

ΡΟΒΟΛΙΑΡΙΤΙΚΑ ΝΕΑ

ΕΚΔΟΣΗ ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΤΩΝ ΑΠΑΝΤΑΧΟΥ ΡΟΒΟΛΙΑΡΙΤΩΝ ΦΘΙΩΤΙΔΑΣ

Κατράκη 4 Άνω Ιλίσια 15771 • Τηλ.: 210-7705370 <http://www.angelfire.com/hi/rovoliari>
Χρόνος 22ος • Αριθμός φύλλου 90 • Απρίλιος - Μάιος - Ιούνιος 2007

ΠΡΟΣΚΛΗΣΗ ΤΑΚΤΙΚΗΣ ΓΕΝΙΚΗΣ ΣΥΝΕΛΕΥΣΗΣ

Καλούνται τα μέλη του Συλλόγου των απανταχού Ροβολιαριτών Φθιώτιδας, σύμφωνα με τις διατάξεις του άρθρου 10 του Καταστατικού του Συλλόγου σε Τακτική Γενική Συνέλευση που θα γίνει στις 18-8-2007, ημέρα Σάββατο και ώρα 7 μ.μ. σε αίθουσα του Μουσείου με θέματα:

1. Πεπραγμένα 2ου εξαμήνου 2006 και 1ου εξαμήνου 2007
2. Συζήτηση με θέμα την από 1ης Μαρτίου 2007 επιστολή προς το Δ.Σ. του Συλλόγου τριάντα (30) ενεργών μελών του.
3. Προτάσεις μελών

Για το Δ.Σ. του Συλλόγου

Ο Πρόεδρος
Π. Ρίζος

Ο Γ. Γραμματέας
Θ. Νέλλας

Ο λαμπρός πανηγυρικός εορτασμός Των 12 Αποστόλων (30-6-07) στο χωριό μας Ροβολιάρη

Με σεβασμό και ευλάβεια γιορτάστηκε και φέτος στο χωριό μας η εορτή της πολιούχου εκκλησίας μας (12 Απόστολοι) στις 30 Ιουνίου.

Η συμμετοχή όλων των μονίμων Ροβολιαριτών καθώς και η προσέλευση πολλών μελών του Συλλόγου μας έδωσαν ένα ιδιαίτερο πανηγυρικό τόνο στον ως άνω εορτασμό, τιμώντας "εν ομοθυμία" τη θρησκευτική παράδοσή μας και δίνοντας συγχρόνως μια στεντόρεια φωνή διαμαρτυρίας προς κάθε κατεύθυνση, όπου δρουν και εργάζονται τα επικίνδυνα μαμωνικά κέντρα, τα κατευθύνοντα την επικίνδυνη και απάνθρωπη Νέα Τάξη Πραγμάτων, η οποία απαξιοτικά λειτουργεί στα μήκη και τα πλάτη της Οικουμένης. Στη λειτουργία χοροστάτησε ο αιδ/τατος ιερέας του χωριού μας κ. **Θωμάς Μπότσης**. Οι ιεροψάλτες του χωριού μας κ.κ. **Κώστας Λιάπης και Δημήτρης Παναγιώτου** πρόσφεραν από το ψαλτήρι την ψαλμωδία τους.

Ο εξαίρετος Βυζαντινός μελωδός κ. **Πέτρος Ρέλιος**, το αηδόνι των Αγράφων, (καταγόμενος από Φουρνά) κατενθουσίασε με την ψαλτική του εμμέλεια το εκκλησίασμα και πρόσφερε τον καλύτερο εαυτό του ως συμπσαλμωδός των Ροβολιαριτών. Πρόστρεξε κοντά μας ως προσκεκλημένος φίλος του Π. Ρίζου και μας διαβεβαίωσε πως σύντομα θα ξαναβρεθεί κοντά μας. Είναι υπάλληλος στην Εφορία της Λαμίας και επισκέφθηκε για 2η φορά το Ροβολιάρη, ως εραστής της ευφορίας και αρμονίας της Ροβολιαριτικής φύσης.

Τον υπερευχαριστούμε για όλα. Μαζί του ήρθε και ο συνταξιούχος ιερέας πατέρας του, ο αιδ/τατος κ. **Δημήτρης Ρέλιος** και συμμετείχε ως συλλειτουργός στον εορτασμό των 12 Αποστόλων.

Μετά το πέρας της θείας λειτουργίας ακολούθησε αρτοκλασία από εορτάζοντες και άλλους Ροβολιαρίτες. Στη συνέχεια διανεμήθησαν οι άρτοι, το Δ. Συμβούλιο του Συλλόγου μας πρόσφερε γλυκά σ' όλους τους χωριανούς και φίλους, ο δε αγαπητός **Απόστολος Λιάπης** πρόσφερε τα κεράσματα στο καφενείο του χωριού μας.

Και του χρόνου να είμαστε καλά να ξαναγιορτάσουμε.

Ο Πρόεδρος του Δ.Σ.
Παντελής Ρίζος

Γνωριμία με τον τόπο μας

Ιστορικές και Οικο-κοινωνικές διαδρομές

Ανεβαίνοντας προς το χωριό μας, η διαδρομή μας ακολουθεί την κοιλάδα του Σπερχειού ποταμού ο οποίος πήρε την ονομασία του από τον ομώνυμο ποτάμιο θεό της ελληνικής μυθολογίας, γιο του Ωκεανού και της Γης. Είναι ο μεγαλύτερος ποταμός της περιοχής με μήκος 82 χλμ.

Πηγάζει από τις χαράδρες του Τυμφρηστού, στην κάθοδό του ενισχύεται από τα νερά του Ίναχου (Βιστριζας), του Γοργοπόταμου, του Ασωπού

κ. ά. και εκβάλλει στο Μαλιακό Κόλπο. Είναι ποτάμι συνεχούς ροής.

Μοναδικά είναι τα πλατανοδάση τα οποία αναπτύσσονται παρόχθια - τα μεγαλύτερα της Ελλάδας - και τα οποία αποτελούν παρθένα οικοσυστήματα. Η παρουσία τους είναι εμφανής από τον Προφήτη Ηλία στο Καστρί και συνεχίζονται ως τις πηγές του.

Η λεκάνη απορροής του έχει περιοχές με απότομες κλίσεις γι' αυτό και η διάβρωση είναι έντονη. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα πολλές πλημμύρες και έντονες προσχώσεις στις εκβολές του.

Είναι γνωστό ότι την εποχή της μάχης των Θερμοπυλών, πριν 2,5 χιλιάδες χρόνια, η θαλάσσια ακτογραμμή ήταν εκεί που είναι σήμερα το μνημείο του Λεωνίδα. Οι προσχώσεις την έχουν μετακινήσει κατά 11 χιλιόμετρα σχηματίζοντας

Συνέχεια στην 2η σελ.

Τα Ρ.Ν. είναι εφημερίδα
«... Εφ' απάντων των βλαστημάτων
καθιζάνουσα και αφ' εκάστου
τα βέλτιστα λαμβάνουσα»



Ροβολιάρη 6 Μαΐου 2007.
Αρτοκλασία μετά τη λειτουργία στο εκκλησάκι του Οσίου Σεραφείμ.
«Μάγεμα η φύση κι όνειρο...»



Το Δ.Σ. του Συλλόγου μας εύχεται σε όλους τους συγχωριανούς και φίλους μας
καλό υπόλοιπο καλοκαιριού και καλή παραμονή τον Αύγουστο στο χωριό μας.

Παράκληση προς όλους να γίνεται απόλυτα λελογισμένη χρήση νερού, ώστε να μην παρατηρείται το φοβερό πρόβλημα λειψυδρίας σε κάποια σπίτια (του άνω μαχαλά) στη συνοικία Αγ. Γεωργίου κυρίως.
Ας δείξουμε κατανόηση ο ένας στον άλλον. Οι καιροί που έρχονται είναι δύσκολοι για όλους μας.

ΣΤ' ΑΛΩΝΙΑ

Στ' αλώνια, καλοσάρωτα και ξεχορταρισμένα, θα ξαπλωθούν οι θημωνιές, ξανθόμαλλες πλεξίδες. Τα στάχυα τρίβει και μασά περνώντας η ροκάνη πλατάνι το σαγόνι της, τα δόντια της στουρνάρια. Τα βόδια σέρνουν το θεριό· ζευγαρωτά δεμένα, και δαμασμένο το πατά, τα βόδια κυβερνώντας, ωραία αρματοδρόμισσα, λαμπαδωτή στημένη.



Στα χείλη της ο σάλαγος γλυκόφωνο τραγούδι, στα χέρια της απόνετο καλάμι είν' η βουκέντρα. Ο νοικοκύρης τ' αλωνιού, με το κρασί στο γόνα, κερνά τους ξένους, που περνούν, και κράζει τους γειτόνους, κι ένας λυράρης παίζοντας, τυφλός, τυφλά τη λύρα, μοιράζει ευχές για τη σοδειά, κάθε φορά που πίνει. Κι αρχίζει το ξανέμισμα της νύχτας με τ' απόγειο· σύννεφο από τα ξυλόφτυα στα ουράνια αναπετώντας τ' άχυρο φεύγει ανάλαφρο και το σιτάρι πέφτει γύρο στο φως των φαναριών, χρυσή ψιχάλα απ' τ' άστρα. Σωρός σιτάρι, αν καρτερεί του μετρητή τα χέρια, πριν απ' τα χέρια το μετρούν τα πόδια και τα μάτια, τα πόδια με το πήδημα, με τη ματιά τα μάτια. Φτερό του νιού το πήδημα, σοφή η ματιά του γέρο. Άβρεχη κι άκαγη η σοδειά σηκώνεται απ' τ' αλώνι, λίβας δεν την καψάλισσε κι η μπόρα δεν την πήρε· χροιάρα, τροφοδοτίσσα γεμίζει τις κουβέλες.

«Σχολική Ανθολογία»
Γεώργιος Δροσίνης

Προς τη νεολαία του χωριού μας και προς τη νεολαία όλου του κόσμου

Αγαπητά μας παιδιά

Οι καιροί που διανύουμε σήμερα είναι ίσως οι πλέον φοβεροί, οι πλέον οδυνηροί και ανθρωποβόροι, που γνώρισε ποτέ η ανθρωπότητα.

Η επικίνδυνη ανεργία σας, που απλώνεται σ' όλα τα μήκη και τα πλάτη της Οικουμένης, η καθημερινή σας αβεβαιότητα, η πάσχος ψυχολογική ηρεμία σας, η παθητικότητα και η ανθρωπινή μεμφιορία οδηγούν το βίο σας «εις βίον αβίωτον»!

Πάρτε τις τύχες στα χέρια σας και γυρίστε τις πλάτες στην υποκρισία και το φαρισαϊσμό των καιρών μας.

Διαβάστε τις προφητείες του Κοσμά του Αιτωλού και προχωρήστε στη ζωή σας.

Παντελής Ρίζος

ΡΟΒΟΛΙΑΡΙΤΙΚΑ ΝΕΑ

Τρίμηνη έκδοση

Ιδιοκτησία:

Σύλλογος Ροβολιάρικών
Φθιώτιδας

Κατράκη 4 Άνω Ιλίσια 15771

Τηλ.: 210-7705370

A.Φ.Μ. 090085976

Δ.Ο.Υ. Αγ. Παρασκευής

Εκδότης: Παντελής Ρίζος

Σ. Σταθμός Λιανοκλαδίου 35100

τηλ. 22310-61577

Επιμέλεια έκδοσης: Θωμάς
Νέλλας

Κατράκη 4 Άνω Ιλίσια 15771

Τηλ. 210-7705370

...

Ηλεκτρονική Σχεδίαση Εντύπου
Εκδόσεις - Γραφικές Τέχνες

Καρπούζη

Καρπούζη Αριστέα & Υιοί Ο.Ε.

Καρπούζη Αριστέα & Υιοί Ο.Ε.

Θεοδοσίου 23 Ιλιον 13121

Τηλ.-Fax.: 210-2619003

e-mail: karpouzi@otenet.gr

Κιν. 6972624492

Η συνδρομή σου

είναι



δύναμή μας!

Στο εξής

να στέλνετε

τη συνδρομή σας
προς την εφημερίδα

στην παρακάτω

διεύθυνση:

Παπαγιάννη Ελένη

Ευθυμίου

Θεσσαλίας 15

16342 Ηλιοπούλη

Γνωριμία με τον τόπο μας

Ιστορικές και Οικο-κοινωνικές διαδρομές

Συνέχεια απ' την 1η σελ.

από τότε μια επιφάνεια 100 τετραγωνικών χιλιομέτρων.

Η ταχύτητα αύξησης του Δέλτα του Σπερχειού έχει υπολογιστεί από το 1852 μέχρι το 1970 σε 0,13 τετρ. χλμ. ετησίως. Με την ταχύτητα αυτή υπολογίζεται ότι ο Μαλιακός θα καλυφθεί εντελώς από τις ιζηματογενείς προσχώσεις του ποταμού σε 530 χρόνια περίπου.

Η παρουσία του Σπερχειού είναι καθοριστική όχι μόνο για την πεδιάδα που διαρρέει, αλλά και για το βιότοπο του Δέλτα και το Μαλιακό Κόλπο. Η μαζική χρήση λιπασμάτων στη λεκάνη απορροής του δημιουργεί φαινόμενα υπερτροφισμού ή δυστροφισμού στις εκβολές του (πράσινα ή καστανόχρωμα νερά, πράσινα φύκια που σαπίζουν κ. ά.). Επιπλέον, ο ποταμός επιβαρύνεται από αστικά και βιομηχανικά απόβλητα.

Σε κάποια φάση - και πριν αρχίσουν τα έργα του Μόρνου για την ύδρευση της Αθήνας - είχε εξεταστεί και η λύση του Σπερχειού.

Το Τεχνικό Επιμελητήριο Λαμίας είχε κάνει μελέτη η οποία προέβλεπε τη συγκέντρωση των υδάτων του Σπερχειού σε ειδικούς ταμειυτήρες στον κάτω ρου του. Από εκεί, με άντληση, οι αχρησιμοποίητες χειμερινές ποσότητες θα κατευθυνόταν στο ύψος του Μπράλου και από εκεί, με φυσική ροή θα έφταναν στη λίμνη της Υλίκης.

Το κόστος είχε τότε υπολογιστεί στα 4 δισ. δραχμές. Η πρόταση δεν προωθήθηκε και προτιμήθηκε η λύση του Μόρνου με προϋπολογισμό 80 δισ. και τελικό κόστος που ξεπέρασε τα 300. Ας είναι και τούτο μια υπόμνηση και επισήμανση του φαινομένου που - δυστυχώς - ισχύει στον τόπο μας για το πώς και με ποια κριτήρια παίρνονται ανάλογες αποφάσεις.

Αν σήμερα γίνεται μνεία αυτού του γεγονότος, είναι γιατί η πρόσφατη Οδηγία της Ευρωπαϊκής Ένωσης για τη διαχείριση των υδάτινων πόρων προβλέπει και ειδικές ποινές για τις χώρες που αφήνουν τα νερά τους να φεύγουν προς τις θάλασσες χωρίς καμιά αξιοποίηση.

Παρακάμπτοντας τη Λαμία συνεχίζουμε προς τον προορισμό μας που είναι το αγαπημένο μας χωριό - το **Ροβολιάρι** - ο τόπος που γεννήθηκαν οι περισσότεροι από τους επιζώντες ενήλικες, ο τόπος των προγόνων μας και ο τόπος που αγαπούν οι νεότερες γενιές.

Μετά τον Προφήτη Ηλία, όπου είναι και το πιο στενό σημείο-μεταξύ λόφων και ποταμού-, συναντάμε, όπως αναφέρθηκε, το πλατανόδασος του Σπερχειού.

Στο ίδιο σημείο τοποθετείται και η "μάχη του Σπερχειού" κατά την οποία ο Νικηφόρος Ουρανός συνέτριψε το 997 μ. Χ. το βασιλιά των Βουλγάρων Σαμουήλ. Αμέσως μετά συναντάμε το **Καστρί**. Απέχει 22 χιλ. Από τη Λαμία. Αξιόλογο είναι το Κάστρο "Τσάλη" στα νότια του οικισμού, χτισμένο την εποχή της Τουρκοκρατίας.

Η Μακρakovή, έδρα του δήμου μας, είναι κτισμένη κοντά στην αρχαία πόλη Αινιάνες, πρωτεύουσα των Αινιάνων. Ερείπια της αρχαίας πόλης ανακαλύφθηκαν στο λόφο του Αη-Λιά. Απέχει 31 χιλ. από τη Λαμία. Μπαίνοντας, δεξιά στο λόφο είναι ο ναός των Ταξιαρχών κτισμένος το 19ο αιώνα, ενώ ο ενοριακός ναός της Αγίας Τριάδας οικοδομήθηκε το 18ο αιώνα. Έχει Δημοτικό σχολείο, Γυμνάσιο, Λύκειο και Δημοτική Βιβλιοθήκη.

Τρία χλμ. μετά, στο πιο στενό σημείο του δρόμου και σε κλειστή στροφή συναντούμε τα απομεινάρια από το νερόμυλο στη θέση Πουρνάρι.

Στη **Βίτωλη** αφήνουμε την κοιλάδα του Σπερχειού για να ανηφορίσουμε προς το χωριό μας.

Ο συνάδελφος και φίλτατος πρόεδρος σήμερα του Συλλόγου των απανταχού Ροβολιάρικών **Παντελής Ρίζος** στο πόνημά του: "**Το Ροβολιάρι, ένα αρχέγονο χωριό της Ρούμελης**", υποστηρίζει με αρκετά πειστικό τρόπο την αρχέγονη παρουσία του χωριού μας.

Στο παρόν σημείωμα θα προσπαθήσω να δω το χωριό μας ως μέρος ενός ευρύτερου τοπικού ιστού ο οποίος περιλαμβάνει κυρίως την περιοχή του ορεινού όγκου των Αγράφων ή της νότιας Πίνδου.

Είναι γνωστό πως η χώρα μας - σε σύγκριση με

ομοειδείς μορφολογικά χώρες - έχει μεγάλο αριθμό ορεινών οικισμών. Αυτό αποδίδεται σε δύο κυρίως λόγους. Στην ελονοσία που για αιώνες μαστίζε τις πεδινές κυρίως περιοχές και την... τουρκοκρατία. Η αποφυγή και των δύο έσπρωχνε τους Έλληνες να προτιμούν την ορεινή διαβίωση και να διαμορφώνουν συνθήκες προσαρμογής σε έναν τέτοιο τρόπο ζωής.

Ας δούμε λοιπόν τις δομές που διαμορφώθηκαν και τις σχέσεις των ορεινών κοινωνιών με τον τόπο τους και μεταξύ τους.

Καλό είναι να θυμόμαστε ότι στις παλαιότερες εποχές οι πνευματικές και μορφωτικές σχέσεις του χωριού μας ήταν ίδιες με την περιοχή των Αγράφων. Οι πιο μορφωμένοι συχωριανοί μας που γνώρισα ως παιδί προέρχονταν από το Σχολαρχείο της Φουρνιάς.

Τα Άγραφα είναι μια εξαιρετικά ορεινή περιοχή της Ελλάδας. Καταλαμβάνει το μεγαλύτερο μέρος του νομού Ευρυτανίας και ένα μέρος του νομού Καρδίτσας. Καλύπτεται από πυκνή βλάστηση, που με το πέρασμα του χρόνου επεκτείνεται εξαιτίας της εγκατάλειψης των καλλιεργήσιμων περιοχών και της περιορισμένης πλέον κτηνοτροφίας. Τα δάση της περιοχής αποτελούνται κυρίως από έλατα, βελανιδιές, πουρνάρια, οξείες, καστανιές και άλλα φυτά, ενώ οι όχθες των ποταμών και των χειμάρρων κατακλύζονται από πλατάνια, ιτιές και σκλήθρα. Αυτή η πλούσια βλάστηση αποδεικνύει ότι στο υπέδαφος υπάρχουν πολλά υπόγεια ύδατα, τα οποία αναβλύζουν και τροφοδοτούν τις πηγές, τις νερομάνες και τα κεφαλάρια που αποτελούν τις πηγές των ποταμών.

Το έδαφος, οι καιρικές και γενικότερα οι κλιματολογικές συνθήκες δεν ευνοούν μεγάλες αποδόσεις των καλλιεργειών. Παρ' όλα αυτά οι κάτοικοι της περιοχής - και τώρα αλλά προ παντός σε παλαιότερες εποχές - με επιμονή και ευρηματικότητα κατάφεραν να παίρνουν από τη γη τους τα απαραίτητα, ώστε να αντιμετωπίζει η οικογένειά τους με αξιοπρέπεια τις ετήσιες ανάγκες διαβίωσης.

Ευρύτατη είναι η δένδροκαλλιέργεια, η οποία απέδιδε και εξακολουθεί να αποδίδει σημερινοί, πολλά, σε όσους ασχολούνται με αυτήν και αξιοποιούν την παραγωγικότητα κυρίως της καστανιάς, της καρυδιάς και της μηλιάς.

Η μικρή κτηνοτροφία πρόσφερε πολλά στην οικογένεια, γιατί συμπλήρωνε ό,τι τους ήταν απαραίτητο για διατροφή, ένδυση και υπόδηση. Ενώ μεγάλη και νομαδική κτηνοτροφία είχε σοβαρότατες ευεργετικές επιδράσεις στην όλη κοινωνική και οικονομική δομή και οργάνωση του τόπου. Ήταν, βλέπετε, το μοναδικό παράθυρο επαφής με τον έξω κόσμο. Αυτή και το περιορισμένο εμπόριο.

Στα χρόνια της βυζαντινής εποχής οι κάτοικοι των Αγράφων έτυχαν ειδικών προνομίων αυτονομίας - ίσως δε και φορολογικής απαλλαγής -. Έτσι δεν ήταν καν καταχωρημένοι στους φορολογικούς καταλόγους της αυτοκρατορίας. Πολλοί μελετητές θεωρούν ότι και η ονομασία της προέρχεται από αυτό το δεδομένο.

Στα χρόνια του Μουράτ του Β' (1421-1451), οι Τούρκοι έδωσαν στους Αγραφιώτες ή τους ανανέωσαν προϋπάρχοντα από τους Βυζαντινούς προνόμια αυτονομίας και αυτοδιοίκησης. Ταυτόχρονα σχεδόν (από το έτος 1425) τα Άγραφα αποτέλεσαν στον ελληνικό χώρο το πρώτο αρματολίκι, που οι ρίζες της ιστορικής καταγωγής του ως θεσμού ανατρέχουν στους Βυζαντινούς Ακρίτες και στους Ρωμαίους. Αυτό έγινε προφανώς επειδή έπρεπε να δημιουργηθούν συνθήκες ομαλής και απρόσκοπτης επικοινωνίας και προστασίας των κατοίκων και για να διευκολύνεται η διέλευση και μετακίνηση ανθρώπων και αγαθών από μια περιφέρεια σε άλλη.

Μετά την Άλωση της Πόλης ο ίδιος ο Μωάμεθ ο Β', αποβλέποντας στην οργάνωση της πολιτικής και διοικητικής λειτουργίας του ορεινού χώρου, κατοχύρωσε το προνόμιο της περιοχής των Αγράφων με ειδικό φερμάνι, που φυλασσόταν στο Φανάρι της Κωνσταντινούπολης.

Στις αρχές του 16ου αιώνα ο σουλτάνος Σουλεϊμάν ο Μεγαλοπρεπής (1520 - 1566) αποφάσισε να υποτάξει τη μέχρι τότε αυτόνομη περιοχή των Αγράφων και έδωσε τις σχετικές διαταγές προς τον Βέιλερ Μπέη, ο οποίος εκστράτευσε από τη Λάρισα με

Συνέχεια στην 6η σελ.

Η προσευχή του δάσους

Εμπήκα μέσα στην απέραντη εκκλησία που ανθρώπου χέρι δεν έχει χτίσει, που πέρα ως πέρα έχει σκεπή τον ουρανό στην εκκλησία που έχει στολίδια της τη φύση.

Τα δέντρα σαν κατάρτια δίχως τελειωμό με τα γερά τους χέρια απλωμένα πιστεύω έμοιαζαν κείνο το πρωί με κάποια δέηση όλα μαζί υψωμένα.

Του δάσους έψελναν οι αναρίθμητες φωνές σεμνά της Κυριακής τη λειτουργία

κι έχυναν τ' ανθουλάκι αντί για λιβανωτό, το μύρο τους για την ημέρα την Αγία.

Καντήλια και λαμπάδες είχαν αναφτεί από την καθεμία του ήλιου αχτίδα, παντού ο ύμνος εσκορπιόταν της χαράς κι έλαμπε της ζωής άσβηστη ελπίδα!

Στον Άγιο τόπο μακρινός προσκυνητής γονάτισε μ' ευλάβεια η ψυχή μου και τότε ενώθηκε σε μέσα σ' εκκλησία στην Κυριακή την προσευχή κι η προσευχή μου.

Μαρία Μποπάση

Ο θρύλος του Μεγαλέξανδρου στο χώρο και στο χρόνο «Εστί ουν Ελλάς και η Μακεδονία»

Στράβων

Στη φαντασία του βυζαντινού λαού έχουν πλαστεί δύο αντρειωμένοι: Από την παλιά γενιά των Ελλήνων είναι ο Μεγαλέξανδρος, ο Διγενής εκπροσωπεί και εκφράζει τη συγκαιρινή του ηρωική διάθεση. Ειδικά ο Μεγαλέξανδρος, πριν από θρύλος, υπήρξε ιστορικό πρόσωπο και ως τέτοιος ποτέ δεν έσβησε από τη λαϊκή μνήμη.

Στον Ιππόδρομο της Κωνσταντινουπόλεως, κάθε 1η Μαΐου, που γιορτάζονταν τα γενέθλια της Πόλης, η συντεχνία των κρεοπωλών οργάνωνε μια παντομιμική παράσταση, πιστή αναπαράσταση της μάχης του Γρανικού ποταμού. Η χορευτική εκείνη αναπαράσταση, είχε τόσο βαθιές τις ρίζες της μέσα στο λαό, που όχι μόνο δινόταν κάθε χρόνο στη διάρκεια της Βυζαντινής Αυτοκρατορίας, αλλά εξακολουθούσε να δίνεται και κατά την περίοδο της Τουρκοκρατίας, ως τον 18ο αιώνα που καταργήθηκε. Δινόταν από Βορειοηπειρώτες χασάπηδες της Πόλης, στο ίδιο μέρος, στα ερείπια του Βυζαντινού Ιπποδρόμου.

Οι Βυζαντινοί εκδήλωναν και με άλλους χαρακτηριστικούς τρόπους το θαυμασμό, το δέος και την περηφάνια τους για τον Μεγαλέξανδρο. Με την πάροδο του χρόνου ο θρύλος του, όσο και τα ιστορικά του κατορθώματα, έγινε παγκόσμιος. Από την Σενεγάλη ως τη Σουηδία και από την Ισπανία ως τη Σουμάτρα, σ' όλη τη διάρκεια του Μεσαίωνα, ήταν ο «παγκόσμιος αντρειωμένος». Κάθε λαός της Ευρώπης, της Ασίας και της Αφρικής, τον διεκδικούσε για δικό του.

Η παγκοσμιότητα αυτή του Μεγαλέξανδρου είναι μοναδική στην ιστορία και στη φιλολογία του κόσμου. Και του αναγνώριζαν πάντα μια οντότητα υπερφυσική. Ήταν πάντα ένας συνδυασμός Ηρακλή, Αχιλλέα και Οδυσσέα μαζί, ο θρύλος του. Στην περίπτωση της μυθοποίησής του συνέβαλαν οι διάδοχοί του, ιδιαίτερα δε οι Πτολεμαίοι, που διέδωσαν ότι ήταν γιος του θεού Άμμωνα.

Η μόνη παλαιότερη φανταστική ιστορία του Μεγαλέξανδρου που διασώθηκε και που έδωσε αφορμή σε άλλες νεότερες, είναι του Ψευδο-Καλλιθένης «Βίος του Αλεξάνδρου».

Ο Καλλιθένης ήταν ιστορικός, ανιψιός του φιλοσόφου Αριστοτέλη που είχε ακολουθήσει τον Μεγαλέξανδρο στις εκστρατείες του.

Αποδείχτηκε όμως ότι το έργο του γράφτηκε έξι αιώνες αργότερα, τον 3ο αιώνα π.Χ. Στον άγνωστο συγγραφέα αποδόθηκε το όνομα Ψευδοκαλλιθένης. Η φα-

νταστική τούτη ιστορία παρουσιάζει γεγονότα έξω από την ιστορική πραγματικότητα. Μιλά για μάγια, για ανύπαρκτες εκστρατείες σε χώρες που δεν υπάρχουν. Γράφει επίσης ότι ο «αντρειωμένος», καταδύθηκε στο βυθό του Ωκεανού! Η απήχηση και η επίδραση του φανταστικού «Βίου του Αλεξάνδρου», ήταν τεράστια παντού. Ακόμη και στην τέχνη των λαών. Μεταφράστηκε σε πολλές γλώσσες, χωρίς να λείψουν και οι πολλές διασκευές και παραποιήσεις - προσαρμογές στο πνεύμα της Δυτικής Ευρώπης. Έτσι ο θρύλος του Μεγαλέξανδρου έγινε θέμα της μεσαιωνικής ευρωπαϊκής φιλολογίας. Από τις ελληνικές διασκευές της Ιστορίας του Ψευδοκαλλιθένη, προέρχονται οι σλαβικές (ρωσική, γεωργιανή, τσέχικη, πολωνέζικη, ρουμανική, σέρβικη και βουλγαρική). Υπάρχει ακόμη και διασκευή στην παλαιοπερσική γλώσσα, στην αιθιοπική, στη συριακή και στην αρμενική.

Πέρσες ποιητές ασχολήθηκαν ιδιαίτερα με το θέμα, παρουσιάζοντας τον Μεγαλέξανδρο ως γιο



Πέρση βασιλιά κι Ελληνίδα και ετεροθαλή αδελφό του Δαρείου. Διασκευές έγιναν και σε πολλές γλώσσες των Ινδιών, της Μαλαισίας, της Ιάβας, στην ανατολικοτουρκική και δυτικοτουρκική (14ος αιώνας).

Ο Μεγαλέξανδρος παράλληλα, λατρεύτηκε από πολλούς λαούς της Γης. Στην Ασία και την Αφρική τον θεωρούσαν θεό, προφήτη ή Γενάρχη, ενώ στην Δυτική Ευρώπη «σαν ήρωα φεουδάρχη, ενώ μόνο ο Καρλομάγνος τον ξεπερνά». Οι Αιθίοπες τον ήθελαν Χριστιανό Αυτοκράτορα, οι Εβραίοι ισχυρίζονταν πως πίστευε στον Ιεχωβά «κι' αγωνιζόταν να επιβάλει την πίστη του». Ο Μωάμεθ τον αναφέρει στο Κοράνιο. Τον θεωρεί μαζί με τον Μωσή και τον Χριστό «σαν ένα προϊσλαμικό προφήτη». Οι μεταγενέστεροι Μουσουλμάνοι «τον θεωρούν φανατικό Μωαμεθανό, που πολεμά για την δόξα του Ισλάμ, και μάλιστα

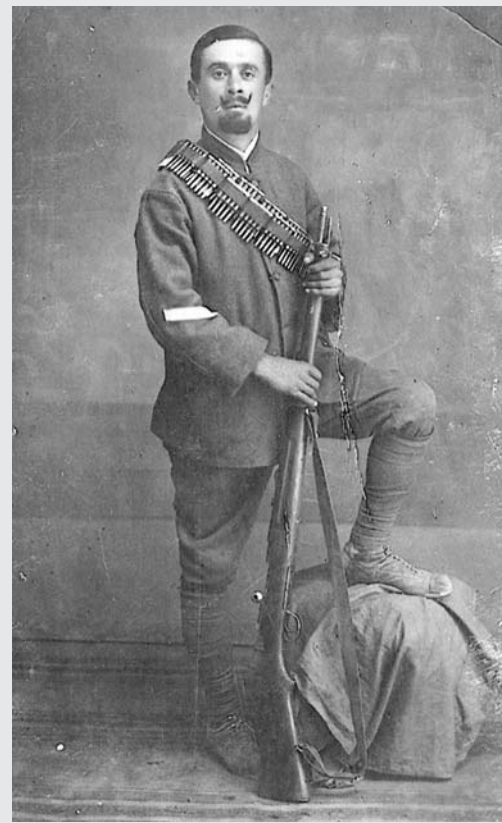
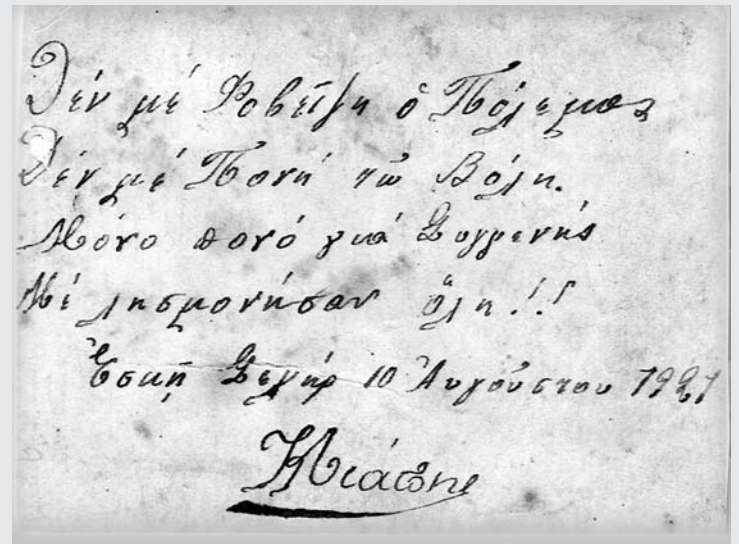
σαν γνήσιος τέτοιος, πάει στην Μέκκα να προσκυνήσει και γίνεται Χατζής». Το καταπληκτικό είναι ότι στις ορεινές περιοχές του Αφγανιστάν οι φύλαρχοι καυχούνται πως κατάγονται από τον Μεγαλέξανδρο (Ισκάνταρ τον ονομάζουν). Το ίδιο όνομα του αποδίδουν και οι βασιλιάδες της Τάρσας και της Σενεγάλης. Στην πόλη Μαργίλεν, στο Δυτικό Τουρκεστάν, δείχνουν κάποιο παλιό τάφο και μια κόκκινη σημαία και ισχυρίζονται πως ο τάφος και η σημαία ανήκουν στον Μεγαλέξανδρο. Τόσο στο Τουρκεστάν, όσο και στη Μογγολία αναφέρεται σαν «Ισκάνταρ, Μπέγι» και τον θεωρούν ως εθνικό τους ήρωα. Στην ανατολική παραλία της Σουμάτρας, στο Πέλεμπαγ, οι ντόπιοι δείχνουν τον τάφο και το αχνάρι του ποδιού του Μεγαλέξανδρου, που τον λατρεύουν ως θεό και του κάνουν θυσίες.

Στην νεότερη Ελλάδα, κανενός ήρωα πραγματικού ή μυθικού η ζωή, ακόμα και θρησκευτικού προσώπου, εκτός του Χριστού, δεν ήταν γνωστή σ' όλα της τα κατέκαστα, και σ' όλα τα στρώματα του λαού μας, όσο το παραμύθι του Μεγαλέξανδρου. Διαβαζόταν από όλους, μορφωμένους και αμόρφωτους, από άρχοντες και από τον πιο απλό άνθρωπο του λαού. Κάθε Έλληνας, έπλαθε τον μύθο του «αντρειωμένου» ανάλογα με τον τρόπο της ζωής του, τις προσδοκίες και τις λαχτάρες του. Έτσι άλλοι τον ήθελαν κυρίαρχο των βουνών, άλλοι της θάλασσας, άλλοι υπερασπιστή των συνόρων (Ακρίτα), άλλοι αγαθό δαίμονα - προστάτη, «κάτι σαν άγιο, όμοιο με τον Άη-Γιώργη ή τον Άγιο Θεόδωρο».

Μερικοί τον ήθελαν για Χριστιανό ή για Βυζαντινό Αυτοκράτορα. Τον διεκδικεί κάθε τόπος και τον διαμορφώνει σε υπερήρωα, σε άτομο υπερφυσικό, ανάλογα με τις συνθήκες και τη νοοτροπία των κατοίκων του. Και πάντα ανήκει στην «Γενιά των παλιών Ελλήνων». Ποτέ δεν τον φαντάζεται ως ηγέτη πολεμικού σώματος γενναίων μα ως μεμονωμένο θαυματουργό υπεράνθρωπο. Για το Βυζαντινό Χριστιανικό λαό «υποκαταστάει τη θέση που είχε για τους Αρχαίους Έλληνες ο θεός Διόνυσος κι ενώνει τον αρχαίο εθνισμό με το βυζαντινό χριστιανισμό».

Ο θρύλος για το Μεγαλέξανδρο, ο τόσο έντονα βιωμένος από το βυζαντινό λαό, δεν δημιουργήθηκε αποκλειστικά από τη γραπτή μυθική ιστορία του Ψευδοκαλλιθένη.

Απλώς συντηρήθηκε από αυτή. Ο Ελληνικός λαός, ως την πε-



Στο όνομα της Μεγάλης Ιδέας του Έθνους...

ρίοδο των προπαπουδών μας, διάβαζε τις διασκευές του, έμμετρες και πεζές, στην αρχαϊζουσα και στη λαϊκή γλώσσα. Γνωστή τέτοια διασκευή, στη λαϊκή γλώσσα, που εκδόθηκε πολλές φορές είναι «**Η φυλλάδα του Μεγαλέξανδρου**». Γύρω από το όνομα του Μεγαλέξανδρου δημιουργήθηκαν στον Ελληνικό λαό ορισμένες δοξασίες και προλήψεις. Έτσι τα αρχαία νομίσματα, που φέρνουν ανάγλυφη την κεφαλή του, ο λαός συνήθιζε να τα χρησιμοποιεί ως φυλαχτά. Ο Ιωάννης ο Χρυσόστομος αναφέρει, ότι κατά την εποχή του κρεμούσαν νομίσματα του Μεγαλέξανδρου στο κεφάλι ή στα πόδια.

Στον Ιππόδρομο της Κωνσταντινουπόλεως οι αρματοδρόμοι φορούσαν πάντα ένα τέτοιο νόμισμα, γιατί πίστευαν ότι θα τους χάριζε τη νίκη. Οι γυναίκες στο Γαλαξίδι, ως τα τέλη του 18ου αιώνα, τα χρησιμοποιούσαν ως φυλαχτά. Στο λαό σε διάφορα «ξόρκια και γητειές για την θεραπεία ή την αποτροπή ενός κακού» ανέφεραν το όνομα του Μεγαλέξαν-

δρου. Στην Κύπρο οι βοσκοί, «για να αποτρέψουν την συμφορά της αλεπούς από τα ποιμνία τους» λένε μια γητειά όπου αναφέρεται ο Μεγαλέξανδρος να πηγαινει στα Ιεροσόλυμα. Σ' ένα χειρόγραφο μυθιστορήματος, που γράφτηκε τον 14ο αιώνα και που φυλάγεται στην βιβλιοθήκη της Ελληνικής κοινότητας της Βενετίας, υπάρχει και μικρογραφία του, που τον παριστάνει Βυζαντινό Αυτοκράτορα.

Κλείνοντας την περιήγηση στους μύθους και στους θρύλους γύρω απ' τον Μεγαλέξανδρο, ανεπιφύλακτα μπορούμε να ισχυριστούμε πως εδώ και 23 αιώνες η προσωπικότητά του είναι παρούσα στην Ιστορία, στην Τέχνη και στην Παράδοση των λαών της Ευρώπης, της Ασίας και της Αφρικής.

Όσο και να κρώζουν οι σφετεριστές της ιστορίας της Ελληνικότητας της Μακεδονίας, οι Σκοπιανοί, δεν πρόκειται να νικήσουν την ΑΛΗΘΕΙΑ που είναι μία και μοναδική.

«Εστί ουν Ελλάς και η Μακεδονία». Στράβων

Θωμάς Νέλλας

Μ' απήντησαν μια μέρα πλούσιος και σοφός και λίγο τους πιο πέρα ένας δυναμικός.

Και πρώτα πρώτ' ο πλούσιος με Φαρισαίου στάση με κομπασμό μου έδειχνε την ψεύτικη του πλάση.

Παλάτια εκτάσεις γήινες έχω στην εξουσία μου 'λεγε... χρήματ' άπειρα ώ... πόση ευτυχία!

Μην υπερηφανεύεσθε για δύναμη για πλούτη!

Και ο σοφός επρόσθεσε είμαι πιο ευτυχής γνώστης των πάντων φίλε μου σ' όλους περιφανής.

Μ' αυτό μου τ' άφταστο μυαλό μ' αυτή μου τη σοφία όλο τον κόσμο κυβερνώ όλη την κοινωνία.

Κι εν συνεχεία μού 'δειξε τα μπράτσα του... ορωστός;

τις περηφάνιες άρχισε τους κομπασμούς κι αυτός.

Ω! φίλοι μου, όλα αυτά που λέτε ευτυχία, τους λέω, είναι της στιγμής δεν έχουνε αξία.

Μην υπερηφανεύεσθε για δύναμη, για πλούτη είν' όλ' αυτά παροδικά εις τη ζωή μας τούτη.

Είναι κεριά και σβήνουνε ανθρώπινη πνοή που χάνεται εν μια στιγμή στην λήθη το κελί.

Μια νόσος, ένας πόλεμος όλα τα καταστρέφει την ευτυχή πορεία σας στη δυστυχία στρέφει.

Πάψτε γι' αυτά τον κομπασμό πάψτε την περηφάνια

και στρέψατε προς το Θεό ιδέστε τα ουράνια!

Εκείνος είν' ο πλούσιος εκείνος είν' σοφία ο Δυνατός που ποίησε παντού τα μεγάλα.

Παντελής Ρίζος ο Ροβολιάρης

Τούτο το ποίημά μου βραβεύτηκε το 1957 σε πανελλήνιο ποιητικό διαγωνισμό από το περιοδικό «Μαθητική Εστία».

Η πράσινη προίκα μας

Το δάσος του Ροβολιαρίου είναι ένα από τα ωραιότερα και μεγαλύτερα της ορεινής δυτικής Φθιώτιδας. Η μαζική φυγή των κατοίκων τα τελευταία πενήντα χρόνια είχε ως συνέπεια να σταματήσει η καλλιέργεια των ορεινών χωραφιών, των αμπελιών και περιβολιών, να αφανιστεί η κτηνοτροφία και να πάψει η ξύλευση του δάσους για θέρμανση και μαγείρεμα.

Έτσι το δάσος του χωριού μας παρουσιάζει αύξηση της έκτασής του και καλύτερη ποιότητάς του.

Για να μην σταματήσει αυτή η πορεία προς το καλύτερο πρέπει να πρυτανεύσει η λογική εκμετάλλευσής του και να περιοριστεί στο ελάχιστο η κρυφή ξύλευση και αποψιλωτική υλοτομία δεξιά αριστερά των δασικών δρόμων. Η εμπορία των καυσόξυλων είναι ό,τι χειρότερο για το μέλλον του δάσους μας.



Χάρμα οφθαλμών το Ροβολιάρι τον Ιούνιο!

Αυτό το δάσος σήμερα καταλαμβάνει έκταση μεγαλύτερη από 22.000 στρέμματα και αποτελεί το μοναδικό φυσικό κεφάλαιο του χωριού μας και την ακριβή προίκα που μας χάρισε η ΦΥΣΗ.

Ο χωρίς χιόνια και πολλές βροχές τελευταίος χειμώνας, το παρατεταμένο και πυρακτωμένο καλοκαίρι δικαιολογούν την ανησυχία και αγωνία μας για το πόσο έτοι-

μο είμαστε να αντιμετωπίσουμε μια ενδεχόμενη πυρκαγιά.

Λείπουν:

1. Η επιτήρηση του δάσους επί 24ώρου βάσεως.

2. Οι συχνές περιπολίες με πρωτοβουλία του Δήμου της Πυροσβεστικής Υπηρεσίας του Δασαρχείου των μονίμων αλλά και περιστασιακών κατοίκων.

3. Το πυκνό και καλά συντηρημένο δίκτυο δασικών δρόμων.

4. Οι αντιπυρικές ζώνες.

5. Η επαρκής ποσότητα νερού για την τροφοδοσία των πυροσβεστικών οχημάτων. Η κατασκευή δεξαμενών από το Δασαρχείο Σπερχειάδας σε προσβάσιμους χώρους, θα βοηθούσε πολύ στην αντιμετώπιση της φωτιάς.

6. Ο καθαρισμός του δάσους από τα ξερόκλαδα.

7. Ο εφοδιασμός των εργαζομένων

στο βουνό με κινητά τηλέφωνα και με τα απαραίτητα μέσα, για την πρώτη αντίδραση στην περίπτωση της πυρκαγιάς και

8. Η ενεργοποίηση όλων των δυνάμεων του χωριού μας για τη διαφύλαξη και διατήρηση του πράσινου, της μοναδικής περιουσίας που διαθέτει.

Θ. Νέλλας

Έργα που εκτελέστηκαν από το Δήμο και τη Νομαρχία

- Τιμεντόστρωση 70μ. πίσω από οικία Τελώνη Αθανασίου.
- Τιμεντόστρωση 80μ. προς οικία Σκαμάγκη Κων/νου.
- Καθαρισμός αγροτικών - δασικών δρόμων και δρόμων που οδηγούν στις υδρομαστεύσεις με μηχανήμα της Νομαρχίας.
- Βελτίωση δρόμου προς Ρεντίνα με μηχανήμα του Δήμου.
- Αρδευτικό δίκτυο συν/σμού Αγ. Γεωργίου.
- Τοποθέτηση αρδευτικού σωλήνα μήκους 400μ. στον συνοικισμό Αγ. Αποστόλων.

Γεώργιος Ζιαγγουθός



Η πλατεία της Εκκλησίας του Αγίου Γεωργίου όπως έχει διαμορφωθεί. Αξίζουν πολλά «εύγε» σε εκείνους τους Ροβολιάρικες, οι οποίοι με την εισφορά τους βοήθησαν να γίνει το έργο αυτό.

Προσθήκη δραστηριοτήτων στην καθημερινή σας ζωή

Οι καθημερινές δραστηριότητες, όπως η κηπουρική ή η χρήση της σκάλας είναι επωφελείς για την καρδιά σας, επιμηκύνουν το προσδόκιμο επιβίωσης και σας διατηρούν ευκίνητο.

Λίγοι από εμάς απολαμβάνουν τα οφέλη του κοντινότερου σε μια μαγική σφαίρα πράγματος που διαθέτουμε - της άσκησης- για την πρόληψη ή τον έλεγχο της στεφανιαίας νόσου, του διαβήτη, της οστεοπόρωσης και ένα πλήθος άλλων παθήσεων.

Αν δεν μπορείτε να αντέξετε στη σκέψη να μοχθείτε πάνω σε ένα διάδρομο σαν χάμστερ, να βαδίζετε σκοπιμώς σε ένα εμπορικό κέντρο ή να κάνετε άλλες συμβατικές μορφές άσκησης, δεν χρειάζεται να αποθαρρύνεστε: οι καθημερινές δραστηριότητες έχουν επίσης σημασία. Γι' αυτό, βγάλτε βόλτα το σκύλο, σφουγγαρίστε το πάτωμα, χρησιμοποιήστε τις σκάλες, ασχοληθείτε με τον κήπο, βγείτε για να χορέψετε. Τέσσερις μελέτες που δημοσιεύθηκαν στο πρόσφατο παρελθόν υποστηρίζουν πως το να κάνετε ό,τι μπορείτε ώστε να καταναλώνετε περισσότερες θερμίδες καθημερινά, μπορεί να σας βοηθήσει να ζήσετε περισσότερο, με λιγότερους πόνους και με πιο υγιή καρδιά και αγγεία.

Ισχυρές ενδείξεις

Παλιότερα, οι συστάσεις για την άσκηση καθοριζόταν βάσει της φιλοσοφίας «τα αγαθά κόποις κτώνται». Οι έντονοι δραστηριότητες που προαναφέραμε ήταν ό,τι απαιτούνταν. Κατά τη διάρκεια της τελευταίας δεκαετίας, η φιλοσοφία αυτή έχει παραγκωνιστεί από αυτή που υποστηρίζει πως μέτριας έντασης δραστηριότητες όπως το ζωηρό περπάτημα είναι το ίδιο ωφέλιμες. Εν μέρει οι ειδικοί προχώρησαν σε αυτές τις συστάσεις διότι δεν είχαν καλά αποτελέσματα σε ό,τι αφορά την κινητοποίηση των ατόμων ώστε να ασκούνται έντονα. Προσδοκούσαν πως η μείωση της έντασης θα ενθάρρυνε περισσότερα άτομα να καταστούν δραστήρια. Σήμερα, υπάρχουν βάσιμες ενδείξεις για τα οφέλη αυτής της φιλοσοφίας.

Η δραστηριότητα επιμηκύνει το προσδόκιμο επιβίωσης. Στις περισσότερες μελέτες, οι ερευνητές πρέπει να βασίζονται στη μνήμη (και την ειλικρίνεια), των συμμετεχόντων, όσον αφορά τα επίπεδα άσκησης και σωματικής δραστηριότητάς τους. Σε μια προσπάθεια να γίνει άμεση μέτρηση του επιπέδου δραστηριότητας, μια ομάδα χρηματοδοτούμενη από το Εθνικό Κέντρο για τη Γήρανση των ΗΠΑ ζήτησαν από 302 άτομα που διένυαν την όγδοη δεκαετία της ζωής τους να πίνουν νερό φτιαγμένο από «βαρύ» υδρογόνο και οξυγόνο. Δύο εβδομάδες αργότερα, οι ερευνητές μέτρησαν την ποσότητα αυτών των στοιχείων που είχε παραμείνει στον οργανισμό των συμμετεχόντων. Με βάση αυτό ήταν σε θέση να υπολογίσουν την ποσότητα των θερμίδων που οι συμμετέχοντες καταλάμβαναν καθημερινά, επιπροσθέτως αυτών που ήταν αναγκαίες για τη διατήρηση των βασικών λειτουργιών του οργανισμού. Στα επόμενα 6 έτη, το 25% αυτών που ανήκαν στην ομάδα χαμηλής ενέργειας (κατανάλωση λιγότερων από 520 θερμίδων καθημερινά σε άσκηση ή σωματική δραστηριότητα) πέθαναν, σε αντίθεση με το μόνο 12% αυτών που ανήκαν στην ομάδα υψηλής ενέργειας (κατανάλωση περισσότερων από 720 θερμίδων καθημερινά). Οι πιο δραστήριοι δεν ασκούνταν περισσότερο από τους λιγότερο δραστήριους, αλλά χρησιμοποιούσαν τις σκάλες, έκαναν χειρωνακτική εργασία ή είχαν άλλες καθημερινές δραστηριότητες.

Βγάζετε βόλτα το σκύλο. Περίπου οι μισοί απ' όσους έχουν σκύλο βγάζουν βόλτα τα κατοικίδια τους για τουλάχιστον 30 λεπτά την ημέρα, που αποτελεί και τη σύσταση του υπουργείου Υγείας για την άσκηση. Ένας μεγάλος ενεργητικός σκύλος μπορεί να σας οδηγήσει σε βόλτα με ρυθμό που ξεπερνάει κατά πολύ τον ορισμό της μέτριας εντάσεως άσκησης. Ακόμη και αν έχετε ένα μικρότερο ή λιγότερο ζωηρό σκύλο, δύο με τρεις δεκάλεπτοι καθημερινοί περιπατοί είναι πολύ καλύτεροι από το να κάθεστε.

Κινητοποιηθείτε νωρίς. Μια μακροχρόνια μελέτη από την περιοχή της Τσκαάνης στην Ιταλία καταδεικνύει πως οι ενήλικοι που είναι δραστήριοι κατά τη μέση ηλικία

είναι πιο πιθανό να έχουν μεγαλύτερη ευκίνηση και λιγότερους περιορισμούς στην κίνηση μετά την ηλικία των 70 ετών (οι ερευνητές δεν ανέφεραν αν η κατανάλωση του τοπικού οίνου έκανε κάποια διαφορά).

Να κινείστε. Ο πόνος στα κάτω άκρα κατά το περπάτημα που προκαλείται από την απόφραξη των αρτηριών από τη χοληστερόλη βασανίζει εκατομμύρια Αμερικανών. Όχι μόνο περιορίζει τις δραστηριότητές τους, αλλά και αυξάνει ουσιαστικά την πιθανότητα να υποστούν ένα έμφραγμα του μυοκαρδίου ή να πεθάνουν πρόωμα λόγω καρδιαγγειακής νόσου. Τα συμβατικά προγράμματα άσκησης είναι ένας τρόπος για την αντιμετώπιση αυτής της κατάστασης, που είναι επίσης γνωστή ως περιφερική αρτηριοπάθεια και διαλείπουσα χωλότητα. Φαίνεται πως η καθημερινή δραστηριότητα επίσης βοηθάει.

Χρησιμοποιώντας ένα τύπο μηχανήματος που καταγράφει την κίνηση, ερευνητές από το πανεπιστήμιο Northwestern μέτρησαν το εβδομαδιαίο σύνολο της καθημερινής δραστηριότητας σε 470 άντρες και γυναίκες με περιφερική αρτηριοπάθεια. Αυτοί που είχαν τη μεγαλύτερη δραστηριότητα ήταν πολύ λιγότερο πιθανό να εμφανίζον ένα σύμβαμα από το καρδιαγγειακό σύστημα - ένα έμφραγμα του μυοκαρδίου, επέμβαση για τη διάνοιξη ή την παράκαμψη μιας αποφραγμένης αρτηρίας ή νοσηλεία για θωρακικό πόνο ή καρδιακή ανεπάρκεια - μέσα στα επόμενα 5 έτη ή και να πεθάνουν μέσα στο ίδιο χρονικό διάστημα. Το μεγαλύτερο μέρος της κίνησης προερχόταν από το περπάτημα στην αγορά, τη χρήση της σκάλας ή άλλες καθημερινές δραστηριότητες και όχι από συμβατικές μορφές άσκησης.

Οφέλη

«Κάνετε την άσκηση μέρος της καθημερινότητάς σας». Σίγουρα ακούγεται απλό, ωστόσο ξέρετε πως είναι πιο εύκολο να το λέτε παρά να το κάνετε. Υπάρχει πλειάδα εμποδίων όπως αρθρίτιδα, έλλειψη χρόνου, δυσκολία ανεύρεσης ενός ασφαούς ή βολικού χώρου για να γυμναστείτε ή ο πόνος στα κάτω άκρα ή το θώρακα όταν κινείστε πολύ γρήγορα. Αν δεν μπορείτε να ξεπεράσετε αυτά τα εμπόδια, προσπαθήστε να είστε πιο δραστήριος. Δεν χρειάζεται να περάσετε από ιατρικό έλεγχο, να αγοράσετε εξοπλισμό, να πάτε σε κάποιο ιδιαίτερο μέρος ή να εξοικονομήσετε χρόνο. Απλώς προσπαθήστε να κινείστε περισσότερο κατά τη διάρκεια της ημέρας. Με μισή ώρα σκούπισμα μπορείτε να καταναλώσετε 110-180 θερμίδες ανάλογα με το βάρος σας. Χορεύοντας μισή ώρα βαλς ή κάποιον άλλο αργό χορό καταναλώνετε 80-140 θερμίδες. Με γρήγορους χορούς οι θερμίδες αυξάνονται σε 125-200. Επίσης, αυτή είναι και ποσότητα των θερμίδων που μπορείτε να καταναλώσετε με μισή ώρα ενασχόλησης με τον κήπο ή παίζοντας ντραμς. Ωθώντας ένα αναπηρικό αμαξίδιο για 15 λεπτά καταναλώνετε 60-90 θερμίδες. Όσον αφορά τις σκάλες, ένα μέσο άτομο καταναλώνει 10 θερμίδες το λεπτό όταν τις χρησιμοποιεί. Δεν είναι πολύ, ωστόσο αυτό είναι το θέμα - το να κάνετε μικρά πράγματα σταθερά κατά τη διάρκεια της ημέρας είναι ένας καλός τρόπος για να καταναλώνετε επιπλέον θερμίδες.

Τα οφέλη για την υγεία ξεκινούν από την κατανάλωση τουλάχιστον 100 θερμίδων ημερησίως. Αυτό ισοδυναμεί με το να περπατάτε περίπου 1,5 χιλιόμετρο ή να χορεύετε καντρίλιες για 15-30 λεπτά. Όσο περισσότερη ενέργεια καταναλώνετε τόσο το καλύτερο. Μια μακροχρόνια μελέτη σε απόφοιτους του Harvard κατέδειξε πως η μικρότερη θνησιμότητα αφορούσε εκείνους που καταλάμβαναν περίπου 300 θερμίδες ημερησίως σε άσκηση ή διάφορες δραστηριότητες.

Αν τείνετε προς την καθιστική ζωή, η προσθήκη μικρών δραστηριοτήτων στην καθημερινότητά σας είναι ένας εξαιρετικός τρόπος για να αρχίσετε να καταναλώνετε περισσότερες θερμίδες, να μειώσετε τον κίνδυνό σας για καρδιαγγειακή νόσο και να διατηρηθείτε ευκίνητος.

Πανεπιστήμιο Χάρβαρντ

ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΤΙΣ ΦΩΤΙΕΣ

Το φετινό καλοκαίρι μπήκε πολύ άσχημα. Πολλές φωτιές με αποκορύφωμα την πυρκαγιά στην Πάρνηθα. Κάθε μέρα στα τηλεοπτικά παράθυρα εμφανίζονται οι «Ξερόλες» που σχολιάζουν και κρίνουν τα πάντα.

Όμως κανείς μέχρι σήμερα δεν έχει πει απλά πράγματα στον κόσμο για την πρόληψη και την κατάσβεση των πυρκαγιών. Όταν γίνει ένα ατύχημα, τότε θυμούνται όλοι και καταλογίζουν ευθύνες παντού. **Όμως αυτός ο ταλαίπωρος πολίτης ενημερώθηκε ποτέ από τα Μ. Μ. Ε. τι πρέπει να κάνει να προλάβει μια πυρκαγιά ή τι μέτρα πρέπει να πάρει να μην καεί;**

ΠΡΟΛΗΠΤΙΚΑ ΜΕΤΡΑ ΓΙΑ ΤΙΣ ΠΥΡΚΑΓΙΕΣ.

Ποτέ δεν ανάθουμε φωτιά το καλοκαίρι οπουδήποτε στο ύπαιθρο, έστω κι αν δεν φυσάει αέρας, ούτε κάνουμε εργασίες με μηχανήματα που πετάνε σπινθήρα.

Ποτέ δεν πετάμε τσιγάρο αναμμένο στο δρόμο.

ΟΤΑΝ ΠΙΑΣΕΙ ΠΥΡΚΑΓΙΑ.

Οι πρώτοι κάτοικοι που θα τρέξουν να σβήσουν τη φωτιά, ώπου να έρθουν οι δυνάμεις της Πυροσβεστικής, θα πρέπει να βάλουν ένα άτομο σε κατάλληλο σημείο π. χ. απέναντι σ' ένα λόφο, απ' όπου θα έχει πανοραμική άποψη για τη φωτιά και ανάλογα θα δίνει οδηγίες στους εθελοντές πυροσβέστες, ούτως ώστε να μην εγκλωβιστούν από την πυρκαγιά.

Αυτό πρέπει να γίνεται και από τον επικεφαλής της Πυροσβεστικής, να μην είναι μέσα στη φωτιά, που δεν έχει ορατότητα, αλλά σε κάποιο σημείο απέναντι από τη φωτιά και να κατευθύνει ανάλογα τις δυνάμεις πυρόσβεσης. Έτσι θα προφυλάξει το προσωπικό από κάποιον εγκλωβισμό, ή θα μπορέσει να ελέγξει κάποιο μέτωπο φωτιάς, το οποίο δεν μπορούν να δουν οι πυροσβέστες που είναι μέσα στο δάσος.

Φοράμε πάντα ανοιχτόχρωμα ρούχα και εάν είναι δυνατόν με πορτοκαλί χρώμα, για να μας βλέπουν οι πιλότοι αλλά και οι δυνάμεις πυρόσβεσης. Όταν κάνουν ρίψεις τα αεροπλάνα, φεύγουμε αμέσως από το δάσος και πάμε εκεί που είναι μαζεμένος ο κόσμος. Σε καμία περίπτωση δεν καθόμαστε ακίνητοι στο δάσος, γιατί ο πιλότος δεν θα μας δει και πιθανόν στο σημείο αυτό να κάνει ρίψη.

Όταν πάμε με το αυτοκίνητο σε τυφλό δρόμο, η πρώτη δουλειά που κάνουμε είναι να κάνουμε μανούβρα και να έχουμε έτοιμο το αυτοκίνητο για διαφυγή σε περίπτωση που πλησιάσει η φωτιά. Πολλά αυτοκίνητα έχουν καεί, γιατί όταν πλησίασε η φωτιά, δεν πρόφτασαν οι οδηγοί να κάνουν μανούβρα και να φύγουν.

ΠΟΤΕ, ΜΑ ΠΟΤΕ, δεν πάμε να σθήσουμε πυρκαγιά σε χαράδρα-κοίτη ποταμού, υπάρχει πάρα πολύ μεγάλος κίνδυνος να εγκλωβιστούμε από τη φωτιά. Η φωτιά κατεβαίνει από την απέναντι πλαγιά. Όταν εσύ κατεβαίνεις από την από εδώ πλαγιά, μόλις φτάσεις στην κοίτη του ποταμού, η φωτιά πριν ακόμα φτάσει στην κοίτη, θα πηδήσει πάνω από τα δέντρα που είναι απέναντι πλαγιά, οπότε χωρίς να το καταλάβεις, έχεις εγκλωβιστεί από την πυρκαγιά και ο κίνδυνος της ζωής σου απειλείται άμεσα.

Εξάλλου και αν αντιληφθείς έγκαιρα τον κίνδυνο της πυρκαγιάς, την ώρα που κατεβαίνεις την πλαγιά να πας στη χαράδρα, είναι πολύ δύσκολο να γυρίσεις πίσω και να γλυτώσεις, γιατί η ανηφόρα είναι πολύ απότομη και δεν μπορείς να τρέξεις. Θα σε προφτάσει η φωτιά.

ΠΟΤΕ δεν πάμε να σθήσουμε τη φωτιά μετωπικά, αλλά πάντα από τα πλαγιά και απ' το καμένο προς το άκαυτο.

Αν πάμε μετωπικά, ακόμα κι αν έχουμε μάνικα και ρίχνει νερό το πυροσβεστικό, η πύρα, η λάθα της φωτιάς, θα μας εξουθενώσει και ίσως χάσουμε τις αισθήσεις μας, οπότε δεν γλυτώνουμε με τίποτα.

Γι' αυτό πάντα χτύπημα της φωτιάς από τα πλαγιά. Ακόμα κι αν αλλάξει φορά ο άνεμος ή σηκωθεί ανεμοστρόβιλος, θα τρέξουμε να κρυφτούμε στο καμένο.

Αν μας κυκλώσει από παντού η φωτιά, θα βρούμε ένα διάκενο που να έχει λίγη βλάστηση, θα βάλουμε φωτιά γύρω από τον εαυτό μας να καούν τα χόρτα και θα περιμένουμε τη φωτιά, η οποία θα φτάσει στο καμένο και θα σβήσει μόνη της.

Σε πολλές φωτιές βλέπω πολίτες που πηγαίνουν φορώντας σαγιονάρες, σορτς, χωρίς πουκάμισο, λες και πάνε για μπάνιο στη θάλασσα. Λάθος. Η ενδυμασία τους

πρέπει να είναι εκστρατείας, γερά παπούτσια, ει δυνατόν και κάλτσες, παντελόνια, πουκάμισο, καπέλο. Η πύρα της φωτιάς, αν δεν φοράμε πουκάμισο, μπορεί να προκαλέσει εγκαύματα. Με τις σαγιονάρες μπορεί να μας δαγκώσει κάποιο φίδι. Εκτός αυτού δεν μπορούμε να τρέξουμε με τις σαγιονάρες κι αν μας κυνηγάει η φωτιά και σκοντάψουμε, τότε αλίμονο μας.

Σαν εθελοντές πυροσβέστες ποτέ δεν κάνουμε του κεφαλιού μας, αλλά παίρνουμε εντολές από τον υπεύθυνο. Μια πρωτοβουλία μας ή κουτουράδα μας μπορεί να μας στοιχίσει τη ζωή.

ΓΕΝΙΚΑ Η ΠΥΡΚΑΓΙΑ ΕΙΝΑΙ ΕΝΑΣ ΥΠΟΥΛΟΣ ΠΟΛΕΜΟΣ και χρειάζεται μεγάλη εμπειρία και μαεστρία να την τιθαασύσεις.

Βασικά το προσωπικό πρέπει να είναι αξιόμαχο και έμπειρο. Η επιλογή και πρόσληψη του εποχικού προσωπικού πρέπει να γίνεται με αυστηρότητα κριτήρια. Πρέπει να γνωρίζουν όλοι (υπεύθυνοι προσλήψεων, γονείς υποψηφίων αλλά και οι υποψήφιοι) ότι αυτές οι θέσεις δεν είναι απλά ένας τρόπος να καταπολεμήσουν την ανεργία, αλλά είναι μια πολύ επικίνδυνη δουλειά που απαιτεί ειδικά προσόντα, κι όσοι δεν τα έχουν καλύτερα να μην είναι υποψήφιοι. Ας βρουν κάποια άλλη δουλειά.

ΑΝΤΙΠΥΡΙΚΕΣ ΖΩΝΕΣ.

Στα συμπαγή δάση χρειάζονται λίγες αντιπυρικές ζώνες πλάτους άνω των 50μ. και αποτελεσματικές κι όχι πολλές ζώνες των 10-20μ. οι οποίες σε περίπτωση μεγάλης πυρκαγιάς δεν προσφέρουν τίποτα, αφού πολύ εύκολα τις περνάει η φωτιά. Τεμαχίζουμε ένα δάσος π.χ. 40.000 στρεμ. σε 10 κομμάτια με αντιπυρικές ζώνες πλάτους 50 μ. Αν πιάσει φωτιά στο ένα τεμάχιο, μπορείς άνετα να παρατάξεις τις δυνάμεις πυρόσβεσης κατά μήκος των αντιπυρικών ζωνών που είναι γύρω από το τεμάχιο αυτό, οπότε στη χειρότερη περίπτωση θα καεί μόνο αυτό το τεμάχιο, δεν θα καεί όλο το δάσος. Οι ζώνες αυτές των 50 μ. μπορούν να κατασκευασθούν με τέτοιο τρόπο ώστε να είναι και δρόμοι. Σε μια ζώνη πλάτους 50μ. μπορεί άνετα να γίνει εγκατάσταση πυρόσβεσης χωρίς να κινδυνεύει το προσωπικό. Οι ζώνες των 10-20μ. έχουν το μειονέκτημα ότι τις περνάει πολύ εύκολα η πυρκαγιά. Αν μπορεί να γίνει και μια αντιπυρική ζώνη πλάτους 50μ. περιμετρικά του δάσους στα σύνορα με καλλιέργειες ή οικισμούς, τότε ασφαλώς είναι πιο σίγουρη η προστασία του. Σ' αυτή την περίπτωση το επικίνδυνο είναι ότι περιμετρικά πάνω στη ζώνη διάφοροι «επιτήδειοι» θα προσπαθήσουν να καταπατήσουν, να φυτέψουν ελιές κ.λ.π.

ΟΙ ΔΡΟΜΟΙ ΣΤΑ ΔΑΣΗ.

Ένα μεγάλο πρόβλημα για τις δυνάμεις πυρόσβεσης που έρχονται από άλλες περιοχές για βοήθεια στην κατάσβεση μιας πυρκαγιάς είναι ότι δεν γνωρίζουν τους δασικούς δρόμους με αποτέλεσμα να ταλαιπωρούνται στο δάσος ψάχνοντας να βρουν το δρόμο για την πυρκαγιά. Ακόμα και το προσωπικό της τοπικής πυροσβεστικής δεν είναι σε θέση να γνωρίζει λεπτομερώς το δασικό δίκτυο του δάσους. Γι' αυτό

πρέπει να δοθούν ονομασίες στους δασικούς δρόμους που είναι στα δάση, να περασθούν σε χάρτες, οι οποίοι στη συνέχεια θα διανεμηθούν στις υπηρεσίες που εμπλέκονται με τις πυρκαγιάς, για να έχει κάθε όχημα τον χάρτη με τους δασικούς δρόμους και να μην χάνει πολύτιμο χρόνο ψάχνοντας.

ΑΝΑΖΩΠΥΡΩΣΕΙΣ

Όταν σβηστεί η φωτιά, είναι απαραίτητο να φυλαχθεί τουλάχιστον 48 ώρες, έστω κι αν φαίνεται ότι έσβησε τελείως. Καλό είναι να μην επαναπαυτούμε ότι έχει πληρώματα η Πυροσβεστική για τη φύλαξη, αλλά να συγκεντρωθούν όσο το δυνατόν περισσότερα άτομα να φυλάξουν στα σίγουρα τη φωτιά.

Υπάρχουν κι απίθανες περιπτώσεις να έχουμε καινούργια φωτιά ή αναζωπύρωση από λαγό ή αλεπού ή βερβερίτσα που άρπαξε φωτιά και τρέχοντας να γλυτώσει «σπέρνει φωτιά», όπου περνάει. Εγώ είχα τέτοια περίπτωση με λαγό.

ΔΑΣΟΦΑΓΟΙ-ΑΝΑΔΑΣΟΦΑΓΟΙ

Δασοφάγοι είναι αυτοί που «καταβροχθίζουν» με τις καταπατήσεις τους ζωντανά δάση μεγάλης ηλικίας ή και «γάλακτος» με νεαρά δέντρα.

Αναδασοφάγοι είναι αυτοί που καταβροχθίζουν τις ωπές ή και παλιότερες αναδασωτέες εκτάσεις.

Είναι απεχθείς άνθρωποι που δεν διστάζουν σε τίποτα μπροστά στο συμφέρον και το χρήμα. Μπορούν και να σκοτώσουν, αν



Ροβολιάρι. Πολύτιμα οικοσυστήματα για τη διατήρηση της φύσης και τόποι αισθητικής απόλαυσης.



κάποιος σταθεί εμπόδιο στα σχέδιά τους. Και δυστυχώς η Ελλάδα έχει πάρα πολλά τέτοια «μπουμπουκία», τα οποία φυτρώνουν σαν μανιτάρια.

ΣΥΝΤΕΛΕΣΤΗΣ ΠΡΑΣΙΝΟΥ

Για να ξαναπρασινίσει ο τόπος θα πρέπει να ψηφιστεί νόμος που να καθιερώνει υποχρεωτικό το συντελεστή πρασίνου για τα οικοπέδα εκτός σχεδίου. Δεν θα νομιμοποιείται κανένα αυθαίρετο και δεν θα παίρνει ηλεκτρικό ρεύμα, αν δεν έχει τηρήσει πιστά το συντελεστή πρασίνου, ο οποίος θα είναι διαφορετικός για τα δασικά, τα καλλωπιστικά και τα οπωροφόρα. Ανάλογα με τον συντελεστή πρασίνου θα υπολογιστεί ο ιδιοκτήτης να φυτέψει τον ανάλογο αριθμό δένδρων. Κάθε τρία χρόνια θα γίνεται έλεγχος για την ύπαρξη των δένδρων και αν έχουν κοπεί, θα επιβάλλεται τσουχτερότατο πρόστιμο και διακοπή του ρεύματος.

Ο ιδιοκτήτης θα πρέπει να υπογράφει υπεύθυνη δήλωση ότι γνωρίζει και αποδέχεται τους όρους τήρησης του συντελεστή πρασίνου και τις ποινές για την παράβασή τους.

Στα νέα συμβόλαια θα πρέπει να αναφέρεται ο συντελεστής πρασίνου και οι όροι του.

ΤΑ Μ.Μ.Ε.

Μου έχει κάνει μεγάλη εντύπωση το γεγονός ότι μετά την πυρκαγιά της Πάρνηθας **έπρεπε να σημάνει συναγερμός και τα Μ. Μ. Ε. να κάνουν το αυτονόητο να μας δομηθαρδίζουν καθημερινά από την τηλεόραση, το ραδιόφωνο, τις εφημερίδες με σλόγκαν για την προληπτική προστασία των δασών από τις πυρκαγιές ή τι πρέπει να κάνουμε όταν πάμε να βοηθήσουμε στην κατάσβεση μιας πυρκαγιάς.** Έπρεπε να γίνεται συναγωνισμός ποιος θα πρωτοστατήσει στα αντιπυρικά συνθήματα, αλλά δεν έγινε τίποτα.

Απλά θρηνολογούμε για την καταστροφή της Πάρνηθας, αλλά από δω και πέρα πρέπει να ενημερώσουμε και να ευαισθητοποιήσουμε τον κόσμο να μην έχουμε κι άλλες καταστροφές όπως στην Πάρνηθα.

Είναι καιρός τα Μ. Μ. Ε. να αναλάβουν «αφιλοκερδώς» μια εκστρατεία ενημέρωσης του κόσμου για την πρόληψη και καταστολή των πυρκαγιών. Το θέμα μας αφορά όλους.

Η ΠΡΟΛΗΨΗ ΤΩΝ ΕΠΙΚΙΝΔΥΝΩΝ ΠΕΡΙΟΧΩΝ.

Κάθε βράδυ μεταδίδεται η πρόγνωση των επικίνδυνων περιοχών για πυρκαγιά. Είναι αυτονόητο ότι ως πολίτης πρέπει το καλοκαίρι να λαβαίνω όλα τα μέτρα για την πρόληψη των πυρκαγιών, ανεξάρτητα αν είναι επικίνδυνη η περιοχή λόγω καιρικών συνθηκών. Επομένως καλλίτερα θα ήταν στη θέση του να μεταδίδεται κάποιο αντιπυρικό σύνθημα ή οδηγίες για την ασφαλή κατάσβεση των πυρκαγιών. Επίσης θεωρώ λάθος τη μετάδοση εικόνων από κάποια πυρκαγιά, γιατί αυτό το θέαμα προκαλεί ήδονή και αυτο-ικανοποίηση στον εμπρηστή ή πυρομανή της συγκεκριμένης πυρκαγιάς.

ΤΟ ΚΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ

Πολλοί απορούν γιατί δεν τελειώνει το κτηματολόγιο στην Ελλάδα. Δεν έχουν σκεφθεί το εξής απλό. Στην Ελλάδα είναι τόσα πολλά τα καταπατημένα και τα διπλο-τριπλο-πουλημένα και τριπλοδηλωμένα, που αν τα κάναμε οσύμα σε στρέμματα, τότε θα πρέπει η Ελλάδα, για να χωρέσουν όλα αυτά τα στρέμματα, να επεκταθείμέχρι τα Σκόπια ή μέχρι τη Βουλγαρία.

ΟΙ ΠΙΛΟΤΟΙ

Άφησα τελευταίους τους πιλότους για να εκφράσω τον απόλυτο ενθουσιασμό μου. Δεν είναι απλά ήρωες, αλλά κάτι πολύ πιο πάνω. Άψογοι στο καθήκον, άψογοι στη συνεργασία. Ποτέ δεν είχα το παραμικρό πρόβλημα μαζί τους, πολύ συνεργάσιμοι, αξιόλογοι όλοι τους. Στον μακαρίτη τον πιλότο, τον Μυλωνά, από τη Λαμία, του έλεγα από τον ασύρματο να μην κατεβαίνει τόσο χαμηλά. Είχε τη μανία να κατεβαίνει χαμηλά κάνοντας πολλές φορές και επικίνδυνους ελιγμούς. Στις ρίψεις ήταν άπαστος. Κι όταν του έλεγα «μπράβο», μούλεγε «ευχαριστώ Γιάννη» τον ανέβαζα ψυχολογικά και γίνονταν πιο ριψοκίνδυνος. Σκοτώθηκε πριν από χρόνια στο Πήλιο, βρήκε το ΚΑΝΑΝΤΕΡ στο κλωνάρι ενός πεύκου. Αυτά σαν ένα μικρό μνημόσυνο για τους 11 πιλότους που έχουν σκοτωθεί μέχρι σήμερα. ΗΡΩΕΣ!!!

Γιάννης Κ. Καρπούζης
Συντ. δασονόμος
(Από Δίλοφο Σπερχειάδας)
Τηλ. 210-2619003, 6972624492

Γνωριμία με τον τόπο μας Ιστορικές και Οικο-κοινωνικές διαδρομές

Συνέχεια απ' την 2η σελ.

πολυάριθμο στρατό. Σύντομα, όμως συνειδητοποίησε το άσκοπο της προσπάθειας να εμπλακεί σε πολύχρονο αγώνα με άδηλο το αποτέλεσμα. Τελικά αποφάσισε να υπογράψει συνθήκη με τους προκρίτους του τόπου, γνωστή ως "Συνθήκη του Ταμασίου" στις 10 Μαΐου του 1525. Η Συνθήκη περιλάμβανε: κατοχύρωση της αυτονομίας, ελεύθερη επικοινωνία των κατοίκων με άλλες περιοχές, απαγόρευση εγκατάστασης τουρκικών οικογενειών, και συγκεκριμένο ποσό φόρου. Οι συνέπειες της Συνθήκης του Ταμασίου χαρακτηρίζουν όλες τις μετέπειτα εξελίξεις στην περιοχή των Αγράφων μέχρι τα χρόνια του Αλή-Πασά.

Στα χρόνια αυτά οι Αγραφιώτες κατόρθωσαν αβίαστα και ανεπηρέαστα να οργανώσουν τη ζωή τους, να δημιουργήσουν περιουσία, να εξασφαλίσουν καλύτερες συνθήκες διαβίωσης, να ασχοληθούν με το εμπόριο, και με το ρυθμό που πήρε η ζωή τους, να προκαλέσουν τη γένεση πολλών επαγγελματιών συναφών προς τις ιδιαίτερες ασχολίες τους.

Ακολούθησε οικονομική ανάπτυξη, η οποία βοήθησε αργότερα και στη λειτουργία σχολείων για την εκμάθηση γραμμάτων και στη μόρφωση των νέων.

Επιπλέον διατηρήθηκε αμιγής ο ελληνικός πληθυσμός της περιοχής και επιβίωσε η θρησκεία τους.

Με την εφαρμογή της Συνθήκης παρατηρήθηκε εντονότερη απ' ό,τι στο παρελθόν φυγή ελληνικών πληθυσμών από γειτονικές πεδινές περιοχές προς τα Άγραφα, για να αποφύγουν τους εκβιασμούς, τις ταπεινώσεις, τις προσβολές και τις καταπιέσεις των Τούρκων. Έτσι παρατηρήθηκε μια σημαντική αύξηση του πληθυσμού των οικισμών των Αγράφων. Αυτό σημαίνει ότι υπήρχαν ικανοποιητικές συνθήκες αντιμετώπισης προβλημάτων επιβίωσής τους.

Κατά την ακμή τους τα Άγραφα περιλάμβαναν 300 κοινότητες. Οι περισσότεροι καταγίνονταν με την κτηνοτροφία και τη βιοτεχνική επεξεργασία των προϊόντων της για το εμπόριο. Ο εκκρηματισμός της οικονομίας κινητοποίησε τις παραγωγικές δυνάμεις του τόπου και δημιούργησε διαδικασίες ανάπτυξης, που με τη σειρά τους γέννησαν νέα κοινωνικά και πολιτισμικά αποτελέσματα. Αξίολογο ήταν η ανάπτυξη της μεταξοβιοτεχνίας, η οποία διατηρήθηκε σε ακμή στην Ευρυτανία μέχρι και την έβδομη δεκαετία του 19ου αιώνα. Μέχρι το 1880 η Ευρυτανία θεωρείτο η καρ' εξοχής στροτόρφος επαρχία της Ελλάδας.

Συνακόλουθο όλων αυτών υπήρξε και το ενδιαφέρον για μόρφωση και παιδεία. Περιφνημή υπήρξε η **Σχολή των Αγράφων**, αφού είναι γνωστό ότι έδωσε στο έθνος μεγάλους διδασκάλους, οι οποίοι διέπρεψαν ως στελέχη ονομαστών σχολών της πατρίδας μας. Στην περιοχή των Αγράφων από τα τέλη του 16ου και προ παντός από τα μέσα του 17ου αιώνα άρχισαν δειλά στην αρχή και με έντονους ρυθμούς αργότερα να κτίζονται μοναστήρια και να κατασκευάζονται γεφύρια στα μεγάλα ποτάμια (Αχελώο, Αγραφιώτη, Μέγδοβα) θαυμασίας τέχνης (τοξοειδή), εξαιρετικής ομορφιάς και μεγάλης αντοχής. Αυτά διευκόλυναν αφάνταστα τις συναλλαγές των Αγραφιωτών με τους κατοίκους γειτονικών περιοχών. Η ζωγραφική και κυρίως η αγιογραφία είχε πολλούς μύστες στην περιοχή των Αγράφων. Η περίοδος της Τουρκοκρατίας για τα Άγραφα και με τα δεδομένα της εποχής εκείνης είναι εξόχως δημιουργική. Έδωσε στην Ελλάδα ικα-

νότατους καλλιτέχνες και διδασκάλους, οι οποίοι συνέβαλαν στην προαγωγή του πνευματικού επιπέδου του δουλωμένου γένους. Εδώ ήταν η περιοχή των λημεριών του Κατσαντώνη. Πολλές πηγές και βρύσες της περιοχής φέρουν ακόμη το όνομά του.

Η περιοχή του **Ζαχαράκη** βρίσκεται στα σύνορα των νομών Ευρυτανίας, Φθιώτιδας και Καρδίτσας.

Υπάρχει πηγή εξαιρετού ποσίου νερού και μαγευτική θέα προς τις περιοχές των τριών νομών.

Πρόκειται για ένα μικρό οροπέδιο με έλατα, κέδρα και άφθονη ψυχρόβιο χλόη κατάλληλο για βόσκηση προβάτων.

Τώρα που έχουμε αποκτήσει ευρύτερες εμπειρίες μπορούμε άφοβα να συγκρίνουμε την περιοχή με τα πιο ονομαστά τοπία των αυστριακών και ελβετικών Άλπεων. Μόνο που εκείνοι τα έχουν κάνει εστίες προσέλευσης επισκεπτών από όλο τον κόσμο και εμείς.... τα παρατήσαμε στην εγκατάλειψη, την υποβάθμιση, την περιφρόνηση...

Σε μια πρόσφατη επίσκεψή μου στο Ζαχαράκη με Καναδούς φίλους είχαμε την ευκαιρία να θαυμάσουμε το μοναδικό τοπίο και να θυμηθούμε το στίχο του Σεφέρη : "Όπου και να ταξιδέψω, η Ελλάδα με πληγώνει".

Πόσοι από εμάς τους πρεσβύτερους δε θυμόμαστε τις σχολικές εκδρομές στου Καρφή τη Βρύση ή τις μεγαλοβδομαδιατικές επισκέψεις μας για να μαζέψουμε δακράκια για τον επιτάφιο ή τις καλοκαιρινές μας εξορμήσεις είτε για τη βόσκηση των οικόσιτων ζώων είτε απλά για εκδρομή για να συναντήσουμε τη μέχρι πρόσφατα θρυλική παρουσία του Ταρζάν!

Εδώ διασταυρώνονται οι δρόμοι οι οποίοι οδηγούν προς: Καρπενήσι, Ρεντίνα- Λουτρά Σμοκόβου- Θεσσαλία, Ροβολιάρικα- Τσούκα-Μακρακώμη και Φουρνά.

Η Φουρνά, (έτσι είναι γνωστή στους ντόπιους), βρίσκεται σε υψόμετρο 850 μέτρων, ενώ τα ψηλότερα σπίτια βρίσκονται στα 1000 μέτρα. Είναι έδρα Δήμου του νομού Ευρυτανίας. Είναι διατηρητέος οικισμός και δημοφιλές παραθεριστικό κέντρο, ένα από τα σημαντικότερα και πολυπληθέστερα χωριά της περιοχής των Αγράφων. Αυτό το οφείλει στη θέση της, στις μεγάλες καλλιεργήσιμες εκτάσεις, στα απέραντα δάση και βοσκοτόπια και κυρίως στο ζήλο που έδειχναν πάντοτε οι κάτοικοί της για προκοπή, δημιουργία και ευημερία.

Είναι ο ίδιος ζήλος που συναντάμε στο χωριό μας και στα γύρω γειτονικά χωριά που έσπρωξε όλους μας σε αναζήτηση καλύτερης ζωής είτε στον τόπο μας είτε αλλού.

Η θέση της είναι σπουδαία, γιατί ελέγχει περάσματα προς τους γειτονικούς πεδινούς και παραγωγικούς τόπους της Καρδίτσας και της Φθιώτιδας και αποτελεί σημαντική και προσιτή πύλη εισόδου στη δύσβατη περιοχή των Αγράφων. Περιβάλλεται από πυκνά δάση ελατιών, των οποίων η εκμετάλλευση γινόταν από τοπικό εργοστάσιο επεξεργασίας ξυλείας το οποίο, δυστυχώς, έχει κλείσει. Μεγάλες ποσότητες ξυλείας στέλνονταν στις κοντινότερες περιοχές του θεσσαλικού κάμπου, αλλά και σε ξυλεμπόρους της Πάτρας δια μέσου του Φουρνιώτη ποταμού, παραποτάμου του Μέγδοβα και του Αχελώου.

Κατά την αρχαιότητα στην περιοχή της Φουρνάς, όπως και στη χώρα των Αγράφων, κατοικούσαν οι Δόλοπες. Ο Πηλέας μάλιστα όρισε βασιλιά της το Φοίνικα, άνθρωπο ο οποίος διακρινόταν για το ήθος και τη σοφία του. Σ' αυτόν εμπιστεύτηκε την ανατροφή του Αχιλλέα. Κα-

τά τον τρωικό πόλεμο ο Φοίνικας συνόδεψε μαζί με τα δικά του στρατεύματα τον Αχιλλέα στην Τροία, παρέχοντας σ' αυτόν και τις πολύτιμες συμβουλές του, όταν οι περιστάσεις το απαιτούσαν.

Στην κορυφή του λόφου του Προφήτη Ηλία βρέθηκαν παλαιότερα θεμέλια αρχαίου τείχους πάχους 2,5 μέτρων περίπου με λίθους ογκώδεις, ορθογώνιους και σφυρηλατημένους.

Κατά την Τουρκοκρατία η Φουρνά ήταν ο πολυπληθέστερος μετά το Καρπενήσι οικισμός της Ευρυτανίας και των ευρυτανικών Αγράφων. Οι ευεργετικές διατάξεις της Συνθήκης του Ταμασίου επηρέασαν τις εξελίξεις και της Φουρνάς, όπως και όλης της περιοχής των Αγράφων. Η οικονομική δραστηριότητα των κατοίκων της περιστρεφόταν γύρω από την καλλιέργεια της γης και την κτηνοτροφία.

Τα παραγόμενα προϊόντα όχι μόνο κάλυπταν τις ανάγκες του πληθυσμού, αλλά παρείχαν και την ευχέρεια εμπορικής εκμετάλλευσης. Ο τόπος αναπτύχθηκε και εκτελέστηκαν σημαντικά έργα κοινής ωφελείας: κατασκευή αγροτικών δρόμων, γεφυριών στα ποτάμια για την άνετη και απρόσκοπτη επικοινωνία με γειτονικές κοινότητες, αρδευτικά αυλάκια για το πότισμα περιβολιών και χωραφιών, ανέγερση ή επισκευή ναών κ. ά.

Η μετάβαση νέων στην Πόλη ήταν σύννηθος φαινόμενο για την περιοχή της Φουρνάς. Αυτό άλλαξε στις αρχές του εικοστού αιώνα και εξ αιτίας των ιστορικών αλλαγών στην περιοχή και από το ότι άρχισε να γίνεται ελκυστικότερη η προς Αμερική μετάβαση.

Παλιά πρωτεύουσα του Δήμου Κτημενίων. Ήταν σημαντικό εμπόριο, πολιτιστικό και πνευματικό κέντρο τον 16ο αιώνα και τόπος συγκέντρωσης Ξακουστών αρματολών και κλεφτών της Ρούμελης στην Επανάσταση του '21.

Κατά την τελευταία περίοδο της Τουρκοκρατίας στη Φουρνά λειτούργησε σχολή ελληνικών γραμμάτων, στην οποία ο λόγιος και μεγάλος του Γένους Διδάσκαλος Φουρνιώτης ιερομόναχος Θεοφάνης (1705-1784) διδάξε: Ελληνικά, Μαθηματικά και Λογική από το 1755 έως το 1784. Στη σχολή αυτή φοίτησαν διαπρεπείς λόγιοι του τέλους του 18ου αιώνα: ο Σέργιος Μακράιος, ο οποίος διέπρεψε ως σχολάρχης στην Πατριαρχική Ακαδημία της Πόλης, ο Ιωάννης Δημητριάδης της Σχολής του Ιασίου, ο Κύριλλος της Σχολής της Κοζάνης, ο Χρυσάνθος ο Αιτωλός, ο Κοσμάς ο Αιτωλός, ο μέγιστος διαφωτιστής του υπόδουλου Γένους και εθνομάρτυρας, ο Ιωσήφ ο εκ Φουρνάς κ. ά.

Το 1773 ή 1774 άρχισε με φροντίδα του ιερομόναχου Διονυσίου, γνωστού κυρίως από το έργο του Ερμηνεύτη της Ζωγραφικής Τέχνης η οικοδόμηση της σταυροπηγιακής μονής της Ζωοδόχου Πηγής που περατώθηκε το 1743 και υπήρξε ένα από τα σημαντικότερα πνευματικά κέντρα των Αγράφων. Από τη μονή αυτή σώθηκαν οι έξι φορητές εικόνες, έργα του Διονυσίου όπως προαναφέρθηκε, καθώς και ο Κώδικας του Διονυσίου, πολύτιμος για την ιστορία της περιοχής.

Αν έμεινα κάπως περισσότερο στη Φουρνά, είναι γιατί βρίσκω ισχυρότερους τους δεσμούς με την περιοχή από ό,τι φαίνονται. Είναι εκείνοι οι πνευματικοί δεσμοί, οι δεσμοί των ομάδων που παλεύουν και καταφέρνουν να αναπτύξουν θεσμούς επιβίωσης κάτω από αντίξοες συνθήκες, είναι οι δεσμοί των ατόμων που έχουν στέρεα εδραιωμένη την αίσθηση ότι ανήκουν στην ίδια εσωτερική ομάδα.

Ηλίας Δ. Νέλλας

Αναμνήσεις αλλοτινών καιρών

Και όταν αφορίζε κανέναν ο Παπάς, που συχνά γινότανε, έλεγε: "Οποιος έκλεψε τη γίδα του τάδε, αφορεσμένος να είσαι". Και κατόπιν ο παθών έβγαινε έξω με ένα δοχειάκι με λάδι και κάτι κλωστές βαμβακερές κηρωμένες, τις άναβαν οι εκκλησιαζόμενοι και τις βουτούσανε στο λάδι και σβήνονταν έλεγαν: "Σαν το κερί να λιώσει ζωντανός". Απ' έξω είχε και μια πλατειούλα στρωμένη με πλάκες και εκεί στεκότανε μετά την εκκλησία συζητώντας και λογομαχώντας διά τις διαφορές που είχανε μεταξύ τους, τις ζημιές και τις βοσκές τους και πάντα συγκρούτανε, διότι ήτανε στενή περιφέρεια και δεν χωρούσανε τα ζώα τους. Και απ' όλους πιο φωνακλάς, κάθε Κυριακή, ήτανε ο **Αθανάσιος Νέλλας**, γεωργοκτηνοτρόφος. Θυμάμαι και το άλλο όταν μεταλαβαίναμε έβγαινε ο παπάς στην ωραία Πύλη με το ποτήρι και έλεγε: "Ποιος θα ανοίξει το ποτήρι, δηλ. σαν να το έβγαζε στην δημοπρασία. Όποιος θα κοινωνήσει πρώτος θα πληρώσει το ποσό που θα έφθανε, έτσι αρχίζανε ο τάδε μία δραχμή, ο τάδε δύο, ο Κωστούλας τρεις, ο Γάκης τέσσερις, και τελευταίος ο Κωνσταντίνος Γώγος που ήτανε ασυναγώνιστος πέντε δραχμές και μεταλάβαινε πρώτος.

Την Λαμπρή που λέγανε μάλιστα την δεύτερη ημέρα το μεσημέρι μετά το φαγητό έβγαινε όλο το χωριό για να χορέψουνε βάζοντας μπροστά τους ηλικιωμένους τραγουδώντας το πατροπαράδοτο τραγούδι: "Ήλθε Λαμπρή και Κυριακή και επίσημη ημέρα, ήλθαν τα Πασχαλόγιορτα και Βασιλογιόρτα". Όλοι αγκαζέ τα χέρια γυναίκες και άνδρες. Καθώς και το άλλο τραγούδι: "Χελιδονάκι θα γενώ στην Αραπιά θα πάγω να πάρω έναν Αράπη να στέκομαι να τον ρωτώ πως πιάνεται η αγάπη, από τα μάτια πιάνεται στα χείλη κατεβαίνει κι' αν πάει παρακάτω ριζώνεται δεν βγαίνει". — Και μετά τα τσάμικα και καλαματιανά που χορεύανε οι νέοι και τα κορίτσια. Όλα λαμπροφορεμένα χορεύοντας δείχνοντας το ταλέντο τους. Στο χορό με τα σκέρτσα τους για να μπορέσουν να σαγηνεύσουν κανένα νέο να τις προτείνουνε συνουκείο. Που πάντα μετά τις γιορτές και τα πανηγύρια γινότανε προτάσεις συνοικεισίων, διότι τότε δεν υπήρχε έρωτας. Δεν τολμούσανε τα παιδιά να συνάψουν σχέσεις με τα κορίτσια, το θεωρούσανε πολύ προσβλητικό για την οικογένεια. Μόνο με συνοικέσια γινότανε οι παντρίες. Στα πανηγύρια ερχόντανε και όργανα και γινότανε πολλοί χοροί. Ερχόντανε και από τα γύρω χωριά κυρίως νέοι για να διαλέξουνε κανένα κορίτσι και να δείξουν και αυτοί τα ταλέντα τους στο χορό.

Και όταν χόρευε δικός τους καλούσαν τον κλαριτζή και του κολλάγανε στο βέφαρο δεκάρες καθώς και κατσάρικα που τα πέρνανε πίσω και τους δίνανε δεκάρες. Ο δε πατέρας μου όταν γύρισε από την Πόλη κολλούσε λίρες που προκαλούσε τον θαυμασμό των άλλων. Έτσι μένανε ευχαριστημένοι όλοι τους από τις γιορτές και τα πανηγύρια που γινότανε και συγκεντρώσεις για να βλέπουν να διαλέγουν ο κάθε νέος και νέα όποια τους άρεσε στο χορό και τα φερίματά τους. Η εκκλησία της Παναγίας μετά έπαθε καθίζηση και επρόκειτο να πέσει οπότε την μεταφέρανε στον Άγιο Αθανάσιο μαζί με το νεκροταφείο που είχε από κάτω.

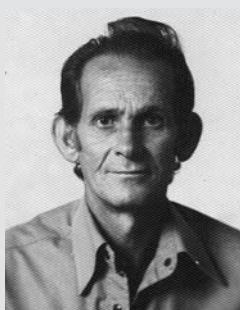
**Δημήτριος Παπανικολάου
Γεννηθείς το 1895**



Από δεξιά 1η Σταμάτω Λιάπη, 2η Αμαλία Λιάπη (επίδεσμος στο πόδι), 3η Φώτω Λιάπη και 4η Σταμάτω Λιάπη του Ευαγγέλου (αδερφή του Γιάννη Λιάπη του Ευαγγέλου). Αθήνα 1943

Μας εγκατέλειψαν οριστικά Για Τη χώρα των Απέλων

Πέθαναν:
 — Στις 27-5-2007 ο **Δημήτριος Ι. Γώγος** σε ηλικία 63 ετών.
 — Στις 12-6-2007 η **Κούλα Ι. Παπακώστα** σε ηλικία 98 ετών.
 — Στις 29-6-2007 ο **Βασίλειος Δεληγιάννης** σε ηλικία 92 ετών.
 — Στις 23-7-2007 ο **Κων/νος Αθαν. Αναγνώστου** σε ηλικία 61 ετών.
 Τα "P.N." εκφράζουν τα θερμά τους συλλυπητήρια στους οικείους των εκλιπόντων.



Γώγος Δημ.



Δεληγιάννης Βασίλειος

Στην κυρά-Κούλα

Γεννημένη το 1909 η κυρά-Κούλα τη χρονιά που ο Στρατιωτικός Σύνδεσμος έκανε το Κίνημα στου Γουδή, πρωτοαντίκρουσε το φως του ήλιου σ' έναν κόσμο που παραπέμπει μάλλον στα χρόνια της Οδύσσειας του Ομήρου, παρά στη σύγχρονη Ελλάδα, σ' έναν κόσμο αγροτικό, σχεδόν κλειστό, σ' έναν κόσμο παραγωγής και αυτοκατανάλωσης.



Κόρη του Γεωργίου Βλάχου, μεγάλου γεωργοκτηνοτρόφου στο Ροβολιάρι, από μικρή ηλικία ακόμη, έτρεχε και στριφογύριζε, δούλευε στα χωράφια και στη στάνη σα μεγάλη, μαθήτευε κοντά στη μάνα της στο γνέσιμο, στο άρμεγμα, στο πήξιμο του τυριού, στο κουβάλημα του νερού, στη σπορά, στο θερισμό και στο αλώνισμα. Στις ράχες και στα πλάγια των βουνών, στα λιβάδια και στις ρεματιές κι όπου μες στο λόγγο και στα πετροτόπια κελαηδούσαν πέρδικες, κοτούφια στις ρεματιές και αηδόνια στα σύδεντρα, εκεί η κυρά-Κούλα, μεγάλωνε ως την μέρα που παντρεύτηκε τον Ιωάννη Παπακώστα του Ανδρέα, κάνοντας την δική της οικογένεια.

Ευτύχησε να γεννήσει πέντε παιδιά, τρία αγόρια και δύο κορίτσια, που τα είδε όλα αποκαταστημένα. Γνώρισε πολλά εγγόνια και δισέγγονα.

Τα τελευταία χρόνια ζούσε στη Μακρακώμη. Εκεί την επισκέφτηκα πριν δύο χρόνια. Γοητεύτηκα από όσα μου εξιστορούσε με το δικό της τρόπο, με μια γλώσσα λιτή και λαγαρή, που με λέξεις ξεχασμένες και χαμένες πια ονόμαζε πράγματα χαμένα και καιρούς αλλοτινούς, καιρούς με καλαμποκοχώραφα και σιτοχώραφα, με κήπους, αμπέλια και λογγιές, με βοσκοτόπια, με θημωνιές, αλώνια κι άχυρα. Τα παπούτσια τότε ήταν από γουρουνοτόμαρο που μαλάκωναν και γλιστρούσαν στις βροχές και τα φαγητά λιγοστά, φτιαγμένα όλα με καλαμποκάλευρο και σιτάλευρο, με λίπος χοιρινό και βούτυρο γίδινο.

Και τα ρούχα γίνονταν στον αργαλειό με μαλλιά από πρόβατα και τραγόμαλλο. Μέσα από τις λέξεις και τις φράσεις της η κυρά-Κούλα ανάσταινε τα περασμένα. Με την έκφραση του προσώπου της και τις κινήσεις των χεριών της ζωντάνευε τα βιώματά της, έδινε υπόσταση σε πρόσωπα, γεγονότα, καταστάσεις και περιστάσεις της ζωής, δύσκολες και πονεμένες.

Παρακολουθούσα προσεκτικά τους κύκλους που διέγραφαν τα χέρια της, καθώς μιλούσε και στο νου μου έρχονταν εικόνες από τα έργα των χεριών της Ελληνίδας αγρότισσας των αλλοτινών εποχών, στο βουνό και στον κάμπο. Χέρια που ύφαιναν, που έπλεκαν, έγνεθαν, ζύμωναν και μαγειρεύαν. Χέρια που άρμεγαν τα γιδοπρόβατα και τις αγελάδες που έπηζαν το τυρί, που κοπάνιζαν το γάλα και έβγαζαν το βούτυρο! Και τι βούτυρο ήταν εκείνο! Καθαροπλυμένο στην κρουόβρυση και αλειμμένο πάνω σε μια φέτα ψωμί όλο νοστιμιά και άρωμα! Τα χέρια της παντεχνίας και της δημιουργίας.

Φεύγοντας απ' τη ζωή η κυρά Κούλα, κλείνει σχεδόν ο κύκλος της ηρωίδας μητέρας της υπαίθρου. Παραπέμπει σ' όλες τις ακάματες δουλεύτρες, όλων των εποχών, που πότισαν το χώμα της ευλογημένης ελληνικής γης με τον ιδρώτα τους για να αναστήσουν τους σπόρους και να θρέψουν γενιές - γενιών παιδιά.

Τώρα κυρά Κούλα, αναπαυμένη πλέον είσαι στα δεξιά του Δημιουργού και Πλάστη μας!

Ας είναι η μνήμη σου αιώνια!

Θ. Νέλλας

Ο Ιησούς περί των Ελλήνων

"Ιωάννης ΙΒ 23" (σελ. 443 - Εκδ. "ΖΩΗΣ")
 (Ο Ανδρέας και ο Φίλιππος λένουν εις τον Ιησούν ότι θέλουν να τον ιδούν Έλληνες.)

"Ο δε Ιησούς απεκρίνατο αυτοίς λέγων· ελήλυθεν η ώρα ίνα δοξασθή ο υιός του ανθρώπου. Ελλάς γάρ μόνη ανθρωπογονεί. Φυτόν ουράνιον και βλάστημα θείον, ηκριβωμένον, λογισμόν αποτίκτουσα, οικειούμενον Επιστήμην".

Χειρόγραφον ΕΥΣΕΒΙΟΥ ΠΑΜΦΙΛΟΥ, Επισκόπου Καισαρείας (265-339 μ.Χ.) διαπρεπούς Εκκλησιαστικού Ιστορικού - προκατόχου του Μ. Βασιλείου (330-339) Ανευρέθη εις την βιβλιοθήκην του Βατικανού, υπό του Καθηγητού Ελευθερίου Πρόκου και ανεκοινώθη το έτος 1974 (1.4.2006 - Εκδρομή Σ.Ε.Α.Ν. Αθηνών - Κ. Κηπουρός)

Στον Κώστα Αναγνώστου

Ζωή και θάνατος, θάνατος και ζωή... Το τραγικό δυαδικό παιχνίδι της Μοίρας, όλων των ζώντων πλασμάτων, αλλά και της ανθρωπίνης Μοίρας, της δικής μας Μοίρας...

Κάθε φορά που η αρχαία ρήση «**Αδου φεύξιν ουδείς επάξεται**», ένα εναγώνιο ερώτημα διατυπώνεται απ' όλους μας: Γιατί τώρα, γιατί σ' αυτόν; Αγκαλιασμένοι εν ζωή και ξάφνου φτάνει ο θάνατος και μας αποχωρίζει.

Χθες, φίλε Κώστα, το πρωί ήμασταν όλοι παρέα, μια χαρά, εκεί στο χοροστάσι στα παγκάκια έξω απ' το καφενείο του αδερφού μου και συζητούσαμε και αστειυόμαστε... Και όλως αιφνιδίως το ρολόι της καρδιάς σου έπαψε να χτυπά.

Ένας βαρύς ανασασμός και οι σφυγμοί σου, σε ελάχιστα δευτερόλεπτα σταμάτησαν. Και η ζωή σταμάτησε, τελείωσε!

Στην όμορφη πλατεία του χω-

ριού μας, που τόσο την αγάπησες και μέχρι χθες τη ζούσες και την απολάμβανες, με αστεία, με χωρατά και με έξυπνα πειράγματα, εκεί στα εξήντα ένα χρόνια της ζωής σου, την αποχαϊρέτησες ακαριαία, σε χρόνο που ανοιγοκλείνουμε τον ηλεκτρικό διακόπτη και περνάμε από το φως στο σκοτάδι. Εσύ πέρασες στο σκοτάδι του θανάτου. Ο αδόκητος θάνατός σου πάγωσε τις καρδιές όλων των κατοίκων του χωριού μας λες κι έπαθε όλο το χωριό ανακοπή.

Η Μοίρα η φοβερή έτσι πρόσταξε, αγαπημένε μας Κώστα. Απαρηγόρητα τα αγγελοῦδια, τα παιδιά σου κι όλοι οι οικείοι σου. Ποιο βάλαμο στην αθώα ψυχούλα των παιδιών σου έχει τη δύναμη να ελαφρώσει το βαρύ χέρι του πόνου;

Πιστεύω, αγαπημένε Κώστα, ότι με το διάβα του χρόνου, θα μπορέσουν να στυλώσουν την ψυχή τους και θα πορευτούν στη



ζωή τους, σύμφωνα με τις αξίες και τις ηθικές αρχές που εσύ τους δίδαξες.

Αιντε, φίλε μας Κώστα, τράβα στο καλό, εκεί «ένθα απέδρα πάσα λύπη και στεναγμός».

Το δημιουργικό σου έργο το επετέλεσες, όσο ζούσες. Η βάσκανη και ζηλόφθονη Μοίρα, δεν σου επέτρεψε να το απολαύσεις.

Καλό ταξίδι, ακριβέ μας φίλε.

Παντελής Δ. Ρίζος

Στη μνήμη του αείμνηστου Κώστα Μίχου

Στις 8-7-07 τελέστηκε στο χωριό μας Ροβολιάρι το ετήσιο μνημόσυνο του αγαπημένου μας φίλου, συγγενούς εκπαιδευτικού και ακάματου ιεροψάλτη **Κώστα Μίχου**, που επί 50 περίπου χρόνια κοσμούσε με την ανελλιπή παρουσία του την κοινωνική ζωή και δράση του χωριού μας, σ' όλες τις εκφάνσεις και λειτουργίες του βίου μας!

Καλοκάγαθος και μειλίχιος κοινωνικός και κοσμογάπητος, έδινε πάντα το παρόν του σε κάθε εκδήλωση χαράς ή λύπης, συμμετέχοντας παντού, σ' όποια εκδήλωση κι αν γίνονταν μέσα στη ρή και τη δράση της ροβολιαρικής ζωής κι εξέλιξης.

Τούτη η ανομολόγητη γλυκιά παρουσία του και η άψογη κοινωνική συμπεριφορά του τον ανέβασαν ψηλά στη συνείδηση όλων μας και τον καθιέρωσαν ως πρότυπο κοινωνικού ανθρώπου, που φέρνει δύναμη και ζωντάνια στην υποτονική λειτουργία της κοινωνίας των χωριών μας!

Όλοι τον αγαπήσαμε σαν άψογο συνάνθρωπό μας και συγχωριανό μας.

Δια τούτο και ο αδόκητος θάνατός του πέρυσι σηματοδότησε με καθολικό πένθος την κοινωνία του Ροβολιαρίου και όλοι μας συμπαρασταθήκαμε στη νεκρώσιμη ακολουθία του Κώστα που έγινε στην ιδιαίτερη πατρίδα του, στον Ασβέστη Φθιώτιδας.

Ο Θεός να αναπαύσει την καλοκάγαθη ψυχή του και να στέλνει δια βίου παραμυθιαν στην αγαπημένη του σύζυγο, την εξαδέλφη μου Νίτσα Ρίζου, στα πολυαγαπημένα του παιδιά, καθώς και σ' όλα τα προσφιλή συγγενικά του πρόσωπα.

Να είναι αιωνία σου η μνήμη αγαπημένε μας φίλε Κώστα.

Παντελής Δ. Ρίζος
 ο Ροβολιάρης

Η σύζυγος του Κώστα, Νίτσα Ρίζου-Μίχου, τα παιδιά της και οι λοιποί συγγενείς ευχαριστούν όλους τους συμμετασχόντες στο θαρύτατο πένθος τους.

Μετράμε την ένταση του ανέμου Κλίμακα BEAUFORT (Μποφόρ)

0 Ηρεμία	Ο καπνός ανεβαίνει κάθετα
1 Ελαφριά αύρα	Η κατεύθυνση του αέρα φαίνεται από τον καπνό και όχι από τους ανεμοδείκτες
2 Ελαφρύ αεράκι	Αέρας που γίνεται αισθητός στο πρόσωπο. Τα φύλλα θροΐζουν.
3 Ήπιο αεράκι	Οι ανεμοδείκτες μετακινούνται από τον άνεμο. Τα φύλλα και μικρά κλαδιά κινούνται σταθερά. Το αεράκι μετακινεί ελαφρά τη σημαία.
4 Μέτριο αεράκι	Σηκώνει σκόνη, πετάει τα χαρτιά από το γραφείο και κουνάει τα μικρά κλαδιά.
5 Αέρας	Τα κλαδιά στα δέντρα ταλαντεύονται. Κυματάκια φαίνονται σε όρμους.
6 Δυνατός αέρας	Τα μεγάλα κλαδιά των δέντρων ταλαντεύονται. Ακούγεται σφύριγμα στα καλώδια του ηλεκτρικού. Οι ομπρέλες χρησιμοποιούνται με δυσκολία. Τα δέντρα ταλαντεύονται.
7 Κοντά στη θύελλα	Δύσκολο το περπάτημα κόντρα στον άνεμο. Σπάνε κλαδιά δέντρων. Εμποδίζει το βάδισμα.
8 Θύελλα	Μικρές καταστροφές (καμινάδες και κεραμίδια μετακινούνται)
9 Σφοδρή θύελλα	Σπάνιο φαινόμενο στην ξηρά. Δέντρα ξεριζώνονται. Παρατηρούνται υλικές ζημιές.
10 Καταιγίδα	Σπάνια συμβαίνει. Συνοδεύεται από εκτεταμένες ζημιές.
11 Δυνατή καταιγίδα	
12 Τυφώνας	

ΕΛΕΥΘΕΡΩΣΕ ΜΕ

Κύριε, ελευθέρωσε με από τα όσα υπάρχουντά μου με κυριεύουν και μ' αρρωσταίνουν. Ελευθέρωσε με από την περηφάνεια που με παραμορφώνει και με κάνει τόσο μικρό. Ελευθέρωσε με από την απληστία μου που με παραπλανεί

και με κάνει τόσο άσχημο.

Κύριε, σώσε με από την ανεπίπρωτη εκείνη επιθυμία για πράγματα που ποτέ δεν μπορούν να με ικανοποιήσουν και ερεθίζουν την ανόητη πείνα μου για ακόμη περισσότερα.

Φιλ. Μπόσμανς

(Από το βιβλίο: Δώσε στην ευτυχία μια ευκαιρία)

Πονεμένη διαπίστωση

Η απόσταση Λαμίας - Ρεντίνας μέσω Δομοκού και Καρδίτσας είναι 146 χιλιόμετρα και μέσω ράχων Καρπενησίου 126 χλμ., ενώ η απόσταση Λαμίας - Ρεντίνας μέσω Μακρακώμης θα είναι μόνο 66 χλμ.

Με την οδική σύνδεση Μακρακώμης - Ρεντίνας θα δημιουργηθεί τουριστικό ρεύμα από την κεντρική και νότια Ελλάδα προς τα απομονωμένα θεσσαλικά και ευρυστασιακά Αγραφα και έτσι θα αναζωογονηθούν και θα αναπτυχθούν τουριστικά, η πόλη της Μακρακώμης, η ορεινή περιφέρεια της βορειοδυτικής Φθιώτιδας και η Ρεντίνα, που δεσπόζει στο κέντρο των Νοτίων Αγράφων, με τις παρθένες ακόμα φυσικές της καλλονές (Ζαχαράκι - Καρφή - Βουλγάρα - Λάπατο - Φτελιά) θα αναδειχθούν και τα Ιστορικά και Εκκλησιαστικά της μνημεία και η Ιερά Μονή Ρεντίνας, σημαντικό Βυζαντινό μνημείο. Ακόμη με την οδική σύνδεση Ρεντίνας - Μακρακώμης θα υπάρξει συντομότερη οδική επικοινωνία των λουτροπόλεων

Υπάτης - Πλατυστόμου - Σμοκόβου.

Το πανέμορφο φυσικό δασικό κεφάλαιο από Φτελιά Ροβολιαρίου μέχρι το Ζαχαράκι θα αναδειχθεί και η όλη περιοχή δεν θα έχει να ζηλέψει τίποτα από τα Ελβετικά τοπία.

Η επίσκεψή μου στη Νομαρχία, 31 Αυγούστου 2007, μου επεφύλαξε μία ευχάριστη ΕΚΠΛΗΞΗ.

Τόσο η κ. Σταματοπούλου, της Διεύθυνσης Τεχνικών Υπηρεσιών όσο και η κ. Ράπτη της Νομαρχίας, με διαβεβαίωσαν ότι η προκήρυξη για τη σύνταξη μελέτης, για τη διάνοξη και ασφαλοποίηση του δρόμου Ροβολιάρη - όρια Δήμου Ρεντίνας θα δημοσιευτεί τέλος του Αυγούστου 2007.

Η ευγένεια και η καταδεκτικότητα των δύο κυριών με εντυπωσίασε. Σπάνιο φαινόμενο σήμερα, οι υπάλληλοι να πληροφορούν και να εξυπηρετούν τον πολίτη πρόθυμα και με χαμόγελο.

Εύγε στις δύο κυρίες.

Θ. Νέλλας

Ευχαριστίες προς τους ομογενείς

Ο Πολιτιστικός Σύλλογος Ροβολιαρίου και όλοι οι συγχωριανοί μας ευχαριστούμε από τα βάθη της καρδιάς μας τους ομογενείς εξ' Αμερικής κι "αλλαχού" που τόσα πολλά πρόσφεραν για τη δημιουργία κοινωφελών έργων και την αποπεράτωση των όποιων αναγκαίων δραστηριοτήτων τομήσαμε και αναλάβαμε ως φορείς και ως κοινωνικά άτομα στην κοινωνία του χωριού μας.

Ο Θεός να τους χαρίζει υγεία και ευτυχία, τούτους τους φοβερούς καιρούς που διέρχεται σήμερα η ανθρωπότητα!

Αδελφοποίηση Συλλόγων

Το καλοκαίρι του '07 θα προχωρήσουμε σε αδελφοποίηση Συλλόγων με **Πάπα Φθιώτιδας και Αθανάσιο Διάκο Παρνασσίδας** δι' αποφάσεως Δ. Συμβουλίων προκειμένου να συνεργαστούμε σε κοινά πολιτιστικά δρώμενα της ευρύτερης ρομβελιώτικης κοινωνίας.

Το Δ.Σ. του Συλλόγου

Ανοδική πορεία Ροβολιαριτών!

Α. Ο Πολιτιστικός Σύλλογος Ροβολιαρίου πραγματοποίησε το 2ο δεκάημερο του Ιουλίου την προγραμματισθείσα 10ήμερη εκδρομή του στο κέντρο της ευρωπαϊκής ηπείρου, Βουδαπέστη - Πράγα - Βιέννη! Παλαιότερα η ιστορία εφώνησε περί καθόδου Δωριέων. Σήμερα η Φθιωτική ιστορία καταγράφει την ανοδική πορεία των Ροβολιαριτών, που ιχνηλατούν ως επισκέπτες την κεντρική Ευρώπη, μέσω του τουριστικού γραφείου KYRIAKAKIS TOURS. Εύγε στους διοργανωτές.

Ανομολόγητη ευχαριστία ομολογούμε στον εκλεκτό και εξαιρετικό, επίτιμο ΔΗΜΟΤΗ του χωριού μας, **Παναγιώτη Κυριακάκη**, που εδώ και λίγα χρόνια στέργισε το όμορφο σπιτάκι του στο χωριό μας.

Η καλύτερη αρμονία της Ροβολιαρίτικης φύσης τον νανουρίζει γλυκόστοργα στην όμορφη αγκαλιά της, στη συνοικία Αλεξέικα! «Ερρωσο και ευδαιμόνει» φιλε Παναγιώτη!



Όμορφιά και χάρη της Ροβολιαρίτικης φύσης

Πράξη άξια επαίνου

Το εξωτερικό βάψιμο της εκκλησίας της Αγίας Παρασκευής έγινε από τον **Κων/νο Ε. Παπαθανασίου**, ο οποίος δούλεψε σκληρά επί τρεις ημέρες δωρεάν.

Τα υλικά αγοράστηκαν από χρήματα που έδωσαν οι:

1. Ρίζος Παναγιώτης του Κων. 50 €
2. Ρίζος Νικόλαος του Κων. 50 € και
3. Μπούκας Κων/νος του Ευαγγέλου 50 €

Ένα μεγάλο «εύγε» στους συντελεστές αυτού του έργου.

Να προβλέψουμε... για να έχουμε

Έχει πια γίνει κοινή πεποίθηση ότι οι κλιματικές αλλαγές που έχει ήδη προκαλέσει η ανθρώπινη απληστία και αδιαφορία για την κοινή κατοικία μας, τη γη, είναι αναπόφευκτες. Το ζούμε πλέον συχνά τόσο στον τόπο μας όσο και σε ολόκληρο τον πλανήτη. Τα ακραία καιρικά φαινόμενα εμφανίζονται με όλο και μεγαλύτερη συχνότητα: πλημμύρες, θύελλες, ανομβρία - ξηρασία, λιώσιμο των πάγων, εξαφάνιση φυτικών και ζωικών ειδών, ανατροπές σε καλλιέργειες, ανακατατάξεις στη ζωή πολλών ομάδων πληθυσμού. Οι ειδικοί προειδοποιούν ότι πολύ σύντομα θα αρχίσουμε να έχουμε και τους **οικολογικούς μετανάστες**. Θα είναι αυτοί που θα υποχρεωθούν να εγκαταλείψουν τις εστίες τους είτε γιατί τα εδάφη στα οποία κατοικούν θα πλημμυρίσουν από την άνοδο της στάθμης των θαλασσών και ωκεανών της γης είτε γιατί θα χτυπήσει την πόρτα τους η ερημοποίηση.

Η χώρα μας έχει ήδη αρχίσει να παρουσιάζει τα πρώτα σημάδια ερημοποίησης. Αυτό σημαίνει λιγότερες βροχές και περισσότερη ξηρασία, λιγότερο πράσινο και μειωμένη παραγωγή αγαθών, λιγότερη ευημερία και ποιότητα ζωής.

Το χωριό μας ευνοημένο από τη φύση με τόσο πράσινο θα κινδυνεύσει και αυτό. Ωστόσο αυτό μπορεί και να μην είναι αναπόφευκτο. Αρκεί να αρχίσουμε να κάνουμε κάτι με μακροχρόνιο προγραμματισμό.

Δεν υπάρχουν στο χωριό μας κεφαλόβρυσα και αστείρευτες νερομάννες. Οι λίγες πηγές που έχουμε άρχισαν να μην επαρκούν για την ύδρευσή μας. Και αναζητούμε τα νεράκι όλο και πιο μακριά.

Προτείνω λοιπόν να αρχίσουμε από τώ-

ρα - κοινοτικές αρχές, σύλλογος και άτομα - μια εκστρατεία που θα αποσκοπεί στο να εμπλουτίσουμε τα υπόγεια νερά του τόπου μας.

Να είμαστε εμείς που θα πρωτοεφαρμόσουμε τα όσα προβλέπει η τελευταία Οδηγία της Ευρωπαϊκής Ένωσης για τη διαχείριση των υδάτων.

Μπορούμε να κάνουμε μικροφράγματα - είτε κτιστά, είτε ταμιενένια είτε ακόμα και από κλαδιά δέντρων και θάμνων που θα τοποθετούνται κάθετα στη ροή του νερού της βροχής - σε όλα τα ρέματα και ρεματάκια.

Με αυτόν τον τρόπο θα επιβραδύνεται η ροή του βρόχινου νερού προς την κατωφέρεια, θα απορροφάται από το έδαφος και θα εμπλουτίζεται ο υπόγειος υδροφόρος ορίζοντας. Έτσι και θα ευνοείται η βλάστηση και θα αυξάνεται η παροχή νερού των πηγών που ήδη έχουμε.

Θα έλεγα η προτεραιότητα των όποιων έργων γίνονται στο χωριό μας να αλλάξει. Αντί για δρόμους, να κάνουμε πλέον μικροφράγματα ή ταμιευτήρες νερού (δεξαμενές). Όσο πιο πολλούς και όπου μπορούμε. Ακόμα και στο Λάπατο. Επιπλέον θα μπορούσαμε να πιέσουμε το δασαρχείο ή το δήμο να κατασκευαστεί ένα φράγμα στο ύψος του Αγίου Σεραφείμ - στο στενότερο σημείο του ρέματος - ώστε να δημιουργηθεί μια τεχνητή λίμνη που θα χρησιμεύσει όχι μόνο για το πότισμα - με άντληση - των περιβολιών της συνοικίας του Αγίου Γεωργίου, αλλά και για άλλες χρήσεις.

Δεν είναι ακατόρθωτο. Εμπρός λοιπόν. Να δράσουμε με όραμα. Με στόχους. Με θέληση.

Ηλίας Δ. Νέλλας

ΑΠΟΣΤΑΣΕΙΣ ΠΟΛΕΩΝ ΚΑΙ ΝΗΣΙΩΝ ΑΠΟ ΤΗΝ ΑΘΗΝΑ ΤΟ 1853

(Σε ώρες καθάλα σε άλογο ή με καραβάκι του 1853)
ΚΑΙ ΤΩΝ ΧΩΡΙΩΝ ΤΗΣ ΦΘΙΩΤΙΔΑΣ ΑΠΟ ΤΗ ΛΑΜΙΑ ΚΑΙ ΤΙΣ ΕΔΡΕΣ ΤΩΝ ΔΗΜΩΝ

Θαυμάστε μερικές αποστάσεις σε ώρες (καθάλα σε άλογο ή με καράβι για τα νησιά) από την Αθήνα, όπως τις γράφει ο Ιάκ. Ραγκαβής στο βιβλίο του ΤΑ ΕΛΛΗΝΙΚΑ, έκδοση 1853:

Σε παρένθεση ο πληθυσμός το 1851.

ΔΗΜΟΣ ΛΑΜΙΑΣ

Λαμία (2.502) 35 ώρες από Αθήνα.

Από Λαμία: Μεγ. Βρύση (152) 1 ώρα, Ροδίτσα (245) 0,30, Ανθήλη (184) 1,15, Αλαμάννα (37) 2, Κόμμα (290) 1,45, Καλύβια (164) 0,30, Σταυρός (133) 1, Λυγαριά (194) 2, Καλαμάκι (102) 3, Δίβρη (274) 2, Παλαιοχώρι (53) 3, Λιμογάρδι (93) 3, Μακρολίβαδο, εδώ ήταν τα σύνορα (114) 2,30, Αγριλιά (46) 1, Ταράτσα (89).

ΔΗΜΟΣ ΣΠΕΡΧΕΙΑΔΑΣ

Σπερχειάδα (157) από Λαμία 7 ώρες.

Από Σπερχειάδα: Καμπιά (88) 3, Καλλιθέα (249) 1, Μεσοποταμία (204) 1,30, Δίλοφο (292) 1,30, Παλαιοβράχα (315) 1, Κυριακοχώρι (142) 4,30, Κλωνί (163) 0,30, Πλάτανος (91) 4, Γαρδίκι (659) 4, Γόργιανη (119) 0,30, Φτέρη (358) 2,30, Νικολίτσι (25) ; Αργύρια (150) 3, Μάρμαρα (381) 4, Κολοκυθιά (137) 4. Δεν αναφέρεται το Περιβόλι.

ΔΗΜΟΣ ΜΑΚΡΑΚΩΜΗΣ

Μακρακώμη (293) 8 ώρες από Λαμία.

Από Μακρακώμη: Πλατύστομο (322) 1, Γαννιτσού (440) 2, Τσοούκα (419) 2, Ροβολιάρη (326) 2,30, Λιτόσελο (117) 2,30, Πτελέα (77) 2,30, Μάκρη (311) 1, Γραμμένη (170) 1,30, Αρχάνι (195) 1, Τρίλοφο (76) 2,30, Στύρφακα (178) 3, Λιανοκλάδι (308) 3, Αμούρι (162) 4, Ασβέστης (66) 2, Καστρί (121) 1,30.

ΔΗΜΟΣ ΤΥΜΦΡΗΣΤΟΥ.

Μαυρίλο (220) από Λαμία 13 ώρες.

Από Μαυρίλο: Νεοχώρι (323) 1, Μερκάδα (164) 1,30, Κάψη (522) 1,30, Πίτσι (102) 4, Αγ. Γεώργιος (245) 3, Πουγκάκια (634) 3, Δίκατρο (122) 2,30, Περιβλεπτο (117) 3, Πιτωτά (185) 3, Παλαιόκαστρο (172) 2,30.

ΔΗΜΟΣ ΗΡΑΚΛΕΙΩΤΩΝ

Από Λαμία: Μοσχοχώρι (397) 3. Από Μοσχοχώρι: Σκληθράκι (397) 2, Οίτη (195) 3, Δυό Βουνά (176) 1,30, Θερμοπύλες (116) 2,30, Βαρδάτες (40) 1, Δέλφινο (101) 1,30,

Ηράκλεια (78) 1, Αλπόσπιτα (87) 1,30, Φραντζή (118) 1,30, Κουμαρίτσι (62) 2,30, Κωσταλέξη (54) 2, Δαμάστα (107) 1,30, Κομποτάδες (223) 2,30, Σκαμνός (48) 2,30, Ελευθεροχώρι (239) 1,30, Παύλιανη (532) 2,30.

ΔΗΜΟΣ ΥΠΑΤΗΣ

Υπάτη (979) 3 ώρες από Λαμία.

Από Λαμία: Μεξιάτες (336) 1, Ροδωνιά (126) 1, Βασιλικά (78) 0,45, Καρυά (102) 1,10, Συκά (42) 1, Περιστερί (79) 3, Λυχνό (84) 1, Μεσοχώρι (143) 2, Πύργος (206) 4, Καστανιά (333) 2, Νεοχώρι (423) 4,30, Ανατολή (112) 6, Δάρνη (149) 6.

ΔΗΜΟΣ ΚΡΕΜΑΣΤΗΣ ΛΑΡΙΣΗΣ

Πελασγία (738) από Λαμία 8 ώρες.

Από Πελασγία: Ράχες (234) 1,45, Μύλοι (183) 1, Κυπαρισσώνας (88) 1, Αχλάδι (58) 2, Βαθύκοιλο (45) 1,30 και Γλύφα (98).

ΔΗΜΟΣ ΦΑΛΑΡΩΝ

Στυλίδα (1.179) από Λαμία 3 ώρες.

Από Στυλίδα: Νεραΐδα (174) 1,30, Αυλάκι (106) 1, Αγ. Μαρίνα (124) 0,30, Λογγίτσι (182) 2, Αχινός (143) 2, Άνυδρο (163) 2, Παλαιοκερασιά (146) 3, Σπαρτιά (183) 3.

Από Αθήνα σε ώρες (καθάλα σε άλογο):

Λαμία 35, Αταλάντη 25, Καρπενήσι 50, Μεσολόγγι 54, Ναύπακτος 45, Αμφισσα 29, Λιδωρίκι 35, Γαλαξίδι 36, Λειβαδιά 18, Θήβα 10, Σπάρτη 43, Μολάοι 49, Γύθειο 50, Αρεόπολη 56, Καλαμάτα 51, Πύλος 55, Κυπαρισσία 56, Πάτρα 37, Καλάβρυτα 38, Αίγιο 30, Πύργος 57, Ανδρίτσαινα 46, Τρίπολη 33, Λεωνίδιο 51, Ναύπλιο 26, Άργος 24, Κόρινθος 16, Χαλκίδα 15, Ιστιαία 36, Κύμη 31, Μαρούσι 2, Άνω Λιόσια 4, Ωρωπός 10, Μαρκόπουλο 5, Μαραθώνας 7, Λαύριο 7, Μέγαρο 7, Σαλαμίνα 3, Ελευσίνα 4, Από δω και κάτω προσέξτε καλά τις ώρες από Αθήνα με τα τότε καράβια: Ύδρα 34, Σπέτσες 51, Σκόπελος 140, Σύρος 79, Κέα 39, Μύκονος 100, Άνδρος 64, Τήνος 80, Νάξος 96, Σαντορίνη 128, Μήλος 81.

**Γιάννης Κ. Καρπούζης
Θεοδοσίου 23 Ίλιον
Τηλ. 210-2619003**