

ΡΟΒΟΛΙΑΡΙΤΙΚΑ ΝΕΑ

ΕΚΔΟΣΗ ΤΟΥ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΡΟΒΟΛΙΑΡΙΤΩΝ

Ταγιαπιέρα 3 - 5 Αθήνα, Τ.Κ. 11525 • Τηλ.: 210 6716 715 • e-mail: nellaselias39@gmail.com • Ιστοσελίδα: www.rovoliari.gr
Χρόνος 40ός • Αριθμός φύλλου 160 • Ιανουάριος - Φεβρουάριος - Μάρτιος - Απρίλιος 2025

Τρέξιμο μέσα στο δάσος

Ένα μικρό, απλό τρέξιμο μπορεί να βελτιώσει τη διάθεσή μας, τη φυσική μας κατάσταση, ακόμα και να παρατείνει τη ζωή μας.

Έστω και 10 λεπτά αρκούν!!!

Πόσο μάλλον όταν είναι μέσα στο καταπράσινο περιβάλλον του χωριού μας. Το Διοικητικό Συμβούλιο του Συλλόγου αποφάσισε να ξεκινήσει τη διοργάνωση ανώμαλου δρόμου 10 και 5 χιλιομέτρων.

Ανακοινώσεις θα γίνουν προσεχώς τόσο στον ιστότοπο του Συλλόγου όσο και σε άλλα δίκτυα.

Εμείς αναδημοσιεύουμε εδώ ένα παλιότερο κείμενό μας για την ΑΞΙΑ ΤΟΥ ΠΡΑΣΙΝΟΥ

Καλοκαίρι στο χωριό: η αξία του πράσινου Ευεργετήματα από την παράταση της παραμονής μας στο χωριό!

Εξακολουθούν να παραμένουν παγιωμένες συνήθειες παλαιότερων εποχών, και έτσι είναι σύντομη η παρουσία των ξενιτεμένων μας στο χωριό και περιορίζεται μόνο σε μερικές ημέρες του Αυγούστου, παρά το γεγονός ότι οι περισσότεροι έχουμε ανακαίνισει και εκσυγχρονίσει τα σπίτια μας τα οποία πλέον διαθέτουν τις ίδιες σχεδόν ανέσεις με τις κύριες κατοικίες μας. Οι εμπειρίες όλων μας είναι ότι οι περισσότερες μέρες παραμονής μας εδώ είναι ευεργετικές και για την υγεία μας και για τη γαλήνη και ηρεμία μας και, τελικά, για την τσέπη μας.

Ως Σύλλογος, αλλά και ως έντυπο θα θέλαμε να μακραίνει όλο και περισσότερο αυτή η περίοδος και θα προσπαθήσουμε να σας πείσουμε. Μια συλλογική προσπάθεια θα βοηθούσε πολλαπλά. Το χωριό μας έχει την ευλογία να είναι «πλημμυρισμένο» από πράσινο με τις πολλαπλές ευεργετικές δράσεις του:

- **Το πράσινο**, γενικά, είναι αντίδοτο σε πλήθος δεινών του σύγχρονου κόσμου: από την παχυσαρκία, τον διαβήτη, τις καρδιοπάθειες, το άσθμα και τις ημικρανίες ως την κατάθλιψη και την άνοια.

- **Πράσινο και υγεία**. Τα οφέλη του πράσινου στην υγεία ήταν εμφανή προτού καν αρχίσει να τα αναζητεί για να τα καταγρά-

ψει η επιστήμη. Ήδη στην αρχαία Ελλάδα και στην Περσία γνώριζαν ότι η επαφή με τη φύση ωφελεί τον άνθρωπο.

- **Η σύγχρονη επιστήμη** έχει να μας πει περισσότερα και εγκυρότερα: μια μελέτη του 1984 (από τον περιβαλλοντικό ψυχολόγο Ρότζερ Ούλριχ του Πανεπιστημίου Texas A&M), έδειξε ότι οι νοσηλεύόμενοι ασθενείς των οποίων τα δωμάτια έβλεπαν δέντρα ανάρρωναν ταχύτερα, είχαν λιγότερες επιπλοκές και χρειάζονταν λιγότερα παυσίπονα συγκριτικά με όσους ήταν σε δωμάτια που «έβλεπαν» τοίχο.

- **Ακόμη και το να κοιτά κάποιος από μακριά τη φύση** μπορεί να είναι σωτήριο. Φανταστείτε λοιπόν πόσο βοηθητικό μπορεί να είναι το να βρίσκεται ο καθένας μας μέσα σε αυτήν, ιδιαιτέρως όταν ζει στις τσιμεντοπόλεις όπου η επαφή με το πράσινο περιορίζεται σημαντικά.

- **Πρόσφατη μελέτη ειδικών** (Πανεπιστήμιο Κουίνσλαντ, δημοσιεύτηκε στο επιστημονικό έντυπο Scientific Reports) έδειξε ότι ακόμη και 30 λεπτά επαφής με το πράσινο είναι αρκετά για να βοηθήσουν σώμα και πνεύμα. Συγκεκριμένα μισή ώρα βόλτα στο πράσινο συνδέθηκε με μείωση κατά 7% στην κατάθλιψη και κατά 9% στις τιμές της αρτηριακής πίεσης.

- **Μελέτη που δημοσιεύτηκε** τον περασμένο Απρίλιο (επιστημονικό έντυπο Environmental Health Perspectives) δείχνει ότι οι άνθρωποι που ζουν σε πιο πράσινες περιοχές αντιμετωπίζουν μικρότερο κίνδυνο θνησιμότητας. Ειδικότερα όσες γυναίκες έμεναν σε απόσταση 250 μέτρων από χώρους πρασίνου εμφάνιζαν 12% μικρότερο κίνδυνο θνησιμότητας από όλα τα αίτια σε σύγκριση με όσες έμεναν σε λιγότερο πράσινες περιοχές - η σχέση ήταν μάλιστα

Συνέχεια στην 3η σελ.



Ο νέος δασικός δρόμος

Πάσχα 2025, Πάσχα όλων των χριστιανών. Πάσχα στο χωριό.

Όπως όλοι γνωρίζουμε η διδασκαλία του Χριστού πέρασε από σαράντα κύματα μέχρι να φτάσει στις μέρες μας. Πολλοί αξιωματούχοι της Εκκλησίας του Χριστού (αναγνωρισμένοι Θεολόγοι, Επίσκοποι, Μητροπολίτες, Πατριάρχες ή Πάπες) διδάξαν αντικρουόμενες απόψεις και θέσεις τους για το πραγματικό νόημα της διδασκαλίας του Ιησού Χριστού ή την ίδια τη φύση του. Έτσι προέκυψαν διάφορες αιρέσεις και σχίσματα μεταξύ των πιστών. Συχνά οι εκκλησιαστικοί αξιωματούχοι (Θεολόγοι, Εμπειρογνώμονες, Επίσκοποι, Μητροπολίτες, Πατριάρχες, Πάπες, Αυτοκράτορες ή Βασιλείς) συγκεντρώνονταν σε Οικουμενικές Συνόδους και εξέταζαν τα προβλήματα προσπαθώντας να κρατήσουν ενωμένο το πλήρωμα της Εκκλησίας.

Ωστόσο δεν σταμάτησαν εντελώς οι διαιρέσεις των πιστών. Σήμερα οι Χριστιανοί χωρίζομαστε σε διάφορα θρησκευτικά δόγματα: Ορθόδοξοι, Καθολικοί, Προτεστάντες (Διαμαρτυρόμενοι), Μονοφυσίτες, Παλαισημερολογίτες και δεν συμμαζεύεται.

Εφέτος ήταν μία από τις λίγες ευκαιρίες που οι τρεις μεγαλύτερες ομάδες Χριστιανών (Ορθόδοξοι, Καθολικοί και Προτεστάντες) γιορτάζουν το Πάσχα την ίδια ημερομηνία. Αυτό έδωσε την αφορμή στον Οικουμενικό Πατριάρχη μας να συζητήσει με τον Πάπα των Καθολικών τη μόνιμη καθιέρωση κοινού εορτασμού του Πάσχα.

Δυστυχώς οι συνομιλίες σταμάτησαν λόγω των προβλημάτων υγείας του Πάπα των Καθολικών, Φραγκίσκου, ο οποίος τελικά απεβίωσε τη δεύτερη ημέρα του Πάσχα. Πρόλαβε να παρευρεθεί στην τελετή της Αναστάσεως του Κυρίου και να ευλογήσει το πλήθος.

Το Πάσχα, η Λαμπρή μας, είναι μια καθολική γιορτή. Είναι η γιορτή της Ανάστασης του Χριστού αλλά και η γιορτή της αέναης ανάστασης της φύσης. Αρχικά γιορταζόταν με τη γιορτή του Πάσχα των Ιουδαίων και καθοριζόταν αστρονομικά: την πρώτη Κυριακή μετά την πανσέληνο της εαρινής ισημερίας, οπότε και ήταν κινητή γιορτή. Αργότερα οι Χριστιανοί τη διαχώρισαν από την Ιουδαϊκή γιορτή που ήταν Σάββατο. Την καθιέρωσαν την πρώτη Κυριακή μετά την πανσέληνο μετά την εαρινή ισημερία και στη συνέχεια διαφοροποιήθηκε στα διάφορα χριστιανικά δόγματα.

Ας ελπίσουμε ότι και ο νέος Πάπας θα είναι τόσο συνεργάσιμος με τον αποθανόντα και θα ευοδωθεί το σχέδιο του Οικουμενικού μας Πατριάρχη για κοινό εορτασμό.

Το φετινό Πάσχα με τον καλό καιρό και τις υποσχέσεις της φύσης έφερε πολλούς στο χωριό και έτσι και ιερείς είχαμε για τις θρησκευτικές ακολουθίες και καλά περάσαμε.

Τη **Μεγάλη Τετάρτη** στις 11:00 τελέστηκε Ευχέλαιο, τη **Μεγάλη Πέμπτη** στις 16:30 είχαμε το δώδεκα Ευαγγέλια με τη σταύρωση και τα πάθη του Κυρίου, τη **Μεγάλη Παρασκευή** το πρωί έγινε ο στολισμός του Επιταφίου και στις 16:30 η τελετή της αποκαθλώσης και η περιφορά του επιταφίου, Το **Μεγάλο Σάββατο** το πρωί έγινε η πρώτη ανάσταση με θεία μετάληψη όλων **και νωρίς το δράδυ (ώρα 21:00) η τελετή της Αναστάσεως**, τη Δευτέρα της Διακαινησίμου είχαμε πάλι θεία λειτουργία στους Δώδεκα Αποστόλους και την **Τετάρτη 23 Απριλίου** τελέστηκε

θεία λειτουργία με αρτοκλασία στον Άγιο Γεώργιο όπου ιερούργησε ο νέος εφημέριος της Αγίας Τριάδας Μακρακώμης, Αρχιμανδρίτης κ. Δαμασκηνός.



Ο στολισμός και η περιφορά του Επιταφίου



ΑΠΟΜΝΗΜΟΝΕΥΜΑΤΑ

ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ (Μήτσος) ΠΑΠΑΝΙΚΟΛΑΟΥ (1894 - 1983)



Ο αείμνηστος Δημήτριος Παπανικολάου - ένας αυτοδημιούργητος και δυναμικός συντοπίτης μας - με απaráμιλλη αφηγηματική και περιγραφική δύναμη, με λιτότητα και απλότητα μας μεταφέρει στον τρόπο ζωής ενός ολόκληρου, σχεδόν, αιώνα - του 20ού - από τις αρχές του μέχρι το 1975, ενός τρόπου σκληρού μεν αλλά ταυτόχρονα και ανθρώπινου. Είναι ένα ντοκουμέντο μιας εποχής με ευρύτερες αναφορές σε απανωτές γενεές των πρόσφατων προγόνων μας. Μας προσφέρει ανάγλυφα μια εποχή με τους ανθρώπους της, τις μεταξύ τους σχέσεις, τους αγώνες και τις αγωνίες τους, τους θριάμβους και τις κακοτυχίες τους. Καταγράφει το μεγαλείο του καιρού του και αποτελεί ένα λαογραφικό-ηθογραφικό κείμενο. Απολαύστε το!

Χωριό: η καθημερινότητα και τα παντρολογήματα - 30ή συνέχεια

Στην 6η σελ.

Κοινωνικά

Έφυγαν από κοντά μας

Χουβαρντάς Αναστάσιος - Τάσος
(Ρέθυμνο 1947 - Αθήνα 30/11/2024)

Ο αείμνηστος Τάσος Χουβαρντάς, γεννημένος κρητικός λειτούργησε σε όλη του τη ζωή σαν η καλύτερη εκδοχή του Ροβολιαρίτη. Αναλογικά πρόσφερε στο χωριό περισσότερα από τον καθένα μας. Αγάπησε από καρδιάς το χωριό και το διάλεξε ως την τελευταία του κατοικία. Ζήτησε να ταφεί εδώ, στο Ροβολιάρι. Πολύ καλός τεχνίτης σε ΟΛΑ. Προθυμότατος για κάθε κοινό-χρηστη δουλειά (από το καθάρισμα των εξωτερικών χώρων των ναών Αγίας Παρασκευής, Αγίου Γεωργίου, Αγίου Σεραφείμ μέχρι ασβεστώματα, κοπή χόρτων, κλαδέματα σε δρόμους και πολλά άλλα). Ευγενέστατος και φιλότιμος βοηθούσε οποιονδήποτε χρειαζόταν κάτι. Πάντα παρών σε κάθε έργο. Τα κάγκελα στον Άγιο Γεώργιο και το στηθαίο, από το ρεματάκι και πέρα, ήρθαν στο χωριό με δικά του έξοδα.

Νεαρός ακολούθησε το ρεύμα της εσωτερικής μετανάστευσης και βρέθηκε στην Αθήνα όπου συναντήθηκε με τη Ροβολιαρίτισσα Ειρήνη Καραγιώργου. Σύντομα παντρεύτηκαν και απέκτησαν δύο παιδιά, τον Τάκη που τον έχασαν νωρίς και την Άννα που τους χάρισε 3 εγγόνια, και 3 δισέγγονα.

Ο Θεός να αναπαύσει την ψυχή του. Αιωνία του η μνήμη.

Σοφία Γώγου-Καλαντζή
(Ροβολιάρι 1937 - Λαμία 2025)

Η ροβολιαρίτικη γη δέχτηκε στην αγκαλιά της τη **Σοφία Γώγου-Καλαντζή** στις 26 Μαρτίου 2025.

Αν και σε νεαρή ηλικία έμεινε ορφανή από πατέρα, πάλεψε παλληκαρίσια σε δύσκολους καιρούς. Με τον αγαπημένο της σύζυγο, τον Ευάγγελο Καλαντζή, τέκνο του Ροβολιαρίου, αφοσιώθηκε στην ανατροφή των παιδιών της και στην οικογένειά της.

Με κόπους, θυσίες, συνεχή προσπάθεια, βοήθησε τα παιδιά της να σταθούν στα πόδια τους και με τα εφόδια που τους έδωσε, πνευματικά και υλικά, να δημιουργήσουν τις δικές τους

οικογένειες.

Είχε τη χαρά και την ευτυχία να τα δει αποκατεστημένα και να καμαρώσει τα εγγόνια της επιστήμονες. Έσφιξε στην αγκαλιά της το πρώτο της δισέγγονο.

Απεβίωσε, πλήρης ημερών, έχοντας τα αγαπημένα της παιδιά στο πλευρό της.

Μαμά, θα παραμείνεις πάντα μαζί μας, στην καρδιά και στο μυαλό μας.

Ας είναι ελαφρύ το χώμα που θα σε σκεπάζει! Καλό Παράδεισο!

Τα παιδιά σου
Βασιλική, Κωνσταντίνα

Το Δ.Σ. του Συλλόγου εκφράζει προς τους οικείους τους τα ειλικρινή συλλυπητήριά του.

ΔΩΡΕΕΣ ΥΠΕΡ ΑΝΑΚΑΙΝΙΣΕΩΣ ΤΗΣ ΣΤΕΓΗΣ ΤΟΥ ΛΑΟΓΡΑΦΙΚΟΥ ΜΟΥΣΕΙΟΥ

Εδώ θα καταχωρούνται ΟΛΕΣ οι δωρεές (παλαιότερες και πρόσφατες) για να έχουμε όλοι μας μια συνολική εικόνα.

Στη μνήμη Παντελή Κων. Δημητρίου:

οι Γονείς του 1.000€

οι Δημήτρης και Νίκος Μίχος 100€

οι Ανδρέας, Νίτσα, Ντίνα και Βασίλης Ρίζος 100€

η Κατίνα Ρίζου-Ευθυμίου και ο Αλέξανδρος Ευθυμίου 50€

η οικογένεια Μιχάλη και Αμαλίας Γώγου-Μαλάμου 50€

ο αδελφός του Αθανάσιος Σκαμάγγης 50€

η οικογένεια Βασιλείου και Ελένης Σκαμάγγη 50€

ο Αθανάσιος Δημ. Σκαμάγγης 50€

η Αργυρώ Κοτρωνιά 100€

η Αγγελική Γεωργοπούλου 50€

οι Ρίζος Ανδρέας, Βασίλης, Ντίνα, Νίτσα 200€

οι Αλέκος Ευθυμίου και Κατίνα Ρίζου-Ευθυμίου 50€

η οικογένεια Μιχάλη και Αμαλίας Γώγου-Μαλάμου 50€

οι Πολιτικοί Συνταξιούχοι Νομού Φθιώτιδας 50€

ο αδελφός του Χρήστος Ρίζος 50€

τα αδελφία του Αλέξανδρος και Κατίνα Ευθυμίου 50€

στον αξέχαστο φίλο του ο Απόστολος Παπαγιάννης 50€

η οικογένεια Βασιλείου Σκαμάγκη 50€

η Βούλα Μπότσικα 100€

οι Ανδρέας Ρίζος και τα αδελφία του Ντίνα, Νίτσα, Βασίλης 200€

η ανιψιά του Γεωργία Ευθυμίου-Πατάκη 200€

τα παιδιά του Δημήτρη και Ουρανία 200€

η αδελφή του Κατίνα και ο Αλέκος Ευθυμίου 100€

οι Ανδρέας, Ντίνα, Νίτσα και Βασίλης Ρίζος 100€

η ανιψιά του Γεωργία Ευθυμίου-Πατάκη 100€

οι Σάκης και Δήμητρα Τριβιζά 50€

ο Θανάσης Σκαμάγκης 50€

ο Γιώργος Ζιαγγουδάς 50€

ο Γιώργος Αθαν. Κοτρωνιάς 20€

η οικογένεια Μιχάλη και Αμαλίας Γώγου-Μαλάμου 50€

ο Τζίμης και η Μάρσι Φελάι 50€

ο Δημήτρης Ρίζος και η Σταυρούλα Ρίζου 50€

οι Ανδρέας Ρίζος και τα αδελφία του Ντίνα, Νίτσα, Βασίλης 100€

οι Νίκος και Χαρούλα Δήμου 50€

η οικογένεια Μιχάλη και Αμαλίας Γώγου-Μαλάμου 50€

η αδελφή του Ερασμία Παναγιώτου-Aderson 500€

ο Κωνσταντίνος Αθ. Νέλλας (250€+130€) 380€

η Αριστεά Κολιολιού 100€

η σύζυγός του Σοφία Καλατζή 200€

Στη μνήμη Αικατερίνης Παπαθεοδώρου-Μητσοπούλου, η κόρη της Γεωργία Μητσοπούλου 60€

Στη μνήμη Ηλία Παπανικολάου ο αδελφός του Γεώργιος Παπανικολάου, Αθήνα 80€

Ροβολιαρίτικα Νέα
Τρίμηνη Έκδοση

ΙΔΙΟΚΤΗΣΙΑ: Πολιτιστικός Σύλλογος Ροβολιαριτών

Έδρα: Ροβολιάρι Φθιώτιδας

Γραφεία: Ταγιαπιέρα 3-5 Αθήνα Τ.Κ. 11525

Τηλ.: 210 6716 715 και 69 44 60 31 63

Α.Φ.Μ.: 090085976 • Δ.Ο.Υ.: Λαμίας

Εκδότης-Διευθυντής: Ηλίας Νέλλας

Γενικός Γραμματέας του Συλλόγου

*
Διοικητικό Συμβούλιο

(14 Αυγούστου 2024 έως 14 Αυγούστου 2027)

ΠΡΟΕΔΡΟΣ: Περράκη-Σκαμάγγη Δέσποινα, 69 74 11 36 86
& 210 425 43 25

ΑΝΤΙΠΡΟΕΔΡΟΣ: Σκαμάγκη Σοφία 69 77 22 77 87 & 22 410 726 41

ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ: Νέλλας Ηλίας, Δημ. +30 2106716715 & +30 6944603163

ΤΑΜΙΑΣ: Τσιώλη Βασιλική 69 77 74 6898 & 27 440 640 65

ΕΦΟΡΟΣ: Νατάσα Μουκάκου 69 45 13 61 07 & 22 410 91 261

ΜΕΛΟΣ για ΝΕΟΛΑΙΑ: Πισσώνης Πέτρος 69 78 14 27 81 + 24 10 62 57 37

ΜΕΛΟΣ για ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ-ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑ: Σακελλάρης Δημήτρης
690 821 34 53 + 0041 79 90 94 307

*
Ηλεκτρονική σελιδοποίηση-διορθώσεις-εκτύπωση:

Εκδόσεις - Γραφικές Τέχνες ΚΑΡΠΟΥΖΗ

Καρπούζη Αριστέα & Υιοί Ο.Ε.

Θεοδοσίου 23 Ίλιον 131 21 • Τηλ.: 210 2619003

e-mail:karpouzi@otenet.gr

*
Ενημέρωση

- Τα ενυπόγραφα κείμενα αντιπροσωπεύουν τις απόψεις και το ύφος γραφής των συγγραφέων τους. Διατηρείται όμως το δικαίωμα συντόμευσης εκτεταμένων κειμένων.
- Τα υπόλοιπα κείμενα είναι ευθύνη της Σύνταξης και του Δ.Σ.
- Οι συνδρομές να στέλνονται στην ταμία του Συλλόγου.
- Η εφημερίδα δέχεται διαφημίσεις.
- Για να δημοσιευτούν: Γάμοι, Βαπτίσεις, ή άλλες κοινωνικές ειδήσεις **χρειάζεται** γραπτή ενημέρωση.
- Για αλλαγή της διεύθυνσής σας, ενημερώνετε απευθείας τις εκδόσεις **Καρπούζη**, ή οποιοδήποτε μέλος του Δ.Σ.

*
Παρατηρούνται επιστροφές. Βοηθήστε μας να σας ενημερώνουμε.

Η συνδρομή σας είναι η δύναμή μας

Στείλτε τη συνδρομή σας στον ΤΡΑΠΕΖΙΚΟ ΛΟΓΑΡΙΑΣΜΟ

ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ: ΕΘΝΙΚΗ ΤΡΑΠΕΖΑ: 825/001976-35

ή GR94 0110 8250 0000 8250 0197 635

από οποιαδήποτε άλλη Τράπεζα ή

απευθείας στην Ταμία, την Πρόεδρο, τον Γραμματέα

όταν τους συναντάτε,

ή στην Ουρανία Ρίζου στο χωριό

ή κατά τις συναντήσεις μας: Λαϊκό Πανηγύρι και Συνεστιάση.

ΧΡΗΣΙΜΑ ΤΗΛΕΦΩΝΑ

ΚΑΦΕΝΕΙΟ: ΟΥΡΑΝΙΑ ΡΙΖΟΥ 69 80 79 38 09

ΓΡΑΦΕΙΟ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑΣ: Τηλ. & FAX: 22 360-92 877

ΑΣΤΥΝΟΜΙΑ: 22 360-22 222 & 22 225 & 23 700

ΝΗΠΙΑΓΩΓΕΙΟ: 22 360-22 775

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ: 22 360-22 213

ΓΥΜΝΑΣΙΟ: 22 360-22 314

ΛΥΚΕΙΟ: 22 360-22 555 & 22 360-23 481

ΔΑΣΟΝΟΜΕΙΟ: 22 360-22 236

ΔΕΗ: 22 360-22 247 Βλάβες 22 360-23 677

ΕΘΝΙΚΗ ΤΡΑΠΕΖΑ: 22 360-22 122 & 22 360-22 383

ΙΚΑ: 22 360-22 242

ΚΕΝΤΡΟ ΥΓΕΙΑΣ: 22 363-50 000

ΤΑΞΙ: 22 360-22 441

ΠΥΡΟΣΒΕΣΤΙΚΗ: 22 360-23732 - 23 733-22 299

ΤΡΑΠΕΖΑ ΠΕΙΡΑΙΩΣ & ΑΓΡΟΤΙΚΗ: 22 360-22 225 & 23 700

ΤΑΒΕΡΝΑ: Παπαθεοδώρου Νίκος 22 360-22 937

ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ: Αργυρίου Βασ. 22 360-22 240

Βασιλείου Χρήστος 22 360-22 671

Κελεσιάδου-Κούτρα Ευσ. 22 360-22 766

Λαμπρακόπουλος Χαρ. 22 360-22 384

ΔΗΜΑΡΧΕΙΟ: έδρα Σπερχειάδα

Ιστότοπος Δήμου: www.dimosmakrakomis.gov.gr

Τηλεφωνικό Κέντρο: για όλες τις Υπηρεσίες 22 363-50 200

Δήμαρχος: Γραφείο (κ. Γκόλφη) 22 363-50 250 - F 50 202

Δημοτικό Συμβούλιο: 22 363-50 201 - F 50 221

Νομική Υπηρεσία: 22 363-50 208

Τεχνική Υπηρεσία: 22 363-50 213 & 50 255 - F 50 259

Διευθυντής: 22 363-50 210 - F 22 363-50 211

ΚΕΠ: 22 363-50 100 & 223 & 224 F 226

ΚΕΦ: 22 363-50 218

Αντιδήμαρχοι, Σπερχειάδα: 22 363-50 243 & 245

Δημοτική Ενότητα Μακρακώμης: 22 363-50 100

Αντιδήμαρχος Ενότητας Μακρακώμης: 22 360-23 450

Δημοτική Ενότητα Αγίου Γεωργίου: 22 363-50 308 & 309

Αντιδήμαρχος Ενότητας Αγίου Γεωργίου: 22 363-50 313

Δημοτολόγιο (Σπερχειάδα): 22 363-50 228

Δημοτολόγιο - Ληξιαρχείο: 22 363-50 227 - F 50 211

Πρωτόκολλο (Σπερχειάδα): 22 363-50 209 - F 50211

Οικονομική Υπηρεσία: 22 363-50 215 & 203 & 244

Ταμειακή Υπηρεσία: 22 363-50 112 - F 22 363-50 112

Κοινωνική Προστασία: 22 360-45 172 και F 45 172

Καλοκαίρι στο χωριό: η αξία του πράσινου Ευεργετήματα από την παράταση της παραμονής μας στο χωριό!

Συνέχεια από την 1η σελ.

πιο ισχυρή σε ό,τι αφορούσε αναπνευστικές νόσους, καρκίνο και νεφροπάθειες ενώ τα αποτελέσματα δεν φάνηκε να επηρεάζονται από παράγοντες όπως το εισόδημα, το βάρος ή το κάπνισμα.

• **Πράσινο και ψυχική υγεία.** Περαιτέρω ανάλυση έδειξε ότι παράμετροι όπως η καλύτερη ψυχική υγεία, οι πιο έντονες κοινωνικές επαφές, τα υψηλότερα επίπεδα φυσικής δραστηριότητας και η μείωση της έκθεσης στην ατμοσφαιρική ρύπανση που προσφέρει το πράσινο στη φύση ή στα πάρκα ήταν αυτές που έκαναν τη διαφορά μεταξύ (κυριολεκτικώς) ζωής και θανάτου. Οι ερευνητές εκτιμούν ότι, μεταξύ άλλων, οι πτητικές οργανικές ενώσεις που εκλύονται από τα φυτά και εισπνέονται από τους ανθρώπους βοηθούν τον οργανισμό ενισχύοντας το ανοσοποιητικό σύστημα μέσω της αύξησης του αριθμού και της δραστηριότητας των φυσικών φονικών κυττάρων του, τα οποία αποτελούν την πρώτη γραμμή άμυνας ενάντια στους επικίνδυνους «εισβολείς» όπως ο καρκίνος (έρευνα, παρακολούθηση και μελέτη 2000 - 2008 του Πανεπιστημίου του Harvard επί 40 χρόνια σε 100.000 γυναίκες).

• **Το πράσινο λαχείο:** Πρόσφατη έρευνα στη Βρετανία (Πανεπιστήμιο του Έξετερ, αφορούσε στην ψυχική υγεία) έδειξε ότι όσοι έμεναν κοντά σε πράσινο ανέφεραν λιγότερο στρες, ακόμη και όταν ελήφθησαν υπόψη παράγοντες όπως το εισόδημα, το επίπεδο μόρφωσης και η εργασία (παράγοντες που επίσης συνδέονται με καλή ψυχική υγεία). Ακόμη και όταν κάποιος μετακομίζει από γειτονιά χωρίς πράσινο σε γειτονιά με περισσότερους χώρους πρασίνου, τα οφέλη στην ψυχική υγεία που αποκομίζει διαρκούν πολύ. Κάνει το άτομο να δηλώνει πιο ευτυχισμένο τουλάχιστον επί τρία έτη έπειτα από αυτή - μάλιστα το αίσθημα της ευχαρίστησης γιγαντωνόταν όσο περνούσαν τα χρόνια. Σημειώνεται ότι, σύμφωνα με μελέτες, η ευτυχία τού να κερδίσει κάποιος το λαχείο κρατά το πολύ ένα έτος!

• Ολλανδοί ερευνητές ανακάλυψαν το 2009 χαμηλότερη συχνότητα εμφάνισης 15 ασθενειών όπως: κατάθλιψη, άγχος, καρδιοπάθειες, διαβήτης, άσθμα και ημικρανίες σε άτομα που ζούσαν σε απόσταση περίπου ενός χιλιομέτρου από χώρους πρασίνου.

• Καναδοί ερευνητές βρήκαν ότι όσοι ζούσαν σε περιοχές με περισσότερα δέντρα εμφάνιζαν καλύτερη καρδιακή αλλά και μεταβολική υγεία, αντίστοιχη με εκείνη που θα συνδεόταν με ετήσια αύξηση του

εισοδήματός τους της τάξεως των 20.000 δολαρίων.

• **Πράσινο και καλές σχολικές επιδόσεις:** τα παιδιά που ζούσαν πιο κοντά σε πάρκα εμφάνιζαν καλύτερη μνήμη και λιγότερη διάσπαση προσοχής σε σύγκριση με τα υπόλοιπα. Οι χώροι πρασίνου δίνουν στα παιδιά την ευκαιρία να αναπτύξουν τη δημιουργικότητά τους ενώ συγχρόνως μειώνουν την έκθεση στη ρύπανση του περιβάλλοντος και στον θόρυβο αλλά βοηθούν συγχρόνως και στην αύξηση της σωματικής δραστηριότητας - όλοι αυτοί οι παράγοντες συνδέονται με βελτίωση της ψυχικής ανάπτυξης των παιδιών (έρευνα έγινε σε σχολεία της Βαρκελώνης και δημοσιεύτηκε στην επιστημονική επιθεώρηση Proceedings of the National Academy of Sciences).

• **Πράσινο και ελλειμματική προσοχή.** Παιδιά με ΔΕΠΥ (Διαταραχή Ελλειμματικής Προσοχής και Υπερκινητικότητας) τα οποία περπάτησαν σε πάρκο παρουσίασαν σε τεστ που αξιολογούσαν την προσοχή τους πολύ καλύτερη συγκέντρωση από άλλα παιδιά με το ίδιο πρόβλημα και τα οποία απλώς περπάτησαν στο κέντρο της πόλης ή σε οικιστική περιοχή.

• **Πράσινο και παιδική παχυσαρκία.** Όσο αυξάνεται το πράσινο στην πόλη τόσο μειώνεται ο δείκτης παιδικής παχυσαρκίας ενώ τα νέα είναι καλά ακόμη και για τα αγέννητα παιδιά. Και αυτό διότι το πράσινο και το πάρκο μεταφράζεται σε χαμηλότερη αρτηριακή πίεση των εγκύων καθώς και σε καλύτερο βάρος γέννησης των νεογνών. Είναι γνωστό ότι η πρόσβαση σε χώρους πρασίνου αυξάνει τη φυσική δραστηριότητα κατά περίπου 40%, κυρίως στα παιδιά.

• **Το πράσινο «φάρμακο» για ηλικιωμένους.** Πρόσφατες μελέτες μαρτυρούν ότι η επαφή ασθενών με άνοια (η μάλιστα των ηλικιωμένων) με τη φύση μπορεί να μειώσει τις αρνητικές συμπεριφορές, όπως ο έντονος θυμός, ως και κατά 19%. Άλλα ερευνητικά στοιχεία δείχνουν καλύτερα μοτίβα ύπνου, ορμονική ισορροπία και μείωση των επιθετικών συμπεριφορών στα άτομα με άνοια που επισκέπτονται χώρους πρασίνου. Και βέβαια καλύτερη κοινωνική συμπεριφορά αφού ας μην ξεχνούμε ότι πάρκο σημαίνει κοινωνικές σχέσεις, σημαντικές στις απρόσωπες μεγαλουπόλεις.

• **Η θέα των καμπυλών του ορίζοντα.** Τέλος θα θέλαμε να θυμίσουμε εδώ το κείμενο που δημοσιεύσαμε στο φύλλο μας 120 με τίτλο «Ατενίζοντας τον Ορίζοντα» και αναφέρεται στις ευεργετικές συνέπειες στον εγκέφαλό μας και τα συναισθήματά μας, τού να σηκώνουμε το κεφάλι μας και να κοιτάζουμε τον ορίζοντα βλέποντας παντού καμπύλες.

Ηλίας Νέλλας (φύλλο 123, 2016)

ΣΥΝΔΡΟΜΕΣ

Αναγνώστου Ηλίας Κων.	50€
Αναγνώστου Ηλίας (Σουσουλιάς)	30€
Αναγνώστου Φώτης Ιωάν.	20€
Αποστόλου Μελίνα, Αθήνα	20€
Βασιλείου Κώστας, Μακρακώμη.....	20€
Δημητρίου Δέσποινα	10€
Δήμος Αθανάσιος Ιωάν.	50€
Δήμου Ελένη Πέτρ.	50€
Μανιφάβας Δημήτριος	15€
Μαρδίκης Κωνσταντίνος Μιχ.	10€
Μελίσσης Παναγιώτης	10€
Μήλιου Μάρθα, Ροβολiάρι	20€
Μουκάκου-Βλάχου Σταυρούλα	40€
Μουργελάς Γεώργιος/Σπυροπούλου Κων/να	10€
Νέλλας Βασίλειος Σερ., Αθήνα	100€
Νέλλας Παναγιώτης Σερ., Αθήνα	50€
Παπαθεοδώρου Φωτεινή	20€
Παπαθεοδώρου Κωνσταντίνος	20€
Παππάς Γιάννης, Πτελέα	10€
Ρίζος Ηλίας του Κων., Αθήνα	50€
Σκαμάγγη Βούλα, Ροβολiάρι	20€
Σκαμάγκης Αθανάσιος, Ροβολiάρι	50€
Τσιρογιάννης Γεώργιος του Αθ.	20€
Τσιώλη Ιωάννα του Θωμά	10€
Τσιώλη Μαρία του Θωμά	40€
Φελαί Μάρτζι, Λαμία	20€

ΠΡΟΣΦΟΡΕΣ - ΣΥΝΔΡΟΜΕΣ ΕΙΣ ΜΝΗΜΗΝ ΥΠΕΡ ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ

- ➡ **Η Μαρία και ο Δημήτρης Ρίζος**
στη μνήμη της μητέρας τους Θωμαΐτσας .. 50€
- ➡ **Η Ελένη Ουρανού-Σκαμάγκη**
στη μνήμη Θωμαΐτσας Ρίζου 50€
- ➡ **Η Βασιλική και η Κωνσταντίνα Καλαντζή**
στη μνήμη των γονέων τους
Ευάγγελου και Σοφίας 300€

ΣΥΝΔΡΟΜΕΣ ΣΤΟΝ ΤΡΑΠΕΖΙΚΟ ΛΟΓΑΡΙΑΣΜΟ ΜΑΣ

Παπαθανασίου Στυλιανή και Αντώνης	
στις 28/02/2025 ποσό	20€
Ρίζος Δημήτριος του Αποστ. και Σταυρούλα	
Γεωργοπούλου στις 02/03/2025 ποσό	50€

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: είναι σημαντικό να βάξετε και το πατρώνυμο για να μην μπερδεύομαστε με τις συνωνυμίες μια και υπάρχουν πολλές στο χωριό μας.

Όλα όσα χρειάστηκε να γνωρίζω τα έμαθα στο Νηπιαγωγείο

του Robert Fulghum

Ο Ρόμπερτ Φούλγκαμ (1937 ΗΠΑ) είναι Αμερικανός συγγραφέας, φιλόσοφος, δημόσιος ομιλητής αλλά στη ζωή του έχει εργαστεί και ως αγελαδοβοσκός, τραγουδιστής δημοτικών τραγουδιών, πωλητής, επαγγελματίας ζωγράφος, ιερέας, δάσκαλος καλλιτεχνικών μαθημάτων, πατέρας και πολλές άλλες εργασιακές δραστηριότητες.

Το 1988 έγραψε και κυκλοφόρησε το βιβλίο του με τον τίτλο «Όλα όσα χρειάστηκε να γνωρίζω τα έμαθα στο Νηπιαγωγείο» (All I Really Need to Know, I Learned in Kindergarten) το οποίο υπήρξε για δύο χρόνια πρώτο στον κατάλογο των ευπώλητων στην Αμερική.

Έχει πουλήσει 17 εκατ. αντίτυπα, είναι μεταφρασμένο σε 27 γλώσσες και κυκλοφορεί σε 103 χώρες.

Στα 87 του χρόνια μοιράζεται τον χρόνο του μεταξύ Γιούτα (ΗΠΑ) και Κρήτης.

Η σοφία, γράφει, δεν βρίσκεται στην κορυφή του βουνού των μεταπτυχιακών σπουδών αλλά στο σκάμμα άμμου του Νηπιαγωγείου. Αυτά είναι που έχω μάθει από το νηπιαγωγείο και ισχύουν διά βίου.

- **Να μοιράζεσαι το κάθε τι.**
- **Παίξε δίκαια.**
- **Να μη χτυπάς τους άλλους.**
- **Να βάξεις τα πράγματα πάλι εκεί από όπου τα πήρες.**
- **Να τακτοποιείς τις τσαπατσουλές στον χώρο σου.**
- **Μην παίρνεις πράγματα που δεν είναι δικά σου.**
- **Να λες ΜΕ ΣΥΓΧΩΡΕΙΤΕ** όταν πληγώνεις κάποιον.
- **Να τραβάς το καζανάκι της τουαλέτας.**
- **Να πλένεις τα χέρια σου πριν φας.**
- **Τα ζεστά θουτήματα και το κρύο γάλα ή τα κρύα ροφήματα σου κάνουν καλό.**
- **Η ζωή σου να είναι ισορροπημένη: να μαθαίνεις κάτι παραπάνω, να σκέφτεσαι λίγο ακόμη, να σχεδιάζεις, να ζωγραφίζεις, να τραγουδάς, να χορεύεις, να παίζεις και να εργάζεσαι καθημερινά από λίγο.**
- **Να κοιμάσαι για λίγο κάθε απόγευμα.**
- **Όταν βγαίνεις στον έξω κόσμο να προσέχεις την κυκλοφορία, να είσαι πιασμένος χέρι-χέρι με τον γονιό, τον φίλο/τη φίλη και να είστε μαζί, δηλαδή να έχεις τη συντροφιά κάποιου.**
- **Θαύμα! Σκέψου το μικρό σποράκι στο διάφανο πλαστικό ποτηράκι: οι ρίζες του πάνε προς τα κάτω και η θλάστηση προς τα επάνω και κανείς δεν αναρωτιέται για το πώς και γιατί. Όλοι μας είμαστε κάπως έτσι.**
- **Να θυμάσαι μια από τις πρώτες μεγάλες λέξεις που έμαθες: παρατήρησε.**
- **Το χρυσόψαρο στη γυάλα, το χαμστεράκι που φροντίζεις και το σποράκι, κάποια στιγμή πεθαίνουν. Το ίδιο συμβαίνει και σε εμάς.**
- **Το κάθε τι που χρειάζεται να μάθεις είναι κάπου δίπλα σου: ο Χρυσός Κανόνας, η Αγάπη και η βασική Υγιεινή. Η Οικολογία, η Πολιτική, η Ισότητα και η Υγιεινή Ζωή.**

ΠΩΛΕΙΤΑΙ

Οικία στο Ροβολiάρι 140 τ.μ.
τριών επιπέδων, επιπλωμένη:
υπόγειο με καλοριφέρ, ισόγειο με τζάκι,
μεγάλο σαλόνι κουζίνα,
δύο υπνοδωμάτια, μπάνια
και άνω όροφο
με δύο κρεβατοκάμαρες, σαλόνι.
Δύο αποθήκες και χώρο στάθμευσης.
Δρύινη κατασκευή, μονώσεις.
Φτιαγμένη με μεράκι. Αξίζει να τη δείτε.
Τιμή λογική.
τηλ.: 69 45 34 40 64

Συνεστίαση με τροποποίηση του Καταστατικού Κοπή πίτας του Συλλόγου και διασκέδαση

Την Κυριακή 23 Φεβρουαρίου είχαμε τη χειμερινή μας συνάντηση στην TABERNA του ΚΟΤΡΩΝΙΑ. Με την ευκαιρία αυτής της συνάντησής μας πραγματοποιήσαμε και έκτακτη Συνέλευση για τροποποίηση του Καταστατικού του Συλλόγου. Έγινε η ψηφοφορία και θα ολοκληρωθεί με νομικό εκπρόσωπό μας στο Πρωτοδικείο Λαμίας.

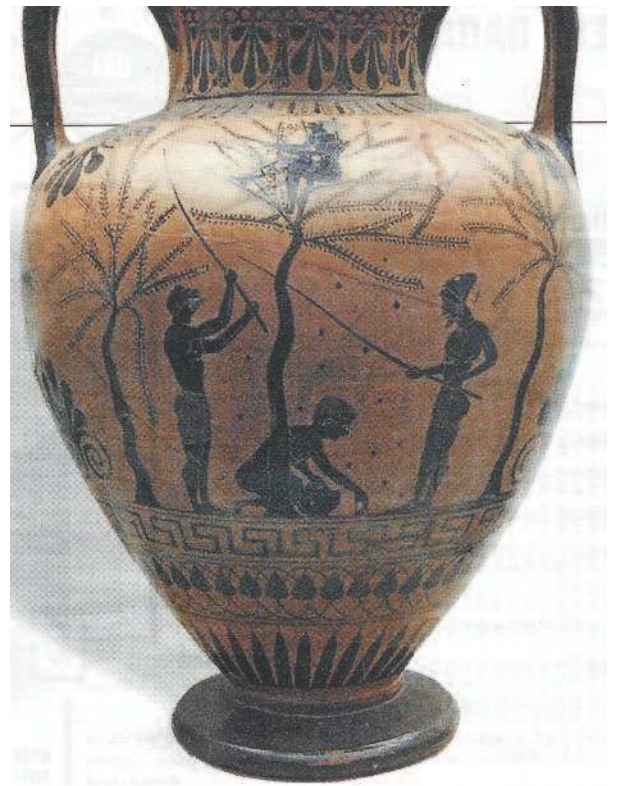
Στη συνέχεια κόψαμε την πρωτοχρονιάτικη πίτα μας, μοιράσαμε σε όλους τους παρευρεθέντες ξεχωριστό κομμάτι, επιλέξαμε τα φαγητά μας και μετά διασκεδάσαμε από καρδιάς.

Ήταν μια καλή ευκαιρία να ξανά ανταμώσουμε όλοι μαζί, να ευχηθούμε, να κουβεντιάσουμε και να διασκεδάσουμε.



ΛΑΘΟΣ ΜΙΑ ΑΡΧΑΙΑ ΚΛΗΡΟΝΟΜΙΑ

Η διαιώνιση της δουλείας



**Αρχαίο μελανόμορφο αγγείο
με εργαζόμενους δούλους στο μάζεμα ελιάς**

Όλες οι πρόοδοι του ανθρώπου επί της γης μάς ήρθαν ύστερα από σκληρή εργασία του μυαλού και του μυϊκού μας συστήματος.

Οι αρχαίοι πρόγονοί μας επινόησαν τη δουλεία για να γίνονται οι αναγκαίες εργασίες επιβίωσης και όχι μόνο. Εμείς οι απόγονοί τους, για ανθρωπιστικούς λόγους, καταργήσαμε μεν τη δουλεία αλλά τη συνεχίζουμε με μια μικρή διαφορά. Αλλάξαμε τον τόνο και **η δουλεία έγινε δουλειά**.

Έτσι, το μεγάλο προνόμιο του ανθρώπου **να μεγαλουργεί με την εργασία του** το ενσωματώσαμε λάθος και το αντιμετωπίζουμε ως δουλεία. Αυτός είναι και ο λόγος της κακής μας σχέσης με την εργασία. Από την αρχή του εργασιακού μας βίου σκεφτόμαστε το πότε θα συνταξιοδοτηθούμε για να απολαμβάνουμε τους κόπους της εργασίας των άλλων!!!

ΣΤΑΧΤΗ

Κάποτε μια μπόμπα έκανε στάχτη τη Χιροσίμα,
αλλά δεν είπα τίποτα...
Είναι τόσο μακριά η Χιροσίμα απ' τον τόπο μου...

Κάποτε φύτεψαν πυρηνικά όπλα στην Ευρώπη,
αλλά δεν είπα τίποτα...
Τι δουλειά έχει το χωριό μου με την Ευρώπη...

Προχτές, δυο μπόμπες έκαναν στάχτη το χωριό
της γυναικας μου που είναι στα σύνορα,
αλλά δεν είπα τίποτα.
Δεν πειράζει, θα ζήσουμε στο δικό μου χωριό στο νότο...

Σήμερα μια μπόμπα έκανε στάχτη το χωριό μου ολόκληρο,
και πάλι δεν είπα τίποτα...
ΔΕΝ ΠΡΟΦΤΑΣΑ ΝΑ ΠΩ ΤΙΠΟΤΑ, ΕΙΧΑ ΓΙΝΕΙ ΣΤΑΧΤΗ ΚΙ ΕΓΩ.

Αφιερώνεται στους κάθε λογής εφησυχάζοντες!
Σκεφτείτε να αντικατασταθούν οι υπογραμμισμένες λέξεις ή φράσεις με τη φράση κοινωνικοοικονομικές ανισότητες, που είναι το πρόβλημα της εποχής μας, που καταλήγουμε!

Το έφηβο παιδί μου κι εγώ ή αλλιώς “Μαμά, είσαι μπούμερ”

Σημερινοί έφηβοι. Προσπαθώ να τους πλησιάσω. Δε δέχομαι να μου καταλογίζουν την έλλειψη επικοινωνίας. Τουλάχιστον όχι σ' αυτήν την εποχή, που είναι διάχυτη από μέσα επικοινωνίας. **Δεν αρνούμαι την τεχνολογία. Τη φοβάμαι. Παρά ταύτα χτίζω γέφυρες.** Δικτυώνομαι κι εγώ, όσο βέβαια μπορώ, στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, βλέπω βιντεάκια, παρακολουθώ ινφλουένσερς (επιδραστικούς), αφήνω τον εαυτό μου να χαζεύει τους διάφορους γυμναστηριακούς τύπους που αποτελούν τα πρότυπα των σημερινών εφήβων να μιλούν για τους ενδεδειγμένους τρόπους αυτοβελτίωσης των νεαρών ακροατών τους. Πάνω απ' όλα φυσικά, η εικόνα. Τους ακούω να σκοτώνουν την ελληνική γλώσσα. Θυμώνω, αλλά δε μιλάω. Συνεχίζω να είμαι κοντά τους, γελώντας μαζί τους για ό,τι θεωρούν εκείνοι αστείο (ενίοτε λένε και κάτι πετυχημένο...). Στο τέλος της ημέρας κι ενώ φαινομενικά τα έχω καταφέρει, επιχειρώ να αστείευτώ με όσα έχω καταλάβει κι ακούω: “Μαμά, είσαι μπούμερ!”

Το λένε για να το πουν; Για να μου δείξουν πόσο διαφέρουμε ηλικιακά*; Ίσως. Μήπως απλά θέλουν να φαίνεται ότι ακολουθούν τη γλώσσα του συρμού; Όποια κι αν είναι η απάντηση δεν τα παρατάω. Η ζωή γι' αυτούς τους εφήβους, και φυσικά για όσους επόμενους, διαγράφεται δύσκολη και θα ήθελα να είμαι δίπλα τους κι όχι απέναντί τους με τιμωρητικές συμπεριφορές κι απαγορεύσεις.

Τους βλέπω λοιπόν να θυθίζονται στην οθόνη. Θλιβομαι. Η ζωή που υπάρχει έξω δεν τους αφορά. Λ.χ. Ήρθαν φέτος τα χελιδόνια να σημάνουν την άνοιξη; Κατάφεραν οι αμυγδαλιές ν' ανθίσουν; Δεν περιμένω απάντηση. Άραγε στη δική μου εφηβεία με ένοιαζε ο ερχομός της άνοιξης;

Αναφέρουν ωστόσο, κάτι περίεργο που είδαν να κυκλοφορεί στο διαδίκτυο, αστεύονται με την πολιτική της κυβέρνησης, παθαίνονται με τα κακώς κείμενα, ξέρουν τις εξελίξεις για τα Τέμπη, συμμερίζονται κάποιες από τις ακραίες απόψεις του Τραμπ, έχουν τις πληροφορίες που χρειάζονται για να με αντιμετωπίσουν ως μεγάλο. Πολλές φορές μάλιστα διαπιστώνω ότι είναι πιο ενημερωμένοι απ' όσο θα έπρεπε. Έχουν επιχειρήματα, έστω και σαθρά, προϊόντα ημιμάθειας τις περισσότερες φορές. Είναι όμως, ευτυχισμένοι με όσα περνούν στιγμιαία από τα χέρια τους, με όσα αντικρίζουν τα αθάνατα μάτια τους; Τους ενδιαφέρουν πράγματι τα όσα διαβάζουν και πολύ περισσότερο τους αγγίζουν; Πολύ φοβάμαι το ότι όσο διαρκεί το πέρασμα μίας εικόνας από τα μάτια τους τόσο βαστά κι η επίδραση στον συναισθηματικό τους κόσμο. Δηλαδή, κάποια λίγα κλάσματα του δευτερολέπτου.

Χάθηκε, λένε, το συναίσθημα. Κάποτε η εικόνα ισοδυναμούσε πράγματι με χίλιες λέξεις. Η εικόνα ενός παιδιού που λιμοκτονούσε

στην Αφρική χαρασσόταν στη μνήμη μας ανεξίτηλα, τόσο που μας έστελνε στα περίπτερα της UNICEF να αγοράσουμε κάρτες προς ενίσχυση των αναξιοπαθούντων. Τώρα; Χίλιες εικόνες, λιγοστές λέξεις και ακόμα πιο λίγα συναισθήματα. Συγκινούμαστε πρόσκαιρα και την επόμενη στιγμή γελάμε. Βρίσκουμε ικανοποίηση σε ένα άλλο σκηνικό, πιο χαρούμενο, σε μια άλλη εικόνα, σ' ένα τοπίο των μαγευτικών διακοπών που πέρασε ένας διάσημος στο ονειρεμένο Ντουμπάι. Ξεχνάμε τι είδαμε πιο πριν και σπάνια εμβαθύνουμε. Επιτρέπουμε στους κακοθελητές να παίζουν με το μυαλό μας και κυρίως να μας υπνωτίζουν για να μην σκεφτόμαστε.

Κι οι έφηβοι; Η σκεπτόμενη νεολαία που θ' αναλάβει τα ηνία του κόσμου μετά από εμάς; Στον λήθαργο κι αυτή. Έρμαιο των εικόνων. Με το κινητό ανά χείρας. Θα καταφέρουν οι νέοι αυτοί να αντιληφθούν τι συμβαίνει; Θα στρέψουν τα μάτια τους προς τη φύση, προς τη Μητέρα Γη που δονείται κάτω από τα πόδια τους και που στενάζει κάτω από το βάρος των τεχνολογικών επιτευγμάτων που την έχουν καταντήσει έναν ατελείωτο σκουπίδοτοπο; Αναρωτιέμαι και μέσα μου το εύχομαι, γιατί το ποτάμι δε γυρίζει πίσω κι όλη αυτή η τεχνολογική εξέλιξη δεν μπορεί με κάποιον τρόπο να αναχαιτιστεί. Έως τότε, εμείς, η γενιά των μπούμερς ας καταβάλλουμε φιλότιμες προσπάθειες να κατανοήσουμε τους μικρούς μας εφήβους που βιάζονται να μεγαλώσουν κι ας προσαρμοστούμε στα νέα δεδομένα. Προσαρμοζόμαστε, γιατί αλλιώς χανόμαστε.

ΣΗΜ.: boomer (μπούμερ): είναι μια ατάκα που χρησιμοποιείται για να ειρωνευτεί κάποιον (κυρίως στο διαδίκτυο). Συνήθως αποτελεί απάντηση σε σχόλιο κάποιου που εκφράζει την άποψή του, η οποία με τα σημερινά δεδομένα θεωρείται στερεότυπη. Η απάντηση που λαμβάνει είναι “ok boomer”. Με ελεύθερη μετάφραση το νόημα είναι παρόμοιο με την ειρωνική ατάκα “εντάξει ό,τι πεις”.

Σοφία Σκαμάγκη, φιλόλογος

ΣΗΜΕΙΩΣΗ ΤΗΣ ΣΥΝΤΑΞΗΣ: Στα Αγγλικά, που, ατυχώς, τελικά κατέληξε παγκόσμια γλώσσα, η κατάταξη των ηλικιών σε γενεές αρχίζει από την πιο πρόσφατη. Ονομάζεται γενιά Α (γεννημένοι μεταξύ 2013 και 2025). Ήδη μπαίνουμε στη γενιά Β. Ακολουθούν: η γενιά Ζ – το τελευταίο γράμμα του αγγλικού αλφάβητου – (γεννημένοι μεταξύ 1997 και 2012), οι millennials ή γενιά Υ (γεννημένοι μεταξύ 1981 και 1996), η γενιά Χ (γεννημένοι μεταξύ 1965 και 1980, οι baby boomers (γεννημένοι μεταξύ 1946 και 1964). Οι Boomers πήραν αυτό το όνομα επειδή αυτή την περίοδο γεννήθηκαν πολλά μωρά λόγω των απωλειών του δεύτερου παγκόσμιου πολέμου. Ακολουθεί η σιωπηλή γενιά – silent generation – (γεννημένοι μεταξύ 1925 και 1945), η μεγάλη γενιά – great generation – (γεννημένοι μεταξύ 1900 και 1925) και τέλος η χαμένη γενιά – lost generation – (γεννημένοι μεταξύ 1880 και 1900).

Μια στο Καρφί και μια στο Πέταλο...

Μετά τη θετική αύρα του σχολίου μας στο προηγούμενο φύλλο ακολουθεί... μια μεγάλη πανευρωπαϊκή έρευνα που αποκαλύπτει ότι ως λαός παρουσιάζουμε ανώριμη ατομική, κοινωνική και πολιτική συμπεριφορά: καπνίζουμε πολύ, καταναλώνουμε μπόλικο αλκοόλ και λίγα φρούτα και λαχανικά, ασκούμεστε ελάχιστα.

Από το 2002 και κάθε δύο χρόνια διεξάγεται Ευρωπαϊκή Κοινωνική Έρευνα (ESS) Αξιών, Στάσεων και Συμπεριφορών. Η τελευταία έρευνα, 2 Φεβρουαρίου έως 9 Μαΐου 2024, υλοποιήθηκε, ολοκληρώθηκε, αξιολογήθηκε και δημοσιεύτηκε πρόσφατα από το Εθνικό Κέντρο Κοινωνικών Ερευνών.

Τα ευρήματά της είναι ανησυχητικά:

1. Είμαστε τα πρώτα φουγάρα στην Ευρώπη! Το 29,5% των Ελλήνων καπνίζουν περισσότερα από 10 τσιγάρα ημερησίως, με δεύτερους τους Σέρβους (26,9%), τρίτους τους Κροάτες (20,3%). Τελευταίοι έρχονται οι Σουηδοί (1,5%) προηγούνται οι Ισλανδοί (3,8%) και οι Νορβηγοί (4,6%).

2. Είμαστε δεύτεροι στην υψηλή κατανάλωση αλκοολούχων ποτών, μετά την Ιρλανδία. Το πιο ανησυχητικό είναι ότι νέοι ηλικίας 15 έως 29 ετών καταναλώνουν μεγάλες ποσότητες αλκοόλ εβδομαδιαίως.

3. Είμαστε στην τρίτη θέση από το τέλος στην άσκηση εβδομαδιαίως. Ασκούμεστε μόνο δύο μέρες την εβδομάδα κατά μέσο όρο. Ξεπερνάμε τους Ιταλούς και τους Πορτογάλους (1,9 ημέρες την εβδομάδα). Πρώτοι έρχονται οι Λιθουανοί (4,1 μέρες την εβδομάδα) με τους Γερμανούς, τους Φινλανδούς, τους Ελβετούς και τους Ολλανδούς στη δεύτερη θέση με 4 ημέρες την εβδομάδα.

4. Είμαστε τελευταίοι στην κατανάλωση φρούτων ή λαχανικών ημερησίως. Μόνο το 1,3% των Ελλήνων καταναλώνει 3-5 φορές την ημέρα φρούτα ή λαχανικά παρά το γεγονός ότι η ελληνική αγροτική παραγωγή μάς προσφέρει πληθώρα φρούτων και λαχανικών. Τσιμπολογάμε καθημερινά αυξημένες ποσότητες υπερεπεξεργασμένων τροφίμων (κουλουράκια, βουτηματάκια, γλυκά, παγωτά).

ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ:

Α. Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας και με πλήθος μελετών όλα αυτά (κάπνισμα, έντονη χρήση αλκοόλ, καθιστική ζωή, μειωμένη πρόσληψη φρούτων ή λαχανικών) είναι επιβλαβή για την υγεία.

Β. Οι συνήθειες αυτές διαφοροποιούνται ως προς το φύλο και την ηλικία.

Γ. Σε προηγούμενο φύλλο μας γράψαμε ότι τα παιδιά μας έρχονται δεύτερα στην Ευρώπη στην παχυσαρκία μετά τα ισπανόπουλα. Παλιά λέγαμε κοροϊδευτικά «Έρχεται ο χοντρός, πρώτα η κοιλιά του και ύστερα αυτός»!

Ηλίας Νέλλας



ΑΠΟΜΝΗΜΟΝΕΥΜΑΤΑ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ (Μήτσος) ΠΑΠΑΝΙΚΟΛΑΟΥ (1894-1983)

30ή συνέχεια

Χωριό: η καθημερινότητα και τα παντρολογήματα

Στο σπίτι βρήκα τη μητέρα μας, τον αδελφό μου Βασίλη με τη γυναίκα του και τα δύο παιδιά τους και την αδελφή μας τη Ζωή, ανύπαντρη. Δυστυχώς ο Γιώργος το παιδάκι του Βασίλη πέθανε το 1926 από κακοήγη πυρετό. Χάρηκαν όλοι που εδέησε να απολυθώ έπειτα από τόσα χρόνια.

Ήταν πλέον Μάιος και οι αγροτικές δουλειές σε ένταση. Άρχισα να πηγαίνω και εγώ στα χωράφια και τον ελεύθερο χρόνο μου έκανα παρέα με τους συνομηλικούς μου. Κάθε Κυριακή μετά την εκκλησία μαζευόμασταν στο μαγαζάκι του γαμπρού μας του Γάκη ή στου Γώγου και κερνιόμασταν κονιάκ ή τσίπουρο. Μπαίναμε στο κέφι και αρχίζαμε τα τραγούδια του τόπου μας καθώς και άλλα που είχαμε κλέψει από άλλες περιφέρειες. Ο Δημήτρης ο Κουφιώτης μας έμαθε το τραγούδι του Μενούση-Αγά που είχε την πλάκα του. Όλοι μας ήμασταν για παντρεία και νοιαζόμασταν για το ποιος θα πάρει την καλύτερη και με καλή προίκα. Έτσι άρχισαν και οι δικοί μου, κυρίως ο αδελφός μου ο Βασίλης, να με παρακινεί και να μου προτείνει την κόρη του Κωνσταντίνου Νέλλα που εθεωρείτο καλός νοικοκύρης και με καλή προίκα.

Στο πανηγύρι της Αγίας Παρασκευής (26 Ιουλίου) ήρθαν τα ξαδέρφια μου από τον Ασβέστη. Χορέψαμε το πρωί, μετά την λειτουργία στο πανηγύρι, φάγαμε το μεσημέρι στο μπαλκόνι του σπιτιού και κατά το βραδάκι που είχαν μαζευτεί και άλλοι συγγενείς έγινε συμβούλιο για το ποια πόρτα θα χτυπήσουν για νύφη. Είπε ο καθένας τις προτιμήσεις του για διάφορα κορίτσια αλλά επικράτησε η γνώμη του αδελφού μου του Βασίλη για τον Κώστα Νέλλα. Συμφωνούσα και εγώ μια και με το παιδί του, τον Ηλία, ήμασταν φίλοι από το σχολείο και στον στρατό βρεθήκαμε μαζί και είχαμε συμπάθεια μεταξύ μας. Πήγαινα στο σπίτι τους, ερχόταν και αυτός. Στη μεγάλη σύσκεψη πετάγεται ο γαμπρός μας ο Γάκης, που τα είχε κοπανίσει και λίγο, και είπε απαιτητικά: «Θα πάτε τώρα το βράδυ. Αυτές οι δουλειές γίνονται νύχτα για να μη μαθαίνει ο κόσμος και δεν στέρξουν».

Παίρνει, λοιπόν, τον ξάδερφό μου τον Κώστα από τον Ασβέστη και πήγαν αποβραδīs. Χτύπησαν την πόρτα, τους καλοδέχτηκαν και τους πρόσφεραν κρασί λόγω του πανηγυριού. Συζήτησαν διάφορα ακαδημαϊκά και όταν ήρθε η κατάλληλη στιγμή τους έσκασαν το παραμύθι. Ο γαμπρός μας ο Γάκης λέει στον μπάρμπα-Κώστα: «Ξέρεις μπάρμπα-Κώστα ήρθαμε στο σπίτι σου να ζητήσουμε την κόρη σου, την Βασιλική για τον κουνιάδο μου τον Μήτσο. Καθώς το γνωρίζετε είναι καλό παιδί. Και εμείς γνωρίζουμε ότι η Βασιλική είναι καλό κορίτσι και θα ζήσουν καλά. Τι λες μπάρμπα-Κώστα;»

Σκέφτηκε λίγο και τους λέει: «Πολύ ωραία παιδιά, αλλά θα πρέπει να συνεννοηθώ με τη γυναίκα μου και τα παιδιά μου και θα σας απαντήσω. Μέρρες περνούν, μέρες έρχονται και καμία απάντηση.

Στο μεταξύ με περιλαμβάνει ο Κ. Σκαμάγκης και με γυρνά για γαμπρό στα γύρω χωριά. Στο Περίβλεπτο αυτή που μου πρότεινε ήταν μαύρη, με πάχη και στα κουκιά λίγο ασυνεπείς. Ο χαζός εγώ ακολουθούσα τον Σκαμάγκη ενώ αυτός ήταν επαγγελματίας συμπεθερομάνος* και πήγαινε για αμοιβές από τα κορίτσια.

Εν τω μεταξύ σιωπούσαν ακόμη οι Νελλαίοι. Παρόλο που ο αδελφός της ο Ηλίας την παρότρυνε να πάρει ντε και καλά εμένα γιατί «αυτός

κάνει για σένα, εγώ τον γνώρισα από κοντά και μου αρέσει ο χαρακτήρας του».

Ίσως οι άνθρωποι να φρόντιζαν για κάτι καλύτερο εφόσον διέθεταν αρκετή προίκα (5.000 τότε ήταν πολλά χρήματα). Εγώ πάντως φρόντιζα πάντοτε να κάνω παρέα τον Ηλία και να φροντίζω μήπως και την ανταμώσω μόνη της στο δρόμο και να της πω ότι την αγαπώ. Αλλά ματαίως.

Μια μέρα, καθώς ερχόμουν από του Φώτη το Μποστάνι, στη θέση Φτελιά τη διέκρινα από τον δρόμο στο χωράφι τους με καλαμπόκια και φασόλια. Ήταν με τη μικρότερη την αδελφή της, την Ελένη και μάζευαν φασόλια. Φορούσε μια κόκκινη μαντίλα και λαμποκοπούσε ανάμεσα στα φασόλια. Αυτή η κοκκινάδα μου ερέθισε πάρα πολύ τα αισθήματά μου και όλο φρόντιζα να κάνω παρέα τα αδέρφια της Ηλία και Μήτσο για να νιώσουν ότι είχα συμπαθήσει όλη την οικογένειά τους και η μόνη μου απαίτηση ήταν να γίνει το συνοικέσιο.

Εν τω μεταξύ, κάποια μέρα με συναντά ο Πρασογιάννης, γείτονάς μας στου Φώτη το Μποστάνι, και μου λέει: «Μήτσο, ξέρεις τι σκέφτηκα για σένα και το κορίτσι του Κώστα Νέλλα, τη Βασίλω. Είναι καλό κορίτσι και ταιριάζετε». «Ευχαριστώ του λέγω, Μπαρμπαγιάννη, αλλά δεν πάω διότι κάποτε τους κάναμε μια πρόταση και δεν μας είπαν τίποτε ακόμη». «Κάτσε εσύ μου λέγει και εγώ θα σου τον φέρω στα νερά σου». Και καθώς ήταν τραμποδούρος* λέει στον πεθερό μου: «γιατί δεν το τελειώσατε το συνοικέσιο με τον Μήτσο Παπανικολάου;». Τότε εκείνος μурμούρισε κάτι και λέγει: «ας έρθουν να τα τελειώσουμε». Έτσι τον κατάφερε, διότι όπως σας είπα ήταν διαολεμένος και τον έστειλε στο σπίτι μας μια Κυριακή μετά την εκκλησία. Κάθισε λοιπόν και μας είπε: «τώρα που όλοι μας συμφωνούμε να γίνουμε συγγενείς, τι απαιτήσεις έχετε;». Τότε του απάντησα: «Μπάρμπα-Κώστα, ό,τι έχεις κανονίσει για το κορίτσι σου. Εμείς δεν κάνουμε παζάρια». Απαντάει τεσσαερισήμισι χιλιάδες. «Σύμφωνοι του απαντώ, αλλά πώς εγώ άκουσα για πέντε;» «Ε, μου λέει, εφόσον επιμένεις θα σου δώσω και μια δαμάλα*, τη Λιάρα, και ένα χωράφι στο λειβαδάκι πολύ πλαγερό, που κατόπιν το ονόμασα Κωλογλέπει για το λόγο ότι όταν μια γυναίκα έσκαβε πάνω από εσένα και εσύ ήσουν πιο κάτω θα έβλεπες τον πισινό της. Εκείνη την εποχή το βρακί σπάνιζε στις γυναίκες. Έβαλα τη φράση για το χιούμορ της πραγματικότητας».

Με τον Βασίλη είπαμε εν τάξει και δώσαμε τα χέρια για τα καλορίζικα. Ήρθε και η μητέρα μας και μας συνεχάρη.

Έφυγε και πήγε στο σπίτι και ανήγγειλε τα γεγονότα και σύντομα κανονίστηκαν οι αρραβώνες.

Στο επόμενο φύλλο η συνέχεια και το τέλος.

ΕΠΕΞΗΓΗΣΕΙΣ

Συμπεθερομάνος, από το συμπεθερομάνα. Ήταν η γυναίκα του χωριού που αναλάμβανε να προξενέψει (να προτείνει το γάμο δύο παιδιών από το χωριό ή από γειτονικά χωριά). Ήταν γυναίκες έμπειρες, επιδέξιες στις καλές σχέσεις, με επιχειρήματα, πειστικότητα και καπατσοσύνη. Ήταν δηλαδή καταφερτζούδες.

Τραμποδούρος, από την ιταλική λέξη τράμπα =συναλλαγή. Στις λαϊκές εκφράσεις η λέξη σημαίνει επιδέξιος καταφερτζής.

Δαμάλα, σημαίνει νεαρή αγελάδα. Στη διαβάθμιση έχουμε: μοσχάρι, δαμάλα-δαμάλι, αγελάδα-ταύρος.

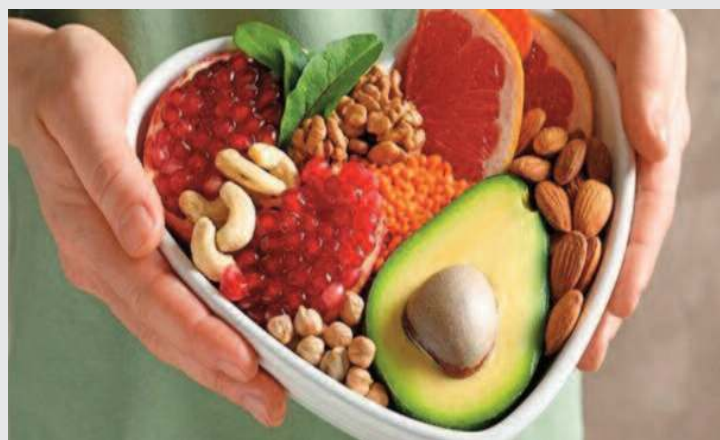
ΘΕΜΑΤΑ ΥΓΕΙΑΣ

Διατροφή για καλή λειτουργία του μυαλού μας

Λίγο πολύ ΟΛΟΙ μας έχουμε κάποια ιδέα τι είναι η **άνοια** και η **νόσος Αλτσχάιμερ** και πόσο επιβαρύνει πάσχοντες και οικείους τους. Ο σοφός λαός μας είχε καταλήξει στην παρατήρηση ότι **είναι προτιμότερο να προλαβαίνουμε παρά να θεραπεύουμε**.

Ο διακεκριμένος καθηγητής Ιατρικής και πρώην πρύτανης του Πανεπιστημίου Αθηνών **κ. Θάνος Δημόπουλος** σε πρόσφατο κείμενό του σε ημερήσια εφημερίδα (ΤΑ ΝΕΑ, 27/03/25) ενημερώνει για τα κέρδη που αποκομίζουμε καταναλώνοντας ορισμένες τροφές οι οποίες ενισχύουν τη γνωσιακή ικανότητα επικεντρώνοντας τα οφέλη τους στη μνήμη. Προσφέρουν τα απαραίτητα θρεπτικά συστατικά για τη διατήρηση καλής υγείας του εγκεφάλου μας.

Ανάμεσα στις τροφές που ο Καθηγητής Δημόπουλος συστήνει είναι:



Τα Ωμέγα 3 λιπαρά οξέα. Τα βρίσκουμε στα λιπαρά ψάρια όπως ο σολομός, η πέστροφα, η σαρδέλα και ο γαύρος. Είναι απαραίτητα για τη σωστή δομή των εγκεφαλικών κυττάρων και ενισχύουν τη μνήμη και τη μάθηση. Μειώνουν τον κίνδυνο για νευροεγκεφαλικές ασθένειες, όπως το Αλτσχάιμερ.

Αντιοξειδωτικά. Τα βατόμουρα, τα μύρτιλα και άλλα μούρα περιέχουν ισχυρά αντιοξειδωτικά τα οποία προστατεύουν τον εγκέφαλο. Ενισχύουν τη μνήμη και μπορούν να βοηθήσουν στη βελτίωση της εγκεφαλικής λειτουργίας, ειδικά των ηλικιωμένων.

Ξηροί καρποί, όπως τα καρύδια περιέχουν Ωμέγα 3 λιπαρά οξέα, βιταμίνη Ε και αντιοξειδωτικά που συμβάλλουν στην υγεία του εγκεφάλου. Η βιταμίνη Ε προστατεύει τα εγκεφαλικά κύτταρα από τη γήρανση. Οι σπόροι κολοκυθιάς (πασατέμπο) και οι σπόροι τσίια (chia) προσφέρουν επίσης υψηλές ποσότητες αντιοξειδωτικών και μετάλλων (ψευδάργυρο και μαγνήσιο).

Μαύρη σοκολάτα. Περιέχει φλαβονοειδή, καφεΐνη και αντιοξειδωτικά που ενισχύουν τη μνήμη. Επιπλέον η μαύρη σοκολάτα βελτιώνει τη διάθεση και ενισχύει τη συγκέντρωση.

Κουρκουμάς. Έχει αντιφλεγμονώδη δράση και μπορεί να βοηθήσει στην ενίσχυση της μνήμης. Η κουρκουμίνη, κύριος συστατικός παράγοντάς του, προάγει την παραγωγή νέων εγκεφαλικών κυττάρων και ενισχύει τη γνωστική λειτουργία.

Πράσινα λαχανικά (σπανάκι, λάχανο, μαρούλι, λαχανίδες, σέσκουλο, μπρόκολο, άγρια χόρτα). Είναι πλούσια σε βιταμίνες και φυλλικό οξύ, βοηθούν στην καλή εγκεφαλική λειτουργία και προστατεύουν τον εγκέφαλο από τη γήρανση και την απώλεια μνήμης.

Η Βιταμίνη D. Είναι σημαντική για τη λειτουργία του εγκεφάλου. Βρίσκεται σε τροφές όπως τα αυγά και ο σολομός. Κυρίως παράγεται από το δέρμα μας με την επίδραση του ήλιου.

Το Αβοκάντο. Είναι πλούσιο σε μονοακόρεστα λιπαρά τα οποία είναι σημαντικά για την καλή λειτουργία του εγκεφάλου.

ΙΣΤΟΡΙΕΣ ΑΠΟ ΤΑ ΠΑΛΙΑ

ΜΑΣΟΛΑΣ: μια θρυλική μορφή Ροβολiάρι 1880 - Αμερική 1955

Έγραψε ο Σεραφείμ Παν. Νέλλας

Το “ΜΑΣΟΛΑΣ” είναι παρατσούκλι. Το κανονικό του όνομα και επίθετο είναι: **Δημήτριος Νέλλας** του Νικολάου και της Σάββας. Γεννήθηκε στο Ροβολiάρι στις 10 Σεπτεμβρίου 1880.

Το σπίτι που γεννήθηκε βρίσκεται κάτω από το παλιό σπίτι του Δημ. Ρίζου (Γληγορομήτσιου) και σημάδια του σώζονται ακόμη μέχρι σήμερα.

Η ιστορία του ΜΑΣΟΛΑ αρχίζει από αυτό το σπίτι. Πήρε για γυναίκα του την πρώτη του εξαδέλφη, τη Σταμάτω Γεωρ. Νέλλα – αφού την έκλεψε, φυσικά – κόρη του παππού μου Γεωργίου Κ. Νέλλα (Κουτουγιώργου, όπως τον λέγαμε, ή του Κωτογιώργου, όπως ήταν από καταγωγή).

Απέκτησαν τρία παιδιά, τον Κώστα, πατέρα της Σταμάτως Σπυροπούλου που ζει σήμερα – τα καλοκαίρια στο Ροβολiάρι και το χειμώνα στη Μακρακώμη – , το Μαργαρίτη και την Αικατερίνη.

Έμεναν όλοι μαζί στο σπίτι με τους γονείς του. Ο ΜΑΣΟΛΑΣ καλλιεργούσε τα λιγοστά χωράφια που είχαν και συγκέντρωναν το ψωμί της χρονιάς τους. Σε κάποια χρονική στιγμή – ούτε η Σταμάτω, ούτε κάποιος άλλος θυμάται τότε – ο πατέρας του ΜΑΣΟΛΑ, ο **Νικόλαος Νέλλας**, ήθελε να πουλήσει το καλαμπόκι, που με κόπο συγκέντρωσε ο γιος του, για να ικανοποιήσει κάποιες άλλες ανάγκες.

Ο ΜΑΣΟΛΑΣ όμως δεν συμφωνούσε με την απόφαση του πατέρα του και έτσι επακολούθησε άγριος καβγάς. Θυμωμένος ο γιος βγαίνει από το σπίτι κρατώντας το όπλο του και βροντοχτυπώντας με θυμό πίσω του την πόρτα. Πάει να τον ακολουθήσει ο πατέρας του. Ο ΜΑΣΟΛΑΣ απ’ έξω πυροβολεί για εκφοβισμό προς την κλειστή πόρτα και συμβαίνει το μοιραίο. Χωρίς να το θέλει γίνεται πατροκτόνος. Η σφαίρα βρίσκεται, πίσω από την κλειστή πόρτα, τον πατέρα του στο κεφάλι. Μέχρι τελευταία φαινόταν η τρύπα στην πόρτα και η φορά της ήταν από κάτω προς τα πάνω. Έχω προσωπική εικόνα.

Από εδώ αρχίζει η περιπέτεια και η ιστορία του ΜΑΣΟΛΑ.

Για τον ακούσιο φόνο του πατέρα του καταδικάστηκε ερήμην από το Κακούριοδικείο της Λάρισας και βγήκε ένταλμα σύλληψης για βίαιη προσαγωγή. Με τα σημερινά δεδομένα θα δικαζόταν για φόνο, όχι εκ προμελέτης αλλά εν βρασμώ ψυχής, με όσα ελαφρυντικά αυτό συνεπάγεται για τον καταλογισμό της ποινής. Την απόφαση του Δικαστηρίου πήρε εντολή να υλοποιήσει η Διοίκηση Χωροφυλακής Λαμίας.

Επί πολλά χρόνια όμως δεν κατάφεραν οι χωροφύλακες να συλλάβουν το ΜΑΣΟΛΑ, ο οποίος περιφερόταν από χωριό σε χωριό και από βουνό σε βουνό σαν το αγρίμι.

Αποσπάσματα χωροφυλακής κάθε τόσο ανέβαιναν στο Ροβολiάρι και τον αναζητούσαν στα συγγενικά του σπίτια και πρόσωπα. Ένας από όλους ήταν και ο παππούς μου και πεθερός του ΜΑΣΟΛΑ ο Γεώργιος Νέλλας (Κουτουγιώργος). Όλοι οι συγγενείς ήταν ύποπτοι για υπόθαλψη εγκληματία και είχαν ανάλογη μεταχείριση. Κάθε φορά που ανέβαιναν οι χωροφύλακες στο χωριό, συγκέντρωναν όλους τους συγγενείς του, μαζί με τα κοπάδια τους, στην πλατεία της εκκλησίας του Αγίου Γεωργίου. Εκεί γίνονταν οι ανακρίσεις και πολλές φορές έπεφτε και ξύλο για να μαρτυρήσουν που βρίσκεται και που κρύβεται ο ΜΑΣΟΛΑΣ.

Αυτός ποτέ του δεν πλησίαζε συγγενικά του πρόσωπα, ούτε πήγαινε να δει τα παιδιά και τη γυναίκα του. Ήξερε ότι κινδύνευε να συλληφθεί.

Το κρησφύγετο του ΜΑΣΟΛΑ, κατά μαρτυρία του Ιωάννη Παπά, μυλωνά από την Πτελέα, ήταν στο Λιτόσελο το σπίτι του ιερέα Χρήστου Στεφανή. Εκεί ήταν το καταφύγιό του μια και κανένας δεν υπο-

πευόταν τον ιερέα και μάλιστα σε άλλο χωριό. Κυκλοφορούσε, βέβαια, και στο Ροβολiάρι κατά καιρούς, ποτέ όμως δεν πήγαινε στην οικογένειά του.

Από διηγήσεις της γιαγιάς μου – πεθεράς του ΜΑΣΟΛΑ – και της μάνας μου αναφέρω το παρακάτω περιστατικό: ο ΜΑΣΟΛΑΣ είχε πάει ένα βράδυ στο μαντρί του παππού μου του ΚΩΣΤΑΚΗ (Κωνσταντίνος Αποστόλου), πατέρα της μάνας μου Αμαλίας. Ο παππούς μου του λέει: “Μήτσο, μην έρχεσαι στο μαντρί μας γιατί θα έρθουν οι χωροφύλακες και θα φάμε το ξύλο της χρονιάς. Μας λένε: εσείς ταΐζετε και κρύβετε το ΜΑΣΟΛΑ”.

Φεύγει ο ΜΑΣΟΛΑΣ θυμωμένος και του λέει έντονα: “Κωστάκη, δεν ήρθα στο



Ο ΜΑΣΟΛΑΣ, Δημήτριος Νέλλας με τη γυναίκα του Σταμάτω και τα παιδιά τους: το Μαργαρίτη και την Αικατερίνη στο New-comers Town του Οhío πριν αποκτήσουν τα άλλα έξι.

μαντρί σου ούτε να φάω ούτε να πιώ, ήρθα μόνο να δω αυτά τα παιδάκια – εννοούσε τη μάνα μου Αμαλία, παιδάκι τότε, και τον αδελφό της, το Γιώργο Αποστόλου – μια και δεν μπορώ να δω τα δικά μου παιδιά”.

Σε φίλο του τότε εκφράζει τη δυσανεσκία και το παράπονό του λέγοντας: “Άκου να μου πει εμένα ο Κωστάκης, Μήτσο μην έρχεσαι στο μαντρί μου γιατί θα έρθουν οι χωροφύλακες και θα φάμε ξύλο” ...Και πρόσθεσε: “Δεν μπορώ να δεχτώ την προσβολή που μου έκανε. Θα τον σκοτώσω τον Κωστάκη!”

Επεμβαίνει τότε ο παππούς μου, ο Γεώργιος Νέλλας, και πεθερός του ΜΑΣΟΛΑ, σε μυστική συνάντηση που είχαν και του λέει: “Σε παρακαλώ, Μήτσο, μην κάνεις κακό στον Κωστάκη. Όλα αυτά που σου είπε είναι σωστά γιατί όλοι μας υποφέρουμε και όλοι μας τρώμε ξύλο, όταν έρχονται τα αποσπάσματα, για να μαρτυρήσουμε πού είσαι και πού σε κρύβουμε”.

Υπάρχουν πολλές μαρτυρίες για τη δράση του ΜΑΣΟΛΑ μετά το φόνο του πατέρα του και για όσο καιρό βρισκόταν στην Ελλάδα. Θα αναφέρω μερικές, τις πιο χαρακτηριστικές, από όσες άκουσα.

Σκότωσε το ληστή Ιωάννη Καλλιώρα από το Λιτόσελο. Προφανώς είχε τους λόγους του, όπως θα δείτε πιο κάτω. Οι δυο άντρες συναντήθηκαν τυχαία στον Ασπρόκαμπο της Ζιώψης. Και οι δύο οπλισμένοι. Δεν αντάλλαξαν πυροβολισμούς, αλλά έκαναν μια συμφωνία: “Οποιος από τους δυο μας τα καταφέρει, να σκοτώσει τον άλλο”. Έγινε αποχαιρετισμός και υποχώρησαν με βήματα προς τα πίσω και τα όπλα έτοιμα για πυροβολισμό. Προχώρησαν αρκετά μέχρι που δεν έβλεπε ο ένας τον άλλο.

Σε περίπτωση νέας συνάντησης θα σκότωνε ο ένας τον άλλο, όποιος προλάβει πρώτος. Ήταν ο ΜΑΣΟΛΑΣ αυτός που σκότωσε τον Καλλιώρα στο αλώνι, Ιούλιο μήνα στο αλώνισμα.

Σημειώνω ότι ο ΜΑΣΟΛΑΣ ήταν άριστος σκοπευτής. Άλλες μαρτυρίες αναφέρουν ότι σκότωσε και άλλον ληστή από τη Γιαννιτσού ονόματι Γεωργαλή και κάποιον άλλο ακόμη, τον Παρούση. Τα χρόνια εκείνα κυριαρχούσαν οι διάφοροι ληστές και ο ΜΑΣΟΛΑΣ ανέλαβε το ρόλο του τιμωρού. Καθάρισε την περιοχή του από αυτά τα στοιχεία. Σκότωσε, ακόμη και δύο ή τρεις – αν θυμάμαι καλά – Ρεντινώτες επειδή παρενόχλησαν με πυροβολισμούς μερικούς Ροβολιάρητες στη θέση Αβλουβά, στα σύνορα με τη Ρεντίνα.

Ο ΜΑΣΟΛΑΣ γύρω στα 1920 φυγαδεύτηκε στην Αμερική με ψεύτικο όνομα: ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ ΠΑΠΠΑΣ. Ο παππούς μου και όλοι οι συγγενείς, αγανακτισμένοι, πήραν αυτή την απόφαση για να απαλλαγούν από το ξύλο που έτρωγαν κάθε φορά που έρχονταν στο χωριό οι χωροφύλακες προς αναζήτησή του.

Στην Αμερική εργάστηκε σκληρά και τίμια, απέκτησε δικαιώματα και έκανε πρόσκληση στη γυναίκα του και τα παιδιά του, να τους πάρει εκεί. Η γυναίκα του και τα δυο παιδιά, ο Μαργαρίτης και η Αικατερίνη, έφυγαν. Ο Κώστας, το τρίτο παιδί και πατέρας της Σταμάτως Σπυροπούλου (της γνωστής σε όλους μας Σταμάτως που για πολλά χρόνια είχε το καφεενεδάκι στο χωριό) δεν κατάφερε να περάσει διότι του βρήκαν κάποια πάθηση στα μάτια. Έτσι έμεινε στο χωριό.

Στην Αμερική ο ΜΑΣΟΛΑΣ, ως JIM PAPPAS πια, έκανε έξι ακόμη παιδιά: το Γιώργο, το Νίκο, τη Στέλλα, τη Μαρία, την Ελένη και τη Θέλμα, όλα με το επίθετο PAPPAS.

Θα αναφέρω δύο ακόμη χαρακτηριστικά γεγονότα για το ΜΑΣΟΛΑ έτσι όπως μου τα διηγήθηκε η γιαγιά μου, η Αικατερίνη Νέλλα, όταν ήμουν 10 ή 11 χρόνων.

Ο ΜΑΣΟΛΑΣ ένα βράδυ είχε πάει στο σπίτι της Λάμπραινας Κωστή που βρίσκεται ακόμη πάνω από την πέτρινη βρύση που ανακατασκεύασε η οικογένεια Παπανικολάου στη συνοικία του Αγίου Γεωργίου. Τότε το σπίτι ήταν το τελευταίο του χωριού, κοντά στο δάσος και αυτός πήγαινε εκεί καμιά φορά.

Όλως τυχαία και συμπτωματικά, μια χειμωνιάτικη μέρα, κατέφθασαν πρωί πρωί οι χωροφύλακες και χτύπησαν την πόρτα του σπιτιού. Βγαίνει η Λάμπραινα, η γιαγιά των αδελφών Κωστή – του Λάμπρου, του Βασίλη και του μακαρίτη του Ντίνου – και με το ανάλογο ύφος αθωότητας και έγνοιας λέει στον αρχηγό του αποσπάσματος: “Καπετάνιε μ’ έχω λεχούσα γυναίκα μέσα και υπάρχει κίνδυνος να τρομάξει και να τη χάσουμε βλέποντας τόσους χωροφύλακες νύχτα που είναι ακόμη. Σας παρακαλώ μην μπαινέτε μέσα”.

Ο ΜΑΣΟΛΑΣ κατά τη διάρκεια της διαπραγματεύσεως ήταν πίσω από την πόρτα, έτοιμος να πυροβολήσει όποιον θα έμπαινε μέσα και να φύγει, αν θα τα κατάφερνε.

Η Λάμπραινα έγινε πιστευτή και έτσι αποφεύχθηκε η σύγκρουσή του με τους χωροφύλακες.

Ένα άλλο γεγονός έλαβε χώρα στο σπίτι του Μπαρκιά, δίπλα στον Άγιο Γεώργιο. Εκεί ήταν κρυμμένος ο ΜΑΣΟΛΑΣ. Κατέφθασαν τα αποσπάσματα με πολλούς χωριανούς, τσοπάνηδες συγγενείς του ΜΑΣΟΛΑ. Οι περισσότεροι με τα κοπάδια τους γύρω από την εκκλησία. Έσφαζαν κατσίκια κι αρνιά οι χωροφύλακες, έτρωγαν, διενεργούσαν ανακρίσεις και έδερναν όσους θεωρούσαν υπόπτους, ότι αυτοί τον έκρυβαν. Ο παγιδευμένος ΜΑΣΟΛΑΣ κατάφερε να ξεφύγει μέσα από τα χέρια τους ακολουθώντας ένα κοπάδι γίδια που έτυχε να περάσει μπροστά από το σπίτι του Μπαρκιά. Μπήκε κάτω από έναν τράγο, όπως ο Οδυσσεύς.

Ενώ ήταν πλέον στην Αμερική, κάποι-

Γυναίκα-Μάνα

Γυναίκα, πλάσμα ιερό
πλάσμα χαριτωμένο
κι από τον ίδιο τον Θεό
είσαι ευλογημένο.

Παλεύεις μέσα στη ζωή
’σου πήρες τα ηνία
’σου έμαθες να κυβερνάς
αυτή την κοινωνία.

Χρόνια πολλά αγωνίστηκες
για να τα καταφέρεις
το δικίο σου τ’ απόκτησες
χίλια καλά να φέρεις.

Γυναίκες στο νοικοκυριο
γυναίκες στα γραφεία
γυναίκες τώρα μπήκανε
και μες τα Υπουργεία.

Μάνα γλυκιά και σύζυγος
μανούλα λατρεμένη
εσύ γυναίκα έγινες
με την καρδιά δοσμένη.

Γέννησες Μέγα Αλέξανδρο
’Ομηρο και Σωκράτη
όλους τους άντρες τους σοφούς,
μάνα δεν έχεις άκρη.

Τα ενενήντα πέντε έκλεισα
στα εκατό θα πάω
κι απέ το αποφάσισα
αν πρέπει να γεράσω.

**Γιάννης Παππάς, Πτελέα
Ούτε μικρός ούτε μεγάλος!**

ος από το χωριό έκλεψε τα μελίσσια του παππού μου. Το μαθαίνει ο ΜΑΣΟΛΑΣ και γράφει ένα γράμμα στον κλέφτη: “να πας τα μελίσσια του Κουτουγιώργου στη θέση τους γιατί αλλιώς θα έρθω στην Ελλάδα και θα σε καθαρίσω”! Τα μελίσσια βρέθηκαν την άλλη μέρα στην θέση τους. Στο δε παππού μου έγραψε: “ώστε έτσι ε! Σου έκλεψαν τα μελίσσια και δε με ενημέρωσες;” Σκόπιμα ο παππούς μου δεν τον ενημέρωσε επειδή φοβόταν μήπως έρθει ξανά στην Ελλάδα.

Θέωρησα σκόπιμο και υποχρέωσή μου να γράψω αυτά που από μικρό παιδί άκουγα και να παρουσιάσω και τη μοναδική φωτογραφία που μου έδωσε η εγγονή του, η Σταμάτω Σπυροπούλου.

Θα πρέπει, ακόμα να αναφέρω ότι το 1960, που βρέθηκα στην Αμερική, επισκέφτηκα την οικογένειά του. Συνάντησα τη γυναίκα του – που ήταν θεία μου – και όλα τα παιδιά του. Τα έξι με το όνομα PAPPAS και τα δύο με το όνομα Νέλλας. Τότε δεν έγινε καμιά συζήτηση για το θρυλικό πατέρα τους.

Θα ήταν ίσως παράλειψή μου να μην αναφέρω την κρατούσα γνώμη της μικρής κοινωνίας του χωριού της εποχής εκείνης για το ΜΑΣΟΛΑ. Τον θεωρούσαν δίκαιο, ηθικό και τίμιο άνθρωπο. Ο φόνος του πατέρα του έγινε από ένα λάθος. Δεν υπήρχε πρόθεση να τον σκοτώσει. Κανένας δεν του χρέωσε την πατροκτονία από πρόθεση. Κακό δεν έκανε σε κανένα! Ένας λόγος που ήρθε σε αντιπαλότητα με τους ληστές της περιοχής, Καλλιώρα, Γεωργαλή και Παρούση και τους έβγαλε από τη μέση, ήταν ότι έκλεβαν, λήστευαν και σκότωναν φτωχόκοσμο.

Ο ΜΑΣΟΛΑΣ δεν υπήρξε ποτέ ληστής.

Σεραφείμ Παν. Νέλλας

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Το κείμενο δημοσιεύτηκε στο φύλλο 100, του 2009 και αναδημοσιεύεται για να τιμήσουμε τη συνεισφορά του Σεραφείμ στην ενημέρωση για τα παλιά.

Ειδήσεις ... Σχόλια

Ειδήσεις ... Σχόλια

Νέα από το Διοικητικό Συμβούλιο

Στο διάστημα που μεσολάβησε το Διοικητικό Συμβούλιο του Συλλόγου συνεδρίασε δύο φορές.

Ασχολήθηκε κυρίως με οργανωτικά θέματα σχετικά με την τροποποίηση του Καταστατικού και τη διοργάνωση της συνεστίασης.

Επίσης, κατέθεσε αίτηση στον Δήμο Μακρακώμης για χρηματοδότηση του Συλλόγου για τη διοργάνωση των καλοκαιρινών εκδηλώσεων. Δεν έχουμε ακόμη νέα για το ποσό που εγκρίθηκε.

Ωστόσο εγκρίθηκε από τον Δήμο παλαιότερο αίτημά μας για ασφαλτόστρωση του Γηπέδου Μπάσκετ στο οποίο έχουν ήδη γίνει οι απαραίτητες προεργασίες: καθαρισμός από χόρτα και κλά-

δεμα των δέντρων.

Ακόμη είμαστε σε αναμονή καλών καιρικών συνθηκών για να ξεκινήσει το έργο ανακαίνισης της στέγης του Μουσείου για το οποίο υπάρχουν ήδη χορηγίες τόσο από συγχωριανούς μας όσο και από τον Δήμο Μακρακώμης.

Τέλος ενημερώνουμε τους αναγνώστες μας, τα μέλη του Συλλόγου και τους φίλους μας ότι είναι νωρίς να ανακοινώσουμε **το καθιερωμένο μας πρόγραμμα καλοκαιρινών δραστηριοτήτων**. Αυτό θα διαμορφωθεί αργότερα και θα λάβει ευρεία δημοσιοποίηση με αναρτήσεις σε κρίσιμα σημεία, με φυλλάδια, με προσωπική επαφή.

Ράλι Ακρόπολις 2025, το ράλι των θεών

Το ΕΚΟ Ράλι Ακρόπολις επιστρέφει και εφέτος δυναμικά, με νέες ειδικές διαδρομές, διευρυμένο πρόγραμμα και προκλήσεις για τους κορυφαίους οδηγούς του **WRC** (World Rally Championship = Παγκόσμια Ομοσπονδία Ράλι). Επιστρέφει στην παραδοσιακή καλοκαιρινή ημερομηνία του, με τον αγώνα να διεξάγεται **από τις 26 έως τις 29 Ιουνίου 2025**, ως ο έβδομος γύρος του Παγκόσμιου Πρωταθλήματος Ράλι της FIA (Federation Internationale de l'Automobile = **Διεθνής Ομοσπονδία Αυτοκινήτου**). Η φετινή διοργάνωση περιλαμβάνει νέες ειδικές διαδρομές και σημαντικά αυξημένα αγωνιστικά χιλιόμετρα, αναμένεται να φέρει τους συμμετέχοντες απέναντι σε νέες προκλήσεις, με σκληρές χωμάτινες επιφάνειες και υψηλές θερμοκρασίες.

Το φετινό ΕΚΟ Ράλι Ακρόπολις διατηρεί τη βάση του στη Λαμία, ωστόσο η εκκίνηση και η υπερειδική διαδρομή θα φιλοξενηθούν για ακόμα μια χρονιά στην Περιφέρεια Αττικής και ειδικότερα στην Αθήνα, φέρνοντας το θέαμα στο κέντρο της πρωτεύουσας. Ο αγώνας θα περιλαμβάνει 17 ειδικές διαδρομές και 341,43 αγωνιστικά χιλιόμετρα, καθιστώντας τον τόν μεγαλύτερο σε μήκος από το 2021. Η δια-

δρομή επεκτείνεται σημαντικά, καθώς το ράλι επιστρέφει για πρώτη φορά στη Θεσσαλία μετά από 30 χρόνια. Η νέα ειδική διαδρομή Σμόκοβο, μήκους 24,59 χιλιομέτρων, κοντά στην ομώνυμη τεχνητή λίμνη, κάνει το ντεμπούτο της, ενώ στο ωράριο του αγώνα προστίθεται και το Στείρι, που ενσωματώνει τμήματα της ιστορικής διαδρομής που χρησιμοποιήθηκε τελευταία φορά το 2001.

Το αγωνιστικό πρόγραμμα ξεκινά με τις γνώριμες ειδικές διαδρομές σε Λουτράκι, Αγίους Θεοδώρους και Θήβα, πριν περάσει στο νέο Στείρι και κατόπιν στην Ελάτεια για την πρώτη ημέρα του αγώνα. Στη συνέχεια, τα πληρώματα θα δοκιμαστούν στις απαιτητικές διαδρομές Παύλιανη, Καρούτες και Οινόχωρι, σε ένα σκηνικό που συνδυάζει έντονες υψομετρικές μεταβολές και διαφορετικά επίπεδα πρόσφυσης. Η τελευταία ημέρα του αγώνα φέρνει μια μεγάλη πρόκληση με τη νέα ειδική διαδρομή Σμόκοβο στη Θεσσαλία, ενώ η Wolf Power Stage θα διεξαχθεί στον Ταρζάν, μια από τις πιο σκληρές ειδικές διαδρομές του αγώνα, που αναμένεται να κρίνει το τελικό αποτέλεσμα.

Οι ειδικές διαδρομές ανά ημέρα:

Πέμπτη 26/6:	1η Η εναρκτήρια διαδρομή και η ώρα δεν έχουν ανακοινωθεί ακόμη (21-04-2025)			
Παρασκευή 27/6:	2η Άγιοι Θεόδωροι 1	Ώρα εκκίνησης	08:02	απόσταση 26,76 χλμ.
	3η Λουτράκι	» »	09:45	» 12,90 χλμ.
	4η Άγιοι Θεόδωροι 2	» »	11:02	» 26,76 χλμ.
	5η Θήβα	» »	15:03	» 21,60 χλμ.
	6η Στείρι	» »	17:24	» 24,35 χλμ.
	7η Ελάτεια	» »	18:47	» 11,26 χλμ.
Σάββατο 28/6	8η Παύλιανη 1	» »	08:19	» 24,25 χλμ.
	9η Καρούτες 1	» »	09:39	» 19,22 χλμ.
	10η Οινόχωρι 1	» »	11:29	» 17,47 χλμ.
	11η Παύλιανη 2	» »	15:19	» 24,25 χλμ.
	12η Καρούτες 2	» »	16:59	» 19,22 χλμ.
	13η Οινόχωρι 2	» »	18:29	» 17,47 χλμ.
Κυριακή 29/6	14η Σμόκοβο 1	» »	08:05	» 24,59 χλμ.
	15η Ταρζάν 1	» »	10:39	» 23,37 χλμ.
	16η Σμόκοβο 2	» »	;;	» 24,59 χλμ.
	17η Ταρζάν 2 WOLF Power Stage		14:12	» 23,37 χλμ.

Το ΕΚΟ Ράλι Ακρόπολις διατήρησε τη φήμη του ως ένας από τους πιο απαιτητικούς και συναρπαστικούς αγώνες του πρωταθλήματος. Η ελληνική διοργάνωση κατέγραψε ρεκόρ τηλεθέασης και αλληλεπιδράσεων, επιβεβαιώνοντας τον εμβληματικό της ρόλο στο καλαντάρι του WRC.

Ευκαιρία να βρεθούμε όλοι μας στην κορυφογραμμή από Λάπατα μέχρι Φτελιά.



Πόσο κινδυνεύει η Δημοκρατία; Καλοβλέποντας τον αυταρχισμό

Στο πολιτικό κλίμα του πλανήτη κυριαρχεί ένας έντονος εκνευρισμός και μια αμφισβήτηση των θεσμών που οικοδομήσαμε και γνωρίσαμε τα τελευταία ογδόντα χρόνια, τα χρόνια μετά τη λήξη του Β' παγκοσμίου πολέμου.

Πολλοί αποδίδουν αυτό το επιδεινούμενο κλίμα στην κυριαρχία της παγκοσμιοποίησης και των παραμορφώσεων που δημιουργήθηκαν από την άνιση κατανομή του παγκόσμιου πλούτου (οι στατιστικές λένε ότι το 10% του παγκόσμιου πληθυσμού κατέχει το 90% του παγκόσμιου πλούτου). Έτσι οι χαμένοι του παγκόσμιου πληθυσμού, καθοδηγούμενοι από τους λαϊκιστές όλου του πολιτικού φάσματος (δεξιούς και αριστερούς) στρέφονται εναντίον των δημοκρατικών θεσμών και των κοινωνικών ελίτ.

Βασικό θύμα αυτής της καθοδήγησης είναι οι νεότερες ηλικίες οι οποίες καλοβλέπουν την εμφανιζόμενη αποτελεσματικότητα αυταρχικών καθεστώτων – αντίγραφων καθεστώτων της δεκαετίας του 1930 στην Ευρώπη και των δεκαετιών 1960 και 1970 στη λατινική Αμερική και **αμφισβητούν τους δημοκρατικούς θεσμούς και το καθιερωθέν Διεθνές Δίκαιο**. Άλλωστε αυτές οι ηλικίες δεν έχουν καμιά εμπειρία από τις συνέπειες της κυριαρχίας αυταρχικών καθεστώτων (φασισμός, ναζισμός, κομμουνισμός, τραμπισμός, πούτινισμός) που είχαν κυριαρχήσει κατά τη διάρκεια του μεσοπολέμου, αλλά και σήμερα και ήταν/είναι η πηγή αιματηρών λύσεων πριν, κατά τη διάρκεια του Β' παγκοσμίου πολέμου, αλλά και σήμερα. Δεν έχουμε παρά να κοιτάξουμε με ξάστερο μυαλό το τι γίνεται στην Ουκρανία και στη Γάζα.

Οι νέοι άνθρωποι σήμερα κυριαρχούνται από αυξημένο εκνευρισμό και για άλλα σύγχρονα προβλήματα όπως οι διογκούμενες οικονομικές και κοινωνικές ανισότητες, η έλλειψη πρόσβασης σε ποιοτική υγεία, στέγη, εκπαίδευση, η αδράνεια των ηγετών σε θέματα κλιματικής κρίσης και περιβαλλοντικής υποβάθμισης, η κυριαρχία ηλικιωμένων ηγετών οι οποίοι αποδεικνύονται ανίκανοι να διαχειριστούν τα ζητήματα για τα οποία είναι υπεύθυνοι ή τα διαχειρίζονται με γεροντικό εγωκεντρισμό και χωρίς έγνοια για τις επόμενες γενιές.

Σε πρόσφατη δημοσκόπηση ο 89,2% των ερωτηθέντων **θεωρεί ότι δεν υπάρχει καλύτερο πολίτευμα από τη δημοκρατία. Ωστόσο, το 69,8% δηλώνει δυσαρεστημένο από τον τρόπο που λειτουργεί η δημοκρατία.**

Η εμπιστοσύνη των πολιτών στους θεσμούς δείχνει να είναι περιορισμένη. Συγκεκριμένα:

- ✓ Μόνο το 34,3% των πολιτών εμπιστεύεται τον θεσμό του Πρωθυπουργού.
- ✓ Μόνο το 34% εμπιστεύεται τις Ανεξάρτητες Αρχές.
- ✓ Μόνο το 32,6% τον θεσμό του Προέδρου της Δημοκρατίας.
- ✓ Μόνο το 31,4% την Κυβέρνηση.
- ✓ Μόνο το 29,4% τη Δικαιοσύνη.
- ✓ Μόνο το 25,9% το Κοινοβούλιο.
- ✓ Μόνο το 13,6% εμπιστεύεται τα κόμματα..... και
- ✓ Μόνο το 6,5% εμπιστεύεται τα Μέσα Μαζικής Επικοινωνίας.

Τι φταίει;

Πολιτικά κόμματα και πολιτικοί ηγέτες τείνουν να αντιμετωπίζουν τους αντιπάλους τους ως εχθρούς. Η ακραία πόλωση είναι συνήθως η αιτία θανάτου των Δημοκρατιών.

Καταφεύγουν σε εκφοβισμό των μέσων μαζικής ενημέρωσης και απειλούν για μη αναγνώριση εκλογικών αναμετρήσεων ή δικαστικών αποφάσεων.

Προσπαθούν να αποκλείσουν τα θεσμικά αντίβαρα και αναχώματα (δικαιοσύνη, ανεξάρτητες αρχές, υπηρεσίες πληροφοριών).

Αγνοούν τα συνταγματικά δικαιώματα των πολιτών ή γίνεται ασύστολη χρήση τους για ψύλλου πύλλου.

Η αμφισβήτηση των Δημοκρατικών Θεσμών έπαψε πλέον να γίνεται με βία, δηλαδή στρατιωτικό πραξικόπημα. Γίνεται σταδιακά και με τη μέθοδο του Μιθριδατισμού. Ο εκλογικός δρόμος για την υπονόμευση και, τελικά, την κατάργηση της Δημοκρατίας είναι ο πιο ύπουλος.

Για πολλούς η διάβρωση και η αποψίλωση της Δημοκρατίας δεν γίνεται καν αντιληπτή. Έχουν προηγηθεί μηνύματα για «καλύτερη», «πιο αποτελεσματική δημοκρατία» η οποία θα βελτιώσει τον τρόπο απονομής της δικαιοσύνης, θα καταπολεμήσει τη διαφθορά, θα επιτρέψει αυθεντικότερες μορφές έκφρασης της λαϊκής βούλησης.

Η δημοκρατία κινδυνεύει και όταν τα συστημικά κόμματα ή κόμματα του δημοκρατικού τόξου, δείχνουν ανοχή προς κάθε είδους ακραίους δημαγωγούς λόγω ατολμίας, καιροσκοπισμού ή εσφαλμένων εκτιμήσεων.

Οι θεσμοί και τα θεσμικά αντίβαρα δεν αρκούν για να προστατεύσουν από μόνα τους τη Δημοκρατία από αυτούς που την απειλούν. Τα δημοκρατικά κόμματα και οι δημοκρατικοί πολίτες έχουν καθήκον να υπερασπιστούν το Σύνταγμα και τους Δημοκρατικούς θεσμούς. Το παλιό σύνθημα των διαδηλωτών ήταν 1-1-4 αναφερόταν στο τελευταίο άρθρο του συντάγματος που έλεγε ότι «η τήρηση αυτού του Συντάγματος επαφίεται στον πατριωτισμό των δημοκρατικών πολιτών».

Ο Αίσωπος το διατύπωσε πριν 2.500 χρόνια πιο παραστατικά στον μύθο του για το άλογο και το ελάφι που ήταν μιστοί αντίπαλοι. Το άλογο πήγε σε έναν κυνηγό και του ζήτησε να το βοηθήσει για να εκδικηθεί το ελάφι. Ο κυνηγός συμφώνησε και του είπε: «Αν θέλεις να νικήσεις το ελάφι θα πρέπει να με αφήσεις να σου περάσω αυτή τη σιδεριά στο στόμα, ώστε να μπορώ να σε καθοδηγώ. Επίσης θα πρέπει να με αφήσεις να σου βάλω αυτή τη σέλα στη ράχη ώστε να μπορώ να κρατώ σταθερή πορεία ιππεύοντάς σε, όταν θα κυνηγήσουμε το ελάφι. Το άλογο συμφώνησε και έτσι ο κυνηγός σύντομα το σέλωσε και του πέρασε το χαλινάρι. Όταν το άλογο, με τη βοήθεια του κυνηγού, έδωσε πράγματι το μάθημα που ήθελε στο ελάφι, είπε: «Και τώρα, κυνηγέ, βγάλε μου αυτά τα πράγματα από το στόμα και τη ράχη μου». «Όχι τόσο σύντομα, φίλε μου. Τώρα που σε έχω ζεμένο και σελωμένο προτιμώ για ένα διάστημα να σε κρατήσω έτσι» είπε ο κυνηγός.

Ο καθηγητής στο πανεπιστήμιο Γέιλ, Χουάν Λινζ σε μια μελέτη του για το «Πώς πεθαίνουν οι Δημοκρατίες» (1978) εντοπίζει τέσσερις ενδείξεις που επιτρέπουν να δούμε ενδεχόμενες αυταρχικές προθέσεις σε έναν πολιτικό:

A. Απορρίπτει λεκτικά ή έμπρακτα τους κανόνες του δημοκρατικού παιχνιδιού.

B. Αρνείται ότι οι πολιτικοί του αντίπαλοι είναι ισότιμοι παίκτες, τους οποίους οφείλει να σέβεται.

Γ. Ανέχεται ή ενθαρρύνει πράξεις βίας.

Δ. Δείχνει τάσεις να περιορίσει την ελευθερία έκφρασης των αντιπάλων του, αλλά και των μέσων μαζικής ενημέρωσης.

Αν, έστω και ένα ισχύει από αυτά τα κριτήρια καλό θα είναι να ανησυχούμε.

Ηλίας Νέλλας