

‘Πρόσεχε να προφέρεις καθαρά τη λέξη
θάλασσα έτσι που να γυαλίσουν μέσα της όλα
τα δελφίνια. Κι η ερημιά πολλή που να χωρά ο
Θεός!’ ”



ΜΑΘΗΤΙΚΟ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ
Δ΄ ΤΑΞΗ 2ου ΔΗΜ. ΣΧ. ΝΕΩΝ ΠΑΛΑΤΙΩΝ
ΜΑΡΤΙΟΣ 2013- ΤΕΥΧΟΣ 1ο

ΠΑΙΔΙΚΕΣ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΕΣ

ΧΑΡΤΑΕΤΟΙ



www.coloringpage101.com

ΤΙΜΗ ΠΩΛΗΣΗΣ : 1€

(δεχόμαστε και περισσότερα)

ΤΑ ΕΣΟΔΑ ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ ΜΑΣ

ΘΑ ΔΟΘΟΥΝ ΓΙΑ ΑΓΟΡΑ ΕΠΟΠΤΙΚΟΥ ΥΛΙΚΟΥ ΤΟΥ ΣΧΟΛΕΙΟΥ ΜΑΣ

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Η Πυροσβεστική στο σχολείο
μας σελ.3

Ο Ωρωπός σελ. 4,5
Αποκριές και Σαρακοστή σελ.
6,7

Βιβλία και ταινίες
σελ.8, 9

Επισκεφτείτε το Μουσείο της
Ακρόπολης , Τα παιδιά
διαδηλώνουν για τα μάρμαρα
του Παρθενώνα σελ. 10

Ταξίδι στο χρόνο σελ. 11

Οδυσσεύς Ελύτης σελ. 12

Συνέντευξη από τις
γυμνάστριες του σχολείου μας
σελ. 13, 14

ΑΠΟΚΛΕΙΣΤΙΚΟ!!!

Συνέντευξη από τις γυμνάστριες του σχολείου μας σελ. 13, 14

Η ΠΑΡΕΑ ΜΑΣ

Γιαννούλης Βασίλειος

Καλλής Παναγιώτης

Κουτσαμπέλας Νικόλαος - Ραφαήλ

Κωνσταντινίδης Μάριος

Κωττάκη Βαρβάρα

Μήλα Κωνσταντίνα

Μπαλουκτσή Έλενα

Μπαρδάκα Γρηγορία

Μυρτάι Κατερίνα

Νούχο Ελένη

Παλτόγλου Ειρήνη- Αικατερίνη

Παπαγεωργίου Λεωνίδα

Πέππα Αργυρούλα

Πιπέρης Απόστολος

Σχίζα Γλυκερία

Τερζούδης Ιάσοντας

Τερόλι Βίκτωρ - Δημήτρης

Τσαρτακλέας Ηλίας

Φαφούτης Ευάγγελος

Φυτάς Ιάσων

Φώτος Παντελής

Χατζηγιάννου Δημοσθένης

Η ΔΑΣΚΑΛΑ ΤΗΣ ΤΑΞΗΣ

Μπαλόκα Μαρία





Η πυροσβεστική κοντά μας!

Οι μαθητές και το διδακτικό προσωπικό του σχολείου μας , το δεύτερο δεκαήμερο του Φεβρουαρίου, είχαν την ευκαιρία να ενημερωθούν με προβολές και βιωματικές δραστηριότητες για το σωστό τρόπο αντίδρασης σε περίπτωση σεισμού ή άλλης έκτακτης ανάγκης.

Ευχαριστούμε πολύ την πυροσβεστική υπηρεσία και ιδιαίτερα τους δυο πυροσβέστες που μας έμαθαν πολλά με ευχάριστο τρόπο!



Και λίγα ανέκδοτα

Μεθυσμένος

- Καλά εσύ είσαι άσχημη!
- Κι εσύ είσαι μεθυσμένος!
- Ναι, αλλά εσύ είσαι πολύ άσχημη!
- Κι εσύ είσαι πολύ μεθυσμένος!
- Ναι , αλλά εγώ αύριο δε θα είμαι!

Δεν πέρασα!

- Μπαμπά , είσαι πολύ τυχερός! Κέρδισες 200 ευρώ!
 - Α, ωραία! Αλλά πώς;
 - Να, θυμάσαι που μου 'πες πως αν περνούσα την τάξη θα μου 'δινες 200 ευρώ; Ε, λοιπόν δεν την πέρασα!
- Χατζηγιάννου
Δημοσθένης

ΩΡΩΠΟΣ

**Είναι παραθαλάσσιο μέρος,
βρίσκεται 50 χλμ. από την Αθήνα
και είναι στην καρδιά μας !**

Η ιστορία του ξεκινά πολύ παλιά,
όταν αποτελούσε το εύρωστο
αγροτικό κέντρο «Γραία».

Σήμερα στην παραλία του
Ωρωπού, υπάρχουν πολλά
ταβερνάκια, εστιατόρια και
καφετέριες ενώ η προβλήτα είναι
το σημείο συνάντησης των
κατοίκων αλλά και των
επισκεπτών. Παγκάκια και πάρκα
δίπλα στην θάλασσα γεμίζουν
ειδικά κατά το σούρουπο και το
μέρος ζωντανεύει.

Αν βρίσκεσαι στην Σκάλα και
προχωρήσεις στην παραλία, μετά
το λιμάνι προς την εκκλησία του
Αγίου Ανδρέα, θα συναντήσεις τις
παλιές φυλακές. Στο χώρο αυτό η
χούντα φυλάκιζε τους πολιτικούς
της αντιπάλους. Ένας απ αυτούς
ήταν ο μουσικοσυνθέτης Μίκης
Θεοδωράκης. Με θέα τον Ευβοϊκό
έγραψε πολλά τραγούδια !



Στα όμορφα χωριά μας θα βρεις
εκκλησίες και μοναστήρια άξια
θαυμασμού και με μεγάλη ιστορία.

Οι επισκέπτες μπορούν να
κολυμπήσουν στις όμορφες ακτές
και να απολαύσουν τη φύση
περπατώντας σε υπέροχες
διαδρομές. Από τις Αφίδνες μέχρι
την Ιπποκράτειο Πολιτεία υπάρχει
μια καταπληκτική διαδρομή που
καταλήγει σε μια λίμνη στην
περιοχή στην οποία ζουν πάπιες
και ελάφια.

Άλλες διαδρομές είναι στο δάσος
του Αυλώνα, στους πρόποδες της
Πάρνηθας, μέχρι την Μαλακάσα κι
από εκεί έως την παραλία του
Ωρωπού.

Ιδανικός όμως περίπατος είναι
αυτός που συνδυάζει τη φύση, την
άσκηση και τα αξιοθέατα. Το δάσος
του Καλάμου, αποτελεί πολύ καλό
προορισμό για τους περιπατητές
που μπορούν να επισκεφθούν το
Αμφιάρειο σε μια κατάφυτη έκταση.
Το Αμφιάρειο είναι το αρχαίο ιερό
του χθόνιου Θεού και ήρωα
Αμφιάραου. Σώζονται το θέατρο,
το ιερό, οι κατοικίες...

Λειτουργήσε, από την αρχαϊκή
περίοδο ως την εποχή που έσβησε
η αρχαία θρησκεία, ως
θρησκευτικό κέντρο.

Αυτός είναι ο τόπος μας!

Μάριος Κωνσταντινίδης
Λεωνίδας Παπαγεωργίου

Ο ποταμός Ασωπός

Υπάρχουν όμως και προβλήματα στον τόπο μας. Ένα από τα προβλήματα αυτά, είναι η ρύπανση του ποταμού Ασωπού από τα τοξικά απόβλητα των εργοστασίων. Πριν από μερικές δεκαετίες οι κάτοικοι ψάρευαν στο ποτάμι και καλλιεργούσαν όλων των ειδών τα φυτά. Ο ήλιος γυάλιζε πάνω στα καθαρά νερά του. Τώρα τα νερά είναι μολυσμένα. Οι κάτοικοι φοβούνται να καλλιεργήσουν τη γη, να πιουν νερό, να κολυμπήσουν στη θάλασσα.

Πολλές προσπάθειες γίνονται για να σταματήσει η ρύπανση του ποταμού .

Άραγε θα μπορέσουν να σταματήσουν και τις συνέπειες για μας;

Γρηγορία Μπαρδάκα

Μάριος Κωνσταντινίδης



Συμβουλές για να ζούμε καλύτερα!

Μην πετάτε τα σκουπίδια σας έξω από τον κάδο, γιατί πάνε οι γάτες και τα σκυλιά τα σκορπίζουν κι έτσι γίνονται εστία μόλυνσης.

Εάν μια σακούλα παρασυρθεί απ' τον αέρα και βρεθεί στη θάλασσα τότε μπορεί μια θαλάσσια χελώνα ή άλλο ζώο να την περάσει για μέδουσα και να τη φάει κι έτσι θα κινδυνέψει η ζωή τους.

Αν δε θέλετε να είστε η αιτία ...

ΜΗΝ ΠΕΤΑΤΕ ΣΚΟΥΠΙΔΙΑ

Κάντε ανακύκλωση! Η πόλη μας έτσι θα ναι καθαρή και θα εξοικονομήσουμε ενέργεια.

Το περιβάλλον μας αφορά όλους! Το δάσος είναι πηγή ζωής και έχουμε όλοι υποχρέωση να το προστατέψουμε από τις πυρκαγιές!

Σας προτείνω να φυτεύετε δέντρα και λουλούδια στους κήπους και στα μπαλκόνια σας γιατί δίνουν ομορφιά και πολεμούν το καυσαέριο των πόλεων.

Κωνσταντίνα Μήλα

Βαρβάρα Κωττάκη

**Εμείς οι κάτοικοι του Ωρωπού
ΑΝΑΚΥΚΛΩΝΟΥΜΕ !
ΞΑΝΑΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΟΥΜΕ !
ΠΡΟΣΤΑΤΕΥΟΥΜΕ ΤΟ
ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ !**



**Έφτασε ο καιρός ... και
να' σου ξανά οι τρελές ,
τρελές αποκριές
ξεπροβάλλουν σκορπώντας
χρώματα, χαρά, γέλιο και
πολλή φαντασία!**

Απόκριες ή Τριώδιο ονομάζονται οι
3 βδομάδες πριν από τη Μεγάλη
Σαρακοστή.

Θα γεμίσουν οι δρόμοι ντυμένους
μασκαράδες, χαρτοπόλεμο και
σερπαντίνες.

Στις πόλεις οργανώνονται
καρναβάλια και οι κάτοικοι
ξεφαντώνουν. Περιβόητο είναι το
καρναβάλι της Πάτρας , της
Πλάκας στο κέντρο της Αθήνας ,
της Θράκης και της Θήβας με το
βλάχικο γάμο. Τα τελευταία χρόνια
το καρναβάλι του Μοσχάτου
καταλαμβάνει την πρώτη θέση
μεταξύ εκείνων των δήμων της
Αττικής.

Ευκαιρία λοιπόν για μια εκδρομή
στην ύπαιθρο και τις παραδόσεις
της.

Βασίλης Γιαννούλης
Βαρβάρα Κωπτάκη

**Κι αν θέλετε ταξιδεύουμε
για να γνωρίσουμε τα πιο
διάσημα καρναβάλια στον
κόσμο.**

Το πιο ιδιαίτερο είναι εκείνο της
Βραζιλίας. Κάθε χρόνο πλήθος
κόσμου επισκέπτεται τη χώρα αυτή
που προσφέρει άφθονο γλέντι και
θέαμα με φαντασμαγορικά άρματα.

Ένα άλλο καρναβάλι σε ταξιδεύει
σε μια θεατρική σκηνή στην Βενετία
της Ιταλίας. Αρλεκίνοι και
μαρκήσιοι βγαλμένοι από μια άλλη
εποχή.

Η Κολομβία και η Νέα Ορλεάνη
προσφέρουν μαγεία και διασκέδαση.

Διαλέξτε ό,τι σας ταιριάζει και
ξεκινήστε!

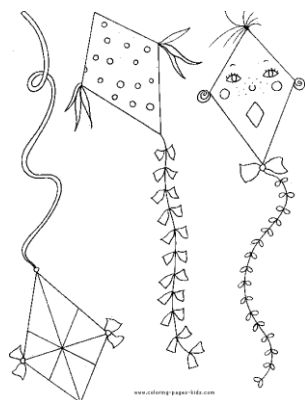
Ειρήνη Παλτόγλου



**Πως θα σας φαινόταν αν τα
ζώα έκαναν καρναβάλι;**

Να σας πω εγώ; Τρελό!!!
Αλλά για δοκιμάστε ! Ντύστε τα
ζώα σας με μάσκες, παπιγιόν ,
φιογκάκια ... πηγαίνετε στο
καρναβάλι της Πάτρας ή αν είστε
για μεγάλα ταξίδια στο Rio De
Janeiro. Να περάσετε τέλεια!
Αργυρούλα Πέππα

Η Μεγάλη Σαρακοστή είναι μία μεγάλη περίοδος νηστείας της εκκλησίας μας . Ονομάζεται Σαρακοστή επειδή γίνεται σε ανάμνηση της σαρανταήμερης νηστείας του Χριστού στην έρημο. Ξεκινά την Καθαρά Δευτέρα και τελειώνει το Μεγάλο Σάββατο. Την Καθαρή Δευτέρα καταναλώνουμε σαρακοστιανά φαγητά και ο ουρανός γεμίζει χαρταετούς.

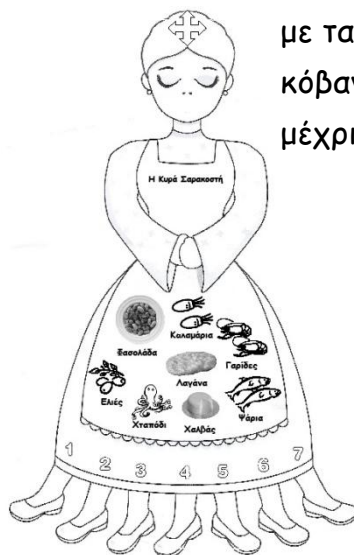


Η κυρά Σαρακοστή είναι ένα έθιμο παλιό. Την παριστάνουν σαν μια καλόγρια που έχει 7 πόδια, γιατί 7 είναι και οι εβδομάδες νηστείας ως το Πασχα. Για να μετράνε τις μέρες της νηστείας την έφτιαχναν από ζυμάρι ή χαρτί και κάθε Σάββατο έκοβαν κι ένα πόδι της. Μπορείς κι εσύ να ζωγραφίσεις την κυρά Σαρακοστή ή να την φτιάξεις από ζυμάρι να την ψήσεις και να την έχεις στολισμένη στο σπίτι σου. Σχίζα Γλυκερία, Νούχο Ελένη, Γιαννούλης Βασίλης

Την κυρά Σαρακοστή μας που είναι έθιμο παλιό οι γιαγιάδες μας τη φτιάχναν με αλεύρι και νερό.

Για στολίδι της φορούσαν στο κεφάλι ένα σταυρό μα το στόμα το ξεχνούσαν γιατί νήστευε καιρό.

Και τις μέρες τις μετρούσαν με τα πόδια της τα εφτά κόβαν ένα τη βδομάδα μέχρι να 'ρθει η Πασχαλιά.



ΤΑΙΝΙΕΣ ΚΑΙ ΒΙΒΛΙΑ

Ο άρχοντας των ταινιών!

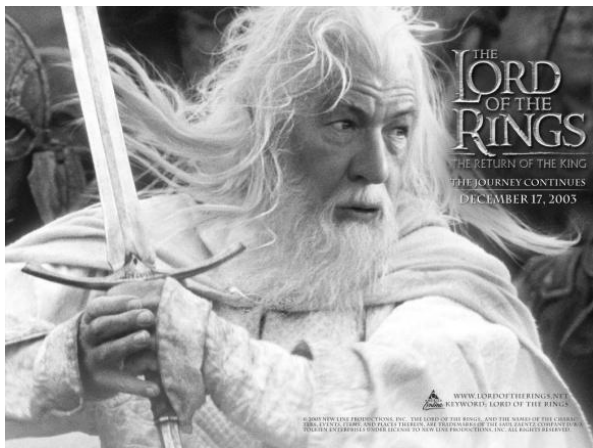
Αν ενδιαφέρεστε για ταινίες , έχω να σας προτείνω μια ωραία! Τον Άρχοντα των δαχτυλιδιών. Είναι μια ταινία μάχης με κάστρα και μαγεία.

Αναφέρεται στην εποχή των μάγων, των ηρώων και των ιπποτών. Οι πρωταγωνιστές είναι ένα ξωτικό, ένας νάνος , ένας άνθρωπος και τέσσερα χόμπιτ που προσπαθούν να εξοντώσουν όλα τα τέρατα που εμφανίζονται μπροστά τους και πάνε σε ένα ηφαιστειο για να καταστρέψουν το μαγικό δαχτυλίδι.

Την ταινία την έχω δει και είναι συναρπαστική.

*Γι αυτό μην τεντελιάζετε!
Σηκωθείτε τώρα από τα κρεβάτια σας και πηγαίετε στον κινηματογράφο να εντυπωσιαστείτε!*

Ιάσοντας Φυτάς



Μην δείτε αυτήν την ταινία!

Η ταινία λέγεται " Το στοιχειωμένο πάρκο". Πήγα στον κινηματογράφο με δυο φίλες μου. Ήταν τρομαχτικά! Αρχισαν να κουνιούνται τα καθίσματα και φυσούσε αέρας... φοβήθηκα πάρα πολύ!

Γι αυτό μην βλέπετε τρομακτικές ταινίες!

Έλενα Μπαλουκτσή

Το ημερολόγιο ενός σπασίκλα

Σας προτείνω να διαβάσετε το βιβλίο του Τζεφ Κίνι. Μπορούν να το διαβάσουν μικροί και μεγάλοι. Ήρωας είναι ο Γκρεκ , ο μεσσαιός γιος μιας αμερικάνικης οικογένειας και περιγράφονται οι περιπέτειές του στο γυμνάσιο μαζί με το φίλο του Ράουλι. Έχει μια αυστηρή μαμά κι έναν μπαμπά που παίζει με στρατιωτάκια. Σας συμβουλεύω να διαβάσετε όλα τα βιβλία γιατί έχουν πολύ πλάκα. Εγώ έχω φτάσει στο έβδομο βιβλίο!

Βαγγέλης Φαφούτης

Ο μικρός πρίγκιπας

Ταξιδέψτε με τον Μικρό Πρίγκιπα και θα συναντήσετε την μικρή του αλεπού και το τριανταφυλλάκι του, στο διάστημα, στους πλανήτες...

Τα υπόλοιπα θα τα ανακαλύψετε μόνοι σας.

Αργυρούλα Πέππα



Σκανταλιές κι ανοησίες για ένα γλυκό κεράσι!

Ένα βιβλίο που θα σε εντυπωσιάσει και θα σε παρασύρει με την ιστορία του και τις εικόνες του.

Σε μια βόλτα στο βιβλιοπωλείο της γειτονιάς μου το είδα και τράβηξε το βλέμμα μου.

Είναι μια γλυκιά περιπέτεια όπου ο συγγραφέας Μάνος Κοντολέων αφηγείται την ιστορία ενός παιδιού που μαζεύει κεράσια μαζί με τον παππού του σε ένα χωριό του Τηλίου.

Πιστεύω ότι θα σας μαγέψει η ανάγνωσή του όπως κι εμένα και σας προσκαλώ να το διαβάσετε.

Ειρήνη Παλτόγλου

Πώς και γιατί πλανήτης γη των εκδόσεων Ελληνικά γράμματα.

Το μικροσκοπικό κολιμπρί είναι το μικρότερο πουλί στο κόσμο. Ζυγίζει μόνο 2 γραμμάρια και κάθε χρόνο μεταναστεύει από την Αλάσκα στο Μεξικό. Κάνει το πιο μεγάλο ταξίδι από κάθε άλλο πουλί.

Έχει τους πιο δυνατούς μύες από κάθε άλλο ζώο. Οι μύες έχοντας μια εκπληκτική δύναμη "καίνε" 133 βατ για κάθε κιλό του βάρους του. Σύγκρινέ το με τους μυς ενός μαραθωνοδρόμου που χρησιμοποιεί 15 βατ για κάθε κιλό.

Αποστόλης Πιπέρης

Τα ψηλά βουνά

Σας προτείνω ένα ωραίο βιβλίο του Ζαχαρία Παπαντωνίου που θα σας αρέσει και θα ξεκουράζεται το μυαλό σας από τη δουλειά. Θα μάθετε αστείες ιστορίες που αρέσουν σε μικρούς και μεγάλους. Το βιβλίο αναφέρεται σε κάτι παιδιά που πήγαν διακοπές σε ένα βουνό, μαζί με το σκύλο τους τον Γκέκα, κι έμαθαν πολλά κι ενδιαφέροντα πράγματα για τη φύση. Να διαβάσετε αυτό το βιβλίο και θα δείτε ότι θα σας αρέσει πολύ!

Ιάσοντας Τερζούδης

Η επίσκεψή μας στο Μουσείο της Ακρόπολης

Πριν λίγες μέρες πήγαμε με το σχολείο στο Μουσείο της Ακρόπολης. Εντυπωσιαστήκαμε!!! Είναι φανταστικό μέρος! Είδαμε από μακριά το βράχο με τα σπουδαία αυτά μνημεία. Η ξεναγός μάς εξηγούσε την ιστορία των γλυπτών που βλέπαμε. Είδαμε αγγεία, λυχνάρια, παλιές σφυρίχτρες και εντυπωσιακά αγάλματα.

Ήταν μια όμορφη μέρα που δε θα ξεχάσουμε ποτέ!
Τερόλλι Δημήτρης

Οι κόρες του κάστρου

Μια μέρα ένας Άγγλος άρχοντας ανέβηκε στην Ακρόπολη για να βγάλει και να πάρει μαζί του τις έξι μαρμάρινες κόρες. Πήρε τη μία κι άφησε παραγγελιά στους Τούρκους να πάνε τη νύχτα να βγάλουν και να κουβαλήσουν και τις άλλες.

Πραγματικά τη νύχτα πήγαν οι Τούρκοι να πάρουν τις κόρες αλλά, όταν ανέβηκαν στην Ακρόπολη, κόντεψαν να τρελαθούν από το φόβο τους. Οι μαρμάρινες κόρες έκλαιγαν και φώναζαν την αδελφή τους που την είχαν χάσει κι όλος ο τόπος αντηχούσε από τα μοιρολόγια τους. Τό'βαλαν στα πόδια οι Τούρκοι κι ούτε που θέλησαν ποτέ να πειράξουν τις κόρες.

Ζωή Βαλάση "Το τεσσεραφύλλι"



**« Bring them back, you
hear? »»**

Στην επίσκεψή τους στο Βρετανικό Μουσείο πριν λίγες μέρες, μαθητές από την Κόρινθο τάχθηκαν υπέρ της επιστροφής των μαρμάρων του Παρθενώνα, σηκώνοντας σημαίες και φωνάζοντας συνθήματα. Οι νεαροί μαθητές φώναζαν το σύνθημα «Bring Them Back» μπροστά από τα γλυπτά. Στη συνέχεια παρέδωσαν στο διευθυντή του Μουσείου επιστολές, στις οποίες εξέφραζαν το αίτημα για την επιστροφή των μαρμάρων.



Ένα από τα 7 Θαύματα του αρχαίου κόσμου

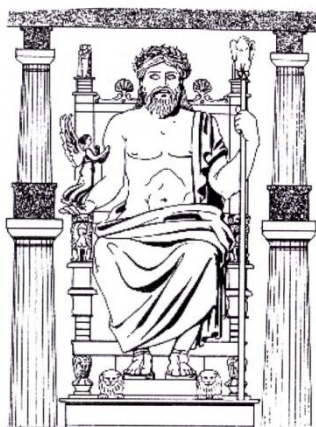
Ταξιδεύοντας στο χρόνο θα μπορούσαμε να συναντήσουμε το χρυσελεφάντινο άγαλμα του Δία στην Ολυμπία. Κατασκευάστηκε από το γλύπτη Φειδία το 460 π.Χ. και μόνο η κεφαλή του αγάλματος ήταν 2 μέτρα. Το ύψος όλου του αγάλματος ήταν πάνω από 40 μέτρα! Το άγαλμα καθόταν πάνω σε έναν χρυσελεφάντινο θρόνο ενώ στο ένα χέρι κρατούσε το σκήπτρο του και στο άλλο μια φτερωτή θεά.

Για δύο αιώνες μπροστά στο άγαλμα του Δία στεφανώνονταν οι αθλητές των Ολυμπιακών αγώνων με δάφνινο στεφάνι αγριελιάς.

Ο θρόνος πάνω του είχε πολλές ζωγραφιές. Μια από αυτές ήταν η γέννηση της Αφροδίτης, της θεάς της ομορφιάς.

Στην αρχαιότητα η αξία του ήταν 300 τάλαντα, ενώ σε ευρώ θα ήταν πολλές φορές πολλαπλάσια του. Όποιος έμπαινε μέσα στο ναό το πρώτο πράγμα που συναντούσε ήταν αυτό.

Για φανταστείτε πόσο χρήσιμο και κερδοφόρο θα ήταν αν υπήρχε αυτό το άγαλμα στις μέρες μας!
Νίκος Κουτσαμπέλας



Τα θαύματα του σύγχρονου κόσμου

Η μεγαλύτερη υποθαλάσσια σήραγγα του κόσμου βρίσκεται κάτω από το στενό της Μάγχης, ανάμεσα στη Γαλλία και την Αγγλία. Το μήκος της σήραγγας ξεπερνά τα 50 χλμ. κι από αυτά τα 38 βρίσκονται κάτω από τον πυθμένα της θάλασσας.

Ο σταθμός Γκραν Σέντραλ Τέρμιναλ στη Νέα Υόρκη είναι ο πιο μεγάλος σταθμός τρένων στον κόσμο. Έχει 44 πλατφόρμες.

Κατερίνα Μυρτάι

«Η αεροπλοΐα δεν ήταν ούτε βιομηχανία ούτε επιστήμη. Ήταν ένα θαύμα»- Ιγκόρ Σικόρσκι

Οι αδελφοί Ράιτ κατασκεύασαν το πρώτο επιτυχημένο αεροπλάνο στον κόσμο. Η πρώτη πτήση έγινε στις 17 Δεκεμβρίου 1903 και είχε διάρκεια 12 δευτερόλεπτα. Από τότε έχουν αλλάξει πολλά. Τα αεροπλάνα έχουν γίνει απαραίτητα κι ασφαλές μέσο μεταφοράς. Έτσι μπορούμε να πάμε σε όποιο μέρος θέλουμε γρήγορα και ξεκούραστα.
Παναγιώτης Καλλής

Ο βραβευμένος με Νόμπελ Οδυσσέας Ελύτης γεννήθηκε στις 2 Νοεμβρίου του 1911 και υπήρξε ένας από τους σημαντικότερους Έλληνες ποιητές με πολλές διακρίσεις στο ενεργητικό του. Σημαντικότερες το βραβείο Νόμπελ Λογοτεχνίας το 1979 και το Κρατικό Βραβείο Ποίησης το 1960.

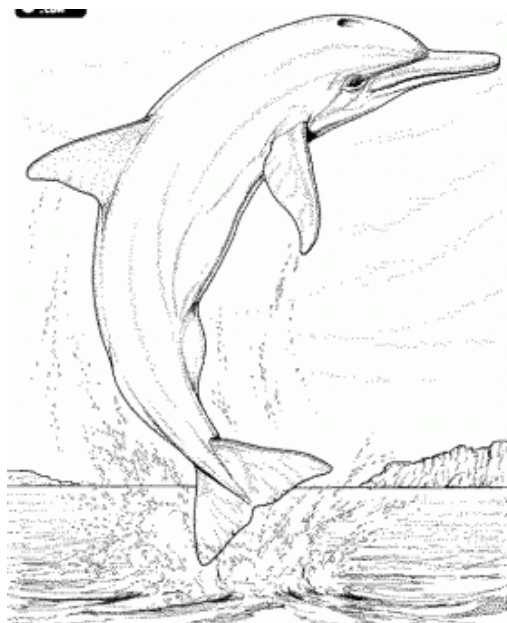
Έγινε γνωστός για τα ποιητικά του έργα Άξιον Εστί, Ήλιος ο πρώτος, Το Μονόγραμμα, Ο μικρός ναυτίλος, Τα Ρω του Έρωτα και Προσανατολισμοί.



" Αλλά με τις ξόβεργες μπορεί να πιάνεις πουλιά, δεν πιάνεις ποτέ το κελαηδητό τους. Χρειάζεται η άλλη βέργα, της μαγείας, και ποιος μπορεί να την κατασκευάσει αν δεν του 'χει από μιας αρχής δοθεί;"



"Πρόσεχε να προφέρεις καθαρά τη λέξη θάλασσα έτσι που να γυαλίσουν μέσα της όλα τα δελφίνια. Κι η ερημιά πολλή που να χωρά ο Θεός!"



Συνέντευξη από τη γυμνάστρια μας την κυρία Μαρία Κριάλη

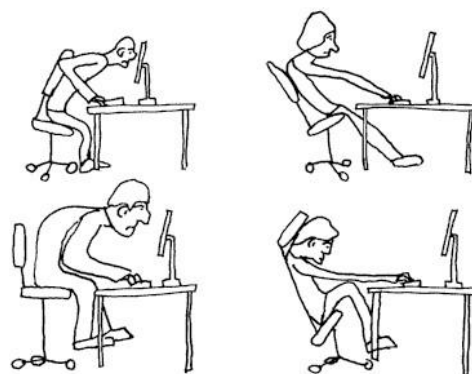
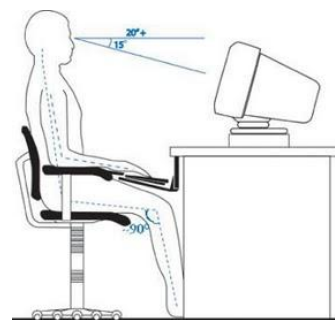
- Πού γεννηθήκατε και μεγαλώσατε και πόσα χρόνια είστε στον Ωρωπό;
- Γεννήθηκα και μεγάλωσα στην Αθήνα. Στον Ωρωπό ζω τα τελευταία 6 χρόνια.
- Σας άρεσε η γυμναστική όταν ήσασταν μικρή και ποιο ήταν το αγαπημένο σας παιχνίδι;
- Η γυμναστική άρχισε να μ' αρέσει στο γυμνάσιο γιατί όταν ήμουν στο δημοτικό δεν υπήρχε στο ωρολόγιο πρόγραμμα! Αγαπούσα πολύ το βόλεϋ!
- Πόσα χρόνια κάνετε αυτό το επάγγελμα ;
- Εργάζομαι ως γυμνάστρια από τότε που πήρα το πτυχίο μου δηλαδή σχεδόν 20 χρόνια.
- Πως αισθάνεστε όταν την ώρα της γυμναστικής κάνουμε φασαρία ή τσακωνόμαστε;
- Αισθάνομαι ότι ο Ηρώδης είχε δίκιο(!) Άλλοτε πάλι αναρωτιέμαι μήπως το λάθος είναι δικό μου. Πάντως κατά κανόνα το διασκεδάζω!
- Έχετε συμβουλές να μας δώσετε για τη σωστή στάση του σώματος και τη διατροφή ;
- Για να κάθομαι σωστά θα πρέπει το ύψος του καθίσματος να είναι τέτοιο , ώστε η γωνία που σχηματίζεται στα γόνατα να είναι ορθή (90 μοίρες). Κάθομαι πίσω για να έχω σωστή στήριξη στην πλάτη και δεν καμπουριάζω.

Σημαντικό είναι ο υπολογιστής ή το βιβλίο που έχω μπροστά μου για να διαβάσω να βρίσκεται στο ύψος των ματιών.

Κουβαλάτε πάντα την τσάντα σας στην πλάτη και όχι στον έναν ώμο. Αν είναι πολύ βαριά προτιμήστε μια τσάντα με ροδάκια.

Συμβουλές διατροφής

- Τρώτε τα πάντα με μέτρο
- Αρχίστε με καλό πρωινό και συνεχίστε με μικρά και συχνά γεύματα.
- Προτιμήστε το σπιτικό φαγητό.
- Παιζτε πραγματικά παιχνίδια με πραγματικούς φίλους αντί να κάθεστε στον υπολογιστή και να μασουλάτε μπροστά στην οθόνη.



BAD POSTURE (EXAMPLES OF)

Συνέντευξη από τη γυμνάστρια μας στο ολοήμερο την κυρία Μαρία Τσιουρβή

- **Κυρία Μαρία, σας αρέσει το επάγγελμά σας;**
- Είναι υπέροχο, γιατί έχεις να κάνεις με παιδιά. Η γυμναστική είναι το αγαπημένο μάθημα των παιδιών!
- **Είναι δύσκολο να είναι κάποιος γυμναστής;**
- Έχει δυσκολίες όπως και τα υπόλοιπα επαγγέλματα.
- **Τα παιδιά είναι άταχτα;**
- Παντού υπάρχουν οι εξαιρέσεις στον κανόνα, άλλοτε περισσότερες κι άλλοτε λιγότερες!
- **Προσέχετε τη διατροφή σας; Τι μας συμβουλεύετε;**
- Εννοείται, ότι πρέπει να τρώμε υγιεινά και σε ποσότητες που είναι ανάλογες με την κίνηση που έχει ο καθένας στην καθημερινότητά του.
- **Ευχαριστούμε πολύ!**
Τσαρτακλέας Ηλίας



Λίγο απ' όλα

Ξανθιά στο ταξί

- Που μένεις;
- Στο σπίτι μου!

Γιατί οι ξανθές δεν μπορούν να γράψουν το 33;

Γιατί δεν ξέρουν ποιο 3 να βάλουν πρώτο.

Πώς λέγεται το αμάξι που ανεβαίνει στο βουνό;
Καρ-βουνο!

Πώς λέγεται το αμάξι που ζει;
Καρ-που-ζι!

Πώς λέγεται η γυναίκα που γεννάει 3 παιδιά;

Γεννήτρια!

Λεωνίδας Παπαγεωργίου

