



ΚΥΤΤΑΡΟ

Ιερισσού

www.kyttaro.eu

ΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΟ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ ΕΝΤΥΠΟ

ΤΕΥΧΟΣ 11/2015



"Μαύρο Αλώνι" (Φωτογραφία της Στρούνη Ελένης)

Ο Μάλαμας ροβόλαγε νά πᾶ νά
[προσκυνήση
Οί γέροντες πηγαίνουν μπροστά, κατόπιν
[ό Μαλάμας
Στό δρόμο όπου πήγαινε, στο δρόμο
[πού πηγαίνει
Μάλαμας κοντοστάθηκε, τούς γέροντας
[φωνάζει:
«Για σταματάτε, γέροντες, κάτι να
[σᾶς ρωτήσω
Απόψε είδα στὸν ὕπνο μου, στὸν ὕπνο
[πού κοιμόμουν
Τὸ δαμασκή μου τό σπαθὶ ἐρράγισε
[στή μέση
Καί τό μακρὺ τουφέκι μου δέν ἔτρωγε
[μπαροῦτι
Τ' ὄνειρό μου γέροντες εἶναι κακό
[σημάδι
κλπ.
Καί μετὰ τοῦτο ἡ ἐπωδός:
Ἄναψε τό φαναράκι καί κατέβα στο
[γυαλό
Λύσε μου τό παλαμάρι, κι' αἴντε,
[κόρη μ' στό καλό.

ΤΟ ΤΡΑΓΟΥΔΙ ΤΟΥ ΜΑΛΑΜΑ

Κείμενο : ΧΡΗΣΤΟΣ ΚΑΡΑΣΤΕΡΓΙΟΣ

Ένα από τα ξεχασμένα τραγούδια της Ιερισσού, από την εφημερίδα «ΦΩΣ», Ιούλιος 1929.

Σε σχετική έρευνα του αρχαιακού υλικού της ομάδας του «Κυττάρου» την προσοχή μας τράβηξε ένα από τα ξεχασμένα τραγούδια της Ιερισσού, το τραγούδι του «Μάλαμα». Το ονομάσαμε έτσι λόγω του ομώνυμου κεντρικού ήρωα των στοίχων.

Αναφέρεται στη παράδοση ενός οπλαρχηγού, πιθανόν της Ιερισσού, μετά από προτροπή των γερόντων'.

Το τραγούδι το σώζει ο δημοσιογράφος Π. Ξ. Ζαριφόπουλος στην εφημερίδα «ΦΩΣ» τον Ιούλιο του 1929. Το αντέγραψε όπως το άκουσε να το τραγουδούν οι κοπέλες' της Ιερισσού «με την γλυκόλαλη φωνή τους» περπατώντας στα σοκάκια της όμορφης κωμόπολης. Γράφτηκε με αφορμή την παρουσίαση της Ιερισσού την εποχή αυτή σ' ένα γλαφυρό άρθρο του συγγραφέα που περιγράφει τις ομορφιές αλλά και τα προβλήματα της κωμόπολης

λίγο πριν τον καταστροφικό σεισμό του 1932'.

Το τραγούδι είναι άγνωστο στη σημερινή Ιερισσό. Στοιχεία που παραθέτει όπως «Τό δαμασκή μου τό σπαθί» και «τό μακρὺ τουφέκι μου» μαρτυρούν την παλαιότητά του. Θυμίζει την παράδοση των Χαλκιδικιωτών και φυσικά των Ιερισσιωτών στο τέλος της επανάστασης τον Δεκέμβριο του 1821.

Όσοι δε κατέφυγαν στα νησιά, μετά την καταστροφή, βρήκαν καταφύγιο στο Άγιο Όρος. Από πηγές γνωρίζουμε ότι πολλοί Ιερισσιώτες επαναστάτες διέμεναν με τα γυναικόπαιδα τους στο κτίριο της παλιάς Αθωνιάδας. Ύστερα από τις διαβεβαιώσεις που έδωσε ο Μεχμέτ Εμίν πασάς σε πρόκριτους, ότι δε θα πειράξει όσους προσκυνήσουν, οι κάτοικοι πήραν τον δρόμο της επιστροφής. Η παράδοση τους επισφραγίστηκε με το προσκύνημα στην Πύλη που συμβολικά τη σηματοδότησε το πέρασμα των επαναστατών κάτω από 2 τουρκικά σπαθιά'.

Μήπως σ' αυτό το γεγονός αναφέρεται το τραγούδι; Δυστυχώς ένα μεγάλο μέρος του δε σώζεται και δύσκολα μπορούμε να το ταυτοποιήσουμε σίγουρα, όσο κι αν είναι δελεαστικό, με το ειρημένο γεγονός.

Με την παράδοση αυτή κλείνει η τραγικότερη όσο και ηρωικότερη σελίδα της ιστορίας της Χαλκιδικής. Τη θυμίζει κάθε χρόνο το έθιμο «στου μαύρου νιου τ' αλώνι» στην Ιερισσό που από τότε γιορτάζεται με λαμπρότητα αλλά και με ευλάβεια στο πρώην μετόχι της μονής Ζωγράφου.

Τα τελευταία χρόνια η έρευνα για την επανάσταση του 1821 στη Χαλκιδική μας δίνει νέα στοιχεία και πληροφορίες. Ηρωικές στιγμές της επανάστασης έρχονται στο φως και πλήθος ξεχασμένων ηρώων περιμένουν τη στιγμή της δικαίωσης.

Διαβάστε ανωτέρω το ξεχασμένο σήμερα Ιερισσιώτικο τραγούδι: συνέχεια στην σελ. 3 >>

ΣΕΛ. **16** ΤΟ ΚΥΤΤΑΡΑΚΙ
Κείμενο: ΣΩΤΗΡΗΣ ΜΠΟΓΡΗΣ
Το κύτταρο αγκαλιάζοντας τους μικρούς μαθητές, φιλοξενεί στις σελίδες του εργασίες

ΣΕΛ. **5** Ο ΝΙΚΟΣ ΛΥΓΕΡΟΣ ΣΤΗΝ ΙΕΡΙΣΣΟ
Κείμενο: ΘΕΟΛΟΓΙΑ ΚΟΥΤΣΟΥΠΗ
Η πίστη ότι όλοι έχουμε χρέος να συμπαρασταθούμε στον τόπο μας, την κρίσιμη αυτή για το μέλλον του εποχή.....

ΣΕΛ. **21** Η ΟΜΑΔΑ ΝΕΩΝ ΤΗΣ ΑΚΑΝΘΟΥ
ΠΡΩΤΑΘΛΗΤΡΙΑ ΧΑΛΚΙΔΙΚΗΣ 2015
Κείμενο: ΠΗΓΗ ΧΑΣΑΠΗ
Πρωταθλήτρια Χαλκιδικής στέφθηκε για δεύτερη συνεχή χρονιά η ομάδα Νέων της Ακάνθου

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

1. Το τραγούδι του Μάλαμα
Χρήστος Καραστέργιος

3. Δυο λόγια για το 4ο Χορωδιακό Φεστιβάλ
Δ.Σ Πολιτιστικού Συλλόγου "Ο Κλειγένης"

4. Τ' Αγιαθοδώρα
Αλκιβιάδης Κούμαρος

5. Ο Νίκος Λυγερός στην Ιερισσό
Θεολογία Κουτσούπη

6. Η Αργύρης τς Χάδους
Γιάννης Μαρίνος

7. Ο Χαράλαμπος
Γιώργος Τσιριγώτης

8. Ο Ακάνθιος ρήτορας Κλειγένης
Χρήστος Καραστέργιος

10. Κάποτε στην Ιερισσό
Χρήστος Καραστέργιος

14. Η τέχνη της βαρελοποιίας στην Ιερισσό
Ελεονώρα Γκαγκάνα

16. Το κυτταράκι
Σωτήρης Μπόγρης

17. Το παιχνίδι δε σταματά ποτέ
Σοφία Υψηλάντη - Κώστας Κούλιας

17. Οι οικονομικές συνέπειες της παχυσαρκίας
Μαρία Λαγόντζου

18. Κρυφά χαρίσματα
Κώστας Υψηλάντης

20. Κλιματική αλλαγή και τουρισμός
Βιβή Λεμπίδα

21. Η Ομάδα Νέων της Ακάνθου πρωταθλήτρια Χαλκιδικής 2015
Πηγή Χασάπη

23. Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης
Ειρήνη Κορδερά

24. Κολομπάρωπιτα ή κουλουμπάρου
Θεολογία Κουτσούπη

Η Ιερισσός και τα τραγούδια της



Το ισχυρότερο στοιχείο ταυτότητας της πολιτιστικής μας κληρονομιάς είναι τα τραγούδια μας, τα οποία διατηρούν μεγάλη μουσική και φιλολογική αξία. Τα γνωστά τρία CD, στα οποία είναι ηχογραφημένα πενήντα οκτώ τραγούδια της Ιερισσού, και το νέο CD "Να φουρκαλώ τη θάλασσα ν' αράζουν τα καράβια" με δεκαοκτώ τραγούδια μπορεί κανείς να τα προμηθευτεί από τον κύριο Δημήτρη Χρυσούλη, στο τηλέφωνο 6979650849.



ΕΚΔΟΤΗΣ

Ομάδα «Κύτταρο»

ΙΔΙΟΚΤΗΤΗΣ

Ομάδα «Κύτταρο» του πολιτιστικού συλλόγου Ιερισσού «Ο Κλειγένης».

ΓΙΑ ΤΗ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΑΥΤΟΥ ΤΟΥ ΤΕΥΧΟΥΣ ΣΥΝΕΡΓΑΣΤΗΚΑΝ ΟΙ:

Βεργίνης Γιάννης
Γκαγκάνα Ελεονώρα
Καραστέργιος Χρήστος
Κασκέτης Γιώργος
Κορδερά Ειρήνη
Κουτσούπη Γίτσα
Λαγόντζου Άννα
Λαγόντζου Μαρία

Λεμπίδα Βιβή
Μαρίνου Ολυμπία
Μουλασιώτου Αναστασία
Σταθώρη Δήμητρα
Υψηλάντης Κώστας
Υψηλάντη Σοφία
Χρυσούλης Δημήτριος
Ψιλιάγκος Γιάννης

*Τετράδραχμο (17.14 γρ.) της αρχαίας Ακάνθου, χρονολογείται στα 430-390 π.Χ.

ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ

Διεύθυνση
Ομάδα «Κύτταρο»
Πολιτιστικός σύλλογος Ιερισσού
«Ο Κλειγένης»
63075 Ιερισσός Χαλκιδικής

Τηλέφωνα

6972421541 Καραστέργιος Χρήστος
6944779948 Μαρίνου Ολυμπία
6973041947 Υψηλάντης Κώστας

Telefax:

23770 21 003

e-mail:

magazin@kyttaro.eu

ΙΣΤΟΣΕΛΙΔΑ

www.kyttaro.eu

Τ' ΑΓΙΑΘΩΔΩΡΙΑ

Κείμενο : ΑΛΚΙΒΙΑΔΗΣ ΚΟΥΜΑΡΟΣ, Επιμέλεια κειμένου: ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ ΜΟΥΛΑΣΙΩΤΟΥ

Πανάθεμα που δουλεύουν τα τρία καλά Σάββατα της Αποκριάς, της Τυρινής και του Αγίου Θεοδώρου. Το κάθε ένα από αυτά είχε τη δική του χάρη. Το Σάββατο της Αποκριάς, ήταν να βγουν στο παζάρι να αγοράσουν τα απαραίτητα για τις Αποκριές. Ήταν η τελευταία που τρώγαν κρέας... μετά άρχισε η Μεγάλη Σαρακοστή, η Μεγάλη νηστεία. Θα τρώγαν κρέας μόνο το Πάσχα. Πρώτα άρχιζαν από τα κρεοπωλεία. Τα κρεοπωλεία ήταν υπαίθρια, είχαν δυο πάσσαλοι μπηγμένοι στη γη και ένα ξύλο οριζόντιο στο πάνω μέρος καρφωμένο. Από εκεί κρεμούσαν τις σφαγμένες γίδες. Ο καθένας αγόραζε κρέας ανάλογα το οικονομικό και την οικογένεια που είχε. Ότι άλλο χρειαζόταν το αγόραζαν εκείνο το Σάββατο. Οι νοικοκυρές κάμαν τα φαγιά και τις πίτες το απόγευμα του Σαββάτου, διότι την Κυριακή θα πήγαιναν στην εκκλησία και θα αργούσαν. Και με όλες αυτές τις φροντίδες τελείωνε η μέρα.

Την άλλη μέρα το πρωί χτυπούσαν οι καμπάνες της εκκλησίας, οι περισσότεροι άνδρες και γυναίκες πήγαιναν στην εκκλησία. Όταν τελείωνε η λειτουργία με χειραψίες και ευχές «Χρόνια Πολλά», ξεκινούσαν για τα σπίτια τους. Το μεσημέρι οι νοικοκυρές στρώναν τα τραπέζια. Οι πολύτεχνες στρώναν στο πάτωμα μια τάβλα (τραπεζομάνηλο), γύρω γύρω προσκέφαλα για να καθίσουν. Έβαζε στη μέση το φαγητό με όλα τα απαραίτητα, ένα ποτήρι και μια μπουκάλα κρασί μπρούσκο. Όταν κάθονταν όλοι, βάζαν ένα μεσάλι πάνω στα γόνατα για να μη λερώνονται. Ο σπιτονοκοκύρης έκαμε το σταυρό του, το ίδιο όσοι βρίσκονταν στο τραπέζι και άρχιζαν το φαγοπότι. Στη μέση του φαγητού ο πατέρας έπαιρνε το κρασί και το έπινε. Με το ίδιο ποτήρι τους κερνούσε όλους, τη γυναίκα του και όλα τα παιδιά, μέρα χαράς.

Το βράδυ πήγαιναν όλοι και όλες στο χοροστάσι, στου Μαρίνου την Απουλιάνα. Ο Χρήστος Ραμπότας με το κλαρίνο, ο μπάρμπα Γιώργης ο Χαλκιάς με τον

ταμπουρά, παίζαν και χόρευαν τα παλικάρια και οι κοπέλες. Όταν τελείωνε η μέρα, τελείωνε και η πρώτη Κυριακή της κρεοφαγίας.

Την άλλη μέρα ερχόταν η άλλη εβδομάδα της Τυρνοβδομάδας. Σ' αυτή τρώγαν παρδαλά. Μια μέρα τρώγαν λάδι, την άλλη δεν τρώγαν. Το Τυρνοσάββατο όλοι βγαίνουν στην αγορά, να πάνε στα μαγαζιά να ψωνίσουν για την Κυριακή ψάρια και μπακαλιάρo.

Την Κυριακή της Τυρινής την περνούσαν όπως την Κυριακή της Αποκριάς. Το μόνο που άλλαζε στο τραπέζι, δεν είχαν κρέας, αλλά ψάρια και μπακαλιάρo ξερό. Τον βάζαν στο νερό πολλές ώρες για να ξαρμυρίσει και τον μαγειρεύουν την Κυριακή. Ο κάθε ένας με τη δική του τέχνη, τα ξερά δαμάσκηνα και φέτες λεμονιού και κυδώνια ήταν απαραίτητα.

Μόλις το βράδυ άρχιζε να νυχτώνει, μαζευόταν οι συγγενείς και οι κουμπάροι σε ένα σπίτι, όπου ήταν ο πιο μεγαλύτερος, παίρναν μαζί τους ένα μπουκαλάκι τσίπουρο, ένα πιάτο με χαλβά και πίτες. Καθόταν όλοι στο τραπέζι τρώγαν, πίναν και τραγουδούσαν. Μετά ένας έπαιρνε ένα κομμάτι χαλβά, το έδενε με ένα κομμάτι σπάγκο και έπαιζε το χάσκα. Το χάσκα το κουνούσε μπροστά από το στόμα του καθενός, τρεις φορές, μετά πήγαινε σε άλλον. Με το στόμα ανοιχτό προσπαθούσε ο καθένας να αρπάξει το χαλβά. Μετά σκωνόταν όλοι και με χειραψία ζητούσαν ο ένας από τον άλλον συχώρηση. «Συγχώρα με και ο Θεός να σας συχωρέσει. Θεε χορές.» Έτσι τελείωνε η Τυρνή.

Η Καθαρά Δευτέρα αρχίζει. Τη Μεγάλη Σαρακοστή, δεν τρώγαν ούτε λάδι. Οι νοικοκυρές άρχιζαν από το πρωί να καθαρίζουν τα πακίρια από τα λαδωμένα, που ήταν από τα φαγιά που κάμαν. Τα πιάτα και τα μαχαιροπήρουνα τα πλέναν με την κατασταλαή σταχτόνερο. Βράζαν νερό σε ένα μικρό καζάνι, βάζαν ένα σακουλάκι με στάχτη και έβραζε μέσα στο νερό και σβήναν τη φωτιά. Και όταν κρύωνε το νερό με ένα



"Αγιαθοδωρία" (Φωτογραφία της Στέλλας Γιώργου)

σφουγγάρι το βουτούσαν μέσα και μ' αυτό τα καθαρίζαν όλα. Δεν έμενε ούτε σταγόνα λαδιού. Με αυτή την κατασταλαή καθαρίζαν και τα ρούχα. Άλλοι γινόταν καρναβάλια. Τα παιδιά απολούσαν τους χαρταετούς. Η Καθαρή Δευτέρα ήταν μέρα χαράς και νηστείας, όπως όλη η εβδομάδα.

Το τελευταίο Σάββατο από τα τρία καλά Σάββατα, αυτό είχε τη δική του χάρη. Γιόρταζαν τα Αγία Θεοδώρια. Δεν τα γιόρταζαν μέσα στο χωριό, αλλά στη θάλασσα, στις παραλίες. Όταν ήταν καλή μέρα και η θάλασσα είχε μουνάτσα, από το πρωί όσοι μπορούσαν, παίρναν δρόμο για τις παραλίες. Οι ψαράδες παίρναν τις οικογένειες και φίλους και πήγαιναν στο Πλατύ, στην Ελιά, να βγάλουν αχινούς, πίνες και άλλα. Μαζί τους είχαν πίτες, κρασί και ζύδι για τους αχινούς.

Οι περισσότεροι πήγαιναν στον αποκείθε τον γιαλό. Μαζευόταν παρέες και παίρναν μαζί τους ψωμί, κρασί, πίτες, ελιές και άλλα νηστίσιμα και ένα καλάμι για να βγάλουν αχινούς και παίρναν δρόμο για τον αποκείθε τον γιαλό.

Το επίκεντρο ήταν η Τρυπητή. Εκεί άραζαν τις ψαρόβαρκες, οι ψαράδες της Ιερισσού. Αυτοί καλούσαν και φίλους μαζί με τις οικογένειες να γλεντήσουν μαζί τα Αγία Θεοδώρια.

Η μάνα μου έφκιασε μια κολοκυθόπιτα, ετοίμασε και άλλα νηστίσιμα, ένα πλαστό ψωμί, μια φλάσκα κρασί, τα έβαλε σε ένα δισάκι και το πρωί το Σάββατο τα φορτώσαμε στο γαϊδουράκι και πήραμε δρόμο για την Τρυπητή. Στον δρόμο βρήκαμε και άλλες παρέες. Όταν πήγαμε στην Τρυπητή, μερικές βάρκες ήταν αραγμένες και βγάζαν έξω στην παραλία τα γιαλικά...αχινούς, πίνες φούσκες και χταπόδια και σουπιές.

Εκεί είδα ότι όλοι αυτοί οι ψαράδες ήταν μαυρισμένοι το πρόσωπο τους. Σε λίγο ήρθε η βάρκα του πατέρα μας και όλοι οι άλλοι ψαράδες, όλοι μαυρισμένοι από τον καπνό.

Ο ήλιος ανέβαινε πάνω από τις βουνοκορφές του Αγίου Όρους, ούτε ένα σύννεφο δεν υπήρχε στον ουρανό. Η θάλασσα ήταν ήρεμη λες και ο Θεός έκαμε τη μέρα αυτή τόσο ωραία για να την χαρούν αυτοί οι άνθρωποι που την περίμεναν τόσο καιρό. Να χαρούν τα Αγία Θεοδώρια στη θάλασσα.

Πέρα από την Τρυπητή, όλη η παραλία, όλες οι πέτρες μέχρι το Καμπούδι ήταν γεμάτη από Ιερισσιώτες. Άνδρες και γυναίκες με ανεβασμένα τα παντελόνια και τα φουστάνια πάνω από το γόνατο ψάχναν μέσα στις πέτρες στη θάλασσα να μαζέψουν γιαλικά...αχινούς, πεταλίδες και κολιφάδες (ανεμώνες), ίσως και κανά χταπόδι.

Μετά από ώρες βγαίνουν από τη θάλασσα και στρώναν τραπέζι σε κάποια πρασινάδα, άπλωναν την τάβλα και βγάζαν αυτά που φέραν από το σπίτι, ψωμί, κρασί, πίτες και τους αχινούς και το ρίχναν στο φαγοπότι με γέλια και χαρούμενοι που τους έκαμε καλή μέρα να βγουν στη θάλασσα να γιορτάσουν τα Αγία Θεοδώρια απλά και νηστίσιμα.

Όταν ο ήλιος έγερνε προς τη δύση παίρναν το δρόμο της επιστροφής με τραγούδια και πειράγματα. Στο δρόμο οι γυναίκες μάζευαν από τα χωράφια άγρια χόρτα. Δεν τους ένοιαζε που πήγαν τόσο μακριά. >>



1950 στο Μπαλμπανά, (Φωτογραφία της Δάνη Λόλλας)

Ο ΝΙΚΟΣ ΛΥΓΕΡΟΣ ΣΤΗΝ ΙΕΡΙΣΣΟ

Κείμενο : ΘΕΟΛΟΓΙΑ ΚΟΥΤΣΟΥΠΗ

Η πίστη ότι όλοι έχουμε χρέος να συμπαρασταθούμε στον τόπο μας, την κρίσιμη αυτή για το μέλλον του εποχή, οδήγησε την ομάδα «Κύτταρο», του πολιτιστικού συλλόγου Ιερισσού «Κλειγένης», να πραγματοποιήσει τον περασμένο Σεπτέμβριο στην αίθουσα του Αριστοτελείου Πνευματικού Κέντρου Ιερισσού διάλεξη με ομιλητή τον στρατηγικό σύμβουλο Δρ. Νίκο Λυγερό* και θέμα: «Ανθρώπινη στρατηγική ανάπτυξης».

Η κατάμεστη αίθουσα και η προσήλωσή των παρευρισκομένων τονίζε την δεινότητα του ομιλητή αλλά και την αγωνία των κατοίκων του Δήμου Αριστοτέλη για τη ζωή και την συνέχεια του τόπου μας.

«Όταν βρίσκεσαι σε μια περιοχή που αποτελεί το σταυροδρόμι μεταξύ του Ελληνισμού και της Χριστιανοσύνης μέσω του Αριστοτέλη και του Αγίου Όρους, δεν έχεις καν το δικαίωμα να καταστραφείς, διότι αποτελείς κληρονομικό πλούτο για την Ελλάδα...» λέει ο Νίκος Λυγερός και το βάρος αυτής της ευθύνης αισθανόμενοι όλοι εμείς αγωνιζόμαστε ενάντια στην μονοκαλλιέργεια των μεταλλείων χρυσού.

«Μην αφήσετε το παρόν να σας πείσει ότι δεν έχετε μέλλον, επιλέγοντας λύσεις με μη αναστρέψιμες συνέπειες. Η δυσκολία ενός αγώνα είναι η αξία του λαού που αγωνίζεται» ήταν κάποια από τα λόγια του γεμίζοντας μας ελπίδες.

Πρότεινε λύσεις, δέχθηκε ερωτήσεις και έδωσε απαντήσεις ανεβάζοντας το ηθικό των παρευρισκομένων δηλώνοντας: «Στην Ιερισσό δεν γονάτισε η αντίσταση γιατί είναι του Ελληνισμού και δεν έχουμε μάθει να σκύβουμε το κεφάλι μπροστά στους κατακτητές» και «Η Ιερισσός λόγω πολιτισμού και Ανθρωπότητας δεν μπορεί να πεθάνει».

Έχοντας την συμπαράσταση τέτοιων προικισμένων ανθρώπων όπως ο κύριος Λυγερός είμαστε σίγουροι ότι με «μια ανθρώπινη στρατηγική

ανάπτυξης που να δίνει προοπτικές όχι μόνο στους κατοίκους της Ιερισσού αλλά σ' όλη την περιοχή» θα τα καταφέρουμε να δώσουμε στον τόπο μας το μέλλον που του αξίζει.



Σημειώσεις

*Ο Νίκος Λυγερός είναι Έλληνας μαθηματικός, συγγραφέας, ποιητής, ζωγράφος, σκηνοθέτης, ασχολείται με τη μουσική, την κοινωνιολογία, την οικονομία, την αρχαιολογία, το μάντζιμεντ, τη στρατηγική και τη γεωπολιτική. Είναι ειδικός σύμβουλος στη Σχολή Εθνικής Αμυνας, τη Σχολή Πολεμικής Αεροπορίας, την Αστυνομική Ακαδημία, τη Σχολή Εθνικής Ασφάλειας, τη Σχολή Στρατολογικού Διδάσκει Σκηνοθεσία, Στρατηγική και Φιλοσοφία του Θεάτρου στο Θέατρο Ανδρέας Βουτσινάς. Είναι επίσης διερμηνέας-μεταφραστής στα Γαλλικά δικαστήρια και επισκέπτης καθηγητής στο Μεταπτυχιακό Τεχνολογίας Πετρελαίου και Φ. Αερίου του ΤΕΙ Καβάλας.

Γεννήθηκε το 1968 στο Βόλο. Ως ερευνητής έχει ασχοληθεί με τους τομείς της άλγεβρας, της θεωρίας αριθμών και της συνδυαστικής. Ήταν αυτός που διάβασε το σχέδιο Ανάν των 10.000 σελίδων και εντόπισε επακριβώς τις αντιφάσεις και συνέταξε μια έκθεση μονοψήφινων σελίδων καταγράφοντας αυτές τις αντιφάσεις, την οποία παρέδωσε στον πρόεδρο της Κύπρου Τ. Παπαδόπουλο.

Σύμφωνα με βιογραφικό, που δημοσιεύει ιστοσελίδα του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών, όπου και εργαζόταν ως επιστημονικός συνεργάτης σε μεταπτυχιακό πρόγραμμα αυτού, "είναι ο Έλληνας με τον υψηλότερο δείκτη νοημοσύνης (189 στην κλίμακα Stanford-Binet)" και "ένας από τους 50 εξυπνότερους ανθρώπους στον κόσμο". (Πηγή Βικιπαίδεια)

Ευχαριστώ που με καλέσατε

Ποίημα : ΝΙΚΟΣ ΛΥΓΕΡΟΣ

Ευχαριστώ που με καλέσατε
πριν εξαφανιστείτε
από το πρόσωπο της γης
λόγω μη αναστρέψιμης πράξης
που καταστρέφει τα πάντα
για να βρει το ποθούμενο
ενώ αδιαφορεί
για τη ζωή των ανθρώπων
αφού εξετάζει μόνο
και μόνο το κέρδος
ενώ εμείς συνεχίζουμε
και το έργο των Ελλήνων
που θέλουν μόνο
μια ελεύθερη πατρίδα
με ελεύθερους ανθρώπους
για να ζήσει μέσω τους
η Ανθρωπότητα
και να μη χαθεί
μέσα στη λήθη
των κοινωνιών
της αδιαφορίας.

"Η Ιερισσός δεν είναι μόνο πέρασμα"

Ποίημα : ΝΙΚΟΣ ΛΥΓΕΡΟΣ

Η Ιερισσός δεν είναι μόνο πέρασμα
για τους πνευματικούς ανθρώπους
αλλά σταυροδρόμι
Ελληνισμού και Χριστιανοσύνης
με τον Αριστοτέλη
και το Άγιον Όρος,
και σ' αυτές τις θερμοπύλες
δίνεται μάχη
και συνεχίζεται ο αγώνας
γιατί το προσκύνημα
κινδυνεύει από τα είδωλα
λόγω έλλειψης μνημοσύνης
γιατί ξεχνάμε τα επιτεύγματα
και σκεφτόμαστε αποκλειστικά
τα προβλήματα της καθημερινότητας
και νομίζουμε ότι κάτι κάνουμε
με τις δράσεις μας
ενώ είναι τραγικό λάθος
που σου απαγορεύει
την πρόσβαση στην Ανθρωπότητα.

» Στην Τρυπητή εκεί γινόταν σωστό πανηγύρι. Τρώγαν αχινοπούς, πίτες, φούσκες, άδειαζαν φλάσκες με κρασί. Ήταν και ένας με βιολί και έπαιζε και όλοι το ρίχναν στο χορό. Ένας, -ο μπάριμπα Γιάννης- μέθυσε και άρχισε να χορεύει ξυπόλητος πάνω στους αχινοπούς, χόρευε ώσπου οι αχινοπούς γίναν θρύψαλα κάτω από τα πόδια του. Όταν σταμάτησε να χορεύει άρχισαν να του πονούν τα πόδια, τα αγκάθια μπήκαν μέσα στα δάχτυλα του ποδιού. Στη φτέρνα και στη πατούνα δε πέρασαν. Τότε οι γυναίκες βράσαν λάδι τύλιξαν ένα πανί σε ένα ξύλο το βουτούσαν μέσα στο λάδι και του άλειβαν τα πόδια για να μην πάνε πιο βαθιά τα αγκάθια από τους αχινοπούς.

Ο ήλιος άρχισε να παίρνει προς τη δύση. Οι ψαράδες άρχισαν να βγάζουν τις βάρκες τους στη στεριά και οι γυναίκες μάζευαν τα πράγματα τους. Καιρός να πάρομε το δρόμο του γυρισμού. Ένας ένας άφηνε την Τρυπητή. Σε λίγο άδειασε η παραλία και μέιναν μόνο οι ψαρόβαρκες. Όλοι εύχονταν «Του χρόνου να είμαστε γεροί» και έτσι τελείωσε και το τρίτο Καλό Σάββατο. Όλοι χαρούμενοι και ευχαριστημένοι.

ΤΡΥΠΗΤΗ

Εκεί στην άκρη της θάλασσας είναι ένας βράχος. Εκείνο τον καιρό ήταν ψηλός σαν κώνος και στην κορυφή είχε μια μεγάλη τρύπα, σαν παράθυρο, για αυτό πήρε το όνομα Τρυπητή. Κάποιοι χάλασαν την κορυφή. Το μέρος που λέγεται σήμερα Τρυπητή, πρώτα λεγόταν Βίγλα. Εκεί στο βουναλάκι πάνω σε μια μεγάλη πλάκα οι καλόγεροι το είχαν το Μετόχι της Αμμουλιανής. Την πλάκα την άσπρισαν με ασβέστη και όταν ήθελε κάποιος να πάει στο νησί σκέπαζε την πλάκα με το σακάκι του ή ότι άλλο έβρισκε και ο βαρκάρης που είχαν μόνιμο, μόλις έβλεπε το σινιάλο σκεπασμένο έβγαინε με τη βάρκα του στη Βίγλα και τον μετέφερε στο νησί. Αυτό το συνέχισαν μετά και οι πρόσφυγες όταν ήρθαν στην Αμμουλιανή.

Οι ψαράδες που δούλευαν στον αποκέιθε τον γιάλο ήταν ο Θεολόγης Κακλαμάνος με τον αδερφό του, ο Χρήστος Ρούμκος, ο Γεώργιος Ξένος με τον αδερφό του Θεολόγη, ο Γεώργιος Μπλές με τον αδερφό του Γιάννη, ο Χριστόδουλος Μπλές με τον αδερφό του Μήτσο, ο Στέργιος ο Σαραφιανός με τον Παναγιώτη Γκαγκούτσα, ο Δημήτρης Τρικεριώτης με τον μπάριμπα Γιάννη, ο Κωνσταντής ο Κούμαρος με έναν Τζιορτζάκα Νικόλα και ο Γεώργιος Μανωλούδας.

Αιωνία τους η μνήμη.

Σημείωση

1. Το μεσάλι ήταν ένα στενό πανί που το βάζαν στις πινακωτές και τύλιγαν το ψωμί.

Αλκιβιάδης Κούμαρος Τετράδιο Γ, Σελίδες 23-30.

Romina Pizza
PIZZA & PASTA
since 1985
DELIVERY: (16.30 - 02.00)
23770 - 22890
6975.865.935
ΗΡΩΩΝ 13 - ΙΕΡΙΣΣΟΣ

Η Αργύρης τς Χάδους **Θύμα φόνου**

Κείμενο : **ΓΙΑΝΝΗΣ ΜΑΡΙΝΟΣ**

Πριν αρχίσω την αναφορά μου, στο παραπάνω θέμα, Θεώρησα σκόπιμο να γνωρίσω στις νεότερες ηλικίες, που δεν τον γνώρισαν, ποιός ήταν ο Αργύρης ο οποίος όσο ζούσε απολάμβανε την αγάπη, την προστασία και την ιδιαίτερη φροντίδα διαβίωσής του, από όλους τους Ιερισσιώτες.

Υπήρχε στο χωριό μας μια οικογένεια με τον Ιωάννη Βενέτη του Χρήστου και της Βενετίας ο οποίος γεννήθηκε στη Βόρειο Ήπειρο (Αλβανία) στις 16 Δεκεμβρίου 1870 και μετά την εγκατάστασή του στην Ελλάδα με μόνιμη κατοικία την Ιερισσό, με την συνθήκη τις 1ης Ιανουαρίου 1913, απόκτησε την Ελληνική Ιθαγένεια. Πέθανε στην Ιερισσό στις 8 Απριλίου 1914. Είχε παντρευτεί την Ιερισσιώτισσα Χάιδω το γένος Αργυρίου και Σουλτάνας Καραμανιώλα, που γεννήθηκε στις 16 Μαΐου 1873. Η γιαγιά Χάιδω πέθανε στην Ιερισσό στις 8 Μαρτίου 1964.

Από το γάμο τους οι δυο αναφερόμενοι, απόκτησαν δυο παιδιά τον Αργύρη, που γεννήθηκε στις 30 Ιουλίου 1908 και τον Διονύση που γεννήθηκε στις 7 Οκτωβρίου 1912.

Ο Αργύρης από μικρός έδειξε ότι ήταν λειψός στο μυαλό, και όταν μεγάλωσε, χάζεψε τελείως και όλοι οι

Ιερισσιώτες τον ήξεραν με το προσεπώνυμο (Αργυρς τς Χάδους). Η χαζομάρα του όμως δεν επηρεαζόταν από κακά ένστικτα. Ήταν φιλήσυχος και προσαρμοσμένος στην κοινωνία της Ιερισσού και όλοι οι Ιερισσιώτες τον αγαπούσαν και τον φρόντιζαν.

Πάντα πρόχειρα ντυμένος, από προσφορές των κατοίκων, με μια τραιάσκα στο κεφάλι, ξυπόλητος και πάντα χαμογελαστός, έτοιμος να εκπληρώσει κάθε επιθυμία εκδούλευσης εξυπηρετώντας τους κατοίκους, αλλά και των επισκεπτών που ερχόταν με το λεωφορείο της γραμμής, να πάρει τις βαλίτσες τους και να τους κατευθύνει στο ξενοδοχείο ή το πανδοχείο που θα διανυκτέρευαν.

Την εποχή που οι Βούλγαροι ήταν στην Ιερισσό σαν κατακτητές (1942-1944), μια μέρα ο Αργύρης ξεκίνησε να πάει με τα πόδια στα Ν. Ρόδα, χωρίς να υπάρχει μάλλον κάποιος ιδιαίτερος λόγος, ή να μη αποκλείσουμε και το ενδεχόμενο να τον είχε ειδοποιήσει ο Προκόπης από τα Ν. Ρόδα ο οποίος είχε μια λατέρνα και κάθε φορά για τις μετακινήσεις του τη λατέρνα την φόρτωνε στον Αργύρη, ή στην αντίθετη περίπτωση μάλλον, κίνητρο υπήρξε η χαζομάρα του.

Η 5η Μαΐου 1943 υπήρξε η τραγική ημερομηνία για τον Αργύρη, με την οποία η μοίρα του, είχε προδιαγράψει το τέλος της ζωής του. Την παραπάνω ημερομηνία, ξεκινώντας από την Ιερισσό οδοιπορώντας με κατεύθυνση τα Ν. Ρόδα, σε κάποιο σημείο του δρόμου που περπατούσε, και συγκεκριμένα στο τοπωνύμιο "κακιά λάσπη", δεξιά του δρόμου και σε σχετικό ύψωμα, οι Βούλγαροι είχαν φυλάκιο, για να ελέγχουν την περιοχή. Βλέποντας τον Αργύρη στο δρόμο, του φώναζαν να σταματήσει, προφανώς να τον ελέγξουν. Ο Αργύρης που δεν καταλάβαινε πολλά πράγματα και δεν ήξερε και τη γλώσσα τους, αντί να σταματήσει, άρχισε να τρέχει, οπότε οι Βούλγαροι που τον Θεώρησαν ύποπτο άνοιξαν πυρ εναντίον του και τον φόνευσαν.

Οι Ιερισσιώτες, επιφύλαξαν στον Αργύρη κηδεία ήρωος. Με στεφάνια, λουλούδια, επικήδειους λόγους και μια λαοθάλασσα από ανθρώπους οι οποίοι, με ένα στόμα, βροντοφώναζαν συνθήματα για τη βάρβαρη και ασύνητη πράξη και με τον εθνικό ύμνο να ψέλνουν όλοι οι παριστάμενοι όταν κατέβαινε στον τάφο το άψυχο σώμα του Αργύρη, έδωσαν το στίγμα τους στους κατακτητές, οι οποίοι, μωδιασμένοι παρακολουθούσαν εκ του σύνεγγυς τις εκδηλώσεις αγανάκτησης.

Εκ των υστέρων έγινε γνωστό στην κοινωνία της Ιερισσού, ότι ο διοικητής του λόχου των Βουλγάρων, πληροφορηθείς ότι ο Αργύρης ήταν ψυχολογικά άρρωστος, πήγε και ζήτησε συγνώμη, από την εν ζωή μητέρα του, την κυρά Χάιδω.



ΦΩΤΕΙΝΑΚΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ

ΧΕΙΡΟΥΡΓΟΣ ΓΥΝΑΙΚΟΛΟΓΟΣ
ΜΑΙΕΥΤΡΑΣ

Μετεκπαιδευθείς εις Queen Charlotte's & Chelsea
Hospital (Imperial College) LONDON

ΙΕΡΙΣΣΟΣ ΧΑΛΚΙΔΙΚΗΣ - Τ. 23770 22000
Κ. 6973 032 883 - E. giannifotinacis@yahoo.gr



ΣΥΓΧΡΟΝΟ ΚΑΡΔΙΟΛΟΓΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ

ΤΣΙΟΥΜΑΣ Ι. ΓΕΩΡΓΙΟΣ

Ειδικός Καρδιολόγος - Cardiologist

ΗΚΓ έλεγχος - Έγχρωμο Triplex καρδιάς
Δοκιμασία (TEST) κόπωσης
Holter ρυθμού - 24h καταγραφή
Ρύθμιση Υπέρτασης. - Λιπιδίων

ΙΑΤΡΕΙΟ: 23770 41198
ΚΙΝΗΤΟ: 6945 837574 Επισκόπου Μακαρίου 39, ΙΕΡΙΣΣΟΣ

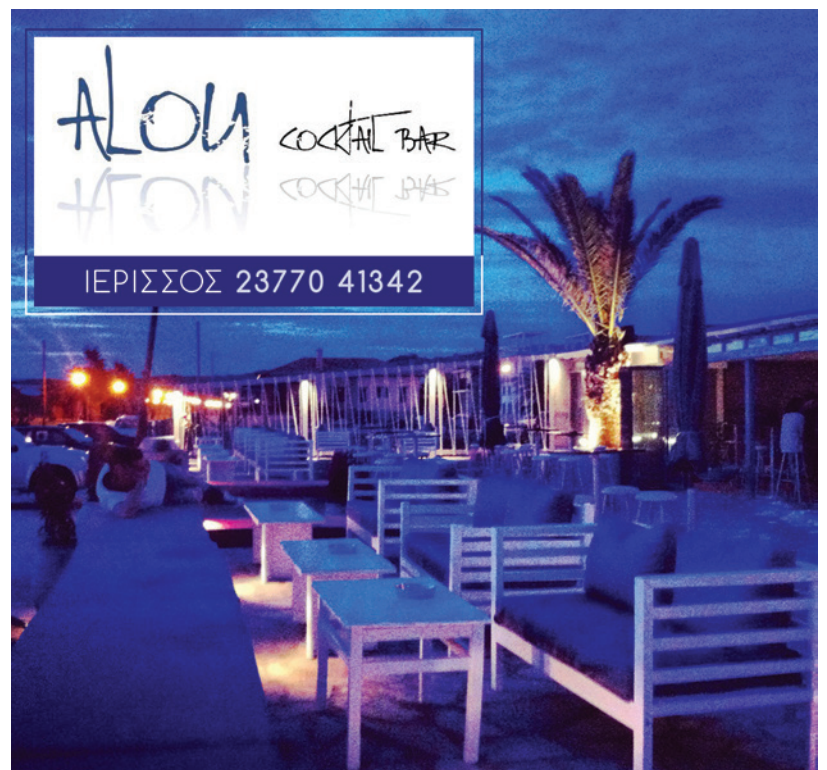
κομμώσεις
ανδρών

**men's
hair**

Δημήτρης Γιαγλής



Ιερισσός Χαλκιδικής - τηλ. 23771-10044



Ο Χαράλαμπος

Κείμενο : ΓΙΩΡΓΟΣ ΤΣΙΡΙΓΩΤΗΣ

Σαν πλησιάζει το Πάσχα κι αρχίζουν να μεγαλώνουν οι μέρες και τ' βραδάκια να γλυκαίνουν, βαδίζοντας προς το «ανοιξιάτικο αεράκι του Επιταφίου», μια μουσική μονάχα είναι αρκετή να σε ταξιδέψει αλλού, δεκάδες χρόνια πίσω και ν' ακούς, από το σαλόνι του κλειστού διαμερίσματος της πόλης, τα βατραχάκια των παιδικών σου χρόνων να ανασκαλεύουν τις μνήμες.

Τι θέλουν οι ψυχές νομίζετε να αρμενίσουν στα χρόνια και στα πρόσωπα; Ένα τίποτα, και χωρίς να σε ρωτήσουν. Ένας σκοπός, μια μυρουδιά λυγαριάς, ένα ξεχασμένο πρόσωπο ν' αγναντεύει στο παραθύρι, μια σαπισμένη σανίδα με λιγοστά σκόρπια γράμματα, απομεινάρια μιας βάρκας στην ακροθαλασσιά, που ίσως ο πρώτος της καπετάνιος να την είχε βαφτίσει «Φροσούλα».

Έτσι, ένα παλιό τραγουδάκι ήρθε να πάρει την θύμησή μου και να την φτερουγίσει οδηγώντας την μπροστά στον σινεμά του Αδαμίδη, με την Μαρίτσα στο παραθυράκι για τα εισιτήρια και τα παιδιά να κυνηγούνται με τον Χαράλαμπο μπροστά στον φωταγωγημένο χωματόδρομο με τους ευκάλυτους και τα μεγάφωνα να σκορπίζουν στον αέρα το «Νίτσα, Ελενίτσα, Ελενάκι μου». Σε λίγο θα άρχιζαν τα επίκαιρα με την μόνιμη φωνή του εκφωνητή να περιγράφει την προσγείωση των αστροναυτών στην σελήνη. Κατόπιν θα ακολουθούσαν οι τίτλοι και οι φωνές της Άντζελας Ζήλια, του Αυλωνίτη, του Χατζηχρήστου και των άλλων μακρινών και ξεχασμένων πρωταγωνιστών.

Είπα για τον Χαράλαμπο. Ο Χαράλαμπος ήταν για μας μια ολόκληρη εποχή, η εποχή της αθωότητας. Από γενιά σε γενιά, ήταν πάντα ο ίδιος, δεν μεγάλωνε. Τον θυμάμαι να επιστρέφει στο σπίτι με την μάνα του (πάντα μαυροφορεμένη και με δεμένο το μαντήλι),

απ' τον δημόσιο δρόμο, με το γαϊδουράκι φορτωμένο κλαδιά για τις κατσίκες και τον Μπάρκουλη! Εμείς τον περιμέναμε στην ξύλινη γέφυρα της χαντάκας, πότε θα βγει με την μεγάλη φέτα το ψωμί στο χέρι, λάδι και ρίγανη κι αλάτι, νερό και ζάχαρη ή σάλτσα πελτέ –όταν ήταν νηστεία- κι αφού την φάει να μας αρχίσει στο κυνηγητό.

Μέρες - μέρες κατέβαινε μέχρι τον σινεμά με τα φώτα και τα τραγούδια. Εκεί μαζεύονταν όλη η πιστοικαρία και το κυνηγητό γινόταν πανηγύρι.

Τον θυμάμαι ακόμα στις φωτιές του Άη-Γιάννη, τον Ιούνιο, ζωσμένο με τα άσπρα λουλούδια στο κεφάλι και στην μέση, να τρέχει για να πηδήξει τις φωτιές που ανάβαμε στον χωματόδρομο και γύρω να γίνεται πανζουρλισμός απ' το παιδομάνι και τους μεγαλύτερους.

Ο Χαράλαμπος δεν βρίσκεται πια μεταξύ μας, πάνε 2-3 χρόνια τώρα.

Τελευταία φορά που τον είδα πρέπει να ήταν το 2003 στο Ασβεστοχώρι, στον οίκο ευγηρίας όπου είχε φροντίσει η οικογένειά του να ζει. Έδειχνε χαρούμενος, ήρεμος κι ευχαριστημένος. Αποκλειστικός οδηγός στο αναπηρικό καροτσάκι του Παναγιώτη που ήταν και το παιχνίδι του.

Είδα προχθές την φωτογραφία του στα μνήματα και λύθηκα στο κλάμα. Ετών 65. Με κοιτούσε με τα μισόκλειστα μικρά υγρά του μάτια –που λες και πάντα τα θάμπωνε ο ήλιος-, με το κεφάλι πάντα γεμμένο, με κείνο το βλέμμα το μακρινό που δεν ήξερες αν έβλεπε εσένα ή τον ουρανό –ζητώντας εξηγήσεις-, μ' εκείνο το σχεδόν αδιόρατο και αθώο χαμόγελο στο μισάνοιχο στόμα και με την γλώσσα σε επιφυλακή, να σπρώχνει από μέσα το μάγουλο, έτοιμη να ξεπροβάλει. Μου φάνηκε πως λίγο ακόμα και θα αναφωνούσε αναγνωρίζοντάς με: ΙΙΙ Γόγκους, Παναϊά.

Σημείωση

1. Ο Μπάρκουλης ήταν το κριάρι του κοπαδιού της οικογένειας Χλωροτύρη, που το έφερναν από το μαντρί στην καλύβα του σπιτιού, όταν ήταν η εποχή που «έσερναν» οι κατσίκες, για τις καλές του «επιδόσεις». Το όνομα Μπάρκουλης του το κόλλησε το απαράμιλλο χιούμορ και το αλάνθαστο κριτήριο των συγχωριανών μας, καθώς την εποχή εκείνη μεσουρανούσε στον ελληνικό κινηματογράφο ο ωραίος ζέν πρεμιέ Ανδρέας Μπάρκουλης, στον οποίο δεν αντιστεκόταν τα θηλυκά. Από τότε έμεινε και το σλόγκαν «κορίτσια ο Μπάρκουλης».

ΑΝΑΣΤΑΣΙΜΕΣ ΚΑΜΠΑΝΕΣ

Ποίημα : ΜΑΙΡΗ ΠΑΝΤΕΛΙΑΔΟΥ

Καθώς οι αναστάσιμες καμπάνες θα σημάνουν μεσ' την απόκοσμη σιγή, της αγιασμένης νύχτας τ' αγέρι τ' ανοιξιάτικο τον ήχο τους θα πάρει και θα τον κάνει προσευχή, δοξαστικό τραγούδι και θα τον στείλει μακριά, τους ίσκιους να σκορπίσει ν' αγγίξει ανέλπιδες καρδιές, καημούς να νανουρίσει.

Να ζωντανέψει τα όνειρα, που έχουνε ξεφτίσει να μπει σε φτωχικές αυλές, αγάπη να χαρίσει να φέρει μήνυμα χαράς, στις γης τους πικραμένους κι ένα παράθυρο με φως, για τους φυλακισμένους να φέρει ειρήνη στους λαούς, τις έχθρες να γκρεμίσει να γαληνέψει την οργή, το στεναγμό να σβήσει.

Τη νύχτα που οι χαρμόσυνες καμπάνες θα σημάνουν και τ' άγιο φως λυτρωτικό, στην πλάση θα σκορπίσει τη νύχτα που άγγελμα ζωής, τη γη θα χαιρετίσει και η ελπίδα σαν πνοή, παντού θα φτερουγίσει θ' αναστηθούν οι καρδιές, θα ξεχαστούν τα μίση κι η αγάπη, σαν γλυκό κρασί, τον κόσμο θα μεθύσει.

Πολυκατάστημα
Vergini
3ος Όροφος
Ψηφιακές Εκτυπώσεις σε
T-shirt - Fouter - Jeans - Οικολογικές Τοάντες
Χονδρική - Λιανική

ΕΚΤΥΠΩΣΙΜΕ
ΚΑΘΕ
ΣΧΕΔΙΟ ΣΑΣ

τηλ: 23770-23177 e-mail: vergini.ierissos@gmail.com
fb:Vergini Κατάστημα Ρούων

PIZZA
Sublime
PASTA
(ΠΡΩΗΝ ΠΕΤΡΙΝΟ)



☎ 2377111052 • 6978485763 • 6932702001

ΕΛΕΝΗ ΒΕΡΓΙΝΗ
ΠΑΠΟΥΤΣΙΑ - ΡΟΥΧΑ
Γαλλικά Αρώματα Χύμα
όλων των μεγάλων οίκων

Ιερισσός Τηλ. 23770.21177

ΑΦΟΙ ΜΠΡΕΛΗ



ΤΟΠΟΘΕΤΗΣΗ ΠΛΑΚΙΔΙΩΝ • ΓΥΨΟΣΑΝΙΔΕΣ
ΕΛΑΙΟΧΡΩΜΑΤΙΣΜΟΙ

☎ 23770 22.090 • 6973 745.542 • 6974 901.899 • ΙΕΡΙΣΣΟΣ ΧΑΛ/ΚΗΣ

Ο ΑΚΑΝΘΙΟΣ ΡΗΤΟΡΑΣ ΚΛΕΙΓΕΝΗΣ

τοῖς πατρίοις νόμοις χρῆσθαι καὶ αὐτοπολιταί εἶναι· θέλουμε νὰ μείνουμε πιστοὶ στο πατροπαράδοτο πολίτευμα καὶ ανεξάρτητοι·

Κείμενο: ΧΡΗΣΤΟΣ ΚΑΡΑΣΤΕΡΓΙΟΣ

Το μήνυμα αυτό της ανεξαρτησίας και της αυτοδιάθεσης μετέφερε το 382 π.χ ο Ακάνθιος ρήτορας Κλειγένης στους Σπαρτιάτες και στους συμμάχους τους. Ο αγώνας της πόλης αυτής για αυτονομία δεν ήταν πρωτόγνωρος. 42 χρόνια πριν το 424 π.χ. στους όρους που ζήτησαν να σεβαστεί ο Σπαρτιάτης στρατηγός Βρασίδης για να υπογράψουν συνθήκη συμμαχίας με τη Σπάρτη ήταν η πόλη να μείνει ανεξάρτητη «*καὶ πιστώσαντες αὐτὸν τοῖς ὄρκοις οὓς τὰ τέλη τῶν Λακεδαιμονίων ὁμόσαντα αὐτὸν ἐξέπεμψαν, ἢ μὴν ἔσσεσθαι ζυμμάχους αὐτονόμους οὓς ἂν προσαγάγῃται, οὕτω δέχονται τὸν στρατὸν*» Θουκιδίδης [IV,88].

Τη περίοδο αυτή, δηλ. στις αρχές του 4ου π.Χ. αιώνα, βρισκόταν στο αποκορύφωμα της δύναμης της η Ολυνθιακή συμμαχία (ή αλλιώς «Κοινό των Χαλκιδέων»). Μια συμμαχία πόλεων της Χαλκιδικής με επίκεντρο την Ὀλυνθο που στην αρχή τουλάχιστον, είχε αμυντικό χαρακτήρα. Με το πέρασμα του χρόνου και την αύξηση της οικονομικοπολιτικής και στρατιωτικής της δύναμης ξεκίνησε μια σειρά επεκτατικών πολέμων εναντίον των γειτόνων της Μακεδόνων. Παράλληλα άρχισε να πιέζει τις ανεξάρτητες ακόμα πόλεις της Χαλκιδικής που μπορούσαν να της αντισταθούν. Αυτές ήταν κυρίως η Ἀκανθος και η Απολλωνία «*Ἐξ Ἀκάνθου δὲ καὶ Ἀπολλωνίας, αἵπερ μέγιστα τῶν περὶ Ὀλυνθον πόλεων*» Ξενοφών [Ελληνικά V.Π.11] και ο Θουκιδίδης [IV,85] περιγράφει την Ἀκανθο ως «*...πόλιν ἀξίόχρεων παρεχομένους καὶ ξύνεσιν δοκοῦντας ἔχειν...*».

Πράγματι, η αρχαία πόλη της Ακάνθου που συνέχειά της είναι η σημερινή κωμόπολη της Ιερισσού (ετυμ: μεσν. Ερισσόσ< μτγν. λατ. Ericius< μτγν. αρχ. Ελλην. Ἀκανθος) υπήρξε από την αρχαιότητα η σημαντικότερη πόλη της ανατολικής Χαλκιδικής και μία από τις πιο σημαντικές της Βόρειας Ελλάδας³. Ιδρύθηκε τον 7ο αιώνα π.Χ. από κατοίκους της νήσου Ἀνδρου⁴ σε θέση προϊστορικής

εγκατάστασης η οποία συνεχίζει να κατοικείται αδιάλειπτα σχεδόν ως τις μέρες μας. Η προνομιακή της θέση στο Β.Α Αιγαίο με το γνωστό αρχαίο της λιμάνι, τις εύφορες κοιλάδες με τους ονομαστούς αμπελώνες, τα πυκνά δάση, τα μεταλλεία και τον πλούσιο σε αλιεύματα κόλπο, κατέστησαν την αρχαία Ἀκανθο πόλη πλούσια, αυτάρκη και ισχυρή. Η δύναμή της καθρεφτίζεται στα νομίσματα της Ακάνθου που είναι από τα σπουδαιότερα της αρχαίας εποχής. Ονομαστή επίσης ήταν η δυνατή της οχύρωση που εκτείνεται σε 3 λόφους και τμήματά της σώζονται ως τις μέρες μας.

Ήταν λογικό λοιπόν να επιθυμεί να μείνει ανεξάρτητη και ελεύθερη πόλη ενάντια στις πιέσεις που δεχόταν από την Ολυνθιακή συμμαχία.

Το 383/2 π.Χ. οι Χαλκιδείς διεξήγαν εκστρατεία εναντίον του Αμύντα του βασιλιά των Μακεδόνων. Στις μάχες που δόθηκαν ο Αμύντας έχασε κατά κράτος και οι Χαλκιδείς κατέλαβαν ακόμα και την Πέλλα, που ήταν η μεγαλύτερη πόλη των Μακεδόνων. Ταυτόχρονα πίεζαν την Ἀκανθο και την Απολλωνία να προσχωρήσουν με τους όρους που θα έθετε η Συμμαχία, στο Κοινό. Τόσο οι Ακάνθιοι, όσο και οι Απολλωνιάτες έστειλαν πρέσβεις στη Σπάρτη για να ζητήσουν βοήθεια εναντίον του Κοινού των Χαλκιδέων.

Οι έφοροι της Σπάρτης τους υποδέχτηκαν και τους κάλεσαν να μιλήσουν στην Εκκλησία του δήμου, όπου παρευρίσκονταν και εκπρόσωποι των συμμάχων. Τον λόγο τον εκφώνησε ο Ακάνθιος ρήτορας Κλειγένης και έκανε τέτοια εντύπωση ώστε ο Ξενοφών που τον θαύμασε τον έσωσε αυτούσιο στο έργο του «Ελληνικά V.Π». Ήταν στρατηγικά συντεταγμένος με τρόπο ώστε να θίξει τις πιο ευαίσθητες χορδές των Σπαρτιατών.

«*Λακεδαιμόνιοι και σύμμαχοι*», άρχισε, «*έχουμε την εντύπωση ότι σας διαφεύγει ο μεγάλος κίνδυνος που δημιουργείται αυτή τη στιγμή στην Ελλάδα*». Στη συνέχεια περιέγραψε την ανάπτυξη

του Κοινού, την επεκτατική πολιτική του εναντίον του Αμύντα Γ' της Μακεδονίας και την πίεση που ασκούσε στην Ἀκανθο και στην Απολλωνία. Υπογράμμισε τη θέληση των κατοίκων αυτών των πόλεων για ανεξαρτησία και αυτονομία και τον κίνδυνο που διέτρεχαν να υποκύψουν αν έμεναν χωρίς βοήθεια. Αποκάλυψε τις διαπραγματεύσεις του Κοινού με τους Βοιωτούς και τους Αθηναίους που ήταν



Τετράδραχμο της Ακάνθου, 500- 424 π.χ.
Παράσταση: Λέων που κατασπαράζει Ταύρο
& στο κάτω μέρος απόδοση μικρού τόνου,
το γνωστό στην Ιερισσό Ορκίνι.

αντίπαλοι της Σπάρτης και για τους πόρους που διέθετε και μπορεί να διαθέσει αργότερα. Τελείωσε τονίζοντας ότι μια άμεση στρατιωτική βοήθεια θα μπορούσε να διαλύσει το Κοινό των Χαλκιδέων τώρα που οι δεσμοί δεν είναι τόσο δυνατοί και υπάρχουν αυτονομιστικές τάσεις ανάμεσα σε πόλεις της συμμαχίας.

Οι Σπαρτιάτες εντυπωσιάστηκαν από τον λόγο του Κλειγένη και κυρίως τους ανησύχησαν οι διαπραγματεύσεις των Χαλκιδέων με τους Θηβαίους και τους Αθηναίους. Ουσιαστικά ο Κλειγένης με τον δεινό ρητορικό του λόγο τόνισε τον κίνδυνο που διέτρεχαν οι Σπαρτιάτες από την αλλαγή του συσχετισμού δυνάμεων και ισορροπιών στο γεωπολιτικό χώρο της Ελλάδας.

Παραθέτω πιο κάτω τον λόγο⁵ του Κλειγένη σε Νεοελληνική απόδοση του Ρόδη Κανακάρη- Ρούφου⁶:

[5.2.11] *Ἦρθαν στη Λακεδαίμονα πρέσβεις ἀπὸ τὴν Ἀκανθο καὶ τὴν Ἀπολλωνία, τὶς μεγαλύτερες πόλεις τῆς περιοχῆς τῆς Ὀλύνθου. Ὅταν οἱ ἔφοροι ἔμαθαν τὸν λόγο τοῦ ἐρχομῶ τους, τοὺς παρουσίασαν καὶ στη Συνέλευση καὶ τοὺς συμμάχους. [5.2.12] Τότε ο Κλειγένης, ἀπὸ τὴν Ἀκανθο, εἶπε:*

«*Λακεδαιμόνιοι καὶ σύμμαχοι, πιστεύουμε πὼς δὲν ἔχετε καταλάβει ἕνα μεγάλο πρόβλημα πὺ δημιουργεῖται στὴν Ελλάδα. Ὅτι ἡ Ὀλυνθος εἶναι ἡ μεγαλύτερη πόλη τῆς Θράκης, τὸ ξέρετε σχεδὸν ὅλοι. Οἱ Ὀλύνθιοι πήραν με τὸ μέρος τοὺς ὀρισμένες πόλεις, με τὴ συμφωνία ὅτι θὰ ἔχουν τοὺς ἴδιους νόμους καὶ τὰ ἴδια πολιτικά δικαιώματα μ' αὐτοὺς, καὶ κατόπιν πήραν καὶ μερικὲς ἀπὸ τὶς μεγαλύτερες. Ὑστερα βάλθηκαν νὰ ἐλευθερώσουν καὶ τὶς πόλεις τῆς Μακεδονίας ἀπὸ τὸν Ἀμύντα, τὸν βασιλιά τῶν Μακεδόνων. [5.2.13] Μόλις προσχώρησαν σ' αὐτοὺς οἱ πιο κοντινές, ἀμέσως κίνησαν γιὰ τὶς πιο μεγάλες καὶ ἀπομακρυσμένες· τὸν καιρὸ πὺ εμεῖς φεύγαμε, εἶχαν κιόλας στὰ χέρια τοὺς —ἀνάμεσα σ' ἄλλες πολλές— καὶ τὴν Πέλλα, τὴ μεγαλύτερη πόλη τῆς Μακεδονίας, καὶ μάθαμε ὅτι ο Ἀμύντας ἀποτραβιόταν ἀπὸ τὶς πόλεις καὶ κόντευε νὰ χάσει ὁλόκληρη τὴ Μακεδονία. Οἱ Ὀλύνθιοι ἔστειλαν καὶ μὰς προειδοποίησαν, ἐμὰς καὶ τοὺς Ἀπολλωνιάτες, ὅτι ἂν δὲν παρουσιαστούμε νὰ μετὰσχουμε στὴν ἐκστρατεία θὰ βαδίσουν ἐναντίον μὰς.*

[5.2.14] *Ἐμεῖς, Λακεδαιμόνιοι, θέλουμε βέβαια νὰ μείνουμε πιστοὶ στο πατροπαράδοτο πολίτευμα καὶ ανεξάρτητοι· ἂν ὅμως κανεὶς δὲν μὰς βοηθήσει, θ' ἀναγκαστούμε νὰ πάμε κι ἐμεῖς μαζί τοὺς. Ὡστόσο αὐτοὶ διαθέτουν κιόλας τοὺλάχιστον οχτακόσιους ὀπλίτες, καθὼς καὶ πολὺ περισσότερους πελταστῆς· ὅσο γιὰ ἱππικὸ, ἂν πάμε κι ἐμεῖς μαζί τοὺς, θὰ ἔχουν πάνω ἀπὸ χίλιους. [5.2.15] Ὅταν φεύγαμε, ἐξάλλου, βρισκόνταν ἤδη ἐκεῖ πρέσβεις τῶν Ἀθηναίων καὶ τῶν Βοιωτῶν, κι ἀκούσαμε ὅτι οἱ Ὀλύνθιοι εἶχαν ψηφίσει νὰ τοὺς συνοδεύσουν πίσω στὶς πόλεις τοὺς με δικούς τοὺς πρέσβεις, γιὰ νὰ διαπραγματευτοὺν συμμαχία. ἂν ὅμως προστεθεῖ μὴ τέτοια ἐνίσχυση στὴ δύναμη τῶν Ἀθηναίων καὶ*»



Αρχαίος χάρτης της Χαλκιδικής. Περικόπη από μεγαλύτερο χάρτη του William R. Shepherd το 1926.

"Κάποτε στην Ιερισσό"

ΑΡΘΡΑ ΚΑΙ ΕΙΔΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΙΕΡΙΣΣΟ ΑΠΟ ΤΟΝ ΤΥΠΟ ΤΗΣ ΕΠΟΧΗΣ

Έρευνα - Σχολιασμός: ΧΡΗΣΤΟΣ ΚΑΡΑΣΤΕΡΓΙΟΣ

ΟΙ ΕΘΡΤΑΣΤΙΚΕΣ ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ ΤΗΣ 25ΗΣ ΜΑΡΤΙΟΥ ΤΟ 1931, ΣΤΗΝ ΠΑΛΙΑ ΙΕΡΙΣΣΟ

«ΑΠΟ ΤΗΝ ΙΕΡΙΣΣΟΝ Η ΤΕΛΕΤΗ ΤΗΣ 25 ΜΑΡΤΙΟΥ ΙΕΡΙΣΣΟΣ. (του ανταποκριτού μας)-

Ἡ ἔθνικὴ ἑορτὴ τῆς 25ης Μαρτίου ἐαρτάσθη ἑφέτος μεγαλοπρεπῶς εἰς τὴν καμὸπολιν μας, ἥτις σηματοδοτημένη ἐξῆλθε μὲ τὰ ἄξια μαθητῶν, οἵτινες ἐν παρατάξει παρήλασαν διὰ τῶν κεντρικωτέρων ὁδῶν. Ἡ τελετὴ τῆς δοξολογίας ἐτελέσθη εἰς τὴν εὐρείαν αἴθουσαν τοῦ δημοτικοῦ σχολείου¹ παρισταμένου πλήθους καὶ ἐπιλέκτων μελῶν τῆς κοινότητος μας.

Ἐκ τῶν πρώτων διεκρίναμεν τὸν Πρόεδρον τῆς Φιλοδασικῆς Ἐνώσεως κ. Βασιλεῖον Τσιριγκότη², τὸν Πρόεδρον τῆς Κοινότητος μετὰ τῶν Συμβούλων κ.κ. Δ. Ἐμμανουλοῦδη³, Χρ. Δάλλαν⁴ καὶ Ἀστέριον Κατζώνη⁵, τὸν ἀστυνόμον κ. Τασσόπουλον μετὰ τῆς κυρίας του καὶ Γυναικαδέλφης του, τὸν Προϊστάμενον Τ.Τ.Τ. κ. Κοντάκη, τὰς χαριτωμένας δεσποινίδας Εὐαγγελὴ Δάνη, Βασιλικὴν Ἀβραάμ, καὶ Ὀλιαν Κάλτσου, τὸν κ. Βαλασάκη⁶ μετὰ τῆς κυρίας του, τὸν κ. Παπακωνσταντίνον⁷ μετὰ τῆς κυρίας του, ὡς καὶ τὸν Κον Δημ. Αποστολίδην⁸, καὶ Νίκον Χασάπην⁹.

Μετὰ τὴν λήξιν τῆς τελετῆς, καθ' ἣν ἀπηγγέλθησαν ὑπὸ τῶν μαθητῶν καὶ μαθητριάδων ἐνθουσιώδη ἔθνικα ποιήματα προσεφέρθησαν ἀναγκαστικὰ ἐνῶ ὁ ἀγαπητὸς Μανωλοῦδης ἐμοίραζε ἀφειδῶς σιγαρέτα εἰς τοὺς παρευρισκομένους. Αἰσθησὶν προὔξεν ἡ ἀπουσία ἐκ τῆς ὠραίας ταύτης συγκεντρώσεως τοῦ ἀγαπητοῦ Στέλιου Μαρίνου καὶ Δ. Βαλασάκη, οἵτινες ἂν καὶ προσεκληθῆσαν δὲν προσήλθον καὶ μετὰ τοῦ ὠραίου φύλου πολὺς ἐγένετο λόγος.

ΜΙΜΗΣ ΚΑΛΟΣ»

Σημειώσεις

¹ Το νέο δημοτικό τότε σχολείο της Ιερισσού ήταν διάφορο και βρισκόταν στη θέση του σημερινού 1ου δημοτικού σχολείου. Καταστράφηκε στους μετασεισμούς του 1932. Λειτουργήσε μόνο 4 χρόνια.

² Το σωστό όνομα είναι Βασιλεῖος Τσιριγώτης, γεννηθεὶς το 1883 ἦταν στο ἐπάγγελμα ράπτης.

³ Ο Δημήτριος Μανωλοῦδης ἢ Δημητράκης ἐξακούσε το ἐπάγγελμα τοῦ μηχανικοῦ. Ασχολούμαστε με μία του περιπέτεια στο παρακείμενο ἄρθρο.

⁴ Είναι 3 οἱ υποψήφιοι με αυτό το όνομα: α) ο Δάλλας Χρήστος τοῦ Γεωργίου, γεν. το 1889 ἐξακούσε το ἐπάγγελμα τοῦ μυλοθροῦ (μυλωνά), β) ο Δάλλας Χρήστος τοῦ Δημητρίου, γεν. το 1899 ἐξακούσε το ἐπάγγελμα τοῦ ναυπηγοῦ καὶ γ) ο Δάλλας Χριστόδουλος τοῦ Δημητρίου, γεν. το 1885 ἐξακούσε το ἐπάγγελμα τοῦ αλιέα.

⁵ Ο Ἀστέριος Γκατζώνης τοῦ Θεοδώρου, γεν. το 1896, δήλωνε ὡς ἐπάγγελμα ἔμπορος.

⁶ Ο Βαλάσιος Βαλασάκης τοῦ Κωνσταντίνου, γεν. το 1879, δήλωνε ὡς ἐπάγγελμα ἔμπορος.

⁷ Οἱ υποψήφιοι με αυτό το ἐπίθετο είναι 3, ο Παπακωνσταντίνου Γεώργιος τοῦ Κωνσταντίνου, γεν. το 1868, δάσκαλος στο ἐπάγγελμα, καὶ οἱ γιοι τοῦ Κωνσταντίνου, γεν. το 1903, στο ἐπάγγελμα ὑπάλληλος τοῦ τηλεγραφίου, καὶ Παπακωνσταντίνου Χρήστος, γεν. το 1905, ὑπάλληλος.

⁸ Ο Αποστολίδης Δημήτριος τοῦ Αποστόλου, γεν. το 1897, στο ἐπάγγελμα ἦταν υποδηματοποιός

⁹ Οἱ υποψήφιοι είναι 2, ο Νικόλαος Χασάπης τοῦ Θεολόγου, γεν. το 1902, στο ἐπάγγελμα κρεοπάλης, καὶ ο Χασάπης Νικόλαος τοῦ Ἀστερίου, γεν. το 1866, στο ἐπάγγελμα κτηνοτρόφος.

Ἐφ. Μακεδονία, 31 Μαΐου 1958 «ΚΑΤΑΣΚΕΥΗ ΠΡΟΒΛΗΤΟΣ ΕΙΣ ΙΕΡΙΣΣΟΝ



ΛΙΜΑΝΙ

Ὁ πρόεδρος τῆς κοινότητος Ἰερισσοῦ διακηρύττει, ὅτι εἰς ἐκτέλεσιν τῆς ὑπ' ἀριθ. 20/58 ἀποφάσεως τοῦ κοινοτικοῦ συμβουλίου ἐγκριθείσης διὰ τῆς ὑπ' ἀριθ. 110/7/58 τοιαύτης τῆς νομαρχίας Χαλκιδικῆς, ἐκτίθεται εἰς τακτικὸν μειοδοτικὸν διαγωνισμόν δι' ἐνσφραγίστων προσφορῶν ἄνευ ὀρίου ἢ παρὰ διπλωματοῦχου ἐργολάβου Δ.Ε. κατασκευὴ προβλήτου εἰς τὸν λιμένα Ἰερισσοῦ, συμφώνως πρὸς τὴν ὑπ' ἀριθ. 1431/58 μελέτην καὶ συγγραφὴν ὑποχρεώσεων τῆς ΤΥΔΚ Χαλκιδικῆς.

Ἡ διὰ τὴν ἐκτέλεσιν τοῦ ἔργου δαπάνη προϋπολογίσθη εἰς δραχμὰς 110.000, πλὴν τῆς ἀξίας ὑλικῶν τινῶν, οἷτινα θὰ παραδοθῶσιν εἰς τὸν ἀνάδοχον, συμφώνως τῇ μελέτῃ, ὡς καὶ τῆς παρασχεθισομένης προσωπικῆς ἐργασίας.

Ἡ δημοπρασία διεξαχθήσεται ἐν Ἰερισσῷ καὶ ἐν τῷ κοινοτικῷ καταστήματι τὴν 15ην Ἰουνίου, ἡμέραν Κυριακὴν καὶ ὥραν 11-12 π.μ. ἐνώπιον τῆς πρὸς τοῦτο ἐπιτροπῆς.

Ἐγγύσις ὀρίζεται τὸ ποσοῦν τῶν δραχμῶν 5.500, ἥτοι 5% ἐπὶ τοῦ προϋπολογισμοῦ τοῦ ἔργου, διὰ γραμματίου τοῦ ταμείου παρακαταθηκῶν καὶ δανείων ἢ ἐγγυητικῆς ἐπιστολῆς ἀνεγνωρισμένης Τραπεζῆς ἢ τοῦ ΤΣΜΕ.

Τὸ παρὸν ἔργον χαρακτηρίζομενον ὡς ἔργον

ἀνασυγκροτήσεως, εἰς οὐδεμίαν κράτησιν ὑπόκειται πλὴν τοῦ Φ.Κ.Π. καὶ τῶν τελῶν χαρτοσήμου, ὡς καὶ 0,6% διὰ τὴν πληρωμὴν ἐπιστάτου τῆς ὑπηρεσίας.

Τὰ σχετικὰ τῆς μελέτης εἰσὶν κατατεθειμένα εἰς τὸ γραφεῖον τῆς κοινότητος Ἰερισσοῦ καὶ εἰς τὸ γραφεῖον τῆς ΤΥΔΚ Χαλκιδικῆς (νομαρχιακὸν κατάστημα) ἔνθα δύνανται οἱ ἐνδιαφερόμενοι νὰ λαμβάνωσιν γνώσιν, προσερχόμενοι κατὰ τὰς ἐργασίμους ὥρας.

Ἐν Ἰερισσῷ τῇ 27 Μαΐου 1958

Ὁ πρόεδρος τῆς κοινότητος
ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ ΚΟΝΤΟΓΙΑΝΝΗΣ»

Ἡ προβλήτα στο λιμάνι ξεκίνησε το 1958 και για μεγαλύτερη σταθερότητα τοποθετήθηκαν οι βάσεις της "τα μπλόκια" πάνω στις μεγάλες πέτρες που προσάτευαν το μέχρι τότε αρχαίο και το βυζαντινό λιμάνι της Ιερισσού. Ἐτσι χάθηκαν τα ἴχνη τοῦ ἀρχαίου λιμενοβραχίονα, ἀλλὰ ἡ λειτουργία τοῦ λιμανιοῦ συνεχίζεται ἀδιάλειπτα ἀπὸ τὴν ἀρχαία ἐποχὴ ὡς σήμερα.

Ἡ ΝΕΚΡΑΝΑΣΤΑΣΗ ΤΟΥ ΜΑΝΩΛΟΥΔΗ ΚΑΙ ΤΟ ΠΑΘΗΜΑ ΤΟΥ ΠΡΟΦΕΤΗ

Ἐφημερίδα «ΜΑΚΕΔΟΝΙΑ»,
Φεβρουάριος τοῦ 1940

«Καταπληκτικὸν φαινόμενον νεκροφανείας
ΕΙΣ ΝΕΚΡΟΣ ΑΝΕΣΤΗΘΗ ΕΝΩ ΜΕΤΕΦΕΡΕΤΟ
ΕΙΣ ΤΗΝ ΙΕΡΙΣΣΟΝ!

Καὶ διεμαρτύρετο διότι ἐπληρώθησαν ἀκριβὰ...
πορθμεία

Ο ΑΣΘΕΝΗΣ ΤΟΥ ΞΕΝΟΔΟΧΕΙΟΥ «ΝΙΚΗΣ». ΝΕΚΡΟΣ ΕΙΣ ΛΕΩΦΟΡΕΙΟΝ.-ΤΟ ΦΡΙΚΤΟΝ ΘΕΑΜΑ. -ΔΙΑΛΟΓΟΣ ΜΕ ΤΟΝ ΠΕΘΑΜΕΝΟΝ «ΠΟΥ ΒΡΙΣΚΟΜΑΙ ΚΑΙ ΠΟΥ ΜΕ ΠΑΤΕ»..

Ἐνας νεκρὸς ἀνέζησε ἐνῶ μετεφέρετο ἀπὸ τὴν πόλιν μας ὅπου ἐξεμέτρησε τὸ ζῆν εἰς τὴν Ἰερισσὸν ὅπου διαμένουν οἱ οἰκείοι του διὰ νὰ παραδοθῆ εἰς αὐτοῦς πρὸς ταφήν. Τὸ γεγονός, τουτέστιν ἡ νεκροφάνεια αὕτη τοῦ νέου Λαζάρου τῆς Ἰερισσοῦ ἔγινε παρὰ τὸ 800ν χιλιόμετρον καὶ ἔξωθι τῆς Ἀρναίας, τὸ δὲ ἄγγελμα τὸ διελάλησαν ἀνά τὴν εὐάνδρον Χαλκιδικὴν καὶ τὸ ἔφεραν καὶ εἰς τὴν πόλιν μας οἱ σωφῆροὶ ἐκτελοῦντες τὴν συγκοινωνίαν τῶν Λεωφορειακῶν ἀρτηριῶν τῆς Χαλκιδικῆς.

Ὁ γέρον με τὸ βρογχικό

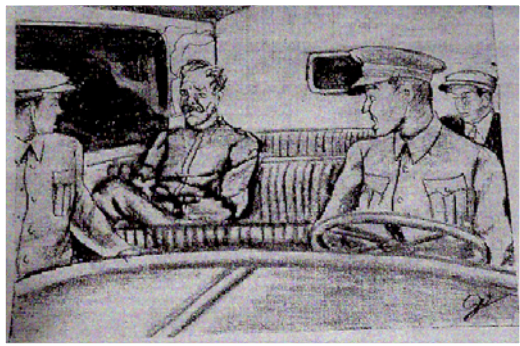
Τὸ καταπληκτικὸν φαινόμενον τῆς νεκροφανείας, τὸ τοῦτῳ καταπληκτικώτερον καθ' ὅσον σπανίως συμβαίνουν τοιαῦτα φαινόμενα, ἐξετυλίχθη ὑπὸ τὰς ἀκολούθους συνθήκας:

Τὴν 12ην τρέχοντος ἡμέραν Δευτέραν ἀφίχθη εἰς τὴν πόλιν μας συνοδευόμενος ὑπὸ τοῦ δεκαεπταετοῦς υιοῦ τοῦ ὁ Ἀπόστολος Μανωλοῦδης ἢ Χαλκιᾶς ἐτῶν 55 κάτοικος Ἰερισσοῦ καὶ ἐγκατεστάθη εἰς τὸ ἐπὶ τῆς ὁδοῦ Ἐγνατίας καὶ ἐναντι τῶν παλαιῶν γραφείων τῆς «Μακεδονίας» γνωστὸν ξενοδοχεῖον «Νίκη». Σκοπὸς τῆς ἀφίξεως τοῦ γερο-Μανωλοῦδη ἦτο »

» όπως είσαχθη εις τό δημοτικόν ή τό κεντρικόν νοσοκομείον πρός νοσηλείαν ώς πάσχων από βρογχιικά, συνεπεία των όποίων υπέφερε, πολύ συχνά δέ προσεβάλετο από κρίσεις δυσπνοίας είχε δέ και συχνά λιποθυμιάς. Εις τό ξενοδοχείον ό Μανωλούδης δέν έμενε κατάκοιτος. Άπεναντίας έξήρχετο δίσ και τρίς τής ημέρας, άλλοτε μόνος και άλλοτε συνοδευόμενος από τόν υιόν του διά νά φροντίση όπως είσαχθη εις τό νοσοκομείον.

Πέθανε ό πατέρας μου

Προχθές τήν Τετάρτην ό Μανωλούδης μέ τόν



Σκίτσο της εφημερίδας ΜΑΚΕΔΟΝΙΑ για το άρθρο της Νεκρανάστασης του Μανωλούδη, Φεβρουάριος 1940.

υιόν του έξηλθον, όπως δειπνήσουν, περί τήν βην δέ έσπερινήν ό γέρον επανήλθεν εις τό ξενοδοχείον μόνος του. Έκάθησεν εις τό σαλόني κοντά εις τήν θερμάστραν και έγραψε μίαν-δύο επιστολάς, έπειτα δέ έκαληνύκτισε τόν υπάλληλον, πού ήτο τής ύπηρεσίας, κ. Θεοχάρην Καρκαφίδην και άνέβηκε εις τό δωμάτιον του διά νά κατακλιθίη.

Άργότερα ήλθε και ό υιός του, εύρε δέ τόν πατέρα του έν έργηγόρσει και συνωμίλησε μαζί του επ' άρκετήν ώραν. Περί τήν 11,30 νυκτερινήν ό υιός Μανωλούδης κατέβηκεν εις τό σαλόνη και συνομίλησεν όλίγον μέ τόν κ. Καρκαφίδην, μεθ' ό έπέστρεψε πάλιν πλησίον του πατρός του. Δέν έπέρασε όμως έν λεπτόν και ήκούσθη θόρυβος εις τήν κλίμακα. Ό υιός Μανωλούδης κατέβαινε τάς βαθμίδας της τρεις-τρείς, όταν δέ έφθασεν εις τό σαλόνη, μέ τούς όφθαλμούς διεσταλμένους και τόν τρόμον ζωγραφισμένον εις τό πρόσωπόν του, είπε προς τόν κ. Καρκαφίδην:

«Ό πατέρας μου πέθανε. Τρέξε...»

Ό διανυκτερεύων υπάλληλος του ξενοδοχείου καθώς και ό διατηρών τόν μπουφέν Άθανάσιος Παυλίδης έσπευσαν νά τόν ακολουθήσουν, όταν δέ έφθασαν εις τό δωμάτιόν του εύρον τόν γέρο-Μανωλούδην εις κακήν κατάσταση. Οί όφθαλμοί του ήσαν ανοικτοί άλλ' άπλανείς και είχε τελειώς απωλέσει τάς αισθήσεις του, από τό στόμα του δέ έξήρχετο ένας αγωνιώδης ρόγχος, προφανώς ό έπιθανάτιος.

«Έτσι τουλάχιστον, ενόμισαν οί παρεστώτες. Τόν άφησαν λοιπόν νά παραδώση έν ειρήνην τήν τελευταίαν του πνοήν και οί μέν Καρκαφίδης και Παυλίδης επανήλθον εις τήν εργασία των, ό δέ υιός του ψυχորραγούντος κλαίων κατήλθεν εις τό σαλόνη και έξηλθε του ξενοδοχείου.

Άλλ' ενω μετεφέρετο...

Δέκα λεπτά άργότερον έξωθι του ξενοδοχείου «Νίκη» έστάθμευε τό υπ' αριθ. 26825 λεωφορείον αυτοκίνητον, τό έκτελούν τήν τακτικήν συγκοινωνίαν Θεσσαλονίκης- Ιερισσοϋ, κατήλθον δέ έξ αυτού ό οδηγός του Γεώργιος Προφότης μέ τόν βοηθόν του και ό υιός του ψυχորραγούντος.

Οϋτοι ανήλθον εις τό δωμάτιον όπου κατέκοιτο ό γέρον Μανωλούδης τόν έτύλιξαν μέ βελέντζες και βοηθούμενοι και από τόν μπουφετζήν κ. Παυλίδην και τόν κ. Χρήστον Χονδρόν ένοικον του ξενοδοχείου τόν μετέφεραν και τόν απέθεσαν εις ένα εκ των

πάγκων του λεωφορείου όπου και τόν έδεσαν, διά νά μή κατακυλήσει εις τό δάπεδον:

Καθ' όλον αυτό τό διάστημα, μάς είπαν τόσον ό υπάλληλος του ξενοδοχείου κ. Καρκαφίδης όσον και οί κ. κ. Παυλίδης και Χονδρός, ό γέρον Μανωλούδης έξηκολούθη νά εύρίσκειται εις κομματώδη κατάστασην και νά δίδη τήν έντύπωσιν ανθρώπου έξοφλούντος τούς τελευταίους λογαριασμούς μέ τά έγκόσμια. Ό ρόγχος του τώρα ήτο άσθενής, άνεπαίσθητος και έσβυνε όλονέν.

Σάν διήγημα του Πόε

Ό σωφέρ κ. Γ. Προφότης έβαλε μπρός έχων δίπλα του τόν βοηθόν του και τόν Μανωλούδην υιόν και τό λεωφορείον μέ μόνον επιβάτην τόν μεταξύ ζωής και θανάτου αίωρούμενον γέρο- Μανωλούδην άκίνητον και άναίσθητον μέσα εις τίς βελέντζες του έξεκίνησε διά τήν Ιερισσό. Η μηχανή είχε καταβροχθίσει τά όγδόντα χιλιόμετρα τής διαδρομής και τό λεωφορείον επλησίαζε εις τούς ώραίους καστανεώνας τής Άρναίας, όταν συνέβη ή έξής σκηνή ένθυμίζουσα σελίδα από κανέν εκ των διηγημάτων τρόμου του Έντγκαρ Πόε.

Ό σωφέρ είχε ανοικτήν τήν πλαφονιέραν και χάρις εις τό φώς πού έπιπτεν εις τόν καθρέπτην, κάποιαν στιγμήν πού έστρεψε τό βλέμμα του προς τά εκεί, διέκρινε μέσα εις τόν καθρέπτην θέαμα μακάβριον. Ό νεκρός τόν όποιον είχε κουκουλώσει μέ τά χέρια του και είχε δέσει εις τόν πάγκον του λεωφορείου είχε ζωντανέψει, είχε σηκωθεί και εκάθητο μέ τό ένα πόδι επάνω εις τό άλλο. Ρίγη φρίκης διέδραμον τήν σπονδυλικήν στήλην του άτυχούς Προφότη και ένω τά χέρια του παράλυτα από τόν τρόμον άφηναν τό βολάν, τά χείλη του μόλις κατάρθωναν νά ψιθυρίσουν:

«Ζωντάνεψε ό πεθαμένος...»

Έν τω μεταξύ ό βοηθός του τόν είδε πού άφησε τό βολάν και νομίσας ότι άπεκοιμήθη, ήρπασε αυτός τό βολάν ένω συγχρόνως τόν σκουντούσε λέγων:

«Ώπνα. Τί διάβολο κοιμήθηκες.

«Δέν κοιμήθηκα αλλά κύταζε...»

Και ό σωφέρ έδειξε διά νεύματος εις τόν βοηθόν του (τον Χρήστο Ματζώνα) τόν καθρέπτην. Φόβος και τρόμος κατέλαβε και τόν βοηθόν, όταν εκύτταζε εις τόν καθρέπτην και διέκρινε τόν πεθαμμένον νά κάθεται σταυροπόδι μέσα εις τό αυτοκίνητον. Έν τω μεταξύ και ό υιός άντελήφθη τά διατρέχοντα και έσυμμαζεύθη και αυτός έντρομος εις τήν γωνίαν του. Από τήν κατάστασην αυτήν του τρόμου, τής αγωνίας και τής καταπλήξεως έβγαλε και τούς τρεις των ό ίδιος ό νεκρός. Κάποιαν στιγμήν πλησιάσας προς τόν σωφέρ του χτύπησε τό τζάμι και του φώναξε.

«Έ φίλε, για πού πάμε;

«Γιά τήν Ιερισσό...»

«Και γιατί;

«Χρυσέ μου, έτσι μου είπανε...»

Ό διάλογος αυτός μεταξύ σωφέρ και πεθαμένου διήρκεσεν επ' άρκετόν, του τελευταίου άρνούμενου νά μεταβή εις Ιερισσόν και επιμένοντος νά τόν ξαναγυρίσουν εκεί πού ήτο.

Τέλος επέισθη νά τόν μεταφέρουν εις Ιερισσόν, άλλ' όταν έφθασαν εκεί νέα λογομαχία άνοιξε μεταξύ σωφέρ και νεκρναστάντος Λαζάρου.

«Όταν ό τελευταίος έμαθεν ότι επληρώθησαν από τόν υιόν του 1400 δραχμαί και έπρεπεν ό ίδιος νά δώσει άλλας δραχμας χιλίας διότι ό υιός του είχε συμφωνήσει νά πληρώσει διά τήν μεταφοράν δραχμας 2400 διέρρηξε τά σάβανα του.. μη έννοών νά πληρώση τόσον άκριβά πορθμεία...»

«Δέν πληρώνω, έλεγε, παρά ένα εισιτήριο δικό μου και μισό για τό παιδί...»

«Έτσι ό γέρο-Μανωλούδης άντί νά έγκλεισθή εις τό φέρετρον, είναι ένδεχόμενον νά καθήση εις τό έδώλιον του πταισματοδικείου και άντί ψαλμωδιών

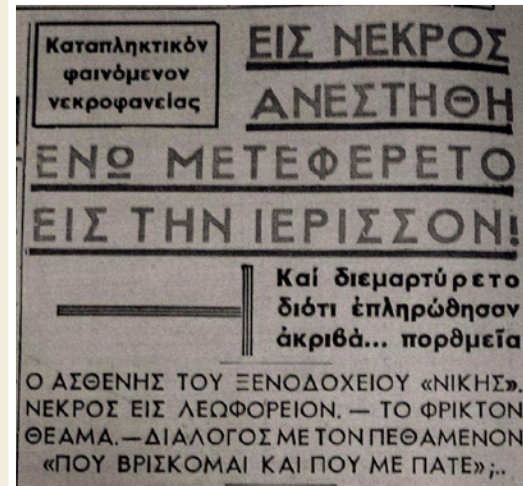
νά άκούση τόν κώδωνα του δικαστηρίου και τόν κ. πρόεδρον νά του λέγη:

«Κατηγορούμενε έγέρθητι...»

Έν τω μεταξύ όλόκληρος ή Χαλκιδική σταυροκοπέται και συζητεί διά τήν νεκρανάστασιν του. Μερικοί μάλιστα λέγουν:

«Ό άέρας του Χολομώντα τόν άνάστησε...»

ΓΙΑΝ. ΤΑΧΟΓΙΑΝΝΗΣ»



ΑΝΤΙΓΡΑΦΟ

Το άρθρο αυτό αναφέρεται στον Δημήτριο Μανωλούδα του Δημητρίου και όχι στον γιο του Απόστολο όπως αναφέρει εσφαλμένα ο αρθρογράφος Γιάννης Ταχογιάννης.

Ο Δημήτριος Μανωλούδας ή Δημητράκης όπως τον φώναζαν οι φίλοι του, ήταν ιδιαίτερα αγαπητός στην Ιερισσό. Θεωρούνταν ένας από τους καλύτερους μηχανικούς της εποχής και το επαγγελματά του το συνέχισε επάξια ο γιος του Μανώλης Μανωλούδας όπως και σήμερα ο εγγονός του Δημήτριος που διατηρεί το γνωστό ομώνυμο μηχανουργείο. Γεννήθηκε το 1893 και απεβίωσε με την πάροδο 4 μηνών από το ειρημένο γεγονός σε ηλικία 47 ετών. Άφησε πίσω του 6 παιδιά με μεγαλύτερο τον Απόστολο ο οποίος 17 χρονών τον συνόδευσε στη Θεσσαλονίκη, την Μαρία (Μαρίκα), τον Κωνσταντίνο, τον Εμμανουήλ, την Βασιλική και την Κατερίνα (Ρίνα). Επί σειρά ετών διατέλεσε κοινοτικός σύμβουλος στην Ιερισσό. Μετά τον σεισμό του 1932 πρόσφερε πολλά στη κατασκευή του νέου χωριού βοηθώντας με τις γνώσεις του τους πολιτικούς μηχανικούς που ανέλαβαν το έργο. Η εκδοχή της οικογένειάς του για την νεκροφάνεια, που αναφέρει και η εφημερίδα της εποχής «Νέα Αλήθεια», είναι ότι αυτή προήλθε από ένα μαγκάλι με κάρβουνα που τοποθέτησαν το βράδυ για να ζεσταθούν. Η ίδια εφημερίδα μας δίνει την πληροφορία στο άρθρο με τον τίτλο «Ο ΝΕΚΡΑΝΑΣΤΑΣ ΥΓΙΑΙΝΕΙ ΕΠΛΗΡΩΣΕ ΤΑ ΠΟΡΘΜΕΙΑ» ότι παρ' όλη την αρχική διαμάχη για τα ναύλα με τον οδηγό του λεωφορείου, στη συνέχεια πλήρωσε όλο το προσυμφωνημένο με τον γιο του ποσό.

Η νεκροφάνεια του συγχωριανού μας, η «τρομάρα» του γερό Προφότη και του Ιερισσιώτη συνοδηγού του Χρήστου Ματζώνα έμειναν για πολλά χρόνια ανεξήγητα στη μνήμη των χωρατατζήδων μας Ιερισσιωτών.

Σημείωση

1. Στο ξενοδοχείο αυτό δούλευε επί σειρά ετών και είχε την διαχείρησή του ο Ιερισσιώτης Γεώργιος Καφετζής.



ΟΜΑΔΑ "ΑΚΑΝΘΟΣ" Ιερισσού.

Όρθιοι από αριστερά: Γιώργος Χασάπης, Δημήτρης Βεζύνιας, Σάκης Μοσχόπουλος, Βασίλης Καραδήμος, Γιώργος Λαγόντζος, Περικλής Χρυσούλης, Νίκος Χαλκιάς, Κώστας Χρυσούλης, Γιάννης Βαρβαρέσσος, Χρήστος Αντωνίου
 Καθιστοί από αριστερά: Γιάννης Καραμπατάκης, Πασχάλης Πασχαλίδης, Γιώτης Σμαραγδής, Βασίλης Λεμπίδας, Μιχάλης Χαλκιάς, Γιώργος Παπαστεριανός
 [Φωτογραφία της Δήμητρας Καραβασιλή-Αντωνίου].



Στεφάνι-Καλτσάκι-Πλισέ
 [Φωτογραφία της Αντιγόνης Χρυσούλης].



Αριστοτέλεια-Τελετή έναρξης [Φωτογραφία του Π.Σ. Κλειγένης].



Οι τρεις Χάριτες
 [Φωτογραφία της Πηγής Χασάπη].



Τα ναυτάκια στις επιδείξεις [φωτογραφία της Άννας Λαγόντζου].



Πρωτομαγιά (περιοχή Αγίου Παύλου), 1970 [Φωτογραφία του Θ.Γκατζιώνη].



Τα Μπαριάκια στο Αλώνι
Ν.Καμπάνης - Ν.Στρούνης - Παντλής - Β.Στρούνης
[Φωτογραφία του Β.Στρούνη].



Με του Μαγιού τις μυρωδιές
[Φωτογραφία της Υψηλάντη Σοφίας].



Χριστός Ανέστη στο Μαύρο Αλώνι, 1960 [Φωτογραφία της Ειρήνης Λεμπίδα].



Να διώ ψηλές, να διώ λιγνές. 1956 [Φωτογραφία του Δημήτρη Χρυσούλη].



Οικογένεια Λαγόντζου στο Μαύρο Αλώνι [Φωτογραφία της Άννας Λαγόντζου].



Μαντολίνα και κιθάρες [Φωτογραφία της Πηγής Χασάπη].

Η ΤΕΧΝΗ ΤΗΣ ΒΑΡΕΛΟΠΟΙΙΑΣ

Κείμενο : ΕΛΕΟΝΩΡΑ ΓΚΑΓΚΑΝΑ

ΣΤΗΝ ΙΕΡΙΣΣΟ

Έχοντας μεγαλώσει στη γειτονιά όπου βρίσκεται το μαγαζί του κ. Γκατζώνη, δε φανταζόμουν ποτέ, τι θα μπορούσε να «κρύβεται» στο πίσω μέρος της αυλής του. Στοιβαγμένα σε μια γωνιά του χρόνου και εντυπωσιακά τόσο για τον τρόπο κατασκευής και τον όγκο τους, όσο και για την ιστορία που κρύβουν, βρίσκονται καλοδιατηρημένα διάφορα σε μέγεθος και σχήμα βαρέλια, από μία εποχή που η ύπαρξή τους ήταν αναγκαία σε κάθε σπίτι του χωριού, με νοικοκύρηδες μερακλήδες για κρασί και τσίπουρο και η χρήση τους καθημερινή ή εποχιακή ανάλογα με τον προορισμό και τη χωρητικότητά τους.

Στην Ιερισσό αρκετοί ήταν αυτοί που ασχολήθηκαν με την τέχνη του βαρελοποιού, όπως μαρτυρούν και οι Εκλογικοί Κατάλογοι των Γενικών Αρχείων του Κράτους που καταρτίστηκαν για τα έτη 1914 και 1927 και αφορούσαν το χωριό της Ιερισσού και στους οποίους αναφερόταν ως βαρελοποιοί: ο Απόστολος Κυριάκου του Κυριάκου (γεννηθείς το 1874), ο Κωνσταντίνος Σωτηρίου του Δημητρίου, γνωστός και ως «Βαρελάς» (γεν το 1880), ο Μπαντής Αστέριος του Γεωργίου (γεν το 1886), ο Νικόλαος Συκιώτης του Αστερίου (γεν το 1890), και οι Κούλιας Παναγιώτης του Νικολάου (γεν το 1966), ο Συκιώτης Αθανάσιος του Αστερίου (γεν το 1876) και Συκιώτης Γεώργιος του Αθανασίου (γεν το 1904) αντίστοιχα. (Πληροφορίες από το προσωπικό αρχείο του Χρήστου Μ. Καραστέργιου).

Βαρελοποιοί ανήκαν και στην οικογένεια των Αντωνίου, με το παρωνύμιο «Βαγιωνάς» που σημαίνει βαρελάς, μεταξύ των οποίων ήταν ο Γεώργιος Αντωνίου του Δημητρίου, ο τελευταίος που ασχολήθηκε επαγγελματικά.

Την τέχνη οι βαρελοποιοί διδάσκονταν είτε από τους γονείς τους, είτε από τους πατέρες του Αγίου Όρους. Κάποιοι μάλιστα εργάζονταν εκεί κατά τους χειμερινούς μήνες του χρόνου ως βαρελοποιοί, όπως ο «Σωτήρης ο Βαρελάς» (Κωνσταντίνος Σωτηρίου) στη Μονή Καρακάλλου αλλά και σε άλλα κελιά (Μουτάφηδες και Τραμουντανάιους). Τους καλοκαιρινούς μήνες επέστρεφε και εργαζόταν στην Ιερισσό και εξυπηρέτούσε με την παραγωγή βαρελιών όχι μόνο το δικό μας,

*"Βαρέλι-Μπόμπα για πάτημα σταφυλιών",
(Φωτογραφία από Αποθήκη- Πατητήρι κ. Θεοδώρου Γκατζώνη).*



αλλά και τα γύρω χωριά. Ο συγκεκριμένος μάλιστα είχε ένα σοβαρό ατύχημα, όταν καταπλάκωσε ένα μεγάλο βαρέλι, αφήνοντας του μόνιμο πρόβλημα στο ένα του πόδι, αλλά αυτό δεν τον εμπόδισε να συνεχίσει να

ασχολείται επαγγελματικά με τη βαρελοποιία μέχρι τα γεράματα του. (Πηγή: Πληροφορίες και φωτογραφία από το βιβλίο «Ασκητές μέσα στον κόσμο» - Άγιο Όρος - 2008, Πνευματικά Δικαιώματα: Ιερόν Ησυχαστήριο Άγιος Ιωάννης ο Πρόδρομος- Μεταμόρφωσης Χαλκιδικής).

Ο γνωστότερος τεχνίτης-βαρελοποιός εν ζωή στην Ιερισσό, που άνοιξε το σπιτικό του για να μου διηγηθεί την ιστορία του και λεπτομέρειες γύρω από την κατασκευή των βαρελιών, είναι ο κύριος Λεωνίδα Συκιώτης, 85 ετών σήμερα, υιός του Νικολάου Συκιώτη αλλά και ανιψιός του Γεωργίου Συκιώτη, αμφοτέρων βαρελοποιών, αποδεικνύοντας ότι η τέχνη του βαρελοποιού είχε αναχθεί σε οικογενειακή πλέον υπόθεση. Διδάχθηκε την τέχνη από τον πατέρα του, δουλεύοντας από το 1942 έως και το 1968, οπότε και σταμάτησε, για να ασχοληθεί για βιοποριστικούς λόγους με άλλα πιο αποδοτικά επαγγέλματα, αλλά το γεγονός αυτό δεν αφαιρέσει καθόλου από τον ενθουσιασμό και τη ζωντάνια της περιγραφής του όσο μου εξηγούσε τη διαδικασία για την κατασκευή ενός βαρελιού.

Αρχικά, όπως αναφέρει έπρεπε να επιλεγεί το κατάλληλο ξύλο με βάση το περιεχόμενο του βαρελιού. Για τα βαρέλια που θα περιείχαν κρασί, καταλληλότερο ήταν το ξύλο καστανιάς, ανθεκτικό στην υγρασία και την υψηλή θερμοκρασία, ενώ για τα βαρέλια που θα περιείχαν ούζο και τσίπουρο επιλεγόταν ξύλο δρυός, το οποίο δουλευόταν μεν πιο δύσκολα αλλά δεν υπήρχε κίνδυνος να αφήσει χρώμα στο ποτό, όπως η καστανιά που ξέβαφε. Το κυπαρίσσι το απέφευγαν λόγω της έντονης μυρωδιάς του ξύλου που αναπόφευκτα επηρέαζε το περιεχόμενο. Τα ξύλα, που υπήρχαν σε αφθονία στην ευρύτερη περιοχή αλλά και στο Άγιο Όρος, προμηθευόταν είτε ο κατασκευαστής, είτε κατόπιν δικής του υπόδειξης για τις διαστάσεις, ο ενδιαφερόμενος αγοραστής. Σε κάθε περίπτωση όμως έπρεπε να ξεραθούν καλά για να φύγει από μέσα τους η υγρασία και μετά να δουλευτούν.

Επρόκειτο για μία διαδικασία που απαιτούσε όχι τόσο δύναμη, αλλά περισσότερο δεξιοτεχνία και σωστούς μαθηματικούς υπολογισμούς. Αφότου γινόταν η παραγγελία από τον οίνοποιο και συνεπώς ήξερε ο βαρελάς τι χωρητικότητας ήταν το βαρέλι που έπρεπε να κατασκευαστεί, υπολόγιζε το σωστό ύψος και την περίμετρο του βαρελιού που, σημειωτέον, ήταν διαφορετική στο μέσο και διαφορετική στα δύο άκρα, αφού το βαρέλι στένευε πάνω και κάτω. Όλα ήταν ζήτημα ορθού υπολογισμού της «φαλτσογωνιάς», όπως αναφέρει. Οι μετρήσεις γινόταν με το «κομπάσο», ένα εργαλείο σε σχήμα μεγάλου διαβήτη,



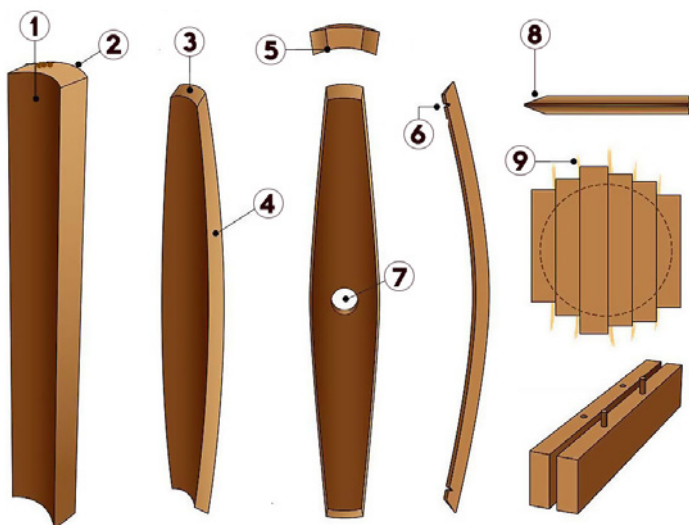
"Βαρέλι φύλαξης κρασιού", (Φωτογραφία από Αποθήκη- Πατητήρι κ. Θεοδώρου Γκατζώνη).

με προσαρμοζόμενο κατά την περίπτωση άνοιγμα βραχιόνων ανάλογα με το μέγεθος του βαρελιού που επιθυμούσε να κατασκευάσει. Το μέγεθος του βαρελιού καθόριζε επίσης όχι μόνο το μήκος και το πλάτος των ξύλων αλλά και το πάχος τους, για να είναι ανθεκτικά και οι μετρήσεις στην περίπτωση αυτή γινόταν με σπάγκο, προκειμένου να βρεθεί ο αριθμός των κομματιών των ξύλων που ενωμένα θα σχημάτιζαν το βασικό κορμό του βαρελιού. Τα ξύλα αυτά ονομαζόταν «δόγκες».

Οι δόγκες ήταν ακατέργαστες, αλλά για να μπορέσουν να δουλευτούν έπρεπε να περάσουν από την «πλάνη» για τη λείανση του ξύλου, αλλά και από τη «φοκάνη», εργαλείο για το κόψιμο του ξύλου στο σωστό σχήμα, αφού για να μπορέσει να κάνει κοιλιά στη μέση το βαρέλι, αλλά και για να κλείσει πάνω και κάτω, τα ξύλα έπρεπε να κοπούν ελαφρώς στενότερα στα άκρα τους. Αν τυχόν κάποια από τις δόγκες είχε ρόζους, έλιωναν κερί και το περνούσαν από πάνω, γεμίζοντας τους ρόζους για να αποφύγουν τις απώλειες του υγρού από εκείνο το σημείο. Όταν ολοκληρωνόταν αυτή η φάση της κατασκευής, στο εσωτερικό από τις δόγκες, και σε απόσταση περί τα 3 εκατοστά από τα άκρα τους, τόσο στο κάτω όσο και στο πάνω μέρος τους, αν το βαρέλι προοριζόταν να γίνει κλειστό χαρασσόταν η «γαδοτήρα», δηλαδή το σημείο όπου θα τοποθετούνταν και θα «κούμπωναν» τα καπάκια ή αλλιώς τα «φούντια». Για το σωστό μέγεθος των καπακιών πάλι ο υπολογισμός γινόταν με το κομπάσο. Τα καπάκια / πάτιο φτιάχνονταν όχι από ενιαίο στρογγυλό ξύλο, αλλά από περισσότερα μικρά κομμάτια που ενωνόταν μεταξύ τους αρχικά με καβίλιες και αργότερα με κόλλα. Όσο μεγαλύτερη εμπειρία αποκτούσε κάποιος, μπορούσε να χρησιμοποιήσει τους υπολογισμούς αυτούς ως «πατρών» για μεταγενέστερη κατασκευή.

Ένα βήμα πριν το τελικό στάδιο, έπρεπε να μετρηθούν στο σωστό μέγεθος και τα «τσέρκια», δηλαδή τα σιδερένια στεφάνια που θα συγκρατούσαν τις δόγκες ενωμένες μεταξύ τους και χωρίς κενά, για να μη χύνεται το περιεχόμενο. Οι μετρήσεις γινόταν και εδώ με σπάγκο και με βάση την περίμετρο του εξωτερικού σημείου του βαρελιού, όπου θα τοποθετούνταν »

Βαρελοποιία. Σχηματισμός δογών για βαρέλι κρασιού.



"Ξύλινα κομμάτια για την κατασκευή βαρελιού" - Διαδίκτυο.

» το κάθε στεφάνι. Τις σιδερένιες αυτές βέργες τις προμηθεύονταν από το εμπόριο σε κουλούρες και τις έκοβαν οι ίδιοι οι βαρελάδες στο επιθυμητό μέγεθος, τοποθετώντας πριτσίνια στα άκρα τους για να μπορέσουν να σχηματίσουν στεφάνια. Τα στεφάνια αυτά τα έβαφαν με μπογιά μίνιο, συνήθως κόκκινο χρώμα, λόγω της αντισκωριακής και αντιοξειδωτικής της δράσης.

Το δυσκολότερο σημείο ήταν εκείνο κατά το οποίο έπρεπε να δοθεί η σωστή κλίση στο ξύλο, δηλαδή να λυγίσουν οι δόγες και να τοποθετηθούν μετά το λυγισμό στη σωστή θέση η μία δίπλα στην άλλη για να δέσει η κατασκευή. Για να επιτευχθεί αυτό χρησιμοποιούσαν φωτιά και νερό. Μερικοί τεχνίτες «έκαιγαν» τις δόγες και τις έβρεχαν ξεχωριστά την κάθε μία, λυγίζοντάς τις, όμως, όλες με την ίδια κλίση. Άλλοι τεχνίτες μεταξύ των οποίων και ο κ. Λεωνίδας Συκιώτης ακολουθούσαν την εξής διαδικασία: Τοποθετούσαν τις δόγες όρθιες «φυτεμένες» στο έδαφος, και περνούσαν γύρω τους κάποια στεφάνια, συνήθως τέσσερα, σφίγγοντας ελαφρά το ένα μέρος του βαρελιού, με αποτέλεσμα οι δόγες στην άλλη πλευρά να είναι ανοιχτές. Μετά έβαζαν φωτιά στο εσωτερικό και όσο «καιγόταν» το ξύλο, έριχναν σταδιακά νερό στην εξωτερική πλευρά του βαρελιού, πετυχαίνοντας έτσι με το συνδυασμό των δύο την επιθυμητή κλίση στα ξύλα. Στη συνέχεια τοποθετούνταν το καπάκι και τα υπόλοιπα στεφάνια με τη βοήθεια της «σκύλας», ενός ξύλινου εργαλείου με σίδερο και γάντζο της μέση, και αφού έσφιγγαν όλα τα στεφάνια χτυπώντας τα με τη «βαριά», έκλειναν σταδιακά το βαρέλι. Φυσικά δεν αμελούσαν να δημιουργήσουν τρύπες, μία στην κοιλιά του βαρελιού, την «όκνα», από όπου τοποθετούνταν μετά το κρασί στο εσωτερικό του, και μία στον ένα πάτο, όπου τοποθετούσαν κάνουλα για να μπορεί να τρέχει το ποτό, αφού ολοκλήρωναν τις τυχόν ατέλειες πάλι με μικρότερη πλάνη και ροκάνι.

Πριν χρησιμοποιηθούν για πρώτη φορά τα βαρέλια τα γέμιζαν με ζεστό νερό, ούτως ώστε να φουσκώσουν και να εφαρμόσουν καλύτερα οι δόγες η μία με την άλλη αλλά και για να ελέγξουν αν υπάρχει κάποια διαρροή. Η ίδια διαδικασία γινόταν και αφού είχε αδειάσει όλο το περιεχόμενο τους και έπρεπε να χρησιμοποιηθούν και πάλι μετά από καιρό. Τη συντήρησή τους αναλάμβαναν και οι βαρελάδες με αντικατάσταση κάποιου προβληματικού σημείου. Για τη διαρροή η λύση δινόταν με ένα χόρτο, το «ραγάζι» ή «ζήνα», το οποίο έμοιαζε με καλάμι και αφού ξεραίνονταν καλά, τοποθετούνταν στα κενά μεταξύ των ξύλων και στερεωνόταν με μια κόλλα φτιαγμένη από αλεύρι και νερό, αλλά και με χτύπημα παράλληλα και των στεφανιών, για να σφίξουν καλύτερα τα ξύλα μεταξύ

τους. Τα βαρέλια φυλάσσονταν είτε γεμάτα είτε άδεια, σε σκοτεινό και δροσερό μέρος για να μην ξεραίνεται το ξύλο και ανοίγει. Η φιλοσοφία πάντως πίσω από την κατασκευή και από τη συντήρηση των βαρελιών ήταν πάντα η ίδια, με μικρές ωστόσο παραλλαγές στη διαδικασία, ανάλογα με το είδος και το μέγεθος του καθενός. Τα μεγέθη των βαρελιών ήταν ποικίλα, βάσει της χωρητικότητας τους. Τα μικρότερα, οι αποκαλούμενες «μπούκλες», ήταν χωρητικότητας περίπου 2 κιλών, και χρησιμοποιούνταν ως παγούρια. Από' κει και πέρα το μέγεθος ποικίλει και μπορεί να κατασκευάζονταν βαρέλια χωρητικότητας 50 και 80 κιλών, με πιο γνωστές τις λεγόμενες «παραβούτες» ή «σταυροπαραβούτες», το ύψος των οποίων ήταν συνήθως λίγο περισσότερο από 1 μέτρο και χρησιμοποιούνταν για τη μεταφορά των σταφυλιών. Μάλιστα για να μπορέσουν να χωρέσουν όσο το δυνατόν περισσότερα σταφύλια κατά το φόρτωμα, χρησιμοποιούσαν οι τρυγητές ένα ξύλο με φυσικές διακλαδώσεις στη μια άκρη του, την «τσαπατήρα, για να ζουλήξουν τα σταφύλια και να δημιουργηθεί μεγαλύτερος χώρος. Βαρέλια για μεταφορά ήταν επίσης και οι «πίπες», αλλά διέφεραν σε σχήμα καθώς ήταν ωειδείς και πλατιές, διευκολύνοντας τη φόρτωση σε ζώο, κάρρα και βάρκες. Τέλος κατασκευάζονταν τεράστια βαρέλια, χωρητικότητας 200, 500, 1000 έως και 2000 κιλών, οι αποκαλούμενες «μπόμπες» ή «πατητήρια».

Τα τελευταία αυτά βαρέλια που ξεπερνούσαν σε ύψος τα 2,5 με 3 μέτρα, είχαν πάτο μόνο στο κάτω μέρος τους και ήταν ανοιχτά από πάνω. Εκεί άδειαζαν το περιεχόμενο από τις παραβούτες και έμπαιναν μέσα άνθρωποι για το πάτημα των σταφυλιών. Χρειαζόταν μάλιστα πολλή προσοχή καθώς ο μούστος δημιουργούσε αναθυμιάσεις και πολλοί ήταν εκείνοι που λιποθυμούσαν μέσα στο βαρέλι με κίνδυνο ακόμη και να πνιγούν. Για να εξέρχεται το υγρό από τα πατημένα σταφύλια υπήρχε μια οπή στο κάτω πλαϊνό μέρος του βαρελιού, στην οποία, προτού αρχίσει το κρασί να χύνεται, τοποθετούσαν «σπαργιά», ένα χόρτο με πολλά αγκάθια που λειτουργούσε σαν τούλι, κρατώντας τη σαβούρα (κοτσάνια, κουκούτσια, φύλλα και φλοιούς). Στο πλαϊνό κοίλο μέρος των βαρελιών αυτών ήταν κατασκευασμένη ολόκληρη πόρτα, την οποία κρατούσε σταθερή και ασφαλισμένη στο βαρέλι ένα ξύλο, λειτουργώντας ως περάτης, το οποίο αφαιρούμενο επέτρεπε την πρόσβαση στο εσωτερικό του βαρελιού για τον καθαρισμό του. Για να αντιληφθεί κανείς τη σταθερότητα της κατασκευής αλλά και τον όγκο τους αρκεί να αναφέρω το εξής περιστατικό: Σύμφωνα με μαρτυρία της κ. Βενετίας Χασάπη, κατά τη διάρκεια του σεισμού του 1932 στην Ιερισσό, στο σπίτι ιδιοκτησίας Αικατερίνης και Μαρίας Ματζώνα, το πάνω πάτωμα υποχώρησε, πέφτοντας στο υπόγειο,

- 1) Κοίλανση
- 2) Στήριξη
- 3) Λείανση,
- 4) Ροκάνισμα για κοίλο σχηματισμό
- 5) Κλίση (άνω και εσωτερική όψη)
- 6) Πλαϊνή όψη ολοκληρωμένης δόγας - Κοπή εσοχής (για καπάκι)
- 7) Οπή πώματος
- 8) Κοπή με κλίση (καπάκι-πλαϊνή όψη)
- 9) Καπάκι (άνω όψη) - Ραγάζι ή ζήνα (χόρτο μόνωσης)
- 10) Καπάκι: Τρύπες και καβίλιες για συναρμολόγηση ξύλων.

όπου όμως βρισκόταν ένα τέτοιο βαρέλι, το οποίο άντεξε το βάρος της πλάκας που επικάθισε πλάγια στην κορυφή του, επιτρέποντας στις 2 γυναίκες να κρατηθούν από τις άκρες στο πάνω στόμιό του και να μη γκρεμιστούν στο κάτω πάτωμα. Σώθηκαν παραμένοντας κρεμασμένες εκεί και καλώντας σε βοήθεια, μέχρι που τις άκουσαν και τις απεγκλώβισαν.

Τα βαρέλια όταν μετά από καιρό χρήσης έπρεπε να αντικατασταθούν, δεν ήταν άχρηστα, καθώς και μεν δε μπορούσαν να φυλάξουν κάτι υγρό, αλλά λειτουργούσαν σαν αποθηκευτικοί χώροι για σιτάρι, καλαμπόκι κτλ. Ακόμη και τα τσέρκια αποκτούσαν νέα ρόλο ως αντικείμενα παιχνιδιού στα χέρια των παιδιών, που ευρηματικά χρησιμοποιούσαν τεθλασμένο σύρμα τηλεφώνου, το οποίο στη μια άκρη λυγίζαν και μέσα περνούσαν το στεφάνι όρθιο και από την άλλη το κρατούσαν και έτρεχαν, κυλώντας μαζί τους και το τσέρκι. Το παιχνίδι το αποκαλούσαν «ζαγκάρι».

Η διασκέδαση αυτή δεν υπάρχει σήμερα, και δυστυχώς λίγα είναι και τα βαρέλια που σώζονται στην Ιερισσό σε καλή κατάσταση. Η κατασκευή των χειροποίητων ξύλινων βαρελιών άρχισε σταδιακά να φθίνει, αφενός λόγω της καταστροφής των αμπελιών της περιοχής που οφειλόταν σε ασθένεια του φυτού (φυλλοξήρα), με αποτέλεσμα να μην υπάρχει παραγωγή κρασιού και συνεπώς να μην είναι πλέον χρήσιμα τα βαρέλια και αφετέρου εξαιτίας της αντικατάστασής τους είτε από τα φθηνότερα, ελαφρύτερα και ευκολότερα στη μεταφορά πλαστικά και ανοξείδωτα βαρέλια, ή από εισαγόμενα ξύλινα βαρέλια τα οποία αναζητούσαν οι ενδιαφερόμενοι από εμπόρους που εισήγαγαν «βαριά ψητά» όπως χαρακτηριστικά λέει (εννοώντας το ούισκι), όταν πλέον αυτά ήταν άδεια περιεχομένου, επειδή μπορούσαν να τα αγοράσουν στη μισή τιμή.

Εξαιτίας της καινούργιας αυτής πραγματικότητας, οι νεότεροι που είχαν την ευκαιρία να διδαχθούν την τέχνη αυτή, επέλεξαν να στραφούν σε άλλες κατευθύνσεις και πλέον είναι ελάχιστοι αυτοί που μπορούν να αναφερθούν σ' αυτήν με ακρίβεια, είτε γιατί ασχολήθηκαν επαγγελματικά με αυτή, όπως ο κύριος Λεωνίδας Συκιώτης, είτε γιατί παρακολούθησαν πολλάκις τη διαδικασία κοντά σε εξειδικευμένους μάστορες στο Άγιο Όρος, το οποίο επισκέπτονταν συχνά, όπως ο Άκανθος Ψέμμας που μου παρείχε διευκρινίσεις, και τους οποίους θέλω ειλικρινά να ευχαριστήσω και για την προθυμία τους να μου δώσουν πληροφορίες, αλλά και για την ικανότητά τους, μέσα από τις ζωντανές περιγραφές τους, να με κάνουν να νιώσω ένα αίσθημα ακόμη και νοσταλγίας, έστω κι αν αναφερόταν σε μία εποχή την οποία δεν πρόλαβα καν να ζήσω.

ΤΟ ΚΥΤΤΑΡΑΚΙ

Κείμενο : ΣΩΤΗΡΗΣ ΜΠΟΓΡΗΣ

Το κύτταρο αγκαλιάζοντας τους μικρούς μαθητές, φιλοξενεί στις σελίδες του εργασίες και δραστηριότητες των μαθητών της περιοχής. Την επιμέλεια της στήλης έχει ο κ. Γιώργος Κασκέτης, στον οποίο μπορεί να απευθύνεται όποιος θέλει να δημοσιεύσει στο περιοδικό <<έργα παιδιών>>.

Εγκαινιάζουμε αυτή τη στήλη φιλοξενώντας ένα άρθρο για τα Αριστοτέλεια, που συνεχίζουν να διεξάγονται στις μέρες μας με τους αγώνες στίβου Ακάνθεια. Συνδιοργανώνονται από το 1ο και 2ο Δημοτικό σχολείο Ιερισσού σε συνεργασία με τους Συλλόγους Γονέων των δύο σχολείων. Η επιμέλεια του πρώτου άρθρου είναι του γυμναστή κ. Σωτήρη Μπόγρη.

Από τους αγώνες ενηλίκων «Αριστοτέλεια» 1962-1972, στους αγώνες στίβου των δημοτικών σχολείων της Ιερισσού «Ακάνθεια» 2010-2015-.....

Οι αγώνες στίβου των δημοτικών σχολείων της Ιερισσού, είναι κατά κάποιον τρόπο η συνέχεια των Αριστοτέλειων που γινόταν τη δεκαετία του '60, αφού γίνονται στον ίδιο χώρο και έχουν το ίδιο αντικείμενο και ίσως είναι μια αφορμή κάποια στιγμή να ξαναζωντανέψουν οι αγώνες των ενηλίκων.

«Αριστοτέλεια» 1962-1972

Τη δεκαετία του '60 (1962-1972), στο χώρο του δημοτικού Σχολείου γίνονταν αγώνες στίβου και άλλοι, που ονομάζονταν Αριστοτέλεια.



Εμπνευστής αυτής της διοργάνωσης, υπήρξε ο Γιάννης Μάγκλαρης, καθηγητής σωματικής αγωγής ο οποίος το 1962 υπηρετούσε στο γυμνάσιο Αρναίας.

Έριξε την ιδέα στον τότε δραστήριο και προοδευτικό πρόεδρο της κοινότητας και μετέπειτα δήμαρχο αείμνηστο Περικλή Βεργίνη, ο οποίος, με την ομόφωνη απόφαση του τότε κοινοτικού συμβουλίου, καθιέρωσε τον θεσμό διεξαγωγής αθλητικών αγώνων με έδρα την Ιερισσό, με την επωνυμία «Αριστοτέλεια».

Το πρόγραμμα των αγώνων που καταρτίστηκε, περιελάμβανε αθλήματα κλασικού αθλητισμού δηλαδή δρόμο εκατό - τετρακοσίων - χιλίων και τριών χιλιάδων μέτρων, σκυταλοδρομία ανδρών και γυναικών, άλμα απλού - τριπλού και ύψους, δισκοβολία και λιθοβολία. Πέραν αυτών γίνονταν διαγωνισμός ιππασίας - ποδηλατοδρομίας - σκοπευτικοί αγώνες και διαγωνισμός παραδοσιακών μουσικοχορευτικών συγκροτημάτων.

Ο αναφερόμενος θεσμός από τον πρώτο χρόνο καθιέρωσης του, έτυχε της ένθερμης αποδοχής και συμπαραστάσης όλων των πολιτιστικών

και κοινωνικών φορέων και γενικότερα των κατοίκων της Ιερισσού. Ιδιαίτερο ήταν το γεγονός της συμμετοχής αθλητών και χορευτικών συγκροτημάτων, από ολόκληρη τη Χαλκιδική και την Μακεδονία γενικότερα τον πρώτο κιόλας χρόνο, κάτι που ξεπέρασε κάθε αισιόδοξη πρόβλεψη.

Η συμμετοχή κοινού από τη Χαλκιδική και ολόκληρη τη Μακεδονία, που ερχόταν να παρακολουθήσει τις εκδηλώσεις απετέλεσε ανεπανάληπτο πολιτιστικό γεγονός για τα πολιτιστικά δρώμενα της Χαλκιδικής και κορυφαίο γεγονός για την Ιερισσό. Η τέλεση των αγώνων, προσδιοριζόταν πάντοτε να διεξάγονται τους θερινούς μήνες που αργούσαν τα σχολεία. Οι εκδηλώσεις πραγματοποιούντο στον αύλειο χώρο του πρώτου δημοτικού σχολείου καθώς δεν υπήρχε άλλος καταλληλότερος χώρος. Τα έξοδα κατά ένα μεγάλο μέρος τα αναλάμβανε ο δήμος και βοηθούσαν με τον τρόπο τους οι επαγγελματίες και οι κάτοικοι. Για την απονομή στους πρωταθλητές υπήρχαν πάντα απαραίτητα, τα κύπελλα, τα οποία αθλοθετούσαν διάφοροι φορείς και ο δήμος Ιερισσού, και βέβαια το στεφάνι από κλάδους ελιάς.

Στους αγώνες αυτούς σημαντικές διακρίσεις είχε ο Γιάννης Ζέκιος στο ακόντιο, ο Βασίλης Γκατζώνης στο δίσκο, ο Παρθένος Δεσλής στο λιθάρι, ο Γιάννης Μάρκος στην ποδηλασία, ο Αργύρης Καραμήτσος στο λιθάρι, ο Χρήστος Κουτσούπης επίσης στο λιθάρι.

Στη φωτογραφία φαίνεται στη μέση 1ος νικητής ο Παρθένος Δεσλής, δεξιά 2ος νικητής ο Αργύρης Μήτρου και αριστερά 3ος νικητής ο Χρήστος Κουτσούπης. {Από το αρχείο του κυρίου Γιάννη Μαρινού και από συνεντεύξεις που πήραν τα παιδιά}.

Αγώνες στίβου «Ακάνθεια» 2010-2014 1^ο και 2^ο Δημοτικό Σχολείο Ιερισσού.

Τα Σχολεία μας συμμετείχαν όλα τα χρόνια στους Αγώνες στίβου που διοργάνωνε το Γραφείο Φυσικής Αγωγής. Από τότε που σταμάτησαν αυτοί οι αγώνες λόγω της οικονομικής κρίσης, τα Σχολεία της Ιερισσού ξεκίνησαν τη διοργάνωση των αγώνων στίβου «Ακάνθεια» όπου συμμετέχουν παιδιά από τα Σχολεία της Ιερισσού. Την πρώτη χρονιά στα Ακάνθεια του 2010 συμμετείχε και το Σχολείο της Ουρανούπολης. Έτσι και το Μάιο του 2014 διεξήχθησαν τα Ακάνθεια με μεγάλη επιτυχία. Στους αγώνες γίνονται 4 αγωνίσματα: η ταχύτητα στα 40 μέτρα, το μήκος, το μπαλάκι και το ύψος. Τα ίδια αγωνίσματα γίνονται για τα αγόρια και τα κορίτσια. Οι αγώνες έγιναν στο προαύλιο του πρώτου Δημοτικού Σχολείου που διαθέτει σκάμμα, χώρο και όργανα για τα υπόλοιπα αγωνίσματα. Την εισαγωγή των αγώνων έκανε φέτος η Β' τάξη. Η εισαγωγή ήταν μέρος του προγράμματος «ο αθλητισμός από την αρχαιότητα ως σήμερα» που έκανε η Β' τάξη με την καθοδήγηση της δασκάλας τους Ιωάννας Χατσίκου και του γυμναστή Σωτήρη Μπόγρη. Η διοργάνωση έγινε με τη συνεργασία των Σχολείων και των συλλόγων γονέων των Σχολείων.

ΤΟ ΧΡΟΝΙΚΟ ΤΩΝ ΑΓΩΝΩΝ ΤΟΥ 2014 ΜΕΣΑ ΑΠΟ ΤΑ ΜΑΤΙΑ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ.

Ακάνθεια 2014 Δευτέρα 12 Μαΐου.

Κάθε χρόνο διοργανώνονται στο 1ο Δημοτικό Σχολείο Ιερισσού αγώνες στίβου που συμμετέχουν παιδιά του 1ου και 2ου Δημοτικού Σχολείου Ιερισσού. Φέτος οι αγώνες έγιναν τη Δευτέρα 12 Μαΐου και οι αγώνες ξεκίνησαν με μια παράσταση της Β' τάξης που το θέμα



τους ήταν οι «Ολυμπιακοί Αγώνες».

Το πρώτο αγώνισμα που έγινε ήταν η ταχύτητα, μετά το μπαλάκι, έπειτα το άλμα σε μήκος και τέλος το άλμα σε ύψος. Σε όλη τη



διάρκεια των αγώνων υπήρχε μεγάλη αγωνία για την έκβαση των αγώνων γ' αυτό η κερκίδα εμφύχωνε συνεχώς τους αγωνιζόμενους. Τα αποτελέσματα τα εκφώνουσε ο κ. Βασίλης Ψυλλάκος και η κ. Μαρία Βαρκάρη. Κριτές των αγώνων ήταν ο κ. Σωτήρης Μπόγρης και η κ. Γενοβέφα Δημητριάδου. Τους αγώνες βιντεοσκοπούσε ο κ. Κώστας Κούλιας. Οι απονομές έγιναν στο τέλος για την 1η, 2η και 3η θέση. {Έλενα Γκολόη, Ειρήνη Μουλασιώτη} Παρασκευή 16 Μαΐου 2014.



Τα «Ακάνθεια» 2015 πραγματοποιήθηκαν με επιτυχία την Πέμπτη στις 7 Μαΐου 2015. Ελπίζουμε ότι οι αγώνες θα συνεχιστούν και τα επόμενα χρόνια.

ΠΑΙΖΟΥΜΕ; το παιχνίδι δε σταματά ποτέ!

Κείμενο : ΣΟΦΙΑ ΥΨΗΛΑΝΤΗ • ΚΩΣΤΑΣ ΚΟΥΛΙΑΣ

Στα παιδιά, άσχετα με το αν τα περισσότερα σήμερα είναι πάνω από έναν υπολογιστή και παίζουν παιχνίδια στην οθόνη, αρέσει να βγαίνουν στις αλάνες και να παίζουν ατελείωτα. Γι' αυτό και μες συνεχίζουμε με άλλα δυο παιχνίδια. Ας παίξουμε λοιπόν:

ΑΛΑΤΙ ΧΟΝΤΡΟ - ΑΛΑΤΙ ΨΙΛΟ

Το παιχνίδι αυτό παίζονταν από πολλά παιδιά που συγκεντρώνονταν κι έβγαζαν με κλήρο τη «μάννα». Ύστερα έκαναν όλα μαζί έναν κύκλο και κάθονταν σταυροπόδι μέσα σ' αυτόν με τα χέρια πίσω και τις παλάμες ανοιχτές. Η μάννα στεκόταν έξω από τον κύκλο και κρατούσε ένα μαντίλι. Έκανε μια βόλτα γύρω από τον κύκλο τραγουδώντας:

«Αλάτι χοντρό, αλάτι ψιλό, έχασα τη μάννα μου

και πάω να τη βρω. Παπούτσια δε με πήρε να πάω στο χορό.»

Την ώρα που τραγουδούσε γύρω από τον κύκλο, πετούσε το μαντίλι πίσω από ένα παιδί και συνέχιζε μέχρι να καταλάβουν ότι δεν κρατάει πια το μαντίλι. Το παιδί που έπαιρνε το μαντίλι σηκωνόταν και κυνηγούσε τη μάννα. Όταν την έπιανε, η μάννα καθόταν στη θέση του, μαζί με τα υπόλοιπα παιδιά.

Το παιδί που έπαιρνε το μαντίλι γινόταν μάννα κι άρχιζε να κυνηγεί. Το παιχνίδι συνεχιζόταν έτσι μέχρι να βαρεθούν τα παιδιά να το παίζουν.

ΤΡΙΟΛΙ (ΤΡΙΑΖΑ)

Ενέπνευσε τη σημερινή τρίλιζα. Παίζονταν στην αυλή από δύο παιδιά. Το ένα παιδί έβρισκε 3 πετραδάκια ίδιου χρώματος, π.χ. κόκκινα ή μαύρα. Το άλλο



παιδί έβρισκε επίσης 3 πετραδάκια αλλά άλλου χρώματος, π.χ. άσπρα. Ζωγράφιζαν στο έδαφος ένα τετράγωνο που σε κάθε πλευρά του είχε 3 τετραγωνάκια. Έτσι το τετράγωνο είχε συνολικά $3 \times 3 = 9$ τετραγωνάκια. Τοποθετούσαν στη συνέχεια τα πετραδάκια στα τετραγωνάκια εναλλάξ, δηλαδή μια το ένα και μια το άλλο παιδί. Ο στόχος ήταν να δημιουργήσει το παιδί με τα τρία πετραδάκια του τριάδα, είτε οριζόντια είτε κάθετα είτε διαγώνια. Φυσικά το άλλο παιδί τοποθετούσε τα πετραδάκια έτσι, ώστε να προσπαθήσει κι αυτό να σχηματίσει τριάδα, αλλά παράλληλα να εμποδίσει τον αντίπαλό του να σχηματίσει τη δική του τριάδα. Αν τοποθετούνταν και τα έξι πετραδάκια των δύο παιδιών χωρίς να σχηματιστεί τριάδα, άρχιζαν διαδοχικά να τα μετακινούν στα γειτονικά τους κουτάκια, μέχρι κάποιο από τα δυο παιδιά να σχηματίσει πρώτο την τριάδα του. Κέρδιζε τότε μια νίκη. Το παιχνίδι συνεχιζόταν με τον ίδιο τρόπο.

ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΕΣ ΣΥΝΕΠΕΙΕΣ ΤΗΣ ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑΣ

Κείμενο : ΜΑΡΙΑ ΛΑΓΟΝΤΖΟΥ

Η παχυσαρκία αποτελεί σήμερα μια παγκόσμια επιδημία που προσβάλλει περισσότερα άτομα από την πείνα...

Η υπερβολική αύξηση του σωματικού βάρους δεν αποτελεί βέβαια γνώρισμα μόνο της σύγχρονης εποχής: ειδώλια (αγαλακτιδία) της παλαιολιθικής εποχής (25.000 χρόνια πριν, περίπου) απεικονίζουν γυναικείες μορφές (κυρίως θεές της γονιμότητας) με σπλαχνικό λίπος, φαρδείς γλουτούς και υπερβολικά μεγάλο στήθος. Εξάλλου στον Ιπποκράτη ανήκει η πρώτη, σχετική, καταγεγραμμένη επιστημονική παρατήρηση: η συσχέτιση του αυξημένου βάρους με τη γυναικεία στειρότητα και τη θνησιμότητα.

Το 1948 η παχυσαρκία αναγνωρίζεται ως νόσος από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας. Από τότε μέχρι σήμερα η παχυσαρκία έχει γίνει η πέμπτη κατά σειρά αιτία θνησιμότητας και αποτελεί παράγοντα κινδύνου για άλλες ασθένειες, ενώ επιφέρει σημαντικές κοινωνικές και οικονομικές συνέπειες: αύξηση εξόδων υγείας, μείωση παραγωγικότητας των εργαζομένων, μείωση προσδόκιμου χρόνου εργασίας, λόγω θνησιμότητας ή νοσηρότητας.

Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας τα έξοδα λόγω παχυσαρκίας αποτελούν το 2-7% των συνολικών εξόδων υγείας παγκοσμίως, ενώ τα φαρμακευτικά έξοδα είναι αυξημένα στους παχύσαρκους κατά 77-227% συγκριτικά με άτομα φυσιολογικού βάρους.

Εξαιρετικά ενδιαφέροντα είναι τα συμπεράσματα έρευνας που μελέτησε τη διαφορά

στα έξοδα περίθαλψης ανάμεσα σε φυσιολογικού βάρους άτομα και σε άτομα με διάφορους βαθμούς παχυσαρκίας: Στα άτομα 1ου βαθμού παχυσαρκίας (δείκτης μάζας σώματος 30-35%) τα έξοδα ήταν αυξημένα κατά 21-54%. Στα 2ου βαθμού άτομα (ΔΜΣ 35-40%) τα έξοδα ήταν αυξημένα κατά 43-57%. Στα 3ου βαθμού κατά 78-111%.

Οι οικονομικές συνέπειες της παχυσαρκίας, εξάλλου, μπορούν να διακριθούν σε άμεσες και έμμεσες: Στα άμεσα έξοδα εντάσσονται καταρχήν εκείνα που καταβάλλονται για τη διάγνωση νόσων που συνδέονται με την παχυσαρκία, όπως ο σακχαρώδης διαβήτης και οι καρδιοπάθειες. Επίσης τα έξοδα που συνεπάγεται η απαιτούμενη φαρμακευτική αγωγή, καθώς και εκείνα που έχουν να κάνουν με την νοσοκομειακή περίθαλψη και τις συχνές και έντονες ανάγκες των παχύσαρκων ατόμων για κατ' οίκον νοσηλεία.

Στα έμμεσα οικονομικά αποτελέσματα θα μπορούσε να αναφέρει κανείς τα χαμένα ημερομίσθια λόγω νοσηρότητας, τη χαμηλή παραγωγικότητα λόγω υπνηλίας, την απώλεια κερδών λόγω του πρόωρου θανάτου, τις χαμένες ημέρες εργασίας λόγω επισκέψεων σε γιατρούς ή λόγω περιορισμένης κινητικότητας ή λόγω καθήλωσης στο κρεβάτι.

Αναφορικά με τα παχύσαρκα παιδιά, δεν υπάρχουν βέβαια άμεσες συνέπειες στην παραγωγή, αφού δε συμβάλλουν στην οικονομία, αλλά πρέπει να ληφθούν υπόψη οι ημέρες απουσίας των γονέων από την εργασία τους, καθώς και η αδυναμία νεαρών, παχύσαρκων ατόμων να βρουν δουλειά.

Δυστυχώς, περισσότερο ασχολούμαστε με την αντιμετώπιση (δαπανηρή οδός), παρά με την πρόληψη της παχυσαρκίας. Το αρχαίο

ελληνικό ρητό «**κάλιο το προλαμβάνειν, παρά το θεραπεύειν**» δεν έχει να κάνει μόνο με αυτή καθεαυτή την ασθένεια, αλλά και με τις οικονομικές της συνέπειες. Η βελτίωση της ποιότητας ζωής στην προκειμένη περίπτωση, μέσα από ισορροπημένη διατροφή και άσκηση θα μπορούσε να οδηγήσει σε εξοικονόμηση πόρων τόσο σε ατομικό επίπεδο, όσο και σε συλλογικό - κοινωνικό επίπεδο.

Φανταστείτε ένα πλεόνασμα, χωρίς μέτρα, χωρίς τρόικα, χωρίς μνημόνιο - κι όμως είναι δυνατό (σε πείσμα των καιρών!)

Ζάπρης Β. Γιώργος

- Χρωματισμοί
- Συστήματα Εσωτερικής Τοιχοποιίας
- Ξηράς δόμησης
- Ψευδοροφές
- Γυψοσανίδες

Τηλ.: 23770 23447
Κιν.: 697 2928511
Γεισιός Χαλκιδικής

"ΚΡΥΦΑ" ΧΑΡΙΣΜΑΤΑ

Κείμενο : ΚΩΣΤΑΣ ΥΨΗΛΑΝΤΗΣ

Στον τόπο μας ο δημιουργός έδωσε πολλά χαρίσματα. Τα περισσότερα από αυτά ο επισκέπτης τα βλέπει με την πρώτη ματιά. Υπάρχουν όμως και μερικά που χρειάζεται να τα αναζητήσει πιο προσεκτικά. Έτσι σκέφτηκα, σε αυτό το τεύχος του "Κυτάρου", να αναζητήσουμε μαζί μερικά από τα "κρυφά" χαρίσματα που υπάρχουν στις πανέμορφες ακρογιαλιές μας.

Και λέω μερικά γιατί πραγματικά είναι τόσα πολλά που θα ήταν πολύ δύσκολο να τα αναφέρω όλα σε ένα τεύχος του. Σας υπόσχομαι όμως ότι σε επόμενα τεύχη μας θα επανέλθω γνωρίζοντας σας ακόμη περισσότερα!!!



ΚΑΚΟΥΔΙΑ

Για αρχή λοιπόν, ας πάμε πρώτα στα Κακούδια. Για όσους δε γνωρίζουν η τοποθεσία Κακούδια βρίσκεται μόλις 2 χλμ. από το κέντρο της Ιερισσού προς το Στρατώνι, πηγαίνοντας από τον παραλιακό δρόμο που περνάει από το Κλειστό Γυμναστήριο Ιερισσού.

Εκεί μετά τον δεύτερο βράχο, που φαίνεται να κολυμπάει κι αυτός στη θάλασσα, και σε απόσταση 300 μέτρων περίπου υπάρχουν κρυμμένες, πίσω από τα γρανιτένια βράχια της ακτής, δύο πανέμορφες μικρές "αγκαλιές"

που όταν ο επισκέπτης βρίσκεται εκεί νομίζει ότι είναι "ναυαγός" σε κάποιο εξωτικό νησί,



ΚΑΚΟΥΔΙΑ

παρόλο που σε απόσταση αναπνοής μπορεί να βρίσκονται πολλοί λουόμενοι.

Τώρα ας πάμε σε μια ιδιαίτερη, μικρή παραλία στην περιοχή "Κλεισούρι". Και λέω ιδιαίτερη γιατί είναι η μόνη παραλία στην Ιερισσό με φιλή άμμο και πολύ-πολύ ρηχή θάλασσα. Το "Κλεισούρι" βρίσκεται 6 χλμ. από το κέντρο της Ιερισσού προς Στρατώνι. Για να πάμε εκεί μετά το 5ο χιλιόμετρο επί της εθνικής οδού Ιερισσού-Στρατω-



ΚΛΕΙΣΟΥΡΙ

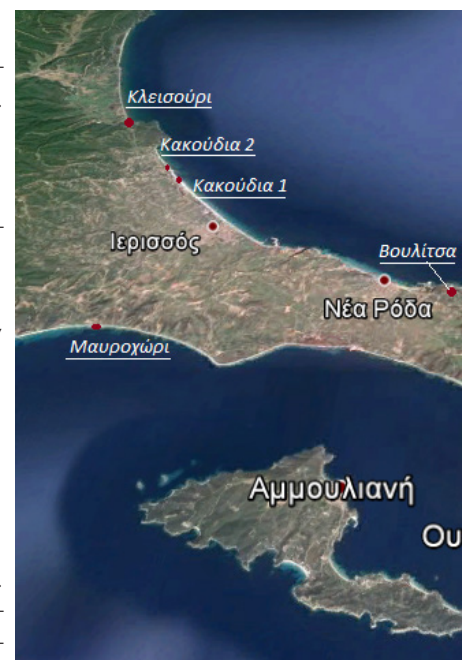
νίου στρίβουμε δεξιά σε έναν παράδρομο στρωμένο κατά το μεγαλύτερο μέρος του



ΜΑΥΡΟΧΩΡΙ

με χαλίκι. Μετά από 700 περίπου μέτρα πορείας υπάρχει ένας χωμάτινος κατηφορικός δρόμος. Αφήνουμε το όχημα μας και με τα πόδια κατεβαίνουμε άλλα 200 μέτρα περίπου και φτάσαμε. Κλειστή παραλία με την δική της ιδιαίτερη ομορφιά.

Επομένη στάση μας το Μαυροχώρι. Από το κέντρο της Ιερισσού κατευθυνόμενα προς το Γομάτι, μετά από απόσταση 2 χλμ. θα στρίψουμε αριστερά σ' ένα χωμάτινο ξέφωτο. Εκεί στρίβουμε αριστερά σε ένα κατηφορικό χωματόδρομο. Αν πάμε ευθεία, ο δεύτερος χωματόδρομος που υπάρχει, οδηγεί στο Δεβελίκι. Η κατάσταση του οδοστρώματος δεν είναι ιδιαίτερα καλή, είναι όμως βατή. Κατεβαίνοντας προσεκτικά σε απόσταση 3 χλμ. θα βρεθούμε σε >>



ΜΟΥΤΣΙΚΑΣ

Τα πάντα για την παραλία • ζωντανά δολύματα

••• Μπιζού •••



Ειρήνη κιν.: 6982198167

εὐθριξ

Κομμωτήριο

Σπύρος Καράχος
Άννα Κουφάκη



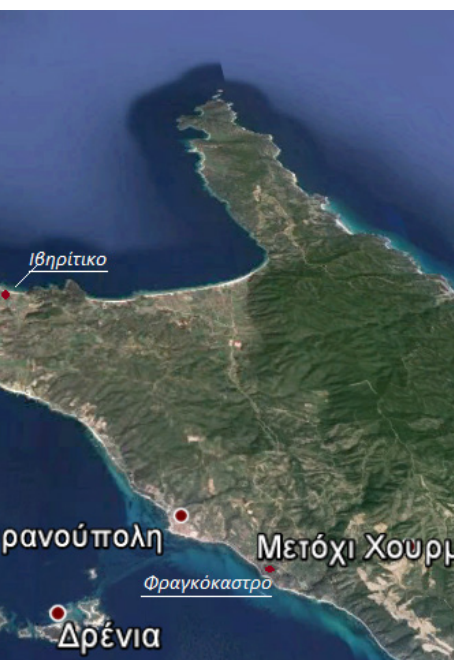
Τηλ. 23770 41140

Ιερισσός Χαλκιδικής

» μια ονειρεμένη παραλία που βρίσκεται στη νοτιοδυτική πλευρά του ποδιού του Αγίου Όρους. Έχει κρυστάλλινα νερά και φανταστική θέα. Αξίζει τον κόπο να πάμε.

Σειρά έχουν τώρα τα Νέα Ρόδα. Σε αυτό το δημοτικό διαμέρισμα του Δήμου Αριστοτέλη πέρα από τις άλλες παραλίες υπάρχουν και δύο που "προσπάθησαν" να μας κρυφτούν. Μιλώ για τις παραλίες "Βουλίτσα" και "Ιβηρίτικο". Η Βουλίτσα βρίσκεται σε απόσταση 1,5 χλμ. περίπου από το κέντρο των Ν. Ρόδων, ενώ η πρόσβαση σ' αυτήν περιλαμβάνει 1 χλμ. περίπου χωματόδρομο αρκετά καλής ποιότητας.

Για να πάμε εκεί κατευθυνόμαστε από το κέντρο των Ν. Ρόδων δεξιά προς το λιμάνι. Μόλις φτάσουμε στο λιμάνι θα στρίψουμε



αριστερά σε ένα χωματόδρομο και σε απόσταση 1 χλμ. περίπου θα την δούμε από ψηλά. Είναι μια οργανωμένη κλειστή παραλία με πεντάκάθαρα νερά που δεν κατόρθωσε να παίξει

καλά το "κρυφτούλι" της. Αξίζει να πάτε για μερικές βουτιές μιας και έχει και έναν υπέροχο βυθό.

Σε απόσταση τώρα 500 μέτρων από

εκεί, πίσω όμως από το λόφο υπάρχει και η παραλία του "Ιβηρίτικου". Θα φτάσουμε σ' αυτήν αν από τη Βουλίτσα κατευθυνθούμε προς έναν ανηφορικό χωματόδρομο που υπάρχει ακριβώς απέναντι από την παραλία της. Μετά την ανηφόρα στρίβουμε αριστερά και ακολουθούμε το δρόμο. Προσοχή ο δρόμος είναι πολύ στενός, χωράει μόνο



ΒΟΥΛΙΤΣΑ

ένα αυτοκίνητο.

Μετά από 5 λεπτά διαδρομής αντικρίζουμε την παραλία "Ιβηρίτικο". Το πρώτο που βλέπουμε είναι μια "γλώσσα" άμμου να εισχωρεί μέσα στη θάλασσα κάνοντας το τοπίο μοναδικό. Η παραλία του Ιβηρίτικου απλώνεται προς την δεξιά μεριά της "γλώσσας"



ΙΒΗΡΙΤΙΚΟ

και είναι ωραιότατη.

Τελευταίο, όχι όμως καταϊδρωμένο, αφήσαμε το δημοτικό διαμέρισμα της Ουρανούπολης με τα πολλά ξενοδοχεία και τις υπέροχες οργανωμένες παραλίες της. Εμείς

όμως δε θα πάμε σ' αυτές, το είπαμε από την αρχή, ψάχνουμε "κρυφά χαρίσματα". Έτσι θα πάμε προς το Φραγκόκαστρο λίγο πριν τα σύνορα του Αγ. Όρους.

Εκεί υπάρχει άλλη μια πανέμορφη κλειστή παραλία με ιδιαίτερη χάρη. Πριν από αυτήν μπορούμε να θαυμάσουμε την αναπαλαιωμένη "Μόνη του Ζυγού" την πρώτη μονή του Αγ. Όρους στα παλιότερα χρόνια. Τώρα η περιοχή του Αγ. Όρους ξεκινάει λίγα μέτρα πιο πέρα από εκεί. Κατά την άφιξη σας στο



ΠΑΡΑΛΙΑ ΜΟΝΗΣ ΖΥΓΟΥ

σημείο θα πρέπει να αφήσετε το όχημα σας κάπου εκεί γύρω και να συνεχίσετε με τα πόδια κατευθυνόμενοι δεξιά, παράπλευρα των συνόρων του Αγίου Όρους. Έτσι θα βρεθείτε στην παραλία για το μπάνιο και τη χαλάρωση σας.

ΒΑΘΜΟΣ ΔΥΣΚΟΛΙΑΣ 1-2

Καλά σουρτουκέματα!!!!

ΤΟ ΣΟΥΡΤΟΥΚΙ

Ο τόπος που ζούμε έχει πολλές φυσικές ομορφιές. Αρκετές από αυτές βρίσκονται σε τοποθεσίες που δυστυχώς για διάφορους λόγους δεν είναι ευρέως γνωστές. Από αυτή την στήλη θα προσπαθήσουμε να σας τις γνωρίσουμε έτσι ώστε αν θελήσετε να τις επισκεφθείτε.

LOCAL
 CAFE BAR • MINI RESTAURANT
 Τηλ. Παραγγελιών: **23770 41019**

ΤΖΙΜΟΥΡΤΟΣ Ν. ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ
 ΔΙΚΗΓΟΡΟΣ
 (παραπλεύρως DAM cafe) ΤΗΛ: 23770 21114
 63075 Ιερισσός ΚΙΝ: 6945 295 183
 e-mail: TzamourtosV@gmail.com

ΠΡΟΟΔΟΣ
 MARKET
 ΓΙΩΡΓΟΥ Γ. ΑΡΓΥΡΗ
 ΤΗΛ. 23770 22610

TAXI
 IERISSOS CHALKIDIKIS
 Airport - Port - Bus Station
 tours outside chalkidiki only with reservation
 english speaker
 ΝΙΚΟΛΑΟΣ ΚΑΡΛΑΣ +306972840036
 nikoskarlas@gmail.com

ΚΛΙΜΑΤΙΚΗ ΑΛΛΑΓΗ ΚΑΙ ΤΟΥΡΙΣΜΟΣ

Κείμενο : ΒΙΒΗ ΛΕΜΠΙΔΑ

Τα τελευταία χρόνια, ακόμα και στην περιοχή μας, γινόμαστε μάρτυρες ακραίων καιρικών φαινομένων. Παρατηρούμε κατά τους θερινούς μήνες παρατεταμένες περιόδους υψηλών θερμοκρασιών. Κοινή παραδοχή όλων είναι ότι υπάρχει μια επιμήκυνση του καλοκαιριού προς το φθινόπωρο, κι ακόμα γνωρίζουμε ότι κατά τις προηγούμενες δεκαετίες το χιόνι κάλυπτε για καιρό ειδικά τα ορεινότερα τμήματα του Δήμου μας, γεγονός που δεν συμβαίνει σήμερα. Όλες τις παραπάνω αλλαγές αλλά και άλλες που δεν τις αντιλαμβανόμαστε στην καθημερινότητα μας, αν τις αθροίσουμε, μας οδηγούν με βεβαιότητα στην παραδοχή ότι η κλιματική αλλαγή συμβαίνει και είναι πράγματι γεγονός.

Είναι σαφές ότι η κλιματική αλλαγή οφείλεται στην ανθρώπινη δραστηριότητα. Τα τελευταία 150 χρόνια με την εκβιομηχάνιση, την αλόγιστη χρήση ορυκτών πόρων, την αποψίλωση των δασών και την έλλειψη διαχείρισης απορριμμάτων έγινε μια πρωτοφανής παρέμβαση στον κύκλο του διοξειδίου του άνθρακα (CO₂) και άλλων στοιχείων της ατμόσφαιρας. Αυτό είχε ως αποτέλεσμα την αύξηση των συγκεντρώσεων τους, σχηματίζοντας μια φυσική 'κουβέρτα' αυτών των αερίων η οποία καλύπτει τη γη και φυλακίζει την ηλιακή ενέργεια.

Ακόμα και με τη σημερινή μέση αύξηση της θερμοκρασίας κατά 0,8°C, σε σύγκριση με τα προβιομηχανικά επίπεδα, ήδη παρατηρούμε σοβαρές αρνητικές επιπτώσεις στα οικοσυστήματα και στους ανθρώπινους πληθυσμούς. Η αύξηση της παγκόσμιας θερμοκρασίας δε σημαίνει απαραίτητα πιο ζεστό κλίμα σε όλες τις περιοχές του κόσμου. Καθώς ο πλανήτης θερμαίνεται, μεταβάλλει το κλιματικό σύστημα, συμβάλλοντας στην αύξηση εμφάνισης ακραίων και απρόβλεπτων καιρικών φαινομένων. Έτσι άλλες περιοχές θα είναι πιο ζεστές, άλλες πιο κρύες.

Ανάλογα θα επηρεαστούν και τα επίπεδα υγρασίας του πλανήτη είτε δημιουργώντας συνθήκες ξηρασίας, είτε υπερβολικά μεγάλες ποσότητες βροχόπτωσης. Μια από τις σοβαρότερες επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής στην Ελλάδα είναι η ξηρασία, γι' αυτό το λόγο σύμφωνα με στοιχεία του ΟΗΕ, συγκαταλέγεται στις 18 πιο τρωτές χώρες του πλανήτη!

Σε μια πρόσφατη έρευνα του WWF Ελλάς σε συνεργασία με το Εθνικό Αστεροσκοπείο Αθηνών με τίτλο το "Το αύριο της Ελλάδας", επιχειρήθηκε η πρόβλεψη των επιπτώσεων της κλιματικής αλλαγής για το άμεσο μέλλον (2021-2050) στον Ελλαδικό χώρο. Ο νομός Χαλκιδικής λαμβάνεται υπόψη ως ένας από τους πιο αντιπροσωπευτικούς νομούς της χώρας μας στον τομέα της τουριστικής δραστηριότητας και με βάση αυτό το χαρακτηριστικό του επικεντρώνονται οι επιπτώσεις.

Η ζήτηση μιας περιοχής ως τουριστικός προορισμός είναι στενά συνδεδεμένη με το κλίμα του. Έτσι στην περιοχή μας η τουριστική περίοδος ξεκινά κατά τα μέσα της Άνοιξης, κορυφώνεται κατά τους καλοκαιρινούς μήνες και σταδιακά μειώνεται από τα μέσα Σεπτεμβρίου.

Σύμφωνα λοιπόν μ' αυτήν την έρευνα, προβλέπεται ότι στο μέλλον θα υπάρξει **αύξηση στον αριθμό των καυτών ημερών** όπου η θερμοκρασία υπερβαίνει τους 35°C, με αποτέλεσμα να έχει σημαντική επίπτωση στη δυσφορία του πληθυσμού. Για τη Χαλκιδική προβλέπεται μια αύξηση της τάξης των 10 ημερών. Τέτοιες πιθανές μελλοντικές υψηλές θερινές θερμοκρασίες μπορεί να οδηγήσουν σε σταδιακή μείωση του θερινού τουρισμού, αλλά σε αύξησή του την άνοιξη και ενδεχομένως το φθινόπωρο. Έτσι θα κατανεμηθεί περισσότερο ομοιόμορφα η άφιξη των επισκεπτών συντελώντας μ' αυτόν τον τρόπο σε μια επιμήκυνση και εξομάλυνση της τουριστικής περιόδου.

Επίσης αναφέρεται η μεταβολή μιας άλλης παραμέτρου πολύ σημαντικής για τις τουριστικές περιοχές. **Η μεταβολή στον αριθμό των θερινών νυχτών** ανά έτος, οι αποκαλούμενες και ως «τροπικές νύχτες», όπου η νυχτερινή θερμοκρασία υπερβαίνει τους 20°C. Όλες οι τουριστικές τοποθεσίες θα αντιμετωπίσουν περίπου έναν επιπλέον μήνα «θερινών νυχτών» ανά έτος. Αυτό σε συνδυασμό με τα αυξημένα επίπεδα υγρασίας κοντά στη θάλασσα, αναμένεται να αυξήσει τη δυσφορία των τουριστών. Μια «τροπική νύχτα» που ακολουθεί μια ημέρα «καύσωνα» μπορεί να οδηγήσει σε αυξημένα επίπεδα θερμικής επιβάρυνσης και δυσφορίας του πληθυσμού.

Εξετάστηκαν επίσης **οι μεταβολές στον αριθμό των ημερών που μοιάζουν με τις θερινές** ανά έτος. Ως «θερινή ημέρα» ορίζεται μία ημέρα με μέγιστη θερμοκρασία άνω των 25°C. Περισσότερες από 20 επιπλέον θερινές ημέρες αναμένονται έως το 2050 σε όλες τις τουριστικές περιοχές της Ελλάδας. Αυτή η τιμή μπορεί να αυξηθεί σε 30 (δηλ. ένας επιπλέον μήνας ανά έτος) σε περιοχές κοντά σε ακτές. Αυτό πρακτικά σημαίνει ότι η τουριστική περίοδος μπορεί να παραταθεί έως και 1 μήνα.

Μια άλλη σημαντική επίπτωση της υπερθέρμανσης στις τουριστικές περιοχές είναι **η αυξημένη ζήτηση ηλεκτρικής ενέργειας για ψύξη** κατά τη διάρκεια του καλοκαιριού. Επιπλέον 5 ημέρες θα απαιτήσουν εντατική ψύξη στη Χαλκιδική.

Τέλος θα υπάρξει **αύξηση στην εμφάνιση κινδύνου δασικής πυρκαγιάς**, μια παράμετρος μείζονος σημασίας για τις τουριστικές περιοχές. Ο υψηλός κίνδυνος δασικής πυρκαγιάς αυξάνεται κατά περίπου 10 ημέρες στον νομό μας. Ένας αυξημένος αριθμός δασικών πυρκαγιών αλλάζει προς το χειρότερο την εικόνα ενός τοπίου και σίγουρα αποτελεί αποτρεπτικό παράγοντα για την επιλογή ενός τουριστικού προορισμού.

Επιπρόσθετα, η Τράπεζα της Ελλάδος σε ανάλογη έκθεσή της με θέμα "Οικονομικές και Φυσικές Επιπτώσεις της Κλιματικής Αλλαγής



στον Κλάδο του Τουρισμού" που δημοσιεύτηκε το 2011, επισημαίνει πως το οικονομικό κόστος της κλιματικής αλλαγής για τη χώρα μας είναι εξαιρετικά υψηλό. Στο δυσμενέστερο σενάριο, το συνολικό κόστος ως το 2100 ανέρχεται στα 701 δις ευρώ.

Όσον αφορά το σύνολο των τουριστικών περιοχών της χώρας η έρευνα καταλήγει σε δύο βασικά συμπεράσματα τα οποία θα πρέπει να είναι και οι στόχοι ενός εθνικού στρατηγικού σχεδιασμού του τουρισμού. Αυτά είναι: **η μείωση της εποχικότητας και η διασπορά του τουριστικού προϊόντος σε μεγαλύτερο μέρος της επικράτειας**. Σε γενικές γραμμές, για να επιτευχθούν αυτοί οι στόχοι θα πρέπει να αναδειχθούν τα πλούσια φυσικά χαρακτηριστικά των διάφορων περιοχών της χώρας, να προωθηθούν ήπιες και εναλλακτικές μορφές τουρισμού, να δοθεί έμφαση στην προσέλκυση νέων στοχευμένων ομάδων τουριστών και τέλος να ληφθούν μέτρα μετριασμού του περιβαλλοντικού αποτυπώματος λειτουργίας των τουριστικών μονάδων.

Εύκολα μπορεί κανείς να αντιληφθεί ότι οι προαναφερθέντες εθνικοί στόχοι μπορούν να συμπεριληφθούν σε ένα ειδικότερο πλαίσιο σχεδιασμού σε επίπεδο Δήμου. Η περιοχή του Δήμου Αριστοτέλη με την πλούσια γεωμορφολογία της, με την αντίστοιχη ποικιλία στη βλάστηση, το τεράστιο εύρος παραγόμενων ποιοτικών τοπικών προϊόντων ανάμεσα στο Άγιο Όρος και την γενέτειρα του Αριστοτέλη, μας δείχνει από μόνη της τον μελλοντικό δρόμο ανάπτυξης, συμβαδίζοντας παράλληλα με τους εθνικούς στόχους, που προαναφέρθηκαν.

Βασική προϋπόθεση είναι οι κάτοικοι της στο σύνολό τους, να αντιληφθούν και να κατανοήσουν τις μελλοντικές μεταβολές και δυσκολίες που θα κληθούν να αντιμετωπίσουν. Με σιγουριά μπορεί να πει κανείς ότι αν οι κάτοικοί της προνοήσουν από σήμερα κιόλας, αυτός ο τόπος έχει να προσφέρει πολλά, έστω ακόμα και κάτω από τέτοιες έντονες μελλοντικές περιβαλλοντικές πιέσεις.

**ΕΥΛΙΝΑ ΚΟΥΦΩΜΑΤΑ
ΠΑΝΤΟΣ ΤΥΠΟΥ**

Ι.ΧΑΛΙΑΜΠΑΚΑΣ - Κ. ΥΨΗΛΑΝΤΗΣ Ο.Ε.

**ΙΕΡΙΣΣΟΣ ΧΑΛΚΙΔΙΚΗΣ
ΤΗΛ - FAX. 23770 22574
ΟΙΚ. 23770 41009 - 22812
ΚΙΝ. 6945 071652**



Η ΟΜΑΔΑ ΝΕΩΝ ΤΗΣ ΑΚΑΝΘΟΥ ΠΡΩΤΑΘΛΗΤΡΙΑ ΧΑΛΚΙΔΙΚΗΣ 2015



Κείμενο : ΠΗΓΗ ΧΑΣΑΠΗ

Πρωταθλήτρια Χαλκιδικής στέφθηκε για δεύτερη συνεχή χρονιά η ομάδα Νέων της Ακάνθου κερδίζοντας την αντίστοιχη ομάδα Νέων του Κόσμου Νέων Μουδανιών με σκορ 1 - 4 στον τελικό που πραγματοποιήθηκε στο γήπεδο των Βραστάμων Χαλκιδικής στις 15-2-2015.

Ο « ΜΓΣ ΑΚΑΝΘΟΣ » δραστηριοποιείται στην περιοχή εδώ και πολλά χρόνια και έχει «τροφοδοτήσει» με ποδοσφαιριστές του ομάδας Α' κατηγορίας.

Η κατηγορία των Νέων δημιουργήθηκε το 1995 και από τότε μέχρι σήμερα η πορεία της ήταν ανοδική με στόχο την κατάκτηση της κορυφής, στόχος που επιτεύχθηκε.

Όπως χαρακτηριστικά αναφέρει ο προπονητής (από το 2009) της ομάδας, Χρήστος Δημητρακούδας, η σημαντική αυτή πρόκριση είναι αποτέλεσμα σκληρής και επίπονης προσπάθειας σε όλη τη διάρκεια της χρονιάς που πέρασε αλλά και των προηγούμενων χρόνων.

Οι νεαροί παίκτες έδειξαν απίστευτη ωριμότητα και αφοσίωση παρά το βεβαρημένο τους πρόγραμμα -εφόσον πρόκειται για μαθητές Γυμνασίου και Λυκείου- και ο στόχος τους είναι όχι μόνο η κατάκτηση της κορυφής αλλά και η παραμονή σε αυτήν, όσο περισσότερο γίνεται.

Τη χρυσή ομάδα αποτελούν οι: Σίμος Μιλτιάδης, Παπαδόπουλος Σταύρος, Υψηλάντης Βασίλης, Κυράτσος Γιώργος, Μαλιάκας Γιάννης, Τριανταφύλλου Κων/νος, Σταματίου Γιώργος, Γκίρλος Βασίλης, Καραστεργίου Νίκος, Ναούμ Αδάμ, Ραμπότας Θωδωρής, Γρηγορίου Γιώργος, Παντελής Θαλασσινός, Κόμνος Γιάννης και Μήτρος Δημήτρης.



ΒΙΟΠΑΘΟΛΟΓΙΚΟ -ΜΙΚΡΟΒΙΟΛΟΓΙΚΟ
ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ

Ίασις

Dott. Βαρκάρης Δημήτρης

Ιερισσός Χαλκιδικής
Τηλ:23770 41100
κινητό : 6945 416 436



Ο φούρος του Μιχάλη
Ιερισσός - τηλ. 23770 22337

ΠΑΝΤΟΠΟΛΕΙΟ
ΟΠΟΡΟΛΑΧΑΝΙΚΑ

ΧΑΛΚΙΑΣ Ι. ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ
ΙΕΡΙΣΣΟΣ
ΤΗΛ. 23770 23981

ΜΕΣΑ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΔΙΚΤΥΩΣΗΣ.

Ποιές είναι οι επιπτώσεις τους στην ψυχική μας υγεία;

Κείμενο : ΕΙΡΗΝΗ ΚΟΡΔΕΡΑ, Ψυχολόγος

Πριν από σαράντα περίπου χρόνια, το 1971, εστάλη το πρώτο e-mail. Δεκαεπτά χρόνια μετά, το 1988, δημιουργήθηκε η IRC, η πρώτη υπηρεσία ανταλλαγής μηνυμάτων σε πραγματικό χρόνο (γνωστό ως online chat). Έκτοτε τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης έχουν κατακλύσει τον κόσμο. Σήμερα χρησιμοποιούνται από 1 στους 4 ανθρώπους παγκοσμίως, με μόνο το Facebook να απαρτιθεί πάνω από 1,3 δισεκατομμύρια χρήστες. Σύμφωνα, μάλιστα, με μια έρευνα που πραγματοποίησε το 2014 το Pew Research Center στην Αμερική το 70% των χρηστών του Facebook συνδέεται καθημερινά ενώ το 45% συνδέεται πολλές φορές μέσα στη μέρα. Επίσης, το 52% των χρηστών του διαδικτύου χρησιμοποιεί δύο ή και περισσότερα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, ποσοστό που εμφανίζει σημαντική αύξηση (το 2013 ήταν 42%). Αλλά και στη χώρα μας, σύμφωνα με μια έρευνα του Οικονομικού Πανεπιστημίου Αθηνών που πραγματοποιήθηκε το 2014, υπάρχει αυξητική τάση στη χρήση όλων των μέσων κοινωνικής δικτύωσης σε σχέση με τα προηγούμενα χρόνια.

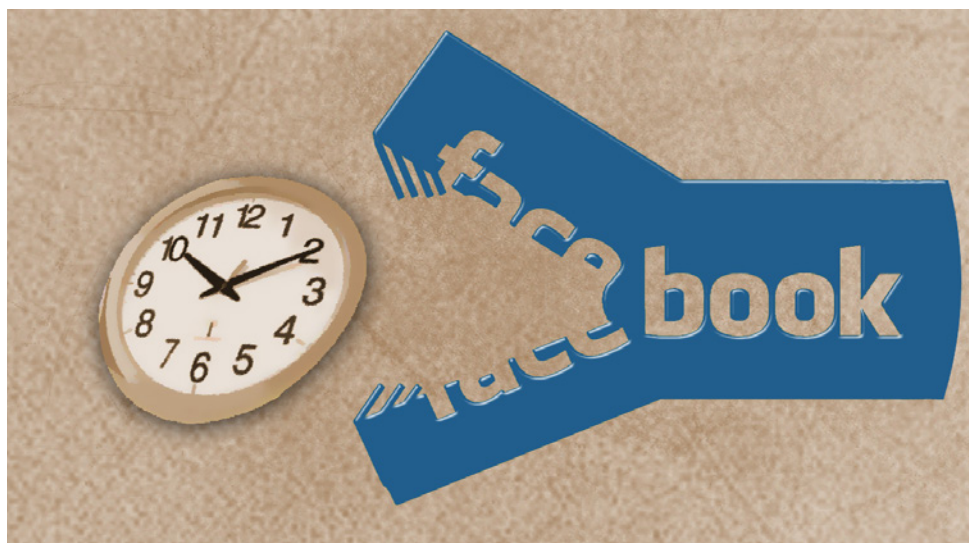
Ποιά είναι όμως άραγε η επίδραση αυτού του καταγισμού μέσων κοινωνικής δικτύωσης στην ψυχική μας υγεία και στις σχέσεις μας με τους άλλους; Όπως και τα περισσότερα τεχνολογικά επιτεύγματα, έτσι και τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης μπορεί να έχουν τόσο θετικές όσο και αρνητικές επιπτώσεις στη ζωή μας, ανάλογα πάντα με τον τρόπο που τα χρησιμοποιούμε. Αναμφισβήτητα, λοιπόν, αποτελούν έναν εύκολο, γρήγορο και ανέξοδο τρόπο για δικτύωση και ενημέρωση. Μας επιτρέπουν να επικοινωνήσουμε και να διατηρήσουμε επαφές με φίλους και συγγενείς που βρίσκονται μακριά, ακόμα και στην άλλη άκρη του πλανήτη. Μας δίνουν τη δυνατότητα να γνωρίσουμε καινούριους ανθρώπους και να αλληλεπιδράσουμε μαζί τους. Μέσω των social media μπορούν να έρθουν σε επαφή άνθρωποι

από διαφορετικές χώρες, κουλτούρες και πολιτισμούς. Επίσης προσφέρουν τη δυνατότητα δραστηριοποίησης και σύμπραξης για κοινούς σκοπούς, με αποτέλεσμα την ενίσχυση της εκάστοτε προσπάθειας. Γενικά, τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης καλύπτουν ανάγκες για άμεση ενημέρωση, ψυχαγωγία, ανταλλαγή απόψεων, νέες γνωριμίες, φλερτ ακόμα και σχέσης. Άλλωστε δεν είναι λίγοι οι γάμοι που έχουν γίνει ανάμεσα σε ανθρώπους που γνωρίστηκαν μέσω Facebook! Μια άλλη εξαιρετικά σημαντική συνεισφορά των social media έγκειται στο ότι επιτρέπουν τη δημόσια και ελεύθερη μετάδοση πληροφοριών αλλά και την ελεύθερη έκφραση των πολιτών, που κατά το παρελθόν θα μπορούσαν να καταπιεστούν πιο εύκολα από ολοκληρωτικά καθεστώτα. Ενδεικτικό είναι το παράδειγμα της Αιγύπτου όπου, το 2011, χιλιάδες διαδηλωτές οργανώθηκαν μέσω Facebook και Twitter σε μαζικές κινητοποιήσεις που οδήγησαν στην ανατροπή του καθεστώτος του Χόσι Μουμπάρακ. Αναμφισβήτητα λοιπόν η χρησιμότητα των μέσων κοινωνικής δικτύωσης είναι τεράστια.

Παρόλα αυτά, η μη συνετή χρήση των συγκεκριμένων μέσων ελλοχεύει και κινδύνους για τους οποίους χρειάζεται να είμαστε ενήμεροι. Κατ' αρχάς, πρόκειται

για μια συνθήκη στην οποία είναι εύκολο κανείς να εθιστεί, δηλαδή να αφιερώνει σταδιακά όλο και περισσότερο χρόνο σε αυτή τη δραστηριότητα, εις βάρος τελικά άλλων πτυχών της ζωής του (π.χ. της κοινωνικής του ζωής, της εργασιακής/ακαδημαϊκής του απόδοσης, της προσωπικής του υγιεινής κτλ.). Από έρευνα της Microsoft προκύπτει ότι οι εργαζόμενοι στη διάρκεια του ωραρίου τους διακόπτουν κατά μέσο όρο 4 φορές τη δουλειά τους για να ελέγξουν τι συμβαίνει στο Facebook, Twitter, κ.λπ., οπότε μπορούμε να φανταστούμε τον αντίκτυπο που έχει αυτή η συνθήκη στην παραγωγικότητά τους. Το φαινόμενο αυτό έχει πάρει τέτοιες διαστάσεις που πρόσφατα δημιουργήθηκε, από τη Σχολή Ψυχολογίας του Πανεπιστημίου του Bergen της Νορβηγίας, μια κλίμακα που μετράει τον εθισμό στο Facebook (Bergen Facebook Addiction Scale - BFAS). Στις περιπτώσεις πάντως εθισμού, παρόλο που τα social media θεωρούνται ένας τρόπος κοινωνικοποίησης, τελικά καταλήγουν να οδηγούν σε κοινωνική απομόνωση του ατόμου στην πραγματική ζωή! Έχει άραγε νόημα να έχω 2.000 φίλους στο Facebook, αλλά όταν θέλω να βγω για καφέ να μην βρίσκω ούτε έναν;

Επίσης, όσο περισσότερες ώρες περνούν οι χρήστες σε ιστότοπους κοινωνικής δικτύωσης, τόσο περισσότερο πιστεύουν ότι οι υπόλοιποι άνθρωποι είναι πιο ευτυχισμένοι από εκείνους. Σε αυτό το συμπέρασμα,



τουλάχιστον, καταλήγει έρευνα του Πανεπιστημίου Utah Valley της Αμερικής. Γιατί συμβαίνει όμως αυτό; Μέσω των social media υπάρχει η δυνατότητα να προβάλλουμε τον εαυτό μας και τη ζωή μας υπό ιδανικό φωτισμό. Έτσι οι χρήστες συνηθίζουν να δημοσιοποιούν (να "ανεβάζουν") στις προσωπικές τους σελίδες προσεκτικά επιλεγμένες φωτογραφίες, στις οποίες εμφανίζονται χαμογελαστοί, χαρούμενοι, περιποιημένοι, σε ένα όμορφο ταξίδι ή περιστοιχημένοι από φίλους. Με αυτόν τον τρόπο όμως παρουσιάζεται ένα μέρος μόνο της πραγματικότητας, μία πτυχή της ζωής και της καθημερινότητάς τους. Αποσιωπάται όμως το υπόλοιπο κομμάτι που είναι φυσιολογικό να υπάρχει στη ζωή κάθε ανθρώπου, οι στιγμές δηλαδή που η καθημερινότητά μας είναι γεμάτη ρουτίνα ή δεν παρουσιάζει κανένα ιδιαίτερο ενδιαφέρον. Οι άνθρωποι όμως λαμβάνοντας μόνο αυτές τις επιλεκτικές πληροφορίες, αρχίζουν να αποκτούν την πεποίθηση ότι οι άλλοι είναι πιο ευτυχισμένοι από τους ίδιους, πιο χαρούμενοι, πιο δημοφιλείς ή ότι η ζωή τους είναι υπέροχη. Αυτό οδηγεί στο να νιώθουν οι ίδιοι λιγότερο ικανοποιημένοι από τη δική τους ζωή, σε πτώση της αυτοεκτίμησής τους ή ακόμη και σε κατάθλιψη. Και παρόλο που οι χρήστες

γνωρίζουν πως και οι φίλοι τους έχουν σκαμπεναβίσματα, εντούτοις επηρεάζονται πολύ από μια χαμογελαστή φωτογραφία!

Ένας άλλος κίνδυνος είναι ότι στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης μπορεί κανείς να παρουσιάσει ψευδείς πληροφορίες, χωρίς να μπορούν οι υπόλοιποι εύκολα να εξακριβώσουν την αλήθεια αυτών των πληροφοριών. Σύμφωνα με τους ερευνητές από την Ένωση Νευροψυχολογίας της Βρετανίας, το 68% (δηλαδή τα δύο τρίτα!) των χρηστών του Facebook, λέει πράγματα για τη ζωή και την προσωπικότητά του τα οποία δεν ανταποκρίνονται στην αλήθεια, επειδή δεν θέλουν να φανούν βαρετοί στους άλλους και αποσκοπώντας στην ευρεία αποδοχή του ψηφιακού κοινωνικού τους κύκλου. Πέρα από αυτή την "αθώα" παραπλάνηση όμως, υπάρχουν και περιπτώσεις όπου κανείς δημιουργεί ένα συνολικά ψεύτικο προφίλ, με σκοπό να εξαπατήσει τους άλλους. Για παράδειγμα, έχουν καταγραφεί από τη Δίωξη Ηλεκτρονικού Εγκλήματος οκτώ ολίγα περιστατικά παιδοφίλων οι οποίοι, δημιουργώντας ένα ψεύτικο προφίλ και προσποιούμενοι τους ανηλίκους, συνομιλούσαν με νεαρά άτομα και αφού δημιουργούσαν μια σχέση εμπιστοσύνης μαζί τους για κάποιο χρονικό διάστημα, τους ζητούσαν να συναντηθούν.

Επιπλέον η επιβλαβής έκθεση της προσωπικής ζωής του ατόμου, αποτελεί έναν επιπρόσθετο πιθανό κίνδυνο από τη χρήση των social media. Οι άνθρωποι συχνά εκθέτουν στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης πληροφορίες για τον εαυτό τους και την προσωπική τους ζωή χωρίς να το πολυσκεφτούν. Άλλες φορές πάλι βλέπουν προσωπικά τους δεδομένα να εμφανίζονται στο διαδίκτυο χωρίς τη συγκατάθεσή τους, όπως φωτογραφίες τους ή πληροφορίες για το πού και με ποιούς βρίσκονται εκείνη τη στιγμή. Αυτά τα δεδομένα όμως, είναι ορατά από ένα τεράστιο πλήθος ανθρώπων, αφού η αλυσίδα φίλων που έχει κανείς μετατρέπει τα δεδομένα του κάθε χρήστη διαθέσιμα στον οποιονδήποτε. Έτσι οι χρήστες καθίστανται ευάλωτοι σε πολύ μεγαλύτερο αριθμό άγνωστων ατόμων, συχνά με ανεξέλεγκτες συνέπειες.

Τί μπορούμε να κάνουμε λοιπόν ώστε να προστατευτούμε από τους κινδύνους που εγκυμονεί η χρήση των social media και να επωφεληθούμε από τα θετικά που έχει να μας προσφέρει;

Πρώτα απ' όλα, χρειάζεται να είμαστε ενημερωμένοι για αυτούς τους πιθανούς κινδύνους. Επιπλέον, είναι υποχρέωσή μας ως κοινωνία (γονείς, εκπαιδευτικοί, υπουργείο παιδείας) να ενημερώσουμε και να εκπαιδεύσουμε τα παιδιά και τους εφήβους σχετικά με την ασφαλή χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης. Άλλωστε, είτε μας αρέσει είτε όχι, ειδικά για τις νεότερες γενιές, αποτελούν αναπόσπαστο κομμάτι της ζωής τους. Οπότε είναι αναγκαίο να λάβουν όλη την σχετική παιδεία, ώστε να μπορούν αφενός να προφυλαχθούν από τους κινδύνους και αφετέρου να αξιοποιήσουν αυτά τα μέσα ως ένα χρήσιμο και πολύτιμο εργαλείο.

Επίσης, χρειάζεται να είμαστε περισσότερο προσεκτικοί σε ότι αφορά τη δημοσίευση προσωπικών μας >>>

» **δεδομένων ή πληροφοριών που αφορούν τρίτους.** Ας σκεφτούμε και μια δεύτερη φορά πριν δημοσιεύσουμε κάτι, καθώς μπορεί να μας γλιτώσει από ενέργειες που ίσως μετανιώσουμε μετά. Να θυμόμαστε ότι οτιδήποτε "ανεβαίνει" στο διαδίκτυο μπορεί να υπάρχει εκεί για πάντα, αφού ακόμη κι αν το διαγράψουμε, μπορεί να έχει ήδη αναπαραχθεί από άλλους χρήστες, οπότε δεν είναι πια στο χέρι μας να απαλλαγούμε από αυτό. Για τους ίδιους λόγους, χρειάζεται να είμαστε επιλεκτικοί στην αποδοχή αιτημάτων φιλίας και να, μην κάνουμε δεκτά πολύ γρήγορα και αβασάνιστα αιτήματα, προσθέτοντας φίλους με μόνο κριτήριο μία ωραία φωτογραφία

του άλλου.

Απαραίτητο είναι όμως **να υπάρχει μέτρο στη χρήση** των μέσων κοινωνικής δικτύωσης. Έτσι σαφώς και μπορούμε, για παράδειγμα, να συνδεθούμε όταν θέλουμε να κάνουμε ένα διάλειμμα από την εργασία μας, ή όταν είμαστε μόνοι στο σπίτι και θέλουμε να απασχοληθούμε με κάτι. Να μην ξεχνούμε όμως ότι, όταν είμαστε με φίλους ή με την οικογένεια μας, είναι η μια ευκαιρία για να αλληλεπιδράσουμε ουσιαστικά μαζί τους. Κοιτώντας κάθε τόσο την οθόνη του κινητού μας φοβούμενοι μήπως χάσουμε κάποια καινούρια ανάρτηση, χάνουμε ουσιαστικά την επαφή με τους γύρω μας! Η online κοινωνική δικτύωση έχει

να μας προσφέρει πολλά, αρκεί **να μην υποκαθιστά την κοινωνική μας επαφή στον "πραγματικό" κόσμο.** Γιατί σε μια τέτοια περίπτωση αναλωνόμαστε μόνο σε διαδικτυακές επαφές, που συνήθως συνδέονται με εφήμερες σχέσεις, βάζοντας σε δεύτερη μοίρα την ουσιαστική κοινωνική μας ζωή. Ας μην ξεχνούμε ότι οι άνθρωποι είναι περισσότερο ευχαριστημένοι και ικανοποιημένοι από τη ζωή τους όταν συναντούν και συναναστρέφονται με τα αγαπημένα τους πρόσωπα εκτός διαδικτυακού περιβάλλοντος. Η γενική αίσθηση, άλλωστε, της διάθεσης και της ευεξίας που νιώθουμε συνδέεται κυρίως με την ψυχολογική υποστήριξη που λαμβάνουμε από τους πραγματικούς μας φίλους!

ΚΟΛΟΜΠΑΡΟΠΙΤΑ ή κουλουμπαρού

Κείμενο : **ΚΟΥΤΣΟΥΠΗ ΘΕΟΛΟΓΙΑ**

Υλικά

- Λάδι
- αλεύρι
- κολοκυθάκια
- ρύζι
- γάλα
- αυγά
- μυρωδικά (μαϊντανό, δυόσμο)
- αλάτι
- πιπέρι
- κανέλλα
- ζάχαρη

Εκτέλεση

Τρίβουμε τα κολοκυθάκια στον τρίφτη τα αλατίζουμε και τα αφήνουμε λίγη ώρα ώστε να βγάλουν τα πολλά υγρά τους. Κατόπιν τα στραγγίζουμε στίβοντάς τα με τα χέρια μας. Ετοιμάζοντας την γέμιση αχνίζουμε το

τριμμένο κολοκύθι και το βράζουμε με λίγο γάλα.

Προσθέτουμε ακόμη λίγο αλάτι, πιπέρι, λάδι, τα αυγά ελαφρά χτυπημένα για να μην ψηθούν, το ρύζι πλυμένο ώστε να τραβήξει τα επιπλέον υγρά, δυο κουταλιές ζάχαρη και τα μυρωδικά.

Λαδώνουμε ένα μεγάλο ταψί και κάνουμε ένα αρκετά αρύ χυλό με νερό και αλεύρι. Ρίχνουμε το μισό στο λαδωμένο ταψί και το ανακινούμε ώστε να απλωθεί σε όλη την επιφάνεια του ταψιού σε λεπτό στρώμα. Προσθέτουμε την γέμιση και καλύπτουμε περιχύνοντας τον υπόλοιπο χυλό κουταλιά-κουταλιά ώστε να σκεπαστεί ολόκληρη. Πασπαλίζουμε την επιφάνεια με μία κουταλιά ζάχαρη και λίγη κανέλλα και ψήνουμε στους 180ο-190ο ώσπου να ροδίσει καλά.

Αυτή είναι η βασική συνταγή. Η φαντασία, η ευρηματικότητα και ο προϋπολογισμός κάθε νοικοκυράς μπορούν να διαφοροποιήσουν εντελώς την συνταγή κρατώντας όμως την βασική ιδέα της πίτας χωρίς φύλλο. Σε περίοδο νηστείας μπορούμε να αφαιρέσουμε εντελώς τα αυγά και το γάλα.



Ακόμη ο χυλός μπορεί να γίνει με λάδι και 2 αυγά αντί για νερό ή να αρωματιστεί με 1 - 2 κουταλιές σκόνη κρέμας βανίλια αφαιρώντας αντίστοιχη ποσότητα αλευριού ή και να αντικατασταθεί όλος ο χυλός από τριμμένη φρυγανιά ή τριμμένα πτι μπερ. Επίσης η γέμιση μπορεί να εμπλουτιστεί με τυρί φέτα.

ΜΥΣΤΙΚΟ

Η κολομπαρόπιτα καλό είναι να μην ξεπερνά σε πάχος το ένα δάχτυλο.

Καλή επιτυχία και καλή όρεξη!

παχυσαρκία | λιποσαρκία | διαβήτη | υπερλιπιδαιμίες | εγκυμοσύνη | αθλητές

ΠΡΟΤΥΠΟ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ - ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΑΣ

Πηγή Σγουρογιάννη-Πασαλάη
Διατροφολόγος - Διαιτολόγος

Μεγ. Παναγία, 630 76 Χαλκιδική
Τ. 23720 31.460
Κ. 6947 834635
E: riyisgourogianni@yahoo.gr

ΚΡΟΜΜΥΔΑΣ Χ. ΑΡΓΥΡΙΟΣ
Ωτορινολαρυγγολόγος
Χειρουργός κεφαλής & τραχήλου

Τ. 23770 41141 Κ. 6977 305024

ΗΛΙΑΔΟΥ ΠΑΡΘΕΝΑ
Dr DDS
Χειρουργός Οδοντίατρος

Αριστοτέλους 10 - Ιερισσός - Τ.Κ 63075
Τηλ: 23770 41240 - Κιν: 6947 324 104

Κορδεράς Χαράλαμπος

- Χρώματα
- Σιδηρικά
- Υδραυλικά
- Ηλεκτρικά Εργαλεία

Τηλ. & Fax: 23770 22945
Ιερισσός Χαλκιδικής e-mail: kordmpamp@hotmail.com



Εδώ που ανατέλλει... η γεύση!



Μικρασιάτικο
με δυόσμο



Ελαιούρι
με κόκκινο πιπέρι



Γραβιέρα
Κάκαβος



Μικρασιάτικο
με πράσινη πιπεριά



Μικρασιάτικο
με καυτερή πιπεριά

“Η φύσις μηδέν μήτε ατελές ποιεῖ μήτε μάτην” Αριστοτέλης, 384-322 π.Χ.

Κατά τον αρχαίο Έλληνα φιλόσοφο Αριστοτέλη ότι δημιουργεί η φύση φροντίζει να είναι πάντα ολοκληρωμένο.

Η παραγωγή του τυριού αποτελεί μία φυσική δημιουργία. Στο τυροκομείο φροντίζουμε να διατηρούμε την τελειότητα της φυσικής δημιουργίας με σκοπό το όφελος του ανθρώπου από μία πλούσια, άριστη διαθρεπτική τροφή, το τυρί.

Τα πλούσια βοσκοτόπια της περιοχής μας συντελούν καθοριστικά στην παραγωγή εξαιρετου γάλακτος & στην παρασκευή φυσικών τυροκομικών προϊόντων, θυμίζοντας τον πολύτιμο πνεύμονα ζωής της περιοχής το βουνό Κάκαβος, όπου χρόνια τώρα μας προσφέρει απλόχερα τη μαγεία της φυσικής δημιουργίας.

