



Υπάρχει...λόγος

Σχολική μαθητική εφημερίδα

Γενικού Λυκείου Ανδραβίδας

Φεβρουάριος 2023

ΤΕΥΧΟΣ 7

Περιεχόμενα
τεύχους:

Σπατάλη τροφίμων	2
Συντήρηση τροφίμων	3
Έρευνα για την ανακύκλωση	5
Οι 17 στόχοι του ΟΗΕ για τη βιώσιμη ανάπτυξη	6
Οι Απόκριες στην Ελλάδα	7
Τρία άλυτα προβλήματα των μαθηματικών στην αρχαιότητα	8
Η «Χρυσή τομή»	9



Σκέψου Θετικά!!

10

Γρίφοι

11

Κρυπτόλεξο με λέξεις Πληροφορικής

11

Παγκόσμια Ημέρα Ελληνικής Γλώσσας

Η 9η Φεβρουαρίου είναι μία ημέρα που όλοι οι Έλληνες αισθανόμαστε περήφανοι για τη μακραίωνη διαδρομή της γλώσσας μας και για τον τρόπο που επηρέασε πολλές πτυχές της ανθρώπινης έκφρασης παγκοσμίως. Με την καθιέρωση της Παγκόσμιας Ημέρας Ελληνικής Γλώσσας, η παγκόσμια κοινότητα αναγνωρίζει την προσφορά της σε όλα τα είδη του λόγου, της τέχνης, του θεάτρου, της επιστήμης, της φιλοσοφίας, της ρητορικής και πολιτικής σκέψης.

στην Ιταλία, Ιωάννη Κορίνθιο.

«Είθε η Ελληνική
γλώσσα να γίνει κοινή
όλων των λαών.»
Βολταίρος

Η ελληνική γλώσσα ήταν και είναι ο βασικός φορέας της ταυτότητας όλων των Ελλήνων και το σημαντικότερο κομμάτι του υλικού και άυλου πολιτισμού μας.

**Τι κι αν ό κόσμος μάταιος;
Έχεις μιλήσει Ελληνικά...! »
Οδυσσέας Ελύτης**

Η μέρα αυτή είναι συνδεδεμένη με την ημερομηνία θανάτου του Εθνικού μας ποιητή Διονύσιου Σολωμού και η πρωτοβουλία για την καθιέρωσή της ανήκει στον Νεοελληνιστή καθηγητή στο Πανεπιστήμιο της Καλαβρίας

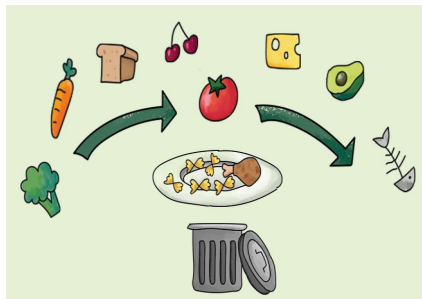
Γι' αυτό έχουμε χρέος να τη στηρίξουμε, να την καλλιεργήσουμε και να τη διαδώσουμε με συνέπεια και επιστημονικό κύρος στις νεότερες γενιές.

Σπατάλη τροφίμων - ένα μεγάλο σύγχρονο πρόβλημα

Η απώλεια και η σπατάλη τροφίμων αποτελούν **παγκόσμιο πρόβλημα**. Σύμφωνα με τον Οργανισμό Τροφίμων και Γεωργίας των Ηνωμένων Εθνών (FAO), περίπου **το ένα τρίτο του συνόλου των τροφίμων που παράγονται** σε όλο τον κόσμο χάνεται ή σπαταλάται σε κάποιο σημείο της αλυσίδας εφοδιασμού τροφίμων, από το αγρόκτημα μέχρι το πιάτο. Στην ΕΕ, η ποσότητα αυτή ανέρχεται σε περίπου 87,6 εκατομμύρια τόνους τροφίμων κάθε χρόνο.

κατανάλωση έχουν επίσης σημαντικό αντίκτυπο στο περιβάλλον. Γι' αυτό, ο περιορισμός της απώλειας και της σπατάλης τροφίμων μπορεί να συμβάλει στην καταπολέμηση τόσο της **πείνας** όσο και περιβαλλοντικών ζητημάτων όπως η **κλιματική αλλαγή**.

Ακόμα, η απώλεια και η σπατάλη



λη τροφίμων αυξάνουν τον κίνδυνο επισιτιστικής ανασφάλειας, υποσιτισμού και υπερβολικής χρήσης νερού σε μια εποχή κατά την οποία η πείνα στον κόσμο είναι σε έξαρση.

Οι χώρες της ΕΕ είναι προσηλωμένες στον στόχο βιώσιμης ανάπτυξης των Ηνωμένων Εθνών να **μειωθεί κατά 50%** η

κατά κεφαλήν σπατάλη τροφίμων σε επίπεδο λιανικής πώλησης και καταναλωτή έως το 2030 και να μειωθεί η απώλεια τροφίμων σε ολόκληρη την αλυσίδα παραγωγής και εφοδιασμού.



Απώλεια και σπατάλη τροφίμων: πρόληψη, επαναχρησιμοποίηση και ανακύκλωση

87,6
εκατ. τόνοι
τροφίμων χάνονται και
σπαταλώνται στην ΕΕ
κάθε χρόνο



173 κιλά/άτομο

Οι ανεπάρκειες στην αλυσίδα εφοδιασμού τροφίμων και στην

Προτεραιότητες της Ε.Ε:

Πρόληψη

Επαναχρησιμοποίηση

Ανακύκλωση

Ανάκτηση

Ορισμένες δράσεις σε επίπεδο ΕΕ



καλύτερη παρακολούθηση και συλλογή δεδομένων



έμφαση στην πρόληψη της σπατάλης και απώλειας τροφίμων



διευκόλυνση της δωρεάς απούλητων τροφίμων



τακτική αξιολόγηση της πρόοδου εθνικών μέτρων (2018, 2020)

Συντήρηση τροφίμων χωρίς χημικά συντηρητικά

Το ζήτημα της συντήρησης της τροφής απασχόλησε τον άνθρωπο από τα πρώτα προϊστορικά χρόνια. Οι πρωτόγονοι άνθρωποι έπαιρναν την τροφή τους από το φυτικό κυρίως βασίλειο και τρέφονται κυρίως με φυτά. Το κρέας έπαιζε συμπληρωματικό ρόλο στη διατροφή τους επειδή το κυνήγι ήταν δύσκολο και επικίνδυνο αλλά και εξαιτίας της γρήγορης αλλοίωσης της τροφής. Οι ζωικές τροφές έπρεπε να καταναλωθούν άμεσα γιατί χάλαγαν και γίνονταν επικίνδυνες. Έτσι οι πρωτόγονοι άνθρωποι άρχισαν να αναζητούν τρόπους για να συντηρούν την τροφή τους.

Οι διαδοχικές αλλαγές στον τρόπο ζωής και τις τροφικές συνήθειες προκάλεσαν εξελίξεις και στη συντήρηση των τροφίμων. Σήμερα απαιτείται η μεταφορά και διατήρηση μεγάλης ποικιλίας φρέσκων τροφίμων για μεγάλα χρονικά διαστήματα. Η ανάγκη τροφοδοσίας των μεγαλουπόλεων οδήγησε στη βελτίωση των παραδοσιακών μεθόδων συντήρησης των τροφίμων αλλά και στην εξέλιξη νέων των σύγχρονων.

Οι πιο συνηθισμένες μέθοδοι συντήρησης είναι:

Η κονσερβοποίηση

Η κατάψυξη

Η παστερίωση

Η ξήρανση ή αφυδάτωση

Το αλάτισμα

Ο βρασμός

Το κάπνισμα των τροφίμων

Η ζάχαρη, το αλκοόλ, το ξύδι και το αλάτι ήταν τα φυσικά συντηρητικά για τη διατήρηση φρούτων και λαχανικών στην εποχή τους ώστε να είναι διαθέσιμα όλο το χρόνο αφού τα παλαιότερα χρόνια δεν υπήρχαν ψυγεία.

Σκοπός όλων των μεθόδων συντήρησης, είναι να ανασταλεί η αλλοίωση των τροφίμων που συμβαίνει με την πάροδο του χρόνου. Πολύ γενικά οι αλλοιώσεις αυτές οφείλονται στην οξείδωση που προκαλείται από την επαφή με τον ατμοσφαιρικό αέρα, και στη δράση των μικροοργανισμών.

Είναι γνωστό ότι με το βρασμό σκοτώνονται τα μικρόβια. Βράζοντας λοιπόν το γλυκό ή τη-

μαρμελάδα στην ουσία το αποστειρώνουμε. Αν στη συνέχεια σφραγίσουμε αυτό το προϊόν σε αποστειρωμένο δοχείο δεν μπορούν να εισχωρήσουν νέα μικρόβια.



Η συντήρηση των τυριών

Τα τυριά ανάλογα με την κάθε περιοχή που παράγονταν είχαν και διαφορετικά προβλήματα αλλοίωσης να αντιμετωπίσουν. Συνηθέστεροι τρόποι συντήρησης ήταν το αλάτι, το βράσιμο του γάλακτος, η αποθήκευσή τους σε δροσερά μέρη αλλά και η διατήρησή τους μέσα σε βρασμένο νερό με διάλυμα αλατιού. Η επικάλυψη της εξωτερικής τους επιφάνειας με λίπος ή κερί λειτουργούσε επίσης σαν ικανοποιητική προστασία. Μέχρι και σήμερα οι τρόποι συντήρησης παραμένουν σχεδόν ίδιοι, με βασική διαφορά την προσθήκη πλαστικών επικαλύψεων.

Η συντήρηση των φρούτων

Η διατήρηση των φρούτων είναι μια σχετικά δύσκολη υπόθεση. Η αποξήρανση βοήθησε ώστε κάποια από αυτά, όπως σταφίδες, σύκα, χουρμάδες, να μπορούν να διατηρηθούν σε σχεδόν ξερή μορφή για πολύ περισσότερο καιρό.

Αργότερα ανακαλύφθηκε ότι το βρασμένο νερό μπορούσε να διατηρήσει σε καλή κατάσταση για αρκετό χρονικό διάστημα κάποια φρούτα αν το δοχείο έκλεινε



ερμητικά. Το βράσιμο του νερού σκοτώνει τα περισσότερα από τα μικρόβια που θα βρεθούν μέσα του και γίνεται καταλληλότερο σαν συντηρητικό. Έτσι περίπου ξεκίνησε και η κατασκευή κομπόστας, μαρμελάδας και γλυκών του κουταλιού.

Με αυτό τον τρόπο, αξιοποιούμε τα φρούτα κάθε εποχής όταν υπάρχουν σε αφθονία και τα καταναλώνουμε άλλες εποχές που δεν τα βρίσκουμε. Έτσι δεν αναγκαζόμαστε να καλλιεργούμε με τη χρήση χημικών προϊόντα εκτός εποχής.



Η συντήρηση του κρέατος

Τα παλαιά χρόνια στα χωριά, κάθε οικογένεια, το κρέας που δεν προοριζόταν για άμεση κατανάλωση - καθώς δεν υπήρχαν ψυγεία - το διατηρούσε με διάφορους τρόπους καπνιστό ή παστό ή σε λίπος, σε λουκάνικα κ.λ.π. Τα φυτικά τρόφιμα ήταν σχετικά ανθεκτικά αλλά τα ζωικής προέλευσης είναι αρκετά πιο ευαίσθητα και η εύκολη αλλοίωσή τους προκαλούσε συχνά προβλήματα υγείας. Στην αρχή παρατήρησαν ότι το μαγειρεμένο κρέας άντεχε περισσότερο απ' το ωμό, αλλά και ότι το καπνιστό



άντεχε πολύ περισσότερο. Το αλάτι βοήθησε επίσης στην συντήρηση ψαριών και κρέατος.

Άλλη μέθοδος χρησιμοποιούσε το μαγειρεμένο λίπος σε ένα δοχείο μέσα στο οποίο αποθηκευόταν και κρέας. Το λίπος δεν επέτρεπε στο κρέας να έρθει σε επαφή με τον αέρα κι έτσι γλιτώνε από πιθανές μολύνσεις. Στα σύγχρονα σπίτια των πόλεων μοιάζει σχεδόν ουτοπία όλη αυτή η διαδικασία που απαιτείται για το στέγνωμα των λουκάνικων ή το κάπνισμα του κρέατος. Το ζαμπόν παραμένει η σημερινή επιβίωση αυτής της συνήθειας.

Οι Έλληνες <<έμαθαν>> την ανακύκλωση

Μία πρόσφατη μεγάλη δημοσκόπηση που έγινε από το **ECR Hellas** σε συνεργασία με το **Εργαστήριο Ηλεκτρονικού Επιχειρείν ELTRUN του Οικονομικού Πανεπιστημίου Αθηνών** και στην οποία συμμετείχαν 1.125 άτομα / καταναλωτές έδειξε ότι οι Έλληνες ενδιαφέρονται για την ανακύκλωση, ανακυκλώνουν σε πολύ υψηλό βαθμό, επιβραβεύουν εταιρίες που ενδιαφέρονται για την ανακύκλωση και δηλώνουν διατεθειμένοι να πληρώσουν επιπλέον χρέωση για τα αγαπημένα τους προϊόντα, για το καλό του περιβάλλοντος.

Αναλυτικότερα, οι απαντήσεις των Ελλήνων στη συγκεκριμένη μελέτη:

Το 96% των ερωτηθέντων κατά τις αγοραστικές του αποφάσεις **δίνει βαρύτητα στην τιμή** εξίσου με την **ποιότητα** προσπαθώντας να μεγιστοποιήσει την ποιότητα σε σχέση με τα χρήματα που ξοδεύει. Ενώ το 44% πιστεύει ότι η τιμή είναι μία καλή ένδειξη της ποιότητας του προϊόντος.

Το 80% θα αγόραζε brands τα οποία είναι σε έκπτωση, ενώ η εξαργύρωση των κουπονιών

προκαλεί υψηλά θετικά συναισθήματα στο 61%.

Το 93% των ερωτηθέντων γνωρίζουν ότι οι συσκευασίες μπορούν να ανακυκλωθούν σε νέο υλικό συσκευασίας.

Μόνο 22 άτομα στα 1.125 δεν ανακυκλώνουν τίποτα με το 75% να ανακυκλώνει σε υψηλό βαθμό.

Τα βασικά υλικά που διαχωρίζουν κατά την ανακύκλωση είναι το **πλαστικό**, το **χαρτί**, το **γυαλί** και το **αλουμίνιο**. Το υλικό που θεωρούν ευκολότερο σε ποσοστό 56% να ανακυκλώσουν στην καθημερινή τους ζωή είναι το πλαστικό και ακολουθεί το χαρτί σε ποσοστό 33%.

Μία με τρεις φορές την εβδομάδα είναι η συχνότητα ανακύκλωσης χρησιμοποιώντας τα τρέχοντα συστήματα ανακύκλωσης.

Το 79% των ερωτηθέντων αισθάνονται **θετικά** όσον αφορά **το νέο εγγυοδοτικό σύστημα** συλλογής συσκευασιών από πλαστικό και αλουμίνιο (DRS), το 67% θα μούσε θετικά και θα παρότρυνε κι άλλους να α-

κολουθήσουν το σύστημα ενώ το 77% δείχνει μία θετική πρόθεση να συμμετέχει στο νέο DRS σύστημα.

Γυναίκες καταναλωτές, καταναλωτές που λαμβάνουν σοβαρά υπ' όψιν περιβαλλοντικούς παράγοντες (ανακυκλωσιμότητα, μη υπερβολική συσκευασία, κ. ά) κατά τις αγορές τους καθώς και καταναλωτές που χρησιμοποιούν ευρέως εκπτωτικά κουπόνια, δείχνουν σε μεγαλύτερο ποσοστό θετικά συναισθήματα και θετική συμπεριφορά αναφορικά με το νέο σύστημα DRS.

Το 79% θα διαχώριζε ξεχωριστά τα πλαστικά μπουκάλια και τις συσκευασίες αλουμινίου σε σχέση με τα άλλα ανακυκλώσιμα ώστε να μπορέσει να συμμετέχει στο νέο σύστημα ανακύκλωσης

Στην περίπτωση που η κατανάληψη ενός προϊόντος με περιέκτη από πλαστικό ή αλουμίνιο γίνει στο δρόμο (on the go), το 64% των ερωτηθέντων θα το ανακύκλωνε άμεσα σε κοντινό κάδο ανακύκλωσης χάνοντας στην ουσία την επιστροφή του ποσού της εγγύησης που πλήρωσε κατά την αγορά του.

Οι 17 στόχοι του ΟΗΕ για τη βιώσιμη ανάπτυξη



Ο Οργανισμός Ηνωμένων Εθνών (ΟΗΕ) έχει θέσει 17 Στόχους για να κάνουμε τον κόσμο καλύτερο έως το 2030. Αυτοί, μεταξύ άλλων, περιλαμβάνουν την καταπολέμηση της φτώχειας και των ανισοτήτων, την αντιμετώπιση της κλιματικής αλλαγής, τη συνετή κατανάλωση και πολλά άλλα κρίσιμα θέματα.

Οι Στόχοι δεν τέθηκαν κεκλεισμένων των θυρών από μια ομάδα μυστικών ιθυνόντων. Διαμορφώθηκαν μέσα από τη συνεργασία και των 193 Κρατών Μελών του ΟΗΕ, ΜΚΟ αλλά και ανθρώπων όπως εμείς και δεν αποτελούν απλές υποσχέσεις για το μέλλον. Περιλαμβάνουν συγκεκριμένα σχέδια δράσης για το πώς θα πετύχουμε την αλλαγή, πώς θα τη χρηματοδοτήσουμε και πώς θα εξασφαλίσουμε τη συμμετοχή όλων σε αυτή.

Η ανάληψη δράσης δεν είναι αποκλειστική υπόθεση των κυβερνήσεων, αλλά υπόθεση όλων, κι αυτό περιλαμβάνει κι εμάς. Ξεκινάει από κάτι μικρό που μπορεί να έχει μεγάλες συνέπειες. Έτσι, όσο μεγαλύτερος είναι ο αριθμός εκείνων που είναι ενημερωμένοι για τους Παγκόσμιους Στόχους για τη βιώσιμη ανάπτυξη, τόσο μεγαλύτερη θα είναι κι η επιτυχία τους.

Ας ενημερωθούμε, λοιπόν, όλοι για τους Παγκόσμιους Στόχους,

για το τι είναι και ποιος είναι ο ρόλος τους.

<https://unric.org/el/>

Οι Απόκριες στην Ελλάδα

Απόκριες ονομάζονται οι τρεις εβδομάδες πριν από τη Μεγάλη Σαρακοστή. Ονομάστηκε έτσι, επειδή τη περίοδο αυτή, συνήθίζεται να μην τρώνε κρέας οι Χριστιανοί, δηλαδή «να απέχουν από το κρέας». Ανάλογη με την ελληνική λέξη Αποκριά είναι και η λατινική λέξη Καρναβάλι (Carnaval, carnavale, από τις λέξεις <Carne=κρέας και Vale=περνάει). Τις μέρες αυτές επικρατεί το έθιμο του γλεντιού, της ψυχαγωγίας και του «μασκαρέματος», της μεταμφίεσης. Σε πολλές περιοχές της Ελλάδας, οι Απόκριες συνδέονται με Καρναβαλικές εκδηλώσεις που διοργανώνονται από Δήμους ή Συλλόγους.



Επίσης, στην κεντρική πλατεία πολλών πόλεων αναβιώνει το παλαιό έθιμο με το γαϊτανάκι. Είναι ένας χορός όπου οι χορευτές, ντύνονται με παραδοσιακές στολές και χορεύουν σε κύκλο κρατώντας πολύχρωμες κορδέλες που στερεώνονται

στην κορυφή ενός μακριού κονταριού το οποίο βρίσκεται στην μέση του κύκλου. Καθώς χορεύουν, οι κορδέλες τυλίγονται γύρω από το κοντάρι και μετά ξετυλίγονται.



Η Καθαρά Δευτέρα

Είναι η πρώτη μέρα της Μεγάλης Τεσσαρακοστής και της νηστείας μέχρι την Ανάσταση του Χριστού. Αυτή τη μέρα το σώμα μας καθαρίζει από τα μη νηστήσιμα φαγητά και προετοιμάζεται για το Πάσχα. Οι λαογράφοι θεωρούν ότι είναι ο επίλογος των βακχικών γιορτών της Αποκριάς που αρχίζουν την Τσικνοπέμπτη.

Ο χαλβάς, ο ταραμάς, οι ελιές, οι πίκλες, τα όσπρια και τα θαλασσινά βρίσκονται στην ημερήσια διατάξη. Απαραίτητο συνοδευτικό η λαγάνα, ένα είδος άρτου χωρίς προζύμι, με ελλει-

πτικό σχήμα και αρκετά λεπτό για να ψήνεται εύκολα.

Ο εορτασμός της Καθαράς Δευτέρας στην εξοχή λέγεται Κούλουμα. Απαραίτητο συμπλήρωμα της ημέρας αυτής αποτελεί το πέταγμα του χαρταετού.

Το έθιμο του χαρταετού

Είναι ένα από τα πιο παλιά έθιμα αφού οι πρώτοι χαρταετοί εντοπίζονται πριν τη Γέννηση του Χριστού. Πατρίδα του είναι η μακρινή Ανατολή και η ιστορία του έχει βαθιές ρίζες στην Αρχαία Κίνα, όπου εκεί τον χρησιμοποιούσαν σε θρησκευτικές εκδηλώσεις και σε διάφορες τελετουργίες για τον εξορκισμό του κακού.

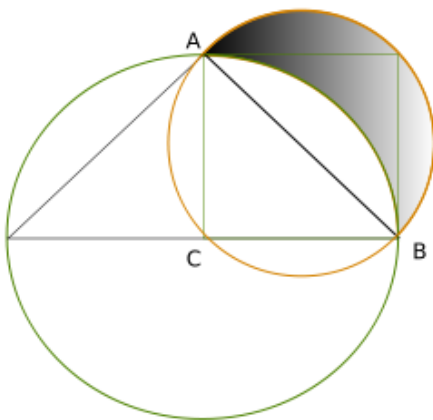
Στην Ελλάδα, δεν είναι απλώς ένα παιχνίδι. Οι χριστιανοί θεωρούν ότι το πέταγμά του συμβολίζει το ανθρώπινο πνεύμα που είναι πλασμένο να πετά στα ουράνια και να έρχεται πιο κοντά στον Δημιουργό. Σύμφωνα με αρχαίες θεωρίες, το πέταγμα του χαρταετού υποδηλώνει την ανάταση, την κάθαρση της ψυχής μετά το διονυσιακό ξεφάντωμα της Αποκριάς.

Τρία άλυτα προβλήματα της αρχαιότητας

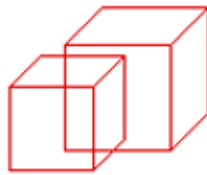
Στα Μαθηματικά υπάρχουν τρία προβλήματα που απασχόλησαν σχεδόν όλους τους γεωμέτρους της αρχαιότητας λόγω της ιδιαιτερότητας στη λύση τους. Τα προβλήματα αυτά δεν μπορούσαν να λυθούν γεωμετρικά δηλαδή με χάρακα και διαβήτη. Επομένως, μπορούσαν να χρησιμοποιηθούν μόνο ευθείες και κύκλοι.

Τα προβλήματα αυτά είναι:

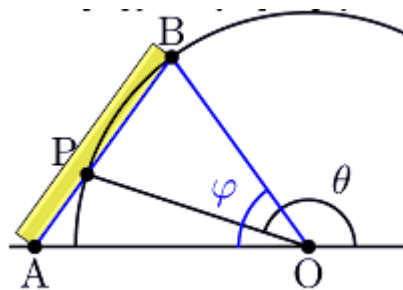
Ο τετραγωνισμός του κύκλου, να κατασκευάσετε με χάρακα και διαβήτη τετράγωνο εμβαδού ίσο με το εμβαδόν δοθέντος κύκλου.



Ο διπλασιασμός του κύβου, να κατασκευαστεί με χάρακα και διαβήτη κύβος όγκου διπλασίου του όγκου δοθέντος κύβου.



Η τριχοτόμηση γωνίας, να χωριστεί με χάρακα και διαβήτη δοθείσα γωνία σε τρία ίσα μέρη.



Οι Αρχαίοι Έλληνες έλυσαν όλα τα παραπάνω προβλήματα χωρίς όμως τον περιορισμό η κατασκευή να γίνει με χάρακα και διαβήτη, δηλαδή εκτός από ευθείες και κύκλους στη λύση χρησιμοποίησαν και άλλες καμπύλες.

Από τότε που τέθηκαν τα παρα-

πάνω προβλήματα πέρασαν περισσότερα από δύο χιλιάδες χρόνια ώσπου οι μαθηματικοί να καταφέρουν να αποδείξουν ότι τα προβλήματα αυτά δεν λύνονται μόνο με χάρακα και διαβήτη.

Οι αποδείξεις στηρίχτηκαν στην ανάπτυξη της Αναλυτικής Γεωμετρίας και της Άλγεβρας. Συγκεκριμένα, η απόδειξη της αδυναμίας λύσης με χάρακα και διαβήτη του προβλήματος του τετραγωνισμού του κύκλου δόθηκε από τον Lindemann το 1882, του διπλασιασμού του κύβου από τον Möbius το 1829 και της τριχοτόμησης της γωνίας από τον Wantzel το 1837.

Τι κρύβεται πίσω από τη φράση «Χρυσή τομή»;

Σχεδόν καθημερινά, χρησιμοποιούμε κάποιες φράσεις, όμως λίγοι γνωρίζουν πως πίσω από αυτές υπάρχει κάποιο γεγονός, συνήθως ιστορικό, που έγινε αφορμή να μείνουν για πάντα στην ...ομιλία μας !

«Χρυσή Τομή»: Χρησιμοποιούμε αυτή τη φράση όταν θέλουμε να βρούμε μια συμβιβαστική λύση που εξυπηρετεί όλους τους εμπλεκόμενους.

Η Χρυσή Τομή είναι το σύμβολο της απόλυτης αρμονίας και συχνά λέγεται ότι εμφανίζεται σε διάφορα αριστουργήματα όπως ο Παρθενώνας, η Πυραμίδα του Χέοπα και η Μόνα Λίζα αλλά και στη φύση.

Στα μαθηματικά, συμβολίζεται με το ελληνικό γράμμα $\varphi (=1,618)$. Πρόκειται για την τομή μίας ευθείας σε δύο μέρη άνισα, τέτοια ώστε το μεγαλύτερο μέρος πολλαπλασιάζεται επί τον εαυτό του να δίνει γινόμενο ίσο προς το γινόμενο, που



$$\frac{AB}{AG} = \frac{AG}{GB} = \varphi$$

προκύπτει από τον πολλαπλασιασμό ολόκληρης της ευθείας επί το μικρότερο μέρος.

Ο Φειδίας έφτιαξε τα αγάλματα του Παρθενώνα ενσωματώνοντας την χρυσή τομή και αιώνες αργότερα ο Φιμπονάτσι έκανε το ίδιο όταν δημιούργησε την διάσημη ακολουθία αριθμών του.

<https://paideia-news.com/>

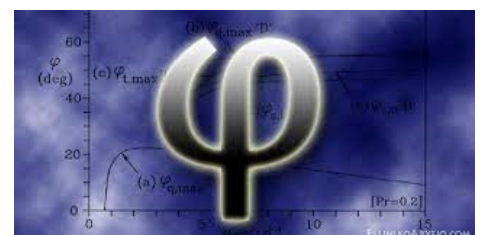
4:9 - Η αναλογία του κάλλους.

Όλος ο Παρθενώνας είναι κατασκευασμένος σύμφωνα με την αναλογία 4:9 που είναι γνωστότερη ως “χρυσή τομή”. Αυτό σημαίνει πως αν πολλαπλασιάσουμε το ύψος του ναού με το 9 και το γινόμενο που θα προκύψει το διαιρέσουμε με το 4, τότε θα έχουμε βρει το πλάτος του ναού.



Ο πρώτος που έκανε λόγο για τη χρυσή τομή, ήταν ο Ευκλείδης. Εντυπωσιακή είναι οπωσδήποτε η σύνδεση της χρυσής τομής με την ακολουθία Φιμπονάτσι. Αυτή είναι η σειρά των αριθμών 0, 1, 1, 2, 3, 5, 8, 13, 21, 34, ... στην οποία κάθε αριθμός προκύπτει από το άθροισμα των δύο προηγούμενων. Διαπιστώθηκε ότι το πηλίκο κάθε αριθμού προς τον προηγούμενό του, τείνει να γίνει φ , όσο μεγαλώνουν οι αριθμοί:

$1/1=1$	$34/21=1,619...$
$2/1=2$	$55/34=1,617$
$3/2=1,5$	$89/55=1,618$
$5/3=1,666...$	
$8/5=1,6$	
$13/8=1,625$	
$21/13=1,615$	



Σκέψου Θετικά!!

Η θετική ψυχολογία έχει στο επίκεντρο τα θετικά γεγονότα και όχι τα αρνητικά, βοηθά στην ενίσχυση των δυνάμεων, ισορροπεί τις θετικές και τις αρνητικές μας πτυχές σε συμπεριφορές ή καταστάσεις και χτίζει στρατηγικές που καλλιεργούν την ελπίδα, όπως η αναγνώριση των ικανοτήτων για να ξεπεράσει κάποιος ένα συγκεκριμένο πρόβλημα.

Τα οφέλη θετικής ψυχολογίας είναι τα εξής:

Ενισχύει τη δέσμευση στην υγεία

Υπάρχουν στιγμές που κάποιος μπορεί να νιώσει

ότι δεν αντέχει άλλο. Αυτό είναι απόλυτα κατανοητό όταν έχει να αντιμετωπίσει τόσο αρνητικά συναισθήματα ή αρνητικές εμπειρίες του παρελθόντος.

Η θετική ψυχολογία προσπαθεί να βοηθήσει το άτομο να δεσμευτεί στη βελτίωση της κατάστασης μέσω των στόχων. Με αυτό τον τρόπο προσπαθεί να κάνει τους ανθρώπους να νιώσουν ότι έχουν ένα μεγαλύτερο σκοπό. Οι άνθρωποι μαθαίνουν να αντιμετωπίζουν τις αντιξοότητες, να είναι παραγωγικοί και να χτίζουν θετικές

σχέσεις με τους άλλους.

Βελτιώνει τις σχέσεις

Οι μελέτες έχουν δείξει ότι οι άνθρωποι με υψηλότερα επίπεδα ευτυχίας έχουν δυνατές και θετικές σχέσεις με την οικογένεια και τους φίλους τους. Είναι σημαντικός ο τρόπος επικοινωνίας με τους άλλους. Όταν συμπεριφερόμαστε θετικά και με ειλικρίνεια, μπορούμε να επικοινωνήσουμε εποικοδομητικά με κάποιον.



Ενδυναμώνει τις προσωπικές ικανότητες

Η θετική ψυχολογία έχει σχεδιαστεί για να δείχνει σε κάθε άνθρωπο ότι έχει δυνάμεις όπως και αδυναμίες. Με αυτό τον τρόπο οι άνθρωποι αποκτούν αυτοπεποίθηση, σιγουριά, έχουν περισσότερη ενέργεια και ενθουσιασμό για τη ζωή και γίνονται πιο ανθεκτικοί.

Περιορίζει την αποτυχία

Η θετική ψυχολογία δεν σημαίνει ότι θα σταματήσουν να συμ-

βαίνουν δυσάρεστα πράγματα στη ζωή σας. Σημαίνει ότι θα αλλάξουμε τρόπο σκέψης για όσα συμβαίνουν στη ζωή μας.

Ο φόβος και η αποτυχία είναι δύσκολα συναισθήματα για πολλούς ανθρώπους. Αν αλλάξουμε τον τρόπο που βλέπουμε την αποτυχία και δεν της δίνουμε τόση αξία, θα νιώσουμε πιο σίγουροι για να αντιμετωπίσουμε τις αντιξοότητες που θα προκύψουν.

Μπορούμε να δούμε την αποτυχία σαν μια ευκαιρία για να μάθουμε και να γίνουμε καλύτεροι. Η αποτυχία είναι ένας ακόμη τρόπος για να γίνουμε πιο δυνατοί.

Θετικές σκέψεις

Κάθε αποτυχία φέρνει μία επιτυχία.

Δεν πειράζει να κάνω λάθη. Μόνο έτσι μαθαίνω.

Μπορώ να καταφέρω τα πάντα αρκεί να πιστέψω στον εαυτό μου.

Αγαπώ τον εαυτό μου ακριβώς όπως είμαι.

Κάθε καινούργια μέρα είναι διαφορετική με νέες εμπειρίες και ευκαιρίες.

E.A N.A

Θέλετε να βάλετε ένα μήλο κάπου ώστε να το βλέπουν όλοι εκτός από έναν.
 Πού πρέπει να τοποθετηθεί το μήλο;



Οι γρίφοι και οι σπαζοκεφαλιές είναι μια δραστηριότητα που οξύνει την φαντασία, το μυαλό και την κριτική σκέψη.

Κρυπτόλεξο με 10 λέξεις της Πληροφορικής

Κ.Β, ΑΔ

Π	Ο	Ν	Τ	Ι	Κ	Ι	Δ	Α	Β	Δ	Α	Α
Ε	Λ	Θ	Α	Φ	Λ	Ε	Ρ	Δ	Ε	Β	Σ	Β
Φ	Α	Η	Ο	Δ	Ι	Α	Δ	Ι	Κ	Τ	Υ	Ο
Α	Χ	Κ	Κ	Ν	Ο	Η	Λ	Ο	Λ	Κ	Ι	Φ
Ρ	Ζ	Μ	Η	Τ	Η	Α	Η	Δ	Τ	Η	Β	Β
Μ	Ω	Υ	Τ	Π	Ρ	Ο	Γ	Ρ	Α	Μ	Μ	Α
Ο	Ν	Γ	Σ	Ο	Μ	Ο	Ν	Α	Δ	Α	Γ	Κ
Γ	Μ	Σ	Τ	Π	Λ	Φ	Γ	Λ	Χ	Ζ	Λ	Χ
Ε	Η	Τ	Γ	Λ	Γ	Π	Τ	Ι	Σ	Τ	Ο	Σ
Σ	Κ	Ω	Δ	Ι	Κ	Α	Σ	Ζ	Ο	Ζ	Ν	Κ
Γ	Τ	Ι	Α	Ζ	Β	Ζ	Γ	Π	Τ	Α	Η	Α
Φ	Η	Λ	Φ	Λ	Σ	Β	Κ	Α	Ρ	Ε	Ω	Ν
Μ	Ν	Η	Μ	Η	Λ	Φ	Τ	Ζ	Γ	Ζ	Η	Ω
Χ	Κ	Κ	Λ	Ψ	Ψ	Β	Ω	Τ	Ν	Τ	Α	Α
Τ	Λ	Τ	Ρ	Ο	Φ	Ο	Δ	Ο	Τ	Ι	Κ	Ο
Σ	Γ	Α	Δ	Κ	Π	Ε	Φ	Β	Β	Λ	Τ	Τ

Η ταυτότητα του σχολείου μας

**Γενικό Λύκειο
Ανδραβίδας**

Ηρώων Πολυτεχνείου 1

Τηλ: 26230-54363

mail@lyk-andrav.ilei.sch.gr

Το Λύκειο της Ανδραβίδας ιδρύθηκε το 1980 και στεγάζεται σε ένα διώροφο, ευρύχωρο κτίριο. Βασική προτεραιότητα του σχολείου μας είναι να κάνει καθημερινή πράξη τον σεβασμό στις αρχές και τους κανόνες που ρυθμίζουν τη σχολική ζωή.

Προσπαθούμε για ένα σχολείο ισονομίας, ισότητας, δημιουργικότητας, όπου οι μαθητές θα έχουν τη δυνατότητα να αναδεικνύουν τα ιδιαίτερα ταλέντα τους και τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά της προσωπικότητάς τους, που θα συνεργάζεται με τους γονείς των μαθητών, θα είναι ανοικτό στην κοινωνία, παρακολουθώντας με ενδιαφέρον και ευαισθησία τα προβλήματα και τις ιδιαιτερότητες της τοπικής κοινότητας.

Λίγα λόγια για την εφημερίδα μας

Η σχολική μας εφημερίδα δημιουργήθηκε το περσινό σχολικό έτος 2021-22 με τη βοήθεια μαθητών της Α' και Β' τάξης του σχολείου μας. Πέρυσι εκδόθηκαν τέσσερα τεύχη και φέτος συνεχίζουμε με τους νέους μαθητές της Α' Λυκείου και αρκετούς από την Β' Λυκείου. Όλα τα τεύχη βρίσκονται αναρτημένα στην ιστοσελίδα του σχολείου μας: <https://blogs.sch.gr/lykandra>

Η δράση αυτή αποσκοπεί στη συμμετοχή των μαθητών στη σχολική πράξη και στην ενθάρρυνση για ανάληψη πρωτοβουλιών και λήψης αποφάσεων. Επίσης, αποσκοπεί στην καλλιέργεια της συνεργασίας και της ικανότητας των μαθητών να

σκέφτονται κριτικά απέναντι σε καταστάσεις και γεγονότα της σύγχρονης κοινωνίας.



Αυτή τη χρονιά, θα προσπαθήσουμε να εμπλέξουμε και τους γονείς σε αυτή τη δράση ώστε να δημιουργηθούν οι κατάλληλες προϋποθέσεις για την αλλαγή της σχέσης του σχολείου με την ευρύτερη τοπική κοινωνία και τη σύνδεσή του με το κοινωνικό και πολιτιστικό περιβάλλον.

Κάθε τεύχος είναι αφιερωμένο σε ένα σύγχρονο ζήτημα που απασχολεί πολλούς από εμάς, όπως το περιβάλλον και η διατροφή, χωρίς αυτό να στερεί την εφημερίδα από την ποικιλία θεμάτων που ενδιαφέρουν και διασκεδάζουν του μαθητές και όχι μόνο.

Θα υπάρχουν σταυρόλεξα, γρίφοι και ακροστιχίδες από τους ίδιους τους μαθητές, αλλά και τα νέα του σχολείου μας.

Καλή ανάγνωση!!