



ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ

ΝΕΑΣ ΙΩΝΙΑΣ



ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ 4/μήνου ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ - ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ - ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ - ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ - 2012

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΕΣ	ΕΚΔΗΛΩΣΗ	ΔΙΑΡΚΕΙΑ	ΤΥΠΟΣ	ΑΡΧΗΓΟΣ
Σ Ε Π Τ Ε Μ Β Ρ Ι Ο Σ				
22-23/09/2012	Μεσολόγγι - Τουρλίδα	2ήμερη Νεολαίας	Αλιευτικός Τουρισμός	Αβράμπος Γιάννης Ιωάννου Χρήστος
26/9/2012	Συνάντηση μελών στο Φ.Ο.Ν.Ι.	Απογευματινή	Κοινωνική Συνάντηση	Τσεσμελής Θεόδωρος Ανθίμου Άννα
Ο Κ Τ Ω Β Ρ Ι Ο Σ				
6-7/10/2012	Ερατεινή	2ήμερη	Τουριστική	Βεργοπούλου Μαρία Ανθίμου Άννα
7/10/2012	Στρόπωνες - Χιλιαδού	Ημερήσια Νεολαίας	Πεζοπορική	Γκότσης Θεόδωρος Ιωάννου Χρήστος
20/10/2012	Αρχαιολογικό Μουσείο - Αθηνών	Πρωινή	Μορφωτική	Τσεσμελής Θεόδωρος Παναγιώτου Αγγελική
27-28/10/2012	Καρυές - Πάρνωνας	2ήμερη Νεολαίας	Πεζοπορική	Ζουμπουλιάς Παναγιώτης Ιωάννου Χρήστος
27-29/10/2012	Δράμα - Σπήλαιο Αγγίτη Φαλακρό όρος	3ήμερη	Τουριστική	Λιβέρης Στέφανος Κωνσταντινίδου Μάτα
31/10/2012	Συνάντηση μελών στο Φ.Ο.Ν.Ι.	Απογευματινή	Κοινωνική Συνάντηση	Τσεσμελής Θεόδωρος Ανθίμου Άννα
Ν Ο Ε Μ Β Ρ Ι Ο Σ				
11/11/2012	Φτέρη Αιγίου	Ημερήσια	Τουριστική	Παναγιώτου Αγγελική Βασιλειάδης Γεώργιος
18/11/2012	Πάρνηθα	Ημερήσια Νεολαίας	Πεζοπορική	Μπέγκα Αγγελική Ιωάννου Χρήστος
24 - 25/11/2012	Δασικό χωριό Κρύα βρύση (Παπάδες) Ευβοίας	2ήμερη	Τουριστική	Τσεσμελής Θεόδωρος Χριστοφορίδου Καίτη
28/11/2012	Συνάντηση μελών στο Φ.Ο.Ν.Ι.	Απογευματινή	Κοινωνική Συνάντηση	Τσεσμελής Θεόδωρος Ανθίμου Άννα
Δ Ε Κ Ε Μ Β Ρ Ι Ο Σ				
8/12/2012	Δελφοί - Κίρρα (Σάββατο)	Ημερήσια Νεολαίας	Πεζοπορική	Ντόουσον Αικατερίνη Ιωάννου Χρήστος
9/12/2012	Αλυκή Βοιωτίας	Ημερήσια	Τουριστική	Χριστοφορίδου Καίτη Ανθίμου Άννα
15/12/2012	Χριστουγεννιάτικη Παιδική Γιορτή	Απογευματινή		Δ.Σ
19/12/2012	Προβολή για το Άγιο Όρος Χορωδία	Απογευματινή	Μορφωτική	Δ.Σ
29/12 - 2/1/2013	Έδεσσα - Άγιος Αθανάσιος Φλώρινα	Πρωτοχρονιάτικη 5ήμερη	Τουριστική	Λιβέρης Στέφανος Παναγιώτου Αγγελική



ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ Ν. ΙΩΝΙΑΣ

ΤΕΥΧΟΣ 29ο

ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ 2012

ΔΙΑΝΕΜΕΤΑΙ ΔΩΡΕΑΝ

ΜΕΣΟΛΟΓΓΙΟΥ 40

Ν. ΙΩΝΙΑ

ΤΗΛ. 210-2775367

210-2710030

FAX: 210-2710631

www.foni.org.gr

e-mail: fusi26@otenet.gr

Υπεύθυνος έκδοσης

Θεόδωρος Τσεσμελής

Σύμβουλος έκδοσης

Βασίλης Μαγκαναδέλλης

(IQ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΕΣ)

Παραγωγή

IQ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΕΣ

ΤΗΛ. 210-2770123



Στον αποχαιρετισμό του 2012

Το 2012, η χρονιά που ο Όμιλός μας γιόρτασε και γιορτάζει την επέτειο της πενήντάχρονης ζωής και δράσης του, φθάνει στη λήξη της. Στο διάστημα που πέρασε, ζήσαμε τις καταπληκτικές γιορταστικές εκδηλώσεις για τα 50 χρόνια και εκλέξαμε νέα διοίκηση.

Στη χρονιά που φεύγει, παρά τις δύσκολες στιγμές που περνάμε όλοι, ο Όμιλός μας πραγματοποίησε τις καθιερωμένες και πάντα ωραίες εκδρομές και έδωσε στα μέλη του την ευκαιρία να ξεφύγουν έστω και λίγο από την κατάθλιψη και την αγωνία.

Τώρα λοιπόν, με πολλή φροντίδα, όπως πάντα, σας ετοιμάσαμε το πρόγραμμα εκδρομών και εκδηλώσεων του τέταρτου τριμήνου 2012.

Έχετε στα χέρια σας το έντυπο με το πρόγραμμα των εκδηλώσεών μας. Διαβάστε το και προσπαθήστε να ξεπεράσετε όσο μπορείτε τις όποιες δυσκολίες που όλοι λίγο-πολύ αντιμετωπίζουμε και ελάτε μαζί μας να αποδράσουμε από την καθημερινότητα.

Εμείς θα χαρούμε να σας δούμε και πάλι κοντά μας και θα σας περιμένουμε.

Καλή μας διασκέδαση λοιπόν.

Εκδηλώσεων &

ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ - ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ - ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ - ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ

ΑΠΟΓΕΥΜΑΤΙΝΕΣ ΣΥΝΑΝΤΗΣΕΙΣ ΜΕΛΩΝ ΜΑΣ

Από το φθινόπωρο, εγκαινιάζουμε συναντήσεις των μελών μας στα γραφεία του Συλλόγου μας, όπου θα ανταλλάσουμε απόψεις για τα τρέχοντα θέματα, θα δίνονται απαντήσεις σε ερωτήματα σας και θα μας δίνεται έτσι και η ευκαιρία να πίνουμε στο τέλος και ένα ουζάκι.

Τετάρτη 26 Σεπτεμβρίου 2012

Με την έναρξη της χειμερινής περιόδου, εγκαινιάζουμε από την ημερομηνία αυτή τις τακτικές συναντήσεις μελών μας, που θα πραγματοποιηθούν στα γραφεία του συλλόγου και ώρα 7.00 μ.μ.
Τηλέφωνα επικοινωνίας 210 2775367 - 210 2710030

ΕΡΑΤΕΙΝΗ

Εκδρομή 1576
6-7 Οκτωβρίου 2012
2ήμερη Τουριστική

Στο Νομό Φωκίδας, στην αγκαλιά του Κορινθιακού Κόλπου, βρίσκεται το γραφικό λιμανάκι της **Ερατεινής**, και η απέραντη παραλία της **Τολοφώνας**, που μας περιμένουν για ευχάριστες στιγμές ξηνοιασιάς.

Σάββατο 6/10/2012

Αναχώρηση από Ν. Ιωνία με ενδιάμεση στάση στη **Αράχωβα**. Θα επισκεφθούμε το **Μουσείο των Δελφών** και το γεύμα θα γίνει στην **Ιτέα**. Στη συ-



νέχεια θα πάμε **Ερατεινή**, όπου θα τακτοποιηθούμε στο ξενοδοχείο μας και το απόγευμα θα επισκεφθούμε το **Γαλαξίδι** για καφέ.

Κυριακή 7/10/2012

Μετά το πρόγευμα θα πάμε στο μεταλλευτικό **Πάρκο Φωκίδας VAGONETTO** (Βαγονέτο), για να κάνουμε ένα ταξίδι στο κέντρο της γης. Το μεσημέρι το φαγητό μας θα γίνει στο **Χρυσό**. Στάση στην **Αράχωβα** και επιστροφή στη Ν. Ιωνία με ενδιάμεση στάση.

Αρχηγός: Μαρία Βεργοπούλου
Κρατήσεις: Άννα Ανθίμου
Εξόφληση μέχρι: 25/09/2012

ΑΡΧΑΙΟΛΟΓΙΚΟ ΜΟΥΣΕΙΟ

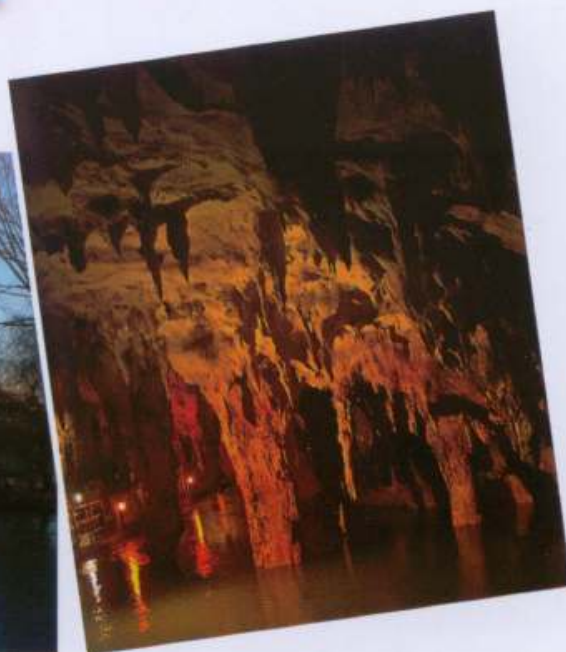
Σάββατο 20 Οκτωβρίου 2012.

Συγκέντρωση στις 10 το πρωί στην είσοδο της πόλης Νέας Ιωνίας απέναντι από την Millennium Bank, για να πάμε με πούλμαν στο **Αρχαιολογικό Μουσείο Αθηνών**. Εκεί θα γίνει ξενάγηση και θα ιδιαίτερα έχουμε την ευκαιρία να δούμε από κοντά το Μηχάνημα των Αντικυθήρων, δηλαδή τον πρώτο υπολογιστή της αρχαιότητας.

Υπεύθυνος: Θόδωρος Τσεσμελής, Κρατήσεις: Αγγελική Παναγιώτου



κ Εκδρομών



ΔΡΑΜΑ - ΠΡΟΣΟΤΣΑΝΗ- ΣΠΗΛΑΙΟ ΑΓΓΙΤΗ - ΠΥΡΓΟΙ ΦΑΛΑΚΡΟΥ ΟΡΟΥΣ

Εκδρομή 1578
27-29 Οκτωβρίου 2012
3ήμερη Τουριστική

Διαλέξαμε για εσάς τα μέλη και τους φίλους μας μια τριήμερη εκδρομή σε μέρη που ο Όμιλός μας δεν έχει ξαναπάει.

Εφέτος λοιπόν θα επισκεφθούμε το Νομό Δράμας. Στην περιοχή αυτή ο φυσικός πλούτος δεν θα αφήσει κανέναν από εμάς ασυγκίνητο. Να λοιπόν τι θα κάνουμε.

Το **Σάββατο 27 Οκτωβρίου 2012** θα ξεκινήσουμε από τη Νέα Ιωνία και αφού κάνουμε 2 ενδιάμεσες στάσεις θα γευματίσουμε για μεσημέρι στην **Μεθώνη**.

Νωρίς το απόγευμα θα φθάσουμε στην πανέμορφη πόλη της **Δράμας** όπου και θα καταλύσουμε στο πολυτελές ξενοδοχείο **ΚΟΥΡΟΣ**.

Το βράδυ είμαστε ελεύθεροι να κάνουμε τις βόλτες μας στα σοκάκια της πόλης.

Την **Κυριακή 28 Οκτωβρίου 2012** θα ξεκινήσουμε

την περιήγησή μας στον Νομό. Πρώτος σταθμός μας το περίφημο χωριό **Προσοτσάνη** και μετά η επίσκεψη στο απείρου κάλλους **σπήλαιο του ποταμού Αγγίτη** στο οποίο και θα μείνουμε άφωνοι από το θαύμα αυτό της φύσης.

Μετά θα πάμε στο ιστορικό χωριό **Πύργοι** που είναι κτισμένο στους πρόποδες του **Φαλακρού όρους**. Εκεί θα περπατήσουμε όσοι μπορούμε και θα γευματίσουμε για μεσημέρι.

Το απόγευμα επιστροφή στη **Δράμα** και ελεύθερη διάθεση του χρόνου μας.

Τη **Δευτέρα 29 Οκτωβρίου 2012**, παίρνουμε τον δρόμο της επιστροφής. Πρώτος σταθμός μας η πανέμορφη πόλη των **Σερρών**, όπου και θα σταματήσουμε για καφέ.

Το μεσημέρι θα γευματίσουμε στην **παραλία Κατερίνης** και το βράδυ, όχι πολύ αργά, θα επιστρέψουμε στη Νέα Ιωνία.

Αρχηγός: Στέφανος Λιβέρης
Κρατήσεις: Μάτα Κωνσταντινίδου
Προκαταβολή μέχρι: 25/9/2012

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ Εκδηλώσεων & εκδρομών

ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ ΜΕΛΩΝ ΜΑΣ

Τετάρτη 31 Οκτωβρίου 2012

Στα γραφεία του Συλλόγου θα πραγματοποιηθεί η προγραμματισμένη πια συνάντηση των μελών μας. Ώρα προσέλευσης 7.00 μ.μ.

Τηλέφωνα επικοινωνίας: 210 2775367 - 210 2710030

ΦΤΕΡΗ ΑΙΓΙΟΥ

Εκδρομή 1580

11 Νοεμβρίου 2012

Ημερήσια - Τουριστική

Καλώς να έλθετε στη **Φτέρη Αιγίου!**

Αληθινό διαμάντι της **Αιγιαλείας**, σμιλεμένη με τέχνη από το καλέμι της φύσης, η μαγευτική **Φτέρη** είναι έτοιμη να προσφέρει απόλαυση και ξεκούραση στο σώμα και την ψυχή του ταξιδιώτη επισκέπτη.

Αναχώρηση από Ν. Ιωνία, η καθιερωμένη στάση μας θα είναι στο **ΚΙΑΤΟ** και συνεχίζουμε για τη **Φτέρη**, αφού πρώτα επισκεφθούμε την «**Παναγία Πλατανιώτσα**». Στη **Φτέρη** θα έχουμε το γεύμα μας και περίπατο στο πράσινο τοπίο της. Μια επίσκεψη στο **Αίγιο** για το καφεδάκι μετά το φαγητό,



και επιστρέφουμε στη Ν. Ιωνία νωρίς το απόγευμα.

Αρχηγός: Αγγελική Παναγιώτου
Κρατήσεις: Γεώργιος Βασιλειάδης
Εξόφληση μέχρι: 1/11/2012

ΔΑΣΙΚΟ ΧΩΡΙΟ ΚΡΥΑ ΒΡΥΣΗ (ΠΑΠΑΔΕΣ) ΕΥΒΟΙΑ

Εκδρομή 1582

24-25 Νοεμβρίου 2012

2ήμερη Τουριστική - Πεζοπορική

Σάββατο 24/11/2012

Αναχώρηση από τη Ν. Ιωνία στις 7.30 π.μ. Στάση για καφέ στην **Αρτάκη**. Επίσκεψη και προσκύνημα στον **ΑΓ. ΙΩΑΝΝΗ το ΡΩΣΟ**.



Το μεσημέρι φθάνουμε στο **δασικό χωριό ΠΑΠΑΔΕΣ**, στο ομώνυμο χωριό ενός περιφραγμένου χώρου 20 στρεμμάτων, σε μια περιοχή με σπάνια φυσική ομορφιά και εξαιρετική θέα στη θάλασσα.

Το απόγευμα θα έχουμε την ευκαιρία να κάνουμε μια ελαφρά πεζοπορία στην όμορφη φύση της περιοχής. Το βράδυ φαγητό και γλεντάκι με ζωντανή μουσική.



Κυριακή 25/11/2012

Μετά το πρωινό μας παίρνουμε το δρόμο για το **σπολιθωμένο δάσος της Κερασιάς**. Θα επισκεφθούμε το **Μοναστήρι του Δρυμώνα**. Εκεί θα έχουμε τη δυνατότητα να περπατήσουμε στα μονοπάτια του δάσους.

Γεύμα θα έχουμε στη **Λίμνη**.

Το απόγευμα καφέ στην **Αρτάκη**.

Επιστροφή στη Ν. Ιωνία στις 8.30 μ.μ. περίπου.

Αρχηγός: Θεόδωρος Τσεσμελής

Κρατήσεις: Καίτη Χριστοφορίδου

Προκαταβολή μέχρι: 23/10/2012

ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ ΜΕΛΩΝ ΜΑΣ

Τετάρτη 28 Νοεμβρίου 2012

Στα γραφεία του συλλόγου θα πραγματοποιηθεί η προγραμματισμένη πια συνάντηση των μελών μας.
Ώρα προσέλευσης : 7.00 μ.μ

Τηλέφωνα επικοινωνίας: 2102775367 - 2102710030

ΠΩΣ ΘΑ ΓΙΝΟΝΤΑΙ ΟΙ ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΣΤΙΣ ΠΟΛΥΗΜΕΡΕΣ ΕΚΔΡΟΜΕΣ

Αλλάζει πλέον ο τρόπος για τη συμμετοχή στις πολυήμερες εκδρομές (2ήμερες, 3ήμερες, 4ήμερες κ.λπ.). Έτσι η δήλωση για τη 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 απευθυνέστε στα γραφεία του Ομίλου.

ΤΟ ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΟ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ

ΤΡΑΠΕΖΙΚΟΙ ΛΟΓΑΡΙΑΣΜΟΙ

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

ΤΡΑΠΕΖΑ ΚΥΠΡΟΥ

GR3207300240000000016664524

EUROBANK

GR8302600730000180100383720

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ Εκδηλώσεων & εκδρομών



πανοραμική θέα του κόλπου που θα αντικρίσει λίγο πριν πάρει τον κατήφορο για να φτάσει ως εκεί. Θάλασσα ωραία και απέναντι στο βάθος ο **Χελμός**. Εντύπωση προκαλεί η λιμνοθάλασσα, αλλά και τα ερείπια της **αρχαίας Σίφας**.

Αναχώρηση από Ν. Ιωνία, με ενδιάμεση στάση για καφέ. Θα έχουμε ξενάγηση στον

ΑΛΥΚΗ ΒΟΙΩΤΙΑΣ

Εκδρομή 1584

9 Δεκεμβρίου 2012

Ημερήσια - Τουριστική

Η **Αλυκή**, παραθαλάσσιο θέρετρο του νομού Βοιωτίας, από τα ομορφότερα χωριά του κόλπου των Αλκυονίδων με άγρια ομορφιά και καταγάλανα νερά.

Αυτό που θα αφήσει άφωνο τον επισκέπτη είναι η

αρχαιολογικό χώρο και την Ακρόπολη των Θηβών, καθώς και στην ΑΛΥΚΗ ΒΟΙΩΤΙΑΣ

(Ξενάγηση στο Κάστρο).

Φαγητό σε παραλιακή ταβέρνα της **Αλυκής**.

Επιστροφή στη Ν. Ιωνία νωρίς το απόγευμα, με ενδιάμεση στάση.

Ξενάγηση από ξεναγό.

Αρχηγός: Καίτη Χριστοφορίδου

Κρατήσεις: Άννα Ανθίμου

Εξόφληση μέχρι: 25/11/2012

Η Χριστουγεννιάτικη γιορτή για τα παιδιά μας

Στις 15 Δεκεμβρίου 2012

Όπως πάντα έτσι και εφέτος να φέρετε τα παιδιά σας και τα εγγόνια σας στο Συνεδριακό Κέντρο του Δήμου Νέας Ιωνίας.

Η εκδήλωση θα γίνει το **Σάββατο 15 Δεκεμβρίου 2012**

και ώρα **06.00 μ.μ.**

Δηλώσεις συμμετοχής στον Όμιλο μέχρι 8 Δεκεμβρίου 2012.

ΠΡΟΒΟΛΗ ΓΙΑ ΤΟ ΑΓΙΟ ΟΡΟΣ, ΒΥΖΑΝΤΙΝΗ ΧΩΡΩΔΙΑ

Τετάρτη 19 Δεκεμβρίου 2012
Απογευματινή - Μορφωτική

Στο Συνεδριακό Κέντρο του Δήμου Ν. Ιωνίας, πλησίον του Σταθμού τρένου "Ν. ΙΩΝΙΑ" και ώρα 7.30 θα πραγματοποιηθεί εκδήλωση με οπτικοακουστική προβολή και έκθεση φωτογραφίας.

Θέμα: **Άγιο Όρος, ταξίδι στο περιβάλλον της Παναγίας**. Την εκδήλωση επιμελήθηκε και θα παρουσιάσει ο κ. Ιωαννίδης Χαράλαμπος, μέλος της Ε.Ο.Φ. Αθηνών.



Μετά το πέρας της προβολής θα ακολουθήσει **χορωδία Ιεροψαλτών** η οποία θα ψάλλει Χριστουγεννιάτικους ύμνους.

ΕΔΕΣΣΑ - ΛΟΥΤΡΑ ΠΟΖΑΡ - ΑΓΙΟ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ- ΓΥΡΟΣ ΛΙΜΝΗΣ ΒΕΓΓΟΡΙΤΙΔΑΣ - ΦΛΩΡΙΝΑ



Εκδρομή 1585

29 Δεκεμβρίου 2012 - 2 Ιανουαρίου 2013

Πρωτοχρονιάτικη τουριστική / 5ήμερη



ΕΛΑΤΕ ΝΑ ΚΑΝΟΥΜΕ ΠΡΩΤΟΧΡΟΝΙΑ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ ΜΑΣ

Ύστερα από πολλή σκέψη αποφασίσαμε εφέτος την πρωτοχρονιά να μη φύγουμε από την Ελλάδα μας. Έτσι λοιπόν σας καλούμε να κάνουμε μαζί πρωτοχρονιά στην χιονισμένη **Μακεδονία μας**.

Την **Παρασκευή 29 Ιανουαρίου 2012** θα ξεκινήσουμε έχοντας μαζί μας τα γιορτινά μας, αλλά και ζεστά ρούχα. Θα κάνουμε δύο ενδιαμέσες στάσεις και το μεσημέρι θα γευματίσουμε στην ωραία **Βέροια**. Νωρίς το απόγευμα θα φθάσουμε στην πανέμορφη **Έδεσσα**, όπου και θα καταλήξουμε στο ξενοδοχείο **ΞΕΝΙΑ**. Το βράδυ το δείπνο στο ξενοδοχείο μας και μετά για τους «άτακτους», τσάρκα στην πόλη.

Το **Σάββατο 30 Ιανουαρίου 2012** θα κάνουμε την εξόρμηση μας προς το



Καϊμακτσαλάν. Η πρώτη μας στάση θα είναι στα **λουτρά Πόζαρ**, όπου όσοι θέλουν θα δοκιμάσουν να κολυμπήσουν στα ιαματικά νερά. Το μεσημέρι θα είμαστε στον **Παλιό Άγιο Αθανάσιο** και εκεί, αφού περιηγηθούμε στο πανέμορφο αυτό χωριό του **Καϊμακτσαλάν**, θα γευματίσουμε. Το βράδυ επιστροφή στην **Έδεσσα** - δείπνο στο ξενοδοχείο.

Την **Κυριακή 31 Δεκεμβρίου 2012**, σας επιφυλάσσουμε άλλη μια έκπληξη. Αφού κάνουμε τον γύρο της **Βεγγορίτιδας λίμνης** θα πάμε στην πάντα καταπληκτική **Φλώρινα**, θα την απολαύσουμε και θα γευματίσουμε. Το βράδυ θα είμαστε και πάλι στην Έδεσσα. **Το πρωτοχρονιάτικο γλέ-**

ντι μας θα γίνει στην μουσική ταβέρνα «ΑΡΧΟΝΤΙΚΟ» που είναι κοντά στο ξενοδοχείο μας. Εκεί θα υποδεχθούμε το 2013 με ευχές για ότι καλύτερο.

Τη **Δευτέρα 1η Ιανουαρίου 2013** θα την αφιερώσουμε στην **Έδεσσα**. Θα την περιηγηθούμε, θα την απολαύσουμε, θα γευματίσουμε όπου θέλουμε και το βράδυ δείπνο στο ξενοδοχείο μας.



Την **Τρίτη 2 Ιανουαρίου 2013** παίρνουμε τον δρόμο της επιστροφής. Στην επιστροφή μας κάπου θα σταματήσουμε για το μεσημεριανό και το βράδυ νωρίς θα γυρίσουμε στη Νέα Ιωνία.

Επειδή προβλέπεται αθρόα συμμετοχή στην εκδρομή αυτή, φροντίστε έγκαιρα για την εξασφάλιση της συμμετοχής σας.

Αρχηγός: Στέφανος Λιβέρης
Κρατήσεις: Αγγελική Παναγιώτου
Προκαταβολή μέχρι: 5/11/2012

ΤΟ ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΟ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ ΤΗΣ ΠΕΡΙΟΔΟΥ 2012-2014

Το Διοικητικό Συμβούλιο που εξελέγη από την Γενική Συνέλευση του Ομίλου μας της 28ης Μαρτίου 2012 για την περίοδο: Μάρτιος 2012- Μάρτιος 2014, μετά τη συγκρότησή του σε σώμα, είναι το εξής:

Πρόεδρος: Λιβέρης Στέφανος
Αντιπρόεδρος: Ανδρικόπουλος Αριστείδης (Αρης)
Γενική Γραμματέας: Κωνσταντινίδου Σταματία (Μάτα)
Ειδική Γραμματέας: Ανθίμου Άννα
Ταμίας: Ιωάννου Χρήστος

Έφορος Πολιτιστικών & Δημ. Σχέσεων: Τσεσμελής Θεόδωρος
Έφορος Τουριστικού: Χριστοφορίδου Αικατερίνη (Καίτη)
Έφορος Πεζοπορικού: Παναγιώτου Αγγελική
Κοσμήτορας Λέσχης: Τσοντάνογλου Βασιλεία (Βάσω)
Αναπληρωματικά Μέλη: Θεοφανοπούλου Χρυσούλα, Βεργοπούλου Μαρία, Βασιλειάδης Γεώργιος
Εξελεγκτική Επιτροπή: Μίκου Ευαγγελία, Μουλά Παρασκευή (Εύη), Ζουμπουλιάς Παναγιώτης



Να γνωρίσουμε τη δεύτερη μεγαλύτερη λιμνοθάλασσα της Ευρωπαϊκής Μεσογείου.

1η Μέρα: 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 ηλιοβασιλέμα, τα διβάρια, τις πελάδες και τις γαίτες της λιμνοθάλασσας.

ΨΑΡΕΥΟΝΤΑΣ ΣΤΗΝ ΠΕΡΙΚΑΛΛΕΑ ΛΙΜΝΗ

Εκδρομή 1575

22-23 Σεπτεμβρίου 2012

2ήμερη Νεολαίας, Αλιευτικού Τουρισμού

Επειδή δεν θέλουμε να είμαστε απλά περαστικοί, δεν συμβιβαζόμαστε με το ρόλο του τουρίστα που του αρκεί μόνο η βιτρίνα της περιοχής, θεωρούμε ότι η ουσιαστική περιβαλλοντική συνείδηση δένεται με την ψυχαγωγία και την αληθινή γνωριμία με το περιβάλλον.

Σας προσκαλούμε να έρθετε μαζί μας στην «**Περικαλλέα λίμνη**» (λιμνοθάλασσα Μεσολογγίου - Αιτωλικού), με σκοπό να ανακαλύψουμε τις άγνωστες όψεις της περιοχής.

2η Μέρα: 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: Γιάννης Αβράμπος
Κρατήσεις: Χρήστος Ιωάννου
Προκαταβολή μέχρι: 15/8/2012

ΣΤΡΟΠΩΝΕΣ - ΧΙΛΙΑΔΟΥ

Εκδρομή 1577

7 Οκτωβρίου 2012

Ημερήσια Νεολαίας, Πεζοπορική

Μαζί και πάλι στην πεζοπορική εκδρομή μας της 7/10/2012 στην πανέμορφη **Εύβοια**.

Αναχώρηση το πρωί από Ν. Ιωνία, μια στάση για καφέ στην **Εύβοια**, ίσως Αρτάκη ή Στενή.

Μετά τον καφέ αναχωρούμε για **Στρόπωνες**, ένα





όμορφο γραφικό χωριό πνιγμένο στο πράσινο πάνω στην οροσειρά της **Δίρφης**. Η διαδρομή από Στενή στους Στρόπωνες, θεωρείται από τις ωραιότερες της Ελλάδας. Ξενάγηση στο γραφικό χωριό **Στρόπωνες**, στα γραφικά σοκάκια με τα παλιά παραδοσιακά σπίτια. Επίσης αξίζει να επισκεφτούμε την εκκλησία του χωριού την **Αγία Τριάδα** με το περίτεχνο ξυλόγλυπτο τέμπλο του 17ου αιώνα. Από Στρόπωνες θα κατηφορίσουμε προς τη ρεματιά και ακολουθώντας τη φυσική ροή του ποταμού θα φθάσουμε στην **Χιλιαδού**, μια από τις ωραιότερες παραλίες της Ελλάδας. Ανάλογα με τον καιρό μπορούμε να κάνουμε και μπάνιο. Επίσης στην **Χιλιαδού** θα φάμε και το απόγευμα επιστροφή στην Ν. Ιωνία με στάση για τον καφέ μας. Μήκος πεζοπορίας 10χλμ. Κατάβαση 4 ώρες περίπου.

Αρχηγός: Θεόδωρος Γκότσης
Κρατήσεις: Χρήστος Ιωάννου

ΣΤΑ ΧΝΑΡΙΑ ΤΟΥ ΠΑΝΑ... (Πάρνωνας)

Εκδρομή 1579

27-28 Οκτωβρίου 2012

2ήμερη Νεολαίας, Πεζοπορική

Το διήμερο 27-28 Οκτώβρη, ο λόχος του ΦΟΝΙ θα "παρελάσει" στα δάση του Πάρωνα.

Η αναχώρηση μας θα γίνει το πρωί του **Σαββάτου** από τη Ν. Ιωνία και έπειτα από τις απαραίτητες στάσεις, θα επισκεφτούμε την γυναικεία **Μονή της Παναγίας Μαλεβής**. Είναι η πιο φημισμένη μονή της **Κυνουρίας** και προσελκύει μεγάλο αριθμό προσκυνητών. Χτισμένη στις πλαγιές του Πάρωνα και σε υψόμετρο 950μ., περιβάλλεται από δάσος της σπάνιας και προστατευμένης ποικιλίας του δενδρόκεδρου. Έπειτα από την επίσκεψη μας στη



Μονή Μαλεβής

μονή θα γευματίσουμε σε ταβέρνα της περιοχής. Αργότερα θα επισκεφτούμε τα **Τσιντζινα ή Πολύδροσο** για βόλτα - καφεδάκι και στο τέλος θα καταλύσουμε στο ξενοδοχείο μας στις **Καρυές**.

ΕΚΔΡΟΜΕΣ ΝΕΟΛΑΙΑΣ ΕΚΔΡΟΜΕΣ

Τσίντζινα



Καταφύγιο Πάρνωνα



Την **Κυριακή** μετά το πρωινό μας θα μεταβούμε στο χωριό **Βαμβακού** από όπου και θα ξεκινήσει η πεζοπορία μας. Από εδώ αρχίζει το σηματοδοτημένο μονοπάτι, που οδηγεί μετά από πορεία 1,5-2 ωρών, στο ορειβατικό καταφύγιο του ΕΟΣ Σπάρτης σε υψόμετρο 1450μ. Εδώ θα έχουμε

στάση για ξεκούραση και έπειτα θα συνεχίσουμε για τον **Άγιο Πέτρο** όπου και θα καταλήξουμε. Θα ακολουθήσει γεύμα και επιστροφή στην Αθήνα με

ενδιάμεσες στάσεις.
Ώρες πορείας: περίπου 6.

Αρχηγός: Παναγιώτης Ζουμπουλιός
Κρατήσεις: Χρήστος Ιωάννου
Προκαταβολή μέχρι: 25/9/2012

ΠΑΡΝΗΘΑ ΚΑΤΑΦΥΓΙΟ ΜΠΑΦΙ - ΜΟΛΑ - ΣΦΕΝΔΑΛΗ

Εκδρομή 1581
18 Νοεμβρίου 2012
Ημερήσια Νεολαίας Πεζοπορική

Σε έναν παράδεισο, μέσα στην ίδια μας την πόλη, θα έχουμε την ευκαιρία να αποδράσουμε σε τούτη μας την εκδρομή, την **Πάρνηθα**.

Πυκνά δάση, βουνίσιος αέρας, κρυστάλλινες πηγές, υπέροχη θέα, είναι μερικά από τα πολυτιμα στοιχεία που μας προσφέρει το πολύπαθο βουνό, που αν και δοκιμάστηκε από τις μεγάλες πυρκαγιές του 2007, παραμένει ένας απέραντος βοτανολογικός κήπος που έχει χαρακτηριστεί ως Εθνικός Δρυμός από το 1961.

Η πεζοπορία μας ξεκινά από το καταφύγιο **Μπάφι** και περπατώντας μέσα από ελατοδάσος φθάνουμε στη **Μόλα**, μία από τις ομορφότερες τοποθεσίες της Πάρνηθας, όπου δεσπόζει το εκκλησάκι του **Αγ. Πέτρου**. Από εκεί ακολου-



θούμε το δασικό δρόμο προς **Σαλονίκη** και στη συνέχεια κατηφορίζουμε παράλληλα προς την κοίτη του ρέματος **Παλιομήλεσι**, περνάμε μέσα από πυκνά δάση ελάτης, συναντάμε πηγές με πλατάνια και καταλήγουμε μετά από πορεία σχεδόν τεσσάρων ωρών στο σταθμό της **Σφενδάλης** (Μαλακάσας).

Μετά το γεύμα μας σε κάποιο ταβερνάκι της περιοχής επιστρέφουμε στη Ν. Ιωνία.

Αρχηγός: Γκέλυ Μπέγκα
Κρατήσεις: Χρήστος Ιωάννου



ΠΕΡΠΑΤΩΝΤΑΣ ΤΟ ΑΡΧΑΙΟ ΜΟΝΟΠΑΤΙ ΚΙΡΡΑΣ - ΔΕΛΦΩΝ

Εκδρομή 1583

Σάββατο 8 Δεκεμβρίου 2012

Ημερήσια Πεζοπορική Νεολαίας

Το αρχαίο μονοπάτι **Κίρρας - Δελφών**, μας δίνει την ευκαιρία να γίνουμε και οι ίδιοι μέρος της ιστορίας του τόπου αυτού, ακολουθώντας τα ίχνη των αρχαίων προσκυνητών, που αιώνες τώρα στέκουν οδηγός τού κάθε ταξιδευτή.

Αναχώρηση το πρωί του Σαββάτου 8/12/2012 από Ν. Ιωνία, με προορισμό τους **Δελφούς**. Στάση για καφέ σε καθορισμένο σημείο. Στους Δελφούς θα συναντηθούμε με τον οδηγό μας και θα ξεκινήσουμε την πεζοπορία μας. Θα κατηφορίσουμε το αρχαίο μονοπάτι, το οποίο σώζεται σε καλή κατάσταση, θα συναντήσουμε τον βυζαντινό ναό του **Αγίου Γεωργίου** και στον όμορφο αμυγδαλέωνα, το ξωκλήσι του **Αγίου Χαραλάμπους**, το κανάλι του **Μόρνου** και τον υπεραιωνόβιο ελαιώνα της **Άμφισσας**. Στην αρχαία πόλη της **Κίρρας** υπάρ-

χουν αρχαία ευρήματα, διατηρούνται τα ερείπια από τις αποθήκες του λιμανιού, από οικίες, τα θεμέλια από το αρχαίο τείχος, η βάση από τον φάρο και μέσα στη θάλασσα τα ερείπια από το λιμάνι. Επίσης στην **Κίρρα** υπάρχει βυζαντινό ξωκλήσι του **Αη Γιάννη**, νερόμυλος και θειομαγνησιούχος πηγή «**το Αγιόνερο**». Πιθανή ξενάγηση στον αρχαιολογικό χώρο της **Κίρρας** από ξεναγό της αρχαιολογικής υπηρεσίας. Για φαγητό μπορούμε να πάμε στην Ιτέα, Δελφούς στο Χρυσσό με τα περίφημα κρεατικά τους, ή και ακόμα στο Γαλαξίδι. Το απόγευμα επιστροφή στη Ν. Ιωνία με ενδιάμεση στάση για καφέ.

Διάρκεια πεζοπορίας 3.30 ώρες περίπου. Στο χρονοδιάγραμμα που αναφέρεται δεν συμπεριλαμβάνονται οι στάσεις ξεκούρασης στα διάφορα σημεία διαδρομής, 15.1 χλμ.

Αρχηγός: Κάθυ Ντόουσον

Κρατήσεις: Χρήστος Ιωάννου

ΜΟΝΟΗΜΕΡΗ ΕΚΔΡΟΜΗ ΣΤΟΝ ΜΑΡΑΘΩΝΑ

Στον τάφο των Αθηναίων, ο Σιμωνίδης έγραψε το παρακάτω επίγραμμα:

**Ελλήνων προμαχούντες Αθηναίοι Μαραθώνι,
χρυσοφόρων Μήδων εστόρεσαν δύναμιν**

Αμυνόμενοι υπέρ των Ελλήνων οι Αθηναίοι στον Μαραθώνα, κατέστρεψαν τη δύναμη των χρυσοντυμένων Περσών

Ο Μαραθώνας είναι κωμόπολη της βορειοανατολικής Αττικής και έδρα του ομώνυμου δήμου. Είναι από τους πιο ιστορικούς δήμους της Ελλάδας παγκοσμίως. Έγινε γνωστός από την ομώνυμη μάχη το Σεπτέμβριο του 490 π.Χ. μεταξύ Αθηναίων (Πλαταιών) και Περσών. Πήρε την ονομασία της από τον τοπικό ήρωα Μάραθο.

**...Οι αναμήσεις μας...
από την εκδρομή μας...**

Την Κυριακή στις 22 Απριλίου 2012, ξεκινήσαμε από τη Νέα Ιωνία και μετά από μία ώρα περίπου φτάσαμε στην περιοχή του Γραμματικού του Δήμου Μαραθώνα.

Η πεζοπορία μας ξεκίνησε από το Σέσι Γραμματικού με κατεύθυνση και τέλος της πορείας μας τον Αρχαιολογικό χώρο του ΡΑΜΝΟΥΝΤΑ. Μια απόσταση περίπου 8χλμ. μέσα σε ένα καταπράσινο τοπίο και μία καταπληκτική θέα δίπλα στο απέραντο γαλάζιο του Νότιου Ευβοϊκού. Μετά την επίσκεψή μας στον Αρχαιολογικό χώρο του Ραμνούντα:

Ο αρχαιολογικός χώρος του Ραμνούντα, καταλαμβάνει έναν λόφο ύψους 30 μέτρων που βρίσκεται πολύ κοντά στην θάλασσα ανάμεσα σε δύο όρμους. Το περιτειχισμένο τμήμα του καλύπτει έκταση 230 επί 270 μέτρων. Η κατασκευή των τειχών έχει γίνει από τοπικό μάρμαρο, από τον κοντινό όρμο της Αγίας Μαρίας. Μέσα στα όρια των τειχών ξεχωρίζουν οι ναοί της Νέμεσης και της Θέμιδας, ενώ έξω από τον περιτειχισμένο λατρευτικό χώρο διασώζονται ίχνη κατοικιών. Ο Ραμνούντας είναι από τους πιο απομονωμένους αρχαιολογικούς χώρους της Αττικής καθώς βρίσκεται σε μεγάλη απόσταση από μεγάλους οικισμούς. Τα τελευταία χρόνια παρουσιάζονται φαινόμενα εγκατάλειψης του αρχαιολογικού χώρου. Και μετά από μία ξενάγηση περίπου 2 ωρών από τον υπεύθυνο του Αρχαιολογικού χώρου, κάναμε ένα μικρό διάλειμμα για κολατσιό και καφέ, πριν αναχωρήσουμε για να επισκεφτούμε το Ολυμπιακό Κωπη-



λατοδρόμιο του Σχοινιά: Το Κωπηλατοδρόμιο του Σχοινιά ξεκίνησε τη λειτουργία του το 2004, καθώς φιλοξένησε τα αγώνισμα κωπηλασίας των Ολυμπιακών Αγώνων της Αθήνας. Συνολικού μήκους 2.250 μέτρων, χωρητικότητας 14.000 θέσεων, επιχειρεί με δειλά βήματα τους τελευταίους μήνες να αποκτήσει ζωή, καθώς για έξι ολόκληρα χρόνια περιοριζόταν απλά στη διεξαγωγή αγώνων κωπηλασίας και καγιάκ, ενώ λειτουργούσε ως προπονητικό κέντρο των εθνικών ομάδων της Ελλάδος.

Οι περισσότεροι από εμάς μπορέσαμε να κωπηλατήσουμε με "dragon boat" μέσα στον στίβο του κωπηλατοδρομίου.

Το μεσημέρι με μεγάλη όρεξη, φάγαμε σε τοπική ταβέρνα, και κάποιιοι κάνανε μια τελευταία βόλτα στο υπέροχο και μοναδικό πευκοδάσος του Σχοινιά.

Αργά το απόγευμα η όμορφη μονοήμερη εκδρομή μας είχε φτάσει πια στο τέλος της και έπρεπε να πάρουμε τον δρόμο της επιστροφής για την Νέα Ιωνία.

Έτσι λοιπόν αφήσαμε τον τελευταίο καφέ για την επόμενη φορά που θα επισκεφθούμε αυτόν τον ιστορικό τόπο, πού έχει τόσα πολλά ακόμα αξιοθέατα να μας παρουσιάσει! Σας περιμένουμε ξανά!

Τα Μέλη του Φ.Ο.Ν.Ι.
Αντώνης Αυγουστάκης & Πηνελόπη Μπαμπαλού

ΑΜΦΙΚΛΕΙΑ ΑΓ. ΙΕΡΟΥΣΑΛΗΜ (Αγιασαρλή)



Μετά την αναγνωριστική που έγινε από τον αρχηγό Ξέραμε όλοι, ότι είναι μια διαδρομή με καλή σήμανση και ακόμη καλύτερη... ανηφόρα που ξεκινά από την Αμφίκλεια (Δαδί, όπως είναι επίσης γνωστή) διασχίζει την εντυπωσιακή χαράδρα του Κεραμιδίου (ή της Βαρσάμωσ) και καταλήγει στην Μονή Ιερουσαλήμ (ή Αγιασαρλή, όπως την αποκαλούν οι ντόπιοι).

Το πρωινό του Σαββάτου 12/5/2012, τριάντα τέσσερις ένθερμοι οπαδοί της πεζοπορίας, με δυσκολία αφήσαμε το κουζούρι μας και στις 7π.μ. βρεθήκαμε όλοι στο γνωστό σημείο της Νέας Ιωνίας, ετοιμοπόλεμοι για την αναχώρηση. Φορέσαμε τα ορειβατικά μπουτάκια μας, πήραμε το σακιδιό μας με αδιάβροχο και ένα μπουκαλί νερό και ξεκινήσαμε για τον Παρνασσό. Προορισμός μας η Αμφίκλεια, που αποτελεί την ανατολική «πύλη» του Παρνασσού. Με συνεφιασμένο καιρό αλλά «ηλιούλουστη διάθεση» περνώντας ανάμεσα στα άλλα όμορφα χωριά, και από την Χαιρώνεια, πατρίδα του ιστορικού Πλούταρχου αλλά και θέατρο της γνωστής μάχης της Χαιρώνειας (338 π.Χ.) με το περίφημο λιοντάρι να μας τη θυμίζει, φτάσαμε στην Αμφίκλεια. Ο ουρανός σκοτείνιασε και μας υποδέχτηκε «κλαίγοντας δυνατά από την χαρά του». Η βροχή δεν μας πτόησε και καλυμμένοι με τα αδιαβροχά μας αρχίσαμε να ανηφορίζουμε, διασχίζοντας το φαράγγι της Βαρσάμωσ (πήρε το ονομά του από κάποια Βαρσάμω, που σκοτώθηκε εκεί μαζεύοντας σεληνόχορτα). Σε λίγο το έντονο καιρικό φαινόμενο σταμάτησε και έτσι συνεχίσαμε πιο άνετα να ανεβαίνουμε το ανηφορικό μονοπάτι. Οι στάσεις κατά την διάρκεια της ανάβασης ήταν πολλές για να πάρουμε μια ανάσα και να θαυμάσουμε το τοπίο της χαράδρας που είναι μοναδικό. Το μονοπάτι είναι καλά σηματοδοτημένο και γι' αυτό τον λόγο, οδηγός βουνού ήταν ο αρχηγός της εκδρομής, ο οποίος κρατούσε και τον ρυθμό της πεζοπορίας. Πολύ σημαντικό ρόλο έπαιξε επί-

σης και ο τελευταίος «σκούπα» που μάζευε ή περίμενε τους τελευταίους που Ξέπνοα ανηφορίζαν το μονοπάτι. Οι εναλλαγές του τοπίου πολλές με πολλά δένδρα, μεγάλες σάρες και πολλά ξέφωτα. Μετά από πορεία δύο ωρών φτάσαμε σε διακλάδωση όπου υπάρχουν ταμπέλες. Ακολουθώντας τον αριστερό κλάδο μετά από επτά λεπτά φτάνουμε στην εκκλησία της Αγίας Ιερουσαλήμ, η οποία είναι χτισμένη μέσα σε μία σπηλιά. Η εκκλησία αυτή λέγεται ότι χτίστηκε το 12ο αιώνα από ιππότες του τάγματος των Ναϊτών της 4ης Σταυροφορίας. Στο εκκλησάκι αυτό λέγεται ότι ασκήτευε Ιεροσολυμίτης μοναχός ή ασκητής και μπορεί κανείς πράγματι να δει μέσα σε αυτή το «κελί του παππού». Η θέα από το μπαλκόνι της εκκλησίας είναι ανεπανάληπτη. Αφού έγιναν οι απαραίτητες εξερευνήσεις και βγήκαν οι ομαδικές φωτογραφίες, επιστρέφουμε από τον ίδιο δρόμο και στην διακλάδωση συνεχίζουμε στον άλλο κλάδο. Περνάμε από μία μεγάλη σάρα και συναντάμε πηγές με καθαρό νερό. Εκεί, προς μεγάλη μας έκπληξη, ο αρχηγός συνεπικουρούμενος και από τον «σκούπα», μας είχαν ετοιμάσει μεζέδες με τσίπουρο. Μετά την κούραση ήρθε η γλυκιά απόλαυση του τσίπουρου σε ένα κατάφυτο περιβάλλον που το μόνο που ακούγαμε ήταν τα πουλιά, το θρόισμα των φύλλων και το γάργαρο νερό που κατακυλούσε στην πηγή.

Μετά από μισή ώρα ελαφρώς ζαλισμένοι, αρκετά χορτασμένοι και με χαρούμενη διάθεση αρχίσαμε να κατηφορίζουμε την πλαγιά του βουνού. Τώρα χρειαζόταν μεγαλύτερη προσοχή λόγω του ότι μπορούσαμε εύκολα να γλιστρήσουμε λόγω της κλίσης. Γιαυτό ο αρχηγός σοφά «διέταξε», οδηγός να γίνει τώρα ο «σκούπα». Έτσι, με σιγανό ρυθμό κατεβήκαμε όλοι ασφαλείς ως την είσοδο του φαραγγιού, όπου μας περίμενε το πούλμαν, για να μας μεταφέρει μέσα στην Αμφίκλεια.

Η Αμφίκλεια, που αποτελεί την ανατολική «πύλη» του Παρνασσού, είναι η εναλλακτική λύση για όσους θέλουν να χαρούν τις ομορφιές του Παρνασσού αποφεύγοντας την κίνηση της Αράχωβας. Έχει πολύ καλή ρυμοτομία και η βόλτα στα δρομάκια της σε αποζημιώνει.

Αφού απολαύσαμε ένα ωραίο γεύμα στα ταβερνάκια της Αμφίκλειας, επισκεφτήκαμε το Μουσείο Αρτου που βρίσκεται στη πλατεία του χωριού. Μοναδικό στο είδος του στην Ελλάδα, αυτό το Λαογραφικό Μουσείο του ψωμιού, έχει αναπαραστατικές εικόνες και υλικό απ' τον αγροτικό βίο και όπου μαθαίνει κανείς τα έθιμα που συνοδεύουν το ψωμί. Στο πολύ μοντέρνα διαμορφωμένο αυτό μουσείο, μπορεί κανείς να δει και αναπαραστάσεις από πολλά παλιά επαγγέλματα, που δεν υπάρχουν πια. Ο ήλιος αρχίζει να δύει και ο αρχηγός αποφασίζει ότι πρέπει να πάρουμε τον δρόμο της επιστροφής. Με βαριά καρδιά και βαρύ στομάχι (λόγω φαγητού) τον ακολουθούμε μέχρι το πούλμαν. Στην επιστροφή σταματήσαμε στον Λέοντα της Χαιρώνειας και βγάλαμε την κλασική ομαδική ΦΟΝΙ φωτογραφία. Αφήνοντας πίσω μας την Αμφίκλεια και τον Παρνασσό, η εθνική οδός μας οδηγεί πίσω στην αφετηρία μας. Καθώς βουλιάζουμε στα καθίσματά του πούλμαν αναπολούμε το ταξίδι που τελειώνει και σκεφτόμαστε το επόμενο που έρχεται....

Θένια Εμμανουήλ

ΤΡΙΗΜΕΡΗ ΕΞΟΡΜΗΣΗ στη ΣΕΡΙΦΟ



Ένας βράχος 75 τετρ. κλμ. στη μέση του Αιγαίου μας περίμενε για να τον εξερευνήσουμε με περιπάτους στην πανέμορφη Χώρα και κολύμπι στις υπέροχες αμμουδερές παραλίες του. Πήραμε το πρωινό πλοίο και το μεσημέρι, μετά από 5 ώρες ταξίδι περίπου φτάσαμε στο πανέμορφο και γαλήνιο κυκλαδίτικο νησί, τη Σέριφο. Από την πρώτη κιόλας μέρα κάναμε το μπάνιο μας, γιατί η θάλασσα ήταν ελκυστική και ο ήλιος έκαιγε. Φάγαμε τη ρεβιθάδα, τους μαραθοκεφτέδες, το φρέσκο ψαράκι, τη ξυνομυζήθρα και ήπιαμε φυσικά το αρωματικό τοπικό τους κρασί.

Μετά από λίγη ξεκούραση πήραμε το λεωφορείο της γραμμής και ανηφορήσαμε προς τη Χώρα, την πρωτεύουσα του νησιού. Είναι ένας γραφικός και όμορφος οικισμός, με μικρά λευκά σπιτάκια, που τυλίγονται γύρω από την κορυφογραμμή του λόφου. Επισκεφθήκαμε τον Μητροπολιτικό Ναό και το Δημαρχείο, που είναι ένα νεοκλασικό κτίσμα του 19ου αιώνα. Περιπατήσαμε τα στενοσόκακα της και απολαύσαμε τη μαγευτική θέα προς το λιμάνι και τις γύρω παραλίες.

Όχι σχετικά πρωί, πήραμε το λεωφορείο για να κάνουμε το γύρω του νησιού. Πέρασαμε από την Ψιλή Άμμο με την πανέμορφη παραλία, προχωρήσαμε προς τον Άγιο Ιωάννη και από εκεί φτάσαμε στο Μοναστήρι των Ταξιαρχών. Η κατασκευή του θυμίζει φρούριο καθώς διαθέτει ψηλό περίβολο και πολεμίστρες, μικρά ανοίγματα και μια και μοναδική είσοδο που για να μπει κανείς πρέπει να σκύψει. Από εκεί φύγαμε και πήγαμε σε ένα άλλο χωριό, την Παναγιά, οικισμός που δημιουργήθηκε το 19ο αιώνα. Κάναμε βόλτα στα σοκάκια του και ήπιαμε το καφέ μας στο καφεεντάκι της πλατείας. Φεύγοντας πέρασαμε έξω από τον Άσπρο Πύργο, τον Κουταλά και φτάσαμε στο Μεγάλο Λιβάδι, όπου

ήταν και ο τελευταίος προορισμός μας. Στα χρόνια της λειτουργίας των μεταλλείων, εδώ υπήρχε μια μικρή «ζωντανή» πολιτεία. Σήμερα έχουν απομείνει ως θλιβερά μνημεία του ένδοξου παρελθόντος, το Διοικητήριο, το μνημείο των ηρώων από την εξέγερση του 1916 για την καθιέρωση του οκταώρου, ένα εκθετήριο πετρωμάτων, λίγα ενοικιαζόμενα σπίτια και δύο ταβέρνες. Στην απέναντι ακτή ξεχωρίζει σκουριασμένη μια σκάλα φόρτωσης μεταλλευμάτων, μαζί με κάποια κτίρια, βαγονέτα και ράγες. Αφού απολαύσαμε μπάνιο και φαγητό, νωρίς γυρίσαμε στο ξενοδοχείο για να ετοιμαστούμε για το βραδινό μας γλέντι. Στις 9 το βράδυ μαζευθήκαμε όλοι στη Ταβέρνα το «ΦΑΓΟΠΟΤΙ» στο Λιβάδι. Φάγαμε, ήπιαμε, χορέψαμε και φυσικά με τη συντροφιά του φεγγαριού που εκείνο το βράδυ ήταν πανσέληνος. Αργά το βράδυ πάλι στο ξενοδοχείο μας.

Η επόμενη μέρα ήταν πολύ χαλαρή, αφεθήκαμε όλοι στην ξεκούραση, στο αργό ξύπνημα, αργά πήραμε το πρωινό μας και μετά βουτιές στη φανταστική θάλασσα της περιοχής στα Λιβαδάκια.

Στις 4 μ.μ. ο ΑΔΑΜΑΝΤΙΟΣ ΚΟΡΑΗΣ σάλπαρε και σε πέντε ώρες φτάσαμε στον Πειραιά. Υποσχέθηκα στους συνταξιδιώτες μου ότι κάθε χρόνο θα επιχειρούμε στις αρχές του καλοκαιριού μια έφοδο 2-3 ημερών σε κάποιο από τα τόσα όμορφα νησιά μας. Βέβαια τη Σέριφο, τη «σιδηρά νήσο» των Κυκλάδων, δεν πρόκειται να τη ξεχάσουμε γιατί η ιδιαίτερη ομορφιά της μαγεύει τους επισκέπτες από την πρώτη στιγμή.

Ευχαριστώ τον Φυσιολατρικό που μου έδωσε την ευκαιρία να οργανώσω και να ηγηθώ αυτής της εκδρομής ως αρχηγός και επίσης ευχαριστώ την υπαρχηγό Βάσω Τσοντάνογλου που βοήθησε στη σωστή έκβαση της.

Καίτη Ευκλείδου

ΓΡΕΒΕΝΑ ΒΑΛΙΑ ΚΑΛΝΤΑ



Αυτό το ταξίδι θεωρείται ταξίδι ζωής για πολλούς. Η προσμονή του τριημέρου, μας βοήθησε να ονειρευόμαστε τοπία εκπληκτικά. Η πραγματικότητα σας διαβεβαιώ ότι ξεπέρασε και τα πιο φανταστικά μας όνειρα. Σε αυτό συνέτηνε και η πολύ καλή οργάνωση που έχει αυτός ο όμιλος.

Σάββατο πρωί η συνάντηση όπως πάντα στο γνωστό σημείο του κεντρικού δρόμου της Νέας Ιωνίας. Ο καιρός απειλητικός για βροχή, αλλά εμείς χαρούμενοι γιατί έφτασε η ώρα του ταξιδιού. Το πούλμαν ξεκινάει στην εθνική οδό με προορισμό τα Γρεβενά. Το ψιλόβροχο μας καθημερίζει, αλλά μετά η εμφάνιση του ουράνιου τόξου μας υπόσχετα ότι ο καιρός στο υπόλοιπο της εκδρομής θα είναι συμμαχός μας.

Μετά από πολλά χιλιόμετρα και την απαραίτητη στάση στα Καμένα Βούρλα για καφεδάκι, φτάσαμε το μεσημέρι στα Μετέωρα για στάση μετά φαγητού. Οι όγκοι των Μετεώρων μας συντρόφευσαν με τον ίσκιο τους στο ταβερνάκι που καθίσαμε.

Το βουνό της Πίνδου μετά από αρκετή ώρα διαδρομής, μας καλωσορίζει και αντικρύζουμε από μακριά τα Γρεβενά σκαρφαλωμένα πάνω στο βουνό. Δυσκολεύεται να πιστέψεις ότι η περιοχή αυτή ήταν κάποτε βυθός μιας θάλασσας. Και όμως η Θάλασσα της Τηθύος κάποτε, πριν από δεκάδες εκατομμύρια χρόνια, κάλυπτε ολόκληρη την περιοχή. Ακολούθησαν οι παγετώδεις περίοδοι και στη συνέχεια το λιώσιμο των πάγων, που δημιούργησαν στην περιοχή πολλές «αλπικές» λίμνες οι οποίες ακόμη την κοσμούν: οι δρακόλιμνες. Τώρα η περιοχή του νομού Γρεβενών, τμήμα της οροσειράς της Πίνδου, είναι γεμάτη από απέραντα δάση κωνοφόρων και πλατύφυλλων και άφθονα νερά που πηγάζουν από τις κορυφές των βουνών.

Πρώτη μας στάση στα Γρεβενά είναι το Γεφύρι του Αζίζ Αγά, κτισμένο περίπου το 1800μ.χ. Η τοποθεσία του

εκπληκτική. Δεσπόσει στην περιοχή με τον Βενέτικο ποταμό να διασχίζει τη βάση του. Έχει το ψηλότερο τόξο και είναι όλο φτιαγμένο από πέτρα, που χτίστηκε με τα χέρια επιδέξιων μαστόρων από την περιοχή. Πολλές μυθολογίες υπάρχουν για την κατασκευή του και όλες τις πιστέψαμε βλέποντας την τέλεια συμμετρία του γεφυριού. Μετά τις απαραίτητες φωτογραφίες και την ξενάγηση του επικεφαλής του συλλόγου OVERLAND, που έχει αναλάβει την περιήγηση και ξενάγησή μας, κατευθυνθήκαμε στο χωριό Λάβδας όπου είναι το Μουσείο Μανιταριών. Μην ξεχνάμε ότι το σύμβολο της πόλης των Γρεβενών είναι το μανιτάρι και δίκαια, καθώς τα μανιτάρια είναι πανταχού παρόντα και συμβάλλουν σημαντικά στην οικονομική ανάπτυξη της περιοχής. Στο Μουσείο μάθαμε πολλά για τις ποικιλίες των μανιταριών και πως να ξεχωρίζουμε τα τοξικά από τα «καλά». Μετά το τέλος του σεμιναρίου αυτού πάντως όλοι μαζί αποφασίσαμε να αφήσουμε τους ειδήμονες να μαζεύουν τα μανιτάρια και εμείς να μην ασχοληθούμε. Εμείς το μόνο που μπορούμε να κάνουμε σωστά είναι να θαυμάζουμε τη ομορφιά τους.

Με τη δύση του ηλίου φτάσαμε στο Ξενοδοχείο, που βρίσκεται σε μεγάλο υψόμετρο με καταπληκτική θέα. Η θέα των κατάφυτων βουνοκορφών αξεπέραστη σε ομορφιά. Η καταπράσινη κοιλάδα απλωμένη μπροστά μας ξεκούραζε το βλέμμα μας.

Το πρωινό της δεύτερης μέρας μας βρήκε στον δρόμο για τη Βάλια Κάλντα. Μετά από 30 χιλιόμετρα μας παρέλαβαν δέκα τζιπ 4X4 του συλλόγου της Πίνδου. Όλοι οι άνθρωποι του Συλλόγου (οδηγοί των τζιπ) φυσιολάτρεις και λάτρεις της περιοχής τους. Πολύ καλοί γνώστες της πανίδας και χλωρίδας της Πίνδου. Αξεπέραστος όμως ο επικεφαλής του συλλόγου Απόστολος Διανέλος, δασολόγος με πολύ καλές γνώσεις. Τα κύρια όμως χαρακτηριστικά του είναι η μεταδοτικότητα και η ευγένεια



που διαθέτει. Προορισμός μας η κοιλάδα της Βάλια Κάλντα. Αφού ανεβήκαμε στα 1.700 μέτρα υψόμετρο στη θέση «αυγό», αρχίσαμε να κατηφορίζουμε για την κοιλάδα, η οποία βρίσκεται στα 1.300 μέτρα. Δεν θα κουραστώ ποτέ να επαναλαμβάνω ότι το τοπίο όλης της Πίνδου είναι εκπληκτικό και σε κάθε στροφή βγάζαμε κραυγές θαυμασμού. Τα αιωνόβια δένδρα που βλέπαμε έχουν 40 και 50 μέτρα ύψος. Όταν φτάσαμε στο κέντρο της κοιλάδας μας περιστοιχίσαν οι βουνοκορφές της οροσειράς. Σε μια σύντομη περιήγηση με τα πόδια μάθαμε πολλά για τη ζωή του δάσους και πως αυτή επιβιώνει ανέπαφη εκατοντάδες τώρα χρόνια. Μετά μία ώρα, στο τέλος της κυκλικής διαδρομής, μας περίμεναν οι οδηγοί των τζιπ με έτοιμα πιάτα για το πικ νικ που είχαν ετοιμάσει για εμάς. Πικνίκ στο πιο ωραίο σκηνικό της φύσης υπό τους ήχους των πουλιών, των δένδρων και του ποταμού που κυλάει μέσα στην κοιλάδα, σε χρωματισμούς και ήχους που αιχμαλωτίζουν τις αισθήσεις και απελευθερώνουν την ψυχή. Το τσιπουράκι έδωσε τον τόνο της απελευθέρωσης και της αγαλίαςσης.

Το απόγευμα με βαριά καρδιά εγκαταλείψαμε τη Βάλια Κάλντα αφού υποσχεθήκαμε ενδόμυχα ότι θα ξανάρθουμε. Το βραδινό φαγητό στην Αετιά, ένα από τα Βλαχοροχώρια χόρτασε και το σώμα μας αφού είχαμε χορτασμένη ήδη την ψυχή μας.

Ξημέρωσε η τρίτη μέρα του ταξιδιού μας και ήδη είμασταν γεμάτοι από παραστάσεις. Πρωί-πρωί ξεκινήσαμε με τα 4X4 να πάμε να γνωρίζουμε τις δρακόλιμνες. Αρχίσαμε την πορεία μας στη βόρεια πλευρά της Πίνδου. Καθώς ανεβαίναμε σε υψόμετρο ο καιρός συνέφιασε και ομίχλη μας περιέβαλε. Εμείς ακάθεκτοι συνεχίσαμε για τον προορισμό μας. Αφού ανεβήκαμε στα 1700 μέτρα είδαμε ότι είμασταν πάνω από την ομίχλη. Η αίσθηση αυτή σε τόσο μεγάλο υψόμετρο δίνει στον άνθρωπο την εντύπωση ότι είναι ικανός για τα πάντα. Αφού μπήκαμε

στο δάσος αφήσαμε τα αυτοκίνητα και πεζοπορώντας πήγαμε να βρούμε τη δρακόλιμνη. Ξαφνικά μετά από αρκετή ώρα πορείας με ανεβοκατεβάσματα αντικρίσαμε σε ένα άνοιγμα τη λίμνη. Η άγρια βλάστηση γύρω γύρω παρέχει στη λίμνη την απομόνωση που χρειάζεται ώστε να μπορεί ανενόχλητη τόσα χρόνια να προστατεύει και να φιλοξενεί την πανίδα της περιοχής. Ο χωροχρόνος εδώ ακολουθεί τον δικό του ρυθμό που μας παρακινεί να φανταστούμε ότι γύρω μας υπάρχουν και μας συντροφεύουν αρκούδες, ζαρκάδια, αγριοκάτσικα και λύκοι.

Η επόμενη στάση μας ήταν στη μεγαλύτερη δρακόλιμνη της Πίνδου στα 1960 μέτρα υψόμετρο σε ένα οροπέδιο. Οι δρακόλιμνες στα αλπικά επίπεδα συμπληρώνουν αρμονικά το τοπίο και δίνουν την αίσθηση ότι η απέναντι χιονισμένη κορυφή του Σμώλικα καθεφτίζεται στα νερά τους. Ο καιρός συνέφιασε πολύ λες και συμμετείχε στη στεναχώρια μας, που σε λίγο θα εγκαταλείπαμε αυτή την περιοχή. Μικρή στάση για φαγητό στην πλατεία της Σαμαρίνας, χωριό χιλιотραγουδισμένο.

Το απόγευμα αφού χαιρετίσαμε και ευχαριστήσαμε τους οδηγούς μας επιβιβαστήκαμε στο πούλμαν και ξεκινήσαμε για την επιστροφή. Κοιτούσα σιωπηλή από το παράθυρο αφηρημένα, τα χιλιόμετρα να φεύγουν γιατί η φαντασία μου έτρεχε εκεί πίσω στην Πίνδο. Είμωνα χωμένη στα ψηλά δένδρα της Βάλια Κάλντα, κατακλυούσα γελώντας στην πλαγιά με τα άγρια λουλούδια, έτρεχα να ανέβω στο γεφύρι του Αζίζ Αγά, πετούσα πέτρες στον Βενέτικο ποταμό, βουτούσα στη δρακόλιμνη και σήκωνα ψηλά τα χέρια στο κέντρο του οροπέδιου να ευχαριστήσω αυτόν που μου έδωσε την ευκαιρία να ζήσω την εμπειρία αυτού του ταξιδιού.

Χρυσούλα Θεοφανοπούλου

ΠΑΠΙΓΚΟ ΔΡΑΚΟΛΙΜΝΗ



Μπορεί να φανταζόμασταν αλλά σίγουρα δεν ξέραμε. Περνώντας την πύλη που διαχωρίζει κάθε πεζοπορικό προορισμό από το «κανονικό», το μονοπάτι μας οδήγησε σε ένα δάσος πυκνής βλάστησης πιτσιλισμένο από μοβ, κίτρινα και λευκά ανθάρια που τραβούσαν με επιμονή το βλέμμα μας. Ελέγχουμε τις τσάντες μας, ετοιμαζόμασταν, αναρωτιόμασταν, έχουμε ότι χρειάζεται; Κάποιος κάτι ξέχασε, κάποιος δυσανασχέτησε, κάποιος ανησύχησε και πριν το καταλάβουμε είχαμε ήδη φτάσει στις πρώτες πηγές. Γεμίσαμε και συνεχίσαμε. Απολαύσαμε το δάσος και το συγκρίναμε με άλλα που 'χουμε δει σε ταινίες. Αυτό το δάσος όμως δε το είδαμε μόνο, το περπατήσαμε. Αραίωνε η βλάστηση και δυνάμωνε η κουβέντα μεταξύ μας, μοιραζόμασταν τα άγχη μας για τη διαδρομή, τις εμπειρίες μας, συμβουλές, ιδέες. Η θέα από την πρώτη μεγάλη μας στάση αποδεικνύει ότι είχαμε φτάσει πιο ψηλά απ' όσο μπορούσαμε να αντιληφθούμε. Μετά από λίγο ζωστήκαμε και συνεχίσαμε. Συγκρίναμε, κρίναμε, φανταζόμασταν, αλλά σίγουρα δεν ξέραμε. Με σταθερό βήμα και ρυθμό, μπροστά η αρχηγός μας, μας είπε πώς να παίρνουμε σωστές ανάσες και μας εξήγησε τις συνέπειες της υψομετρικής διαφοράς που εκτός από τον τρόπο που τις βίωνε ο καθένας μας, ήταν πλέον έκδηλες και στην τρίγυρω φύση.

Τη σταδιακή μετάβαση από το δασικό στο αλπικό σηματοδότησαν τα λευκά κορμιά δέντρων που στέκονταν όρθια ακόμα κι αν ο πάγος τα είχε αφήσει χωρίς πνοή. Στα δεξιά μας οι κορφές της Τύμφης, τόσο επιβλητικές όσο και τότε που τις κοίταζα με τα μάτια του δεκάχρονου παιδιού. Η ανάγκη του ανθρώπου να καταλάβει τη φύση έθρεψε την ανάγκη μας να επιβεβαιώσουμε ότι τα λευκά διαλλείματα στο γκριζό του βουνού ήταν αυτό που φανταζόμασταν και τίποτε άλλο. Δεν ξέραμε και δε το συχωρούσαμε αυτό στη φύση. Κάποιος τολμηρός θέλησε να φτάσει ως εκεί για να σιγουρευτεί, αλλά η φωνή της ομάδας επικράτησε και στα μισά τον γύρισε πίσω. Δεν μάθαμε. Και τι να πω για τις εικόνες, φτωχή η γλώσσα. Πίσω

μας βουνά, δεξιά μας οι κορφές, αριστερά εναλλαγές πράσινου και γκρι, μπροστά μας ο δρόμος μας. Κουραζόμασταν αλλά αντλούσαμε δύναμη από το παραφυσικό της εικόνας πώς γίνεται τόσο ομορφιά. Δεν ξέραμε. Η τελική «ευθεία» που μας χώριζε από το καταφύγιο μας πήρε κάτι τελευταίες δυνάμεις. Ανεβήκαμε και ανταμειφθήκαμε ανάλογα. Ήμασταν περήφανοι, τα είχαμε καταφέρει! Καφεδάκι και κορυφές. Κοίτα τι κάναμε είπαμε κάποιος, απίστευτο! Πίσω μας το βουνό που ανεβήκαμε, μπροστά μας το βουνό που μας περίμενε. Στόχος μας η Δρακόλιμνη. Αυτό ξέραμε! Η αρχηγός μας έδειξε το επόμενο μονοπάτι. Τι λέτε μπορούμε;

Γνέψαμε καταφατικά και ξεκινήσαμε. Οι εναλλασσόμενες εικόνες, η μια πιο μαγευτική από την άλλη μας οδήγησαν μέσα από σάρες και πρινα μονοπάτια στη λίμνη που δε

στοζε αδιάφορα. Ήταν εριστικά πανέμορφη, σ' ένα τοπίο πάζλ του οποίου η τελική σύνθεση μας αφόπλισε. Συναντήσαμε ένα ζευγάρι που επέστρεφε από τη Δρακόλιμνη. «Είναι πολύ μακριά», μας τρόμαξαν τα λόγια τους. «Τι να σας πω, καλό κουράγιο». Στα όρια της κούρασης και της ευτυχίας, το σώμα πλέον βαρύ και ανυπάκουο, απέκτησε δική του θέληση. «Να με αφήσετε εδώ στο λιβάδι, καλά είναι», ψιθύρισε, μα έκανα πως δεν ακούω. Είπαν πως ο δρόμος είναι μακρύτερος απ' όσο φαίνεται. Δε βλέπουμε λέει το δυσκολότερο κομμάτι. Έκανα πως δεν άκουσα. Συνεχίσαμε προς την κατοικία του δράκου που καθόλου καλά δεν τα πήγαινε με αυτόν του Σμόλικα και έτσι βρίσκονταν μονίμως σε αντιδικία. Έτσι βήμα βήμα, αναπνοή αναπνοή, ο ένας μετά τον άλλο οι φόβοι μας κατέρρεαν, ήμασταν πλέον πολύ κοντά για να παραιτηθούμε. Ήμασταν σχεδόν εκεί. Δεν θα με πιστέψετε αν σας πω πως σε κάποιους από εμάς αυτό που αντικρίσαμε δεν έκανε καμία εντύπωση. Μια κυρία πιο πριν μου 'πε πως την έπιασε δέος. Εμείς κάτσαμε, πήραμε μερικές από τις χαμένες μας ανάσες, ανάψαμε ένα τσιγάρο και σκεφτήκαμε φωναχτά, «Αυτή είναι η Δρακόλιμνη;» Δε μας έφτασε. Ή μήπως είχαμε δει τόσες εικόνες, τόσα τοπία, τόσο ομορφιά που δε χωρούσε άλλο; Ή μήπως είμαστε από τη φύση μας εριστικοί και έχουμε την ύβρη εύκολη;

Ναι ναι ναι! Φτάσαμε, τα καταφέραμε, είδαμε τους τρίτωνες, βγάλαμε φωτογραφίες, βάλουμε τα πόδια μας στα παγωμένα νερά της λίμνης κι αυτή μας τα ξεκούρασε. Τα πυκνά μαύρα σύννεφα που κάλυψαν την Αστράκα μας θύμισαν πως δεν ανήκουμε εκεί. Σχεδόν κυνηγημένη και με λαχτάρα να φτάσει το καταφύγιο και το μεσημεριανό που της είχαν τάξει, η ομάδα πήρε το δρόμο της επιστροφής. Δεν ξέρω αν ξεκινήσαμε ομάδα, μετά από την κοινή μας επιτυχία, όμως είχαμε κάτι να μας ενώνει. Πέρασαμε έναν καταρράκτη που είχε ξεφυτρώσει απ' το πουθενά, ταλαιπωρηθήκαμε ιδιαίτερα στα τελευταία βήματα πριν το καταφύγιο, και μετά από καλή ξεκούραση ξεκινήσαμε ξανά, αυτή τη φορά για τον τελικό δρόμο της επιστροφής.

Στέλλα Νούτσου

ΚΥΝΗΓΙ ΘΗΣΑΥΡΟΥ 2012



Εδώ και ένα μήνα στα γραφεία του Φυσιολατρικού Ομίλου Νέας Ιωνίας όλο το Διοικητικό Συμβούλιο ήταν στο πόδι για την ετοιμασία και το στήσιμο του παιχνιδιού (Κυνήγι Θησαυρού).

Και να που έφτασε η μέρα για να πραγματοποιηθεί. Σαββάτο πρωί 12/5/2012, Βαθμολογητές, Σταθμάρχες, Επιτηρητές και υπεύθυνοι Παιχνιδιών βρισκόντουσαν στο πόστο τους.

Όλα τα παιδιά της Νέας Ιωνίας από Δημοτικά, Γυμνάσια και από άλλους οργανισμούς στο πόδι για να βρουν τον Θησαυρό.

Ένα παιχνίδι που εδώ και πολλά χρόνια ανελλιπώς διοργανώνεται από τον Φυσιολατρικό Όμιλο Νέας Ιωνίας με την βοήθεια του Δήμου Νέας Ιωνίας.

Η εκκίνηση εδόθη το πρωί του Σαββάτου στις 09.00 από το κλειστό Γυμναστήριο των Πευκακίων αφού προηγουμένως εδόθησαν οι απαραίτητες οδηγίες και διευκρινήσεις για το πώς παίζεται το παιχνίδι από τους αρμοδίους.

Είκοσι ένα ομάδες ξεχύθηκαν στους δρόμους της Νέας Ιωνίας για το θησαυρό.

Οι σταθμοί του παιχνιδιού αριθμούσαν 8 και η αγωνία των παιδιών μεγάλη.

Η Δημοτική αστυνομία παρούσα για την ασφάλεια των παιδιών.

Οι δοκιμασίες πολλές, τόσο σε ερωτήσεις γνώσεως και παρατηρητικότητας, όσο και δεξιοτεχνία σε παιχνίδια όπως ψάρεμα, κρίκος και άλλα.

Στην διεξαγωγή του παιχνιδιού βοήθησαν: Οι Παλαιοί Πρόσκοποι, ο σύλλογος Γονέων και Κηδεμόνων και το περιοδικό ΠΑΝΟΡΑΜΑ ΑΓΟΡΑΣ Ν. ΙΩΝΙΑΣ που φρόντισε να συγκεντρώσει δώρα για τα παιδιά.

Οι ομάδες που βρήκαν τον θησαυρό είναι:

Πρώτη Ομάδα Crazy Foxies

Δεύτερη Ομάδα Καβουροπάτες

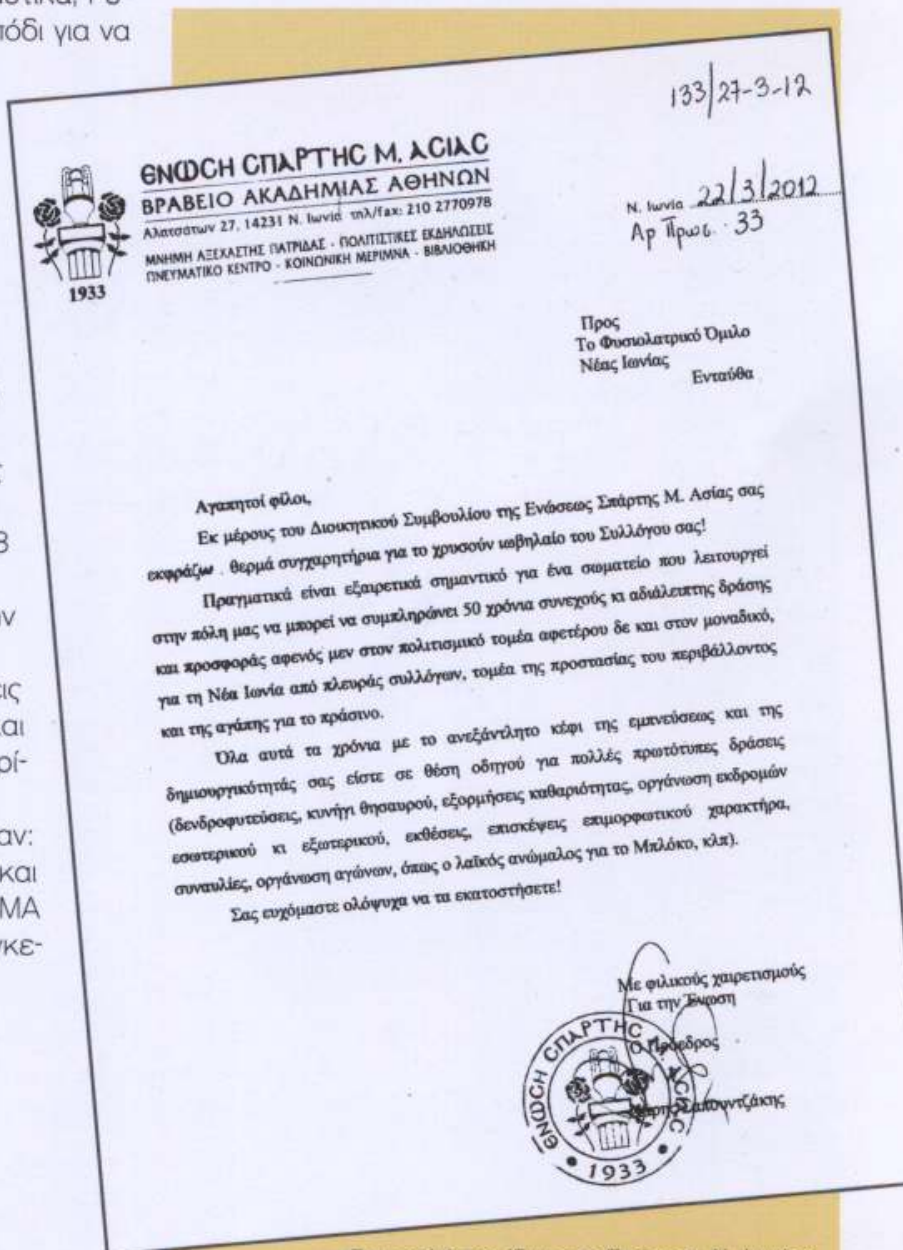
Τρίτη Ομάδα Τσαούσιδες

Τέταρτη Ομάδα Καλογρέζα City

Πέμπτη Ομάδα ΑΟΠ Περισσού

Βέβαια ευχαριστούμε και τους Διευθυντές των Σχολείων και Γυμνασίων που παρότρυναν τους μαθητές να λάβουν μέρος στο παιχνίδι.

Στο τέλος έγινε η απονομή αναμνηστικών μεταλλίων στους νικητές από τον Δήμαρχο Νέας Ιωνίας κ. Γκότση Ηρακλή και τον Πρόεδρο του Φυσιολατρικού Ομίλου Νέας Ιωνίας, κ. Λιβέρη Στέφανο.



Επιστολή της Ένωσης Σπάρτης Ν. Ιωνίας για το Χρυσό Ιωβηλαίο του συλλόγου μας.

ΕΚΔΡΟΜΕΣ & ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ ΠΟ



Καστανίτσα



Κάψια Μαντινείας



Βάλια Κάλντα



Σέριφος

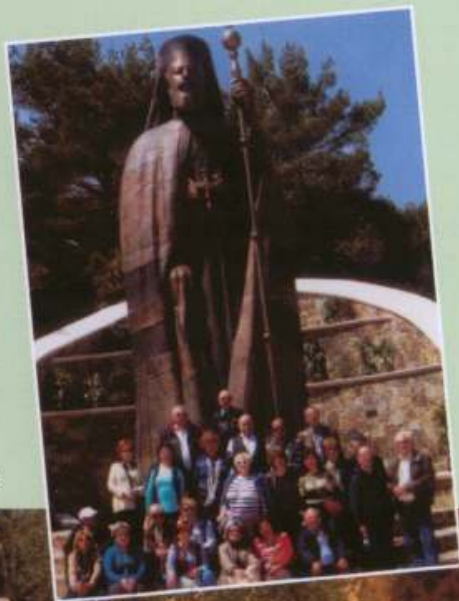


Επάνω: Οι διατελέσαντες Πρόεδροι του Φ.Ο.Ν.Ι. στην διάρκεια των 50 χρόνων.
Η φωτογραφία από την εκδήλωση των 50 χρόνων.
Κάτω: Ο Πρόεδρος της Ομοσπονδίας Εκδρομικών Σωματείων Ελλάδας κ. Ανδρέας Αντωνόπουλος βραβεύει για τα 50 χρόνια, τον Πρόεδρο του Φ.Ο.Ν.Ι. κ. Στέφανο Λιβέρη.



Καστανιά

πραγματοποιήσαμε...



Κύπρος



Καταφύγιο
Δρακόλιμνη - Πάπιγκο



Κυνήγι του Θησαυρού 2012

Κάντε... botox με τη δύναμη της φύσης!

Natiria. Μία μοναδική σειρά φυσικών, χειροποίητων καλλυντικών με προσωπικό χαρακτήρα, υψηλή ποιότητα και ασφάλεια. Η κρέμα άμεσης σύσφιξης (like botox) της **Natiria** περιέχει έναν εξαιρετικά πλούσιο συνδυασμό "πεπτιδίων", που δρουν όπως το "Botox" και σε συνδυασμό με το νυχτολούλουδο ενεργοποιούν το κολλαγόνο του δέρματος γεμίζοντας και τις πιο βαθιές ρυτίδες. Η επιδερμίδα γίνεται αισθητά πιο λαμπερή, σφριγηλή και ελαστική, το περίγραμμα του προσώπου τονώνεται, οι ρυτίδες έκφρασης μειώνονται. Γυρίστε το χρόνο πίσω με τη δύναμη της φύσης. **Δερματολογικά ελεγμένα.**



NATIRIA
NATURAL HANDMADE COSMETICS

Τη σειρά **Natiria** θα βρείτε αποκλειστικά στο φαρμακείο "Γιάννα Περγαντά" Μεσολογίου 40, Νέα Ιωνία, Τηλ. 210 2777430, www.perganda.gr

NEA ΜΕΛΗ
τον ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΟΥ

- Μυριάλλη Άννα
- Παπαγεωργίου Μαρία
- Δασκαλοπούλου Μαρίνα
- Μωυσιάδου - Δεληγιαννίδου
Ελένη
- Χατζηπαναγιώτου Βασιλική
- Αναγνωστόπουλος Θεόδωρος
- Αυγουστάκης Αντώνιος
- Γεωργακοπούλου Αναστασία
- Νικολάκη Αικατερίνη
- Κολιάτσου Μαρία
- Θεοφανόπουλος Νικήτας
- Κοζόμπολη Αναστασία
- Οικονόμου Ιωάννης
- Λάμπρου Θεοδώρα
- Χαρατσάρη Ισμήνη
- Σασσάλου Δήμητρα
- Ντάμπου Σταυρούλα
- Νικολαΐδου Αιμιλία



Επιπλα
ΤΗΝΙΑΚΟΣ

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

ΤΗΛ. ΚΕΝΤΡΟ:

210 27 94 755

ΗΛΙΟΥΠΟΛΗ

Λ. Βουλιγαμένης 393

ΧΑΛΑΝΔΡΙ

Αγ. Παρασκευής 101

ΝΕΑ ΙΩΝΙΑ

Ελ. Βενιζέλου 132

ΝΙΚΑΙΑ

Π. Ράλλη 169

www.tiniakos.gr

e-mail: epipla@tiniakos.gr



ακρέπη

ΟΠΤΙΚΑ • ΦΑΚΟΙ ΕΠΑΦΗΣ



28ης Οκτωβρίου 36, Ν. Ιωνία

τηλ.: 210 2777815, fax: 210 2777825

e-mail: opticaakrepi@yahoo.gr

Εταμ travel

ΕΝΟΙΚΙΑΣΕΙΣ ΤΟΥΡΙΣΤΙΚΩΝ ΛΕΩΦΟΡΕΙΩΝ

ΕΙΣΙΤΗΡΙΑ ΕΣΩΤΕΡΙΚΟΥ-ΕΞΩΤΕΡΙΚΟΥ

ΠΑΚΕΤΑ ΕΚΔΡΟΜΩΝ