



ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ

ΝΕΑΣ ΙΩΝΙΑΣ



ΤΕΥΧΟΣ 15ο ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ - ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΣ - ΜΑΡΤΙΟΣ 2008



ΔΗΛΩΣΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΣΕ ΕΚΔΡΟΜΕΣ - ΘΕΣΕΙΣ

Θεωρούμε σκόπιμο να επαναλάβουμε τα παρακάτω για τις δηλώσεις συμμετοχής σε εκδρομές και την ταξιθέτηση των εκδρομέων – μελών μας στα λεωφορεία.

Για τις πολυήμερες εκδρομές, κατά την δήλωση για την συμμετοχή στην συγκεκριμένη εκδρομή από μέλος – εκδρομέα, ο υπεύθυνος των κρατήσεων της εκδρομής, ανακοινώνει και την ημερομηνία που θα πρέπει να καταβληθεί το ποσό της προκαταβολής που έχει ορίσει το Δ.Σ. για κάθε μια συμμετοχή. Αν μετά την πάροδο της ημερομηνίας δεν καταβληθεί η προκαταβολή, η κράτηση θέσης στην εκδρομή ακυρώνεται και η ακυρωθείσα θέση δίδεται σε επόμενο μέλος- εκδρομέα.

Για τις ημερήσιες εκδρομές η δήλωση συμμετοχής στην εκδρομή, πρέπει να συνοδεύεται και από την εξόφληση του αντιτίμου της συμμετοχής, άλλως δεν θεωρείται ότι ισχύει. Αν υπάρχει ακύρωση συμμετοχής 7 ημέρες πριν από την ημερομηνία της εκδρομής και δεν εξευρεθεί άλλο μέλος- εκδρομέας για αντικατάσταση της συμμετοχής που ακυρώθηκε, το αντίτιμο δεν επιστρέφεται.

Οι θέσεις στα λεωφορεία καθορίζονται με κριτήρια που έχει καθορίσει το Δ.Σ. και με πρόγραμμα ηλεκτρονικού υπολογιστή.

ΤΟ ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΟ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ



**ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΟΣ
ΟΜΙΛΟΣ Ν. ΙΩΝΙΑΣ**

ΤΕΥΧΟΣ 15ο

ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ 2008

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
Παραγωγή
ΙΩΝΙΚΗ ΕΚΔΟΤΙΚΗ
ΤΗΛ. 210-2771777



Ο Φυσιολατρικός Όμιλος
Νέας Ιωνίας
σας εύχεται
ΧΡΟΝΙΑ ΠΟΛΛΑ
&
ΕΥΤΥΧΙΣΜΕΝΟΣ
Ο ΚΑΙΝΟΥΡΓΙΟΣ ΧΡΟΝΟΣ



Π Ρ Ο Γ Ρ Α Μ Μ Α

Εκδηλώσεων

ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ - ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΣ - ΜΑΡΤΙΟΣ

ΚΟΠΗ ΠΙΤΤΑΣ

ΚΥΡΙΑΚΗ 13/1/2008

Φέτος η κοπή της πρωτοχρονιάτικης πίττας θα γίνει στο κέντρο «7ος ΟΥΡΑΝΟΣ» που βρίσκεται στα όρια Ν. Ηρακλείου και Πεύκης, Λεωφ. Αμαρουσίου 58 & Λεωφ. Ειρήνης 71, Πεύκη. Η Λεωφ. Αμαρουσίου είναι ο δρόμος που συνδέει την Ηρακλείου με Πεύκη και Μαρούσι. Η κοπή θα πραγματοποιηθεί στις 14.00 και θα επακολουθήσει συνεστίαση και χορός με μουσική.



Δρέπανο-Βιβάρι-Κάντια-Ίρια-Ναύπλιο



ευκαιρία να δούμε από κοντά το όμορφο αυτό χωριό που μοιάζει με νησί.

Μετά θα πάμε στο Βιβάρι που θα δούμε την λιμνοθάλασσα και το όμορφο λιμανάκι του. Θα συνεχίσουμε για την Κάντια όπου θα δούμε τον Πύργο του Κάντια Αγά και στον λόφο της Αγίας Ελεούσας θα δούμε την μυ-

Εκδρομή 1444

27/1/2008

Ημερήσια Εκδρομή Τουριστική

Αναχώρηση από Ν. Ιωνία στις 7.30

Θα κάνουμε μία ενδιάμεση στάση και αφού περάσουμε από το Τολό και την Ασίνη, θα φθάσουμε στο Δρέπανο όπου στην είσοδό του θα θαυμάσουμε το Βενετσιάνικο φρούριο και θα έχουμε την

κηναϊκή ακρόπολη της Κάντιας.

Στην συνέχεια θα πάμε στα Ίρια όπου θα δούμε και εδώ πολλούς πύργους.

Επιστρέφουμε στο Τολό για γεύμα.

Καφές στο Ναύπλιο.

Επιστροφή στη Νέα Ιωνία.

Αρχηγός: Λιβέρης Στέφανος

Κρατήσεις: Χριστοφορίδου Καίτη

& Εκδρομών

ΠΛΑΝΗΤΑΡΙΟ

ΚΥΡΙΑΚΗ 3/2/2008

Ο σύλλογός μας διοργανώνει επίσκεψη στο Πλανητάριο και παρακολούθηση ειδικής προβολής εξαιρετικού ενδιαφέροντος με τα ειδικά σύγχρονα μηχανήματα του Πλανηταρίου. Θα ακολουθήσει συνεισφορά σε κέντρο της περιοχής

Υπεύθυνος εκδήλωσης: Τσεσμελής Θεόδωρος
Υπεύθυνος κρατήσεων: Ανθίμου Άννα



Ασίνη - Νομός Αργολίδας

Απέχει 10 χλμ ΝΑ από το Ναύπλιο, χτισμένη σε κάμπο με εσπεριδοειδή. Αρδεύεται από τη θαλάσσια πηγή Ανάβαλος. Έχει 1.279 κατοίκους. Κατά τη μυκηναϊκή περίοδο η Ασίνη συνδεόταν με δρόμο με τις Μυκήνες και αποτελούσε επίγειό τους. Ο Όμηρος την αναφέρει στον «κατάλογο των νεών» (των πλοίων) ανάμεσα στις πόλεις που είχαν στείλει στρατό στην Τροία κατά τον Τρωικό πόλεμο. Η πόλη κυριεύτηκε το 740 π.Χ. (ή το 700) από τους Αργείους, παρά την ηρωική αντίσταση των κατοίκων, οι οποίοι τελικά την εγκατέλειψαν. Οι Αργείοι την κατέστρεψαν ολοκληρωτικά, εκτός από το ναό του Πυθαία Απόλλωνα. Οι κάτοικοι εγκαταστάθηκαν στη Μεσσηγία και εκεί έκτισαν νέα ομώνυμη πόλη.

Κατά τους ελληνοιστικούς χρόνους η πόλη Ασίνη της Αργολίδας ξαναχτίστηκε. Γύρω της κατασκευάστηκε τείχος. Το 1922 οι ανασκαφές της Σουηδικής Αρχαιολογικής Σχολής Αθηνών που έγιναν εκεί αποκάλυψαν λείψανα από οχυρώσεις της Β' χιλιετίας και τού Γ' αιώνα π.Χ. Λείψανα αρχαίων ανακαλύφθηκαν στην ακρόπολη, στο ψηλότερο μέρος της χερσονήσου. Επίσης, στις πλαγιές ενός υψώματος ΒΔ ανακαλύφθηκε μια νεκρόπολη της μυκηναϊκής και άλλη της γεωμετρικής περιόδου. Στους τάφους βρέθηκαν πολλά ενδιαφέροντα αντικείμενα. Ερείπια όμως υπάρχουν και από την ελληνοιστική, καθώς και από τη ρωμαϊκή περίοδο. Την ερήμωση της πανάρχαιας αργολικής πολιτείας τη δίνει με έξοχο τρόπο ο ποιητής Γ. Σεφέρης στο ποίημά του «Ο βασιλιάς της Ασίνης».

Αξιοθέατα αποτελούν:

Η αρχαία ακρόπολη της Ασίνης υψώνεται στην κορυφή απόκρημνου



λόφου στην άκρη της θάλασσας, περίπου ένα χλμ πριν από το Τολό. Με έντονη ζωή από τα πρώτα χρόνια της Εποχής του Χαλκού -όπως έδειξαν τα ευρήματα των ανασκαφών- έφτασε σε ακμή στα Μυκηναϊκά, Πρωτογεωμετρικά και Γεωμετρικά Χρόνια. Την αρχαία πόλη μνημονεύει ο Όμηρος στην Ιλιάδα, ενώ αποτέλεσε πηγή έμπνευσης του νομπελίστα ποιητή Γιώργου Σεφέρη για ένα από τα αισθαντικότερα ποιήματά του. Σήμερα διακρίνονται ίχνη προϊστορικού οικισμού, τμήματα από την επιβλητική περίβολο πολυγωνικής δομής της ακρόπολης, καθώς και πύργοι ελληνοιστικοί που διατηρούν τις μεσαιωνικές τους επισκευές. Σε ύψωμα απέναντι από την ακρόπολη έχουν ανασκαφεί μυκηναϊκοί, ελληνοιστικοί, ρωμαϊκοί τάφοι.

Τα ξωκλήσια, της Μεταμόρφωσης του Σωτήρα, 16ου αι., βορειοδυτικά της Ασίνης, και του Προφήτη Ηλία, στην κορυφή λόφου κοντά στο χωριό, με αξιόλογες τοιχογραφίες.

Κώστας Οικονομίδης



Π Ρ Ο Γ Ρ Α Μ Μ Α

Εκδηλώσεων & Εκδρομών



ΑΛΩΝΙΣΤΑΙΝΑ-ΧΙΟΝΟΔΡΟΜΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΟΣΤΡΑΚΙΝΑΣ

ΕΚΔΡΟΜΗ 1445

09-10/02/2008

Διήμερη Πεζοπορική – Τουριστική

ΣΑΒΒΑΤΟ 09-02-2008

Αναχώρηση από Ν. Ιωνία στα 08,00

Στάση στο Αρτεμίσιο.

Επίσκεψη στο Λεβίδι για ξενάγηση στο Παλιό Δημαρχείο που στεγάζεται το Μουσείο του Αλέξανδρου Παπαναστασίου.

Το Αρκαδικό Μουσείο Τέχνης και Ιστορίας (Δρυάδες).

Μετάβαση στην πανέμορφη Βλαχέρνα με το Κάστρο Μπεζενίκου και το Μοναστήρι της Παναγίας της Βλαχέρνας

Εδώ θα φάμε.

Άφιξη στο ξενοδοχείο Καμπέας. Εγκατάσταση στο ξενοδοχείο.

Το βράδυ μετάβαση στην ταβέρνα για φαγητό.

ΚΥΡΙΑΚΗ 10-02-2008

Πρόγευμα 07.30-08.30

Μετά το πρόγευμα ξεκινάμε για Αλωνίσταινα

ΠΕΖΟΠΟΡΟΙ

Η πεζοπορία θα ξεκινήσει από την Αλωνίσταινα με υψόμετρο 1200 μ., θα ανεβούμε το διάσελο υψόμετρο 1320 μ. και θα τερματίσουμε στην πανέμορφη Βυτίνα υψόμετρο 1030 μ. περίπου 9 χλμ.

ΤΟΥΡΙΣΤΕΣ

Επίσκεψη ξενάγηση στα αξιοθέατα της Αλωνίσταινα (Αγία Παρασκευή, Σπίτι του Δημητρακόπουλου του ονομαζόμενου Τουρκοβασιλη και την πηγή κεφαλάρι).

Επίσκεψη στο χιονοδρομικό κέντρο Οστρακίνας και το χωριό Καρδαράς

Επίσκεψη στην Ελβετία της Αρκαδίας την Βυτίνα.

Μετάβαση στο χωριό Μαγούλιανα όπου και θα γευματίσουμε όλοι μαζί.

Φαγητό στα Μαγούλιανα.

Επιστροφή στην Ν. Ιωνία με ενδιάμεση στάση

Αρχηγός : Ιωάννου Χρήστος

Υπεύθυνη : Λιανού Μαρία

ΔΗΜ. ΘΕΑΤΡΟ Ν. ΙΩΝΙΑΣ

ΚΥΡΙΑΚΗ 17/2/2008

Ο σύλλογός μας διοργανώνει παρακολούθηση παράστασης στο Δημ.Θέατρο Ν. Ιωνίας.
ΕΙΣΟΔΟΣ ΕΛΕΥΘΕΡΗ.

Υπεύθυνος εκδήλωσης: Χομπάς Νίκος

Υπεύθυνος κρατήσεων: Ιωάννου Χρήστος

Αποκριάτικο ξεφάντωμα μέχρι πρωίας

Η εκδήλωση θα πραγματοποιηθεί την Τετάρτη 7/20 Φεβρουαρίου, σε κέντρο διασκέδασης με γνωστά ονόματα του πενταγράμμου και του θεάματος

(Λεπτομέρειες θα ανακοινωθούν εν καιρώ.)

Οργάνωση εκδήλωσης: Κώστας Οικονομίδης

Υπεύθυνος κρατήσεων: Τσοντάνογλου



Θερμοπύλες-Κομποτάδες-Γοργοπόταμος

Εκδρομή 1446

24/2/2008

Ημερήσια Πολιτιστική - Οικολογική

Αναχώρηση από Ν. Ιωνία στις 8.00 π.μ.

Στάση στα Καμένα Βούρλα για καφέ.

Στη συνέχεια θα σταματήσουμε στις Θερμοπύλες για ξενάγηση.

Προσκύνημα στην Μονή Δαμάστας.

Στάση στα ιαματικά λουτρά Δαμάστας.

Επίσκεψη και ξενάγηση στην ιστορική γέφυρα του Γοργοπόταμου η οποία ανατινάχθηκε από τις ενωμένες δυνάμεις της αντίστασης, το 1942 κατά

την διάρκεια της γερμανικής κατοχής. Ήταν το μεγαλύτερο σαμποτάζ στην κατεχόμενη Ευρώπη και γιορτάζεται στις 25 Νοεμβρίου.

Φαγητό στη ιδιόμορφη ταβέρνα του χωριού Γοργοπόταμος.

Μετά το φαγητό θα επισκεφθούμε το χωριό Κομποτάδες για να πιούμε καφέ κάτω από τα πλατάνια του χωριού.

Αναχώρηση για Ν. Ιωνία όπου θα φθάσουμε γύρω στις 20.30.

Αρχηγός: Τσεσμελής Θεόδωρος

Κρατήσεις: Λιανού Μαίρη

Εκδηλώσεων & Εκδρομών



Δ.Δ. Γρηγόρι Συμπολιτείας

Εκδρομή 1447
ΗΜΕΡΗΣΙΑ Τουριστική
2 Μαρτίου 2008.

Αναχώρηση από Ν. Ιωνία για Γρηγόρι με ενδιάμεση στάση για καφέ.
Προορισμός μας το Γρηγόρι από το οποίο έχεις πανοραμική θέα τον Κορινθιακό και τις κορυφογραμμές της Ρούμελης. Η χρονολογία που κατοικήθηκε ο τόπος επιβεβαιώνεται από τα ευρήματα των Μυκηναϊκών τάφων στην είσοδο του χωριού. Το ερειπωμένο κτίσμα κυκλικής μορφής που ονομάζεται «Πύργος» στον απέναντι λόφο, φανερώνει πως η περιοχή κατοικείται και στην κλασική περίοδο, ενώ την κατείχαν και οι μεταγενέστεροι

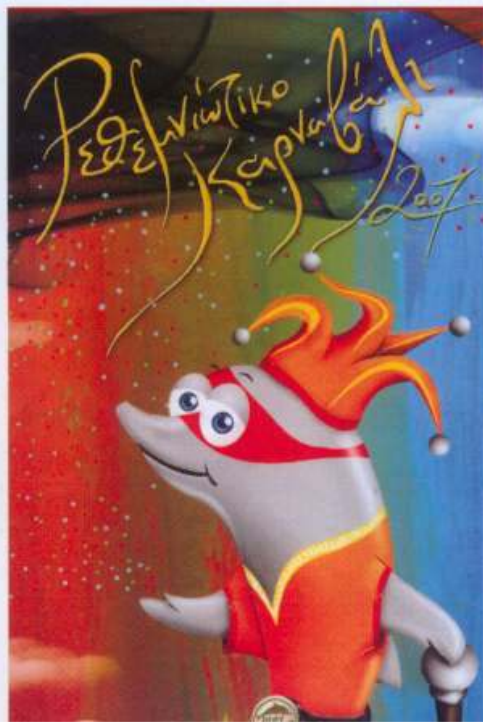
κατακτητές Φράγκοι, Ισπανοί, Ενετοί και Τούρκοι. Το χωριό Γρηγόρι έδωσε το παρόν στον απελευθερωτικό αγώνα του 1821, λαμβάνοντας μέρος με τέσσερα παλικάρια στην μάχη του Αγ. Ιωάννου του Θεολόγου.

Ο πολιούχος του χωριού Άγιος Γρηγόριος ο Θεολόγος με τις αγιογραφίες του να αποτελούν αληθινά έργα τέχνης και το πέτρινο δημοτικό σχολείο, είναι κτισμένα στην πλατεία του χωριού με μοναδική θέα στον Κορινθιακό κόλπο. Το σκηνικό συμπληρώνει το ατέλειωτο πράσινο από σταφυλαμπέλους και οι κορυφογραμμές της Ρούμελης.

Επίσκεψη στην Μονή Αγ. Ιωάννου του Θεολόγου. Φαγητό στην «Στροφιλιά» το απόσταγμα των τσίπουρων, το ποτό τσίπουρο. Το φιλικό περιβάλλον και ο ζεστός χώρος που δημιουργήθηκε με φροντίδα και μεράκι μας περιμένουν να απολαύσουμε νόστιμα πιάτα.

Το Γρηγόρι παρουσιάζει αξιόλογη δραστηριότητα στα πολιτιστικά δρώμενα, ενώ διοργανώνει επί δέκα συναπτά έτη την «γιορτή της σταφίδας». Επιστρέφοντας το απόγευμα στάση για καφέ και γλυκό στην Ακράτα.

ΑΡΧΗΓΟΣ : Χομπάς Νίκος
ΚΡΑΤΗΣΕΙΣ : Λιανού Μαίρη



Ρεθυμνιώτικο Καρναβάλι

Εκδρομή 1448
τουριστική - αποκριάτικη
7/3 – 11/3/2008

Εφέτος θα ξεφαντώσουμε στο Ρέθυμνο και θα ζήσουμε αξέχαστες στιγμές με το Ρεθυμνιώτικο Καρναβάλι.

Παρασκευή 7/3/2008

Αναχώρηση απόγευμα, στις 6:00 από Ν. Ιωνία για Πειραιά. Επιβίβαση στο πλοίο με προορισμό το Ρέθυμνο, τακτοποίηση στις καμπίνες. Το πλοίο αναχωρεί στις 8:00, το βράδυ.



ματίσουμε.
Μετά το φαγητό θα παρακολουθήσουμε την μεγάλη παρέλαση του καρναβαλιού.
Στην συνέχεια και μέχρι αργά το απόγευμα, βόλτα και ξεφάντωμα μέχρι να βρεθούμε σε εστιατόριο της πόλης για το δείπνο.
Ελεύθεροι για νυκτερινή διασκέδαση.

Σάββατο 8/3/2008

Άφιξη στο Ρέθυμνο γύρω στις 06:30 το πρωί, και μεταφορά στο ξενοδοχείο AQUILA PORTO RETHIMNO (5 αστέρων).

Επίσκεψη στο λιμάνι της πόλης, την Λότζια, Rimondi-Φορτέντζα και το μουσείο.

Προσκύνημα στην ιστορική μονή Αρκαδίου.

Γεύμα στην Χόβολη και επιστροφή στο ξενοδοχείο.

Το βράδυ θα παρακολουθήσουμε την νυκτερινή παρέλαση του καρναβαλιού μπροστά από το Δημαρχείο.

Γλέντι σε ταβέρνα μέχρι πρωίας. Επιστροφή στο ξενοδοχείο.

Κυριακή 9/3/2008

Μετά το πρόγευμα θα πάμε βόλτα σε κοντινό χωριό.

Το μεσημέρι επιστροφή στο Ρέθυμνο για να γευ-

Καθαρή Δευτέρα 10/3/2008

Αναχώρηση από το ξενοδοχείο για τους Αρμένους για να παρακολουθήσουμε το «Μούζομα».

Μετά θα συνεχίσουμε για το Μέρωνα για να προλάβουμε το «Κλέψιμο της νύφης».

Θα γευματίσουμε στο Αμάρι.

Επιστροφή στο ξενοδοχείο.

Τρίτη 11/3/2008

Μετά το πρόγευμα θα πάμε εκδρομή στο Σπήλαιο Πρέβελη.

Το απόγευμα μεταφορά στο πλοίο και επιβίβαση για Πειραιά.

Άφιξη Πειραιά την επομένη πρωί - πρωί, όπου θα μας παραλάβει το πούλμαν για Ν. Ιωνία.

Αρχηγός: Λιβέρης Στέφανος

Κρατήσεις: Ιωάννου Χρήστος

ΝΕΑ ΜΕΛΗ

Ν Ε Α Μ Ε Λ Η των ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΟΥ

ΠΙΤΣΙΚΑ ΧΡΥΣΑΝΘΗ
ΤΣΙΦΝΙΚΙΩΤΗ ΔΕΣΠΟΙΝΑ
ΠΑΠΑΣΙΜΟΠΟΥΛΟΣ ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ
ΠΛΑΓΙΑΝΝΑΚΟΥ ΦΑΝΗ
ΠΟΛΥΧΡΟΝΟΠΟΥΛΟΥ ΕΛΠΙΔΑ
ΘΕΟΦΑΝΟΠΟΥΛΟΥ ΧΡΥΣΟΥΛΑ
ΕΜΜΑΝΟΥΗΛ ΔΗΜΗΤΡΗΣ

ΜΠΟΔΑΤΣΟΥ ΚΑΛΛΙΟΠΗ
ΚΟΥΛΟΥΡΗ ΔΕΣΠΟΙΝΑ
ΜΑΚΡΗ ΕΙΡΗΝΗ
ΚΑΒΟΥΡΑ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ
ΜΑΚΡΗ ΣΤΑΥΡΟΥΛΑ
ΓΡΑΜΜΑΤΟΓΛΟΥ ΖΩΗ



Τακτική Γενική Συνέλευση - Εκλογές

Δευτέρα 17-3-2008

Το Δ.Σ. συγκαλεί τακτική γενική συνέλευση με αποκλειστικό θέμα «Εκλογές νέου Διοικητικού Συμβουλίου και Εξελεγκτικής Επιτροπής».

Λόγω της σοβαρότητας του θέματος η παρουσία όλων των μελών (των ταμειακώς τακτοποιημένων), κρίνεται απαραίτητη.



ΠΡΟΣΚΛΗΣΗ ΕΤΗΣΙΑΣ ΤΑΚΤΙΚΗΣ ΓΕΝΙΚΗΣ ΣΥΝΕΛΕΥΣΗΣ

Την 17^η Μαρτίου 2008, ημέρα Δευτέρα και ώρα 18.00' στην αίθουσα του Συνεδριακού Κέντρου του Δήμου Νέας Ιωνίας θα πραγματοποιηθεί η ετήσια τακτική Γενική Συνέλευση των μελών του Φυσιολατρικού Ομίλου Νέας Ιωνίας με θέματα ημερήσιας διάταξης:

1. Εκλογή Προέδρου και Γραμματέα Γενικής Συνέλευσης.
2. Λογοδοσία απερχομένου Διοικητικού Συμβουλίου.
3. Έκθεση Εξελεγκτικής Επιτροπής για την οικονομική διαχείριση του έτους 2007.
4. Έγκριση Οικονομικού Απολογισμού.
5. Απαλλαγή των μελών του Δ.Σ και της Εξε-

λεγκτικής Επιτροπής από κάθε ευθύνη.

6. Έγκριση Προϋπολογισμού έτους 2008

7. Εκλογή 3μελούς Εφορευτικής Επιτροπής.

8. Αρχαιρεσίες για την ανάδειξη 9μελούς Διοικητικού Συμβουλίου και 3μελούς Εξελεγκτικής Επιτροπής για 2ετή θητεία.

Όσα από τα μέλη του Ομίλου επιθυμούν να υποβάλλουν υποψηφιότητα θα πρέπει να υποβάλλουν σχετική αίτηση στην Γραμματεία μέχρι την 7^η Μαρτίου 2008.

Καλούνται όλα τα μέλη του Ομίλου να προσέλθουν στην Γενική Συνέλευση αυτή.

Το Διοικητικό Συμβούλιο



Λίμνη Κερκίνη

Εκδρομή 1449

4ήμερη Οικοπεριηγητική

22-25/3/2008

Σάββατο 22/3/2008

Αναχώρηση από Ν. Ιωνία στις 7:30

Στάση στα Καμένα Βούρλα για καφέ

Γεύμα στο ψαροχώρι Μεθώνη Πιερίας

Μετά το γεύμα φεύγουμε για τον νομό Σερρών,

και θα καταλήξουμε στο χωριό Κερκίνη, στις

εγκαταστάσεις «Οικοπεριηγητής», όπου θα γίνει

σύντομη ενημέρωση για το πρόγραμμα που θα



έχουμε την δυνατότητα να απολαύσουμε το μπάνιο μας στους 42 βαθμούς στο πασίγνωστο «ΧΑΜΑΜ».

Γεύμα στο χωριό σε ταβέρνα με πέστροφες, παραγωγής τους. Το απόγευμα θα επισκεφθούμε την επιβλητική λίμνη Κερκίνη όπου θα την απολαύσουμε με κανό και βάρκες. Στην Κερκίνη επιβιώνουν περί τα 300 είδη πουλιών, 30 είδη ψαριών, 22 είδη ερπετών και πολλά θηλαστικά και αμφίβια ζώα, τα οποία θα προσπαθήσουμε να δούμε στην περιήγηση με τις βάρκες. Το δειλινό θα είμαστε μαζί με τα πουλιά μέσα στο παραποτάμιο δάσος από ιτιές, μέσα στην λίμνη. Δείπνο με παραδοσιακό φαγητό στο χωριό Κερκίνη.

Δευτέρα 24/3/2008

Μετά το πρωινό ξεκινάμε για το όρος Μπέλες. Εκεί το πεζοπορικό

ακολουθήσουμε. Τακτοποίηση στα δωμάτια. Πεζοπορία στο δυτικό ανάχωμα του χωριού, για να έχουμε μία γνωριμία με τον τοπικό πληθυσμό των βουβαλιών.

Θα χαρούμε το ηλιοβασίλεμα στο λιμανάκι της Κερκίνης.

Δείπνο θα έχουμε στο παραδοσιακό εστιατόριο του χωριού με μαγειρονοστιμιές βγαλμένες από ζυζαντινό ξυλόφουρνο.

Η βραδιά θα κλείσει με προβολή διαφανειών με θέμα την λίμνη Κερκίνη, διάρκειας 1 ώρας.

Κυριακή 23/3/2008

Ανατολή στη λίμνη Κερκίνη παρέα με τα σκουφοβουτηχάρια (πουλιά σε αναπαραγωγή)-συμμετοχή προαιρετική.

Μετά το παραδοσιακό χωριάτικο πρωινό πηγαίνουμε στο χωριό Βυρώνεια για να δούμε το ενυδρείο του χωριού.

Μετά αναχωρούμε για τα οχυρά Ρούπελ. Ενημέρωση και γνωριμία με τις στοές των οχυρών. Στην συνέχεια θα φθάσουμε στο χωριό Άγκιστρο με τα γνωστά θερμά ιαματικά λουτρά όπου θα

τήμα θα περπατήσει για 3 ώρες περίπου. Οι υπόλοιποι εκδρομείς θα έχουν την δυνατότητα να κάνουν μία μικρή βόλτα στο δάσος και στην συνέχεια θα πάνε στο μοναστήρι του Οσίου Προδρόμου για ένα προσκύνημα.

Το μεσημέρι πικ νικ όλοι μαζί σε κάποιο σημείο του δάσους.

Επιστροφή στο ξενοδοχείο για ξεκούραση.

Το απόγευμα θα επισκεφθούμε το χωριό Πορόϊα για ξενάγηση και δείπνο σε γραφική ταβέρνα του χωριού.

Τρίτη 25/3/2008

Μετά το πρωινό αφήνουμε την Κερκίνη με πρώτη στάση τη Βεργίνα για να ξεναγηθούμε στους τάφους του Φιλίππου.

Γεύμα θα έχουμε στον Παλιό Παντελεήμονα. Από εκεί θα πάρουμε τον δρόμο της επιστροφής για Αθήνα με μία ενδιάμεση στάση για καφέ, στην Ν. Ιωνία θα φθάσουμε στις 21.00 περίπου.

*Αρχηγός εκδρομής: Τσεσμελής Θεόδωρος
Υπεύθυνη κρατήσεων: Ανθίμου Άννα*



Οδοιπορικό στην Αρχαία Ιερά Οδό

Πολιτιστική και αρχαιολογική εκδήλωση
30/3/2008

Αναχώρηση από Ν. Ιωνία στις 08.00 για αρχαιολογικό χώρο Κεραμεικού από όπου ξεκινούσε η Ιερά Οδός. Ξεναγήση χώρου από επαγγελματία ξεναγό. Ο Κεραμεικός είναι το σημαντικότερο νεκροταφείο της αρχαίας Αθήνας. Ονομάστηκε έτσι από τον συνοικισμό των κεραμέων που είχαν εγκατασταθεί στις όχθες του ποταμού Ηριδανού. Η αρχαία Ιερά Οδός ξεκινούσε από την Ιερά Πύλη του Κεραμεικού και συνέδεε την πόλη των Αθηνών με το Θριάσιο Πεδίο, όπου μία φορά τον χρόνο τελούνταν τα Ελευσίνια μυστήρια. Η πορεία της ταυτίζεται σχεδόν με την σύγχρονη οδική αρτηρία, που εκτείνεται από την οδό Πειραιώς μέχρι το Δαφνί.

Στο Δαφνί θα επισκεφθούμε την Μονή Δαφνίου

που θεωρείται το σημαντικότερο βυζαντινό μνημείο της Αθήνας. Η μονή έχει κτιστεί στην θέση που βρίσκονταν το αρχαίο ιερό του Δαφνείου Απόλλωνα, δίπλα στην Ιερά Οδό που οδηγούσε από την Αθήνα στην Ελευσίνα.

Συνεχίζουμε για Ελευσίνα όπου θα επισκεφθούμε τον αρχαιολογικό χώρο. Στην αρχαία Ελευσίνα λάτρευαν την θεά Δήμητρα, σαν θεά της φύσης και της βλάστησης. Θα ξεναγηθούμε στην Ακρόπολη, στην Ιερά Αυλή, στα μικρά προπύλαια, στο τελεστήριο.

Θα καταλήξουμε σε ταβέρνα της περιοχής, για το γεύμα μας.

Επιστροφή στη Ν. Ιωνία στις 18.00 περίπου.

(Ξεναγός μας σε όλη αυτή την περιήγηση θα είναι ο Στάθης που είχαμε στην Ρωσία και στην Αρχαία Κόρινθο.)

Αρχηγός εκδήλωσης: Οικονομίδης Κώστας
Υπεύθυνος κρατήσεων: Λιανού Μαίρη





ΕΚΔΡΟΜΗ ΕΞΩΤΕΡΙΚΟΥ 2008

Από 15 Ιουλίου 2008

Αλσατία- Βέλγιο - Ολλανδία - Λουξεμβούργο

ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ 3μήνου ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΥ - ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΥ - ΜΑΡΤΙΟΥ 2008

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΕΣ	ΕΚΔΗΛΩΣΗ	ΔΙΑΡΚΕΙΑ	ΤΥΠΟΣ	ΑΡΧΗΓΟΣ
ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ				
13	Κοπή Πίττας	-	Πολιτιστική	Δ.Σ.
27	Ναύπλιο-Βιβάρι-Ίρια	Ημερήσια	Τουριστική	ΛΙΒΕΡΗΣ ΧΡΙΣΤΟΦΟΡΙΔΟΥ
ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΣ				
3	Πλανητάριο	Πρωινή	Πολιτιστική	ΤΣΕΣΜΕΛΗΣ-ΑΝΘΙΜΟΥ
9-10	Αλωνίσταινα - Μαίναλο	2ήμερη	Πεζοπορική	ΙΩΑΝΝΟΥ-ΛΙΑΝΟΥ
17	Θέατρο	Βραδυνή	Πολιτιστική	ΧΟΜΠΑΣ
20	Μουσική Βραδυά	Βραδυνή	Πολιτιστική	ΟΙΚΟΝΟΜΙΔΗΣ ΤΣΟΝΤΑΝΟΓΛΟΥ
24	Κομποτάδες-Γοργοπόταμος	Ημερήσια	Φυσιολατρική	ΤΣΕΣΜΕΛΗΣ-ΛΙΑΝΟΥ
ΜΑΡΤΙΟΣ				
2	Γρηγόρη Αιγειαλείας	Ημερήσια	Τουριστική	ΧΟΜΠΑΣ-ΛΙΑΝΟΥ
8-9-10-11	Ρέθυμνο – Απόκρηες	4ήμερη	Τουριστική	ΛΙΒΕΡΗΣ ΙΩΑΝΝΟΥ
17	Τακτική Γεν. Συνέλευση	-	Καταστατική	Δ.Σ.
22-23-24-25	Λίμνη Κερκίνη	4ήμερη	Τουριστική-Φυσιολατρική	ΤΣΕΣΜΕΛΗΣ-ΑΝΘΙΜΟΥ
30	Αρχαία Ιερά Οδός	Ημερήσια	Πολιτιστική	ΟΙΚΟΝΟΜΙΔΗΣ-ΛΙΑΝΟΥ



Λήμνος - Αγ. Ευστράτιος

24/4 – 29/4/2008

6ήμερος Τουριστική

Μ. Πέμπτη

Θα συγκεντρωθούμε στην Ν. Ιωνία για να μεταφερθούμε στο αεροδρόμιο.

Αναχώρηση με πρωινή πτήση, για Λήμνο.

Στο αεροδρόμιο της Λήμνου θα φθάσουμε νωρίς το πρωί όπου θα μας περιμένει πούλμαν του τοπικού πρακτορείου.

Μεταφορά στο ξενοδοχείο, για εγκατάσταση, φρεσκάρισμα και ξεκούραση.

Θα ξεκινήσουμε για την Μυρίνα για ξενάγηση της πόλης με επαγγελματία ξεναγό. Η ξενάγησή μας θα συμπεριλάβει το Κάστρο της πόλης, την Μητρόπολη της Αγ. Τριάδας, το αρχ. Μουσείο, τους συνοικισμούς 'Τσας' και 'Ανδρώνι'.

Γεύμα ελεύθερο σε κάποια από τα ταβερνάκια του λιμανιού.

Επιστροφή στο ξενοδοχείο, για ανάπαυση.

Δείπνο νωρίς στο ξενοδοχείο.

Μετάβαση στην Μυρίνα για την παρακολούθηση της Σταύρωσης.

Επιστροφή στο ξενοδοχείο και διανυκτέρευση.

Μ. Παρασκευή

Μετά το πρόγευμα αναχώρηση για ολόημερη εκδρομή στο ανατολικό μέρος του νησιού.

Πρώτη στάση στο χωριό Κότσινα, όπου θα επισκεφθούμε την εκκλησία της Ζωοδόχου Πηγής που είναι λαξευμένη σε βράχο και την Λήμνια Γη, περιοχή ιαματικού πηλού.

Επόμενη επίσκεψη στον αρχαιολογικό χώρο της Ηφαιστείας παλιά πρωτεύουσα των Πελασγών.

Συνεχίζουμε με επίσκεψη στον ιερό χώρο των Καβείρων, στο ακρωτήριο χλόη, απέναντι σκριβώς από το Καβείριο της Σαμοθράκης.

Το τοπίο είναι άγριο και εντυπωσιακό και προκαλεί δέος. Κάτω από το τελεστήριο των Καβείρων υπάρχει η σπηλιά του Φιλοκτήτη.

Σειρά έχει το χωριό Κοντοπούλι όπου θα επισκεφθούμε εργαστήριο αγγειοπλαστικής και θα επισκεφθούμε τον αρχαιολογικό χώρο της Πολιόχνης.

Τελευταίος σταθμός ο γραφικός Μούδρος και το βρετανικό κοιμητήριο του Α' παγκόσμιου πολέμου.

Επιστροφή στο ξενοδοχείο νωρίς το απόγευμα για ξεκούραση.

Το βράδυ μεταφορά στην Μυρίνα για την παρακολούθηση του Επιταφίου.

Επιστροφή στο ξενοδοχείο.

Μ. Σάββατο

Πρωινή εκδρομή στην Νέα Κούταλη όπου θα επισκεφθούμε το Ναυτικό μουσείο και έκθεση φυσικού σφουγγαριού, την Πορτιανού με το λαογραφικό μουσείο και τον Κοντιά.

Επιστροφή στο ξενοδοχείο.

Το απόγευμα θα απολαύσουμε το ηλιοβασίλεμα στον Αϊ Γιάννη, μετά από μία όμορφη διαδρομή, με θέα από ψηλά στην θάλασσα, αφού περάσουμε από την παραλία Αυλώνα, και το χωριό Κάσπακα.

Επιστροφή στο ξενοδοχείο όπου θα έχουμε εορταστικό Αναστάσιμο δείπνο.

Κυριακή Πάσχα

Η μεγάλη ημέρα της Λαμπρής θα ξεκινήσει χαλαρά.

Μετά το πρωινό η μέρα είναι ελεύθερη μέχρι το μεσημέρι στο ξενοδοχείο με ουζάκι.

Πασχαλινό εορταστικό γεύμα.



Ακολουθεί πασχαλινό ξεφάντωμα μέχρι τελικής πτώσης.

Το απόγευμα θα επισκεφθούμε τα Θερμά. Σε απόσταση 5 χιλ. από την Μυρίνα βρίσκονται 2 θερμές πηγές όπου θα δούμε παλιά Τούρκικα χαμάμ.

Το βράδυ ελεύθερο για δείπνο και βόλτα στην Μυρίνα.

Επιστροφή στο ξενοδοχείο.

Δευτέρα του Πάσχα

Μετά το πρωινό αναχώρηση για τον Άγιο Ευστράτιο, το νησί των εξορίστων.

Στο λιμάνι θα δούμε την παλιά αποικία με 500 σπίτια όπου ο σεισμός του 1968 κατέστρεψε τα περισσότερα από αυτά.

Για γεύμα σίγουρα φρέσκο ψάρι μας περιμένει. Επιστροφή στην Λήμνο. Δείπνο

Τρίτη του Πάσχα

Ημέρα χαλάρωσης και αναχώρησης. Μετά το πρόγευμα θα μεταφερθούμε στην πόλη, όπου θα είμαστε ελεύθεροι μέχρι το μεσημέρι.

Συγκέντρωση και μεταφορά στο αεροδρόμιο. Πτήση για Αθήνα, γεμάτοι με εικόνες και αναμνήσεις από τα νησιά που επισκεφθήκαμε.

Προσοχή! Όσα από τα μέλη μας ενδιαφέρονται θα πρέπει να δηλώσουν αρκετά νωρίς (μέχρι τέλους Ιανουαρίου), γιατί τα αεροπλάνα είναι των 72 θέσεων και πρέπει πολύ έγκαιρα να βγάλουμε τα εισιτήρια.

*Αρχηγός Εκδρομής: Οικονομίδης Κώστας
Συναρχηγός και Υπεύθυνος
κρατήσεων: Ιωάννου Χρήστος*



Ο Φ.Ο.Ν.Ι. στην

KINA

Ο Φυσιολατρικός Όμιλος Νέας Ιωνίας και αυτή την φορά τόλμησε. Όχι μόνο έβαλε τον πήχη πιο ψηλά από πέρυσι, αλλά άλλαξε και αγωνίσματα.

Δοκίμασε τις δυνάμεις του επιτυχώς στο άλμα επί κοντώ και αναρριχήθηκε στον 89ο όροφο του ουρανοξύστη Τσινμάο Ντασά της Σαγκάης, και έτρεξε σ' αγωνίσματα μετ' εμποδίων στο Σινικό Τείχος.

Με αρχηγό τον Πρόεδρο του Συλλόγου Ν. Χομπά και ξεναγό τον Κώστα Γούναρη, οι πενήντα Ιωνιώτες και Ιωνιώτισσες διέψευσαν τις Κασσάνδρες που έλεγαν ότι όλοι μας είμαστε «πρελοί» που αποτολμάμε αυτό το ταξίδι.

Ξεκινήσαμε Δευτέρα μεσημέρι 27/8/2007 από το Ελευθέριος Βενιζέλος και το αεροπλάνο της αεροπορικής εταιρίας του Κατάρ πριν από τα μεσάνυχτα της Δευτέρας μας αποβίβασε στη Ντόχα.

Η πρωτεύουσα του Κατάρ περικυκλωμένη από αμμόδεις λόφους και ερήμους, με φαρδιές λεωφόρους και ψηλά κτίρια με ελάχιστο πράσινο φάνταζε με παιδικό παιχνίδι στην ακροθαλασσιά.

Η υγρασία και η αιωρούμενη σκόνη δυσκόλευσαν την αναπνοή μας, ο ιδρώτας έτρεχε από το

μέτωπό μας και τα ρούχα κόλλαγαν πάνω στο κορμί μας.

Η αίθουσα ελέγχου των διαβατηρίων και τα κλιματιστικά που δρόσιζαν τον χώρο μας έφτιαξαν την διάθεση και μας έδωσαν ανάσα δροσιάς.

Η ολιγόωρη παραμονή μας στα καταστήματα αφορολογητών (duty free) σπαταλήθηκε στα ηλεκτρονικά, τις ψηφιακές μηχανές, τα επώνυμα κοσμήματα και ρολόγια (Bulgari, Rolex), των οποίων οι τιμές απευθύνονται σε Πετρελαιάδες και όχι σε εμάς τους εκδρομείς από τους «Ποδαράδες».

Το Boeing είχε ανάψει τις μηχανές και μας περίμενε για το πολύωρο ταξίδι με προορισμό τον επόμενο σταθμό μας, το Χονγκ-Κονγκ.

Η νυχτερινή πτήση έριξε σε βαθύ ύπνο τους επιβάτες - εκδρομείς, οι οποίοι με τις μαύρες μάσκες του αεροπλάνου στα μάτια έμοιαζαν με ληστές τραπέζης. Φθάσαμε. Το Χονγκ-Κονγκ βουτηγμένο μέσα στο πράσινο με τους ουρανοξύστες σκαρφωμένους στις κορυφές και πλαγιές των εδαφικών εξάρσεων σε μαγεύει με την φυσική του ομορφιά.

Στα Κινέζικα Χονγκ-Κονγκ σημαίνει πόλη των αρωμάτων και για χρόνια ήταν το πρώτο λιμάνι της κοσμοκράτσης Αγγλίας στην Άπω Ανατολή.

Σήμερα το Χονγκ-Κονγκ ανήκει στους Κινέζους με τους Άγγλους να συμμετέχουν στην διοίκηση της ημιαυτόνομης αυτής Κινεζικής επαρχίας.

Η λίρα του Χονγκ-Κονγκ, η αριστερή κυκλοφορία των αυτοκινήτων και ο λόφος Βικτώρια είναι τα εμφανή σημάδια της αποικιοκρατίας των Άγγλων ακόμη και σήμερα σ' αυτή την τεράστια πόλη.

Η Καντόνα, το λιμάνι της εργατιάς, με τους κοινω-νικούς του αγώνες ήταν ο θαλάσσιος δρόμος του μεταξιού και των μαργαριταριών προς την Δύση. Σήμερα στο White Hotel δίπλα στο μαργα-ριταρένιο ποταμό διεξάγεται ένα εμπόριο υιοθε-σιών μικρών παιδιών με τις ευλογίες των Κινεζικών και Αμερικανικών Αρχών.

Αξέχαστη θα μας μείνει η αγορά τροφίμων της Καντόνα που εκτός των ποικιλιών μπαχαρικών είναι πλούσια σε φίδια, αστερίες, σκορπιούς, ιπ-πόκαμπους, κόκκαλα ελαφιών και σκύλων, μυρ-μήγκια, σκουλήκια, εδέσματα για την κουζίνα των Κινέζων, άλλα σε αποξηραμένη μορφή και άλλα ζωντανά να κουνιούνται ανατριχιαστικά.

Ο Βουδιστικός Ναός με την Παγόδα των 17 ορό-φων και τον χαμογελαστό Βούδα στην είσοδο του Ναού μας υποδέχεται με την φράση «Η μεγάλη κοιλιά μπορεί να υποφέρει τα ανυπόφορα». Μας εντυπωσίασε αλλά και μας προβληματίσε με την αλληγορική του φράση ο Προγάστωρ Παπά – Βούδας.

Στην συνέχεια ειδυλλιακή ήταν η κρουαζιέρα στον ποταμό Li του Γουιλίν με τις οξυκόρφες εδαφολο-γικές εξάρσεις από ασβεστολιθικά πετρώματα, τα νούφαρα του ποταμού, τους ψαράδες με τους βοηθούς τους Κορμοράνους και τα μικρά χωριά κατά μήκος του ποταμού, έστω και αν η βασανι-στική υγρασία σου τρυπούσε τα κόκαλα μέχρι το μεδούλι.

Στο Ξιάν η ώχρα της λάσπης του κίτρινου ποτα-μού χρωματίζει την περιοχή. Την πόλη των τεσσά-ρων εκατομμυρίων κατοίκων περικλείουν τα τείχη του 14ου αιώνα με τις τέσσερις εισόδους.

Οι δύο πύργοι της Καμπάνας και του Τυμπάνου ρυθμίζουν την ζωή στην πόλη για πολλά χρόνια, με τους χαρακτηριστικούς και δυνατούς ήχους τους. Με το κτύπημα του τυμπάνου άνοιγαν το πρωί οι εισοδοί και έκλειναν το βράδυ με την δύση του ηλίου, ενώ με τον ήχο της καμπάνας διέκο-πταν την εργασία οι εργαζόμενοι για ξεκούραση.

Ο αυτοκράτορας Τσινσί της δυναστείας των Τσιν ξεκίνησε μεγάλα έργα στην Κίνα, όπως το Σινικό Τείχος και τον στρατό των πηλινών πολεμιστών από τερακότα. Έξι χιλιάδες στρατιώτες σε φυσικό μέγεθος, παραμένουν μέχρι σήμερα στη θέα κάθε επισκέπτη.

Μετά τον θάνατό του ο Τσινσί τάφηκε ανάμεσα στους «στρατιώτες του», σίγουρος ότι θα τον

προστατεύουν και θα τον υπηρετούν στην αιώνια σιωπή κάτω από το χώμα.

Σήμερα ο πηλινός στρατός ερχόμενος στο φως της ημέρας υπηρετεί τον πολιτισμό της ανθρωπό-τητας και όχι μόνο του αυτοκράτορα. Όλη αυτή η ιστορία ακουμπά πάνω στα κόκκαλα αυτών που θάφτηκαν ζωντανοί ή πεθαμένοι για να γίνει το έργο.

Εγκαταλείψαμε το παραδοσιακό Κινέζικο ξενοδο-χείο στο Ξιάν για να αποβιβαστούμε στο μεγαλύ-τερο αεροδρόμιο του κόσμου στο Πεκίνο, ένα εκατομμύριο τ.μ. στεγασμένο κτίριο.

Στον 28ο όροφο του ξενοδοχείου Intercontinental φάγαμε βραδινό, ενώ μία κυκλική μεταφορική ται-νία μας περιέφερε αργά όση ώρα τρώγαμε το φαγητό μας, για να απολαύσουμε την θέα του Πεκίνου, από όλες τις πλευρές.

Η καρδιά όμως της Κίνας κτυπά στην μεγαλύτερη πλατεία του κόσμου την γνωστή Τιέν-Αν-Μεν ή στα Ελληνικά Πύλη της Ουράνιας Γαλήνης.

Η πλατεία πλαισιώνεται από διάφορα κτίρια όπως το μαισωλείο του Μάο, όπου «γυψωμένοι στρατιώτες» φυλάσσουν το ταριχευμένο σώμα του Μάο, το γρανιτένιο μνημείο των ηρώων, το Εθνικό Μουσείο, το σιδηροδρομικό σταθμό, τη Βουλή και τη νέα Εθνική Όπερα λίγο πιο πέρα με το όνομα Αυγό της Πάπιας, λόγω της ωοειδούς κατασκευής της.

Στην βορεινή πλευρά της πλατείας η απαγορευ-μένη πόλη, το μεγαλοπρεπές αυτό συγκρότημα ανακτόρων μέσα στο οποίο έζησαν 24 αυτοκρά-τορες με τους ευνούχους και τις παλακίδες τους.

Οι Ολυμπιακές εγκαταστάσεις που θα φιλοξενή-σουν την Ολυμπιάδα του 2008 είναι πανέτοιμες και βρίσκονται μέσα στον ιστό της πόλης. Χαρα-κτηριστικοί οι δύο από σίδηρο και γυαλί πύργοι που συγκλίνουν στην κορυφή σε σχήμα λάμδα (Λ) κεφαλαίο Ελληνικό και οι οποίοι θα φιλοξενή-σουν τα Μ.Μ.Ε. καθώς και οι κεντρικές εγκαταστά-σεις με το όνομα η φωλιά του πουλιού και το κολυμβητήριο σε σχήμα κύβου.

Έξω από το Πεκίνο στα σύνορα με την Μογγολία φιδосέρνεται το Σινικό Τείχος, 6.000 χιλιόμετρα. Έργο που άρχισε να χτίζεται τον 7ο αιώνα π.χ. και τελείωσε το 210 π.χ. επί δυναστείας Τσιν και «πατή-θηκε από τους Ιωνιώτες και τις Ιωνιώτισσες το 2007 μ.χ., επί «αυτοκράτορος» Χομπά, πλαισιωμέ-νου από εννέα Αρματωλούς και σαράντα Αμαζό-νες» !!!

Η παράσταση των βουδιστών μοναχών ΣΑΟΛΙΝ που παρακολούθησαμε με θέμα την ζωή τους μέσα από την τέχνη του κουνγκ-φου θα μείνει για πολλά χρόνια χαραγμένη στη μνήμη μας.

Από το αχανές αεροδρόμιο του Πεκίνου πετάξαμε στην πόλη Χανγκτζόου, όπου οι Κινέζοι γυμνάζο-

νται και χορεύουν ξένοιαστοι ακόμη πριν πάνε στην δουλειά τους. Ένα φθηνό μαγνητόφωνο έδινε ρυθμό στις κινήσεις τους και ένας δάσκαλος συντόνιζε τα βήματά τους. Η πόλη με την Δυτική λίμνη αποτελούν ένα από τα δημοφιλέστερα θέρετρα των Κινέζων.

Η περιοχή του Χανγκτζόου φημίζεται για τα μεταξωτά της και τις φυτείες τσαγιού. Δοκιμάσαμε το ακριβότερο πράσινο τσάι στο «πηγάδι του Δράκου», χωρίς να πέσουμε μέσα.

Στον δρόμο μας προς την Σαγκάη με πούλμαν, σταματήσαμε στο Σιτάνγκ. Εδώ το ρολόι της ιστορία δείχνει μεσαιώνα, χωρίς φεουδάρχες, παρά μόνο με σκελετούς ανθρώπων να σου χαμογελούν διακόπτοντας τη νιρβάνα τους, ενώ μέσα από τα σπίτια – τρώγλες άκουγες κλάματα μωρών.

Αργά το βράδυ φθάσαμε στο «Μαργαριτάρι της Ανατολής» ή το πριν την επανάσταση του Μάο «Πορνείο της Ανατολής», την ξακουστή Σαγκάη.

Σήμερα η πόλη είναι μία απέραντη θάλασσα από ουρανοξύστες με υψηλότερο το κτίριο Τσινμάο Ντασσά, 420 μέτρα. Δίπλα του κτίζεται το εμπορικό κέντρο, το οποίο όταν τελειώσει θα ξεπεράσει σε ύψος τα 420 μέτρα.

Τα δύο αυτά κτίρια βρίσκονται στην περιοχή Πουντόνγκ της Σαγκάης, η οποία είναι η πιο σπουδαία οικονομική περιοχή της Κίνας, γιατί πρωτοστατεί στην συναλλαγές της Κίνας με τον εξωτερικό κόσμο.

Ο Αγγλικός Τομέας της Σαγκάη με τα ξενοδοχεία και τους τραπεζικούς οίκους και ο Γαλλικός Τομέας με τα στενά πλακόστρωτα δρομάκια και τα παραδοσιακά σπίτια της Γαλλικής αρχιτεκτονικής, σημαδεύουν το παρελθόν της πόλης.

Σε όλη την διάρκεια του ταξιδιού μας στην Κίνα οι μικροαγορές διαφόρων προϊόντων ήταν διακριτική και συγκρατημένη από τον καθένα μας. Εκεί όμως που οι βαλίτσες μας «γκαστρώθηκαν», ήταν τις τελευταίες μέρες. Τα τελευταία Ευρώπουλα πέταξαν από τις τσέπες και οι πιστωτικές κάρτες απομαγνητίστηκαν από την πολύ χρήση. Το αεροπλάνο από Σαγκάη μέσω Κατάρ για Αθήνα βόγκαγε από το υπέρβαρο του καθενός μας.

Μετά 15 ημέρες από το ξεκίνημα, οι πενήντα του «Μάρκο-Πόλο Χομπά με την σφυρίχτρα», αφού περιπλανήθηκαν στην Κίνα, την χώρα των αντιθέσεων, της μεγάλης φτώχειας και του μεγάλου πλούτου, επέστρεψαν γεμάτοι καλούδια και εμπειρίες στα σπίτια τους και στους δικούς τους.

Σεπτέμβριος 2007
Γιάννης Καρπέτας

KINA

Το εκκρεμές ενός μύθου

Πάντα είχα στο νου μου μεγάλα περιπετειώδη ταξίδια στις εσχαιές της γης, μα ποτέ δεν γινόταν πραγματικότητα αυτό το όνειρο, και έτσι, έμεινε πάντα στη φαντασία μου, ονειροπολώντας και έφτανα πολύ μακριά.

Όμως ο φυσιολατρικός μας όμιλος (Φ.Ο.Ν.Ι.) έπιασε αυτά τα μηνύματα, που ήταν επιθυμία πολλών μελών του, και με φτερά κόνδορα πέταξε για υπερπόντιες πτήσεις. Ναι, λοιπόν, σχεδίασε και έκανε πράξη ένα πολύ τολμηρό εγχείρημα. Ένα ταξίδι -περιπέτεια - σε μια μακρινή και πολύ όμορφη χώρα....

Κίνα, Κίνα συλλογίζομαι και η καρδιά μου χτυπούσε δυνατά και εγώ ακροβατούσα μεταξύ μύθου και πραγματικότητας.

Περί τα τέλη Αυγούστου, λοιπόν, το έτος 2007 γεμίζω τη βαλίτσα μου αισιοδοξία και συνάμα την καρδιά μου πολλή θλίψη και αγωνία για τα τεκταινόμενα στην πατρίδα μας κατά τη χρονική εκείνη περίοδο! Ξεκινώντας αυτό το ταξίδι αισθανόμουν δέος και ανυπομονησία για το άγνωστο σ' αυτήν την απέραντη γη και πατώντας το πόδι μου αυτά τα χώματα ήθελα να χορτάσω με μιας όλες τις αισθήσεις μου, ήθελα η ψυχή μου να νιώσει την όσμωση αυτών των ανθρώπων, να πάρει κάτι από το μυστήριο που κρύβουν οι δεισιδαιμονίες τους και να γεμίσουν τη φαντασία μου με πολλά χρώματα.

Πρώτος σταθμός αυτού του ταξιδιού το Χονγκ Κονγκ, μια πόλη σωστή αυτοκρατορική, σκεπασμένη με ομιχλώδες και, υγρό πέπλο σε παραπέμπει κατευθείαν στο μέλλον με τις τεράστιες λεωφόρους και τους πανύψηλους ουρανοξύστες.

Έπειτα η KANTONA, απλοϊκή και ηρωική κάνει τον επισκέπτη να νιώθει μια αόρατη μελαγχολία και ο Μαργαριταρένιος ποταμός να σιγοτραγουδάει ύμνους άλλων εποχών.



Είμαι στην ΚΙΝΑ περπατάω στα εδάφη της κι' όμως νομίζω - ότι ονειρεύομαι ακόμη, με αυτά που βλέπω και ακούω έχω την αίσθηση ότι ζω έναν ατέλειωτο μύθο.

ΓΚΟΥΙΛΙΝ η επόμενη πόλη που μας φιλοξενεί με πολλή αγάπη και ζεστασιά. Γκουιλίν σημαίνει Πόλη της Ακακίας, και είναι όντως όμορφη σαν λουλούδι και παραμυθένια σαν κινηματογράφος, με τους ατέλειωτους μικρούς λόφους. Συνεχίζοντας την 'περιπετειώδη περιδιάβαση μας περιμένει μια διαφορετική έκπληξη. Το ΞΙΑΝ άλλη μεγάλη πόλη με τη μαγεία του «Καλαμένιου αυλού», στους σταλαγμίτες και στο απίστευτα μοναδικό σε ομορφιά και εξαιρεύνηση «Κρυστάλλινο παλάτι του βασιλιά Δράκου». Επίσης σ' αυτή την πόλη συναντήσαμε κάτι το ασυνήθιστο στις όχθες του ποταμού Λι. Πρωί-πρωί οι Κινέζοι πριν ξεκινήσουν για τις δουλειές τους κάνουν ομαδικά γυμναστική και χορεύουν στους ρυθμούς του yangkou, του αγαπημένου χορού του μεγάλου κομμουνιστή ηγέτη Μάο Τσε Τουνγκ. Κι' έπειτα το ΠΕΚΙΝΟ, η πρωτεύουσα, όπου στις 8/8/2008 και ώρα 20:00, παίρνοντας επαξίως τα σκήπτρα από την «ΑΘΗΝΑ 2004» θα διεξάγει τους ολυμπιακούς Αγώνες!

Πεκίνο, μια Πόλη με πολλά εκατομμύρια κατοίκους και μεγάλη όσο ολόκληρο το Βέλγιο!

Μια Πόλη, όπου ανάμεσα -στα βουνά κυλούν οι μεγάλοι ποταμοί (ο Κίτρινος, ο Γαλάζιος, ο Σι Γιανγκ).

Και απάνω ψηλά στο Βορρά ένας δράκος με πολλές χιλιάδες χιλιόμετρα φρουρεί τα σύνορα. Είναι το Σινικό Τείχος. Τα Κινέζικο τείχη λοιπόν, το μόνο ανθρώπινο έργο που είναι ορατό από την Σελήνη.

Κατόπιν, Απαγορευμένη Πόλη, ένας χώρος γεμάτος μυστήριο και μοναξιά, συντροφιά με τα απομεινάρια, ενός πολύ μακρινού και ένδοξου παρελθόντος.

Η ηρωική 'Πλατεία TIEN AN MEN - και το Μουσολείο του μεγάλου ηγέτη ΜΑΟ ΤΣΕ ΤΟΥΝΓΚ, ο οποίος άλλαξε τον ρουν της ιστορίας αυτής της αχανούς χώρας. Και απέναντι του, στην άλλη άκρη της 'Πλατείας να δεσπόζει περήφανα το πανέμορφο πορτρέτο του...

Ο ναός του Ουρανού, η συνέχεια της Περιήγησης στο Πεκίνο. Όταν ανέβηκα εκεί, όπου οι αυτοκράτορες μια φορά τον χρόνο πρόσφεραν θυσίες στους προγόνους τους, ένιωσα αληθινά πως ο άνθρωπος είναι ιερός και μυστηριώδης, γεμάτος μαγικές δυνάμεις...

Ξεχωριστή ομορφιά η διαδρομή προς τη νεκρόπολη ΣΙΣΑΝ ΛΙΓΚ όπου έχουν ταφεί σύμφωνα με την τέχνη του Φενγκ Σούι 13 Αυτοκράτορες της δυναστείας των ΜΙΝΓΚ.

Σειρά έχει τώρα το ΧΑΝΓΚΤΣΟΟΥ, όπου το μυαλό μου και και ψυχή μου είναι ακόμη εκεί, στην απόλυτη ομορφιά της φύσης και στην κατανυκτική ατμόσφαιρα που δημιουργούν τα αγάλματα του Βούδα, τα φτιαγμένα από την πολυτιμη πέτρα, τον Νεφρίτη (jade), η οποία από αρχαιοτάτων χρόνων προκαλούσε έναν ιδιαίτερο σεβασμό. Και η εκτίμηση που τρέφουν και σήμερα οι Κινέζοι γι' αυτήν την πέτρα είναι μοναδική. Θεωρείται ευγενής ύλη και φέρνει τύχη!

Τελευταίος σταθμός αυτής της περιπλάνησης η ΣΑΝΓΚΑΗ θολή και μυστηριώδης φλερτάρει με την παγκοσμιοποίηση, όπως άλλωστε και ολόκληρη η Κίνα, της κλείνει αινιγματικά το μάτι και την 'προσπερνάει, προς το παρόν τουλάχιστον. Επίσκεψη στα αξιοθέατα της πόλης. Θαυμάσαμε και μείναμε άφωνοι με τους τεράστιους ουρανοξύστες. Απολαύσαμε, δε, τη θέα αυτής της μεγαλούπολης από τον ουρανοξύστη Jim Mao Tower .

Κι' έτσι τελειώνει αυτό το ταξίδι- περιπέτεια, που εξακολουθεί να είναι ακόμη ένα άπιαστο όνειρο....

Νιχάο Κίνα! Θα σε θυμόμαστε πάντα με αγάπη και νοσταλγία.

Μιχάλη Αρτεμισία
Δημοσιογράφος



Ο Φ.Ο.Ν.Ι. στην

ΒΑΛΙΑ ΚΑΛΝΤΑ

Πράσινος παράδεισος της Ελληνικής γης

Τι είναι η πατρίδα μας ;
Μην είν' ο κάμπος ;
Μην είναι τ' άσπαρτα ψηλά βουνά ;
Μην είν' ο ήλιος που χρυσολάμπει ;
Μην είναι τ' άστρα της τα φωτεινά ;

Με πολλή νοσταλγία «γύρισα» αρκετά χρόνια πίσω, στα μαθητικά μου αναγνώσματα και ξεδίπλωσα από τη μνήμη μου αυτούς τους τρυφερούς στίχους του Ιωάννη Πολέμη, ο οποίος με αγάπη μας αποδίδει την ομορφιά της Φύσης !

Αφορμή, λοιπόν γι' αυτήν την θλιμμένη νοσταλγία μου την έδωσε το τελευταίο τριήμερο του Οκτωβρίου σε μια μοναδική εξόρμηση σε έναν από τους ωραιότερους εθνικούς δρυμούς της Ελλάδας, στον νομό Γρεβενών. Ανήμερα της Εθνικής μας επετείου, με καιρό μελαγχολικό, όπως άλλωστε αρμόζει στο φθινόπωρο, ξεκινάμε για τον Εθνικό Δρυμό της

Βάλια Κάλντα.

Πριν όμως σας οδηγήσω στα πανέμορφα μονοπάτια αυτής της περιπλάνησης, θα ήθελα να αναφερθώ στη σημασία των Εθνικών Δρυμών και στην ανάγκη της δημιουργίας τους. Είναι ένας θεσμός που δημιουργήθηκε πριν από ενάμισυ περίπου αιώνα για την οικολογική ισορροπία του φυσικού μας περιβάλλοντος, το οποίο υποβαθμιζόταν τότε, φευ, καταστρέφεται κιόλας από την αλόγιστη παρέμβαση του ανθρώπου....

Σκοπός της δημιουργίας των Εθνικών Δρυμών ήταν η συνειδητή προσπάθεια της ανθρωπότητας να εξασφαλίσει την διατήρηση των ζώων οργανισμών και των ιδιαίτερων αξιών της φύσης.

Οι Εθνικοί Δρυμοί ή προστατευόμενες περιοχές, όπως ονομάζονται οι εκτάσεις με ειδικό καθεστώς προστασίας, αποτελούν από τότε, το πιο σημαντικό μέτρο για την προστασία και

την διατήρηση της φυσικής κληρονομιάς, όπως είναι η αυτοφυής χλωρίδα και η άγρια πανίδα. Ταυτοχρόνως αποτελούν πόλο έλξης επισκεπτών, που τόσο ανάγκη έχει ο σύγχρονος άνθρωπος.

Ο Εθνικός Δρυμός Πίνδου, είναι γνωστότερος σαν Βάλια Κάλντα. Έτσι ονομάζεται στα βλάχικα η ζεστή κοιλάδα του Αρκουδορέματος, γύρω από τον οποίο βρίσκεται ο πυρήνας του Δρυμού.

Ιδρύθηκε το 1966 και η συνολική του έκταση φτάνει τα 129.000 στρέμματα και ο πυρήνας είναι 33.600 στρέμματα και αποτελείται από την κοιλάδα της Βάλια Κάλντα και τις πλαγιές των γύρω κορυφών:

Φλέγα, Αυτιά και Λυγό. Ο Δρυμός βρίσκεται στην Δυτική Μακεδονία στα νότια του γραφικού χωριού Περιβόλι, από όπου με αυτοκίνητα τύπου τζίπ, οι οικοξεναγοί της περιοχής των Γρεβενών μας οδήγησαν με ακρίβεια στα μονοπάτια του Δρυμού, μας εξήγησαν πολλά μυστικά του δάσους (π.χ. δενδροχρονολόγηση) και θαυμάσαμε των

πανύψηλων μαυρόπευκων και του ρόμπολου, όπου πολλά από αυτά ξεπερνούν την ηλικία των 700 χρόνων! Επί πλέον, στη Βάλια Κάλντα, στις πλαγιές με όρειο προσανατολισμό υπάρχουν δάση οξιάς, αξεπέραστης ομορφιάς.

Άλλα δένδρα είναι τα Σφενδάμινα, οι Φτέρες, τα οποία αυτή την εποχή του φθινοπώρου με τα κόκκινα και χρυσοκίτρινα φύλλα τους ανάμεσα στα καταπράσινα του μαυρόπευκου, συνθέτουν ένα και μοναδικό τοπίο.

Αξιόλογη και πλούσια είναι επίσης και η πανίδα. Η Βάλια Κάλντα είναι το σπίτι της καφέ αρκούδας, όπου στην πεζοπορία μας στο όρος Όρλιακα, ακολουθήσαμε τα αχνάρια της που άφησε λίγες ώρες πριν στο βρεγμένο μονοπάτι. Επίσης είναι η παρουσία του λύκου κατά τους θερινούς μήνες. Οι όχθες του Αρκουδορέματος αποτελούν ιδανικό περιβάλλον για τις βίδρες. Ο αριθμός τους είναι μικρός και τείνει να εξαφανιστεί, επειδή οι κάτοικοι των

γύρω περιοχών ψαρεύουν πέστροφες με παράνομα μέσα.

Άλλα σπάνια θηλαστικά είναι ο Αγριόγατος, το Αγριόγιδο, τα Ζαρκάδια, το Αγριογούρουνο και άλλα.

Η περιοχή είναι πλούσια και σε αμφίβια και πολλά ερπετά και τυφλοπόντικες. Υπάρχουν 6 είδη αμφιβίων και 9 είδη ερπετών.

Μέσα σε αυτή την ανεπανάληπτη μαγεία της φύσης, ανάμεσα σε φαράγγια και ορμητικούς ποταμούς, είχαμε την ευκαιρία αυτή τη φορά να θαυμάσουμε και να καμαρώσουμε μαστόρων έργα, να κάποτε ο άνθρωπος αγαπούσε και σεβόταν τη φύση και αυτό το



αποδεικνύει με τα έργα του. Φυσικά μιλάω για τα πέτρινα γεφύρια, που στην περιοχή των Γρεβενών κάναμε στάση και απολαύσαμε πρώτα το γεφύρι του Αζίζ Αγά και έπειτα άλλο ένα το γεφύρι του Ζιάκα.

Σταθήκαμε με απόλυτο σεβασμό απέναντι σε αυτήν την αρμονία ανθρώπων-φύσης, σε αυτά τα υπέροχα έργα, σπουδαίων μαστόρων, σε αυτά τα πέτρινα γεφύρια, όπου μας καλούν να αναζητήσουμε μέσα σε φαράγγια, ρεματιές και άγρια βλάστηση αυτή την απaráμιλλη ομορφιά λαϊκής αρχιτεκτονικής της πολιτισμικής μας κληρονομιάς και ζητούν την φροντίδα και την αγάπη μας, ώστε να διασωθούν στην αιώνια γαλήνη μέσα στη φύση...

Αρτεμισία Μιχάλη
Δημοσιογράφος
Μέλος της ΕΣΗΕΑ



Η Καθαρή Δευτέρα σημαίνει το τέλος της Αποκριάς και την έναρξη της Σαρακοστής. Παραδοσιακά συμβολίζει την εκδίωξη της αγάπης μας προς τη φύση, εξ'ού και το πέταγμα του χαρταετού, και την αφετηρία της ψυχικής και σωματικής προετοιμασίας για την Εβδομάδα των Παθών και την Ανάσταση, με νηστεία και κατάνυξη.

Η Καθαρή Δευτέρα σαν γιορτή, έχει ρίζες στην αρχαιότητα και τα κατ'αγρούς Διονύσια, ενώ ονομάστηκε αργότερα καθαρά γιατί από το πρωί οι νοικοκυρές συνήθιζαν να καθαρίζουν τα σκεύη τους από τα μαγειρέματα της Αποκριάς και να ξεπετούν τα κρεατικά αποφάγια.

Το δε μενού τη μέρα αυτή περιλαμβάνει αποκλειστικά τα κούλουμα, λέξη που παράγεται από το λατινικό *colum*, και σημαίνει καθαρός. Τα κούλουμα οφείλουν να είναι λιτά και νησιτίσιμα, η άσπρη φασολάδα και η λαγάνα, άζυμο ψωμί, ξεχωρίζουν, ενώ συνηθίζονται και τα σαλατικά, ο ταραμάς και οι ελιές.

Σε κάποια μέρη της Ελλάδας, όμως, οι κάτοικοι έχουν και άλλες προετοιμασίες. Πολλές από αυτές είναι ιδιαίτερα πρωτότυπες και διασκεδαστικές, περνάνε κοινωνικά μηνύματα και συχνά προκαλούν συγκίνηση γιατί, ακόμα και μετά από δεκάδες χρόνια, πραγματοποιούνται με την ίδια φροντίδα και το ίδιο κέφι.

Πάμε λοιπόν ένα ταξίδι για να γνωρίσουμε τα έθιμα της Καθαρής Δευτέρας.

Ξεκινώντας από το βορρά, σε διάφορα χωριά της Ξάνθης υπάρχουν αξιοπερίεργα έθιμα και γιορτές, όπως αυτό των Μουντζούρηδων, στον Πολύσιτο του Δήμου Βιστωνίδας. Η προετοιμασία εκεί ξεκινάει το προηγούμενο βράδυ με την παρασκευή των εδεσμάτων από τις γυναίκες, το βράσιμο της παραδοσιακής φασολάδας και το ζύωμα των λουκουμάδων έτσι ώστε το επόμενο πρωί να είναι έτοιμα και να μοιραστούν, μαζί με άφθονο κρασί, στους παρευρισκόμενους.

Τους επισκέπτες που θα παρευρεθούν τους περιμένουν στις δύο εισόδους του οικισμού μεταμφιεσμένοι, όπου προσπαθούν να τους μουτζουρώσουν με την καπνιά που έχουν πάρει από τα καζάνια που έβρασε η φασολάδα, έτσι ώστε όλοι όσοι συμμετέχουν στην γιορτή να είναι μασκαρεμένοι.

Στη συνέχεια αναβιώνουν διάφορα έθιμα, όπως αυτό των καλόγερων, όπου οι κάτοικοι καλύπτουν το σώμα τους με δέρματα ζώων και κουδούνια, κάτι που συμβαίνει και στη Σκύρο, και γυρίζουν όλο το χωριό κάνοντας όσο το δυνατό περισσότερο θόρυβο για να ξορκίσουν το κακό.

Άλλο έθιμο, που πραγματοποιείται στην Σταυρούπολη, είναι η Καμήλα, κατά το οποίο μεταμφιεσμένοι Άραβες περιδιαβαίνουν το χωριό τραβώντας και διαλαλώντας την καμήλα τους με πειράγματα και σατιρικά στιχάκια. Ωστόσο, την ίδια μέρα σε διάφορα μέρη της Ξάνθης γίνονται και παρελάσεις με άρματα και μασκαρεμένους.

Στη Βόνιτσα την Καθαρή Δευτέρα ζωντανεύει το έθιμο του Αχυρένιου Γληγοράκη. Υπάρχουν πολλές απόψεις για την καταγωγή αυτού του εθίμου, η επικρατέστερη όμως θέλει τον Γληγοράκη ψαρά που απαρνήθηκε τη θάλασσα για να βρει την τύχη του στη στεριά. Η θάλασσα όμως τον εκδικήθηκε και τον έριξε στα ξένα και την εργατιά.



Οι σημερινοί ψαράδες της Βόνιτσας καταδικάζουν το Γληγοράκη με τον δικό τους τρόπο. Φτιάχνουν έναν αχυρένιο ψαρά, τον δένουν σε ένα γάιδαρο και τον περιδιαβάζουν στο χωριό με μοιρολόγια, θρήνους και άλλα σατιρικά βασανιστήρια, καταλήγοντας στο Κοιμητήριο του ψαράδικου-συνοικισμού. Όσο πλησιάζει το βράδυ, το γλέντι φουντώνει με τραγούδια και χορούς, ενώ ο κακόμοιρος ο Γληγοράκης ρίχνεται σε μία βάρκα στ' ανοιχτά και φλέγεται.

Η Θήβα από την άλλη τιμά την Καθαρή Δευτέρα με έναν Βλάχικο Γάμο με τα όλα του. Το έθιμο εδώ προέρχεται από το 1830 και την απελευθέρωση των βορειότερων περιοχών, απ' όπου οι Βλάχοι κατέβηκαν νότια για να βρουν πιο εύφορη γη. Στη Θήβα παντρεύτηκαν με προξενιό γυναίκες, αυτό έγινε έθιμο, μετά παρωδία και έτσι στις μέρες μας ο γάμος πραγματοποιείται παραδοσιακά, με το ξύρισμα του γαμπρού και το στόλισμα της νύφης, που όμως είναι άντρας.

Ταυτόχρονα, οι παρευρισκόμενοι γιορτάζουν τα κούλουμα, πίνουν και τραγουδούν καυστικά τραγούδια για τη ζωή και την τρέχουσα επικαιρότητα. Στο Γαλαξίδι συναντά κανείς άλλο ένα ζευγάρι γαμπρού και νύφης, αυτή τη φορά όμως τα πράγματα ξεφεύγουν από τον έλεγχο, αφού οι παρευρισκόμενοι δεν παίζουν με σερπαντίνες και χαρτοπόλεμο, αλλά με αλευροπόλεμο. Το έθιμο αυτό ξεκινά το 1801 και βρίσκει τις ρίζες του

στην Τουρκοκρατία, όταν οι άνθρωποι γιόρταζαν τις Απόκριες χορεύοντας σε κύκλους ανδρών και γυναικών. Τότε φορούσαν μάσκες ή απλά έβαφαν το πρόσωπό τους με κάρβουνο. Στη συνέχεια προστέθηκε το αλεύρι, το λουλάκι και το βερνίκι παπουτσιών.

Σήμερα, ο γαμπρός και η νύφη παρελαύνουν στην παραλία του Γαλαξιδίου και ο κόσμος τους ραίνει με αλεύρι και κάρβουνο, στη συνέχεια αλληλο-μουτζουρώνονται και διασκεδάζουν χορεύοντας.

Ένα νησί που παρουσιάζει ενδιαφέρον την Καθαρή Δευτέρα είναι η Χίος. Σε χωριά όπως τα Μεστά και οι Όλυμποι αναβιώνει το έθιμο του Αγά, απ' όπου δεν γλιτώνει κανείς χωρίς να καταβάλει κάποιο πρόστιμο. Οι ρίζες και αυτού του εθίμου ανάγονται στην Τουρκοκρατία, περί το 1830-1840. Ο Αγάς λοιπόν εισβάλλει βίαια στο χωριό με τους ακολούθους του με τη συνοδεία βεγγαλικών και χαρτοπόλεμου, περνάει από τα σοκάκια και φτάνει στην πλατεία όπου παίρνει τη θέση του.

Ο κόσμος μαζεύεται τριγύρω και ξεκινάνε οι δίκες, με τον Αγά να καταδικάζει τους παρευρισκόμενους για χρηματικά, ιδιοκτησιακά αλλά και ερωτικά παραπτώματα. Η ποινή τους είναι η καταβολή ενός χρηματικού ποσού που καταλήγει στο ταμείο του Πολιτιστικού Συλλόγου του χωριού. Χαρακτηριστικά αυτού του εθίμου είναι το χιούμορ και τα πειράγματα, χωρίς βέβαια να παρεξηγείται κανείς.

Παραλλαγές αυτών των εθίμων μπορεί να συναντήσει κανείς και σε άλλα μέρη της Ελλάδας, το κοινό στοιχείο της διασκέδασης και του κεφιού όμως υπάρχει παντού!

Επιμέλεια
ΣΤΕΦΑΝΟΣ ΛΙΒΕΡΗΣ

31ος ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ

Τερματισμός Κλασικού Μαραθωνίου Αθηνών, από τον ΤΣΑΓΚΑΡΑΚΗ ΚΩΣΤΑ Πρόεδρο του συλλόγου «Ανατολή» και μέλος του Φυσιολατρικού Ομίλου Νέας Ιωνίας.

Το αναμνηστικό μετάλλιο του τερματισμού το απονέμει ο Χομπάς Νίκος Πρόεδρος του Φυσιολατρικού και εθελοντής του κλασικού Μαραθωνίου Αθηνών επί σειρά ετών.





Η 25η ΜΑΡΤΙΟΥ

Η ιστορία των λαών είναι μια ανοιχτή σκηνή θεάτρου. Μία σκηνή, στην οποία διαδραματίζονται λαμπρά, αλλά και δραματικά γεγονότα. Στην ιστορική, όμως, σκηνή του εθνικού μας βίου διαδραματίστηκαν κατά καιρούς γεγονότα ανυπέρβλητου μεγαλείου και δόξας. Σαν τέτοια θα μπορούσαμε να μνημονεύσουμε τους Μηδικούς Πολέμους 490 και 480 π.χ. (Μαραθώνας, Θερμοπύλες, Σαλαμίνα), την εκθαμβωτική πορεία του Μ. Αλεξάνδρου στην Ανατολή, το 330 π.χ., τους βυζαντινούς χρόνους με το μεγαλείο τους (330-1453μ.Χ.) και αργότερα, στους δικούς μας χρόνους, το έπος των Βαλκανικών Πολέμων 1912-13 και το έπος του 1940. Όμως, ιστορικό γεγονός σαν αυτό του '21 δεν στάθηκε ποτέ και ούτε πρόκειται να σταθεί στην Ιστορία της ανθρωπότητας και τούτο, διότι δεν νομίζω ότι θα υπάρξει ξανά τέτοια και τόσο μακρόχρονη σκλαβιά άλλου λαού, Και ακόμα, γιατί το '21 ήταν ένας μυθικός χορός με πιάνια βήματα από το σκοτάδι στο φως, από τις αλυσίδες της σκλαβιάς στη λευτεριά.

Χορός λοιπόν μυθικός το '21, ξεκομμένος από πρακτικές προϋποθέσεις και λογικές, ξεκομμένος από συμπτώσεις επίκαιρες, που θα δικαιολογούσαν το έναυσμα ενός τέτοιου ξεσηκωμού. Ένας άθλος χωρίς καμία απολύτως συνδρομή, παρά μόνο με τη λυσσαλέα έχθρα της Ιεράς Συμμαχίας και το δηλητήριο, το φαρμάκι του Μέτερνιχ. Ένα φωτεινό μετέωρο, που οι ψυχές πυρακτωμένες ρίχτηκαν σε ένα άστραμα ορμής, που τις έβγαλε, μετά από οκτώ χρόνια αγώνα, στην όχθη της λευτεριάς και της ανεξαρτησίας, στο φως. Χωρίς κανένα εφόδιο, παρά μονάχα με μια χού-

φτα ξερό καλαμπόκι στο ταγάρι ή μια χούφτα αλεύρι, που το ζύμωναν μόνοι τους πάνω σε ένα στρογγυλό κομμάτι δέρμα, που έφερνε δεμένο στη ζώνη του κάθε αγωνιστής και το έψηναν στη χόβολη της φωτιάς που άναβαν, για να ζεσταθούν.

Με τις λερές και κουρελιασμένες δίπλες της φουστάνελας, με το τρύπιο τσαρούχι. Χωρίς χρήματα, παρά μόνο με το στέρημα του φτωχού ξωμάχου χωριάτη, με το σφαχτό του τσοπάνη. Χωρίς μέσα επικοινωνίας, παρά μόνο με τις φωτιές που άναβαν από ράχη σε ράχη τη νύχτα και τους καπνούς τη μέρα, όπως την εποχή των Τρωικών και Περσικών Πολέμων, με τον ξυπόλητο και νησικό, βρεγμένο, κατάκοπο και καταϊδρωμένο μαντατοφόρο που θα 'φερνε το χαμπέρι.

Χωρίς τη, στοιχειώδη έστω, υγειονομική περίθαλψη. Μόνοι τους επέδεναν τα τραύματά τους, όπως περιγράφει στα Απομνημονεύματα του ο Μακρυγιάννης, λέγοντας:

«Θα σας ειπώ και ένα γενναίον πολύ περιστατικών. Ένας ατρόμητος άντρας από τους Κολοβάτες (είναι του Σαλώνου χωριόν) τον λένε Μήτρο Καθαριον (αλήθεια καθάριος κι ατίμητος είναι) αφού τζακιστήκαμε στη χώρα και τραβηχτήκαμε εις το ψήλωμα, οι ειδικοί μας όλοι κι εμείς φτιάσαμε ταμπούρι και πολεμούσαμε. Αυτός ο δυστυχής ήταν μέσα εις την χώρα σε σπίτι μπασμένος. Αφού φύγαμε εμείς, αυτός έμεινε μόνος του κλεισμένος, τόφυγαν οι σύντροφοί του κι έμεινε μόνος του. Του ρίχτηκαν οι Τούρκοι σπανού του. Παίρνει ένα γιαταγάκι τούρκικο και σκοτώνει τέσσερους κι εκεί όπου τον πολεμού-

σαν, του δίνουν μία μαχαιριά εις την κοιλιά και σκοτώνει τον Τούρκο, με το μαχαίρι εις την κοιλιά ήρθε εκεί όπου ήμαστε εμείς, εις το ταμπουρί. Και δεν του πειράξαμε το μαχαίρι. Με τούτο εις την κοιλιά τον πήγαμε εκεί οπουόταν οι ειδικοί μας και ήταν ο γιατρός: Και το 'βγαλε το μαχαίρι και με των μερμήγκων τα κεφάλια τόραψε την κοιλιά. Και τράβηξε ο καημένος κοντά ένα χρόνο να γιατρευτεί, Γέρευε και πάλε ξηλώνεται κι έβγαιναν οι κοπριές από την κοιλιά, οπουόταν η πληγή. Και ζει τώρα και δεν έχει ψωμί να φάγη».

Χωρίς καμία παιδεία, όλα κι όλα που μάθαιναν και όχι όλοι, ήταν η Αλφαβήτα, για να μπορούν να διαβάζουν το ψαλτήρι, τραγούδια και θρύλοι και οράματα και παραδόσεις και προφητείες κινητοποιούν τη λαϊκή φαντασία και ζεσταίνουν την ενδόμυχη ελπίδα.

Πηδούσαν και χόρευαν, τραγουδούσαν και πολεμούσαν και όταν έρχονταν στα χέρια, λέει ο Κολοκοτρώνης, οι ζευγάδες άφηναν τα χωράφια τους κι έρχονταν να βοηθήσουν. Η ανδρεία τους αδιήγητη, γράφει ένας άλλος λόγιος της εποχής, και η αγάπη τους για την ελευθερία απεριγράπτος. Ζουν δυο και τρεις ημέρες με νερό και χόρτα και αξίζει καθένας τους για δέκα αρχιστρατήγους. Δια δε την αγάπη της ελευθερίας και τη μεγαλοψυχία δεν είναι δυνατό να τους παρομοιάσει κάποιος με κανέναν. «Εσυνηθίσαμε να καταφρονούμε τον Τούρκο», λέει ο Κολοκοτρώνης. Κάπου πεντακόσιες χιλιάδες ψυχές είχαν μείνει μέσα σε 368 χρόνια σκλαβιάς. Μία μικρή ψηφίδα λησμονημένη στο τεράστιο μωσαϊκό της Οθωμανικής Αυτοκρατορίας. Και ξάφνου, ένα σύν-

θημα ακούστηκε «Ελευθερία ή Θάνατος». Άστραψαν τα γιαταγάνια, κελάδησαν τα καριοφύλια και η ελευθερία ξαναστήθηκε μαχόμενη στην πανάρχαια κοιτίδα της.

Αλλά ο αγώνας δεν έγινε μόνο με τα άρματα, έγινε και με τα γράμματα. Δεν δούλεψαν άδικα τόσους αιώνες οι καλόγεροι των μοναστηρίσιων σχολιών. Δεν πάσχισαν άδικα οι διδάχοι του λαού. Τα κηρύγματα του πάτερ Κοσμά τους συγκλονίζουν, τα Θούρια του Ρήγα τους συνεπαίρνουν, οι κατηχήσεις της Φιλικής Εταιρείας τους δένουν. Η Φιλική Εταιρεία οδήγησε το Έθνος στο φωτεινό ορόσημο του '21, στις απίθανες ανδραγαθίες του ξεσηκωμού, στο εθνικό Πάσχα των Ελλήνων, στην απελευθέρωση.

Άρματα και γράμματα σμίγουν στο μεγάλο ποτάμι της εθνεγερσίας. Η σοφία έχει ανάγκη τη λεβεντιά και η λεβεντιά τη γνώση. Τραγούδια και θρύλοι και οράματα και παραδόσεις και προφητείες κινητοποιούν τη λαϊκή φαντασία, ζεσταίνουν την ελπίδα. Μεταλαμπαδευτές του κλασικού πνεύματος οι Βυζαντινοί λόγιοι, σύμβουλοι βασιλιάδων, φίλοι Ηγεμόνων, δάσκαλοι πριγκίπων, είχαν την ευκαιρία να μεταγγίσουν τον καημό τους για το σκλαβωμένο Γένος σε όλους τους εκάστοτε ισχυρούς.

Αυτή η οκτάχρονη τομή στην ιστορία του Γένους, παραμένει και θα παραμένει για πάντα στην ψυχή του Πανελληνία μια φωτεινή λάμψη, το θαύμα, ένας χώρος του μύθου, ένα χρυσωρυχείο εθνικής μνήμης.

ΘΕΟΔΩΡΟΣ ΜΗΛΗΣ

Μάρτιος

Τρία μεγάλα και σημαντικά γεγονότα έχουν την τιμητική τους αυτόν τον μήνα.

25^η Μαρτίου: Η μεγάλη εθνική επέτειος έναρξης της Ελληνικής Επανάστασης του 1821 η οποία τιμάται σε όλη την Ελλάδα με παρελάσεις και άλλες εκδηλώσεις, γιορτάζοντας την μεγάλη προσπάθεια και τον σκληρό αγώνα του Έθνους για την αποτίναξη της σκλαβιάς. Επίσης στην ίδια ημερομηνία εορτάζεται ο Ευαγγελισμός της Θεοτόκου, μία από τις μεγαλύτερες εορτές της Χριστιανοσύνης.

8 Μαρτίου: έχουν την τιμητική τους όλες οι γυναίκες που πλέον κατέχουν δυναμικά και θέσεις σε υψηλά επίπεδα της ιεραρχίας.

Μάρτιος.... Και το μουντό γκρίζο χρώμα του χειμώνα θα αντικατασταθεί από το ολοφώτεινο πολύχρωμο της άνοιξης. Αμυγδαλιές, μαργαρίτες και χαμομήλια στολίζουν κάθε γωνιά της Ελληνικής γης και γαληνεύουν την ψυχή μας.

Νίκος Χομπάς



ΑΝΑΚΥΚΛΩΣΗ

Με την ανακύκλωση και την εναλλακτική διαχείριση των υλικών αυτών, εξοικονομούμε μεγάλη ποσότητα ενέργειας, αποφεύγουμε την μόλυνση του περιβάλλοντος (του εδάφους και του υδάτινου ορίζοντα), μειώνουμε τον όγκο των απορριμμάτων κατά 40%.

Τα απόβλητα συσκευασίας αποτελούν το 20% του βάρους και το 40% του όγκου των στερεών αποβλήτων.

- Για κάθε τόνο χαρτιού που ανακυκλώνουμε σώζουμε 17 δένδρα 32.000 λίτρα νερού.
- Για να κατασκευαστεί ένα γυάλινο μπουκάλι χρειάζεται ενέργεια περίπου ίση με αυτήν που καταναλώνει μια λάμπα 100w όταν λειτουργεί 8ώρες.
- Για ένα κουτάκι αλουμινίου χρειάζεται 60 γρ. βωξίτη και η εξόρυξή του σημαίνει απογίλωση δασών.
- Τα πλαστικά μπουκάλια χρειάζονται

400–500 χρόνια πριν να αρχίσουν να αποσυντίθενται και καταλαμβάνουν τεράστιο χώρο γεμίζοντας το Χ.Υ.Τ.Α.



- Η πλαστική σακούλα χρειάζεται 100–400 χρόνια για να διαλυθεί και όταν βρεθεί στη θάλασσα προκαλεί τον θάνατο σε γάρια που την παίρνουν για τσούχτρα και την τρώνε.

Στην Ελλάδα χρησιμοποιούμε για την ανακύκλωση διάφορους κάδους ανάλογα το χρώμα.

ΜΠΛΕ ΚΑΔΟΙ (μικτά ανακυκλώσιμα υλικά: Γυάλινες συσκευασίες, αλουμινένια κουτάκι, μεταλλικά κουτιά, χάρτινες συσκευασίες, εφημερίδες, χαρτιά. Δεν ρίχνουμε σπασμένα τζάμια, μικρά χαρτάκια (δεν τα κρατάει το σύστημα) και οργανικά λύματα π.χ. αποφάγια, φλούδες.

ΠΡΑΣΙΝΟΙ ΚΑΔΟΙ με πελαργό ρίχνουμε μόνο χαρτί και έντυπο υλικό.

ΚΙΤΡΙΝΟΙ ΚΩΔΩΝΕΣ συλλογής χαρτιού και χαρτονιού.

ΑΝΟΞΕΙΔΩΤΟΙ ΚΑΔΟΙ τριών ρευμάτων. (Υπάρχουν μόνο στο Δήμο Αθηναίων). Εδώ ρίχνουμε ξεχωριστά πλαστικό, χαρτί, γυαλί και αλουμίνιο.

Εκτός από τα υλικά συσκευασίας έχουν δημιουργηθεί φορείς που διαχειρίζονται την ανακύκλωση, συσσωρευτών, φορητών μπαταριών, παλιά ράστικα αυτοκινήτων,



συσκευών ακόμη απόβλητα συσκευασίας λιπαντικών.

Κάθε είδος συσκευασίας έχει άλλο τρόπο ανακύκλωσης. Το χαρτί οδηγείται σε ειδικές βιομηχανίες, πλένεται, ποτίζεται και ξαναγίνεται χαρτί.

Οι **συσσκευασίες τετραπάκ** είναι πιο δαπανηρές στην ανακύκλωση γιατί περιέχουν 77% χαρτί 18% π्लाστικό και 5% αλουμίνιο, οπότε απαιτείται να προηγηθεί διαχωρισμός.

Τα **πλαστικά** διαχωρίζονται ανάλογα με το είδος, λιώνονται και αποτελούν την πρώτη ύλη για ένα άλλο πλαστικό προϊόν.

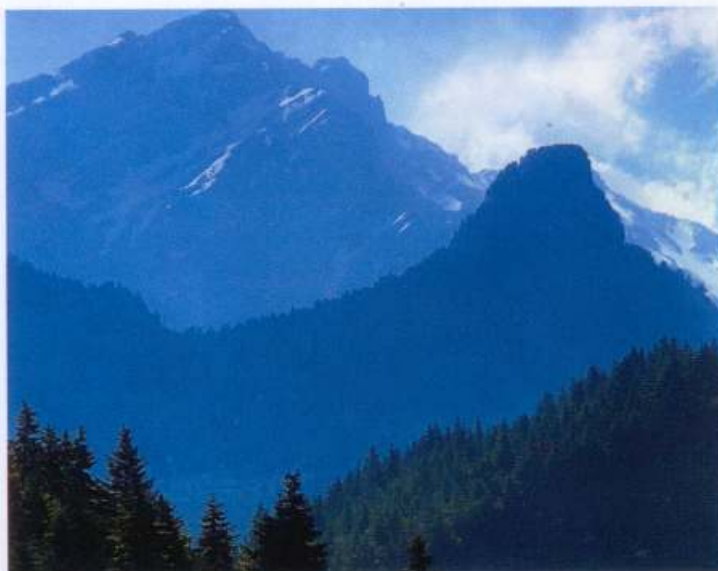
Το **αλουμίνιο** οδηγείται στις μονάδες αξιοποίησης.

Πλένεται, λιώνεται και ξαναγίνεται αλουμίνιο χρησιμοποιώντας το 5% της ενέργειας της αρχικής παραγωγής.

Όπως αντιλαμβάνεστε η ανακύκλωση είναι ένα δείγμα κοινωνικής και περιβαλλοντικής συνείδησης και μία πράξη ευθύνης για όλους.

Ας τη στηρίξουμε!

Θόδωρος Τσεσμελής



Εθνικός Δρυμός Ολύμπου

Έκταση πυρήνα 3933 εκτάρια.

Στην ανατολική πλευρά της κεντρικής Ελλάδας κοντά στο Λιτόχωρο, στον νομό Πιερίας βρίσκεται το ψηλότερο βουνό της Ελλάδας, ο Όλυμπος, η μυθική κατοικία των αρχαίων θεών.

Ο δρυμός αρχίζει από υψόμετρο 600 μέτρα και φθάνει ως την κορυφή, Πάνθεον η Μύτικας 2917 μέτρα. Άλλες κορυφές είναι το Σκολιό, ο Θρόνος του Δία η Στεφάνι, ο Αγ. Δημήτριος κλπ.

Η φυτοκάλυψη από τα χαμηλότερα προς τα υψηλότερα αποτελείται από πουρνάρια, κουμαριές, κέδρα και είδη πεύκου και ελάτης. Ψηλότερα υπάρχουν δάση από δρύες, οξές και μαύρου πεύκου. Το άλλο είδος πεύκου του Ολύμπου το ρόμπολο δημιουργεί μεγάλα δάση που φθάνουν ως τα υποαλπικά λιβάδια. Εντυπωσιακή είναι και η παρουσία του κόκκινου κρίνου.

Η πανίδα του δρυμού είναι αρκετά πλούσια. Η ποικιλία βιοτόπων σε διαφορετικά υψόμετρα προσφέρει ιδανικές συνθήκες για πολλά είδη θηλαστικών, σαρκοφάγων, φυτοφάγων, αρπακτικών κλπ. Η πτηνοπανίδα είναι ποικίλη από δασόβια η θαμνόβια πουλιά καθώς επίσης από είδη αλπικής ζώνης, όπως γυπαετοί, γύπες, χρυσαετοί, δρυοκολάπτες. Ο Όλυμπος είναι πλούσιος σε ερπετά και έντομα, ιδιαίτερα πεταλούδες.

Στον δρυμό υπάρχουν 6 καταφύγια ορειβατών. Φιλοξενία μπορεί να γίνει στο καταφύγιο στο καταφύγιο του Ε.Ο.Σ. Λιτοχώρου στην θέση «Μπαλκόνι» (2100 υψόμετρο).

Χρυσούλα Χομπά

ΕΚΔΡΟΜΕΣ & ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ



Πεκίνο 27/08
11/09/07

ΚΙΝΑ
Σινικό Τείχος
27/08 – 11/09/07



Αλεποχώρι Ψάθα – Βίλλια 23/09/07



Κυριάκι Όσιος Λουκάς 21/10/07



Δημητσάνα Λαγκάδια 6-7/10/07



Αρχαιολογικό Μουσείο 18/11/07



Αρχαία
Ολυμπία
25/11/07



Συμπόσιο ΚΕΜΙΠΟ 23/11/07. Προσφορά γλυκών
από τον Φυσιολατρικό Όμιλο Ν.Ιωνίας



Ζαρούχλα 11/11/07



Συμβολικό φύτεμα ελιάς στο καμένο Γούμερο Ηλείας
25/11/07



Προσφορά βιβλίων από τα μέλη του συλλόγου μας
στο καμένο Γούμερο Ηλείας 25/11/07



Δάσος Φολή 25/11/07



Συνεστίαση
στο Βα-Βαί
18/11/07



Ελευσίνα μυστήρια – ο μύθος

Η λατρεία δύο μεγάλων θεοτήτων του Ελληνικού πανθέου, της Δήμητρας και της Περσεφόνης, συνδέθηκε άμεσα, από την προϊστορική εποχή, με την Ελευσίνα, την ιερή

πόλη της Αττικής, ένα από τα σπουδαιότερα θρησκευτικά κέντρα της Ελλάδος, που διατήρησε την ιερότητά του επί δύο χιλιετίες, και διέδωσε την λατρεία των Ελευσινίων θεών στον αρχαίο κόσμο.

Το παλαιότερο γραπτό κείμενο που αναφέρεται στην αρχέγονη λατρεία της Δήμητρας είναι ο Ομηρικός ύμνος, που διηγείται τα πάθη και τις πράξεις της Θεάς.

Σύμφωνα με την τοπική παράδοση της Ελευσίνας ο Άδης, με την συγκατάθεση του Δία, άρπαξε την θυγατέρα της Δήμητρας, Περσεφόνη, όταν εκείνη έπαιζε με τις Ωκεανίδες σε ένα ολάνθιστο λιβάδι. Επειδή ούτε θνητός ούτε αθάνατος άκουσε την φωνή της, η Δήμητρα, συνοδευόμενη από την Εκάτη, πήγε στον Ήλιο και τον παρακάλεσε, σαν επόπτη της Γης, να την πληροφορήσει για την τύχη της κόρης της. Ο Ήλιος ομολόγησε την αλήθεια και η θεά οργίστηκε τόσο πολύ με τον Δία, τον πατέρα των θεών, που δεν επέστρεψε στον Όλυμπο. Αφού μεταμορφώθηκε σε ηλικιωμένη γυναίκα, περιπλανήθηκε σε πόλεις και αγρούς, άγνωστη ανάμεσα στους ανθρώπους. Τότε έφθασε στην Ελευσίνα και κάθισε στο «Παρθένιο φρέαρ», το γνωστό Καλλίχορο φρέαρ. Εκεί την συνάντησαν οι τέσσερις κόρες του βασιλιά της Ελευσίνας Κελεού, που την ρώτησαν από πού είχε έρθει και γιατί δεν αναζητούσε φιλοξενία στην πόλη.

Η θεά, αποκρύπτοντας την ταυτότητά της, αποκρίθηκε πως κατάγονταν από την Κρήτη, πως είχε αιχμαλωτιστεί από ληστές, πως είχε δραπετεύσει από τον Θορικό και παρακάλεσε να υπηρετήσει, όπως αρμόζει σε γυναίκα της ηλικίας της, δε ένα σπίτι της Ελευσίνας και να μεγαλώσει ένα παιδί, αν κάποιος της το εμπιστευόταν. Οι κόρες του Κελεού ανήγγειλαν το γεγονός στην μητέρα του Μετάνειρα, που δέχθηκε τις υπηρεσίες της ξένης, και της ανέθεσε την ανατροφή του νεογέννητου υιού της Δημοφώντα.

Όταν έφθασε στο παλάτι του Κελεού, τα αστεία της υπηρέτριας Ιάμβης, έφεραν το πρώτο χαμόγελο στο θείο πρόσωπό της, που ως εκείνη την ώρα είχε μείνει αγέλαστο. Εν τούτοις δεν δέχθηκε το ποτήρι με το κρασί που της πρόσφερε η Μετάνειρα και ζήτησε να της δοθεί ο «κυκεών» ένα περιέργο ποτό, που έθεσε τέρμα στην μακροχρόνια αποχή της από την τροφή. Τον μικρό Δημοφώντα δεν τον μεγάλωνε με γάλα, αλλά τον άλειφε με αμβροσία και την νύχτα

τον έκρυβε μέσα στην ανθρακιά. Η μητέρα, που έβλεπε τον γιό της να γίνεται όμορφος και να μεγαλώνει σαν θεός, θέλησε να μάθει το μυστικό της ξένης γυναίκας. Έντρομη είδε το κορμί του υιού της στις φλόγες, οργίσθηκε και θέλησε να διώξει τη θεά από το παλάτι.

Η Δήμητρα αποκάλυψε τότε το θεϊκό μεγαλείο της, διέταξε να κατασκευασθεί ναός κάτω από την ακρόπολη, στον επιβλητικό λόφο, επάνω από το Καλλίχορο φρέαρ. Εκεί αποσύρθηκε, θρημώντας για την απώλεια της κόρης της και αποφεύγοντας κάθε επαφή με τους ανθρώπους. Η γη έπαψε να βλαστάνει και κινδύνεψε να αφανισθεί το ανθρώπινο γένος. Τότε αναγκάστηκε ο Δίας να στείλει τους Ολύμπιους θεούς να παρακαλέσουν την Δήμητρα να μεταβάλει γνώμη και να επιστρέψει στον Όλυμπο. Επειδή όμως η θεά δεν θέλησε να ακούσει τις παρακλήσεις, ο Ερμής, ύστερα από διαταγή του Δία, έφθασε στο βασιλείο των νεκρών, ζητώντας από τον Πλούτωνα να επιτρέψει την επιστροφή της Περσεφόνης, στην μητέρα της. Ο Πλούτων δεν απέκρουσε την παράκληση αλλά για να εξασφαλίσει την επιστροφή της της έδωσε να φάει καρπό ροδιού. Η χαρά της συνάντησης μητέρας και κόρης δεν κράτησε πολύ, γιατί όταν η θεά πληροφορήθηκε ότι η κόρη της είχε αναγκασθεί να φάει ρόδι πριν επιστρέψει στην Ελευσίνα, κατάλαβε ότι δεν μπορούσε να την κρατήσει για πάντα κοντά της. Με την επέμβαση της Ρέας συμφώνησαν οι θεοί να μένει η Περσεφόνη το ένα τρίτο του έτους στον σύζυγό της Πλούτωνα και τα άλλα δύο τρίτα μεταξύ των Ολυμπίων θεών και της μητέρας της. Η θεά δέχθηκε την πρόταση. Με την έξοδό της από τον ναό η γη καλύφθηκε με φύλλα και άνθη, άρχισε να παράγει καρπούς. Για να ευχαριστήσει τους Ελευσίνιους που την φιλοξένησαν και της αφιέρωσαν ναό, η θεά δίδαξε τους «θεμιστοπόλους» βασιλείς Τριπτόλεμο, Διοκλή, Εύμολπο και Κελεό τον τρόπο με τον οποίο επιθυμούσε να τελείται η μυστική λατρεία της, τα «σεμνά όργια», δηλαδή τα Ελευσίνια μυστήρια, που δεν έπρεπε να φανερωθούν ποτέ στους αμήνους, καθώς και την καλλιέργεια της γης, για την ευημερία του ανθρώπινου γένους. Ο μύθος, τόσο αγαπητός στον αρχαίο κόσμο, εκτός από την χάρη και την τρυφερότητα του θέματος, αποδεικνύει και την παλαιότητα της λατρείας της Θεάς στην Ελευσίνα, σαν θεάς αγροτικής και χθόνιας. Ο Ομηρικός ύμνος μετουσιώνει το δράμα της αναγεννημένης φύσης, της ζωής και του θανάτου, του μυστηρίου της ύπαρξης, όταν πλέον τα «σεμνά όργια» έχουν καταλάβει την θέση τους στην αρχαία Ελληνική θρησκεία. Από την θεά την ίδια επελέγη το κέντρο λατρείας της Ελευσίνας, για να καταστεί πανελλήνιο, σεπτό τέμενος, σεβαστό σε όλο τον κόσμο.

Για την μεταφορά
Κώστας Οικονομίδης

Συνταχές από τη Μ. Ασία

ΤΣΕΣΜΕΣ

ΣΟΥΤΖΟΥΚΑΚΙΑ ΜΕ ΠΡΑΣΙΝΕΣ ΕΛΗΕΣ

ΥΛΙΚΑ

- 1 κ. κιμά μοσχαρίσιο
- 2 φέτες ψωμί βρεγμένο και στυμμένο
- 1 αυγό
- 3 σκελίδες σκόρδο
- ½ κουταλάκι κύμινο
- Αλάτι – πιπέρι
- ½ φλιτζάνι λάδι
- 2/4 πράσινες εληές τσακιστές

ΓΙΑ ΤΗ ΣΑΛΤΣΑ

- 1 κ. ώριμες ντομάτες
- Λίγο λάδι – αλάτι – πιπέρι

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Ζυμώνουμε τον κιμά με το ψωμί, το αυγό, το σκόρδο, το κύμινο, το αλάτι και πιπέρι, το λάδι. Πλάθουμε τα σουτζουκάκια δίνοντας τους μακρόστενο σχήμα. Τα αφήνουμε στο ψυγείο για μισή ώρα να τραβήξουν. Τα τηγανίζουμε σε καυτό λάδι.

Για τη σάλτσα.

Σε πλατύ σκεύος βάζουμε όλα μαζί τα υλικά μέχρι να δέσει η σάλτσα. Προσθέτουμε στην σάλτσα τα τηγανισμένα σου-

ΕΥΧΑΡΙΣΤΗΡΙΑ ΕΠΙΣΤΟΛΗ μέλους του Συλλόγου

Ευχαριστώ από καρδιάς τον ΦΟΝΙ,
γιατί στην πρόσφατη πορεία,
μου επέτρεψε να ζήσω
την Συλλογικότητα, σ'όλο της
το μεγαλείο...

Με αγάπη Χαρούλα Αρζόγλου



τζουκάκια και τις εληές, αφού τις έχουμε ξεπλύνει και τις έχουμε ζεματίσει σε πολύ λίγο νερό για 2-3 λεπτά. Βράζουν 5 λεπτά όλα μαζί. Τα σερβίρουμε με πουρέ ή ρύζι.

ΚΑΛΗ ΟΡΕΞΗ
Τσίτα Άννα



επιπλα
ΤΗΝΙΑΚΟΣ

ΓΙΑ ΜΙΑ ΟΛΟΚΛΗΡΗ ΖΩΗ...

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

Etam travel

ΕΝΟΙΚΙΑΣΕΙΣ ΤΟΥΡΙΣΤΙΚΩΝ ΛΕΩΦΟΡΕΙΩΝ

ΕΙΣΙΤΗΡΙΑ ΕΣΩΤΕΡΙΚΟΥ-ΕΞΩΤΕΡΙΚΟΥ

ΠΑΚΕΤΑ ΕΚΔΡΟΜΩΝ

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

ΑΣΦΑΛΙΣΤΙΚΟΣ ΣΥΜΒΟΥΛΟΣ

ΖΩΗΣ

ΠΥΡΟΣ

ΑΥΤΟΚΙΝΗΤΟΥ

ΓΕΝΙΚΕΣ

ΧΡΗΜΑΤΟΟΙΚΟΝΟΜΙΚΑ

ΧΡΗΣΤΟΣ ΤΣΕΡΠΑΝΗΣ

ΑΣΦΑΛΙΣΤΙΚΕΣ ΕΡΓΑΣΙΕΣ

ΤΗΛ.: 6977 283 932

ΚΟΥΝΤΟΥΡΙΩΤΟΥ & ΔΕΡΜΗΣΣΟΥ 2, Ν. ΙΩΝΙΑ



IONIANET

Πόλη-ενημέρωση

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ ΤΗΣ Ν. ΙΩΝΙΑΣ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ!