

# ΡΟΒΟΛΙΑΡΙΤΙΚΑ ΝΕΑ

ΕΚΔΟΣΗ ΤΟΥ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΡΟΒΟΛΙΑΡΙΟΥ ΦΘΙΩΤΙΔΑΣ

Ταγιαπιέρα 3-5, Αθήνα Τ.Κ. 11525 Τηλ.-Φαξ: 210 6716715 και e-mail:nellaselias@in.gr  
Χρόνος 23ος • Αριθμός φύλλου 96 • Οκτώβριος - Νοέμβριος - Δεκέμβριος 2008

## Χριστούγεννα



Ας οδοιπορήσουμε προς τη Βηθλεέμ,  
Ας αφήσουμε όλους τους άλλους δρόμους που οδηγούν σε παλάτια και  
Ας βαδίσουμε αυτόν που οδηγεί στο Σπήλαιο,  
Ας σβήσουν από τα μάτια μας όλα τα άλλα αστέρια : σοφία, πλούτη, δόξα,  
Την αξία μας, τα τάλαντά μας, τους τίτλους μας ας τα καταθέσουμε ως δώρα εκεί στα πόδια του Θείου Βρέφους,  
Και απλοί, ταπεινοί, καθαυμένοι ας ψάλλουμε με τους ποιμένες: **και ΕΠΙ ΓΗΣ ΕΙΡΗΝΗ!**

Από το ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ : Το Άγγελμα της Ημέρας, του Κωνσταντίνου Κούρκουλα

## Πρωτοχρονιά

Αυτό το χρόνο να ευγνωμονείς: τους φίλους σου που σε συγχωρούν,  
τους εχθρούς σου που σε κάνουν προσεκτικό,  
τις δυσκολίες που σε κάνουν αγωνιστικό,  
τις ανάγκες που σε κάνουν ταπεινό.  
τις καουχιές που σε κάνουν δυνατό,  
τις απογοητεύσεις που σε κάνουν καρτερικό.  
Έτσι στο τέλος της χρονιάς θα φτάσεις να είσαι καλύτερος και ωριμότερος !

Από το Ημερολόγιο : ΤΟ ΑΓΓΕΛΜΑ ΤΗΣ ΗΜΕΡΑΣ, του Κωνσταντίνου Κούρκουλα.

Το Διοικητικό Συμβούλιο  
του Συλλόγου και η εφημερίδα μας  
ενκόμαστε σε όλους σας για το 2009  
Υγεία, Πρακωθή, Γαλήνη και Ειρήνη

## Συνεστίαση του Συλλόγου

Προσκαλούνται όλοι: συγχωριανοί και φίλοι του χωριού,  
στη χειμερινή Συνεστίασή μας  
με ζωντανή ορχήστρα, κέφι, καλή παρέα και καταπληκτικό φαγητό !  
Πότε; Την Κυριακή 15 Φεβρουαρίου το μεσημέρι. Προσέλευση: από τις 12 :30 μ.μ.  
Πού; Στο Κέντρο «ΟΜΟΡΦΗ ΝΥΧΤΑ- Θεόφιλος»  
Ζήνωνος 5, ΓΑΛΑΤΣΙ - πάροδος Αγίας Γλυκερίας - τηλ. 210 21 31 356  
Μενού: Ορεκτικά και Τυριά, Σαλάτα εποχής.  
Κυρίως πιάτο και Φρούτα εποχής.  
Ποτά : Κρασί βαρελίσιο - λευκό ή κόκκινο - Μπύρα (Αμστελ) - Αναψυκτικά:  
Απεριόριστη κατανάλωση.  
Στάθμευση: Διαθέτει 70 θέσεις

### ΚΟΠΗ ΠΙΤΤΑΣ

Τιμή Πρόσκλησης : 25 € το άτομο.  
Με φιλικούς χαιρετισμούς  
Το Διοικητικό Συμβούλιο

**ΣΗΜΕΙΩΣΗ:** Τείνει να γίνεται έθιμο και νόμος, να μη συμμετέχουν στις συνεστιάσεις των συγχωριανών κάθε χρόνο τόσο το χειμώνα, στην Αθήνα, όσο και το καλοκαίρι, στο Λαϊκό Πανηγύρι, οι πενθούντες.

Όλοι έχουμε περάσει από αυτό το στάδιο του πένθους και όλοι μας - μαζί κι εγώ - έχουμε καταφύγει στην απομόνωση που επιβάλλει το πένθος.

Η ζωή, δυστυχώς, είναι μικρή. Τρέχει γρήγορα. Δεν πιστεύω ότι καθένας μας στο στάδιο του πένθους δεν έχει ανοίξει την τηλεόρασή του, δεν έχει ακούσει μουσική, δεν έχει πάει σε μια ταβέρνα ή ένα κέντρο, δεν αισθάνθηκε την ανάγκη να γελάσει από καρδιάς. Η ζωή είναι αυτή που προσφέρει και τα μεν και τα δε.

Η συμμετοχή με τους χωριανούς σε μια εκδήλωση, πιστεύω ότι θα χαροποιήσει και αυτούς που μας βλέπουν από ψηλά.

Καλό είναι να μη θεσμοθετήσουμε αυτή τη συνήθεια και νοοτροπία !

Λούλα Σπυροπούλου

## Νοέμβριος στο Ρακαριό

# Η παραδοσιακή τελετουργία της απόσταξης του τσίπουρου

Η απόσταξη είναι μια διεργασία κατά την οποία μια ουσία μετατρέπεται σε ατμό ο οποίος στη συνέχεια υγροποιείται. Η βασική συσκευή απόσταξης αποτελείται από ένα μεγάλο κλειστό δοχείο για τη θέρμανση του υλικού, έναν συμπυκνωτή για την ψύξη των ατμών και ένα δοχείο για τη συλλογή του αποστάγματος. Στην περίπτωση του τσίπουρου αυτή η ουσία, το υλικό είναι τα στέμφυλα. Αυτά, μαζί με όσο μούστο έχει απομείνει, τοποθετούνται στο καζάνι του αποστακτήρα. Συνήθως μπαίνει ταυτόχρονα και μια ποσότητα κρασιού για να βγει δυνατότερο τσίπουρο.

Η δυνατή φωτιά μετατρέπει τα υγρά του υλικού σε ατμό. Αυτή η μετατροπή γίνεται σε διαφορετικές φάσεις. Πρώτα εξατμίζονται όσα υγρά έχουν χαμηλότερο σημείο βρασμού



και αργότερα τα υγρά με υψηλότερο σημείο βρασμού. Το σημείο βρασμού για την αιθυλική αλκοόλη - το γνωστό μας οινόπνευμα - είναι οι 78,5°C ενώ του νερού είναι 100°C Το καζάνι κλείνει αεροστεγώς με ειδικό σκέπασμα για να μη διαφεύγει ο ατμός στο γύρω χώρο. Παλιά χρησιμοποιούσαν ζύμη για να κλείνει καλά το καζάνι. Σήμερα οι αποστακτήρες είναι κατασκευασμένοι έτσι ώστε να σφραγίζουν τέλεια όλες οι χαραμάδες και να μην επιτρέπεται η διαφυγή των ατμών παρά μόνο προς την επιθυμητή κατεύθυνση. Έτσι ο παγιδευμένος ατμός κατευθύνεται με ειδικές σωληνώσεις

προς έναν συμπυκνωτή (λέγεται και ψυκτήρας). Ο λαός μας τον λέει **λουλά** επειδή μοιάζει με την πίπα του τσιμποκιού ή το ίδιο το τσιμπούκι αναποδογυρισμένο. Εκεί ο ατμός ψύχεται κυρίως με τη βοήθεια κρύου τρεχούμενου νερού και υγροποιείται.

Στην άκρη το απόσταγμα συγκεντρώνεται σε ένα δοχείο. Το πρωτοστάλαγμα ή πρωτοράκι είναι και το δυνατότερο τσίπουρο. Έχει πολύ υψηλή περιεκτικότητα σε οινόπνευμα. Παλιά το κρατούσαμε για εντριβές. Όσο η φωτιά παραμένει χαμηλή και η θερμοκρασία βρασμού είναι μεταξύ 78,5

Συνέχεια στη σελ. 6







## ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ: Μήνας ενημέρωσης για τον Καρκίνο του Πνεύμονα ή Πόσα τσιγάρα καπνίζει το παιδί σας;

Οι έρευνες έχουν ανιχνεύσει νικοτίνη στα ούρα παιδιών των οποίων οι γονείς καπνίζουν. Ακόμη έχουν παρατηρηθεί και συμπτώματα στέρησης σε παιδιά - παθητικούς καπνιστές με συνέπεια να εκδηλώνονται και προβλήματα συγκέντρωσης στο σχολείο. Είναι πλέον αναμφισβήτητο το γεγονός ότι ο οργανισμός των παιδιών επιβαρύνεται σημαντικά από την έκθεσή τους στο παθητικό κάπνισμα. Και είναι αυτά τα ίδια που λίγο αργότερα θα καταλήξουν και ενεργοί καπνιστές.

Οι μελέτες δείχνουν ότι η πιθανότητα να γίνουν τα παιδιά συστηματικοί καπνιστές είναι αυξημένες κατά 80%, όταν καπνίζουν και οι δύο γονείς τους και κατά 50%, αν καπνίζει μόνο ο ένας. **Και όσο πρωιμότερα αρχίσει ένα άτομο τη βλαβερή αυτή συνήθεια, τόσο δυσκολότερα τη σταματάει.** Γι αυτό και οι καπνοβιομηχανίες διαμορφώνουν προγράμματα προσέλευσης πελατών στοχεύοντας όλο και μικρότερες ηλικίες νέων.

Ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας, σε μια προσπάθεια ευαισθητοποίησης και αντιμετώπισης της μεγάλης θνησιμότητας από αυτή τη μάστιγα έχει καθιερώσει το **Νοέμβριο ως μήνα ενημέρωσης για τον καρκίνο του πνεύμονα.**

Το κάπνισμα αποτελεί την κύρια αιτία ανάπτυξης καρκίνου του πνεύμονα, καθώς το 80% - 85% των ασθενών που εμφανίζουν το συγκεκριμένο καρκίνο είναι καπνιστές. **Στην Ελλάδα καταγράφονται κάθε χρόνο 7.000 θάνατοι από καρκίνο του πνεύμονα.**

Είναι σημαντικό, όμως, να παραμείνουμε για λίγο ακόμη στους παθητικούς καπνιστές. Οι παθητικοί καπνιστές έχουν 20% - 30% περισσότερες πιθανότητες να νοσήσουν από ασθένειες οι οποίες σχετίζονται με το κάπνισμα και να πεθάνουν από αυτές σε σύγκριση με ενήλικους που ζουν ή εργάζονται σε χώρο όπου δεν υπάρχουν καπνιστές.

Ο καπνός του τσιγάρου περιέχει 4.000 χημικές ουσίες, 250 από τις οποίες - όπως η πίσσα, η ακετόνη, το μονοξειδίο του άνθρακα, η αμμωνία, το αρσενικό, η ανιλίνη, η ναφθαλίνη και η νικοτίνη - είναι δυνητικά καρκινογόνες. Οι περισσότεροι καπνιστές έχουν την άποψη ότι η νικοτίνη είναι η πιο βλαβερή ουσία του τσιγάρου. Στην πραγματικότητα **η νικοτίνη ευθύνεται κυρίως για τον εθισμό τον οποίο προκαλεί.**

Είναι καιρός να κάνουμε κάτι όλοι μας, καπνιστές και ... άκαπνοι! Κυρίως όμως οι καπνιστές! Αυτοί που υπερασπίζονται με κραυγαλέο τρόπο το δικαίωμά τους να διαθέτουν τον εαυτό τους όπως αυτοί θέλουν.

Είναι, όμως, μόνο ζήτημα προσωπικής ... αυτοδιάθεσης, ζήτημα ατομικής ελευθερίας;

Πόσο λογάριασαν ως τώρα και τα δικαιώματα των μη καπνιστών για καθαρότερο αέρα ώστε να μην απειλείται ούτε η αναπνοή τους ούτε και η υγεία τους;

Είναι απ' αρχής συνειδητοποιημένοι ότι αυτή η προτίμησή τους επιβαρύνει και τα συστήματα περιθάλψης και κοινωνικής πρόνοιας. Είναι γνωστό ότι οι καπνιστές έχουν πιο ευάλωτο ανοσοποιητικό σύστημα: αρρωσταίνουν συχνότερα, απουσιάζουν πιο πολύ από τη δουλειά τους, οι έγκυες καπνίστριες γεννούν πρόωρα μωρά και με μικρότερο βάρος με ό,τι αυτό συνεπάγεται για ένα πλάσμα που κάνει τα πρώτα του βήματα στον κόσμο και τη ζωή.

- Μην ανησυχείς για το αν θα ανατείλει ο ήλιος.  
Να είσαι έτοιμος να τον απολαύσεις!
- Μάθε στο παιδί σου να βλέπει τη φωτεινή πλευρά των πραγμάτων, Δε θα βλάψει την όρασή του.
- Μην ανησυχείς για το τι σκέφτονται οι άνθρωποι για σένα.  
Αυτοί δε σκέφτονται για σένα.  
Αναρωτιούνται τι σκέφτεσαι εσύ γι' αυτούς!
- Η ευτυχία είναι μια πεταλούδα που όταν την κυνηγάμε μας ξεφεύγει,  
αλλά όταν είμαστε ήρεμοι, έρχεται και κάθεται πάνω μας.

**Γύρω μας υπάρχει το καλό  
και το κακό.  
Παίρνουμε ό,τι θέλουμε,  
δίνουμε ό,τι έχουμε!**

## Τα παιδιά μαθαίνουν από αυτά που βιώνουν Αυτό που μετράει στα παιδιά δεν είναι τι λέμε ή τι πιστεύουμε, αλλά τι μας βλέπουν να κάνουμε!

Αν τα παιδιά μεγαλώνουν με επικρίσεις, **μαθαίνουν να αποδοκιμάζουν, να καταδικάζουν.**  
Αν τα παιδιά μεγαλώνουν με εχθρότητα, **μαθαίνουν να είναι επιθετικά, να αντιδρούν.**  
Αν τα παιδιά μεγαλώνουν με φόβο, **μαθαίνουν να φοβούνται, να διστάζουν.**  
Αν τα παιδιά μεγαλώνουν μέσα στον οίκτο, **μαθαίνουν να λυπούνται τον εαυτό τους.**  
Αν τα παιδιά μεγαλώνουν με χλευασμό, **μαθαίνουν να είναι συνηθισμένα.**  
Αν τα παιδιά μεγαλώνουν μέσα στη ζήλια, **μαθαίνουν να ζηλεύουν.**  
Αν τα παιδιά μεγαλώνουν με ντροπή, **μαθαίνουν να νιώθουν ένοχα.**  
Αν τα παιδιά μεγαλώνουν με ενθάρρυνση, **μαθαίνουν να έχουν αυτοπεποίθηση.**  
Αν τα παιδιά μεγαλώνουν με ανεκτικότητα, **μαθαίνουν να έχουν υπομονή.**  
Αν τα παιδιά μεγαλώνουν με επαίνους, **μαθαίνουν να εκτιμούν.**  
Αν τα παιδιά μεγαλώνουν με αποδοχή, **μαθαίνουν να αγαπούν.**  
Αν τα παιδιά μεγαλώνουν με επιδοκιμασία, **μαθαίνουν να αγαπούν τον εαυτό τους.**  
Αν τα παιδιά μεγαλώνουν με αναγνώριση, **μαθαίνουν την αξία του να βάζουν στόχους.**  
Αν τα παιδιά μεγαλώνουν με ενθάρρυνση, **μαθαίνουν να έχουν αυτοπεποίθηση.**  
Αν τα παιδιά μεγαλώνουν σε κλίμα προσφοράς, **μαθαίνουν να είναι γενναιόδωρα.**  
Αν τα παιδιά μεγαλώνουν μέσα στην ειλικρίνεια, **μαθαίνουν να είναι φιλαλήθη.**  
Αν τα παιδιά μεγαλώνουν με δίκαιη μεταχείριση, **μαθαίνουν να είναι δίκαια.**  
Αν τα παιδιά μεγαλώνουν με καλοσύνη και ενδιαφέρον, **μαθαίνουν να σέβονται.**  
Αν τα παιδιά μεγαλώνουν σε κλίμα ασφάλειας, **μαθαίνουν να πιστεύουν στον εαυτό τους και στους γύρω τους.**  
Αν τα παιδιά μεγαλώνουν με αποδοχή και φιλικότητα, **μαθαίνουν ότι και ο κόσμος είναι ένα φιλικό και ευχάριστο μέρος να ζουν.**  
*Ντόροθι Λο Νόλτε*

Από το βιβλίο των Dorothy Law Nolte and Rachel Harris: *Children Learn what they Live.*  
Κυκλοφορεί και στα ελληνικά με τίτλο: *Τα Παιδιά Μαθαίνουν αυτό που ζουν, Εκδόσεις Θυμάρη.*

## Η σωματική τιμωρία στα παιδιά

Το "Δίκτυο για την Πρόληψη και Καταπολέμηση της Σωματικής Τιμωρίας στα Παιδιά", το οποίο συντονίζει ο Συνήγορος του Παιδιού, δημοσιοποιεί το Δεκάλογο κατά της Σωματικής Τιμωρίας στα Παιδιά, που συντάχθηκε με βάση τις επικρατούσες σύγχρονες παιδαγωγικές αντιλήψεις και τη νομοθεσία η οποία ισχύει στην Ελλάδα και διεθνώς.

Ο Δεκάλογος αναφέρει:

1. Τα παιδιά, όπως και οι μεγάλοι, έχουν δικαίωμα στην προστασία από κάθε μορφή βίας. Η σωματική τιμωρία είναι μία μορφή βίας.
2. Το ξύλο, το χαστούκι, το τράβηγμα του αυτιού και γενικά η επιβολή σωματικού πόνου στο παιδί είναι μορφές σωματικής τιμωρίας και πλέον δεν επιτρέπονται από το Νόμο (Ν. 3500/06, άρθρο 4).
3. Κανένα πρόσωπο που έχει στην ευθύνη του ένα παιδί, δεν έχει δικαίωμα να του επιβάλει σωματική τιμωρία.
4. Οι γονείς έχουν την ευθύνη της διαπαιδαγώγησης των παιδιών τους και οφείλουν να τα μεγαλώσουν, χωρίς να χρησιμοποιούν βία σε βάρος τους και να προσβάλουν την αξιοπρέπειά τους.
5. Η σωματική τιμωρία θίγει την προσωπικότητα του παιδιού.
6. Η σωματική τιμωρία δεν είναι αποτελεσματικό μέσο διαπαιδαγώγησης.
7. Ένα παιδί που μεγαλώνει με ξύλο, μαθαίνει να λύνει τα προβλήματά του με δίκαιο τρόπο.
8. Η σωματική τιμωρία μπορεί να οδηγήσει σε σοβαρές μορφές κακοποίησης.
9. Ο διάλογος και η μη βίαιη διαπαιδαγώγηση είναι ο καλύτερος τρόπος για να μαθαίνει ένα παιδί τους κανόνες και τα όρια που χρειάζεται στη ζωή του.
10. Είναι στο χέρι μας να θγάσουμε το ξύλο και τη βία από τη ζωή των παιδιών.

Πηγή : <http://noesi.gr/node/1326>



**Βιβλιοπαρουσίαση**

**«Αληθινό Παραμύθι»**

του κ. Κώστα Γ. Μπούκα, τ. Επιθεωρητή Εκπαίδευσης

Ήξερα ότι ο Κώστας Μπούκας είναι ένας εξαιρετος παιδαγωγός και χαρισματικός δάσκαλος. Ήξερα ότι είναι ικανότατος χειριστής του προφορικού και του γραπτού λόγου. Ήξερα ότι είναι ένας ταλαντούχος συγγραφέας με πλούσια προσφορά στο λογοτεχνικό τομέα.

Παίρνοντας όμως στα χέρια μου το τετράτομο έργο του «Αληθινό Παραμύθι» έμεινα κατάπληκτος όχι μόνο από το πλούσιο περιεχόμενο των βιβλίων του, όχι μόνο από την ευρηματικότητά του, όχι μόνο από του εκφράζεσαι - εδώ είναι πραγματικός μαέστρος - , αλλά και από την πρωτοτυπία των θεμάτων.

Χρησιμοποιεί με πολύ γλαφυρό και παραστατικό τρόπο την παρουσίαση των θεμάτων που κυριολεκτικώς αιχμαλωτίζουν τον αναγνώστη ο οποίος με δυσκολία διακόπτει την ανάγνωση του περιεχομένου τους. Μέσα από τη διήγησή του δίνει το κατάλληλο δίδαγμα και κατεύθυνση με τέτοιο τρόπο που γίνεται βίωμα του αναγνώστη.

Προσωπικά το σκέφτηκα πολύ, αν θα ήμουν ικανός να παρουσιάσω την αξιόλογη δημιουργία του, και φοβήθηκα ότι αυτά που θα γράψω θα είναι πολύ λίγα για ένα τόσο μεγάλο έργο.

Τελικά τόλμησα, γνωρίζοντας ότι η δική μου παρουσίαση είναι ένα μικρό λιθαράκι στο τεράστιο οικοδόμημα του λογοτεχνικού στερεώματος.

Κάθε τόμος περιέχει περίπου 100 ενότητες, η μία καλύτερη της άλλης. Φαίνεται ότι ο Πανάγαθος Θεός εισάκουσε την προσευχή του που τον παρακαλούσε να είναι υγιής για να μπορέσει να τελειώσει το έργο που άρχισε. Εγώ, του εύχομαι απ' την πλευρά μου να έχει υγεία και μακροημέρευση για το καλό των πολυπληθών αναγνωστών του.

Φίλε Κώστα. Μαζί με τις ευχές μου δέξου και τα θερμά μου συγχαρητήρια, αλλά και το θαυμασμό μου, για το μοναδικό έργο σου.

Απ' τη στήλη αυτή της εφημερίδας προτρέπω τους αναγνώστες να προμηθευτούν το αξιόλογο έργο σου για μια σωστή πνευματική οικοδομή.

Και πάλι θερμά συγχαρητήρια !

Με πολλή αγάπη και εκτίμηση,  
**Γιάννης Παπαχαλαράμπος**

Από την εφημερίδα Η ΖΙΩΨΗ,  
Σεπτέμβριος - Οκτώβριος 2008.  
Αναδημοσιεύεται κατόπιν ευγενικής αδειάς του εκδότη.

\*\*\*\*\*

**Συγχαρητήρια επιστολή του κ. Αθ. Χειμάρα στον Κώστα Μπούκα για το συγγραφικό του έργο.**

Με προσωπική του επιστολή, ο Νομάρχης Φθιώτιδας **Αθανάσιος Χειμάρας** συγχαίρει τον τέως Επιθεωρητή Εκπαίδευσης **κ. Κώστα Μπούκα** για το συγγραφικό του έργο με τίτλο «Αληθινό Παραμύθι».

Στην επιστολή του ο κ. Χειμάρας επισημαίνει:

Αγαπητέ Κώστα,

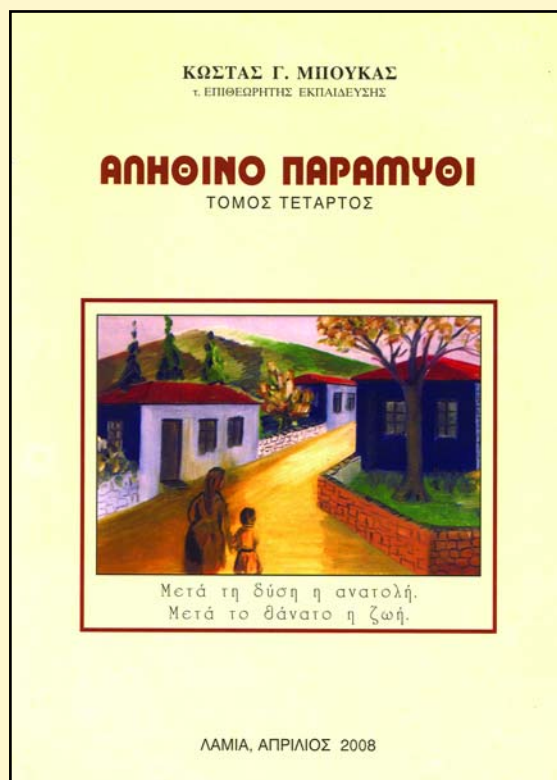
Έλαβα το τέταρτο κατά σειρά βιβλίο σου με τίτλο «Αληθινό Παραμύθι» και σε ευχαριστώ θερμά για την ευγενική καλοσύνη που είχες να μου το

αποστείλεις και να με κάνεις κοινωνό μηνυμάτων ζωής, που ξεπηδούν με μοναδικό και εύπεπτο τρόπο, μέσα από τις αράδες του.

Με τη γλαφυρότητα, τη σαφήνεια και το ρεαλισμό που περιγράφεις, καθηλώνεις τον αναγνώστη, τον συναρπάζεις και τον ταξιδεύεις σε ιστορίες μακρινές, μα τόσο κοντινές, δίνοντας έτσι την αληθινή διάσταση, ότι η ζωή επαναλαμβάνεται.

Αποτυπώνεις αβίαστα και προβάλλεις το λαϊκό πολιτισμό μας, τη ζωή του χωριού, καθώς και την ευφύια και την ετοιμότητα λόγου του λαού της υπαίθρου.

Σου εύχομαι να σου δίνει ο Θεός υγεία, ώστε να συνεχίσεις με τον ίδιο ακούραστο, μα και δημιουργικό τρόπο να αποτυπώνεις, όπως εσύ μόνο ξέρεις, τις σκέψεις σου στο χαρτί.



\*\*\*\*\*

Ευχαριστήριο για τον τέως Επιθεωρητή Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης **Κώστα Μπούκα**, συγγραφέα, ζωγράφο και παιδαγωγό.

Αγαπητέ Κώστα,

Μέσα από τα ΡΟΒΟΛΙΑΡΙΚΑ ΝΕΑ θέλω να σε ευχαριστήσω δημόσια για το βιβλίο σου **ΑΛΗΘΙΝΟ ΠΑΡΑΜΥΘΙ**, 4ος τόμος, που μου έστειλεις το καλοκαίρι στο χωριό, το αγαπημένο μας Ροβολιάρικ, και κυρίως για την ευγενική, διακριτική και τιμητική προσφορά σου σε μένα που με θεωρείς φίλο σου.

Είναι για μένα μεγάλη τιμή να με συγκαταλέγεις στους φίλους σου και να υπάρχω στη σκέψη σου.

Είσαι ένας υπέροχος συγγραφέας και εκφραστής της λαϊκής μας παράδοσης, μα πάνω από όλα, Αγαπητέ Κώστα, είσαι άνθρωπος.

Διάβασα, θα έλεγα καλύτερα ρούφηξα, όλες τις ιστορίες σου. Και όταν θέλω να ξαναγυρίσω στα παλιά, τα δύσκολα χρόνια, στον τρόπο ζωής του χωριού, στους φίλους και συγγενείς, όταν θέλω να ξαναδιβάσω εκείνη την ατμόσφαιρα, ξαναδιαβάζω ένα ή δυο από τα ΑΛΗΘΙΝΑ ΠΑΡΑΜΥΘΙΑ σου.

Με εκτίμηση  
**Σεραφείμ Νέλλας**

**Πρωτοβουλία για το Νερόμυλο της Ντούμαινας**

Ο Σεραφείμ Νέλλας ανέλαβε την πρωτοβουλία για την ανάδειξη του Νερόμυλου της Ντούμαινας.

Για το σκοπό αυτό συνέταξε την παρακάτω επιστολή του προς το Δήμαρχο την οποία και μας κοινοποίησε.

Αξιότιμε κύριε Δήμαρχε,

Με την παρούσα επιστολή θα θέλαμε να ζητήσουμε τη συνδρομή σας για ένα σημαντικό μνημείο του χωριού μας, τον ιστορικό **Νερόμυλο της Ντούμαινας, του οποίου η επισκευή και συντήρηση κρίνεται αναγκαία και επείγουσα.**

Ο ιστορικός αυτός νερόμυλος του χωριού μας, που αποτελεί τη μοναδική πολιτιστική κληρονομιά που μας άφησαν οι πρόγονοί μας, κινδυνεύει να καταρρεύσει και να καταστραφεί τελείως. Η κατάσταση στην οποία βρίσκεται ο νερόμυλος σήμερα είναι απότοκος της εγκληματικής αδιαφορίας όλων μας επί πενήντα και πλέον χρόνια.

Κάνω έκκληση σε εσάς, κ. Δήμαρχε, να εντάξετε σε κάποιο πρόγραμμα του Δήμου μας την άμεση επισκευή και συντήρηση του νερόμυλου, ώστε να διασωθεί η μοναδική αυτή πολιτιστική κληρονομιά και να αποτελέσει πόλο έλξης για τον τουρισμό, με αποτέλεσμα να βοηθήσει τους νέους επαγγελματίες του χωριού μας.

Θυμίζω ότι το 1941 με τη μεγάλη πείνα, λόγω του πολέμου, ο νερόμυλος αυτός έσωσε τους κατοίκους του χωριού μας και τους ξένους που φιλοξενούσαμε. Στο νερόμυλο αυτόν αλέθαμε εκτός από το ελάχιστο σιτάρι και καλαμπόκι, κάστανα, ακόμη και βελανίδια. Με το λίγο αυτό αλεύρι και τα λίγα χόρτα επιβίωσε ο κόσμος στην κατοχή, τότε που δεν υπήρχε ψωμί στους φούρνους ή, και αν ακόμη υπήρχε ελάχιστο, το παίρναμε με το δελτίο.

Κύριε Δήμαρχε, θερμή παράκληση από όλους τους Ροβολιάρικες και από μένα προσωπικά, να εξαντλήσετε το γνωστό ενδιαφέρον σας για το Ροβολιάρικ, ώστε να διασωθεί αυτή η μοναδική εναπομείνασα πολιτιστική κληρονομιά.

Ευχαριστώ θερμά  
**Σεραφείμ Νέλλας**

**Δείτε τώρα και τα πρώτα καλά νέα !**

Ανάλογη επιστολή κατέθεσε ο Σεραφείμ και στο Νομάρχη μας **κ. Αθανάσιο Χειμάρα** τον οποίο συνάντησε κατά την επίσκεψή του στη Νομαρχία. Ο κ. Χειμάρας, πάντα συμπαραστάτης μας, συγκινημένος από την πρωτοβουλία δεσμεύτηκε να διαθέσει τα πρώτα 5 000 € για την κατασκευή του δρόμου ως το μύλο για να μεταφερθούν τα υλικά και θα διερευνήσει περαιτέρω τις δυνατότητες που έχει για την ολική ή μερική χρηματοδότηση του έργου. Το Διοικητικό Συμβούλιο του Συλλόγου μας και τα Ρ.Ν. συγχαίρουν από καρδιάς τον πάντα ενεργό για θέματα του χωριού και πρώην πρόεδρο του Συλλόγου **Σεραφείμ Νέλλα**.

Επίσης θεωρούν βαθιά υποχρέωσή τους να ευχαριστήσουν και το Νομάρχη μας κ. Χειμάρα για την τόσο άμεση ανταπόκρισή του στο αίτημα. Εκτιμούμε ιδιαίτερως το γνήσιο ενδιαφέρον του για το Ροβολιάρικ.

# Χριστούγεννα του 1941

Του Κώστα Μπούκα

Χριστούγεννα του 1941! Χρονιά μαύρη για την Ελλάδα και τους Έλληνες. Κυρίως για όσους έμεναν στις πόλεις. Και κατάμαυρη για όσους κατοικούσαν στην Αθήνα.

Η πείνα έστελνε καθημερινά στον τάφο, κατά εκατοντάδες, ανθρώπους κάθε ηλικίας. Οι κατακτητές, αδίστακτοι, δεν υπολόγιζαν τίποτε και κανέναν. Οι άνθρωποι για ένα καρβέλι ψωμί ή για λίγες οκάδες αλεύρι ή και ό,τι άλλο φαγώσιμο, ξεπουλούσαν ό,τι είχαν και δεν είχαν: δαχτυλίδια, ρολόγια, κοσμήματα και πολύτιμα ρούχα. Τότε πουλήθηκαν περιουσιακά στοιχεία, ακόμα και σπίτια, για να αγοραστούν είδη διατροφής. Οι μαυραγορίτες τριγυρούσαν παντού και μάζευαν ό,τι εύρισκαν μπροστά τους, κυρίως φαγώσιμα, και τα αντάλλαζαν με ό,τι πραμάτεια διέθεταν. Λένε πως κάποια κοπέλα στο χωριό μας για λίγες οκάδες καλαμποκάλευρο εξασφάλισε φορέματα αξίας: γούνες, παλτά, μεταξωτά φορέματα και εσώρουχα. Μια Κυριακή φόρεσε κάτω από το παλτό, μαζί με τα άλλα ρούχα και ένα μεταξωτό κομπινέζον θεωρώντας το φόρεμα και έγινε ρεζίλι στο χωριό.

Πάρα πολλοί κάτοικοι των πόλεων τις εγκατέλειψαν και επέστρεψαν στα χωριά της καταγωγής τους, κοντά στους δικούς τους. Και εκεί η ζωή ήταν δύσκολη, αλλά οι κάτοικοι έδειχναν την αλληλεγγύη τους και μοιράζονταν μεταξύ τους ό,τι είχαν. Έτυχε τότε ο τόπος να είναι γεμάτος άγρια χόρτα, ευλογία θεού στη δυστυχία. Οι άνθρωποι τα μάζευαν με τα τσουβάλια, τα συνδύαζαν με λιγοστό καλαμποκάλευρο ή ό,τι όσπρια διέθεταν και ξεγελούσαν την πείνα τους. Ακόμα και τα κοτσάνια από τα καλαμπόκια άλεθαν στο νερόμυλο, τα ανακάτευαν με τα χόρτα, τα έψηναν και τα έτρωγαν. Μερικοί δοκίμασαν ακόμα και βελανίδα!

Ανάμεσα σε αυτούς που ήρθαν από την Αθήνα στο

χωριό μας ήταν και ο **Βασίλης ο Δήμου** με τη γυναίκα του και τα δυο τους παιδιά. Όπως και τους άλλους, τον μπάρμπα Βασίλη τον δέχτηκαν με περισσότερη αγάπη. Και δικαιολογημένα. Η σύζυγός του, η κ. Κατίνα, ήταν μεγαλωμένη σε διαφορετικό περιβάλλον, πιο πολιτισμένο και διακρινόταν για την καλοσύνη, την ευγένειά της, την πραότητα της, τη νοικοκυροσύνη της, την καταδεκτικότητα της, την ομορφιά της και τη διάθεσή της να μοιράζεται τις γνώσεις της. Ήταν παράδειγμα στο χωριό.

Στον μπάρμπα Βασίλη πολλοί από το χωριό ήταν ιδιαίτερα υποχρεωμένοι. Εκείνος ήταν άριστος μαρμαράς και τεχνίτης μωσαϊκών και σ' αυτόν βρήκαν προπολεμικά καταφύγιο πολλοί νέοι του χωριού μας. Τους πρόσφερε δουλειά, ακόμα και στέγη, και πολλοί από αυτούς έμαθαν την τέχνη και πρόκοψαν. Τα παιδιά του, ο Θανάσης και η Μάγδα, όπως και όλα τα παιδιά της ηλικίας τους δεν αισθάνονταν και τόσο τα δεινά εκείνης της περιόδου. Χάρηκαν πιο πολύ τη ζωή στο χωριό μαζί με τα συνομήλικά τους. Χριστούγεννα, Πρωτοχρονιά και των Φώτων τα αγόρια στο χωριό θα έλεγαν τα κάλαντα. Ο Θανάσης, τότε ήταν επτά χρονών, λίγο μικρός και ασυνήθιστος στη σκληρή ζωή που έκαναν τα άλλα παιδιά.

Παρ' όλο που τα άλλα παιδιά τον ήθελαν για να τραγουδήσουν μαζί τα κάλαντα, οι γονείς του δεν τον άφηναν γιατί το χωριό είχε πολύ χιόνι και οι δρόμοι είχαν πάγο. Όμως, επειδή ο ίδιος και οι φίλοι του επέμεναν, του επέτρεψαν, αλλά μόνο στα δέκα σπίτια της γειτονιάς τους, τη Μισιάκ. Τρίγωνο δε διέθετε ο Θανάσης, όπως στην Αθήνα, για να συνοδεύει το τραγούδι του. Αντί για αυτό πήρε από το σπίτι που διέμεναν ένα κουδούνι, από αυτά που κρεμούσαν στα πρόβατα, και άρχισε να το κουνάει ρυθμικά πράγμα που δεν σκέφτηκε κανένα άλλο παιδί.

Σε κάποιο σπίτι, όταν τέλειωσαν το τραγούδι, ο σπιτονοικοκύρης, εντυπωσιασμένος από το τραγούδι και την ευρηματικότητα του Θανάση, τον φώναξε μέσα στο σπίτι του, τον αγκάλιασε, τον συγχαίρηκε για το τραγούδι και την κουδούνια και αφού τον φίλησε καρδιά και βρασμένα κάστανα του είπε με θαυμασμό: «μπράβο-μπράβο ππσα-ράμ', πολύ ωραία τραγουδήσες!»! Του παιδιού του φάνηκαν παράξενα εκείνα τα λόγια. Φτάνοντας στο σπίτι του είπε στη μητέρα του τα σχετικά, αλλά κι εκείνη για πρώτη φορά τα άκουγε. Κατέφυγαν μαζί στον πατέρα και εκείνος μόλις τα άκουσε αγκάλιασε το γιο του, τον φίλησε και επανέλαβε ακριβώς ό,τι είπε ο συγχωριανός του. Ύστερα εξήγησε σε μητέρα και γιο τη ντοπιολαλιά για την αξιοσύνη.

Πέρασαν τα χρόνια, ο Θανάσης μεγάλωσε, έκανε οικογένεια και πάντα κάθε Χριστούγεννα διηγούνταν στα παιδιά του τα δύσκολα χρόνια, αλλά και τα μεταπολεμικά όπου ερχόταν πια πολύ συχνά. Τόσο που αργότερα ο γιος του αγόρασε δική του γη στο χωριό, έχτισε το σπιτικό του και είναι πλέον κοντά μας, ένας από όλους μας. Όσο για τον μπάρμπα Βασίλη, αυτός πέθανε ευτυχισμένος και δικαιωμένος γιατί ακολουθούσε πάντα τη ρήση του λαού μας: «κάνε το καλό και ρίχ' το στο γιαλό».

Από το βιβλίο του: **ΑΛΗΘΙΝΟ ΠΑΡΑΜΥΘΙ**

## Υπερπληθυσμός - Ανάπτυξη και παγκόσμια διατροφική κρίση

### Δεκαετίες τώρα...

... δημογράφοι και οικονομολόγοι προειδοποιούν ότι ο πληθυσμός της Γης αυξάνεται με ρυθμό που δεν μπορεί να αντέξει ο πλανήτης μας. Κάποιοι λένε: μην ανησυχείτε, η τεχνολογία θα λύσει το πρόβλημα.

Ωστόσο τίποτα δεν είναι σίγουρο και ο εφησυχασμός δεν είναι ο καλύτερος σύμβουλος.

Αυτή τη στιγμή οι άνθρωποι στον πλανήτη μας έχουν ξεπεράσει τις 6,7 δισεκατομμύρια ψυχές,

Ο **ΟΗΕ** προβλέπει ότι αυτός ο αριθμός θα έχει φτάσει στα 9,1 δισ. έως το 2050.

Περίπου 75 εκατομμύρια άνθρωποι προστίθενται κάθε χρόνο.

Το 2006, η παγκόσμια σοδειά των σιτηρών ήταν ελλειμματική κατά 61.000.000 τόνους. Ήταν η 6η χρονιά μέσα στα επτά τελευταία χρόνια που η παραγωγή δεν θα επαρκούσε για να καλύψει τη ζήτηση.

Υπολογιζόταν ότι τα αποθέματα σιτηρών θα επαρκούσαν για 57 ημέρες κατανάλωσης. Επρόκειτο για το χαμηλότερο επίπεδο από το 1956, όταν είχαν πέσει στις 56 ημέρες. Τότε είχαν διπλασιαστεί οι τιμές των σιτηρών. Άρα, πιθανότατα να συμβεί και τώρα το ίδιο. Ήδη οι τιμές των προϊόντων διατροφής έχουν πάρει την ανηφόρα!

Παρά τη συνεχή αύξηση της παγκόσμιας παραγωγής τροφίμων λόγω της προόδου των επιστημών και της τεχνολογίας, οι αναπτυσσόμενες χώρες εξακολουθούσαν να έχουν 815 εκατομμύρια πεινασμένους ανθρώπους το 2002 - μόλις 9 εκατομμύρια λιγότερους από ό,τι το 1990 - σύμφωνα με τον Οργανισμό Τροφίμων και Γεωργίας του ΟΗΕ. Μάλιστα, μεταξύ 1997 και 2002, ο πληθυσμός των πεινασμένων αυξήθηκε.

Τα πρόσφατα στοιχεία τα οποία ανακοινώθηκαν με αφορμή την **ημέρα της διατροφής** (16 Οκτωβρίου) μέσα στον τελευταίο χρόνο η πείνα επεκτάθηκε σε άλλα 75 εκατομμύρια ανθρώπους και σήμερα πλήττει 923 εκατομμύρια. Ταυτοχρόνως οι τι-

μές των τροφίμων έχουν αυξηθεί κατά 50% από τον Ιανουάριο. Το 89% των ανθρώπων που λιμοκτονούν, δηλαδή 750 εκατομμύρια, ζουν στις χώρες της Αφρικής και της Ασίας.

Πολλοί μελετητές βλέπουν κάποιους παράγοντες που θα ανακόψουν την πληθυσμιακή αύξηση: **οι κλιματικές μεταβολές, η μείωση των πόρων, η πτώση της ποιότητας ζωής.**

Η παγκόσμια παραγωγή πετρελαίου αναμένεται να φτάσει στην κορύφωσή της μέσα σε 15 χρόνια.

**Το πόσιμο νερό** σε μερικές περιοχές είναι ήδη λιγοστό.

**Οι οικισμοί, οι δρόμοι, τα αεροδρόμια, τα λιμάνια, οι έρημοι, η διάβρωση των εδαφών...** καταπίπτουν με πολύ γρήγορους ρυθμούς την καλλιεργήσιμη γη.

Μια επιπλέον απειλή για τον περιορισμό των καλλιεργήσιμων εδαφών τα οποία παράγουν τρόφιμα είναι και η στροφή που παρατηρείται σε χώρες όπως οι Ηνωμένες Πολιτείες και η Βραζιλία στην καλλιέργεια φυτών για βιοκαύσιμα και όχι για τρόφιμα.

Η τραγωδία της πείνας διευρύνθηκε εξ αιτίας της έκρηξης των τιμών των αγροτικών ειδών και εξ αιτίας της εγκληματικής ανάπτυξης των βιοκαυσίμων, επισημαίνει ο Ελβετός κοινωνιολόγος και συγγραφέας πολλών βιβλίων, Ζαν Ζγκλέρ, ο οποίος ήταν μέχρι το 2001 ο εισηγητής του ΟΗΕ για το **δικαίωμα στη διατροφή.**

Για να βγάλουμε 50 λίτρα βιοαιθανόλης ώστε να κινηθεί ένα αυτοκίνητο στον πλούσιο βορρά πρέπει να κάψουμε 358 κιλά καλαμπόκι, μια ποσότητα με την οποία θα μπορούσε να τραφεί για ένα χρόνο ένα παιδί στο Μεξικό ή όπου αλλού, εξηγεί ο Ζαν Ζγκλέρ. Κάθε παιδί που πεθαίνει σήμερα από πείνα, πεθαίνει δολοφονημένο, επιμένει ο ίδιος.

**Το φαινόμενο του θερμοκηπίου και η άνοδος της στάθμης της θάλασσας** θα "εκδιώξουν" εκατοντάδες εκατομμύρια ανθρώπους από τις παράκτιες περιοχές. Το

Μαϊάμι, η Νέα Υόρκη και άλλες μεγαλουπόλεις "θα πάθουν να υπάρχουν με τη σημερινή τους μορφή.

Ένας τρόπος να αυξηθούν τα διαθέσιμα τρόφιμα θα ήταν η αλλαγή των διατροφικών συνηθειών μας.

Αν τρώγαμε περισσότερα σιτηρά και λαχανικά και λιγότερο κρέας, η Γη θα μπορούσε να θρέψει άλλο ένα δισεκατομμύριο ανθρώπους. Η κατανάλωση μιας μερίδας πρωτογενούς δημητριακού μπορεί να χορταίνει ένα άτομο. Όμως η βελτίωση του βιοτικού επιπέδου σε πολυπληθείς χώρες, όπως η Κίνα και η Ινδία κάνει τα άτομα να θέλουν και αυτά να τραφούν με ... μια μερίδα κρέας. Αλλά για να παραχθεί αυτή η μερίδα το κρέας θα χρειαστεί πολλαπλάσια ποσότητα πρωτογενούς δημητριακού. Μπορούμε πλέον να πάμε πίσω;

Δημιουργείται έτσι το **πρόβλημα της επάρκειας αγαθών διατροφής.** Η Κίνα, για παράδειγμα, το 2030 θα έχει πάνω από 1,5 δισεκατ. κατοίκους και θα έχει έλλειμμα σε είδη διατροφής σε τέτοιο βαθμό που δε θα επαρκούν οι παγκόσμιες εξαγωγές για να καλύψουν τις ανάγκες της.

Οι ειδικοί προβλέπουν **άνοδο των τιμών των αγροτικών προϊόντων παγκοσμίως λόγω της υψηλής ζήτησης κυρίως από πολυπληθείς χώρες και με υψηλούς ρυθμούς ανάπτυξης** όπως είναι η Κίνα και η Ινδία.

Αν όλοι οι άνθρωποι στον κόσμο έτρωγαν όσο τρώνε στις πλούσιες χώρες, ο πλανήτης μας θα μπορούσε να συντηρησει μόνο 1,8 δισεκατομμύρια ανθρώπους και όχι 6,7 που είναι τώρα ο πληθυσμός του!

Αυτό αναδεικνύει τη σκοτεινή και άδικη πλευρά της ζωής στον πλανήτη μας: κάποιιοι **υπερσιτίζονται, υπερκαταναλώνουν και κάποιοι άλλοι υποσιτίζονται και λιμοκτονούν!**

Η αύξηση των τιμών των βασικών αγροτικών προϊόντων, η οποία ξεπερνά το 50% κατά μέσο όρο, έχει επιβαρύνει το κόστος διατροφής σε όλες τις χώρες του κό-

σμου. Όχι όμως και ισομερώς. Στις χώρες του τρίτου κόσμου, οι οποίες είναι κυρίως και οι καθαροί εισαγωγείς τροφίμων η κατάσταση έχει προκαλέσει κοινωνικές εκρήξεις.

Αλλά και η **χώρα μας δεν είναι έξω από το πρόβλημα.** Οι εισαγωγές μας συνεχώς αυξάνονται και σε όγκο και σε κόστος. Εισάγουμε όχι μόνο πετρέλαιο - που οι τιμές του καλπάζουν - αλλά και τρόφιμα. Ναι! Τρόφιμα! Η κατ' εξοχήν γεωργική χώρα μας, με το μεγαλύτερο ποσοστό αγροτών στην Ενωμένη Ευρώπη, εισάγει όλο και μεγαλύτερες ποσότητες προϊόντων διατροφής και τα χρυσοπληρώνει.

Το έλλειμμα του ισοζυγίου εξωτερικών πληρωμών έχει φτάσει ήδη στο 15% του Ακαθάριστου Εθνικού Προϊόντος έναντι του 5% που ήταν πριν λίγα μόλις χρόνια. Και οι εξαγωγές μας όλο και λιγοστεύουν. Αυτή τη στιγμή, με τις εξαγωγές μας καλύπτουμε μόνο το 50% των εισαγωγών μας έναντι του 80 έως 90% πριν από δέκα μόλις χρόνια.

Ένα από τα ερωτήματα που ανακύπτουν είναι: θα μπορέσει άραγε η αγροτική μας οικονομία να επωφεληθεί από τις υψηλές τιμές των προϊόντων διατροφής και να αυξήσει την παραγωγή της προκαλώντας έτσι τη μείωση του ελλείμματος του εμπορικού ισοζυγίου ή θα παραμείνει να κοιτάζει τις διεθνείς εξελίξεις αυξανοντας ακόμη περισσότερο τις εξαρτήσεις της οικονομίας μας από τα ξένα κέντρα;

Ποιος θα καθοδηγήσει και θα κινητοποιήσει τους αγρότες μας; Ακούει κανείς; Παρακολουθεί κανείς τις εξελίξεις; Έχει κανείς χρόνο να ασχοληθεί με τα σημαντικά και ζωτικά ζητήματα του τόπου ή θα εξακολουθήσουμε να κατατριβόμαστε με τα επιτεύγματα διαφόρων επώνυμων, κοσμικών, κομματικών, αλλά και ρασοφόρων, με τη μικροπολιτική του κουτσομπολιού και όχι με ζητήματα επιβίωσης κατ' αρχήν και προκοπής κατ' επέκταση;

Από τη **Σύνταξη**

## Μικρά - Μεγάλα απ' όλο τον κόσμο για όλους εμάς

### Λάθος συνήθειες, ανεπιθύμητα αποτελέσματα

Τα παιδιά που δεν κοιμούνται αρκετά, δεν τρέφονται υγιεινά, δεν γυμνάζονται και βλέπουν πολλές ώρες τηλεόραση έχουν χειρότερους βαθμούς στο σχολείο, αναφέρει έρευνα που έγινε από επιστήμονες του Πανεπιστημίου της Μινεσότα, Η Π Α .

### Κινητά και αλλεργίες

Τα μισά περίπου κινητά έχουν νικέλιο στα πλήκτρα και στην επιφάνειά τους. Σύμφωνα με τη Βρετανική Εταιρία Δερματολόγων αυτό ενοχοποιείται για διάφορα εξανθήματα που εμφανίζονται στο πρόσωπο ή το αυτί, στην πλευρά που συνήθως μιλάμε.

### Ουδέν κακόν αμιγές καλού: η αισιόδοξη πλευρά της οικονομικής ύφεσης.

Η οικονομική κρίση που περνά όλος ο κόσμος έχει και την αισιόδοξη πλευρά της ! Η κρίση είναι υγεία ! Αυτό υποστηρίζουν έρευνες των πανεπιστημίων του Στάνφορντ και της Βόρειας Καρολίνας στις Η Π Α .

Σε περιόδους κρίσεων τρεφόμαστε υγιεινότερα, αθλούμαστε περισσότερο, πίνουμε και καπνίζουμε λιγότερο, έχουμε λιγότερα εμφράγματα, λιγότερα τροχαία, προκαλούμε λιγότερη ρύπανση στο περιβάλλον, ασχολούμαστε περισσότερο με την οικογένεια, μπαίνουμε σε δίκτυα στήριξης, ξαναβρίσκουμε τη σύνεση που δημιουργεί η δυσκολία, προσβλέπουμε ευκολότερα σε κάτι θετικό και ευχάριστο, βάζουμε τα πράγματα σε προοπτική, επιδεικνύουμε μεγαλύτερη προσαρμοστικότητα, γελάμε ευκολότερα, ασχολούμαστε με το να μάθουμε κάτι καινούργιο, ασχολούμαστε πιο πολύ με το πώς θα αλλάξουμε την κατάσταση.

Όλα αυτά είναι άκρως επιβιωτικά ... αρκεί να μη μας πάρει ... η κάτω βόλτα !

### Όποιος θιάζεται, ... παχαίνει!

Αυτοί που τρώνε το φαγητό τους πολύ γρήγορα διατρέχουν διπλάσιο κίνδυνο - από ό,τι όσοι τρώνε αργά - να είναι υπέρβαροι ή παχύσαρκοι.

Όταν τρώμε βιαστικά, το στομάχι μας δεν προλαβαίνει να στείλει εγκαίρως στον εγκέφαλο το μήνυμα κορεσμού της πείνας. Κατ' αυτόν τον τρόπο το άτομο δεν ξέρει ότι δεν πεινάει άλλο και συνεχίζει να τρώει.

Οι ειδικοί προτείνουν : να μην τρώμε στο πόδι, να αφιερώνουμε χρόνο στο φαγητό μας, να μη βλέπουμε τηλεόραση ούτε να διαβάζουμε όταν τρώμε, να μασούμε την κάθε μπουκιά 20 φορές και να αφήνουμε το πιρούνι στο πιάτο μέχρι να καταπιούμε τη μπουκιά μας.

### Γνωρίζουμε καλά πώς τρέφονται και αν γυμνάζονται;

Σύμφωνα με μελέτη του τμήματος Προληπτικής Ιατρικής και Διατροφής του Πανεπιστημίου της Κρήτης, 7,4% των αγοριών και 7,9% των κοριτσιών του Νηπιαγωγείου εμφανίζουν αυξημένη αρτηριακή πίεση.

### Η πρόοδος των Εθνών

Θα έρθει κάποτε η μέρα που τα έθνη θα κριθούν :

όχι από τη στρατιωτική ή οικονομική τους δύναμη,

ούτε από το μεγαλείο των μητροπόλεων

και των δημόσιων κτιρίων τους,

αλλά από την ευημερία των λαών τους :

το επίπεδο της υγείας, της διατροφής, της εκπαίδευσής τους,

τις ευκαιρίες να αμείβονται δίκαια για την εργασία τους,

τη δυνατότά τους να συμμετέχουν στις αποφάσεις

που επηρεάζουν τη ζωή τους,

το σεβασμό προς τις ατομικές και πολιτικές ελευθερίες,

την πρόνοια για τους ευάλωτους και μη-προνομιούχους,

και την προστασία που παρέχουν στον αναπτυσσόμενο νου και σώμα των παιδιών τους.

UNICEF: Η Πρόοδος των Εθνών 2 000

## Για παιδιά και όχι μόνον

- 1.Σάββατο βράδυ. Ο Τζων και η Τζένη βγήκαν για να πάνε στο θέατρο. Στο σπίτι άφησαν το Μπιλ και τη Μπίλη. Όταν επέστρεψαν βρήκαν σπασμένα γυαλιά στο πάτωμα και τη Μπίλη νεκρή ! Όμως δεν κάλεσαν την αστυνομία. Γιατί;
2. . . . . Πότε η γάτα δεν τρώει ψάρι ;
- 3.Τι κοινό έχουν οι λέξεις : ANNA, ΟΛΟ, ΣΟΦΟΣ ;
- 4.Τι σου είναι η αδελφή της θείας σου, αν δεν είναι θεία σου ;
- 5.Πώς μπορούμε να μοιράσουμε 10 μήλα σε δυο παιδιά έτσι ώστε το ένα να πάρει ένα μήλο παραπάνω.
- 6.Ποιος μονοψήφιος αριθμός αυξάνεται κατά το μισό του, όταν αναποδογυριστεί ;
- 7.Τι είναι αυτό που πηγαίνει από το σπίτι σου ως την πλατεία και δεν κουνιέται ;
- 8.Του προσθέτεις και μικραίνει, του αφαιρείς και μεγαλώνει. Τι είναι ;
- 9.Τι είναι αυτό που το φέρνουν στο τραπέζι, το κόβουν, το μοιράζουν, αλλά δεν το τρώνε ;
- 10.Τι είναι αυτό που μπαίνει σε όλα τα πράγματα ;

Και οι απαντήσεις. Φυσικά ανακατεμένες !

Το όνομα - το ένα από τα πλάσματα ήταν ο γάτος και το άλλο το ψαράκι στη γυάλα - η τράπουλα - όταν δεν έχει ή όταν κοιμάται - η τρύπα ή ο χώρος - διαβάζονται το ίδιο και ανάποδα - ο δρόμος - το 6 που γίνεται 9 - κόβουμε το ένα στη μέση και δίνουμε 4,5 και 5,5- η μαμά σου.

## Ο λόγος για τις πυγολαμπίδες

Κάποιο από τα τελευταία βράδια του καλοκαιριού που καθόμασταν στην πλατεία του Ροβολιαρίου και κάναμε διάφορες κουβέντες, ανάμεσα στα άλλα αναρωτηθήκαμε γιατί τα τελευταία χρόνια δε βλέπουμε τις πυγολαμπίδες που βλέπαμε παλιότερα στο Ρακαριό και τις άλλες ρεματιές.

Διαβάζοντας μετά από μερικές ημέρες στην Αθήνα το περιοδικό «Τεχνικά Επιμελητηρίου», που είναι Ενημερωτικό Δελτίο των Μηχανικών, βρήκα στο Σημειωματάριο του Γιώργου Π Καράλλη, ανάμεσα στα άλλα, και το παρακάτω: οι πυγολαμπίδες, κοινώς κωλοφωτιές.

Το παραθέτω ως έχει: Σταδιακά οι πυγολαμπίδες εξαφανίζονται σε όλο τον κόσμο διαπιστώνουν με ανησυχία οι Εντομολόγοι οι οποίοι συμμετείχαν σε διεθνές συνέδριο για τα εντυπωσιακά αυτά έντομα.

Ωστόσο κανένας μεμονωμένος παράγοντας δεν επαρκεί για την εξήγηση του φαινομένου.

Οι λάμπες που ομόρφαιναν τις καλοκαιρινές νύχτες και έχουν ως πηγή αυτά τα έντομα - έχουν εντοπιστεί ως σήμερα 2 000 είδη - έχουν μειωθεί κατά 70%. Η καταμέτρηση ένα άλλο μυστήριο.

Ελένη Παπαγιάννη

## Από το χθες στο σήμερα

Όπως σε όλα τα ορεινά χωριά έτσι και στο δικό μας οι κάτοικοι στην πλειοψηφία τους ήταν γεωργοκτηνοτρόφοι.

Όλοι από μικροί μέχρι τα γεράματά τους γνώριζαν να καλλιεργούν τη γη και να συντηρούν και να περιποιούνται έναν αριθμό ζώων μικρών ή μεγάλων (κότες, γίδια, πρόβατα, αγελάδες, για τα προϊόντα τους και γαϊδάρους, μουλάρια, άλογα για τις μεταφορές).

Σήμερα από τους νέους μας ποιος γνωρίζει και ποιος ασχολείται με αυτά;

Τότε όλα τα χωράφια ήταν κατάσπαρτα από σιτάρια, καλαμπόκια και άλλα δημητριακά που χαιρόσσαν να τα καμαρώνεις όλες τις εποχές, από την σπορά που το φρεσκοσκαμμένο χώμα μοσχοβολούσε ως τη συγκομιδή που τα στάχια κυμάτιζαν σαν μια απέραντη θάλασσα και τα καλαμπόκια με τις μεστωμένες ρόκες τους έστεκαν περήφανα.

Όλοι οι κήποι ήταν περιποιημένοι και καλλιεργημένοι με όλων των ειδών τα προϊόντα. Σήμερα όλα μένουν χέρσα. Έχουν γεμίσει αγριόδεντρα, βάτα και οργιάζει η άγρια βλάστηση. Τα βλέπουν οι παππούδες που ζουν ακόμη και σκέπτονται τον ιδρώτα που έχυσαν να τα καλλιεργούν όταν ήταν νέοι και τους πιάνει το παράπονο.

**Αλλά τους νέους μας δεν τους συγκινεί το φαινόμενο.**

Επίσης δεν υπήρχε ραχούλα που να μην φιλοξενούσε ένα μαντρί. Ο τόπος βούιζε από τα κυπροκούδουνα και τα κοπάδια έβοσκαν σ' όλες τις πλαγιές. Χαιρόσσαν να καμαρώνεις και τους τσοπάνηδες να σιγοτραγουδούν και να παίζουν τη φλογέρα τους.

Σήμερα όλα αυτά σπανίζουν. Χάθηκε η κτηνοτροφία οικόσιτη και ελευθέρας βοσκής. Οι δρόμοι γέμισαν αγριόχορτα, τα μονοπάτια χάθηκαν, δεν ακούγεται βέλασμα πουθενά, τα κυπροκούδουνα σίγησαν. Τα μεγάλα ζωντανά αγελάδες, μουλάρια, άλογα και τα συμπαθητικά γαϊδουράκια εξαφανί-

στηκαν.

Και κοντά σε όλα αυτά και τα πτηνά του ουρανού. Χάθηκαν τα γλυκόλαλα αηδόνια, οι πέρδικες, τα κοτσύφια, οι σπουργίτες, που σαν αλήτες έκλεβαν την τροφή από τις κότες και σχεδόν όλα τα είδη.

**Περπατάς ώρες και παντού υπάρχει νεκρική σιγή.**

Και ρωτάω σήμερα τους νέους μας ποιος γνωρίζει και ποιος ασχολείται με την καλλιέργεια ενός φυτού; Ποιος γνωρίζει να περιποιείται ένα ζώο; Να πάει στη βοσκή μια κατσίκια, μια προβατίνα, να οδηγήσει ένα κοπάδι στη βοσκή; Ποιος γνωρίζει να αρμέξει μια κατσίκια, μια προβατίνα, μια αγελάδα και από το γάλα τους να φτιάξει τυρί, να το κοπανήσει να βγάλει βούτυρο, να βράσει το ξινόγαλο να φτιάξει ξινοτύρι;

**Νομίζω κανένας.**

Και αναφέρω πρώτα τα δικά μου παιδιά και εγγόνια. Όχι μόνον δεν γνωρίζουν, αλλά φοβούνται και να τα πλησιάσουν.

Μέχρι τότε θα συνεχισθεί αυτό; Τα χωριά έχουν ρημάξει. Οι περισσότεροι κάτοικοι σήμερα έχουν συγκεντρωθεί στις μεγάλες πόλεις και τα περιμένουν όλα έτοιμα.

Εως τότε όμως; Οι γεωργοί και οι κτηνοτρόφοι λιγοστεύουν. Οι απαιτήσεις των ανθρώπων αυξάνονται. Όλα τα προϊόντα τους φαίνονται ακριβά αλλά ποιος θα τα παράγει όταν όλοι θέλουμε τη βολή μας;

Είναι καιρός η πολιτεία να πάρει μέτρα. Διότι αν βρεθούμε σε μια δύσκολη κατάσταση, που δεν το εύχομαι, η ζωή θα γίνει πολύ δυσκολότερη και όλοι θα λέμε «καλά είμασταν χθες αλλά για το σήμερα είμαστε υπεύθυνοι όλοι εμείς που το δημιουργήσαμε».

Ο Θεός βοηθός.

Κωνσταντίνος Ι. Παπαθεοδώρου

## Ειδήσεις - σχόλια - σχολιανά !

### Γιατί;

Ανεβαίνοντας προς το χωριό την Κυριακή το απόγευμα στις 19 Οκτωβρίου ο δρόμος από τη στροφή προς τα Κόκκινα μέχρι το Σταυρό ήταν γεμάτος από πεταμένα κουτιά μπίρας και αναψυκτικών καθώς και από κάθε είδους πλαστικών : μπουκάλια, ποτήρια, περιτυλίγματα διαφόρων προϊόντων. Αυτό σημαίνει ότι κάποια χεράκια τα πέταξαν εκεί. Κρίμα!

### ΣΧΟΛΙΟ:

Παλιά τα σκουπίδια μας ήταν ελάχιστα - τα διαθέσιμα αγαθά μας ήταν και αυτά ελάχιστα - αλλά και αυτά που είχαμε για πέταμα (απομεινάρια από τρόφιμα κυρίως ή διάφορα φυτά) ήταν τέτοια που η φύση τα ανακύκλωνε από μόνη της κάνοντάς τα κοπριά! Έτσι τα πετούσαμε όπου να 'ναι, χωρίς να το πολυσκεφτόμαστε και χωρίς να υπάρχουν συνέπειες για το περιβάλλον.

Τα σημερινά σκουπίδια - τα σκουπίδια της αφθονίας μας και του σημερινού πολιτισμού μας - δεν ανακυκλώνονται από μόνα τους ή δεν αποικοδομούνται όπως λένε και στο σχολείο. Τα πλαστικά χρειάζονται πάνω από διακόσια χρόνια για να αποσυντεθούν. Αν δε φροντίσουμε να τα πετάξουμε σε οργανωμένους χώρους και να προχωρήσουμε και σε ανακύκλωσή τους παραμένουν στο περιβάλλον και στην καλύτερη περίπτωση το ασημίζουν. Στη χειρότερη, το μολύνουν.

Για να επιβιώσουμε στο σημερινό κόσμο και να αφήσουμε για τις επρχόμενες γενιές και κάποιες γωνιές αμόλυντες θα χρειαστεί να αλλάξουμε συνήθειες και να υιοθετήσουμε καινούργιες.

Δεν είναι δα και δύσκολο. Πριν μερικές δεκαετίες πολλοί από εμάς κυκλοφορούσαμε με γουρουντσάρουχα και πολύ γρήγορα περάσαμε στο σκαρπίνι, τη γόβα και το τρέντι αθλητικό. Κανένας μας δε διανοήθηκε να παραμείνει προσκολλημένος στα παλιά. Γιατί να μη γίνει κάτι ανάλογο και με τα σκουπίδια μας;

### Παγκόσμια και Εθνική Επικαιρότητα

Στο τρίμηνο που πέρασε τρία ήταν βασικά τα θέματα που κυριάρχησαν και απασχόλησαν όλους μας : Η παγκόσμια οικονομική κρίση, ό,τι αναδείχτηκε από τις δραστηριότητες της Μονής Βατοπεδίου και η δολοφονία του δεκαπεντάχρονου Αλέξη μαζί με όσα επακολούθησαν !

#### Α. Παγκόσμια Οικονομική Κρίση. ΣΧΟΛΙΟ

Παρατίθενται αυτά που έγραψε στο ΒΗΜΑ ΤΗΣ ΚΥΡΙΑΚΗΣ στις 30 Νοεμβρίου ο δημοσιογράφος ΓΙΑΝΝΗΣ ΠΡΕΤΕΝΤΕΡΗΣ.

«...η κρίση είναι σοβαρό πράγμα. Χρειάζεται πολιτικούς και πολιτικές. Χρειάζεται σχέδιο και σοβαρότητα. Χρειάζεται κυρίως μια κοινωνία που θα αποφασίσει να κοιτάξει τον εαυτό της στον καθρέφτη.

Το 85% των Ελλήνων δηλώνουν σε πρόσφατη δημοσκόπηση ότι φοβούνται πως η κρίση θα επιδεινώσει το επίπεδο ζωής τους ... Αυτό σημαίνει ότι το επίπεδο της ζωής που ζουν σήμερα είναι εύθραυστο και ότι κινδυνεύει στην πρώτη φουσκοθαλασσιά ...

Μια κοινωνία που εργάζεται μετρίως, που διεκδικεί ακαταπαύστως, που παράγει ελάχιστα και που καταναλώνει αλόγιστα είναι εξ ορισμού μια εύθραυστη κοινωνία ... Μπορεί να κλυδωνιστεί με την παραμικρή αφορμή... Ταυτόχρονα όμως είναι και μια πρόκληση για όλους! Διότι τώρα τα πράγματα σοβάρεψαν.

Ποιος πολιτικός θα συνεχίσει να πολιτεύεται χωρίς σχέδιο και χωρίς συγκρότηση, με το λαϊκισμό των απλών λύσεων στα σύνθετα προβλήματα; Ποιοι ψηφοφόροι θα επικροτήσουν έναν πολιτικό που απλώς τους κλείνει το μάτι;

Ποιος επιχειρηματίας, μικρός ή μεγάλος θα επιζήσει με τη λαμογιά και την άρπα-κόλα; Ποια κοινωνία μπορεί να προσποιείται ότι θα ζήσει αούριο όπως ζούσε χτες;

Και ποιος καραγκιοζάκος θα συνεχίσει να περιφέρει παλιές συνταγές και αποτυχημένες λύσεις σε καινούργια προβλήματα; Ποιος καραγκιοζάκος της «Αριστεράς» και ποιος καραγκιοζάκος της «Δεξιάς»;

**Β. Για το θέμα της Μονής του Βατοπεδίου** η ελληνική κοινωνία θα πρέπει να ευγνωμονεί τον ηγούμενο Εφραίμ και την κουστωδιά του που με τη συμπεριφορά τους μας άνοιξαν τα μάτια ! Η πιο εύστοχη τοποθέτηση επί του θέματος είναι η ακόλουθη :

«Η παρούσα κρίση, όπως και κάθε κρίση, μας αγγίζει όλους. Έχουμε όλοι ευθύνη. Η δυσκολία μας βρίσκεται στο να κατανοήσουμε και να ερμηνεύσουμε τα σκάνδαλα ως συμπτώματα μιας ευρύτερης νόσου. Είναι αφελές να πιστεύουμε ότι το κακό και η διαφθορά θα εξορκιστούν με το να τιμωρήσουμε μόνο συγκεκριμένους παραβάτες. Αυτό δεν απαλλάσσει κανέναν μας από την προσωπική του ευθύνη... Όταν ο άνθρωπος αποσυνδεθεί από το Θεό, θα γίνει και άπληστος».

Αρχιεπίσκοπος Αθηνών και πάσης Ελλάδος Ιερώνυμος κατά το κήρυγμά του στον ιερό ναό του Αγίου Ανδρέα



στην Πάτρα στις 30 - 11 - 2008.

### Γ. Η δολοφονία του δεκαπεντάχρονου και όσα επακολούθησαν :

Ο σχολιασμός θα γίνει με τη διατύπωση καταλυτικών ερωτημάτων και όποιος αισθάνεται ότι τον αφορούν ας προσπαθήσει να δώσει τις απαντήσεις του πρώτα στον εαυτό του και μετά σε όλους εμάς.

- Πόσο σοβαρή μπορεί να θεωρηθεί μια πολιτεία που επιτρέπει στα όργανά της να δρουν και να αντιδρούν με το θυμικό, με το συναίσθημα; Να ξαναθυμίσουμε εδώ το χλιοειπωμένο: Όλα τα συναίσθημα είναι αποδεκτά. Το ζητούμενο είναι τι κάνουμε με αυτά ! Αναλογιζόμαστε τις συνέπειες;
- Πόσο υπεύθυνη μπορεί να θεωρηθεί μια κοινωνία που αντιδρά όπως αντέδρασε;
- Υπάρχει κανένας πολιτικός ή πολίτης - επώνυμος ή ανώνυμος - που θα αναλάβει τις ευθύνες για το αυγό του φιδιού που τόσες δεκαετίες εκτρέφουμε στον κόρφο μας και που ακούει στο όνομα κουκουλοφόρος; Μέχρι πριν λίγες δεκαετίες γνωρίζαμε ως κουκουλοφόρους κάποιους επαγγελματίες - δημίους τους έλεγαν - που έβγαζαν το ψωμάκι τους με το να αποκεφαλίζουν όσους είχαν καταδικαστεί σε θάνατο από καθεστώς του παρελθόντος τα οποία έχουν εκλείψει προ πολλού καθώς και κάποιους ειδικούς συνεργάτες των Γερμανών κατακτητών οι οποίοι υπεδείκνυαν στα ναζιστικά στρατεύματα τους αγωνιστές της εθνικής αντίστασης. Οι Κατσαντώνηδες, οι Διάκοι, οι αγωνιστές της Αντίστασης κατά των Γερμανών και της χούντας βγήκαν και πολέμησαν για τα δίκαιά τους με το πρόσωπό τους ακάλυπτο και στο φως. Γι αυτό και δοξάστηκαν !
- Γιατί οι λεγόμενοι αντιεξουσιαστές αφήνουν στην άκρη την αναμέτρησή τους με την εξουσία και εκτονώνουν το αντιεξουσιαστικό τους μένος στις περιουσίες ανύποπτων συμπολιτών τους;
- Η αντιεξουσιαστική πάλη γίνεται μόνο με καταστροφές, εμπρησμούς, λεηλασίες;
- Πού εξοβελίστηκε και εξωπετάχτηκε η πάλη των ιδεών;
- Πώς καταντήσαμε έτσι ώστε οι ειρηνικοί, δημοκρατικοί, μαζικοί αγώνες να καπελώνονται από την τρομοκρατία των μικροομάδων; (Ελλάδα 2008 - Από την εφημερίδα ΤΑ ΝΕΑ)



- Ποιοι είναι αυτοί που βλέπουν έστω και ίχνος ηρωισμού στις πράξεις τους ώστε να ξελιγώνονται με τα «καμώματα των παιδιών» και να τα κανακεύουν όπως γίνεται με αρκετούς πολιτικούς και αρκετά ΜΜΕ;

Για το ίδιο θέμα ο **Ηλίας Αναγνώστου** του Κων. μας έστειλε και το δικό του σχόλιο από τον Ισοκράτη (436-338 π.Χ.)

Η δημοκρατία μας αυτοκαταστρέφεται, διότι καταχράστηκε το δικαίωμα της ελευθερίας και της ισότητας: έμαθε τους πολίτες να θεωρούν την αυθάδεια ως δικαίωμα, την παρανομία ως ελευθερία, την αναίδεια του λόγου ως ισότητα και την αναρχία ως ευδαιμονία !

### Έργα στο χωριό

Προχωρούν με γοργούς ρυθμούς οι εργασίες για την περιφράξη του χώρου της παιδικής χαράς στο χώρο του ρακαριού. Εκκρεμούσε μια εργολαβία με κονδύλια του Δήμου και τώρα, επί τέλους, παίρνει το δρόμο της υλοποίησης. Ελπίζουμε να είναι σύντομα έτοιμη και κυρίως κατά την επρχόμενη θερινή περίοδο, ώστε να τη χαιρούν οι μικροί μας επισκέπτες. Επίσης προβλέπεται και η συμπλήρωση του εξοπλισμού της με περισσότερες κούνιες, ψουλήθρες και μύλους.

Έτσι όπως διαμορφώνεται ο χώρος δημιουργούνται και οι προϋποθέσεις για προσθήκη και άλλων δραστηριοτήτων. Λεπτομέρειες προσεχώς.

### Νέα από το Διοικητικό Συμβούλιο του Συλλόγου

Κατά τη συνεδρίασή του στις αρχές Δεκεμβρίου το Δ.Σ. ασχολήθηκε με τρέχοντα θέματα τόσο του Συλλόγου όσο και του χωριού. Οριστικοποίησε τη μορφή που θα πάρει το ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ το οποίο θα εκδοθεί για το 2009. Έγινε συζήτηση και οριστικοποιήθηκε η διοργάνωση του Χορού του Συλλόγου μας.

Ακόμα οριστικοποιήθηκε η πρωτοβουλία του Συλλόγου να κατασκευαστούν με δαπάνες του προστατευτικά στηθαία σε ορισμένα σημεία των δρόμων στη συνοικία του Αγίου Γεωργίου.

Τέλος αποφάσισε να λάβει μέρος - ύστερα από πρόσκληση του Δήμου - στην εορταγορά - Bazaar - που διοργάνωσε ο Δήμος μας στις 20 και 21 Δεκεμβρίου στο ισόγειο του δημαρχιακού μεγάρου στη Μακρakovή.

Ο δικός μας χώρος περιελάμβανε: είκοσι μπουκάλια τσίπουρο - 10 κιλά συνολικά - σε ειδική συσκευασία, προσφορά του μέλους μας **Αποστόλη Λιάπη**, δέκα μπουκάλια κρασί με κάλυμμα σατέν και χριστουγεννιάτικα σχέδια καθώς και ψωμίτες σε ίδια σχέδια, προσφορά του οιοπαγωγού του χωριού μας **Κώστα Δημητρίου**. Τα έσοδα από την εορταγορά προορίζονται για την ενίσχυση του έργου των Πατρών Χωρίς Σύνορα. Οι εκτιμήσεις είναι ότι η εορταγορά είχε αξιοσημείωτη επιτυχία. Είναι σημαντικό να επαινεθούν και να στηρίζονται τέτοιες πρωτοβουλίες του Δήμου και του Δημάρχου μας **Κώστα Κρητικού**.