



ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΝΕΑΣ ΙΩΝΙΑΣ



ΤΕΥΧΟΣ 4ο • ΑΠΡΙΛΙΟΣ-ΜΑΙΟΣ-ΙΟΥΝΙΟΣ-ΙΟΥΛΙΟΣ 2004

ΠΡΟΤΥΠΟ ΛΟΓΙΣΤΙΚΟ ΓΡΑΦΕΙΟ



- ΜΗΧΑΝΟΡΓΑΝΩΣΗ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΩΝ
- ΕΠΙΒΛΕΨΗ Α.Ε.
- ΤΗΡΗΣΗ ΒΙΒΛΙΩΝ Α,Β,Γ
- ΦΟΡΟΛΟΓΙΚΕΣ ΔΗΛΩΣΕΙΣ

Π. ΠΑΝΑΓΙΩΤΟΠΟΥΛΟΣ
Α. ΠΑΡΑΣΚΕΥΟΠΟΥΛΟΣ
Χ. ΧΟΜΠΑΣ

ΑΓ. ΦΩΤΕΙΝΗΣ 46, Ν. ΙΩΝΙΑ
ΤΗΛ. 210-2796491-165-447
ΠΑΡΑΠΛΕΥΡΩΣ ΕΦΟΡΙΑΣ Ν. ΙΩΝΙΑΣ

ΝΑΣΤΑΣΙΑ

fashion club

ΓΥΝΑΙΚΕΙΑ ΕΝΔΥΜΑΤΑ
ΛΞΕΣΟΥΑΡ

ΕΛ. ΒΕΝΙΖΕΛΟΥ 103, Ν. ΙΩΝΙΑ
ΤΗΛ.: 210-2777563
ΑΓ. ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ 14 - Ν. ΙΩΝΙΑ
ΤΗΛ.: 210-2718003

ΑΠΟΣΤΟΛΙΔΗΣ ΚΩΣΤΑΣ

- | | |
|--|--------------------|
| ◆ Ζάντες | ◆ Ελατήρια |
| ◆ Ελαστικά | ◆ Ορυκτέλαιο |
| ◆ Μοτοελαστικά | ◆ Μπαταρίες |
| ◆ Ευθυγραμμίσεις
μπροστινού
συστήματος | ◆ Κατολύτες |
| ◆ Αμορτισέρ | ◆ Εξαμίσεις |
| | ◆ Λάμπες |
| | ◆ Υαλοκαθαριστήρες |

ΚΤΕΟ



Άτοκες δόσεις
από 6-12 μήνες
Σας συμφέρει!

Μακεδονίας 8, Ν. Ιωνία
Τηλ. 210-2520228

Πωλήσεις Φωτογραφικών Ειδών

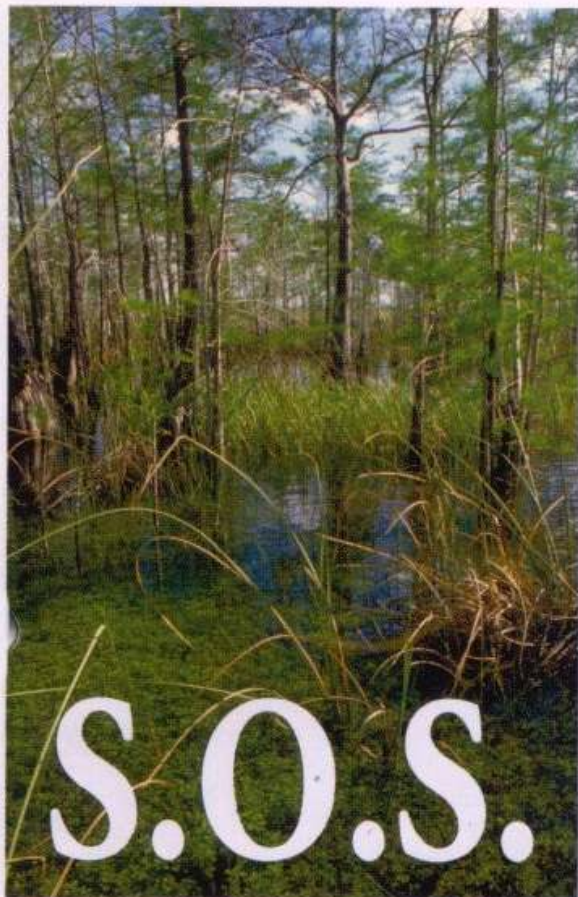


**ΣΙΜΟΣ
ΚΟΝΤΑΡΑΣ**

σε **30'**

εμφάνιση - σκτύπωση

ΕΛ. Βενιζέλου 128, Ν. Ιωνία
Τηλ. 210-2775363, Κιν. 697 4477896



ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ S.O.S.

Η φύση είναι πηγή πλούτου, υγείας, επιστημονικής έρευνας και καλλιτεχνικής δημιουργίας. Ο βιομήχανος παίρνει από εκεί τις πρώτες ύλες, ο καλλιτέχνης εμπνέεται, ο φυσιολόγος παίρνει θέματα για έρευνα.

Όμως τα τελευταία χρόνια παρατηρείται τεράστια μόλυνση και ρύπανση του φυσικού περιβάλλοντος, γιατί ο άνθρωπος κάνει αλόγιστη χρήση του φυσικού πλούτου. Η τεχνική και η βιομηχανική ανάπτυξη καταστρέφουν, μολύνουν και ρυπαίνουν το φυσικό περιβάλλον.

Η προστασία του είναι υπόθεση όλων μας, γιατί η φύση είναι το σπίτι μας. Ο άνθρωπος κοντά στη φύση αναζωογονείται, έχει σωματική και ψυχική υγεία, ξεκουράζει το μυαλό του, χαλαρώνει το νευρικό του σύστημα, φεύγει μακριά από τον έντονο ρυθμό της ζωής και το άγχος της πόλης και εξασφαλίζει ηρεμία και ποιότητα ζωής.

Το φυσικό περιβάλλον μολύνεται, καταστρέφεται και ρυπαίνεται από την απληστία του ανθρώπου.

Οι θάλασσες γεμίζουν με λύματα από απόβλητα των εργοστασίων και των σπιτιών, το ίδιο και η ατμόσφαιρα.

Η χλωρίδα και η πανίδα εξαφανίζεται από την εγκληματική μας αδιαφορία, ενώ μεγάλη ρύπανση σημειώνεται από τη χρήση των γεωργικών φαρμάκων που δεν αφομοιώνονται από τη γη. Αλλά το σπουδαιότερο έχει μολυνθεί ο αέρας που αναπνέουμε.

Οι σκόνης, οι καπνοί, η βενζίνη και τα λοιπά δηλητήρια που παράγονται από αναθυμιάσεις των σαπισμένων ζωικών και φυτικών προϊόντων ή των διαφόρων χημικών ουσιών, διατηρούν συνεχώς μολυσμένη την ατμόσφαιρα των αστικών κυρίως κέντρων. Ο μολυσμένος αέρας δηλητηριάζει τον οργανισμό και σαπίζει τους πνεύμονες. Γίνεται αιτία για πολλές αρρώστιες και κυρίως του καρκίνου.

Από την άλλη μεριά η νχορύπανση που παρατηρείται στις μεγαλουπόλεις και στις βιομηχανικά αναπτυγμένες περιοχές διεγείρει σε μεγάλο βαθμό το νευρικό μας σύστημα, με αποτέλεσμα να είμαστε συνεχώς νευρικοί και αγχωμένοι.

Κάθε μέρα που περνά το πρόβλημα της ατμόσφαιρας γίνεται συνεχώς και μεγαλύτερο. Θα πρέπει οι επιστήμονες, οι πολιτικοί, οι βιομήχανοι να ασχοληθούν σοβαρά με το θέμα.

Κρούει ο κώδων του κινδύνου για το ανθρώπινο γένος. Μήπως ο πλανήτης μας και το ανθρώπινο γένος βαδίζουν προς την εξαφάνιση;

Ας προβληματισθούμε.

Τσεσμελής Θεόδωρος



ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ Ν. ΙΩΝΙΑΣ

ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΗ ΕΚΔΟΣΗ

ΤΕΥΧΟΣ 4ο-Απρίλιος 2004

ΔΙΑΝΕΜΕΤΑΙ ΔΩΡΕΑΝ

ΜΕΣΟΛΟΓΓΙΟΥ 40, Ν. ΙΩΝΙΑ

ΤΗΛ. 210 2775367

www.ionianet.gr/foni

e-mail: fyonion@ath.forthnet.gr

Υπεύθυνος έκδοσης

Θεόδωρος Τσεσμελής

Σύμβουλος έκδοσης

Βασίλης Μαγκαναδέλλης

(ΙΩ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΕΣ)

Art Director

Ανθή Πανούση

Παραγωγή

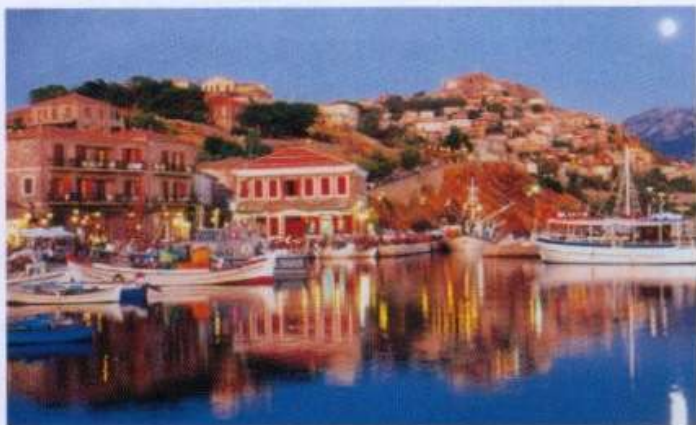
ΙΩΝΙΚΗ ΕΚΔΟΤΙΚΗ

Τηλ. 210-27771777



Εκδηλώσεων

ΑΠΡΙΛΙΟΣ - ΜΑΪΟΣ - ΙΟΥΝΙΟΣ - ΙΟΥΛΙΟΣ



Λέσβος - Αϊβαλί - Πέργαμος

ΕΚΔΡΟΜΗ ΑΡΙΘΜΟΣ 1357
ΠΑΣΧΑΛΙΝΗ ΕΚΔΡΟΜΗ ΜΥΤΙΛΗΝΗΣ
8/4/2004 ΕΩΣ 13/4/2004

Μεγάλη Πέμπτη 8/4/2004

- Αναχώρηση πολύ πρωί από τη Νέα Ιωνία για το Αεροδρόμιο «Ελ.Βενιζέλος»
- Άφιξη στη Μυτιλήνη γύρω στις 7.30 π.μ.
- Επιβίβαση σε πλοιάριο με προορισμό το Αϊβαλί της Μ.Ασίας.
(Οι βαλίτσες παραμένουν μέσα στο πούλμαν)
- Περιήγηση στο Αϊβαλί (Παζάρι) και στην Πέργαμο, με συνοδεία ξεναγού.
- Επιστροφή στο ξενοδοχείο - δείπνο.

Μεγάλη Παρασκευή 9/4/2004

- Ολοήμερη εκδρομή στην Καλλονή-Μονή Λειμώνος- Βατούσα-Άντισσα-Σίγρι και Απολιθωμένο Δάσος.
- Επιστροφή στο ξενοδοχείο
- Παρακολούθηση Επιταφίου
- Δείπνο στο ξενοδοχείο.



Μεγάλο Σάββατο 10/4/2004

- Ολοήμερη εκδρομή σε Αγιάσο- Πέτρα- Μόλυβο-Συκαμιά- Μανταμάδος (Ταξιάρχης)
- Επιστροφή στο ξενοδοχείο.
- Παρακολούθηση της Ανάστασης.
- Πασχαλινό δείπνο στο ξενοδοχείο.

Κυριακή του Πάσχα 11/4/2004.

- Παραμονή στο ξενοδοχείο.
- Το μεσημέρι Πασχαλινό γεύμα με αρνιά στη σούβλα και ζωντανή μουσική.

Δευτέρα του Πάσχα 12/4/2004.

- Επίσκεψη σε Άγιο Ραφαήλ (Πανηγύρι)
- Περιήγηση στην πόλη της Μυτιλήνης.
- Επιστροφή στο ξενοδοχείο.

Τρίτη του Πάσχα 13/4/2004.

- Το πρωί αναχώρηση για την Αθήνα.

Αρχηγός : Θόδωρος Τσεσμελής

2004 & Εκδρομών



ΠΑΣΧΑ - ΤΩΝ ΕΛΛΗΝΩΝ ΠΑΣΧΑ

Η πρώτη μεγάλη γιορτή της Άνοιξης, μία αναγέννηση μεταφορικά και κυριολεκτικά. Ποιος αλήθεια δεν περιμένει, πως & πως, αυτές τις άγιες μέρες, προκειμένου να εγκαταλείψει την πόλη, για να περάσει το Πάσχα στην εξοχή, ας είναι και το χωριό που κατάγεται, αλλά και στα νησιά μας, που αυτή την εποχή είναι πανέμορφα.

Το φαγητό βέβαια βρίσκεται στο επίκεντρο των εορταστικών εκδηλώσεων, αν και τα πασχαλινά εδέσματα ποικίλουν από τόπο σε τόπο. Πάντως το ψητό, αρνιά στην σουβλα ή στο φούρνο, τα κόκκινα αυγά, τα κοκορέτσια, τα κουλουράκια και τα τσουρέκια, σέρνουν το χορό της μεγάλης γιορτής.

Το Πασχαλινό παραδοσιακό τραπέζι στην Ελλάδα, παρά τις διαφορές από περιοχή σε περιοχή, αντανακλά παντού την παμπάλαια σοφία, ότι τίποτα δεν πρέπει να πηγαίνει χαμένο, και ειδικά τα εντόσθια του αρνιού και τα εντεράκια του. Εάν μάλιστα κάποιος έχει νηστέψει επί 40 ημέρες, απέχοντας από την κρεατοφαγία και τα γαλακτοκομικά προϊόντα, τότε γίνεται ακόμα πιο έντονη αυτή η αίσθηση της απόλαυσης.

Τα τοπικά Πασχαλινά εδέσματα καθιερώθηκαν στην Ελλάδα σύμφωνα με το φυσικό περιβάλλον, τη γεωγραφική θέση, τη μορφολογία του εδάφους, τα προϊόντα που παράγει κάθε περιοχή, καθώς και από τις ρίζες, τα έθιμα και τις γευστικές συνήθειες κάθε πληθυσμού.

Αυτές οι μέρες είναι ένας γαστρονομικός εορτασμός της Άνοιξης, εποχή κατά την οποία, η φύση ξεχειλίζει από βλάστηση και χρώματα. Φρέσκα μυρωδικά, αυγά, τυριά και πλούσια αρωματισμένα ψωμιά, έχουν σημαντική θέση στο τραπέζι, αλλά το γεύμα περιστρέφεται γύρω από το κρέας και συγκεκριμένα τα αρνιά και τα κασιόκια, να γυρίζουν στη σουβλα, που στην πραγματικότητα είναι Ρουμελιώτικο και Μωραϊτικό έθιμο. Η συνήθεια αυτή υιοθετήθηκε και στις υπόλοιπες περιοχές, πιο πολύ επειδή είχε τον χαρακτήρα της γιορτής και της καλής παρέας.

Η αλήθεια είναι πως το Πασχαλινό τραπέζι αντικατοπτρίζει την παράδοση και τις αλήθειες της φύσης.

Το ορθόδοξο Ελληνικό Πάσχα είναι η σημαντικότερη από τις γιορτές των Ελλήνων, αλλά και η πιο χαρμόσυνη.

ΚΑΛΟ ΠΑΣΧΑ
Χρυσούλα Χομπά



Εκδηλώσεων & Εκδρομών

Βουραϊκός Καλάβρυτα
21/10/2001



Καλάβρυτα Βουραϊκός

Εκδρομή 1358
18/4/2004, Τουριστική,
Πεζοπορική, μονοήμερος

Αναλυτικό πρόγραμμα εκδρομής

1. Αναχώρηση από Ν. Ιωνία στις 7.30 π.μ.
2. Στάση 20 λεπτών κοντά στο Κιάτο.
3. Στάση στο ύψος του Μ. Σπηλαίου, όπου θα κατέβουν τα μέλη του πεζοπορικού τμήματος. Η πεζοπορία είναι 16 χιλιόμετρα, κατηφορική και εύκολη. Διαδρομή μαγευτική δίπλα στις γραμμές του οδοντωτού.
4. Επίσκεψη των υπολοίπων στα ιστορικά μοναστήρια του Μ. Σπηλαίου
5. Καλάβρυτα για φαγητό και περιήγηση.
6. Αναχώρηση από Καλάβρυτα για Διακοφτό.
7. Στο Διακοφτό οι υπόλοιποι θα περιμένουν τους πεζοπόρους απολαμβάνοντας τον καφέ τους δίπλα στο σιδηροδρομικό σταθμό.
8. Μετάβαση στο Ξυλόκαστρο για καφέ - φαγητό.
9. Αναχώρηση για Ν. Ιωνία όπου θα φθάσουμε γύρω στις 21.00.

Αρχηγός: Λιάπη - Σισμανίδου Πόπη



Τετάρτη
21/4/2004

Διασκεδάζοντας με τα παιδιά

Τα μέλη του Φυσιολατρικού Ομίλου Νέας Ιωνίας θα προσφέρουν με τη βοήθεια του ταχυδακτυλουργού «SAN KARA», ένα χαρούμενο απόγευμα, στα παιδιά της Στέγης Ανηλίκων Περισσού. Ο μπουφές θα είναι προσφορά των μελών του συλλόγου.
Υπεύθυνος εκδήλωσης: Χομπάς Νίκος

**Επίσκεψη
στη στέγη
ανηλίκων**

Μονή Δαμάστας - Γοργοπόταμος

Εκδρομή 1359

25/4/2004, Τουριστική, μονοήμερος

Αναλυτικό πρόγραμμα εκδρομής

1. Αναχώρηση από Ν. Ιωνία στις 8.00 π.μ.
2. Στάση 20 λεπτών στα Καμένα Βούρλα.
3. Άφιξη και προσκύνημα στο ονομαστό γυναικείο μοναστήρι της Παναγίας Δαμάστας με αγιογραφίες του 1818.
4. Επίσκεψη και ξενάγηση στην ιστορική γέφυρα του Γοργοπόταμου η οποία ανατινάχθηκε από

τις ενωμένες δυνάμεις της αντίστασης το 1942, κατά τη διάρκεια της γερμανικής κατοχής. Ήταν το μεγαλύτερο σαμποτάζ στην κατεχόμενη Ευρώπη και γιορτάζεται στις 25 Νοεμβρίου.

5. Φαγητό στις όμορφες ταβέρνες του χωριού Γοργοπόταμος.
6. Απογευματινός περίπατος και καφές στο παραθαλάσσιο χωριό του Αγ. Σεραφείμ.
7. Αναχώρηση για Ν. Ιωνία όπου θα φθάσουμε γύρω στις 21.00.

Αρχηγός: Χομπάς Νίκος



Πνειός - Rafting

Εκδρομή 1360

1-2/5/2004, Εκδρομή Νεολαίας, διήμερη

Σάββατο 1/5/2004

1. Αναχώρηση από Ν. Ιωνία στις 7:30 π.μ.
2. Στάσει 1/2 ώρας για καφέ αμέσως μετά τη Λαμία.

3. Γεύμα στον Παλαιό Παντελεήμονα.
4. Άφιξη στα Αμπελάκια, τακτοποίηση στους ξενώνες.
5. Απογευματινός περίπατος, βραβείο για το καλύτερο πρωτομαγιάτικο στεφάνι από αγριολούλουδα.
6. Το βράδυ δείπνο στα Αμπελάκια.

Κυριακή 2/5/2004

1. Πρόγευμα 07.00 - 08.00. Αναχώρηση στις 8:15 π.μ.
2. Άφιξη στη Ροδιά για αλλαγή ενδυμασίας και έναρξη Rafting.
3. Άφιξη στον Παραπόταμο μετά από διαδρομή 2 ωρών περίπου.
4. Όσοι δεν κάνουν Rafting θα επισκεφθούν τα χωριά Ραψάνη, Κρανιά και Πυργετό του Κάτω Ολύμπου.
5. Πικ-νικ όλοι μαζί δίπλα στο ποτάμι, σε κιόσκι.
6. Επιστροφή στη Ν. Ιωνία, με ενδιάμεσες στάσεις, γύρω στις 21:30.

Αρχηγός: Οικονομίδης Κώστας.

ΣΥΝΕΣΤΙΑΣΗ

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 7/5/2004

Ο σύλλογός μας διοργανώνει βραδυνή συνεστίαση των μελών και φίλων του, σε κέντρο της περιοχής μας, όπου θα χορέψουμε, θα φάμε, θα πιούμε... και νηστικοί θα κοιμηθούμε.

Υπεύθυνος εκδήλωσης: Τσεσμελής Θεόδωρος



Συνεστίαση μετά από επίσκεψη στο Πλανητάριο, 15/2/04



Εκδηλώσεων & Εκδρομών



Θεσ/νίκη - Παναγία Σουμελά - Έδεσσα

Εκδρομή 1361

15-16/5/2004, Εκδρομή Τουριστική, διήμερη

Σάββατο 15/5/2004

1. Αναχώρηση από Ν. Ιωνία στις 7:00 π.μ.
2. Στάση 1/2 ώρας για καφέ σε Καμένα Βούρλα και Τέμπη.
3. Άφιξη στη Θεσσαλονίκη και τακτοποίηση στο ξενοδοχείο.
4. Γεύμα στο ξενοδοχείο (περιλαμβάνεται στην τιμή).
5. Απογευματινή περιήγηση και ξενάγηση με ξεναγό, της πόλης της Θεσσαλονίκης.

6. Το βράδυ ελεύθερο για επίσκεψη στα Λαδάδικα, στην παραλιακή, στο Λευκό Πύργο κλπ.

Κυριακή 16/5/2004

1. Πρόγευμα 7.30 - 8.15 π.μ. Αναχώρηση στις 8:30 π.μ.
2. Άφιξη στον ιστορικό ναό της Παναγίας Σουμελά, επίσκεψη και προσκύνημα.
3. Άφιξη στην Έδεσσα, επίσκεψη των καταρακτών και γεύμα.
4. Επιστροφή στη Ν. Ιωνία, με ενδιάμεσες στάσεις γύρω στις 21:30.

Αρχηγός: Λιβέρης Στέφανος.

Rafting σε Λούσιο, Αλφειό και πεζοπορία στο Λούσιο

Εκδρομή 1362

23/5/2004, Νεολαίας, πεζοπορική, μονοήμερη

- Αναχώρηση από Ν. Ιωνία στις 7:00 π.μ.
- Στάση μετά το τούνελ του Αρτεμισίου.
- Στάση στη Δημητσάνα, όπου οι πεζοπόροι θα ξεκινήσουν από το μουσείο Υδροκίνησης για πεζοπορία 5 ωρών, μέτρια με αναβάσεις και καταβάσεις, στο φαράγγι του Λούσιου. Κατά τη διάρκεια της πορείας θα επισκεφθούμε τις μονές Προδρόμου και Φιλοσόφου.
- Άφιξη στην Καρύταινα, όπου όσοι θα κάνουν Rafting θα φορέσουν τον εξοπλισμό τους.

- Μετάβαση στην γέφυρα του Ατσίχολου, όπου θα ξεκινήσει το Rafting.
- Rafting Λούσιο - Αλφειό (4 ώρες περίπου).
- Οι υπόλοιποι θα επισκεφθούν την Καρύταινα και τη Στεμνίτσα, όπου θα πάρουν γεύμα.
- Αφού παραλάβουμε τους πεζοπόρους θα επιστρέψουμε στην Καρύταινα να παραλάβουμε και τα παιδιά του Rafting.
- Μετάβαση όλοι μαζί για φαγητό στην Καρβουναρέϊκη Παναγιά.
- Επιστροφή στη Ν. Ιωνία, μέσω Μεγαλόπολης, με ενδιάμεση στάση.

Αρχηγός: Λασκαρίδης Δημήτρης.



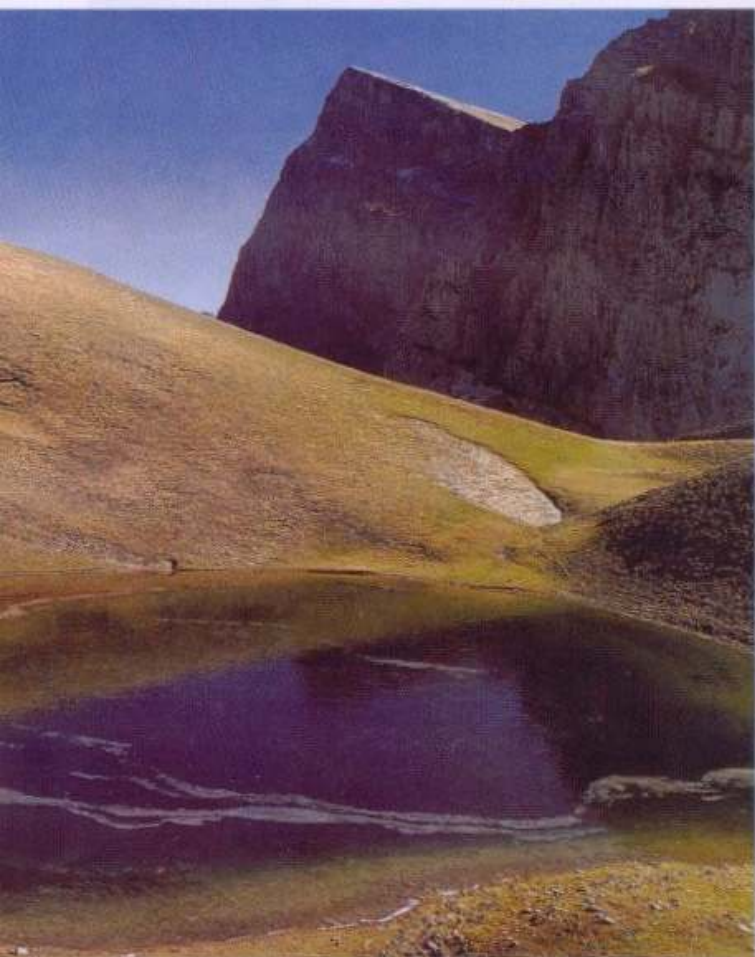
Rafting στον Εύηνο, 20-21/4/2002.



Εκδηλώσεων & Εκδρομών



Χαρακτηριστική οικία στο Τσεπέλοβο.



Η πανέμορφη Δρακολίμνη στο όρος Γκαμήλα.

Γιάννενα - Ζαγοροχώρια

Εκδρομή 1363

Τριήμερη Τουριστική, Πεζοπορική εκδρομή
29-30-31/5/2004

1η ημέρα. ΑΘΗΝΑ - ΤΣΕΠΕΛΟΒΟ

- Αναχώρηση από Ν. Ιωνία στις 08.00 για Ρίο - Αντίριο, με ενδιάμεση στάση για καφέ.
- Γεύμα στην παραλία του Μενιδίου.
- Γιάννενα, Τσεπέλοβο, όπου η διανυκτέρευση
- Εγκατάσταση στο ξενοδοχείο μας.
- Το βράδυ δείπνο στο Τσεπέλοβο ή στο ξενοδοχείο.

2η Ημέρα. ΖΑΓΟΡΟΧΩΡΙΑ - ΔΡΑΚΟΛΙΜΝΗ

- Το πεζοπορικό τμήμα θα πραγματοποιήσει ανάβαση στο όρος Γκαμήλα, όπου θα φθάσει μέχρι τη Δρακολίμνη.
- Οι υπόλοιποι εκδρομείς θα επισκεφθούν τα περισσότερα από τα Ζαγοροχώρια μέχρι την Κόνιτσα.
- Το απόγευμα όλοι οι εκδρομείς επιστρέφουν στο Τσεπέλοβο.

3η ημέρα. ΓΙΑΝΝΕΝΑ - ΑΘΗΝΑ

- Το πρωί στις 8.00 αναχώρηση για Γιάννενα.
- Επίσκεψη στο σπήλαιο του Περάματος, στο νησάκι της Κυρά Φροσύνης που είναι στη λίμνη Παμβώτιδα. Θα σεργιανίσουμε στα γραφικά πέτρινα δρομάκια. Επίσκεψη στο σπίτι του Αλή Πασά (Μουσείο).
- Επιστροφή στην πόλη και επίσκεψη του μουσείου κέρινων ομοιομάτων του Βρέλη.
- Γεύμα στο δρόμο της επιστροφής, στην Τουρλίδα κοντά στην Άρτα.
- Επιστροφή στην Ιωνία, με ενδιάμεση στάση για καφέ, γύρω στις 22.00.

Αρχηγός εκδρομής: Τσεσμελής Θεόδωρος

Άνω Τιθορέα - Αμφίκλεια



Το καταπράσινο Πολύδροσο.

Εκδρομή 1364

διήμερη Πεζοπορική εκδρομή, 5-6/6/2004

1η ημέρα

ΑΘΗΝΑ - ΑΝΩ ΤΙΘΟΡΕΑ - ΑΜΦΙΚΛΕΙΑ

- Αναχώρηση από Ν. Ιωνία στις 07.30, όπου μέσω Αταλάντης θα φθάσουμε στην Άνω Τιθορέα (Βελίτσα), αφού σταματήσουμε για καφέ στο γραφικό χωριό της Ελατίας.
- Στην Τιθορέα το πεζοπορικό τμήμα θα περπατήσει μέχρι τη σπηλιά του Ανδρούτσου.
- Οι υπόλοιποι εκδρομείς θα επισκεφθούν το

κάστρο της Τιθορέας και θα περιπλανηθούν στο όμορφο χωριό.

- Γεύμα όλοι μαζί στο "Στέκι του Γιαλά" που βρίσκεται πάνω από ένα φαράγγι, δίπλα σε δάσος με έλατα.
- Άφιξη στην Αμφίκλεια (Δαδί) και εγκατάσταση στο ξενοδοχείο μας.
- Επίσκεψη στο λαογραφικό μουσείο της Αμφίκλειας.
- Το βράδυ δείπνο σε ταβερνάκι της Αμφίκλειας ή στο ξενοδοχείο.

2η ημέρα

ΠΑΡΝΑΣΣΟΣ - ΑΓΟΡΙΑΝΗ - ΠΟΛΥΔΡΟΣΟ - ΜΟΝΗ ΔΑΔΙΑΣ

- Πρόγευμα 07.30 - 08.30
- Το πεζοπορικό τμήμα θα πραγματοποιήσει πορεία (4 ώρες) από τα Κελάρια έως την Αγόριανη.
- Οι υπόλοιποι εκδρομείς θα επισκεφθούν την μονή Δαδιάς, το Πολύδροσο με τά πολλά νερά (καφές) και την Αγόριανη, όπου θα έλθει και το πεζοπορικό τμήμα.
- Γεύμα στην Αγόριανη.
- Μετά το φαγητό, καφές και βόλτα στην Αράχωβα.
- Επιστροφή μέσω Λειβαδιάς στη Ν. Ιωνία γύρω στις 22.00.

Αρχηγός εκδρομής: Οικονομίδης Κώστας



ΗΜΕΡΑ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ

ΣΑΒΒΑΤΟ 5/6/2004

Ο Φυσιολατρικός Όμιλος Νέας Ιωνίας σε συνεργασία με το Δήμο Ν. Ιωνίας, θα πραγματοποιήσει, όπως κάθε χρόνο, εκδηλώσεις για τη διεθνώς καθιερωμένη, ημέρα περιβάλλοντος.

Στην εκδήλωση θα συμμετέχουν τα σχολεία της περιοχής μας και άλλοι φορείς της πόλης μας.

Υπεύθυνος εκδήλωσης: Τσεσμελής Θεόδωρος

Εκδηλώσεων & Εκδρομών



Λευκάδα

Εκδρομή 1365

19-20/6/2004, Εκδρομή Τουριστική, διήμερη

Σάββατο 19/6/2004

1. Αναχώρηση από Ν. Ιωνία στις 07:00.
2. Στάση 1/2 ώρας για καφέ στην Κόρινθο.

3. Γεύμα στην Αμφιλοχία.
4. Άφιξη στη Λευκάδα και τακτοποίηση στο Ξενοδοχείο.
5. Απογευματινός περίπατος στην πόλη της Λευκάδας.
6. Το βράδυ συνεστίαση σε κέντρο.

Κυριακή 16/5/2004

1. Πρόγευμα 08.00. Αναχώρηση στις 08:30
2. Επίσκεψη αξιοθέατων νησιού (Νυδρί, Αγ. Πέτρος κλπ.)
3. Γεύμα.
4. Επιστροφή στη Ν. Ιωνία, με ενδιάμεσες στάσεις γύρω στις 21:30.

Αρχηγός: Λιβέρης Στέφανος.



ΜΟΥΣΙΚΗ ΒΡΑΔΙΑ αφιερωμένη στον Β. ΤΣΙΤΣΑΝΗ

ΔΕΥΤΕΡΑ 21/6/2004

Ο σύλλογός μας διοργανώνει μουσική βραδιά αφιερωμένη στο μεγάλο λαϊκό συνθέτη, Βασίλη Τσιτσάνη, στο Παναϊτώλιο της Αλσούπολης.

Στον πατριάρχη του λαϊκού τραγουδιού θα αναφερθούν διάφοροι ομιλητές και θα προβληθούν διαφάνειες.

Υπεύθυνος εκδήλωσης: Χομπάς Νίκος

ΒΑΣΙΛΗΣ ΤΣΙΤΣΑΝΗΣ

«Συννεφιασμένη Κυριακή»
«Αρχόντισσα»
«Ακρογιαλές - Δειλινά»
«Γλυκοχαράζουν τα βουνά»

Ο Βασίλης Τσιτσάνης απέδειξε πως είχε την ικανότητα να αναγνωρίσει την αξία της παράδοσης με τρόπο δημιουργικό.

Μισό αιώνα πρωτοπόρος στην τέχνη του, μισό αιώνα σφραγίζει με το έργο του, τους πόθους του λαού μας.

Ο Βασίλης Τσιτσάνης ευτύχισε να γνωρίσει την επιτυχία από την αρχή σχεδόν της σταδιοδρομίας του. Το ταλέντο του, τον ανέδειξε σε κορυφαία προσωπικότητα στο χώρο του λαϊκού τραγουδιού.

Τυχερή η Ελλάδα που αμέσως μετά το δημοτικό τραγούδι έχει και το λαϊκό. Τυχερός ο λαός της Ελλάδας να έχει τέτοιους ραψωδούς, που με την μουσική τους γέμισαν την καρδιά μας με όνειρα, χρώματα, και ελπίδες, με κλάμα και λεβεντιά.

Νίκος Χομπάς

Τρίκαλα Κορινθίας

Εκδρομή 1366
27/6/2004, Τουριστική,
Πεζοπορική, μονοήμερος



Αναλυτικό πρόγραμμα εκδρομής

1. Αναχώρηση από Ν. Ιωνία στις 7.30 π.μ.
2. Στάση 30 λεπτών κοντά στο Κιάτο.
3. Άφιξη στα πανέμορφα Τρίκαλα Κορινθίας με τους 3 μαχαλάδες.
4. Το πεζοπορικό τμήμα θα πραγματοποιήσει πορεία 3 ωρών. Οι υπόλοιποι θα περπατήσουν στα αξιοθέατα των δύο μαχαλάδων.

5. Φαγητό στις όμορφες ταβέρνες του μεσαίου μαχαλά.
6. Απογευματινός περίπατος και καφές στο παραθαλάσσιο Ξυλόκαστρο.
7. Αναχώρηση για Ν. Ιωνία όπου θα φθάσουμε γύρω στις 21.00.

Αρχηγός: Καρδάσης Μάνος

Αγκίστρι

Εκδρομή 1367
3-4/7/2004, Εκδρομή Τουριστική,
Πεζοπορική διήμερη

Σάββατο 3/7/2004

1. Αναχώρηση από Ν. Ιωνία στις 07:00 για Πειραιά και επιβίβαση στο πλοίο για Αγκίστρι.
2. Άφιξη στην Σκάλα μετά από 1.45 της ώρας, τακτοποίηση και καφές στο ξενοδοχείο.
3. Μετάβαση στο Μετόχι για μπάνιο και φαγητό.
4. Μεσημβρινή ανάπαυση.
5. Απογευματινή ξενάγηση στο νησί.
6. Δείπνο στα Λιμενάρια.

Κυριακή 4/7/2004

1. Αναχώρηση πεζοπορικού τμήματος στις 08.00 για να διασχίσουν το πευκόφυτο δάσος του νησιού, από τη Σκάλα έως τα Λιμενάρια (ώρες πορείας 4).
2. Αναχώρηση των υπολοίπων στις 09.00 για επίσκεψη αξιοθέατων νησιού, μπάνιο στην Απόνησο.



3. Γεύμα στη Σκάλα από όπου και θα πάρουμε το πλοίο της επιστροφής για Πειραιά.
4. Επιστροφή στη Ν. Ιωνία, γύρω στις 21:30.

Αρχηγός: Λιάπη - Σισμανίδου Πόπη.



Εκδηλώσεων & Εκδρομών



Γύρος της Βόρειας Εύβοιας

Εκδρομή 1368

10-11/7/2004

Εκδρομή Τουριστική, διήμερη

Σάββατο 10/7/2004

1. Αναχώρηση από Ν. Ιωνία στις 07:30.
2. Στάση για καφέ και προσκύνημα στον Αγ. Ιωάννη το Ρώσο.
3. Άφιξη το μεσημέρι στις Ροβιές και τακτοποίηση στο ξενοδοχείο.
4. Μπάνιο και γεύμα στις Ροβιές.
5. Απογευματινή περιήγηση στη Λίμνη Ευβοίας.
6. Το βράδυ φαγητό στη Λίμνη και επιστροφή στις Ροβιές.

Κυριακή 11/7/2004

1. Μετά το πρωινό επίσκεψη για προσκύνημα

στον Όσιο Δαυίδ, και στους καταρράκτες του Δρυμώνα, μία πανέμορφη περιοχή που έχει διαμορφώσει το δασαρχείο της Εύβοιας. Οι πεζοπόροι θα πραγματοποιήσουν μικρή πορεία.

2. Στη συνέχεια μέσω Κερασιάς και Παπάδων, θα περάσουμε προς τη μεριά του Αιγαίου, στα Βασιλικά, για καφέ, μπάνιο και φαγητό, δίπλα στο κύμα.
3. Συνεχίζουμε βόρεια με στάση στο Πευκί ή στους Ωρεούς, για καφέ.
4. Κατόπιν μέσω Αγιοκάμπου φθάνουμε στην Αιδηψό για περίπατο και παγωτό.
5. Επιβίβαση στο ferry boat και μέσω Αρκίτσας επιστροφή στη Ν. Ιωνία, γύρω στις 21:30.

Αρχηγός: Χατζηπαυστόλου Κώστας.



Αγγλία - Σκωτία

Εκδρομή 1369, 9ήμερος, τουριστική

1η ημέρα

ΑΘΗΝΑ - ΛΟΝΔΙΝΟ

Μετάβαση από Ν. Ιωνία στο Ελ. Βενιζέλος με πούλμαν. Αναχώρηση αεροπορικώς για Λονδίνο. Άφιξη στο Λονδίνο, επιβίβαση σε πολυτελές πούλμαν και 3ωρη ξενάγηση στην πόλη του Λονδίνου για να πάρουμε μία πρώτη γεύση της κοσμοπολίτικης πόλης.

Εγκατάσταση και τακτοποίηση στο ξενοδοχείο, όπου θα γίνει και το δείπνο.

2η Ημέρα ΛΟΝΔΙΝΟ

Πρόγευμα στο ξενοδοχείο. Επίσκεψη και ξενάγηση στο Πύργο του Λονδίνου και στην ομώνυμη γέφυρα. Στην συνέχεια επίσκεψη στο κοινοβούλιο με το φημισμένο ρολόι Μπιγκ Μπεν.

Στην συνέχεια το πούλμαν θα μας αφήσει στην Όξφορντ στριτ για πρόχειρο γεύμα και επίσκεψη στα Λονδρέζικα μαγαζιά.

Επιστροφή στο ξενοδοχείο και το βράδυ μετά το δείπνο αναχώρηση για περιήγηση με το πούλμαν στο νυχτερινό Λονδίνο.

3η ημέρα ΛΟΝΔΙΝΟ

Πρόγευμα στο ξενοδοχείο. Στη συνέχεια αναχωρούμε για να επισκεφθούμε το Βρετανικό Μουσείο με τα περιβόητα μάρμαρα του Παρθενώνα, την πλατεία Τραφάλγκαρ και το μουσείο κέρινων ομοιομάτων της Μαντάμ Τυσσώ.

Μετά τα μουσεία θα κάνουμε μία μικρή κρουαζιέρα στον Τάμεση με ποταμόπλοιο, μέχρι το Γκρήνουιτς, όπου θα επισκεφθούμε το περίφημο Αστεροσκοπείο, το Ναυτικό μουσείο και το αναπαλαιωμένο πλοίο Cutty Shark που βρίσκεται στην προκυμαία.

Επιστροφή στο ξενοδοχείο για ανάπαυση και δείπνο.

4η Ημέρα

ΛΟΝΔΙΝΟ - ΚΕΜΠΡΙΤΖ - ΛΙΝΚΟΛΝ - ΧΑΡΟΓΚΕΪΤ

Πρόγευμα στο ξενοδοχείο και αναχώρηση προς τα βόρεια με κατεύθυνση το Χαρογκέιτ. Αρχικά θα σταματήσουμε στο Κέμπριτζ, την περίφημη πανεπιστημιούπολη, έπειτα θα δούμε το μεσαιωνικό Γιόρκ και τέλος θα περάσουμε από το Λίνκολν. Άφιξη στο Χαρογκέιτ και εγκατάσταση στο ξενοδοχείο, όπου και θα δειπνήσουμε.



5η Ημέρα

ΧΑΡΟΓΚΕΪΤ - ΓΙΟΡΚ - ΝΤΑΡΑΜ - ΕΔΙΜΒΟΥΡΓΟ

Πρόγευμα στο ξενοδοχείο. Αναχωρούμε για μία σύντομη ξενάγηση στο Γιόρκ και συνεχίζουμε για το Ντάραμ, για να δούμε μεταξύ των άλλων και το γνωστό του καθεδρικό ναό.

Άφιξη στο Εδιμβούργο και εγκατάσταση στο ξενοδοχείο, όπου και θα δειπνήσουμε.

6η Ημέρα

ΕΔΙΜΒΟΥΡΓΟ - ΑΓΙΟΣ ΑΝΔΡΕΑΣ - ΕΔΙΜΒΟΥΡΓΟ

Πρόγευμα στο ξενοδοχείο. Σήμερα θα ξεκινήσουμε για μια ξενάγηση στο Εδιμβούργο (την Αθήνα του Βορρά), για να δούμε μεταξύ άλλων το ανάκτορο της βασίλισσας της Σκωτίας και τον καθεδρικό ναό. Στο κάστρο θαυμάζουμε μία εντυπωσιακή συλλογή κοσμημάτων του στέμματος. Σειρά έχει μία άλλη μεσαιωνική πόλη, ο Άγιος Ανδρέας, όπου θα δούμε το πανεπιστήμιο, το κάστρο και τον καθεδρικό ναό. Επιστροφή στο Εδιμβούργο, όπου το βράδυ θα δειπνήσουμε σε κέντρο με σκωτσέζικους χορούς.

7η Ημέρα

ΕΔΙΜΒΟΥΡΓΟ - ΣΤΕΡΛΙΓΚ - ΙΝΒΕΡΝΕΣ - ΑΒΙΕΝΜΟΡ

Πρόγευμα στο ξενοδοχείο. Αναχωρούμε για το Στέρλιγκ, όπου θα επισκεφθούμε το κάστρο - φυλακή και το μνημείο του Ρόμπερτ Ουάλλας (φίλμ BRAVEHEART), του ήρωα της Σκωτίας. Συνεχίζουμε περνώντας από το Πέρθ, την πρωτεύουσα των υψιπέδων της Σκωτίας (Highlands) και το Πίτλοχρι.

Γεύμα σε τοπικό εστιατόριο. Συνεχίζουμε για το κάστρο Blair Athol και το Ίνβερνες. Σύντομη γνωριμία με την πόλη και στην συνέχεια μετάβαση στο Αβιενμορ. Εγκατάσταση και δείπνο στο ξενοδοχείο.

8η Ημέρα

ΑΒΙΕΝΜΟΡ - ΦΟΡΤ ΓΟΥΪΛΙΑΜ - ΓΛΑΣΚΩΒΗ - ΚΑΡΛΑΪΛ

Πρόγευμα στο ξενοδοχείο. Αναχώρηση για το Καρλάιλ με τις πολλές λίμνες, περνώντας από το Φορτ Γουΐλιαμ και το Όμπαν. Στάση στην λίμνη Λομόντ και συνέχεια για την Γλασκώβη. Εκεί θα

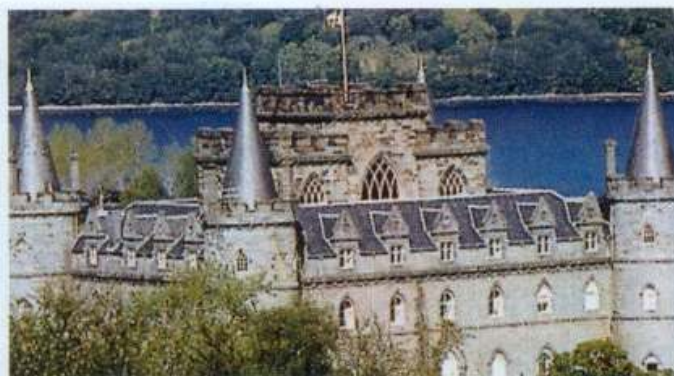
κάνουμε μία σύντομη γνωριμία με την πόλη για να καταλήξουμε στο Καρλάιλ. Εγκατάσταση στο ξενοδοχείο και δείπνο.

9η Ημέρα

ΚΑΡΛΑΪΛ - ΤΣΕΣΤΕΡ - ΣΤΡΑΝΦΟΡΝΤ - ΟΞΦΟΡΔΗ

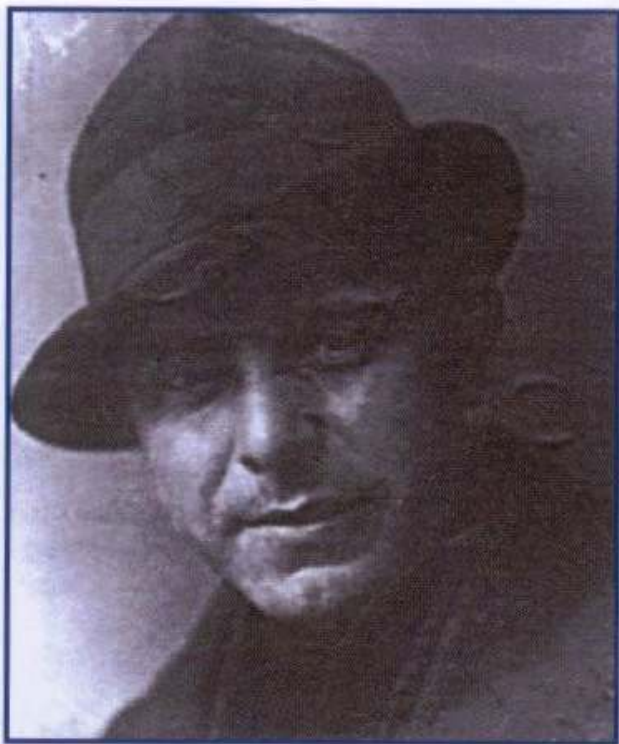
Πρόγευμα στο ξενοδοχείο. Αναχώρηση το πρωί για τη ρωμαϊκή πόλη Τσέστερ με τα άθικτα τείχη της και τα περίφημα ομώνυμα τυριά. Επόμενος σταθμός το Στάνφορντ, όπου γεννήθηκε και έζησε ο Σαίξπηρ. Χρόνος ελεύθερος για περιπάτους στα δρομάκια της πόλης, συνοδεία του αρχηγού και για γεύμα σε κάποια από τις παλιές μπυραρίες. Τελευταίος σταθμός η Οξφόρδη, η φημισμένη πανεπιστημιούπολη, και τέλος μεταφορά στο αεροδρόμιο για την πτήση της επιστροφής μας.

Αρχηγός: Χομπάς Νίκος



ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ 4μήνου ΑΠΡΙΛΙΟΥ - ΜΑΪΟΥ - ΙΟΥΝΙΟΥ - ΙΟΥΛΙΟΥ 2004

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΕΣ	ΕΚΔΗΛΩΣΗ	ΔΙΑΡΚΕΙΑ	ΤΥΠΟΣ	ΑΡΧΗΓΟΣ
Α Π Ρ Ι Λ Ι Ο Σ				
8-9-10-11-12-13	Λέσβος-Αϊβαλί-Πέργαμος	6ήμερη	Τουριστική	ΤΣΕΣΜΕΛΗΣ
18	Φαράγγι Βουραϊκού - Καλάβρυτα	Ημερήσια	Πεζοπορική	ΛΙΑΠΗ-ΣΙΣΜΑΝΙΔΟΥ
21	Επίσκεψη στη Στέγη Αηλίκων		Φιλανθρωπική	ΧΟΜΠΑΣ
25	Γοργοπόταμος - Μονή Δαμάστας	Ημερήσια	Τουριστική	ΧΟΜΠΑΣ
Μ Α Ϊ Ο Σ				
1-2	Πηνειός - Rafting	2ήμερη	Νεολαίας	ΟΙΚΟΝΟΜΙΔΗΣ
7	Συνεστίαση		Ψυχαγωγική	ΤΣΕΣΜΕΛΗΣ
15-16	Θεσ/νίκη - Παναγία Σουμελά	2ήμερη	Τουριστική	ΛΙΒΕΡΗΣ
23	Δημητσάνα - Λούσιος - Καρύταινα	Ημερήσια	Νεολαίας - Πεζοπορική	ΛΑΣΚΑΡΙΔΗΣ
29-30-31	Ζαγοροχώρια - Δρακολίμνη	3ήμερη	Μικτή	ΤΣΕΣΜΕΛΗΣ
Ι Ο Υ Ν Ι Ο Σ				
5-6	Άνω Τιθορέα - Αμφίκλεια	2ήμερη	Πεζοπορική	ΟΙΚΟΝΟΜΙΔΗΣ
5	Ημέρα περιβάλλοντος		Πολιτιστική	ΤΣΕΣΜΕΛΗΣ
19-20	Λευκάδα	2ήμερη	Τουριστική	ΛΙΒΕΡΗΣ
21	Μουσική βραδυά "Β. Τσιτσάνης"		Πολιτιστική	ΧΟΜΠΑΣ
27	Τρίκαλα Κορινθίας	Ημερήσια	Μικτή	ΚΑΡΔΑΣΗΣ
Ι Ο Υ Λ Ι Ο Σ				
3-4	Αγκίστρι	2ήμερη	Μικτή	ΛΙΑΠΗ-ΣΙΣΜΑΝΙΔΟΥ
10-11	Γύρος Β. Εύβοιας	2ήμερη	Τουριστική	ΧΑΤΖΗΑΠΟΣΤΟΛΟΥ
-	Αγγλία - Σκωτία	9ήμερη	Τουριστική	ΧΟΜΠΑΣ



Φ Ω Τ Η Σ Κ Ο Ν Τ Ο Γ Λ Ο Υ

Ο ΑΪΒΑΛΙΩΤΗΣ

Ή μουν ακόμη παιδί όταν πήγαινα κάθε απόγευμα στην εκκλησία του Αγίου Χαράλαμπου στο Πολύγωνο, για να πάρω τα πρώτα μου μαθήματα Βυζαντινής μουσικής. Εκεί επάνω στις σκαλωσιές έβλεπα σκαρφαλωμένο ένα μικρόσωμο αγιογράφο να ζωγραφίζει και να ψέλνει. Μια ημέρα ο συχωρεμένος παπα-Δημήτρης μου σύστησε τον αγιογράφο. Ήταν ο Φώτης Κόντογλου.

Κάθε απόγευμα όταν κατέβαινε από τη σκαλωσιά καθόταν μαζί μας, έψελνε, διάβαζε ποιήματά του και σχεδόν κάθε ημέρα μας μίλαγε για το Αιβαλί.

Οι διηγήσεις του Κόντογλου για το Αιβαλί, που συμπλήρωναν τις διηγήσεις της μάνας μου, που ήταν και αυτή Αιβαλιώτισσα με έκαναν να νομίζω ότι κάθε απόγευμα ήμουν και εγώ στο Αιβαλί και έψελνα στην Αγία Τριάδα.

Σιγά - σιγά ο κυρ- Φώτης άρχισε να μου μιλά για το έργο του, το αγιογραφικό, το συγγραφικό και το ποιητικό.

Έτσι έμαθα για τον Φώτη Κόντογλου και τον θαύμασα και ακόμη τον θαυμάζω.

Ο πρόσφυγας αυτός από το Αιβαλί, ο Φώτης Κόντογλου (1897 - 1965), αξιοποίησε με θαυμαστή ευρημα-

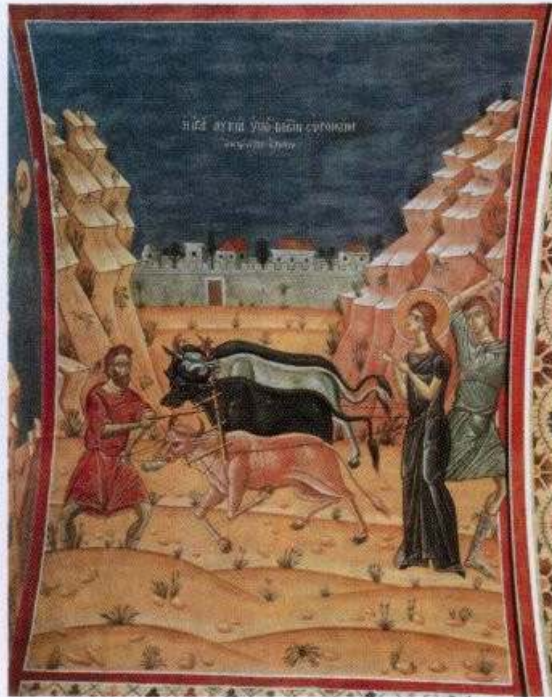
τικότητα τις λαϊκές διηγήσεις, το ανατολίτικο παραμύθι και το βυζαντινό παρελθόν του ελληνισμού, καθώς και τις δυνατότητες της εκκλησιαστικής γλώσσας, προσφέροντας έργο γεμάτο φαντασία και δύναμη, πλημμυρισμένο από περιπέτειες και εξωτικά ταξίδια.

Η γνωστή ιδεολογία του Φώτη Κόντογλου για την αναζήτηση των πηγών του Ελληνισμού στο Βυζάντιο και στο λαϊκό αγροτικό πολιτισμό, υπήρξε μια φυσική συνέπεια της μικρασιατικής καταγωγής του και της προσφυγιάς. Αισθάνθηκε, πραγματικά, την ανάγκη να διακηρύξει την επιστροφή στην τέχνη των προγόνων και να αντιτάξει στον άκρατο ατομικισμό των διαφόρων ευρωπαϊκών ρευμάτων τη συλλογική συνείδηση της Ορθοδοξίας... Η μικρασιατική του καταγωγή δικαιολογεί και το «ιωνικό» του όραμα. Κάτω από τη χριστιανική νομοτέλεια, διακρίνει κανείς τα ιδανικά του αρχαίου κόσμου, την αγάπη για τη ζωή και τον άνθρωπο, για τη φύση, την αφηγηματική διάθεση του Ανατολίτη παραμυθά...

“Αφού έγραψα πολλά κι απόχτησα κάμποση φήμη και γράψιμο, είδα στο τέλος πώς μάταιη τέχνη κατέχω.

Παρομοιάζω τον εαυτό μου σαν τον μετανοιωμένο τον ληστή, ή σαν πόρνη που άλλαξε δρόμο, ή σαν

τον όσιο Μωυσή τον Αιθίοπα, που επί χρόνια πολλά λήστεψε κι έσφαξε, και στα τελευταία βρήκε έλεος. Γιατί κι εγώ έγραψα ιστορίες για ληστές και για κουρσάρους, και για φονιάδες κάθε λογής, και τώρα καταλαβαίνω, πώς πρέπει να βάλω στη λίγη τέχνη μου κάποιον σκοπό καλό και βλογημένον, να πλέξω μελωδικό εγκώμιο για τους άσάρκους ασκητάδες, που ευδιάζε το κορμί τους σαν το κυπαρισσόξυλο και σαν τα ξερά χορτάρια των γκρεμών". Μ' αυτά τα λόγια, στο βιβλίο του "Μυστικός κήπος" ο πατριάρχης της γενιάς του '30, ο Φώτης



« Η Αγία Λουκία υπό βοών συρομένη», έργο του Φώτη Κόντογλου

Κόντογλου, δηλώνει τη στροφή του σ' έναν κόσμο πιο πνευματικό, λουσμένο στο ανέσπερο φως της Βασιλείας του Θεού. Μια στροφή που ήταν αναμενόμενη για κάποιον που τα παιδικά του χρόνια τα πέρασε ανάμεσα στα θυμιάματα και στα Κύριε ελέησον, στο μοναστήρι του θείου του, του παπα-Στέφανου.

Το καλογερικό του πείσμα, και η απεραντοσύνη της αγάπης του για την Ελληνορθόδοξη παράδοση, ήταν δύο από τα βασικότερα στοιχεία που συνέθεταν τον χαρακτήρα του. Άνθρωπος απλός, αποποιούνταν πάντοτε τα φτιασιδία και κάθε τι το περιττό. Είναι πολύ χαρακτηριστικό ένα απόσπασμα από το βιβλίο του Π. Β. Πάσχου: "Απλός όπως και οι άνθρωποι που κερδίζουν την αγάπη του, και τους περιγράφει με συμπόνια και δύναμη. Είχε πολύ ψηλά την ευγένεια και την αξιοπρέπεια του ανθρώπου. Πονούσε και θλιβόταν με τον πόνο του άλλου σα να ήταν δικός του. Βοηθούσε με το παραπάνω, όποιον έβλεπε πώς έχει την ανάγκη του. Παλιοί γνωστοί ή ακτήμονες και περαστικοί μοναχοί ξεπεζεύανε στο σπίτι του, όπως σε μοναστήρι που έχει πανηγύρι..."

Μέσα σ' αυτό το πανηγύρι ζούσε, και απ' αυτό το πανηγύρι κέρναγε όποιον συναναστρεφόταν. Ενδεικτικό της χαριτωμένης ψυχής του είναι η πίστη του στο Θεό. Γράφει κάπου: "Δεν έχω μήτε σύνταξη μήτε πεντάρα. Αρκούμαστε στον Κύριο. Ή πιστεύουμε ή δεν πιστεύουμε". Αυτό ακριβώς το πνεύμα της βαθιάς πεποίθησης στην πρόνοια του Θεού τον ενέπνεε σε όλη του τη ζωή και δεν έχασε την ελπίδα του στα τόσα

πολλά εμπόδια που αντιμετώπισε στην ζωή του μαχόμενος έναντι του σαρωτικού ευρωπαϊκού επεκτατισμού. Στο εικαστικό του όραμα που αγκαλιάζει σύμπαντα τον ελληνικό ιστορικό χρόνο από την αρχαιότητα ως την καταστροφή του 1922, η τέχνη των πορτραίτων του φαγιούμ παίζει πρωτεύοντα ρόλο, τον συναρπάζει, τον εμπνέει, τον καθοδηγεί.

Ψυχή ανήσυχη όπως είναι, ξεπηδά από μέσα του ως ανάγκη ύπαρξης και επικοινωνίας τόσο η λογοτεχνία όσο και η αγιογραφία, σε μια φυσική μορφή έκφρασης περασμένη από το φίλτρο

της Ρωμιοσύνης. Το γεγονός ότι αγάπησε πολύ το Άγιον Όρος μαρτυρεί ακριβώς αυτόν τον ίδιο τρόπο ύπαρξης με τους Αθωνίτες Πατέρες. "Περνώ ευτυχισμένες μέρες. Γαλήνη, ειρήνη, καταμόναχος. Τα παραθύρια μέρα - νύχτα ανοιχτά. Δροσιά και φως. Τ' αρχονταρίκι είναι δικό μου ολάκερο. Ένας απλόχερος και χαμηλοτάβανος βυζαντινός οντάς, με δυο παμπάλαιες τεσσεράγκωνες κολόνες και μ' ένα ταβάνι πλουμισμένο με παλιές ζουγραφίες που παρασταίνουνε πουλιά, άνθια και φρούτα... Εδώ μέσα ειρηνεύω. Πότε ζωγραφίζω, πότε γράφω, πότε συλλογιέμαι. Είμαι στην ησυχία μου. Δόξα σοι ο Θεός!... Τη νύχτα τ' αηδόνια τραγουδάνε με πάθος. Κι ως εδώ λοιπόν έχει έρτει ο έρωτας!..."

Αυτό τον έρωτα για την φυσική ζωή του πλάσματος προς το Δημιουργό ο Κόντογλου τον ζούσε με κάθε ένταση, ήταν ζωντανός και αυτό έβγαине από μέσα του ορμητικά, είτε γράφοντας είτε ζωγραφίζοντας.

Είναι ευνόητο πώς εδώ δεν επιχειρούμε μια αναλυτική αναφορά στον μεγάλο αυτόν άνθρωπο. Γίνεται απλά μια προσπάθεια μέσα από τις δυνατότητες αυτής της στήλης για ένα ερέθισμα, για μια αφύπνιση, για ένα πρότυπο προς μίμηση. Δεν πιστεύω πώς έχουμε μόνο υποχρέωση μιας τέτοιας αναφοράς στον Φώτη Κόντογλου, όσο πολύ περισσότερο ανάγκη προσωπική για το νόημα ζωής που μας προβάλλει μια τέτοια κορυφαία προσωπικότητα.

Επιμέλεια : Στέφανος Λιβέρης

29 Μαΐου 1453

Η ΑΛΩΣΗ

Θυμόμαστε..... Δεν ξεχνάμε.....!!!

«Εάλω η Πόλις». Ήταν η 29 Μαΐου 1453 όταν ακούστηκε αυτή η κραυγή και η Βασιλεύουσα, η πόλη των Αυτοκρατόρων και των θρύλων, πέρασε στην κατοχή του Οθωμανού δυνάστη.

Κάθε χρόνο τέτοια μέρα τιμούμε τους πεσόντες στην πολιορκία και την Άλωση, ξαναθυμόμαστε τους θρήνους και τους θρύλους συγκινούμαστε και διδασκόμαστε και αυτή είναι η αξία της ιστορικής μνήμης. Να είναι μάθημα για τις σημερινές και τις επερχόμενες γενιές.

Πρέπει να θυμόμαστε την Άλωση για να αποτινουμε ένα διαρκή φόρο τιμής στο Βυζαντινό κράτος, την Ρωμανία, όπως την αναφέρουν τα κείμενα της εποχής, πρέπει να θυμόμαστε την Άλωση, γιατί μέσα από τις διηγήσεις των ιστορικών της εποχής ξετυλίγεται η Ελληνική Διάρκεια και η διαχρονική πορεία των αξιών του Ελληνισμού. Η συγκλονιστική ομιλία του Κωνσταντίνου Παλαιολόγου πριν από την τελική επίθεση των Οθωμανών μας θυμίζει γιατί πρέπει να αγωνιζόμαστε :Πίστη , Πατρίδα, συγγενείς. Το τρίπτυχο αυτό μας συνδέει με τον όρκο των αρχαίων Αθηναίων εφήβων και με τον παιάνα των Σαλαμινομάχων, το «Ίτε παίδες Ελλήνων» και φθάνει μέχρι την προκήρυξη του Αλέξανδρου Υψηλάντη που έγραφε τον Φεβρουάριο του 1821 «Μάχου υπέρ Πίστewς και Πατρίδος».

Πρέπει να θυμόμαστε την Άλωση και τα γεγονότα της εποχής εκείνης γιατί μας διδάσκουν την πολύτιμη συμβολή της Ορθόδοξης Εκκλησίας μας. Να θυμόμαστε ότι το 1438-39 στην Φεράρα και στην Φλωρεντία σύρθηκαν με πιέσεις και εξευτελισμούς οι



εκκλησιαστικοί ηγέτες στην υπογραφή της ψευδοένωσης των εκκλησιών. Ο Μάρκος Ευγενικός, επίσκοπος Έφεσου αρνήθηκε να υπογράψει και έσωσε την τιμή της Εκκλησίας.

Πρέπει να θυμόμαστε την Άλωση γιατί έτσι θυμόμαστε την ιστορία μας που μας διδάσκει , ότι όταν λίγοι αποφασίσουν να αντισταθούν κατά των πολλών, μπορεί να ηττηθούν πρόσκαιρα ,αλλά τελικά κερδίζουν σε βάθος χρόνου. Η αντίσταση στα τείχη της Βασιλεύουσας των ολίγων Ελλήνων και των συμμάχων τους, έμεινε στις ψυχές των υποδούλων ως τίτλος τιμής και δέσμευση για νέους αγώνες. Η θυσία του Κωνσταντίνου Παλαιολόγου στην πύλη του Ρωμανού έθεσε τις βάσεις για το 1821. Αν τότε , την 29η Μαΐου 1453,είχαν παραδοθεί δεν θα υπήρχε αντίσταση και εθνεγερσία. Η συνθηκολόγηση θα ήταν ανεξίτηλη ντροπή, ενώ η ηρωική άμυνα γέννησε την υπομονή, την ελπίδα και την προσδοκία. Αυτοί που έπεσαν στην Άλωση μας δώρισαν το δικαίωμα για την Μεγάλη ιδέα. Και χωρίς μεγάλες ιδέες τα έθνη δεν πάνε μπροστά.

Πρέπει να θυμόμαστε την Άλωση ,γιατί η αντίσταση των τελευταίων μαχητών της Κωνσταντινούπολης και το « πάντες αυτοπροαιρέτως αποθανούμεν και ου φεισόμεθα της ζωής ημών» εμπνέει από τότε το ΟΧΙ του Ελληνισμού .

Η Άλωση και οι μετέπειτα εξελίξεις μας διδάσκουν για ποιους λόγους επιβιώσαμε. Μας θυμίζει ότι μετά την Σταύρωση του Γένους ακολουθεί η Ανάσταση. Γι' αυτό πρέπει να θυμόμαστε την Άλωση.

Στέφανος Λιβέρης

ΟΙ ΕΚΔΡΟΜΕΣ ΠΟΥ ΠΡΑΓΜΑΤΟΠΟΙΗΣΑΜΕ...



Λίμνη Τσιβλού, 14/12/2003.



Από την επίσκεψη στο Πλανητάριο, 15/2/2004.



Μονή Μαλεβή, 25/1/2004



Κύμη, Μοναστήρι μεταμόρφωση του Σωτήρα, 8/2/2004.



Αρχαία Ολυμπία, 22/2/04



Από την αποκριάτικη εκδρομή μας. Καρναβάλι στα Λεχαινά, 22/2/04



Η ΠΙΤΤΑ ΜΑΣ

Επάνω: Προσφωνήσεις καλεσμένων και χαιρετισμοί στην κοπή πίττας που πραγματοποιήθηκε στο κέντρο «Ελληνικόν», (11/1/04).

Αριστερά: Χορευτικό ζευγάρι της Λυρικής σε επίδειξη στην πίττα μας.

ΝΕΑ ΜΕΛΗ

Ν Ε Α Μ Ε Λ Η

Σκαμαγκάκη Σοφία
Κωνσταντάρα Μαίρη
Κίμωνας Κώστας
Ρηγογιάννη Θεοδώρα

Τουρκάς Αθανάσιος
Χατζηποστόλου Μιμή
Δαράκη Αικατερίνη
Λιβέρη Βασιλική

Κακαράτζα Ελένη
Νταλάκα Ιωάννα
Νταλάκας Ιωάννης
Μπάρμπας Δημήτριος

ΕΥΧΑΡΙΣΤΗΡΙΟ

Για πολλοστή φορά θα θέλαμε να ευχαριστήσουμε τις ζαχαροπλαστικές επιχειρήσεις των Αφών **ΣΤΕΡΓΙΟΥ**, για την ευγενική προσφορά της πρωτοχρονιάτικης πίττας, στο σύλλογό μας.

Το Δ.Σ. και τα μέλη του συλλόγου μας αισθανόμαστε υποχρεωμένοι και διαβεβαιώνουμε ομόφωνα, ότι οι Αφοί **ΣΤΕΡΓΙΟΥ** θεωρούνται εκ των βασικών φίλων και υποστηρικτών του συλλόγου μας.

ΚΡΑΤΗΣΕΙΣ ΘΕΣΕΩΝ ΕΚΔΡΟΜΩΝ

Λόγω αυξημένης ζήτησης για συμμετοχή στις εκδρομές μας, το Δ.Σ. απεφάσισε τα ακόλουθα:

- Υπεύθυνος για τις κρατήσεις θέσεων είναι αποκλειστικά ο Πρόεδρος μας Ν. Χομπάς σε συνεννόηση με τον εκάστοτε αρχηγό εκδρομής.
- Οι εκδρομές θα ανοίγουν για κρατήσεις 40 ημέρες πριν από την ημερομηνία εκδρομής. Ουδεμία κράτηση θα γίνεται ενωρίτερα.
- Για τις εκδρομές του Πάσχα και του Εξωτερικού οι κρατήσεις θα γίνονται χωρίς την πιο πάνω προθεσμία, όσο το δυνατόν ενωρίτερα. Η κράτηση θα οριστικοποιείται μόνο με την καταβολή της προκαταβολής.
- Για τις πολυήμερες εκδρομές σειρά προτεραιότητας θα κρατείται με την καταβολή της εκάστοτε προκαταβολής.
- Για όλες τις εκδρομές ο αριθμός των συμμετεχόντων θα είναι πενήντα (50). Ο πάνω των 50 αριθμός εκδρομέων θα καταγράφεται σε λίστα αναμονής για τυχόν ακυρώσεις.
- Σε περίπτωση ακύρωσης της συμμετοχής, η προκαταβολή ΔΕΝ επιστρέφεται, εκτός και εάν συμπληρωθεί η κενή θέση.

Το Δ.Σ. αποφάσισε την αυστηρή τήρηση των ανωτέρω, για να αποφευχθούν τα παράπονα.



επιπλα
ΤΗΝΙΑΚΟΣ

ΓΙΑ ΜΙΑ ΟΛΟΚΛΗΡΗ ΖΩΗ...

Ελ. Βενιζέλου 131 & 132, Ν. Ιωνία
Τη.: 210 27 54 168



- Μοιτέρρα ρυφικά
- Μπομποιέρες • Στέφανα
- Βαπτιστικά • Λαμπάδες

ΜΑΡΓΑΡΙΤΑ ΠΑΠΑΪΩΑΚΕΙΜ
Λεωφ. Ηρακλείου 231, Νέα Ιωνία, Τηλ. 210-2796547

ΑΝΔΡΙΚΑ

ΜΠΡΑΚΟΥΛΙΑΣ

ΓΥΝΑΙΚΕΙΑ

Ελ. Βενιζέλου 91 - Ν. Ιωνία
Τηλ.: 210 2775287

**ΤΖΑΜΙΑ - ΚΡΥΣΤΑΛΛΑ
ΘΕΡΜΟΗΧΟΜΟΝΩΤΙΚΑ**

**ΚΑΘΡΕΠΤΕΣ
ΠΛΑΣΤΙΚΑ ΤΖΑΜΙΑ**

**ΑΝΘΗ ΙΩΑΚ.
ΚΑΛΑΪΤΖΟΓΛΟΥ**

**ΕΛ. ΒΕΝΙΖΕΛΟΥ 48, Ν. ΙΩΝΙΑ
Τηλ. 210-2799111, 210-2796666**