

Φυσιοθεατρικός Όμιλος Νέας Ιωνίας

ΜΕΣΟΛΟΓΓΙΟΥ 40
ΤΚ 142 31, Ν. ΙΩΝΙΑ

Τεύχος 36 / ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ-ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ-ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ 2014



5358



Επιπλα
ΤΗΝΙΑΚΟΣ

*Οικονομία για το σήμερα,
έξυπνες επιλογές
για μια ολόκληρη ζωή!*

ΤΗΛ. ΚΕΝΤΡΟ:

210 27 94 755

ΗΛΙΟΥΠΟΛΗ

Λ. Βουλιαγμένης 393

ΧΑΛΑΝΔΡΙ

Αγ. Παρασκευής 101

ΝΕΑ ΙΩΝΙΑ

Ελ. Βενιζέλου 132

ΝΙΚΑΙΑ

Π. Ράλλη 169

www.tiniakos.gr

e-mail: epipla@tiniakos.gr

ΠΩΣ ΘΑ ΓΙΝΟΝΤΑΙ ΟΙ ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΣΤΙΣ ΠΟΛΥΗΜΕΡΕΣ ΕΚΔΡΟΜΕΣ

Αλλάζει πλέον ο τρόπος για την συμμετοχή στις πολυήμερες εκδρομές (2ήμερες, 3ήμερες, 4ήμερες κ.λπ.) Έτσι η δήλωση για την συμμετοχή σας σε πολυήμερη εκδρομή ισχύει μόνο με την καταβολή της σχετικής προκαταβολής.

Στην περιγραφή κάθε πολυήμερης εκδρομής θα διαβάσετε μέχρι πότε έχετε περιθώριο να προσέλθετε στα γραφεία του Ομίλου για να δηλώσετε την συμμετοχή σας και να καταβάλλετε την προκαταβολή. Την προκαταβολή μπορείτε να την καταθέσετε και στην Τράπεζα.

Για περισσότερες πληροφορίες μπορείτε να απευθύνεστε στα γραφεία του Ομίλου.

ΤΟ ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΟ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ

ΤΡΑΠΕΖΙΚΟΙ ΛΟΓΑΡΙΑΣΜΟΙ

ΣΤΟΥΣ ΟΠΟΙΟΥΣ ΜΠΟΡΕΙΤΕ ΝΑ ΚΑΤΑΘΕΤΕΤΕ ΤΙΣ
ΠΡΟΚΑΤΑΒΟΛΕΣ Ή ΤΙΣ ΕΞΟΦΛΗΣΕΙΣ ΤΩΝ ΕΚΔΡΟΜΩΝ

ΤΡΑΠΕΖΑ ΠΕΙΡΑΙΩΣ:

GR3901720350005035061788596

ΕΚΔΡΟΜΕΣ Δ' ΤΡΙΜΗΝΟΥ 2014

ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ

| Ημερομηνίες | Εκδηλώσεις | Διάρκεια | Τύπος | Αρχηγός |
|---------------|--|----------|-------------|------------------------------------|
| 20-21/09/2014 | Τζιά | 2ήμερη | Πεζοπορική | Γκότσης Θεόδωρος, Ιωάννου Χρήστος |
| 27-28/09/2014 | Ψαρεύοντας στη Περικαλέα Λίμνη Μεσολόγγι | 2ήμερη | Περιηγητική | Ιωάννου Χρήστος, Βεργοπούλου Μαρία |

ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ

| | | | | |
|---------------|-------------------------|----------|-------------|--|
| 12/10/2014 | Όρος Κίρφη | Ημερήσια | Πεζοπορική | Μπέγκα Γκέλυ, Ιωάννου Χρήστος |
| 12/10/2014 | Θωρηκτό Αβέρωφ - Σούνιο | Ημερήσια | Πολιτιστική | Τσεσμελής Θεόδωρος, Κωνσταντιδίου Μάτα |
| 25-28/10/2014 | Θεσπρωτία - Αγ.Σαράντα | 4ήμερη | Περιηγητική | Παναγιώτου Αγγελική, Ευκλείδου Καίτη |
| 25-26/10/2014 | Καταφύγιο Κισιάβου | 2ήμερη | Πεζοπορική | Καρδερίνης Στέλιος, Ιωάννου Χρήστος |

ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ

| | | | | |
|-------------------|---|--------------|-------------|--|
| 8/11/2014 Σάββατο | Χρυσοβίτσι - Αρκουδόρεμα - Στεμνίτσα | Ημερήσια | Πεζοπορική | Θεοφανόπουλος Νικήτας, Ιωάννου Χρήστος |
| 16/11/2014 | Τεχνολογικό Πάρκο Λαυρίου | Ημερήσια | Περιηγητική | Βεργοπούλου Μαρία, Μουλά Εύη |
| 19/11/2014 | Αγνωστη Μικρά Ασία | Απογευματινή | Διάλεξη | Δ.Σ. |
| 23/11/2014 | Συνεστίαση | | Πολιτιστική | Δ.Σ. |
| 23/11/2014 | Αρχαίες Κλεωνές - Αρχαία Νεμέα - Δρόμοι του κρασιού | Ημερήσια | Πεζοπορική | Ντάουσον Αικατερίνη, Ιωάννου Χρήστος |
| 29-30/11/2014 | Φοινικούντα | 2ήμερη | Περιηγητική | Χριστοφορίδου Καίτη, Τσοντάνογλου Βάσω |

ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ

| | | | | |
|------------------|--|--------------|-----------------|--|
| 7/12/2014 | Μυκίνες | Ημερήσια | Περιηγητική | Τσοντάνογλου Βάσω, Χριστοφορίδου Καίτη |
| 14/12/2014 | Επίδαυρος - Το μονοπάτι του Θεού της Ίασης | Ημερήσια | Πεζοπορική | Ντάουσον Αικατερίνη, Ιωάννου Χρήστος |
| 20/12/2014 | Χριστουγεννιάτικη Παιδική Γιορτή | Απογευματινή | | Δ.Σ. |
| 30/12 - 2/1/2015 | Πρωτοχρονιά στη Θεσσαλία | 4ήμερη | Πρωτοχρονιάτικη | Λιβέρης Στέφανος, Βοιλειάδης Γεώργιος |



ΦΘΙΝΟΠΩΡΙΝΟΙ ΣΤΟΧΑΣΜΟΙ



Φυσιολατρικός Όμιλος Νέας Ιωνίας

ΤΕΥΧΟΣ 34ο
ΑΠΡΙΛΙΟΣ 2014
ΔΙΑΝΕΜΕΤΑΙ ΔΩΡΕΑΝ
ΜΕΣΟΛΟΓΓΙΟΥ 40
Ν. ΙΩΝΙΑ
ΤΗΛ. 210 2775 367
210 2710 030
FAX: 210 2710 631
www.foni.org.gr
email: fusi26@otenet.gr

Υπεύθυνοι έκδοσης
Ανδρικόπουλος Άρης
Ιωάννου Χρήστος

Παραγωγή
Αλφάβητο Γραφικές
Τέχνες ΑΕΒΕ
Τηλ.: 210 6466 086

«Ω! τα θλιμμένα σούρουπα
τα φθινοπωρινά!
Γιομάτα πλάνους ρεμβασμούς
κι άρρωστη νοσταλγία
γιομάτα απ' ένα ρώτημα
κρυφό, που τυραννά:
Ώστε ήταν όνειρο, και πάει,
του θέρους η μαγεία; ...»

Με αυτά τα λίγα ποιητικά λόγια μας έρχονται θύμισες φθινοπωρινές και σκέψεις νοσταλγικές για το καλοκαίρι που έφυγε, μα και μια γλυκιά αναμονή για τον χειμώνα που θα έλθει. Είναι αλήθεια ότι φθινόπωρο σημαίνει επιστροφή στην πραγματικότητα, προσγείωση στην ρουτίνα της καθημερινότητας. Όμως αυτή την εποχή βλέποντας τα φύλλα να πέφτουν, να κιτρινίζουν και γενικά την φύση να αλλάζει ρούχα για να υποδεχτεί τον χειμώνα που θα έλθει, στο βάθος της σκέψης μας η μαγεία του θέρους μας κάνει ανυπόμονους για ότι οι χειμωνιάτικες μέρες μας επιφυλάσσουν και μας υπόσχονται.

Εμείς στον Φυσιολατρικό από πολύ νωρίς και ενώ ακόμα περιμέναμε το καλοκαίρι, σας ετοιμάσαμε τις χειμωνιάτικες αποδράσεις, γιατί δεν θέλουμε να σας αφήσουμε μόνους μέσα στο «κατσούφιασμα» της φθινοπωρινής εποχής.

Δεν έχετε λοιπόν παρά να ξεφυλλίσετε το περιοδικό μας αυτό να διαλέξετε την απόδρασή σας και να μας κάνετε παρέα κοντά και δίπλα στην φθινοπωρινή και χειμωνιάτικη φύση.

Έτσι εσείς και εμείς θα απολαύσουμε τις χαρές των εκδρομών και εκδηλώσεών μας και θα είμαστε έτοιμοι να υποδεχθούμε την άνοιξη που θα έλθει.

Στέφανος Λιβέρης

Πρόγραμμα εκδηλώσεων και

ΨΑΡΕΥΟΝΤΑΣ ΣΤΗΝ «ΠΕΡΙΚΑΛΛΕΑ ΛΙΜΝΗ» ΜΕΣΟΛΟΓΓΙ

Εκδρομή 1632

2ήμερη Περιηγητική - Αλιευτική

27-28 Σεπτεμβρίου 2014

Στις 27 και 28 Σεπτεμβρίου 2014 ο Φ.Ο.Ν.Ι. αλλάζει ρότα.

Το καράβι του θα πιάσει λιμάνι στη **Λιμνοθάλασσα του Μεσολογγίου- Αιτωλικού**.

Σας προσκαλούμε να έρθετε μαζί μας να ανακα-

λύσουμε τις ομορφιές της δεύτερης μεγαλύτερης Λιμνοθάλασσας της Ευρωπαϊκής Μεσογείου. Να θαυμάσουμε ένα από τα πιο φημισμένα ηλιοβασιλέματα της <<Περικαλλέας Λίμνης>>, όπως την αποκάλεσε ο Όμηρος και την ύμνησαν πολλοί ποιητές παιδοαναθρεμένοι εκεί, όπως ο Κ. Παλαμάς και ο Μ. Μαλακάσης.

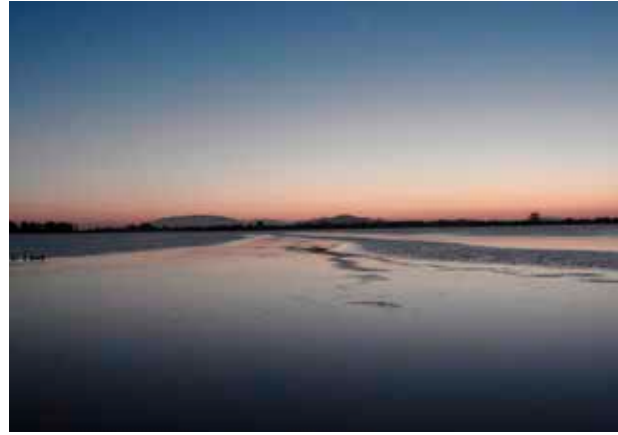
Πρόκειται για ένα συναρπαστικό σκηνικό της φύσης που μεταμορφώνεται ανάλογα με τις εποχές, παραμένοντας φιλόξενο και αποτελώντας πηγή πλούτου για τον άνθρωπο.



Βέβαια δεν θα παραλείψουμε να επισκεφθούμε και τα άλλα αξιοθέατα της πόλης του **Μεσολογγίου** (Κήπος Ηρώων, Πινακοθήκη, σπίτι Κ. Παλαμά, σπίτι Χαρ. Τρικούπη).

Σάββατο 27 Σεπτεμβρίου: Αναχώρηση από Ν. Ιωνία και άφιξη στο **Μεσολόγγι**. Επίσκεψη και ξενάγηση στις **αλυκές του Μεσολογγίου**. Το απόγευμα γνωριμία με την πόλη (Κήπος Ηρώων, Πινακοθήκη, σπίτι Κ. Παλαμά, σπίτι Χαρ. Τρικούπη). Περίπατος στον δρόμο που οδηγεί προς την **Τουρλίδα** (αριστερά & δεξιά θάλασσα) για να δούμε το ηλιοβασίλεμα, τα διβάρια, τις πελάδες και τις γαίτες της λιμνοθάλασσας.

Κυριακή 28 Σεπτεμβρίου: **Λιμνοθάλασσα Κλείσοβας** « ψαρεύοντας και ζώντας με τους ψαράδες». Ενημέρωση για την λιμνοθάλασσα, επίσκεψη με βάρκες στο εκκλησάκι της **Αγ. Τριάδας**, επίδειξη τεχνικών ψαρέματος, ατομικό ψάρεμα για όσους το επιθυμούν, γεύμα στο διβάρι με τα ψάρια



που θα έχουμε πιάσει. Επιστροφή στην Ν. Ιωνία.

Ελάτε να ζήσουμε τη λιμνοθάλασσα μαζί με τους ανθρώπους της !!!

Αρχηγός: Ιωάννου Χρήστος

Κρατήσεις: Βεργοπούλου Μαρία

Προκαταβολή μέχρι: 3 Σεπτεμβρίου 2014

ΘΩΡΗΚΤΟ ΑΒΕΡΩΦ (ξενάγηση)-ΣΟΥΝΙΟ

Κυριακή 12 Οκτωβρίου 2014

Αναχώρηση από Ν. Ιωνία στις 8.30 π.μ. για το Φάληρο και ξενάγηση στο **Θωρηκτό «Αβέρωφ»**.

Το Θωρηκτό Αβέρωφ είναι ένα πλοίο θρύλος του πολεμικού μας Ναυτικού. Κατασκευάστηκε στο Λιβόρνο της Ιταλίας και παραδόθηκε στην Ελλάδα τον Μάιο του 1911. Συνολικά κόστισε 25.000.000 χρυσές ελληνικές δραχμές. Τα 2/3 κατέβαλε το Ελληνικό Δημόσιο με εξωτερικό δανεισμό, το δε 1/3 ο Γεώργιος Αβέρωφ. Το Αβέρωφ ήταν από τα πιο σύγχρονα πολεμικά της εποχής του. Αμέσως έγινε η ναυαρχίδα του απαρχαιωμένου Ελληνικού στόλου. Το 1918, το Αβέρωφ ύψωσε την Ελληνική σημαία στην Κωνσταντινούπολη. Έλαβε μέρος στη Μικρασιατική εκστρατεία μεταφέροντας στρατεύματα και παραλαμβάνοντας πρόσφυγες μετά την



καταστροφή. Το γερασμένο πλέον Αβέρωφ έλαβε μέρος και στον Β΄ Παγκόσμιο Πόλεμο συμμετέχοντας σε νηοπομπές στον Ινδικό Ωκεανό.

Μετά από τη ξενάγηση στο Αβέρωφ θα πάμε στο **Σούνιο** για να ξεναγηθούμε στο **Ναό του Ποσειδώνα**.

Το μεσημέρι θα έχουμε γεύμα σε ταβέρνα της περιοχής καθώς και καφέ.

Επιστροφή στη Ν. Ιωνία αργά το απόγευμα.

Αρχηγός: Τσεσμελής Θεόδωρος

Κρατήσεις: Κωνσταντινίδου Μάτα

ΘΕΣΠΡΩΤΙΑ – ΑΓΙΟΙ ΣΑΡΑΝΤΑ

Εκδρομή 1634
4ήμερη Περιηγητική
25 – 28 Οκτωβρίου 2014

Εφέτος ο όμιλος μας την 28η Οκτωβρίου θα επισκεφθεί για πρώτη στη **Βόρεια Ήπειρο** τους ιστορικούς **Άγιους Σαράντα**, μια παραλιακή πόλη απέναντι από την **Κέρκυρα**. Η πόλη είναι χτισμένη πάνω στα ερείπια της αρχαίας πόλης του **Ογγησμού**, που ήκμασε στους ρωμαϊκούς χρόνους καθώς ήταν εμπορικός σταθμός για το εμπόριο μεταξύ Ηπείρου και Ιταλίας. Καταστράφηκε το 552 μ.Χ. μετά από αλλεπάλληλες επιδρομές των Γόθων. Η σημερινή ονομασία προέρχεται από τον βυζαντινό ναό των **Αγίων Σαράντα**, του οποίου τα ερείπια σώζονται στον λόφο πάνω από την πόλη. Ο ναός, προ βυζαντινής εποχής. Στον περίβολο του ναού λέγεται ότι υπήρχαν 40 εκκλησίες, μία για κάθε μάρτυρα της **Σεβάστειας**.

1η ΗΜΕΡΑ: ΑΘΗΝΑ-ΠΕΡΔΙΚΑ

Αναχώρηση από Ν. Ιωνία. Ενδιάμεση στάση. Μέσω της γέφυρας **Ρίου – Αντιρρίου**, φθάνουμε στη **Βόνιτσα** για το γεύμα μας. Περνάμε από την υποθαλάσσια ζεύξη **Ακτίου - Πρέβεζας** και φθάνουμε στην **Πέρδικα Θεσπρωτίας**, στο ξενοδοχείο REGINA MARE, με υπέροχη θέα, αμφιθεατρικά χτισμένο στο σημείο **Αρίλλα**. Τακτοποίηση στα δωμάτια και ελεύθερος χρόνος. Δείπνο.

2η ΗΜΕΡΑ: ΠΕΡΔΙΚΑ – ΜΟΝΗ ΓΗΡΟΜΕΡΙΟΥ – ΣΑΓΙΑΔΑ

Μετά το πρωινό αναχωρούμε μέσω **Ηγουμενίσσας** για την ιερά Μονή **Γηρομερίου** δίπλα στα Ελληνο-Αλβανικά σύνορα 20 χλμ από την **Ηγουμενίτσα**. Η ιερά Μονή **Γηρομερίου** ιδρύθηκε στις αρχές του 14ου αιώνα (μεταξύ 1310 και 1320), στην εποχή της ακμής του Δεσποτάτου της Ηπείρου. Αποτελέσε σημαντικό μοναστικό κέντρο και έφτασε στην μεγαλύτερη ακμή της στα μέσα του 16ου αιώνα, εποχή κατά την οποία, κατά τον Θεοδόσιο Ζυγομαλά, αριθμούσε περίπου 300 μοναχούς. Μεγάλη επίσης, ήταν η προσφορά της Μονής στην περιοχή της **Θεσπρωτίας** σε όλη τη μακραίωνη ιστορία της, συμβάλλοντας στη διατήρηση της εθνικής και θρησκευτικής συνείδησης των κατοίκων. Χαρακτηριστική ήταν η λειτουργία του **Κρυφού Σχολείου** και της Ιερατικής Σχολής, μέσα στο χώρο της Μονής.

Επίσκεψη στο ψαροχώρι **Σαγιάδα**. Η Σαγιάδα είναι



ένα από τα ωραιότερα ψαροχώρια της **Θεσπρωτίας**, απέχει 23 χλμ. από την **Ηγουμενίτσα** και καταλαμβάνει την παράλια περιοχή βόρεια των παλιών εκβολών του ποταμού **Καλαμά** και εκτείνεται μέχρι την ελληνοαλβανική μεθόριο. Φαγητό στο ψαροχώρι **Σαγιάδα**. Τελευταίος σταθμός τα πανέμορφα **Σύβοτα**, πολλά μικρά νησάκια μέσα στη θάλασσα, πολλοί καταπράσινοι κολπίσκοι, καταγάλανα νερά δημιουργούν φυσικά φιόρδ και κάνουν το τοπίο μοναδικό σε ομορφιά. Επιστροφή στο ξενοδοχείο Δείπνο

3η ΗΜΕΡΑ: ΑΓΙΟΙ ΣΑΡΑΝΤΑ

Μετά το πρόγευμα αναχώρηση για την γειτονική μας χώρα για να επισκεφθούμε τους **Άγιους Σαράντα** μέσω του καινούργιου συνοριακού σταθμού **Μαυροματίου** του δήμου **Σαγιάδας**. Απαραίτητα πρέπει να έχουμε καινούργιες ταυτότητες ή διαβατήρια νέου τύπου.

Θα κατευθυνθούμε στο **Μούρσι** και **Βουθρωτό (τραυματισμένος Ταύρος)** με την ομώνυμη λίμνη και θα ξεναγηθούμε στον αρχαιολογικό χώρο.

Σύμφωνα με τον μύθο, ο **Αινείας** επισκέφτηκε το **Βουθρωτό** στην επιστροφή του από την **Τροία**. Στο μέρος αυτό συνάντησε την **Ανδρομάχη** και τον **Έλενο**, οι οποίοι επίσης είχαν επιστρέψει από την Τροία και τώρα βασιλεύαν στην Χαονία. Συνεχίζουμε για τους **Άγιους Σαράντα**, με το εντυπωσιακό Βυζαντινό Κάστρο, με εκπληκτική θέα. Επιστροφή στο ξενοδοχείο. Δείπνο.

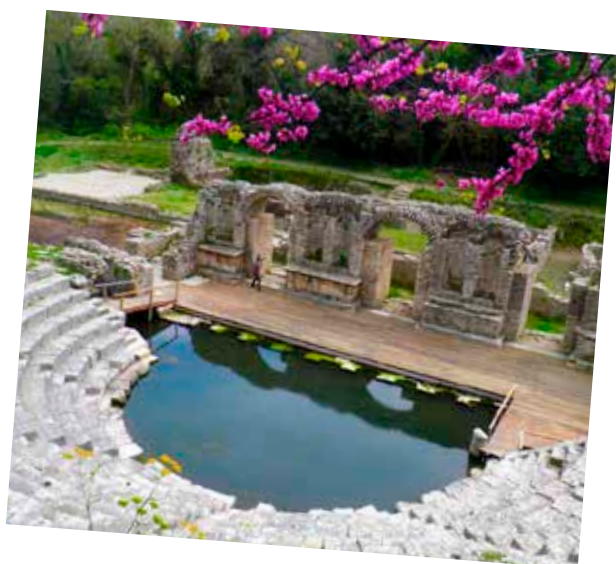
4η ΗΜΕΡΑ: ΑΡΧ. ΘΕΑΤΡΟ ΔΩΔΩΝΗΣ – ΜΕΤΣΟΒΟ – ΚΑΛΑΜΠΑΚΑ – Ν.ΙΩΝΙΑ

Πρωινό και αναχώρηση για το αρχαιότερο Ελληνικό Μαντείο, που κατά τον Αριστοτέλη αποτέλεσε την κοιτίδα του Ελληνικού Πολιτισμού μαζί με το Αρχαίο Θέατρο της **Δωδώνης**. Το **Αρχαίο Θέατρο Δωδώνης** χτίστηκε τον 3ο αιώνα π.χ επί βασιλείας **Πύρρου** και ακολουθεί το σχέδιο που έχουν όλα τα ελληνικά θέατρα. Χωρούσε 18.000 θεατές και ήταν το μεγαλύτερο της εποχής του. Κατά την τέλεση των **Ναίων** προς τιμήν του Νάιου Δία, εκτός από τους αγώνες στο στάδιο γίνονταν και θεατρικοί αγώνες. (Επίσκεψη). Μέσω της Εγνατίας Οδού συνεχίζουμε για το γραφικό **Μέτσοβο**, επίσκεψη στο ναό της Αγίας Παρασκευής στην κεντρική πλατεία. Αναχώρηση, και δια μέσω **Καλαμπάκας**, άφιξη αργά στη ΝΕΑ ΙΩΝΙΑ.

Αρχηγός: Παναγιώτου Αγγελική

Κρατήσεις: Ευκλείδου Καίτη

Προκαταβολή μέχρι: 25 Σεπτεμβρίου 2014



ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟ/ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟ ΠΑΡΚΟ ΛΑΥΡΙΟΥ



Εκδρομή 1637
Μονοήμερη Περιηγητική
16 Νοεμβρίου 2014

Λαύριο* ή **Λαυρευτική** ονομαζόταν στην αρχαιότητα η χερσόνησος στο ΝΑ άκρο της Αττικής. Το εξαιρετικά πλούσιο σε μεταλλεύματα υπέδαφος της έπαιξε πολύ σημαντικό ρόλο στην ιστορία της Αρχαίας Αθήνας: στο ασημί των ορυχείων του **Λαυρίου** χρωστάει η Αθήνα τις 200 τριήρεις που της έδωσαν τη νίκη στη ναυμαχία της Σαλαμίνας και, σε μεγάλο βαθμό, το χρυσό αιώνα της.

Πριν από αιώνες στο **Λαύριο** υπήρχε η λάμψη του αργύρου, τώρα όμως η πατίνα του χρόνου απλώνεται πάνω σε αρχαίες πέτρες και σκουριές, καταπονημένα μεταλλεία, σκοτεινές στοές, βουβές μηχανές. Ένα δείγμα της βιομηχανικής ανάπτυξης που φέρει πάνω του τα ίχνη του ανθρώπινου μόχθου, θα έχουμε την ευκαιρία να δούμε το πρωινό της 16ης Νοέμβρη, κατά την επίσκεψή μας στο **Τεχνολογικό Πολιτιστικό Πάρκο Λαυρίου**. Είναι ένας οργανισμός επιστημονικής έρευνας, εκπαίδευσης, επιχειρηματικής δραστηριότητας και πολιτισμού, που ιδρύθηκε το 1992 με πρωτοβουλία του **Εθνικού Μετσόβιου Πολυτεχνείου**.

Μετά την επίσκεψη μας, θα ακολουθήσει γεύμα στο **Λαύριο** και στη συνέχεια καφέ στο **Σούνιο**, απολαμβάνοντας το ηλιοβασίλεμα. Αργά το απόγευμα, επιστροφή στη Νέα Ιωνία.

Αρχηγός: Βεργοπούλου Μαρία
Κρατήσεις: Μουλά Εύη

Εξόφληση μέχρι: 1 Νοεμβρίου 2014

ΠΡΟΣΚΛΗΣΗ για ΔΙΑΛΕΞΗ με ΘΕΜΑ: Η ΑΓΝΩΣΤΗ ΜΙΚΡΑ ΑΣΙΑ

Θα γίνει στο Συνεδριακό Κέντρο του Δήμου Ν.Ιωνίας, την Τετάρτη 19 Νοεμβρίου 2014 στις 6.30 μ.μ.

Ομιλητής: Γιώργος Λεκάκης, Δρ. κοινωνιολόγος, λαογράφος, συγγραφέας, και δημοσιογράφος

Στην ομιλία του ο συγγραφέας θα μας ταξιδεύσει με λόγια και εικόνες: σε 11 σχετικά άγνωστες αρχαίες ελληνικές πόλεις της Μ. Ασίας.

Την **Αντίφελλο**, μια αρχαία ελληνική πόλη έναντι της Μεγίστης. Την **Άσπενδο** «την επισημότερη πόλη της Παμφυλίας!» Την **Άσσο** «στην λαμπρότερη και επιβλητικότερη τοποθεσία του κόσμου!» Την **Αφροδισιάδα** «την μεγάλη πόλη της Καρίας!» Τα **Δίδυμα** ή **Βραγχίδα**, «τους Δελφούς της Ανατολής!» Την **Ξάνθο**, «με την πρώτη “Ένωση Δημοκρατιών” του κόσμου!» Την **Παταρηίδα**, «την πόλη που “έγραψε” την ιστορία της Λυκίας!» Την **Σαγαλασό**, «την πόλη των ανδρείων!» Την **Σίδη**, «το άνθος της Παμφυλίας ροιάς, αλλά και των πειρατών εργαστήριο!» Την **Σινασό**, «τον φάρο της Καππαδοκίας»

Την **Σινώπη**, «την ανυπότακτη – την πρώτη ελληνική αποικία στον Πόντο!» κ. ά. πολλά.

Θα ακολουθήσει μουσικό πρόγραμμα και μικρή δεξίωση. Εκφράζουμε τη θερμή παράκληση όπως παραβρεθείτε. Ο Γ. Λεκάκης είναι μέλος της Εταιρείας Μελέτης Αρχαίας Ελληνικής Μυθολογίας (ΕΜΑΕΜ), της Επιτροπής Ενημέρωσης επί των Εθνικών Θεμάτων, και της Επιτροπής Διεκδικήσεως Κατοχικού Δανείου και Κλεμμένων Πολιτιστικών Θησαυρών.

Υπεύθυνη: Καίτη Ευκλείδου



ΦΟΙΝΙΚΟΥΝΤΑ

Εκδρομή 1639

2ήμερη Περιηγητική

29-30 Νοεμβρίου 2014

Στη **Φοινικούντα**, **Φοινικούδα** ή **Φοινικούς** σε ένα παραθαλάσσιο χωριό του νομού **Μεσσηνίας** γνωστό από την αρχαιότητα ως ο «**Φοινικούς λιμήν**», θα κάνουμε μια διήμερη απόδραση. Βρίσκεται στο μέσο περίπου της διαδρομής μεταξύ **Μεθώνης** και **Κορώνης**, απέναντι από την νησίδα **Σχίζα**. Στο νεώτερο παρελθόν ήταν μικρό ψαροχώρι που ιδρύθηκε την δεκαετία του 1840 από κάτοικους της **Λαχανάδας**, οι οποίοι ήταν πρόσφυγες από την **Κρήτη**.

Η **Φοινικούντα** είναι ένα από τα πιο γραφικά χωριά της νότιας Ελλάδας και οφείλει την ονομασία της στον αρχαίο πολιτισμό των Φοινίκων, των οποίων οι εμπορικές ανάγκες εξυπηρετούνταν από το μικρό λιμάνι της **Φοινικούντας**. Είναι δημοφιλής για τις χρυσές αμμώδεις παραλίες της οι οποίες κάθε χρόνο βραβεύονται με Ευρωπαϊκή Μπλε Σημαία. Το χωριό είναι αμφιθεατρικά χτισμένο, ακριβώς στην ακροθαλασσιά, προσφέροντας μια μαγευτική θέα προς τη Μεσόγειο θάλασσα.

Σάββατο 29 Νοεμβρίου 2014

Αναχωρούμε από Ν. Ιωνία και κάνοντας μία ενδιάμεση στάση, θα φθάσουμε σε ένα από τα ομορ-

φότερα τουριστικά θέρετρα της Πελοποννήσου, το **Πεταλίδι**. Χτισμένο σε έναν μικρό όρμο που θυμίζει πέταλο, από εκεί άλλωστε και το όνομα του, είναι ένα γραφικό ψαροχώρι. Εκεί σ' αυτό τον επίγειο παράδεισο θα ξεκουραστούμε για λίγο και στη συνέχεια θα φθάσουμε στην **Φοινικούντα**, έναν άλλο παραθαλάσσιο παράδεισο, όπου και θα γευματίσουμε. Θα πιούμε τον καφέ μας στην όμορφη καστροπολιτεία της **Μεθώνης**. Καταλήγουμε στην **Καλαμάτα** στο ξενοδοχείο. Απόγευμα ελεύθερο.

Κυριακή 30 Νοεμβρίου 2014

Αναχώρηση από **Καλαμάτα** και πρώτος σταθμός μας η **Μεσσήνη** μια από τις σημαντικές σε μέγεθος, μορφή και διατήρηση πόλη της αρχαιότητας, που έχει ακόμη πολλά να προσφέρει. Ξενάγηση στην **αρχαία Μεσσήνη** και γεύμα στο γραφικό χωριό **Μαυρομάτι**.

Μετά το γεύμα ακολουθεί επιστροφή το βραδάκι στη Νέα Ιωνία, με ενδιάμεση στάση.

Αρχηγός: Χριστοφορίδου Καίτη

Κρατήσεις: Τσοντάνογλου Βάσω

Εξόφληση: μέχρι 1 Νοεμβρίου 2014



ΛΙΜΝΗ ΠΛΑΣΤΗΡΑ – ΠΕΡΤΟΥΛΙ - ΕΛΑΤΗ - ΜΑΚΡΥΝΙΤΣΑ- ΑΓΙΟΚΑΜΠΟΣ



Εκδρομή 1642

4ήμερη Πρωτοχρονιάτικη Περιηγητική

30 Δεκεμβρίου – 2 Ιανουαρίου 2015

ΕΛΑΤΕ ΜΑΖΙ ΜΑΣ ΝΑ ΥΠΟΔΕΧΘΟΥΜΕ ΤΟΝ ΚΑΙΝΟΥΡΙΟ ΧΡΟΝΟ ΣΕ ΟΛΗ ΤΗΝ ΟΜΟΡΦΗ ΘΕΣΣΑΛΙΑ.

Η Πρωτοχρονιά με τον Φυσιολατρικό είναι πια καθιερωμένο γεγονός μαζί με το κέφι και την ξενοισιά.

Εφέτος θα γυρίσουμε σχεδόν όλη την **Θεσσαλία** με αφετηρία τον **Βόλο**.

Την **Τρίτη 30 Δεκεμβρίου 2014** το πρωί θα ξεκινήσουμε από την Νέα Ιωνία και με τις ενδιαμέσες στάσεις θα φθάσουμε το μεσημέρι στη **Λίμνη Πλαστήρα**. Αφού κάνουμε τον γύρο της Λίμνης θα γευματίσουμε το μεσημέρι σε ένα πολύ ωραίο εστιατόριο.

Μετά το μεσημέρι θα ξεκινήσουμε από την **Λίμνη Πλαστήρα** και το απόγευμα θα φθάσουμε στην

όμορφη πόλη του **Βόλου**, όπου θα καταλύσουμε στο ξενοδοχείο XENIA VOLOS DOMOTEL 5*. Εκεί θα δειπνήσουμε και θα διανυκτερεύσουμε. Βέβαια οι πιο άτακτοι μπορούν να σεργιανίσουν στο λιμάνι.

Την **Τετάρτη 31 Δεκεμβρίου 2014**, θα ξεκινήσουμε από τον **Βόλο** με προορισμό το **Περτούλι και την Ελάτη**, όπου θα φθάσουμε λίγο πριν το μεσημέρι. Θα κάνουμε τον περίπατό μας, ελπίζουμε ότι θα παίξουμε και χιονιές και το μεσημέρι θα γευματίσουμε στην **Ελάτη**. Μετά το γεύμα θα πάρουμε τον δρόμο της επιστροφής για τον **Βόλο**. Το βράδυ στο ξενοδοχείο μας θα κάνουμε το καθιερωμένο πρωτοχρονιάτικο ρεβεγιόν με ζωντανή μουσική και διαλεκτά εδέσματα.

Την **Πέμπτη 1 Ιανουαρίου 2015** το πρόγραμμά μας θα είναι χαλαρό.

Έτσι κάπως πιο αργά θα ξεκινήσουμε από το Ξενοδοχείο και θα πάμε στην όμορφη **Μακρυνίτσα**



στο Πήλιο. Εκεί θα κάνουμε τις βόλτες μας θα πιούμε τον καφέ μας και θα γευματίσουμε. Μετά το μεσημέρι θα επιστρέψουμε στο Ξενοδοχείο. Το απόγευμά μας θα είναι ελεύθερο. Δείπνο στο ξενοδοχείο.

Την **Παρασκευή 2 Ιανουαρίου 2015** θα πάρουμε τον δρόμο της επιστροφής. Αλλά πριν βάλουμε πλώρη για Νέα Ιωνία θα επισκεφθούμε τον **Αγίο-καμπο**, όπου θα κάνουμε την περιήγησή μας και θα γευματίσουμε. Μετά το μεσημέρι θα ξεκινήσουμε για την Νέα Ιωνία, όπου μετά τις καθιερωμένες ενδιάμεσες στάσεις θα φθάσουμε το βράδυ αφού επαναλάβουμε τις ευχές μας για ένα χαρούμενο 2015.

Στην τιμή συμμετοχής περιλαμβάνονται:

- Μεταφορά με τουριστικό λεωφορείο.
- Διαμονή 3 διανυκτερεύσεων στο ξενοδοχείο XENIA VOLOS DOMOTEL 5*
- Πλούσιο πρωινό σε μπουφέ με τοπικά παραδοσιακά προϊόντα
- Ρεβεγιόν την παραμονή Πρωτοχρονιάς, εορταστικό μπουφέ με ζωντανή μουσική ορχήστρα (ποτά δεν περιλαμβάνονται)
- Ημιδιατροφή σε μπουφέ, περιλαμβάνεται γεύμα ή δείπνο σε μενού 3 πιάτων. (ποτά δεν περιλαμβάνονται).
- Wireless Internet access στα δωμάτια και στους κοινόχρηστους χώρους ΔΩΡΕΑΝ



- Χρήση του Dreamway SPA και του υπερσύγχρονου γυμναστηρίου ΔΩΡΕΑΝ.

Αρχηγός: Λιβέρης Στέφανος

Κρατήσεις: Βασιλειάδης Γιώργος

Δηλώσεις Συμμετοχής μέχρι: 31 Οκτωβρίου 2014

Προκαταβολή μέχρι: 10 Νοεμβρίου 2014

Εξόφληση μέχρι 15 Δεκεμβρίου 2014



ΜΥΚΗΝΕΣ - ΔΡΕΠΑΝΟ - ΝΑΥΠΛΙΟ

Εκδρομή 1640

Ημερήσια Περιηγητική

Κυριακή 7 Δεκεμβρίου 2014



Σας καλούμε να έλθετε στις «**Πολύχρυσες Μυκήνες**», το βασίλειο του Μυθικού **Αγαμέμνονα**, που πρώτος ύμνησε ο **Όμηρος** στα έπη του. Είναι το σημαντικότερο και πλουσιότερο ανακτορικό κέντρο της Ύστερης Εποχής του Χαλκού στη Ελλάδα. Το όνομά τους έχει δοθεί σε έναν από τους λαμπρότερους πολιτισμούς της ελληνικής προϊστορίας, το μυκηναϊκό, και οι μύθοι που συνδέονται με την ιστορία τους διαπέρασαν τους αιώνες με τα ομηρικά έπη και τις μεγάλες τραγωδίες της κλασικής εποχής, ενώ ενέπνευσαν και συνεχίζουν να εμπνέουν παγκοσμίως την πνευματική δημιουργία και την τέχνη. Η μυθική παράδοση φέρει ως ιδρυτή **των Μυκηνών τον Περσέα**, γιό του **Δία** και της **Δανάης**, κόρης του **Ακρίσιου**, του βασιλιά του Άργους, απόγονου του Δαναού.

Ένας από τους σπουδαιότερους αρχαιολογικούς χώρους, παγκόσμια γνωστός. Σύμβολο της ηρωικής Ελλάδας, οι **Μυκήνες** περιβάλλονται με το μαγικό πέπλο του μύθου των **Ατρείδων**.

Θα ξεκινήσουμε από Ν. Ιωνία και μετά από μια ενδιαμέση στάση θα φθάσουμε στις **Μυκήνες** όπου θα έχουμε ξενάγηση στον αρχαιολογικό χώρο και το Μουσείο, από ξεναγό.

Το γεύμα μας θα γίνει στο χωριό **Δρέπανο** και επιστρέφοντας θα κάνουμε μια στάση στο γνωστό μας **Ναύπλιο**, για μια ανάσα και μικρό περίπατο με καφέ. Αργά το απόγευμα θα επιστρέψουμε στη Ν. Ιωνία.

Αρχηγός: Τσοντάνογλου Βάσω

Κρατήσεις: Χριστοφορίδου Καίτη

Εξόφληση: Μέχρι 25 Νοεμβρίου 2014

Πεζοπορικές Εκδρομές

ΤΖΙΑ

Εκδρομή 1631

2ήμερη Πεζοπορική

20 – 21 Σεπτεμβρίου 2014

Μετά τις καλοκαιρινές μας διακοπές, πάλι με τον ΦΟΝΙ μαζί, για μια μικρή απόδραση στη Τζια.

Ένας κοντινός και πολύ δημοφιλής προορισμός με φυσικές και αρχαιολογικές ομορφιές που μαζί με την πεζοπορία μας θα μας χαρίσει ένα υπέροχο και γεμάτο δράση Σαββατοκύριακο.

Σάββατο 20 Σεπτεμβρίου

Αναχώρηση το πρωί από τη Νέα Ιωνία για το **Λαύριο**, όπου θα πάρουμε το πλοίο για το νησί.

Αφού φτάσουμε στο λιμάνι της **Κορησσίας**, θα πάμε με το πούλμαν στην τοποθεσία **Αγ. Συμεών**. Από εδώ θα ξεκινήσουμε για τη μικρή μας πεζοπορία διάρκειας 1.30' ώρας περίπου, προς τον αρχαιολογικό χώρο της **αρχαίας Καρθαίας**, στην οποία θα περιηγηθούμε

Η **Καρθαία** ήταν μία από τις τέσσερις σπουδαιότερες αρχαίες πόλεις της νήσου **Κέας**.

Εκτός από τα ερείπια των αρχαίων τειχών της πόλης, υπήρχε το **Πολυάνδριον των Καρθαίων** στο οποίο και αποκαλύφθηκαν πολλοί τάφοι της ρωμαϊκής περιόδου. Σώζεται και μια θολωτή τετράγωνη οικοδομή που ίσως ν' αποτελεί οικογενειακό τάφο ή μνημείο και σε μικρή απόσταση από αυτή εντοπίστηκαν τα θεμέλια του αρχαίου **ναού του Απόλλωνα του Αρισταίου**.

Από την **Καρθαία**, θα ανηφορίσουμε στο λιθόστρωτο κατά το μεγαλύτερο τμήμα του μονοπάτι, για το **Σταυρουδάκι**, όπου θα φτάσουμε μετά από 1 ώρα. Το μονοπάτι αρχικά περνά από ένα μαγικό σκηνικό με παραποτάμια βλάστηση, η οποία προς το τέλος αραιώνει.

Βέβαια δεν θα χάσουμε και την ευκαιρία για ένα απολαυστικό μπάνιο σε μια θαυμάσια και πεντακάθαρη παραλία από τις πολλές που διαθέτει το νησί.



Αφού γευματίσουμε, θα καταλήξουμε στο ξενοδοχείο για τη διαμονή μας.

Για το βράδυ προβλέπεται πολύ αναζωογόνηση

Κυριακή 21 Σεπτεμβρίου

Μετά το πρωινό μας θα ξεκινήσουμε για την **Ιουλίδα** που είναι η πρωτεύουσα του νησιού. Είναι ένας παραδοσιακός οικισμός χτισμένος αμφιθεατρικά στην πλαγιά του βουνού με το βενετσιάνικο κάστρο του 13ου αιώνα να σώζεται μέχρι σήμερα. Στην είσοδο του χωριού, θα δούμε τοίχους φιλοτεχνημένους από τον ζωγράφο **Αλέκο Φασιανό**.

Αφού επισκεφθούμε το **αρχαιολογικό μουσείο**, θα περπατήσουμε διαδρομή μήκους 5 χλμ που περνάει από το επιβλητικό γλυπτό του **Λέοντα** και συνεχίζοντας μέσα από βελανιδιές και αμυγδαλιές καταλήγει στην παραλία του **Οτζιά**.

Μπάνιο και φαγητό σε ταβέρνα της περιοχής και κατά το απογευματάκι θα πάρουμε το πλοίο της επιστροφής για Νέα Ιωνία γεμάτοι συναισθήματα και με πολλές ευχάριστες αναμνήσεις.

Αρχηγός: Γκότσης Θεωδωρής
Κρατήσεις: Ιωάννου Χρήστος

Προκαταβολή μέχρι: 1 Σεπτεμβρίου 2014

ΚΙΡΦΗ ή ΞΕΡΟΒΟΥΝΙ

Εκδρομή 1633

Ημερήσια Πεζοπορική

12 Οκτωβρίου 2014

Η **Κίρφη ή Ξεροβούνι** είναι βουνό στα όρια της **Βοιωτίας** και της **Φωκίδας** με υψόμετρο 1.563 μέτρα. Βρίσκεται ανάμεσα στα όρη του **Παρνασσού** και του **Ελικώνα** και μπορεί να θεωρηθεί και τμήμα τους.

Από τον **Ελικώνα** χωρίζεται από τον κάμπο του **Διστόμου**, ενώ από τον **Παρνασσό** από μία μεγάλη χαράδρα που καταλήγει στην θέση **Ζεμενό Αράχωβας**.

Το **Ζεμενό** είναι μία κατάφυτη περιοχή στα 800 μ. με έλατα και αρκετά νερά, με ταβέρνες και ξενοδοχεία προσφέροντας στιγμές ησυχίας και ξεγνοιασιάς, ένα βήμα μόνο από την **Αράχωβα**. Η εκκλησία, οι βρύσες με το γάργαρο νερό, το πράσινο που κυριεύει την περιοχή, αναγκάζουν τον επισκέπτη να σταματήσει στα πλατάνια, για να γευτούν οι αισθήσεις του λίγη από την ομορφιά της φύσης.

Η βλάστηση του βουνού δεν είναι σύμφωνη με το σύγχρονο όνομά του (**Ξεροβούνι**), καθώς η βορειοανατολική του πλευρά έχει πλούσια βλάστηση και μεγάλο τμήμα του καλύπτεται

από έλατα. Η νοτιοδυτική του πλευρά όμως, προς την πλευρά του **Κορινθιακού κόλπου**, έχει αρκετά φτωχή βλάστηση, που αποτελείται κυρίως από φρύγανα και θάμνους.

Την **Κίρφη**, διασχίζει το μονοπάτι 22 οδεύοντας προς τον **Ελικώνα**.

Το μονοπάτι ξεκινά από το **Ζεμενό Αράχωβας**. Στην αρχή συναντάμε λιβάδια και ύστερα δάσος ελάτων. Μετά από 2 ώρες ανηφόρας φθάνουμε σε διάσελο στα 1300 μ. Από εδώ υπάρχει η δυνατότητα κατάβασης για όσους επιθυμούν. Οι υπόλοιποι συνεχίζουν για 1 ½ ώρα ακόμη μέχρι την κορυφή στα 1563 μ. Κατάβαση από τα ίδια προς **Ζεμενό** ή από μονοπάτι που οδηγεί στο **Δίστομο** 450μ.).

Γεύμα και επιστροφή στη Ν.Ιωνία με ενδιάμεση στάση.

Ώρες πορείας: 6 – 6.30, Υ/Δ: + 810/ - 1100

Αρχηγός: Μπέγκα Γκέλυ

**Κρατήσεις: Ιωάννου Χρήστος
Εξόφληση μέχρι: 1 Οκτωβρίου 2014**



ΕΝΑ ΔΙΗΜΕΡΟ ΣΤΟΝ ΚΙΣΣΑΒΟ (ΟΣΣΑ)

Εκδρομή 1635

2ήμερη Πεζοπορική

25 - 26 Οκτωβρίου 2014

Αυτή τη φορά ο ΦΟΝΙ πρωτοτυπεί για τα δεδομένα του. Ανεβαίνει στον **Κίσσαβο** και διανυκτερεύουμε στο καταφύγιο του **ΕΟΣ Λάρισας**.

Στην ανατολική πλευρά του Θεσσαλικού κάμπου απαλά και καλλιγράμμα υψώνεται κωνικός ο ορεινός όγκος του **Κίσσαβου ή Όσσας**. Ένα με το Πήλιο, το Βέρμιο, τον Όλυμπο και το Βίτσι, είναι της ίδιας ώρας και του ίδιου σπασμού της γης γέννημα.

Η αναχώρηση θα γίνει όπως πάντα το πρωί του Σαββάτου από τη Νέα Ιωνία.

Με τις ενδιάμεσες στάσεις γύρω στο μεσημέρι θα είμαστε στο χωριό **Σηληιά**. Είναι χτισμένη σε 850 μ. υψόμετρο και απέχει 30 χλμ. από τη Λάρισα. Στα ΝΔ του χωριού έχουν εντοπιστεί **θολωτοί μνηναϊκοί τάφοι**, δύο από τους οποίους ανάσκαψε ο Θεοχάρης, στις θέσεις «Βρύση Βούλγαρη» και «Κιμπουρλί» και οι οποίοι είναι σήμερα εν μέρει ορατοί. Στη θέση **«Σοκάκι»** υπάρχει σπήλαιο με σταλακτίτες και στη θέση **«Μπουγάζι»** χαράδρα.

Από εκεί θα ξεκινήσει η προαιρετική πεζοπορία μέχρι το **καταφύγιο** στα 1604 μ. στο οποίο φτάνει και η άσφαλτος.

Ώρες πορείας 3.30 - 4, Υ/Δ + 770 / - 80.

Όσοι θέλουν να ανέβουν στην κορυφή του **Κίσσαβου**, τον **Προφήτη Ηλία** σε υψόμετρο 1978 μ., θα πρέπει να φτάσουν με το πούλμαν μέχρι το Καταφύγιο και από εκεί να πάρουμε το μονοπάτι για την κορυφή. Ώρες πορείας με την επιστροφή στο καταφύγιο 3.30' - 4'.

Η εμπειρία του καταφυγίου θα είναι μοναδική. Το καταφύγιο είναι το άσυλο στο οποίο καταφεύγει κανείς για να γλιτώσει από τη θύελλα, την καταιγίδα, το μπουρίνι, είναι το καταφύγιο με όλη την έννοια του όρου. Είναι επίσης ένας χώρος υποδοχής και ανάπαυσης. Για μας είναι το σπίτι μας και η αγάπη μας στο βουνό. Προσπάθειά μας είναι να πείσουμε όλο και περισσότερο κόσμο να το επισκέπτεται για να γνωρίσει τη θαλπωρή του και την ομορφιά του.

Την επομένη το πρωί θα περπατήσουμε μια θαυμάσια, πυκνά σηματοδοτημένη και κατάφυτη διαδρομή. Ακολουθούμε σε σημεία το ρέμα της **Κακόςκαλας** και περνάμε από ένα όμορφο καταρράκτη, με κατάληξη το παραθαλάσσιο χωριό **Στόμιο**.

Ώρες πορείας 5, Υ/Δ +250 / - 1700.

Στη συνέχεια μετά από ένα γεύμα σε ταβέρνα της περιοχής επιστρέφουμε στην Αθήνα αργά το βράδυ.

Αρχηγός: Καρδερίνης Στέλιος

Κρατήσεις: Ιωάννου Χρήστος

Προκαταβολή μέχρι: 1 Οκτωβρίου 2014

ΣΥΝΕΣΤΙΑΣΗ

Ελάτε να διασκεδάσουμε στο Φαγοποτείο της οδού Ελ. Βενιζέλου 1 και Πάρσης στη Ν. Ιωνία. σε απόσταση αναπνοής από τον Ηλεκτρικό Σταθμό.

Είναι πιάτσα με άριστη ποιότητα και φαντασία σε ένα ευχάριστο περιβάλλον με μερίδες πλούσιες και απολαυστικές. Γι αυτό σας καλούμε, στις **23 Νοεμβρίου, Κυριακή μεσημέρι** να βάλουμε τα καλά μας ή και τα παλιά μας ρούχα, νέοι και μεγάλοι να φάμε καλά και να χορέψουμε, γιατί μη ξεχνάμε ότι όπου πάει ο Φυσιολατρικός θέλει και γλέντι.
Υπεύθυνοι: Καίτη Ευκλείδου, Πηνελόπη Μπαμπαλού



ΧΡΥΣΟΒΙΤΣΙ ΑΡΚΟΥΔΟΡΕΜΑ - ΣΤΕΜΝΙΤΣΑ

Εκδρομή 1636

Μονοήμερη Πεζοπορική

Σάββατο 8 Νοεμβρίου 2014

Η **Στεμνίτσα** που θα είναι και το τέλος της πεζοπορίας μας βρίσκεται σκαρφαλωμένη στο **Δυτικό Μαίναλο** στην πλαγιά της **Κλινίτσας**, σε υψόμετρο 1080 μ.

Η περιοχή, όπως δηλώνει και η κατάληξη «ιτσα» σε πολλά τοπωνύμια της, αποικήθηκε από Σλάβους τον 7ο αιώνα και μέχρι και τον 16ο ακολούθησε περίκλειστη τον βαρύ μεσαίωνα όπως και όλες οι περιοχές της Πελοποννήσου.

Ο «**αρκαδικός Μυστράς**» όπως είναι γνωστή από τις πολλές εκκλησίες η **Στεμνίτσα** αρχίζει έκτοτε



να αναπτύσσεται φθάνοντας στο απόγειο της το 1800.

Η αργυροχρυσοχοΐα την κάνει γνωστή σε όλη την Ευρώπη και οι τεχνίτες που δούλευαν το μέταλλο για τις περίφημες καμπάνες, ταξιδεύουν σε όλη την Ελλάδα. Οι στεμνιτσιώτικες καμπάνες χτυπούσαν στα πέρατα της Γης και το μυστικό της επιτυχίας τους δεν διέρρευε, αφού η συνθηματική γλώσσα των ντόπιων δεν «ξεκλειδωνόταν» εύκολα!

Ούτε οι ομορφιές και τα μυστικά της **Στεμνίτσας** που γνωρίζει στα χρόνια μας μεγάλη τουριστική κίνηση με ξενώνες και ταβέρνες, «ξεκλειδώνονται» εύκολα και θα χρειαστεί να περπατήσουμε αρκετά μέσα στον οικισμό για να μαζέψουμε εικό-



ΑΡΧΑΙΕΣ ΚΛΕΩΝΕΣ - ΑΡΧΑΙΑ ΝΕΜΕΑ - ΝΕΜΕΑ

ΣΤΟΥΣ ΔΡΟΜΟΥΣ ΤΟΥ ΚΡΑΣΙΟΥ

Εκδρομή 1638

Μονοήμερη Πεζοπορική

Κυριακή 23 Νοεμβρίου 2014

Μια εκδρομή διαφορετική από τις άλλες. Πεζοπορική, Οινοτουριστική ξενάγηση και Οινογνωσία. Πεζοπορία συνολικά 9 χλμ.

Ο αμπελώνας της **Νεμέας** εντυπωσιάζει με την έκταση και τη συνεκτικότητά του (πάνω από 20.000 στρέμματα σχεδόν ενιαία). Η αμπελοκαλλιέργεια ξεκινά από τις πεδιάδες της **Αρχαίας Νεμέας** και της **Νεμέας** και αναπτύσσεται αρμονικά σε όλη την περιοχή μέχρις ότου αγκαλιάσει τους πρόποδες των γύρω βουνών – ξεχλιζόντας μάλιστα και στο διπλανό νομό **Αργολίδος**. Έπειτα σκαρφαλώνει επά-

** Η είσοδος στο οινοποιείο περιλαμβάνει: Γευσιγνωσία 3 ειδών νεμεάτικων κρασιών, μίνι μπουφέ (κράκερ, τυριά κλπ), ξενάγηση από ειδικό οινολόγο για της διαδικασία παραγωγής κρασιού. Η επίσκεψη στο οινοποιείο είναι μετά την πρώτη ξενάγηση.



νες και να ανακαλύψουμε την ψυχή του τόπου.

Η πορεία μας θα αρχίσει έξω από το **Αρκουδόρεμα** κοντά στο **Χρυσοβίτσι** και με κατεύθυνση ανατολικά θα περιδιαβούμε μια δασωμένη με έλατα περιοχή. Η απόσταση που θα διανύσουμε είναι κοντά στα 10 χλμ. χωρίς μεγάλες υψομετρικές διαφορές και χωρίς τεχνικές δυσκολίες.

Το **Μαίναλο** είναι ένας ιδιαίτερος προορισμός γεμάτος ομορφιά και ιστορία. Σας προσκαλούμε να προχωρήσουμε μαζί σε μία από τις πιο ενδιαφέρουσες διαδρομές του.

Αρχηγός: Θεοφανόπουλος Νικήτας

Κρατήσεις: Ιωάννου Χρήστος

Εξόφληση μέχρι: 25 Οκτωβρίου 2014

νω στις απόκρημνες πλαγιές δίνοντας ζωή σε χωριά όπως το **Κούτσι**, το **Πετρί** και το **Ψάρι**, μέρη απ' όπου η θέα είναι πραγματικά μοναδική.

Αναχώρηση από Ν.Ιωνία στις 7.30 το πρωί και μετά την απαραίτητη στάση για καφέ θα κατευθυνθούμε για **Αρχαίες Κλεωνές**. Στις 10.00 θα συναντηθούμε στον **Ναό του Ηρακλέους** με τον συνοδό μας και τον ξεναγό μας. Ιστορική - αρχαιολογική ξενάγηση θα απολαύσουμε σε δύο από τους πιο σημαντικούς προορισμούς της περιοχής, τον μυθικό **ναό του Ηρακλέους** και το **αρχαίο στάδιο της Νεμέας** με τον περίφημο ναό του **Νέμειου Δία**. Γνωριμία με τοπικό οινοποιείο, ξενάγηση και οινογνωσία στα τοπικά κρασιά και σε αρχαίους αμπελώνες.

Το πούλμαν θα μας παραλάβει από το **Στάδιο της Αρχαίας Νεμέας** για το κέντρο της **Νεμέας** που θα γευματίσουμε σε παραδοσιακή ταβέρνα.

Μετά το φαγητό θα απολαύσουμε το καφεδάκι μας και ακολουθεί το βραδάκι επιστροφή στην Νέα Ιωνία.

Αρχηγός: Ντάουσον Κάθυ

Κρατήσεις: Ιωάννου Χρήστος

Εξόφληση μέχρι: 8 Νοεμβρίου 2014

ΑΦΙΞΗ – ΑΝΑΧΩΡΗΣΗ...

Σφυρά στο έμπα το ποστάλι στο λιμάνι, αργά, περήφανα, στο βάθος αρμενίζει. Τις δύο φουντάρει άγκυρες, κινήσεις κάνει η μηχανή, όμως που η Γέφυρα ορίζει.

Πετά ο ναύτης απ' την πρύμη το βιλιά κι ο καβοδέτης απ' τον ντόκο το μαζεύει. Πιάνει τους κάβους και στις μπίντες τους περνάει, να πάρει μπόσικα ο εργάτης το παλεύει.

Ξερά χτυπά ο καταπέλτης στην προβλήτα. Λάβα ανθρώπινη κυλά προς τη στεριά. Ωρα αντάμωσης, που έχει τόση γλύκα, λόγια που ακούγονται συμπάθειας τρυφερά.

Βγαίνουν νταλικές, φορτηγά και Ι.Χ., λιμενικών σφυρίχτρες που αντηχούν. Πρέπει να γίνει η δουλεία στο πι και φι, γιατί κι απ' έξω περιμένουν για να μπούνε.

Παλιοί νησιώτες κατεβήκαν στο λιμάνι, να ζήσουν πάλι τη στιγμή αυτήν την ίδια. Την πλήρη την περήφανη του караβιού που φτάνει και κάβους να μαζεύονται στην πρύμη σαν τα φίδια.

Η τσιμινιέρα σφύριξε να γλυκοχαιρετήσει και οι αφροί των προπελών λευκό αφήνουν πέπλο.

Εικόνες που οι ναυτικοί τις έχουν προσκυνήσει, ως προσκυνούν οι στεριανοί στις εκκλησιάς το τέμπλο.

Πάρης Μπαλιδάκης

ΕΠΙΔΑΥΡΟΣ - ΤΟ ΜΟΝΟΠΑΤΙ ΤΟΥ ΘΕΟΥ ΤΗΣ ΙΑΣΗΣ

Εκδρομή 1641

Ημερήσια Πεζοπορική

Κυριακή 14 Δεκεμβρίου 2014



Αναχωρούμε από τη Νέα Ιωνία στις 7.00 το πρωί με προορισμό την **αρχαία Επίδαυρο**. Μετά από ενδιάμεση στάση για το καφεδάκι μας, θα συναντηθούμε στις 10.00 στον χώρο της **Επιδαύρου** με τον συνοδό μας και ξεναγό μας. Μετά από 1,5 ώρας ιστορικής -αρχαιολογικής ξενάγησης στο **ασκληπιείο της Επιδαύρου**, σε ένα από τα πιο ξακουστά **θεραπευτικά κέντρα** του αρχαίου κόσμου, θα αναχωρήσουμε για την πεζοπορία μας στο αρχαίο μονοπάτι.

Μας καλωσορίζει μια επιγραφή του 3ου αιώνα π.χ, που έχει χαραχτεί στην είσοδο της ανακατασκευασμένης περιοχής και μας λέει: Αυτό το μονοπάτι ταξιδιώτη θα σε οδηγήσει στο ιερό του **Θεού της Ιασης**. «**ΤΑΔΕΟΔΟΣΕΙΣΙΑ ΡΟΝΚΛΕΙΝΟΥΘΕ ΟΥΩΠΑΡΙΟΝΤΕΣ**» Το μονοπάτι περνά μέσα από πευκόδασος, αρχαίες ερμές, περιέρρα

ερείπια και στο τέλος από πλατάνια και ποτάμι. Μετά από 10 χλμ. πεζοπορίας θα μας παραλάβει το Πούλμαν και θα κατευθυνθούμε στο **Λυγουριό** με μικρή στάση στα ερείπια της **πυραμίδας του Λυγουριού** και σε αξιοσημείωτη εκκλησία με αρχαίες κολώνες και μεταβυζαντινής εποχής αγιογραφίες. Ακολουθεί η επίσκεψη στο **ελαιουργείο** με ξενάγηση για τη διαδικασία παραγωγής ελαιολάδου, γευσίγνωσία λαδιού με μίνι μπουφέ που έχει παξιμάδι - ψωμί, φέτα, ντομάτα, ελιές, λικέρ και αναμνηστικό δώρο.

Θα γευματίσουμε σε τοπική ταβέρνα. Μετά το φαγητό αναχωρούμε για Νέα Ιωνία με ενδιάμεση στάση για καφέ.

Αρχηγός: Ντάουσον Κάθου

Κρατήσεις: Ιωάννου Χρήστος

Εξόφληση μέχρι: 30 Νοεμβρίου 2014



ΦΕΣΤΙΒΑΛ ΑΘΗΝΩΝ 2014
ATHENS FESTIVAL 14

www.athensfestival.gr

...Επειδή ο Φ.Ο.Ν.Ι. αγαπάει και τον πολιτισμό, σας προσκαλεί να δηλώσετε συμμετοχή και να παρακολουθήσετε μαζί μας, στο Αρχαίο θέατρο της Επιδαύρου, την αρχαία τραγωδία του Αισχύλου «Προμηθέας Δεσμώτης», σε σκηνοθεσία Έκτορα Λυγίζου. Ημέρα παράστασης: Σάββατο 12 Ιουλίου 2014

...Λίγα λόγια για την υπόθεση του έργου...

Το Κράτος και η Βία οδηγούν τον αιχμάλωτο Προμηθέα σε ένα βράχο, όπου θα καρφωθεί επειδή αγνόησε τη θέληση του Δία και έκλεψε τη φωτιά για να τη δώσει στους ανθρώπους. Αρχετυπική μορφή κατά της τυραννίας, ο αισχυλικός ήρωας θα υποστεί αμετανόητος το μαρτύριο και θα καταποντιστεί, με βροντές και αστροπελέκια, από τον εκδικητή θεό, μαζί με τις Ωκεανίδες που του συμπαραστάθηκαν. Ένας σκηνοθέτης της νεότερης γενιάς, ο Έκτορας Λυγίζος, που ξεκίνησε να διερευνά με ιδιαίτερη αφοσίωση τους όρους αφήγησης και αναπαράστασης του αρχαίου δράματος στον κλειστό χώρο και στη μικρή κλίμακα, δοκιμάζει τη δυναμική των ανοιχτών μεγάλων χώρων, με την τραγωδία αυτή του Αισχύλου.

Ερμηνεύουν οι: Δήμητρα Βλαγκοπούλου, Τζίνα Θλιβέρη, Άννα Μάσχα, Θάνος Τοκάκης, Γαλήνη Χατζηπασάλη, Μιχάλης Κίμωνας, Έκτορας Λυγίζος, Στεφανία Γουλιώτη. Ώρα αναχώρησης: 16:30 (από Νέα Ιωνία)

Για πληροφορίες:

κα. Ευκλείδου Καίτη, τηλ. 6978118042,

κα. Μπαμπαλού Πηνελόπη τηλ.6979516948.

Για κρατήσεις: Γραφεία Φ.Ο.Ν.Ι. τηλ.2102710030



ΤΟ ΝΕΟ ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΟ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ

Το Διοικητικό Συμβούλιο που εξελέγη στις αρχαιρεσίες της 19ης Μαρτίου 2014 για θητεία: Μάρτιος 2014 – Μάρτιος 2016, μετά την συγκρότησή του σε Σώμα είναι το εξής:

Α΄ Τακτικά Μέλη

Πρόεδρος: Στέφανος Λιβέρης
Αντιπρόεδρος: Αριστείδης Ανδρικόπουλος
Γενική Γραμματέας: Σταματία (Μάτα) Κωνσταντινίδου

Ειδική Γραμματέας: Αικατερίνη Χριστοφορίδου
Ταμίας: Αγγελική Παναγιώτου
Έφορος Πεζοπορικού: Χρήστος Ιωάννου
Έφορος Τουριστικού: Μαρία Βεργοπούλου
Έφορος Πολιτιστικών & Δημοσίων Σχέσεων: Καίτη Ευκλείδου
Κοσμητόρας Λέσχης: Βασιλεία (Βάσω) Τσοντάνογλου

Β΄ Αναπληρωματικά μέλη

Βασιλειάδης Γεώργιος
Τσεσμελής Θεόδωρος
Μουλά Παρασκευή- Μαρία
Αυγουστάκης Αντώνιος

ΕΞΕΛΕΓΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ

Μίχου Ευαγγελία
Γκότσης Θεόδωρος
Ζουμπουλιάς Παναγιώτης

“ΝΕΣΤΟΣ...μετά την απόδρασή μας, στο μεγάλο ποτάμι”

22-25 Μαρτίου 2014

Γκέλυ Μπέγκα / Μέλος ΦΟΝΙ



Αυτό το ταξίδι μας ήταν όνειρο ζωής για τους περισσότερους από εμάς. Ένα όνειρο που έγινε πραγματικότητα χάρη στον Φ.Ο.Ν.Ι.

Το ημερολόγιο μας έγραφε...ΣΑΒΒΑΤΟ 22 Μαρτίου 2014

Η ημέρα έδειχνε από νωρίς την καλή της διάθεση, ήταν η ίδια διάθεση που θα μας συνόδευε καθ'όλη την πολύωρη διάρκεια του ταξιδιού μας προς την Ξάνθη.

Οι αρχηγοί μας τους οποίους αρκετοί από εμάς γνώριζαν εκείνη την ημέρα, έδειχναν από την πρώτη στιγμή ότι θα έκαναν τα πάντα για να μείνει σε όλους μας αυτή “ η απόδραση” αξέχαστη.

Μόλις φτάσαμε στο σημείο συνάντησης μας και αφού συστηθήκαμε και πήραμε τις ονομαστικές κάρτες μας (για να γνωριστούμε πιο γρήγορα), με τα τηλέφωνα των αρχηγών μας, ξεκινήσαμε την πορεία μας προς την Ξάνθη.

Μετά από όλες τις απαραίτητες στάσεις για καφέ, το μεσημέρι φτάσαμε στην παραλιακή Ασπροβάλτα, για ένα γρήγορο αλλά απολαυστικό μεσημεριανό με θέμα το “απέραντο γαλάζιο”.

Το απόγευμα κατά τις πέντε φτάσαμε στην πανέμορφη Ξάνθη όπου ο κος. Πασχάλης Ξανθόπουλος (διευθυντής του λαογραφικού μουσείου Ξάνθης) περίμενε για να μας ξεναγήσει στην γραφική και γεμάτη ιστορία Παλιά πόλη της Ξάνθης και στην συνέχεια στο Λαογραφικό της μουσείο.

Η Ξάνθη απλωνόταν νωχελικά επάνω στην πλαγιά.

Πλακόστρωτα σοκάκια, πανέμορφες αυλές, χρώματα και ... μυρωδιές. Μάλιστα μυρωδιές! Αυτή η πόλη μύριζε ωραία.

Ο κος. Ξανθόπουλος μέσα από τις περιγραφικές ιστορικές αναδρομές του μας μετέφερε σε μια άλλη μαγική εποχή. Αν άφηνες το μυαλό σου να ταξιδέψει στον χρόνο, μπορούσες να φανταστείς καπνεμπόρους και αστούς με ημίψηλα να περιδιαβαίνουν την πόλη, την εποχή που στην Ξάνθη τα καπνά και το καπνεμπόριο ήκμαζαν και έκαναν αυτό το μέρος της Ελλάδας να μοιάζει με ένα μικρό Παρίσι...

Νωρίς το βράδυ αφήσαμε πίσω μας την Ξάνθη και την πλούσια ιστορία της και αρχίσαμε την ανάβασή μας προς την οροσειρά της Ροδόπης για να φτάσουμε στον τελικό προορισμό μας, τα Κομνηνά Σταυρούπολης και στους “ μεσαιωνικούς πύργους” του ξενοδοχείου μας, με τα ελάφια, τα αγριογούρουνα, τις στρουθοκαμήλους και πολλά άλλα ξεχωριστά ζώα, όπως ξεχωριστό ήταν όλο το τοπίο σ’ αυτή την περιοχή της πατρίδας μας.

Τέλος, αυτή η πρώτη μας μέρα έκλεισε με δείπνο στο ξενοδοχείο, με παραδοσιακή τοπική κουζίνα (μαγειρευτό αγριογούρουνο), όπου μετά από αυτή την γεμάτη εικόνες ημέρα είχε έρθει η στιγμή της ξεκούρασης.

Το ημερολόγιο μας έγραφε...ΚΥΡΙΑΚΗ 23 Μαρτίου 2014

Αυτή την Κυριακή το πρόγραμμα μας έγραφε πεζοπορία στο δάσος Χαϊντούς και επίσκεψη στο καταρράκτη Λειβαδίτη.

Η μέρα μας ξεκίνησε με πρωινό σε ένα πλούσιο μπουφέ στο ξενοδοχείο. Η σημερινή μας δράση θα ήταν αρκετά κουραστική μια και θα κάναμε πορεία 18χλμ.

Ξεκινώντας με το πούλμαν από τα Κομνηνά, φτάσαμε στο χωριό Λειβαδίτης, ένα μικρό χωριό μέσα στην “καρδιά” στην οροσειρά της Ροδόπης, με μόλις επτά κατοίκους.

Εδώ από αυτό το σημείο θα άρχιζε η πεζοπορία μας, διάρκειας περίπου έξι ωρών. Το τοπίο ήταν μοναδικό, πεζοπορούσαμε μέσα σε ένα πυκνό δάσος οξιάς και σημύδας, που όμως λόγω τις αρχής της Άνοιξης δεν είχε προλάβει να φυλλώσει. Η διαδρομή είχε δυσκολίες και πολλές υψομετρικές εναλλαγές αλλά ήταν εξαιρετικά ενδιαφέροντα με μοναδικές εικόνες, που όμως δεν μαρτυρούσαν με τίποτα το καλά κρυμμένο μυστικό τους...την ύπαρξη του καταρράκτη Λειβαδίτη. Μετά από αρκετή ώρα καταφέραμε να προσεγγίσουμε τον καταρράκτη. Τα νερά του έπεφταν κατακόρυφα από ύψος 40μέτρων με τρομερό πάταγο χαρίζοντας πλούσια βλάστηση στους γύρω βράχους. Τραβήξαμε τις απαραίτητες πόζες, κάναμε διάλειμμα για φαγητό και ξεκούραση πολύ κοντά στην “ρίζα” του καταρράκτη και ξαναπήραμε τον ανηφορικό δρόμο της επιστροφής μας προς το σημείο που μας περίμενε το πούλμαν. Αυτή η έντονη αλλά μοναδική πορεία είχε φτάσει αισίως στο τέλος της.

Στο ξενοδοχείο μας περίμενε ένα χορταστικό γεύμα και τα δωμάτια μας, για την απαραίτητη ξεκούραση, διότι πάντα βάσει προγράμματός είχαμε και συνέχεια....

Το απόγευμα κατά τις επτά ξεκινήσαμε για ακόμα μία επίσκεψη στην Ξάνθη...βραδινή αυτή την φορά. Κάποιοι έκασαν στα καφέ της παλιάς πόλης, άλλοι πάλι στα παραδοσιακά ζαχαροπλαστεία γεύτηκαν τα μοναδικά γλυκά της, άλλοι απλώς περιπλανήθηκαν μέσα στα γραφικά της σοκάκια. Αργά το βράδυ επιστρέψαμε στο ξενοδοχείο μας.

Το ημερολόγιο μας έγραφε...ΔΕΥΤΕΡΑ 24 Μαρτίου 2014

Επιτέλους είχε έρθει η ώρα για την “Απόδραση μας στο μεγάλο ποτάμι”, είχε έρθει η μέρα του Νέστου!

Νέστος ένα από τα πέντε μεγαλύτερα ποτάμια της Ελλάδας. Ένα ιδιαίτερο ποτάμι, γεμάτο ιστορία και περιεργη ομορφιά. Χαρακτηρίζεται από παράξενους “μαιανδρισμούς”, κάτι που το κάνει μοναδικό στο είδος του στον ελληνικό χώρο. Μέσα σ’αυτή την μοναδική ομορφιά βρεθήκαμε και εμείς, μέσα στα διπλά καγιάκ μας με τις νεοπρέν στολές και τα σωσίβια μας, να διασχίζουμε κωπηλατώντας 22χλμ. και απολαμβάνοντας την ηρεμία και την γαλήνη του ποταμού.

Είδαμε την σπάνια χλωρίδα που βρισκόταν από την εποχή

ΓΕΡΑΚΙ ΛΑΚΩΝΙΑΣ

των δεινοσαύρων γαντζωμένη στους βράχους τις κοίτης του ποταμού, ακούσαμε και είδαμε μοναδικά πουλιά που ήρθαν να μας επιστήσουν την προσοχή γιατί δεν ήμασταν και τόσο ήσυχοι όσο άρμοζε μέσα σ'αυτή την γαλήνια φύση του ποταμού.

Μόνο πέντε ώρες μείναμε φιλοξενούμενοι αυτής της απαντήτης φυσικής ομορφιάς, είχε έρθει η ώρα να προσαράσουμε στο χωριό Τοξότες, να αλλάξουμε ρούχα, να αποχαιρετήσουμε τον φιλόξενο και μοναδικό Νέστο, με την υπόσχεση μέσα στο μυαλό των περισσότερων από εμάς, κάποτε να καταφέρουμε να ξαναβρεθούμε εκεί. Μαγεμένοι λοιπόν αλλά και αρκετά κουρασμένοι από αυτό που είχαμε καταφέρει, πήραμε το τρένο και μέσω της γραφικής παραποτάμιας διαδρομής φτάσαμε στην Σταυρούπολη όπου εκεί μας περίμενε το πούλμαν για να μας πάει στο ξενοδοχείο μας.

Όμως κι αυτή η μέρα δεν είχε φτάσει ακόμα στο τέλος της. Μετά από λίγη ώρα ξεκούρασης, συναντηθήκαμε όλοι μαζί στην τραπεζαρία του ξενοδοχείου μας... εκεί μας περίμεναν δύο εκπλήξεις για τις οποίες είχαν φροντίσει οι αρχηγοί μας, ο Αντώνης και η Πηνελόπη.

Στα τραπέζια μας υπήρχαν μικρά υφασμάτινα πουγκάκια που μέσα είχαν βότσαλα και μια μικρή αγριοβιολέτα που μοσχοβολούσε (αναμνηστικά δώρα) από τον Νέστο, το καρτελάκι που ήταν δεμένο το πουγκί έγραφε "χρώματα και αρώματα από την απόδρασή μας στο μεγάλο ποτάμι". Η δεύτερη έκπληξη ήταν μία μεγάλη κάρτα διπλής όψης που μας εξηγούσε τι ήταν η ποντιακή λύρα και πως χορεύονταν οι ποντιακοί χοροί. Αυτή η έκπληξη συνοδεύταν και από τους ξεχωριστούς ήχους της ποντιακής λύρας μέσα από το παίξιμο του Τάκη, του πόντιου λυράρη που βρέθηκε κοντά μας για να μας διασκεδάσει με την παραδοσιακή μουσική του τόπου που βρισκόμασταν, του τόπου του, της Θράκης.

Το ημερολόγιο μας έγραφε... ΤΡΙΤΗ 25η Μαρτίου 2014

Η ημέρα της εθνικής εορτής μας, και η ευκαιρία μας για την πραγματοποίηση αυτής της "απόδρασης" μας, που σήμερα το βράδυ θα τελειώνει.

Αφού αποχαιρετήσαμε τους "μεσαιωνικούς πύργους" μας και όλους όσους μας εξυπηρέτησαν και μας φιλοξένησαν με τον καλύτερο τρόπο, σ' αυτό το διαφορετικό μέρος, βγάλαμε την αναμνηστική μας φωτογραφία και με δυσκολία μπήκαμε στο πούλμαν...

Αφήσαμε πίσω μας την φιλόξενη Ξάνθη και πήραμε τον μεγαλύτερο (όπως πάντα) δρόμο της επιστροφής.

Μια στάση στα Λουτρά Λαγκαδά ήταν ότι έπρεπε για να χαλαρώσουν τα κουρασμένα κορμιά μας και να καθαρίσει το μυαλό μας από την θλίψη της επιστροφής.

Θα θυμόμαστε για πάντα το μεγαλείο της φύσης, την αρχοντιά της Ξάνθης και τους υπέροχους ανθρώπους της. Ζεστοί, φιλόξενοι, εξυπηρετικοί.

Είναι αλήθεια ότι αφήσαμε πίσω μας εκκρεμότητες. Πράγματα που θέλαμε να δούμε αλλά δεν προλάβαμε. Εδώ είμαστε να το ξανακάνουμε. Πιστεύουμε ότι ο Φ.Ο.Ν.Ι. μας θα μας ξαναδώσει αυτήν την ευκαιρία και όλοι εμείς οι ίδιοι άνθρωποι να ξαναβρεθούμε και να ξαναζήσουμε αυτή την μοναδική εκδρομή σ' αυτό το μοναδικό μέρος της πατρίδας μας, στην ΞΑΝΘΗ.

Ο Φ.Ο.Ν.Ι. ψάχνει να βρει, να επισκεφθεί και να περπατήσει τόπους της πατρίδας μας με ιστορία και με φυσική ομορφιά. Αυτή τη φορά επιλέξαμε έναν τόπο που αποτελεί το τέλειο ορμητήριο για αποδράσεις στο βουνό του ΠΑΡΝΩΝΑ αλλά και στο ΜΥΣΤΡΑ και τον ΤΑΥΓΕΤΟ. Το ΓΕΡΑΚΙ είναι ο άγνωστος «μικρός Μυστράς» που μέχρι τώρα δεν είχαμε επισκεφθεί.

Πρωινό Σαββάτου 3/5/14 αναχωρήσαμε για την καινούργια εξερεύνηση μας. Φθάσαμε στο ΓΕΡΑΚΙ όπου μας περίμενε ένας μόνιμος κάτοικος του χωριού, Γερακίτης από τη Μητέρα του, ο οποίος ανέλαβε να μας ξεναγήσει και να μας αφηγηθεί την ιστορία του. Ο τόπος αυτός κατοικήθηκε πριν από 6000 χρόνια. Το κάστρο του χρονολογείται από το 1209 και βρίσκεται 2 χλμ ανατολικά του χωριού.

Σε κάθε σημείο της ερειπωμένης παλιάς πολιτείας, υπάρχει πληθώρα βυζαντινών ναών. Η επίσκεψη από κοντά δεν ήταν δυνατή, λόγω έργων αναστηλώσεων του Κάστρου. Έτσι το είδαμε εκ του μακρόθεν και νοητά με την αφήγηση του Κου Πρεβεδώρου, ήταν σαν να βρισκόμαστε εκεί. Εντυπωσιακός ο Αγ. Αθανάσιος με λίγες αξιόλογες αγιογραφίες, στο τέλος του οικισμού προς το Κάστρο. Στο κέντρο της πόλης συναντήσαμε τον ενοριακό Ναό της Κοιμ. της Θεοτόκου, ναός του 1702, με επιβλητικό κωδωνοστάσιο και ξυλόγλυπτο τέμπλο. Το πέτρινο Δημοτικό σχολείο εντυπωσιακό και κοντά του πάνω στο δρόμο οι μικροί Άγιοι Θεόδωροι. Αφήσαμε για λίγο το ΓΕΡΑΚΙ και κατευθυνθήκαμε προς το χωριό ΒΡΟΝΤΑΜΑ. Σε μια απότομη χαράδρα πάνω από τον ποταμό ΕΥΡΩΤΑ, βρίσκεται το μνημείο του Παλαιομονάστηρου. Πρόκειται για σπηλαιώδη ναό του 12ου αιώνα, ακανόνιστο χτισμένου, που η οχυρωματική του θέση, προστάτευε τους κατοίκους που κρύβονταν εκεί, από τα στρατεύματα του ΙΜΠΡΑΗΜ ΠΑΣΑ, που τους έκαψε το 1825. Υπάρχουν τοιχογραφίες που κοσμούν το ναό. Το Παλαιομονάστηρο έχει χαρακτηριστεί ιστορικό - θρησκευτικό μνημείο. Η ομορφιά της τοποθεσίας καταπληκτική, το πράσινο οργιάζε και η εικόνα του Ευρώτα σε άφηνε άφωνο. Όλοι εκστασιάστηκαν από τη θέα που αντίκρισαν. Επιστροφή στο ΓΕΡΑΚΙ για γεύμα στην τοπική ταβέρνα «ΤΟ ΑΧΝΑΤΙ». Καλό φαγητό, καλό κρασί και προπάντων απερίγραπτη η θέα του Λακωνικού κάμπου. Λίγη ξεκούραση στο ξενοδοχείο <<OASI>> στη ΣΚΑΛΑ και το βράδυ όλοι μαζί στο ουζερί «ΣΟΥΣΟΥΡΟ», για το ομαδικό ξεφάντωμα.

Κυριακή πρωί αναχωρούμε. Αφήνουμε τη Λακωνία και ανηφορίζουμε την πανέμορφη καταπράσινη ορεινή ΚΥΝΟΥΡΙΑ. Πρώτη μαγευτική εικόνα το χωριό ΚΟΣΜΑΣ και ακολουθεί μια μικρή στάση στη Μονή Ελώνης. Προσκύνημα, απαραίτητες φωτογραφίες της θέας της Μονής και προορισμός το ΛΕΩΝΙΔΙΟ με τα διάσπαρτα όμορφα αρχοντικά, με τις όμορφες αυλόπορτες. «Καούρ εκοκιάτε» (Καλώς εκοκιάσατε) γράφει η πινακίδα και εμείς αφού μας καλωσόριζε, καθίσαμε να γευτούμε τον καφέ μας, το δροσερό νεράκι και μια μικρή βόλτα στα δρομάκια του.

Επόμενος σταθμός μας το πανέμορφο ΑΣΤΡΟΣ. Γεύμα με θέα τη θάλασσα. Η ώρα περνά και πρέπει να αφήσουμε πίσω μας την όμορφη παραλία για να βρεθούμε στα ΙΣΘΜΙΑ και στη συνέχεια στη Νέα Ιωνία, χαρούμενοι με γεμάτες τις μπαταρίες μας μέχρι την επόμενη εξδρομή μας στη φύση.

Αγγελική Παναγιώτου /Μέλος Φ.Ο.Ν.Ι

Εκδρομές και εκδηλώσεις που πραγματοποιήσαμε



ΔΡΑΚΟΣΠΙΤΑ



ΚΑΣΤΟΡΙΑ



ΚΑΣΤΟΡΙΑ





ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΙΑΤΙΚΗ ΠΑΙΔΙΚΗ ΓΙΟΡΤΗ

Όπως κάθε χρόνο ο Όμιλός μας διοργανώνει την Χριστουγεννιάτικη παιδική γιορτή για τα παιδιά και τα εγγόνια των μελών του ,
Εφέτος η Χριστουγεννιάτικη γιορτή θα γίνει στο Συνεδριακό Κέντρο του Δήμου Νέας Ιωνίας, Πατριάρχου Ιωακείμ 4 (απέναντι από την εκκλησία του Αγίου Γεωργίου) το **Σάββατο 20 Δεκεμβρίου 2014 και ώρα 06.00 μ.μ.**
Μη στερήσετε τη χαρά της γιορτής από τα παιδιά και τα εγγόνια σας.
Δηλώσεις συμμετοχής μέχρι:
10 Δεκεμβρίου 2014 .

Νέα μέλη

- Δρούβα Μαρία
- Θεοδωρίδου Ελεονώρα
- Ιωαννίδης Κωνσταντίνος
- Κορμπά Αικατερίνη
- Λαγόπουλος Επαμεινώνδας
- Λαγοπούλου Χρυσούλα
- Μπουμέλη-Γκίκα Αναστασία
- Πάσσαρης Ιωάννης
- Πατσούρης Ευθύμιος
- Παχή Σοφία
- Πλατής Αντώνιος
- Σούλτης Σωτήριος
- Φανουράκη Ευστρατία

Le jamy

ΑΝΔΡΙΚΑ ΕΝΔΥΜΑΤΑ
ΙΩΝΙΑ CENTER ΙΣΟΓΕΙΟ

Μεγάλα
Μεγέθη

Λ. ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ 269, Ν. ΙΩΝΙΑ
ΤΗΛ.: 210 2753 531



ακρέπη

ΟΠΤΙΚΑ • ΦΑΚΟΙ ΕΠΑΦΗΣ

28ης Οκτωβρίου 36, Ν. Ιωνία

τηλ.: 210 2777815, fax: 210 2777825

e-mail: opticaakrepi@yahoo.gr

Etam travel

ΕΝΟΙΚΙΑΣΕΙΣ ΤΟΥΡΙΣΤΙΚΩΝ ΛΕΩΦΟΡΕΙΩΝ

ΕΙΣΙΤΗΡΙΑ ΕΣΩΤΕΡΙΚΟΥ-ΕΞΩΤΕΡΙΚΟΥ

ΠΑΚΕΤΑ ΕΚΔΡΟΜΩΝ

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