Ο δάσκαλος λέει στον μαθητή:

- Γιατί η έκθεσή σου, με θέμα "Το Γάλα" είναι τόσο μικρή; Δεν είχες τίποτε άλλο να γράψεις;
- Είχα, αλλά ήθελα να γράψω για το συμπτκνωμένο!!!

Σημεία στίξης

Στο σχολείο ο δάσκαλος ρωτά για τα σημεία της στίξης:

- Βασίλη, τι είναι η παύλα (-);
- Κι ο Βασίλης:
- Το θηλυκό του Παύλου, κύριε!

Τα ερπετά

Ρωτάει ο δάσκαλος τη Μαρία:

- Μαρία, είπαμε ότι ερπετά λέγονται τα ζώα που σέρνονται πάνω στη γη. Μπορείς να μου πεις ένα τέτοιο ζώο;
- Μάλιστα κύριε, ο μπέμπης μας.

Τα μικρόβια

Ο μπαμπάς λέει στον γιο του:

- Πρόσεχε, Άκη τα παλιά και σκονισμένα βιβλία, γιατί έχουν μικρόβια.
- Μη φοβάσαι, μπαμπά... δεν πιάνω ποτέ μου βιβλίο.

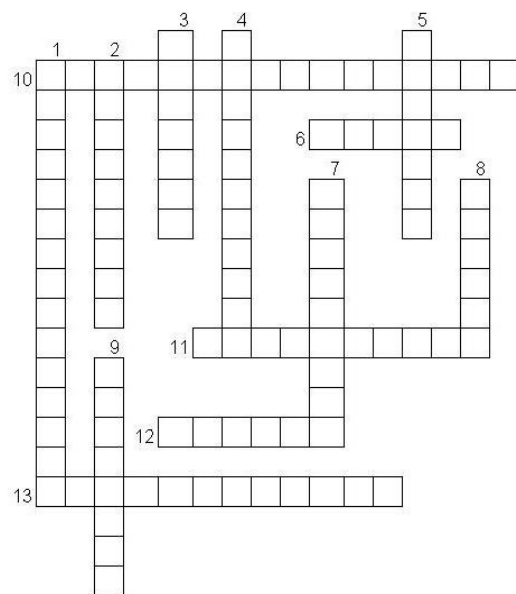
Η αφαίρεση

Ο δάσκαλος ρωτά τον μαθητή:

- Για πες μου, Γιώργο. Πόσο κάνει 8 - 8;
- Δεν ξέρω, κύριε.
- Για σκέψου λίγο, αν έχω 8 κεράσια και φάω τα 8, τι θα μείνει;
- Τα κουκούτσια, κύριε!



ΤΟ ΣΤΑΥΡΟΛΕΞΟ ΤΩΝ ΠΑΡΑΜΥΘΙΩΝ



1. Έριχνε πίσω του ψίχουλα, για να ξαναβρεί το δρόμο του.
2. Ήταν ωραία, αλλά κοιμόταν, περιμένοντας τον πρίγκηπα.
3. Ο μαγικός καθρέφτης την θεωρούσε την πιο ωραία από όλες
4. Ήταν τρία, χιζανε σπιτάκια, αλλά ο κακός λύκος ήθελε να τους τα γκρεμίσει
5. Ήταν ένα αγοράκι από ξύλο
6. Στο παραμύθι ήταν "πταπούτσωμένος"
7. Ολο τραγουδούσε και δε μάζεψε τροφή για το χειμώνα
8. Έκανε αγώνα δρόμου με το λαγό, αλλά έφτασε πρώτη
9. Όταν τον φίλησε η βασιλοπούλα, μεταμορφώθηκε σε πρίγκηπα
10. Φορούσε κόκκινα ρούχα και πήγαινε φαγητό στη γιαγιά της
11. Ήταν επτά, ήταν μικρά, και ο λύκος ήθελε να τα φάει
12. Φύλαγε τα πρόβατά του, αλλά ήταν και ψεύτης.
13. Έχασε το γοβάκι της

Αγαπητοί μας συμμαθητές,
άλλη μια χρονιά έφτασε στο τέλος της! Για εμάς δυστυχώς είναι και η τελευταία στα θρανία του Γυμνασίου! Τα συναισθήματά μας πολλά και ανάμεικτα, θα λέγαμε. Ένας κύκλος κλείνει και ένας καινούριος ανοίγει. Αυτό το γεγονός μας βάζει σε σκέψεις και αναπολούμε το παρελθόν. Σκεφτόμαστε με νοσταλγία τα τρία χρόνια που περάσαμε στο Γυμνάσιο Κουτσοποδίου, το δικό μας σχολείο! Θυμόμαστε τις ευχάριστες στιγμές και εμπειρίες που θα μείνουν για πάντα χαραγμένες στις καρδιές μας. Φυσικά δε θα ξεχάσουμε και τα αρνητικά συναισθήματα, που βιώσαμε λόγω των μαθητικών μας υποχρεώσεων, αλλά ένα είναι βέβαιο, πως οι ευχάριστες αναμνήσεις από τις εκδρομές μας, τις σχολικές γιορτές, τους χορούς μας, τα γέλια μας, τα πειράγματά μας θα υπερικχύουν και θα μας συνοδεύουν ευχάριστα σε όλη μας τη ζωή. Ας μην ξεχάσουμε να αναφέρουμε και τους καθηγητές μας που όλα αυτά τα χρόνια μας στήριξαν, μας βοήθησαν να έχουμε εμπιστοσύνη στον εαυτό μας, να προσπαθούμε, να αγωνιζόμαστε ευγενικά και με σεβασμό για τις αξίες μας και να συνεχίζουμε να προχωράμε μπροστά, υπερπηδώντας τα εμπόδια. Όλοι και όλα θα μας μείνουν αξέχαστοι!!!

Βασιλική Αντωνοπούλου, Ελεάνα Ευστρατιάδη, Κωνσταντίνα Αντωνάκου, Μαριάννα Λειβαδίτη, Γ1

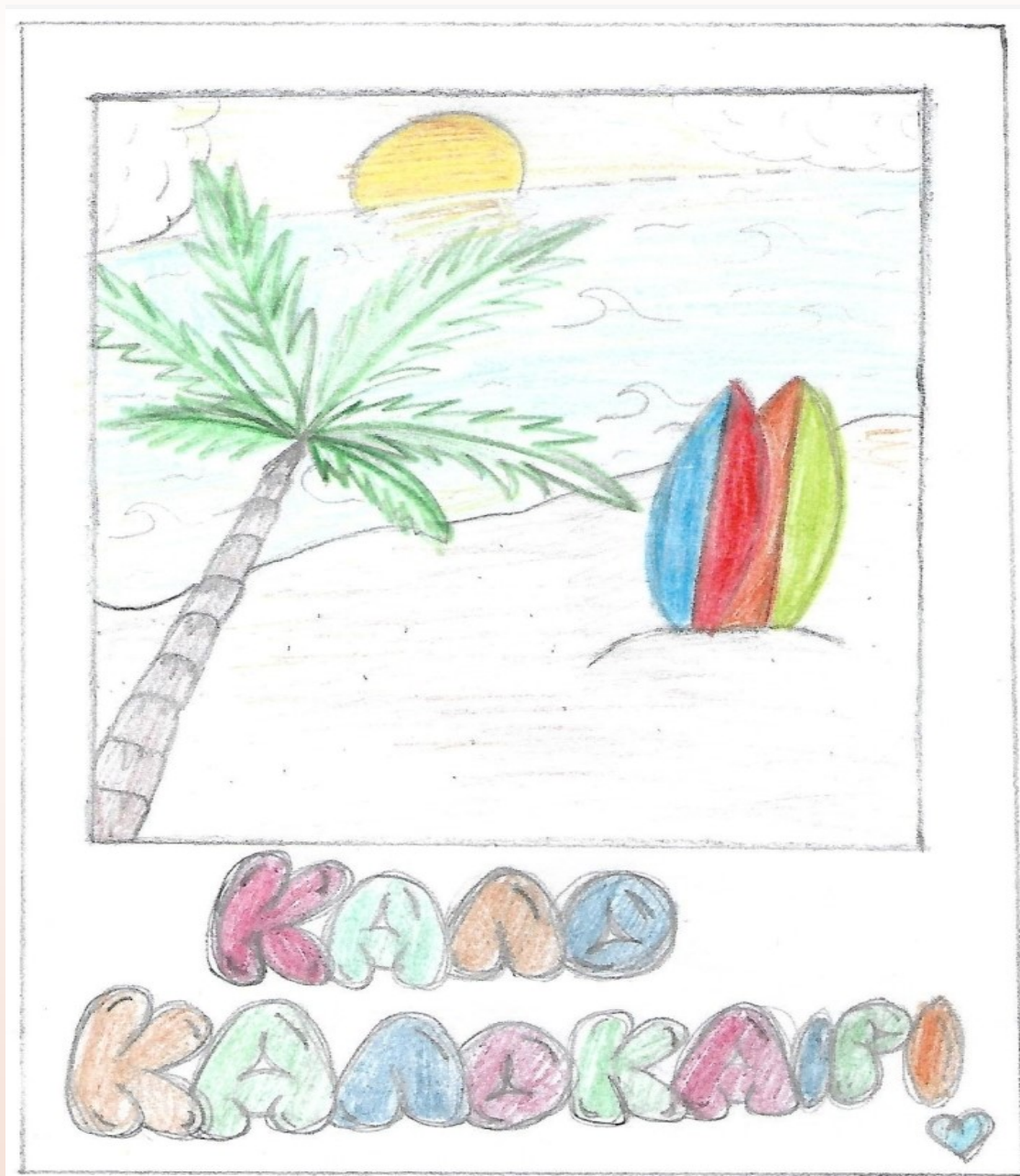


Καλό καλοκαίρι!!!

Άλλη μια σχολική χρονιά έφτασε στο τέλος της.

Το σχολικό έτος 2022-2023 κλείνει και μας αφήνει πολλές ευχάριστες αναμνήσεις. Φέτος το σχολείο μας συμπεριέλαβε στο πρόγραμμά του, τους ομίλους. Εφημερίδα, διαμεσολάβηση, σκάκι και αγωγή υγείας, κάθε Τετάρτη, την τελευταία ώρα, συμμετείχαμε με χαρά! Τι αποκομίσαμε; Διευρύναμε τη σκέψη μας και τους ορίζοντές μας, γεμίσαμε από δημιουργικότητα και δράση! Συμμετείχαμε σε πολλές δράσεις, δραστηριότητες και εκδηλώσεις. Αφιερώσαμε την 30η Σεπτεμβρίου στον αθλητισμό. Γιορτάσαμε την 28η Οκτωβρίου, την 17η Νοεμβρίου και την 25η Μαρτίου. Οι αναμνήσεις που αποκομίσαμε θα μας μείνουν αξέχαστες. Δεν μπορώ να μην αναφέρω και τις εκδρομές μας σε Άργος, Ναύπλιο, Αθήνα, Τρίπολη, Κόρινθο και Σπέτσες που μας χάρισαν υπέροχες αναμνήσεις! Επιπλέον, τη φετινή χρονιά, το σχολείο μας έλαβε μέρος σε πολλούς διαγωνισμούς και μάλιστα προόδευσε στους περισσότερους από αυτούς. Με τους καθηγητές μας, δημιουργήσαμε μια σχέση οικειότητας και εμπιστοσύνης, γελάσαμε, χαρήκαμε, μάθαμε, σκεφτήκαμε. Σίγουρα υπήρξαν και δυσάρεστες στιγμές, αλλά τις ξεπεράσαμε, επειδή μάθαμε να σεβόμαστε και να συνεργαζόμαστε! Τώρα όμως έφτασε το καλοκαίρι! Διακοπές, ξεκούραση, θάλασσα, βόλτες! Τα σχολεία θα κλείσουν. Ευχόμαστε να περάσουμε όλοι καλά, να επανέλθουμε υγιείς και πιο σοφοί! Στους τελειόφοιτους ευχόμαστε καλή ξεκούραση και καλή αρχή στη νέα σχολική βαθμίδα, το λύκειο! **Καλό καλοκαίρι, τα λέμε τον Σεπτέμβρη!!!**

Σοφία Ντεβέ, Β2



Τσαίρη Μαρίνα, Β2