

ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΥΠΑΙΘΡΟ

ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ - ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ - ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ 2012



ΕΝΩΣΗ
ΟΡΕΙΒΑΤΩΝ
ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΩΝ

ΔΙΑΒΑΣΤΕ ΣΕ ΑΥΤΟ ΤΟ ΤΕΥΧΟΣ

Το τρίμηνο της ΕΟΦ μέσα από το φωτογραφικό φακό	3
Το Καλοκαίρι και η Κατασκήνωση	4
Η ΕΟΦ στα 80 της	5
Κοινωνικά	6
Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε.	7
Αλβανία - Άγιοι Σαράντα - Βουθρωτός	10
Κέα (Τζια), ένα διήμερο με την ΕΟΦ στο προικισμένο από φύση και ιστορία νησί	12
Καλοκαιρινή εκδρομή σε Τήλο - Νίσυρο	14
Εκδρομή στην Επίδαυρο, Ιούλιος 2012	17
Ναυάγια	18
Από τη ζωή της ΕΟΦ	20 - 22
Καλοκαίρι στην Κατασκήνωση	24
Λιχαδονήσια ξανά	26
Προτάσεις για εκδρομές τριμήνου	28 - 29
Εκδρομές και εκδηλώσεις τριμήνου	30
Η ΕΟΦ στον κύκλο του χρόνου	34
Μαθήματα Ιστορίας στη πλατεία	35
Το θαύμα της Ικαρίας	36
ΕΟΦίτικα	37 - 39



Συννεφιασμένη θέα από τον Ορεινό Ξενώνα,
φωτ. Δ. Αρμενιάκος



ΕΤΟΣ 79ο • ΤΕΥΧΟΣ 412 • ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ-ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ-ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ 2012

ΙΔΙΟΚΤΗΤΗΣ:
ΕΚΔΟΤΗΣ:
ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟΥ:

ΕΝΩΣΗ ΟΡΕΙΒΑΤΩΝ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΩΝ
ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΑΡΜΕΝΙΑΚΟΣ, 6977005181
Δ. ΠΑΓΟΥΛΑΤΟΣ, Α. ΤΖΙΒΙΑΣ, Ν. ΝΙΝΤΟΣ,
Ε. ΚΑΦΕΤΖΟΠΟΥΛΟΥ, Γ. ΓΚΛΕΤΣΟΣ
Μαυροκορδάτου 7 (Α' Όροφος), 106 78 Αθήνα
210 3807093, (5:00 - 8:00 μ.μ.)
210 3806924 **ΚΙΝΗΤΑ ΤΗΛ. ΕΟΦ:** 6947323844-45
www.eoffisiolatritia.gr **E-MAIL:** eof@otenet.gr
22940 34588

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΓΡΑΦΕΙΩΝ:
ΤΗΛ. ΓΡΑΦΕΙΩΝ:
ΦΑΞ ΓΡΑΦΕΙΩΝ:
WEBSITE:
ΤΗΛ. ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΣΗΣ:
ΔΑΚΤΥΛΟΓΡΑΦΗΣΗ ΚΕΙΜΕΝΩΝ:
ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ ΕΚΔΟΣΗΣ:
ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ, ΕΚΤΥΠΩΣΗ:

ΚΑΣΣΙΑΝΗ ΑΡΜΕΝΙΑΚΟΥ
ΚΑΤΕΡΙΝΑ ΔΡΑΓΩΝΑ
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: Θέα από το μαύρο όρος Ευρωστίνας, Φωτ. Μ. Βέττερ

Ανακοίνωση

Η επιτροπή Περιοδικού ενημερώνει τα μέλη και τους φίλους που θέλουν να δημοσιεύσουν κείμενά τους στο «Ελληνικό Ύπαιθρο», 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 Α' τριμήνου 2013 η ύλη θα παραλαμβάνεται μέχρι **10-12-2012**.



Χαλκιδική, Φωτ. Γιωργ. Γκλέτσος ▲

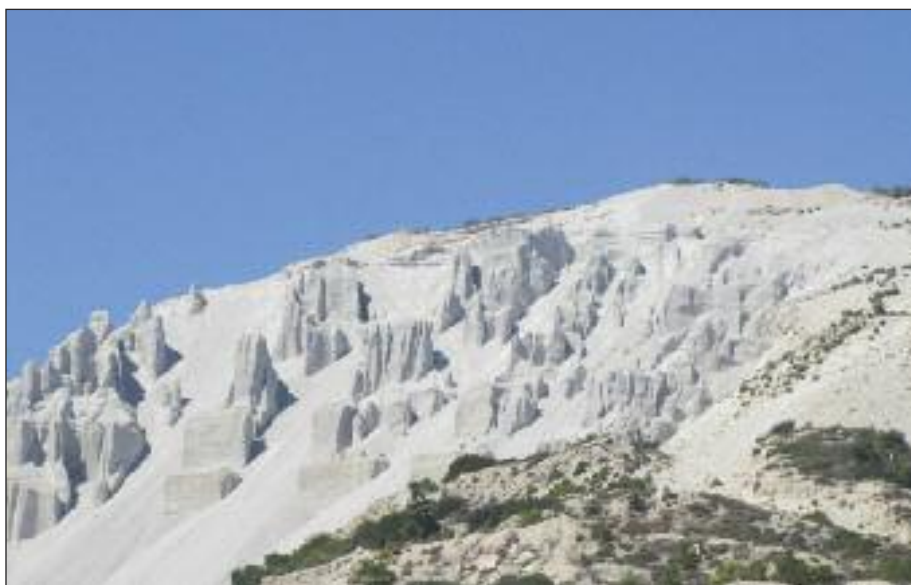
Νίσυρος, στον κρατήρα Στέφανο, Φωτ. Μ. Βέττερ ▼



Γερολιμένας, Φωτ. Γιωργ. Γκλέτσος ▼



Τήλος, Μικρό χωριό, Φωτ. Μ. Βέττερ ▲



Στο νησί Γυαλί δίπλα στην Νίσυρο, Φωτ. Β. Σιλβεστριάδης ▲

Νίσυρος, το Μαντράκι, Φωτ. Μ. Βέττερ ▼



ΤΟ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ ΚΑΙ Η ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΣΗ

Γράφει ο Πρόεδρος της ΕΟΦ Δ. Παγουλάτος, Φωτογραφίες Δ. Αρμενιάκος - Δ. Παγουλάτος



Έφτασε το φθινόπωρο χωρίς να το καταλάβουμε, παίρνοντας μαζί του την κατασκηνωτική περίοδο, την ξεγνοιασιά, την παρέα, τη θάλασσα, τα μπάνια, τις φωνές των παιδιών με τις ζαβολιές και τις ευχάριστες εκπλήξεις τους.

Αφού έγιναν οι καθιερωμένες μικροεπισκευές, το κλάδεμα των ξερών κλαδιών από δένδρα και φυτά, ο καθαρισμός των κοινοχρήστων χώρων, όπως και του κάθε οικίσκου ξεχωριστά, έπεσε και μπόλικος ασβέστης, όλα ήταν έτοιμα για τον αγιασμό και την επίσημη έναρξη της λειτουργίας της κατα-

σκηνώσεως. Οι κατασκηνωτές είχαν τις επιφυλάξεις και τα δικά τους αιτήματα. Το διαλύουμε όμως γρήγορα γιατί ο Γιάννης ο Μεταξάς έχει αρχίσει να σερβίρει την καθιερωμένη πάντα νόστιμη ρεβυθάδα του. Ο Στέλιος και η Μαρία στην καντίνα έχουν ετοιμάσει διάφορα μεζεδάκια, πολλοί φέρανε από τα σπίτια τους συμπλήρωμα, ουζάκι, κρασάκι, μπύρα. Με αυτό το ξεκίνημα πρέπει να άρχισε καλά το καλοκαίρι.

Στη γιορτή του Προφήτη Ηλία που φέρει το όνομά του το εκκλησάκι μας μαζί με τον Άγιο Γεώργιο είχαμε μια λειτουργία με αρτοκλασία και μετά μια συγκέντρωση στην καντίνα, με όλα τα σχετικά επακόλουθα για την γεύση και το στομάχι.

Αυτό το καλοκαίρι η κατασκηνώσή μας είχε τα περισσότερα παιδιά εδώ και πολλά χρόνια. Πιο πολλά τα κοριτσάκια, αλλά και τα αντράκια έκαναν ζωντανή και θορυβώδη την παρουσία τους. Όλες και όλοι με τις φωνές και τα γέλια τους, γέμισαν το χώρο με ζωή και ελπίδα για το αύριο. Τα κορίτσια μάλιστα μας έκαναν μια πολύ ωραία χορευτική έκπληξη. Μόνες τους βρήκαν τη μουσική, τη χορογραφία και χόρεψαν πάρα πολύ ωραία. Πολλά συγχαρητήρια στην Εύα, την Μαρία, την Ειρήνη και την Κύρα. Ακόμα και σε όλα τα παιδιά που μετά ανέβηκαν στην πίστα και χόρευαν μαζί τους για πολύ ώρα.

Έφτασε το τέλος της κατασκηνωτικής περιόδου, πάλι Σάββατο αλλά τώρα είναι 10 Σεπτεμβρίου, βραδιά αποχαιρετισμού και της παραδοσιακής φασολάδας του Φίλιππα, προσφορά των οικογενειών Κίταντζη – Τσολάκη, που κρατούν το εθίμο για πολλά χρόνια τώρα. Αρκετός κόσμος, θα μπορούσαν όμως να έλθουν έστω για μία φορά, όλοι οι παραδοσιακοί απόντες από τις εκδηλώσεις της Ε.Ο.Φ.. Θα έπρεπε να έλθουν και οι Εοφίτες που δεν μένουν στην κατασκηνώση. Να ευχηθούμε του χρόνου να είμαστε πολύ περισσότεροι και όλοι παρόντες, γιατί η Έλλη Λάμπρου και ο Τάκης Μάσχαχας μας λείπουν πάρα πολύ.

Σε όλους όσους εργάστηκαν πρέπει να πούμε ευχαριστώ και συγχαρητήρια. Ιδιαίτερα όμως ευχαριστώ στον Τάκη Πίκουλα που δεν αναφέραμε από λάθος την προσφορά του και στο Πασχαλινό πανηγύρι. Στον Στέλιο και Μαρία που προσπάθησαν να κρατήσουν την καντίνα ζωντανή. Στην Έρση Καφετζοπούλου, Χάρη Κίταντζη και βέβαια στον έφορο Τάκη Μαντά.

Οι κατασκηνωτές δε πρέπει να λησμονήσουν ότι, το 2013 γιορτάζουμε τα 60 χρόνια της κατασκηνώσεως μας, μαζί βέβαια και τα 80 χρόνια της Ε.Ο.Φ. Πρέπει να σκεφτούμε από τώρα την επόμενη χρονιά. Να οργανώσουμε καλύτερα τον τρόπο και το χρόνο της διαμονής μας, για να βρεθούμε έτσι πιο κοντά με αγάπη και συντροφικότητα, όπως ήταν οι Εοφίτες το 1953, που μπόρεσαν να αγοράσουν το χώρο που εμείς τώρα απολαμβάνουμε.



σκηνώσεως, το Σάββατο 30 Ιουνίου.

Ο παπάς, τελειώνοντας την λειτουργία, έδωσε τις δικές του ευχές και μας άγιασε για να περάσουμε με υγεία και ειρήνη ένα καλό καλοκαίρι. Αν τελικά το περάσαμε θέλει κουβέντα και πολύ μεγάλη ανάλυση.

Αμέσως μετά έγινε η καθιερωμένη συγκέντρωση των κατασκηνωτών και των μελών του Δ.Σ. που ήταν παρόντα στον αγιασμό. Όπως γίνεται κάθε χρόνο ο πρόεδρος ανακοινώ-



www.eoffisiolatria.gr



Η ΕΟΦ ΣΤΑ 80 ΤΗΣ

Κείμενο Έρση Καφετζοπούλου και φωτογραφίες Δ. Αρμενιάκος

- Αλήθεια, η ΕΟΦ γίνεται 80 χρονών; Δηλαδή γέρασε; Έχει αρθριτικά; Χοληστερίνη; Άνοια; Πονάνε τα πόδια της;

• Τι λέτε καλέ; Είναι υγιέστατη, εξακολουθεί να σκαρφαλώνει στα βουνά ή στα λαγκάδια, να εξορμά κάθε Σαββατοκύριακο σε κάθε γωνιά της πατρίδας μας, να οργανώνει rafting στα ποτάμια, αναρριχήσεις, να επισκέπτεται όλα τα νησιά μας χωρίς να υπολογίζει ταλαιπωρίες και μποφόρ, να προγραμματίζει και να πραγματοποιεί ενδιαφέροντα ταξίδια σε χώρες του εξωτερικού και των 5 ηπείρων.

• Να ψυχαγωγεί –στο σκέλος του Πολιτισμού- τα μέλη και τους φίλους της, με θεατρικές παραστάσεις, με επισκέψεις σε Μουσεία και Αρχ. Χώρους με ενδιαφέρουσες ξεναγήσεις, με συγκεντρώσεις στα γραφεία της, για διαλέξεις, ομιλίες, εκθέσεις Ζωγραφικής, Διαγωνισμούς Φωτογραφιών, Προβολές Διαφανειών, Εκμάθηση Ελληνικών Χορών, κόψιμο πρωτοχρονιάτικης πίτας με μεζέδες και χορούς και συγκεντρώσεις μελών Δ.Σ. και Επιτροπών.

• Στο χώρο της Κατασκήνωσης, -όπου διαμένουν 30 οικογένειες τους καλοκαιρινούς μήνες- αρχής γενομένης από τα εγκαίνια, τον Αγιασμό, τη συνεστιάση των κατ/ων και φίλων και την προσφορά, εκτός των άλλων, τη Ρεβυθάδα του Μεταξά, τη γιορτή των παιδιών τα Θεοφάνια, με τη διανομή δώρων, το Πασχαλινό Πανηγύρι με το ψήσιμο των αρνιών και τον διαγωνισμό του Πρωτομαγιάτικου στεφανιού. Τις γιορτές των παιδιών στο διάστημα της Κατ/κής περιόδου, τις αθλοπαιδιές, τους αγώνες στο γήπεδο Βόλει και Μπάσκετ από τα μεγαλύτερα παιδιά, τη παιδική χαρά για τα μικρότερα, τις συνεστιάσεις στην Καντίνα με κιθάρες και τραγούδια, κατά καιρούς, τις λειτουργίες στο εκκλησάκι της Κατασκήνωσης με αρτοκλασία για τον Προφήτη Ηλία και τον Αϊ Γιώργη του Αγίου Γεωργίου και του Προφήτη Ηλία και στο τέλος της Κατ/κής περιόδου και Αποχαιρετιστήρια με τη Φασολάδα του Φίλιππα και τον Απολογισμό της τρίμηνης σχεδόν διαμονής μας.

• Με όλα αυτά και τα καθημερινά θαλασσινά μπάνια και την ωραία συντροφιά, γεμίζουν οι μπαταρίες για τις φθινοπωρινές εξορμήσεις και τη νέα σχολική χρονιά των παιδιών.

• Στον Ορεινό Ξενώνα, στην αρχή του χρόνου, γιορτάζουμε και εκεί με τα παιδιά του χωριού, κόβοντας πίτα και προσφέροντας δώρα. Τον Μάη στη γιορτή του Αϊ Νικόλα του βουνού, που γιορτάζει το εκκλησάκι, μετά τη λειτουργία, είναι προσκεκλημένοι στον ξενώνα όλοι οι εκκλησιαζόμενοι με πρώτο και καλύτερο τον παπά Ηλία με μεζέδες και κρασάκι σε μια φιλική-γιορταστική ατμόσφαιρα.

• Τέλος με την έκδοση του περιοδικού «Ελληνικό Ύπαιθρο», που είναι ο καθρέφτης του Σωματείου μας, δίνει την ευκαιρία στα μέλη και τους φίλους μας, να ενημερώνονται για τα τεκταινόμενα και τα μελλούμενα. Για την έκδοσή του και την συγκέντρωση της ύλης και των φωτογραφιών, όλοι ασχολούνται εθελοντικά, όπως και τα Δ.Σ., οι Επιτροπές και πολλά από τα ενεργά μέλη για να τα φέρουν όλα εις πέρας.

• Με όλες τις παραπάνω δραστηριότητές της η ΕΟΦ πώς να πούμε πως γέρασε. Είναι και θα είναι πάντα ζωντανή και ακμαία, γιατί ανανεώνεται. Πέντε γενιές έχουν μεγαλώσει ως τώρα, και μακάρι τα παιδιά και τα εγγόνια που μεγαλώνουν στα σπλάχνα της και αποτελούν κοινόβιο το ¼ του χρόνου να συμμετέχουν και στα Δ.Σ., προσφέροντας το ελάχιστο στα όσα έχουν εισπράξει ζώντας και μεγαλώνοντας μέσα σε τέτοιο Φυσιολατρικό περιβάλλον όπως αυτό της Κατ/σης.

• Ακόμα δεν ξεχνά και αυτούς που την γέννησαν, αυτούς που



την μεγάλωσαν και όσους την έφεραν ως εδώ που είναι σήμερα. Οι περισσότεροι δεν είναι πια κοντά μας. Όμως τους θυμόμαστε πάντα και τους μνημονεύουμε.

• Την χρονιά που μας έρχεται κλείνει ακόμα μια δεκαετία από τις εκδηλώσεις των 70 χρόνων. Το Δ.Σ. θα προγραμματίσει και πάλι ορισμένες εκδηλώσεις για τη συμπλήρωση των 80 χρόνων και των 60 χρόνων της Κατ/σης που θα ανακοινωθούν στο επόμενο περιοδικό.

• Είθε όλα τα μέλη και οι φίλοι να είναι καλά και να γιορτάσουν μαζί μας.

ΚΟΙΝΩΝΙΚΑ

ΝΕΑ ΜΕΛΗ

Σιγάλα Καλλιόπη
Σπανογιαννοπούλου
Πηνελόπη
Καλπίας Θεμιστοκλής
Παπαδούλου Χαρίκλεια
Βαβαλίδου Πολυξένη

ΓΕΝΝΗΣΕΙΣ

Ο Γιώργος Σίνος και η Αθηνά Λώλη απέκτησαν ένα κοριτσάκι. Να τους ζήσει!
Η Ανθούλα Σίνου και ο Σταύρος Παπαγιάννης απέκτησαν τον δεύτερο γιο τους. Να τους ζήσει!

ΠΕΝΘΗ

Απεβίωσε η Υβόννη Καβακοπούλου
Απεβίωσε η Έλλη Λάμπρου, μητέρα της Χαρούλας Τζιβιά και της Σωτηρίας Λάμπρου.
Απεβίωσε ο Παντελής Παραδείσης
Τα θερμά μας συλλυπητήρια στις οικογένειές τους

ΔΩΡΕΕΣ

Ο Νίκος Τάτσος προσέφερε 250 ευρώ για αντικατάσταση των μπασκετών στην κατασκήνωση

ΔΙΟΡΘΩΣΗ

Η Συντακτική επιτροπή του Περιοδικού μας, ζητά συγνώμη από την **Ρένα Παπαμήτσου** διότι στο προηγούμενο τεύχος **411** (Ιούλιος-Αύγουστος-Σεπτέμβριος 2012) στην σελ. 16 το κείμενο «**ΧΑΛΚΙΔΙΚΗ, ΚΑΤ' ΑΛΛΟΥΣ Η ΑΤΤΙΚΗ ΤΟΥ ΒΟΡΡΑ**», έγραψε η ίδια και όχι ο Νίκος Νίντος που εκ παραδρομής αναφέρεται το όνομά του.

Ο ΑΔΙΚΟΣ ΧΑΜΟΣ ΤΗΣ ΣΑΙΜΑΚ



Ο φίλος μας ο Αμίν, εδώ και μερικά χρόνια, είναι το δεξί μας χέρι στην Κατασκήνωση. Έχει αφήσει την πατρίδα του την Αίγυπτο για να εξασφαλίσει στους δικούς του μια καλύτερη ζωή. Έτσι μοιράζει τον χρόνο του μεταξύ της οικογένειάς του που ζει στην Αίγυπτο και μένοντας κοντά μας τον υπόλοιπο καιρό, έχοντας την ΕΟΦ σαν δεύτερη οικογένειά του.

Αυτές τις μέρες συμπληρώθηκε ένας χρόνος που έχασε την πολυαγαπημένη του κόρη Σαϊμάκ από έκρηξη υγραερίου που προκλήθηκε στο σπίτι του στην Αίγυπτο και είχε σαν αποτέλεσμα τον πρόωρο θάνατο της οκτάχρονης Σαϊμάκ. Δεν υπάρχουν λόγια παρηγορίας για τον χαμό ενός παιδιού.

ΠΑΙΔΙΑ - ΝΕΟΙ ΣΤΙΣ ΕΚΔΡΟΜΕΣ ΜΑΣ

Υπενθυμίζουμε ότι τα τελευταία χρόνια συνεχίζεται η χρέωση των παιδιών και γενικότερα των νέων, στις εκδρομές μας, με μειωμένη συμμετοχή στα έξοδα για να τους δώσουμε την ευκαιρία να βγαίνουν στο ύπαιθρο πιο συχνά, να απολαμβάνουν πιο συχνά τη φύση έξω από τα αστικά κέντρα και να γνωρίσουν όσο γίνεται περισσότερα χωριά, αρχαιολογικούς χώρους κτλ.

Γι' αυτό έχουμε καθιερώσει τα εξής:

Τα παιδιά μέχρι 12 ετών δωρεάν. Τα παιδιά από 12 έως 18 ετών και φοιτητές 50% έκπτωση.

Στις διήμερες ή πολυήμερες εκδρομές επιβαρύνονται με τα έξοδα διανυκτέρευσης εφόσον υπάρχουν.

Ειδικά στις εκδρομές μας με διανυκτέρευση στον Ορεινό μας Ξενονα, τα παιδιά από 12 έως 18 ετών πληρώνουν μισά έξοδα συμμετοχής.

Το Διοικητικό Συμβούλιο

ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΕΓΓΡΑΦΗΣ ΝΕΩΝ ΜΕΛΩΝ

Το Δ.Σ. συμμεριζόμενο τόσο την επικρατούσα κατάσταση σήμερα όσο και για την προσέλκυση νέων μελών και κυρίως νέων στην ηλικία όρισε το δικαίωμα εγγραφής σε 5,00 ευρώ από 20,00 ευρώ που ήταν μέχρι σήμερα.

ΩΡΑΡΙΟ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ ΓΡΑΦΕΙΩΝ Ε.Ο.Φ.

Τα γραφεία της Ε.Ο.Φ. από ΔΕΥΤΕΡΑ 1 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 2012 θα λειτουργούν από ώρα 17:00 μέχρι 20:00 και από Δευτέρα έως Παρασκευή και μέχρι 31 Μαρτίου 2012.

Το Δ.Σ.

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.
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.

ΠΟΙΗΣΗ

Τ' άνθος

(Από τη συλλογή

"Ποιήματα εκ προμελέτης")

τ' άνθος
τ' άγριο της πλαγιάς
ποτέ δεν θάκοβα εγώ.
εσείς το χαλάσατε
και τώρα το κρατάτε φρέσκο,
λέτε
στ' ανθογαύλι
αυταπάτες
τ' άνθος πέθανε
να το ξέρετε
κι είναι άχρηστο
και βλαβερό θάλαγα
νάχετε για στολίδι
ένα νεκρό
(πω πωωωωωω!!!!!!)

Τηλέμαχος Χυτήρης

Το δάσος αποτελεί Πνεύμονα Ζωής
Προστάτευσέ το!





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



Το βράδυ της Δευτέρας 9 Ιουλίου 2012, πραγματοποιήθηκε στο Θέατρο Ελληνικών Χωρών «Δόρα Στράτου», στο λόφο του Φιλοπάππου μια όμορφη γιορτή για τα 60 χρόνια της πρώτης Αφής των Πυρών που έγινε το 1952.

Στη γιορτή παρευρέθηκαν αντιπρόσωποι των περισσότερων από τα Σωματεία-Μέλη της Ομοσπονδίας μας, καθώς και πολλά Μέλη και φίλοι της Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε. και των Σωματείων της. Τα Σωματεία που παρευρέθηκαν στην εκδήλωση ήταν:

Αττικός Όμιλος, Ένωση Ορειβατών Φυσιολατρών, Πεζοπορικός Όμιλος Αθηνών, Όμιλος Φίλων Ακτής, Φυσιολατρικός Όμιλος Αθηνών ο «Φοίβος», Αθλητικός Σύλλογος Αθλόδρασις, Οδοπορικός Σύλλογος Πειραιά, «Όλυμπος» Σύλλογος Φυσιολατρών Ορειβατών Πειραιώς, Φυσιολατρικός και Πολιτιστικός Σύνδεσμος Πειραιά «Ζήνων», Σύνδεσμος Φυσιολατρών Σκακιστών Πειραιώς «Κρυστάλλης», Εκδρομικός Ορειβατικός Αθλητικός Όμιλος Νικαίας Ο «Φυσιολάτρης», Φυσιολατρικός Όμιλος Νέας Ιωνίας, Επιμορφωτικός Εκδρομικός Όμιλος Λαυρίου, Εκδρομικός Περιηγητικός Όμιλος Αμαρουσίου, Φυσιολατρικός Σύνδεσμος Πατρών, Φυσιολατρικός Ορειβατικός Όμιλος Ηραίας «Η Γκούρα».

Η γιορτή άνοιξε με χαιρετισμό του Προέδρου της Ομοσπονδίας Ανδρέα Αντωνόπουλου καθώς και του διευθυντή του Θεάτρου Ελληνικών Χωρών «Δόρα Στράτου», κ. Άλκη Ράφτη. Ακολούθησε η εμπνευσμένη ομιλία του Προέδρου της Ένωσης Δημοσιογράφων και Συγγραφέων Τουρισμού Ελλάδος κ. Δημητρίου Λούκα με θέμα «Το νόημα της Αφής των Πυρών». Ομιλία την οποία και δημοσιεύουμε αυτούσια ώστε να τη διαβάσουν όσο γίνεται περισσότεροι αναγνώστες, λόγω του ιδιαίτερου ενδιαφέροντος της.

Το νόημα της αφής των πυρών

«Αλλ' ἰληθ' ἤφαιστε, δίδου ἀρετὴν τε καὶ ὀλβον»
Ομηρικός Ὕμνος
«Ἐλα ἤφαιστε καὶ δώσε ἀρετὴ καὶ πλοῦτο...»

Αξιότιμε Πρόεδρε της Ομοσπονδίας Φυσιολατρικών Ορειβατικών Εκδρομικών Σωματείων Ελλάδος κ. Ανδρέα Αντωνόπουλε και αγαπητά μέλη των Σωματείων, σας χαιρετώ.

Την εισήγησή μου αυτή, την αφιερώνω στη μνήμη του Γεωργίου Σταμπολή, ο οποίος καθιέρωσε πρώτος τη γιορτή της αφής των πυρών και ο οποίος υπήρξε παράλληλα ένας από τους ιδρυτές της Ενώσεως Δημοσιογράφων και Συγγραφέων Τουρισμού Ελλάδος, το έτος 1959, όπου τυγχάνει τα τελευταία χρόνια να είμαι Πρόεδρος.

Η Ομοσπονδία Φυσιολατρικών Ορειβατικών Εκδρομικών Σωματείων Ελλάδος γιορτάζει και φέτος την αφή των πυρών, δηλαδή το άναμα της φωτιάς, ένα αρχαίο Ελληνικό δρώμενο, το οποίο αναβίωσε το έτος 1952 ο Γεώργιος Σταμπολής.

Κυρίες και Κύριοι, στην εποχή που ζούμε, τόσο ως Έλληνες, όσο και ως Ευρωπαίοι, αντικαταστήσαμε τις ιδέες, τα οράματα, τις προσδοκίες και τις παραδόσεις μας, με την αδιαφορία, την αμάθεια, το συμφέρον, τον χωαδερπισμό, τον άκρατο υλικό καταναλωτισμό, αλλά και την καλοπέραση, θύματα όλοι μας μιας αυτοπικής πραγματικότητας.

Τι είναι αυτό που σήμερα σκέπτονται οι πολλοί -το εγώ, ενώ το εμείς των ολίγων δεν μετράει.

Ειδικά εμείς οι Έλληνες, ξεχάσαμε τον αρχαίο Ελληνικό τρόπο του σκέπτεσθαι, που ήθελε τον άνθρωπο ελεύθερο και όχι εξαρτημένο, τόσο από πολιτικές ιδεολογίες, όσο και κυρίως από το χρήμα. Έτσι, το πνεύμα του σοφιστηρίου Έλληνα φτώχυνε, ενώ ό,τι το υλικό, κερδίζει έδαφος.

Στις μέρες μας, η παγκοσμιοποίηση βασιλεύει παντού, με αποτέλεσμα οι άνθρωποι να σέρνουν τα βήματα τους βαριά, δίχως βεβαιότητα για το αύριο, στοχαζόμενοι με αγωνία το μέλλον των παιδιών τους και του τόπου τους.

Όμως, σ' αυτόν τον ταλαίπωρο κόσμο, υπάρχουν και κάποιες, οι οποίοι επιθυμούν να δώσουν λύσεις στα βάσανα και στο άγχος των ανθρώπων, εκφράζοντας μια επιστροφή στις αξίες, δηλαδή να ξαναθυμηθούμε ό,τι Ωραίο, ό,τι Μεγάλο, ό,τι Αληθινό, που δυστυχώς λησμονήσαμε.

Αγαπητοί φίλοι, από την ώρα που ο πρωτόγονος άνθρωπος ένιωσε την ανάγκη της επικοινωνίας με τους συνανθρώπους του, δημιούργησε, δίχως να το θέλει, τη βάση για την τηλεπικοινωνία, δηλαδή την εκ του μακρόθεν επικοινωνία. Τα πρώτα μέσα που χρησιμοποίησε ήταν η φωνή, μετά το σφύριγμα, αργότερα οι κινήσεις των χεριών και τέλος το κέρα.

Πολύ αργότερα, ο γυνωστός σε μας Προμηθέας, έκλεψε τη φωτιά από τους θεούς του Ολύμπου και την φανέρωσε στους ανθρώπους. Έτσι, το φως έλαμψε και σκόρπισε το σκοτάδι.

Και καθώς ο πολιτισμός αναπτυσσόταν και οι σχέσεις των αν-



Οι 4 δρομείς του Συλλόγου Δρομέων Υγείας Πειραιά που ανέβασαν τη φλόγα στου Φιλοπάππου

θρώπων επίσης, δημιουργήθηκε η ανάγκη αποτελεσματικότερων μέσων, αλλά και μεθόδων επικοινωνίας. Η φωτιά, που σκορπιά φως, αλλά και ζεστασιά, στα παγωμένα σκοτάδια, μάζεψε γύρω της τις νύχτες κυρίως την οικογένεια, το γένος, τη φυλή, παίζοντας τον πιο βασικό ρόλο της επικοινωνίας.

Στις κορυφές των Ελληνικών βουνών ξεφύτρωσε τότε ένα ολόκληρο σύστημα επικοινωνίας, δηλαδή μετάδοσης μηνυμάτων με φωτιές. Αυτόν τον τρόπο επικοινωνίας, οι πρόγονοί μας τον ονόμασαν φρυκτωρίες, από το «φρυκτός», δηλαδή πυρσός προς εκτέλεση σημάτων, ενώ οι σταθμοί αναμετάδοσης ονομάστηκαν φρυκτωρία και οι φρουροί τους φρυκτωροί.

Αυτές οι φρυκτωρίες εξασφάλισαν γρήγορη και οικονομική αποστολή των μηνυμάτων, εκμηδενίζοντας τις αποστάσεις και βάζοντας όρια, ώστε να αποφεύγονται οι πυρκαγιές.

Το πρώτο καταγεγραμμένο σύστημα επικοινωνίας στην Ευρώπη, ήταν οι Μινωικές φρυκτωρίες. Γραπτές μαρτυρίες για τις φρυκτωρίες υπάρχουν στην Ιλιάδα του Ομήρου και στο δράμα «Αγαμέμνων» του Αισχύλου. Επίσης, ο Πολύβιος γράφει σχετικά μ' αυτό στην κριτική του για την «διά πυρών μετάδοσιν ειδήσεων». Στους Βυζαντινούς χρόνους, η φρυκτωρία αποτελεί βασικό μέσο επικοινωνίας. Αργότερα, αυτός ο τρόπος επικοινωνίας καθιερώθηκε και σε πολλά άλλα κράτη. Συμπληρωματικά, στο σημείο αυτό θα αναφερθώ στις λαμπαδηφορίες που ήταν πομπές ή αγωνίσματα, που διεξάγονταν στην αρχαιότητα, στο πλαίσιο εορταστικών τελετών ή προς τιμήν κάποιου Θεού. Οι συμμετέχοντες σ' αυτές τις λαμπαδηφορίες κρατούσαν πυρσούς με την ιερή φλόγα.

Στην εποχή μας, όπου όλα τα ιερά Ελληνικά αρχέτυπα λησμονήθηκαν σχεδόν, η Ελληνική Ομοσπονδία Φυσιολατρικών Ορει-



Άποψη κοινού που τίμησε την εκδήλωση με την παρουσία του

βατικών Εκδρομικών Σωματείων Ελλάδος, ήρθε πρωτοστάτης, το έτος 1952, να τιμήσει με το δρώμενο της αφής των πυρών τις πανάρχαιες ιερές παρακαταθήκες του Έθνους. Η πράξη αυτή αποτελεί συμβολική αναβίωση των αρχαίων φρυκτωριών, που ήταν όπως προείπαμε το μέσο επικοινωνίας στην αρχαία εποχή. Η αφή των πυρών έλαβε χώρα για πρώτη φορά στις 20 Ιουλίου του έτους 1952, στις 21.30, στον Ιερό Βράχο της Ακροπόλεως. Το ίδιο εκείνο βράδυ, η φλόγα μεταφέρθηκε πεζή στο Μνημείο του Αγνώστου Στρατιώτη, ενώ στην κορυφή του Υμηττού άναψαν 47 πυρές, οι οποίες συμβόλιζαν τα τότε 46 Σωματεία της Ομοσπονδίας και φυσικά και την ίδια την Ομοσπονδία.

Η καθιέρωση της γιορτής αυτής με το ταυτόχρονο άναμα των πυρών στις Ελληνικές κορφές, μέσα στη νύχτα, επαναφέρει στους ανθρώπους το μεστό άγγελμα του αθάνατου πνεύματος της ζωής.

Το γεγονός αυτό θεμελιώθηκε στην ελληνική συνείδηση και από τότε είναι συνδεδεμένο με την ομορφιά του Ελληνικού περιβάλλοντος και την γενναιοκάρδη, αρρενωπή και περήφανη στάση του Λαού μας, ως συνεχιστή των παραδόσεων και των ιστορικών αένανων πεπρωμένων του.

Από το έτος 1952 και κάθε τέσσερα χρόνια, η γιορτή των πυρών θυμίζει στους Πανέλληνες το μήνυμα της εθνικής πεποίθησης για τα εθνικά μας δίκαια και την ουσία του ονειροπολήματος της ψυχής μας στους Ελληνικούς ορίζοντες. Το νόημα της γιορτής των πυρών είναι η συνέχεια της αιώνιας αξίας του Ελληνικού πνεύματος και παράλληλα των ακατάλυτων ιδανικών του Ελληνισμού.

Η γιορτή των πυρών είναι ένα φως που καταυγάζει, τόσο το παρελθόν, όσο και το μέλλον μας. Η φλόγα που θέρμανε και δημιούργησε και συμβόλισε, ως αγώνα και αναζήτηση, ο Προμηθέας, ξαναζεί στις ψυχές όλων μας, σε μια αποθέωση γιορταστικής λάμψης. Χαιρετίζει τα χρόνια που πέρασαν και τα χρόνια που θα 'ρθουν σ' αυτήν την ευλογημένη γη και δίνει συνέχεια στην εθνική αντοχή και την μεγαλοσύνη της Ελλάδος.

Κάθε φορά που οι φλόγες ξεχύνονται, αιώνες πολιτισμού και πνευματικής εξάρσης μας συνεπαίρνουν, καθώς θρύλοι, παραδόσεις, αγώνες, θυσίες, τραγούδια και ύμνοι συμπυκνώνονται σ' ένα και μόνο πόθο για ειρήνη, πρόοδο και ανάπτυξη.

Σ' αυτή τη γιορτή δεν στέλνουν ένα μόνο μήνυμα οι ορειβάτες, ξαναζωντανεύουν το αληθινό πνεύμα του Ολυμπιακού Φωτός, τη λάμψη του μπουρλότου και ανασταίνουν τον δαυλό του Καψάλη, υπενθυμίζοντάς μας το αθάνατο αρχαίο Ελληνικό πνεύμα.

Η αφή των πυρών, που καθιέρωσε η Ομοσπονδία Φυσιολατρικών Ορειβατικών Εκδρομικών Σωματείων Ελλάδος, αποτέλεσε την αναβίωση των αρχαίων φρυκτωριών και παράλληλα σήμανε τη θεμελίωση μια νέας διεθνούς Ολυμπιακής Ιδέας, ανάλογης με εκείνη που χάρισε στο παρελθόν στην ανθρωπότητα η Αρχαία Ελλάδα.

Κυρίες και Κύριοι, η γιορτή της αφής των πυρών συμβολίζει την άλκη της Ελληνικής φυλής, ξεπερνώντας τα όρια μιας φυσιολατρικής εκδήλωσης. Μεταδίδει, όχι μόνο στους Παν Έλληνες, αλλά και πέρα από τα σύνορα της πατρίδας μας, τον σύγχρονο παλμό της Ελλάδος και την ανάταση για ευγενικότερες ηθικές κατακτήσεις και ακόμα τον έπαινο και τον κότινο της δάφνης.

Για όλα τα ανωτέρω αγωνίζονται στην Ολυμπία η άλκιμη νεότητα κι αυτό πραγματικά θεμελιώνει αυτή τη γιορτή, δηλαδή το χαράκτηρα και την έννοια μιας νέας εθνικής παράδοσης.

Αγαπητά μέλη της Ομοσπονδίας, για τη γιορτή της αφής των πυρών, το μήνυμα είναι οικουμενικό. Η ειρήνη, το περιβάλλον, η ιερή εκχειρίδα κι αυτός ο θεσμός τηρείται ευλαβικά πριν από κάθε Ολυμπιάδα, την οποία και προαναγγέλλει. Πριν από 60 χρόνια, αυτός ο σημαντικός θεσμός ξεκίνησε και πορεύεται ως σήμερα θριαμβικά. Χρέος των επόμενων γενεών είναι να διαφυλάξουν και να προστατέψουν τις ισαλογραμμές, είτε αυτές είναι κορφές των βουνών, είτε κορφές του πνεύματος.

Μέχρι σήμερα δεν έσβησαν και δεν θα σβήσουν οι ιερές πυρές. Αυτό αποτελεί μια διαχρονική μυσταγωγία, η οποία κρατά άσβεστες τις ιερές φλόγες που πέρασαν και που θα έρθουν. Αποτελούν την εθνική μας σκυταλοδρομία, για να νικήσει επιτέλους το πνεύμα την ύλη, θεμελιώνοντας στη χώρα μας την εθιμική συμβολική αναβίωση της αφής των πυρών, μπολιάζοντας συγχρόνως τους νέους ανθρώπους, οι οποίοι αναζητούν, ειδικά σήμερα, υγιείς διεξόδους, μέσα σε μία ατελέσφορη πραγματικότητα.

Ολοκληρώνοντας την εισήγησή μου, θα ήθελα να τονίσω, σύμφωνα με τον τίτλο της Ομοσπονδίας, και τα εξής:

Ο εκδρομέας κάνει ένα σύντομο ταξίδι αναψυχής, για να γνωρίσει τόσο τόπους, όσο και ανθρώπους. Κυρίως, όμως, γι' αυτόν μετρά το ταξίδι. Ο Καβάφης γράφει για το ταξίδι:

Να μη βιάζεις το ταξίδι διόλου,

χρόνια πολλά να διαρκέσει.

Η Ιθάκη σ' έδωσε το ωραίο ταξίδι,

χωρίς αυτήν δεν θα 'βγαίνες στο δρόμο.

Έτσι σοφός που έγινες, με τόση πείρα

θα κατάλαβες Ιθάκες τι σημαίνουν.

Ο φυσιολάτρης, ζει πάντοτε κοντά στη φύση, την αγαπά και ακολουθεί πάντοτε την κατά φύσιν ζωή. Ο Τάσος Ζάππας έλεγε πως η φυσιολατρία είναι η λατρεία τον ανθρώπου προς τη φύση. Τέλος, ο ορειβάτης, απ' τις κορφές των Ελληνικών βουνών, με τη σεπτή τελετή της αφής των πυρών, εκτός των άλλων, στέλνει τα δικά του μηνύματα, κάθε φορά και διαφορετικά, που αγγίζουν τόσο το περιβάλλον όσο και την αγάπη του για το βουνό και η μόνη ικανοποίησή του είναι η θέαση του κόσμου από ψηλά, όπως έλεγε ο κατακτητής του Έβερεστ, ο μεγάλος Hillary.

Κυρίες και Κύριοι, ευχαριστώ που με ακούσατε.

Αθήνα, 9 Ιουλίου 2012

Δημήτρης Η. Λουκάς
Καθηγητής Κοινωνιολόγος-Πολιτειολόγος



Η Ομάδα Αρχαίας Όρχησης του Θεάτρου Ελληνικών Χορών "Δόρα Στράτου" και η Ερευνητική Καλλιτεχνική Ομάδα του Πανεπιστημίου Αθηνών "Δρυός τόποι"



Ο Πρόεδρος της ΟΦΟΕΣΕ κ. Αντωνόπουλος και ο Έφορος Εκδηλώσεων της Ομοσπονδίας κ. Μηλιαράκης με την κ. Ευαγγελία Ξενοπούλου του "Αηδόνη" του Καστελόριζου



Η χορευτική Ομάδα του ακριτικού Καστελόριζου

Ακολούθησε η εξαιρετική ηθοποιός κ. Άννα Πολυτίμου-Παπακωνσταντίνου που απήγγειλε απόσπασμα από τον μονόλογο της Κλυταιμνήστρας, από το έργο «Αγαμέμνων» του Αισχύλου, όπου περιγράφεται πως έγινε γνωστή στις Μυκήνες η πτώση της Τροίας, χάρη στις φρυκτωρίες που άναψαν από βουνό σε βουνό. Επίσης η κ. Άννα Πολυτίμου απήγγειλε με μοναδικό τρόπο αποσπάσματα από τον Ύμνο στην Ελευθερία του Διονυσίου Σολωμού.

«Μάνας καλής, κόρη καλή,
που λέει ο λόγος.
Από τη νύχτα ας έβγει
μέρα λαμπροφόρα.
Κι ανέλπιστη χαρά ν' ακούσεις ετοιμάσου,
γιατί του Πριάμου οι Έλληνες
πήραν την πόλη.
Και ποιος θε να 'φτανε
Έτσι ευθείς τα νέα να φέρει.
Ο 'Ηφαιστος! Στέλλοντας τρανή λάμψη απ' την Ίδα.
Και πάνω επανωτές φωτιές αγγαρεμένες.
Ξεπροβοδούν ίσα μ' εδώ τη φλόγα: η Ίδα
στον κάβο Ερμή της Λήμνου κι από κείθε τρίτη
η άγια τ' Άθου κορφή το φως παραλαβαίνει.
Και ολότρανη, που πάνω απ' του πελάου τη ράχη
να προσπηδήση της φωτιάς της ταξιδεύτρας
η δύναμη, σα χρυσοφέγγισμα ήλιου η πεύκα
στις βίγλες του Μακίστου αγγάρεψε τη λάμψη.
Και κείνος όχι ανάμελος ουδ' απ' τον ύπνο
νικημένος ξαστόχησε το χρέος που είχε.
μα πέρα η φλόγα στου Εύριπου το ρέμμα φτάνει
και στου Μεσσάπιου τους σκοπούς τα νέα φέρνει.
και τούτοι αντιφωτούν και τα ξεπροβοδίζουν
πιο μπρος, ανάβοντας ξερά τα ρείκια στοίβες.
Και πάντα ορθή και δίχως ν' αδρανίζει η φλόγα,
τους κάμπους τ' Ασωπού σα μελιχρό φεγγάρι
περνά και στις ψηλές κορφές του Κιθαιρώνα
φωλιά καινούρια η γοργοδόρμα η λάμψη στήνει,
και δεν αρνιέται η βίγλα κι απ' το προσαγμένο
πιότερο ανάβοντας πιο πέρα να τη στείλη
κ' η φλόγα δρασκελόντας τη Γοργώπη λίμνη
και πέφτοντας στο Αιγίπλαγκτο μηνάει την τάξη
να μη αμελούνε της φωτιάς, κι ευτύς με ζήλο
γλώσσες φλογών σηκώνουν τέτοιες, που τον κάβο
να ξεπεράσουν του, Σαρωνικού του κόλπου,
κι ορμά σαν κεραυνός κι ως εδώ φτάνει η λάμψη
στις βίγλες τις γειτονικές μας του Αραχναίου,
ως που σ' αυτές χτυπά των Ατρείδων τις στέγες
το φως, που προπάππο έχει τη φωτιά της Ίδας.
Τέτοιους εγώ λαμπαδοφόρων έχω νόμους,
να παίρνη και να δίνω ο ένας με τον άλλο
κι ο πρώτος που έτρεξε νικά κι ο τελευταίος.
Αυτά σου λέω συνθήματα και τα σημάδια
πόχει απ' την Τροία ο άντρας μου στείλη σε μένα.»

Στη συνέχεια προβλήθηκε ταινία της ΕΡΤ του 1952 από την Αφή των Πυρών καθώς και φωτογραφίες από τις γιορτές της Αφής, από το 1952 έως το 2004.

Η Αφή των Πυρών καθιερώθηκε το 1952. Από τότε το Διοικητικό Συμβούλιο της Ομοσπονδίας, με Πρόεδρο τον αείμνηστο Γεώργιο Σταμπολή. Έκτοτε πραγματοποιείται κάθε τέσσερα χρόνια, λίγο πριν από τη διεξαγωγή των Ολυμπιακών Αγώνων.

Η εκδήλωση συνεχίστηκε με δύο τελετουργικούς παραδοσιακούς χορούς από το Ρουμλούκι Αλεξάνδρεια Ημαθίας, από τα μέλη του Πολιτιστικού Χορευτικού Ομίλου (Χορωνός), με τις εντυπωσιακές φορεσιές τους.

Έπειτα ήρθε η σειρά του Χοροθεατρικού Δρώμενου με την Ομάδα Αρχαίας Όρχησης του Θεάτρου Ελληνικών Χορών «Δόρα Στράτου» και την Ερευνητική-Καλλιτεχνική Ομάδα του Πανεπιστημίου Αθηνών «Δρυός Τόποι».

Ακολούθησε η Αφή της Πυράς σε κρατήρα που είχε τοποθετηθεί γ' αυτό το σκοπό και στη συνέχεια δρομείς του Συλλόγου Δρομέων Υγείας Πειραιά, μετέφεραν τη φλόγα στο Μνημείο του Φιλοπάππου. Στη συνέχεια ο Πρόεδρος της Ομοσπονδίας Ανδρέας Αντωνόπουλος, απένειμε αναμνηστικά μετάλλια σε τιμώμενα πρόσωπα. Μετάλλια δόθηκαν στον Επίτιμο Πρόεδρο της Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε. κ. Κίμωνα Ρηγόπουλο, στον ομιλητή κ. Δημήτριο Λούκα, στην Ηθοποιό κ. Άννα Πολυτίμου-Παπακωνσταντίνου, στην κόρη του αειμνήστου Προέδρου και εμπνευστή της γιορτής, κ. Κατελέν Σταμπολή-Φλώρου και στην κ. Ευαγγελία Ξενοπούλου, Πρόεδρο της Πολιτιστικής-Μουσικοχορευτικής ομάδας Καστελόριζου.

Η γιορτή έκλεισε με χορούς και τραγούδια από το ακριτικό Καστελόριζο. Τραγουδούσε η πασίγνωστη Καστελοριζιά κ. Ευαγγελία Ξενοπούλου και χόρεψαν τα μέλη του Πολιτιστικού Συλλόγου «Χορωνός». Με την ευκαιρία θέλουμε να εκφράσουμε και από τις στήλες του περιοδικού μας τις θερμές ευχαριστίες μας προς τον Πρόεδρο του Θεάτρου Ελληνικών Χορών «Δόρα Στράτου» κ. Άλκη Ράφτη.

ΕΓΚΥΚΛΙΟΣ 5/2012

ΠΡΟΣ:

Τα Σωματεία-Μέλη της Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε. - Ο.Ε.Ν.Ε.

Το Διοικητικό Συμβούλιο της Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε. - Ο.Ε.Ν.Ε. στην 17η Συνεδρίασή του στις 19 Σεπτεμβρίου 2012, αποφάσισε την τέλεση μνημοσύνου για τους αποβιώσαντες Προέδρους και Μέλη των Δ.Σ. της Ομοσπονδίας μας και αρτοκλασία περί υγείας των Μελών των Σωματείων μας. Το μνημόσυνο θα τελεστεί το **Σάββατο 20 Οκτωβρίου 2012 και ώρα 10.30 π.μ.**, στην Ιερά Κοινοβιακή Μονή του Προφήτου Ηλία Παρνασσίδος. Η Ομοσπονδία θα διαθέσει πούλμαν για δωρεάν μετάβαση και επιστροφή. Το πούλμαν θα αναχωρήσει στις 7.30 π.μ. από την πλατεία Κάνιγγος. Παρακαλούμε τα Σωματεία μας να ενημερώσουν τα Μέλη τους για τη συμμετοχή τους στην εκδήλωση. Δηλώσεις συμμετοχής μέχρι την **Τετάρτη 17 Οκτωβρίου 2012.**

Με φυσιολατρικούς χαιρετισμούς

Για το Δ.Σ.

Ο Πρόεδρος Ανδρέας Χ. Αντωνόπουλος

Ο Γενικός Γραμματέας Βασίλειος Ε. Κατσαντώνης

ΑΛΒΑΝΙΑ - ΑΓ.ΣΑΡΑΝΤΑ - ΒΟΥΘΡΩΤΟΣ

Επιμέλεια κειμένων Δ. Αρμενιάκος

Μία μονοήμερη κρουαζιέρα από την Κέρκυρα στην Αλβανία και συγκεκριμένα στους Αγ.Σαράντα, έχει πάντα το ενδιαφέρον της, για την ζωή στη γειτονική χώρα. Για μας είναι τόσο οικεία λόγω της επαφής τόσων χρόνων με τους κατοίκους της, οι οποίοι αναγκάστηκαν να ξενιτευτούν στη χώρα μας. Μετά την αναχώρηση από το λιμάνι της Κέρκυρας, το πλοίο κατευθύνεται κατά μήκος των Αλβανικών ακτών και σε μικρό χρονικό διάστημα προσεγγίζει στο λιμάνι της πόλης των Αγ.Σαράντα «Σαράντι» για τους Αλβανούς. Οι επιλογές στο μικρό χρονικό διάστημα μέχρι την επιστροφή είναι περιορισμένες. Μία βόλτα στην πανοραμικά χτισμένη πόλη σε όλο το μήκος του κόλπου, με όλα τα κακά της σύγχρονης ανοικοδόμησης. Στη συνέχεια επίσκεψη στον αρχαιολογικό χώρο της πόλης του Βουθρωτού που απέχει περίπου 20χλμ από τους Αγ.Σαράντα και βρίσκεται υπό την προστασία της UNESCO από το 1997 σαν παγκόσμια πολιτιστική κληρονομιά. Κατά την περίοδο δεκάδων αιώνων το σύμπλεγμα αυτό των αρχαίων πόλεων του Βουθρωτού είχε υποστεί καθίζηση με αποτέλεσμα να εξαφανιστεί κάτω από στρώματα λάσπης και πυκνής βλάστησης. Μετά από επίμονες ανασκαφές διάφορων αρχαιολόγων ανακαλύφθηκε μια από τις πιο καλοδιατηρημένες πόλεις τεσσάρων πολιτισμών της Μεσογείου.

Κατά την διαδρομή με το τουριστικό λεωφορείο περνάμε μέσα από διάσπαρτα

χωριουδάκια ελληνικής μειονότητας, απολαμβάνοντας την υπέροχη λιμνοθάλασσα του Βουθρωτού, τις παρθένες ακρογιαλιές και τις διάσπαρτες κοινότητες των εξαμιλών, καθώς και την υπέροχη θέα που προσφέρει το φυσικό κανάλι Βιβάρι, το οποίο συνδέει τη λιμνοθάλασσα με το Ιόνιο πέλαγος. Στα παράλια της λίμνης και του καναλιού, στους πρόποδες ενός λόφου η αρχαιολογική σκαπάνη έφερε στο φως τις αρχαίες αυτές πόλεις του Βουθρωτού. Ο αρχαιολογικός χώρος βρίσκεται σε ένα φυσικό πάρκο και σε κάνει να αισθάνεσαι πως ταξιδεύεις 2.500 χρόνια στο μακρινό παρελθόν της Ελληνικής περιόδου με τα τείχη του 4ου π.Χ. αιώνα, το ναό του Ασκληπιού και το Αμφιθέατρο του 3ου αιώνα π.Χ. καθώς και τα Κυκλώπεια τείχη του 3ου αιώνα π.Χ. Συνεχίζοντας ταξιδεύεις στην Ρωμαϊκή περίοδο του 2ου αιώνα π.Χ. – 3ου αιώνα μ.Χ. με τα μνημεία της Αγοράς και τις Ρωμαϊκές θέρμες, το Καπιτώλιο και την Παλαίστρα, τη Βυζαντινή εκκλησία του 5ου αιώνα μ.Χ. με το Βαπτιστήριο και την παλαιοχριστιανική Βασιλική που κοσμούν εξαίσιμα ψηφιδωτά. Αποκορύφωση της ιστορικής διαδρομής το κάστρο του Αλή Πασά κτισμένο στην κορυφή του λόφου και πλαισιωμένο από Ενετικά τείχη, το οποίο προσφέρει πανοραμική θέα στα γύρω χωριά που βρίσκονται σε απόσταση αναπνοής από τα ελληνικά σύνορα, στο φυσικό κανάλι Βιβάρι, καθώς και στο αντικρινό νησί της Κέρκυρας.

ΒΟΥΘΡΩΤΟΣ

Βουθρωτός, ένα λιμάνι από την Ελληνιστική στην οθωμανική εποχή, είναι μια παγκόσμια κληρονομιά της UNESCO στη νοτιοδυτική Αλβανία. Βρίσκεται στα Στενά της Κέρκυρας, και περιβάλλεται από μία γραφική λιμνοθάλασσα και είναι ένας από τους πιο αξιόλογους αρχαιολογικούς χώρους στην περιοχή της Αδριατικής.

Μετά από δώδεκα χρόνια αρχαιολογικές ανασκαφές και μεγάλες επενδύσεις στο χώρο της διαχείρισης, το χώρο και το μουσείο του, τον καθιστούν εξαιρετικά ελκυστικό μέρος για να επισκεφθείτε. Με ένα μικρό πλοίο ή ιπτάμενο δελφίνι το ταξίδι από την Κέρκυρα που θα σας φέρει στο Αλβανικό λιμάνι των Αγίων Σαράντα, από όπου μπορείτε να φτάσετε Βουθρωτό, 20 χλμ προς τα νότια, είτε με λεωφορείο ή ταξί.

Έξω από τα μεσαιωνικά τείχη του Βουθρωτού βρίσκεται μια αξιόλογη σειρά από ιστορικά μνημεία, όπως ρωμαϊκά νεκροταφεία, κατοικίες και ναούς, καθώς και βενετικά και οθωμανικά κάστρα. Η αρχαιολογική και πολιτιστική κληρονομιά που αντιπροσωπεύει αυτά αποτελεί αναπόσπαστο μέρος της τοπογραφίας και το περιβάλλον προστατεύεται από το Εθνικό Πάρκο Βουθρωτού.

Εντός του Εθνικού Πάρκου βρίσκεται μεγάλη ποικιλία οικοτόπων - παράκτιους υγρότοπους, λιμνοθάλασσες αλμυρού νερού, ποτάμια και ανοικτά βοσκοτόπια - είναι πλούσια περιοχή της Αλβανίας για τη βιοποικιλότητά της. Επίσης υπάρχουν και τα καταφύγια με 26 είδη παγκοσμίου ενδιαφέροντος, όπως η χελώνα Κρασπεδωτή, ο λύκος και ο αετός με τη λευκή ουρά. Αυτό το υπέροχο τοπίο και το πλούσιο φυσικό περιβάλλον εκτείνεται πέρα από το Βουθρωτό. Ως μνημείο Παγκόσμιας Πολιτιστικής Κληρονομιάς, το Βουθρωτό είναι το πιο διάσημο αρχαιολογικό πάρκο στη νότια Αλβανία. Εκτός από τις περιοχές εντός του Εθνικού Πάρκου, η κοιλάδα Pavillas στα νότια περιέχει πολλές άλλες, λιγότερο γνωστές. Αυτά προσφέρουν ένα φάσμα των πολιτιστικών υπολειμμάτων από την Ανώτερη Παλαιολιθική, στην Ελληνιστική περίοδο, τον 13ο αιώνα και αργότερα σε μια ζωντανή εικόνα της συνέχειας του οικισμού σε αυτή την πλούσια και εύφορη περιοχή. Ο αρχαιολογικός χώρος του Βουθρωτού βρίσκεται μέσα στο Εθνικό Πάρκο Βου-





θρωτού. Η σημασία του Βουθρωτού στην πολιτιστική κληρονομιά της Αλβανίας αναγνωρίστηκε για πρώτη φορά το 1948, όταν έγινε μια "θέση της ιστορικής σημασίας." Το 1992 ο Βουθρωτός ορίστηκε ως Μνημείο Παγκόσμιας Πολιτιστικής Κληρονομιάς - μια κατάσταση που προσδιορίζει τα πολιτιστικά και φυσικά αξιοθέατά του ως εξαιρετική παγκόσμια αξία. Για περισσότερες πληροφορίες μπορείτε να επισκεφθείτε την ιστοσελίδα:

<http://whc.unesco.org/en/list/570>

Το Εθνικό Πάρκο ιδρύθηκε το 2000. Η αρχική έκταση των ορίων του πάρκου ήταν 26 τετραγωνικά χιλιόμετρα και το 2005 επεκτάθηκε σε 86 τετραγωνικά χιλιόμετρα. Πέρα από τα όρια του Εθνικού Πάρκου, η κοιλάδα πλαισιώνεται στα δύο άκρα με δύο κοινότητες διαφορετικών μεγεθών και περιουσίες: Xarra και Konispoli. Xarra, ήταν η πλησιέστερη Οθωμανική πόλη στον ενετικό θύλακα γύρω από το Βουθρωτό. Ο λόφος πάνω στον οποίο βρίσκεται το χωριό είναι επίσης σημαντικός ως ένα απομεινάρι από τα νησιά ως συνέχεια της προϊστορικής λιμνοθάλασσας, συμπληρώνοντας την κοιλάδα του παρόντος, καθώς και για τις πρώτες ύλες που βρέθηκαν στις πλαγιές του, οι οποίες χρονολογούνται στην Ανώτερη και Μέση Παλαιολιθική -δηλ. γύρω στο 40.000 π.Χ.



Ο Αρχαιολογικός χώρος Βουθρωτού

Konispoli επικεφαλής της κοιλάδας από τα σύνορα περνάει στην Ελλάδα, είναι μια πόλη με παραδοσιακού Ηπειρώτικου στιλ σπίτια. Από εδώ είναι που η θέα κόβει την ανάσα σε όλη την κοιλάδα προς το Βουθρωτό. Στους λόφους πάνω, η σπηλιά που χρησιμοποιούνταν εποχιακά μεταξύ της Ανώτερης Παλαιολιθικής και Νεολιθικής περιόδου ανασκάφηκε στη δεκαετία του 1990.

Η Ιταλική Αρχαιολογική Αποστολή

Με πολλούς τρόπους το Βουθρωτό που βλέπουμε σήμερα έχει διαμορφωθεί από τον Luigi Maria Ugolini με ανασκαφές του μεταξύ 1928 και 1936.

Στις αρχές της δεκαετίας του 1920 η Αλβανία ήταν μια πολύ μικρή χώρα που προσπαθεί να βρει τα πόδια της στη θέση Πρώτου Παγκοσμίου Πολέμου στην

Ευρώπη. Μια σειρά από αντικρουόμενες εδαφικές διαφορές με τις γύρω χώρες, σιγόκαιγε και η χώρα ήταν ακόμη σε μεγάλο βαθμό μια άγνωστη ποσότητα. Υπό αυτές τις συνθήκες η ιταλική κυβέρνηση συνεχίζει την πορεία της στην αρχαιολογική αποστολή με επικεφαλής τον Luigi Maria Ugolini να ερευνήσει τη χώρα και ανασκαφές στην Φοινίκη και το Βουθρωτό αργότερα. Ένας ικανός και δραστήριος αρχαιολόγος, ο Ugolini ήταν ένα ρομαντικό απόκτημα που ανήκει σε μια γενιά μεσοπολέμου προσπαθώντας να δικαιολογήσει τη φασιστική επανάσταση της Ιταλίας. Ως εκ τούτου, οι μυθολογικές καταβολές του Βουθρωτού για καιρό ήταν αναπόσπαστο μέρος της έλξης της περιοχής για καλλιτέχνες και τουρίστες.

Πηγή: <http://www.butrint.com>



Το Αρχαίο Θέατρο

ΚΕΑ (ΤΖΙΑ), ΕΝΑ ΔΙΗΜΕΡΟ ΜΕ ΤΗΝ ΕΟΦ ΣΤΟ ΠΡΟΙΚΙΣΜΕΝΟ ΑΠΟ ΦΥΣΗ ΚΑΙ ΙΣΤΟΡΙΑ ΝΗΣΙ



Γράφει ο Θανάσης Τζιβιάς και φωτογραφίζει ο Γιώργος Γκλέτσος

Το νησί πήρε το όνομά του από τον ήρωα Κέω, γιό του Απόλλωνα και της νύμφης Ροδοέσσης, που έφτασε από την Ναύπακτο στα τέλη του 12ου αιώνα π.Χ. επικεφαλής των Λοκρών οι οποίοι κατέλαβαν το νησί. Δεν είναι βέβαιο ποιοι ήταν οι πρώτοι άποικοι του νησιού, πάντως εγκαταστάθηκαν Αρκάδες, Πελασγοί, Κάρες, Φοίνικες και Ίωνες, ενώ άλλαξε διάφορα ονόματα, όπως Υδρούσα, Ευξάντης, Σειρήνη, κ.λ.π. Η επίσκεψη στο νησί γίνεται από το Λιμάνι του Λαυρίου με πλοία και η διάρκεια του ταξιδιού είναι μια ώρα. Στον Κόλπο του Αγίου Νικολάου, που είναι το φυσικό λιμάνι της Κέας, βρίσκεται ο γραφικός παραθαλάσσιος οικισμός της Κορησσίας. Με την άφιξη της ομάδας μελών της ΕΟΦ και αμέσως μετά την τακτοποίηση σε ξενοδοχείο, ξεκίνησε και η επίσκεψη για να γνωρίσουμε το νησί. Η πεζοπορική ομάδα με το πούλμαν προωθήθηκε στη θέση Φλέα για να πραγματοποιήσει μια από τις πολυάριθμες διαδρομές συνολικού μήκους 58 χιλιομέτρων, από τη Φλέα, περπατώντας στη γεμάτη κυπαρίσσια ποταμιά όπου κατά μήκος ενός ρυακιού σώζονται 11 αλεστικοί νερόμυλοι. Το μονοπάτι διασχίζει την κοιλάδα των νερόμυλων και από το λιθόστρωτο στη συνέχεια μονοπάτι συναντάμε το ναό του Αγ. Κων/νου και φθάνουμε στην ξακουστή βρύση του Ροκομένου (ο μύθος λέει ότι αν πιεις από το νερό της θα παντρευτείς Τζιώτη ή Τζιώτισσα) που είναι και η είσοδος για την Ιουλίδα, την πρωτεύουσα του νησιού.

Μετά την επίσκεψη της πρωτεύουσας η ομάδα συνέχισε για να πραγματοποιήσει την διαδρομή Νο 1 Ιουλίδα-Οτζιάς. Πρώτος σταθμός είναι ο Λέοντας. Πρόκειται για έναν βράχο, που πάνω του είναι σκαλισμένο ένα επιβλητικό λιοντάρι που ατενίζει την Ιουλίδα. Σύμφωνα με έναν από τους θρύλους με τους οποίους συνδέεται, το νησί πρωτοκατοίκησαν Νύμφες που ζούσαν μέσα στα δάση. Οι Νύμφες όμως σκότωναν τις γυναίκες του νησιού, μέχρι που εμφανίστηκε ένα λιοντάρι και άρχισε να τις καταδιώκει. Ο διωγμός τους επέφερε την οργή των θεών, που τιμώρησαν τους Κείους με ανομβρία, ενώ ο Σείριος, το πιο λαμπρό αστέρι του ουρανού, κατάκαιε με τις ακτίνες του τη γη. Οι κάτοικοι κάλεσαν σε βοήθεια τον Απόλλωνα και εκείνος έστειλε τον ημίθεο γιο του Αρισταία, ο οποίος προσέφερε θυσίες προς τιμή του Ικαμίου Διός, θεού της βροχής. Από τότε πνέουν κάθε χρόνο βόρειοι άνεμοι, τα γνωστά σε όλους μας ΜΕΛΤΕΜΙΑ. Γι' αυτό κατά την αρχαιότητα θεωρούσαν την Κέα πατρίδα των μελτεμιών, ενώ ο Λέων θεωρείται μέχρι σήμερα

σύμβολο του νησιού. Συνεχίζοντας το μονοπάτι θα φτάσουμε στη βρύση του Βενιαμίν, που την συντροφεύει ένας αιωνόβιος πλάτανος. Περπατώντας ανάμεσα σε βελανιδιές και αμυγδαλιές φθάνουμε στο Δοσωνάρι και μετά από λίγο θα δούμε τα πρώτα σπί-



Ο Λιόντας (Λέοντας της Τζίας-6ος π.χ. αιώνας) απάλλαξε την Τζία απ' τις κακές Νύμφες ▲

τια του Οτζιά και περνώντας από το Διασέλλι καταλήγουμε στην παραλία που σχηματίζεται στο μυχό του Κόλπου του Οτζιά. Η συνολική διαδρομή Φλέα-Ιουλίδα-Οτζιά είναι περίπου 8 χιλιόμετρα. Παράλληλα και η τουριστική ομάδα, μετά την επιστροφή του πούλμαν από τη Φλέα, αναχώρησε για τον όρμο του Οτζιά για να συναντηθεί με την ορειβατική ομάδα για φαγητό και επιστροφή στη Κορησσία. Ακολουθώντας τον παραλιακό δρόμο για τον Οτζιά συναντάμε το Βουρκάρι, ένα μικρό γραφικό ψαροχώρι. Αντίκρυ από το Βουρκάρι βρίσκεται η χερσόνησος της Αγίας Ειρήνης. Εδώ ανακαλύφθηκε ένας από τους σημαντικότερους αιγιατικούς οικισμούς. Το πιο εντυπωσιακό και μοναδικό παγκοσμίως εύρημα είναι το σύνολο πενήντα πηλινών γυναικείων ειδωλίων «Κόρες» από την ύστερη εποχή του χαλκού που ήρθαν στο φως. Τα ειδώλια, πολλά από αυτά σε φυσικό μέγεθος, εκτίθενται στο μουσείο της χώρας. Μετά από 8 χλμ. μέσα από ελαιώνες, φυσιτικές, αμυγδαλιές και άλλες φυτείες, ξεπροβάλλει η μαγευτική θέα του όρμου Οτζιά. Ανεβαίνοντας

τον οικισμό καταλήγουμε στην περίκλειστη και μεγαλύτερη ακρογιαλιά του νησιού με μήκος 700 μ. Μετά την συνάντηση με την πεζοπορική ομάδα και το μεσημεριανό φαγητό, επιστροφή στην Κορησσία, όπου το βράδυ πραγματοποιήθηκε συνέντευξη με παραδοσιακούς χορούς και πρωταγωνιστή τον αρχηγό της πεζοπορικής ομάδας Παναγιώτη Αχιλλεόπουλου. Την επόμενη ημέρα πραγματοποιήθηκε η διαδρομή Αγ. Συμεών-Καρθαία (ώρες πορείας 2). Μετά την επίσκεψη στο αρχαίο ναό της Αθηνάς και το ναό του Απόλλωνα, η ομάδα συνέχισε τη διαδρομή Καρθαία-Πηγαδάκι-Ταξιάρχη Χαβουνά (ώρες πορείας 1:30).

◀ Φάρος στην είσοδο του λιμανιού των Κορησιών (Στενό Λάμπρου Κατσώνη)





Το νεοκλασικό Δημαρχείο (1902-έργο Τσίλερ) της Ιουλίδας στη Τζιά ▲



Άποψη της Χώρας (Ιουλίδας) της Τζιάς ▲

Το πούλμαν παρέλαβε την ομάδα από Χαβουνά για να τους μεταφέρει για φαγητό και μπάνιο στις Ποίσσεες, όπου προηγουμένως είχε καταλήξει η τουριστική ομάδα. Οι Ποίσσεες είναι ένας ακόμη γραφικός και ήσυχος οικισμός που η παραλία του είναι μεγάλη και οργανωμένη, με θαυμάσια ψιλή άμμο και καθαρά νερά. Μετά το μπάνιο και φαγητό επιστροφή στο λιμάνι Κορησσίας για επιβίβαση στο πλοίο της γραμμής για Λαύριο-Αθήνα.

Στο εσωτερικό του οικισμού Κορησσίας την προσοχή μας τραβάει η καμινάδα ύψους 45 μέτρων, που ανήκει στο εργοστάσιο εμαγιέ και το οποίο ήταν το μοναδικό ελληνικό εργοστάσιο παραγωγής εσμαλτωμένων σκευών. Λειτουργήσε από το 1927 μέχρι το 1957. Το 1991 διατηρητέο και το 2002 μια ομάδα από εργατοτεχνίτες του εργοστασίου δημιούργησε το Σύλλογο Φίλων του εργοστασίου εμαγιέ Κέας με βασικό στόχο την επιστροφή των μηχανημάτων, που είχαν εκποιηθεί, στο χώρο του εργοστασίου, που τώρα ανήκει σε ιδιώτες, και η δημιουργία Βιομηχανικού Μουσείου. Δεν παραλείπουμε να αναφέρουμε ότι η προσφορά της Κέας στην ιστορία και την τέχνη ήταν μεγάλη. Η Κέα ήταν φημισμένη για το πολιτικό της σύστημα και απασχόλησε το μεγάλο φιλόσοφο Αριστοτέλη. Το σύγγραμμά του «**Κείων Πολιτεία**» που αναφέρεται στην υποδειγματική οργάνωση της Κέας δεν διασώθηκε εκτός από ένα απόσπασμα. Ο νομοθέτης Αριστείδης, ένας από τους επτά μεγάλους σοφούς της αρχαιότητας, καταγόταν από την Κέα και έγινε περίφημος σε όλη την Ελλάδα για τους αυστηρούς και πρότυπους νόμους που θέσπισε.

Ένας από τους νόμους ήταν το «**Κείον το νόμιμον**». Σύμφωνα με αυτό όσοι περνούσαν τα 70 χρόνια της ηλικίας τους «αυτεκωνιάζοντο». Ο πολίτης έπρεπε να πεθαίνει μόλις οι πνευματικές και σωματικές δυνάμεις του δεν μπορούν να είναι ωφέλιμες στην πολιτεία. Όταν συνέβαινε αυτό, ο πολίτης έπρεπε να εξηγήσει στους άρχοντες της πολιτείας τους λόγους της απόφασής του και τότε του δινόταν η άδεια της αυτοκτονίας.

Έπειτα, ο πολίτης περιστοιχισμένος από τους συμπολίτες του, σαν να έκανε οικογενειακή γιορτή και σαν να εκτελούσε το στερνό του καθήκον, πρόθυμα αυτοκτονούσε με κώνειο. Το έθιμο αυτό έσβησε όταν επικράτησε ο χριστιανισμός κατά τον 3ο αιώνα μ.Χ.

Οι αρχαίοι Κείοι είχαν ξεχωριστή επίδοση στον αθλητισμό. Αναφέρονται 69 νίκες Κείων αθλητών στα Ίσθμια, Νεμέα και Ολυμπία, οι οποίοι μνημήθηκαν από τους Κείους ποιητές.

Ένα από τα δρώμενα που πραγματοποιούνται κάθε χρόνο στην Κέα είναι και η γιορτή των παραμυθιών.



Τζιά. Λιθόστρωτο μονοπάτι από Ιουλίδα στον Λιόντα ▲

Ένα είναι το σίγουρο. Η Γιορτή των Παραμυθιών δεν θα μπορούσε να έχει άλλη πατρίδα από την Κέα. Η μούσα των Κυκλάδων έχει να διηγηθεί στους διαβάτες της μια θάλασσα από μύθους και παραδόσεις. Η Γιορτή των Παραμυθιών διοργανώνεται από το «Κέντρο Μελέτης & Διάδοσης Μύθων και Παραμυθιών» με την αρωγή του Δήμου Κέας και τη συνεργασία φορέων του νησιού. Απευθύνεται σε ενήλικες και παιδιά και συγκεντρώνει το ενδιαφέρον με τη πολυάριθμη συμμετοχή αφηγητών, αλλά και τις παράλληλες δραστηριότητες, με σκοπό μια πιο σφαιρική και βαθιά κατανόηση του κόσμου των παραμυθιών. Στόχος της είναι η διάδοση αλλά και η διάσωση των λαϊκών μύθων, των δοξασιών και της παράδοσης, μέσα από την αφήγηση και όχι μόνο. Άνθρωποι χαρισματικοί, αφηγητές, μουσικοί και καλλιτέχνες σκορπισμένοι σ' όλο το νησί, μας καλούν κάθε καλοκαίρι για να μας εξιστορήσουν παραμύθια, μύθους και λαϊκές δοξασίες από όλο τον κόσμο για να ακούσουμε, να δούμε και να γευτούμε μια άλλη αλήθεια που δεν βλέπουν τα μάτια παρά μόνο η καρδιά.

Το νησί των μύθων και των παραμυθιών σας προσκαλεί στην πιο λαμπερή Γιορτή του, τις μέρες γύρω από την πανσέληνο του Ιουλίου. Αναζητήστε την και γίνετε και εσείς ήρωες του δικού σας παραμυθιού.

Πηγές: Διαδίκτυο, Ε.Ε.Β. ΚΕΑΣ (Η ΠΡΟΟΔΟΣ 1945)

ΚΑΛΟΚΑΙΡΙΝΗ ΕΚΔΡΟΜΗ ΣΕ ΤΗΛΟ - ΝΙΣΥΡΟ

Κείμενο από τον Νίκο Νίντο



Ιδιαίτερη προσοχή δίνει ο σύλλογος στην καλοκαιρινή εβδομαδιαία εκδρομή. Πολλές οι ιδέες και οι προτάσεις. Οι περισσότερες αναφέρονταν στην περιοχή των Δωδεκανήσων. Τελικά επιλέχθηκαν δύο μικρά και όχι πολύ τουριστικά νησιά η Νίσυρος και η Τήλος. Στο προηγούμενο τεύχος έχει γίνει εκτενής αναφορά για τα δυο νησιά όπου θα αναφέρουμε μόνο το χρονικό της εκδρομής μας.

Το απόγευμα της Παρασκευής 24 Αυγούστου 38 άτομα βρεθήκαμε στο πλοίο Διαγόρας με προορισμό την Νίσυρο. Φτάσαμε μετά από 17 περίπου ώρες γύρω στις 10.00πμ του Σαββάτου. Τακτοποιηθήκαμε στα ξενοδοχεία μας στο Μανδράκι (λιμάνι και πρωτεύουσα του νησιού) και ξεκινήσαμε μια μικρή βόλτα στον οικισμό. Το αρχαιολογικό μουσείο με εντυπωσιακά εκθέματα ωραία παρουσιασμένα, το μοναστήρι της Παναγίας της Σπηλιανής με πλήθη προσκυνητών κυρίως Ρώσων, τα μικρά μουσεία Λαογραφικό και Εκκλησιαστικό αλλά και ο παραδοσιακός οικισμός αποτέλεσαν μια ευχάριστη έκπληξη. Η παραλία Χοχλάκοι στα Δυτικά του οικισμού εντυπωσιακή με την άγρια ομορφιά της άρεσε σε όλους αλλά οι περισσότεροι προτίμησαν να κολυμπήσουν σε πιο ήρεμες παραλίες. Το απόγευμα ανεβήκαμε στο Παλαιόκαστρο λίγο πιο έξω από το Μανδράκι όπου βρίσκεται το αρχαίο κάστρο. Από εκεί απολαύσαμε την δύση



Στο νησί Γυαλί δίπλα στην Νίσυρο, Φωτ. Β. Σιλβεστριάδης ▲

του ήλιου. Ολοκληρώσαμε την γνωριμία μας με τον οικισμό με φαγοπότι σε ταβέρνες είτε στην παραδοσιακή πλατεία της ηλικιωμένης είτε στην παραλία. Ακολούθησε διασκέδαση στα μπαράκια.

Την Κυριακή πραγματοποιήσαμε την γνωριμία του νησιού. Επισκεφθήκαμε το χωριό Νικιά. Μικρό και γραφικό πάνω στο χείλος του κρατήρα με ωραία πλατεία στο κέντρο του χωριού έχει το μοναδικό Ηφαιστειολογικό μουσείο στην Ελλάδα. Από το χωριό κατεβήκαμε στην βάση του κρατήρα όπου συναντήσαμε και τους πεζοπόρους που είχαν ήδη πραγματοποιήσει την ίδια πορεία με τα πόδια. Συνεχίσαμε οι πεζοπόροι με τα πόδια και οι τουρίστες με το πούλμαν για το χωριό Εμπορείο. Παραδοσιακό και αυτό στο χείλος του κρατήρα με κάστρο στο ψηλότερο σημείο. Συνεχίζοντας κάναμε στάση στην παραλία Πάλλοι όπου κολυμπήσαμε. Το απόγευμα καταλήξαμε στο Μανδράκι. Παράλληλα οι πεζοπόροι από το Εμπορείο αφού πήραν δυνάμεις με μεζεδάκια και τσίπουρα συνέχισαν για την Μονή Ευαγγελίστριας και το Μανδράκι. Φυσικά όλοι μαζί συνεχίσαμε στον ίδιο ρυθμό το Mandraki by night.

Την Δευτέρα πραγματοποιήθηκε η θαλάσσια εκδρομή στο νησάκι Γυαλί. Απέναντι από το Μανδράκι είναι ένα μακρόστενο νησί με λατομεία ελαφρόπετρας στο δυτικό άκρο και περλίτη στο ανατολικό, διαθέτει δυο ωραίες παραλίες στο κέντρο μια νότια με ρηχά νερά και προφυλαγμένη από τους βοριάδες και την άλλη βόρεια με κύμα αλλά υπέροχα χρώματα. Και το βράδυ φυσικά Mandraki by night.

Την Τρίτη είχε προγραμματιστεί κολύμπι στην παραλία Πάλλων. Κανείς όμως δεν κολύμπησε. Ο καιρός είχε αλλάξει. Δροσιά αλλά και αρκετά μποφόρ κάνανε απρόσιτες τις παραλίες του νησιού και μας προβλημάτισαν για το ταξίδι μας στην Τήλο. Ευτυχώς παρά την τρικυμία το πλοίο δεν κούναγε και φτάσαμε κεφάλτοι στην Τήλο. Μεταφερθήκαμε στο χωριό Έριστος όπου προλάβουμε να κολυμπήσουμε στα ήρεμα νερά της τεράστιας παραλίας του. Ακολούθησε φαγητό και γλέντι με παραδοσιακούς χορούς όπου διακρίθηκε η χορευτική ομάδα του συλλόγου.

Την Τετάρτη έγινε η γνωριμία με την δυτική πλευρά του νησιού. Επισκεφθήκαμε την εκκλησία της Καμαριανής το μοναστήρι του Αγίου Παντελεήμονα τον παραθαλάσσιο οικισμό του αγίου Αντωνίου και τέλος την πρωτεύουσα του νησιού το Μεγάλο Χωριό. Εκεί ξεναγηθήκαμε στο Παλαιοντολογικό μουσείο με την αναπαράσταση ενός νανοελέφαντα και στο ναό των Ταξιαρχών. Γυρίζοντας στην Έριστο συναντήσαμε και την πεζοπορική ομάδα που είχε ολοκληρώσει την πορεία Καμαριανή, μονή Παντελεήμονος, Έριστος. Η πορεία διάρκειας συνολικά 4,30 ωρών έχει αρκετή δυσκολία αλλά εντυπωσιακές θέες. Ακολούθησε το συνηθισμένο φαγοπότι με την συνοδεία μουσικής και παραδοσιακών χορών.

Την Πέμπτη έγινε η γνωριμία του κεντρικού τμήματος του νησιού. Εκεί βρίσκεται το Μικρό Χωριό ένας εγκαταλειμμένος οικισμός. Περιηγηθήκαμε τον οικισμό όπου σώζονται μόνο λίγες εκκλησίες, δυο σπήτσια και ένα μπαράκι. Όταν ετοιμαζόμαστε να εγκαταλείψουμε το χωριό συναντήσαμε με τους πεζοπόρους που είχαν ξεκινήσει την πορεία τους από τα Λιβάδια (το λιμάνι του νησιού). Ακολουθήσαμε το ίδιο μονοπάτι και καταλήξαμε στα Λιβάδια όπου αργότερα έφτασαν και οι πε-

◀ Νίσυρος. Κατεβαίνοντας στον Κρατήρα από τα Νικιά, Φωτ. Μ. Βέττερ





Νικιά, Νίσυρος, Φωτ. Μ. Βέττερ ▲



Τήλος. Εγκαταλειμμένο χωριό Γέρα, Φωτ. Μ. Βέττερ ▲

ζοπόροι που είχαν εν τω μεταξύ επισκεφτεί και την παραλία Λεθρά. Το απόγευμα ανεβήκαμε στο κάστρο που βρίσκεται πάνω από το Μεγάλο Χωριό. Από εκεί είδαμε άλλο ένα ηλιο-βασίλειο. Αλλά ξεφεύγοντας από τα συνηθισμένα αντί να γυρίσουμε στην Έριστο πήγαμε στο μπαράκι του Μικρού Χωριού. Το έρημο χωριό έντεχνα φωτισμένο και το φεγγάρι περίπου πανσέληνος δημιούργησαν ένα απόκοσμο σκηνικό. Το κέφι ανεξάντλητο και ο χορός κράτησε πέρα από τις 2.00 πμ. Φυσικά διακριθήκαμε όλοι.

Την Παρασκευή το πρόγραμμα ήταν πιο ελεύθερο. Κάποιοι λίγοι πήγαμε στο Μεγάλο Χωριό οι περισσότεροι κολυμπήσανε στην παραλία της Έριστου και οι πεζοπόροι πραγματοποίησαν 3.30' ωρών πορεία από τα Λιβάδια στον εγκαταλειμμένο οικισμό Γέρα με μπάνιο στην παράλια του Δεσπότη το Νερό. Φτάσαμε στην τελευταία μας διανυκτέρευση που συνέπεσε με την δεύτερη πανσέληνο του Αυγούστου. Είπαμε να το γιορτάσουμε ιδιαίτερα με ένα πάρτι παρά θιν αλός ή επί το Ελληνικότερο beach party. Η φωτιά, η πανσέληνος, ο ελαφρός κυματισμός της θάλασσας δημιούργησαν μια μαγική ατμόσφαιρα. Μουσική και ο χορός στην αρχή και αργότερα συζήτηση παρέτειναν την διασκέδαση πέρα από τις... 3.00' πμ. Μεγαλύτεροι και νεώτεροι θυμηθήκαμε τα νιάτα μας.

Το Σάββατο είχαμε προγραμματίσει τον περίπλου του νησιού. Βάσκανος οφθαλμός κατά τον караβοκύρη η έλλειψη συντήρησης του καϊκιού στην πραγματικότητα σταμάτησε δύο φορές μεσοπέλαγα το καϊκι και από περίπλου περιοριστήκαμε στο διάπλου της ανατολικής και νότιας πλευράς του νησιού. Κολυμπήσαμε όμως στις παραλίες Λιμενάρι και Άγιος Σέργιος που



Τήλος, Αγ. Ιωάννης. Πορεία από Λιβάδια προς Γέρα, Φωτ. Β. Σιλβεστριάδης. ▲

θεωρούνται από τις καλύτερες του νησιού. Επιστροφή νωρίς το απόγευμα στην Έριστο μάζεμα των αποσκευών και το συνηθισμένο φαγοπότη με την συνοδεία μουσικής και παραδοσιακών χορών. Στις 11.30μμ. μεταφερθήκαμε στα Λιβάδια από όπου θα παίρναμε το πλοίο της επιστροφής. Οι πιο ζωηρές (ζωηροί δεν υπήρχαν) βρήκαν την ευκαιρία να πεταχτούν στο μπαράκι στο

Μικρό Χωριό για ένα τελευταίο χορευτικό αντίο στο νησί.

Την Κυριακή την περάσαμε στο πλοίο με μπιρίμπα και συζητήσεις για τις όμορφες μέρες που περάσαμε.

Το απόγευμα στην υποδοχή του πλοίου αποχαιρετιστήκαμε επισήμως λίγο πριν φτάσουμε στο Πειραιά και πούμε το τελικό αντίο στην ωραία εκδρομή.



Τήλος Αγ. Παντελεήμονας, Φωτ. Β. Σιλβεστριάδης ▼



Νίσυρος. Στο Μαντράκι, Φωτ. Μ. Βέττερ ▼



ΦΑΡΜΑΚΕΙΟ

ΦΥΤΟΘΕΡΑΠΕΙΑ, ΑΡΩΜΑΘΕΡΑΠΕΙΑ,
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

ΕΚΔΡΟΜΗ ΣΤΗΝ ΕΠΙΔΑΥΡΟ, ΙΟΥΛΙΟΣ 2012



Όπως κάθε χρόνο έτσι και φέτος πραγματοποιήθηκε η καλοκαιρινή εκδρομή

της ΕΟΦ στην μαγευτική παραλία του Δρεπάνου.

Ξεκινήσαμε από την πολύβη και καυτή Αθήνα, Παρασκευή πρωί 13 Ιουλίου (που αν και Παρασκευή και 13 ήταν γουρλίδικη μέρα για μας), με τις βαλίτσες μας, τα εκδρομικά μας, αλλά και τα βραδινά μας ρούχα, μα κυρίως με τα χαμόγελά μας και με όρεξη και με πολύ καλή διάθεση να περάσουμε καλά ένα καυτό αλλά χαλαρό τριήμερο. (Μην πάει ο νους σας στο πονηρό...). Μετά την τακτοποίηση στο ξενοδοχείο, σκορπιστήκαμε σε παραλίες και πισίνες και εν συνεχεία σε ούζα, μπύρες και φαγοπότια.

Το βράδυ πήγαμε στο μικρό θέατρο της Αρχαίας Επιδαύρου όπου παρακολουθήσαμε συναυλία με τον Αλκίνοο Ιωαννίδη. Ήταν ένα ευχάριστο μουσικό ταξίδι... Επίσης κάναμε τις «περατζάδες» μας και τις γευστικές δοκιμές μας στα περίπτερα του Αγροτουρισμού.

Ορισμένοι που δεν πήγαν στη συναυλία (ονόματα δεν λέμε...) ψάρεψαν στο λιμανάκι και βέβαια η ψαριά ήταν τόσο μεγάλη, που εδόθη υπόσχεση να ταϊστεί όλο το group. Τώρα το πότε ή το ποτέ θα δειξει...

Το Σάββατο αφού περάσαμε την μέρα μας με μπάνια, μπιρίμπες κ.λ.π. (μέχρι μασάζ στην παραλία έκαναν ορισμένοι), το βράδυ παρακολουθήσαμε (σχεδόν όλο το group) στο Αρχαίο Θέατρο της Επιδαύρου την παράσταση του Εθνικού Θεάτρου «Νεφέλες» του Αριστοφάνη, με γνωστούς και καταξιωμένους ηθοποιούς, ωραία κοστούμια του χορού και γενικά στη μαγευτική και ανεπανάληπτη ατμόσφαιρα του αρχαίου Θεάτρου της Επιδαύρου.

Όπως είθισται μετά την παράσταση του Σαββάτου, με χίλια περιστερία -(όχι αυτό είναι από άλλο τραγούδι)- με χίλια παρακάλια, ήρθε ο φίλος μας, συνήθης ύποπτος, και μας σιγκλίσε για σχόλια θετικά ή αρνητικά και σίγουρα (όπως πάντα) οι γνώμες ήταν διχασμένες. Αλλά είναι τόσο ωραία να συζητάμε πο-



Παραλία Δρεπάνου ▲

λιτισμένα και με χιούμορ και όχι σαν τους πολιτικούς, που μονίμως τσακώνονται και δεν βγαίνει άκρη και λύση στα προβλήματα της χώρας μας.

Την Κυριακή (αχ... τι ωραίες που θα ήταν οι Κυριακές, αν δεν υπήρχαν οι Δευτέρες...) χαλαρά όλο το group μας, συζητούσαμε και κάναμε σχέδια για το υπόλοιπο καλοκαίρι μας, προσπαθώντας να ξεχάσουμε την τρόικα, τα μέτρα και την οικονομική κρίση, τις περικοπές σε μισθούς και συντάξεις και όλα τα δυσάρεστα, που είναι όμως, δυστυχώς, η πραγματικότητα και να απολαύσουμε τουλάχιστον το τριήμερό μας, για να φορτίσουμε τις μπαταρίες μας και να αντέξουμε τα δυσκολότερα.

Τι άλλο να πω τώρα, είχαμε στην παρέα μας και ένα καταξιωμένο, διάσημο φωτογράφο (είπαμε ονόματα δεν λέμε), που περρίμενε όλο το group να βγει καμιά φωτογραφία της προκοπής, π.χ. στην είσοδο του Θεάτρου, του ξενοδοχείου, στην πισίνα, κάπου τέλος πάντων με πιο γκλαμουριά... για να έχουμε να δείχνουμε σε φίλους και γνωστούς, αλλά μας την έσκασε... Μας φωτογράφησε -άκουσον άκουσον- σε ένα μανάβικο μπροστά, να διαλέγουμε ντομάτες, αγγούρια, πεπόνια κ.λ.π. Τι να κάνουμε όμως; Και τα καλά δεχόμενα και τα κακά (που λέει και ο λαός). Α, δεν σας είπα, ότι είχαμε στο πούλμαν των 48 ατόμων και μία κυρία έγκυο, που γι' αυτήν ή για το μωρό της μάλλον, σταματήσαμε, διότι ήθελε να φάει πεπόνι. Ε, τι να κάνουμε, να της χαλάσουμε το χατίρι; Δεν γινόταν.

Στο τέλος της εκδρομής, η Αρχηγός (με κλήρωση) πρόσφερε ένα συμβολικό δώρο με ευχές για «Καλό Καλοκαίρι» και η τυχερή ήταν η κα Αθηνά Μάντζαρη (εδώ λέμε όνομα).

Σε ευχάριστο κλίμα κύλησε όλη η εκδρομή και θα τελειώσω με ένα στίχο από ένα ποίημα του Πάμπλο Νερούντα «Γεια σου τώρα, όσο να με ξεχάσεις».

Ελπίζω οι Φίλοι και Φίλες της ΕΟΦ να μην ξεχνιούνται μεταξύ τους...

Ευχαριστώ πολύ όλο το αγαπητό group για την όμορφη και απρόσκοπτη συνεργασία μας.



Δοκιμή στα ντόπια προϊόντα ▲

ΝΑΥΑΓΙΑ

Κείμενο και φωτογραφίες από τον Γιώργο Γκλέτσο



Η λέξη Ναυάγιο έγινε τον τελευταίο καιρό πολύ του συρμού.

Ακούμε για ναυάγιο της ελληνικής οικονομίας, για ναυάγιο των ασφαλιστικών ταμείων, για ναυάγιο του Δημοσίου, του ΕΣΥ, της Παιδείας, της χώρας κλπ. Η λέξη ναυάγιο τρομοκρατεί τους ανθρώπους γιατί όταν ένα πλοίο ή μία χώρα ναυαγεί, συνήθως συμπαρασύρει κάμποσους από τους επιβάτες και πλήρωμα στον υγρό του τάφο. Πριν συμβεί το μοιραίο πολλοί αγωνίζονται με αλτρουισμό παλεύοντας με νύχια και με δόντια, με αντλίες, μάνικες, κάβους, άγκυρες, και μετά με βάρκες και σχεδίες, να σώσουν τις ζωές τους μα και τις ζωές των άλλων, τις περιουσίες τους και το καράβι. Άλλοι πάλι μες στον εγωιστικό τους τρόπο αρπάζουν σωσίβια, βάρκες, σχεδίες, προσπαθώντας να σώσουν τον εαυτό τους, τους δικούς τους, και ό,τι άλλο πολύτιμο έχουν, αδιαφορώντας για τους γύρω τους που πνίγονται. Υπάρχουν βέβαια οι ήρωες, οι δειλοί, οι έντιμοι, οι πονηροί, οι άξιοι και οι ανάξιοι. Την ώρα της κρίσης αναδεικνύονται οι πραγματικοί χαρακτήρες και αποκαλύπτονται τα χαρίσματα και τα ελαττώματα, η ανθρώπινη μεγαλοσύνη αλλά και η ανθρώπινη καταισχύνη. Και βέβαια γύρω γύρω στο ναυάγιο πολλές φορές μαζεύονται εκείνοι που προσβλέπουν στο πλιάτσικο και την αρπαγή από ό,τι πολύτιμο διασωθεί, ή ακόμη κάποιο ρυμουλκό-σλέπι που προσπαθεί να βοηθήσει αλλά διεκδικώντας ως αμοιβή μεγάλο μέρος της αξίας του καραβιού. Η χώρα μας αυτή την περίοδο μοιάζει με καράβι έτοιμο να ναυαγήσει. Για την ώρα έχει προσαράξει από αδεξιότητες των καπεταναίων της, από τις μηχανές της που υπολειτουργούν, από τους ναύτες της που δεν δουλεύουν, αλλά και απ' την φουρτούνα της διεθνούς οικονομικής κρίσης. Ένα δυνατό ρυμουλκό που κυβερνάει η προτεστάντισσα καπετάνισσα Αγγελική θα μπορούσε να της ρίξει κάβο και να την σώσει. Θα το κάνει; Και με τι αντάλλαγμα; Αναμένουμε...

Η Ελλάδα περιβάλλεται από θάλασσες και είναι φυσικό από την αρχαιότητα ως τις μέρες μας πολλά ναυαγισμένα καράβια να βρίσκονται στους βυθούς της. Βέβαια οι Έλληνες ναυτικοί με 4500 χρόνια δεσμούς με τη θάλασσα, από την αρχαιότητα μέχρι τις μέρες μας, διακρίνονταν για τη ναυτοσύνη τους και απέφειγαν, στο όριο του δυνατού βέβαια, τα ναυάγια. Υπάρχουν όμως αναρίθμητα, αρχαία και σύγχρονα, ναυάγια στους ελληνικούς βυθούς (εκτιμώνται στον τρομακτικό αριθμό των 20.000!). Σχετικό το βιβλίο "Οι ιστο-

ρικοί θησαυροί του ελληνικού βυθού". Αίτια των ναυαγίων ήταν οι φουρτούνες, οι ναυμαχίες, οι συγκρούσεις και προσκρούσεις, νάρκες, τορπίλες, η φωτιά αλλά και οι αδεξιότητες και μοιραία λάθη των καπεταναίων. Από τα πιο γνωστά ναυάγια ελληνικών караβιών της σύγχρονης εποχής που συγκίνησαν ιδιαίτερα τους Έλληνες είναι:

Καταδρομικό "Ελλη" - βυθίστηκε στην Τήνο, Αύγ. 1940, νεκροί 9

Επιβατηγό "Χειμάρρα" - βυθίστηκε στον Νοτ. Ευβοϊκό, Ιαν. 1947, νεκροί 383

Επιβατηγό "Ηράκλειο" - βυθίστηκε στην Φαλκονέρα, Δεκ. 1966, νεκροί 217

Οχηματαγωγό "Χρυσή Αυγή" - βυθίστηκε στην Κάρυστο το 1983, νεκροί 26

Φορτηγό "Δύστος" - βυθίστηκε στην Κύμη το 1996, νεκροί 20

Πυραυλάκατος "Κωστάκος" - βυθίστηκε στην Σάμο το 2000, νεκροί 4

Επιβατηγό "Σάμινα" - βυθίστηκε στις Πόρτες Πάρου το Σεπτ. 2000, νεκροί 81

Κρουαζιερόπλοιο "Sea Diamond" - βυθίστηκε στην Σαντορίνη Απριλ. 2007, νεκροί 2.

Υπάρχουν όμως και πάμπολλα καράβια από την αρχαιότητα που κρύβουν στα κουφάρια τους αμφορείς, αγάλματα, χρυσά νομίσματα κλπ όπως το διάσημο "Ναυάγιο των Αντικυθήρων" με τον αστρολάβο (σχετική έκθεση στο Αρχαιολογικό Μουσείο Αθηνών), αλλά και νεώτερων χρόνων, όπως το HMHS Britannic δίδυμο του RMS Titanic που ερευνήσε ο διάσημος θαλασσοπόρος Jacques-Yves Cousteau το 1976 και το S/S Burdigala που ερευνήσαν έλληνες αυτοδύτες. Και τα δύο βρίσκονται βυθισμένα κοντά στη Τζια. Στις μέρες μας υπάρχουν πολλοί οργανισμοί διεθνείς και ελληνικοί (ΕΛΚΕΘΕ, ΕΕΑ κλπ), αλλά και οργανώσεις ελλήνων αυτοδυτών που ασχολούνται με θαλάσσιες έρευνες, ναυαγιοκαταδύσεις και εξερευνήσεις ναυαγίων της Κλασικής, Ελληνιστικής, Ρωμαϊκής, Βυζαντινής, αλλά και των νεωτέρων χρόνων, και κυρίως της περιόδου του Α' και Β' Παγκοσμίου Πολέμου που είχαμε πολλά ναυάγια (σχετικές έρευνες από το ωκεανογραφικό "Αιγαίο" με το βαθυσκάφος "Θέτις" και από ιδιώτες, π.χ. Κ. Θωκταρίδης και άλλοι).

Δε θα έπρεπε βέβαια να παραλείψουμε τον πλέον διάσημο σύγχρονο ωκεανογράφο και εξερευνητή των βυθών και των αβύσσων, τον Robert Ballard, που ανακάλυψε τα ναυάγια του Τιτανικού, του θωρηκτού Βίσμαρκ, του αεροπλανοφόρου USS Yorktown κλπ, χρησιμοποιώντας εξελιγμένα βαθυσκάφη ALVIN, ARGO, ATLANTIS II κλπ. Σήμερα η τεχνολογία έχει εξελιχθεί πολύ, τόσο στο ανιχνευτικό τμήμα (σόναρ πλευρικής σάρωσης βυθού, τομογράφος υποδομής πυθμένα, κάμερα ROV κλπ), όσο και στο εξερευνητικό τμήμα της αρχίζοντας από το βαθυσκάφος TRIESTE του Jacques Piccard και καταλήγοντας στο πρόσφατο DEEPSEA CHALLENGER, το βα-

θυσκάφος του James Cameron.

Στο μέλλον σε όλες τις θάλασσες και ειδικά στις ελληνικές, θα γίνουμε μάρτυρες συγκλονιστικών ανακαλύψεων ναυαγίων, αν βέβαια δεν προλάβουν οι κυνηγοί θησαυρών και οι αρχαιοκάπηλοι που καρδοκοούν.

Όμως απ' τα καράβια που ναυαγούν υπάρχουν και κάποια που έχουν την τύχη να μην βρίσκονται τσακισμένα στον υγρό τους τάφο παρέα με τα ψάρια. Σ' αυτά η μοίρα τό 'φερε να ξεβραστούν, να προσαράξουν σε κάποια παραλία σχεδόν ανέπαφα, εγκαταλειμμένα από τα πληρώματά τους, συνήθως "τσιγαράδικα", που αφού απέφυγαν το σκοτεινό βυθό αφέθηκαν στη μοίρα τους με τσακισμένα παιδιά και σκουριασμένες λαμαρίνες να τα χτυπάει το κύμα και να ουρλιάζει ο άνεμος στα σπασμένα τους ξάρτια. Αυτά τα κουφάρια

κανείς δεν τα ανελκύει και κανείς δεν τα διεκδικεί γιατί οι ιδιοκτήτες τους ήταν λαθρέμποροι που φρόντισαν να εξαφανισθούν. Αυτά τα κουφάρια όμως είναι τυχερά. Συνήθως βρίσκονται σε ωραίες αμμουδιές, κι έρχονται πολλοί νέοι και νέες κοντά τους για να απολαύσουν τα θέλητρα της θάλασσας, αλλά και να τα φωτογραφίσουν ή να ζωγραφίσουν με γκράφιτι τις σάπιες τους λαμαρίνες.

Στις επόμενες 3 φωτογραφίες υπάρχουν τα κουφάρια-ναυάγια 3 караβιών που αποτελούν και δυνατό πόλο έλξης των τουριστών που συρρέουν για να τα δουν.

Quiz: Βρέστε σε ποιες ελληνικές παραλίες βρίσκονται τα 3 ναυάγια, κι αν μπορείτε επισκεφθείτε τις αμμουδιές που αναπαύονται. Απάντηση: Βλ. σελ. 21.

έπαθλα «ΖΕΥΣ»

Δημήτρης Λουμπαρδιάς

- κύπελλα
- μετάλλια
- πλοκέτες
- σημαίες
- λάβαρα
- αγαλματίδια
- κουμπιά
- καρφισόκια
- μπρελόκ
- γραβατοπιόστρες
- μανικετόκουμπο



Μετάλλια ανάγλυφα με το σήμα του συλλόγου σας

Άριστης 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 98.85.225 • e-mail: zeus3@ath.forthnet.gr • www.epethlazeus.gr



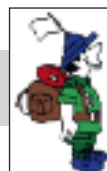
Στο εγκαταλειμμένο χωριό Γέρα, Φωτ. Μ. Βέττερ ▲



Χαλκιδική κάτω απ' τον τεράστιο πλάτανο, Φωτ. Γιώργ. Γκλέτσος ▲



Τήλος, η ΕΟΦ στο Μικρό Χωριό, Φωτ. Ν. Νίντος ▲



ΑΠΟ ΤΗ ΖΩΗ ΤΗΣ ΕΟΦ

ΤΟΝ ΜΗΝΑ ΙΟΥΝΙΟ ΠΡΑΓΜΑΤΟΠΟΙΗΘΗΚΑΝ 3 ΕΚΔΡΟΜΕΣ (1 ΗΜΕΡΗΣΙΑ, 1 ΔΙΗΜΕΡΗ ΚΑΙ 1 ΠΟΛΥΗΜΕΡΗ) ΜΕ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ 102 ΑΤΟΜΩΝ

ΧΑΛΚΙΔΙΚΗ

Μετά από πολλά χρόνια επαναλήφθηκε ανανεωμένη και βελτιωμένη η πολυήμερη εκδρομή στην Χαλκιδική. Συμμετείχαν 53 άτομα και συνδύασαν διαμονή σε πολύ καλό ξενοδοχείο, πεζοπορίες, περιηγήσεις και θαλάσσιες διαδρομές. Επειδή ήδη έχουν γραφτεί αναλυτικά για την εκδρομή δυο κείμενα στο προηγούμενο τεύχος αναφέρουμε περιληπτικά το Σάββατο την διάσχιση τμήματος του Χολομόντα από 21 πεζοπόρους ενώ οι υπόλοιποι πραγματοποιούσαν την περιήγηση της Σιθωνίας την Κυριακή περιήγηση με σκάφος της δυτικής πλευράς του Αγίου Όρους από 28 θαλασσοπόρους, ενώ οι υπόλοιποι περπατούσαν στην Αμουλιανή και την Δευτέρα επίσκεψη στους αρχαιολογικούς χώρους της Ολύνθου και του Δίου.

ΝΑΥΠΛΙΟ

Η περιοχή του Ναυπλίου πάντα εμπνέει για εκδρομές. Αψηφώντας την υψηλή θερμοκρασία 19 άτομα συμμετείχαν στην εκδρομή που περιλάμβανε επίσκεψη στην αρχαία Αοίνη στην παραλία Καραθώνα και περιήγηση στο Ναύπλιο. 3 άτομα περπάτησαν από την Καραθώνα στο Ναύπλιο ενώ οι υπόλοιποι θαυμάσανε το πάντα ανεξάντλητο Ναύπλιο.

ΤΖΙΑ

Η εκδρομή πραγματοποιήθηκε με συμμετοχή 30 ατόμων. Η πεζοπορική ομάδα αποτελούμενη από 10 άτομα πραγματοποίησε το Σάββατο την διαδρομή Φλέα, Μυλοπόταμο, Αγ. Κων/νο, Ιουλίδα, Λιόντο, Οτζιά και την Κυριακή Αγ. Συμεών, Καρθαία, Πηγαδάκι, Ταξιάρχη, Χαβούνα. Οι υπόλοιποι το Σάββατο προωθήθηκαν στον όρμο Οτζιά όπου επιδόθηκαν σε θαλάσσια σπορ και την Κυριακή επισκέφθηκαν την Ιουλίδα και την παραλία Ποίσσες όπου συνέχισαν τις επιδόσεις της προηγούμενης ημέρας.

ΤΟΝ ΜΗΝΑ ΙΟΥΛΙΟ ΠΡΑΓΜΑΤΟΠΟΙΗΘΗΚΕ 1 ΤΡΙΗΜΕΡΗ ΕΚΔΡΟΜΗ ΜΕ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ 47 ΑΤΟΜΩΝ

ΕΠΙΔΑΥΡΟΣ-ΔΡΕΠΑΝΟ

Το τέλος της προ θερινών διακοπών περιόδου έγινε με την παραδοσιακή εκδρομή στην Επίδαυρο και το Δρέπανο. Συμμετείχαν 47 άτομα που συνδύασαν διαμονή σε πολύ καλό

Τζιά, Φωτ. Γιώργ. Γκλέτσος ▼



◀ Νίσυρος, το Κάστρο στο Μαντράκι, Φωτ. Μ. Βέττερ



Ξενοδοχείο, πολιτιστικά δρώμενα, θαλάσσια μπάνια και μπιρρίμπα. Την Παρασκευή στο Μικρό θέατρο της Αρχαίας Επιδαύρου παρακολούθησαν συναυλία με τον Αλκίνοο Ιωαννίδη, το Σάββατο στο Αρχαίο θέατρο της Επιδαύρου την παράσταση Νεφέλες. Σε γενικές γραμμές και οι δύο παραστάσεις ικανοποίησαν.

**ΤΟΝ ΜΗΝΑ ΑΥΓΟΥΣΤΟ ΠΡΑΓΜΑΤΟΠΟΙΗΘΗΚΕ
1 ΠΟΛΥΗΜΕΡΗ ΕΚΔΡΟΜΗ ΜΕ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ
38 ΑΤΟΜΩΝ**

ΝΙΣΥΡΟΣ-ΤΗΛΟΣ

Η έναρξη της φθινοπωρινής περιόδου έγινε τέλη Αυγούστου με την εκδρομή στην Νίσυρο και την Τήλο. Επειδή υπάρχει αναλυτική περιγραφή της εκδρομής στο παρόν τεύχος γίνεται μια περιληπτική αναφορά. Ξεκινήσαμε από την Νίσυρο. Το Σάββατο έγινε η περιήγηση στον οικισμό Μανδράκι, την Κυριακή η επίσκεψη στα χωριά Νικιά, Εμπορειό, Πάλοι και στον κρατήρα του ηφαιστείου. Η πεζοπορική ομάδα αποτελούμενη από 8 άτομα πραγματοποίησε πεντάωρη πορεία από το χωριό Νικιά στον κρατήρα, στο Εμπορειό και από εκεί στο Μανδράκι. Την Δευτέρα έγινε εκδρομή στο νησί Γυαλί την Τρίτη η μετάβαση στην Τήλο. Την Τετάρτη η πεζοπορική ομάδα από 8 άτομα πραγματοποίησε την περίπου πεντάωρη διαδρομή από την Παναγιά Καμαριανή στην Μονή Αγίου Παντελεήμονα και από εκεί στην Έριστο ενώ οι υπόλοιποι επισκέφτηκαν και τους οικισμούς Αγιο Αντώνιο και Μεγάλο Χωριό πριν καταλήξουν στην Έριστο. Την Πέμπτη 10 πεζοπόροι περπάτησαν επί τριώρο από τον οικισμό Λιβάδια στο Μικρό Χωριό στην παραλία Λέθρα και από εκεί στα Λιβάδια, και 20 πεζοπόροι περπάτησαν από το Μικρό Χωριό στα Λιβάδια. Την Παρασκευή η πεζοπορική ομάδα από 7 άτομα πραγματοποίησε την περίπου τετράωρη κυκλική διαδρομή από Λιβάδια στον οικισμό Γέρα ενώ οι υπόλοιποι διημέρευσαν στην Έριστο. Το Σάββατο έγινε ο διάπλους τμήματος του νησιού.

Quiz Απάντηση

ΦΩΤ. 1: ΖΑΚΥΝΘΟΣ (παραλία Ναυάγιο) – όνομα “Παναγιώτης”, προσάραξε 1983

ΦΩΤ. 2: ΓΥΘΕΙΟ (παραλία Σελινίτσα) – όνομα “Δημήτριος”, προσάραξε 1994

ΦΩΤ. 3: ΗΜΕΡΗ ΓΡΑΜΒΟΥΣΑ-ΚΡΗΤΗ – όνομα “Δημήτρης Π.”, προσάραξε 1968

Νίσυρος, Μονή Ευαγγελίστρια. Πορεία από Εμπορειό προς Μαντράκι, Φωτ. Μ. Βέττερ ▼



Νίσυρος. Ανεβαίνοντας στο Εμπορειό από τον Κρατήρα, Φωτ. Μ. Βέττερ ►



Τήλος, Οι πεζοπόροι φθάνουν στην μονή του Αγ. Παντελεήμονα, Φωτ. Ν. Νίντος ▲

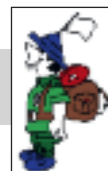


Τήλος. Πορεία από Αγ. Παντελεήμονα προς Έριστο, Φωτ. Β. Σιλβεστριάδης ▲



Τήλος. Πορεία από Γέρα προς Λιβάδια, Φωτ. Μ. Βέττερ ▲





Κρουαζιέρα στα Λιχадονήσια, Φωτ. Δ. Αρμενιάκος ▲

Εκδηλώσεις που έγιναν το προηγούμενο τρίμηνο

- Στις 30-06-2012 έγιναν τα εγκαίνια της κατασκηνωτικής περιόδου. Αρχικά έγινε ο καθιερωμένος Αγιασμός και ακολούθησε συνεστιάση με την παραδοσιακή "ρεβυθάδα" που προσφέρει η οικογένεια Ιωάννη Μεταξά.
- Στις 19-07-2012 έγινε στο ναύσκο της κατασκηνώσεως που είναι αφιερωμένος στον άγιο Γεώργιο και στον προφήτη Ηλία εσπερινός και αρτοκλασία. Η αρτοκλασία ήταν προσφορά των οικογενειών Πίκουλα και Μεταξά.
- Στις 08-09-2012 έγινε εκδήλωση για την λήξη της κατασκηνωτικής περιόδου με την καθιερωμένη "φασολάδα του Φίλιππα" προσφορά των οικογενειών Τσολάκη και Κίτντζη.

Α. ΟΡΓΑΝΩΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΕΚΔΗΛΩΣΕΩΝ ΓΙΑ ΤΗΝ ΣΥΜΠΛΗΡΩΣΗ 80 ΧΡΟΝΩΝ ΑΠΟ ΤΗΝ ΙΔΡΥΣΗ ΤΗΣ Ε.Ο.Φ. (1933-2013)

Τον επόμενο χρόνο η Ε.Ο.Φ. συμπληρώνει 80 χρόνια ζωής και δράσης. Προκειμένου να εορτασθούν πανηγυρικά όλα αυτά τα χρόνια προσφοράς στην φυσιολατρία, τον εκδρομισμό, την ορειβασία και τις πολιτιστικές εκδηλώσεις το Δ.Σ. όρισε Επιτροπή αποτελούμενη από τους:

- | | | |
|-----------------------|------------------------|----------------------|
| 1. ΠΑΓΟΥΛΑΤΟ Δημήτριο | 6. NINTO Νικόλαο | 11. ΚΟΡΔΑ Φανή |
| 2. ΧΑΤΖΟΠΟΥΛΟ Νικόλαο | 7. ΚΑΦΕΤΖΟΠΟΥΛΟΥ Έρση | 12. ΜΑΡΙΝΟΥ Ντορέτα |
| 3. ΠΑΠΑΜΗΤΣΟΥ Ρένα | 8. ΔΡΑΓΩΝΑ Κατερίνα | 13. ΠΕΤΡΟΠΟΥΛΟΥ Όλγα |
| 4. ΜΑΝΤΑ Δημήτριο | 9. ΑΓΓΕΛΟΠΟΥΛΟΥ Θέμιδα | 14. ΤΖΙΒΙΑ Χαρούλα |
| 5. ΑΡΜΕΝΙΑΚΟ Δημήτριο | 10. ΔΕΛΗΓΙΑΝΝΗ Ιωάννη | |

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



FeedStar
P R E M I U M



ΕΛΑΝΚΟ ΕΛΛΑΣ

ΕΛΑΝΚΟ ΕΛΛΑΣ Α.Ε.Β.Ε.
ΑΘΗΝΑ, Μεσογείων 335
152 31 Χαλάνδρι, τηλ.: 210 672 6381
062/99- Τηλ.: 231 042 2002
E-mail: contact@elanco.gr
www.elanco.gr

ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΤΗΝ ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΣΗ

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



Ένα καλοκαίρι ακόμη πέρασε για τα μέλη της ΕΟΦ και τις οικογένειές τους που διαβιούν στην κατασκήνωση. Μία περίοδος μέσα στην φύση, δίπλα στη θάλασσα, που τρεις γενιές πλέον την απολαμβάνουν, έχοντας τις καλύτερες αναμνήσεις. Μετά το Πασχαλινό πανηγύρι αρχίζει η τακτοποίηση και το καθάρισμα των οικίσκων και του περιβάλλοντα χώρου. Σιγά-σιγά, τέλη Μαΐου - αρχές Ιουνίου αρχίζει τα Σαββατοκύριακα να ζωντανεύει η κατασκήνωση και τέλη Ιουνίου - αρχές Ιουλίου γίνονται τα εγκαίνια, τα οποία συνοδεύονται από Συνέλευση για καλω-

σόρισμα και την υπενθύμιση των υποχρεώσεων των κατασκηνωτών για την όσο το δυνατόν ομαλότερη έκβαση της περιόδου. Η βραδιά κλείνει με Συνεστίωση στην καντίνα, με τη συνοδεία μιας νόστιμης ρεβυθάδας από τον Γιάννη τον Μεταξά. Στη γιορτή του Προφήτη Ηλία στο εκκλησάκι μας τελείται λειτουργία και αρτοκλασία προσφορά των οικογενειών Πίκουλα, Μεταξά και Κίντατζη.

Ο χώρος του γηπέδου και φέτος λειτούργησε σαν μια κυψέλη μαζέματος παιδιών σε καθημερινή βάση. Τα κορίτσια της κατασκήνωσης τα οποία, τα τελευταία χρόνια αυξάνονται προοδευτικά, οργάνωσαν μια χορευτική βραδιά. Μια αυτοσχέδια και αυθόρμητη προσπάθεια από τις Εύα, Κύρα, Ειρήνη και τη Μαρία, που καταχειροκροτήθηκε από όλους τους παρευρισκόμενους, παρουσία και του Προέδρου κ. Παγουλάτου, ο οποίος στο τέλος συνεχάρη τις μικρές καλλιτέχνιδες!

Η κατασκηνωτική περίοδος έκλεισε με την γιορτή - συνεστίωση, τον αποχαιρετισμό της θάλασσας. Μια ζεστή φασολάδα από τις οικογένειες Κίταντζη - Τσολάκη που μας παραπέμπει στην αλλαγή της εποχής και να μεν στον αποχωρισμό από τη θάλασσα, αλλά και στο ανέβασμα στα βουνά μία από τις βασικές δραστηριότητες της ΕΟΦ. Ο Πρόεδρος έκανε ένα λιτό απολογισμό της περιόδου και κάλεσε τους κατασκηνωτές να συνεχίσουν με την παρουσία τους να πλαισιώνουν τις επόμενες δραστηριότητες της ΕΟΦ και του χρόνου να ξαναβρεθούν όλοι μαζί παλιοί αλλά και νέοι, καθώς και τα νέα Εοφιτόπουλα που «κυοφορούνται»... (αναμένονται 4 αφίξεις... από την Ανθούλα, την Έλενα, την Μήτση και την Έρση!)...



Το λιμανάκι στην κατασκήνωση,
Φωτ. Όλγα Πετροπούλου







Μέσα στο καράβι, Φωτ. Όλγα Πετροπούλου ▲



Κρουαζιέρα στα Λιχαδονήσια, Φωτ. Γιώργ. Γκλέτσος ▲



Η Στρογγυλή από το πλοiαριο, Φωτ. Δ. Αρμενιάκος ▲



ΛΙΧΑΔΟΝΗΣΙΑ ΞΑΝΑ

Γράφει ο Δ. Αρμενιάκος



Για δεύτερη χρονιά φέτος έγινε η εκδρομή στον Αη Γιώργη – Λιχαδονήσια. Ένα φθινοπωρινό διήμερο μας βρήκε στον Αγίο Κωνσταντίνο με ψιλόβροχο. Περνώντας απέναντι στην Εύβοια ακολουθήσαμε τα περσινά διαδικαστικά, αλλά με συνεχή βροχή. Τακτοποίηση στο ξενοδοχείο και φαγητό. Η βροχή στέρησε το περπάτημα από την πεζοπορική ομάδα. Οι προβλέψεις των μετεωρολόγων και των ντόπιων ήταν απογοητευτικές για την επόμενη μέρα. Ξυπνήσαμε όλοι με την αγωνία του καιρού. Οι προσευχές μας όμως εισακούστηκαν και ο καιρός άρχισε να βελτιώνεται! Η χαρά της νεανικής ομάδας που είχαμε μαζί μας ανείπωτη! Μία εφτάδα από 4 έως 9 ετών. Στις 10:30 επιβιβαστήκαμε σε δύο καραβάκια για να επισκε-



Τώρα πόζα, μετά κυνηγάμε τον γατούλη, Φωτ. Γιώργ. Γκλέτσος ▲



Ο Αη-Γιώργης από τη θάλασσα, Φωτ. Γιώργ. Γκλέτσος ▲

◀ Λιχαδονήσια-Μανωλιά. Η πλαζ Σευχέλλες, Φωτ. Γιώργ. Γκλέτσος

φτούμε τα νησάκια, ενώ ο ήλιος εναλλασσόταν σιγά-σιγά με σύννεφα. Κάναμε τον γύρο στο νησάκι Στρογγυλή και κατευθυνθήκαμε προς τα υπόλοιπα νησάκια. Στη διαδρομή συναντήσαμε και ένα ζευγάρι φώκιες. Τα παιδάκια ξετρελάθηκαν με τα παιχνίδια τους. Βουτούσαν και ξανάβγαιναν στην επιφάνεια. Αν και από απόσταση το θέαμα ήταν μοναδικό. Κάναμε τον γύρο των νησιών και καταλήξαμε στο μεγαλύτερο, 370 στρέμματα, κατάφυτο από ελιές, την Μανωλιά. Η παραλία ήταν ακόμη στρωμένη με ξαπλώστρες και ομπρέλες. Οι πιο οργανωμένοι και τολμηροί απόλαυσαν το μπάνιο τους με την επισήμανση του ιδιοκτήτη της καντίνας για τα ρεύματα που δημιουργούνται στην περιοχή. Η επιστροφή ήταν ένα παιχνίδι με τα κύματα, καπετάνιοι στα καραβάκια, πατέρας και γιος άρχισαν τις κόντρες και τις σούζες στην ήρεμη θάλασσα και το παιχνίδι με τα αφρισμένα απόνερα που άφηναν πίσω τους τα καραβάκια ήταν ανεπανάληπτο! Επιστροφή και αναχώρηση για την Αθήνα όπως πάντα το απόγευμα!



Όλοι χαρούμενοι στο πλοιάριο, Φωτ. Γιώργ. Γκλέτσος ▲



Ψαρόбарκες στον Αι Γιώργη Λιχάδας, Φωτ. Γιώργ. Γκλέτσος ▲

Το Λιμανάκι Του Αγ. Κωνσταντίνου, Φωτ. Γιώργ. Γκλέτσος ►



Ήρεμο τοπίο, Φωτ. Δ. Αρμενιάκος ▲



Λιχαδονήσια, ζευγάρι από φώκιες, Φωτ. Γιώργ. Γκλέτσος ▲



Ψαροπούλες στον Άη-Γιώργη, Φωτ. Γιώργ. Γκλέτσος ▲



Προτάσεις για εκδρομές τριμήνου

Γράφει η Κατερίνα Δραγώνα



ΝΑΥΠΑΚΤΟΣ Η ιστορία της **Ναυπάκτου** ξεκινά τρεις χιλιάδες χρόνια πριν από την κάθοδο των Δωριέων και φτάνει μέχρι σήμερα. Η γεωγραφική της θέση στο στόμιο του κλειστού τότε Κορινθιακού κόλπου την έκανε μήλο της έριδας όλες τις εποχές. Έπαιξε σημαντικό ρόλο στην Αιτωλική Συμπολιτεία.

Λοκροί, Αθηναίοι, Μεσσήνιοι, Αχαιοί, Θηβαίοι, Μακεδόνες, Αιτωλοί έχουν διαχειριστεί την τύχη της.

Το 1204, αποτέλεσε τμήμα του λεγόμενου Δεσποτάτου της Ηπείρου και ο Πάπας Πίος Ε' δημιούργησε τον Ιερό Συνασπισμό με Ισπανία, Βενετία, Ρώμη, Σαβοΐα, Μάλτα και μερικά Ιταλικά κρατίδια, έκανε την γνωστή ιερή Σταυροφορία εναντίων των Οθωμανών. Ο χριστιανικός στόλος με αρχιναύαρχο τον πρίγκιπα Δον Χουάν -αδελφό του βασιλιά της Ισπανίας- νίκησε τον οθωμανικό στόλο με αρχιναύαρχο τον Μουεζίν Ζαντέ Αλή πασά στις 7 Οκτωβρίου 1571 σε μία φοβερή ναυμαχία στις εκβολές του Αχελώου κοντά στις Εχινάδες. Το 1407 η Ναύπακτος πέρασε στους Ενετούς. Μετά πέρασε στην Οθωμανική αυτοκρατορία, όπως και όλος ο βαλκανικός χώρος. Μετά από σκληρές επιθέσεις των Τούρκων, το 1499 η πόλη παραδόθηκε στο Σουλτάνο Βαγιαζίτ Β'. Το 1687 ο Βενετός Μοροζίνι με Αυστριακούς συμμάχους πήρε τη Ναύπακτο από τους Τούρκους και την έδωσε στους Ενετούς.

Ακολούθησε μια περίοδος Ενετοκρατίας (1687 - 1701) και τελικά το 1701 με τη συνθήκη

του Κάρλοβιτς η Ναύπακτος παραδόθηκε στους Τούρκους και έμεινε σκλαβωμένη μέχρι τον Απρίλιο του 1829.

Το 1821, η Ναύπακτος λόγω των ισχυρών οχυρώσεων της χρησιμοποιήθηκε από τους Τούρκους σαν στρατιωτική βάση. Απελευθερώθηκε τελευταία στις 18 Απριλίου 1829 όπου παραδόθηκε από τους Τούρκους και Αλβανούς στον Κυβερνήτη Ιωάννη Καποδίστρια μετά από πολιορκία των ελληνικών δυνάμεων. Το ψήφισμα της Ε' Εθνοσυνέλευσης του 1832 αποφάσισε την εγκατάσταση και παραχώρηση κατοικιών και εθνικής γης σε 500 περίπου Σουλιώτες και άλλους Ηπειρώτες.

Το Κάστρο της Ναυπάκτου. Το Κάστρο βρίσκεται στην κορυφή λόφου που έχει σχήμα πυραμίδας με υψόμετρο 200 μ. και δεσπόζει στη πόλη. Οι επιβλητικές οχυρώσεις της Ναυπάκτου οφείλονται σε διαδοχικές κατασκευαστικές φάσεις από την αρχαιότητα μέχρι την τουρκοκρατία. Αν και έχουν υποστεί καταστροφές και φθορές αποτελούν ένα από τα πιο σημαντικά και καλοδιατηρημένα παραδείγματα φρουριακής αρχιτεκτονικής στην Ελλάδα. Δεν έχουν γίνει αξιόλογες ανασκαφές στο χώρο και περιστασιακά γίνονται μόνο οι αναγκαίες εργασίες για ενίσχυση της τοιχοποιίας. Η σημερινή μορφή του οφείλεται στους Ενετούς οι οποίοι έχτισαν πάνω στην αρχαία οχύρωση.

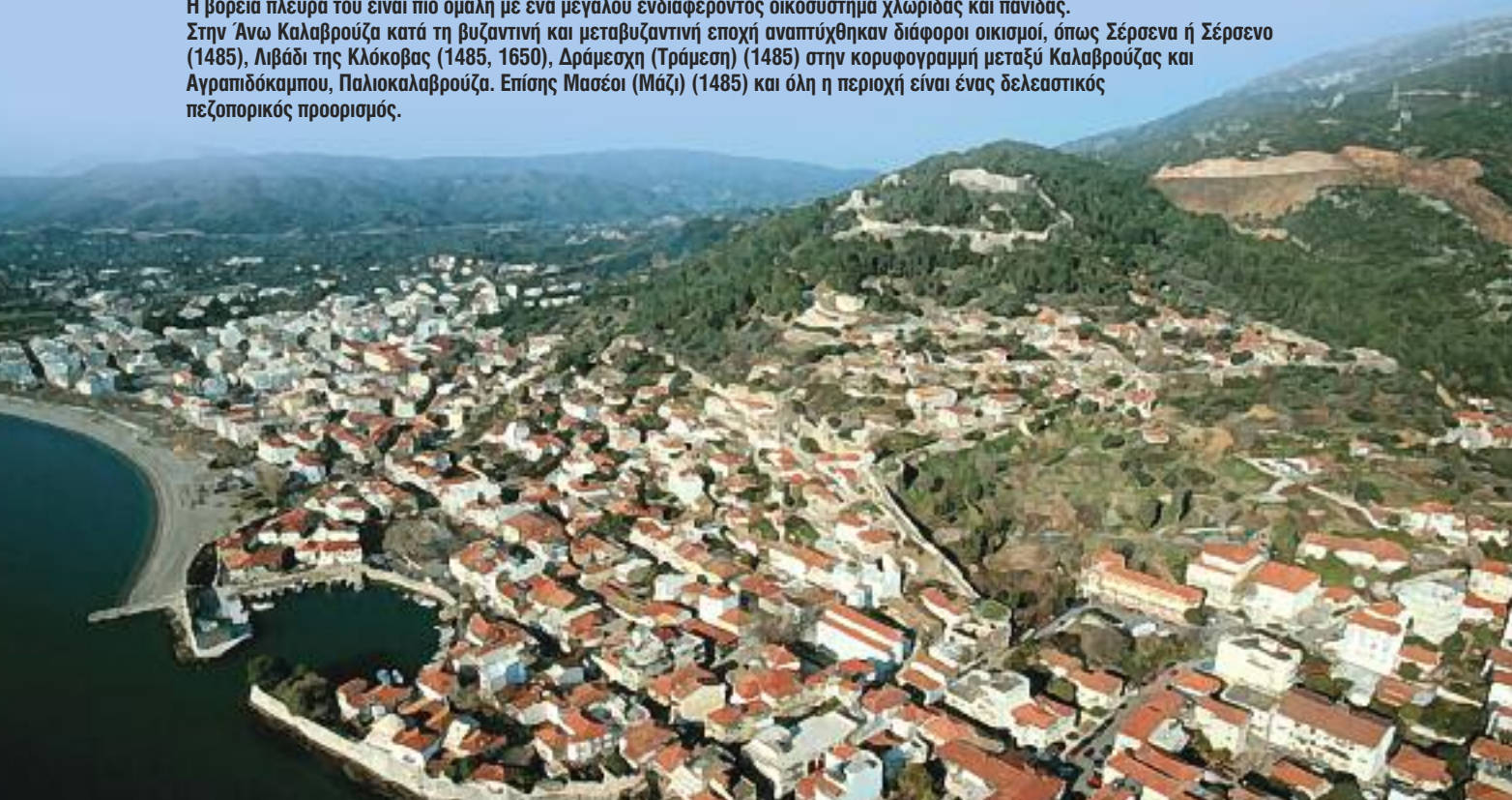
Δύο βραχίονες ακολουθώντας την κλίση του εδάφους ξεκινούν από την κορυφή του λόφου, από ανατολικά και δυτικά. Στη θάλασσα κοντά κάμπτονται και αγκαλιάζουν την είσοδο του λιμανιού. Οι βραχίονες ενώνονται με τέσσερα εγκάρσια τείχη τα οποία σχηματίζουν πέντε διαζώματα. Τέλος η οχύρωση στο Κάστρο της Ναυπάκτου ενισχύεται με κυκλικούς και τετράγωνους πύργους.

Γνωριμία με την πόλη. Αξίζει να επισκεφθούμε: Το λιμάνι της Ναυπάκτου με πολύχρωμες βάρκες και ιστιοπλοϊκά. Τμήμα της μεσαιωνικής οχύρωσης είναι η καρδιά της πόλης, σημείο αναφοράς και συνάντησης για τους κατοίκους της. Από καφενεία για τον πρωινό καφέ κάτω από τα αιωνόβια πλατάνια της πλατείας μέχρι μπαράκια για την νεολαία αργά το βράδυ. Το κάστρο της Ναυπάκτου, Βόλτα στην παλιά πόλη, Ανεμογιάννης, Ρολόι Ναυπάκτου, Στενοπάζαρο, Πάρκο Θερβάντες, Φετιχέ Τζαμί, Άγιος Δημήτριος, Μουσείο Φαρμάκη, Πύργος Μπότσαρη, Παπαχαλαράμπειος βιβλιοθήκη, Ψανή και Γρίμποβο.

Η Παλιοβούνα (Κλόκοβα) κατά την αρχαιότητα (Ταφιασσός) είναι βουνό νότια της Αιτωλοακαρνανίας. Βρίσκεται στην περιοχή του Αντιρρίου και έχει ύψος 1038 μ.

Το βουνό στη νότια πλευρά είναι απότομο (εξ ου και το όνομά του) από το επίπεδο της θάλασσας μέχρι την κορυφή και έχει σχεδόν κωνοειδές σχήμα. Η βόρεια πλευρά του είναι πιο ομαλή με ένα μεγάλο ενδιαφέροντος οικοσύστημα χλωρίδας και πανίδας.

Στην Άνω Καλαβρούζα κατά τη βυζαντινή και μεταβυζαντινή εποχή αναπτύχθηκαν διάφοροι οικισμοί, όπως Σέρσενα ή Σέρσενο (1485), Λιβάδι της Κλόκοβας (1485, 1650), Δράμεσχη (Τράμεση) (1485) στην κορυφογραμμή μεταξύ Καλαβρούζας και Αγραπιδόκαμπου, Παλιοκαλαβρούζα. Επίσης Μασέοι (Μάζι) (1485) και όλη η περιοχή είναι ένας δελεαστικός πεζοπορικός προορισμός.



Προτάσεις για εκδρομές τριμήνου

Γράφει η Έρση Καφετζοπούλου



Δελφοί Η Αρχαία πόλη των Δελφών είναι γνωστή κυρίως από το μεγάλης θρησκευτικής και ιστορικής σημασίας, Μουσείο του Πυθίου Απόλλωνα. Μετά τις ανασκαφές του 1860-61 από την Γαλλική Αρχ. Σχολή, έχουν αποκαλυφθεί σχεδόν εξ' ολοκλήρου τα ερείπια της πόλης. Πάνω στην Αρχαία Πόλη είχε κτιστεί το χωριό Καστρί, το οποίο απαλλοτριώθηκε και μεταφέρθηκε 1 χιλ. πιο δυτικά, το σημερινό Χρυσό.

Οι Δελφοί βρίσκονται νότια του Παρνασσού, όπου παλαιότερα μεγάλοι σεισμοί, σχημάτισαν τη βαθειά κοιλάδα του Πλειστού. Ο χώρος είναι αμφιθεατρικός και έχει μεγάλη υψομετρική διαφορά. Στο βορρά και ανατολικά, περιβάλλεται από δυο σχεδόν κάθετους βράχους 300 περίπου μέτρων, που οι Αρχαίοι ονόμαζαν Φαιδριάδες και όπως λέει η παράδοση, από την κορυφή τους, έριχναν τους Ιερόσυλους (ο Αίσωπος είχε καταδικαστεί σε παρόμοιο θάνατο).



Οι Δελφοί υπήρξαν στην Αρχαιότητα το μεγαλύτερο θρησκευτικό κέντρο για τα Ελληνικά και τα Μεσογειακά κράτη γενικότερα. Κατά τη Μυθολογία, όταν ο Δίας θέλησε να δει ποιο ήταν το κέντρο της γης, άφησε δύο αετούς να πετάξουν, ο ένας στην Ανατολή και ο άλλος στη Δύση. Όμως οι δύο αυτοί αετοί συναντήθηκαν στους Δελφούς και κάθισαν πάνω σε μια μεγάλη πέτρα, τον ομφαλό της γης, όπως την ονόμασαν. Μ' αυτή τη παράδοση οι Αρχαίοι ήθελαν να τονίσουν την ιδιαίτερη σημασία που είχαν οι Δελφοί, όχι μόνο για την Ελλάδα, αλλά και για ολόκληρο τον Αρχαίο κόσμο.

Είναι επίσης μεγάλη η σημασία των Δελφών από πολιτική και ιστορική πλευρά, γιατί εδώ υπήρξε η έδρα του συνεδρίου των Αμφικτυόνων, ενός θρησκευτικού συνασπισμού 12 ελληνικών κρατών, καθώς και το πασίγνωστο Μαντείο των Δελφών, που σύμφωνα με την παράδοση, δημιουργήθηκε από την ύπαρξη ενός χάσματος στη γη όπου έβγαιναν ατμοί και όταν ο βοσκός Κούρητας ανακάλυψε πρώτος αυτό το χάσμα, αμέσως ζαλίστηκε από τις αναθυμιάσεις και άρχισε να λέει ακατάληπτες λέξεις που θεωρήθηκαν μαντικές. Έτσι ιδρύθηκε το πρώτο Μαντείο, αφιερωμένο στη θεά Γη, την πρωτομάντιδα χθονία Θεότητα, όπως την αποκαλεί ο Αισχύλος. Η θεά Γη έδινε τους χρησμούς με το στόμα μιας ιέρειας μάντιδας, η οποία ενεπνεύετο, από τους ατμούς. Σαν πρώτη μάντιδα ο Πausanias αναφέρει τη νύμφη Δαφνίδα. Γενικά όμως "αι μαντίδες ελέγοντο Πυθίαι", που πήραν το όνομά τους από τον δράκοντα Πύθωνα, γιο της μητέρας Γης. Αργότερα ελέγοντο και Σιβύλλαι από το όνομα της πρώτης ιέρειας που τραγουδούσε τους χρησμούς καθισμένη στο βράχο. Η Γη όμως παραχώρησε τη θέση της του Μαντείου, στη Θέμιδα, τη θεά της Δικαιοσύνης και στον Ποσειδώνα από τους οποίους το παρέλαβε ο Απόλλων. Ο ερχομός του Απόλλωνα είναι το σπουδαιότερο γεγονός στην ιστορία του Μαντείου. Υπάρχουν δε δύο εκδοχές.

Η πρώτη λέει πως ο Απόλλων έφθασε από την Θεσσαλία, όταν αναχώρησε από την κοιλάδα των Τεμπών, που είχε πάει να εξαγινιστεί μετά το φόνο του Πύθωνα και η άλλη εκδοχή, η επικρατέστερη, φέρει τον Απόλλωνα να μεταμορφώνεται σε δελφίни για να κυνηγήσει ένα πλοίο ερχόμενο από την Κνωσσό και αφού αποκαλύφθηκε, έπεισε τους Κρήτες του πλοίου να αποβιβαστούν στην Κίρραν (σημερινή Ιτέα) και να γίνουν ιερείς του Ναού του. Αυτή τη παράδοση ενισχύει και το γεγονός ότι ο Απόλλων θεωρείται Θεός Κρητικής προέλευσης και ελατρεύετο στην Κνωσσό ως Δελφίνιος Απόλλων.

Ο Ναός του Απόλλωνα πρωτοχτίστηκε τον 7ο αι. π.Χ., ήταν κτισμένος από πωρόλιθο και τα θεμέλια του τα έβαλε ο ίδιος ο Θεός. Όμως, ο Ναός αυτός κήκε το 548 π.Χ. και τότε κτίστηκε δεύτερος μεγαλύτερος και πολυτελέστερος, που στοίχισε

τότε 300 τάλαντα και η κατασκευή του κράτησε 10 χρόνια. Ήταν και αυτός από πωρόλιθο, αλλά επενδεδυμένος από Παριανό μάρμαρο. Ήταν Δωρικού Ρυθμού, περίτερος και μεγάλος με σημαντικά για την ιστορία της τέχνης τα γλυπτά των αετωμάτων, από τα οποία πολλά σώθηκαν.

Όμως και αυτός ο δεύτερος Ναός καταστράφηκε το 373 π.Χ. πιθανότατα από σεισμό, που κατέστρεψε και πολλά αφιερώματα, που εν τω μεταξύ είχαν κτιστεί γύρω του. Το 369 π.Χ. άρχισαν να κτίζουν τον Ναό που βλέπουμε σήμερα στον Αρχ. Χώρο. (τρίτο κατά σειρά), που και αυτός άργησε να τελειώσει, εξ αιτίας του 3ου ιερού πολέμου που κράτησε 10 χρόνια και μολίς το 330 π.Χ. εγκαινιάστηκε ο καινούριος ναός με αρχιτέκτονες τον Σπίνδαρο, τον Ξενοδόωρο και τον Αγάθωνα. Ήταν λίγο μεγαλύτερος από τον προηγούμενο, Δωρικός, περίτερος με 6 κολώνες στις στενές πλευρές του και 15 στις μακρές. Τα γλυπτά των αετωμάτων του τα είχαν κάνει Αθηναίοι καλλιτέχνες. Είχε πολλά αγάλματα που πιστεύεται πως τα πήρε ο Μ. Κωνσταντίνος και τα μετέφερε στην Κωνσταντινούπολη, γιατί δεν βρέθηκε τίποτα.

Αυτός ο τελευταίος Ναός, όρθιος ως το τέλος της Αρχαιότητας, είδε τον θάνατο της θρησκείας του Απόλλωνα και τον θρίαμβο του Χριστιανισμού. Επί τόπου θα δούμε μπαινόντας πρώτα το τέμενος της Προναίας Αθηνάς με πέντε άλλα ωραία κτήρια που το περιστοιχίζουν, όπως ο Ιωνικός θησαυρός και η θόλος (πραγματικά αριστουργήματα).

Το Γυμνάσιο, με την παλαιστρά, τα αποδυτήρια, το κολυμβητήριο, το υπόστεγο των 200 μ. όπου γυμνάζονταν, όταν έβρεχε, τα δωμάτια όπου εγένοντο τα μαθήματα –ειδικά της αστρονομίας κ.ά.

Την Κασταλία πηγή, που χάρη σ' αυτήν και το ιερό της, έγιναν οι Δελφοί παγκοσμίως γνωστοί, το Στάδιο, το Τέμενος του Απόλλωνα, με αρχικό του κύτταρο το Ναό του Θεού που δεν άλλαξε ποτέ θέση και τα διάφορα άλλα κτήρια του προστέθηκαν με τον καιρό, όπως ο θησαυρός των Αθηναίων, ο Βωμός των Χίων, το Ανάθεμα των Κερκυραίων, ο θησαυρός των Σιφνίων, κ.ά. πολλά.

Και τέλος στο Μουσείο με τα πλούσια εκθέματα και τα θαυμάσια Αγάλματα, όπως ο Ηνίοχος, ένα καλλιτέχνημα εξαιρετικής ποιότητας, που σώθηκε σε σχετικά πολύ καλή κατάσταση. Αρχαία είναι τα μαγνητικά μάτια του από άσπρη μάζα για το βολβό και βαθύχρωμη ημιπολύτιμη πέτρα για την ίριδα. Εκείνο, όμως, που καθηλώνει τον σημερινό επισκέπτη είναι η ένταση της έκφρασης του προσώπου που καθρεφτίζεται σε ολόκληρο το σώμα τους ανδρός. Δεν ξέρουμε, ποιος είναι ο καλλιτέχνης, ούτε και η σχολή που ανήκει. Πιθανότερο είναι, να είναι έργο κάποιου από τους σπουδαίους καλλιτέχνες της Μεγάλης Ελλάδας. Αναμφίβολα, όμως, είναι ένα από τα μεγάλα έργα βαθειά ριζωμένο στους αρχαίους χρόνους, που χάρη στην ποιότητά του, ξεπερνάει τον χρόνο και γίνεται ένα παντοτινό αριστούργημα.

Υπάρχουν πολλά ακόμη μνημεία που περπατώντας μπορούμε να θαυμάσουμε και πολλά ακόμα που κατέστρεψε ο σεισμός του 373 π.Χ. και έχουν μείνει μόνο τα ίχνη τους, όπως η γνωστή κολώνα με τις χορεύτριες, το ονομαστό Άγαλμα του Αγία, το άγαλμα του Σισύφου, η Σφιγξ των Ναξίων, ο ομφαλός κ.ά.

Ακόμη σε καλή κατάσταση βρίσκεται το Θέατρο με 33 σειρές καθημένων χωρητικότητας 5000 θεατών.

Όσες φορές και να επισκεφθούμε τους Δελφούς, όλο και κάτι περισσότερο θα ωφεληθούμε.





ΕΚΔΡΟΜΕΣ ΚΑΙ ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ ΤΡΙΜΗΝΟΥ

ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ-ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ 2012



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

Τηλ.: 210 3807093, 210 3806924 (5:00-8:00 μ.μ.), Φαξ: 210 3806924, e-mail: eof@otenet.gr

Κυριακή 07/10/12

ΒΙΛΙΑ – ΠΟΡΤΟ ΓΕΡΜΕΝΟ

Αναχώρηση στις 8:00 πμ. 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**

ΕΚΔΡΟΜΗ ΕΞΩΤΕΡΙΚΟΥ

9-13 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2012

ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥΠΟΛΗ

Έχει κυκλοφορήσει αναλυτικό φυλλάδιο.

Σάββατο – Κυριακή 13-14/10/12

ΒΟΡΕΙΟΣ ΤΑΪΓΕΤΟΣ

Αναχώρηση το Σάββατο στις 8,00 πμ. 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 στην Σπάρτη. 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 πμ. για την Καρύταινα για να πραγματοποιήσουμε rafting στον Λούσιο. Όσοι δεν κάνουν rafting μπορούν να διημερεύσουν στην Καρύταινα και στο Ελληνικό.

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Γκλέτσος Γιώργος**

Κυριακή 28/10/12

ΒΟΥΡΑΪΚΟΣ

Αναχώρηση στις 7:30 πμ. για Διακοπτό - Μέγα Σπήλαιο απ' όπου η πεζοπορική ομάδα θα διασχίσει το Βουραϊκό (Μέγα Σπήλαιο – Ζαχλωρό - 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**

Σάββατο - Κυριακή 03-04/11/12

ΟΡΕΙΝΟΣ ΞΕΝΩΝΑΣ (ΤΟΥΡΙΣΤΙΚΗ)

Αναχώρηση το Σάββατο στις 10.00 πμ. για Κεφαλάρι - Ορεινό Ξενώνα όπου θα διανυκτερεύσουμε. Την Κυριακή θα αναχωρήσουμε στις 4 μ.μ. για Αθήνα.

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Αρμενιάκου Γεωργία**

Κυριακή 04/11/12

ΠΑΡΝΑΣΣΟΣ Αθηναϊκή λέσχη – Γεροντόβραχος – Τσάρκο

Αναχώρηση στις 7.30 πμ. για την Αθηναϊκή λέσχη του Παρνασσού. Από εκεί η ορειβατική ομάδα θα πραγματοποιήσει την πορεία στο σηματοδοτημένο μονοπάτι 22 που ξεκινάει από το χιονοδρομικό κέντρο της Αθηναϊκής λέσχης και περνάει δίπλα στις κορυφές Γεροντόβραχο και Τσάρκο (προαιρετικά μπορεί όποιος θέλει να ανέβει στις κορυφές). Η ομάδα θα καταλήξει στην Μπαϊτανόραχη και στην συνέχεια θα επιστρέψει. Ώρες πορείας 6. Η υπόλοιπη ομάδα θα επισκεφθεί την Αγόριανη και στην συνέχεια θα επιστρέψει να παραλάβει την ορειβατική ομάδα.

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Ναυπακτίης Λουκάς**

Κυριακή 11/11/12**ΛΟΥΤΡΑΚΙ-ΗΡΑΙΟ-ΠΑΛΙΟΒΟΥΝΑ**

Αναχώρηση στις 8.30 πμ. για Λουτράκι - Όσιο Πατάτιο από όπου θα γίνει ανάβαση στην Παλιοβούνα με κατάβαση στα Πίσσια. Ώρες πορείας: 5, ΒΔ: Α. Η υπόλοιπη ομάδα θα συνεχίσει για το Ηράιο και την Λίμνη Βουλιαγμένης όπου θα διημερεύσει και μετά το μεσημέρι θα πάει στα Πίσσια για να παραλάβει την ορειβατική ομάδα.

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Τσακογιάννης Γιώργος**

Κυριακή 18/11/12**ΠΑΡΝΗΘΑ**

Αναχώρηση από τα γραφεία μας στις 8:30 πμ. για το Μετόχι Πάρνηθας, στις εγκαταστάσεις του τελεφερίκ απ' όπου η πεζοπορική ομάδα θα αρχίσει την πορεία προς Θρακομακεδόνες - Χούνη - Καταφύγιο Μπάφι (3 ώρες). Μετά, θα συνεχίσουμε για Αυχένα Όρνιο - Καραβόλα με στόχο την πηγή Σκίπιζα, αφήνοντας την Μόλα δεξιά μας (2 ώρες). Από την πηγή Σκίπιζα σε 1 ώρα θα ήμαστε στο Παλιοχώρι απ' όπου θα μας παραλάβει το πούλμαν για να μας πάει στο Καταφύγιο Μπάφι για φαγητό και για συνάντηση με όσους δεν κάνουν όλη τη διαδρομή. Συνολικά ώρες πορείας: 6, ΒΔ: Β. Όσοι δεν πραγματοποιήσουν όλη τη διαδρομή, θα κάνουν περιπάτους γύρω από το Μπάφι, το ξενοδοχείο Μον Παρνές, το Φλαμπουρί και την Μόλα.

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Λυράκη Νάντια**

Δευτέρα 19/11/12

Προβολή ψηφιακών φωτογραφιών και βίντεο στα γραφεία μας στις 8.00μμ.
από τον Νίκο Τσούτσο με θέμα **«ΜΕ ΤΗΝ ΕΟΦ ΣΤΗΝ ΝΙΣΥΡΟ ΚΑΙ ΤΗΛΟ»**

**Κυριακή 25/11/12****ΦΛΑΜΠΟΥΡΙΤΣΑ**

Αναχώρηση στις 8:00 πμ. για Άνω Τρίκαλα Κορινθίας - Μονή Αγίου Βλασίου από όπου η ορειβατική ομάδα θα πεζοπορήσει στην χαράδρα της Φλαμπουρίτσας που χωρίζει την Μικρά από την Μεγάλη Ζήρεια. Ώρες πορείας: 6, ΒΔ: Α. Η υπόλοιπη ομάδα θα περιηγηθεί τα Άνω Τρίκαλα, τα Μεσαία Τρίκαλα και την Μονή Αγίου Βλασίου.

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Παϊδούση Πόπη**

Σάββατο – Κυριακή 01-02/12/12**ΟΡΕΙΝΟΣ ΞΕΝΩΝΑΣ – ΜΙΚΡΗ ΖΗΡΕΙΑ**

Αναχώρηση το Σάββατο στις 3:00 μμ. για Κόρινθο - Κεφαλάρι - Ορεινό Ξενώνα όπου θα διανυκτερεύσουμε. Την Κυριακή η ορειβατική ομάδα θα πραγματοποιήσει ανάβαση στην κορυφή της Μικρής Ζήρειας (2.086μ.). Ώρες πορείας: 7, ΒΔ: Γ. Η υπόλοιπη ομάδα θα διημερεύσει στη περιοχή του Ορεινού Ξενώνα μας.

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Συλβεστριάδης Βασίλης**

Σάββατο 08/12/12**ΑΡΧΑΙΟΛΟΓΙΚΟ ΜΟΥΣΕΙΟ - ΜΗΧΑΝΙΣΜΟΣ ΤΩΝ ΑΝΤΙΚΥΘΗΡΩΝ****Κυριακή 09/12/12****ΑΓΙΟΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ-ΚΝΗΜΙΔΑ-ΚΑΜΕΝΑ ΒΟΥΡΛΑ**

Αναχώρηση στις 8:00 πμ. για Άγιο Κωνσταντίνο από όπου η ορειβατική ομάδα θα πεζοπορήσει προς τις Πόρτες και την κορυφή της Κνημίδας (938μ.) με κατάβαση στον Άγιο Κωνσταντίνο από άλλη πλευρά. Ώρες πορείας: 5, ΒΔ: Α. Η υπόλοιπη ομάδα θα διημερεύσει στην παραλία των Καμένων Βούρλων.

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Κοσμάδκη Μαρία**

Κυριακή 16/12/12**ΥΜΗΤΤΟΣ-ΣΠΑΤΑ- ΚΟΡΩΠΙ**

Αναχώρηση στις 8:00 πμ. για την Ι. Μ. Αγίου Ιωάννη στον Καρέα από όπου η πεζοπορική ομάδα θα κάνει διάσχιση του Υμηττού μέχρι τον Προφήτη Ηλία περιοχής Κορωπίου. Ώρες πορείας: 5, ΒΔ: Α. Η υπόλοιπη ομάδα θα επισκεφθεί την Μονή και θα προωθηθεί στην περιοχή της Παιανίας όπου θα επισκεφθεί το μουσείο Βορρέ η το σπήλαιο Κουτούκι. Μετά θα παραλάβει την πεζοπορική ομάδα κάτω από τον Προφήτη Ηλία στο Κορωπί και θα επιστρέψουν Αθήνα.

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Γκλέτσος Γιώργος**

Κυριακή 23/12/12**ΠΕΡΙΠΑΤΟΣ ΣΤΟ ΔΑΣΟΣ ΤΑΤΟΪΟΥ**

Αναχώρηση στις 8.30 πμ. για την Βαρυμπόμπη. Από εκεί θα ξεκινήσουμε πορεία μέσα στο δάσος του Τατοΐου. Στην διαδρομή θα επισκεφθούμε τα βασιλικά ανάκτορα και τους βασιλικούς τάφους. Θα συνεχίσουμε στην τεχνητή λίμνη Κιθάρα. Θα μας ξεναγήσει ο κ. Βασίλης Κουτσαβλής. Ώρες πορείας: 5, ΒΔ: Α. Θα έχουμε την δυνατότητα να φάμε σε ταβέρνα στο Κρουνέρι

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Τοκατλή Νανά**

Κυριακή 30/12/12**ΓΥΡΟΣ ΣΟΥΝΙΟΥ**

Αναχώρηση στις 8.30 πμ. για Παλαιά Φώκαια απ όπου η πεζοπορική ομάδα θα πραγματοποιήσει την διαδρομή Π. Φώκαια - Προφήτης Ηλίας - Άγιος Κωνσταντίνος. Ώρες πορείας: 5. ΒΔ: Α. Η υπόλοιπη ομάδα θα επισκεφθεί τον Άγιο Νεκτάριο, το Λαύριο και το Σούνιο.

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Μαντάς Δημήτριος**

Κυριακή 06/01/13**ΘΕΟΦΑΝΕΙΑ – ΓΙΟΡΤΗ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ ΣΤΗΝ ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΣΗ**

Αναχώρηση στις 8:30 πμ. για κατασκήνωση.
Κοπή πίτας παιδιών με κλήρωση αναμνηστικού φλουριού και διανομή δώρων.

**Σάββατο – Κυριακή 5-6/ 01/13****ΝΑΥΠΑΚΤΟΣ**

Αναχώρηση το Σάββατο στις 8:00 πμ. για Ναύπακτο. Η ορειβατική ομάδα θα πραγματοποιήσει κυκλική διαδρομή στην περιοχή του Αγραπιδόκαμπου. Ώρες πορείας: 4, ΒΔ: Α. Η υπόλοιπη ομάδα θα περιηγηθεί την παλιά πόλη της Ναυπάκτου και θα ανέβει στο κάστρο. Την Κυριακή η ορειβατική ομάδα θα πραγματοποιήσει ανάβαση από το χωριό Καλαβρούζα στην κορυφή Κλόκοβα (υψ. 1017μ.) με κατάβαση στο χωριό Ρίζα. Ώρες πορείας: 5, ΒΔ: Β. Η υπόλοιπη ομάδα θα παρακολουθήσει την λειτουργία των Θεοφανείων στο Αντίρριο. Θα επισκεφθεί επίσης το κάστρο της Ρούμελης και ένα πυλώνα της γέφυρας του Αντίρριου - Ρίου.

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Βέττερ Μάγια**

Παρασκευή 11/01/13**ΚΟΠΗ ΠΡΩΤΟΧΡΟΝΙΑΤΙΚΗΣ ΠΙΤΑΣ**

Λόγω του εορτασμού των 80 χρόνων της ΕΟΦ θα κυκλοφορήσει αναλυτικό πρόγραμμα

**Σάββατο - Κυριακή 12 - 13/01/13****ΟΡΕΙΝΟΣ ΞΕΝΩΝΑΣ**

Αναχώρηση το Σάββατο στις 3:00 μμ. για Κόρινθο - Κεφαλάρι - Ορεινό Ξενώνα όπου θα διανυκτερεύσουμε. Την Κυριακή η ομάδα θα διημερεύσει στον Ορεινό Ξενώνα και θα συμμετάσχει στην γιορτή για τα παιδιά του Κεφαλαρίου στα οποία θα μοιραστούν δώρα.

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Δ.Σ.**

Κυριακή 13/01/13**ΟΔΟΙΠΟΡΙΚΟ ΣΤΟ ΔΙΟΝΥΣΟ**

Αναχώρηση στις 8.30 πμ. για Διόνυσο Πεντέλης. Εκκίνηση από μονοπάτι σε πευκόδασος και ανάβαση στα παλιά μη ενεργά λατομεία. Περιήγηση στο χώρο των λατομείων. Επιστροφή από τα ίδια. Ώρες πορείας: 4, ΒΔ: Α. Η υπόλοιπη ομάδα θα επισκεφθεί την Μονή Οσίου Εφραίμ και θα διημερεύσει στην Νέα Μάκρη. Το πούλμαν θα μεταφέρει και την πεζοπορική ομάδα στην Νέα Μάκρη από όπου θα αναχωρήσουν και οι δύο ομάδες

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Παπαμήτσου Ρένα**

Κυριακή 20/01/13**ΔΕΛΦΟΙ - ΧΡΥΣΟ - ΙΤΕΑ**

Αναχώρηση στις 8 πμ. για Δελφούς από όπου η πεζοπορική ομάδα θα πραγματοποιήσει την διαδρομή Δελφοί - Χρυσό - Κίρρα από γραφικό μονοπάτι και χωματόδρομο. Ώρες πορείας: 3 ½, ΒΔ: Α. Στην συνέχεια θα προωθηθεί με το πούλμαν στην Ιτέα. Η υπόλοιπη ομάδα θα επισκεφθεί τον Αρχαιολογικό Χώρο των Δελφών με το Αρχαιολογικό Μουσείο, το Χρυσό και στη συνέχεια θα προωθηθεί στην Ιτέα και θα διημερεύσει στην παραλία της.

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Νίντος Νικόλαος**

Δευτέρα 21/01/13

Προβολή ψηφιακών φωτογραφιών στα γραφεία μας στις 8:00 μ.μ.
από τον **Κώστα Τζεβελέκα** με θέμα "ΠΡΩΤΗ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΑΠΟΣΤΟΛΗ ΣΤΟ ΡΟΝΒΕΣΟΡΙ (υψομ. 5109)
ΣΤΗΝ ΟΥΓΚΑΝΤΑ & ΣΑΦΑΡΙ ΣΤΟ ELIZABETH PARK"

**Κυριακή 27/01/13****ΟΡΧΟΜΕΝΟΣ**

Αναχώρηση στις 8:00 πμ. για Κάστρο - Ορχομενό όπου θα επισκεφθούμε την Μονή Παναγίας Σκριπούς, το αρχαίο θέατρο του Ορχομενού και τον Μυκηναϊκό θολωτό τάφο του Μινύου. Στη συνέχεια θα πεζοπορήσουμε προς την αρχαία πόλη του Ορχομενού, το κάστρο και από το αρχαίο μονοπάτι προς τις πηγές των Χαρίτων στο Υφάντειο όρος. Ώρες πορείας: 2, ΒΔ: Α. Όσοι δεν πεζοπορήσουν θα προωθηθούν στην Λειβαδιά όπου θα επισκεφθούν την τοποθεσία "Νερά της Κρύας".

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Κατράκης Χρόνης**

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 εκδρομέων 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 καγκούλ)
- ✓ Παγούρι
- ✓ Τροφή ανάγκης (ξηροί καρποί, σοκολάτα)
- ✓ Σουνιάς, πυξίδα,

- ✓ 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 (θερμόφάν)
- ✓ Πουλόβερ
- ✓ Μάλλινο ή ειδικό συνθετικό παντελόνι
- ✓ Μάλλινο πουκάμισο
- ✓ Σκούφος
- ✓ Γάντια
- ✓ Κασκόλ

Σε περίπτωση διανυκτέρευσης:

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



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 24 ωρο.
- 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

Κίρφη, 1993.



Φαντάρος, Καλπάκι, 1983.



ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΙΣΤΟΡΙΑΣ ΑΠΟ ΤΗΝ ΜΑΡΙΑ ΕΥΘΥΜΙΟΥ ΣΤΗΝ ΠΛΑΤΕΙΑ

Διδάσκει Παγκόσμια Ιστορία στο Πανεπιστήμιο Αθηνών εδώ και 30 χρόνια. Το 2007 η 57χρονη ιστορικός αποφάσισε να μεταφέρει το μάθημα και εκτός αμφιθεάτρου. Οι δωρεάν διαλέξεις της διαδόθηκαν αμέσως από στόμα με στόμα. Στις αίθουσες δήμων και κοινοτήτων συνειδητοποίησε – όπως αποκαλύπτει η ίδια – τη δίψα των Ελλήνων για την Ιστορία και το πώς μια απλή πρωτοβουλία μετατρέπεται σε κοινωνική προσφορά.

Η αναπληρώτρια καθηγήτρια Ιστορίας του Τμήματος Ιστορίας και Αρχαιολογίας του Πανεπιστημίου Αθηνών ξεκίνησε τα δωρεάν μαθήματα το 2007. Η ιδέα προέκυψε από μια απλή παρατήρηση: στο αμφιθέατρο όπου δίδασκε το μάθημα της Παγκόσμιας Ιστορίας παρακολουθούσαν συχνά και μη φοιτητές. «Είμαι βαθιά πολιτικός άνθρωπος με την έννοια του πολίτη», λέει η ίδια. «Πάντα προβληματίζομαι για την κοινωνία γύρω μου και ήθελα να βρω έναν τρόπο να προσφέρω». Το πώς θα το έκανε αυτό το αναζητούσε καιρό. Αρχικά, συμμετείχε σε διάφορες εθελοντικές δράσεις, όπως ομάδες δασοπροστασίας και αναδάσωσης. Σύντομα, όμως, συνειδητοποίησε πως η Ιστορία θα γινόταν το μέσο της συνεισφοράς της. Εξηγεί: «Η Ιστορία αφορά όλους. Είναι σαγηνευτική. Είναι η ζωή του ανθρώπου. Δεν αρκείται στο παρελθόν. Μιλά για το παρόν. Και αν όσα βιώνουμε σήμερα είναι αποτέλεσμα διεργασιών του παρελθόντος και εμείς με τη σειρά μας γινόμαστε ένας κρίκος στις διεργασίες του μέλλοντος».



ΠΑΡΙΣΙ - ΑΘΗΝΑ. Η Μαρία Ευθυμίου γεννήθηκε στη Λάρισα το 1955 και μεγάλωσε στην περιοχή της Νεάπολης στην Αθήνα. Παιδί εκπαιδευτικών και αδελφή του πρώην υπουργού του ΠΑΣΟΚ Πέτρου Ευθυμίου, σπούδασε στο Τμήμα Ιστορίας και Αρχαιολογίας του Πανεπιστημίου Αθηνών. Αποφοίτησε ακριβώς στα 4 χρόνια, λέει η ίδια, και συνέχισε για μεταπτυχιακό και διδακτορικό δίπλωμα στο Πανεπιστήμιο της Σορβόνης. Δεν θέλησε να παραμείνει στη Γαλλία. Ακόμα και κατά τα φοιτητικά της χρόνια επέστρεφε συχνά στην Ελλάδα. «Επαιρνα το λεωφορείο Παρίσι - Αθήνα γιατί ήταν οικονομικό. Το ταξίδι διαρκούσε δύο ημέρες και δυο νύχτες και περνούσαμε μέσα από τη Βόρεια Ιταλία και τις χώρες της πρώην Γιουγκοσλαβίας», θυμάται. Ειδικεύτηκε στη Νέα Ελληνική Ιστορία και η διατριβή της αφορούσε τις οικονομικές δραστηριότητες στο λιμάνι της Ρόδου τον 18ο αιώνα.

Πάντα φανταζόταν τον εαυτό της δασκάλα. Όχι όμως καθηγήτρια πανεπιστημίου. Υστερα από την παρότρυνση των καθηγητών της στην Ελλάδα και τη Γαλλία, μεταξύ των οποίων και ο επιβλέπων του διδακτορικού της Σπύρος Ασδραχάς, άρχισε να εργάζεται στο Πανεπιστήμιο Αθηνών το 1981 ως επιστημονική συνεργάτης. Ήταν μόλις 26 ετών.

Τη διδασκαλία εκτός αμφιθεάτρων την ξεκίνησε αθόρυβα. Πρώτα, ζήτησε μια αίθουσα από την Ένωση Ορειβατών και Φυσιολατρών στο Κέντρο της Αθήνας. Ονόμασε τον κύκλο διδασκαλίας της «Δεκαέξι μικρά μαθήματα για έναν μεγάλο κόσμο». Ουσιαστικά, θα δίδασκε ένα τρίωρο μάθημα την εβδομάδα για 16 εβδομάδες. «Την πρώτη φορά εμφανίστηκαν κάποιες δεκάδες άτομα. Στο δεύτερο μάθημα, συγκεντρώθηκαν 100», θυμάται η Ραχήλ Αντζέλ, συνταξιούχος γιατρός και προσωπική της φίλη εδώ και μια δεκαετία. Υστερα, η κ. Ευθυμίου συνέχισε να χτυπά πόρτες. Πρότεινε την ιδέα σε γνωστούς της στη Λάρισα και στις αρχές του 2009 ταξίδευε με δικά της έξοδα κάθε Παρασκευή στην πόλη, όπου δίδασκε στο Γαλλικό Ινστιτούτο και στο σχολείο του θεραπευτικού προγράμματος του Κέντρου Θεραπείας Εξαρτημένων Ατόμων Εξοδος τα Σαββατοκύριακα. Εκτοτε, η καλή φήμη των μαθημάτων της διαδόθηκε από στόμα σε στόμα. Τα τελευταία πέντε χρόνια άνθρωποι όλων των ηλικιών στριμώχνονταν ή κάθονταν

ακόμα και στο πάτωμα αιθουσών και πνευματικών κέντρων ανά τη χώρα για να την ακούσουν.

ΣΑΝ ΠΑΡΑΜΥΘΙ. Η μαγεία των μαθημάτων της έγκειται στην απλότητα. Δεν χρησιμοποιεί πίνακα. Ούτε μοιράζει σημειώσεις. Στέκεται όρθια και διδάσκει από στήθος. Η φωνή της είναι δυνατή και σταθερή. Το μόνο εργαλείο της δουλειάς της είναι ένας παγκόσμιος χάρτης. «Η διδασκαλία είναι επικοινωνία. Συχνά, η τεχνολογία το καταργεί αυτό. Αν ο μαθητής έχει τα μάτια του κολλημένα σε μια προβολή από υπολογιστή στον τοίχο και όχι στα μάτια του διδάσκοντα, το χάσαμε το παιχνίδι», συνηθίζει να λέει η ίδια.

Με τα χρόνια έχει καταλήξει στη δομή των μαθημάτων της. Το έχει δει να αποδίδει στα 32 χρόνια που διδάσκει στο πανεπιστήμιο. Χωρίζει την παγκόσμια Ιστορία σε τρεις κύκλους: από τα προϊστορικά χρόνια μέχρι τη γεωργική επανάσταση, στην ιστορία των θρησκειών και αυτή των σημαντικότερων χωρών του πλανήτη. Δεν μένει στις λεπτομέρειες. Κρατά τα σημαντικότερα γεγονότα. «Η Μαρία μοιάζει με τους αφηγητές του παρελθόντος. Περιγράφει τα γεγονότα με πάθος και ζωντάνια. Λες και μας λέει κάθε φορά ένα παραμύθι», σημειώνει η κ. Αντζέλ.

Η αφήγησή της είναι απλουστευμένη, αλλά όχι απλοϊκή, ενώ συχνά ανάμεσα στις ημερομηνίες, τις συνθήκες και τους πολέμους - συμπληρώνει - εμπλέκει λογοτεχνικά κείμενα και μουσικά κομμάτια. «Η διδασκαλία είναι ερωτικό πράγμα», έχει δηλώσει η κ. Ευθυμίου. «Δάσκαλος και μαθητής πρέπει να αισθανθούν ερωτικά για τη γνώση. Αυτό περνά μέσα από την επαφή, μέσα από τα μάτια». Οι διοργανωτές των διαλέξεων της λένε πως οι θεατές αισθάνονται συχνά μαγεμένοι, ενώ πολλοί ζητούν να ηχογραφήσουν τα μαθήματά της. Στον ελεύθερό χρόνο της, η κ. Ευθυμίου ασχολείται με την πεζοπορία. Το χόμπι της δεν είναι ασύνδετο με την Ιστορία, αναφέρει η κ. Αντζέλ. «Της αρέσει να περπατά στους τόπους για τους οποίους μιλά στα μαθήματά της».

Κάπως έτσι βρέθηκε πρόσφατα και σε αποστολή στα βουνά της Ισλανδίας. Στην Αθήνα δεν διαθέτει αυτοκίνητο.

Πολλοί είναι οι συμμετέχοντες που προτίθενται να την παραλάβουν από το σπίτι της πριν από το μάθημα. Όταν την ρωτούν γιατί προσφέρει ανιδιοτελώς, απαντά: «Κάνετε λάθος. Ο σκοπός μου είναι ιδιοτελής και εγωιστικός. Παίρνω πολύ περισσότερα από όσα δίνω. Οι άνθρωποι χαίρονται τα μαθήματα, αλλά εγώ χαίρομαι περισσότερο όταν βλέπω αυτά τα φωτεινά μάτια να με παρακολουθούν».

Σχόλια: Τον περασμένο Μάρτιο και Απρίλιο 650 άτομα συγκεντρώνονταν για επτά εβδομάδες στην αίθουσα Νίκος Γκάτσος, τη μεγαλύτερη αίθουσα στην «Τεχνόπολη», στο Γκάζι. Αυτή τη φορά, η ιστορικός παρέδιδε μαθήματα Ελληνικής Ιστορίας από τον 13ο έως τον 19ο αιώνα. «Παρ' όλο που η ώρα προσέλευσης ήταν στις έξι το απόγευμα, ο κόσμος προσερχόταν από τις τεσερισημίσι και κανείς δεν έφευγε πριν τελειώσει. Παρέμεναν καρφωμένοι στις θέσεις τους», παρατηρεί η Μάρθα Φλωράτου, πρόεδρος της Α' Δημοτικής Κοινότητας του Δήμου Αθηναίων και μια εκ των διοργανωτών. Κάθε εβδομάδα, έψαχναν επιπλέον καρέκλες για να εξυπηρετήσουν το κοινό που αυξανόταν. «Στο τέλος οι θεατές ξεπούσαν αυθόρμητα σε χειροκροτήματα», προσθέτει.

Της Κατερίνας Βουταινά

ΔΗΜΟΣΙΕΥΘΗΚΕ στα «ΝΕΑ»: Σάββατο 14 Ιουλίου 2012

Μαθήματα Παραδοσιακών Χορών



Συνεχίζονται και αυτό το τρίμηνο τα μαθήματα με τον ίδιο δάσκαλο για να δώσουμε την ευκαιρία και φέτος σε όσους θέλουν να μάθουν ή να βελτιώσουν την τεχνική τους σε Ελληνικούς Παραδοσιακούς Χορούς.

Γι' αυτό, κάθε Τετάρτη στις 7,30 μ.μ. θα συγκεντρωνόμαστε στα γραφεία μας για τα μαθήματα με μία πολύ μικρή (τυπική) μηνιαία επιβάρυνση.

Οι ενδιαφερόμενοι, να συνεννοούνται με τα γραφεία μας ή με την κα Ντ. Μαρίνου στο τηλέφωνο 210 9345692.

ΤΟ ΘΑΥΜΑ ΤΗΣ ΙΚΑΡΙΑΣ

Επιμέλεια ύλης Σπύρος Βαραγγούλης, Καρδιολόγος

Σύμφωνα με στατιστικές έρευνες η Ικαρία, η Σαρδηνία και η Οκινάβα της Ιαπωνίας, έχουν τα υψηλότερα ποσοστά υπερηλικίων στον κόσμο. Ακολουθούν η Λόμα Λίντα στην Καλιφόρνια και η χερσόνησος Νικόγια στην Κόστα Ρίκα.

Μαθήματα μακροζωίας παραδίδουν οι κάτοικοι της Ικαρίας με το ποσοστό υπερηλικίων να είναι από τα μεγαλύτερα στην Ευρώπη. Έτσι ενώ στην υπόλοιπη Ευρώπη το ποσοστό υπερηλικίων (άνω των 90) είναι μικρότερο του 0,1% στην Ικαρία το αντίστοιχο ποσοστό είναι δεκαπλάσιο.

Τα δεδομένα αυτά κέντρισαν το ενδιαφέρον των ελλήνων ερευνητών. Έτσι ομάδα καρδιολόγων που επισκέφθηκε την Ικαρία υπέβαλε σε πλήρη καρδιολογική και παθολογική εξέταση 673 ηλικιωμένους Ικαριώτες (μέσος όρος ηλικίας ήταν τα 75 έτη) και 657 νεότερους (μέσος όρος ηλικίας τα 54 έτη) και κατέγραψε τις καθημερινές συνήθειές τους.

Είναι ενδεικτικό ότι όσοι ακολουθούσαν πιστά τη μεσογειακή διατροφή είχαν σε μικρότερη συχνότητα παράγοντες καρδιαγγειακού κινδύνου (υπέρταση-σακχαροδιαβήτη-χοληστερίνη). Επίσης, ακόμα και αυτοί που χρειάστηκε να πάρουν φάρμακα για τα παρπάρω, ρυθμιζόνταν καλύτερα εάν ακολουθούσαν τη μεσογειακή

ακή διατροφή.

Έτσι η τακτική κατανάλωση φρούτων, λαχανικών, οσπρίων και ψαριών φαίνεται συνθέτουν τη συνταγή για έξτρα χρόνια ζωής. Ένας άλλος σημαντικός παράγοντας που φαίνεται να δρα ευεργετικά είναι η καθημερινή άσκηση, είτε με το καθημερινό περπάτημα, είτε κάνοντας δουλειές στο σπίτι και στον κήπο. Ως γνωστόν η κατάθλιψη αποτελεί παράγοντα καρδιαγγειακού κινδύνου. Εκτός από την κοινωνικότητα και τη συντροφικότητα η μεγάλη κατανάλωση ψαριών από τους Ικαριώτες πιθανόν να δημιουργεί ασπίδα προστασίας στο να εκδηλωθεί κάποιος κατάθλιψη.

Επίσης, στην ευεργετική δράση του ελαιόλαδου αποδίδουν οι ειδικοί τη δραστηρία σεξουαλική ζωή των κατοίκων της Ικαρίας ανεξαρτήτως ηλικίας.

Τώρα όσον αφορά το κάπνισμα ένα ποσοστό 82% των ανδρών και 25% των γυναικών είναι πρώην καπνιστές.

Μέσα σε όλα αυτά θα πρέπει να προσμετρηθεί ο μεσημεριανός ύπνος που φαίνεται να χαρίζει χρόνια ζωής.

Βλέποντας όλα αυτά θα ήταν χρήσιμο κάποια στιγμή να καταγράψουμε στην περιοχή μας τις δικές μας συνήθειες και πώς επηρεάζουν το προσδόκιμο ζωής. Υπάρχει ακόμα η μεσογειακή διατροφή των παππούδων μας με χαμηλή κατανάλωση κρέατος και μέτρια κατανάλωση γαλακτομικών; Υπάρχει μεγάλη κατανάλωση ψαριών; Υπάρχει ο μεσημεριανός ύπνος; Πού βρισκόμαστε με το κάπνισμα; Πόσο έχουμε υιοθετήσει «δυτικά» πρότυπα στη διατροφή μας;

Υ.Γ. Προς αγαπητούς φίλους που ρωτούν.

300 παράμετροι τέθηκαν για να βγάλουν τα συμπεράσματά τους οι συνάδελφοι στην Ικαρία.

Δυστυχώς δεν υπάρχει καμιά αναφορά όσον αφορά την κατανάλωση παυλόσκων από τους συμπαθείς Ικαριώτες και την επίδρασή τους στο καρδιαγγειακό σύστημα.



ΤΣΑΪ ΤΟΥ ΒΟΥΝΟΥ *Sideritis euboica* Γράφει ο Γιώργος Γκλέτσος

Εφέτος η καθιερωμένη εκδρομή της ΕΟΦ την 1η Ιουλίου στην Δίρφυ της Ευβοίας, με συλλογή τσαγιού του βουνού (είδος *Sideritis euboica* ή τσάι από το Δέλφι), δεν πραγματοποιήθηκε. Δικαιολογία ήταν ότι υπήρξαν μόνο 17 ενδιαφερόμενοι για την υπόψη εκδρομή. Μήπως κάποιος "Παγκόσμιος Οργανισμός Προώθησης του Καφέ" άσκησε πιέσεις στο Προεδρείο και την Έφορο Εκδρομών να μην γίνει η εκδρομή για την συλλογή τσαγιού του βουνού, προκειμένου να πίνουμε περισσότερο καφέ; Ίσως πάλι έπιασαν οι υποκριτικές απειλές κάποιων συλλόγων στην Εύβοια, που μας είχαν παλιότερα... απαγορεύσει να μαζεύουμε τσάι από την Δίρφυ γιατί ήταν ... δικά τους χωράφια. Ας σοβαρευθούμε όμως. Θα ξέρετε ίσως ότι το τσάι του βουνού προέρχεται από έναν αρωματικό, ποώδη, πολυετή θάμνο που ενδημεί σε ορεινή ζώνη (1000-1500μ.) σε ξηρά βραχώδη ή αμμώδη εδάφη. Υπάρχουν πολλά είδη τσαγιού που αυτοφύονται στην Δίρφυ, στον Ταΰγετο, στον Όλυμπο, στον Πάρνασσό, στην Όθρυ, κλπ.

Το τσάι του βουνού χρησιμοποιείται ως αρωματικό αφέψημα με καταπραυντικές, διεγερτικές και θεραπευτικές ιδιότητες. Θεωρείται ακόμη αντιθρομβωτικό, αντιπερτασικό, αντιφλεγμονώδες, αντιοξειδωτικό και ανταναιμικό γιατί περιέχει Fe (σίδηρο). Ειδικά τους χειμερινούς μήνες το προτιμούν πολλοί με μέλι ή λεμόνι λόγω της ευεργετικής του επίδρασης σε πονόλαιμους, κρυολο-

γήματα και σε φλεγμονές του αναπνευστικού συστήματος.

Επίσης πρόσφατα ("ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ", 14-7-12) μάθαμε ότι το ελληνικό τσάι του βουνού πέραν των γνωστών του θεραπευτικών ιδιοτήτων δρα και κατά της νόσου του Αλτσχάιμερ, της μάστιγας της εποχής μας, όπως διαπίστωσε εικοσαμελής ομάδα Γερμανών επιστημόνων στο Πανεπιστήμιο Magdeburg και στο ομώνυμο Ερευνητικό Κέντρο για Νευρολογικές Ασθένειες υπό τον Καθηγητή Jens Pahnke. Πίνοντας καθημερινά τσάι του βουνού ενισχύεται η μνήμη και προλαμβάνεται η νόσος του Αλτσχάιμερ. Πίνοντας καθημερινά αυτό το θαυμάσιο αρωματικό ελληνικό ρόφημα αποφεύγουμε ακόμη και τον ξενόφερτο καφέ με την καφεΐνη του που μας φέρνει ταχυκαρδίες, αϋπνίες, και άλλα συνεπακόλουθα. Εκτός των άλλων, τώρα με την οικονομική κρίση θα έχουμε και εξοικονόμηση συναλλάγματος. Τι λέτε; Υπάρχει ενδεχόμενο να αντικατασταθεί η πρόταση "πάμε για καφέ;" από την πρόταση "πάμε για τσάι;" και με πολλή συμπάθεια.

Εύχομαι και ελπίζω του χρόνου να πάμε στην Δίρφυ ξανά για τσάι, και να το επαναλαμβάνουμε κάθε Ιούλιο, καθώς και να καθιερώσουμε το τσάι του βουνού σαν το καθημερινό μας ρόφημα.



Άνθρωποι τύχης είδωλον επλάσαντο, πρόφασιν ιδίης αβουλίας.
 'Οι άνθρωποι επινόησαν τη θεά της Τύχης για να δικαιολογήσουν τη δική τους έλλειψη θέλησης.'

-Δημόκριτος- (Φιλόσοφος-Μαθηματικός-Αστρονόμος),
 470-361 π.Χ., Τύχη & Πεπρωμένο

ΕΟΦίτικα

■ Φέτος στην ΕΟΦ

ήταν η χρονιά των γιαγιάδων και των παππούδων.

Μία νέα γενιά από Εοφίτι-πouλα ξεπετάγεται και οι ανάγκες

λόγω και των ειδικών οικονομικών συνθηκών είναι μεγάλες. Έτσι το «βάρος»

το επωμίζονται οι «γηραιοί» (σε παρένθεση βέβαια γιατί οι περισσότεροι είναι

κοτσονάτοι!). Υπό αυτές τις συνθήκες η κατασκήνωση γέμισε ζωή, παιδιά! Μικρά

ανθρωπάκια πετάγονταν από παντού, το κρυφό στην πρώτη γραμμή, παιχνίδια ολη-

μερίς με πειθαρχία βέβαια και σεβασμό στις ώρες κοινής ησυχίας. Το κτήμα ο

ιδανικός τόπος για τα παιδιά. Αυτά τα παιδιά αποτελούν την συνέχεια των γο-

νιών τους, που στην ολότητά τους κατά το ένα σκέλος μεγάλωσαν τα καλοκαίρια

μέσα στην κατασκήνωση και χωρίς έγνοια πλέον αφήνουν και τα παιδιά τους να με-

γαλώνουν στον ίδιο χώρο από την κούνια τους! Ποσοτικά μπροστά η Αρμενιάκου με

5 εγγόνια, τον Βασίλη, τον Δημήτρη, τον Ιάσωνα, την μικρή Φωτεινή και τον Νικόλα,

από τις κόρες της Τασία και Κασσιανή. Ο Ψυράκης 4, την Ελευθερία, την

Νεφέλη, την Μυρτώ και τον Απόστολο, από τους γιούς Αλέξανδρο και Γιάννη. Η

Καίτη η Μπαμπούρα επίσης με 4, την Εύα, τις δύο Κατερίνες και την Ζέτα, από

τα παιδιά της Σοφία και Γιάννη.

Η Ρένα η

Παπαδάκη

με 2, την

Μαρία και

την Ειρήνη

της κόρης

της Νανάς.

Η Κούλα η

Σεβαστιάδου

με 2, τις

ιδίδουμες

Κύρα και

Ειρήνη του

Μενέλαου. Ο

Λουκάς με 2,

την Στεφανία

και τον Λουκά

από τον γιό

του Σπύρο. Ο

Σίνος με 1, τον

Αποστόλη

από την κόρη

του Ανθούλα. Και

τέλος Αρ-

χιηγός όλων η

Ηλέκτρα του

Νίκου του Πε-

τρόπουλου. Πέρασμα

έκανε και ο Γεράσιμος

με την κόρη

του Βασιλική. Αυτή

η γενιά

μεγαλώνει με

τις καλύτερες

συνθήκες

και δίνει ζωή

στην κατασκήνωση

και φυσιο-

λογικά θα είναι

ένα σκέλος από

την συνέχεια της

ΕΟΦ.

■ Σε νεανική

φωλιά έχει

εξελιχθεί το

γήπεδο της

ΕΟΦ, τόπος

συνάντησης

και άθλησης

τόσο για τα

παιδιά της

κατασκή-

νωσης αλλά

και για τα

γύρω παι-

διά λόγω

έλλειψης

χώρων

στην ευρύτερη

περιοχή. Ο

χώρος του

γήπεδου της

ΕΟΦ, σχεδόν

από τη δια-

μόρφωσή του,

ήταν ο χώρος

που μάζευε

την αφρό-

κρεμα του

ελληνικού

βόλεις. Παρά-

πλήλως γίνον-

ταν αγώνες



Ελάτε να παίξουμε διπλό, βαρέθηκα να παίζω μόνος μου.



Επί το έργον με την επιστολία της Ηλέκτρας.

στήβου και επιδείξεων και σήμερα είναι σε καθημερινή βάση τόπος συνάντησης, ειδικά τα Σαββατοκύριακα, όπου 30 και 40 παιδιά όλων των ηλικιών συνευρίσκονται, αθλούνται και απολαμβάνουν το γήπεδό μας και το περιβάλλοντα χώρο.

ΜΕΘΑΝΑ - Ποίηση και φωτογράφιση από τον Γιώργο Γκλέτσο

Αναρωτιέται το άλογο
 μήπως είναι παράλογο
 εδώ που περπατάτε
 κι όλοι ιδρωκοπάτε;

Δεν περπατώ στα Μέθανα
 σαν κάνει τόση ζέση
 κουράσθηκα και πέθανα
 δεν έχω καμιά ζέση

Μας περιμένει η θάλασσα
 για μπάνιο τον Σεπτέμβρη
 το κέφι μου δεν χάλασα
 και η δροσιά θα με εύρει

Κι αν μερικοί από εσάς
 φθάσατε ως την Χελώνα
 εγώ περνάω σαν πασάς
 με μπάνιο στον Λιμνιώνα



Το άλογο τι αναλογίζεται;



Παραλία του Λιμνιώνα.

ΕΟΦίτικα

■ Και σαν να μην έφτανε φέτος η παραγωγή από τον κήπο του Πίκουλα και του γαμπρού της Καίτης Μπαμπούρα, πλάκωσαν κατά το τέλος Αυγούστου τα φορτηγά... και άρχισαν να ξεφορτώνουν καφάσια με ζαρζαβατικά από το κτήμα του Φώτη του Καφετζόπουλου. Ο οικίσκος της Έρσης, μετατράπηκε σε παράρτημα της Κεντρικής Λαχαναγοράς. Καφάσια στοιβαγμένα με μελιτζάνες διαφόρων ειδών, φλάσκες... τσακωνικές... πιπεριές γλυκές... καούρικες... φλωρίνης... κολοκύθια διαφόρων μεγεθών, ντομάτες, καρότα, χόρτα, σέλινια... Η διανομή αναλόγως των αναγκών του κάθε οικίσκου. Πληθυσμιακές πρώτα και οικονομικές. Η δήλωση της Εφορίας και το Ε9 στην Έρση και άρχισε το μοίρασμα. Τσάντες και τον κατήφορο όλοι. Και από την επόμενη άρχισε η αξιοποίηση. Όλο το κτήμα ευωδίαζε από τις μαγειρικές με τα αγαθά από το κτήμα του Φώτη. Γεμιστά, τηγανιτές μελιτζάνες, πι-



Η Έρση η οποία συνεχίζει την δίαιτα του τσαγιού πρόσφερε και φέτος δωρεάν -ταμειακό κοντρόλ και συμπαράσταση στους "υπεύθυνους καντίνας" Μαρία και Στέλιο. -...Ο επόμενος; -2 σόδες, 1 μπύρα, 2 νερά. -Μόνο αυτά πήρατε...



Τήλος Νίσυρος. Τελευταία σύναξη στο φέρρυ μπωτ γυρίζοντας προς Πειραιά. Χαμόγελα και ζεστασιά forever.

περιές, κολοκυθοκεφτέδες, μελιτζάνες ψητές, τουρλού στην κατσαρόλα, κολοκύθια γεμιστά αυγολέμονο, μουσακά και η αποθήωση... ιμάμ μπαϊλντί! Μοσχομύριζε όλη η κατασκήνωση! Δεκαπέντε μέρες μέχρι εξαντλήσεως των αποθεμάτων, η πραγματεία του Φώτη αξιοποιήθηκε πλήρως. Δεν μπήκε άλλο φαγητό στο κτήμα. Έγινε πράξη το σύνθημα «Όλοι μαζί μπορούμε», αρκεί να έχουμε την πρώτη ύλη!

■ Τι το ήθελε ο Νίκος ο Τάτσος και είπε ότι διαθέτει—δωρίζει 250 ευρώ για να φτιαχτεί η μπασκέτα στο γήπεδο της Κατασκήνωσης; Αρχίσανε οι διαβουλεύσεις, άλλες με παλιές, άλλες με νέες μεθόδους. Ο Έφορος μπήκε στο Ίντερνέτ και άρχισε να ψάχνει. Πληκτρολόγησε στεφάνια μπάσκετ, πλέξι γκλας, τοποθετητές και ένα κάρο sites! Μετά από συσκέψεις και παρασυσκέψεις κατοχυρώθηκε η «εργολαβία» και με τη συνδρομή του Πίκουλα, κατέβηκαν οι μπασκέτες και μπήκαμε στο δύσκολο κομμάτι τρύπας και βίδας. Τόσο μήκος οι βίδες, τόσο πάχος, τόσο σπείρωμα, είναι σωστές οι ροδέλες, τα γκρόβερ, τα παξιμάδια, να τις δει ο Πρόεδρος, να τις ελέγξει ο Πίκουλας σαν πιο ειδικός, να κάνει επαλήθευση ο Αντιπρόεδρος και πάει λέγοντας. Μάλλον θα έχει βγει το περιοδικό και το ζητούμενο θα είναι οι βίδες. Σαν τα Ανατολικά καθεστώτα παλιά που χίλια παλτά περιμένανε κρεμασμένα ένα χρόνο σε ένα εργοστάσιο, γιατί υπήρχε πρόβλημα στα κουμπιά!

■ Από σεβασμό είπε. Τι να πει ο άνθρωπος Στην Τήλο το συμβάν. Δράστης ο Ξενοδόχος. Καλημέρα θείε, έτσι κι έβλεπε άντρα, καλημέρα θεία, στις γυναίκες. Καληνύχτα θείε, καληνύχτα θεία! Που και που έβλεπε και κανένα νεότερο αλλά η πλειοψηφία ήταν -ήντα και βάλε, οπότε έβαλε μπροστά τον σεβασμό και ξεμπερδέψε. Να ναι καλά το ανηψούδι!

■ Στη Νίσυρο τα μποφόρια είχαν αγριέψει, και κρατάγαν οπότε άρχισαν οι συνειρμοί. Η επιστροφή από τους Οθωνούς δεν ήταν και πολύ μακριά χρονικά και πολλοί από τους εκδρομείς είχαν κακές εμπειρίες από τον



-Άκου Πίτσα... να πεις στον Απόστολο ότι θέλετε δεν θέλετε το πρωτάθλημα στο Μπάσκετ θα το πάρει ο Ολυμπιακός.
-Τα ξέρω από μέσα Πίτσα μου.
-Ας μην έφευγε ο Μπατί και ας μην μας παίρνατε τον Περγέρογλου και τον Μαυροκεφαλή; ας μην έκοβε η Τρόικα τις δαπάνες για τα φάρμακα και θα σου έλεγα εγώ τι θα έκανε ο **εξάσφαιρος**.



Ο Νέστορας της ΕΟΦ

ΤΖΙΑ

Του Γιώργου Γκλέτσου

Επήγαμε στην Τζιά.
Γύρεψα πορτοκάλι μου δείξαν νερατζιά.
Διάβηκα γκαλντερίμι μα βρώμαγε ψοφίμι.
Ακρίβεια κι αρπαγή μας τρέψαν σε φυγή.
Όμορφη είναι η φύση αλλά σε τούτο το νησί, ποιος θα ξαναπατήσει;
Στο ξενοδοχείο στα Κορήσια η περιποίηση είναι περίσσεια...
Το πρωινό που μας δίνουνε είναι λιτό να μην χονδρύνουμε και του δαπέδου το σιφώνι για λουξ μπανιέρα το χρεώνει.
Και αν τη νύχτα λίγο αργήσεις στο δρόμο ίσως ξεσυχτήσεις.
Αν ο τσοπάνης γίνει ξενοδόχος πάει, καταστράφηκε ο τόπος!
Αυτό το είδος τουρισμού είναι, σας λέω, του χαμού.
Η λειτουργία του, είναι ντροπή και ας μην του επιτραπεί να ξαναλειτουργήσει.
Έτσι όπως πάει ας κλείσει.
Είναι κι αλλού πορτοκαλιές που κάνουν πορτοκάλια και μάλιστα όπως ξέρετε δεν θέλουν παρακάλια.
Και δυστυχώς, ω φίλοι μου, τούτη η καταγγελία δε θά 'πρεπε με τίποτα να σας φανεί γελοία
Μακάρι, λέω, ο Λιόντας να ξυπνήσει και τους κακούς τους ξενοδόχους να αφανίσει.
Χωρίς να υπάρχει έλεγχος και τιμωρία του χρόνου θα ξανάχουμε την ίδια ιστορία.



Του δαπέδου το σιφώνι, λουξ μπανιέρα το χρεώνει.

Κατά τον Σωκράτη "ο ορισμός του μορφωμένου ανθρώπου"

«Η μόρφωση είναι θέμα συμπεριφοράς». Θεωρεί λοιπόν μορφωμένους:

1. Πρώτα απ' όλους, αυτούς που ελέγχουν δυσάρεστες καταστάσεις, αντί να ελέγχονται από αυτές.
 2. Αυτούς που αντιμετωπίζουν όλα τα γεγονότα με γενναιότητα και λογική.
 3. Αυτούς που είναι έντιμοι σε όλες τους τις συνδιαλλαγές.
 4. Αυτούς που αντιμετωπίζουν γεγονότα δυσάρεστα και ανθρώπους αντιπαθείς καλοπροαίρετα.
 5. Αυτούς που ελέγχουν τις απολαύσεις τους.
 6. Αυτούς που δεν νικήθηκαν από τις ατυχίες και τις αποτυχίες τους.
 7. Τελικά αυτούς που δεν έχουν φθαρεί από τις επιτυχίες και τη δόξα τους...
- ...δεν ανέφερε τίποτε για τη συσσώρευση γνώσεων.



«Αλέξανδρο». Αγέρωχο... όνομα αλλά καρδίοτσου-φλο. Οπότε δικαιολογημένο ήταν το ψιλοϊδρωμα.

Ευτυχώς το πλοίο της επι-στροφής ήταν «κάστρο» και... καλοτάξιδο!

■ Ανέβα κατέβα, πήγαινε έλα μία εβδομάδα, νησάφι πιά! Τέρμα ο τουρισμός, τέρμα οι πεζοπορίες, μόνο ρηλάξ και μπάνιο. Αλλά ο Ποσειδώνας και ο Αίολος είχαν άλλη γνώμη! Που να πλησιάσεις τη θάλασσα, από μακριά την έβλεπες με τόσα μποφόρια!!!

■ Ψάξαμε τι φταίει στο μπέρδεμα του κειμένου της Χαλκιδικής που γράφτηκε ότι το επιμελήθηκε ο Νίκος Νίντος, ενώ ήταν της Ρένας της Παπαμήτσου. Δεν ήταν ο Δαίμων του Τυπογραφείου, αλλά ο κακός συντονισμός στη διόρθωση. Στο κάτω-κάτω φιλαράκια είναι, ας επαγορθώσει με ένα τραπέζι στο KONA ΚΑΪ του Ιντερκοντινένταλ!

■ Έρχονται του χρόνου τα 80χρονα μας!!! Ξεφυλλίστε τα άλμπουμ σας, «αναδεύετε» τη μνήμη σας και σας περιμένουν

οι σελίδες του περιοδικού, να τις αξιοποιήσετε με τις θύμησές σας και να βάλετε το λιθαράκι σας στην 80χρονη πορεία της ΕΟΦ

■ Έφταιξε ο Αύγουστος που είχε δυο φεγγάρια; Μας ψεκάσανε; Φταίνε τα Νεφέλ'η; Μας έχουν μπει δαιμόνια; Η κατά το εφτανησιότικο ο Διάολος που μας βαρεί; Χαλάσανε οι ισορροπίες μας. Ανεξήγητα πράγματα. Θηρίο ο άνθρωπος. Το ΜΕΓΑΛΥΤΕΡΟ!!!

■ Για το Μάθημα της Γραμματικής. Εγώ δεν φταίω, εσύ φταις, αυτός φταίει, , εμείς δεν φταίμε, εσείς φταίτε, αυτοί φταίνε.

■ Ο σκύλος απηύδωσε, ζαλίστηκε να παρατηρεί με' στον ήλιο του Ιουλίου τους εοφίτες πεζοπόρους στην Τήλο να διασχίζουν πέρα-δώθε, πάνω-κάτω το νησί και τούμπαλιν. Ανέβηκε λοιπόν στην σημαδούρα του ψαροντουφεκά και συνέχισε την συμπαράσταση δια θαλάσσης. Γιατί όχι; Διαθέτουν και οι τετράποδοι φίλοι μας εφευρετικό και πρακτικό πνεύμα!!!



Έτσι και φύγεις πρώτος από την σύναξη η ...αφήσεις ακάλυπτα τα μετόπισθεν ποιος σε σώζει!!!



-Τι να γίνει... ο ήλιος τους έφερε πολύ κοντά... για σκιά όχι... για ζεστασιά!!!



Σας παρουσιάζω τον καλύτερο κάπελα της περιφέρειάς μας. Άπαικτος σε κοντοσουβλί, καπνιστή μπριζόλα, λουκάνικο, παπαρδέλες και γκουρμέ λιχουδιές. Παρακαλώ το χειροκρότημά σας.



Χωρίς λόγια.



Να πείτε στον καπετάνιο να μας πάει για μπάνιο σε καμιά ήσυχη Παραλία γιατί μπάνιο εδώ έκανε μόνο ο Γκλέτσος που έχει πεδιλάκια.



Η Εύα μου!!! Eva Yerbabuena -χορεύτρια του φλαμένκο- και βάλε...



Δεν αντέχω την άμμο ανάμεσα στα δάκτυλα. Δεν είναι αστείο. Κάθισα γιατί παρ' ολίγο να με παρασύρουν τα ρεύματα...



Beach πάρτι με πανσέληνο στην Τήλο. Αγόρια και κορίτσια εν δράσει ...ο σκύλος τα' φτυσε δεν άντεξε άλλο και την κοπάνησε.

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 εγκαίρως τα θέματα ή το φωτογραφικό υλικό σας στην διεύθυνση του περιοδικού, υπ' όψιν της Συντακτικής Επιτροπής. Για καλύτερη συνεννόηση σημειώστε το όνομα και το τηλέφωνό σας.

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 412
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