

ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΥΠΑΙΘΡΟ

ΙΟΥΛΙΟΣ - ΑΥΓΟΥΣΤΟΣ - ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ 2013



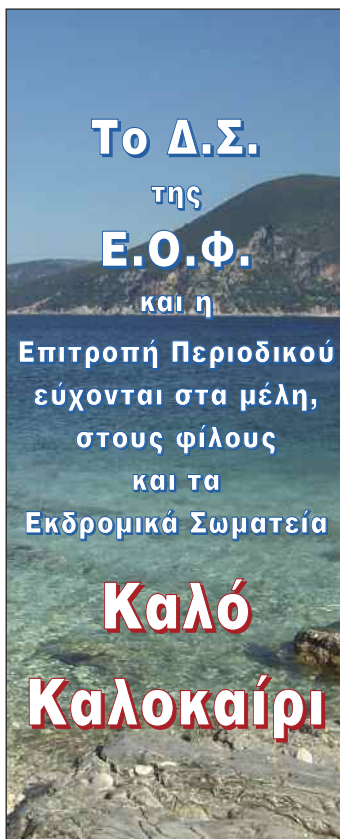
ΕΝΩΣΗ
ΟΡΕΙΒΑΤΩΝ
ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΩΝ



ΕΟΦ 80 χρόνια

ΔΙΑΒΑΣΤΕ ΣΕ ΑΥΤΟ ΤΟ ΤΕΥΧΟΣ

Το τρίμηνο της ΕΟΦ μέσα από το φωτογραφικό φακό	3
Οι επέτειοι έχουν παρελθόν παρόν και μέλλον	4
Το χρονικό της 80χρονης πορείας της ΕΟΦ	5
Κοινωνικά, παρουσίαση βιβλίου	10
Ανακοινώσεις	11
Φέτος η ΕΟΦ έκανε Πάσχα στην Κρήτη	12
Θέρμο-Τόρνος-Μονή Προυσσού	16
Πασχαλινό Πανηγύρι στην Κατασκήνωση και Άγιος Νικόλαος στον Ορεινό Ξενώνα	18
Εκδήλωση για το περιβάλλον	19
Πρωτομαγιάτικα στεφάνια στην Κατασκήνωση	19
Από τη ζωή της ΕΟΦ	20
Ένα τριήμερο στην Κεφαλονιά	24
Ένα Σαββατοκύριακο στο Αγκίστρι	26
Προορισμός: Δημητσάνα-Λούσιος-Καρύταινα	27
Προτάσεις για εκδρομές τριμήνου	28
Εκδρομές και εκδηλώσεις τριμήνου	30
Ο.Φ.Ε.Σ.Ε.- Ο.Ξ.Ν.Ε.	33
Κωνσταντίνος Καβάφης	34
Όλυμπος, «Συμπλήρωση 100 χρόνων»	35
Δύο εκδρομές σε δύο πατρίδες	36
ΕΟΦίτικα	38



Κατασκήνωση, Μάτι, Αργυρά Ακτή,
φωτ. Ηλέκτρα Πετροπούλου



ΕΤΟΣ 806 • ΤΕΥΧΟΣ 415 • ΙΟΥΛΙΟΣ-ΑΥΓΟΥΣΤΟΣ-ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ 2013

ΙΔΙΟΚΤΗΤΗΣ:	ΕΝΩΣΗ ΟΡΕΙΒΑΤΩΝ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΩΝ
ΕΚΔΟΤΗΣ:	ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΑΡΜΕΝΙΑΚΟΣ, τηλ.: 6977005181
ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟΥ:	Δ. ΠΑΓΟΥΛΑΤΟΣ, Α. ΤΖΙΒΙΑΣ, Ν. ΝΙΝΤΟΣ, Ο. ΠΕΤΡΟΠΟΥΛΟΥ Ε. ΚΑΦΕΤΖΟΠΟΥΛΟΥ, Γ. ΓΚΛΕΤΣΟΣ
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΓΡΑΦΕΙΩΝ:	Μαυροκορδάτου 7 (Α' Όροφος), 106 78 Αθήνα
ΤΗΛ. ΓΡΑΦΕΙΩΝ:	210 3807093, (5:00 - 8:00 μ.μ.)
ΦΑΞ ΓΡΑΦΕΙΩΝ:	210 3806924 ΚΙΝΗΤΑ ΤΗΛ. ΕΟΦ: 6947323844-45
WEBSITE:	www.eoffisiolatria.gr E-MAIL: eof@otenet.gr
ΤΗΛ. ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΣΗΣ:	22940 34588
ΔΑΚΤΥΛΟΓΡΑΦΗΣΗ ΚΕΙΜΕΝΩΝ:	ΚΑΣΣΙΑΝΗ ΑΡΜΕΝΙΑΚΟΥ
ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ ΕΚΔΟΣΗΣ:	ΚΑΤΕΡΙΝΑ ΔΡΑΓΩΝΑ
ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ, ΕΚΤΥΠΩΣΗ:	ARTIO STAMP ΓΡΑΦΙΚΕΣ ΤΕΧΝΕΣ ΕΠΕ, Τηλ.: 210 9707 800, e-mail: artiostamp@otenet.gr

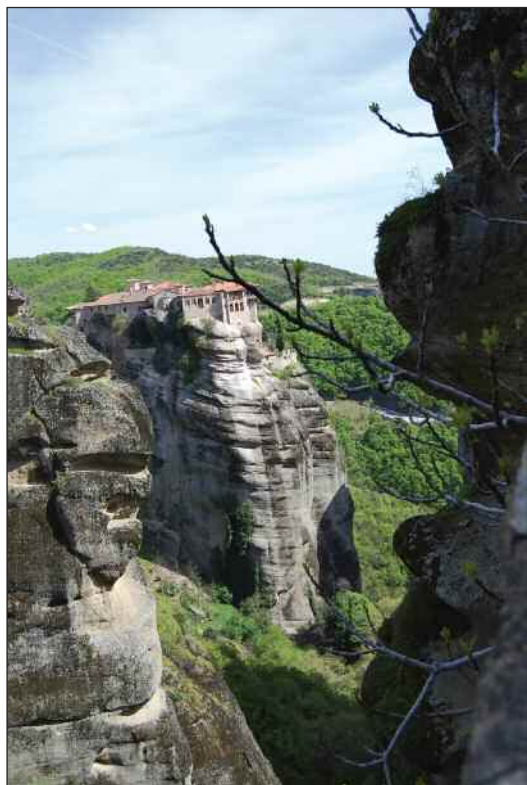
• Δ Ι Α Ν Ε Μ Ε Τ Α Ι Δ Ω Ρ Ε Α Ν •

Εξώφυλλο: Τα σύννεφα ξάπλωσαν στα βότσαλα στον καθρέφτη της Τριγωνίδας, Φωτ. Γιώργ. Γκλέτσος,
Κολάζ περιόδου 1974-1993: Φωτ. Ε. Καφετζοπούλου ❶ Chamonix, 1983,

❷ στο γήπεδο αγώνας βόλεϊ, ΕΟΦ-ΦΩΣ, 1978, ❸ ΕΟΦ ορεινός ξενώνας, 1979, ❹ Μαϊνάλο, 1977

Ανακοίνωση

Η επιτροπή Περιοδικού ενημερώνει τα μέλη και τους φίλους που θέλουν να δημοσιεύσουν κείμενά τους στο «Ελληνικό Ύψιθρο», να έρχονται σε επαφή με τα μέλη της για **συνεννόηση, το αργότερο 15 ημέρες** πριν τη λήξη της προθεσμίας παραλαβής υλικού. Για το τεύχος του Δ' τριμήνου 2013 η ύλη θα παραλαμβάνεται μέχρι **20-08-2013**.



Μετεώρα, Φωτ. Δ. Παγουλάτος ▲

Ανοιξιάτικο μπουρίνι στο Μπάφι Πάρνηθας,
Φωτ. Γιώργ. Γκλέτσος ▼



Αγκίστρι, Φωτ. Δ. Αρμενιάκος ▲



Λίμνη Δόξας 02-06-2013, Φωτ. Μ. Βέττερ ▲

Βάι 04 -05 -2013, Φωτ. Β. Συλβεστριάδης ▼



ΟΙ ΕΠΕΤΕΙΟΙ ΕΧΟΥΝ ΠΑΡΕΛΘΟΝ ΠΑΡΟΝ ΚΑΙ ΜΕΛΛΟΝ

Γράφει ο Πρόεδρος της Ε.Ο.Φ. Δημήτρης Παγουλάτος

Φτάσαμε στη μέση του έτους 2013 και στην Ε.Ο.Φ. συζητάμε για την επέτειο των ογδόντα χρόνων, πώς πρέπει να οργανωθούμε καλύτερα, πώς να προβάλουμε, να τιμήσουμε το σύλλογό μας, τα μέλη που προσέφεραν και όσα συνεχίζουν να προσφέρουν ακόμα.

Το **1933** ήταν η αφετηρία ενός καινούργιου δρόμου, διαφορετικού σε σκέψεις και ιδέες, με κατεύθυνση μόνο εμπρός, με στόχο πάντα ψηλά και όραμα την κορυφή. Αυτή την μακρόχρονη πορεία καλούμαστε να συνεχίσουμε εμείς, βαδίζοντας στα βήματα των προκατόχων και διαμορφωτών του συλλόγου μας. Όλοι μαζί μπορούμε, παρά τις δυσκολίες που υπάρχουν σήμερα, έχοντας για βάση ένα πολύ πετυχημένο παρελθόν, ένα αξιόλογο και δυναμικό παρόν, με αγάπη και συντροφικότητα να χαράξουμε το μέλλον.

Η επιτυχημένη προσπάθεια να ιδρυθεί ένας ορειβατικός και φυσιολατρικός σύλλογος, μια δύσκολη εποχή όπως ήταν τότε, οφείλετε στους εξής κυρίως λόγους. Την προσφορά, την ανιδιοτέλεια, την αγάπη στο βουνό και τη φύση, την αγάπη των μελών μεταξύ τους. Η αντικατάσταση του ΕΓΩ από το ΕΜΕΙΣ, ήταν ο κρίκος που ένωσε την ομάδα και την έκανε πολύ πιο ισχυρή σε όλες τις δραστηριότητές της.

Αυτή είναι η χρονιά με τρεις σημαντικές επετείους. Πρώτη, μεγαλύτερη και σπουδαία η ίδρυση της Ε.Ο.Φ. το 1933 (80 χρόνια). Δεύτερη, εξίσου σπουδαία, η αγορά της Κατασκήνωσής μας στο Μάτι Αττικής το 1953 (60 χρόνια). Τρίτη ση-

μαντική πολύ ανθρώπινη και φιλική, το 2003 η αρχή του συνεορτασμού με τους χωριανούς μας Κεφαλαριώτες στον Ορεινό Ξενώνα στις 9 Μαΐου, τον Άγιο Νικόλα του Εν Βουνένους (10 χρόνια).

Πολλές φορές επαναλαμβάνω πράγματα και ίσως κουράζω λέγοντας τα ίδια και τα ίδια. Πιστεύω όμως ότι οι πολλοί κάνουν τα έργα επιτυχημένα. Οι πολλοί κάνουν τους δυνατούς και επιτυχημένους συλλόγους. Οι πολλές και διαφορετικές γνώμες βοηθούν να βρεθεί η καλύτερη και πιο σωστή λύση. Η ομαδική προσπάθεια έχει πιο γρήγορο και σωστό αποτέλεσμα. Δεν μπορείς να λες ότι είσαι μέλος ενός συλλόγου, να ζητάς ευθύνες από τους άλλους και εσύ να είσαι ανεύθυνος μόνιμος κριτής των πάντων.

Με αφορμή τον εορτασμό των ογδόντα χρόνων της Ε.Ο.Φ., ας σκεφτούμε όλοι μας και το δικό της μέλλον, αφού σαν μέλη της είμαστε υπεύθυνοι και υπόλογοι. Δεν έχουμε κανένα δικαίωμα να ζούμε το παρόν που εξυπηρετεί τα κακώς νοούμενα μικροσυμφέροντά μας, επικαλούμενοι τα έργα και τις επιτυχίες από το παρελθόν.

Σας καλώ από τώρα όλους στη μεγάλη κεντρική εκδήλωση, που προγραμματίζουμε για την Δευτέρα **04/11/2013** στην αίθουσα του Πολεμικού Μουσείου, όπου οι Εοφίτες μαζί με τους φίλους μας και τα ορειβατικά και φυσιολατρικά σωματεία θα τιμήσουμε την ΕΝΩΣΗ ΟΡΕΙΒΑΤΩΝ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΩΝ.



Θηράματα, στην εκκλησία του Αγίου Δημητρίου με φόντο τον Αίνο, Φωτ. Δ. Παγουλάτος.



www.eoffisiolatria.gr



Το χρονικό της 80χρονης πορείας της Ε.Ο.Φ

(Συνέχεια από το προηγούμενο)

Κείμενο και φωτογραφίες Έρση Καφετζοπούλου

Φέτος που η Ε.Ο.Φ. κλείνει τα 80 χρόνια ζωής, ας κάνουμε μία σύντομη αναδρομή στη δράση της ώστε, η νέα γενιά των Εοφιτών να γνωρίζει την ιστορία του σωματίου μας, αλλά και οι παλιοί Εοφίτες, όντας συντελεστές αυτής της δράσης, να ξαναθυμηθούν ωραίες στιγμές που πέρασαν κοντά της. Να θυμηθούμε ιστορικούς σταθμούς της Ε.Ο.Φ., με στοιχεία παρμένα από το περιοδικό μας, μιας και το «ΕΛΛΗΝΙΚΟ

ΥΠΑΙΘΡΟ» είναι ο καθρέφτης του σωματίου μας και γραμμένα κυρίως από μέλη μας, φίλους, διηγήσεις παλιών Εοφιτών, καθώς και από προσωπικές εμπειρίες. Επειδή, όμως, η ιστορική διαδρομή είναι μακρόχρονη, θα την αναλύσουμε στα τέσσερα τριμηνιαία τεύχη του περιοδικού μας αυτής της χρονιάς, κατά εικοσαετίες, αρχής γενομένης από την ίδρυση δηλαδή του σωματίου μας το 1933.

ΕΙΚΟΣΑΕΤΙΑ 1974- 1993

Στην δεκαετία **1974-1983** οι εκδρομές πληθύναν σε αριθμό και πολύ περισσότερα άτομα τις πλαισιώναν, είτε αυτές ήταν ορειβατικές, είτε τουριστικές, είτε πεζοπορικές. Ο ένας έφερνε τον άλλον και μπορώ να συμπεράνω πως κατά κάποιο ποσοστό συνέβαλαν σ' αυτό και οι επιτυχημένες **εκδρομές του εξωτερικού**, σ' όλες σχεδόν τις τότε Ανατολικές χώρες, Βουλγαρία-Γιουγκοσλαβία-Ρουμανία, Ουγγαρία, Τσεχοσλοβακία, Πολωνία-Ανατολική Γερμανία-Σοβιετική Ένωση και ακόμα Αυστρία-Ιταλία, Ελβετία-Γαλλία και Τουρκία. Πολλοί από τους εκδρομείς μας πέρασαν για πρώτη φορά με την ΕΟΦ τα σύνορα της χώρας μας και σ' αυτήν χρωστάνε τη γνωριμία τους με ξένους πολιτισμούς, με τις φυσικές καλλονές και τα ενδιαφέροντα των χωρών αυτών, και μάλιστα μέσα στο γνώριμο περιβάλλον της Φυσιολατρικής μας οικογένειας. Για να γίνουν, όμως, όλες αυτές οι εκδρομές, που σημειωτέον και εδώ είχε η ΕΟΦ την πρωτοπορία, χρειάστηκε οργάνωση και ατελείωτες ώρες δουλειάς που αφιέρωσε αλόγιστα και με ευχαρίστηση, μπορώ να πω, ο πρόεδρος, Θ. Παπαθανασίου, πάντα όμως με την αμέριστη βοήθεια μελών, των εκάστοτε Διοικ. Συμβουλίων, σε ό,τι ζητούσε, όλες δε οι παραπάνω εκδρομές ήταν, κατά γενική ομολογία, πολύ επιτυχημένες από κάθε άποψη.

Μεγάλη προβολή έγινε στο Σωματείο μας και από τα μέσα μαζικής ενημέρωσης (ραδιόφωνο-εφημερίδες-τηλεόραση) για την **Πανπεζοπορική εκδήλωση το 1977 από τον Τύμβο του Μαραθώνα, ως την Κατασκήνωση μας στο Μάτι, που ήταν αφιερωμένη στην Προστασία του Δάσους**. Είχαν αρχίσει τότε οι φωτιές στην Αττική και το Δ.Σ. πήρε απόφαση να οργανώσει και να πραγματοποιήσει τον μικρό αυτό Μαραθώνιο, με πολύ μεγάλη επιτυχία. Πήραν μέρος πάνω από **600 άτομα**, μέλη και φίλοι της ΕΟΦ από παιδιά, ακόμα και με καρτοσάκια, ως και υπερήλικες 80 και 90 χρονών, μέλη άλλων Φυσιολατρικών Σωματείων, απλοί Φυσιολάτρες και κόσμος της περιοχής. Η Συγκέντρωση έγινε στην μεγάλη πλατεία, κοντά στον Τύμβο του Μαραθώνα και ξεκίνησε η εκδήλωση μ' ένα μήνυμα του Δ.Σ. που απευθυνόταν σ' όλους τους Φυσιολάτρες, όχι μόνο ν' αγαπούν, να προστατεύουν και να υπερασπίζονται το Δάσος και τη Φύση γενικά, αλλά ν' αγωνίζονται για τη διαφύλαξή τους. Στη συνέχεια, ο αείμνη-



Κάστρο κορυφή, 1972, Φωτ. Άγης Καφετζοπούλος ▲

στος **Δημ. Παπαδήμος**, αναφέρθηκε στον ιστορικό χώρο που τον συνέδεσε με τον μικρό αυτόν Μαραθώνιο, με μια ωραία κατατοπιστική και ιστορική ομιλία. Μετά τις ευχαριστίες του Προέδρου της ΕΟΦ ξεκίνησε η πορεία με ενθουσιασμό και με πολλά συνθήματα για την προστασία του Δάσους, γραμμένα σε πλακάτ. Τους πεζοπόρους τους περίμενε μια ωραία φασολάδα με όλα τα υπόλοιπα εδέσματα (κρασί, σαλάτες κ.τ.λ.) και η εκδήλωση έληξε με

διπλώματα στους Εοφίτες και διακρίσεις προς τα τιμώμενα Φυσ. Σωματεία, εκ μέρους της ΕΟΦ, γλέντι και χορό ως την ώρα της αναχώρησης.

Το μεγαλύτερο, όμως, επίτευγμα αυτής της δεκαετίας ήταν η ιδέα του Προέδρου προς το Δ.Σ. για την **κατασκευή ενός ορεινού ξενώνα** και αργότερα η πραγμάτωση της ιδέας αυτής χάρη σ' ένα κτήμα, που μας δώρισε η **κα Φαρμάκη** στο χωριό Κεφαλάρι Στυμφαλίας, στη θέση Αγ. Νικόλαος, με



1982, Μαραθώνιος ▲



Κεφαλάρι 11-11-78, Κουβαλώντας υλικά για το κτίσιμο του Ξενώνα ▲



Κατασκευή του Ξενώνα 1978 ▲



Εκδήλωση στο πνευματικό κέντρο - Φεβρουάριος 1983 ▲

την προτροπή του Φώτη Καφετζόπουλου (παππού). Μετά την υπογραφή των συμβολαίων, η κατασκευή του Ξενώνα μας έγινε σε χρόνο ρεκόρ. Ήταν τόσο ο ενθουσιασμός και η κινητοποίηση όλων, από τα μέλη του Δ.Σ. ως τον πιο μικρό Εοφίτη, που ο καθένας με

τον τρόπο του και τις δυνατότητές του, έδωσε ό,τι μπορούσε. Προσωπική δουλειά, κινητοποίηση σε γνωστούς και φίλους για υλική βοήθεια, τεχνική βοήθεια, ηθική συμπαράσταση και ο καθένας προσέφερε ό,τι μπορούσε. Ακόμα και τα μικρά Εοφίτκια άνοιξαν τους κουμπαραδες τους για να μαζευτούν τα χρήματα. Και το έργο ξεκίνησε με την καθολική συμμετοχή των Εοφίτων με προσωπική κυρίως εργασία και σε αντίξοες πολλές φορές συνθήκες (λόγω καιρού, απόστασης, κατάστασης δρόμου) δεν ήταν εύκολο. Όμως, το αποτέλεσμα μετράει.

Μέσα σε ενάμιση χρόνο το έργο αποπερατώθηκε. Τον Απρίλη του 1978 μπήκαν τα θεμέλια και τον Νοέμβρη του 1979 έγιναν τα εγκαίνια. Γιορτάστηκαν πανηγυρικά, με συμμετοχή πολλών εκδρομικών προσκεκλημένων Φυσ. Σωματείων, εκπροσώπων της Ο.Ε.Σ.Ε. και κατοίκων του χωριού. Ήταν μια πολύ ωραία μέρα για όλους μας, κυρίως όμως, για τον ίδιο τον εμπνευστή της ιδέας. Μετά τους επαίνους των παρευρισκομένων και ο ίδιος με τη σειρά του ευχαρίστησε όλους τους συνεργάτες του στα Δ.Σ. και τους υπόλοιπους Εοφίτες, που ο καθένας με τις δυνάμεις του έβαλε το λιθαράκι του για την αποπεράτωση αυτού του έργου.

Η δεκαετία αυτή είναι η πιο δημιουργική. Η ΕΟΦ επεκτείνει ακόμα περισσότερο τις δραστηριότητές της. Βελτιώνεται κατά πολύ το Περιοδικό της, που είναι ο καθρέφτης της δράσης του Σωματείου μας. Στις σελίδες του, εκτός από το αναλυτικό πρόγραμμα των εκδρομών του τριμήνου, φιλοξενούνται συνεργασίες μελών, φίλων και εξαίρετων λογοτεχνών, σκηνές από τη ζωή του Σωματείου στις εκδρομές και στην κατασκήνωση, διανθισμένες με φωτογραφίες, σημαντικά γεγονότα στη ζωή των Εοφίτων κ.ά., κάνουν το «Ελληνικό Ύπαιθρο» να το περιμένει και να το ξεφυλλίζει καθένας από εμάς με μεγάλο ενδιαφέρον.

Σ' αυτή τη δεκαετία δημιουργείται και ένας καινούριος τομέας δράσης του Σωματείου μας. **Ο χιονοδρομικός.** Ο τομέας αυτός είχε αδρανήσει για μερικά χρόνια. Όμως, τώρα τελευταία επαναδραστηριοποιείται και έχει σχηματιστεί μια αξιόλογη ομάδα, από νέα παιδιά, συστηματικά οργανωμένη και με πολύ ενθουσιασμό και αγάπη για το νέο αυτό άθλημα. Το τμήμα της **χιονοδρομίας**, όπως και η **κατασκήνωση**, αποτελούν το φυτώριο που αργότερα θα μπορεί να στελεχώσει τα Δ.Σ. της ΕΟΦ.

Το τέλος αυτής της δεκαετίας συμπίπτει με την επέτειο των **50 χρόνων του Σωματείου μας.** Ως εκ τούτου, οι καθιερωμένες εκδηλώσεις μας είχαν πιο πανηγυρικό χαρακτήρα. Οργανώθηκαν, όμως, και άλλες για τον γιορτασμό μισού αιώνα έντονης δράσης της ΕΟΦ. Και πρώτα απ' όλα ο Αποκριάτικος χορός έγινε στο ξενοδοχείο King George. Η μεγάλη αίθουσα, η άνεση των κινήσεων, η ζεστή ατμόσφαιρα, η μεγάλη συμμετοχή (πάνω από 500 άτομα), το ωραίο σέρβις, η καλή ορχήστρα, τα πλούσια δώρα του λαχείου, τα ωραία και πρωτότυπα κοτιγιόν (φτιαγμένα από Εοφίτισες), η πενταδρόση τούρτα (που συμβόλιζε τις πέντε δεκαετίες της ΕΟΦ) και γενικά η όλη οργάνωση της ξεχωριστής αυτής βρα-

διάς, άφησε τις καλύτερες εντυπώσεις σ' όλους τους παρευρισκόμενους.

Τον επόμενο μήνα, γίνεται στην αίθουσα του Πνευματικού Κέντρου του Δήμου Αθηναίων η δεύτερη εκδήλωση αφιερωμένη αφενός μεν στην επέτειο των πενήντα χρόνων και αφετέρου στα εκατό χρόνια από την γέννηση του Νίκου Καζαντζάκη. Σ' αυτήν ο αείμνηστος Π. Κυριαζής, πρώην πρόεδρος της ΕΟΦ, αναφέρθηκε στην ανοδική πορεία της ΕΟΦ, σ' όλα αυτά τα χρόνια και ευχήθηκε περισσότερα επιτεύγματα στην επόμενη πεντηκονταετία. Στη συνέχεια, ο Λογοτέχνης Μ. Ρούνης, μας μίλησε για τον Νίκο Καζαντζάκη. Η Ασπασία Παπαθανασίου απέδωσε διαλεγμένα κομμάτια από το έργο του με το μοναδικό της ταλέντο και η βραδιά έκλεισε με τον πρόεδρο του Δ.Σ. Θ. Παπαθανασίου, που ευχαρίστησε τους παρευρισκόμενους στην γεμάτη αίθουσα του Πνευματικού Κέντρου και τους συντελεστές της όλης εκδήλωσης.

Στη συνέχεια αυτής της χρονιάς, το Πασχάλινό Πανηγύρι στη Κατασκήνωση είχε πιο γιορταστικό χαρακτήρα. Πολύς κόσμος, άρτια οργάνωση, αντιπροσωπεΐες απ' όλα τα Φυσ. Σωματεία, από την Ο.Ε.Σ.Ε., ο Δήμαρχος Αθηναίων, ο Δήμαρχος Νέας Μάκρης, έκθεση φωτογραφικού υλικού της 50ετίας, ζωντανή ορχήστρα, ελληνικοί χοροί από παιδιά της ΕΠΟΙΩ και τέλος γλέντι και χορός ως την ώρα της αναχώρησης.

Οι προγραμματισμένες εκδηλώσεις συνεχίζονται με δύο μεγάλες **ορειβατικές εξορμήσεις.** Η πρώτη τον Ιούλιο του 1983, 27 άτομα ξεκίνησαν με πούλμαν και κατασκήνωσαν στο **Chamonix** της Γαλλίας, απ' όπου 14 ορειβάτες με τα πενιχρά, τότε, μέσα που διέθεταν κατόρθωσαν να κατακτήσουν τη ψηλότερη κορυφή της Ευρώπης, το Λευκό Όρος των Άλπεων. Ήταν ένα επίτευγμα της ΕΟΦ, που χαιρετίστηκε ιδιαίτερα απ' όλους.

Η Ορειβατική, όμως, εξάραση συμπληρώθηκε τον Αύγουστο του 1983, όταν έγινε η καθιερωμένη ορειβατική εξόρμηση στον **Όλυμπο.** Πρώτη φορά, Φυσ. Σωματείο έβγαλε τόσο πολλούς Ορειβάτες στον Όλυμπο. Εβδομήντα άτομα και μέσα σ' αυτούς μεγάλοι στην ηλικία και πολλά παιδιά πάτησαν όλες τις κορφές του βουνού των Ολύμπιων Θεών, άλλοι για πρώτη φορά και άλλοι μετά από πολλά χρόνια. Το βράδυ της γιορτής, έγιναν χαιρετισμοί από εκπροσώπους Φυσ. Σωματείων και της Ο.Ε.Σ.Ε., μοιράστηκαν αναμνηστικά μετάλλια των 50 χρόνων σε όσους πήραν μέρος και μπροστά σε μια μεγάλη φωτιά έξω από το καταφύγιο, η χορωδία τραγούδησε τον Ύμνο της ΕΟΦ το τραγούδι των 50 χρόνων (στίχοι-μουσική Ισμ. Κατσάλη) και άλλα φυσιολατρικά και ορειβατικά τραγούδια με τη συμμετοχή όλων των παρευρισκόμενων. Ήταν μια συγκινητική βραδιά για όλους τους Εοφίτες, και τους παλιούς, που είχαν χρόνια να πατήσουν στον Όλυμπο και τους καινούριους.

Εκείνο το βράδυ, κάποιος φίλος, βλέποντας την ευφορία και τον ενθουσιασμό που έβγαίνε μέσα απ' όλους, μικρούς και μεγάλους, παλιούς και νέους, εμπνεύστηκε εκείνη τη στιγμή τους παρακάτω στίχους:



Κανδήλι κορυφή 1245μ., 14-15/02/76 ▲



Όλυμπος Στεφάνι 2912 μ., Ιούνιος 1983 ▲

«Για της ΕΟΦ το πανηγύρι, στου Ολύμπου τις κορφές
οι καρδιές χτυπούν στα στήθη, με της ΕΟΦ τις προσφορές.

Πενήντα χρόνια περπατάς, το λέει το δελτίο-Πενήντα χρόνια τραγουδάς με κέφι και με μπρίο.

Με τα γερά στελέχη σου, με τη χρυσή καρδιά σου,
Νέα γενιά θα μαζευτεί μες τη θερμή φωλιά σου».

Και τελειώνοντας αυτή τη γόνιμη δεκαετία, δεν θα παραλείψω να αναφέρω την πανηγυρική έκδοση του περιοδικού μας, «Ελληνικό Ύψιπο». Σε μεγαλύτερο σχήμα, σε πολύ περισσότερα αντίτυπα, σε επιμελημένη έκδοση, με αναλυτικό χρονικό της πορείας του Σωματείου της 50ετίας, με διαλεγμένες φωτογραφίες που απεικονίζουν ανάγλυφα όλες τις δραστηριότητες της ΕΟΦ, με ωραίες συνεργασίες παλαιών και νέων μελών, με τα ονόματα όλων όσων πέρασαν από τα Δ.Σ. σε όλα τα χρόνια και τέλος με το καλαίσθητο εξώφυλλό του που φιλοτέχνησε ο Εοφίτης ζωγράφος Δημ. Γελαδόπουλος και που παριστάνει με φυσιολατρικό και ορειβατικό τρόπο την ανοδική πορεία του Σωματείου μας.

Και μπαίνουμε στη δεκαετία **1984-1993**, όπου συνεχίζεται ακόμη περισσότερο η δράση του Σωματείου μας. Το 1984 γίνονται τα εγκαίνια της καινούριας πτέρυγας του Ορεινού Ξενώνα με τρία γεμάτα πούλμαν, από Εοφίτες μικρούς και μεγάλους, νέους και παλιούς, που με πολλούς τρόπους ξέρον να δείχνουν την αγάπη τους στο αγαπημένο τους Σωματείο.

Με την καινούρια πτέρυγα, δέκα άτομα ακόμα μπορούν να διανυκτερεύσουν στον Ξενώνα μας δίπλα στα άλλα σαράντα. Κι όλα αυτά με λίγα χρήματα, πολλή προσωπική δουλειά και πιο πολλή αγάπη, απ' όλους όσοι συνέβαλαν στην κατασκευή του. Τον ίδιο χρόνο, στο τέλος του Δεκέμβρη 1984, πραγματοποιείται η αποστολή **29** ορειβατών στο **Κιλιμάντζαρο** με μεγάλη επιτυχία, που έκανε γνωστή την ΕΟΦ (λόγω της προβολής από τα Μ.Μ.Ε. (εφημερίδες-τηλεόραση) στο πλατύτερο κοινό. Σημειωτέον ότι η προετοιμασία είχε ξεκινήσει πριν ένα χρόνο σχεδόν με δύσκολες ορειβατικές εξορμήσεις της ομάδας με ειδικά



Η ομάδα στο Horobo 1985, Φωτ. Μάγια Βέττερ ▲

θεωρητικά και πρακτικά μαθήματα από τους πεπειραμένους ορειβάτες Γ. Μιχαηλίδη, Τζιβελέκα και Παρασκευαΐδη, ώστε, όταν έφτασε η ώρα, πλήρως εξοπλισμένοι αυτή τη φορά και με ορειβάτη γιατρό, 29 άτομα έφεραν σε πέρας τη δύσκολη αυτή αποστολή. Ήταν μια πρωτόγνωρη εμπειρία για όλους.

Το **1986** γίνεται στην κατασκήνωση ένα μεγάλο έργο που η έλλειψη του τυραννούσε πολλά χρόνια τους Κατασκηνωτές. Το Αποχετευτικό. Όμως και αυτό, όπως και άλλα έργα στην Κατασκήνωση, έγινε με λίγα σχετικά χρήματα και πολλή προσωπική δουλειά από τον Ράκη Γιαννακόπουλο, ορισμένους κατασκηνωτές και από μέλη του Δ.Σ. και της κατασκηνωτικής Επιτροπής. Έκτοτε κάθε οικίσκος συνδέθηκε με τον κεντρικό αγωγό κι έτσι πολλά χρόνια προβλήματα βρήκαν τη λύση τους.

Όμως, όταν τελειώνει ένα έργο στην ΕΟΦ, δεν πάει να πει πως δεν έχουμε τίποτε άλλο να κάνουμε. Δεν σταματάμε. Ιδέες πέφτουν συνέχεια και από το Δ.Σ. και από πολλά ενεργά μέλη. Έτσι, λοιπόν, έπεσε μια ιδέα σαν πρόταση. Η Αγορά ιδιόκτητων

γραφείων. Βέβαια, η πρόταση-ιδέα άρεσε σε όλους και ήταν από καιρό επιθυμία όλων των Εοφίτων, όμως στο ταμείο μας υπήρχαν ελάχιστα χρήματα. Πως θα ξεκινούσαμε ξυπόλητοι στ' αγκάθια; Μήπως, όμως, ήταν και η πρώτη φορά; Έτσι δεν ξεκίνησε και η αγορά του κτήματος στο Μάτι; Έτσι δεν ξεκίνησε και η κατασκευή του Ορεινού Ξενώνα; Τώρα ήρθε και η σειρά της φυσιολατρικής στέγης. Έτσι με τον ενθουσιασμό του **-όλοι μαζί μπορούμε-** το Δ. Συμβούλιο, η επιτροπή που σχηματίστηκε γι' αυτό το σκοπό, όλα τα μέλη και οι φίλοι της ΕΟΦ ξεκίνησαν έναν υπεράνθρωπο αγώνα προς κάθε κατεύθυνση, ο καθένας από τη μεριά του για να συγκεντρωθούν, κατ' αρχήν, τα χρήματα. Και δεν άργησε να μαζευτεί η προκαταβολή των 3.000.000 δρχ. τότε και τον Μάρτη του 1987 υπογράφηκε το Συμβόλαιο, με την υποχρέωση ως το τέλος του χρόνου να εξοφληθούν και τα υπόλοιπα. Και ο αγώνας συνεχίστηκε και τα χρήματα βρέθηκαν. Πώς; Κυρίως από δωρεές μελών και φίλων, από μικρές ενισχύσεις ορισμένων οργανισμών εταιριών και της Ο.Ε.Σ.Ε., από μικρά προσωρινά



Κατασκήνωση Καντίνα, Ιούλιος 1979 ▲



Νεράιδα 25-03-88 ▲

Φωκάς, 02-10-88 ▼



Τα Διοικητικά Συμβούλια της 20ετίας 1973 -1993

Το Δ.Σ. 1974-1975

Παπαθανασίου Θ. (Πρόεδρος)
Κρασσάς Θ.
Κανάρη Ρ.
Καφετζοπούλου Ερ.
Μαντάς Τ.
Μαντζούκης Τ.
Χατζόπουλος Ν.
Φλάμπουρας Φ.
Αρκάς Οδ.
Κούρου Κ.
Δενδρινός Ευάγ.

Το Δ.Σ. 1976-1977

Παπαθανασίου Θ. (Πρόεδρος)
Παγουλάτος Δ.
Κρασσάς Θ.
Γαργαλά Φρ.
Κούρου Κ.
Γιαννακόπουλος Ρ.
Κανάρη Ρ.
Μαντάς Τ.
Βασαλάκης Γ.
Φλάμπουρας Φ.
Δρουκάλης Αλ.

Το Δ.Σ. 1978-1979

Παπαθανασίου Θ. (Πρόεδρος)
Κρασσάς Θ.
Διαλετά Δ.
Κανάρη Ρ.
Καφετζοπούλου Ερ.
Μαντάς Τ.
Ψαλλίδα Μ.
Φλάμπουρας Φ.
Χατζόπουλος Ν.
Βασαλάκης Γ.
Γαργαλά Φρ.

Το Δ.Σ. 1980-1981

Παπαθανασίου Θ. (Πρόεδρος)
Γιαννακόπουλος Ρ.
Διαλετά Δ.

Αναγνωστόπουλος Γ.

Κούρος Γ.
Φλάμπουρας Φ.
Μαντάς Τ.
Παγουλάτος Δ.
Χαρτοφυλακίδης Ν.
Καφετζοπούλου Ερ.
Δήμου Γ.

Το Δ.Σ. 1982-1983

Παπαθανασίου Θ. (Πρόεδρος)
Παγουλάτος Δ.
Διαλετά Δ.
Καφετζοπούλου Ερ.
Φλάμπουρας Φ.
Μαντάς Τ.
Γιαννακόπουλος Ρ.
Γαργαλά Φρ.
Βούλτεψη Ισμ.
Βαγιατίδης Γ.
Χατζηγεωργίου Γ.

Το Δ.Σ. 1984-1985

Παπαθανασίου Θ. (Πρόεδρος)
Γιαννακόπουλος Ρ.
Βέττερ Μ.
Μαντάς Τ.
Μάσχα Αγγ.
Παγουλάτος Δ.
Παπακωνσταντίνου Π.
Χατζηγεωργίου Γ.
Ευαγγελινός Ν.
Κούρος Τ.
Τζιβιάς Θ.

Το Δ.Σ. 1986-1987

Παπαθανασίου Θ. (Πρόεδρος)
Μαντάς Τ.
Τζιβιάς Θ.
Μάσχα Αγγ.
Βέττερ Μ.
Χατζηγεωργίου Γ.
Φλάμπουρας Φ.

Λουκάς Γ.
Βαγιατίδης Γ.
Λιοκάτη Σπ.
Πανταλού Χρ.

Το Δ.Σ. 1988-1989

Παπαθανασίου Θ. (Πρόεδρος)
Μαντάς Δ.
Τζιβιάς Θ.
Μάσχα Αγγ.
Λύγκας Δ.
Βέττερ Μ.
Καλογερόπουλος Σ.
Πανταλού Χρ.
Χατζηγεωργίου Γ.
Φλάμπουρας Φ.
Βαγιατίδης Γ.

Το Δ.Σ. 1990-1991

Παπαθανασίου Θ. (Πρόεδρος)
Μαντάς Τ.
Τζιβιάς Θ.
Μουζακίτου Ελ.
Μάσχα Αγγ.
Λύγκας Δ.
Πανταλού Χρ.
Χατζηγεωργίου Γ.
Αλμπέρτου Μ.
Χρήστου Αλ.
Βαγιατίδης Γ.

Το Δ.Σ. 1992-1993

Παπαθανασίου Θ. (Πρόεδρος)
Μαντάς Τ.
Ψυράκης Απ.
Λύγκας Δ.
Μάσχα Αγγ.
Παγουλάτος Δ.
Τζιβιάς Θ.
Πανταλού Χρ.
Φλάμπουρας Φ.
Χρήστου Αλ.
Μουζακίτου Ελ.

άτοκα δάνεια, από προκαταβολές κατασκηνωτών, από εξοφλήσεις παλαιών συνδρομών και οφειλών και ακόμα με τη φροντίδα να γεμίζουν τα πούλμαν στις εκδρομές και έτσι μαζεύτηκε το συνολικό ποσό των 6.500.000 δρχ. που χρειάστηκαν **μαζί** με τα έξοδα για τις απαραίτητες **τότε** διαρρυθμίσεις του χώρου. Κι έτσι όχι μόνο δεν φύγαμε από το γραφείο, που ως τότε είχαμε νοικιασμένο, αλλά μια και είχαμε την τύχη να θέλει ο ιδιοκτήτης του να το πουλήσει και να έχει στην κατοχή του και το διπλανό κολλητά γραφείο, διπλασιάσαμε το χώρο ενώνοντας τα δυο γραφεία και ωφεληθήκαμε διπλά με το να αποκτήσουμε πρώτα ιδιόκτητη **Φυσιολατρική Στέγη** και μετά χωρίς να είμαστε αναγκασμένοι να φύγουμε από το πόστο μας, όπου τόσα χρόνια μας είχαν συνηθίσει οι φίλοι μας μέσα στην καρδιά της Αθήνας. Κι έτσι και άλλο ένα άπιαστο όνειρο των Εοφιτών έγινε πραγματικότητα. Και επειδή η αρχή είναι το ήμισυ του παντός, ο Θ. Παπαθανασίου, ήταν εκείνος που έκανε την αρχή, έριξε την ιδέα στην κατάλληλη εποχή, βρήκε τον ιδιοκτήτη, έκανε τις διαπραγματεύσεις, τον κατάφερε, έπεισε πρώτα το Δ.Σ. και μετά όλα τα μέλη, πως ήταν η ευκαιρία που όλοι

ζητούσαμε. Γιατί **όλοι** αγαπάμε την ΕΟΦ και ξέρουμε πως η **συλλογική δουλειά** είναι εκείνη που φέρνει αποτελέσματα, φτάνει να υπάρχει κάποιος να δίνει το έναυσμα, να συντονίζει και αυτός ο κάποιος, σ' αυτήν την εικοσαετία, ήταν ο Πρόεδρος όλων των Δ.Σ., Θ. Παπαθανασίου.

Το **1988**, η χρονιά παρουσίασε μια ορειβατική έξαρση. Η Ορειβατική ομάδα μεγάλωσε. Νέοι ορειβάτες πλαισίωσαν τις πολυήμερες ορειβατικές εξορμήσεις, σε όλα τα ψηλά ελληνικά βουνά (Όλυμπο, Γράμμο, Βίτσι, Σμόλικα, Γκαμήλα, Καϊμακτσαλάν, Φαλακρό, Παγγαίο, Φεγγάρι, κ.ά.). Παράλληλα, για τα 55 χρόνια της ΕΟΦ, είκοσι ορειβάτες μεταξύ των οποίων και δυο παιδιά, πραγματοποίησαν μια νέα ανάβαση στις Άλπεις, αυτή τη φορά στην περιοχή Καμπάνα Μαργαρίτα (4559μ. ύψος) με μεγάλη επιτυχία και όλοι γύρισαν κατενθουσιασμένοι.

Το καλοκαίρι της ίδιας χρονιάς, γίνονται δυο εκδρομές στη Σοβιετική Ένωση, στη Τυνησία, Γιουγκοσλαβία-Σεράγεβο-Οχρίδα, Βουλγαρία-Ρουμανία-Αλβανία, όλες καλά οργανωμένες και που σημείωσαν μεγάλη επιτυχία. Όσοι πήραν μέρος σ' αυτές, έχουν τις καλύτερες αναμνήσεις.

Το Πάσχα του 1989 άλλη μια επιτυχημένη εκδρομή με 40 άτομα πραγματοποιήθηκε στην Ισπανία-Πορτογαλία.

Η Ορειβατική και Εκδρομική δράση συνεχίζεται. Νέοι ορειβάτες, πεζοπόροι και χιονοδρόμοι πλαισιώνουν το σωματείο μας. Στη Κατασκήνωση και τον Ορεινό Ξενώνα γίνονται προσπάθειες για επισκευές και συντηρήσεις, με προσωπική κυρίως δουλειά απ' τους ίδιους τους Εοφίτες.

Τον Ιούλιο του **1992**, (χρονιά των Ολυμπιακών αγώνων της Βαρκελώνης), μια μεγάλη ομάδα από 70 ορειβάτες πήρε μέρος στη γιορτή των Πυρών της Ο.Ε.Σ.Ε. και άναψε φωτιές στις κορυφές των βουνών Λευκά Όρη-Παρνασσό-Κίσσαβο-Όλυμπο-Υμητό και Αίνο Κεφαλληνίας.

Τον Μάρτιο του **1993** η ΕΟΦ γιορτάζει τα 60 της χρόνια στην κατάμεστη αίθουσα της Εταιρείας Ελλήνων Λογοτεχνών, τιμώντας ταυτόχρονα και τον αξέχαστο πρόεδρό της Πάυλο Κυριαζή.

Στην αρχή, ο πρόεδρος ευχαρίστησε τους παρισταμένους, μεταξύ των οποίων ευρίσκετο και ο γιος του τιμώμενου, αναφέρθηκε στην πορεία της ΕΟΦ στην 60ετία και στην συγκινητική προσφορά όλων των Εοφιτών και στο τέλος έδωσε το λόγο στον παλιό Εοφίτη Φ. Γελαδόπουλο, ο οποίος εξήρε την προσωπικότητα και το ήθος του Π. Κυριαζή, τις δραστηριότητές του, πνευματικές, καλλιτεχνικές και φιλολογικές και την αμέριστη προσφορά του προς την ΕΟΦ και γενικά στη Φυσιολατρία και τον άνθρωπο. Και η εκδήλωση έκλεισε με Φυσιολατρικά τραγούδια και τον Ύμνο της ΕΟΦ από τη Χορωδία και έναν πλούσιο μπουφέ που προσφέρθηκε στους παρευρισκόμενους.

Και τέλος, όλες οι καθιερωμένες εκδηλώσεις της χρονιάς, οι πρωτοχρονιάτικες πίτες στην κατ/ση, στα γραφεία και τον Ξενώνα, ο αποκριάτικος χορός στην Αίγλη του Ζαππείου, οι συγκεντρώσεις στα γραφεία μας με προβολές και ομιλίες, η εκδήλωση για την επέτειο της Επανάστασης του 1821 στο Μοναστήρι του Οσίου Λουκά με ομιλητή τον Ι. Βίγλα. Η Πασχαλινή και η Πρωτομαγιάτικη γιορτή στην Κατ/ση και ο Αποχαιρετισμός της Θάλασσας, όλες είχαν ένα γιορταστικό χαρακτήρα και πολύ κόσμο, γιατί η ΕΟΦ συνεχώς μεγαλώνει, όχι μόνο ηλικιακά αλλά και Δημιουργικά.



Πομπηία, Ιούλιος 1983 ▲



Κρήτη Ψηλορείτης, Οκτώβριος 1986 ▲

Όρος Πάστρα, 1990 ▼



Κατασκήνωση 1982, Πάρτυ Χαβάη ▼



ΚΟΙΝΩΝΙΚΑ

ΝΕΑ ΜΕΛΗ

- | | |
|--------------------------|-------------------|
| 1) Αποστολάτος Γεράσιμος | 8) Σκαμπαρδώνη |
| 2) Γεωργούδη Χριστίνα | Σουντράουτ |
| 3) Κουβαράκης Γεώργιος | 9) Μαρίνου Ειρήνη |
| 4) Ντούφας Παναγιώτης | 10) Δραγώνα |
| 5) Πλατανιά Γιούλη | Κυριακούλα |
| 6) Τσικνιά Κική | 11) Δραγώνας |
| 7) Κούκας Κωνσταντίνος | Ραφαήλ |

ΓΕΝΝΗΣΕΙΣ

Η Αθηνά Τζαβούλη και ο Παναγιώτης Νικολάου απέκτησαν ένα υγιέστατο αγοράκι.

Τις θερμότερες ευχές μας στους γονείς και ιδιαίτερα στον παππού Σωτήρη και στην γιαγιά Ελένη.

Ευχόμαστε στην Μαρία Μπαμπούρα και το Στέλιο Αθηναίο να είναι καλορίζικο το νεογέννητο αγοράκι τους.

ΔΩΡΕΕΣ

Ψυρόπουλος Δημήτρης	430,00 ευρώ
Μουρίκης Γιώργος	40,00 ευρώ
Γιανοπούλου Εύη	25,00 ευρώ

ΠΕΝΘΗ

Απεβίωσε το παλαιό μας μέλος, ο Γιώργος Βαρνάβας.

Τα θερμά μας συλλυπητήρια στην οικογένειά του.

ΕΠΙΜΝΗΜΟΣΥΝΗ ΔΕΗΣΗ

Στα πλαίσια των εορταστικών εκδηλώσεων **80 χρόνων ζωής και δράσης της Ε.Ο.Φ.** θα πραγματοποιηθεί το τελευταίο τρίμηνο «**Επιμνημόσυνη Δέηση**» για τα εκλιπόντα μέλη του Συλλόγου μας την τελευταία 20ετία.

Η ημερομηνία και ο Ιερός Ναός όπου θα πραγματοποιηθεί θα ανακοινωθεί στο τέταρτο τεύχος (Οκτώβριος-Νοέμβριος-Δεκέμβριος) του περιοδικού μας «**ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΥΠΑΙΘΡΟ**».

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 Ξενώνα, τα παιδιά από 12 έως 18 ετών πληρώνουν μισά έξοδα συμμετοχής.

Το Διοικητικό Συμβούλιο

ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΒΙΒΛΙΟΥ ΚΑΙΤΗ ΟΙΚΟΝΟΜΟΥ



Από 30/05/2013 οι εκδόσεις Ψυχογιός κυκλοφόρησαν το νέο βιβλίο της Καίτης Οικονόμου «**Η ΚΑΡΔΙΑ ΘΥΜΑΤΑΙ**».



Τον ξέβρασε αναισθητο η θάλασσα σε μια παραλία του Ναυπλίου μετά από ένα τοπικό μπουρίνι. Στο νοσοκομείο διαπιστώθηκε ότι πάσχει από αμνησία. Μόλις ανάρρωσε από τα τραύματά του, βρήκε δουλειά και σπίτι, και συνδέθηκε ερωτικά με μια δασκάλα. Αλλά δεν είχε ανακτήσει τη μνήμη του, δε θυμόταν ούτε το όνομά του.

Μια μέρα χτύπησε την πόρτα του μια άγνωστη. Δεν μπόρεσε να δει πώς ήταν -την ηλικία της, το ύψος της, το ντύσιμό της- γιατί μόλις αντίκρισε τα μάτια της αισθάνθηκε χαμένος. Ήταν σκούρα μπλε σαν το ανοιχτό πέλαγος και, καθώς τα κοίταζε καθηλωμένος, μια αβυσταχη νοσταλγία πλημμύρισε την ψυχή του...

«Αντρέα, δε με θυμάσαι;» του είπε η άγνωστη με τα μπλε μάτια. «Είμαι η γυναίκα σου».

Λίγο αργότερα έμαθε ότι ο γάμος τους είχε ναυαγήσει και ζούσαν σαν δυο ξένοι κάτω από την ίδια στέγη. Το μυαλό του δε θυμόταν τίποτα από την παλιά ζωή του.

Καίτη Οικονόμου... Συγγραφέας με τόλη, αρτιότητα, δομική σταθερότητα, καθαρή γραφή χωρίς «τερτίπια» παραπλανητικά, χωρίς «τρικ». Διάφανο, πανάκριβο, γοητευτικό κρύσταλλο. Οι ιστορίες της έχουν τέτοια δυναμική που παρασύρουν τον αναγνώστη από τις πρώτες σελίδες, προσόν σπουδαίο για ένα βιβλίο, ενώ οι συνεχόμενες ανατροπές που χαρακτηρίζουν την πλοκή κάθε έργου της τον κρατούν δέσμιο μέχρι το τέλος. Κάθε βιβλίο της ένα διαμάντι της ελληνικής λογοτεχνίας. **Λένα Μαντά**, συγγραφέας

ΔΙΕΥΚΡΙΝΗΣΗ ΓΙΑ ΟΣΟΥΣ ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝΤΑΙ ΝΑ ΓΡΑΨΟΥΝ 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. 210 2632910, 6977005181 ή με την **Κατερίνα Δραγώνα** (επιμέλεια έκδοσης.) τηλ. 210 9316501, 6972078366.

ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΕΓΓΡΑΦΗΣ ΝΕΩΝ ΜΕΛΩΝ

Το Δ.Σ., συμμεριζόμενο την επικρατούσα κατάσταση σήμερα 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. θα λειτουργούν από 01-04-2013 μέχρι 30-09-2013, Δευτέρα έως Παρασκευή, από ώρας 18.00 έως 21.00 μ.μ., τον Ιούλιο Τρίτη-Πέμπτη-Παρασκευή και τον Αύγουστο κλειστά. Για οποιαδήποτε επικοινωνία στο τηλέφωνο της κατασκήνωσης 22940 34588. **Το Δ.Σ.**

ΕΚΔΗΛΩΣΗ ΓΙΑ ΤΑ 80 ΧΡΟΝΙΑ ΤΗΣ ΕΟΦ ΣΤΟ ΠΟΛΕΜΙΚΟ ΜΟΥΣΕΙΟ

Η κεντρική εκδήλωση για τα 80 χρόνια του Συλλόγου μας θα γίνει στην
αίθουσα διαλέξεων του Πολεμικού Μουσείου
(Βασιλίσσης Σοφίας & Ριζάρη)
την Δευτέρα 4 Νοεμβρίου 2013 και ώρα 19.00

ΔΙΑΓΩΝΙΣΜΟΣ ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΑΣ

Με αφορμή τον εορτασμό των 80 χρόνων της Ε.Ο.Φ. και των 60 χρόνων της κατασκήνωσης στο Μάτι, το Δ.Σ. προκηρύσσει διαγωνισμό φωτογραφίας ως εξής:

Θέμα. Από τις τέσσερις εποχές του χρόνου.
Διαδικασία. Αριθμός φωτογραφιών μία έως τέσσερις για κάθε διαγωνιζόμενο, διαστάσεων 35X45 εκ., με συμπλήρωση Δελτίου Συμμετοχής.

Ημερομηνία. Τελευταία ημέρα υποβολής η 31η Οκτωβρίου 2013.

Συμμετοχή. Μόνο μέλη της Ε.Ο.Φ..

Επιτροπή-Βραβεία. Θα ανακοινωθούν από το επόμενο περιοδικό μας



ΕΚΔΟΣΗ ΕΠΕΤΕΙΑΚΟΥ ΛΕΥΚΩΜΑΤΟΣ ΕΟΦ

Η ΕΟΦ, στα πλαίσια του εορτασμού των 80 χρόνων της,

θα εκδόσει **ΕΠΕΤΕΙΑΚΟ ΛΕΥΚΩΜΑ**

με θέμα την πορεία της μέσα στο χρόνο.

Όσα από τα μέλη μας, ενεργά και μη θέλουν, να συνδράμουν σε αυτή την προσπάθεια

με **κείμενα** και **φωτογραφίες**,

παρακαλούνται να επικοινωνήσουν

με τα μέλη της Επιτροπής Περιοδικού.

Προθεσμία παράδοσης του υλικού μέχρι **20-09-2013**

ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΔΑΚΟΓΛΟΥ

Ο Γεώργιος Δάκογλου ένας από τους συνιδρυτές της ΕΟΦ που ήταν και ο πρώτος Πρόεδρος του Σωματείου μας μετά από πενήντα χρόνια επισκέπτεται τον Ορεινό Ξενώνα και γράφει τις εντυπώσεις του στο βιβλίο των επισκεπτών.

Θά'ντορ'αυτο'ρη'σας δ'ισα'ν'ε'ρω'ν' τον' ε'αυ'τον' μου' δ'α'ρ'ι'φαν'ον' κα'θ' ο'σον' το' ε'ργ'ον
α'υ'τ'ο' πο'χ'η'τα' ε'ν'ε'χ'ε'ται' με' ε'ξ'α'ρ'ε'τη'κ'η'ν' ζ'ε'σ'η'ν' ν'α'ν' ο'ρ'η'μ'η'ν' τ'ων' ε'σ'ο'ρ'η'των' ο'ι'ζ'ιν'ες
υ'π'α'ρ'α'φ'α'σ'τη'ν' γ'α'ρ'η'ται.
Η'ν'εν' π'η' α'γ'ε'σ'α'ς' ε'χ'ον' δ'α' η'γο' α'δ'υ'ν'α'σ'α'ν' ν'α' μ'η'ν'ε'ι' ο' χ'ε'λ'μ'ε'ρ'ι'ν'ος' Ξ'ε'ν'ω'ν' α'ς' ε'κ'ο'
Κ'ε'ρ'α'ρ'η'σ'η'. Α'ν'η' ε'ν'αι' η' ε'ν'α'ν'ο'σ'η'ς' μ'ου' με'τ'α' π'η'ν' ε'σ'ο'ρ'η'σ'η'ν' ο'ν'η'μ'ε'ν'ον' τ'η'μ'ε'ρ'η'ν
8'η'ν' ε'ε'π'ε'μ'β'ρ'ι'ου' 1983. Θ'α' π'ρ'ο'β'λ'ω' δ'ε' το' α'ν' ε'π' ο'σον' η' υ'ψ'η'ς' μ'ου' το' ε'σ'ο'ρ'η'σ'η'
α'ν'ε'σ'ε' ο' Ξ'ε'ν'ω'ν' ν'α' μ'ε'σ'α'φ'ε'ρ'ε'ι' ε'ν' τ'ο'υ'ρ'ι'ε'υ'σ'η'κ'ον' Κ'ε'ν'τρ'ον' τ'ων' χ'ε'λ'μ'ε'ρ'ων' ε'σ'ο'ν' κα'ι'
το' δ'ε'λ'ος' ε'ν' Α'ρ'χ'η'σ'α'ς' η' ε'λ'λ'η'ν' α'ρ'χ'η'σ'α'σ'η'ς.

Ε'ν' τ'ων' Ψ'η'φ'ω'ν' τ'η'ν' ο'ρ'η'σ'α'σ'η'σ'η'ς
κα'ι' π'ρ'ο'β'λ'ω'ς' ο'ρ'η'δ'η'σ'η'ς' Δ.Σ. τ'ης' Ε.Ο.Φ.

(Signature)
Γεώργιος Παναγ. Δάκογλου

Γ'ιο'ρ'γ'η'ν'ε'ν' ε'ν'ε'α'ν'ο'σ'η'μ'η'ν' Α'ν'ο'δ'η'μ'ου.

Ήμουνε κράχτης πετεινός κι εδά στα γεραδειά μου να με τζιμπούν οι γι-όρνιδες δεν το βαστά η καρδιά μου (Δηλαδή, φέτος, η Ε.Ο.Φ. έκανε Πάσχα στην Κρήτη!!!)

Κείμενο Νίκος Τσούτσος, Φωτογραφίες Βάλια Δημητροπούλου



Μεγάλη Τετάρτη και συγκεντρωθήκαμε στις 11 το βράδυ έξω από το πλοίο της ANEK. Επιβιβαστήκαμε, τακτοποιηθήκαμε, κοιμηθήκαμε και ξυπνήσαμε, όταν το πλοίο έμπαινε στο λιμάνι του Ηρακλείου, τον Χάνδακα, όπως ήταν το Μεσαιωνικό όνομα της πόλης, που ιδρύθηκε από Σαρακηνούς Πειρατές το 824 μ.Χ. και υπήρξε άντρο τους μέχρι το 961 μ.Χ. Τότε, οι Βυζαντινοί επιτέθηκαν στην πόλη του Χάνδακα και οι δυνάμεις του Νικηφόρου Φωκά, κατά τα κοινώς αποδεκτά ήθη της εποχής, έσφαξαν τους Σαρακηνούς, την λεηλάτησαν και την έκαψαν. Την ξαναέχτισαν, επέβαλαν την Χριστιανική Πίστη και κράτησαν την κυριαρχία της για 243 χρόνια. Μέχρι που την ανέλαβαν οι Ενετοί και μετά οι Τούρκοι. Μετά την αποβίβαση μας, πρώτη μας επίσκεψη στο ομώνυμο Αρχαιολογικό Μουσείο, που όπως θριαμβευτικά πανηγύριζε το Υπουργείο Πολιτισμού προ τριμήνου «Επιτέλους Άνοιξε Μετά από 12 χρόνια». Αμ δε!!! Άνοιξαν μόνο 3 πτέρυγες από τις 23!!! Σε πλήρη ετοιμότητα θα είναι από την τουριστική περίοδο του 2014 (για όποιον το πιστεύει).

Ακόμα και έτσι όμως, το Αρχαιολογικό Μουσείο Ηρακλείου είναι από τα πιο μεγάλα και αξιόλογα μουσεία στην Ελλάδα και ένα από τα σημαντικότερα στην Ευρώπη. Τα εκθέματά του περιλαμβάνουν αντιπροσωπευτικά δείγματα από όλες τις περιόδους της κρητικής προϊστορίας και ιστορίας, που καλύπτουν περίπου 5.500 χρόνια, από τη νεολιθική εποχή μέχρι τους ρωμαϊκούς χρόνους. Κυρίαρχη θέση στις συλλογές του κατέχουν τα μοναδικά αριστουργήματα της μινωικής τέχνης, την οποία μπορεί κανείς να θαυμάσει σε όλη της την εξέλιξη. Δεσπόζουν οι διπλοί πελέκεις, ιερότατο σύμβολο των μινωικών χρόνων. Αντικρίζοντας τα αυθεντικά κομμάτια των τοιχογραφιών από το Ανάκτορο της Κνωσού δεν γινόταν να μη διακρίνουμε την έντονη διάθεση για ζωή και τη λατρεία των Μινωιτών για τη φύση. Τα χρώματα που χρησιμοποιήθηκαν ήταν φυσικά και διατηρήθηκαν ανεξίτηλα μέχρι σήμερα.

Είδαμε την εξέλιξη της αγγειοπλαστικής την Νεολιθική Εποχή (5000-2500 π.Χ.) και θαυμάσαμε τα περίφημα καμαραϊκά αγγεία με τα υπέροχα χρώματα και θέματα, παρμένα από τον φυσικό κόσμο. Μοναδικός στο είδος του είναι ο περίφημος δίσκος της Φαιστού με σημεία ιερογλυφικής γραφής και ιδεογραμμάτων. Δυστυχώς όμως το περιεχόμενο του δίσκου μας είναι ακόμη άγνωστο. Αξιοθαύμαστοι είναι, οι καθρέπτες με τις ελεφάντινες λαβές, τα χρυσά κοσμη-



"Οι Κυρίες" Τοιχογραφία στο μουσείο Ηρακλείου.

ματα που βρέθηκαν σε μινωικές νεκροπόλεις, τα ταιμπιδάκια για τα φρύδια, οι ελεφάντινες κτένες καθώς και τα ξίφη με τις χρυσές λαβές. Οι περιφημες "μέλισσες" που βρέθηκαν στα Μάλια κοσμούν μια από τις προθήκες του Μουσείου. Πρόκειται για ένα θαυμάσιο κόσμημα που παριστάνει δύο μέλισσες που κουβαλούν μια σταγόνα μέλι στην κηρήθρα. Οι Θεές των Όψεων, με το πλούσιο γυμνό στήθος και την μακριά φούστα αποτελούν έξοχα δείγματα της μινωικής μικροπλαστικής. Το χρυσό δακτυλίδι, φαντάζει αριστούργημα της μινωικής χρυσοχοΐας. Το αγγείο σε σχήμα κεφαλής Ταύρου από το ανάκτορο της Κνωσού, αποτελεί έξοχο δείγμα της μινωικής λιθοτεχνίας. Και βέβαια η τοιχογραφία που απεικονίζει τα ταυροκαθήψια από το Ανάκτορο της Κνωσού, θυμίζει ότι στις ταυρομαχίες δεν είναι υποχρεωτικό να θανατωθεί ο ταύρος!!! Ακολούθησε... υποχρεωτικός καφές στο σιντριβάνι με τα λιοντάρια και μια μικρή βόλτα στο παλιό Ηράκλειο με την περίφημη Λότζια, που στεγάζει υπηρεσίες του Δημαρχείου και την Βασιλική του Αγ. Μάρκου που σήμερα στεγάζει την πινακοθήκη.

Στην συνέχεια, μια ομάδα ξεκίνησε προς το Κουναβιανό φαράγγι για να πραγματοποιήσει την διάσχισή του και οι υπόλοιποι (14 γυναίκες και ο... υπογράφω) μητήκαμε στην ουρά των ταμείων της διάσημης Κνωσού, το μεγαλύτερο από τα κέντρα της μινωικής εξουσίας. Πρόκειται για ένα κτιριακό συγκρότημα που αναπτύσσεται σε χώρο 22.000 τ.μ. Χτισμένο σε ένα κατά μεγάλο ποσοστό τεχνητό λόφο, ήταν το εντυπωσιακότερο από τα μινωικά ανάκτορα και βρίσκεται σε απόσταση 5 χλμ. νοτιοανατολικά του Ηρακλείου. Το πρώτο ανάκτορο κτίστηκε περίπου το 2000 π.Χ. και αποτέλεσε την έδρα του βασιλιά Μίνωα. Στο σχεδιασμό του αποφεύχθηκαν γενικά οι ευθείς διάδρομοι. Το στοιχείο αυτό, μαζί με την πολύπλοκη αρχιτεκτονική του δομή, δικαιολογούν τον κρητικό μύθο του Λαβύρινθου. Ήταν πολυώροφο, χτισμένο με πελεκητούς δόμους και διακοσμημένο με θαυμάσιες τοιχογραφίες, που απεικόνιζαν θρησκευτικές τελετές. Οι πρώτες ανασκαφές στον χώρο της Κνωσού διενεργήθηκαν το 1878 από τον έμπορο Μίνωα Καλοκαιρινό. Και συνεχίστηκαν το 1900 από τον Α. Evans μέχρι και το 1931. Όμως ο Evans προχώρησε στην αναστήλωση του ανακτόρου με τσιμέντο, τεχνική που κατακρίνεται σήμερα σαν αυθαίρετη και επιβαρυντική για το μινωικό οικοδόμημα, όπως μας εξήγησε η ξεναγός που προσλάβαμε για να μας ξεναγήσει στον αρχαιολογικό χώρο. Κατόπιν μεταφερθήκαμε

στις Αρχάνες με τον σημαντικότερο αρχαιολογικό χώρο της (...που ήταν βέβαια κλειστός...) και την θαυμάσια παλιά πόλη, με τα σοκάκια, τα χρωματιστά σπίτια και τις αβεστωμένες αυλές. Είναι χτισμένη σε μια κλειστή κοιλάδα, σε υψόμετρο 380 μ. ανατολικά του ανθρωπόμορφου βουνού Γιούχτας. Οι Αρχάνες έχουν χαρακτηριστεί παραδοσιακός οικισμός και παρουσιάζουν ιδιαίτερο αρχιτεκτονικό και πολεοδομικό ενδιαφέρον. Μετά το μεσημεριανό γεύμα στην παλιά πλατεία της κωμόπολης, αναχωρήσαμε για να συλλέξουμε την ορειβατική ομάδα και στην συνέχεια ξεκινήσαμε για τον Άγιο Νικόλαο με ενδιάμεση στάση στην Μονή Αγίου Γεωργίου, στο φαράγγι του Σελληναριού. Ο ναός του Αγ. Γεωργίου είναι μικρών διαστάσεων, μονόχωρος, καμαροσκέπαστος, με οξυκόρυφη καμάρα και χρονολογείται στον 16ο αιώνα.

Φτάσαμε αργά το απόγευμα στον Άγιο Νικόλαο και ταχτοποιηθήκαμε στα δωμάτια του ξενοδοχείου CORAL, που μας φιλοξένησε τις επόμενες 4 μέρες. Οι εκκλησίες της πόλης περίμεναν, όσους ήθελαν, να παρακολουθήσουν την Ακολουθία Των Παθών με τα 12 Ευαγγέλια.

Η Μεγάλη Παρασκευή, σχεδόν όλη, ήταν αφιερωμένη στο οροπέδιο Λασιθίου. Πρωινή αναχώρηση και πέρασμα από τα Μάλια, από όπου ο δρόμος ανηφορίζει στο ονομαστό Λασιθί. Στο δρόμο προς το οροπέδιο συναντήσαμε πολλά ορεινά γραφικά χωριά, όπως τους Αμυγδαλούς, τα Ζένια, την Ρουσσιτιάδα, και τους Ποτάμους (ο τόπος στην παραλήγουσα!), όλα μέσα σε ένα καταπράσινο περιβάλλον με χαρακτηριστικά του υψομέτρου δέντρα (Καστανιές, καρυδιές και προπάντων πλατάνια). Το Τζερμιάδο (ή Τζερμιάδω κατά μια παλιότερη γραφή), το μεγαλύτερο χωριό του Οροπεδίου, έχει 750 περίπου μόνιμους κατοίκους και είναι έδρα του ομώνυμου δήμου σε υψόμετρο 840μ. Οι κάτοικοί του ασχολούνται κυρίως με την καλλιέργεια πατάτας και άλλων οπωροκηπευτικών. Φτάσαμε στο χωριό Αβρακόντε, από όπου μαζί με τον Ορειβατικό Ηρακλείο ξεκινήσαμε την ανάβαση στο Λιμνάκρο. Κατά την διάρκεια της οι συνοδοί μας ενημέρωσαν την ομάδα μας για την ιστορία του τόπου και μας κατατόπισαν για την θέση με βάση τις γύρω κορυφές. Το Οροπέδιο Λασιθίου βρισκόταν στο κέντρο του Μινωικού Κόσμου και κατοικήθηκε από τη Νεολιθική εποχή, όπως διαπίστωσαν οι αρχαιολογικές έρευνες των τελευταίων χρόνων. Πολύ αργότερα, με την άλωση της Κωνσταντινούπολης το 1204 από τους Σταυροφόρους, η Σταυροφθορία, όπως τους έλεγαν οι Βυζαντινοί, οι Ενετοί πήραν τα χωράφια των Κρητικών, τα οικειοποιήθηκαν και παράλληλα τους κακομεταχειρίζονταν. Το Οροπέδιο Λασιθίου λόγω της ευφορίας του και της φυσικής του οχυρότητας ήταν ο τόπος απ' όπου άρχιζαν πολλές επαναστάσεις, και όπου κατέφευγαν οι αποκηρυγμένοι. Δίκαια το ονόμασαν "αγκάθι στην καρδιά της Βενετίας". Τότε, για να μην βρίσκουν άσυλο οι επαναστάτες στο Λασιθί, ο Δούκας του Ηρακλείου εισηγήθηκε στο Συμβούλιο των Ευγενών να κηρυχθεί το Λασιθί τόπος ακατοίκητος. Όποιοι συλλαμβανόταν να



◀ Το Τζαμί στην Ιεράπετρα.

μένει μέσα στην απαγορευμένη ζώνη του Λασιθίου ή να βόσκει τα ζώα του, του έκοβαν το ένα πόδι ή τον σκότωναν. Το 1343 διατάχθηκε το γκρέμισμα όλων των οικημάτων (δεν άφησαν πέτρα πάνω στην άλλη) και το ξεριζώμα όλων των οπωροφόρων δέντρων και των αμπελιών. Γι' αυτό, στο Λασιθί δεν υπάρχει κάτι το βυζαντινό, ούτε ονόματα χωριών, ούτε τοπωνύμια. Αρχές του 16ου αιώνα έπεσε στην Κρήτη πείνα και οι Ενετοί δεν μπορούσαν να θρέψουν ούτε τα στρατεύματά τους. Το Λασιθί όμως θεωρούνταν ανέκαθεν ο σιτοβολώνας της Κρήτης. Έτσι, στις 30 Νοεμβρίου 1514 ανακλήθηκε το απαγορευτικό διάταγμα κι επιτράπηκε ξανά η καλλιέργειά του. Οι καλλιεργητές όμως δεν είχαν δικαίωμα να φτιάξουν κανονικά χωριά στο οροπέδιο και απλά δημιούργησαν Μετόχια που πήραν το όνομά τους από τον πρώτο οικιστή (π.χ. Τζερμιάδω από τον Τζερμί. Το επώνυμο προέρχεται από το βενετοάνικο Geremia = Ιερεμίας, Φαρσάρω από τον Φαρσάρη, Αβρακόντες, από τον πρώτο οικιστή Αβραάμ Κόντε (κόμης). κ.λ.π.). Μετά το 1499, το οροπέδιο όπως όλη η Κρήτη έπεσε στα χέρια των Τούρκων. Αλλά οι ντόπιοι συνέχισαν να επαναστατούν, μέχρι που οι Τούρκοι έπιασαν όλους τους άνδρες, τους αποκεφάλισαν και με τα κεφάλια έφτιαξαν μια πυραμίδα. Όμως και κατά την περίοδο της Γερμανοϊταλικής κατοχής το Λασιθί δεν υστέρησε σε θυσίες και τα γύρω βουνά έπαιξαν και πάλι τον αιώνιο ρόλο τους για την Ελευθερία.

Τις δεκαετίες του '50 και του '60, το Οροπέδιο ήταν ένα από τα πρώτα αιολικά πάρκα της Ευρώπης. Υπήρχαν περίπου 16 χιλιάδες ανεμόμυλοι που αντλούσαν τα υπόγεια ύδατα, με τα οποία οι κάτοικοι πότιζαν τις καλλιέργειές τους. Αξίζει να σημειωθεί ότι οι ανεμόμυλοι ήταν τοπικής έμπνευσης και κατασκευής. Σήμερα όμως πολύ λίγοι είναι σε λειτουργία.

Μετά από μία περίπου ώρα ανάβασης σε ... κατσάβραχα, φθάσαμε στο Οροπέδιο του Λιμνάκαρου, που βρίσκεται στα 1120μ υψόμετρο. Ένα αγροτικό φορτηγάκι μετέφερε από έναν τοιμεντόδρομο την ομάδα που δυσκολευόταν να ανέβει με τα πόδια και έτσι βρεθήκαμε όλοι οι Εοφίτες στην εκκλησία του Αγ. Πνεύματος, που είναι δικλιτή βασιλική. Εκεί έχει καθιερωθεί να τελείται κάθε χρόνο το πρωί της Μεγάλης Παρασκευής η ακολουθία των Μεγάλων Ωρών της ημέρας, να γίνεται ο στολισμός του Επιταφίου με λουλούδια που συλλέγουν οι προσκυνητές από την γύρω περιοχή και να ακολουθεί η περιφορά στο ειδικό τοπίο. Πρόκειται για μια σπάνια εμπειρία ... αφού μάλιστα ο Ορειβατικός Λασιθίου ετοίμασε και νηστήσιμα που τα καταναλώσαμε αμέσως μετά την περιφορά (είναι κρίμα που οι εξαιρετικές Κρητικές μπανάνες που φάγαμε, δυστυχώς δεν φθάνουν στην υπόλοιπη Ελλάδα...). Μετά από όλα αυτά επιστρέψαμε στον Αβρακόντε και μια ομάδα από μας πήγε 4 χλμ δυτικότερα, για να επισκεφθεί το περίφημο σπήλαιο της Βηθλεέμ της προχριστιανικής θρησκείας των Ελλήνων, όπου, κατά τη θεογονία του Ησιόδου, γεννήθηκε ο Ζεύς. Το επιβλητικό Δικταίο Άντρο ή Σπήλαιο Ψυχρού. Ακολούθησε 10λεπτη ανάβαση σε γλίστρω, από το πέραςμα χιλιάδων τουριστών καλντερίμι, στάση έξω από το σπήλαιο, καθώς η θέα προς το οροπέδιο Λασιθίου είναι πανοραμικά υπέροχη και κατάβαση 200 γλιστερών από την υγρασία σκαλοπατιών μέχρι την καρδιά του σπηλαίου όπου βρίσκεται μια υπέροχη λίμνη δια-

στάσεων 16μ. x 8.5μ., η οποία έχει νερό όλη τη χρονιά. Η λίμνη είναι γεμάτη με νομίσματα, που πετούν οι ευχόμενοι επισκέπτες. Με τη έξοδό μας από το σπήλαιο ξεκίνησαμε απευθείας την επιστροφή στο Ξενοδοχείο μας στον Άγιο, για να προετοιμαστούμε για την δεύτερη ακολουθία Επιταφίου της ημέρας!!! Την παρακολουθήσαμε στο χωριό Κριτσά σε μία από τις τρεις ενορίες του και ακολουθήσαμε τον Επιτάφιο μέχρι την πλατεία, όπου συναντηθήκαμε με τους άλλους δύο και κατά παράδοση ακούσαμε την προφητεία του Ιερεμίου, που μας διαβεβαιώνει ότι η Ανάσταση θα έλθει (το μόνο που χρειάζεται από μας είναι η πίστη).

Το Μεγάλο Σάββατο ήταν αφιερωμένο σε μια ολοήμερη εκδρομή μέχρι το ανατολικότερο άκρο της Κρήτης. Μέσω Σητείας καταλήξαμε στο χωριό Άνω Ζάκρος, όπου πραγματοποιήσαμε την διάσχιση του Φαραγγιού των Νεκρών μέχρι την παραλία κάτω Ζάκρου.

Το φαράγγι ήταν όμορφο και βατό και δεν ονομάστηκε έτσι επειδή οι πεζοπόροι αφήνουν τα κόκκαλά τους σ' αυτό, αλλά γιατί οι αρχαίοι Μινωίτες χρησιμοποιούσαν τις σπηλιές στα απότομα τοιχώματα του φαραγγιού για να θάβουν τους νεκρούς τους. Σίγουρα ήταν μεγάλη τιμή για τους νεκρούς, να ριφocινδυνεύουν τη ζωή τους στο επιβλητικό αυτό φαράγγι αυτοί που τους ανέβαζαν στα κάθιστα τοιχώματα, στην τελευταία τους κατοικία. Η διαδρομή αποτελεί το τελευταίο τμήμα του Ευρωπαϊκού μονοπατιού E4, που ξεκινάει από την Πορτογαλία, διασχίζει τη νότια Μεσόγειο, την Ελλάδα από βορρά προς νότο και την Κρήτη από τα δυτικά προς τα ανατολικά και καταλήγει στην Κάτω Ζάκρο. Στο τέρμα, ο αρχαιολογικός χώρος μας θυμίζει ότι εκεί υπήρξε ένα από τα τέσσερα κύρια διοικητικά κέντρα των Μινωιτών, ενώ το προστατευμένο λιμάνι και η στρατηγική της θέσης την κατέστησαν σημαντικό εμπορικό κέντρο. Στην πόλη κυριαρχούσε το παλάτι της Ζάκρου, το οποίο κτίστηκε το 1900 π.Χ. περίπου. Σήμερα τα ερείπια του παλατιού είναι εμφανή και επισκέψιμα.

Η διάσχιση του φαραγγιού κράτησε περίπου μια ώρα, για να καταλήξουμε για τακουδιά, ντάκο και χοχλιούς μπουμπουριστούς, στις ταβέρνες της όμορφης παραλίας. Κάμποσοι από μας έκαναν και το πρώτο μπάνιο της χρονιάς!!! Επόμενος σταθμός η Παλαιόκαστρος και ο αρχαιολογικός της χώρος στην θέση Ρουσόλακος στο βορειότερο άκρο της ανατολικής ακτής της Κρήτης, όπου υπήρξε ένας μινωικός οικισμός, που ήκμασε κατά την διάρκεια της Υστερομινωικής περιόδου (1550-1220 π.Χ.). Η πόλη καταλάμβανε έκταση μεγαλύτερη από 50.000 τ.μ., ήταν ατείχιστη και πυκνοκατοικημένη. Ακολούθησε επίσκεψη στο Βάι που επιβάλλεται σε όποιον βρίσκεται στην Ανατολική Κρήτη. Είναι μια παραλία που θυμίζει τροπικό μέρος, με τους φοίνικες και το μικρό νησάκι στη μέση του όρμου. Το φοινικόδασος καταλαμβάνει σήμερα μια έκταση περίπου 250 στρεμμάτων και είναι το μεγαλύτερο στην Ευρώπη. Ακούσαμε διάφορες ιστορίες που προσπαθούν να δικαιολογήσουν την ύπαρξη φοινικόδεντρων στην Κρήτη. Σύμφωνα με την πιο συνηθισμένη, Άραβες πειρατές ήρθαν κάποτε εδώ με τα καράβια τους, έφαγαν τους χουρμάδες που είχαν φέρει μαζί τους και πέταξαν τα κουκούτσια στο χώμα. Από τους χουρμάδες αυτούς λέγεται ότι φύτρωσαν περίπου 6000 φοίνικες, από τους οποίους περίπου 4500 υπάρχουν αυτή τη στιγμή. Οι επι-



Ανεμόμυλοι στο Οροπέδιο Λασιθίου.

στήμονες, όμως, έχουν αποδείξει σήμερα ότι οι φοίνικες στο Βάι είναι ενδημικοί και ανήκουν στο είδος Phoenix Theophrasti. Φοίνικες υπήρχαν στην Κρήτη από τα αρχαία χρόνια, κάτι που φανερώνουν οι ιστορικές πηγές, όπως τα κείμενα του Πλίνιου. Το όνομα της περιοχής Βάι προέρχεται από την ελληνική λέξη «βέργα» που είναι το όνομα για τα φοινικόδεντρα. Είναι χαρακτηρισμένο ως «Αισθητικό Δάσος», (ένα από τα 19 στην Ελλάδα) και «ειδικά προστατευόμενη περιοχή», σύμφωνα με το πρωτόκολλο 4 της σύμβασης της Βαρκελώνης για τις προστατευόμενες περιοχές της Μεσογείου. Το Βάι "ανακαλύφθηκε" από χίπς που διώχτηκαν την δεκαετία του '70 από τα Μάταλα και βρέθηκαν στην περιοχή, αναζητώντας νέο καταφύγιο. Μέχρι τις αρχές του '80 ήταν τόπος μόνιμης κατασκήνωσης και είχε μετατραπεί σε απέραντο σκουπιδότοπο. Αργότερα όμως ανακηρύχθηκε προστατευόμενη περιοχή και καθαρίστηκε. Σήμερα είναι μια από τις ομορφότερες περιοχές στην Κρήτη και η παραλία φέρει την Γαλάζια Σημαία της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Επιστρέφοντας στον Άγιο Νικόλαο κάναμε μια στάση στην Ιερά Μονή της Παναγίας Ακρωτηριανής και του Αγίου Ιωάννη του Θεολόγου, Τοπλού Σητείας. Η ονομασία Τοπλού αντικατέστησε κατά τον 17ο αιώνα την επίσημη ονομασία του Καστρομοναστηριού. Στην Γερμανική κατοχή η Μονή πήρε μέρος στην αντίσταση και διέθετε ασύρματο. Οι Ναζί συνέλαβαν και εκτέλεσαν το 1944 τον ηγούμενο της Μονής Γεννάδιο Συλλινγκάκη, ενώ βασανίστηκαν και φυλακίστηκαν οι υπόλοιποι μοναχοί. Επιστρέψαμε στον Άγιο για την Μεγαλοπρεπή Ανάσταση, που έγινε πάνω σε μια εξέδρα που στήθηκε στην λίμνη της πόλης. Την ώρα που ακούστηκε το «Χριστός Ανέστη», εκατοντάδες πολύχρωμα πυροτεχνήματα στόλισαν τον έναστρο ουρανό, ενώ κήκε και ο Ιούδας που είχε «κρεμαστεί» σε μια άλλη εξέδρα στο κέντρο της λίμνης. Η μέρα έκλεισε με το Αναστάσιμο Δείπνο.



Το Κάστρο στην Σπιναλόγκα. ►



Το Φαράγγι των Νεκρών.



Κολώνες και Λίμνη στο Δικταίο Άντρο.

Η λίμνη στο κέντρο της πόλης αναφέρεται με το όνομα Βουλισμένη, όπως και με το καθόλου εύηχο όνομα Βρωμολίμνη, που προέρχεται από το μακρινό παρελθόν, όταν ανέδυε δυσάρεστη οσμή από τα στάσιμα νερά, πριν ανοιχτεί το κανάλι επικοινωνίας με τη θάλασσα το 1867. Τότε κατασκευάστηκε και η μικρή γέφυρα από τον Πασά Κωστή Αδοσίδη. Χαρακτηριστικό της λίμνης είναι ότι έχει κάθετα τοιχώματα που θυμίζουν κρατήρα ηφαιστείου. Γι' αυτό κάποιοι υποστηρίζουν ότι δημιουργήθηκε από την καθίζηση ηφαιστείου.

Σήμερα η κυκλική λίμνη του Αγίου Νικολάου, με διάμετρο 137μ., αποτελεί το σήμα κατατεθέν της πόλης που γύρω της συγκεντρώνονται πολλά καφέ και εστιατόρια. Η λίμνη με τα ακίνητα νερά της, τις πάπιες, τις ψαρόβαρκες και τις κατάφυτες πλαγιές που την περιβάλλουν είναι ένα σημείο που προσφέρει ηρεμία και όμορφες εικόνες. Την όμορφοτερη θέα την απθανάτισαμε ανεβαίνοντας στο μικρό πάρκο που έχει δημιουργήσει ψηλά πάνω από την όχθη της. Οι ντόπιοι μέχρι το 19ο αιώνα την θεωρούσαν «ξεπατωμένη», χωρίς πάτο δηλαδή. Ο μύθος ότι η λίμνη είναι άπατη διαψεύστηκε, όταν το 1853 ο Άγγλος ναύαρχος Σπράτ τη βυθομέτρησε και βρήκε ότι στο κέντρο της έχει βάθος 210 πόδια (64μ.).

Την Κυριακή του Πάσχα σειρά για επίσκεψη είχε η Ελούντα, ένα μικρό φαροχώρι 12 χλμ. βόρεια του Αγίου Νικολάου. Τίποτα το ιδιαίτερο όμως. Ξενοδοχεία πολυτελείας και απλώς υπερεκτιμμένα βαριά όνομα. Ούτε καν παραλία της προκοπής. Μια ομάδα πεζοπόρησε στην απέναντι χερσόνησο Κολοκύθα, με τα ξωκλήσια του Αγίου

Φωκά και του Αγίου Λουκά και οι υπόλοιποι φύγαμε για την Νεάπολη, την παλιά πρωτεύουσα του νομού Λασιθίου. Η διαδρομή μέσα από τα λιγότερο τουριστικά χωριά στα βόρεια του νομού είναι το λιγότερο εξαιρετική. Ο δρόμος περνά συνεχώς μέσα από τακτοποιημένους αμπελώνες, που φανερώνουν το μεράκι που έχουν οι κάτοικοι της περιοχής για το καλό κρασί. Κυριαρχεί η ποικιλία Κοτσιφάλι, που δίνει ανοιχτόχρωμα κρασιά με μαλακές τανίνες και όταν συνδυάζεται με τη Μανδηλαριά δημιουργεί κρασιά με πιο ήπιους χαρακτήρες και το λιγότερο, που το κύριο χαρακτηριστικό του είναι η πρώιμη ωρίμανση και βρίσκεται στην ρίζα κυρίως των κόκκινων Κρητικών κρασιών.

Η ιστορία της Νεάπολης χάνεται στα βάθη των αρχαίων χρόνων. Οι πρώτοι οικιστές ήταν μυλωνάδες που προσπάθησαν να αξιοποιήσουν τα τότε άφθονα νερά της πηγής του Βιγλιού εγκαθιστώντας κατά μήκος της πλαγιάς μύλους. Από τον οικισμό αυτό προέρχεται και ο Πέτρος Φίλαργος, ο μετέπειτα Πάπας Ρώμης Αλέξανδρος ο Ε'. Το χαρακτηριστικότερο ίσως κτίριό της είναι η εκκλησία της Μεγάλης Παναγίας, που χτίστηκε στη θέση της παλιάς Μονής της Μεγάλης Παναγίας και είναι η δεύτερη μεγαλύτερη εκκλησία της ανατολικής Κρήτης μετά τον Άγιο Μηνά του Ηρακλείου. Ακόμη, στην ευρύτερη περιοχή, υπάρχει μεγάλος αριθμός εκκλησιών, που χρονολογούνται από την εποχή της Ενετοκρατίας, όπως φανερώνουν οι ημερομηνίες που αναγράφονται στα λιθόγλυπτα υπέρθυρά τους. Πολλά από τα κτίρια της χρυσής εποχής της πόλης σώζονται μέχρι σήμερα, δίνοντας της ακόμα ένα αρκετά γραφικό χαρακτήρα, με λιθόστρωτα, κρήνες, και παλιά αρχοντικά. Εκεί μας περίμενε η φίλη μας η Μαρίκα, που αφού μας ξενάγησε στην πόλη, μας φίληψε στην αυλή του σπιτιού της τσικουδιά και Κρητικούς μεζέδες.

Το μεσημέρι απολαύσαμε το πλούσιο Πασχαλινό γεύμα στην Φουρνή. Στην ταβέρνα Πλάτανος φάγαμε καλά, ήπιαμε πολύ και βέβαια χορέψαμε. Δύο από μας πεταχτήκαμε μέχρι την Ιεράπετρα την τέταρτη μεγαλύτερη πόλη της Κρήτης, που η οικονομία της στηρίζεται κυρίως στην παραγωγή πρώτων κηπευτικών σε θερμοκήπια και δευτερευόντως στον τουρισμό και αποτελεί σπουδαίο εμπορικό κέντρο εξαγωγής αγροτικών προϊόντων προς την Ευρώπη. Από τα σπουδαιότερα αξιοθέατά της είδαμε το Κάστρο Καλές, το Τζαμί και την συνοικία Κάτω Μερά. Η πόλη βρίσκεται στη θέση της αρχαίας Ιεράπετρας που ήταν μια από τις σπουδαιότερες πόλεις της Κρήτης, ιδιαίτερα κατά τη Ρωμαϊκή περίοδο.

Επιστρέψαμε στην βάση μας και η μέρα μας έκλεισε με περίπατο γύρω από το λιμάνι και την γραφική λίμνη του Αγίου Νικολάου.

Ξημέρωσε η δεύτερη μέρα του Πάσχα και φύγαμε για την Πλάκα και το απέναντι νησί «Μακρύ Αγκάθι». Σήμερα, Σπινாலόγγα ονομάζουμε μονάχα το μικρό νησί, αλλά οι Ενετοί με το όνομα αυτό αποκαλούσαν και την μεγάλη χερσόνησο Κολοκύθα που ενώνεται με την Ελούντα με ένα στενό ισθμό. Αναφέρεται ότι η Κολοκύθα ήταν ενωμένη με την Σπινாலόγγα, αλλά το 1526 οι Ενετοί άνοιξαν διώρυγα με αποτέλεσμα να δημιουργηθεί το μικρό αυτό νησί. Η καίρια θέση της βραχονησίδας για τον έλεγχο και την προστασία του λιμανιού της Ελούντας, δεν θα μπορούσε παρά να σηματοδέψει τη Σπινாலόγγα με μία πολυτάραχη ιστορία γεμάτη σκληρές μάχες. Άρχισε να οχυρώνεται το 1574 όταν οι Τούρκοι

είχαν καταλάβει την Κύπρο και οι Ενετοί καταλάβαιναν ότι σε λίγο θα ερχόταν και η σειρά της Κρήτης. Οι Ενετοί ήθελαν αφενός να διαφυλάξουν στον κόλπο της Ελούντας τα πλοία τους από τους πειρατές και από τον τουρκικό στόλο, αλλά και να εξασφαλίσουν τις αλυσές, από όπου έπαιρναν το αλάτι για την Ευρώπη. Το 1905 χρησιμοποιήθηκε ως Λεπροκομείο, όπου οδηγήθηκαν όλοι οι λεπροί της Κρήτης, οι οποίοι βρίσκονταν απομονωμένοι έξω από το Ηράκλειο και θεωρούνταν εστία μόλυνσης για τον υπόλοιπο λαό. Κατά την περίοδο της Ιταλογερμανικής κατοχής οι κατακτητές δεν τολμούσαν να αφήσουν ελεύθερους τους λεπρούς και ήταν αναγκασμένοι να τους τροφοδοτούν οι ίδιοι, δεδομένου ότι το απέναντι χωριό Πλάκα το είχαν εκκενώσει και είχαν διώξει τους κατοίκους σε άλλα χωριά. Κατοχή δεν γνώρισε το νησάκι και γι' αυτό λειτουργούσαν παράνομα ραδιόφωνα. Αναφέρεται ότι ο γιατρός Γραμματικάκης αντιγράφε τις ειδήσεις του Λονδίνου και του Καΐρου και τις μοίραζε ως δελτία ειδήσεων στους κατοίκους. Τελικά το 1957 εκκενώθηκε, αφού οι ασθενείς θεραπεύτηκαν με τη χρήση αντιβιοτικών φαρμάκων. Η Σπινாலόγγα έγινε διάσημη από το μυθιστόρημα της Victoria Hislop «Το νησί» και την επισκέπτονται κάθε μέρα εκατοντάδες τουρίστες. Ένα καίκι μας πέρασε από την Πλάκα απέναντι και βρεθήκαμε μαζί με ένα λεφούσι άλλων τουριστών, να προσπαθούμε να πάρουμε μια ιδέα της κοινωνίας που είχε οργανωθεί εδώ για 50 χρόνια. Ο βασικός δρόμος του οικισμού διατηρείται πολύ καλά, με την αγορά και τα εργαστήρια, που ήταν αναγκαία για την επιβίωση των κατοίκων, μια που όποιος ασθενής έμπαινε στο νησί δεν ξαναέβγαινε!!! Σήμερα πια η επιστήμη έχει καταλήξει ότι αυτό που είχαν οι ασθενείς δεν είχε σχέση με την βιβλική λέπρα και βέβαια δεν ήταν ιδιαίτερα λοιμώδες όσο νόμιζαν. Απέναντι στην γραφική Πλάκα, λίγοι μεν απήλασαν το νερό της θάλασσας, όλοι όμως απολαύσαμε τις ψαρολιχουδιές στις παραθαλάσσιες ταβέρνες.

Τελευταία στάση της εκδρομής μας το Ενυδρείο του Ηρακλείου. Σαν να βρίσκεσαι στο βυθό της θάλασσας χωρίς μάσκα και βατραχοπέδιλα. Βλέπεις τα βράχια των Ματάλων, τον βυθό στο Βάι και τροπικά είδη που φυτρώνουν στα βάθη της Μεσογείου. Οι καρχαρίες αποτελούν την ατραξιόν, αλλά δεν είναι οι πρωταγωνιστές. Άλλωστε σε μια σκηνογραφία της Μεσογείου, των ελληνικών βυθών και του τροπικού περιβάλλοντος μήκους 600 μέτρων, ήλθαμε πρόσωπο με πρόσωπο με σχεδόν 2000 οργανισμούς (από μικροσκοπικούς ιπποκάμπους μέχρι τους χοντρούληδες ροφούς), που κατανέμονται σε περίπου 200 είδη. Τα ψάρια φιλοξενούνται σε 32 δεξαμενές συνολικής χωρητικότητας 1.600.000 λίτρων σε ένα από τα μεγαλύτερα ενυδρεία της Μεσογείου. Με αρχιτεκτονικό σχεδιασμό που παραπέμπει σε πλοίο, χορηγεί μικρούς και μεγάλους και τους δίνει τη δυνατότητα να γνωρίσουν και να ευαισθητοποιηθούν από τον θαλάσσιο πλούτο της περιοχής μας. Η περιήγηση κράτησε περίπου 1 ώρα, μια που θέλαμε να περιεργαστούμε όλους τους οργανισμούς και τα εκθέματα.

Η επιβίβαση στο πλοίο της επιστροφής, σήμανε το τέλος της Πασχαλινής εκδρομής μας στην Ανατολική Κρήτη. Γεμάτοι όμορφες εικόνες και ξεχωριστές εμπειρίες επιστρέψαμε, λογαριάζοντας το πότε μας «βγαίνει», για να ξαναπρογραμματίσουμε μια Κρήτη!!!!

ΑΛΜΠΕΡΤΗΣ - ΑΡΜΕΝΙΑΚΟΣ Α.Ε.Β.Ε.

ΕΡΓΟΣΤΑΣΙΟ: ΑΣΠΡΟΠΥΡΓΟΣ, ΤΗΛ.: 210 5595 965, FAX: 210 5595 424



ΚΑΤΑΣΚΕΥΕΣ
ΚΟΥΖΙΝΑ
ΝΤΟΥΛΑΠΑ
ΚΡΕΒΑΤΟΚΑΜΑΡΕΣ
ΠΑΠΟΥΤΣΟΘΗΚΕΣ



ΔΕΝΔΡΙΝΟΣ

ΗΛΕΚΤΡΟΛΟΓΙΚΟ ΥΛΙΚΟ

SIEMENS



PHILIPS

legrand®



ΦΟΡΜΙΩΝΟΣ 63-65, ΚΑΙΣΑΡΙΑΝΗ

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

ΘΕΡΜΟ-ΤΟΡΝΟΣ-ΜΟΝΗ ΠΡΟΥΣΣΟΥ

Γράφει η Μαρία Κοσμαδάκη

Η ΕΟΦ πραγματοποίησε ακόμα μία ωραία εκδρομή στις πολύ όμορφες περιοχές δύο Νομών, Ευρυτανίας και Αιτωλοακαρνανίας.



Περιδιαβαίνοντας την γαλήνια Τριχωνίδα, Φωτ. Γιώργ. Γκλέτσος ▲

Η φύση μας χάρισε πλούσιες εικόνες, σε συνδυασμό με το μήνα Μάιο, μήνα των λουλουδιών, στολισμένο με όλα τα χρώματά της. Εικόνες μοναδικές, μυρωδιές παντού. Η πανίδα και η χλωρίδα της περιοχής ήταν στα καλύτερά τους. Έτσι, απολαύσαμε όλη η ομάδα των 33 ατόμων που ξεκινήσαμε για το τριήμερο στις 24 Μαΐου την εκδρομή μας.

Η διαδρομή με το πούλμαν, και έχοντας οδηγό τον Κώστα, ήταν υπέροχη και συνέβαλε στην επιτυχία της. Μετά από δύο στάσεις στη διαδρομή μας, φτάσαμε στην ευρύτερη περιοχή της Αιτωλοακαρνανίας, με την πλούσια βλάστηση και τα ποτάμια να μας χαιρετούν στο πέρασμά μας, με πρωταγωνιστή τον Εύηνο ποτέ δεξιά και πότε αριστερά μας.

Γύρω στις εννέα το βράδυ φτάσαμε στο χωριό Πετροχώρι για την πρώτη μας διανυκτέρευση στο ξενοδοχείο «Αλθαία» με την πανοραμική θέα στις λίμνες Τριχωνίδα και τη φίλη της Λυσιμαχεία. Το ξενοδοχείο ήταν καθαρό με άνετα δωμάτια. Μετά το πλούσιο πρωινό, ξεκινήσαμε 14 άτομα για το χωριό Δρυμώνα. Εκεί μας περίμενε ο κύριος Θανάσης Κρητικός ο οποίος θα μας οδηγούσε στο ορειβατικό μονοπάτι από Δρυμώνα προς Τόρνο, σε ένα από τα μονοπάτια του Παναιτωλικού με υψόμετρο 1.700μ.

Η διαδρομή ήταν φανταστική, ο καιρός πολύ καλός. Ο Οδηγός μας δεν κουραζόταν να μας μιλάει για την ιστορία της περιοχής και τα παιδικά του βιώματα.

Μας περιέγραφε τις σκληρές συνθήκες διαβίωσης και το πόσο δύσκολο οι άνθρωποι καλλιεργούσαν τη γη τους.

Η πορεία μας κράτησε 9 ώρες και καταλήξαμε στον Προυσσό όπου συναντηθήκαμε με την υπόλοιπη Ομάδα. Παράλληλα με τη δική μας διαδρομή, η ομάδα, με τον Αρχηγό της εκδρομής Νίκο Τσούτσο, απόλαυσαν τα αξιοθέατα της περιοχής, περπάτησαν στο δρόμο δίπλα στη λίμνη με τα νούφαρα καθώς και στον αρχαιολογικό χώρο Θέρμο.

Είχε τελειώσει μια πολύ ωραία μέρα και όλοι μαζί ξεκινήσαμε για το χωριό Καρστανιά όπου και θα διανυκτερεύαμε. Μείναμε σε ξύλινα σπιτάκια, όχι βέβαια πως η εξυπηρέτηση ήταν όπως το πρώτο βράδυ, το τοπίο όμως μας αποζημίωσε. Την επόμενη μέρα, μετά το πρωινό, ξεκινήσαμε μια μικρή ομάδα 12 ατόμων για τους καταρράκτες και το Μικρό Πανταβρέχει. Η ομορφιά σε συνδυασμό με τους ήχους και τα χρώματα ήταν απερίγραπτη. Συνεχίσαμε στο μονοπάτι με τα ξύλινα και τα πέτρινα γιοφύρια, τους μικρούς και μεγάλους καταρράκτες δεξιά και αριστερά και το ποτάμι πότε το συναντούσαμε και πότε το αφήναμε. Τέλος, φτάσαμε στο περίφημο Μικρό Πανταβρέχει σε τρεις ώρες. Η εικόνα που αντικρίσαμε ανταποκρίνεται πλήρως στην ονομασία του.

Ανηφορίζοντας από το Πανταβρέχει, συ-



Άνοιξη στην Ιερά Μονή Προυσού, Φωτ. Γιώργ. Γκλέτσος ▼



Καταρράκτης και τρκουάζ βάθρα πριν τη Μαύρη Σπηλιά, Φωτ. Γιώργ. Γκλέτσος ▼



ναντηθήκαμε με την υπόλοιπη Ομάδα που επέστρεφε από τη Μονή Προυσιώτισσας και ήρθαν και εκείνοι να το δουν. Όλη η Ομάδα ξεναγήθηκε στο Λαογραφικό Μουσείο, στην εκκλησία με το πολύ παλαιό τέμπλο και τέλος ήπιαμε το καφεδάκι μας στο τοπικό καφενείο. Ξεκινήσαμε για τη Μονή Προυσού, άλλοι ανεβήκαμε στη Μαύρη Σπηλιά ή του Καραϊσκάκη όπως την λένε οι ντόπιοι



Αρχαιολογικός χώρος Θέρμου,
Φωτ. Γιώργ. Γκλέτσος ▲



Στο μονοπάτι των προσκυνητών από Δρυμώνα Τόρνο 25-05-2013, Φωτ. Μ. Βέττερ ▲

και άλλοι πήγαν στη Μονάδα παραγωγής αλλαντικών στο χωριό Προυσό.

Αφού συγκεντρωθήκαμε όλοι στο Μοναστήρι για προσκύνημα και γευτήκαμε άρτο, λουκούμια και δροσερό νερό, ξεκινήσαμε για την επιστροφή.

Επιστρέφοντας, σε χωριό της περιοχής με πολλά νερά και τοπικά προϊόντα, σταματήσαμε για φαγητό.

Η επιστροφή ήταν χαρούμενη με πολύ

ωραία μουσική και διάθεση. Ο αρχηγός μας με τις πολλές γνώσεις του στη μουσική, και όχι μόνο, δε βαρέθηκε να μας εξηγεί τα τραγούδια και την ιστορία τους. Κατά τις 21.30 φτάσαμε όλη η Ομάδα χαρούμενη και γεμάτη θετική ενέργεια στην πόλη μας.

Η ΕΟΦ για άλλη μια φορά χάρισε στα μέλη και τους φίλους της μια πολύ όμορφη εκδρομή.

Στο μονοπάτι των προσκυνητών, Φωτ. Β. Σιλβεστριάδης ▼



ΠΑΣΧΑΛΙΝΟ ΠΑΝΗΓΥΡΙ ΣΤΗΝ ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΣΗ ΚΑΙ ΑΓ. ΝΙΚΟΛΑΣ ΣΤΟΝ ΟΡΕΙΝΟ ΞΕΝΩΝΑ

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



Δεν είναι ότι κρατούμε το έθιμο όταν κάθε χρόνο μαζευόμαστε λίγο μετά το Πάσχα στην κατασκήνωσή μας στο Μάτι, για το ψήσιμο των αρνιών και τις περισσότερες φορές να γιορτάσουμε την πρωτομαγιά. Είναι η επιθυμία και η διάθεσή μας να βρεθούμε σε ένα περιβάλλον ωραίο, γνωστό, με φίλους, παρές ορειβατικές, φυσιολατρικές, με ένα μεζέ και ένα ποτήρι κρασί, να θυμηθούμε ωραίες στιγμές μακριά από τα καθημερινά προβλήματα. Τα τελευταία χρόνια με την απόκτηση του Ναού μας, εορτάζουμε και τον Άγιο Γεώργιο αφού κατά το ήμισυ φέρει το όνομά του. Έτσι και εφέτος όλα ήταν στη θέση τους, κάνοντας αρχή από την καθαριότητα του χώρου γύρω από την καντίνα και τον ξενώνα, την ετοιμασία του ναού, με τον ιερέα εμπρός από τους άρτους, προσφορά όπως πάντα του Γεωργίου



Δ.Σ. και της Κατασκήνωσης η Κατερίνα Δραγώνα, που μαζί με τη νύφη της Κούλα Δραγώνα και τον γιό της Ραφαήλ, πέρασαν με άριστα τις εξετάσεις για την καντίνα.

Μερικοί βέβαια φοβήθηκαν τις τριάντα οκτώ ψιχάλες βροχής που έπεσαν και άλλοι δεν έρχονται για να μην έχουμε συνωστισμό. Εγώ κάθε χρόνο τονίζω ότι θα έπρεπε να είμαστε περισσότεροι, είναι αδικαιολόγητη η απουσία από μία εορτή δική μας, μέσα σε ένα όμορφο φυσικό περιβάλλον ανάμεσα σε φίλους και σύμφωνα με το πνεύμα, το λόγο και τον σκοπό που ιδρύθηκε η Ε.Ο.Φ.

Στον Ορεινό Ξενώνα στο Κεφαλάρι Κορινθίας, ξεκινήσαμε μαζί με τους συγχωριανούς Κεφαλαριώτες να γιορτάζουμε και εμείς τον Αγ. Νικόλα τον εν Βουνένοισ, στο εκκλησάκι που είναι δίπλα μας στις 9 Μαΐου. Πέρασαν δέκα χρόνια από το 2003 που έγινε το πρώτο βήμα συνάντησης στον Ξενώνα μας και με ένα κρασάκι και μεζέ συζητήσαμε για τα προβλήματα τα δικά μας και τα δικά τους. Βρέθηκαν λύσεις σε πάρα πολλά, το πιο σημαντικό είναι ότι βρεθήκαμε εμείς, γνωριστήκαμε, βρεθήκαμε κοντά.

Έτσι έγινε και εφέτος μετά τη Θεία Λειτουργία και το μοίρασμα των άρτων, βρεθήκαμε για μια ακόμα φορά στον Ξενώνα με τα μεζεδάκια που ετοιμάσαμε εμείς, με τη βοήθεια της κ. Ελευθερίας

Μουρίκη και της οικογενείας του, που έδωσαν ομαδικό και πολυπρόσωπο παρόν. Τον Ράκη Γιαννακόπουλο στο ψήσιμο των αρνιών με βοηθό όπως πάντα τον Αμίν και δέκα παραστάτες γύρω τους έτοιμους, για κάθε πρόταση και υπόδειξη, καλοπροαίρετη πάντοτε, όπως και καλοί γευσιγνώστες φαγητών και ποτών. Στην καντίνα τεμαχισμός δεν γίνεται χωρίς Μεταξά, Κίτριντση, ταμείο η Γεωργία, αφού φρόντισε η Έρση να σπάσει το χέρι της, ειδικευμένοι βοηθοί Χαρούλα και Όλγα. Νέο μέλος του

και τις ωραίες πίτες που φέρανε από το χωριό και η ιστορία άρχισε να γράφεται πιο καλά από την περσινή χρονιά. Κάθε χρόνο περιμένουμε με χαρά αυτή τη μέρα, όπως και τον Ιανουάριο τη γιορτή των παιδιών του χωριού. Θα παρακαλέσω τον πατέρα Ηλία να μεταφέρει τις ευχές του Δ.Σ. και όλων των εοφτών, στους χωριανούς, να έχουν υγεία και να βρισκόμαστε όλοι μαζί για πολλά χρόνια σε συναντήσεις φιλικές και ανθρωπινες όπως αυτές.

ΕΚΔΗΛΩΣΗ ΓΙΑ ΤΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ

Κείμενο - φωτογραφίες Δημήτρης Παγουλάτος

Την Κυριακή 9 Ιουνίου 2013, η Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε. είχε προγραμματίσει να κάνει μια εξόρμηση στο καταφύγιο του ΦΟΙΒΟΥ στην Παύλιανη, για να εορτάσει, μαζί με τα σωματεία μέλη της, την ημέρα για το περιβάλλον που ήταν λίγες ημέρες πριν.

Η Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε. πήρε μέρος όπως ήταν φυσικό με επτά άτομα, από τα οποία τα έξι ήταν μέλη του Δ.Σ. και τα πέντε έκαναν μια πεζοπορία μεγαλύτερη από μιάμιση ώρα. Η εκδήλωση ήταν πολύ καλά οργανωμένη στη μεταφορά και την προώθηση με μικρά αυτοκίνητα στο καταφύγιο. Η ομιλία του προέδρου περιγραφική και με πολλά στοιχεία για την καταστροφή που γίνεται και τους τρόπους που μπορούμε να βοηθήσουμε για να ελαχιστοποιήσουμε τα κακά. Χαιρετισμούς και ευχές έδωσαν οι παρευρισκόμενοι προηγούμενοι πρόεδροι της Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε.

Η εκδήλωση έκλεισε με ένα ωραίο πιάτο μεζεδάκια, κρασί, αναψυκτικά και μουσική με παραδοσιακούς χορούς στο καταπράσινο ύπαιθρο, κάτω από δυνατό ήλιο κατά το μεγαλύτερο μέρος της ημέρας. Του χρόνου να ευχηθούμε να έχουν ακουστεί τα λόγια μας, αλλά και ολόκληρου του κόσμου, από αυτούς που αποφασίζουν. Εμείς δε να είμαστε περισσότεροι και να ακουστεί ακόμα πιο δυνατά η φωνή διαμαρτυρίας για όσα κακά κάνουμε στο περιβάλλον.



ΤΑ ΠΡΩΤΟΜΑΓΙΑΤΙΚΑ ΣΤΕΦΑΝΙΑ ΣΤΗΝ ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΣΗ

Όπως κάθε χρόνο, έτσι και φέτος με το πασχαλινό πανηγύρι στην κατασκήνωσή μας στο Μάτι, έγινε ο διαγωνισμός του καλύτερου μαγιάτικου στεφανιού. Από τα πέντε στεφάνια που διαγωνίστηκαν, ξεχώρισαν τα τρία. Η τριμελής επιτροπή βρέθηκε σε δίλημμα γιατί τα τρία πρώτα ήταν όμορφα αλλά διαφορετικής τεχνοτροπίας. Οπότε αποφάσισαν να βραβεύσουν και τα τρία. Το βραβείο είναι ένα παιδικό βιβλίο στον κάθε νικητή. Και του χρόνου να είμαστε καλά πάντα να ανταμώνουμε και να ξεφαντώνουμε...





Κεφαλονιά, Φωτ. Δ. Παγουλάτος ▲



Ντουρντουβάνα στην κορυφή Νησί 2042μ. 02-06-2013 Φωτ. Μ. Βέττερ ▲



Παρνασσός, στην διαδρομή Μονή Ιερουσαλήμ-Ζεμενό 21-04-13, Φωτ. Μ. Βέττερ ▲



**ΤΟΝ ΜΗΝΑ ΜΑΡΤΙΟ ΠΡΑΓΜΑΤΟΠΟΙΗΘΗΚΑΝ
5 ΕΚΔΡΟΜΕΣ (4 ΜΟΝΟΗΜΕΡΕΣ ΚΑΙ
1 ΤΡΙΗΜΕΡΗ) ΜΕ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ 174 ΑΤΟΜΩΝ**

ΠΡΟΣΥΜΝΑ-ΜΥΚΗΝΕΣ

Ο κακός καιρός δεν πτόησε 25 εκδρομείς να συμμετάσχουν σε αυτή την εκδρομή. Λόγω βροχής ο χρόνος πορείας συμπίεστηκε στις 2.30' ώρες και περπάτησαν μόνο 10 άτομα. Οι υπόλοιποι επισκέφθηκαν τον αρχαιολογικό χώρο και το μουσείο των Μυκηνών. Όλοι συνέφαγαν στο χωριό των Μυκηνών.

ΕΛΙΚΩΝΑΣ-ΜΕΓΑΛΗ ΛΟΥΤΣΑ

Με συμμετοχή 32 ατόμων πραγματοποιήθηκε αυτή η εκδρομή. 31 άτομα ξεκίνησαν την πορεία για την Μεγάλη Λούτσα όπου έφτασαν οι 26. Όλοι κατέληξαν στο χωριό όπου επισκέφθηκαν το λαογραφικό μουσείο και έφαγαν.

ΚΕΦΑΛΟΝΙΑ

Το τριήμερο της Καθαράς Δευτέρας γιορτάστηκε στην Κεφαλονιά με συμμετοχή 53 ατόμων. Η ξενάγηση στο νησί ξεκίνησε από τα Θηράκιονα και συνεχίστηκε στο Κάστρο, Φανάρι, με κατάληξη στο Αργοστόλι. Την Κυριακή 10 πεζοπόροι πραγματοποίησαν πορεία στο Ρούδι. Οι υπόλοιποι επισκέφθηκαν το μοναστήρι του Αγίου Γεράσιμου και το απόγευμα παρακολούθησαν την Αποκριάτικη παρέλαση στο Αργοστόλι ή στο Ληξούρι. Την Καθαρά Δευτέρα πραγματοποιήθηκαν επισκέψεις στο παραδοσιακό οικισμό του Φισκάρδου στο σπήλαιο της Μελισσάνης με κατάληξη στην Σάμη. Περισσότερα όμως σε σχετικό άρθρο.

ΧΕΛΜΟΣ-ΚΑΛΑΒΡΥΤΑ

36 άτομα συμμετείχαν σε αυτή την εκδρομή. 31 άτομα πεζοπόρησαν από μια ταβέρνα έξω από τα Καλάβρυτα μέχρι το Χιονοδρομικό Κέντρο και από αυτά 10 άτομα προχώρησαν προς το καταφύγιο. 3 άτομα πεζοπόρησαν από την ταβέρνα προς τα Καλάβρυτα όπου διημέρευσαν με άλλα 2 άτομα που δεν περπάτησαν καθόλου.

ΦΑΡΑΓΓΙ ΑΓΑΛΗΣ

Συμμετείχαν 28 άτομα σε αυτή την εκδρομή. 23 άτομα ξεκίνησαν την διάσχιση του φαράγγιου από το γήπεδο του Αγίου Αθανασίου μέχρι το χωριό Γλυφάδα. Οι περισσότεροι περπάτησαν μέχρι την πηγή Κραταία και μόνο 6 άτομα ολοκλή-

Ανεβαίνοντας τον Χελμό, Φωτ. Μ. Βέττερ ▼



◀ Μετέωρα, Φωτ. Δ. Παγουλάτος



ρωσαν την διαδρομή. Οι 5 που δεν διέσχισαν το φαράγγι διημέρευσαν στα Καλύβια όπου περπάτησαν και έφαγαν. Μετά παρέλαβαν τους πεζοπόρους από τον Άγιο Αθανάσιο.

ΤΟΝ ΜΗΝΑ ΑΠΡΙΛΙΟ ΠΡΑΓΜΑΤΟΠΟΙΗΘΗΚΑΝ 4 ΕΚΔΡΟΜΕΣ (3 ΜΟΝΟΗΜΕΡΕΣ, ΚΑΙ 1 ΔΙΗΜΕΡΗ) ΜΕ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ 144 ΑΤΟΜΩΝ

ΦΑΡΑΓΓΙ ΛΙΜΠΙΤΟΒΑ-ΚΟΛΛΙΝΕΣ

Στην εκδρομή έλαβαν μέρος 33 άτομα. Η διάσχιση του φαράγγιού έγινε από 28 άτομα ενώ οι υπόλοιποι διημέρευσαν στο χωριό Κολλίνες.

ΜΕΤΕΩΡΑ-ΜΟΡΑΒΑ

Με συμμετοχή 53 εκδρομικών έγινε η εκδρομή. Το Σάββατο 30 άτομα πραγματοποίησαν την διαδρομή Καστράκι-Μονή Αγίου Γεωργίου Μανδηλά-Φυλακές Μοναχών-Δρακοσπηλιά-Μεγάλο Μετέωρο. Συνέχισαν 23 άτομα για Μνημείο Βλαχάβα-Μονή Υπαπαντής-Καστράκι. Οι υπόλοιποι 23 (που αργότερα έγιναν 30) επισκέφθηκαν τα μοναστήρια Βαρλαάμ και Μεγάλο Μετέωρο. Την Κυριακή 22 ορειβάτες περπάτησαν στο όρος Μοράβα. Από αυτούς 12 περπάτησαν μέχρι το διάσελο, 2 έφτασαν σε υψόμετρο 1740 ενώ 12 έφτασαν στην κορυφή. Από τους υπόλοιπους, 24 περπάτησαν μέχρι τους καταρράκτες του χωριού και μαζί με άλλους 6 επισκέφθηκαν το μοναστήρι του Τιμίου Σταυρού, τα Τριπόταμα και τα Ξενοδοχεία Μαντάνια και Αχελωήδες ενώ 1 άτομο διημέρευσε στο ξενοδοχείο.

ΠΑΡΝΑΣΣΟΣ-ΔΑΥΛΕΙΑ-Ι.Μ. ΙΕΡΟΥΣΑΛΗΜ-ΖΕΜΕΝΟ

Η εκδρομή έγινε με συμμετοχή 36 ατόμων. Η πεζοπορική ομάδα αποτελούμενη από 23 άτομα πραγματοποίησε την προγραμματισθείσα επτάωρη διάσχιση Ι.Μ. Ιερουσαλήμ-Ζεμενό ενώ τα υπόλοιπα 13 άτομα επισκέφθηκαν την Δαύλεια, τους Δελφούς και το Ζεμενό.

Ι.Μ. ΣΑΓΜΑΤΑ

Στην εκδρομή συμμετείχαν 22 άτομα. 12 άτομα πεζοπόρησαν την διαδρομή Σύρζι-Μονή Σαγματά-Πλατανάκι ενώ οι υπόλοιποι περιηγήθηκαν ενδελεχώς την μονή και διημέρευσαν στο Πλατανάκι.

Λούσιος, Γέφυρα Ατσίχολου, Φωτ. Μ. Βέττερ ▼



Διαδρομή στα Μετέωρα 13-04-13, Φωτ. Β. Συλβεστριάδης ►



Μνημείο Βλαχάβα. Χαρούμενοι που απολαύσαμε τα ανοιξιάτικα Μετέωρα, Φωτ. Γιώργ. Γκλέτσος ▲



Λιμπίτοβα, Φωτ. Ν. Νίντος ▲



Κρήτη, Φωτ. Βάλια Δημητροπούλου ▲





Στο μονοπάτι των καταρρακτών Τόρνο, Φωτ. Μ. Βέττερ ▲



Στο μονοπάτι των προσκυνητών από Δρυμώνα Τόρνο 25-05-13 ▲

ΤΟΝ ΜΗΝΑ ΜΑΙΟ ΠΡΑΓΜΑΤΟΠΟΙΗΘΗΚΑΝ 4 ΕΚΔΡΟΜΕΣ (1 ΠΟΛΥΗΜΕΡΗ, 1 ΔΙΗΜΕΡΗ 1 ΜΟΝΟΗΜΕΡΗ ΚΑΙ 1 ΤΡΙΗΜΕΡΗ) ΜΕ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ 132 ΑΤΟΜΩΝ

ΠΑΣΧΑ ΣΤΗΝ ΚΡΗΤΗ

Η πολύ ενδιαφέρουσα Πασχαλιάτικη εκδρομή στην Κρήτη έγινε με 36 εκδρομείς. Πραγματοποιήθηκαν πολλές πεζοπορικές πορείες όπως στο Κουναβιανό φαράγγι, στο οροπέδιο Λιμνάκαρο, στο φαράγγι των νεκρών, στην Ελούντα-Ολους-χερσόνησο Κολοκύθα, επισκέψεις σε μουσεία όπως το αρχαιολογικό του Ηρακλείου και το Ενυδρείο, σε αρχαιολογικούς χώρους όπως της Κνωσού, των Αρханών, του Ζάκρου και στο Μινωικό οικισμό του Ρουσόλακου, σε μοναστήρια όπως του Αγ. Γεωργίου στο Σεληνάρι και στη Μονή Τοπλού στο σπήλαιο του Δικταίου Αντρου, στη παραλία του Βαί, στο νησί Σπιναλόγγο σε χωριά του Λασιθίου όπως Τζερεμιάδο, Ψυχρό, Φούρνη, Κριτσά και άλλα και περιηγήσεις στον Άγιο Νικόλαο στη Νεάπολη, στο Ηράκλειο. Αλλά περισσότερα σε σχετικό άρθρο.

ΟΡΕΙΝΟΣ ΞΕΝΩΝΑΣ-ΕΟΡΤΗ ΑΓΙΟΥ ΝΙΚΟΛΑΟΥ

Λίγα σχετικά άτομα (μόνο 14) ανέβηκαν στο ορεινό Ξενώνα για την εορτή του αγίου Νικολάου. Διανυκτέρευσαν στο Ξενώνα και προετοίμασαν την δεξίωση που ακολούθησε μετά την Θεία Λειτουργία. Η συμμετοχή πάντως των κατοίκων του χωριού πολύ μεγαλύτερη από την συνηθισμένη.

ΛΟΥΣΙΟΣ

Η περιοχή της Γορτυνίας είναι πάντα ελκυστική. 49 εκδρομείς μετείχαν στην εκδρομή αυτή. Από αυτούς 4 πεζοπόρησαν μέχρι την μονή Φιλοσόφου, 24 μέχρι την αρχαία Γόρτυνα και 17 μέχρι την γέφυρα Ατσίκολου. Οι υπόλοιποι 4 που δεν πεζοπόρησαν επισκέφθηκαν την Δημητσάνα, την Στεμνίτσα και με τους πεζοπόρους των μικρότερων διαδρομών το Ελληνικό και τη Καρύταινα.

ΘΕΡΜΟ-ΤΟΡΝΟΣ

Μια ωραία περιοχή της Ελλάδας όχι τόσο προβεβλημένη είναι η περιοχή της λίμνης Τριχωνίδας. 33 άτομα συμμετείχαν στην εκδρομή. Την Παρασκευή κατέλυσαν σε παραλίμνιο ξενοδοχείο και πήραν μια πρώτη γεύση από την λίμνη. Το Σάββατο 14 άτομα πραγματοποίησαν την πορεία Δρυμώνας-Τόρνος ενώ 16 άτομα επισκέφθηκαν τον αρχαιολογικό χώρο του Θέρμου την κρύπτη της αγίας Παρασκευής, περπάτησαν στον παραλίμνιο δρόμο και παρέλαβαν τους πεζοπόρους από τον Τόρνο. Την Κυριακή 30 άτομα πραγματοποίησαν πορείες στο Μικρό Πανταβρέχει, την Μαύρη Σπηλιά, επισκέφθηκαν ένα εργοστάσιο αλλαντικών και όλοι την Μονή Προυσιώτισσας. Περισσότερα σε σχετικό άρθρο.

Εκδηλώσεις που έγιναν το προηγούμενο τρίμηνο

- Στις 08/04/2013 στα γραφεία μας έγινε η κλήρωση των οικίσκων για την κατασκηνωτική περίοδο 2013.
- Στις 22/04/2013 πραγματοποιήθηκε η προβολή της κ. Ελένης Κούβαρη με θέμα την Ισλανδία.
- Στις 09/05/2013 συνεορτάσαμε στον ορεινό Ξενώνα με τους κατοίκους του Κεφαλαριού τον Άγιο Νικόλαο τον «εν Βουνένοις». Έγινε αρτοκλασία στο εκκλησάκι του εορτάζοντα Αγίου και ακολούθησε η καθιερωμένη δεξίωση όπου συμμετείχαν περί τους πενήντα κατοίκους.
- Στις 12/05/2013 ετεροχρονισμένα εορτάσαμε στην κατασκήνωση την καθιερωμένη εδώ και πολλά χρόνια εκδήλωση "Πασχαλινό-Πρωτομαγιάτικο Πανηγύρι". Η εκδήλωση ξεκίνησε με αρτοκλασία για την γιορτή του Αγίου Γεωργίου που έγινε στο εκκλησάκι μας. Ακολούθησε φαγητό με οβελία και τέλειωσε με τον διαγωνισμό Πρωτομαγιάτικου στεφανίου όπου διακρίθηκαν όλοι. Κάπου εκεί η βροχή έδωσε τέλος στην σύναξη.
- Στις 17/05/2013 συγκεντρώθηκαν πολλά μέλη μας στα γραφεία μας για να συναποφασίσουμε την πολυήμερη ορειβατική καλοκαιρινή εξόρμηση, την τουριστική εκδρομή στο εξωτερικό και να γίνουν προτάσεις για νέες εκδρομές.



Ο πρόεδρος της ΕΟΦ απονέμει αναμνηστικό στην Ελένη Κούβαρη για την προβολή της Ισλανδίας ▲



**NATURE'S
PROTECTION**

Η ΖΩΗ ΣΤΗΝ ΚΑΛΥΤΕΡΗ ΤΗΣ ΕΚΦΑΝΣΗ



MicroZeoGen:

στην πρώτη γραμμή της διατροφικής καινοτομίας



Η αποστολή μας

είναι να προσφέρουμε ανώτερη αξία στους καταναλωτές και να ενισχύσουμε το δεσμό μεταξύ ανθρώπων και ζώων προσφέροντας ζωοτροφές αδιαμφισβήτητης ποιότητας, με βάση τις πραγματικές διατροφικές ανάγκες των σκύλων και γατών.

Η υπόσχεσή μας σε σας

Για τη "Nature's Protection" η διασφάλιση της ποιότητας έρχεται πρώτη. Είναι η βασική αρχή μας και την ακολουθούμε πιστά. Η ποιότητα για εμάς είναι μια έννοια, η οποία συνίσταται στα αγνά υλικά που χρησιμοποιούμε, στα προϊόντα που προσφέρουμε και στις υπηρεσίες που παρέχουμε στους πιστούς πελάτες μας.

www.naturesprotection.eu



ΕΛΑΝΚΟ ΕΛΛΑΣ

ΕΛΑΝΚΟ ΕΛΛΑΣ Α.Ε.Β.Ε. ΑΘΗΝΑ: Μεσογείων 335, 152 31 Χαλάνδρι, Τηλ.: 213 006 5000,
ΘΕΣ/ΚΗ: Τηλ.: 2310 289 100, e-mail: contact@elanco.gr, www.elanco.gr

ΕΝΑ ΤΡΙΗΜΕΡΟ ΣΤΗΝ ΚΕΦΑΛΟΝΙΑ

Γράφει ο Νίκος Νίντος, Φωτ. Δημήτρης Παγουλάτος



Μια ιδιαίτερη δυσκολία παρουσιάζει η επιλογή του τόπου που θα περάσουμε το τριήμερο της Καθαρής Δευτέρας. Πρέπει να συνδυαστούν αποκριτικές εκδηλώσεις, ορειβατικές πορείες και να μην έχουμε πάει πρόσφατα. Η Κεφαλονιά κάλυπτε όλες τις παραπάνω προϋποθέσεις και παρείχε την δυνατότητα να γίνει τριήμερη εκδρομή αντί τετραήμερη (μη ξεχνάμε και την λιτότητα). Για το νησί και τις αποκριτικές συνήθειες είχε γράψει η Κατερίνα σε προηγούμενο τεύχος, οπότε θα αναφερθούμε στο χρο-

νικό της εκδρομής.

Ξεκινήσαμε λοιπόν πρωί-πρωί το Σάββατο με στόχο να είμαστε στην Κυλλήνη στις 10.30' για να προλάβουμε το πλοίο για την Κεφαλονιά. Γύρω στις 12.00' αποβιβαστήκαμε στο λιμάνι του Πόρου και ξεκίνησε η Κεφαλονική μας περιπέτεια. Περιηγηθήκαμε την Νοτιανατολική πλευρά του νησιού. Περάσαμε από το χωριό Σκάλα με την παραλία του και συνεχίσαμε για Κατελιό. Πρώτος σταθμός τα Θηράματα όπου γεννήθηκε ο Δημήτρης Παγουλάτος πρόεδρος του

συλλόγου και αρχηγός της εκδρομής. Η επίσκεψη-προσκύνημα στο χωριό και το ναό του Αγίου Δημητρίου κατέληξε στο παντοπωλείο-ταβέρνα του χωριού, όπου 53 άτομα κεραστήκαμε ντόπιες σπεσιαλιτέ (χορτόπιτα, κρεατόπιτα κ.α.) με συνοδεία ποτών. Ο αρχηγός σε μεγάλα κέφια μας διηγόταν ιστορίες από τα παιδικά του χρόνια προς μεγάλη μας τέρψη. Στην συνέχεια επισκεφθήκαμε το χωριό Κάστρο με το θαυμάσιο Ενετικό φρούριο που ήταν δυστυχώς κλειστό και περάσαμε από τα χωριά της Λιβαθούς, με κυριότερο τα Κουρκουμελάτα που κτίστηκε μετά τους σεισμούς από την οικογένεια Βεργωτή και αποτέλεσε επί σειρά ετών πρότυπο οικισμού. Περάσαμε από την Λάσσι, τις Καταβόθρες, το Φανάρι και καταλήξαμε στο Αργοστόλι νωρίς το απόγευμα. Έτσι μας δόθηκε η δυνατότητα να περιηγηθούμε την πόλη και να πάρουμε μια πρώτη γεύση από τις αποκριτικές εκδηλώσεις.

Την Κυριακή η ορειβατική ομάδα ξεκίνησε νωρίτερα για να πραγματοποιήσει μια διάσχιση στο Ρούδι. Ο ορεινός αυτός όγκος ανήκει στον Εθνικό δρυμό του Αίνου, βρίσκεται Βορειοανατολικά του και έχει έκταση 5460 στρέμματα. Η διαδρομή ξεκίνησε κοντά στο χωριό Τσαγκαρισιάνο. Ήταν κατά το μεγαλύτερο μέρος χωματόδρομος που περνούσε μέσα από δάσος με Κεφαλονική ελάτη



Έξω από το μαγαζάκι του χωριού στα Θηράματα. ▲

Η λίμνη Μελισσάνη στον Καραβόμυλο της Σάμης. ▼



Το λιμάνι του Φισκάρδου. ▼



και σταδιακά ανέβαινε με υψομετρική διαφορά 400 μέτρων έως τη κορυφή (1125μ) από όπου είχε πανοραμική θέα προς την Σάμη. Η διαδρομή από την κορυφή συνέχιζε πάλι από χωματόδρομο έως το εκκλησάκι του Αγίου Ελευθερίου. Συνολικά η πορεία είχε διάρκεια 3.30' ωρών. Εν τω μεταξύ στο Αργοστόλι λίγα άτομα επισκεφτήκαμε το πολύ ενδιαφέρον αρχαιολογικό μουσείο και λίγο αργότερα φύγαμε με την τουριστική ομάδα για το οροπέδιο των Ομαλών όπου το χωριό Βαλσαμάτα με το μοναστήρι του Αγίου Γεράσιμου. Προσκύνησαμε το σκήνωμα του αγίου και πήγαμε στο εκκλησάκι του Αγίου Ελευθερίου για να παραλάβουμε τους ορειβάτες. Επιστρέψαμε στο Αργοστόλι για να παρακολουθήσουμε την αποκριάτικη παρέλαση. Πολλοί προτιμήσαμε να περάσουμε με φέρρυ μπωτ στο Ληξούρι για να δούμε την πόλη και τον Καρναβάλι. Πολλά άρματα λιγότερο ή περισσότερο επιτυχημένα αλλά το κέφι περισσεύει. Κάτι παρόμοιο ήταν και το Καρναβάλι του Αργοστολίου απ' ό,τι μας ενημέρωσαν όσοι το παρακολούθησαν. Το βράδυ όλοι γλεντήσαμε σε ένα κέντρο διασκέδασης του Αργοστολίου. Καλό φαγητό και ένα συγκρότημα παραδοσιακών χορών μας αυξάνει το κέφι και μας εισάγει στους Επτανησιακούς χορούς. Δεν θέλαμε και πολύ και σε λίγο όλοι στην πίστα. Πραγματικά περάσαμε υπέροχα.

Η Καθαρή Δευτέρα ξεκίνησε βροχερή. Στην επίσκεψη στα χωριά του Βόρειου μέρους του νησιού θαυμάσαμε από ψηλά την παραλία του Μύρτου, την Άσσο και περιηγηθήκαμε το Φισκάρδο. Η επόμενη στάση ήταν στο σπήλαιο Μελισσάνη που, παρά την αργία, άνοιξε για μας (φυσικά μετά από αλληπάλληλα τηλεφωνήματα του αρχηγού) το επισκεφθήκαμε και το θαυμάσαμε. Καταλήξαμε στην Σάμη. Η φίλη μας η Ντορέτα μας είχε μια έκπληξη. Μας κάλεσε στα Κούλουμα που είχε ετοιμάσει ο σύλλογος γυναικών της πόλης. Τοπικά εδέσματα και φυσικά ακολούθησαν χοροί. Ο χρόνος όμως πιέζει. Πρέπει να φύγουμε για Αθήνα. Αποχαιρετάμε το νησί και τους φιλόξενους κατοίκους του και παίρνουμε το δρόμο της επιστροφής. Πέρασαμε πραγματικά ένα αξέχαστο τριήμερο.

Στιγμιότυπο από το πολύ κεφάλτο Αποκριάτικο Καρναβάλι στο Αργοστόλι. ►



Το Φανάρι των Αγίων Θεοδώρων είναι ένας φάρος που χτίστηκε στις αρχές του 19ου αιώνα όταν Άγγλος διοικητής του νησιού ήταν ο Κάρολος Νάπτιερ. ▲



Το προσκύνημα στον Άγιο Γεράσιμο. ▲



ΕΝΑ ΣΑΒΒΑΤΟΚΥΡΙΑΚΟ ΣΤΟ ΑΓΚΙΣΤΡΙ

Γράφει η Όλγα Πετροπούλου



Αρχές Ιουνίου, ένα πρωινό Σαββάτου, συγκεντρωθήκαμε 25 άτομα στον Πειραιά και ξεκινήσαμε με το πλοίο για την εκδρομή μας στο Αγκίστρι. Ο καιρός πολύ καλός, το ταξίδι υπέροχο. Αφού φτάσαμε στο λιμάνι της Σκάλας και τακτοποιηθήκαμε στα δωμάτια μας, άλλοι έφυγαν για μπάνιο στην ωραία αμ-



Η εκκλησία των Αγίων Αναργύρων, Σκάλα, Αγκίστρι, Φωτ. Όλγα Πετροπούλου ▲

μουδερή παραλία και άλλοι έμειναν πίσω να πιούν το καφεδάκι τους και να ξεκουραστούν από το πολύ πρωινό ξύπνημα.

Αυτοί που πήγαν για μπάνιο πήραν τον υπνάκο τους στις ξαπλώστρες της παραλίας. Όταν όμως έμπαιναν στην θάλασσα ξύπνια-γαν για τα καλά, γιατί το νερό ήταν αρκετά

παγωμένο. Μερικοί βέβαια που κάνουν μπάνιο στις θάλασσες του Ιονίου πελάγους το βρήκανε μια χαρά.

Μετά την μεσημεριανή σιέστα, καφεδάκι και βόλτα στην άλλη μεριά του λιμανιού. Από εκεί η θέα θαυμάσια με τον ήλιο να γέρνει στην θάλασσα πίσω από την εκκλησία των Αγίων

Αναργύρων. Στη συνέχεια πλατεία, όπου είχε στηθεί εξέδρα για χορό από παραδοσιακά συγκροτήματα, από διάφορες περιοχές της Ελλάδας. Η βραδιά ήταν αφιερωμένη στους Αρβανίτικους χορούς. Σε ένα από τα χορευτικά λάμβανε μέρος και ένα μέλος μας ο Γιάννης Δεληγιάννης.

Το επόμενο πρωινό πάλι μπάνιο με περισσότερο κόσμο που έφτασε στο νησί την Κυριακή και λίγο πιο ζεστή θάλασσα. Φαγητό και επιβίβαση αργά το απόγευμα στο πλοίο για την επιστροφή μας στην Αθήνα. Η αρχηγός μας Γεωργία περιτριγυρισμένη από τον Βασίλη, τον Νικόλα, τον Δημήτρη και τον Ιάσονα τα τέσσερα από τα εγγόνια της, προσπαθούσε να λύσει και να ικανοποιήσει κάθε μας πρόβλημα ή επιθυμία. Μαζί μας ήταν άλλα τέσσερα παιδιά, ο Κωνσταντίνος, ο Γιώργος, ο Παύλος και η Ιριάννα της οικογένειας Βακωνάκη. Όπως καταλαβαίνετε αυτή η εξόρμηση είχε άφθονη νεολαία, που έτρεχε, έπαιζε, κολυμπούσε και με τις χαρούμενες φωνούλες της έδωσε μια πολύ ευχάριστη νότα στην εκδρομή μας. Οι περισσότεροι φύγαμε ευχαριστημένοι με την προσδοκία να επαναλάβουμε πάλι αυτή την εκδρομή. Ήταν ένα χαλαρωτικό και όμορφο Σαββατοκύριακο σε ένα πολύ κοντινό προορισμό από την Αθήνα.



Παιδική ανεμελιά με φόντο καθάρια γαλάζια ομορφιά στο Αγκίστρι, Φωτ. Δ. Αρμενιάκος ▲

ΠΡΟΟΡΙΣΜΟΣ: ΔΗΜΗΤΣΑΝΑ-ΛΟΥΣΙΟΣ-ΚΑΡΥΤΑΙΝΑ

Γράφει η Νάντια Λυράκη, Φωτ. Γιώργος Γκλέτσος



ΚΥΡΙΑΚΗ 19/05/13. Ξεκινήσαμε νωρίς το πρωί με προορισμό τη Δημητσάνα της οποίας η

ιστορική και οικονομική πορεία είναι στενά δεμένη με τον ποταμό Λούσιο και το φαράγγι του. Η πόλη, που απέχει 60 χλμ. από τη Τρίπολη, βρίσκεται πάνω από τον ποταμό σε υψόμετρο 1000μ. και είναι σήμερα παραδοσιακός και διατηρητέος οικισμός, με παλιά πετρόχτιστα αρχοντικά σπίτια, εκκλησίες, κρήνες και λιθόστρωτα δρομάκια. Σύμφωνα με την μυθολογία ο νεογέννητος Δίας λούστηκε στις πηγές του ποταμού (Πηγές των Αθανάτων) από τις νύμφες Νέδα, Αγνώ και Θεισά και έτσι ο ποταμός ονομάστηκε Λούσιος. Κινητήρια δύναμη της οικονομίας της περιοχής υπήρξε η υδροκίνηση και με πηγή τα άφθονα νερά που έρεαν γύρω από το φαράγγι του Λούσιου κατασκεύασαν και λειτούργησαν αλευρόμυλους, νεροτριβές, βυρσοδεψεία και μπαρουτόμυλους.

Ξεκινήσαμε την πορεία 45 άτομα από το υπαίθριο Μουσείο υδροκίνησης, ακολουθώντας ένα μονοπάτι όπου το νερό έκανε αισθητή την παρουσία του οπτικά και ακουστικά. Το μονοπάτι καθαρό, σκιερό, καλά σηματοδοτημένο μας οδήγησε ως τη βυζαντινή Μονή Φιλοσόφου, που κτίστηκε το 963μ.Χ. σε απότομο βράχο του φαραγγιού και είναι αφιερωμένη στην κοίμηση της Θεοτόκου. Η Μονή έχει ανακαινιστεί και σήμερα λειτουργεί με 3 καλόγηρους. Εδώ βρισκόταν την περίοδο της Τουρκοκρατίας η περιώνυμη Σχολή της Δημητσάνας καθώς και το κρυφό σχολειό.

Φαράγγι Λούσιου, σκίτες στην Ι.Μ. Προδρόμου ▼



Ο γαλαζιος Λούσιος κοντά στην Αρχαία Γόρτυνα ▲

Σήμερα σώζεται μόνο το καθολικό του παλιού μοναστηριού.

Μετά από μια στάση για ξεκούραση, προσκύνημα και ανεφοδιασμό σε νερό, προχωρήσαμε προς την απέναντι πλευρά του φαραγγιού όπου βρίσκεται κυριολεκτικά ενσωματωμένη με τον βράχο η Μονή του Τιμίου Προδρόμου. Το μονοπάτι συνεχίζει κατά μήκος του ποταμού και σε μισή ώρα περίπου βρισκόμαστε στην περιοχή της αρχαίας Γόρτυνας και του Ασκληπιείου.

Συνεχίσαμε 17 άτομα το μονοπάτι από τη δεξιά πλευρά του φαραγγιού μέχρι το γεφύρι του Ατσίχολου. Το ιδιαίτερα ορμητικό ποτάμι συχνά κρυβόταν πίσω από τη πλούσια βλάστηση που απλώνεται κατά μήκος του. Μαζί με τα απότομα και μερικές φορές κατακόρυφα γκρίζα βράχια δημιουργούν ένα σκηνικό πλούσιο σε ποικιλία και κάνει τη διαδρομή μια από τις περισσότερο αγαπητές στους πεζοπόρους, και τη περιοχή μια από τις πιο ενδιαφέρουσες τουριστικά στην Ελλάδα.

Θέα από το Μουσείο Υδροκίνησης προς Δημητσάνα ▼



Προτάσεις για εκδρομές τριμήνου

Επιμέλεια στήλης Κατερίνα Δραγώνα



ΔΑΛΜΑΤΙΚΕΣ ΑΚΤΕΣ

Η Κροατία (Κροατικά: *Hrvatska*, διαβάζεται *χρ-βάτς-κα*), η επίσημη ονομασία είναι *Κροατική Δημοκρατία (Republika Hrvatska)*. Συνορεύει βόρεια με την Ουγγαρία και την Σλοβενία, ανατολικά με την Σερβία και την Βοσνία-Ερζεγοβίνη νότια με το Μαυροβούνιο, τέλος Δυτικά βρέχεται από την Αδριατική θάλασσα η οποία αποτελεί έτσι τα φυσικά της σύνορα.

ΝΤΟΥΜΠΡΟΒΝΙΚ Πρωτεύουσα της Κροατίας. Η πόλη αυτή αποτελεί «το κόσμημα της Αδριατικής» και φυλάσσεται για περισσότερα από 1300 χρόνια, περιτριγυρισμένη από στιβαρά και καλοδιατηρημένα τείχη. Βρίσκεται υπό την προστασία της Ουνέσκο και χαρακτηρίζεται ως μνημείο φυσικής ομορφιάς και κληρονομιάς.

Το Ντουμπρόβνικ είναι η πόλη με την παλιά ονομασία «Ραγκούσα» βγαλμένη από μεσαιωνικό παραμύθι. Τα κυριότερα αξιοθέατα μέσα στην παλιά πόλη που θα δούμε, είναι ανάκτορα σπουδαίας αρχιτεκτονικής, όπως τον μητροπολιτικό ναό του Αγ. Βλασίου - προστάτη της πόλης - με τον μαρμάρινο οπλισμένο ιππότη στην πλατεία του, τη μεγάλη κρήνη του Ονοφρίου, το φραγκισκανό μοναστήρι με την εκκλησία του Σωτήρος και το παλαιότερο φαρμακείο της πόλης, από την εποχή της δημο-

κρατίας της Ραγούζας. Δεν θα παραλείψουμε να δούμε τον πύργο του Ρολογιού και τη μικρή κρήνη του Ονοφρίου καθώς και το Μέγαρο Σπόντζα, που σήμερα στεγάζει τα κρατικά αρχεία. Στο υπέρθυρό του υπάρχει στα λατινικά η επιγραφή «Απαγορεύεται η παραποίηση και η νοθεία των σταθμών. Όταν ζυγίζω τα αγαθά ο Κύριος με μετράει». Στο πρυτανικό μέγαρο, σήμερα φιλοξενείται το μουσείο του Ντουμπρόβνικ με την ιστορία της πόλης. Δίπλα του βρίσκεται το δημαρχείο και απέναντί του ο καθεδρικός ναός με το θησαυροφυλάκιο.

ΚΟΤΟΡ, ΜΠΟΥΤΒΑ Εκπληκτικές είναι οι ακτές του Μαυροβουνίου, Άγιος Στέφανος, Μπούτβα, (που σήμερα είναι ένα από τα πιο δημοφιλή τουριστικά θέρετρα). Το *Μαυροβούνιο* (Σερβικά/μαυροβουνιακά: Црна Гора = Τσέρνα Γκόρα) από το 2006 είναι ανεξάρτητο κράτος. Βόρεια συνορεύει με την Κροατία και τη Βοσνία - Ερζεγοβίνη, ανατολικά με τη Σερβία, νότια με την Αλβανία και δυτικά βρέχεται από την Αδριατική θάλασσα. Πρώτος μας σταθμός, η παλιά πόλη του Κότορ. Είναι πράγματι ένα μνημείο φυσικής ομορφιάς και πολιτισμού. Είναι μια πολύ παλαιά πόλη, αλλά πολύ καλά διατηρημένη αν και κτίστηκε μεταξύ του 12ου και του 14ου αιώνα. Βρίσκεται στο βαθύτερο σημείο, από τους πιο όμορφους κόλπους των ακτών του Μαυροβουνίου, που ορισμένοι του αποδίδουν την έννοια του μεγαλύτερου, νοτιότερου και ομορφότερου φιόρδ της Αδριατικής αλλά και της νότιας Ευρώπης. Η πόλη περιβάλλεται από μεσαιωνικό τείχος μήκους 4,5 χιλιομέτρων, που ξεκινά από τη θάλασσα και φθάνει ως την βραχώδη κορυφή του. Θα δούμε τον καθεδρικό ναό του Αγίου Τρύφωνα και ακριβώς απέναντί σ' αυτόν βρίσκεται η ορθόδοξη εκκλησία του Αγίου Λουκά. Λίγο πιο κάτω είναι το αξιόλογο μουσείο της Ναυτικής ιστορίας του Μαυροβουνίου και το επιβλητικό παλάτι του πρίγκιπα Πέτροβιτς, το οποίο χρησιμοποιούσε και ο Ναπολέων Βοναπάρτης σαν θερινή κατοικία του. Η συνέχεια θα μας φέρει στη Μπούτβα, στην παλαιότερη πόλη των ακτών του Μαυροβουνίου που διαθέτει πανέμορφο τοπίο και που αναφέρεται και στις τρεις τραγωδίες του μεγάλου Έλληνα λυρικού Σοφοκλή.



ΣΠΛΙΤ - ΤΡΟΓΚΙΡ - Σπλίτ. Εδώ θα έχουμε χρόνο να περπατήσουμε και να γνωρίσουμε την πόλη όπου ο Ρωμαίος αυτοκράτορας Διοκλητιανός επέλεξε να χτίσει το παλάτι του σε σχήμα Ρωμαϊκού Κάστρου. Είναι μία πόλη που εύκολα θα διαπιστώσουμε ότι συγκεντρώνει στοιχεία πολλών διαφορετικών πολιτισμών.

Στην συνέχεια ακολουθεί η ιστορική πόλη και λιμάνι των Δαλματικών Ακτών της Κροατίας, το Τρογκίρ. Η πόλη αυτή έχει μια συνεχή ιστορία 2.300 ετών, και η οποία επηρεάστηκε πολιτισμικά από τους αρχαίους Έλληνες, τους Ρωμαίους και τους Βενετούς. Η πόλη περιλαμβάνει πολλά ανάκτορα, ναούς και πύργους, όπως και ένα οχυρό σε ένα μικρό νησί. Η ρυμοτομία του νησιώτικου οικισμού χρονολογείται από την Ελληνιστική περίοδο, ενώ οι ρωμανικές εκκλησίες συνυπάρχουν με εξαιρετα κτήρια αναγεννησιακής και μπαρόκ αρχιτεκτονικής από τη βενετική περίοδο. Το Τρογκίρ αποτελεί το καλύτερο σωζόμενο Ρωμανό - γοτθικό συγκρότημα στην Αδριατική και σε ολόκληρη την Κεντρική Ευρώπη.

ΤΡΟΓΚΙΡ - ΖΑΝΤΑΡ - ΛΙΜΝΕΣ ΠΛΙΒΙΤΣΕ - ΡΙΕΚΑ

Η πόλη Ζαντάρ είναι παραλιακή, τουριστική Πόλη της Κροατίας και τα σημαντικά της αξιοθέατα είναι ο οκτάγωνος πυργωτός ναός του Αγίου Δονάτου (9ος αι.) με το εντυπωσιακό καμπαναριό του, ο καθεδρικός ναός της Αγίας Αναστασίας (9ος-12ος αι.) σε ρυθμό τρίκλιτης βασιλικής με δύο τεράστια κυκλικά βιτρό, καθώς και η Ρωμαϊκή αγορά που βρίσκεται ακριβώς δίπλα, στη πλακόστρωτη πλατεία Ζελένι.

Δεν θα παραλείψουμε να δούμε το πρώτο πανεπιστήμιο του Ζαντάρ που ιδρύθηκε το 1396, σαν μέρος μοναστηριού Βενεδικτίνων μοναχών. Στην συνέχεια θα επισκεφθούμε τις απεριγράπτης ομορφιάς Λίμνες Πλίβιτσε που είναι στην κυριολεξία ένα θαύμα της φύσης. Ανακηρύχθηκε το 1979 από την Ουνέσκο μνημείο παγκόσμιας κληρονομιάς. Ο δρυμός των λιμνών Πλίβιτσε είναι ιδιαίτερα γνωστός για τους πάμπολλους μικρούς και μεγάλους υδάτινους εντυπωσιακούς καταρράχτες, που δημιουργούν πέφτοντας 16 μεγάλες, και πολλές μικρότερες, γαλαζοπράσινες πεντακάθαρες λίμνες, μέσα στις οποίες κολυμπούν ψάρια και φυτρώνουν νούφαρα και ορχιδέες.

Στη πανέμορφη πόλη Ριέκα που βρίσκεται στην «αγκαλιά του κόλπου» Kvarner, θα δούμε τον πύργο της πόλης, την εκκλησία των Καπουτσίνων, τα ερείπια του Ρωμαϊκού τείχους, το παλαιό δημαρχείο και τον καθεδρικό ναό του Αγίου Βίτου.

ΟΠΑΤΙΑ - ΠΟΥΛΑ - ROVINJI Η μεγαλύτερη λουτρόπολη της Κροατίας, είναι η πόλη Οπάτια (Αμπάτσια στην Ιταλική). Είναι κτισμένη μέσα σε κήπους, όπου αφθονούν οι ροδοδάφνες, και οι μπουκαμβίλιες. Τα στενά δρομάκια, τα παλιά σπίτια με τις καμινάδες δίνουν στην πόλη μια ιδιαίτερη ομορφιά.

Η συνέχεια θα μας φέρει στην Πούλα, την πόλη που θυμίζει Ρωμαϊκό μνημείο. Θα δούμε το Ρωμαϊκό αμφιθέατρο (γνωστό σήμερα ως «Αρένα») το οποίο χτίστηκε τον 1ο αιώνα, το «Τέμπλο του Αυγούστου» (14 π.Χ.) κ.α. Δίπλα σε αυτά τα μνημεία, συνυπάρχουν ειρηνικά χριστιανικές εκκλησίες διαφόρων περιόδων με παλαιότερη τη βασιλική της Αγίας Μαρίας Formosa (6ος αιώνας). Στο κέντρο της πόλης βρίσκεται χτισμένο το κάστρο που ολοκληρώθηκε τον 17ο αιώνα και σήμερα είναι επισκέψιμο, διαθέτοντας και ένα μικρό μουσείο με ενδιαφέροντα ιστορικά εκθέματα. Τέλος στο τουριστικό θέρετρο Rovinji θα δούμε το Μουσείο Πολιτιστικής κληρονομιάς, το ενυδρείο και την εκκλησία της Ευφημίας.

ΣΠΗΛΑΙΑ ΠΟΣΤΟΪΝΑ - ΛΟΥΜΠΛΙΑΝΑ - ΖΑΓΚΡΕΜΤ Θα επισκεφθούμε τα μεγαλοπρεπή σπήλαια Ποστόϊνα, που θεωρούνται δεύτερα σε μέγεθος σπήλαια της Ευρώπης. Με ειδικό τρενάκι θα διασχίσουμε ένα μεγάλο τμήμα του μεγάλου σπηλαίου και θα απολαύσουμε το μοναδικό φαντασμαγορικό εσωτερικό διάκοσμο, από σταλακτίτες και σταλαγμίτες διαφόρων σχημάτων και αποχρώσεων. Η Λουμπλιάνα, είναι πρωτεύουσα της Σλοβενίας. Είναι χτισμένη στις όχθες του ομώνυμου ποταμού, με έντονα στοιχεία από την Αυστριακού τύπου αρχιτεκτονική σε αρκετά κτίρια. Θα δούμε το παλαιό Δημαρχείο, τον Καθεδρικό Ναό που δεσπόζουν στην πόλη κ.α.

Η Σλοβενία, επίσημα *Δημοκρατία της Σλοβενίας* (Σλοβενικά: *Republika Slovenija*), είναι χώρα στην Κεντρική Ευρώπη σε σταυροδρόμι βασικών Ευρωπαϊκών πολιτιστικών και εμπορικών δρόμων. Βόρεια συνορεύει με την Αυστρία, την Ιταλία στα δυτικά, την Ουγγαρία στα βορειοανατολικά, και την Κροατία στα νότια και τα νοτιοανατολικά. Στα δυτικά έχει μια μικρού μήκους ακτογραμμή στην Αδριατική θάλασσα. Είναι κοινοβουλευτική δημοκρατία και μέλος της Ευρωπαϊκής Ένωσης και του ΝΑΤΟ. Ως προς την ιστορία, την οικονομία, τον πολιτισμό και τη γλώσσα της χαρακτηρίζεται από υψηλό κοινωνικοοικονομικό επίπεδο. Πρωτεύουσα και μεγαλύτερη πόλη της είναι η Λιουμπλιάνα.

ΖΑΓΚΡΕΜΤ Κατά την περιήγηση στην πρωτεύουσα της Κροατίας, στο κοσμοπολίτικο Ζάγκρεμπ, θα δούμε τη λεωφόρο Κύριλλου και Μεθόδιου, την πλατεία του Αγ. Μάρκου με το Θυρεό της χώρας, και το Δημαρχείο με την Πέτρινη Αψίδα. Θα περιηγηθούμε επίσης στην Άνω Πόλη, όπου βρίσκεται ο επιβλητικός Καθεδρικός Ναός και η Αρχιεπισκοπή, θα δούμε το Προεδρικό μέγαρο, τη Βουλή και άλλα κυβερνητικά κτίρια.

Αποσπάσματα από περιγραφή Grefis Holidays





ΕΚΔΡΟΜΕΣ ΚΑΙ ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ ΤΡΙΜΗΝΟΥ

ΙΟΥΛΙΟΣ - ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ 2013



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

Τηλ.: 210 3807093, 210 3806924 (18.00-21.00), Φαξ: 210 3806924, e-mail: eof@otenet.gr

Κυριακή 07/07/13

ΔΙΡΦΥΣ

Αναχώρηση στις 7:30 π.μ. για Χαλκίδα-Στενή-Διάσελο Μεσοράχης. Από εκεί η ορειβατική ομάδα θα πραγματοποιήσει ανάβαση στην Δίρφυ (1.743 μ.). Ώρες πορείας: 5.00. ΒΔ: Β. Η υπόλοιπη ομάδα θα διημερεύσει στην περιοχή του καταφυγίου ή στην Στενή.

ΑΡΧΗΓΟΣ: Γκλέτσος Γιώργος

Παρασκευή 05/07/13 - Κυριακή 07/07/13

ΕΠΙΔΑΥΡΟΣ - ΔΡΕΠΑΝΟ

Αναχώρηση την Παρασκευή στις 8 π.μ. για την Παραλία Δρέπανου όπου θα τακτοποιηθούμε στο ξενοδοχείο. Το απόγευμα θα αναχωρήσουμε για το **Μικρό Θέατρο Αρχαίας Επιδαύρου** όπου θα παρακολουθήσουμε μουσικοχορευτική παράσταση «**Αριστοφάνης τώρα-Το γλέντι της κωμωδίας**» του **Σταμάτη Κραουνάκη** με το συγκρότημα **Σπείρα Σπείρα** και με εξάρχοντα κορυφαίο τον **Μανώλη Μητσιά**. Το Σάββατο πρωί θα απολαύσουμε την μαγευτική παραλία του Δρέπανου και το βράδυ θα παρακολουθήσουμε στο **Αρχαίο Θέατρο της Επιδαύρου** την παράσταση «**Μήδεια**» του Ευριπίδη, σε σκηνοθεσία **Σπύρου Ευαγγελιάτου** και πρωταγωνιστή τον **Γιώργο Κιμούλη**. Την Κυριακή θα διημερεύσουμε στην παραλία Δρεπάνου και το απόγευμα θα επιστρέψουμε. Κατά την εγγραφή, παρακαλούμε να δηλώνετε αν θα παρακολουθήσετε τις παραστάσεις, για να φροντίσουμε να εξασφαλίσουμε εισιτήρια.

ΑΡΧΗΓΟΣ: Καφετζοπούλου Έρση

Σάββατο 20/07/13 ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΣΗ

ΕΟΡΤΗ ΠΡΟΦΗΤΗ ΗΛΙΑ

Στις 8:00 μ.μ. θα γίνει, στο εκκλησάκι της κατασκήνωσής μας, **εσπερινός & αρτοκλασία** με την ευκαιρία της γιορτής του Προφήτη Ηλία και θα ακολουθήσει **συνεστίαση στην καντίνα μας**.



Σάββατο 20/07/13 – Κυριακή 28/07/13

ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΑ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙΝΗ ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΗ ΕΚΔΡΟΜΗ ΡΟΔΟΠΗ

Έχει κυκλοφορήσει αναλυτικό πρόγραμμα.

Παρακαλείστε μετά τις 30/06/2013 να δηλώνετε συμμετοχή στο τηλέφωνο 6973396308.

Παρασκευή 30/08/13-Κυριακή 01/09/13

ΔΙΑΔΡΟΜΕΣ ΣΤΟΝ ΒΟΡΕΙΟΔΥΤΙΚΟ ΟΛΥΜΠΟ

Αναχώρηση στις 3:00 μ.μ. για Λιτόχωρο όπου και θα διανυκτερεύσουμε. Το Σάββατο θα πραγματοποιήσουμε από την βόρεια πλευρά του Ολύμπου την κυκλική διαδρομή Αγ. Τριάδα-Κρεβάτια-Παπά Αλώνι με επιστροφή από το Ρέμα του Παπά. Ώρες πορείας 8, ΒΔ: Β. Επιστρέφουμε στο Λιτόχωρο για διανυκτέρευση. Την Κυριακή θα πραγματοποιήσουμε από την δυτική πλευρά του Ολύμπου την διαδρομή Εκκλησάκι Αγ. Κωνσταντίνου και Ελένης-Ρέμα Ορλιάς-Κορομηλιά με επιστροφή από τα ίδια ή από κυκλική διαδρομή. Ώρες πορείας: 5, ΒΔ: Α+ Μετά από μπάνιο σε παραλία της περιοχής επιστρέφουμε για Αθήνα. Ειδικά για αυτή την εκδρομή παρακαλείστε μετά τις 30/06/2013 να δηλώνετε συμμετοχή στο τηλέφωνο της αρχηγού 6973396308.

ΑΡΧΗΓΟΣ: Βέττερ Μάγια

Παρασκευή 06/09/13 – Κυριακή 08/09/13

ΛΙΧΑΔΟΝΗΣΙΑ-ΑΓ.ΓΕΩΡΓΙΟΣ-ΚΟΡΥΦΗ ΛΙΧΑΔΑΣ

Αναχώρηση Παρασκευή μεσημέρι στις 3μ.μ. για Αγ. Κωνσταντίνο από όπου θα πάρουμε το καραβάκι για Αγ. Γεώργιο Ευβοίας. Διανυκτέρευση και φαγητό. Το Σάββατο πρωί θα περάσουμε με καραβάκι στα Λιχαδονήσια, για να τα περιηγηθούμε, να κάνουμε μπάνιο και να φάμε μεσημεριανό. Θα επιστρέψουμε στον Αγ. Γεώργιο για φαγητό και διανυκτέρευση. Την Κυριακή η πεζοπορική ομάδα θα ανέβει στην κορυφή Λιχάδα. Ώρες πορείας: 3. ΒΔ: Α. Οι υπόλοιποι θα διημερεύσουν πάλι στον Αγ. Γεώργιο με δυνατότητα μπάνιου και φαγητού. Επιστροφή το απόγευμα με καραβάκι στον Άγιο Κωνσταντίνο και στη συνέχεια με πούλμαν για Αθήνα. Ειδικά για αυτή την εκδρομή παρακαλείστε μετά τις 30/06/2013 να δηλώνετε συμμετοχή στο τηλέφωνο του αρχηγού 6932492088.

Σημείωση: Η διαδρομή ενδέχεται να γίνει από Αρκίτσα οπότε η ολόκληρη εκδρομή και ανάβαση στην κορυφή Λιχάδα να γίνουν αντίστοιχα Κυριακή και Σάββατο.

ΑΡΧΗΓΟΣ: Τζιβιάς Θανάσης

Σάββατο - Κυριακή 14-15/09/2013

ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΣΗ

Το Σάββατο η καθιερωμένη "Φασολάδα" του Φίλιππα. Την Κυριακή "ΑΠΟΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟΣ ΤΗΣ ΘΑΛΑΣΣΑΣ". Λήξη της κατασκηνωτικής περιόδου.

ΑΡΧΗΓΟΣ: Δ.Σ.



Κυριακή 15/09/13**ΣΤΡΟΜΠΩΝΕΣ - ΧΙΛΙΑΔΟΥ**

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

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Τσακογιάννης Γεώργιος****ΕΚΔΡΟΜΗ ΕΞΩΤΕΡΙΚΟΥ****Τον Σεπτέμβριο 19/09/2013-26/09/2013****ΔΑΛΜΑΤΙΚΕΣ ΑΚΤΕΣ-ΝΤΟΥΜΠΡΟΒΝΙΚ-ΛΙΜΝΕΣ ΠΛΙΒΙΤΣΕ-ΣΠΛΙΤ-ΜΑΥΡΟΒΟΥΝΙ**

Έχει κυκλοφορήσει αναλυτικό πρόγραμμα.

Κυριακή 22/09/13**ΠΑΛΑΙΑ ΦΩΚΑΙΑ-ΠΡΟΦΗΤΗΣ ΗΛΙΑΣ-ΛΕΓΓΡΑΙΝΑ**

Αναχώρηση στις 8.30 π.μ. για Παλαιά Φώκαια απ' όπου η πεζοπορική ομάδα θα πραγματοποιήσει την πορεία Παλαιά Φώκαια – Προφήτη Ηλία με κατάληξη στον Άγιο Κωνσταντίνο ή στα Λεγγρινά. Η υπόλοιπη ομάδα θα επισκεφθεί το Σούνιο και θα έχει δυνατότητα να κάνει μπάνιο και να γευματίσει στα Λεγγρινά. Η πεζοπορική ομάδα θα έχει δυνατότητα να κάνει μπάνιο και να γευματίσει στο Λεγγρινά μετά την πορεία.

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Μαντάς Τάκης****Κυριακή 29/09/13****ΣΑΛΑΜΙΝΑ**

Αναχώρηση στις 8 π.μ. για Πέραμα-Παλούκια και θα συνεχίσουμε για να περιηγηθούμε το Αιάντειο, το Σπήλαιο του Ευριπίδη, το Ιερό του Διονύσου και να προωθηθούμε στον Άγιο Νικόλαο απ' όπου η πεζοπορική ομάδα θα πεζοπορήσει μέχρι τα Κανάκια. Ώρες πορείας: 4. ΒΔ: Α. Όσοι δεν πεζοπορήσουν, θα διημερεύσουν στα Κανάκια με μπάνιο και φαγητό. Επιστροφή από Παλούκια-Πέραμα.

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Λυράκης Νάντια****Κυριακή 06/10/13****ΚΥΡΙΑΚΙ-ΕΛΙΚΩΝΑΣ-ΑΡΒΑΝΙΤΣΑ**

Αναχώρηση στις 07.30 για το χωριό Κυριάκι. Από εκεί η πεζοπορική ομάδα θα ξεκινήσει την πορεία για το χωριό Ελικώνα (ώρες πορείας 2.30'). Σε αυτό το σημείο μπορεί όσοι θέλουν να διακόψουν το περπάτημα. Οι υπόλοιποι θα συνεχίσουν για Αρβανίτσα (Σύνολικές ώρες πορείας 5, ΒΔ: Α+). Η υπόλοιπη ομάδα θα επισκεφθεί τον Όσιο Λουκά και την Λειβαδιά.

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Ψυράκης Απόστολος****Κυριακή 13/10/13****ΧΟΥΝΗ-ΚΑΡΥΑ ΑΡΓΟΛΙΔΑΣ-ΝΑΥΠΛΙΟ**

Αναχώρηση στις 07.30 για Χούνη (κοντά στο Άργος). Από εκεί η πεζοπορική ομάδα θα πραγματοποιήσει την πορεία για Βρούστι (υψόμ. 660μ) και στην συνέχεια για Καρυά Αργολίδας (υψομ. 600μ). (Ώρες πορείας 5.30'). Όσοι δεν πεζοπορήσουν θα επισκεφθούν το Ναύπλιο.

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Νίντος Νικόλαος****Δευτέρα 14/10/2013**

Θα πραγματοποιηθεί προβολή στα γραφεία μας στις 8μμ με θέμα
«ΤΑΞΙΔΙ ΣΤΗΝ ΠΕΡΣΙΑ»
από τον Δημήτρη Μπενά.

**Κυριακή 20/10/13****ΕΞΑΜΗΛΙΑ ΚΟΡΙΝΘΟΥ-ΛΟΥΤΡΑ ΩΡΑΙΑΣ ΕΛΕΝΗΣ**

Αναχώρηση στις 8.00 για τα Εξαμήλια Κορίνθου. Από εκεί θα πραγματοποιηθεί πορεία προς Ανάληψη-Προφήτη Ηλία με κατάβαση στα λουτρά της Ωραίας Ελένης (ώρες πορείας 6, ΒΔ: Α). Όσοι δεν περπατήσουν θα περιηγηθούν τον Ακροκόρινθο, την Αρχαία Κόρινθο (με δυνατότητα φαγητού εκεί) και θα καταλήξουν στα λουτρά της Ωραίας Ελένης από όπου το πούλμαν θα παραλάβει την πεζοπορική ομάδα για να επιστρέψουν όλοι στην Αθήνα.

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Κοσμάδκη Μαρία****Σάββατο 26/10/13-Δευτέρα 28/10/13****ΛΙΜΝΗ ΠΛΑΣΤΗΡΑ-ΜΠΟΡΛΕΡΟ**

Θα πεζοπορήσουμε στο καταφύγιο Ελατάκος και το Μπορλέρο, θα περπατήσουμε το φαράγγι των τριών καταρρακτών Ανθοχωρίου, θα κάνουμε υδροποδήλατο στην λίμνη, αλλά και ποδήλατο στον ειδικά διαμορφωμένο ποδηλατόδρομο στο δάσος γύρω της, θα ανάψουμε κερί στην περίφημη μονή Πελεκητής, θα φάμε παραδοσιακά φαγητά της περιοχής αλλά και πέστρφες στο εκτροφείο πεστρφών του Ευρύτου ποταμού και άλλα. Από Σεπτέμβριο θα κυκλοφορήσει αναλυτικό πρόγραμμα.

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Νίκος Τσούτσος****ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ**

1. Σχετικά με τις προγραμματιζόμενες εκδρομές, για την εορτή των παιδιών τα «Θεοφάνεια» στην κατασκήνωση και για το «Πασχαλινό Πανηγύρι», θα διατίθεται πούλμαν για την μετακίνηση των ενδιαφερομένων, εφόσον συμπληρώνονται τουλάχιστον 23 συμμετοχές.
2. Για την συμμετοχή δε των μελών μας στο διήμερο της Χριστουγεννιάτικης εορτής για τα παιδιά του Κεφαλαρίου και της εορτής του Αγίου Νικολάου «εν Βουνένοις» στον Ορεινό Ξενώνα, αν η μετακίνηση γίνεται με ΙΧ θα καταβάλλεται κατ' άτομο ένα συμβολικό ποσό το οποίο θα καθορίζεται από το Δ.Σ.



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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

12. Με καλοπροαίρετη διάθεση να δέχονται τυχόν ανωμαλίες ή απρόβλεπτες καταστάσεις με την πεποίθηση ότι ο αρχηγός κάνει το καλύτερο δυνατό για όλους. Αν ο αρχηγός παραλείψει κάτι ή κάνει κάποιο λάθος να είναι βέβαιοι ότι δεν το έκανε εσκεμμένα ή από κακή πρόθεση. Μ' αυτόν τον τρόπο είναι σίγουρο ότι στο τέλος της εκδρομής θα έχουμε το καλύτερο δυνατό αποτέλεσμα και θα μείνουμε με τις καλύτερες αναμνήσεις.

ΒΔ: (ΒΑΘΜΟΣ ΔΥΣΚΟΛΙΑΣ)

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

B. 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)
- ✓ Σουγιόγ, πυξίδα,

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

ΧΕΙΜΩΝΑΣ

- Ο ίδιος εξοπλισμός του καλοκαιριού με τις εξής προσθήκες:

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



Σε περίπτωση **διανυκτέρευσης:**

- ✓ Καρυμνάς
- ✓ Υπνόσακος
- ✓ Αντίσκηνο
- ✓ Καμινέτο-Λάμπα υγραερίου
- ✓ Μαγειρική σκεύη-μαχαίροπύρωνα

ΓΕΝΙΚΟΙ ΟΡΟΙ & ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΤΙΣ ΕΚΔΡΟΜΕΣ

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

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

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



Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε. - Ο.Ε.Ν.Ε.

**ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΩΝ ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΩΝ ΕΚΔΡΟΜΙΚΩΝ ΣΩΜΑΤΕΙΩΝ ΕΛΛΑΔΟΣ
ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΞΕΝΩΝ ΝΕΟΤΗΤΟΣ ΕΛΛΑΔΟΣ (ΟΦΟΕΣΕ - ΟΞΕΝΕ)**

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



ΟΦΟΕΣΕ-ΟΞΕΝΕ ΚΑΙ ΣΩΜΑΤΕΙΑ ΜΕΛΗ ΤΗΣ ΕΟΡΤΑΣΑΝ ΤΗΝ ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΗΜΕΡΑ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ ΣΤΟ ΚΑΤΑΦΥΓΙΟ ΤΟΥ ΦΟΑ Ο ΦΟΙΒΟΣ ΣΤΗΝ ΠΑΥΛΙΑΝΗ

Η Ομοσπονδία Φυσιολατρικών Ορειβατικών Εκδρομικών Σωματείων Ελλάδος-Οργάνωση Ξενώνων Νεότητος Ελλάδος, την Κυριακή 9 Ιουνίου 2013, γιόρτασε, μαζί με τα Σωματεία-Μέλη της την Παγκόσμια Ημέρα Περιβάλλοντος, στο φιλόξενο καταφύγιο του Φυσιολατρικού Ομίλου Αθηνών ο Φοίβος, στην όμορφη Παύλιανη. Η συμμετοχή ήταν μεγάλη, 172 άτομα συγκεντρώθηκαν για τη γιορτή. Τα πούλμαν από Αθήνα, Πειραιά, Κυριάκι, Λιτόχωρο και Βόλο ανέβασαν τον κόσμο στο καταφύγιο. Ο Έφορος Δημοσίων Σχέσεων και Εκδηλώσεων Γεώργιος Μηλιαράκης καλωσόρισε τα Σωματεία-Μέλη και τους δύο πρώην Προέδρους της Ομοσπονδίας, κ.κ. Ρηγόπουλο και Σαγόνια. Ο Πρόεδρος της Ομοσπονδίας μας Βασίλης Κατσαντώνης, αναφέρθηκε στο μήνυμα της ημέρας αυτής. Ακολούθησε φαγοτόπι και χορός. Ήταν πολύ όμορφη εκδήλωση, βέβαια βοήθησε και ο καιρός. Ο κόσμος πέρασε καλά καθ' όλη τη διάρκεια της ημέρας. Η οργάνωση ήταν άψογη. Ευχαριστούμε την Ομοσπονδία και ελπίζουμε να έχουμε πάντα τέτοιες εκδηλώσεις με επιτυχία. Τα Σωματεία που συμμετείχαν ήταν:

1. ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΟ ΕΙΚΑΣΤΙΚΟ ΟΔΟΙΠΟΡΙΚΟ ΣΤΕΚΙ
2. ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΟΣ ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΠΑΤΡΩΝ
3. ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΑΘΗΝΩΝ Ο «ΦΟΙΒΟΣ»
4. ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΛΙΤΟΧΩΡΟΥ «ΟΛΥΜΠΟΣ»
5. ΕΚΔΡΟΜΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΒΟΛΟΥ «ΝΕΑ ΖΩΗ»
6. ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΒΟΛΟΥ «Ο ΠΑΝ»
7. ΕΝΩΣΗ ΟΡΕΙΒΑΤΩΝ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΩΝ
8. ΟΜΙΛΟΣ ΦΙΛΩΝ ΑΚΤΗΣ
9. ΠΕΖΟΠΟΡΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΑΘΗΝΩΝ
10. ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΩΝ ΟΡΕΙΒΑΤΩΝ ΠΕΙΡΑΙΩΣ «ΟΛΥΜΠΟΣ»
11. ΜΟΡΦΩΤΙΚΟΣ-ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΟΣ-ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΠΕΙΡΑΙΩΣ «ΦΟΙΒΟΣ»
12. ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΟΣ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟΣ ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΠΕΙΡΑΙΑ «ΖΗΝΩΝ»
13. ΕΚΔΡΟΜΙΚΟΣ ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΟΣ ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΝΙΚΑΙΑΣ «Ο Φυσιολάτρης»



14. ΕΚΔΡΟΜΙΚΟΣ ΠΕΡΙΗΓΗΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΑΜΑΡΟΥΣΙΟΥ
15. ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΝΕΑΣ ΙΩΝΙΑΣ
16. ΕΛΛΗΝΙΚΟΣ ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΟΣ ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΚΥΡΙΑΚΙΟΥ
17. ΟΔΟΙΠΟΡΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΠΕΙΡΑΙΑ

ΠΑΡΝΗΘΑ ΠΡΟΣΟΧΗ

Μία φωτιά
μπορεί να
μετατρέψει τα
περήφανα έλατα
σε καρβουνιασμένα
κούτσουρα.



ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΚΑΒΑΦΗΣ

Σχόλιο από Θανάση Τζιβιά

Φέτος συμπληρώνονται **150** χρόνια (**1863-2013**) από τη γέννηση του μεγάλου Αλεξανδρινού ποιητή, ο οποίος με το έργο του ανήλθε στις κορυφαίες θέσεις της παγκόσμιας ποίησης. Παράλληλα, συμπληρώνονται **80** χρόνια (**1933-2013**) από το θάνατό του. Η Πολιτεία για να τον τιμήσει όρισε το έτος 2013 ως έτος ΚΑΒΑΦΗ. Τη χρονιά που ο μεγάλος ποιητής πέρασε στην αιωνιότητα, γεννήθηκε η Ε.Ο.Φ. και προς τιμήν του ποιητή για την συμπλήρωση 80 χρόνων ζωής και δράσης του Συλλόγου μας δημοσιεύουμε ένα από τα καλύτερα ποιήματά του την «ΙΘΑΚΗ» που γράφτηκε το 1911.



ΙΘΑΚΗ

Σα βγεις στον πηγαιμό για την Ιθάκη,
να εύχεσαι νάναι μακρύς ο δρόμος,
γεμάτος περιπέτειες, γεμάτος γνώσεις.
Τους Λαιστρυγόνες και τους Κύκλωπας,
τον θυμωμένο Ποσειδώνα μη φοβάσαι,
τέτοια στον δρόμο σου ποτέ σου δεν θα βρεις,
αν μὲν ἡ σκέψις σου υψηλή, αν εκλεκτή
συγκίνησις τον πνεύμα και τον σώμα σου αγγίζει.
Τους Λαιστρυγόνες και τους Κύκλωπας,
τον άγριο Ποσειδώνα δεν θα συναντήσεις,
αν δεν τους κουβανείς μες στην ψυχή σου,
αν η ψυχή σου δεν τους στήνει εμπρός σου.

Να εύχεσαι νάναι μακρύς ο δρόμος.
Πολλά τα καλοκαιρινά πρωιά να είναι
που με τι ευχαρίστησι, με τι χαρά
θα μπαίνεις σε λιμένας πρωτοειδωμένους·
να σταματήσεις σ' εμπορεία Φοινικικά,
και τες καλές πραγμάτειες ν' αποκτήσεις,
σεντέφια και κοράλλια, κεχριμπάρια κ' έβενους,
και ηδονικά μυρωδικά κάθε λογής,

όσο μπορείς πιο άφθονα ηδονικά μυρωδικά·
σε πόλεις Αιγυπτιακές πολλές να πάς,
να μάθεις και να μάθεις απ' τους σπουδασμένους.

Πάντα στον νου σου νάχεις την Ιθάκη.
Το φθάσιμον εκεί είν' ο προορισμός σου.
Αλλά μη βιάζεις το ταξίδι διόλου.
Καλλίτερα χρόνια πολλά να διαρκέσει·
και γέρος πια ν' αράξεις στο νησί,
πλούσιος με όσα κέρδισες στον δρόμο,
μη προσδοκώντας πλούτη να σε δώσει η Ιθάκη.

Η Ιθάκη σ' έδωσε τ' ωραίο ταξίδι.
Χωρίς αυτήν δεν θάβγαίνες στον δρόμο.
Άλλα δεν έχει να σε δώσει πια.

Κι αν πτωχική την βρεις, η Ιθάκη δεν σε γέλασε.
Έτσι σοφός που έγινες, με τόση πείρα,
ήδη θα το κατάλαβες η Ιθάκες τι σημαίνουν.

[1911]

Η πρώτη ανάπηρη γυναίκα που έφθασε στην κορυφή του Έβερεστ



Η Ινδή Arunima Sinha έγινε η πρώτη ανάπηρη γυναίκα που κατάφερε να αναρριχηθεί στην κορυφή του όρους Έβερεστ.

Η 25χρονη γυναίκα, υπήρξε διακεκριμένη αθλήτρια καθώς συμμετείχε στην εθνική ομάδα βόλεϋ της χώρας της μέχρι που ένα τραγικό περιστατικό ανέτρεψε πλήρως την πορεία της ζωής της. Τον Απρίλιο του 2011 κακοποιοί την πέταξαν από ένα τρένο εν κινήσει, επειδή αντιστάθηκε όταν επιχείρησαν να τη ληστεψουν. Το τρένο συνέθλιψε το αριστερό της πόδι και οι γιατροί αναγκάστηκαν να την ακρωτηριάσουν για να της σώσουν τη ζωή.

«Εκείνη την περίοδο όλοι ανησυχούσαν για μένα. Τότε κατάλαβα ότι έπρεπε να κάνω κάτι στη ζωή μου, ώστε οι άνθρωποι να μη με κοιτούν με όϊκτο.» δήλωσε η νεαρή στην ινδική τηλεόραση πριν ξεκινήσει για τη μεγάλη ανάβαση.

Η Sinha ολοκλήρωσε την αναρρίχηση από το Κατμαντού μέχρι την κορυφή των Ιμαλαΐων σε 52 ημέρες και απέδειξε σε όλους πόσο μεγάλο όπλο είναι η ανθρώπινη θέληση.

Ο Μαΐος είναι η καλύτερη εποχή για να ανέβει κάποιος στην κορυφή του κόσμου καθώς προσφέρει ένα ικανό διάστημα καλοκαιρίας.

Πηγή: **ΕΘΝΟΣ.gr**



«ΟΛΥΜΠΟΣ» «ΣΥΜΠΛΗΡΩΣΗ ΕΚΑΤΟ ΧΡΟΝΩΝ (2/8/1913 - 2/8/2013) ΑΠΟ ΤΗΝ ΚΑΤΑΚΤΗΣΗ ΤΗΣ ΨΗΛΟΤΕΡΗΣ ΚΟΡΥΦΗΣ ΤΟΥ ΟΛΥΜΠΟΥ»

Γράφει ο Θανάσης Τζιβιάς

Α' ΓΕΝΙΚΑ ΠΕΡΙ ΟΡΕΙΒΑΣΙΑΣ

Τα βουνά έκαναν πάντοτε εντύπωση στον άνθρωπο επειδή φαίνονταν σαν να φθάνουν στον ουρανό και οι άνθρωποι δεν μπορούν να ανέβουν στην κορυφή τους παρά μόνο με μεγάλη δυσκολία και πολύ κόπο, συχνά είχαν θεωρηθεί κατοικία των θεών.

Δύο γνωστά παραδείγματα είναι η σύνδεση του ΟΛΥΜΠΟΥ με τους αρχαίους θεούς της Ελληνικής μυθολογίας που τόσο σημαντικό ρόλο έπαιξε στη διαμόρφωση της αρχαίας Ελληνικής σκέψης και του όρους Σινά με το Θεό της Βίβλου.

Γενικά οι άνθρωποι θαύμαζαν τα βουνά αλλά και τα απέφευγαν. Ωστόσο, κατά τον 18ο αιώνα οι επιστήμονες άρχισαν να δείχνουν ενδιαφέρον για τα βουνά. Τους ενδιέφεραν τα φυτά, τα ζώα, τα πετρώματα και οι παγετώνες που καλύπτουν τις κορυφές τους. Για τους επιστήμονες της Δυτικής Ευρώπης η οροσειρά των Άλπεων είναι το μεγάλο βουνό με ψηλότερη κορυφή το Λευκό όρος 4.810 μέτρα και όλοι πίστευαν ότι μόνο ένας τρελός θα δοκίμαζε να ανεβεί. Ωστόσο, αθλοθετήθηκε ένα βραβείο για τον άνθρωπο που θα το κατόρθωνε. Έτσι το 1786 ο Γάλλος γιατρός Μισέλ-Γκαμπριέλ Πακκάρ (Michel – Gabriel Paccard) και ο αχθοφόρος Ζακ Μπαλμά (Jacques Balmat) κέρδισαν το έπαθλο.

Όπως συμβαίνει συχνά, όταν επιτευχθεί ένα κατόρθωμα που μέχρι τότε το θεωρούσαν αδύνατο, αμέσως βρίσκονται και άλλοι που ανακαλύπτουν ότι μπορούν να το επαναλάβουν. Η αναρρίχηση του Πακκάρ δημιούργησε μια πραγματική ορειβατική φρενίτιδα (ιδίως ανάμεσα στους Βρετανούς αριστοκράτες).

Β' Η ΚΑΤΑΚΤΗΣΗ ΤΟΥ ΟΛΥΜΠΟΥ (ΚΟΡΥΦΗ ΜΥΤΙΚΑΣ 2.921 μ.)

Πρώτος εξερευνητής και οδοιπόρος του Ολύμπου θα πρέπει να θεωρείται ο Όσιος Διονύσιος στις αρχές του 16ου αιώνα. Έκτοτε, από το 1780 και μετά, επιχειρήθηκε η κατάκτησή του από αρκετούς Ευρωπαίους επιστήμονες, αρχαιολόγους, διπλωμάτες, αξιωματικούς, βοτανολόγους κ.λπ., χωρίς να κατορθώσει κάποιος να φθάσει στην ψηλότερη κορυφή του.

Παίρνοντας στοιχεία από το βιβλίο «ΟΛΥΜΠΟΣ» του Νίκου ΝΕΖΗ η κατάκτηση της ψηλότερης κορυφής έγινε ως ακολούθως:

Τον Ιούλιο του 1913 οι Ελβετοί Frederic Boissonas, φωτογράφος, εκδότης και ο Daniel Baud-Bovy συγγραφέας, φθάνουν στη Θεσσαλονίκη για να παρακολουθήσουν τις πολεμικές επιχειρήσεις, προσκεκλημένοι της Ελληνικής Κυβέρνησης. Εκμεταλλευόμενοι την επίσκεψη αυτή αποφάσισαν να εξερευνηθούν τον Όλυμπο, εκπληρώνοντας ένα παλιό τους όνειρο.

Στις 28 Ιουλίου το βράδυ, φθάνουν στο Λιτόχωρο και, αφού παίρνουν για οδηγό τον κυνηγό αγριοκάτσικων Χρήστο Κάκαλο, ξεκινούν την επόμενη μέρα και το βράδυ κατασκηνώνουν στην τοποθεσία Πετροστρώγκα.

Στις 30 Ιουλίου αφήνουν την Πετροστρώγκα, ανηφορίζουν στη Σκούρτα, ανεβαίνουν στον Προφήτη Ηλία και την Τούμπα και εξερευνούν τη βάση του στεφανιού που τη βαφτίζουν «Θρόνο του Διός». Από το οροπέδιο κατεβαίνουν και φθάνουν στην ρεματιά του Μαυρόλογγου και του Ενιπέα και το βράδυ φθάνουν στην Μονή του Οσίου Διονυσίου του Ολύμπου.

Στις 31 Ιουλίου όλη η ομάδα παίρνει το δρόμο της επιστροφής, όμως λίγο πιο πέρα από το μοναστήρι αποφασίζουν να επιχειρήσουν την άνοδο στην ψηλότερη και απάτητη κορυφή του Ολύμ-



Γκραβούρα του Edward Dodwell, γύρω στο 1800, που απεικονίζει τον Όλυμπο, όπως φαίνεται από το νότο, στο δρόμο από τη Λάρισα προς τα Τέμπη. Οι περισσότερες εξορμήσεις τον 19ο αιώνα γίνονταν από την νότια ή τη δυτική πλευρά του βουνού, οι οποίες ήταν πολύ ομαλότερες από την ανατολική (Αιγαίο) ▲

που. Κατασκηνώνουν στα Πριόνια και την άλλη μέρα ανηφορίζουν το Μαυρόλογγο, διανυκτερεύουν στην Καλύβα και πριν ξημερώσει ξεκινάνε με ομίχλη, ελαφρό χαλάζι και δυνατό αέρα.

Μετά από μια κοπιαστική ανάβαση φθάνουν σε μία στενή κορυφογραμμή. Σκαρφαλώνοντας συνέχεια μέσα στην ομίχλη, μπροστά ο Χρήστος Κάκαλος και πίσω οι δύο Ελβετοί, δεμένοι, ανεβαίνουν σε μια καταφαγμένη κορυφή που νομίζοντας ότι είναι η υψηλότερη την ονομάζουν «κορυφή της Νίκης». Σε ένα ξάνοιγμα, όμως, του καιρού, βλέπουν μια άλλη ψηλότερη κορυφή, ψηλότερα από αυτούς και καταλαβαίνουν το λάθος τους. Απογοητευμένοι κατεβαίνουν την απόκρυμνη κορυφή και παίρνουν το δρόμο προς τα κάτω. Ο Χρήστος Κάκαλος με κατεβαμένο το κεφάλι, αμίλητος βλέπει μπροστά του τον κατακόρυφο διάδρομο που οδηγεί στην κορυφή.

Χωρίς να ανταλλάξουν λέξη αλλά με τη σκέψη τους συνεννοούνται και αρχίζουν να σκαρφαλώνουν με πρώτο τον Χρήστο Κάκαλο και ακολουθώντας οι δύο Ελβετοί. Έτσι στις 2 Αυγούστου 1913 και ώρα 10:25 κατακτιέται η απάτητη μέχρι εκείνη τη στιγμή κορυφή του Ολύμπου ο «ΜΥΤΙΚΑΣ» με πρώτο να την πατάει ο Χρήστος Κάκαλος και πίσω του ο Frederic Boissonas και ο Daniel Baud-Bovy.

Από τότε πολλοί Έλληνες και ξένοι ορειβάτες ανέβηκαν στην κορυφή του Ολύμπου. Η κόρη του Frederic Boissonas, Danniele, είναι η πρώτη γυναίκα που ανέβηκε στο Μύτικα, ενώ η Τούλα Αποστολοπούλου και η Έφη Νομίδη είναι οι πρώτες Ελληνίδες που ανέβηκαν στον Μύτικα, λίγα λεπτά μετά την πρώτη Danniele Boissonas.

Η Ε.Ο.Φ. το 1988, γιορτάζοντας τα 50 χρόνια ζωής και δράσης, ανέβασε στον Μύτικα μια ομάδα 40 μελών της με οδηγό τον αείμνηστο Σταύρο Καλογερόπουλο. Η συμπλήρωση 100 χρόνων αυτού του ιστορικού γεγονότος, ενώ θα έπρεπε να εορτασθεί με μεγαλοπρέπεια και να λάβει ευρωπαϊκές διαστάσεις, δυστυχώς οι αρμόδιοι φορείς εφαρμόζοντας το ανέκδοτο να «ψοφήσει η κατσίκά του γείτονα» διεκδικεί ο καθένας για τον εαυτό του να έχει το πάνω χέρι σ' αυτή την εορτή, χωρίς καμία συλλογική προσπάθεια.

Πηγές: «Το χρονικό των επιστημονικών ανακαλύψεων», Πανεπιστημιακές εκδόσεις Κρήτης, «ΟΛΥΜΠΟΣ», Νίκου Νέζη.

ΔΥΟ ΕΚΔΡΟΜΕΣ ΣΕ ΔΥΟ ΠΑΤΡΙΔΕΣ

Γράφει ο Νίκος Νίντος

Κολλίνες Αρκαδίας, Καστανιά Τρικάλων. Δύο μικρά χωριά σε διαφορετικά σημεία της Ελλάδος, που όμως είναι σημαντικά για μένα μια και αποτελούν το τόπο καταγωγής των γονιών μου. Και στην λογική απορία τι ενδιαφέρουν την ΕΟΦ τα οικογενειακά μου, η απάντηση είναι ότι απλά συνέπεσε δυο συνεχόμενες εκδρομές στις αρχές του Απριλίου να πραγματοποιηθούν στα δυο αυτά χωριά.



ΚΟΛΛΙΝΕΣ. Πρώτα επισκεφθήκαμε τις Κολλίνες, τόπο καταγωγής της μητέρας μου. Το χωριό κτίστηκε γύρω στο 1800, πιθανότατα αντικαθιστώντας τον οικισμό Κλειβίτσα που ήταν στην ίδια περιοχή. Κτισμένο στους πρόποδες ενός λόφου ήταν προφυλαγμένο από βορρά και από «αδιάκριτα βλέμματα». Το όνομα του χωριού έχει πιθανότατα γαλλική προέλευση (col-line=λόφος) αλλά πάλι τι ζητούν οι Γάλλοι στο κέντρο της Αρκαδίας και γιατί εγκαταλείφθηκε η Κλειβίτσα??? Χμμμ περιέργια πράγματα. Το χωριό πάντως πρόκοψε έφτασε και τους 3.000 κατοίκους αλλά, ακολουθώντας την τύχη και των υπολοίπων χωριών, τα τελευταία χρόνια έχει συρρικνωθεί. Μετά βίας οι μόνιμοι κάτοικοι φθάνουν τους 200. Το μόνο παρήγορο είναι ότι έχουν παραμείνει στο χωριό και κάποιοι νέοι που ενδιαφέρονται και το αγαπούν. Αυτοί μας βοήθησαν στην διάσχιση στο φαράγγι Λιμπίτοβα. Η εκδρομή ήταν καθαρά πεζοπορική, ήρθαν όμως και φίλοι τουρίστες που στάθηκαν τυχεροί μια και το σπορ «συλλογή χόρτων» ήταν αποδοτικό. Το φαράγγι ήταν καταπράσινο και ανθισμένο. Παπαρούνες, κυκλάμινα, ανεμώνες και άλλα αγριολούλουδα δημιουργούσαν ένα πολύχρωμο χαλί που συμπλήρωναν ηχητικά το κελάρημα του ρυακιού και το κελάδισμα των πουλιών. Μια περίπου τρίωρη πορεία μας οδήγησε στο εξωκκλήσι της Ζωοδόχου Πηγής κτισμένο εν μέρει σε βράχο. Η επιστροφή στο χωριό γίνεται από αγροτικό δρόμο. Αλλά ξεσπά καταιγίδα και σύντομα προστίθεται και χαλαζόπτωση. Ευτυχώς η «αυτοκίνητη ομάδα διάσωσης» μετέφερε τους περισσότερους πεζοπόρους στην ταβέρνα του χωριού όπου συναντήσαμε και όσους δεν είχαν περπατήσει. Ο καιρός σύντομα έφτιαξε και έτσι είχαμε μια ευχάριστη επιστροφή.

ΜΕΤΕΩΡΑ-ΚΑΣΤΑΝΙΑ. Η εβδομάδα γρήγορα πέρασε και ξεκινάμε το Σάββατο για Μετέωρα-Καστανιά το χωριό καταγωγής του πατέρα μου. Η πρώτη επίσκεψη έγινε στα Μετέωρα. Τι να γράψει κανείς για το μεγαλουργημα αυτό της φύσης που αποκαλύπτει όλο του το μεγαλείο αιώνες τώρα, καθώς αποτελεί ένα μοναδικό σε ομορφιά γεωλογικό φαινόμενο και ένα σημαντικό μνημείο της Ορθοδοξίας. Οι βράχοι είναι γεννήματα αποθέσεων μεγάλου ποταμού κατά τον Καινοζωικό αιώνα (60 εκατ. χρόνια π.Χ.) όταν μια μεγάλη μάζα από ποταμίσιες πέτρες, άμμο και λάσπη με συνδετικό υλικό ασβεστόλιθο ενώθηκαν για να σχηματίσουν ένα ενιαίο κώνο. Αργότερα, τα νερά της Θεσσαλικής λίμνης χύθηκαν στο Αιγαίο, και ο ενιαίος όγκος χωρίστηκε εξαιτίας της διαβρωτικής δράσης του νερού, των δυνατών ανέμων, των ραγδαίων βροχών και των σεισμικών δονήσεων, σχηματίζοντας λόφους και βράχους σε διάφορα σχήματα και μεγέθη. Στις κοιλάδες των βράχων, στις σχισμές τους και στις κορυφές τους βρήκαν προστασία οι άνθρωποι της περιοχής από τις επιδρομές διαφόρων κατακτητών. Γύρω στο 1100, έφτασαν οι πρώτοι ασκητές. Τον 14ο αιώνα, ο Όσιος Αθανάσιος ο Μετεωρίτης, συγκροτεί το πρώτο οργανωμένο μοναστικό κοινόβιο με κανονισμούς σύμφωνα με το τυπικό των οργανωμένων μονών του Αγίου Όρους. Ιδρύθηκαν από το 1350 έως το 1500 μ.Χ. 24 μοναστήρια. Στις αρχές του 18ου αιώνα αρχίζει η παρακμή του Μετεωρίτικου μοναχισμού. Με τη φθορά του χρόνου και το πέρασμα των αιώνων οι περισσότερες από τις Μονές ερημώθηκαν με αποτέλεσμα, ση-

μερα να λειτουργούν μόνο τα μοναστήρια της Μεταμόρφωσης, του Βαρλαάμ, του Αγίου Νικολάου του Αναπαυσά, του Ρουσάνου, της Αγίας Τριάδος και του Αγίου Στεφάνου.

Το 1989 η Unesco κατέγραψε τα Μετέωρα στον κατάλογο των Μνημείων της Παγκόσμιας Κληρονομιάς.

Μόλις φτάσαμε στο Καστράκι η ορειβατική ομάδα ξεκίνησε την προγραμματισμένη πορεία από το Καστράκι προς τις Ι.Μ. Αγ. Γεωργίου Μανδηλά, Βαρλαάμ, Μεταμόρφωσης Σωτήρα, Υπαπαντής, Παντοκράτορα με κατάληξη στο Καστράκι. Η τουριστική ομάδα επισκέφθηκε τις Ι.Μ. Βαρλαάμ και Μεταμόρφωσης Σωτήρα. Κτισμένη η πρώτη σε πέτρινο βράχο ύψους 373μ. ιδρύθηκε από τον μοναχό Βαρλαάμ το 1350 αλλά αναβίωσε από τους μοναχούς Θεοφάνη και Νεκτάριο το 1518 που έκτισαν το καθολικό των αγίων Πάντων στα 1541-1542. Η αγιογράφηση έγινε στα μέσα του 15ου αιώνα από τον ζωγράφο Φράγκο Κατελά. Άλλα σημαντικά κτίρια είναι το παρεκκλήσι των Τριών Ιεραρχών, το σκευοφυλάκιο, το νοσοκομείο, το μαγειρείο και το γηροκομείο. Η επόμενη μονή Μεταμόρφωσης Σωτήρα ή Μεγάλο Μετέωρο. Η Μονή είναι σκαρφαλωμένη πάνω σε επιβλητικό βράχο ύψους 416μ. Εδώ ο Αγιορείτης μοναχός Αθανάσιος ο Μετεωρίτης ασκήτεψε αρχικά επί δέκα χρόνια, ίδρυσε τη μονή περί το 1340 μ.Χ. και οργάνωσε την πρώτη συστηματική μοναστική κοινότητα. Οικοδόμησε τους ναούς της Θεομήτορος και του μεταμορφωθέντος Σωτήρος Ιησού Χριστού, που απέτελεσε το καθολικό της Μονής. Το σημερινό καθολικό κτίστηκε στα 1544-45 και αγιογραφήθηκε στα 1552. Άλλα σημαντικά κτίρια είναι τα παρεκκλήσια του Ιωάννη Προδρόμου, των Αγίων Κωνσταντίνου και Ελένης, του Αγίου Αθανασίου, η μεγάλη Τράπεζα, η βιβλιοθήκη, το ασκητήριο του Ιδρυτή της Μονής, το σκευοφυλάκιο, τα παλιά μαγειρεία και το κελάρι. Εντυπωσιασμένοι από όσα εκπληκτικά είδαμε επιστρέψαμε στο Καστράκι. Μετά από λίγη ώρα έφτασε και η ορειβατική ομάδα και φύγαμε για Καστανιά.

Παλιά το χωριό βρισκόταν στον οικισμό Μηλότοπος (λόγω των πολλών μηλιών) που ήταν στην σημερινή θέση του χωριού αλλά χαμηλότερα. Κάποια στιγμή μετακόμισε. Το πότε άγνωστο, πιθανόν τον 17ο αι. Ανεβαίνοντας πιο ψηλά στην ζώνη των καστανιών έλαβε και το ανάλογο όνομα. Κτισμένο μέσα σε δάση από καστανιές έλατα, μαύρη πεύκη, οξιές, βελανιδιές αναπτύχθηκε γρήγορα. Την περίοδο της Τουρκοκρατίας λειτουργήσε η Δημοστέργειος Σχολή στην οποία δίδαξαν οι καλύτεροι δάσκαλοι της εποχής. Το χωριό στις 26 Οκτωβρίου 1943 κήκε από τους Γερμανούς. Ακολούθησε έντονη παρακμή. Σήμερα μόνιμοι κάτοικοι είναι 150 άτομα. Τα τελευταία χρόνια, με βάση κυρίως τον τουρισμό, αρχίζει μια μικρή ανάκαμψη. Εγκαταστάθηκαν στα δυο ξενοδοχεία του χωριού και δοκιμάσαμε τα ντόπια εδέσματα.

Την Κυριακή το πρωί η ορειβατική ομάδα ξεκίνησε την άνοδο στο όρος Μοράβα. Η πορεία έγινε μέσα στα δάση. Σε υψόμετρο 1200μ. συνάντησε τα πρώτα χιόνια που όσο πλησίαζε στην κορυφή στα 1845 μ. αυξάνονταν. Φτάσανε σε 4 ώρες στην κορυφή και μετά από 2.30' ώρες πίσω στο χωριό. Η τουριστική ομάδα έκανε μια δώωρη πεζοπορία μέσα στο δάσος μέχρι τους καταρράκτες του χωριού. Στην συνέχεια επισκέφθηκε το ναό του Τιμίου Σταυρού κοντά στο χωριό Δολιανά. Στην πραγματικότητα είναι το καθολικό του ομώνυμου μοναστηριού που

κάρηκε και αυτό από τους Γερμανούς. Πρέπει να χτίστηκε τον 17ο αιώνα αλλά επειδή δεν υπάρχουν πηγές πληροφοριών είναι άγνωστη η ακριβής χρονολογία. Βλέποντάς τον απέξω πραγματικά σε εντυπωσιάζει. Είναι κτισμένος με πέτρα και σκεπασμένος με πλάκες. Εκείνο που τον κάνει μοναδικό είναι οι πολλοί Τρούλοι και ο έντονος γλυπτός διάκοσμος των τοίχων. Το εσωτερικό είναι λιτό, σκοτεινό με το λιγοστό φως να μπαίνει από τα μικρά παραθυράκια των τρούλων. Σε διάφορα σημεία στους τοίχους είναι κτισμένα πήλινα αγγεία με στόμια προς το εσωτερικό του ναού για την καλή ακουστική. Στην συνέχεια επισκέφτηκε την θέση Τριπόταμα. Εδώ συναντώνται ο κυρίως κορμός του Αχελώου που έρχεται από βορρά και τα δύο ορεινά ρέματα Σκληνιασώτικο και Χαλικιώτικο. Η ώρα όμως πέρασε. Η τουριστική ομάδα επισκέφτηκε τα δυο εντυπωσιακά ξενοδοχεία της περιοχής και επέστρεψε στην Καστανιά όπου σπάζοντας την παράδοση η ορειβατική ομάδα περίμενε την τουριστική. Φαγητό στο ξενοδοχείο και νωρίς το απόγευμα πήραμε τον δρόμο της επιστροφής.



Μετέωρα, Φωτ. Δ. Παγουλάτος ▲

Στα Δολιανά, Ιερά Μονή Τιμίου Σταυρού Κρανιάς, περιοχή Ασπροπόταμου, Φωτ. Γιώρ. Γκλέτσος ▼



Διαδρομή στα Μετέωρα 13 04 2013, Φωτ. Β. Συλβεστριάδης ▲

Διαδρομή Φαράγγι Λιμπίτοβα, Φωτ. Μ. Βέττερ ▼



ΕΟΦίτικα

■ Χρονιά των τυφώνων φέτος. Δεν θα τη γλυτώναμε εμείς. Ο τυφώνας πέρασε από την Κατασκήνωση. Την γλύτωσαν ο Βαγιατιδής και ο Μαντάς, αλλά την πλήρωσε ο επόμενος οικόσκος που ήταν πιο ψηλά και «εκτεθειμένος».

Ότι βρήκε στο διάβα του το ρήμαξε. Καζανάκια, αποχετεύσεις, ηλεκτρικά καλώδια, πατώματα, επενδύσεις... ρημαδιό! Μεγάλος προβολισμός! Τρικυμία εν κρανίω! Η «φύση» εκδικείται με βαριοπούλες. Το μένος της είναι ενίοτε «απύθμενο».

■ Και άρχισε το διάβασμα των εκδρομών ονομαστικά στη Γενική Συνέλευση για τους πρώτους εξήντα – πενήντα πέντε – πενήντα. Και άρχισε το διάβασμα των εκδρομών στην επόμενη Συνέλευση εξήντα, τριάντα, είκοσι πέντε, είκοσι, δεκαπέντε – δέκα, οκτώ, επτά, έξι, πέντε – πέντε, τέσσερις – τέσσερις, τέσσερις, τρεις – τρεις, καμία. «Όχι! Έχω δύο!», ακούστηκε από το βάθος, δόθηκαν οι εξηγήσεις και λύθηκε το πρόβλημα. Αλλά το πρόβλημα παραμένει και είναι θεόρατο και θα το βρούμε μπροστά μας!

■ Κάποιοι νομίζουν ότι την κάνουν με μικρά πηδηματάκια. Την έκαναν μάλλον μέχρι τώρα! Το Σωματείο χρειάζεται έσοδα και συμμετοχή και ειδικά τώρα. Αυτά μαζεύονται με λίγα απ' όλους και όχι με πολλά από κατ' εξακολούθησιν λίγους. Το ταμείο θα πάει φούντο με αυτές τις νοτροπιές και για να γίνει και πιο λιανά: Μονοήμερη για το ζευγάρι σημαίνει: 30 ευρώ τα εισιτήρια και για καφέδες, φαγητό, μετακινήσεις άλλα 30-40 ευρώ το λιγότερο, κάντε πρόσθεση.



Αχχχχχχχχχ... κάλοι, πατούσες άκανθες, ταιλαπωρημένες γάμπες... Μεγάλης αξίας το πεζούλι!!!



Πολύ μπουκώμα έπεσε στην κοπή των αμνών. Να γίνει εισήγηση στον έφορο για την επόμενη φορά. Να τους παίρνουμε απόβαρο πριν και μετά...

μπολάκια και να κουβαλήσεις περνάς το εκατοπεννητάρι. Αραχτός στο σπίτι, δεν χρειάζεται πρόσθεση βγαίνει μόνο του. Κόστος μηδέν! Να κάνουμε άλλη μια πράξη που γίνεται τον Μάρτη και λέγεται «προσαύξηση». Άντε το ανώτερο 100 ευρώ σαν ποινή σε αυτούς που «λούφαραν» εκδρομές. 100 ευρώ δια 20 εκδρομές, μας κάνει 5 ευρώ η εκδρομή. Οπότε... 20 έως 25 εκδρομές περίπου μας κάνει σχεδόν 1.500 ευρώ εις υγείαν του κοροϊδίου. Αλλά μέχρι πότε?

■ Τι ευδοκίμει στην Κατασκήνωση; Βερούκοκα, μούσμουλα, κορόμυλα. Τα βερίκοκα φέτος τα περισσότερα ζουφιάσανε και μαυρίσανε πάνω στα κλαριά. Τα μούσμουλα δέχτηκαν επιδρομή από στρατιά μυρμηγκιών και μας μέινανε τα κορόμυλα και αυτά καλά είναι!

■ Μέχρι να κυκλοφορήσει το περιοδικό τα άχρηστα που πετάξαμε στην Κατασκήνωση θα έχουν απομακρυνθεί με το φορτηγό. Αλλά υπάρχει και το μετά. Μην αρχίσουμε πάλι και «αποθηκεύουμε» στις γνωστές άκριες παλιατζούρα και σακούλες. Την σακούλα μας στο χέρι και στους κάδους!

■ Φέτος τον Μάη οι περίοικοί μας περί της Κατασκήνωσης αλλά και από πιο μακριά μάλλον, έκαναν την μπροστινή μάντρα ένα απέραντο σκουπιδαριό. Βουνοί οι κλάρες από τα πεύκα και ότι άλλο δέντρο έκοψαν και κλάδεψαν. Ακούστησαν τα πρώτα δίπλα στους κάδους και δεν άργησε να γίνει το μπάχαλο. Όλη η μάντρα γέμισε μέχρι πάνω. Περίοδος που λείπουμε όλοι βέβαια και ποιος να τους δει; Ο Δήμος άφαντος, μάζευαν τα σκουπίδια από τους κάδους και αυτά τίποτε και ο σωρός διαρκώς μεγάλωνε! Αυτοί που τα έφεραν θα έχουν σίγουρο ότι είναι ένα μέρος που μπορούν να κουβαλάνε τα σκουπίδια τους, γι' αυτό ας έχουμε το νου μας όλοι οι Κατασκηνωτές κι όταν δούμε τέτοιες κινήσεις να μην διστάσουμε να τους φοβερίσουμε με κυρώσεις, γιατί σίγουρα με κάποιο μέσο τα μεταφέρουν το οποίο θα έχει αριθμό κυκλοφορίας. Σημειώτουν ότι μπορεί να είναι και επαγγελματίες με τρακτέρ που αναλαμβάνουν να κλαδεύουν και να καθαρίζουν οικόπεδα. Φανταστείτε ένας ασυνειδητός να έβαζε ένα σπύρτο στα στοιβαγμένα στη μάντρα μας...

■ Σαββατοκύριακο στο Αγκίστρι. Δοκιμασμένη εκδρομή χρόνων! Είκοσι άτομα και με τα παιδιά τριάντα και με το ζόρι! Μέχρι την Παρασκευή το βράδυ ακυρώνανε. Είπε λέει ο Κολυδάς ότι θα χαλάσει ο θεός τον κόσμο και ο Ποσειδώνας θα κάνει τη θάλασσα μπάχαλο, οπότε γιατί να έρ-

θουν; Τράβα μία ακύρωση και ούτε γάτα ούτε ζημιά. Βέβαια το θέμα της προκαταβολής, ουσιαστικά και επιτακτικά στις διήμερες πάει περίπατο. Ο καιρός ήταν θαυμάσιος και τις δύο ημέρες, έριξε λίγο χωματάκι κάνα 15λεπτο το απόγευμα του Σαββάτου. Η εκπληκτική του διήμερου ήταν το Φεστιβάλ Παραδοσιακών χορών. Χορευτικά συγκροτήματα υψηλών προδιαγραφών παρουσίασαν χορούς από διάφορα μέρη της Ελλάδας. Μπροστάρης στον χορευτικό συγκρότημα του Αγκιστρίου ήταν ο Γιάννης ο Δελγιάννης, ο οποίος είναι πλέον μόνιμος κάτοικος Αγκιστρίου και Μέλος του Πολιτιστικού Συλλόγου εκεί. Με το σπτάκι του, τον χήπο του και το ποδήλατό του έχει ομορφύνει τη ζωή του. Σε αυτά τα μέρη, απλά με μία βόλτα πεντακοσίων μέτρων λες εκατό καλημέρες... αυτό και μόνο φτάνει!

■ Πασχαλινό πανηγύρι. Ριζωμένο πίσω στα χρόνια και σχεδόν από την έναρξη λειτουργίας της Κατασκήνωσης. Αλήθεια εξήντα χρόνια δεν θα χουμε ψήσει καμιά πεντακοσριά αρνιά; Σκεφτείτε τα χρόνια που δεν υπήρχαν τα μοτέρ, θα γινόταν αληθινό πανηγύρι στο σούβλιμα με τα χέρια. Φέτος ήρθαν με κεφάλια και βγήκαν σωστά στις φωτογραφίες. Πάντως ο Μπιζιζας έφαγε τρία κεφάλια, εν ριπή οφθαλμού! Έφυγε την ώρα που οι άλλοι αρχίζουν! Μεγαλύτερη απώλεια; Η Έρση. Πέσαμε πάνω στο ατύχημα του εξαμήνου της (κάθε εξαμήνου κάτι παθαίνει, πόδι, κεφάλι, χέρι, ξελαιμίασμα – κόψιμο αλυσίδας από τον λαμό – και ό,τι άλλο φανταστεί ανθρώπου νους! Αυτή τη φορά τράκαρε με μηχανάκι και πάει ο ώμος! Και δεν φτάνει αυτό, αυτή που την βοήθησε να σηκωθεί και την συνόδεψε στο νοσοκομείο της βούτηξε και την τσάντα, έτσι για τον κόπο της και για ενθύμιο. Και εκτός από όλα τα άλλα, άντε να βγάλει καινούργια ταυτότητα, δίπλωμα και ό,τι άλλο. Πάντως ήρθε με κρεμασμένο χέρι. Το πρόβλημά της ήταν πως θα γράψει την συνέχεια (που όπως θα διαβάσατε δεν είναι και μικρή!) για τα 80 χρόνια της ΕΟΦ για το περιοδικό! Όσο για την θέση της στο Ταμείο... την πλήρωσε η Αρμενιάκου! Τα αρνιά με τη σοφή μέθοδο της λαμαρινάς ψήθηκαν σε δυόμισι ώρες και έγιναν λουκουμάκια. Το κοκορέτσι λίγο άργησε. Ο Ράκης με τον Αμίν δώσανε τον καλύτερο εαυτό τους. Ο Μεταξάς, ο Στέλιος Κίταντζης και ο Μάκης Πίκουλας (γιατί ο Τάκης Πίκουλας έκανε χρέη παππού), στον τεμαχισμό και στο ζύγι και όλα πήγαν κατ' ευχήν. Βέβαια είχαμε και το νου μας μην πάθουμε το περσινό χουνέρι που χάθηκε το αρνί της Μάγας, πληρωμένο και ζυγισμένο και φέτος το πήρε πρώτο, έτσι για τον φόβο των Ιουδαίων!

■ Αναπόσπαστο κομμάτι, στα πλαίσια του Πασχαλινού πανηγυριού, έχει γίνει πλέον η Λειτουργία και η αρτοκλασία στο εκκλησάκι μας



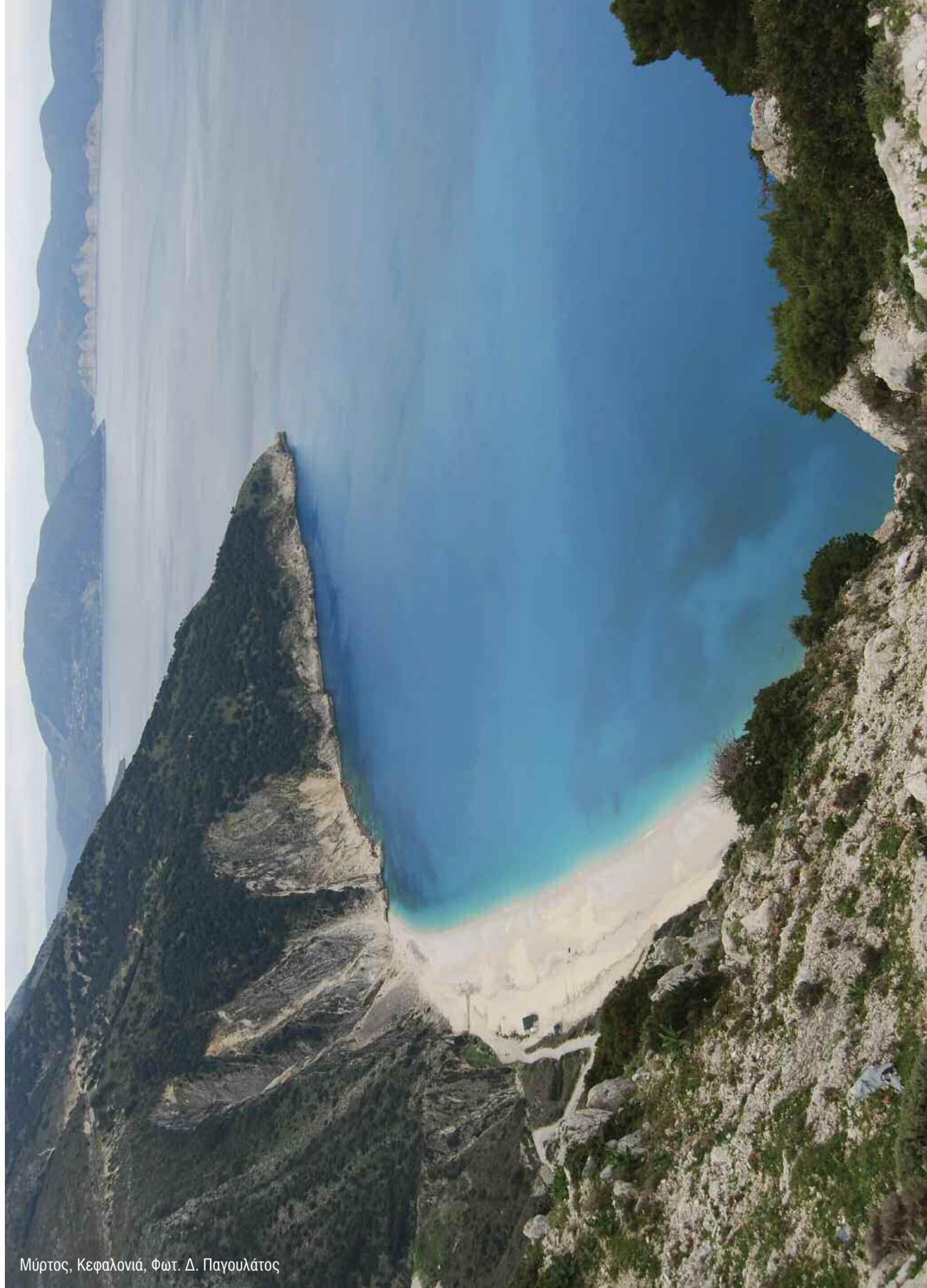
Νέες αφίξεις. Μάκης, Έλενα με το μωρό τους και η πανευτυχής γιαγιά. Η Έλενα ήρθε δύο μηνών στην κατασκήνωση. Το ίδιο και η κόρη της.



Είναι αγκάθι, γυαλί, δράκαινα, ξεκουραστικό μασάζ; Πάντως η πρώτη βοήθεια έφτασε ακαριαία!!!



Φωτογραφίζοντας τον μικρόκοσμο των Μυρμηγκιών!!! Η τέχνη απαιτεί θυσίες...



Μύρτος, Κεφαλονιά, Φωτ. Δ. Παγουλάτος

ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΥΠΑΙΘΡΟ, ΤΕΥΧΟΣ 415
 ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΟ ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΟ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ ΤΗΣ
 ΕΝΩΣΗΣ ΟΡΕΙΒΑΤΩΝ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΩΝ (Ε.Ο.Φ.)
 ΜΑΥΡΟΚΟΡΔΑΤΟΥ 7, 10678 ΑΘΗΝΑ
 ΤΗΛ.: 210 38.07.093, FAX: 210 38.06.924

ISSN: 1107-9541

**ΠΛΗΡΩΜΕΝΟ
ΤΕΛΟΣ**

Ταχ. Γραφείο
Κ.Ε.Μ.Π.ΑΘ.

Αριθμός Αδείας
3395



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