



ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΝΕΑΣ ΙΩΝΙΑΣ

45

χρόνια

Φ.Ο.Ν.Ι.

1962 - 2007

45

χρόνια

δημοσφαιρικής

εκπολιτιστικής

εκδρομικής ζωής

45 χρόνια

πιστοί στην διάδοση

της αγνής και ωραίας

ιδέας της Φοιοπατρίας



ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ Ν. ΙΩΝΙΑΣ

ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΗ ΕΚΔΟΣΗ

ΤΕΥΧΟΣ 14ο
ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ 2007
ΔΙΑΝΕΜΕΤΑΙ ΔΩΡΕΑΝ

ΜΕΣΟΛΟΓΓΙΟΥ 40
Ν. ΙΩΝΙΑ
ΤΗΛ. 210 2775367
210-2710030
FAX: 210-2710631
www.ionianet.gr/foni
e-mail:
fyoni@ath.forthnet.gr

Υπεύθυνος έκδοσης
Θεόδωρος Τσεσμελής

Σύμβουλος έκδοσης
Βασίλης Μαγκαναδέλλης
(IQ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΕΣ)

Art Director
Ανθή Πανούση

Ηλεκτρονική Επεξεργασία
Χριστίνα Ίνσουππ

Παραγωγή
ΙΩΝΙΚΗ ΕΚΔΟΤΙΚΗ
Τηλ. 210-2771777



ΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟΣ για τα 45 ΧΡΟΝΙΑ Φ.Ο.Ν.Ι.

*Α*πό το υψηλό ορόσημο των 45 χρόνων από την ίδρυσή μας, το Δ.Σ. του Φυσιολατρικού Ομίλου Ν. Ιωνίας χαιρετίζει τους φίλους και τα μέλη του συλλόγου μας, τα αδελφά σωματεία και όλους τους φυσιολάτρες και ορειβάτες της Ελλάδας.

Ιδιαίτερα να ευχαριστήσουμε τα πιστά μέλη του συλλόγου μας που όλα αυτά τα χρόνια, με την αγάπη και την ζωντανή παρουσία τους, μας έδωσαν και μας δίνουν κουράγιο να προχωρήσουμε το δημιουργικό μας έργο.

Με την ευκαιρία της συμπλήρωσης των 45 χρόνων από την ίδρυσή μας, καλούμε όλα τα μέλη και τους φίλους του συλλόγου μας να συνεχίσουν να περιβάλλουν με αγάπη τον Φ.Ο.Ν.Ι. για νέες επιτυχίες στον εκδρομισμό, στον πολιτισμό για το καλό της φυσιολατρίας.

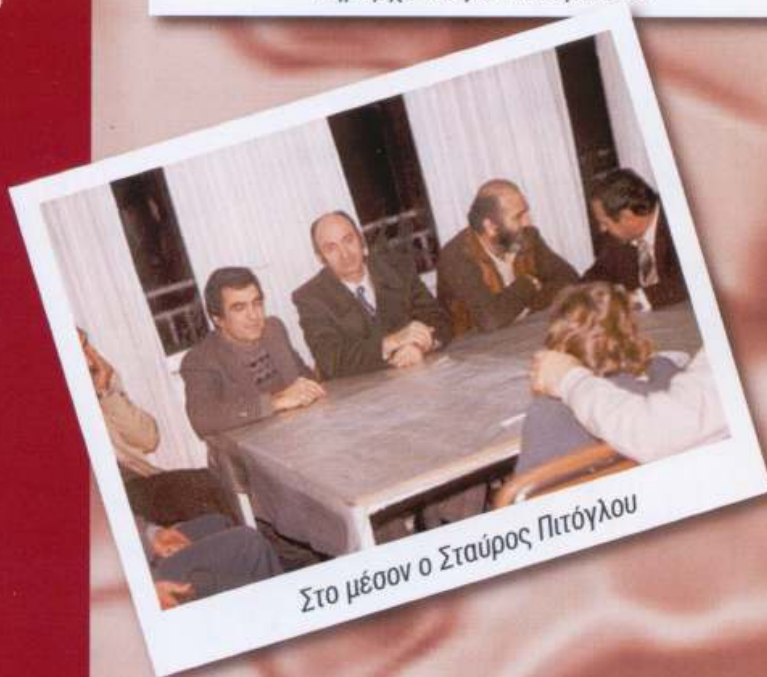
Για το Δ.Σ.: Τσεσμελής Θεόδωρος

Πρόεδροι
Φυσιολατρικού
από την ίδρυσή του

- 1963 - 1965 Γαβριήλογλου Νικόδημος
1965 - 1966 Τσαρδούλιας Σπύρος
1966 - 1967 Γαβριήλογλου Νικόδημος
1967 - 1968 Πλοιαρχόπουλος Μιχάλης
1968 - 1969 Γαβριήλογλου Νικόδημος
1969 - 1970 Πάρλαλης Κυριάκος
1970 - 1971 Αρώνης Νίκος
1971 - 1973 Πίλογλου Σταύρος
1973 - 1976 Πάρλαλης Κυριάκος
1976 - 1979 Ζαχαριάδης Σέρος
1980 - 1982 Κουμουρτζής Αλέκος
1982 - 1984 Κατσαρώνης Αναστάσιος
1984 - 1986 Ραΐσης Θεόδωρος
1986 - 1988 Ραΐσης Θεόδωρος
1989 - 1991 Τσεσμελής Θεόδωρος
1991 - 1993 Τσεσμελής Θεόδωρος
1993 - 1995 Τσεσμελής Θεόδωρος
1995 - 1997 Τσεσμελής Θεόδωρος
1997 - 1999 Τσεσμελής Θεόδωρος
1991 - 2001 Τσεσμελής Θεόδωρος
2001 - 2003 Χομπάς Νίκος
2003 - 2005 Χομπάς Νίκος
2005 - 2007 Χομπάς Νίκος



Ν.Αρώνης, Θ.Τσεσμελής, Κ.Χατζηαποστόλου,
Κική Κεφαλά, Ν.Χόμπας με τον τότε
Δήμαρχο Πέτρο Μπουρδούκο



Στο μέσον ο Σταύρος Πιτόγλου



1964: Ανδρεαδάκης, Γαβριήλογλου



Τάσος Κατσαρώνης



Γιάννης Γρόμπας, Γιώργος Λίνας, Νίκος Αρώνης



Θόδωρος Τσεσμελής, Νίκος Χομπάς,
Θόδωρος Ραΐσης, Σούλα Πιτόγλου



Θόδωρος Τσεσμελής
Αγώνας δρόμου
το 1990



Κώστας Χατζηαποστόλου,
Νίκος - Χρυσούλα Χομπά, Ζεύγος Σωτηρίου
29/06/96 - Γιορτή Πυρών ΟΕΣΕ, Τουρκοβούνια



Μιχάλης Μοντσενίκος, Βούλα Μπαλιάτσου



Βάσω Τσουνάνογλου, Μήτσος Παρίσης 1988



Κυριάκος Πάρλαλης, Λευτέρης Μπαλιάτζης,
Θόδωρος Τσεσμελής στη Στέλλα Ευβοίας

49
Χρόνια

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΚΔΗΛΩΣΕΩΝ

ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ - ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ - ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ - ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ

Αλεποχώρι - Ψάθα - Βίλλια



Εκδρομή 1436 23/9/2007
Ημερήσια Πεζοπορική - Τουριστική

- Αναχώρηση στις 08.00 από Ν. Ιωνία.
- Άφιξη στις κατασκηνώσεις του Δήμου Ν. Ιωνίας στο Αλεποχώρι.
- Επίσκεψη στην Βυζαντινή εκκλησία της Μεταμόρφωσης του Σωτήρος.

ΠΕΖΟΠΟΡΟΙ

- Έναρξη της πεζοπορίας στο βουνό Πατέρας, σε δασικό δρόμο, διαδρομή κατηφορική με κατεύθυνση στην παραλία της Ψάθας, διάρκειας 2,5 ωρών.

ΤΟΥΡΙΣΤΕΣ

- Οι υπόλοιποι θα κατέβουν στην πανέμορφη παραλία της Ψάθας για καφέ ή και για μπάνιο. Όσοι επιθυμούν μπορούν να επισκεφθούν τον αρχαιολογικό χώρο των Αιγιοσθένων.

ΟΛΟΙ ΜΑΖΙ

- Επίσκεψη - προσκύνημα στη Μονή του Ιωάννου του Προδρόμου του Μακρινού, ένα πανέμορφο μοναστήρι με εξαιρετική θέα.
- Φαγητό στην παραλία του Αλεποχωρίου.
- Μετά το φαγητό θα ξεκινήσουμε για τα Βίλλια, διασχίζοντας τον καταπράσινο Κιθαιρώνα, για το χωριό όπου η δροσιά δεν το εγκαταλείπει.
- Θα επισκεφθούμε την εκκλησία του χωριού, που έχει σχεδιασθεί από τον αρχιτέκτονα Τσίλερ, μοναδικής αρχιτεκτονικής.
- Καφές και αμυγδαλόπιττα στην πλατεία των Βιλλίων.
- Επιστροφή στη Ν. Ιωνία μέσω της παλαιάς Εθνικής των Θηβών.

Αρχηγός: *Σόφη Παπαδοπούλου*
Υπεύθυνος κρατήσεων: *Λιανού Μαίρη*

&

ΕΚΔΡΟΜΩΝ 2007

Λαγκάδια - Δημητσάνα - Λούσιος



Εκδρομή 1437 6 - 7/10/2007
Διήμερη Πεζοπορική - Τουριστική

ΣΑΒΒΑΤΟ 6/10/2007

- Αναχώρηση από Ν. Ιωνία στις 08.00
- Στάση στο Αρτεμίσιο.
- Επίσκεψη στην Βυτίνα για καφέ.
- Άφιξη στα Λαγκάδια, εγκατάσταση στο ξενοδοχείο.
- Ξενάγηση στις Εκκλησίες Ταξιαρχών και Αγ. Αποστόλων και στο πετρόχτιστο γυμνάσιο με τις βρύσες.
- Φαγητό στα Λαγκάδια.
- Το απόγευμα ελεύθερο για να γνωρίσουμε τα Λαγκάδια, το χωριό των Δεληγιανναίων και των μαστόρων της πέτρας.
- Το βράδυ γλέντι στο ξενοδοχείο ή σε ταβέρνα του χωριού.

ΚΥΡΙΑΚΗ 7/10/2007

- Μετά το πρόγευμα ξεκινάμε για Δημητσάνα.
- Επίσκεψη στο περίφημο μουσείο Υδροκίνησης.

ΠΕΖΟΠΟΡΟΙ

• Η πεζοπορία θα ξεκινήσει από το μουσείο Υδροκίνησης, θα περάσουμε τη γέφυρα της Μονόπορης, θα επισκεφθούμε την Μονή Φιλοσόφου και το περίφημο κρυφό σχολειό, θα κατηφορίσουμε στο Λούσιο ποταμό, θα ανέβουμε για το μοναστήρι του Ιωάννου του Προδρόμου, το οποίο θα επισκεφθούμε και στη συνέχεια θα κατηφορίσουμε προς την Αρχαία Γόρτυνα, όπου τελειώνει η πεζοπορία. Διάρκεια καθαρής πεζοπορίας 3,5 ώρες καταπληκτικής διαδρομής. Συνολικά με τις επισκέψεις στα μοναστήρια 5,5 ώρες.

ΤΟΥΡΙΣΤΕΣ

• Προσκύνημα στα μοναστήρια Φιλοσόφου και Προδρόμου.

• Ξενάγηση στην Αρχαία Γόρτυνα, όπου θα συναντήσουμε τους πεζοπόρους.

ΟΛΟΙ ΜΑΖΙ

- Συνεχίζουμε για Στεμνίτσα, όπου θα επισκεφθούμε το μουσείο Αργυροχοείας.
- Φαγητό στην Στεμνίτσα ή στο Ελληνικό.
- Επιστροφή στη Ν. Ιωνία με ενδιάμεση στάση.

Αρχηγός: *Οικονομίδης Κώστας*

Υπεύθυνη κρατήσεων: *Λιανού Μαίρη*

Δεντροφύτευση

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 12/10/2007

Ο Φυσιολατρικός Όμιλος Νέας Ιωνίας σε συνεργασία με το Δήμο καθώς και μαθητές των σχολείων της περιοχής μας, θα πραγματοποιήσει, όπως κάθε χρόνο, δενδροφύτευση σε χώρο της Ν. Ιωνίας. Όσα από τα μέλη μας ή τους φίλους του Ομίλου θα ήθελαν να μας βοηθήσουν στην προσπάθεια αυτή, να είναι στις 9.30 στην είσοδο της Δημαρχίας Ν. Ιωνίας, που θα ξεκινήσουμε για την δενδροφύτευση.

Υπεύθυνοι εκδήλωσης: *Τσεσμελής Θεόδωρος*



Βάλια Κάλντα - Γρεβενά

Εκδρομή 1439 27-29/10/2007

3ήμερος Τουριστική - Πεζοπορική

(Βαθμός δυσκολίας Β)

Σάββατο 27/10/2007

- Αναχώρηση από Ν. Ιωνία στις 7:30
- Στάση στα Καμμένα Βούρλα για καφέ.
- Γεύμα στο Καστράκι με θέα τους επιβλητικούς όγκους των Μετεώρων σε παραδοσιακή ταβέρνα.
- Το απόγευμα θα φθάσουμε στα Γρεβενά, όπου θα μας περιμένει ξεναγός για να επισκεφθούμε το παλαιοντολογικό μουσείο της Μηλιάς, με τους μεγαλύτερους χαβλιόδοντες της Ευρώπης.
- Επίσκεψη στο γεφύρι του Αζίζ Αγά.
- Το βράδυ θα πάμε στην πόλη των Γρεβενών για φαγητό και βόλτα.

Κυριακή 28/10/2007

- Μετά το πρωινό, θα ξεκινήσουμε για την εκκλησία του Αγίου Νικολάου στο χωριό Περιβόλι, όπου θα γίνει ξενάγηση.
- Στην συνέχεια θα επιβιβαστούμε στα τζιπ 4X4 για να μπούμε μέσα στον Εθνικό Δρυμό "ΒΑΛΙΑ ΚΑΛΝΤΑ". Εκεί θα πεζοπορήσουμε χαλαρά μία ώρα και 15 λεπτά, μέσα στον πυρήνα της Βάλια Κάλντα, με ξενάγηση και μαθήματα για την πανίδα και χλωρίδα.
- Πλούσιο πικ νικ μέσα στο δάσος.
- Επιστροφή για καφέ στο Περιβόλι.

Δευτέρα 29/10/2007

- Μετά το πρόγευμα αναχωρούμε για το βουνό των αετών, με τη σπάνια όσο και πυκνή βλάστηση, που απαρτίζεται από 20 τουλάχιστον δασικά είδη.
- Πεζοπορία χαλαρή 1 ώρας περίπου σε δάσος του όρους Όρλιακα, ανάμεσα από γέρικα πεύκα, έλατα και δρείς.
- Το μεσημέρι στο χωριό και από εκεί θα πάρουμε το δρόμο της επιστροφής, με ενδιάμεση στάση θα φθάσουμε στη Ν. Ιωνία στις 9 μμ.

Όσιος Λουκάς - Κιριάκι

Εκδρομή 1438 21/10/2007

Μονοήμερος Τουριστική - Πεζοπορική

- Αναχώρηση από Ν. Ιωνία στις 07.30 μέσω Λειβαδιάς με στάση καθ' οδόν για καφέ.
- Προσκύνημα στον Όσιο Λουκά.
- Στην συνέχεια θα μεταβούμε στο χωριό Κιριάκι, όπου εκεί θα μας περιμένουν μέλη του Φυσιολατρικού Κιριακίου για να μας ξεναγήσουν στο χωριό τους.

ΠΕΖΟΠΟΡΟΙ

- Το πεζοπορικό τμήμα θα κάνει διαδρομή 2,5 ωρών περίπου, Κιριάκι – Αρβανίτσα, 5,5 χιλιόμετρα μέσα στο καταπράσινο βουνό του Ελικώνα, του βουνού των 9 μουσών.

ΟΛΟΙ ΜΑΖΙ

- Συγκέντρωση το μεσημέρι για να γευματίσουμε σε ταβέρνα του χωριού.
- Το απόγευμα καφές στη Λειβαδιά
- Επιστροφή στη Ν. Ιωνία, γύρω στις 20.00.

Αρχηγός: Τσεσμελής Θεόδωρος

Υπεύθυνος κρατήσεων: Τσοντάνογλου Βάσω

Αρχηγός: Τσεσμελής Θεόδωρος

Υπεύθυνη κρατήσεων: Ανθίμου Άννα

Βάλια Κάλντα - Γρεβενά



ΣΥΝΕΣΤΙΑΣΗ

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 2/11/2007 Ώρα 20.30



Ο σύλλογός μας διοργανώνει συνεστίαση των μελών και φίλων του, σε κέντρο της περιοχής μας. Όσοι από τους φίλους του Ομίλου θελήσουν να έλθουν, ας τηλεφωνήσουν μέχρι τις 25/10/2007 στα γραφεία του Ομίλου μας.

Τηλ. 210 2775367. Θα υπάρξει σειρά προτεραιότητας, δηλώστε εγκαίρως.

Υπεύθυνος εκδήλωσης: *Τσοντάνογλου Βάσω*
Υπεύθυνος κρατήσεων: *Τσοντάνογλου Βάσω*



Ζαρούχλα

Εκδρομή 1440

ΚΥΡΙΑΚΗ 11/11/2007

ΗΜΕΡΗΣΙΑ Τουριστική - Πεζοπορική

- Θα ξεκινήσουμε στις 07.30 από Νέα Ιωνία και αφού κάνουμε την καθιερωμένη στάση μας για το πρωινό μας καφεδάκι και μόλις 35 χιλ. από την Ακράτα σε υψόμετρο 1100 μ. θα βρούμε την πανέμορφη Ζαρούχλα.
- Εκεί οι τουρίστες μας θα έχουν τη χαρά και την ευκαιρία να περιπλανηθούν μέσα στο πανέμορφο αυτό χωριό με τις πολλές καρυδιές, τις μηλιές, τις κερασιές και να πιούν το λάγαρο νερό από τις πηγές και βρύσες του χωριού.
- Οι πεζοπόροι μας θα έχουν την ευκαιρία να κάνουν πορεία μέσα στο δάσος της Ζαρούχλας και όταν επιστρέψουν να συναντήσουν τους τουρίστες και όλοι μαζί να φάνε σε μία από τις παραδοσιακές ταβέρνες του χωριού.
- Το απόγευμα θα σταματήσουμε στην Ακράτα για καφέ και το βράδυ επιστροφή στη βάση μας.

ΑΡΧΗΓΟΣ : *Λιβέρης Στέφανος*

ΚΡΑΤΗΣΕΙΣ : *Τσοντάνογλου Βάσω*

ΑΡΧΑΙΟΛΟΓΙΚΟ ΜΟΥΣΕΙΟ

ΚΥΡΙΑΚΗ 18/11/2007

Επίσκεψη στο Αρχαιολογικό μουσείο Αθηνών, με την συνοδεία έμπειρου ξεναγού.

Θα ακολουθήσει **γεύμα** σε κέντρο της περιοχής. Για περισσότερες πληροφορίες στο σύλλογο.

Υπεύθυνος εκδήλωσης:
Χομπάς Νικόλαος





Κυριακή 25/11/2007

- Μετά το πρωινό, θα ξεκινήσουμε για το Δήμο Ωλένης για το Δ.Δ. Γούμερου, όπου θα γίνει η έναρξη της πεζοπορίας στο ΔΙΕΘΝΕΣ ΟΛΥΜΠΙΑΚΟ ΜΟΝΟΠΑΤΙ τμήμα του Ιερού Δρόμου ΗΛΙΔΑΣ – ΟΛΥΜΠΙΑΣ, συμβάλλοντας στην ανάδειξή του και της περιοχής Γούμερου Ηλείας (ΑΡΧΑΙΟ ΑΛΥΣΙΟ) ΟΡΟΠΕΔΙΟ ΦΟΛΟΗΣ, διαδρομή εύκολη.

- Η πεζοπορία θα τελειώσει στο σπήλαιο της Μονής Ασκητή (Αρχαίο μαντείο αθλητών), που σύμφωνα με την παράδοση έφθαναν οι πεζοπόροι αθλητές, από την Αρχαία ΗΛΙΔΑ, διοργανώτρια πόλη των Ολυμπιακών αγώνων, διανυκτέρευαν και συνέχιζαν για την Ολυμπία, ώστε να λάβουν μέρος στους Ολυμπιακούς αγώνες.

- Θα περπατήσουμε στα βήματα των αρχαίων Ολυμπιονικών, στο αρχαίο καλντερίμι που αποτελεί τμήμα της ιεράς οδού, και σε μικρό τμήμα στο πανέμορφο Ολυμπιακό φαράγγι ΓΟΥΜΕΡΟΥ.

Αρχαία Ήλιδα

Εκδρομή 1441

2ήμερος Τουριστική – Πεζοπορική

24 - 25/11/2007

Σάββατο 24/11/2007

- Αναχώρηση από Ν. Ιωνία στις 7:30
- Στάση στο Κιάτο.
- Στάση στην λίμνη Κοτύχι (Λεχαινά) για ενημέρωση.
- Επίσκεψη στο βυζαντινό μουσείο Κάστρου Κυλλήνης.
- Γεύμα στην παραλία Κουρούτας.
- Επίσκεψη στον Πύργο, μουσείο, πινακοθήκη, και στο κτήμα Μερκούρη στο Κορακοχώρι.
- Βόλτα στον Πύργο και στη συνέχεια αναχώρηση για Αρχαία Ολυμπία, στο ξενοδοχείο ΑΝΤΩΝΙΟΣ για διανυκτέρευση.

Θα επισκεφθούμε

1. Την Βυζαντινή Μονή του Αγίου Προδρόμου Νικόβας.

2. Τις αρχαίες ελές, 3500 ετών, που έφτιαχναν τα στεφάνια των αρχαίων Ολυμπιονικών.

3. Την ιερά Μονή Ασκητή κτισμένη το 1200 μ.Χ.

- Στην επιστροφή στο Γούμερο, θα ακολουθήσει γεύμα, παραδοσιακοί χοροί από το χορευτικό Γούμερου και γλέντι.

- Στη συνέχεια θα πάρουμε το δρόμο της επιστροφής, με ενδιάμεση στάση για καφέ.

Αρχηγός: Τσεσμελής Θεόδωρος

Υπεύθυνος κρατήσεων: Χριστοφορίδου Καίτη.



ΕΚΔΗΛΩΣΗ για τα **45** χρόνια **Φ.Ο.Ν.Ι.**

ΤΕΤΑΡΤΗ 5/12/2007

Ο Φυσιολατρικός Όμιλος Νέας Ιωνίας συμπληρώνοντας εφέτος 45 χρόνια από την ίδρυσή του, θα πραγματοποιήσει επετειακή εορταστική εκδήλωση, το βράδυ **19.00**, στο συνεδριακό κέντρο του Δήμου Ν. Ιωνίας (ΚΕΜΙΠΟ), απέναντι από την εκκλησία του Αγίου Γεωργίου.

Το πρόγραμμα περιλαμβάνει:

- Ιστορική αναδρομή των σαράντα πέντε χρόνων.
- Βράβευση των Προέδρων της 45ετίας.
- Καλλιτεχνικό πρόγραμμα.
- Μικρή δεξίωση.

Υπεύθυνος εκδήλωσης: *Τσεσμελής Θεόδωρος*



*Γαβριήλογλου Νικόδημος,
Λάκης Χατζηβασιλόγλου, Ζεύγος Σεϊτανίδη*



Αράχωβα – Δελφοί - Χρισσό

Εκδρομή 1442
9/12/2007

Ημερήσια Τουριστική

Κυριακή 9/12/2007

- Αναχώρηση από Ν. Ιωνία στις 07.30.
- Θα φθάσουμε στην ΑΡΑΧΩΒΑ, όπου θα κάνουμε την καθιερωμένη στάση μας για να πάρουμε μια ιδέα από την τουριστική ανάπτυξη της γραφικής αυτής κωμόπολης και μετά θα πάρουμε το δρόμο για τους ΔΕΛΦΟΥΣ.
- Εκεί στους ΔΕΛΦΟΥΣ, στο πιο σημαντικό ιερό της αρχαίας Ελλάδας που ο μύθος συναντιέται με



την ιστορία, με τη βοήθεια έμπειρου ξεναγού, θα επισκεφθούμε τους αρχαιολογικούς χώρους, και θα ξεναγηθούμε στο μουσείο για να θαυμάσουμε μεταξύ άλλων και τον καταπληκτικό ΗΝΙΟΧΟ.

- Μετά την επίσκεψη των ΔΕΛΦΩΝ, θα πάμε στο γραφικό ΧΡΙΣΣΟ, όπου σε παραδοσιακή ταβέρνα θα κάνουμε την καθιερωμένη μας συνεστιάση.
- Το απόγευμα μετά από τις προγραμματισμένες στάσεις θα πάρουμε το δρόμο της επιστροφής και γύρω στις 20.30 θα είμαστε στη Νέα Ιωνία.

Αρχηγός: *Λιβέρης Στέφανος*
Υπεύθυνος κρατήσεων: *Ιωάννου Χρήστος*

ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΙΑΤΙΚΗ ΠΑΙΔΙΚΗ ΕΟΡΤΗ

ΤΕΤΑΡΤΗ 19/12/2007

*Αγαητοί Γονείς,
Παππούδες και Γιαγιάδες,*

Ο Φυσιολατρικός, συνεχίζοντας την παράδοση της Χριστουγεννιάτικης γιορτής,



Σας Προσκαλεί,

στις 19 Δεκεμβρίου και ώρα **6 μ.μ.**, όπου η βραδιά θα γεμίσει με Χριστουγεννιάτικες μελωδίες και όχι μόνο. **Ο Άγιος Βασίλης** θα μοιράσει στα παιδιά **δώρα και γλυκά** (Το μέρος που θα πραγματοποιηθεί η γιορτή και το αναλυτικό πρόγραμμα θα ανακοινωθούν το φθινόπωρο). Παρακαλούνται τα μέλη μας να δηλώσουν στον σύλλογο τα παιδιά που θα συμμετέχουν, για να γίνει η σωστή προετοιμασία.

Υπεύθυνοι εκδήλωσης: *Η κα Χρυσούλα Χομπά και όλα τα μέλη του Δ.Σ.*



Ρουμανία - Καρπάθια

Εκδρομή 1443

5νθήμερος τουριστική

22/12 - 26/12/2007

Το Δ.Σ. αποφάσισε να πραγματοποιήσουμε για πρώτη φορά Χριστουγεννιάτικη εξόρμηση στο εξωτερικό. Προορισμός επελέγη η πανέμορφη Ρουμανία και τα εκπληκτικά Καρπάθια.

Η εκδρομή θα είναι αεροπορική και θα ξεκινήσουμε Σάββατο 22/12/2007 με επιστροφή τη δεύτερη ημέρα των Χριστουγέννων, Τετάρτη 26/12/2007. Έτσι η μόνη εργάσιμη ημέρα θα είναι η παραμονή των Χριστουγέννων και αυτή για τους περισσότερους είναι ημιαργία.

Κατά τη διάρκεια της εκδρομής θα επισκεφθούμε:

- Την πρωτεύουσα της Ρουμανίας Βουκουρέστι, μία πόλη πνιγμένη στο πράσινο, γεμάτη πάρκα. Αξιοθέατα είναι οι πλατείες Βικτοριέι και Ουνοβερσιτάτζι, το Αθήναιον (Ateneum), το Εθνικό Θέατρο, ο λόφος της Μητρόπολης και τέλος το μουσείο του χωριού, όπου είναι μία μεγάλη έκταση μέσα σε πάρκο, με δείγματα της αρχιτεκτονικής των διάφορων τύπων σπιτιών των χωριών της



Ρουμανίας.

- Το κέντρο χειμερινών sport Σινάια στα Καρπάθια όρη, με το ιστορικό μοναστήρι, το παλάτι Πέλες (θερινή κατοικία του βασιλιά Καρόλου, τον πύργο Μπράν (Πύργος του Δράκουλα).
- Την μεσαιωνική πρωτεύουσα της περιοχής των Καρπαθίων, Μπρασόβ, με τη μαύρη εκκλησία, την εντυπωσιακή κεντρική πλατεία, το Δημαρχείο κ.α.
- Το κέντρο χειμερινών sport Ποϊάνα Μπρασόβ στα Καρπάθια όρη, χωριό εκπληκτικής ομορφιάς, με σπιτάκια τύπου σαλέ, εξαιρετικής αρχιτεκτονικής.

Αναλυτικό πρόγραμμα και κόστος εκδρομής, θα ανακοινωθούν το φθινόπωρο, όταν θα έχουν τα πρακτορεία έτοιμα προγράμματα

Αρχηγός: *Ιωάννου Χρήστος*

Υπεύθυνη κρατήσεων: *Λιανού Μαίρη*



ΣΜΥΡΝΗ

της Φωτεινής
Ιωάννου

η νύφη της Ανατολής

...συνέχεια από το προηγούμενο (τελευταίο)

ΗΘΗ - ΕΘΙΜΑ & ΠΑΡΑΔΟΣΕΙΣ

ΤΑ ΣΠΙΤΙΑ ΤΗΣ ΣΜΥΡΝΗΣ

Η περιοχή των Ελλήνων όσο και των Αρμενίων βρισκόταν στη βόρεια πλευρά της αρχαίας πόλης της Σμύρνης.

Όπως μου διηγόταν η γιαγιά μου τα σπίτια τους ήταν διώροφα με κεραμίδια και πέτρινες προσόψεις. Πολλά είχαν μαρμαρίνες σκάλες που οδηγούσαν σε γυάλινα αίθρια, καθαρά και τακτοποιημένα, διακοσμημένα με λουλούδια και καμιά φορά και με μικρά συντριβάνια. Πολ-

λές φορές τά βράδια, αφήναν τις κουρτίνες ανοιχτές και από το δρόμο μπορούσες να δείς την οικογένεια να κάθεται στο βραδινό τραπέζι.

Στο ισόγειο ήταν ή σάλα και η τραπεζαρία που άνοιγαν μόνο για τους ξένους και οι κρεβατοκάμαρες στον 2ο όροφο, όπου εκεί υπήρχαν τα περίφημα μπαλκόνια που ήταν κομψοτεχνήματα ξυλογλυπτικής (τα γνωστά σαχνισί), όπου κάθονταν τ'απόγευμα οι γυναίκες και έβλεπαν την κίνηση του δρόμου.

Το εσωτερικό των σπιτιών ήταν διακοσμημένο με γούστο και πολυτέλεια. Θαυμαστά χαλιά, έργα ανατολίτικης τέχνης, κεντήματα, κεραμικά, λεπτοδουλεμένα ασημικά και παλιές πορσελάνες και στους τοίχους υπήρχαν φωτογραφίες της οικογένειας.

Υπήρχε και ημιυπόγειο αποθήκη που ήταν χωρισμένη στα δύο. Στο ένα μέρος έβαζαν τα ξύλα και τα κάρβουνα και στ' άλλο τα τρόφιμα της χρονιάς. Οι νοικοκυρές, με τον αρμαθό τα κλειδιά που τα κρεμούσαν στην μέση τους, άνοιγαν κάθε Δευτέρα το πρωί την αποθήκη και έβγαζαν ότι χρειαζόνταν για όλη την εβδομάδα.

Η ραπτομηχανή η οποία ήταν εργαλείο ζωής δεν έλειπε από κανένα σπίτι. Μ' αυτήν έραβαν και κεντούσαν εσώρουχα, μαξιλάρια, σεντόνια κλπ, στα οποία οι νοικοκυρές κεντούσαν και τα αρχικά του ονόματός τους.

Εκτός απ' αυτά υπήρχε και η κουζίνα που ήταν ο ιερός τόπος της Σμυρνιας, με όλα τα ακριβά πορσελάνινα και ασημικά σκεύη και μεγάλη ποικιλία μπαχαρικών. Τα μαγειρικά σκεύη ήταν πήλινα και μπακιρένια γιατί έκαναν πιο νόστιμα τα φαγητά.

Μέσα σ' αυτά τα όμορφα σπίτια γίνονταν όλες οι μεγάλες γιορτές της οικογένειας, αρραβώνες-γάμοι-βαφτίσια.

Τα καλά κορίτσια ήταν περιζήτητα, γι' αυτό οι γονείς του αγοριού επιστράτευαν την προξενήτρα για να διαπραγματευτεί το γάμο και φυσικά την προίκα. Στην πρώτη συνάντηση και γνωριμία η κοπέλα δεν ήταν παρούσα. Οι γονείς της υποψήφιας νύφης υποδεχόμενοι τον γαμπρό του προσέφεραν ένα μεγάλο μαντήλι που στις γωνίες του είχε κεντημένα κλαδιά από μετάξι. Στον επίσημο αρραβώνα έβαζαν σ' ένα δίσκο κουφέτα και μαζί μια εικόνα και αντάλλασαν χρυσαφικά (πράγμα το οποίο κάνουμε και εμείς σήμερα), και προσέφεραν σουμάδα.

Εκείνα τα χρόνια η αγαμία ήταν κατάρα και ο ανύπαντρος μειωμένης εκτίμησης. Η σοβαρότερη υποχρέωση των γονιών ήταν να παντρέψουν τα παιδιά τους. Οι γάμοι γίνονταν πάντα Κυριακή. Τρεις μέρες πριν το γάμο τα προικιά μεταφέρονταν στο σπίτι του γαμπρού με τον παπά και τα εικονίσματα μπροστά, σε μια ατέλειωτη πομπή. Την προπαραμονή το πρωί γύριζαν στις γειτονιές και προσκαλούσαν τον κόσμο για το τραπέζι του Σαββάτου στο σπίτι του γαμπρού και την ίδια μέρα (Κυριακή) ζύμωναν τη γαμήλια κουλούρα όπου από το σπίτι του γαμπρού έστελναν ζύμη στο σπίτι της νύφης για να γίνει η πρόσμειξη με τη δική της κουλούρα. Στη διάρκεια του γάμου οι προσκεκλημένοι βαστούσαν άσπρες λαμπάδες, και τα κορίτσια πίστευαν ότι

όποιας η λαμπάδα σβήσει πιο γρήγορα θα παντρευόταν σύντομα.

Μετά το γάμο ακολουθούσε γλέντι που κρατούσε μέχρι την άλλη μέρα το πρωί. Εκεί σερβιρονταν παραδοσιακές συνταγές γάμου όπως (Σούπα γάμου από αρνίσιο κρέας-φαγητό από πρόβειο κρέας με σιτάρι(κεσκέσι) και ποτά όπως η Σουμάδα, κλπ.)

Η ολοκλήρωση του γάμου ήταν ή έλευση ενός μωρού και όταν ερχόταν η ώρα της Βάπτισης ήταν γι' αυτούς το πιο σημαντικό γεγονός, (όπως και σήμερα). Λέγανε ότι οι ψυχές των αβάπτιστων παιδιών τυραννιόντουσαν μαζεύοντας νερό μ' ένα φύλλο δάφνης, σταγόνα σταγόνα για να γεμίσουν την κολυμπήθρα και να βαπτιστούν. Μόλις την γέμιζαν χαρούμενα που θα βαπτιστούν παρουσιαζόταν ο Διάβολος και κλώτσαγε την κολυμπήθρα και έχυνε το νερό που τα παιδάκια κόπιαζαν να μαζέψουν. Σε πολλές περιοχές της Μικράς Ασίας τα παιδιά πριν βαπτιστούν τα φώναζαν «Δράκο» και «Δρακούλα».

Τη βάπτιση την έλεγαν «φώτιση» και γινόταν στις 40 μέρες και αν αρρώσταινε ξαφνικά το μωρό το «αεροβάπτιζαν» ή το «καντηλοβάπτιζαν». Η βάπτιση τις περισσότερες φορές γινόταν στο σπίτι και οι γονείς του παιδιού δεν παρακολουθούσαν τη βάπτιση, Το έθιμο απαιτούσε να μην ακούσουν το όνομα του παιδιού. Μόλις ο παπάς έλεγε το όνομα τα παιδιά έτρεχαν να το πουν στους γονείς και εκείνοι τους έδιναν λεφτά. Οι συγγενείς μοίραζαν γλυκά σε όλους τους καλεσμένους και ακολουθούσε γλέντι μέχρι το πρωί.

Πόσο όμορφα ήταν όλα αυτά που μου διηγούταν η αγαπημένη μου Γιαγιά και παιδί εγώ τότε τα έβλεπα με τα μάτια της ψυχής μου.

Όνειρό μου είναι να πάω στη Σμύρνη και να περπατήσω στους δρόμους της και τα στενά της (βέβαια όλα θα έχουν αλλάξει από τότε), αλλά δεν πειράζει εγώ θα ονειρεύομαι όλα όσα έχω ακούσει και θα παρακαλάω κάποτε(που ίσως εγώ να μη ζω πιά) να γίνουν όλα αυτά και πάλι Ελληνικά, να ξαναζωντανέψουν και να γίνουν δικές μας πάλι οι Πατρίδες που δε θα χαθούν ποτέ!!!



Ψήφισμα για την παγκόσμια ημέρα Περιβάλλοντος 5 Ιουνίου 2007

Για άλλη μία φορά γιορτάζουμε και φέτος την Παγκόσμια Ημέρα Περιβάλλοντος. Με λόγους, με τελετές, με πολλές ευχές για το μέλλον το δικό μας και του πλανήτη μας. Υποτίθεται ότι η μέρα αυτή καθιερώθηκε για να ευαισθητοποιεί όλους τους πολίτες, αλλά και να ενεργοποιεί περισσότερο εκείνους που θέλουν να πιστεύουν ότι είναι ευαισθητοποιημένοι.

Στην πραγματικότητα όμως όλοι, λίγο - πολύ, ο καθένας με τον τρόπο του, συμβάλλουμε στην καταστροφή του ανθρωπογενούς και του φυσικού περιβάλλοντος, με την υπερκατανάλωση, με την υπερπαραγωγή σκουπιδιών, με την κάθε λογής ρύπανση που παράγουμε με τις δραστηριότητές μας. Ηχητική, θερμική, χημική. Η υπερθέρμανση της γης, επιφέρει ανομβρία και πλημμύρες σε πολλές περιοχές της Γης με τα γνωστά σε όλους αποτελέσματα.

Το τραγικό για τους ανθρώπους είναι ότι κάποια μέρα συνειδητοποιούν πως ο μεγάλος εχθρός του περιβάλλοντος, αυτός που απειλεί να καταστρέψει την ίδια τη Γη, δεν είναι κάποιος εξωτερικός εχθρός αλλά αυτοί οι ίδιοι.

Η προσπάθεια λοιπόν για την προστασία του περιβάλλοντος και τη φύσης πρέπει να γίνει πρώτα και κύρια ενάντια στον ... κακομαθημένο εαυτόλη μας.

Ο αγώνας για την προστασία του περιβάλλοντος είναι αντικείμενο καθημερινής δράσης και όχι μίας μοναδικής ημέρας του χρόνου. Ιδιαίτερα μάλιστα μεγάλη είναι η ευθύνη των φυσιολατρικών και εκδρομικών σωματείων σ' αυτόν τον αγώνα. Είναι αυτά, που έχουν διδάξει στα μέλη και τους φίλους τους βασικούς κανόνες συμπεριφοράς μέσα στην φύση, την οποία αγαπούν και προστατεύουν. Να μάθουν και τους άλλους πολίτες όταν πηγαίνουν μία εκδρομή να μην κόβουν, να μην ξεριζώνουν, να μην σκοτώνουν, να μην αιχμαλωτίζουν κανένα φυτό ή ζώο, να μην ρυπαίνουν τα λιβάδια, τα δάση και τις ακτές, να σέβονται την ησυχία της φύσης. Αυτό σημαίνει φυσιολατρία.

Ας ξεκινήσουμε λοιπόν όλοι, η Ομοσπονδία και τα σωματεία - μέλη της, μία μεγάλη προσπάθεια ευαισθητοποίησης των μελών της σ' όλη τη διάρκεια του χρόνου, με εκδρομές που εκτός από την πεζοπορία, την ορειβασία και την ιστορική ξενάγηση, θα περιλαμβάνουν και την οικογενειακή ευαισθητοποίηση, με ομιλίες και προβολές οικολογικού περιεχομένου και με κάθε άλλο πρόσφορο τρόπο.

(Ψήφισμα της Ομοσπονδίας Εκδρομικών Σωματείων Ελλάδος)

ΝΕΡΟ ΠΟΛΥΤΙΜΟ ΑΓΑΘΟ για τη ΖΩΗ

Το μεγαλύτερο μέρος της επιφάνειας του πλανήτη μας καλύπτεται από νερό, αλλά μονάχα ένα ελάχιστο ποσοστό είναι πόσιμο. Δεν υπάρχει ζωή χωρίς νερό.

Το νερό αποτελεί βασικό στοιχείο της ζωής.

Τα κύτταρά μας μπορούν να ζουν και να αναπαράγονται χάρη στο νερό. Πάνω από τα 2/3 του σώματός μας είναι νερό. Τα παλαιότερα χρόνια οι πρόγονοί μας το νερό που έπιναν το κουβαλούσαν συχνά από μακριά, από πηγάδια και γεωτρήσεις

Σήμερα το νερό ρέει άφθονο στις βρύσες μας. Τα τελευταία χρόνια η κατανάλωση του πόσιμου νερού έχει διπλασιαστεί, όχι όμως τα αποθέματά του. Ενώ εμείς σπαταλάμε και ρυπαίνουμε το νερό, χιλιάδες πουλιά και ψάρια πεθαίνουν στις λίμνες, εξ' αιτίας της ρύπανσης του νερού.

Το 1/5 του πληθυσμού του πλανήτη μας, δηλαδή ένα δισεκατομμύριο άνθρωποι δεν έχουν καθαρό νερό να πιούν.

Τα παιδιά που πεθαίνουν κάθε ημέρα από αρρώστιες οφειλόμενες στην έλλειψη καθαρού νερού ανέρχονται σε 6000 περίπου.



Μερικές συμβουλές χρήσιμες για εξοικονόμηση νερού

1. Όταν σαπουνίζουμε τα χέρια μας και το πρόσωπο κλείνουμε τη βρύση όταν δεν χρειαζόμαστε το νερό. Επίσης όταν βουρτσίζουμε τα δόντια μας ή όταν λουζόμαστε. (Όταν πλένουμε τα δόντια μας ή τα χέρια μας και αφήνουμε τη βρύση ανοιχτή χωρίς να την χρειαζόμαστε, σπαταλάμε νερό που γεμίζει 10 μεγάλα μπουκάλια).

2. Οι πιο μεγάλες απώλειες νερού συμβαίνουν όταν τρέχει το καζανάκι. (Το νερό που σπαταλάμε από την διαρροή αυτή σε μία ημέρα είναι αυτό που θα πίναμε σε 50 ημέρες).

3. Δεν τραβάμε άσκοπα το καζανάκι.

4. Το καλοκαίρι έχουμε στο ψυγείο ένα μπουκάλι νερό, για να μην αφήνουμε την βρύση να τρέχει κάθε φορά που θέλουμε να πιούμε δροσερό νερό.

5. Τα λαχανικά και τα φρούτα τα ξεπλένουμε σε μία λεκάνη και μετά το νερό το χρησιμοποιούμε για πότισμα των λουλουδιών.

6. Περιμένουμε να γεμίσει το πλυντήριο πιάτων για να το βάλουμε εμπρός.

7. Το καλοκαίρι τα φυτά μας τα ποτίζουμε νωρίς το πρωί ή αργά το απόγευμα.

8. Το αυτοκίνητο το πλένουμε με κουβά και σφουγγάρι και όχι με το λάστιχο.

9. Το μπαλκόνι μας ή την αυλή μας την σκουπίζουμε και δεν την πλένουμε με το λάστιχο.

10. Και πάντα να έχουμε στο νου ότι το νερό κάθε ημέρα να λιγοστεύει και κάποια στιγμή δεν θα έχουμε να πιούμε.

Επομένως πρέπει να μάθουμε να προστατεύουμε αυτό το πολύτιμο αγαθό, δηλαδή το νερό, περιορίζοντας τη σπατάλη και διατηρώντας το καθαρό.

Το νερό μας αφορά όλους.

Τσεσμελής Θεόδωρος

ΟΙ "ΓΙΑΤΡΟΙ ΚΑΡΔΙΑΣ" ΣΥΝΑΝΤΟΥΝ ΤΟΝ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΟ ΟΜΙΛΟ ΝΕΑΣ ΙΩΝΙΑΣ

Ο Φυσιολατρικός Όμιλος Νέα Ιωνία αποφάσισε εκτός από τις ήδη δραστηριότητες του στον τομέα της φύσης και του πολιτισμού να δραστηριοποιηθεί και στον τομέα της ανθρώπινης προσφοράς.

Αφορμή η απαγωγή της αντιπροέδρου του Σωματείου ΓΙΑΤΡΟΙ ΚΑΡΔΙΑΣ Ελένης Σωτηρίου στις 30 Οκτωβρίου κατά την 26η αποστολή της στο ΙΡΑΚ που παρουσίασαν τα μέσα ενημέρωσης.

Οι "ΓΙΑΤΡΟΙ ΚΑΡΔΙΑΣ" λειτουργούν με τη μορφή σωματείου και είναι μη Κυβερνητικός Οργανισμός μη κερδοσκοπικού χαρακτήρα (Αρ. Απ. Πρ. 4229/2001). Ιδρυτικά μέλη αυτού του σωματείου

είναι αρκετοί αξιόλογοι γιατροί διαφόρων ειδικοτήτων όπως ο αιματολόγος Ξενοφών Γιαταγάνας, ο οποίος είναι ο Πρόεδρος του Σωματείου και νοσηλευτές και άτομα που προσφέρουν τις υπηρεσίες τους δωρεάν στον πάσχοντα συνάνθρωπο μας, ανεξάρτητα από τόπο, φυλή και θρησκεία.

Η ΕΠΩΝΥΜΙΑ " ΓΙΑΤΡΟΙ ΚΑΡΔΙΑΣ " έχει συμβολικό νόημα, εκφράζει το βαθύ συναίσθημα της αγνής και ανιδιοτελούς αγάπης των ανθρώπων προς όλους και ειδικότερα προς τον πάσχοντα συνάνθρωπο, η οποία πηγάζει από την ψυχή

τους και από την καρδιά τους.

Πρωταρχικό μέλημα των "ΓΙΑΤΡΩΝ ΚΑΡΔΙΑΣ" είναι η δωρεάν παροχή ιατροφαρμακευτικής ή επισιτιστικής βοήθειας προς τους λαούς της Αφρικής, της Ασίας και άλλων περιοχών του κόσμου

που έχουν επείγουσα ανάγκη ουσιαστικής συμπαράστασης.

Επίσης επιδιώκεται στο μέτρο του δυνατού η δημιουργία κέντρων υγείας, σχολείων και άλλων έργων υποδομής.



Οι αποστολές πραγματοποιούνται κατά διαστήματα και επαναλαμβάνονται περιοδικά στις

επισκεπτόμενες χώρες, ανάλογα με τις ανάγκες, με παροχή ιατροφαρμακευτικής περίθαλψης επιστημονικής βοήθειας και ειδών πρώτης ανάγκης (κουβερτών κ.λ.π.), κατασκευή δεξαμενών νερού ή ύδρευσης κ.λ.π.

Όλα τα έξοδα των συμμετεχόντων στις αποστολές μετακίνηση, διαμονή, διατροφή κ.λ.π. καλύπτονται από τους ίδιους.

Οι πόροι του Σωματείου προέρχονται κυρίως από εισφορές των μελών, συγγενών ή φίλων, σπανιότερα δε από επιχορηγήσεις φορέων όπως η Βουλή των Ελλήνων και η υπηρεσία Διεθνούς Αναπτυξιακής Συνεργασίας του Υπουργείου Εξωτερικών.

Για να συμμετάσχει κανείς σε αποστολή πρέπει να καταθέσει στο Σωματείο σύντομο βιογραφικό σημείωμα με τα απαραίτητα στοιχεία, ώστε να ειδοποιηθεί σε περίπτωση ανάγκης.

Τα φάρμακα που χρειάζονται τώρα (Μάιος 2007) είναι:

Αντιβιώσεις ευρέος φάσματος για παιδιά και ενήλικες

Παυσίπονα ευρέος φάσματος

Πολυβιταμίνες (σε χάπια)

Σίδηρος σε αμπούλες και το σπουδαιότερο το Malaria το φάρμακο για την ελονοσία.

Ο Φυσιολατρικός Όμιλος Νέας Ιωνίας μετά απ' όλα αυτά που άκουσε κατά την επίσκεψη

της κας Ελένης Σωτηρίου στα γραφεία του Ομίλου παρουσία του Δ.Σ. και μελών του αποφάσισε με επιτροπή που συγκροτήθηκε από το Δ.Σ. και μέλη του να προσφέρει φαρμακευτική υλική και εθελοντική βοήθεια.

Σκοπός του Συλλόγου μας είναι η προσφορά του να μην είναι προσωρινή αλλά όσο το δυνατόν μακρόχρονη και ουσιαστική.

Πρόεδρος του ΦΟΝΙ
και τα Μέλη του Δ.Σ.

Γιατροί Καρδιάς

Θησέως 7-90

Ταχ.Κωδ. 10562

Σύνταγμα Αθήνα

Τηλ. 210 3317288 , 210 3317291

ΕΘΝΙΚΟΣ ΔΡΥΜΟΣ ΣΟΥΝΙΟΥ

Μόλις 50 χιλ. από την Αθήνα, στο ΝΑ άκρο της Αττικής, εκτείνεται ο Εθνικός Δρυμός Σουνίου. Ο χώρος του δρυμού παρουσιάζει ιδιαίτερο ιστορικό, γεωλογικό, μεταλλευτικό και παλαιοντολογικό ενδιαφέρον. Υπάρχουν λείψανα αρχαίων μεταλλείων και εργαστηρίων των ιστορικών χρόνων, καθώς και οικισμών από την παλαιολιθική, νεολιθική και προϊστορική περίοδο, όπως το σπήλαιο «Κίτσος» στην Καμάριζα, όπου βρέθηκαν απολιθώματα βοτανικών ειδών, όπως η μαύρη πεύκη, το πυξάρι, ο φραξός, η αγριοφουντουκιά. Από την αρχαία εποχή μέχρι σήμερα λειτούργησαν μεταλλεία αργύρου, ψευδαργύρου, σιδήρου, μολύβδου κλπ. Από τα αρχαία λατομεία μαρμάρου προέρχεται το μάρμαρο με το οποίο κατασκευάστηκε ο Ναός του Ποσειδώνος και το ιερό της Σουριάδας Αθηνάς, στο ακρωτήριο Σούνιο. Το βάραθρο «Χάος» είναι ένα μοναδικού ενδιαφέροντος φυσικό μνημείο. Το μεγαλύτερο μέρος του δρυμού καλύπτεται από πευκοδάση χαλεπίου, πεύκης και θαμνώνες από πουρνάρι, σχίνο,



κουμαριές, ρείκια, κοκορεβυθιές και φρύγανα. Υπάρχει επίσης το κυπαρισσόκεδρο, καθώς και πολλά χειλανθή και ψυχανθή (τριφύλλια κ.α.). Η πανίδα του δρυμού δεν είναι ιδιαίτερα πλούσια σε ποικιλία ειδών. Δεν υπάρχουν μεγάλα θηλαστικά εκτός από την αλεπού, ενώ στην περιοχή φωλιάζουν γνωστά είδη πουλιών.

Ο χώρος του δρυμού είναι προσπελάσιμος από δασικούς δρόμους, που έχουν διανοιχθεί για την προστασία της περιοχής από πυρκαγιές.

Χομπά Χρυσούλα

ΛΟΓΟΤΕΧΝΙΚΟΣ ΔΙΑΓΩΝΙΣΜΟΣ

Ο Φυσιολατρικός Όμιλος Νέας Ιωνίας, προκηρύσσει λογοτεχνικό διαγωνισμό για τα μέλη του, με θέμα «Η Φυσιολατρία στην ζωή μας».

Τα δοκίμια θα πρέπει να υποβληθούν στην 2μελή επιτροπή του Δ.Σ. από 1ης Οκτωβρίου 2007 μέχρι 31ης Οκτωβρίου 2007.

Τα δοκίμια θα είναι έκτασης μέχρι 3 δακτυλογραφημένες σελίδες, με στοιχεία εκτύπωσης τύπου 12. Οι συντάκτες δεν θα πρέπει να αναγράφουν το ονοματεπώνυμό τους στα δοκίμια.

Τα δοκίμια θα βαθμολογηθούν χωριστά από 4μελή επιτροπή, που θα αποτελείται από 2 φιλόλογους καθηγητές, από 1 μέλος του Δ.Σ. και από ένα εξέχον μέλος της πόλης μας.

Οι 3 πρώτοι νικητές θα βραβευθούν σε ειδική τελετή με έπαινο και μετάλλια. Ο 1ος νικητής θα μπορεί να συμμετέχει δωρεάν σε όλες τις εκδρομές του Ομίλου, του έτους 2008, εκτός από τις εκδρομές του Πάσχα και του Εξωτερικού.

Ο 2ος νικητής θα μπορεί να συμμετέχει δωρεάν σε όλες τις εκδρομές του Ομίλου του 1ου εξαμήνου του έτους 2008, εκτός από την εκδρομή του Πάσχα.

Ο 3ος νικητής θα μπορεί να συμμετέχει δωρεάν σε όλες τις ημερήσιες εκδρομές του έτους 2008.

Περισσότερες πληροφορίες στα τηλέφωνα του Ομίλου 210 2775367 και 210 2710030 καθημερινά, εκτός Σαββάτου, 11.00-13.00.

Θλίψη και πόνος για την καταστροφή από τη φωτιά της Πάρνηθας

• Μετά το τραγικό γεγονός της καταστροφής μέρους των δασών της Πάρνηθας από την πυρκαγιά, εμείς οι φυσιολάτρες, εμείς που ζήσαμε και περπατήσαμε πολλά από τα μονοπάτια αυτού του δάσους, αισθανόμαστε μεγάλη θλίψη και πόνο για τις τραγικές συνέπειες αυτής της φωτιάς. Μετά την καταστροφική φωτιά στην Πάρνηθα οι επιπτώσεις στο Λεκανοπέδιο Αττικής θα είναι ανυπολόγιστες. Πλημμύρες, ξηρασία, άνοδος της θερμοκρασίας και ρύπων και πολλά άλλα δεινά. Για να περισώσουμε ότι μπορούμε από ότι απέμεινε από την καταστροφή, οι αντιστάσεις μας πρέπει να είναι υψηλές, από το κομμάτι από το μεσογειακό και από εκείνους που έχουν κάποια οικολογική συνείδηση.

• Κάποιες προτάσεις για την επούλωση της πληγής, μετά τη φωτιά της Πάρνηθας:

1) Άμεση αναδάσωση της καμένης γης με την επίβλεψη επιστημόνων δασολόγων από όλους τους φυσιολατρικούς συλλόγους και από άλλους φορείς και εθελοντές που έχουν οικολογική συνείδηση, με χρηματοδότηση από ΕΟΚ και από χορηγούς μεγάλων εταιριών.

2) Πέραν των αποφάσεων του κράτους για να μη κτίσουν στα καμένα δάση, να περιπολούν από τα φυλάκια πυρόσβεσης όχι μόνο για τη φωτιά, αλλά και για να μην περάσει ούτε ένα αυτοκίνητο με υλικά οικοδομής για κτίσιμο στην καμένη γη.

3) Επειδή η δασική έκταση της Πάρνηθας είναι περίπου 250.000 στρέμματα και μόνο τα 38.000 αποτελούν το Εθνικό Δρυμό, να ενταχθούν και υπόλοιπες περιοχές άμεσα ως Εθνικός Δρυμός, όπως π.χ. το Δημόσιο Δάσος της Φυλής, το πρώην Βασιλικό Δάσος Τατοΐου και τόσα άλλα.

Τσαμελής Θεόδωρος

Εκδηλώσεις 4μήνου 2007

Σεπτέμβριος - Οκτώβριος - Νοέμβριος - Δεκέμβριος

Σ	Ε	Π	Τ	Ε	Μ	Β	Ρ	Ι	Ο	Σ
Ημερομηνίες	Εκδήλωση				Διάρκεια	Τύπος			Αρχηγός	
23/9	Αλεποχώρι - Ψάθα - Βίλλια (1436)				Ημερήσια	Πεζοπορική - Τουριστική			ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ ΛΙΑΝΟΥ	
Ο	Κ	Τ	Ω	Β	Ρ	Ι	Ο	Σ		
6-7/10	Δημητσάνα - Λαγκάδια (1437)				2ήμερος	Πεζοπορική - Τουριστική			ΟΙΚΟΝΟΜΙΔΗΣ ΛΙΑΝΟΥ	
12	Δενδροφύτευση				Ημερήσια	Πολιτιστική			ΤΣΕΣΜΕΛΗΣ	
21	Κιριάκι Βοιωτίας (1438)				Ημερήσια	Πεζοπορική - Τουριστική			ΤΣΕΣΜΕΛΗΣ ΤΣΟΝΤΑΝΟΓΛΟΥ	
27-28-29	Βάλια Κάλντα (1439)				3ήμερος	Τουριστική - Πεζοπορική			ΤΣΕΣΜΕΛΗΣ ΑΝΘΙΜΟΥ	
Ν	Ο	Ε	Μ	Β	Ρ	Ι	Ο	Σ		
2	Συνεστιάση				Βράδυ	Ψυχαγωγική			ΤΣΟΝΤΑΝΟΓΛΟΥ	
11	Ζαρούχλα (1440)				Ημερήσια	Τουριστική - Πεζοπορική			ΛΙΒΕΡΗΣ ΤΣΟΝΤΑΝΟΓΛΟΥ	
18	Αρχαιολογικό Μουσείο				Ημερήσια	Πολιτιστική			ΧΟΜΠΑΣ	
24-25	Αρχαία Ιλιδα (1441)				2ήμερη	Πεζοπορική - Τουριστική			ΤΣΕΣΜΕΛΗΣ ΧΡΙΣΤΟΦΟΡΙΔΟΥ	
Δ	Ε	Κ	Ε	Μ	Β	Ρ	Ι	Ο	Σ	
5	Εκδήλωση για 45 χρόνια ΦΟΝΙ				Απογευματινή	Πολιτιστική			ΤΣΕΣΜΕΛΗΣ	
9	Δελφοί - Χρισσός (1442)				Ημερήσια	Τουριστική			ΛΙΒΕΡΗΣ ΙΩΑΝΝΟΥ	
19	Χριστουγεννιάτικη εορτή				Απόγευμα	Πολιτιστική			ΧΟΜΠΑ ΧΡΥΣ.	
22-26	ΡΟΥΜΑΝΙΑ - ΚΑΡΠΑΘΙΑ (1443)				5νθήμερη	Τουριστική Εξωτερικού			ΙΩΑΝΝΟΥ ΛΙΑΝΟΥ	

ΝΕΑ ΜΕΛΗ

Ν Ε Α Μ Ε Λ Η

ΧΑΤΖΗΓΙΑΝΝΑΚΟΥ ΑΡΕΤΗ
ΔΑΣΚΑΛΟΠΟΥΛΟΥ ΑΝΝΑ
ΑΝΔΡΙΩΤΗ ΔΕΣΠΟΙΝΑ
ΚΟΥΤΣΟΥΚΗ ΜΑΡΙΑ
ΤΣΙΚΑΚΗ ΜΑΙΡΗ
ΠΙΤΣΙΚΑ ΧΡΥΣΑΝΘΗ

ΚΩΤΣΟΥ ΜΑΡΙΑ
ΤΑΤΑΚΗΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ
ΧΑΤΖΑΚΗ ΜΑΡΙΑ
ΚΟΥΤΣΟΥΚΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ
ΝΙΚΗΤΟΠΟΥΛΟΥ ΙΩΑΝΝΑ



Μεσσηνιακή Μάνη,
3-4 Μαρτίου 2007



Πορτο Χέλι - Σπέτσες - Επίδαυρος,
16-17-18 Μαρτίου 2007



Μαραθώνας
22/04/07



Ορεινή Ναυπακτία 28/04/07 - 01/05/07



Ορεινή Ναυπακτία
28/04/07 - 1/05/07



Αμφίκλεια -
Λιβαδειά - Παύλιακος, 1/04/2007



Κυνήγι Θησαυρού 05/05/07



Αρχ. Κόρινθος
Ακροκόρινθος,
20/05/2007



Ασπροπύργος,
15-16-17 Ιουνίου 2007



Τα μέλη του Φυσιολατρικού Ο. Ν. Ιωνίας πριν την αναχώρηση από τη Ν. Ιωνία για καθαρισμό της Παραλίας Σχοινιά μαζί με άλλους φορείς με πρωτοβουλία της οργάνωσης Μεσόγειος SOS



Κύθηρα
26-29/05/07



Ασπροπύλαμος
15-16-17 Ιουνίου
2007



Rafting
στο Δασικό Χωριό (ΚΕΔΡΟΣ) 23-25/06/07

ΤΣΕΡΠΑΝΗΣ Θ. ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ - ΧΡΟΝΑΚΗ ΑΓΓΕΛΑ

Λογιστικό Φοροτεχνικό Γραφείο

Μηχ/νη
τήρηση βιβλίων
Α' Β' Γ Κατηγορίας

Φόρο
εισοδήματος

Συστάσεις
λύσεις

Εκκαθαρίσεις
Μετατάξεις

Μετατροπές
Συγχωνεύσεις

Α.Π.Δ.
Οικοδομικά

Ενστάσεις
Συντάξεις
Αιτήσεις
Φωτοτυπίες - Fax



Φυλής 238 & Τσακάλωφ, 2 Άνω Λιόσια (στο δρόμο του ΙΚΑ Α Λιοσίων)
Τηλ.: 210 24 82 850 & 210 24 82 907, Fax: 210 24 82 907
Κιν.: 6974 752 584, e-mail: tserp@internet.gr, tserp1@ath.forthnet.gr

ΑΣΦΑΛΙΣΤΙΚΟΣ ΣΥΜΒΟΥΛΟΣ

**ΖΩΗΣ
ΠΥΡΟΣ
ΑΥΤΟΚΙΝΗΤΟΥ
ΓΕΝΙΚΕΣ
ΧΡΗΜΑΤΟΟΙΚΟΝΟΜΙΚΑ**

ΧΡΗΣΤΟΣ ΤΣΕΡΠΑΝΗΣ
ΑΣΦΑΛΙΣΤΙΚΕΣ ΕΡΓΑΣΙΕΣ

ΤΗΛ.: 6977 283 932
ΚΟΥΝΤΟΥΡΙΩΤΟΥ & ΔΕΡΜΗΣΣΟΥ 2, Ν. ΙΩΝΙΑ

Etam travel

ΕΝΟΙΚΙΑΣΕΙΣ ΤΟΥΡΙΣΤΙΚΩΝ ΛΕΩΦΟΡΕΙΩΝ
ΕΙΣΙΤΗΡΙΑ ΕΣΩΤΕΡΙΚΟΥ-ΕΞΩΤΕΡΙΚΟΥ
ΠΑΚΕΤΑ ΕΚΔΡΟΜΩΝ

387 THIVON STR. TEL: 210 5986774 - FAX: 210 5981527 e-mail: etamtrv@otenet.gr



επιπλα
ΤΗΝΙΑΚΟΣ

ΓΙΑ ΜΙΑ ΟΛΟΚΛΗΡΗ ΖΩΗ ...

Ν. ΙΩΝΙΑ: Ελ. Βενιζέλου 132
ΧΑΛΑΝΔΡΙ: Αγ. Παρασκευής 101
Τηλ κέντρο.: 210-2794755

ΤΖΑΜΙΑ - ΚΡΥΣΤΑΛΛΑ
ΘΕΡΜΟΗΧΟΜΟΝΩΤΙΚΑ

ΚΑΘΡΕΠΤΕΣ
ΠΛΑΣΤΙΚΑ ΤΖΑΜΙΑ

ΑΝΘΗ ΙΩΑΚ.
ΚΑΛΑΪΤΖΟΓΛΟΥ

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