

ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΥΠΑΙΘΡΟ

ΙΟΥΛΙΟΣ - ΑΥΓΟΥΣΤΟΣ - ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ 2012



ΕΝΩΣΗ
ΟΡΕΙΒΑΤΩΝ
ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΩΝ

ΔΙΑΒΑΣΤΕ ΣΕ ΑΥΤΟ ΤΟ ΤΕΥΧΟΣ

Το τρίμηνο της ΕΟΦ μέσα από το φωτογραφικό φακό	3
Η Ένωση Ορειβατών Φυσιολατρών στο Διαδίκτυο (Ιντερνέτ)	4
Αρχαιολογικό Μουσείο Βραυρώνος	5
Κοινωνικά	6
Ανακοίνωση "Επτάλοφος"	7
Αττικό Ζωολογικό Πάρκο	8
Όσιος Λουκάς-Φαράγγι Κλεισούρας-Αντίκυρα	9
Πεζοπορία κατά μήκος της Διώρυγας της Κορίνθου και του Ιουστινιανείου τείχους	10
Πασχαλιάτικη εκδρομή στην Κέρκυρα	12
Τα επτά θαύματα της φύσης	14
Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε.	15
Χαλκιδική, κατ' άλλους η Αττική του Βορρά	16
Σιθωνία, Κασσάνδρα, περιήγηση	17
Από τη ζωή της ΕΟΦ	19 - 22
Καλλιδρομο (Δαμάστα-Λίμνη Καλλιδρόμου-Ελευθεροχώρι)	24
Πρωτομαγιάτικα στεφάνια στην Κατασκήνωση	25
Σπερχειάδα-Δασικό χωριό-Μονοπάτι Αχιλλέα	26
Πήλιο	27
Εκδρομές και εκδηλώσεις τριμήνου	31
Η ΕΟΦ στον κύκλο του χρόνου	34
Ο Άγιος Νικόλαος ο εν βουνένοις, εορτή 9 Μαΐου στο εκκλησάκι στον Ορεινό Ξενώνα	36
Καλεσμένοι στην εορτή του Αι Νικόλα	37
ΕΟΦίτικα	38

Γιορτή Πρωτομαγιάς, Κατασκήνωση, φωτ. Δ. Αρμενιάκος



«Την άνοιξη
αν δεν τη βρεις
τη φτιάχνεις
και
ή πας να παίξεις
τρικυμία
ή πνίγεσαι»

Οδυσσέας Ελύτης

ΕΤΟΣ 79ο • ΤΕΥΧΟΣ 411 • ΙΟΥΛΙΟΣ-ΑΥΓΟΥΣΤΟΣ-ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ 2012

ΙΔΙΟΚΤΗΤΗΣ:	ΕΝΩΣΗ ΟΡΕΙΒΑΤΩΝ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΩΝ
ΕΚΔΟΤΗΣ:	ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΑΡΜΕΝΙΑΚΟΣ, 6977005181
ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟΥ:	Δ. ΠΑΓΟΥΛΑΤΟΣ, Α. ΤΖΙΒΙΑΣ, Ν. ΝΙΝΤΟΣ, Ε. ΚΑΦΕΤΖΟΠΟΥΛΟΥ, Γ. ΓΚΛΕΤΣΟΣ
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΓΡΑΦΕΙΩΝ:	Μαυροκορδάτου 7 (Α' Όροφος), 106 78 Αθήνα
ΤΗΛ. ΓΡΑΦΕΙΩΝ:	210 3807093, 210 3806924 (6:00 - 9:00 μ.μ.)
ΦΑΞ ΓΡΑΦΕΙΩΝ:	210 3806924 ΚΙΝΗΤΑ ΤΗΛ. ΕΟΦ: 6947323844-45
ΤΗΛ. ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΣΗΣ:	22940 34588, e-mail: eof@otenet.gr
ΔΑΚΤΥΛΟΓΡΑΦΗΣΗ ΚΕΙΜΕΝΩΝ:	ΚΑΣΣΙΑΝΗ ΑΡΜΕΝΙΑΚΟΥ
ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ ΕΚΔΟΣΗΣ:	ΚΑΤΕΡΙΝΑ ΔΡΑΓΩΝΑ
ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ, ΕΚΤΥΠΩΣΗ:	ARTIO STAMP ΓΡΑΦΙΚΕΣ ΤΕΧΝΕΣ ΕΠΕ, Τηλ.: 210 9707 800, e-mail: artiostamp@otenet.gr

• Δ Ι Α Ν Ε Μ Ε Τ Α Ι Δ Ω Ρ Ε Α Ν •

Εξώφυλλο: Χαλκιδική Καβουρότρυπες. Φανταστική Συμφωνία, φωτ. Γιώργ. Γκλέτσος

Ανακοίνωση

Η επιτροπή Περιοδικού ενημερώνει τα μέλη και τους φίλους που θέλουν να δημοσιεύσουν κείμενά τους στο «Ελληνικό Ύψιθρο», να έρχονται σε επαφή με τα μέλη της για **συνεννόηση, το αργότερο 15 ημέρες** πριν τη λήξη της προθεσμίας παραλαβής υλικού. Για το τεύχος του Δ' τριμήνου 2012 η ύλη θα παραλαμβάνεται μέχρι **20-08-2012**.



Πορεία από Μονή Δαμάστας προς Ελευθεροχώρι,
Φωτ. Β. Συλβεστριάδης ▲

Αττικό ζωολογικό Πάρκο, Φωτ. Δ. Παγουλάτος ▼



Χαλκιδική. Παραλία στη Νέα Φώκεια, Φωτ. Γιώργ. Γκλέτσος ▼



Δίρφου, Φωτ. Β. Συλβεστριάδης ▲



Μαυρίλο, Φωτ. Όλγα Πετροπούλου ▲

Καβουρότρυπες, Γαλήνη, Φωτ. Γιώργ. Γκλέτσος ▼



Η ΕΝΩΣΗ ΟΡΕΙΒΑΤΩΝ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΩΝ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ (INTERNET)



Από τον Πρόεδρο της Ε.Ο.Φ. Δημ. Παγουλάτο.

Είμαστε στην πολύ ευχάριστη θέση να σας γνωρίσουμε, ότι η Ε.Ο.Φ. μας έχει πλέον τον δικό της χώρο στο διαδίκτυο (internet). Έτσι οι φίλοι της νέας τεχνολογίας, αλλά και όσοι δεν λαμβάνουν το περιοδικό μας ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΥΠΑΙΘΡΟ για διαφόρους

λόγους, θα έχουν μια υπεύθυνη και έγκυρη πληροφόρηση για την ιστορία της, την ζωή της και το πρόγραμμα των εκδηλώσεων και των εκδρομών.

Πολλοί λένε ότι αργήσαμε να κάνουμε αυτό το βήμα και θα έπρεπε

με την πολύχρονη παρουσία και δραστηριότητά της να είχε γίνει πιο πριν. Ίσως να έχουν δίκιο, αλλά η Ε.Ο.Φ. στα εβδομήντα εννέα χρόνια της ζωής, προσπάθησε, και μάλλον τα έχει καταφέρει, το επόμενο βήμα να πραγματοποιείται με την σταθερότητα και την σιγουριά του προηγούμενου. Αυτό άλλωστε μαθαίναμε, στις πρώτες ορειβατικές εξορμήσεις μας, από τους δασκάλους του βουνού.

Θέλουμε να σας βεβαιώσουμε ότι η νέα προσπάθεια θα γίνει με πολύ σεβασμό στην ιστορία του συλλόγου μας και στην αξιοπρέπεια των μελών και των φίλων μας. Το διαδίκτυο θα είναι για εμάς ο παγκόσμιος χώρος της επικοινωνίας, της ενημέρωσης, της πληροφόρησης. Ο πομπός εκπομπής των παλμών της ζωής της ΕΝΩΣΗΣ ΟΡΕΙΒΑΤΩΝ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΩΝ.

www.eoffisiolatria.gr

Οι εκδρομές του σήμερα.



Οι εκδρομές του χθες.



www.eoffisiolatria.gr

ΑΡΧΑΙΟΛΟΓΙΚΟ ΜΟΥΣΕΙΟ ΒΡΑΥΡΩΝΟΣ (πηγή: www.odysseus.culture.gr)

Φωτ. Δ. Αρμενιάκος, Δ. Παγουλάτος

Οι φωτογραφίες από την επίσκεψη της ΕΟΦ στο Μουσείο Βραυρώνας στις 22.04.2012

Στο Αρχαιολογικό Μουσείο Βραυρώνας εκτίθενται, με τη μορφή της μόνιμης συλλογής, ευρήματα που προέρχονται κυρίως από το γειτονικό ιερό της Βραυρωνίας Αρτέμιδος, τον προϊστορικό οικισμό της Βραυρώνας, αλλά και επιλεγμένα ευρήματα από την ευρύτερη περιοχή των Μεσογείων. Η έκθεση καλύπτει τις περιόδους από την Πρώιμη Χαλκοκρατία έως τη Ρωμαϊκή εποχή. Ανάμεσα στα εκθέματα, σημαντικότερο θεωρείται το σύνολο των γλυπτών από το ιερό της Αρτέμιδος.

Η κατασκευή του Αρχαιολογικού Μουσείου Βραυρώνας ολοκληρώθηκε στα τέλη της δεκαετίας του '60. Η αρχική έκθεση, που λειτουργεί από το 1969/1970, παραμένει η ίδια μέχρι σήμερα. Το Μουσείο κατασκευάστηκε προκειμένου να εκθεθούν τα ευρήματα από την ανασκαφή που διενήργησε ο Ι. Παπαδημητρίου στο γειτονικό ιερό της Βραυρωνίας Αρτέμιδος.

Με την πάροδο των ετών, ωστόσο, συμπεριελήφθησαν και ευρήματα από γειτονικές περιοχές και την ευρύτερη περιοχή των Μεσογείων.

Κύριος στόχος της έκθεσης είναι η προβολή των ευρημάτων του γειτονικού ιερού της Βραυρωνίας Αρτέμιδος (γλυπτά, ειδώλια, κεραμική, κοσμήματα κλπ.). Παράλληλα, ωστόσο, εκτίθενται και μικρότερα σύνολα από τον προϊστορικό οικισμό της Βραυρώνας (κεραμική, εργαλεία και άλλα αντικείμενα καθημερινής χρήσης) και την ευρύτερη περιοχή των Μεσογείων (μυκηναϊκό νεκροταφείο Περατής, γεωμετρικό νεκροταφείο Μερέντας, Αναβύσσου). Στο σύνολό τους τα εκθέματα καλύπτουν τις περιόδους από την πρώιμη χαλκοκρατία μέχρι τη ρωμαϊκή εποχή.

Η έκθεση είναι δομημένη θεματικά (π.χ. Βραυρώνα: Αίθουσα γλυπτών, Αίθουσα Κεραμικής και Μικροτεχνίας, Αίθουσα Ειδωλίων) και κατά γεωγραφικές περιοχές (Αίθουσα Μερέντας: γλυπτά, ανάγλυφα και κεραμική, Αίθουσα Αναβύσσου: ευρήματα του γεωμετρικού νεκροταφείου, ευρήματα από την Περατή - μυκηναϊκό νεκροταφείο και τον προϊστορικό οικισμό της Βραυρώνας).

Συντάκτης: Άννα Ζαούρη, αρχαιολόγος

Ενότιες της Έκθεσης

1. Ευρήματα από το γειτονικό ιερό της Βραυρωνίας Αρτέμιδος,
2. Ευρήματα από τον προϊστορικό οικισμό της Βραυρώνας.
3. Ευρήματα από τον αρχαιολογικό χώρο Μερέντας (δήμος Μυρρινούντος),
4. Ευρήματα από την Αναβύσσο και την Περατή Αττικής.

Ωράριο: Χειμερινό: Από 1η Νοεμβρίου έως 31 Μαρτίου 2010: 08:30-15:00

Αρχαιολογικό Μουσείο Βραυρώνας
Μαρκόπουλο Μεσογείων, Τηλ.: 2299027020



ΚΟΙΝΩΝΙΚΑ

ΝΕΑ ΜΕΛΗ

- 1) Δημητριάδης Παναγιώτης
- 2) Μουστάκας Νικόλαος

ΓΑΜΟΙ

Ο Γιώργος Σίνος παντρεύτηκε με την Αθηνά Λώλη. Τις καλύτερες ευχές μας στο νιόπαντρο ζευγάρι.

ΠΕΝΘΗ

Απεβίωσε ο Ιωάννης Κωνσταντινίδης. Τα θερμά μας συλλυπητήρια στην οικογένειά του.

ΒΑΣΙΚΕΣ ΥΠΟΧΡΕΩΣΕΙΣ ΜΕΛΩΝ ΚΑΙ ΕΠΙΣΚΕΠΤΩΝ ΣΤΗΝ ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΣΗ

Υπενθυμίζουμε σε όλα τα μέλη μας, κατασκηνωτές και μη, και σε όσους άλλους κάνουν χρήση της κατασκήνωσής μας στο Μάτι, ότι το Σωματείο μας δεν έχει καμία ευθύνη για τυχόν απώλεια, φθορά, κλοπή, μερική ή ολική καταστροφή ή οτιδήποτε άλλο μπορεί να συμβεί στα αντικείμενά τους (οικοσκευή, τροχοφόρα κτλ) που βρίσκονται εντός του χώρου της κατασκήνωσης.

Τα ανωτέρω ισχύουν φυσικά καθ' όλη τη διάρκεια του έτους.

Υπενθυμίζουμε επίσης στα μέλη μας, κατασκηνωτές ή χρήστες, ότι το μόνο δικαίωμα που έχουμε όλοι ανεξαιρέτως, είναι το προσωρινό δικαίωμα χρήσης του χώρου της κατασκήνωσης τον οποίο οφείλουμε να σεβόμαστε και να μην εναποθέτουμε σε αυτόν αντικείμενα που παρεμποδίζουν την χρήση του από τους λοιπούς ή μπορεί να καταστούν και επιβλαβή.

Σημειώνεται τέλος, ότι η κατασκήνωση θα είναι ανοιχτή κάθε Σάββατο μετά τις 10:00 π.μ. εκτός αν οι καιρικές συνθήκες δεν το επιτρέπουν. Για λεπτομέρειες μπορείτε να επικοινωνείτε με τον Έφορο Κατασκήνωσης.

Το Διοικητικό Συμβούλιο

ΠΡΟΣΦΟΡΑ

Το Ασφαλιστικό Πρακτορείο Γ. Ιορδάνου ανέλαβε την ασφαλιστική κάλυψη της Κατασκήνωσης στο Μάτι και προτείνει προνομιακές τιμές για την ασφάλιση των οχημάτων των μελών της ΕΟΦ και Δημόσιους Υπαλλήλους. Πληροφορίες: Τηλ.: 210 4190875, 6932650858

ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΒΙΒΛΙΟΥ ΚΑΙΤΗ ΟΙΚΟΝΟΜΟΥ



Κυκλοφόρησε τέλος Απριλίου 2012 το νέο βιβλίο της Καίτης Οικονόμου

ΕΡΩΤΑΣ ΠΟΛΕΜΟΣ

Αυτό που είχε η Άννα με τον Φάνη ήταν μοναδικό κι ανεπανάληπτο – έρωτας μαζί και πόλεμος, ευτυχία και απόγνωση, ζωή και θάνατος. Ένας άπιαστος αντικατοπτρισμός, κάτι που το φαντασιωνόταν μόνο η ίδια. Γι' αυτό χάθηκε τόσο εύκολα, επειδή δεν υπήρχε...

Η Άννα ερωτεύτηκε τον Φάνη από την πρώτη στιγμή. Ψηλός, αδύνατος, μυστηριώδης, γοητευτικός, χαρισματικός. Δεν υπολόγισε κοινωνικές διαφορές, δεν άκουσε τις φωνές των γύρω της που τη συμβούλευαν ότι είναι επικίνδυνος, αυτοκαταστροφικός. Άκουγε μόνο την καρδιά της και το πλήρωσε ακριβά. Γιατί ο Φάνης, έρμαιο των παθών του, όσο κι αν προσπάθησε να βρει απάγκιο στην αγκαλιά της, δεν τα κατάφερε. Και άγγιξε το θάνατο.

Ο έρωτας μπορεί να είναι φονιάς, μπορεί να είναι, όμως, και λυτρωτής. Αν είναι αληθινός, δε χάνεται ποτέ. Προδίδεται, κρύβεται, υποχωρεί, αλλά τελικά επιστρέφει φέρνοντας μαζί του τη σωτηρία και τη ζωή. Αυτό αποδεικνύει η ιστορία της Άννας και του Φάνη.



ΠΟΙΗΣΗ

ΕΠΙΚΑΙΡΟΣ ΓΙΑ ΠΑΝΤΑ

Ποιος είδε κράτος λιγοστό
σ' όλη τη γη μοναδικό,
εκατό να εξοδεύει
και πενήντα να μαζεύει;
Να τρέφει όλους τους αργούς,
νά 'χει επτά Πρωθυπουργούς,
ταμείο δίκως χρήματα
και δόξης τόσα μνήματα;
Νά 'χει κλητήρες για φρουρά
και να σε κλέβουν φανερά,
κι ενώ αυτοί σε κλέβουνε
τον κλέφτη να γυρεύουνε;
Όλα σ' αυτή τη γη μασκαρευτήκαν
ονείρατα, ελπίδες και σκοποί,
οι μούρες μας μουτσούνες
εγινήκαν
δεν ξέρομε τί λέγεται ντροπή.
Σπαθί αντίληψη, μυαλό ξεφτέρι,
κάτι μισόμαθε κι όλα τα ξέρι.

Κι από προσπάπου κι από παππού
συγχρόνως μπουφος και αλεπού.
Θέλει ακόμα -κι αυτό είναι ωραίο-
να παριστάνει τον ευρωπαίο.
Στα δύο φορώντας τα πόδια που 'χει
στο 'να λουστρίνι, σ' άλλο τσαρούκι.
Σουλούπι, μπόϊ, μικρομεσσαίο,
ύφος του γόνι, ψευτομοιραίο.
Λίγο κατσούφης, λίγο γκρινιάρης,
λίγο μαγκούφης, λίγο μουντάρης.
Και ψωμοτύρι και για καφέ
το «δε βαριέσαι» κι «ωχ αδερφέ».
Ωσάν πολίτης, σκυφτός ραγιάς
σαν πιάσει πόστο: δερβέναγας.
Δυστυχία σου, Ελλάς,
με τα τέκνα που γεννάς!
Ω Ελλάς, πρώων χώρα,
τί γαιδάρους βγάζεις τώρα;
Γεώργιος Σουρής (1853-1919)

Το δάσος αποτελεί Πνεύμονα Ζωής
Προστάτευσέ το!



ΕΠΤΑΛΟΦΟΣ Φυσιολατρεία - Ορειβασία - Οικολογία 31 / 05 / 2012

Σύλλογος μέλος της Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε – Ο.Ξ.Ν.Ε. Facebook Panagiotis Axilleopoulos

Αριθ. Πρωτ. 291, Τηλ. 6974070997, e-mail goumerios@yahoo.gr,

Κεντρ. Γραφ.: ΒΑΤΑΤΖΗ 25, 11472, ΑΘΗΝΑ, Παράρτημα: ΓΟΥΜΕΡΟ ΗΛΕΙΑΣ (ΟΡΟΠΕΔΙΟ ΦΟΛΩΗΣ) ΔΗΜΟΣ ΠΥΡΓΟΥ

ΠΡΟΣ ΤΑ Μ.Μ.Ε. ΝΟΜΟΥ ΗΛΕΙΑΣ ΚΑΙ ΥΠΟΛΟΙΠΗΣ ΕΛΛΑΔΑΣ

Ο Σύλλογος μας σε συνεργασία με την **Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε – Ο.Ξ.Ν.Ε.** και την **ΕΟΦ** διοργάνωσαν με επιτυχία την **2^η διήμερη Πανελλήνια Ορεινή Πεζοπορική Διαδρομή ΑΡΧΑΙΑ ΗΛΙΔΑ – ΑΡΧΑΙΑ ΟΛΥΜΠΙΑ στις 8 – 9 Μαΐου 2012**. Σε όσους συμμετείχαν στην πεζοπορία επιδόθηκε ΑΝΑΜΝΗΣΤΙΚΟ ΔΙΠΛΩΜΑ που έχει εκδώσει το καλλιτεχνικό τμήμα του Συλλόγου μας.

Η διαδρομή πέρασε από τα χωριά (Αρχαία Ήλιδα, Άγιος Δημήτριος, Κολοκυθάς, Άγιος Ηλίας, Δάφνη, Καλαθάς, Κεραμίδα, Δαφνιώτισσα, Έφυρα, Αγραπιδochώρι (Αρμάτοβα), Οινόη, Κουτσοχαίρα, Μουζάκι, Αγία Άννα, (ΒΑΡΑΓΚΑΣ) ΓΟΥΜΕΡΟ, Πέρσαινα, Ωλένα, Κρουονέρι, Χελιδόνι, Κλαδεό, Μάγειρας, Κοσκινάς, ΑΡΧΑΙΑ ΟΛΥΜΠΙΑ Αρχαίο Στάδιο).

Στην διαδρομή οι πεζοπόροι, οι φυσιολάτρες, επισκέφτηκαν δεκάδες μνημεία -πολλά άγνωστα-, (Προϊστορικά, Μυκηναϊκά, κλασικά, Βυζαντινά, νεότερα κ.τ.λ.). Επίσης κάναμε γνωστό σε όλους, ότι λόγω του ότι η πεζοπορία έγινε εργασίες, όσοι δεν μπόρεσαν να πεζοπορήσουν λόγω εργασίας και τις δυο μέρες πεζοπορήσαν την μια από τις δύο. Η φιλοξενία και διανυκτέρευση έγινε στο ορεινό καταφύγιο του Συλλόγου μας «ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ ΓΕΩΡΓΟΠΟΥΛΟΣ», επίσης σε δωμάτια και σε σκηνές στο χωριό ΓΟΥΜΕΡΟ.

Η έναρξη της πεζοπορίας στις 8 Μαΐου 2012 ημέρα Τρίτη έγινε στην Αρχαία Ήλιδα ώρα 07.30 π.μ. και η άφιξη στο χωριό ΓΟΥΜΕΡΟ ήταν 07.45 μμ, όπου και η διανυκτέρευση. Η έναρξη της πεζοπορίας την επομένη 9 Μαΐου 2012 ημέρα

Τετάρτη έγινε από το χωριό ΓΟΥΜΕΡΟ ώρα 06.15 πμ. και η άφιξη στο αρχαίο στάδιο της ΑΡΧΑΙΑΣ ΟΛΥΜΠΙΑΣ ώρα 03.40 μμ.

Οι πεζοπόροι Ορειβάτες, Φυσιολάτρες την επόμενη μέρα Πέμπτη 10 Μαΐου 2012 έλαβαν μέρος στην ΑΦΗ ΤΗΣ ΦΛΟΓΑΣ στο Στάδιο της ΑΡΧΑΙΑΣ ΟΛΥΜΠΙΑΣ.

Αυτό γίνεται για πρώτη φορά. Πρόκειται για την Ορεινή διαδρομή ΑΡΧΑΙΑΣ ΗΛΙΔΑΣ - ΑΡΧΑΙΑΣ ΟΛΥΜΠΙΑΣ με υψόμετρο 652 μέτρα, αναβίωση μετά από 1606 χρόνια της ορεινής οδού ΗΛΙΔΑΣ - ΟΛΥΜΠΙΑΣ. Ζητάμε την βοήθεια της Πολιτείας για την σωστή σήμανση και χαρτογράφηση τους.

Όλο το χρόνο επισκέπτες για πεζοπορίες στο Δίκτυο των πάνω από 400 χλμ. πράσινων μονοπατιών στο (ΟΡΟΠΕΔΙΟ ΦΟΛΩΗΣ) και στην ευρύτερη ορεινή περιοχή, στα βήματα των Αρχαίων Ολυμπιονικών και στους δρόμους των άθλων του μυθικού ΗΡΑΚΛΗ, της Ηλειακής Ολυμπιακής Γης.

Ευχαριστούμε και ευγνωμονούμε τον Μητροπολίτη Ηλείας κ. ΓΕΡΜΑΝΟ, τα Μ.Μ.Ε. του ΝΟΜΟΥ ΗΛΕΙΑΣ & της υπόλοιπης ΕΛΛΑΔΑΣ για την αμέριστη συμπαράστασή τους στις πρωτοβουλίες μας. Οι φωτογραφίες είναι μερικά από τα μνημεία που πέρασαν οι πεζοπόροι.

Με τιμή και εκτίμηση για το Δ.Σ., Με φυσιολατρικούς οικολογικούς χαιρετισμούς.

Ο ΠΡΟΕΔΡΟΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ ΑΧΙΛΛΕΟΠΟΥΛΟΣ,
Η ΓΕΝ. ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ ΕΦΗ ΣΚΟΥΦΑ

ΚΟΙΝΟΠΟΙΗΣΗ. Μ.Μ.Ε. Αρχές, Φορείς, Συλλόγους, Σωματεία, Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε. – Ο.Ξ.Ν.Ε

Πεζοπορία μια ώρα την ημέρα το γιατρό τον κάνει πέρα !!!(ΕΠΤΑΛΟΦΟΣ)

Η Ηλεία δεν είναι μόνο κάμπος και παραλία, ...υπάρχουν και τα ορεινά για όσους θέλουν να φθάσουν ψηλά...

Τιμή και ευθύνη να κατάγεσαι από την Ηλειακή Ολυμπιακή Γη.



ΑΤΤΙΚΟ ΖΩΟΛΟΓΙΚΟ ΠΑΡΚΟ (πηγή: www.atticapark.gr)



Αττικό ζωολογικό Πάρκο, Φωτ. Δ. Αρμενιάκος ▲

Το Αττικό Ζωολογικό Πάρκο εκτείνεται σε μια συνολική έκταση **200 στρεμμάτων**, φιλοξενώντας περισσότερα από **2.000** ζώα, από **350** διαφορετικά είδη. Η λειτουργία του ξεκίνησε το **Μάιο του 2000**, αρχικά ως **Ορνιθολογικό Πάρκο** με την τρίτη μεγαλύτερη συλλογή πουλιών στο κόσμο (**1.100** πουλιά από **300** διαφορετικά είδη), ζώα της φάρμας για τους μικρότερους επισκέπτες και 3 πολύ εντυπωσιακά μεγάλα κλουβιά - μικρογραφίες των 3 ηπείρων - στα οποία οι επισκέπτες μπορούν να περπατήσουν και να θαυμάσουν την αντίστοιχη ορνιθολογική πανίδα και χλωρίδα. Από τον **Απρίλιο του 2001**, όταν στο Αττικό Ζωολογικό Πάρκο προστέθηκε **Ο Κόσμος των Ερπετών**, ξεκίνησαν οι συνεχείς επεκτάσεις και προσθήκες που περιλάμβαναν το έκθεμα **Ελληνική Πανίδα**, με ζώα που συναντάμε σπάνια στην Ελλάδα (**καλοκαίρι 2002**), την **Αφρικανική Σαβάννα** με ζώα από την Αφρικανική Ήπειρο (**Φεβρουάριος 2003**), το τμήμα με τις μαϊμούδες και τους πίθηκους (**Ιούνιος 2003**), την ολοκλήρωση του τμήματος των αιλουροειδών και την επέκταση της Αφρικανικής Σαβάννας (**Δεκέμβριος 2004**), το «**Δάσος των Μαϊμούδων**», όπου οι επισκέπτες μπορούν να βρίσκονται στον ίδιο χώρο με τις μαϊμούδες (**αρχές 2005**), τη «**γη των Τσίτα**», όπου φιλοξενούνται 4 Τσίτα σε ένα μεγάλο χώρο τον οποίο οι επισκέπτες μπορούν να διασχίσουν μέσα από ειδικό διάδρομο, το τμήμα με τους χιμπατζήδες και τους γίββωνες (**Μάρτιος 2008**) και τέλος την «**Περιοχή της ερήμου**» όπου φιλοξενούνται ζώα όπως καμήλες, γάιδαροι Σομαλίας κλπ. (**Απρίλιος 2008**). Τον **Μάιο του 2010** στο Πάρκο έκαναν την εμφάνισή τους 2 λευκοί ρινόκεροι και το **Μάιο** το Αττικό Ζωολογικό Πάρκο «μεγαλώνει» την οικογένειά του φιλοξενώντας 4 δελφίνια και 2 θαλάσσια λιοντάρια. Στα μελλοντικά σχέδια, περιλαμβάνεται επίσης η επέκταση των εγκαταστάσεων με τη «**Δεινοσαυρόπολις**» - ένα **Μουσείο Εξέλιξης με έμφαση στην εποχή των Δεινοσαύρων** καθώς και την «**Ωκεανόπολις**», ένα **Πρότυπο Ενυδρείο**.

ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ (διάρκεια ~1 ώρα + μίνι ξενάγηση όπου διατίθεται) για σχολεία, νηπιαγωγεία, εξωσχολικές ομάδες, οικογένειες και γκρουπ.

Γενική περιγραφή – στον ανακαινισμένο χώρο του Εκπαιδευτικού Κέντρου μαθαίνουμε για τα ζώα με εικόνες, βίντεο και ήχο, εκπαιδευτικά παιχνίδια και ζωγραφική, αντικείμενα από την φύση και γνωρίζουμε τα ζώα και τους φροντιστές από κοντά. Το όριο συμμετοχής για σχολεία και γκρουπ είναι έως 30 άτομα. Για νηπιαγωγεία και προσχολικούς σταθμούς έως 15 παιδιά.

Τιμή ανά ομάδα– 90 ευρώ (με δυνατότητα έκπτωσης) επιπλέον της τιμής εισιτηρίου στο πάρκο ανά άτομο. Γονείς και δάσκαλοι που θα επιβλέπουν συμμετέχουν δωρεάν. Με την κράτηση θέσεων για τα εκπαιδευτικά προγράμματα και μία εβδομάδα πριν την επίσκεψή σας θα σας σταλεί ύλη για να προετοιμαστούν οι συμμετέχοντες και να έχουν δραστηριότητες κατά την επίσκεψή τους στο πάρκο.

Μην χάσετε - Προγραμματίστε την επίσκεψή σας με τον καλύτερο δυνατό συνδυασμό δραστηριοτήτων. Παρακολουθήστε την Πτήση των Αρπακτικών Πουλιών, την εκπαιδευτική παρουσίαση των Θαλάσσιων Θηλαστικών, το Πρόγραμμα Ταΐσματος ζώων όπως τον Γκρίζο λύκο, την Καφέ αρκούδα, τον Λεμούριο και τον Χιμπατζή! Για τις ώρες των καθημερινών παρουσιάσεων παρακαλώ επισκεφθείτε την ιστοσελίδα μας

(<http://www.atticapark.com/zoo-dont-miss>) ή καλέστε για περισσότερες πληροφορίες στο 210-6634724.

Πώς να έρθετε

Τοποθεσία: Θέση Υαλού, Σπάτα

Με ΜΜΜ: Λεωφορειακή Γραμμή 319 (Από το Σταθμό Δουκίσσης Πλακεντίας)

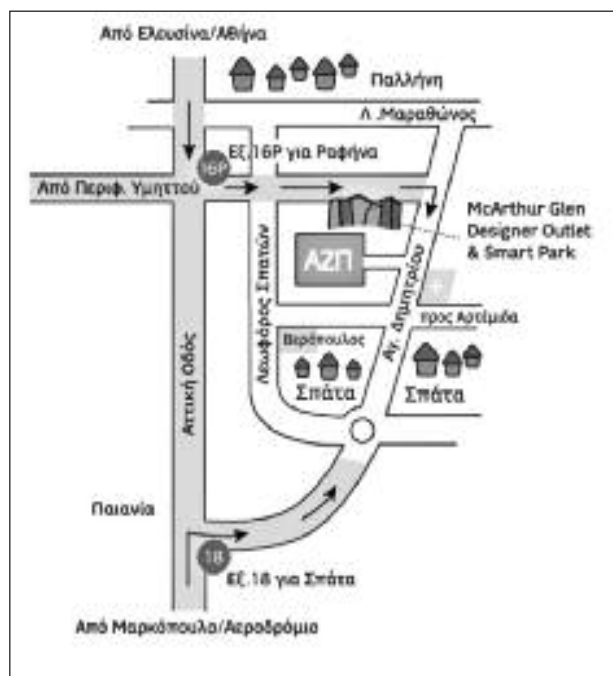
Συχνότητα: Κάθε 35 λεπτά

Με αυτοκίνητο:

Συντεταγμένες GPS: 37°58'46.42"N 23°54'39.72" E

Τέρμα της Αττικής οδού με κατεύθυνση προς Ραφήνα (από περιφερειακό Υμηττού) Έξοδος 16P της Αττικής Οδού για Ραφήνα (από Ελευσίνα) Έξοδος 18 της Αττικής Οδού για Σπάτα (από το Αεροδρόμιο).

Από Περιφερειακό Υμηττού: Πηγαίνετε με κατεύθυνση προς Ραφήνα και στο τέρμα της Αττικής Οδού στρίβετε δεξιά στο φανάρι, προς Σπάτα. Σε 1,3 χλμ, στην πινακίδα «Αττικό Ζωολογικό Πάρκο», στρίβετε δεξιά. **Από Ελευσίνα:** Βγαίνετε στην έξοδο 16P προς Ραφήνα, και στο τέρμα της Αττικής Οδού στρίβετε δεξιά στο φανάρι, προς Σπάτα. Σε 1,3 χλμ, στην πινακίδα «Αττικό Ζωολογικό Πάρκο», στρίβετε δεξιά. **Από το Αεροδρόμιο:** Βγαίνετε στην έξοδο 18, και στρίβετε δεξιά για Σπάτα. Ακολουθήστε τον δρόμο, και όταν φτάσετε στην μικρή πλατεία, συνεχίστε ευθεία στην οδό Πλάτωνος. Στο φανάρι πηγαίνετε ευθεία, περνάτε το κοιμητήριο και στα 600 μέτρα στην πινακίδα «Αττικό Ζωολογικό Πάρκο», στρίβετε αριστερά.



Συμβουλή: Τις Κυριακές με καλοκαιρία έχουμε πολύ αυξημένη προσέλευση με αποτέλεσμα στις ώρες αιχμής 11:00 πμ -14:00 μμ να υπάρχει χρόνος αναμονής που ξεπερνά τα 30 λεπτά.

Για να αποφύγετε την ταλαιπωρία καλό είναι να προγραμματίσετε την άφιξή σας στο Πάρκο λίγο νωρίτερα ή αργότερα.

ΟΣΙΟΣ ΛΟΥΚΑΣ - ΦΑΡΑΓΓΙ ΚΛΕΙΣΟΥΡΑΣ - ΑΝΤΙΚΥΡΑ

Σχόλια και
Φωτ. Γιώργος Γκλέτσος

18/3 Επίσκεψη της
Ι.Μ. Οσίου Λουκά,
Βυζαντινού μοναστηριού
στις υπώρειες του
Ελικώνα, που χτίστηκε
πριν 1000 χρόνια,
λαμπρό δείγμα της
Βυζαντινής
αρχιτεκτονικής και
διακοσμητικής τέχνης.
Στη συνέχεια πορεία
μέσω του φαράγγιού της
Κλεισούρας έως
Εργοστάσιο Αλουμινίου,
Άσπρα Σπίτια, Αντίκυρα.



Μονή Όσιου Λουκά. ▲



Γεφυράκι στο Φαράγγι της Κλεισούρας. ▲



Μονή Όσιου Λουκά. Ηλιαχτίδες παίζουν στα υπέροχα ψηφιδωτά. ▲



Αντίκυρα, ψαροπούλα στο λιμάνι. ▲

ΠΕΖΟΠΟΡΙΑ ΚΑΤΑ ΜΗΚΟΣ ΤΗΣ ΔΙΩΡΥΓΑΣ ΤΗΣ ΚΟΡΙΝΘΟΥ ΚΑΙ ΤΟΥ ΙΟΥΣΤΙΝΙΑΝΕΙΟΥ ΤΕΙΧΟΥΣ



Κείμενο - Φωτογραφίες: Γιάννης Γεωργίου

Για τρίτη φορά (1^η: 22.2.2009, 2^η: 31.1.2010 και 3^η: 19.2.2012) έγινε με επιτυχία η πεζοπορία κατά μήκος της διώρυγας της Κορίνθου. Σε αυτό προφανώς συνέτέλεσε και η αλλαγή μέρους της πορείας επί της Πελοποννήσου και συγκεκριμένα του τμήματος από την Ποσειδωνία (όπου και τα υπολείμματα του Αρχαίου Διόλου) μέχρι την παλαιά εθνική οδό. Αντ' αυτού χρησιμοποιήθηκε σαν οδός επιστροφής ό,τι έχει απομείνει από το Διόσθμιο ή Ιουστινιάνειο τείχος (έχει σε δύο σημεία μερικώς αναστηλωθεί). Το σωζόμενο τμήμα του τείχους αυτού βρίσκεται μεταξύ της θέσης όπου τέμνεται η παλαιά εθνική οδός Αθηνών - Κορίνθου με την οδό που οδηγεί στο χωριό Κυράς Βρύση και της θέσης που η νέα εθνική οδός περνά πάνω από το τείχος με γέφυρες που φέρουν την ονομασία «Γέφυρες Ιουστινιανείου Τείχους». Για αυτό πιο κάτω γράφω κυρίως ότι είναι γνωστό για το τείχος αυτό.

Ισθμός και Διώρυγα: Γενικά στοιχεία

Γεωγραφικά **ισθμός** είναι μικρό πλάτους λωρίδα ξηράς, μεταξύ δύο θαλασσών, που ενώνει δύο εκτάσεις ξηράς. Ετυμολογικά η λέξη ισθμός παράγεται από τη ρίζα του ρήματος «**είμι**» (έρχομαι, πηγαίνω, πορεύομαι, περπατώ, βαδίζω). Με την τομή των ισθμών δημιουργούνται **τεχνητές επικοινωνίες** μεταξύ δύο θαλασσών, οι **διώρυγες**, με σκοπό τη διευκόλυνση των θαλάσσιων συγκοινωνιών. Η **φυσική επικοινωνία**, χωρίς τη δημιουργία τεχνητού έργου λέγεται **πορθμός**.

Ισθμός Κορίνθου

Σαν **Ισθμό Κορίνθου** εννοούμε το στενό τμήμα της στεριάς, μέρος του οποίου γεωγραφικά βρίσκεται στη Στερεά Ελλάδα και μέρος στην Πελοπόννησο (Πελοψ + νήσος = Πελοπόννησος), από τους πρόποδες των Γερανείων (1.369μ.) ορέων (Στερεά Ελλάδα), μέχρι τους πρόποδες των Ονείων (562μ.) ορέων (Πελοπόννησος). (Χάρτης 1). Ο Πίνδαρος (N6. 67) τον ονομάζει «**Πόντου γέφυρα**». Μετά τη διάνοιξη της διώρυγας στην περιοχή της Κορίνθου δεν υπάρχει «**ισθμός**» με την ακριβή γεωγραφική έννοια της λέξης. Μπορεί ετυμολογικά (κατά μια εκδοχή) η λέξη «**γέφυρα**» να προέρχεται από τη σύντμηση των λέξεων «**γ φ' δατος**» (γη επί του ύδατος, πάνω από το νερό, γι' αυτό η μεσαία συλλαβή «**φυ**» γράφεται με «**ψιλον**»), εν τούτοις η διάνοιξη της διώρυγας παρά τις υπάρχουσες γέφυρες που συνδέουν σα «**γη**» τη Στερεά Ελλάδα με τη Πελοπόννησο δεν επιτρέπει τη χρησιμοποίηση του γεωγραφικού όρου «**ισθμός**». Η βόρεια και η νότια περιοχή πάνω και κάτω από τη διώρυγα μπορεί από συνήθεια ετών να εξακολουθεί να λέγεται «**ισθμός**», αλλά είναι μεγάλο «**γλωσσικό λάθος**» να λέμε όταν περνάμε πάνω από τη διώρυγα της Κορίνθου «**τώρα περνάμε τον Ισθμό**». Είναι μια κακή συνήθεια, που δυστυχώς διαιωνίζεται!!! Ακόμη και το επίσημο Ελληνικό κράτος στο μέρος όπου αφήνουμε τη νέα εθνική οδό για να πάρουμε την παλιά, με σκοπό να περάσουμε πάνω από την παλιά γέφυρα της διώρυγας και να κατευθυνθούμε προς την Αθήνα έχει τοποθετήσει πινακίδες, με την ένδειξη «**ΙΣΘΜΟΣ**», αντί του σωστού «**ΔΙΩΡΥΓΑ ΚΟΡΙΝΘΟΥ**». Συμπερασματικά μπορούμε να λέμε «**Ισθμό της Κορίνθου**» όλο τον αυχένα που σύνδεε την Στερεά Ελλάδα με την Πελοπόννησο πριν τη διάνοιξη της διώρυγας και



συνδέει σήμερα τις ίδιες περιοχές, μέσω των πολλαπλών γεφυρών, που έχουν κατασκευασθεί, αλλά είναι ανεπιτρεπτό να συγχέουμε τις λέξεις «**διώρυγα**» και «**ισθμός**».

Ισθμός. Οχύρωση του. Εξαμίλιο (Διόσθμιο) και Ιουστινιάνειο τείχος.

Στα δυτικά του Ισθμού δεσποζε μία από τις μεγαλύτερες, ισχυρότερες και πλουσιότερες πόλεις της εποχής, η Αρχαία Κόρινθος. Οι Κορίνθιοι είχαν ιδρύσει δύο λιμάνια, το Λέχαιο στον Κορινθιακό με πρόσβαση δυτικά προς Ευρώπη και τις Κεχρεές στο Σαρωνικό με πρόσβαση ανατολικά προς Ιωνία και Ασία. Η επιρροή της Κορίνθου στην γύρω από τον Ισθμό περιοχή ήταν μεγάλη. Αποτελούσε μία δύναμη φραγμού των διαφόρων λαών, οι οποίοι επιθυμούσαν να κυριαρχήσουν στην Πελοπόννησο. Ο «**φραγμός**» αυτός είχε ενισχυθεί με το χτίσιμο «**ανασχετικού τείχους**», όπως προκύπτει από μαρτυρίες, όπως αυτή που αναφέρεται χρονολογικά στο 900π.Χ. «**..... και ἑκαστοὶ παρασκευάσμενοι ἐπέσαν ἐς τὸ τεῖχος, αὐτίκα τεichoμαχοῦντες κατὰ τὸ ἰσχυρόν, βασιλεὺς τε αὐτὸς καὶ οἱ νεήλιδες κατὰ τὸ μέσον τοῦ Ἰσθμοῦ, ἦπερ ἐσκήνουν, καθίσαντο ἐς μάχην, καὶ κλίμακας τε προσέφερον καὶ διορύσσοντες τὸ τεῖχος ἡγωνίζοντο ὡς ἐξαιρήσαντες**». (Λαόνικος Χαλκοκονδύλης, *Ἱστοριῶν ἀπόδειξις*, 345)

«**..... και αυτοί όταν ετοιμάστηκαν επετέθηκαν στο τείχος με ορμή, ο βασιλιάς και οι νεοφερμένοι πολεμοῦσαν στη μέση του Ισθμού, όπου αυτοί είχαν και το στρατόπεδό τους, έφεραν δε σκάλες και έσκαβαν κάτω από το τείχος, αγωνιζόμενοι να το αφανίσουν**».

«**..... Τὸν Ἰσθμὸν τοῦτον τῆς Κορίνθου, πολλοὶ τῶν παλαιῶν ἔζωσαν μετ' αἰχμῆς, πρῶτον οἱ Πελοποννήσιοι, καθ' ὃν καιρὸν ὁ Ἐρξῆς εἰσέβαλλε εἰς τὴν Ἀττικὴν**». (Διονυσίου Πύρρου του Θετταλού, *Κορινθιακά και Σικυνώικα, Κρατικά αρχαία, ἀρχεῖο Βλαχουγιάννη, αρ. 51, ΔΠΠΠ §3*).

Η περισσότερη παλαιά οχύρωση η αναφερόμενη από τον αρχαιολόγο Oscar Broneer (Isthmia Excavation 1952-1953, 1955, 1958, 1968, 1968) γνωστή σαν **Μυκηναϊκό Τείχος**, εντοπίστηκε στην περιοχή όπου βρίσκεται το σημερινό χωριό Κυράς Βρύση (χάρτης 1).

Τον 5^ο π.Χ. αιώνα έγινε μια πρόχειρη οχύρωση, λόγω της απειλής καθόδου των Περσών. Ο Ηρόδοτος αναφέρει ότι μετά τη μάχη των Θερμοπυλών (480π.Χ.), όλοι οι Πελοποννήσιοι έτρεξαν στον Ισθμό και απέκλεισαν την Σκυρωνίδα οδό, κατασκευάζοντας ένα τείχος μεταξύ των Κεχρεών και της σημερινής (Νέας) Κορίνθου, αφού περνούσε ενδιάμεσα από τα υψώματα της περιοχής της Κυράς Βρύσης.

«**..... Ἰσθμίοι δὲ ἐν τῷ Ἰσθμῷ καὶ συγχώσαντες τὴν Σκυρωνίδα ὁδὸν, μετὰ τοῦτο ὡς σφί ἔδοξε βουλευόμενοι, οἰκοδόμουν διὰ τοῦ Ἰσθμοῦ τεῖχος. Ἄτε δὲ ἐουσέων μυριάδων πολλῶν καὶ παντὸς ἀνδρὸς ἐργαζομένου ἦντο τὸ ἔργον καὶ γὰρ λίθοι καὶ πλίνθοι καὶ ξύλα καὶ φορμοὶ φάμμου πλήρεις ἐσεφορέοντο, καὶ ἔλινυν οὐδένα χρόνον οἱ βοηθήσαντες ἐργαζόμενοι, οὔτε νυκτὸς οὔτε ἡμέρας**». (Ηρόδοτος, III, 71)

«**..... Μένοντες στον Ισθμό έφραξαν την Σκυρωνίδα οδό και έπειτα έκαμαν συμβούλιο και απεφάσισαν να κτίσουν ένα τείχος και να φράξουν τον Ισθμό. Όπως ήταν πολλές μυριάδες και όλοι εργάζονταν, το έργον προχωρούσε: διότι κουβαλούσαν λίθους και πλίνθους και ξύλα και καλάθια γεμάτα άμμο και εκτός τούτου αυτοί που έσπευσαν σε βοήθεια δεν σταματούσαν ούτε στιγμή τη δουλειά, ούτε νύχτα ούτε μέρα**».

Το προηγούμενο τείχος συμπληρώθηκε και ενισχύθηκε, υπό την απειλή καθόδου προς την Πελοπόννησο Μακεδόνων, υπό τον βασιλιά Αντίγονο Γονατά', το 279π.Χ. Μετά λίγα χρόνια ο αυτοκράτορας της Ρώμης Ουαλεριανός (250-264μ.Χ.) έκτισε πάλι το τείχος θέλοντας να προφυλάξει την Πελοπόννησο από τις επιδρομές των Γόθων. Το τείχος αυτό είχε υποστεί πολλές ζημιές και σε ειρηνικές περιόδους συνεπεία σεισμών όπως αυτών του 375μ.Χ., 395μ.Χ., 396μ.Χ. κ.α. Ως γνωστόν η περιοχή της Κορίνθου είναι ιδιαίτερα σεισμογενής.

Η μεγαλύτερη οχύρωση έγινε τον 6^ο μ.Χ. αιώνα με την κατασκευή σε επαφή με το «**Εξαμίλιο τείχος**» από τον Ιουστινιανό Α' φρούριο συνολικής επιφανείας 22 στρεμμάτων περίπου, το οποίο εκτός της κεντρικής πύλης είχε και πολλούς πύργους. Υπολείμματα του φρουρίου αυτού σώζονται στην εποχή μας και έχουν μερικώς αναστηλωθεί όπως κάτω από τις πρώτες γέφυρες της νέας εθνικής οδού, όταν ερχόμαστε από Αθήνα,

¹ Ο Αντίγονος Γονατάς (318-239π.Χ.) ήταν Μακεδόνας βασιλιάς, γιός του Δημητρίου του Πολιορκητή και της κόρης του Αντίπατρου Φίλας. Ονομάστηκε Γονατάς κατά μία εκδοχή επειδή γεννήθηκε στους Γόνους της Θεσσαλίας και κατ' άλλη επειδή έφερε σιδερένια επιγονατίδα. Έμεινε στην ιστορία σαν ενάρετος, οργανωτικός, υπόδειγμα σωφροσύνης και μετριοπάθειας βασιλιάς, εδραιώσας το Μακεδονικό κράτος μετά αγώνες τόσο με το Πύρρο της Ηπείρου (273π.Χ.), όσον και με τους Αθηναίους (Χειμωνίτιδος πόλεμος 266-263π.Χ.).

όπου έχουν τοποθετηθεί πινακίδες, οι οποίες γράφουν «**Γέφυρες Ιουστινιάνειου τείχους**». Το αναστηλωθέν αυτό τμήμα είναι προσβάσιμο από τον αυτοκινητόδρομο, που μετά τη διώρυγα, για όσους έρχονται στην περιοχή από Αθήνα, στρίβει αριστερά προς Επίδαυρο.

Εξαμίλιο (δίσιομο) τείχος

“...τὸν Ἰσθμὸν ὅλον ἐν τῷ ἀσφαλεῖ ἐτειχίσατο, ἐπεὶ αὐτοῦ καταπεπτῶκει τὰ πολλὰ ἦδη. Φρούρια τὲ ταῦτη ἐδείκνυτο καὶ φυλακτῆρια κατεστήσατο. Τούτῳ δὲ τῷ τρόπῳ ἄβαστα τοῖς πολέμοις ἅπαντα πεποιήκεν εἶναι τὰ ἐν Πελοποννήσῳ χωρία...” (Προκόπιος, *Περὶ κτισμάτων*: 4.2.27-28, 548-560μ.Χ.)

«...ετείχισε ὅλο τον Ἰσθμό με ασφαλή τρόπο, καθόσον το περισσότερο από αυτό είχε καταπέσει. Και έκτισε φρούρια και φυλάκια εκεί. Έτσι με αυτό τον τρόπο, έκανε όλες τις πόλεις της Πελοποννήσου απόρρητες στους εχθρούς».

Το Εξαμίλιο τείχος χτίστηκε κατά τη διάρκεια της αυτοκρατορίας (408-450μ.Χ.) στο Βυζάντιο του Θεοδοσίου του Β'. Αυτό ήταν ένα ψηλό φράγμα, που έφτανε μέχρι τους δύο εκατέρωθεν τον Ισθμού κόλπους, διαχωρίζοντας πλήρως την Πελοπόννησο από τη σημερινή Στερεά Ελλάδα. Σύμφωνα με πληροφορίες του Λαόνικου Χαλκοκονδύλη είχε μήκος 42 σταδίων (7.669μ.), κατά τι μικρότερο των 6,0 ρωμαϊκών μιλίων (6,0 X 1,47=8,82χλμ), από τα οποία πήρε και το όνομά του. Το πλάτος του ήταν 3,50 -4,00μ. και το ύψος του 5-6μ. Διέθετε λίγες εισόδους-εξόδους σε ζωτικά σημεία. Τον 6^ο αιώνα, όπως προαναφέρθηκε, κατασκευάστηκε από τον Ιουστινιανό Α', με υπεύθυνο τον αρχιστράτηγό του Βικτωρίνο το φρούριο, το οποίο ενίσχυσε το εξαμίλιο τείχος. Οι πύργοι που είχε ήταν 153. Από αυτούς έχουν εντοπισθεί στο βόρειο μέρος του «**Βυζαντινού Φρουρίου**» 26 και στο νότιο 12. Το τμήμα προς τη μεριά του Σαρωνικού αγγίζει τα όρια του αρχαιολογικού χώρου της Ισθμίας. Βόρεια του τείχους έχει εντοπισθεί τάφος πλάτους 8μ. περίπου, η οποία λειτουργούσε σαν πρώτη γραμμή άμυνας.

Από τη μελέτη του δομικού υλικού διαπιστώθηκε ότι έχει δομηθεί, σε μερικά σημεία, πάνω σε παλαιότερες κατασκευές, αναγόμενες στην ρωμαϊκή και ελληνιστική εποχή. Ακόμη, δυστυχώς, έχουν χρησιμοποιηθεί πέτρες από το γειτονικό ιερό του Ἰσθμίου Ποσειδῶνα και από τον ευρισκόμενο δίπλα του μικρό ναό, αφιερωμένο στον Παλαίμονα, το Παλαιμόνιο. Δεν είναι η μοναδική φορά που οι Βυζαντινοί κατέστρεψαν τόσο προχριστιανικά, όσο και χριστιανικά οικοδομήματα για να χρησιμοποιήσουν έτοιμο υλικό για τις οικοδομικές ανάγκες της εποχής τους.

Στο Εξαμίλιο τείχος, προφανώς αναλόγως των υπαρχόντων κινδύνων, γίνονταν κατά περιόδους εργασίες συντηρήσεώς του. Το 1408 ο Μανουήλ Β' ο Παλαιολόγος πραγματοποίησε το παρθενικό του ταξίδι στην Πελοπόννησο και συνέλαβε το σχέδιο της οχύρωσης του Εξαμιλίου τείχους. Το δεύτερο ταξίδι του έγινε στις 29 Μαρτίου του 1415, οπότε αποβιβάστηκε στις Κεχρεές, αποφασισμένος να ενισχύσει το Εξαμίλιο, ενέργεια την οποία είχε επιδιώσει, χωρίς επιτυχία, να κάνει παλαιότερα ο αδελφός του δεσπότης Πελοποννήσου Θεόδωρος ο Β' Παλαιολόγος ζητώντας τη βοήθεια των Βενετών. Οι εργασίες έγιναν στο βραχύ χρόνο των 25 ημερών (8 Απριλίου - 4 Μαΐου), σύμφωνα με μαρτυρία του ίδιου του αυτοκράτορα, παρά τις έντονες αντιδράσεις και τις αρνήσεις των τοπάρχων της Πελοποννήσου να συμβάλλουν στα έξοδα της οχύρωσης (είχαν υποβληθεί δύο ειδικοί φόροι με τις ονομασίες «φλωριάτικο» και «καstroχηρία»). Η αντίδρασή τους ήταν τόσο μεγάλη, ώστε, εκτός της μη συμμετοχής τους στα έξοδα, προσπάθησαν να καταστρέψουν το τείχος.

“..... Ἐν ἔτι, ρῶκχ', ἰνδικτιῶνος ἡ' μαρτίῳ κθ', ἡμέρᾳ παρασκευῇ μεγάλῃ ἦλθεν ὁ βασιλεὺς, μακαρίτης, κὺρ Μανουήλ, ἐν τῷ λεμένι Κεχερεῶν καὶ τῇ ἡ' ἀπριλλίῳ ἤρξατο ἀνακαθαίρειν καὶ ἀνοικοδομεῖν τὸ Ἐξαμίλιον.....” (Βραχὺ Χρονικὸ 35, (Schreiner, I, σ. 286).

“..... Την Μεγάλη Παρασκευή 29 Μαρτίου 1415 (έτος 6923, Ἰνδικτιῶνας 8) ἀφίχθη στο λιμένα των Κεχερεῶν, ο ευλογημένος αυτοκράτορας Μανουήλ. Και την 8^η Απριλίου ἄρχισε να καθαρίζει και να κτίζει το Ἐξαμίλιον”. Η οχύρωση του Εξαμιλίου τείχους αποτέλεσε τη πηγή εμπνεύσεως του Γεωργίου Πλήθωνα του Γεμιστού να απευθύνει σειρά υπομνημάτων στον αυτοκράτορα Μανουήλ και το δεσπότη Πελοποννήσου Θεόδωρο Β' μεταξὺ των ετών 1416-1423 με τα οποία πρότεινε σειρά ριζοσπαστικών μέτρων για τη σωτηρία του Έθνους, αλλά δυστυχώς δεν υλοποιήθηκαν.

Η οριστική καταστροφή του Εξαμιλίου τείχους έγινε από τους Οθωμανούς (1715). Το 1402, μετά την ήττα του σουλτάνου Βαγιαζίτ στην Τζιμπουκαμπάν από τους Τατάρους με επικεφαλής τον Ταμερλάνο, ο αυτοκράτορας του Βυζαντίου Μανουήλ Β' Παλαιολόγος είχε διατηρήσει φιλικές σχέσεις με τους διαδόχους του και κυρίως με τον Μωάμεθ τον Α' με αποτέλεσμα να υπάρξει μεγάλη ειρηνική περίοδος. Αυτή σταμάτησε το 1421 όταν στη κεφαλή της Οθωμανικής αυτοκρατορίας ανήλθε ο σουλτάνος Μουράτ ο Β', ο οποίος ανανέωσε τις παλιές εχθροπραξίες προς τους Βυζαντινούς και πολιορκήσε την Κωνσταντινούπολη, με παράλληλη επιδρομή στην Πελοπόννησο. Στις 22 Μαΐου 1423 ο οθωμανικός στρατός με ηγέτη τον Τουραχάν (Turakhan) έφθασε στην περιοχή. Προέβη στην καταστροφή των, από το Μανουήλ Β', ανοικοδομημένων, πριν λίγα χρόνια, οχυρωματικών έργων του Εξαμιλίου τείχους και στη συνέχεια εισέβαλε στην Πελοπόννησο. Το τείχος ανοικοδομήθηκε εκ νέου το Μάρτιο του 1444 από τον Κωνσταντίνο Α' τον Παλαιολόγο, με τη βοήθεια του στρατηγού των Ούγγρων Ουνυάδη. Όπως η προηγούμενη οχύρωση του 1415 ενέπνευσε τον Πλήθωνα να συντάξει σειρά υπομνημάτων προς τον αυτοκράτορα Μανουήλ, έτσι και η οχύρωση αυτή του 1444 ενέπνευσε τον Τραπεζούντιο και μαθητή του Πλήθωνα Βησαρίωνα και μετέπειτα το Καρδινάλιο, να υποβάλλει σειρά μεταρρυθμιστικών προτάσεων, προς τον Κωνσταντίνου Παλαιολόγο, των οποίων η εφαρμογή θα οδηγούσε στην προσέγγιση του ελληνικού κόσμου με τη Δύση και την ένταξη του Ελληνικού πνεύματος στους νέους δρόμους της Αναγέννησης, χωρίς όμως αποτέλεσμα. Η οικοδόμηση αυτή, όπως και η προηγούμενη, δεν εμπόδισε την εισβολή των Οθωμανών στην Πελοπόννησο. Ο σουλτάνος Μουράτ Β' έφθασε τον Νοέμβριο του 1446 μπροστά στο Εξαμίλιο αξιώνοντας την καταστροφή του. Ο Παλαιολόγος αρνήθηκε να καταστρέψει το προπύργιο του δεσποτά-



Φωτ. 1.: Διακρίνεται μέρος του εναπομείναντος Εξαμιλίου κοντά στο χωριό Κυράς Βρύση και στη γέφυρα της νέας εθνικής οδού.



Φωτ. 2.: Διακρίνεται ό,τι έχει απομείνει από ένα πύργο του «Βυζαντινού Φρουρίου» και η γέφυρα της νέας Εθνικής οδού.

του ελπίζοντας πως θα μπορούσε να αντισταθεί αποτελεσματικά, καθόσον είχε προετοιμάσει την άμυνά του και διέθετε αξιόλογη στρατιωτική δύναμη, αλλά δυσανάλογη με τον τεράστιο όγκο του μαχητικού εχθρού. Το Εξαμίλιο στις κρίσιμες εκείνες ώρες έσπευσαν να υπερασπισθούν οι δύο Δεσπότες του Μορέως, οι αδελφοί Κωνσταντίνος και Θεόδωρος Παλαιολόγοι. Όμως το τείχος υπέστη μεγάλη ζημιά μετά από σφοδρούς κανονιοβολισμούς και στις 10 Δεκεμβρίου κυριεύθηκε, αφού προηγήθηκε σκληρή σύγκρουση διάρκειας 7 ημερών. Οι περισσότεροι από όσους δεν σκοτώθηκαν έπεσαν αιχμάλωτοι και ο Μουράτ ή τους έσφαξε ή τους πούλησε σκλάβους. Οι ελάχιστοι υπόλοιποι υπερασπιστές με τους δύο Δεσπότες διέφυγαν. Στη συνέχεια οι Οθωμανοί αναρριχήθηκαν στις επάλξεις, κάμπτοντας την αντίσταση των υπερασπιστών και ανενόχλητοι εισήλθαν στην Πελοπόννησο καταστρέφοντας, καίοντας και λεηλατώντας τις μεγαλύτερες πόλεις (Σικυώνα, Κόρινθο, Πάτρα, κ.ά.). Το 1452 πάλι οι Οθωμανοί πέρασαν για άλλη μια φορά το τείχος, παρά τη γενναία αντίσταση των Βυζαντινών και κατέλαβαν την Πελοπόννησο. Τον 16^ο αιώνα οι Βενετοί επεχείρησαν να το αποκαταστήσουν. Η επισκευή έγινε πρόχειρη και μάλιστα με ξερολιθιά. Τέλος το Εξαμίλιο καταδαφίστηκε οριστικά από τους Τούρκους το 1715. Έκτοτε δεν χτίσθηκε πάλι. Ο χρόνος, η μη συντήρησή του και ίσως η χρησιμοποίηση έτοιμου οικοδομικού υλικού για τις ανάγκες των κατοίκων της περιοχής συντέλεσε στο να σώζονται σήμερα υπολείμματά του. Τελευταία σε μερικά σημεία έχει αναστηλωθεί.

Το Εξαμίλιο τείχος είχε την τύχη του μεγάλου Σινικού τείχους. Η ανέγερσή του και η κατά καιρούς συντήρησή του, δεν είχε τα αναμενόμενα αποτελέσματα, καθόσον οι εκάστοτε εχθρικές δυνάμεις προτιμούσαν να παρακάμψουν τον Ισθμό εισβάλλοντας στην Πελοπόννησο, από κάποιο λιμάνι της, όπως έκαναν οι Δωριείς. Αυτοί κατά μία εκδοχή κατέλαβαν το Σολύκι λόφο που βρίσκεται νότια του Ισθμού κοντά στην παραλία μετά το 1100 π.Χ. και κατ' άλλη, σύμφωνα με το Θουκυδίδη, αποβιβάστηκαν γύρω στο 904π.Χ. πρώτα στην Αργολίδα και μετά προωθήθηκαν προς την Κόρινθο. Ακόμη οι Ηρακλείδες προωθήθηκαν στην Πελοπόννησο διαπλέοντες τον Κορινθιακό, από τη Ναύπακτο προς την απέναντι ακτή, προφανώς χρησιμοποιώντας το στενό με τη σημερινή ονομασία Ρίου -Αντιρρίου.

ΠΑΣΧΑΛΙΑΤΙΚΗ ΕΚΔΡΟΜΗ ΣΤΗΝ ΚΕΡΚΥΡΑ

Κείμενο Νίκος Νίντος



Η Κέρκυρα κατοικήθηκε από τους προϊστορικούς χρόνους. Υπάρχουν ίχνη οικισμών παλαιολιθικής και νεολιθικής εποχής διάσπαρτα στο νησί. Το όνομα του νησιού προήλθε από τη Νύμφη Κόρκυρα, κόρη του θεού-ποταμού Ασωπού, την οποία απήγαγε και μετέφερε στο νησί ο θεός Ποσειδώνας. Εκεί γεννήθηκε ο καρπός της ένωσης τους ο Φαίακας. Ο εγγονός του ήταν ο γνωστός από την Οδύσσεια βασιλιάς Αλκίνοος. Η γραπτή ιστορία της Κέρκυρας ξεκινάει με τις πρώτες Ελληνικές αποικίες που γίνονται στις αρχές του 8ου αι. πΧ από την Ερέτρια και λίγο αργότερα από την Κόρινθο. Η αρχαία πόλη της Κέρκυρας ήταν στην περιοχή της Παλαιόπολης. Σύντομα αποκτά ισχυρό στόλο, συγκρούεται με την μητρόπολη Κόρινθο και συμμαχεί με την Αθήνα. Η συμμαχία αυτή αποτέλεσε μια από τις αφορμές του Πελοποννησιακού πολέμου. Στη συνέχεια γίνεται τμήμα του Μακεδονικού κράτους, της Ρωμαϊκής και αργότερα της Ανατολικής Βυζαντινής Αυτοκρατορίας. Δοκιμάζεται από επιδρομές βαρβαρικών φυλών (Ούννοι, Βάνδαλοι, Γότθοι, Αραβες) που ρημάζουν το νησί, αναγκάζοντας τους Κερκυραίους να αναζητούν την ασφάλεια στη περιοχή της σημερινής πόλης ανάμεσα σε δύο λόφους (απ' όπου η Κέρκυρα πήρε το όνομα Κορφού, από τις "2 Κορυφές"). Από τον 11ο αι. Νορμανδοί, Βυζαντινοί, Ενετοί, Δεσποτάτο της Ηπείρου, οικογένεια των Ανδραγαυών και ξανά Ενετοί κατέλαβαν διαδοχικά την Κέρκυρα με τους τελευταίους να παραμένουν περισσότερο από 400 χρόνια. Η διοίκηση των Ενετών ήταν αριστοκρατική, δηλαδή όλη η πολιτική εξουσία ήταν στα χέρια των ευγενών. Σε αυτή την περίοδο δημιουργήθηκαν οι τάξεις των ντόπιων ευγενών των γραμμένων στο περίφημο (libro d'oro), των αστών (civili) και των φτωχών (popolari). Ήταν η περίοδος που άφησε ανεξίτηλα σημάδια στην κουλτούρα των Κερκυραίων σε όλους τους τομείς, στην τέχνη, στη μουσική παράδοση, στον πολιτισμό, και στην αρχιτεκτονική της Πόλης και των χωριών. Δημιουργήθηκαν τότε οι ελαιώνες αναπτύχθηκε η γεωργία αλλά και η πνευματική και καλλιτεχνική ζωή, βελτιώθηκαν οι οχυρώσεις του παλαιού φρουρίου, χτίστηκε το νέο φρούριο. Τούρκοι έκαναν 3 προσπάθειες για να κατακτήσουν το νησί αλλά χωρίς επιτυχία. Το 1797 ως το 1799 η Κέρκυρα πέρασε στα χέρια των Γάλλων. Κατόπιν ως Επτάνησος Πολιτεία

πέρασε σε μια ιδιότυπη Ρωσοτουρκική κατοχή. Το 1807 ως και το 1814 επέστρεψαν οι Γάλλοι του Ναπολέοντα, για να ακολουθήσουν οι Άγγλοι, το 1815 που παρέμειναν έως το 1864. Επί Αγγλοκρατίας αναπτύχθηκε πολύ η τοπική οικονομία, κατασκευάστηκαν τα ανάκτορα των Αγίων Μιχαήλ και Γεωργίου όπως και το πολύ πυκνό οδικό δίκτυο του νησιού. Δημιουργήθηκαν εργοστάσια ηλεκτρικής ενέργειας, επανιδρύεται η Ιόνιος Ακαδημία και για πρώτη φορά ανακηρύσσεται η Ελληνική γλώσσα σαν η επίσημη γλώσσα του κράτους. Στις 21 Μαΐου του 1864 η Κέρκυρα και μαζί όλα τα Επτάνησα ενώνονται οριστικά με την Ελλάδα. Η πόλη της Κέρκυρας αλλά και όλο το νησί χαρακτηρίζεται από το έντονο Βενετσιάνικο στοιχείο, με πολλές Αγγλικές και Γαλλικές επιρροές. Είναι κοσμοπολίτικη και αποπνέει μια αίσθηση αρχοντιάς. Πολλά αξιοθέατα κοσμούν την πόλη και όλο το νησί. Το Πάσχα είναι ιδιαίτερο στη Κέρκυρα με έθιμα που ανάγονται στην περίοδο της Ενετοκρατίας.

Έτσι η πρόταση του συλλόγου για «Πάσχα στην Κέρκυρα» βρήκε θερμή ανταπόκριση παρά τις αντίξοες συνθήκες (οικονομικές, πρόβλεψη για άσχημο καιρό αλλά και ασθένειες). Την Μεγάλη Παρασκευή 72 άτομα ξεκίνησαν χαράματα από την Αθήνα. Με ολιγόλεπτες στάσεις στον Ισθμό και μετά την Αμφιλοχία καταφέραμε να φτάσουμε στην Ηγουμένισσα λίγη ώρα πριν φύγει το πλοίο των 13,30 για Κέρκυρα. Το απόγευμα έγινε η πρώτη επαφή με την πόλη της Κέρκυρας. Παρακολούθησαμε τον επιτάφιο των Καθολικών και τον επιτάφιο της Μητρόπολης. Ήταν μεγαλοπρεπέστατος. Οι φιλαρμονικές έπαιζαν πένθιμα εμβατήρια και ακολουθούσε η μεγάλη χορωδία της Μητρόπολης, μαθητές, πρόσκοποι και πλήθος κόσμου.

Το Μεγάλο Σάββατο παρακολούθησαμε την περιφορά του Επιταφίου της εκκλησίας του Αγίου Σπυρίδωνα. Είναι η παλαιότερη και η πιο κατανυκτική Λιτανεία. Προπορευόταν το Σκήνωμα του Αγίου και ακολουθούσε ο Επιτάφιος. Η πομπή περπατούσε ρυθμικά με τους ήχους των φιλαρμονικών της πόλης σαν ένα σώμα. Μετά το τέλος της Λιτανείας ακλούθησε η πρώτη Ανάσταση. Στις 11.00 ακριβώς το πρωί χτύπησαν οι καμπάνες των εκκλησιών και από τα παράθυρα των σπιτιών άρχισαν να πέφτουν, κατά χιλιάδες, πήλινα δοχεία (μπότηδες) στους δρόμους, με μεγάλο κρότο. Οι κωδωνοκρουσίες, οι βροντεροί κανονιοβολισμοί από

το φρούριο και η μουσική που ξεχυνόταν από τα πνευστά των 18 Φιλαρμονικών της πόλης δημιούργησαν μια συγκλονιστική ατμόσφαιρα.

Η πόλη κοσμεύεται από πολλά και ενδιαφέροντα μουσεία, Αρχαιολογικό, Βυζαντινό, Ασιατικής Τέχνης, Χαρτονομισμάτων, Πινακοθήκη που κάποια από αυτά επισκεφθήκαμε. Φύγαμε κατά τις 13.30 για την Παλαιόπολη όπου «αναπαύονται» τα ίχνη της αρχαίας πόλης της Κέρκυρας. Βρίσκεται στο 258 στρεμμάτων καταπράσινο κτήμα του Μον Ρεπό. Εκεί έχτισε τη θερινή του έπαυλη ο Άγγλος Αρμοστής των Ιονίων Νήσων. Μετά την Ένωση των Επτανήσων με την Ελλάδα, ο δήμος της Κέρκυρας παραχώρησε το παλάτι και τους κήπους στη δυναστεία του Γεωργίου του Α' προκειμένου να το χρησιμοποιούν ως θερινή κατοικία. Σήμερα το ανάκτορο στεγάζει ένα μικρό αρχαιολογικό μουσείο και αντικείμενα της εποχής του Άγγλου Αρμοστή. Ίσως το πιο φημισμένο αξιοθέατο της Κέρκυρας είναι το νησάκι της Παναγίας των Βλαχερνών και το ξακουστό Ποντικο-νησί δεύτερη στάση στην περιοδεία μας στο νησί. Δυστυχώς ξέσπασε καταιγίδα (η μοναδική σε όλη την εκδρομή) και δεν χαρήκαμε το τοπίο. Τελειώσαμε με την επίσκεψη του ανακτόρου του Αχιλλείου. Είναι μία από τις γνωστότερες βασιλικές επαύλεις της Ευρώπης και χτίστηκε το 1890 με εξ ολοκλήρου δαπάνη της αυτοκράτειρας Ελισάβετ της Αυστρίας. Την έπαυλη την αφιέρωσε στον Αχιλλέα, απ' όπου και το όνομα της. Πλήρεις από εντυπώσεις γυρίσαμε στο ξενοδοχείο για να ξεκουραστούμε μέχρι τις 23,30 που φύγαμε για Κοντόκαλι, όπου παρακολουθήσαμε την λειτουργία της Ανάστασης.

Την Κυριακή του Πάσχα 24 ορειβάτες ξεκίνησαν στις 8,00 για το χωριό Παλιά Περίθια από όπου έκαναν μια θωρη διάσχιση προς χωριό Νυμφές. Η διαδρομή ήταν σε υψόμετρο 700 μ. κυρίως σε χωματόδρομο και σε μονοπάτι. Σε όλη την διαδρομή υπήρχε πλούσια βλάστηση και πέρασαν από ενδιαφέροντα ορεινά χωριά (Λαύκη, Επίσκεψη). Οι τουρίστες έφυγαν στις 9,50 Επισκέφθηκαν την μονή της Πλατυτέρας. Ένα πολύ ενδιαφέρον μοναστήρι έξω από τα τουριστικά προγράμματα όπου είναι θαμμένος ο Ιωάννης Καποδίστριας. Το καθολικό του μοναστηριού κοσμεύεται από αγιογραφίες σημαντικών ζωγράφων της Κρητικής και Επτανησιακής σχολής. Στην συνέχεια φι-



Κέρκυρα. Οι Φιλαρμονικές στο Λιστόν, Φωτ. Γιώργ. Γκλέτσος

λοξενήθηκαν από τον φίλο του συλλόγου Λουκά Ναυπακτίτη στο σπίτι του στην παραλία Κουλούρα. Η θερμή φιλοξενία του Λουκά και το υπέροχο τοπίο καθυστέρησαν για μισή ώρα τουλάχιστον την αναχώρηση για το Λαογραφικό μουσείο της Αχαράβης. Ευχάριστη έκπληξη το μουσείο με αναπαραστάσεις από την παλιά Κέρκυρα. Όλοι κάτι είχαν να θυμηθούν από τις δικές τους ιδιαίτερες πατρίδες. Τελευταίος σταθμός η Παλιά Περίθια. Οι περισσότεροι μελετητές συμφωνούν ότι το όνομα του το χωριό το χρωστάει στις πολλές εκκλησίες του και προέρχεται από την φράση "Περί τα Θεία". Χτισμένο τον 11ο αι. στις πλαγιές του Παντοκράτορα μακριά από τους επιδρομείς αλλά και την ελονοσία που ταλαιπωρούσε τις ακτές εγκαταλείφθηκε από τους κατοίκους πριν από 30 χρόνια. Συνδυάζει το φυσικό κάλλος με τον αρχιτεκτονικό πλούτο περασμένων εποχών και αποτελεί μνημείο αρχιτεκτονικής για το νησί.

Στις 16.30 οι τουρίστες βρέθηκαν με τους ορειβάτες στις Νυμφές και συνέφαγαν το Πασχαλινό γεύμα. Λίγο αργότερα από ένα αρχαιολόγο έγινε ξενάγηση στο Ασκηταριό ένα εγκαταλειμμένο μοναστήρι του χωριού.

Την Δευτέρα της Διακαινησίμου έγινε η εκδρομή στους Οθωνούς. Οι Οθωνοί είναι το μεγαλύτερο από τα 3 Διαπόντια νησιά που βρίσκονται βόρεια της Κέρκυρας. Σύμφωνα με την απογραφή του 2001 έχει 631 κατοίκους. Απέχει 7,5 ναυτικά μίλια από την Κέρκυρα. Είναι το δυτικότερο άκρο της Ελλάδος. Λίγα στοιχεία υπάρχουν για την αρχαιότητα. Μια εκδοχή αναφέρει τους Οθωνούς σαν το νησί της Καλυψώς. Στους Βυζαντινούς χρόνους έμειναν ακατοίκητα. Επί Ενετοκρατίας εγκαταστάθηκαν πρόσφυγες από Ήπειρο και επί Αγγλοκρατίας ήταν τόπος εξορίας. Η βλάστηση στο νησί είναι αρκετά πλούσια. Υπάρχουν διάφοροι μικροί οικισμοί με παραδοσιακά σπίτια και εκκλησίες. Πήραμε το πλοίο από το λιμάνι του Αγίου Στέφανου στις 9,30. Μετά από μιάμιση ώρα φτάσαμε στην Άμμο το επίνειο των Οθωνών. Η θάλασσα τρικυμιώδης με 5 μποφόρ δεν πτόησε τους 50 εκδρομείς. Η πεζοπορική ομάδα από 30 άτομα έκανε πορεία 2 ωρών από την Άμμο μέχρι τη θέση Σταυρός σε ενδιαφέρον κατάφυτο μονοπάτι. Δυστυχώς ο καιρός χειρότερεινε και έπρεπε να εγκαταλείψουμε το νησί. Φύγαμε στις 16,30 με 7 μποφόρ. Το πλοίο ανεβοκατέβαινε στα κύματα με αφάνταστη (ευτυχώς) επιδεξιότητα. Στο σαλόνι του πλοίου η ατμόσφαιρα ήταν αποπνιχτική όλοι όμως έμειναν ακίνητοι στις θέσεις τους. Καραβοτσακισμένοι αλλά με ηθικό ακμαϊότατο φθάσαμε στις 18,00 στον Άγιο Στέφανο και συνεχίσαμε για την Παλαιαοκαστρίτσα. Το μοναστήρι είναι κτισμένο στην κορυφή ενός καταπράσινου λόφου. Ιδρύθηκε το 1228 και ανακατασκευάστηκε τον 15ο αιώνα. Αρκετά κεριά πιστεύω ανάψανε για την αίσια έκβαση της θαλασσίνης εκδρομής.

Την Τρίτη φύγαμε γύρω στις 9,00 από το ξενοδοχείο. Τελευ-



Νησάκι Βλαχερνών και το Ποντικονήσι, Φωτ. Ν. Νίντος



Κέρκυρα. Αρμενίζοντας στο Καλάμι, Φωτ. Γιώργ. Γκλέτσος

ταία ψώνια στο Duty Free του λιμανιού και στις 10,30 πήραμε το πλοίο για Ηγουμενίτσα. Κάναμε ωραία στάση κατά την 13,00 στην Πάργα για μεσημεριανό φαγητό, και στην Αμφιλοχία για καφέ μισή ώρα. Ευχαριστημένοι από τις ωραίες μέρες που περάσαμε και με πολύ κέφι δεν καταλάβαμε πότε φτάσαμε στην Αθήνα. Και του χρόνου καλύτερα.



Αχίλλειο, Φωτ. Ν. Νίντος

Εθνικό Πάρκο Komodo
στην Ινδονησία



Table Mountain
στη Νότια Αφρική



Ποταμός Puerto Princesa
στις Φιλιππίνες



Νησί Jeju
στη Νότια Κορέα



Καταρράκτες Iguazu
σε Βραζιλία-Αργεντινή

ΤΑ ΕΠΤΑ ΘΑΥΜΑΤΑ ΤΗΣ ΦΥΣΗΣ

Επιμέλεια στήλης Θανάσης Τζιβιάς

Μετά την ανάδειξη των «ΝΕΩΝ ΕΠΤΑ ΘΑΥΜΑΤΩΝ» με ψηφοφορία μέσω διαδικτύου σε αντιπαράθεση με τα «ΕΠΤΑ ΘΑΥΜΑΤΑ ΤΟΥ ΑΡΧΑΙΟΥ ΚΟΣΜΟΥ» που πραγματοποιήθηκε μετά από πρωτοβουλία του Ελβετού συγγραφέα και παραγωγού Μπέρναρ ντε Βέμπερ ξεκίνησε, πάλι με πρωτοβουλία του, νέα ψηφοφορία για την ανάδειξη αυτή τη φορά των επτά θαυμάτων που πραγματοποίησε η φύση. Πριν αναφερθούμε στα «Επτά θαύματα της φύσης» να υπενθυμίσουμε ότι για την ανάδειξη των νέων επτά θαυμάτων συμμετείχε και η ΑΚΡΟΠΟΛΗ των Αθηνών η οποία μέσα από 77 πιο δημοφιλή μνημεία συμπεριλήφθηκε στα 21 επικρατέστερα για την τελική λίστα των επτά όπου δεν κατόρθωσε να μπει.

Η τελική κατάταξη των επτά ήταν: 1. Η πυραμίδα του Τσίτσεν Ιτζα (Γιουκατάν, Μεξικό), 2. Το άγαλμα του Χριστού Λυτρωτή (Ρίο Ντε Τζανέιρο, Βραζιλία), 3. Το Κολοσσαίο (Ρώμη, Ιταλία), 4. Το Σινικό Τείχος (Κίνα), 5. Το Μάτσου Πίτσου (Περου), 6. Η Πέτρα (Ιορδανία), 7. Το Ταζ Μαχάλ (Αγκρα, Ινδία).

Με την ίδια διαδικασία από 77 επικρατέστερες τοποθεσίες καταρτίστηκε η τελική 28άδα από την οποία θα προκύψουν τα επτά θαύματα που δημιούργησε η φύση και όχι ο άνθρωπος. Στην τελική 28άδα δεν συμπεριλήφθηκαν οι ελληνικές υποψηφιότητες που ήταν: η Σαντορίνη ως τόπος θεαματικής φυσικής ομορφιάς, ο Όλυμπος ως ένα από τα υψηλότερα βουνά στην Ευ-

ρώπη, μοναδικό σε βλάστηση αλλά και σε πανίδα με πολλά ενδημικά είδη, τα Μετέωρα ως οι βράχοι που πετούν και δημιουργήθηκαν πριν από 60 εκατομμύρια χρόνια και φθάνουν τα 550 μέτρα ύψος και το απολιθωμένο δάσος της Λέσβου. Αξίζει να αναφέρουμε ότι πρόσφατα διεθνή πρακτορεία Τουρισμού ανέδειξαν τη Σαντορίνη ως το ωραιότερο νησί του κόσμου. Στα 28 υποψήφια συμπεριλαμβάνονται: ο Αμαζόνιος, οι καταρράκτες Έιντσελ στη Βενεζουέλα, ο κόλπος Φάντι στον Καναδά, ο Μέλας Δρυμός στη Γερμανία, το αρχιπέλαγος Μπουτινά στα Ηνωμένα Αραβικά Εμιράτα, οι βράχοι του Μόχερ στην Ιρλανδία, η Νεκρά Θάλασσα, το τροπικό δάσος Ελ Γιούνκε στο Πουέρτο Ρίκο, τα νησιά Γκαλαπάνγκος στο Εκουαδόρ, το φαράγγι Γκραν Κάνιον στις Η.Π.Α., ο μεγάλος κοραλλιογενής ύφαλος μεταξύ Αυστραλίας και Παπούα-Νέας Γουινέας, ο κόλπος Χάλογκ στο Βιετνάμ, ο καταρράκτης Ιγκουασού μεταξύ Βραζιλίας και Αργεντινής, το σπήλαιο Τζέιτα στον Λίβανο, το ηφαιστειογενές νησί Τζέτζου στη Νότια Κορέα, το όρος Κιλιμάντζαρο στην Τανζανία, το Εθνικό Πάρκο Κομόδο στην Ινδονησία, οι Μαλδίβες, οι λίμνες Μαζούριαν στην Πολωνία, το αλπικό βουνό Μάτερχορν μεταξύ Ελβετίας και Ιταλίας, ο πορθμός Μίλφορντ στη Νέα Ζηλανδία, το ηφαιστειο δάσος στο Αιζερμπαϊτζάν, ο υπόγειος ποταμός Πουέρτο Πρινσέσα στις Φιλιππίνες, το δέλτα Σουνταρμπάνς μεταξύ Ινδίας και Μπαγκλαντές, το όρος Τέιμπλ στη νότια Αφρική, ο μονόλιθος Ουλούρου στην Αυστραλία, το ηφαιστειο Βεζούβιος στην Ιταλία και η οροσειρά Γιουσάν στην Τάιπεί.

Η τελική λίστα των επτά θαυμάτων της φύσης που επιλέχθηκαν είναι:

- 1) **Εθνικό Πάρκο Κομόντο στην Ινδονησία (Komodo)**
- 2) **Όρος Τέιμπλ στη Νότια Αφρική (Table mountain)**
- 3) **Υπόγειος ποταμός Πουέρτο Πρινσέσα στις Φιλιππίνες (Puerto Princesa river)**
- 4) **Ηφαιστειογενές νησί Τζέτζου στη Νότια Κορέα (Jeju)**
- 5) **Καταρράκτης Ιγκουασού στα σύνορα Βραζιλίας και Αργεντινής (Iguazu)**
- 6) **Αμαζόνιος – τροπικός δάσος**
- 7) **Κόλπος Χάλογκ στο Βιετνάμ (Halong)**

Τροπικό δάσος
του Αμαζονίου



Παραλία Halong
στο Βιετνάμ




Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε.
**ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΩΝ ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΩΝ ΕΚΔΡΟΜΙΚΩΝ ΣΩΜΑΤΕΙΩΝ ΕΛΛΑΔΟΣ
ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΞΕΝΩΝ ΝΕΟΤΗΤΟΣ ΕΛΛΑΔΟΣ (ΟΦΟΕΣΕ - ΟΞΝΕ)**

Μπότσιας 11, 106 82 Αθήνα • Τηλ.: 210 330 23 40 • Fax: 210 330 24 28


ΕΓΚΥΚΛΙΟΣ 4/2012
ΠΡΟΣ: Τα Σωματεία-Μέλη της Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε.-Ο.Ξ.Ν.Ε.

Θέμα: «Εορτή Αφής των Πυρών 2012»
Κύριε/α Πρόεδρε,

Το Διοικητικό Συμβούλιο της Ομοσπονδίας σας γνωρίζει ότι, με έγγραφό της, ζήτησε την έγκριση αδείας από το Αρχηγείο του Πυροσβεστικού Σώματος για να πραγματοποιήσει την 14^η Ιουλίου 2012, την 15^η Εορτή Αφής των Πυρών. Μετά την αρνητική απάντηση από το Αρχηγείο του Πυροσβεστικού Σώματος, το Δ.Σ. αποφάσισε να πραγματοποιήσει την «Εορτή της Αφής των Πυρών» στις **9 Ιουλίου 2012, ημέρα Δευτέρα και ώρα 20.00 στο Θέατρο Ελληνικών Χορών «Δόρα Στράτου», στο λόφο του Φιλοπάππου, με είσοδο ελεύθερη.**

Φέτος συμπληρώθηκαν 60 χρόνια από την πρώτη εορτή Αφής των Πυρών που έγινε στις 20 Ιουλίου 1952 στον Ιερό Βράχο της Ακρόπολης. Εμπνευστής της ιδέας αυτής ήταν ο αείμνηστος Πρόεδρος της Ομοσπονδίας, Γεώργιος Σταμπολής. Σας παρακαλούμε να ενημερώσετε τα Μέλη σας και να παρευρεθείτε στην ανωτέρω εκδήλωση για να γιορτάσουμε, όλοι μαζί, τα 60 χρόνια από την πρώτη τέλεση της γιορτής. Η επιτυχία της εκδήλωσης θα κριθεί από τη δική σας παρουσία.

 Ο Πρόεδρος
Ανδρέας Χ. Αντωνόπουλος

Με φυσιολατρικούς χαιρετισμούς για το Δ.Σ.

 Ο Γενικός Γραμματέας
Βασίλειος Ε. Κατσαντώνης

**ΔΙΕΥΚΡΙΝΗΣΗ ΓΙΑ ΟΣΟΥΣ
ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝΤΑΙ ΝΑ
ΓΡΑΦΟΥΝ ΓΙΑ ΤΟ
ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ ΜΑΣ**

Πρώτα ευχαριστούμε για την συμμετοχή και τη βοήθεια σας στην έκδοση του περιοδικού. Για καλύτερα αποτελέσματα, επειδή ο χώρος για το κάθε θέμα στο περιοδικό είναι ορισμένος, παρακαλούμε να διαβάσετε προσεκτικά τις παρακάτω οδηγίες.

Στα κείμενα, σε όποια μορφή και αν δοθούν, (χειρόγραφο, δακτυλογραφημένες σελίδες, ή σε μορφή CD), η ποσότητα της ύλης υπολογίζεται με την καταμέτρηση των λέξεων, όπως φαίνεται στους παρακάτω πίνακες: Σαν λέξεις υπολογίζονται επίσης άρθρα, αντωνυμίες, προθέσεις, σύνδεσμοι, μόρια κτλ..

ΠΡΩΤΗ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ: ΣΕΛΙΔΕΣ ΚΕΙΜΕΝΟΥ
Για 1/4 σελίδας κείμενο 220 έως 240 λέξεις, για 1/2 σελίδας 430 έως 470 λέξεις, για 3/4 σελίδας 600 έως 700 λέξεις, τέλος για **ολόκληρη σελίδα** κείμενο 870 έως 950 λέξεις

ΔΕΥΤΕΡΗ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ: ΣΕΛΙΔΕΣ ΚΕΙΜΕΝΟΥ ΚΑΙ ΕΙΚΟΝΕΣ

Για 1/2 της σελίδας: 250 λέξεις κείμενο + 1 εικόνα, για 2/3 της σελίδας: 350 λέξεις κείμενο + 2 εικόνες, για **ολόκληρη σελίδα**: 670 λέξεις κείμενο + 2 εικόνες ή 450 λέξεις κείμενο + 3 εικόνες.

Κείμενα που δεν συνάδουν με την τρέχουσα ύλη του τριμήνου, θα δημοσιεύονται μετά από επιλογή προσεχώς σε μία ή δύο σελίδες το πολύ και εφ' όσον υπάρχει κενός χώρος στο εκάστοτε τεύχος. Απαραίτητη η προσυνεννόηση με τον **Δημήτρη Αρμενιάκο** (υπεύθυνο για την ύλη). Τηλ. 2103460780, 6977005181 ή με την **Κατερίνα Δραγώνα** (επιμέλεια έκδοσης.) τηλ. 210 9316501, 6972078366.

έπαθλα «ΖΕΥΣ»

Δημήτρης Λουμπαρδιάς

- κύπελλο
- μετάλλιο
- πλοκέτες
- σημαίες
- λάβαρα
- αγαλματίδιο
- κουμπιά
- καρφισάκια
- μπρελόκ
- γραβιτοπισότρες
- μανικετόκουμπα



Μετάλλια ανάγλυφα με το σήμα του συλλόγου σας

Αριστής ποιότητας, μεγάλης αντοχής.
Εισάγονται από το Βέλγιο.
Για ομάδες, συλλόγους, αθλητικούς φορείς, επιχειρήσεις.
Λογότυπα τυπωμένα ή κεντημένα.

Διατίθενται σε πολλά χρώματα.



καπέλα • φούτερ • μπουφάν • T-SHIRT • πόλο • αντανεμικά

Εκτύπωση ή κέντημα του σήματος σας

Λυσικράτους 48, 174 55 Καλαμάκι • τηλ. 210 98.22.575 - 210 98.50.192
fax 210 98.85.226 • e-mail: zeus3@ath.forthnet.gr • www.opathlazeus.gr

ΧΑΛΚΙΔΙΚΗ, ΚΑΤ' ΑΛΛΟΥΣ Η ΑΤΤΙΚΗ ΤΟΥ ΒΟΡΡΑ

Κείμενο και φωτογραφίες Ν. Νίντος

Η χερσόνησος της Χαλκιδικής έχει χαρακτηριστεί ως η καλοκαιρινή πατρίδα των γενναίων του Βορρά.

Η κύρια χερσόνησος καταλήγει σε τρεις επιμήκεις χερσονήσους, οι οποίες είναι από δυτικά προς ανατολικά: Η χερσόνησος της Κασσάνδρας, η οποία πήρε το όνομα του Μακεδόνα Βασιλιά Κάσσανδρου, γαμπρού του Μ. Αλεξάνδρου. Σιθωνία: Η χερσόνησος που πήρε το όνομα του γιού του αρχαίου θεού της θάλασσας Ποσειδώνα (Σίθωνα), και η χερσόνησος του Άθω (Άγιο Όρος) που πήρε το όνομα του Γίγαντα Άθω, (Άγιον Όρος δε φαίνεται να ονομάζεται στα μισά του 12ου αιώνα σε χρυσόβουλο έγγραφο, του Αυτοκράτορα Αλεξίου Α' Κομνηνού).

Πρωτεύουσα του Νομού είναι ο Πολύγυρος με πληθυσμό 11.000 περίπου κατοίκους. Πλούσια σε ιστορία και μυθολογία η περιοχή απλώνει τις ρίζες της πολλούς αιώνες



Δελφίνια μας συνοδεύουν κατά τον διάπλου του Αγίου Όρους



Διάπλους Αγίου Όρους, Μονή Αγίου Παντελεήμονος (Ρώσικη).



Διάπλους Αγίου όρους, Μονή Δοχειαρίου.

πριν. Το αρχαίο όνομα της Κασσάνδρας ήταν Φλέγρα και πιστεύεται ότι εδώ είναι θαμμένος ο Γίγαντας του σεισμού Εγκέλαδος, ο οποίος από τον Ισθμό της Ποτιδαιας πολέμωσε τους θεούς του Ολύμπου για να τους εκδιώξει από τον Όλυμπο.

Βασιζόμενοι στις πρόσφατες ανασκαφές στο σπήλαιο των Πετραλώνων, υπολογίζεται ότι η Ιστορία της Χαλκιδικής πηγαίνει 700.000 χρόνια πίσω στον χρόνο. Η πρώτη ελεγχόμενη φωτιά άναψε στην Χαλκιδική 700.000 χρόνια πριν, το κρανίο δε που ανακαλύφθηκε στο σπήλαιο εκτιμάται ότι είναι 250.000 χρόνων πριν. Εγκαταστάσεις οργανωμένης κοινωνίας έχουμε στην Χαλκιδική από το 4.000 π.Χ. και οι παλαιότεροι κάτοικοι της ήταν Θράκες και Πελασγοί.

Η πρώτη Ιστορική καταγραφή που έχουμε για την περιοχή προέρχεται από τον Ηρόδοτο. Στα κείμενά του για τους περσικούς πολέμους δίνει ιστορικές λεπτομέρειες σχετικά με την καταστροφή του στόλου του Μαρδόνιου στον Άθω, και το σκάψιμο ενός καναλιού στον Ισθμό της χερσονήσου από τον Ξέρξη.

Ωστόσο τον 8ο π.Χ. αιώνα φαίνεται ένας συστηματικός αποικισμός από την Ν. Ελλάδα και κυρίως από την Χαλκίδα (εξ ου Χαλκιδική) και την Ερέτρια.

Τον 5ο π.Χ. αιώνα οι σημαντικότερες πόλεις είναι η Όλυνθος (την οποία ίδρυσαν οι Βοττιαίοι τον 7ο π.Χ. αιώνα και κατέστρεψαν οι Πέρσες το 479 π.Χ.), η Μένδη πατρίδα του γλύπτου Παιώνιου, Στάγειρα (πατρίδα του μεγάλου φιλοσόφου Αριστοτέλη, δασκάλου του Μ. Αλεξάνδρου), Ποτειδεια, Άκανθος, Άφυτις, Ποσειδί (το αρχαιότερο ιερό του Ποσειδώνα με τις νεράιδες με τα σκυλίσια πρόσωπα) κ.α. Η Χαλκιδική για πολλά χρόνια αποτέλεσε πεδίο μάχης μεταξύ των Αθηναίων και των Λακεδαιμονίων. Το 348 π.Χ. ο Φίλιππος ενσωματώνει την περιοχή στο Μακεδονικό βασίλειο. Στα Ελληνικά χρόνια ιδρύονται τρεις μεγάλες πόλεις η Κασσανδρεία, η Ουρανούπολη και η Αντιγόχεια.

Το 168 π.Χ. η Χαλκιδική κατακτήθηκε από τους Ρωμαίους και τον 6ο αιώνα μ.Χ. λεηλατήθηκε από τους Ούνους.

Το 1430 υποδουλώθηκε στους Τούρκους.

Τον Μάιο του 1821 στην Ελληνική Επανάσταση, ηγήθηκε στην Β. Ελλάδα ο Εμμανουήλ Παππιάς, αλλά στην πορεία ηττήθηκε από τους Τούρκους.

Τον Οκτώβριο του 1912 η Χαλκιδική επανέκτησε την ελευθερία της.

Σήμερα 75 χρόνια μετά τον τρίτο αποικισμό της (από πρόσφυγες της Μ. Ασίας) βιώνει μια μοναδική οικονομική ανάπτυξη.

ΣΙΘΩΝΙΑ - ΚΑΣΣΑΝΔΡΑ, ΠΕΡΙΗΓΗΣΗ

Κείμενο και φωτογραφίες από τον Γιώργο Γκλέτσο



1-2-3-4/6 Μέσω Θεσσαλονίκης επίσκεψη Χαλκιδικής. Επίσκεψη του σπηλαίου των Πετραλώνων όπου

βρέθηκε από τον Άρη Πουλιανό ανάμεσα στους σταλακτίτες το κρανίο του Αρχανθρώπου που έζησε πριν 700.000 χρόνια. Άφιξη στην Καλλιθέα Κασσάνδρας στο ξενοδοχείο Παλλήνη (ρωσοκρατούμενο – ευτυχώς). Την επομένη, μετά καθυστέρηση στη Ν. Φώκεια (Ενετικός Πύργος), προώθηση προς χωριό Ταξιάρχης όπου ο συμπαθέστατος οδηγός Κλεάνθης μετά της συζύγου, οδήγησαν τους ορειβάτες μέσω του δάσους των καλλιεργημένων ελάτων του Χολομώντα μέχρι το παραδοσιακό χωριό Αρναία (επίσκεψη λαογραφικού μουσείου, Δημαρχείου, και εκκλησίας Αγ.Στεφάνου). Η άλλη ομάδα επισκέφτηκε τη Σιθωνία: παραθεριστικό χωριό Παρθενών, περιοχή πόρτο Καρράς, Αρχαία Τορώνη (κλειστή), Πόρτο Κουφό, Καλαμίτσι (μπάνιο-φαγητό), Καβουρότρυπες με την εντυπωσιακή παραλία που απολαμβάνουν πολλοί γυμνιστές. Την Βουρβουρού με την εξωτική ομορφιά δυστυχώς την παραλείψαμε. Στην Αρναία θαυμάσαμε και την παλιά εκκλησία του Αγίου Στεφάνου που



Παραλίες Χαλκιδικής.



Πέτρινη Γοργόνα στην Παραλία Καβουρότρυπες.



Αρναία. Το Δημαρχείο και ο Άγιος Στέφανος (Ξαναγεννημένος από τις στάχτες).

Ξαναγεννήθηκε σε χρόνο ρεκόρ από τις στάχτες της. Το βράδυ γίνεται χαμός στα σκυλάδικα της περιοχής με πολύ-πολύ θόρυβο ως το πρωί. Την επομένη, επίσκεψη της χερσονήσου του Αγίου Όρους. Μια ομάδα κυρίως γυναικών με караβάκι από την Ουρανόπολη πραγματοποίησε τον λεγόμενο «περίπλου» του Αγίου Όρους. Όσοι περπατούσαν πέρασαν από τη Σκάλα Τρυπητής με F/B στο νησάκι Αμουλιανή και έκαναν μία πορεία προς τις θαυμάσιες παραλίες Καλοπήγαδο, Αλυκές (λίμνη), Αγ.Γιώργη, Μεγ. Άμμος όπου στη θαύμασια αμμουδιά εκτός από το ζωογόνο μπάνιο απόλαυσαν μεζέδες και ουζάκια με παρέα τους εξημερωμένους γλάρους. Εδώ οι ποιητικές εικόνες της φύσης έχουν αξεπέραστη γοητεία. Στην επιστροφή, επίσκεψη στο θεματικό άλσος Αριστοτέλη στα Στάγειρα και τέλος στο χωριό Γεροπλάτανος με τον εντυπωσιακό Πλάτανο. Ήρθε η μέρα της επιστροφής. Μία βιαστική επίσκεψη στα ερείπια της αρχαίας Ολύνθου και του μουσείου σε πλήρη εγκατάλειψη. Αναχωρούμε παράλογα αγχωμένοι για το Δίον (αρχαιολογικός τόπος και μουσείο). Μια στάση στον Πλαταμώνα, και άφιξη στην Αθήνα. Ήταν ένα μεγάλο ταξίδι, πολύ ενδιαφέρον, σε μια περιοχή που οι περισσότεροι Αθηναίοι δεν την γνωρίζουν τόσο καλά. Την θαύμασια αυτή περιοχή με μόλις 100 χρόνια από την απελευθέρωσή της αξίζει να την γνωρίσουμε καλύτερα σ' ένα μελλοντικό ταξίδι, ανεξάρτητοι, για να γνωρίσουμε τους πολιτιστικούς της θησαυρούς.

Όσο για τους αθεράπευτους εραστές των δασών υπεράνω όλων, ας διαβάσουν «Τα

δάση της Ελλάδας» του Καθηγ. Σπύρου Ντάφη, εκδ. Μουσείου Γουλανδρή, και θα ικανοποιηθούν.



Κασσάνδρα Χαλκιδικής. Παρακλήσεις για αφίξεις τουριστών.



Στις Αρχαιότητες του Δίου.



ΦΑΡΜΑΚΕΙΟ

ΦΥΤΟΘΕΡΑΠΕΙΑ, ΑΡΩΜΑΤΟΘΕΡΑΠΕΙΑ,
ΔΕΡΜΟΚΑΛΥΝΤΙΚΑ,
ΒΙΤΑΜΙΝΕΣ, ΟΜΟΙΟΠΑΘΗΤΙΚΑ,
ΠΑΡΑΣΚΕΥΑΣΜΑΤΑ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟΥ

Ερωτόκριτος Καλογερόπουλος

Ζήνωνος 14, Αθήνα, 10437,
Τηλ.: 210 5222626, Fax: 210 5222626,
e-mail: pharmek@otenet.gr



Ασφάλειες

ΙΟΡΔΑΝΟΥ & Συνεργάτες

Από το 1992 βρισκόμαστε στο χώρο της ιδιωτικής ασφάλισης για να διασφαλίσουμε το συμφέρον όσων μας εμπιστεύονται.

- Οικογενειακή Προστασία
- Ζωή και Υγεία
- Ομαδικά
- Αυτοκίνητο
- Κατοικία
- Επιχείρηση
- Σκάφος
- Σύνταξη και Επένδυση

Όμως, δεν σταματάμε εκεί.
Η εμπειρία και τα πολλά χρόνια ενασχόλησης με το αντικείμενο της ασφάλισης, δεν αρκούν. Χρειάζεται μεράκι, ενδιαφέρον και μαχητικότητα! Η συνεχής βελτίωση των συνθηκών ασφάλισης, η ασφαλής και ολοκληρωμένη κάλυψη, η προστασία των πελατών μας από τους κινδύνους της αγοράς, ήταν και θα είναι η βασική μας έννοια.
"Πρώτα το δυνατόν κι ύστερα το κατά δύναμιν"
Αυτό για μας σημαίνει επαγγελματίας με ανθρωπισμό. Συμβουλευτείτε μας... για την ασφάλειά σας, για το παρόν... και ...το μέλλον σας.
Για κάθε επιθυμία ή ανησυχία σας,

...Εμείς συνεχίζουμε για εσάς ...Δημιουργούμε για όλους

Κολοκοτρώνη 62-64 ΤΚ 18531, Πειραιάς, Τηλ.: 210-4190.875, Fax : 210-4190.876
e-mail: iordanou@iordanou.gr, web-site: www.iordanou.gr



ΤΟΝ ΜΗΝΑ ΜΑΡΤΙΟ ΠΡΑΓΜΑΤΟΠΟΙΗΘΗΚΑΝ 5 ΕΚΔΡΟΜΕΣ (4 ΜΟΝΟΗΜΕΡΕΣ ΚΑΙ 1 ΔΙΗΜΕΡΗ) ΜΕ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ 181 ΑΤΟΜΩΝ

ΑΝΩ ΤΡΙΚΑΛΑ-ΛΙΜΝΗ ΔΑΣΙΟΥ-ΖΑΧΑΡΙΑΣ

Η εκδρομή πραγματοποιήθηκε ελαφρά τροποποιημένη λόγω χιονοπτώσεων. Οι 30 πεζοπόροι από τους 32 εκδρομείς κατέληξαν στα Μέσα Τρίκαλα μετά από πορεία 4,30 ωρών όπου συνέφαγαν με τους υπόλοιπους 2.

ΜΟΝΗ ΛΟΥΚΟΥΣ-ΧΑΝΙ ΚΟΠΑΝΙΤΣΑΣ-ΑΣΤΡΟΣ

Πάλι λόγω καιρού τροποποιήθηκε και αυτή η εκδρομή. Συμμετείχαν 19 άτομα. 13 πεζοπόροι περπατήσανε μέχρι το Χάνι Κοπανίτσα. Οι υπόλοιποι 6 πήγαν στον υδροβιότοπο Μούστου. Όλοι μαζί καταλήξαν στο Άστρος.

ΟΣΙΟΣ ΛΟΥΚΑΣ – ΦΑΡΑΓΓΙ ΚΛΕΙΣΟΥΡΑΣ-ΑΝΤΙΚΥΡΑ

Με συμμετοχή 54 εκδρομέων πραγματοποιήθηκε η εκδρομή. 52 άτομα διέσχισαν το φαράγγι της κλεισούρας και 2 άτομα διημέρευσαν στα Αντίκυρα όπου κατέληξαν μετά από 4 ώρες οι πεζοπόροι.

ΜΑΙΝΑΛΟ-ΚΑΡΔΑΡΑΣ-ΑΪΔΙΝΙ-ΡΟΪΝΟ

Συμμετείχαν 32 άτομα σε αυτή την εκδρομή. 27 πεζοπόροι πραγματοποίησαν την διάσχιση από Καρδαρά μέχρι το Ροϊνό. Από αυτούς 7 ανέβηκαν στην κορυφή Μουρτζιάς. Οι υπόλοιποι 5 επισκέφθηκαν το σπήλαιο Κάψας. Όλοι συναντήθηκαν στο Ροϊνό.

ΣΠΕΡΧΕΙΑΔΑ-ΔΑΣΙΚΟ ΧΩΡΙΟ ΛΙΒΑΔΑΚΙ-ΜΟΝΟΠΑΤΙ ΑΧΙΛΛΕΑ

Με συμμετοχή 44 εκδρομέων πραγματοποιήθηκε η εκδρομή.



Στο μονοπάτι του Αχιλλέα, Φωτ. Β. Συλβεστριάδης ▲



Φαράγγι Κλεισούρας, Φωτ. Μ. Βέττερ ▲



Καρδαράς Ροϊνό, Φωτ. Μ. Βέττερ ▲

Στη διάσχιση Βένετο, Φωτ. Ν. Νίντος ▼



Ταί Chi. Στο Δασικό χωριό, Φωτ. Β. Συλβεστριάδης ►



Ανεβαίνοντας τον Γουλινά, Φωτ. Ν. Νίντος ▲





Στο Καταφύγιο Δίρφους, Φωτ. Β. Συλβεστριάδης ▲



Από την Επίσκεψη στο Αττικό Πάρκο, Φωτ. Δ. Αρμενιάκος ▲



Οθωνοί, στη θέση Σταυρός, Φωτ. Γιώργ. Γκλέτσος ▲

Αχλαδίτσα, Φωτ. Β. Συλβεστριάδης ▼



ΑΠΟ ΤΗ ΖΩΗ ΤΗΣ ΕΟΦ

Το Σάββατο 29 πεζοπόροι πραγματοποίησαν κυκλική διαδρομή από χωριό Καλλιθέα στην κορυφή του όρους Γουλινάς όπου έφτασαν οι 21. Οι υπόλοιποι επισκέφθηκαν την Μονή Αγάθωνος, την Υπάτη και την Σπερχειάδα. Η διανυκτέρευση έγινε στο δασικό χωριό Λιβαδάκι. Την Κυριακή 18 πεζοπόροι περπατήσανε από το δασικό χωριό μέχρι το χωριό Μαυρίλος στο μονοπάτι του Αχιλλέα. Άλλοι 18 έκαναν μια διαδρομή γύρω από το δασικό χωριό. Οι υπόλοιποι διημέρευσαν στο δασικό χωριό. Όλοι συναντήθηκαν στο χωριό Μαυρίλος.

ΤΟΝ ΜΗΝΑ ΑΠΡΙΛΙΟ ΠΡΑΓΜΑΤΟΠΟΙΗΘΗΚΑΝ 4 ΕΚΔΡΟΜΕΣ (3 ΜΟΝΟΗΜΕΡΕΣ ΚΑΙ 1 ΠΟΛΥΗΜΕΡΗ) ΜΕ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ 177 ΑΤΟΜΩΝ

ΣΤΕΝΗ – ΞΗΡΟΒΟΥΝΙ-ΔΙΡΦΥ

Στην εκδρομή έλαβαν μέρος 21 άτομα. 10 πεζοπόροι πραγματοποίησαν την κυκλική πορεία Στενή –διάσελο Ξηροβουνίου-Καταφύγιο Δίρφους-Στενή. 4 πεζοπόροι περπάτησαν μέχρι το Καταφύγιο Δίρφους και 7 έκαναν πορείες σε μονοπάτια γύρω από την Στενή.

ΚΕΡΚΥΡΑ-ΘΩΝΟΙ

Η Πασχαλιτική εξόρμηση του συλλόγου έγινε στην Κέρκυρα και στους Οθωνούς. Συμμετείχαν 72 άτομα. Το Μεγάλο Σάββατο έγινε ξενάγηση στην πόλη και το νησί της Κέρκυρας. Την Κυριακή του Πάσχα 24 πεζοπόροι περπάτησαν στο Όρος Παντοκράτορα και οι υπόλοιποι περηγήθηκαν την βόρεια πλευρά του νησιού. Το πασχαλινό γεύμα έγινε στο χωριό Νυμφές. Την Δευτέρα της Διακαινησίμου έγινε η εκδρομή στους Οθωνούς.

ΖΩΟΛΟΓΙΚΟ ΠΑΡΚΟ ΣΠΑΤΩΝ-ΒΑΥΡΩΝΑ-ΑΥΛΑΚΙ

Με συμμετοχή 47 εκδρομέων έγινε η εκδρομή που περιλάμβανε επίσκεψη στο Αττικό Ζωολογικό Πάρκο. Ακολού-

Αττικό Πάρκο ▼



Πορεία από Στενή προς Ξηροβούνι, Φωτ. Β. Συλβεστριάδης ▼





Θησε επίσκεψη και ξενάγηση στο μουσείο και αρχαιολογικό χώρο της Βραυρώνας και φαγητό στο Αυλάκι.

ΑΝΩ ΤΙΘΟΡΕΑ-ΑΧΛΑΔΙΤΣΑ

Η εκδρομή έγινε με συμμετοχή 37 ατόμων. Μια πεζοπορική ομάδα από 17 άτομα πλησίασε την κορυφή Αχλαδίτσα, μια δεύτερη από 13 άτομα περπάτησε μέχρι την Σπηλιά του Ανδρούτσου, ενώ οι υπόλοιποι διημέρευσαν στην Τιθορέα όπου κατέληξαν και οι πεζοποροί.

ΤΟΝ ΜΗΝΑ ΜΑΪΟ ΠΡΑΓΜΑΤΟΠΟΙΗΘΗΚΑΝ 5 ΕΚΔΡΟΜΕΣ (3 ΜΟΝΟΗΜΕΡΕΣ, 1 ΔΙΗΜΕΡΗ ΚΑΙ 1 ΤΡΙΗΜΕΡΗ) ΜΕ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ 120 ΑΤΟΜΩΝ

ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΣΗ

Με συμμετοχή 32 ατόμων εκτός από όσους είχαν πάει από την παραμονή και από όσους πήγαν με ιδιωτικό αυτοκίνητο, περάσαμε την Πρωτομαγιά στην κατασκήνωσή μας. Φτιάξαμε στεφάνια, ψήσαμε αρνιά συνδυάζοντας έτσι την γιορτή της Πρωτομαγιάς με το Πασχαλινό Πανηγύρι που οργανώνουμε εδώ και πολλά χρόνια. Έγινε και αρτοκλασία στο εκκλησάκι μας λόγω της γιορτής του Αγίου Γεωργίου.

ΟΡΕΙΝΟΣ ΞΕΝΩΝΑΣ –ΑΓΙΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ Ο ΕΝ ΒΟΥΝΕΝΟΙΣ

Με συμμετοχή 21 ατόμων έγινε εορτή το αγίου Νικόλαου του εν Βουνένους. Διανυκτέρευσαν στον Ορεινό μας Ξενώνα και προετοίμασαν την αρτοκλασία και την δεξίωση που ακολούθησε για τους κατοίκους του Κεφαλαριού.

ΠΑΡΝΑΣΣΟΣ

Με συμμετοχή 18 ατόμων έγινε αυτή η εκδρομή. 14 άτομα περπάτησαν στο Ε4 από το 51ο χιλ. Γραβιάς μέχρι το μνημείο Άμπλιανης όπου τους παρέλαβε το πούλμαν. Οι υπόλοιποι επισκέφτηκαν το Vagonetto και το χωριό Βάριανη.

Κατασκήνωση Πρωτομαγιά, Φωτ. Δ. Παγουλάτος ▼



Μουσείο Βαβρώνας, Φωτ. Δ. Παγουλάτος ▼



Πορεία από 51 χιλμ Προς Μνημείο Άμπλιανης, Φωτ. Β. Συλβεστριάδης ▲



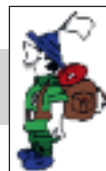
Ανάβαση στο βουνό Γουλινάς, Φωτ. Γιώργ. Γκλέτσος ▲



Μουσείο Βαβρώνας, Φωτ. Δ. Αρμενιάκος ▲

Πορεία από Μονή Δαμάστας προς Ελευθεροχώρι, Φωτ. Β. Συλβεστριάδης ▼





Πορεία από Άνω Τιθωρέα - Αχλαδίτσα, φωτ. Β. Συλβεστριάδης ▲

ΠΗΛΙΟ

Συμμετείχαν 28 άτομα σε αυτή την εκδρομή. Την Παρασκευή η διανυκτέρευση έγινε στο Καμάρι. Το Σάββατο η πεζοπορική ομάδα αποτελούμενη 12 άτομα ξεκίνησε από το Βένετο 10ωρη διάσχιση μέχρι το Πουρί. Η υπόλοιπη ομάδα επισκέφτηκε το Κεραμίδι, την Πορταριά, Μακρινίτσα, Ζαγορά και Πουρί. Η διανυκτέρευση έγινε στο Χορευτό. Την Κυριακή η πεζοπορική ομάδα αποτελούμενη από 17 άτομα πραγματοποίησε την διαδρομή Χορευτό Πουρί. Η υπόλοιπη ομάδα επισκέφτηκε την Νταμούχαρη και την Ζαγορά.

ΚΑΛΛΙΔΡΟΜΟ (ΔΑΜΑΣΤΑ – ΛΙΜΝΗ ΚΑΛΛΙΔΡΟΜΙΟΥ - ΕΛΕΥΘΕΡΟΧΩΡΙ)

Με συμμετοχή 21 ατόμων έγινε η εκδρομή στο Καλλιद्रομο. 20 άτομα πραγματοποίησαν την διάσχιση από Δαμάστα προς Ελευθεροχώρι. Η ραγδαία βροχή ακύρωσε την επίσκεψη στην λίμνη. Μετά από την πορεία αρκετά άτομα έκαναν μπάνιο στις ιαματικές πηγές Ψωρονέρια.

Εκδηλώσεις που έγιναν το προηγούμενο τρίμηνο

- Σαράντα μέλη του συλλόγου μας στις 16/03/2012 παρακολούθησαν την μουσικοθεατρική παράσταση «Αμάν Αμάν» σε σκηνοθεσία του Σταύρου Ξαρχάκου.
- Στις 02/04/2012 στα Πνευματικό κέντρο Κωνσταντίνου-πολιτών ο σύλλογος οργάνωσε οπτικοακουστική προβολή και έκθεση φωτογραφίας του Χαρ. Ιωαννίδη με θέμα «Άγιον Όρος – ταξίδι στο περιβάλλον της Παναγίας».
- Πραγματοποιήθηκε στις 09/04/2012 στα γραφεία μας η κλήρωση των οικίσκων για την κατασκήνωτική περίοδο 2012.
- Η καθιερωμένη εδώ και πολλά χρόνια εκδήλωση «Πασχαλινό – Πρωτομαγιάτικο Πανηγύρι» πραγματοποιήθηκε την 01/05/2012 στην κατασκήνωσή μας με ψήσιμο αρνιών. Η Πρωτομαγιά γιορτάστηκε με διαγωνισμό στεφανιού όπου διακρίθηκαν μικρές και όχι μόνον φίλες. Παράλληλα έγινε αρτοκλασία στο εκκλησάκι μας επί τη ευκαιρία της γιορτής του Αγίου Γεωργίου.
- Στις 07/05/2012 πραγματοποιήθηκε στα γραφεία του συλλόγου μας προβολή ψηφιακών φωτογραφιών από τον Κώστα Τζιβελέκα με θέμα «Ελληνική ορειβατική αποστολή στα βραχώδη όρη Witney 4.400m. και Gran Canyon».
- Στις 09/05/2012 με την ευκαιρία της γιορτής του αγίου Νικολάου του εν Βουνένους πραγματοποιήθηκε η καθιερωμένη εδώ και πολλά χρόνια εκδήλωση. Έγινε αρτοκλασία στο εκκλησάκι του Ορεινού μας Ξενώνα και ακολούθησε δεξίωση για τους κατοίκους του Κεφαλαριού.
- Στις 11/05/2012 συγκεντρώθηκαν πολλά μέλη μας στα γραφεία μας για να συναποφασίσουμε την πολυήμερη ορειβατική καλοκαιρινή εξόρμηση, την τουριστική εκδρομή στο εξωτερικό και να γίνουν προτάσεις για νέες εκδρομές.

ΔΕΝΔΡΙΝΟΣ

Η Λ Ε Κ Τ Ρ Ο Λ Ο Γ Ι Κ Ο Υ Λ Ι Κ Ο

SIEMENS

PHILIPS

legrand®

ΕΥΑΓΓΕΛΟΣ ΔΕΝΔΡΙΝΟΣ & ΣΙΑ Ο.Ε.

ΦΟΡΜΙΩΝΟΣ 63-65, ΚΑΙΣΑΡΙΑΝΗ

ΤΗΛ.: 210-7511873, Fax: 210-7560558, E-mail: info@dendirnos.gr

FEEDSTAR

Νέο!
Προϊόν

PREMIUM



ΚΑΛΛΙΔΡΟΜΟ (ΔΑΜΑΣΤΑ-ΛΙΜΝΗ ΚΑΛΛΙΔΡΟΜΙΟΥ-ΕΛΕΥΘΕΡΟΧΩΡΙ)

27/5 Πορεία στο κατάφυτο Καλλίδρομο. Από την Ι.Μ. Δαμάστας μέχρι λίμνη καταφυγίου και Ελευθεροχώρι, με βροχή, χαλάζι, λάσπη, τραυματισμούς, κεράσια και λυτρωτικό ιαματικό λουτρό υπό βροχή στα Ψωρονέρια (πηγή Κουτσέκι) Καλλιδρόμου. Φαγητό Αγ. Κωνσταντίνος.



Η «τετρακοσάρα» (Γραμ. Μεταφ. 400.000V) ανεβαίνει στο Καλλίδρομο. Κάτω ο Μαλιακός, Φωτ. Γιώργ. Γκλέτσος ▲



Πορεία από Μονή Δαμάστας προς Ελευθεροχωρι, Φωτ. Μ. Βέττερ ▲



Μετά από τη βροχή, χαλάζι, λάσπη, τραυματισμούς, κεραυνούς, απολαυστικό ιαματικό μπάνιο στα Ψωρονέρια, Φωτ. Γιώργ. Γκλέτσος ▲



Οργιώδης βλάστηση στο Καλλίδρομο, Φωτ. Γιώργ. Γκλέτσος ▲

Το πανέμορφο Καλλίδρομο ανταριασμένο, Φωτ. Γιώργ. Γκλέτσος ▼





ΠΡΩΤΟΜΑΓΙΑΤΙΚΑ ΣΤΕΦΑΝΙΑ ΣΤΗΝ ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΣΗ

Γράφει ο Δ. Παγουλάτος
Φωτογραφίες Δ. Αρμενιάκος-Δ. Παγουλάτος

Είναι μεγάλη χαρά και ικανοποίηση για κάθε Δ.Σ., οι εκδηλώσεις που προγραμματίζει να πραγματοποιούνται και μάλιστα όταν αυτές συνδέονται με την ιστορία και την παράδοση. Μια τέτοια είναι η εορτή της πρωτομαγιάς, που τα τελευταία χρόνια γίνεται μαζί με το ψήσιμο του πασχαλιάτικου αρνιού και την εορτή του Αγίου Γεωργίου στον οποίο, μαζί με τον Προφήτη Ηλία, είναι αφιερωμένος ο Ναός στην κατασκήνωση μας στο Μάτι.

Ο καλός καιρός βοήθησε και είχαμε πολύ κόσμο, οι περισσότεροι όχι κατασκηνωτές βέβαια, με την μεγαλύτερη συμμετοχή της ορειβατικής ομάδας εδώ και πολλά χρόνια. Είχαμε πολλά παιδιά που είχαν την αγωνία να φτιάξουν το καλύτερο μαγιάτικο στεφάνι.

Από πολύ πρωί ο Ράκης μαζί με τον Αμίν ετοίμασαν τη φωτιά και λίγο αργότερα οι σούβλες με τα αρνιά άρχισαν το στριφογύρισμα στο δρόμο για το μεσημεριάτικο τραπέζι.

Στις 11,30 έγινε στον ναό μας δέηση και αρτοκλασία, προσφορά της οικογενείας Γιώργου Μουρίκη, για τον Άγιο Γεώργιο και την ονομαστική του εορτή.

Στην μεσημεριανή διανομή των αρνιών, των ορεκτικών, των ποτών, των αναψυκτικών, βοήθησαν η Έρση Καφετζοπούλου, ο Γιάννης Μεταξάς, ο Στέλιος Κίντατζης, η Μαίρη Νάση, η Ρένα Παπαμήτσου, ο Στέλιος Αλμπέρτος, αλλά και πολλοί έκτακτοι. Του χρόνου που θα έλθουν και όσοι φάγανε μόνοι στα σπιτικά και θα έχουμε και μουσική, όλες οι ελλείψεις θα είναι μικρολεπτομέρειες.

Πολλοί μικροί και μεγάλοι έφτιαξαν ωραιώτατα μαγιάτικα στεφάνια και ζητούσαν από την επιτροπή που είχε οριστεί την βράβευσή τους. Όλοι πόζαραν για τις αναμνηστικές φωτογραφίες και συμφωνήσαμε του χρόνου να είμαστε εκεί, πολύ περισσότεροι.



ΣΠΕΡΧΕΙΑΔΑ - ΔΑΣΙΚΟ ΧΩΡΙΟ ΛΙΒΑΔΑΚΙ - ΜΟΝΟΠΑΤΙ ΑΧΙΛΛΕΑ

Σχόλια και φωτογραφίες Γιώργος Γκλέτσος



Στο μονοπάτι του Αχιλλέα, Φωτ. Β. Συλβεστριάδης ▲



Στην κορυφή του Γουλινά, Φωτ. Γιώργ. Γκλέτσος ▲



31/3-1/4 Επίσκεψη Σπερχειάδας-Άνω Καλλιθέας και ανάβαση στο βουνό Γουλινάς (1467μ.) – χιονισμένο. Διανυκτέρευση στο Δασικό Χωριό «Λειβαδάκι» (υψόμ. 950μ.) στους πρόποδες του Βελουχιού. Την επομένη, πορεία στο μονοπάτι Αχιλλέα από Μεγ.Κάψη έως Μαυρίλο. Επίσης πορεία Στάνες-Μαγεμένο Δάσος. Επίσκεψη Μπαρουτόμυλου.

Στην κορυφή του Γουλινά, Φωτ. Γιώργ. Γκλέτσος ▼



Ανάβαση στο βουνό Γουλινάς, Φωτ. Γιώργ. Γκλέτσος (1467μ) ▼



◀ Δασικό χωριό «Λιβαδάκι» (950μ.), Φωτ. Γιώργ. Γκλέτσος

ΠΗΛΙΟ, 18-19-20/05/12

Σχόλια και φωτογραφίες από το Γιώργο Γκλέτσο

Μέσω Λαμίας, Βόλου, λίμνης Κάρλας, χωριού Κεραμίδι (μεταξύ Πηλίου και Μαυροβουνίου) φθάσαμε στο παραθαλάσσιο χωριό Καμάρι. Την επομένη, πορεία 21 χλμ (με ντόπιο οδηγό μέσα από πυκνό δάσος) από χωριό Βένετο προς παραλία Λιμνιών, θαλασσινές σπηλιές, ερείπια Παλιάς Μιτζέλας, τοξωτό γεφύρι Διακουμή (ρέμα Λαγωνίκα), κερασιές, χωριό Πουρί. Διανυκτέρευση Χορευτό. Την επομένη, πορεία παραθαλάσσια Πουρί έως Ζαγορά και οι άλλοι από Χορευτό, Αγ. Ιωάννη, Νταμούχαρη (όπου γυρίστηκε το Mamma Mia) και κατάληξη στη Ζαγορά για φαγητό στην τσακτίνια Κ. Φανή.



Οι λουλουδιασμένες σκάλες οδηγούν στον Παράδεισο; ▲

Τοξωτό γεφύρι «Διακουμή» στο Ρέμα Λαγωνίκα ▼



Άγιος Ιωάννης Πηλίου από ψηλά ▲



Λουλουδιασμένο σπίτι στην Νταμούχαρη ▲

Νταμούχαρη ερειπωμένη, μετά την γκλαμουριά του Mamma mia ▼



Προτάσεις για εκδρομές τριμήνου

Γράφει η Κατερίνα Δραγώνα



ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥΠΟΛΗ Σήμερα είναι το θρυλικό ζωντανό Βυζαντινό μνημείο του Ελληνισμού.

Πραγματικά δεν υπάρχουν λόγια, δεν υπάρχουν χρώματα, δεν υπάρχει αρκετό χαρτί και μελάνι για να περιγράψει κανείς τον πολιτισμό την ομορφιά και την Ιστορία της Κωνσταντινούπολης που για 1123 χρόνια ήταν η βασιλεύουσα της Βυζαντι-

νής Αυτοκρατορίας μέχρι την κατάκτησή της από τους Οθωμανούς το 1453.

Περιορίζομαι να αναφέρω απλά Τοπωνύμια και Ιστορικούς χώρους. Τίποτα περισσότερο.

Η "Κωνσταντινούπολη", διεθνώς γνωστή ως "Ιστανμπούλ", είναι η μεγαλύτερη πόλη και λιμάνι της Τουρκίας. Υπήρξε πρωτεύουσά της μέχρι το 1923 και είναι το σημαντικότερο οικονομικό και πολιτισμικό κέντρο της.

Είναι κτισμένη πάνω σε επτά λόφους στις δύο πλευρές του Κερατίου Κόλπου (τουρκ. Haliç) στη νότια είσοδο του στενού πορθμού του Βοσπόρου, που με μήκος περίπου 35 χλμ. συνδέει τη Μαύρη Θάλασσα (τουρκ. Karadeniz) στον βορρά με τη θάλασσα του Μαρμαρά στον νότο. Είναι η μοναδική πόλη στον κόσμο που βρίσκεται σε δύο ηπείρους, την Ευρώπη και την Ασία. Η

δυτική και η ανατολική πλευρά της πόλης (που χωρίζονται από τον Κεράτιο κόλπο) συνδέονται με δυο μεγάλες γέφυρες.

Ο πρώτος ιστορικά οικισμός ιδρύθηκε από τον Μεγαρέα Αποικιστή Βύζαντα το 667 π.Χ.

ΒΥΖΑΝΤΙΟ Το Βυζάντιο υποτάχθηκε στη Ρωμαϊκή Αυτοκρατορία και πολέμησε στο πλευρό της Ρώμης για αιώνες αλλά το 196μ.Χ., σε μια ρωμαϊκή διένεξη, ο νικητής Σέπτιμος Σεβήρος κατεδάφισε τα τείχη της πόλης και της αφαίρεσε τα προνόμια. Αργότερα την ανοικοδόμησε ξανά και την ονόμασε Αυγούστα Αντωνία.

Το 324 μ.Χ ο Αυτοκράτορας Κωνσταντίνος μετέφερε την έδρα της Ρωμαϊκής Αυτοκρατορίας στην Κωνσταντινούπολη την οποία ανακήρυξε Νέα Ρώμη και την εγκαίνιασε το 330.

Από την Βυζαντινή Κωνσταντινούπολη σώζονται πολλά μνημεία, όπως εκκλησίες, ανάκτορα, κιστέρνες (υδραγωγεία) και ο ιππόδρομος, ενώ κάθε ανασκαφή που γίνεται αποκαλύπτει κατοικίες και δημόσια κτίρια, δρόμους, ψηφιδωτά, σήραγγες, τμήματα του δικτύου ύδρευσης και αποχέτευσης, θαμμένα όλα κάτω από το κέντρο της σύγχρονης πόλης.

Η ΑΛΩΣΗ Η γνωστή σε όλη τη Δύση «Άλωση της Κωνσταντινουπόλεως» για τους Μωαμεθανούς ήταν η Κατάκτηση της Ιστανμπούλ.

Η Βυζαντινή Αυτοκρατορία ψυχωραγούσε για αιώνες και σταδιακά οι Οθωμανοί κατελάμβαναν εδάφη γύρω από την πόλη όπου αρχικά επέβαλαν φόρους στον ανίσχυρο Βυζαντινό αυτοκράτορα ο οποίος κατά την εποχή της άλωσης κατείχε μόνο τα εντός των τειχών εδάφη και μερικά κομμάτια στην Ελλάδα. Τελικά μετά από σκληρή πολιορκία κατακτήθηκε από τον Μωάμεθ Β' τον Πορθητή. Όσα μέρη της πόλης παραδόθηκαν δεν καταστράφηκαν. Ενώ όσα πρόβαλαν αντίσταση λεηλατήθηκαν και οι εκκλησίες τους έγιναν τζαμιά.

ΟΙ ΑΙΩΝΕΣ ΤΗΣ ΟΘΩΜΑΝΙΚΗΣ ΑΥΤΟΚΡΑΤΟΡΙΑΣ Ο Μωάμεθ ο Πορθητής ξεκίνησε αμέσως την ανοικοδόμηση και τον εποικισμό. Έτσι η Κωνσταντινούπολη έγινε το διοικητικό εμπορικό και πολιτιστικό κέντρο της αυτοκρατορίας του.

Ο Σουλεϊμάν ο Μεγαλοπρεπής (1520-1566) ήταν αυτός που συνέβαλε περισσότερο στη δόμηση της Κωνσταντινούπολης. Διάφοροι επόμενοι Σουλτάνοι πρόσθεσαν διάφορα τζαμιά και τον 19ο αι. κατά μήκος του Βοσπόρου κτίστηκαν πολυάριθμα ανάκτορα μεταξύ των οποίων το Dolmabahçe. Όσο μεγάλωνε η Οθωμανική Αυτοκρατορία η Κωνσταντινούπολη

έγινε ένα μεγάλο χωνευτήρι εθνικοτήτων. Στους δρόμους άκουγε κανείς τουρκικά, ελληνικά, киргизан, αρμένικα, σεφαραδίτικα, αραβικά, ρωσικά, ρουμάνικα, βουλγάρικα, αλβανικά, ιταλικά, γερμανικά, γαλλικά, αγγλικά, μαλτέζικα.

Η Κωνσταντινούπολη μετά τον 19ο αι ακολούθησε την παρακμή της Οθωμανικής αυτοκρατορίας. αλλά παρόλα αυτά παρέμεινε το "Παρίσι της Ανατολής" και συνδέθηκε με το Παρίσι με το Orient Express το πρώτο μεγάλο διεθνές τρέινο.



ΤΟΥΡΚΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ

Με την εκστρατεία του ο Μουσταφά Κεμάλ Ατατούρκ (1881-1938) για την εθνική Σωτηρία και ανεξαρτησία κατευθύνθηκε προς την Άγκυρα όπου και αποφάσισε ότι διοικητικά ήταν καλύτερα να γίνει πρωτεύουσα η Άγκυρα.

Έκτοτε η Κωνσταντινούπολη προσαρμόσθηκε στο ρόλο μιας σημαντικής πόλης περισσότερο στην εθνική παρά στην διεθνή σκηνή αλλά τα τελευταία χρόνια ξανάρχισε να ανακτά την παλιά της δόξα.

ΔΙΑΦΟΡΑ ΑΖΙΟΘΕΑΤΑ:

Αγία Σοφία (ανεγέρθηκε επί Ιουστινιανού 527-565) και ολοκληρώθηκε το 537, λειτούργησε σαν τζαμί μετά την άλωση έως το 1935, οπότε ο Κεμάλ Ατατούρκ την μετέτρεψε σε Μουσείο. Τοπ Καπί η κατοικία των Οθωμανών Σουλτάνων με Πρώτη, Δεύτερη, Τρίτη Αυλή, το Χαρέμι, την Πινακοθήκη των Σουλτάνων. Το Μπλε Τζαμί που κτίστηκε την εποχή του Σουλτάνου Αχμέτ Α' (1603-1617) με το Μουσείο Χαλιών, το Μουσείο Ψηφιδωτού του Μεγάλου Παλατιού, ο Ιππόδρομος μπροστά από το Μπλε Τζαμί, το Μουσείο τουρκικής και Ισλαμικής Τέχνης στη δυτική πλευρά του Ιππόδρου, η Μικρή Αγία Σοφία, το Hamamzade Ismail Dede Efendi Evi (κατοικία), η Βασιλική Κιστέρνα απέναντι από την Αγία Σοφία (τεράστια δεξαμενή νερού), το Πάρκο Gülhane και Υψηλή Πύλη, το Αρχαιολογικό Μουσείο Κωνσταντινούπολης, το Μεγάλο Παζάρι (Karali çarşı) μεσαιωνική κλειστή αγορά 4500 μαγαζιών στο νότιο άκρο μιας αχανούς αγοράς με παζάρια που χωρίζονται ανάλογα με το είδος, στο νότιο άκρο της αγοράς το Παζάρι των Μπαχαρικών, το Beyazıt και Πανεπιστήμιο της Ισταμπούλ, το Süleymaniye Camii (Τζαμί του σουλτάνου του Μεγαλοπρεπή), το Eminönü (σημείο εισαγομένων προϊόντων) τώρα μεγάλος συγκοινωνιακός κόμβος, το Yemi Camii (400 ετών), Το Rüsten pasa Camii, η Γέφυρα του Γαλατά και άλλα.



ΟΜΟΓΕΝΕΙΑΚΑ ΜΝΗΜΕΙΑ Αγία Τριάδα taksim, Ζάππειον Παρθενοναγωγείο Κωνσταντινουπόλεως, Αθλητική Ένωσις Πέραν, Παναγία Σταυροδρομίου, Σισμανόγλειον Μέγαρο İSTİKLAL, Ζωγράφειο Σχολείο Αρένων, Οικουμενικό Πατριαρχείο Κωνσταντινούπολης (είναι το κέντρο της ανατολικής χριστιανικής εκκλησίας και μέχρι σήμερα το σπίτι του Οικουμενικού Πατριάρχη Κωνσταντινούπολης, ο οποίος αναγνωρίζεται ως «πρώτος μεταξύ των ίσων» όλων των ορθόδοξων πνευματικών ηγετών), Παναγία Βλαχερνών.

ΦΑΝΑΡΙ είναι συνοικία, μεταξύ του τείχους του Κωνσταντίνου και του Θεοδοσιανού τείχους. Βρίσκεται γύρω από τον πέμπτο λόφο της Κωνσταντινούπολης και φέρει το όνομά του, βρέχεται από τον Κεράτιο κόλπο. Από το 1601 βρίσκεται εκεί η έδρα του Οικουμενικού Πατριαρχείου. Έκτοτε γύρω του αναπτύχθηκε μια Ελληνική συνοικία, όπου οι Έλληνες κάτοικοι του έλαβαν την προσωνυμία Φαναριώτες.

ΧΑΛΚΗ η ΠΡΟΤΠΟΝΤΙΔΑ Heybeliada ή Heybeli Ada), νησί στη Θάλασσα του Μαρμαρά. και ανήκει σε ομάδα εννιά μικρών νησιών τα Πριγκιποννήσια που βρίσκονται στη θάλασσα του Μαρμαρά ΝΑ της Πόλης. Η Χάλκη κείται ανάμεσα στα νησιά Αντιγόνη, Πριγκήπου και του Μικρασιατικού ακρωτηρίου Μάλ-τεπε (=Λόφος Θησαυρού), του αρχαίου Άκρου Βρύαντος. Αποτελεί ιδιαίτερο θέρετρο και διοικητικά ανήκει στο Νομό Κωνσταντινούπολης. Στη Βόρεια ακτή πάνω σε ύψωμα βρίσκεται το ελληνορθόδοξο μοναστήρι του 11ου αιώνα, η Αγία Τριάδα, που στέγαζε την κύρια Ελληνορθόδοξη Θεολογική Σχολή του Οικουμενικού Πατριαρχείου στην Τουρκία την "Ιερά Θεολογική Σχολή της Χάλκης". Το Μοναστήρι προσελκύει πολλούς επισκέπτες από Ελλάδα και Τουρκία.

ΠΡΙΓΚΗΤΟΣ «Νήσος του Πρίγκηπος» (τουρκ. Bıyıkada=μεγαλονήσι) είναι το μεγαλύτερο νησί από τα Πριγκιποννήσια και απέχει μόλις μισό μίλι από την γειτονική Χάλκη και 11 ναυτικά μίλια από την Γέφυρα του Γαλατά. Μονή του Σωτήρος Χριστού Πριγκήπου, Μονή Αγίου Νικολάου Πριγκήπου, Μονή Αγίου Γεωργίου Κουδουνά.

Όλα μαζί τα νησιά αποτελούν το θέρετρο των εύπορων τάξεων της πόλης. Σπουδαιότερα είναι το Μπουγιούκ Αντά (Πριγκιπόννησος), το Μπουργάζ (Αντιγόνη), το Χειμπελί (Χάλκη) και το Κινάλι.

ΠΡΟΥΣΑ ή ΠΡΟΥΣΣΑ (Bursa) είναι πρωτεύουσα της Περιφέρειας Προύσης στην ΒΔ Τουρκία. Είναι η τέταρτη σε πληθυσμό πόλη της Τουρκίας. Και περιβάλλεται από έφορη κοιλάδα. Είναι γνωστή για τα χιονοδρομικά κέντρα του όρους Uludağ, (= Όλυμπος), τα μασωλεία των Οθωμανών Σουλτάνων. Επίσης για την γαστρονομική κουλτούρα της με σπεσιαλιτέ όπως *İskender Kebab* = από τον Ισκεντέρ Ισκεντερόγλου), την ζαχαροπλαστική της με τα "μαρόν-γκλασέ", (τουρκ. *Kestane Şekeri*), το Kafkas διάσημο ζαχαροπλαστικό, την αρχιτεκτονική της, όπως το σπίτι του Ατατούρκ, το αρχαιολογικό μουσείο, το Ulu camii κ.ά. Εδώ βρίσκεται το φημισμένο Πράσινο Τζαμί (Yeşil Camii).



Προτάσεις για εκδρομές τριμήνου

Γράφει η Κατερίνα Δραγώνα



ΤΗΛΟΣ Σήμερα είναι το θρυλικό ζωντανό Βυζαντινό μνημείο του Ελληνισμού.

ΤΗΛΟΣ Η Τήλος βρίσκεται ΒΔ της Ρόδου ανήκει γεωφυσικά στα Δωδεκάνησα και περιέχει ψηλά Βουνά, βραχώδεις και απόκρημνες παραλίες, διάφανα νερά, σπηλιές.

Γενικά το έδαφός της είναι ορεινό και βραχώδες με μία μικρή πεδιάδα στο κέντρο της που καταλήγει στη παραλία του Ερίστου.

Διαθέτει πλούσια Ιστορία, Μεσαιωνικά κάστρα, ένα Βυζαντινό Μοναστήρι, πολλές μικρές εκκλησίες και ένα χωριό Μνημείο, επίσης ένα μικρό Παλαιοντολογικό Μουσείο. Το 1970 ο καθηγητής παλαιοντολογίας Ν. Συμεωνίδης ανακάλυψε στο σπήλαιο Χαρκαδιό, στην περιοχή Μυσσαριάς, νεκροταφείο ελεφάντων νάνων που απομονώθηκαν στο νησί μετά την καταβύθιση της Αιγιίδος, της οποίας οι κορυφές αποτελούν το σημερινό αρχιπέλαγος του Αιγαίου.

Στην Τήλο θα βρούμε συνολικά δεκατρείς παραλίες όπως η γραφική παραλία του Αγ. Αντωνίου με το μικρό ψαρολίμανο, η Πλάκα για κολύμπι (αλλά και για τους τολμηρούς ελεύθερο κάρπινγκ κάτω από τα αρμυρίκια). η Έριστος με χρυσή αμμουδιά και καταγάλανα νερά. Τους θερινούς μήνες οι ψαράδες στήνουν στην παραλία αυτοσχέδιες ψησταριές και ψήνουν επί τόπου τα ψάρια της ημέρας. τα Λεθρά με λίγο δύσκολη προσέγγιση αλλά αξίζει για τα γαλήνια νερά με τα λαμπερά βότσαλα.

Στα Λιβάδια, υπάρχουν καΐκια που σαλπάρουν καθημερινά για δυσπρόσιτες αλλά εντυπωσιακές παραλίες, όπως η Σκάφη, ο Θολός και ο Άγιος

Σέρ-γιοις.

Το 2003 κάτοικοι, επιστήμονες, περιβαλλοντικές οργανώσεις, και εκπρόσωποι της τοπικής αυτοδιοίκησης, ίδρυσαν το «Πάρκο Τήλου».

Αξίζει να επισκεφθείτε το Μεγάλο Χωριό όπου γύρω από την κεντρική πλατεία θα δείτε τα απομεινάρια των αρχαίων τειχών, την Νεκρόπολη, το Μουσείο της Τήλου, τα πολλά μοναστήρια και τα ερείπια του Κάστρου.

Κάθε χρόνο στο πανηγύρι του πολιούχου Αγ. Παντελεήμονος στις 27 Ιουλίου συναθροίζονται πολλοί Τήλιοι από Αμερική και Αυστραλία για να γιορτάσουν τον Άγιό τους στο πανέμορφο μοναστήρι που ευρίσκεται στην ΒΔ πλευρά του νησιού, σε μια καταπράσινη κοιλάδα με πλατάνια και άφθονο νερό.



ΝΙΣΥΡΟΣ Η Νίσυρος βρίσκεται στο κέντρο του Δωδεκανησιακού συμπλέγματος. Πλούσια σε φυσικές ομορφιές με αρχαία πολιτιστική κληρονομιά την οποία ο ντόπιος πληθυσμός φυλάει ικανοποιητικά.

Το όνομα του νησιού πιθανά προέρχεται από προελληνικά αιγαιακά τοπωνύμια. Ο Όμηρος αναφέρει τους κατοίκους της Νισύρου να παίρνουν μέρος στην τρωική εκστρατεία. Λάτρευαν τον Δελφίνιο Απόλλωνα, όπως και τον πελαγικό Ποσειδώνα, το ιερό του οποίου υπάρχει στους σημερινούς Πάλλους. Γενικά το έδαφός της είναι ορεινό και βραχώδες με μία μικρή πεδιάδα στο κέντρο της που καταλήγει στη παραλία του Ερίστου. Χαρακτηριστικό γεωμορφολογικό στοιχείο της Νισύρου είναι το ηφαίστειό της το οποίο θεωρείται εν ενεργεία και η προσπέλαση στους κρατήρες είναι εύκολη για επισκέπτες και επιστήμονες. Η Νίσυρος γεννήθηκε από αλληπάλληλες ηφαιστειακές εκρήξεις.

Ενώ κατά την Μυθολογία ο θεός Ποσειδώνας, καθώς βοηθούσε το Δία κατά των Τιτάνων, κατεδίωξε τον Πολυβώτη, και όταν έφτασαν στην Κω, κτύπησε την τριάινά του στο έδαφος κόπηκε ένα τμήμα της Κω και το πέταξε στον Πολυβώτη και τον καταπλάκωσε. Έτσι δημιουργήθηκε η Νίσυρος.

Πειρατικές επιδρομές ταλαιπωρούσαν του κατοίκους μέχρι που η Νίσυρος περιέρχεται το 1312 στους Ιππότες της Ρόδου. Το 1522 οι Τούρκοι καταλαμβάνουν το νησί και το 1912 τους διαδέχονται οι Ιταλοί. Με την λήξη του Β' Παγκοσμίου Πολέμου η Νίσυρος ενσωματώνεται στην Ελλάδα.

Υπάρχουν πολλές ιαματικές πηγές με γνωστότερες στο Μανδράκι που είναι λιμάνι και πρωτεύουσα. Οι παραδοσιακοί οικισμοί είναι το Εμπορείο, τα Νικιά με το αξιόλογο μοναστήρι του Αγίου Ιωάννου, οι Πάλοι. Άλλο ονομαστό προσκύνημα η Παναγιά η Σπηλιανή.. Ιστορικό & Λαογραφικό Μουσείο

Ξωκκλήσια της Ευαγγελίστριας, του Σταυρού και της Παναγιάς Κυράς, του Αγ. Ιωάννη του Θεολόγου

"Παλαιόκαστρο" - η Ακρόπολη της αρχαίας πόλης

Τα αρχαία ερείπια στο Άργος

Η "Δρακοσπηλιά" και τα ερείπια παλαιοχριστιανικών βασιλικών που είναι διάσπαρτα στο νησί

Παραλίες: Παχιά Άμμος, Γιαλισκάρι, Πάλοι, Αγ. Σάββας, Εκκλησάκι, Χοχλάκοι, Λιες, Κατσούνι.





ΕΚΔΡΟΜΕΣ ΚΑΙ ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ ΤΡΙΜΗΝΟΥ

ΙΟΥΛΙΟΣ - ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ 2012



ΕΝΩΣΗ ΟΡΕΙΒΑΤΩΝ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΩΝ - Μαυροκορδάτου 7, Α' όροφος, 106 78 Αθήνα

Τηλ.: 210 3807093, 210 3806924 (6.00-9.00μ.μ.), Φαξ: 210 3806924, e-mail: eof@otenet.gr

Κυριακή 01/07/12

ΔΙΡΦΥΣ

Αναχώρηση στις 7:30 π.μ. για Χαλκίδα – Στενή – Διάσελο Μεσοράχης απ' όπου η ορειβατική ομάδα θα πραγματοποιήσει ανάβαση στην Δίρφυ (1.743 μ.). Ώρες πορείας: 5. ΒΔ: Β. Η υπόλοιπη ομάδα θα διημερεύσει στην περιοχή του καταφυγίου ή στην Στενή.

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Γκλέτσος Γεώργιος**

Παρασκευή – Σάββατο – Κυριακή 13-14-15/07/12

ΕΠΙΔΑΥΡΟΣ – ΔΡΕΠΑΝΟ

Αναχώρηση την Παρασκευή στις 8 π.μ. για την Παραλία Δρέπανου όπου θα τακτοποιηθούμε στο ξενοδοχείο.

Το απόγευμα θα αναχωρήσουμε για το **Μικρό Θέατρο Αρχαίας Επιδαύρου** όπου θα παρακολουθήσουμε την συναυλία με τον **Αλκίνοο Ιωαννίδη**.

Το Σάββατο πρωί θα απολαύσουμε την μαγευτική παραλία του Δρέπανου και το βράδυ θα παρακολουθήσουμε στο **Αρχαίο Θέατρο της Επιδαύρου** την παράσταση «**Νεφέλες**» του Αριστοφάνη σε σκηνοθεσία του Νίκου Μαστοράκη με τους Γιάννη Μπέζο, Αλέξανδρο Μυλωνά, Μάκη Παπαδημητρίου, Νίκο Ψαρρά και άλλους ηθοποιούς.

Την Κυριακή θα διημερεύσουμε στην παραλία Δρέπανου και το απόγευμα θα επιστρέψουμε.

Κατά την εγγραφή, παρακαλούμε να δηλώνετε αν και ποιες παραστάσεις θα παρακολουθήσετε, για να φροντίσουμε να εξασφαλίσουμε εισιτήρια.

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Αγγελοπούλου Θέμις**

Πέμπτη 19/07/12

ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΣΗ

Στις 8 μ.μ. θα γίνει στο εκκλησάκι της κατασκήνωσής μας, εσπερινός & αρτοκλασία με την ευκαιρία της γιορτής του Προφήτη Ηλία και θα ακολουθήσει συνεστίαση στην καντίνα μας.

Παρασκευή – Σάββατο – Κυριακή 27-28-29/07/12

ΔΙΑΔΡΟΜΕΣ ΣΤΟΝ ΒΔ ΟΛΥΜΠΟ

Αναχώρηση στις 3μμ για Λιτόχωρο όπου και θα διανυκτερεύσουμε. Το Σάββατο θα πραγματοποιήσουμε από την βόρεια πλευρά του Ολύμπου την κυκλική διαδρομή Αγ.Τριάδα – Κρεβάτια – Παπά Αλώνι με επιστροφή από το Ρέμα του Παπά (ώρες πορείας 8, ΒΔ Β). Επιστρέφουμε στο Λιτόχωρο για διανυκτέρευση. Την Κυριακή θα πραγματοποιήσουμε από την δυτική πλευρά του Ολύμπου την διαδρομή Εκκλησάκι Αγ.Κωνσταντίνου και Ελένης – Ρέμα Ορλιάς – Κορομηλιά με επιστροφή από τα ίδια ή από κυκλική διαδρομή. Μετά από μπάνιο σε παραλία της περιοχής επιστρέφουμε για Αθήνα.

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Βέττερ Μάγια**

Παρασκευή 24 Αυγούστου – Κυριακή 2 Σεπτεμβρίου

ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΑ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙΝΗ ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΗ ΕΚΔΡΟΜΗ

Προγραμματίζεται εκδρομή στα νησιά **ΤΗΛΟ – ΝΙΣΣΥΡΟ** με περιήγηση, πορείες και μπάνιο.

Θα κυκλοφορήσει αναλυτικό πρόγραμμα

Κυριακή 09/09/12

ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΣΗ

«**ΑΠΟΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟΣ ΤΗΣ ΘΑΛΑΣΣΑΣ**» με την καθιερωμένη «**Φασολάδα του Φίλιππα**» από τις οικογένειες Τσολάκη και Κίταντζη. Λήξη της κατασκηνωτικής περιόδου.

Κυριακή 9/09/12

ΜΕΘΑΝΑ

Αναχώρηση στις 7.30π.μ. με πούλμαν για Μέθανα. Από εκεί η πεζοπορική ομάδα θα προωθηθεί στο Μεγαλοχώρι από όπου θα πραγματοποιήσει την διαδρομή Μεγαλοχώρι – Άγιο Νικόλαο (ώρες πορείας 5½ - 6, ΒΔ Α). Στον Άγιο Νικόλαο υπάρχει η δυνατότητα φαγητού. Όσοι δεν πεζοπορήσουν θα διημερεύσουν στα Λουτρά των Μεθάνων με δυνατότητα μπάνιου και φαγητού. Στην συνέχεια θα επιβιβαστούν στο πούλμαν προκειμένου να πάνε στον Άγιο Νικόλαο για να παραλάβουν την πεζοπορική ομάδα. Επιστροφή στην Αθήνα.

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Παπαμήτσου Ρένα**

Σάββατο 15/09/12 - Κυριακή 16/09/12

ΛΙΧΑΔΟΝΗΣΙΑ – ΑΓ.ΓΕΩΡΓΙΟΣ – ΚΟΡΥΦΗ ΛΙΧΑΔΑΣ

Αναχώρηση το Σάββατο στις 8 π.μ. για Αγ. Κωνσταντίνο με πούλμαν από όπου θα πάρουμε το φέρρυ μπωτ για Αγ.Γεώργιο Ευβοίας. Η πεζοπορική ομάδα θα ανέβει στην κορυφή Λιχάδα. Ώρες πορείας: 3. ΒΔ: Α. Οι υπόλοιποι θα περάσουν την ημέρα τους

στον Αγ. Γεώργιο με δυνατότητα μπάνιου και φαγητού. Διανυκτέρευση στον Αγ.Γεώργιο. Την Κυριακή το πρωί θα περάσουμε με караβάκι στα Λιχασονήσια για περιήγηση και μπάνιο. Στην συνέχεια θα επιστρέψουμε στον Αγ.Γεώργιο όπου και θα φάμε. Το απόγευμα επιστρέφουμε με φέρρι μπώτ στον Αγιο Κωσταντίνο και στη συνέχεια με πούλμαν για Αθήνα.

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Τζιβιάς Αθανάσιος**

Κυριακή 23/09/12

ΓΕΡΑΝΙΑ – ΠΙΣΙΑ – ΣΧΙΝΟ - ΛΟΥΤΡΑΚΙ

Αναχώρηση στις 8 π.μ. για Πίσια. Από εκεί η πεζοπορική ομάδα θα πραγματοποιήσει την πορεία Πίσια – Παναγία Φανερωμένη – Σκάλα Γερακίνας – Σχίνο (ώρες πορείας 4, ΒΔ Α). Η υπόλοιπη ομάδα θα διημερεύσει στο Λουτράκι, στη Λίμνη Βουλιαγμένης και στο Σχίνο για μπάνιο και φαγητό.

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Λυράκης Νάντια**

Παρασκευή 28/09 απόγευμα – Τρίτη 02/10/12 ξημέρωμα

ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΗ ΕΚΔΡΟΜΗ ΣΤΗΝ ΚΡΗΤΗ ΟΜΑΛΟΣ – ΚΟΥΣΤΟΓΕΡΑΚΟ, Ε4 ΣΟΥΓΙΑ – ΠΑΛΑΙΟΧΩΡΑ, ΦΑΡΑΓΓΙ ΔΙΚΤΑΜΟΥ

Θα κυκλοφορήσει αναλυτικό φυλλάδιο

Κυριακή 30/09/12

ΧΙΛΙΑΔΟΥ

Αναχώρηση στις 7:30 π.μ. για Στενή Ευβοίας – Στρόμπωνες απ' όπου θα πραγματοποιήσουμε πορεία περίπου 4 ωρών μέσα στο ποτάμι μέχρι τη παραλία της Χιλιαδούς όπου θα κάνουμε μπάνιο στην θαυμάσια αυτή παραλία. Όσοι δεν πεζοπορήσουν θα πάνε στην παραλία με το πούλμαν για διημέρευση με δυνατότητα μπάνιου.

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Χατζόπουλος Νίκος**

Σάββατο - Κυριακή 06-07/10/12

ΑΝΩ ΧΩΡΑ - Ι. Μ. ΑΜΠΕΛΑΚΙΩΤΙΣΣΑΣ

Αναχώρηση το Σάββατο στις 8,00 π.μ. για Κόρινθο – Ρίο – Αντίρριο – Ναύπακτο – Άνω Χώρα όπου θα διανυκτερεύσουμε στο πολυτελές ξενοδοχείο Crystal. Την Κυριακή εφ' όσον υπάρχει ομάδα θα πραγματοποιηθεί η διαδρομή Άνω Χώρα - Γεφύρι του Κάκαλου - Ι. Μ. Αμπελακιώτισσα. Ώρες πορείας: 4. ΒΔ Β. Η υπόλοιπη ομάδα θα διημερεύσει στην Άνω Χώρα ή θα επισκεφθεί την Ι. Μ. Αμπελακιώτισσα. Μετά το μεσημέρι θα αναχωρήσουμε για την Αθήνα.

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Αρμενιάκου Γεωργία**

Κυριακή 07/10/12

ΒΙΛΙΑ – ΠΟΡΤΟ ΓΕΡΜΕΝΟ

Αναχώρηση στις 8:00 π.μ. για Βίλια. Από εκεί η πεζοπορική ομάδα θα πραγματοποιήσει την διαδρομή προς Πόρτο Γερμενό (ώρες πορείας 4, ΒΔ Α). Η υπόλοιπη ομάδα θα κάνει μικρή στάση στα Βίλια και θα συνεχίσει για Πόρτο Γερμενό. Εκεί υπάρχει δυνατότητα μπάνιου και φαγητού. Αφού γευματίσει και η πεζοπορική ομάδα θα επιστρέψουν όλοι μαζί στην Αθήνα.

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Φορτώσης Βασίλης**

Σάββατο – Κυριακή 13-14/10/12

ΒΟΡΕΙΟΣ ΤΑΪΓΕΤΟΣ

Αναχώρηση το Σάββατο στις 8,00 π.μ. για Καστόρι. Θα πραγματοποιηθεί η πορεία Καστόρι – Φαράγγι Μύλων – Γεωργίτσι (ώρες πορείας 3, ΒΔ Α). Η υπόλοιπη ομάδα θα επισκεφθεί το Καστόρι και το Γεωργίτσι. Διανυκτέρευση στο Γεωργίτσι ή στο Καστόρι. Την Κυριακή θα πραγματοποιηθεί η πορεία Γεωργίτσι – Λογκανίκο (ώρες πορείας 7, ΒΔ Β).. Η υπόλοιπη ομάδα θα επισκεφθεί τον ιστορικό οικισμό Πελλάνα και το Λογκανίκο.

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Κοσμαδάκη Μαρία**

Κυριακή 21/10/12

RAFTING ΣΤΟΝ ΛΟΥΣΙΟ

Αναχώρηση την Κυριακή 7.30 π.μ. για την Καρύταινα για να πραγματοποιήσουμε rafting στον Λούσιο. Όσοι δεν κάνουν rafting μπορεί να διημερεύσουν στην Καρύταινα και στο Ελληνικό.

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Γκλέτσος Γιώργος**

ΕΚΔΡΟΜΗ ΕΞΩΤΕΡΙΚΟΥ ΤΕΛΗ ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 2012

ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥΠΟΛΗ

Παρακαλούμε όσους ενδιαφέρονται, να επικυρώσουν σύντομα την συμμετοχή τους για να αποφασιστεί

έγκαιρα ο αριθμός των εκδρομών.

Θα κυκλοφορήσει αναλυτικό φυλλάδιο.

Κυριακή 28/10/12

ΒΟΥΡΑΪΚΟΣ

Αναχώρηση στις 7:30 π.μ. για Διακοπτό – Μέγα Σπήλαιο απ' όπου η πεζοπορική ομάδα θα διασχίσει το Βουραϊκό (Μέγα Σπήλαιο – Ζαχλωρού – Διακοπτό). Ώρες πορείας: 5. ΒΔ: Β. Εάν υπάρξει ομάδα και διάθεση μπορεί εναλλακτικά να γίνει ανάβαση από Διακοπτό – Ζαχλωρού. Η υπόλοιπη ομάδα θα επισκεφθεί το Μέγα Σπήλαιο, τα Καλάβρυτα και το Διακοπτό. Επιστροφή για Αθήνα από Διακοπτό.

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Βαγιατίδης Ιωάννης**



ΒΑΣΙΚΕΣ ΥΠΟΧΡΕΩΣΕΙΣ ΑΥΤΩΝ ΠΟΥ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ ΣΤΙΣ ΕΚΔΡΟΜΕΣ ΤΗΣ Ε.Ο.Φ.

1. Να εγγράφονται στις εκδρομές έγκαιρα για να μπορεί το Εφορείο Εκδρομών να οργανώνει την εκδρομή καλύτερα.

2. Να καταβάλλουν έγκαιρα την προκαταβολή όταν πρόκειται για πολυήμερη εκδρομή διότι η σειρά προτεραιότητας ισχύει από την ημέρα καταβολής της προκαταβολής.

3. Να βρίσκονται 15 λεπτά πριν την καθορισμένη ώρα αναχώρησης των πούλμαν μπροστά στην Ζωοδόχο Πηγή οδού Ακαδημίας. Κατά την επιβίβαση τηρείται η σειρά εγγραφής. Όσοι επιβιβάζονται σε ενδιάμεσες στάσεις δεν πρέπει να έχουν απαίτηση για συγκεκριμένες θέσεις.

4. Να φέρνουν μαζί τους όλα τα απαραίτητα (ρούχα, εξοπλισμό, φαγητό κτλ) ανάλογα με το είδος της εκδρομής και την εποχή.

5. Να τηρούν σχολαστικά τις ώρες αναχώρησης και την διάρκεια των στάσεων που

θα καθορίζει ο αρχηγός διότι μ' αυτόν τον τρόπο σέβονται τον συνεκδρομέα τους και βοηθούν ουσιαστικά στην καλύτερη εκτέλεση της εκδρομής.

6. Να ακολουθούν τις οδηγίες ή υποδείξεις του αρχηγού και να είναι συνεργάσιμοι διότι μ' αυτόν τον τρόπο αποφεύγονται ατυχήματα και ανωμαλίες.

7. Ιδιαίτερα στις ορειβατικές ή πεζοπορικές εξορμήσεις να ακολουθούν την ομάδα και τις υποδείξεις του αρχηγού για να αποφεύγονται ατυχήματα ή άσκοπες καθυστερήσεις, για να βοηθάμε στην περίπτωση που ένας συνεκδρομέας χρειαστεί κάτι και για να ολοκληρώνεται η εξόρμηση μέσα στα καθορισμένα χρονικά περιθώρια, απολαμβάνοντας το τοπίο και την παρέα όλων των μελών της ομάδας.

8. Να γνωρίζουν ότι αν δεν ακολουθήσουν τις οδηγίες του αρχηγού, το Σωματείο και ο αρχηγός ουδεμία ευθύνη έχουν για ότι προκύψει.

9. Να δείχνουν κατανόηση σε τυχόν ατέλειες των καταλυμάτων με την βεβαιότητα ότι ο αρχηγός μοιράζει τα δωμάτια με βάση

την σειρά προτεραιότητας, τυχόν συνδυασμούς, ειδικές ανάγκες κτλ. χωρίς να γνωρίζει τις ιδιαιτερότητες κάθε δωματίου.

10. Στις πολυήμερες εκδρομές να εφαρμόζουν το σύστημα αλλαγής θέσεων που θα καθορίζει ο αρχηγός ώστε όλοι οι εκδρομείς να είναι ικανοποιημένοι.

11. Να γνωρίζουν ότι ο αρχηγός έχει δικαίωμα για μερική ή ολική τροποποίηση του προγράμματος της εκδρομής, όταν λόγοι ανωτέρας βίας (καιρικές συνθήκες, κατάσταση δρόμων κλπ), επιβάλλουν αυτό, ή, όποτε το σύνολο των εκδρομικών συμφωνεί.

12. Με καλοπροαίρετη διάθεση να δέχονται τυχόν ανωμαλίες ή απρόβλεπτες καταστάσεις με την πεποίθηση ότι ο αρχηγός κάνει το καλύτερο δυνατό για όλους.

Αν ο αρχηγός παραλείψει κάτι ή κάνει κάποιο λάθος να είναι βέβαιοι ότι δεν το έκανε εσκεμμένα ή από κακή πρόθεση.

Μ' αυτόν τον τρόπο είναι σίγουρο ότι στο τέλος της εκδρομής θα έχουμε το καλύτερο δυνατό αποτέλεσμα και θα μείνουμε με τις καλύτερες αναμνήσεις.

ΒΔ: (ΒΑΘΜΟΣ ΔΥΣΚΟΛΙΑΣ)

Α. Εύκολες πεζοπορικές διαδρομές στις οποίες μπορούν να συμμετέχουν και αρχάριοι.

Β. Πεζοπορικές διαδρομές με μικρές δυσκολίες στις οποίες μπορούν να συμμετέχουν και αρχάριοι.

Γ. Δύσκολες πεζοπορικές - ορειβατικές διαδρομές όπου απαιτούνται ορειβατικές γνώσεις και εμπειρία.

Δ. Δύσκολες ορειβατικές διαδρομές ή χειμερινές αναβάσεις όπου απαιτούνται ειδικός εξοπλισμός και εμπειρία.

ΑΤΟΜΙΚΟΣ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ ΣΤΟ ΒΟΥΝΟ

ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ

- ✓ Σακίδιο
- ✓ Αρβύλες ελαφρές
- ✓ Παντελόνι λινό ή βαμβακερό
- ✓ Μακρύ κι ευρύχωρο φανελάκι
- ✓ Πουκάμισο βαμβακερό μακρυμάνικο
- ✓ Κάλτσες βαμβακερές
- ✓ Καπέλο για τον ήλιο
- ✓ Γυαλιά ηλίου

- ✓ Εφεδρική αλλαξιά ρούχων (εσώρουχα, παντελόνι, πουκάμισο)
- ✓ Αντιηλιακή κρέμα
- ✓ Αντιανεμικό μπουφάν
- ✓ Αδιάβροχο (κατά προτίμηση καγκούλι)
- ✓ Παγούρι
- ✓ Τροφή ανάγκης (ξηροί καρποί, σοκολάτα)
- ✓ Σουγιός, πυξίδα,

- ✓ Σφυρίχτρα
- ✓ Φακός (με εφεδρικές μπαταρίες και λάμπες)
- ✓ Φάρμακα για προσωπικές ανάγκες
- ✓ Σπίρτα-αναπτήρας

ΧΕΙΜΩΝΑΣ

- Ο ίδιος εξοπλισμός του καλοκαιριού με τις εξής προσθήκες:

- ✓ Κάλτσες μάλλινες
- ✓ Αρβύλες βαριές
- ✓ Γκέτες
- ✓ Θερμοεσώρουχα (θερμοφάν)
- ✓ Πουλόβερ
- ✓ Μάλλινο ή ειδικό συνθετικό παντελόνι
- ✓ Μάλλινο πουκάμισο
- ✓ Σκούφος
- ✓ Γάντια
- ✓ Κασκόλ

Σε περίπτωση **δινυκτέρευσης:**

- ✓ Καρυμάτ
- ✓ Υπνόσακος
- ✓ Αντίσκηνο
- ✓ Καμινέτο-Λάμπα υγραερίου
- ✓ Μαγειρικά σκεύη-μαχαίροπύρωνα



ΓΕΝΙΚΟΙ ΟΡΟΙ & ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΤΙΣ ΕΚΔΡΟΜΕΣ

- Για τις ημερήσιες εκδρομές οι καταστάσεις "ανοίγονται" πριν ένα μήνα και για τις διήμερες πριν δύο μήνες.
- Για τις πολυήμερες εκδρομές οι καταστάσεις "ανοίγονται" πριν τρεις μήνες.
- Τα γραφεία μας είναι ανοιχτά κάθε μέρα από τις 6.00 μ.μ. έως τις 9.00 μ.μ. εκτός από Σάββατα, Κυριακές και επίσημες αργίες.
- Στο τηλέφωνο των γραφείων μας 2103807093 λειτουργεί αυτόματος τηλεφωνητής καθ' όλο το 24ωρο.
- Στο τηλέφωνο των γραφείων μας 2103806924 λειτουργεί και συσκευή φαξ για λήψη εγγράφων μηνυμάτων καθ' όλο το 24ωρο.
- Κατά τους μήνες του καλοκαιριού επικοινωνία γίνεται και με τα τηλέφωνα της κατασκήνωσης 2294034588.
- Τα κινητά τηλέφωνα 6947323844 & 45 & 6948621680 συνήθως είναι στα χέρια του εφόρου εκδρομών και του αρχηγού της εκδρομής.
- Τα πούλμαν ξεκινούν μπροστά από την εκκλησία της Ζωοδό-

χου Πηγής επί της οδού Ακαδημίας. Στο ίδιο σημείο τερματίζει και η εκδρομή.

- Στις ημερήσιες εκδρομές απαιτείται απλή εγγραφή δίνοντας και ένα τηλέφωνο για περίπτωση ανάγκης.
- Στις διήμερες και στις πολυήμερες εκδρομές απαιτείται απλή εγγραφή δίνοντας και ένα τηλέφωνο για περίπτωση ανάγκης αλλά η σειρά προτεραιότητας υπολογίζεται από την ημέρα κατάθεσης προκαταβολής, το ύψος της οποίας καθορίζεται από το Εφορείο Εκδρομών ανάλογα με τα έξοδα της εκδρομής.
- Οι εκδρομείς υποχρεούνται να πληρώσουν τα έξοδα του ξενοδοχείου ή μέρος της τιμής της εκδρομής σε περίπτωση που ακυρώσουν την συμμετοχή τους τις τελευταίες μέρες πριν την εκδρομή και εφόσον δεν καλυφθεί η θέση από την λίστα αναμονής.
- Σημειώνεται ότι κάθε ακύρωση συμμετοχής σημαίνει ζημία για το Σωματείο και στέρηση της δυνατότητας να συμμετάσχει ένας άλλος εκδρομέας που είναι στη λίστα αναμονής.

Η Ε.Ο.Φ. στον κύκλο του χρόνου

Χαράδρα Βίκου, 1990.



Κίρφη, 1993.



Η Ε.Ο.Φ. στον κύκλο του χρόνου

Ζάλογο.



Αγίου Κωνσταντίνου, 1990.





Ο ΑΓΙΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ Ο ΕΝ ΒΟΥΝΕΝΟΙΣ-ΕΟΡΤΗ 9 ΜΑΪΟΥ ΣΤΟ ΕΚΚΛΗΣΙΑΚΙ ΣΤΟΝ ΟΡΕΙΝΟ ΞΕΝΩΝΑ

Γράφει ο Θανάσης Τζιβιάς, εικόνα από art magazine



Από το 1979, που ξεκίνησε η κατασκευή του ορεινού Ξενώνα στο Κεφαλάρι, όλοι βλέπαμε το παρακείμενο εκκλησάκι και πιστεύαμε ότι ήταν αφιερωμένο στον Άγιο Νικόλαο τον προστάτη των θαλασσινών από τα Μύρα της Λυκίας. Έπρεπε να φθάσει το 2003 για να μάθουμε ότι το εκκλησάκι ήταν αφιερωμένο στον Άγιο Νικόλαο τον Νέο, που έχει δέσει αναπόσπαστα το όνομά του με ένα βουνό τα Βούνενα Θεσσαλίας, και γι' αυτό το λόγο δίπλα στο όνομα του προστίθεται επεξηγηματικά «ο εν Βουνένοις» δηλαδή ο τόπος που έζησε σαν μοναχός και που μαρτύρησε. Βέβαια αν ανατρέξουμε στο «Πανάγιον» της εκκλησίας θα δούμε ότι υπάρχουν τουλάχιστον τριάντα άγιοι, όσιοι, μάρτυρες κ.λπ. με το όνομα Νικόλαος. Όπως αναγράφεται και στο περιοδικό μας τεύχος 375 (Ιούλιος –

Σεπτέμβριος 2003), το Δ.Σ. της Ε.Ο.Φ. αποφάσισε, στα πλαίσια των εκδηλώσεων για τα 70 χρόνια, να ανακαινίσει κάπως το εκκλησάκι και να αναλάβει τα έξοδα εορτής στη μνήμη του Αγίου που εορτάζεται στις 9 Μαΐου. Έτσι, μετά από συνεννόηση με τον εφημέριο του χωριού και τους τοπικούς άρχοντες, έγινε η γιορτή με παράθεση μικρής δεξίωσης της Ε.Ο.Φ. στο χώρο του Ξενώνα. Από το 2003 και μέχρι σήμερα εξακολουθεί να γίνεται η γιορτή, η οποία έχει καθιερωθεί πλέον με συμμετοχή πολλών Εοφίτων και κατοίκων του χωριού.

Για να γνωρίσουμε τον Άγιο που γιορτάζουμε θα αναφέρουμε περιληπτικά τον βίο του παίρνοντας στοιχεία από το φυλλάδιο ΒΙΟΙ ΑΓΙΩΝ – Ο ΑΓΙΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ Ο ΕΝ ΒΟΥΝΕΝΟΙΣ, ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΟΡΘΟΔΟΞΟΥ ΤΥΠΟΥ.

Ο οσιομάρτυρας του Χριστού Νικόλαος γεννήθηκε στα μέρη της Ανατολής από γονείς ευσεβείς και ευγενούς καταγωγής. Σταδιοδρόμησε ως στρατιωτικός και λόγω των προσόντων του ο βασιλιάς της εποχής εκείνης του έδωσε το αξίωμα του Δούκα και τη διοίκηση επαρχίας. Τους στρατιώτες του τους νοουητούσε και τους συμβούλευε να ζουν χριστιανική ζωή και να προσεύχονται και να επικαλούνται το όνομα του Δεσπότη Χριστού. Τους έλεγε δε να ενεργούν πάντα με φόβο Θεού.

Όταν λόγω της βαρειάς φορολογίας αποστάτησε η Θεσσαλία, δεν ήθελε δηλαδή να υποτάσσεται στον αυτοκράτορα που εξουσίαζε την Ανατολή, ανατέθηκε στον συνετό Νικόλαο να αποκαταστήσει την ηρεμία και την τάξη στην περιοχή. Ο Νικόλαος χειρίστηκε το θέμα με σωφροσύνη και αφού αποκατέστησε την ηρεμία στη Θεσσαλία και υποχρέωσε τους κατοίκους της να δίνουν όπως και προηγουμένως τους προβλεπόμενους φόρους έπειτα κατέβηκε με τη στρατιωτική του δύναμη στη Λάρισα η οποία ήταν οχυρωμένη με γερό κάστρο και δεν ήταν δυνατό να υποταχθεί. Οι Λαρισαίοι για να κρατήσουν την πόλη τους απόρθητη, με εξόδους που πραγματοποιούσαν, προκάλούσαν μεγάλη φθορά στο στράτευμα του Νικολάου.

Ο Νικόλαος με πόνο ψυχής έβλεπε να χάνονται ζωές στα πεδία των μαχών και σε κρίση συνειδήσεως άρχισε να σκέπτεται, «να οι άνθρωποι μας νικήθηκαν, ο θάνατος θερίζει και αν πέσω κι εγώ νεκρός τι έχω να ωφεληθώ»; Τι αντίκρουσμα έχει για μένα η πρόσκαιρη τιμή του Δούκα και το φθαρτό αξίωμα; Αυτά σκεπτόμενος εγκατέλειψε το στρατιωτικό στάδιο, παραιτήθηκε από το αξίωμα και πήγε στα Βούνενα, βουνό της Θεσσαλίας, όπου μέσα σε λόγους υπήρχαν κελιά που κατοικούσαν μονάζοντες, αναχωρητές και ασκητές ενάρετοι.

Κοντά σ' αυτές τις ασκητικές ψυχές έμεινε ο μακάριος Νικόλαος και συναγωνιζόμενος μαζί τους έζησε την κατά Θεόν αρετή. Από το παράδειγμά τους δε γινόταν τελειότερος στη μοναστική ζωή και όλοι τους τον θαύμαζαν. Όταν οι Άβαραι ή οι Τούρκοι λεηλατούσαν διάφορα μέρη της Δύσης φθάσανε και στη Λάρισα, την οποία κατέλαβαν καθώς και τον Βόλο, τα Φάρσαλα και την Ελασ-

σόνα επιδιώκοντας με απειλή και φοβέρα να τους κάνουν αρνητές του Χριστού και προσκυνητές των ειδώλων.

Όταν γινόταν ο άγριος αυτός διωγμός ο μακάριος Νικόλαος ασκήτευε με άλλους συντρόφους του σε σκήτη στα Βούνενα. Κάποια νύχτα καθώς οι ασκητές αυτοί προσεύχονταν τους παρουσιάστηκε άγγελος Κυρίου και τους λέγει: «Ετοιμασθείτε ψυχικά ώστε να κρατηθείτε στέρεοι στην πίστη, γιατί σε λίγες μέρες πρόκειται να αντιμετωπίσετε διώξεις και μαρτύρια. Ετοιμασθείτε ώστε να αντέξετε και να αξιωθείτε να λάβετε τα βραβεία, τα στεφάνια της αθλήσεως, να γίνετε ευτυχείς κληρονόμοι της ουράνιας βασιλείας». Και αφού είπε αυτά ο άγγελος εξαφανίστηκε.

Όταν οι χριστιανομάχοι επιδρομείς πληροφορήθηκαν ότι στο θεσσαλικό βουνό Βούνενα κατοικούσαν ασκητές ανηφόρησαν στο βουνό για να τους φονεύσουν. Τους συνασκητές του Νικολάου επειδή έμειναν αμετακίνητοι στην πίστη τους παρά τα φοβερά βασανιστήρια τους αποκεφάλισαν όλους, τον Άγιο Νικόλαο δεν τον πειράζανε διόλου, θαυμάζοντας ιδίως το παράσημά του και βλέποντας πως έχουν να κάνουν με μία ξεχωριστή περίπτωση νέου με φρόνηση και ανδρεία. Επιδίωξή τους ήταν να τον κερδίσουν με διπλωματικά μέσα και άρχισαν με λόγια πειστικά, με ραδιουργίες και κολακείες να τον κάνουν αρνητή του Χριστού.

Επειδή όλες οι μιαρές τους προσπάθειες απέτυχαν τον υπέβαλαν σε φοβερά βασανιστήρια. Εκείνος γενναϊόφωνα υπέμενε και προσευχόταν λέγοντας «Υπομένων υπέμεινα τον Κύριο». Ύστερα από αυτή τη γενναία και αμετακίνητη στάση του οι βάρβαροι απελπίστηκαν και τον αποκεφάλισαν. Ήταν 9 Μαΐου που η επίγεια ζωή του τελείωσε και η ψυχή του ανέβηκε στα ουράνια σκηνώματα. Το λείψανο του Αγίου έμεινε πάνω στο βουνό κάτω από μία βελανιδιά αφρόντιστο και άταφο. Δεν επέτρεψε όμως η χάρις του Θεού να περάσει έτσι άδοξα στη συνηθισμένη φθορά, φυλάχθηκε από αγγέλους του ακέραιο για αρκετό χρόνο μέχρις ότου με θαυματουργό τρόπο το φανέρωσε.

Πράγματι στην επαρχία της Ανατολής όπου γεννήθηκε και ανατράφηκε ο οσιομάρτυρας Νικόλαος ζούσε ένας άρχοντας πολύ πλούσιος ο οποίος αρρώστησε από βαριά νόσο που τον βασάνιζε πολύ καιρό. Μια νύχτα όμως του παρουσιάζεται ο Άγιος στον ύπνο του και του λέγει: «Γιατί κοιμάσαι και ξεδιύεσαι ανώφελα; Πήγαινε στα μέρη της Λάρισας στο βουνό Βούνενα και αφού ψάξεις θα βρεις το λείψανό μου κοντά σε μια βρύση. Αυτό θα σε γιατρέψει από την φοβερή αρρώστεια».

Ο άρχοντας πήγε στα Βούνενα, έψαξε με φροντίδα και πολύ κόπο και σε κάποια στιγμή μια θαυμάσια ευωδία τον κατευθύνει στο λείψανο όπου έκπληκτος το βλέπει σώο και ακέραιο και τότε η αρρώστεια εξαφανίζεται. Διαπιστώνοντας με χαρά απερίγραπτη ότι είναι τελείως υγιής καθάρισε όλο τον τόπο όπου βρήκε το λείψανο του Αγίου, έκτισε εκεί Ναό στο όνομα του Αγίου μέσα στον οποίο ενταφίασε το ιεματικό λείψανό του. Ο Άγιος Νικόλαος ο Νέος έγινε θαυματουργός. Στο διάβα του χρόνου έγιναν εκεί πολλά θαύματα.

Ο σημερινός ιερός ναός του Αγίου Νικολάου του Νέου κτίσθηκε το 1962-1963. Μπροστά στο ναό αυτό υπήρχε μικρότερος που είχε κτισθεί το 1883 αλλά κάηκε στις 22 Μαΐου 1962. Η κάρα του Αγίου φυλάσσεται στο Μοναστήρι του Αγίου Νικολάου Μύρων της Λυκίας στη νήσο Άνδρο. Ιεροί ναοί και μοναστήρια στη μνήμη του Αγίου υπάρχουν και σε άλλα μέρη της πατρίδας μας όπως Σαλαμίνα, Αλμυρό Βόλου, Τρίπολη, Θήβα, στα χωριά Βασταμίτζα και Χαλιά των Θηβών, στη Λούτσα και αλλού.

Η παλαιά εικόνα του Αγίου Νικολάου έφερε τον Άγιο με στρατιωτική στολή και δόρυ σε όρθια στάση. Για το αναρίθμητο πλήθος των θαυμάτων τι μπορεί κανείς να πει και να γράψει αφού τα περισσότερα από αυτά έγιναν μυστικά και αθόρυβα. Υπάρχουν όμως με στοιχεία ιστορούμενα των θαυματουργικών ιάσεων σε περιπτώσεις ασθενών που έγιναν τα τελευταία σαράντα χρόνια, αλλά ο χώρος δεν επαρκεί να τα αναφέρουμε.

ΚΑΛΕΣΜΕΝΟΙ ΣΤΗΝ ΕΟΡΤΗ ΤΟΥ ΑΪ ΝΙΚΟΛΑ

Γράφει ο Δ. Παγουλάτος, Φωτογραφίες Δ. Αρμενιάκος – Δ. Παγουλάτος



Εδώ και εννέα χρόνια γιορτάζουμε Εοφίτες και Κεφαλαριώτες μαζί τον Άγιο Νικόλα, στις εννέα Μαΐου στον ορεινό Ξενώνα μας. Μόνο που εμείς είμαστε εφέτος καλεσμέ-

νοι δικούς τους και εκείνοι καλεσμένοι δικοί μας όπως κάθε χρόνο. Και εκείνοι εφέτος αν και εργάσιμη ημέρα ήταν πολλοί και εμείς πολύ περισσότεροι από άλλες χρονιές.

Η απόφαση από το τότε Διοικητικό Συμβούλιο της Ε.Ο.Φ. και από τους «χωριανούς μας» όπως τους ονόμασα, με μπροστάρη τον παπά Ηλία ήταν απόλυτα σωστή. Βρεθήκαμε πολύ κοντά, συνεργαστήκαμε, λύσαμε ένα σωρό προβλήματα μικρά και μεγάλα, κάνοντας έτσι πολύ πιο αρμονική την συγκατοίκηση μας στο «χωριό μας», πιο εύκολη την πρόσβαση στον Ξενώνα και στον Άγιο Νικόλα.

Νομίζουμε όμως το πιο σημαντικό όλα αυτά τα χρόνια, είναι οι φιλικές ανθρώπινες σχέσεις, κάτι που γίνεται όλο και πιο σπάνιο στην εποχή μας. Ο Γιώργος, ο Δημήτρης, ο Κώστας, η Γεωργία, η Βάσω από το χωριό, συναντούν και συνομιλούν φιλικά με τον Θανάση, τον Δημήτρη, τον Απόστολο, τον Βασίλη, την Έρση, την Γεωργία από τον Ξενώνα για τα κοινά προβλήματα που αντιμετωπίζουμε, είτε μένουμε στο χωριό, είτε στην Αθήνα.

Μακάρι τον άλλο χρόνο να είμαστε όλοι παρόντες. Μακάρι να συγκεντρωθούμε διπλάσιοι ή και τριπλάσιοι, από το χωριό και από τον Ξενώνα όπως λέμε. Μακάρι όλοι μαζί να γιορτάσουμε τον Άγιο Νικόλα μας, να συζητήσουμε, να χορέψουμε, να τραγουδήσουμε, να πλησιάσουμε ακόμα πιο κοντά ο ένας με τον άλλο, να καταλάβουμε ακόμα περισσότερο την αξία που έχει το ΕΜΕΙΣ.



ΕΟΦίτικα



■ Εδώ το αρνί εκεί το αρνί που είναι το αρνί! Να τρελαίνεσαι! Να μας φύγει το αρνί μέσα από τα χέρια μας... και να πεις ότι ήταν ζωντανό και ξέκοψε, ψημένο ήταν! Και τι ψήσιμο! Άλφα-Άλφα!!! Να γλύφεις τα δάχτυλά σου! Το λάθος ήταν ότι ψήθηκαν νωρίς και κατά τη 1 η ώρα άρχισε το ζύγισμα. Ο λόγος; Λαμαρίνες γύρω- γύρω από τα ψητά και η θερμοκρασία στα ύψη, οπότε το ψήσιμο είναι εξηπρές. Σε 3 με 3 ½ ώρες έχουν γίνει κάστανο. Κάτι... «έλα να πάμε καμιά βόλτα», «νωρίς είναι ακόμα», ήτανε και καλή μέρα, άντε να πιάσουμε και τον Μάη... πλάκωσε και παραπάνω κόσμος και έπρεπε να βολευτούν όλοι γιατί δεν έβγαине το κρέας... κι έγινε μεγάλο μπέρεδεμα!

Την πλήρωσαν οι καθυστερημένοι που το είχαν πληρώσει κιόλας! Σίγουρα έγινε κάποιο μπέρεδεμα, ίσως διπλοπυλήθηκε, αποκλείεται πάντως η «αρπαγή» γιατί είναι και οι κατάρες στη μέση: να του κάτσει στο λαιμό όποιος το πήρε... γιατί δεν ήταν και λίγο 7 κιλά αρνί!

Πάντως λύση βρέθηκε, 7 κιλά από τον Σοϊρκα στον Γεροτσακούλη με έξοδα του Σωματείου και έτσι η ένταση καταλάγιασε!

■ Κι αφού πέρασε το πατιρντί με το αρνί άρχισαν τα καλύτερα. Η επιλογή του καλύτερου Πρωτομαγιάτικου Στεφανιού. Μεγάλη η συμμετοχή. Μικροί και μεγάλοι είχαν

«Είναι δύσκολο να φτιάξει κανείς ένα έργο χωρίς να κάνει κανένα λάθος, αλλά δύσκολο είναι κι αν ακόμα φτιάξει κάτι αλάθητο να μην πέσει σε άδικο κριτή.»

Σωκράτης (469 π.Χ. - 399 π.Χ.), Αθηναίος φιλόσοφος

φτιάξει καταπληκτικές συνθέσεις από τις ομορφιές που αυτό τον καιρό

τόσο απλόχερα μας δίνει η φύση. Άνθη, φύλλα, καρποί σε ένα μοναδικό συνταίριασμα έβγαλαν όμορφες συνθέσεις σε πρωτομαγιάτικα στεφάνια. Δύσκολο να ξεχωρίσει κάποιο ανάμεσα σε όλα, καθένα ήταν με τον τρόπο του μοναδικό. Τα παιδιά είχαν την τιμητική τους και ένα από αυτά επιλέχθηκε για την δημιουργία της καλύτερης σύνθεσης! Και του χρόνου να είμαστε καλά και με μεγαλύτερη συμμετοχή να συνεχίσουμε αυτή την ωραία γιορτή που συνδυάζουμε το Πασχαλινό Πανηγύρι με την Πρωτομαγιά!

■ Τα μηνύματα σιγά-σιγά είχαν αρχίσει να έρχονται από πέρσι. Το καμπανάκι μας είχε χτυπήσει, μίλαμε για την κίνηση των εκδρομών. Τα ακούσαμε και στον Απολογισμό της Γενικής Συνέλευσης και το πληροφоруύμαστε και για τις εκδρομές που τρέχουν. Για να μην έχουμε ακύρωση των προγραμματισμένων εκδρομών ας ξεκινήσουμε πλέον ένα πιο ρεαλιστικό προγραμματισμό. Οι εποχές είναι δύσκολες και θα συνεχίσουν να είναι.

■ Αρχίζουν και αλλάζουν τα δεδομένα στις εκδρομές. Τελευταία παρουσιάζονται φαινόμενα «αποσυντονισμού». Σε μικτές εκδρομές ορειβατών, περιπατητών και τουριστών στα καθορισμένα ραντεβού, οι μη ορειβάτες περιμένουν «υπομονητικά» τους υπόλοιπους να έρθουν. Κατά πρώτον χαλάει μία παράδοση και ένα «έθιμο» χρόνων. Και καλό και επιτακτικό για ένα Σωματείο είναι να μην χαλάνε οι παραδό-

σεις και ας μην είναι οι Αποκριάτικες «Μπούλες της Ξάνθης» γιατί χαλάει το οικοδόμημα. Και δεύτερο και πιο ανησυχητικό είναι μήπως το Εφορείο άρχισε καμιά συνεργασία με τον ΤΖΕΚΟ τον προπονητή της Θάνου και παίρνουνε τίποτα «ουσίες» στο πρωινό πριν την αναχώρηση της ομάδας και γίνονται οι τετρακέφαλοι τούρμπο!

■ Το ζήσαμε κι αυτό πασχαλινή εκδρομή της ΕΟΦ χωρίς τη Μάγια και τον Βασίλη. Για χρόνια όλες οι πασχαλινές εκδρομές της ΕΟΦ ανά τη γη, στην εκδρομική κατάσταση άρχιζαν με Μάγια Βέττερ και Βασίλη Σιλβεστριάδη. Φέτος ένα απρόβλεπτο γεγονός, μία «ιωσούλα» της Μάγιας που εξελίχθηκε σε κάτι πιο σοβαρό, τους στέρησε με διαταγή γιατρού τους το Πάσχα στην Κέρκυρα και τους Οθωνούς. Ήταν ευτυχώς κάτι περαστικό οπότε συνεχίζουμε ακάθεκτοι!

■ «Κατακλύστηκαν» τα γραφεία μας με συγχαρητήριες επιστολές για το πετυχημένο αρχηγικό δίδυμο Νίκου-Ρένας στην εκδρομή της Κέρκυρας. Συνέχεια κοντά στον «πελάτη», να μην του μείνει κανένα κενό και να μην του λείπει τίποτα. Μέχρι φυσικά τοπικά που τα ζήπορισανε ένα-ένα και τα μοίρασαν στο πούλμαν.

■ Όσο για την επιστροφή στο ένα πούλμαν της «χαράς», η επιστροφή ούτε που φάνηκε! Δύο κυρίες με την τσαχπινιά τους και την ευφράδειά τους, έκαναν το ταξίδι τόσο ευχάριστο και ούτε που κατάλαβαν για πότε έφτασαν στο Δαφνί...

■ **Επισήμανση:** Και όσοι δεν έχετε πάει στο Μουσείο Βραυρώνας να πάτε! Στην ημερήσια εκδρομή μας σε συνδυασμό με το



Με τις κατασρόλες κάτι γίνεται... Δεν ξέρουμε τι ακριβώς παρατηρεί η Μαρία Κοσμάδακη. Πάντως κάτι βλέπει. Μήπως διαβάζει τον καφέ για τα μελλούμενα;



Ο Πίκουλας ενθουσιασμένος απολαμβάνει την συμπάθεια του παπαγάλου. Σκέφθηκε να τον πάρει σπίτι. Τον αποχαϊρέτησε με βαριά καρδιά.



Μες του Μαγίου τις μυρωδιές τα κίτρινα τα άνθια... Πολλά στεφάνια εφέτος!!!



Νενικήκαμεν!!!



Ο Παγουλάτος χαρούμενος κουβαλάει την πλούσια συγκομιδή καπακιών. Για τους μη γνωρίζοντες, ευγενική προσφορά προς το ίδρυμα «Άγιοι Ανάργυροι» Θήβας.



Λαογραφικό μουσείο Αχαράβης. Παστάδα με εξαρτήματα ανάπαυσης και τεκτονποίησης.

Τα «Σταφύλια της οργής», το αριστούργημα του Τζον Στάνινπεκ, γυρίστηκε ταινία με τίτλο «Λεωφόρος 66», το όνομα της κεντρικής λεωφόρου στις ΗΠΑ που οδηγεί στην Καλιφόρνια επειδή οι **τράπεζες της εποχής θεωρούσαν το μυθιστόρημα άκρως ανατρεπτικό**. Τα «Σταφύλια της οργής» εξακολουθούν, ακόμα και σήμερα να θεωρούνται μια από τις **δέκα καλύτερες ταινίες** του αμερικάνικου κινηματογράφου. Οι παρακάτω φράσεις αποδόθηκαν στην ταινία από τον αξέχαστο **Χένρι Φόντα**. «Δεν έχουμε τη δική μας ψυχή. Έχουμε ένα μέρος από μια μεγάλη ψυχή. Μια μεγάλη

ψυχή που ανήκει σε όλους...

Θα βρίσκομαι παντού μέσα στο σκοτάδι. Θα βρίσκομαι εκεί όπου δίνουν μάχη για να φάνε οι πεινασμένοι. Θα βρίσκομαι εκεί όπου ο μπάτσος δέρνει τον ανήμπορο. Θα βρίσκομαι εκεί όπου οι άνθρωποι φωνάζουν επειδή είναι εξαλλοι και δεν αντέχουν άλλο.

Αλλά θα βρίσκομαι και εκεί όπου τα παιδιά γελούν επειδή πεινούν μα ξέρουν ότι το δείπνο τα περιμένει. Και θα βρίσκομαι εκεί όταν οι άνθρωποι θα τρώνε τους δικούς τους καρπούς και θα ζουν στα σπίτια που οι ίδιοι έφτιαξαν.

Θα βρίσκομαι εκεί...



Αττικό Πάρκο, η επίσκεψη στον αρχαιολογικό χώρο της Βραυρώνας και στο Μουσείο της, ήταν μία εκπληξη! Ενδιαφέροντα Μουσεία με πολλά και αξιόλογα εκθέματα!

■ Η ΕΟΦ προωθεί σχέδιο για ειδικό εξοπλισμό με τα συνεργαζόμενα Ξενοδοχεία! Δηλαδή (όπως έχουν το σπα) να προβλέπεται και η δημιουργία ενός υπνοδωματίου που θα φέρει τον εξοπλισμό της αναπαύσεως, το οποίο θα χρησιμοποιούν εκ περιτροπής οι πεζοποροί για να ανακουφίζουν τις γάμπες και τους αστραγάλους τους μετά τις πεζοπορίες.

■ Άψογη η οργάνωση και η λειτουργικότητα στην καντίνα της κατασκήνωσης. Έρση, Στέλιος, Τάκης και άλλοι εθελοντές. Στο τέλος ο Τάκης κάνοντας ένα διάλειμμα την ώρα που, ακούστηκε, ότι «πέταξε» το αρνί, μέχρι να ξεκαθαριστεί το θέμα άρχισε

τα πριβέ μπουκώματα με πετσούλες. Τι να κάνει; Μετά από τόσα κοψίματα και ζυγίσματα να μείνει νηστικός;

■ Ξενάγηση εκ των έσω είχε το γκρουπ στη Σιθωνία από τον κύριο Λαγόπουλο. Σημειωτέον ότι είναι και οινολόγος! Έτσι έγινε πρόταση να διοργανωθεί εκδρομή σε περιοχή ανάλογο ενδιαφέροντος με οινοποιεία, την εποχή που ανοίγουν τα «γιοματάρια» με συνοδεία οινοποιίας. Οπότε καταλαβαίνετε πως την επιστροφή ειδικά αν έχει και τίποτα στροφές! Αρκεί να αφήσουν τον οδηγό έξω από το παιχνίδι!

■ Καλό το πήγαινε για τους Οθωνούς, αλλά στον γυρισμό ο Ποσειδώνας ανακάτεψε αρκετά τα πράγματα! Τι να σου κάνει ένα καϊκάκι με 8 μποφόρ... οπότε τζάμπα το μεσημεριανό γεύμα. Από τους περισσότερους πήγε κέρασμα στα ψάρια! Ευτυχώς δεν ήταν ακριβό!

■ Πάντως ο καιρός στην Κέρκυρα, παρά τις δυσοιόνες προβλέψεις τραγότανε! Έριχνε μία «μπουράσκα» έτσι για να σφίγουν τα κρέατα και μετά ξάνοιγε! Πάντως στα καίρια σημεία, Επιτάφιος, Ανάσταση, εξορμήσεις, περπατήματα ήταν υποφερτό!

■ Τυχεροί όσοι πήγαν στον διάπλου του Αγ. Όρους. Εκτός του ότι έκαναν τη διαδρομή συνοδεία δελφινιών, συνέπεσαν και στο караβάκι με μία ομάδα φίλων της Μονής Ξενοφώντος. Φυσικό επακόλουθο, στάση ανοιχτά της Μονής όπου ένας καλόγερος έφερε για προσκύνημα Ιερά Λείψανα από τη Μονή.

■ «Κείνο που σου προσάπτουνε τα χελιδόνια είναι η άνοιξη που δεν έφερεις.» Οδυσσέας Ελύτης



...Όταν τα Κύματα σκεπάζουν το караβάκι η ψυχραιμία είναι το καλύτερο εφόδιο. ...Παρατραγουδά με ζαλισμένους δεν ακούστηκαν. Αυτό που βλέπετε είναι η γέφυρα του πλοίου και όχι του λεωφορείου.

ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ: Τα Μέλη της Συντακτικής Επιτροπής του Περιοδικού ευχαριστούν θερμά όσους έστειλαν κείμενα και φωτογραφικό υλικό. Η επιλογή των φωτογραφιών που δημοσιεύονται κάθε φορά γίνεται κατά θέμα και κατά περίπτωση και είναι ανάλογη με το χώρο που διατίθεται. Στείλτε μας έγκαιρα τα θέματα ή το φωτογραφικό υλικό σας στην διεύθυνση του περιοδικού, υπ' όψη της Συντακτικής Επιτροπής. Για καλύτερη συνεννόηση σημειώστε το όνομα και το τηλέφωνό σας.



Ο Νίκος περήφανος κρατάει το νεοσσό.



Για να παραδειγματίζονται οι παντρεμένοι.



Αμουλιανή. Απολαμβάνοντας τα τσιπουράκια μας με πολλά χαμόγελα και καλή καρδιά.



Εμείς το κάγκελο θαυμάσαμε!!!! Ένα σε δύο. Κάγκελο... αλλά και θεωρείο για τις επίσημες εκδηλώσεις.



Το καλό το παλληκάρι ξέρει κι άλλο μονοπάτι.



Οι νικήτριες του διαγωνισμού για το καλύτερο πρωτομαγιάτικο στεφάνι.



...Να εδώ το αρνί μέχρι που έστριψα να πω του Βασίλη να φέρει τα πιτάτα!!!!

Φωτοβολταϊκά σε **ΣΤΕΓΕΣ**

με 100% χρηματοδότηση



**ΕΙΣΟΔΗΜΑ
ΜΕΧΡΙ
8.000€
ΕΤΗΣΙΩΣ**

ΤΗΛΕΦΩΝΗΣΤΕ ΜΑΣ
ΤΩΡΑ ΓΙΑ ΜΙΑ ΔΩΡΕΑΝ
ΕΠΙΣΚΕΨΗ ΣΤΟ ΧΩΡΟ ΣΑΣ

Αριστοτέλης Κωνσταντινίδης
Ηλεκτρολόγος Μηχ & Μηχ Η/Υ ΕΜΠ (ΜΒΑ)

**JC ENERGY | ΦΩΤΟΒΟΛΤΑΙΚΑ ΣΥΣΤΗΜΑΤΑ
ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ ΣΥΣΤΗΜΑΤΩΝ ΠΑΡΑΓΩΓΗΣ ΕΝΕΡΓΕΙΑΣ ΑΠΕ**

Λεωφ. Λαυρίου 126 & Κύπρου 2 | Γλυκά Νερά Αττικής
Τηλ: 210-66 57 773 | Φαξ: 210-66 57 774 | Κιν: 6948 053 044
email: akon@jcenergy.gr | Website: www.jcenergy.gr



ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΥΠΑΙΘΡΟ, ΤΕΥΧΟΣ 411
ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΟ ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΟ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ ΤΗΣ
ΕΝΩΣΗΣ ΟΡΕΙΒΑΤΩΝ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΩΝ (Ε.Ο.Φ.)
ΜΑΥΡΟΚΟΡΔΑΤΟΥ 7, 10678 ΑΘΗΝΑ
ΤΗΛ.: 210 38.07.093, FAX: 210 38.06.924

ΠΛΗΡΩΜΕΝΟ
ΤΕΛΟΣ

Ταχ. Γραφείο
Κ.Ε.Μ.Π.ΑΘ.

Αριθμός Αδείας
3395



ΕΝΤΥΠΟ ΚΛΕΙΣΤΟ - ΑΡ. ΑΔΕΙΑΣ 1673
ΚΩΔΙΚΟΣ Γ.Γ.Ε.: 011206