

ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΥΠΑΙΘΡΟ



ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ - ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ - ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ 2013

ΕΝΩΣΗ
ΟΡΕΙΒΑΤΩΝ
ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΩΝ
1933 - 2013

ΕΟΦ
80
Χρόνια

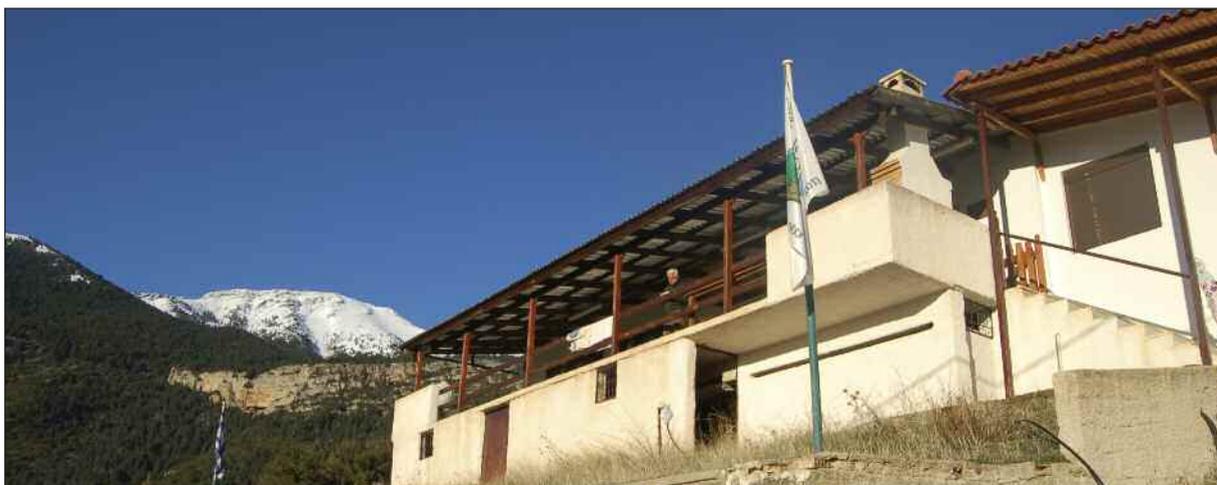


ΔΙΑΒΑΣΤΕ ΣΕ ΑΥΤΟ ΤΟ ΤΕΥΧΟΣ

Εκδήλωση για τα 80 Χρόνια της ΕΟΦ	3
Οι εορτασμοί τελειώνουν ας αρχίσουμε δουλειά	4
Το χρονικό της 80χρονης πορείας της ΕΟΦ	5-11
Κοινωνικά	12
Οδοιπορικό στην Ροδόπη	13-15
Εντυπώσεις από την ΕΟΦ	16
Ζαγοροχώρια - Ιούνιος 2013	18
Ιούλιος 2013 η παραδοσιακή καλοκαιρινή εκδρομή της ΕΟΦ σε Επίδαυρο-Δρέπανο	00
Από τη ζωή της ΕΟΦ	20
Κατασκήνωση 60 χρόνια προσφοράς	22
Το καπέλωμα	24
Άλλες διαδρομές στον Όλυμπο	26
Προτάσεις για εκδρομές τριμήνου	28-30
Εκδρομές και εκδηλώσεις τριμήνου	31
Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε. - Ο.Ξ.Ν.Ε. Εκδήλωση για τα 100 χρόνια κατάκτησης της υψηλότερης κορυφής του Ολύμπου	35
Λιχαδονήσια και φέτος	36
Εοφίτικα	38-39



Κεφαλάρι, Ορεινός Ξενώνας, Φωτ. Δ. Παγουλάτος



ΕΤΟΣ 806 • ΤΕΥΧΟΣ 416 • ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ-ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ-ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ 2013

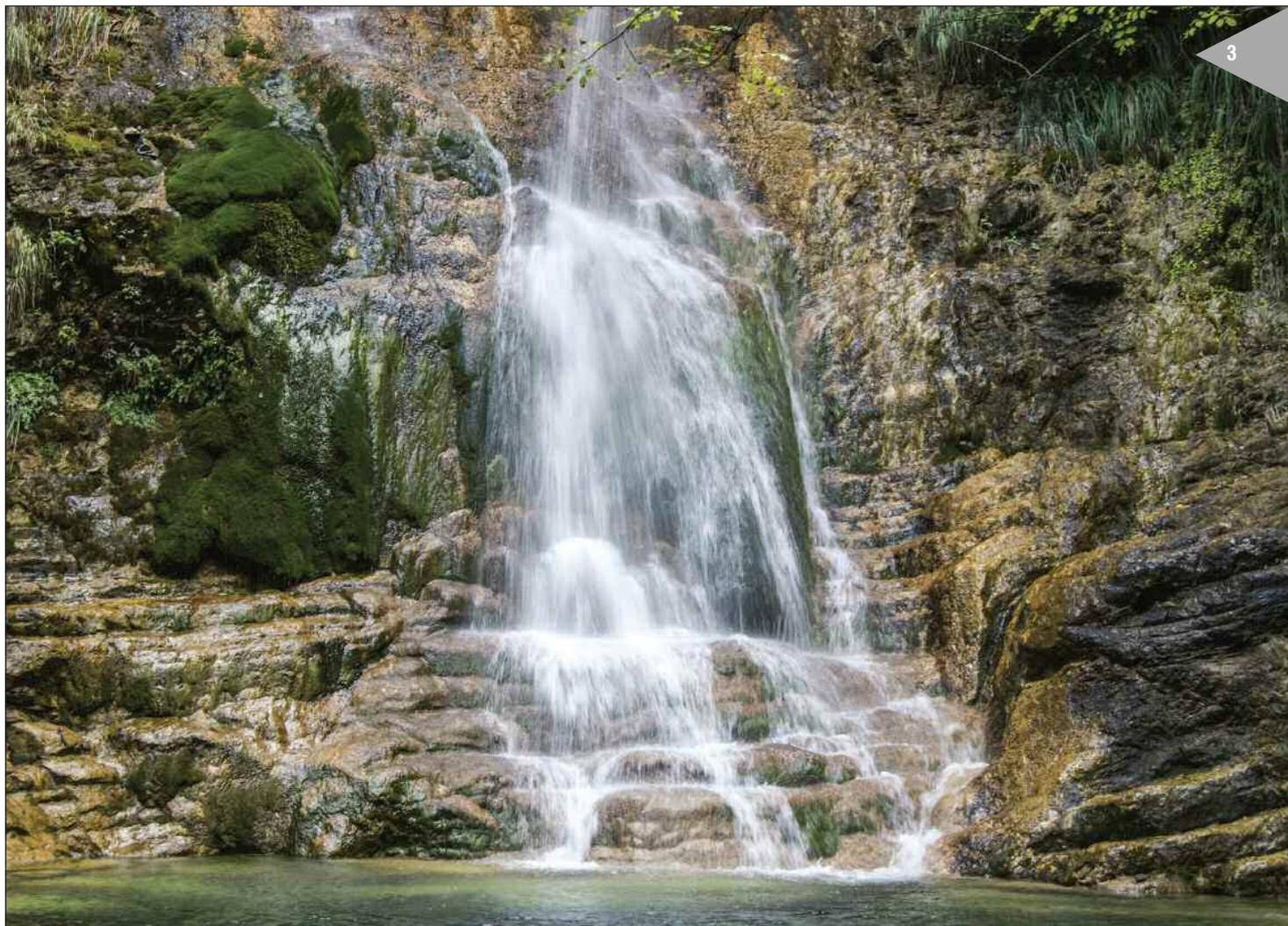
ΙΔΙΟΚΤΗΤΗΣ:	ΕΝΩΣΗ ΟΡΕΙΒΑΤΩΝ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΩΝ
ΕΚΔΟΤΗΣ:	ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΑΡΜΕΝΙΑΚΟΣ, τηλ.: 6977005181
ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟΥ:	Δ. ΠΑΓΟΥΛΑΤΟΣ, Α. ΤΖΙΒΙΑΣ, Ν. ΝΙΝΤΟΣ, Ο. ΠΕΤΡΟΠΟΥΛΟΥ, Ε. ΚΑΦΕΤΖΟΠΟΥΛΟΥ, Γ. ΓΚΛΕΤΣΟΣ
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΓΡΑΦΕΙΩΝ:	Μαυροκορδάτου 7 (Α΄ Όροφος), 106 78 Αθήνα
ΤΗΛ. ΓΡΑΦΕΙΩΝ:	210 3807093, (5:00 - 8:00 μ.μ.)
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, e-mail: katdrag@yahoo.gr
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: Όλυμπος. Στη διαδρομή από Κρεβάτια-ρέμα Παπά, Φωτ. Κ. Παπαβασιλείου.
Ένθετη: 2002 Trekking με την Ε.Ο.Φ. στα Ιμαλάια (κορυφή ANNAPURNA).

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 Α΄ τριμήνου 2014 η ύλη θα παραλαμβάνεται μέχρι **20-02-2014**.



Όλυμπος, καταρράκτης Ορλιά, Φωτ. Κ. Παπαβασιλείου ▲

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 4η Νοεμβρίου 2013** και ώρα **19.00**

Με κεντρικό ομιλητή τον επίτιμο Πρόεδρο της Ένωσης Ελλήνων Λογοτεχνών
κ. ΔΗΜΗΤΡΗ ΤΣΟΥΚΝΙΔΑ

Θέμα ομιλίας: «Ο διεθνούς φήμης Φυσιολάτρης-Ορειβάτης μαέστρος
ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΜΗΤΡΟΠΟΥΛΟΣ»

Θα ακολουθήσουν και άλλοι ομιλητές,
θα δοθούν τιμητικές διακρίσεις

Τέλος την εκδήλωσή μας θα κλείσει η μικτή χορωδία του
ΔΗΜΟΥ ΠΑΠΑΓΟΥ-ΧΟΛΑΡΓΟΥ

ΟΙ ΕΟΡΤΑΣΜΟΙ ΤΕΛΕΙΩΝΟΥΝ ΑΣ ΑΡΧΙΣΟΥΜΕ ΔΟΥΛΕΙΑ

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

Πολλές φορές τα τελευταία δέκα χρόνια μέσα από τις σελίδες του περιοδικού μας, έχω γράψει για τη σημασία που έχουν οι επετείοι στη ζωή μας, πολύ δε περισσότερο όταν πρόκειται για την Ε.Ο.Φ. και την πορεία που θα ακολουθήσει. Σε τρεις μήνες τελειώνει το 2013 και μαζί του η προβολή για τα ογδόντα χρόνια του συλλόγου, με την μεγάλη εκδήλωση την 4η Νοεμβρίου στο Πολεμικό Μουσείο.

Η αρχή της προβολής, για τον εορτασμό των ογδόντα χρόνων της Ε.Ο.Φ., ξεκίνησε τον Ιανουάριο με την κοπή της πρωτοχρονιάτικης πίτας. Συνεχίστηκε στις εκδρομές και ιδιαίτερα στις πολυήμερες, στις προβολές, στις εκδηλώσεις, στον αποκριτικό χορό. Η πολύχρονη διαδρομή του συλλόγου μας παρουσιάστηκε στο περιοδικό μας "Ελληνικό Ύπαιθρο" με αναδημοσιεύσεις παλαιών κειμένων, με περιγραφές, αναμνήσεις, φωτογραφίες για τις δρα-

στηριότητες και το έργο που έχει γίνει τα χρόνια που πέρασαν και βέβαια τους πρωταγωνιστές, τους πρωτοπόρους, αλλά και όλα τα μέλη που πίστευαν, στήριξαν και έφτασαν την Ε.Ο.Φ. τόσο πολύ ψηλά.

Αυτή η εορταστική και επετειακή χρονιά, πέρα από την γνωριμία με την ιστορία για όσους δεν την έζησαν, αλλά και για όσους ήταν παρόντες που θυμούνται ξανά και αναπολούν, έχει ένα κοινό σημείο αναφοράς, το αύριο. Αύριο υπάρχει αν ζούμε στο σήμερα, αν έχουμε καταλάβει το έργο και την δουλειά που έγινε όλα τα προηγούμενα χρόνια, αν έχουμε μάθει επιτέλους ότι σύλλογος είναι όλα τα μέλη της Ε.Ο.Φ., με ίδια δικαιώματα, αλλά και υποχρεώσεις.

Σύλλογος σημαίνει οργανωμένη συνάθροιση ατόμων με κοινό σκοπό. Δηλαδή για την Ε.Ο.Φ. σημαίνει την αγάπη στη φυσιολατρία, την ορειβασία, τον εκδρομισμό, την αγάπη και την προστασία του

περιβάλλοντος, την συντροφικότητα, τον αλληλοσεβασμό, την βοήθεια, την προσφορά στα μέλη μας και όπου υπάρχει ανάγκη και μπορούμε.

Προσφέρω, δίνω, είναι το σκαλοπάτι για να πάρεις. Όσα περισσότερα δίνεις τόσο πιο πολλά παίρνεις, είτε είναι αγάπη, φιλία, χαμόγελο, χειραψίες, παρές, συντροφικότητα. Δεν μπορεί να ζητάς να πάρεις, όταν δεν έχεις προσφέρει. Δεν μπορείς να ζητάς πολλά, όταν έχεις προσφέρει ελάχιστα. Δεν μπορείς τους κόπους και την προσφορά άλλων, ακόμα και τη δική σου να θέλεις να την εξαργυρώνεις εσασί στο πολλαπλάσιο. Οι σύλλογοι δεν είναι δίνω, παίρνω και πατίσαμε, δεν πρέπει να αφήσουμε κάτι και για αύριο; Αν αυτά τα ογδόντα χρόνια πατίσαμε κάθε τέλος του χρόνου, σήμερα δεν θα γιορτάζαμε **καμία** επετέιο, αλλά δεν θα είχαμε και προηγούμενα χρόνια.

Έχουμε μια πολύ μεγάλη ευκαιρία με το τέλος αυτής της εορταστικής χρονιάς, αφού θυμηθήκαμε ή μάθαμε όσοι δεν ξέραμε, το πώς έφτασε ο σύλλογος να γιορτάζει ογδόντα χρόνια ζωής, να στρωθούμε στη δουλειά. Τα χρόνια που ζούμε είναι δύσκολα και τα οικονομικά προβλήματα όλων μας είναι μεγάλα, πιο πολύ του συλλόγου αφού με την παρουσία και την συνδρομή μας υπάρχει. Είμαι όμως βέβαιος ότι, περισσότερο και από τα οικονομικά, υπάρχει έλλειμμα αγάπης, προσφοράς, συντροφικότητας, κάτι που υπήρχε το 1933 αλλά και μετά στα πολύ πιο δύσκολα από τώρα χρόνια του πολέμου. Αν οι εοφίτες γίνουμε πραγματικά μέλη, όπως λέει το καταστατικό που όλοι φυσικά γνωρίζουμε, αν αφήσουμε στην άκρη το ΕΓΩ, αν το αντικαταστήσουμε με το ΕΜΕΙΣ, αν το ΔΙΚΟ ΜΟΥ γίνει ΔΙΚΟ ΜΑΣ, τότε τα παιδιά και τα εγγόνια μας θα εορτάζουν πολλές επετείους της ΕΝΩΣΕΩΣ ΟΡΕΙΒΑΤΩΝ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΩΝ.



Ε. Δενδρινός, Γ. Βαγιατίδης, Α. Ψυράκης, Μ. Σαρρή, 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 Εοφίτων να γνωρίζει την ιστορία του σωματείου 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 σωματείου μας και γραμμένα κυρίως από μέλη μας, φίλους, διηγήσεις παλιών Εοφίτων, 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 σωματείου μας το 1933.

Η ΕΙΚΟΣΑΕΤΙΑ 1994-2013

Τη δεκαετία 1994 - 2003 η ΕΟΦ συνεχίζει τις δραστηριότητές της. Στον τομέα των εκδρομών το 1995 περισσότεροι από 150 εκδρομείς πήραν μέρος στην εκδήλωση των 5.000 εκδρομών του Σωματείου που γιορτάστηκε στην Πάρνηθα (οι πρώτες 100 εκδρομές της ΕΟΦ είχαν γιορταστεί πάλι στην Πάρνηθα τον Γενάρη του 1933). Τώρα, μετά από 80 χρόνια μετράμε τις επετείους κατά χιλιάδες.

Καθιερώνονται οι επιτυχημένες εκδρομές και επαναλαμβάνονται σε τακτά χρονικά διαστήματα, όπως η Άνω Χώρα τις Απόκριες, με γλέντι και χορό μεταμφιεσμένων, η καλοκαιρινή πολιτιστική εκδρομή στο Σαλάντι - Επίδαυρο, με παρακολούθηση των παραστάσεων στα Αρχαία Θέατρα Επιδαύρου. Οι φθινοπωρινές εκδρομές στα νησιά (Κυκλάδες - Σποράδες - νησιά Ανατ. Αιγαίου - Ιονίου - Κρήτη), οι επιτυχίες των οποίων έφεραν στο Σωματείο πολλά νέα μέλη και φίλους. Οι ορειβατικές εξορμήσεις στα βουνά εσωτερικού και εξωτερικού από μικρές και μεγάλες ομάδες ορειβατών (Άγραφα - Σμόλικα - Γράμμο - Θρακ. Τέμπη - Παγγαίο κ.α. και Ρίλα - Πιρίν - Μπουσάλα Βουλγαρίας - Αυστριακές Άλπεις - Δολομίτες - Πυρηνάια (Ισπανία) - Ποντιακές Άλπεις - Ιμαλία - Ατλας (Μαρόκου) τους γέμισαν με καινούργιες εμπειρίες αλλά και οι τουριστικές εκδρομές του εξωτερικού, στην Ισπανία - Κύπρο - Ισραήλ - Άγιοι Τόποι - Πράγα - Κάρλοβυ-Βάρυ - Μαρόκο - Μάλτα - Τυνησία Σικελία - Καλαβρία), ήταν όλες επιτυχημένες και όσοι τις ακολούθησαν γύρισαν φορτωμένοι με πρωτόγνωρες εντυπώσεις.

Οι χιονοδρόμοι ξεκίνησαν με ενθουσιασμό το σκι στον Παρνασσό, αλλά στο τέλος της δεκαετίας οι εξορμήσεις τους αραιώσαν κατά πολύ. Ένα καινούργιο άθλημα, το rafting, που προσήλκυσε και αρκετούς νέους έκανε την εμφάνισή του στα ποτάμια Λούσις - Βενέτικο και Εύηνο. Μακάρι αυτή η



Παρνασσός, Γεροντόβραχος, Φωτ. Β. Σιλβεστριάδης ▲

συμμετοχή τους να μη μείνει μόνο στο rafting, αλλά να γίνει η αφορμή να ενσωματωθούν ακολουθώντας και τις υπόλοιπες δραστηριότητες του συλλόγου γιατί η ΕΟΦ τους χρειάζεται.

Το 1996, χρονιά των Ολυμπιακών Αγώνων η Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε. οργάνωσε τη Γιορτή των Πυρών με τη συμμετοχή όλων των Φυσ. Σωματείων, η ΕΟΦ πήρε μέρος με 53 ορειβάτες σε 6 βουνά της πατρίδας μας. Το 2000 όμως, Ολυμπιακή χρονιά και πάλι, η Γιορτή των Πυρών δεν πραγματοποιήθηκε λόγω των πυρκαγιών που εκδηλώθηκαν σε βουνά και δασικές εκτάσεις.

Τέλος, το θέμα των Αρχηγών των εκδρομών εξακολουθεί να προβληματίζει τα Δ.Σ. που αναγκάζονται να αναθέτουν την αρχηγία, ειδικά των πολυήμερων, στους ίδιους και τους ίδιους. Ας δείξουν προθυμία και οι νεότεροι, ας δοκιμαστούν, αλλιώς πως θα αποκτήσουν

εμπειρία. Γιατί, όπως ξέρουμε, ένα μεγάλο ποσοστό στην επιτυχία μιας εκδρομής, ενπόκειται στον Αρχηγό (με τη βοήθεια βέβαια και την συμπαράσταση των εκδρομικών).

ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΣΗ 1994-2003

Η Κατασκήνωση, ο δεύτερος δραστήριος τομέας της ΕΟΦ, λειτούργησε και αυτή τη δεκαετία ομαλά, με τη φιλοξενία των 30 οικογενειών με παιδιά και εγγόνια, με τους εκδρομείς του Σαββατοκύριακου στον Ξενώνα και τους επισκέπτες του καλοκαιριού στους οικίσκους. Εκτός από τις καθιερωμένες εκδηλώσεις στην Κατασκήνωση, δηλαδή την Έναρξη της Κατασκηνητικής περιόδου με τον Αγιασμό, την συνεστίαση, τις ευχές και τις προτροπές του Προέδρου για καλή διαμονή με σεβασμό στο Καταστατικό και τον κανονισμό της Κατασκήνωσης, το τέλος με τον αποχαιρετισμό της Θάλασσας, το Πασχαλιό



Ξηροβούνι ▲



Στιγμιότυπο από αποκριάτικη εκδήλωση, Φωτ. Δ. Αρμενιάκος ▲



Γιορτή των Πυρών, Φωτ. Δ. Παγουλάτος ▲



Αθανάσιος Παπαθανασίου, Φωτ. Ε. Καφετζοπούλου ▲

Πανηγύρι, τον διαγωνισμό του Πρωτομαγιάτικου στεφανιού.

Τον **Σεπτέμβριο του 1997** το Δ.Σ. αποφάσισε να τιμήσει τον παλαιόμαχο Εοφίτη **Φ. Φλάμπουρα** για την 50ετή συμμετοχή του στα κοινά του Σωματείου γενικά και στον τομέα της Κατασκήνωσης ειδικά. Προς τούτο μετά την ομιλία της Ε. Καφετζοπούλου ως προς την ανιδιοτελή προσφορά του Φίλιππα προς την ΕΟΦ, ο Πρόεδρος της Ο.Ε.Σ.Ε. συγχάρηκε τον τιμώμενο για την εν γένει πορεία του στην ΕΟΦ και ο Πρόεδρος Τ. Μαντάς ευχαρίστησε τους παρι-

Στρώνσιμο χώματος στο Δάπεδο του γηπέδου της κατασκήνωσης, Φωτ. Π. Πίκουλας ▼



στάμενους και παρέδωσε στον Φίλιππα ειδική αναμνηστική πλακέτα.

Ακόμη μία τιμητική εκδήλωση, αυτή τη φορά για τους εναπομείναντες πρωτεργάτες της αγοράς του κτήματος **Ανδ. Παρδαλάκη, Δ. Λύγκα, Ν. Τζουβή** πραγματοποιήθηκε στην Κατασκήνωση τον **Ιούλιο του 2000** με την ανάρτηση σε ειδικό χώρο στην είσοδο της Κατασκήνωσης, αναμνηστικής πλακέτας με τα ονόματα των πρωτεργατών του Δ.Σ. και της επιτροπής της αγοράς του κτήματος. Στο διάστημα της δεκαετίας, δεν έπαψαν και τα προγραμματισμένα έργα στην Κατασκήνωση για τη βελτίωση των συνθηκών διαβίωσης των Κατασκηνωτών αλλά και έργα συντήρησης. Αντικαταστάθηκε όλο το εναέριο ηλεκτρικό δίκτυο, τοποθετήθηκαν υδρομητρητές σε κάθε οικίσκο, κατασκευάστηκε καινούργιος Ξενώνας των Μελών, με όλες τις σύγχρονες ανέσεις, ανακαινίστηκε εκβάθρων το γήπεδο με προδιαγραφές Γεν. Γραμμ. Αθλητισμού (με αφορμή τη δωρεά του Ν. Τάτσου δύο καινούργιων μπασκετών). Τοποθετήθηκε νέα παιδική χαρά, ανακαινίστηκε η Καντίνα κ.α. μικροεπισκευές.

Τον **Ιούνιο του 2002** θέλοντας το Δ.Σ. να τιμήσει και πάλι τον εκλιπόντα πλέον **Φ. Φλάμπουρα** αποφάσισε να δώσει το όνομά του στην Κατασκήνωση για να θυμίζει στις επόμενες γενιές πως, για να φθάσει η ΕΟΦ εδώ που είναι σήμερα, συνέβαλαν τα μέγιστα μαζί με πολλούς άλλους ένας Παπαθανασίου και ένας Φλάμπουρας. «ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΣΗ ΦΙΛΙΠΠΑΣ ΦΛΑΜΠΟΥΡΑΣ», έγραφε η μεγάλη πινακίδα στην είσοδο του κτήματος το ίδιο και μία μικρότερη στην είσοδο της Καντίνας, ενώ συγχρόνως επιδόθηκε μία αναμνηστική πλακέτα στην οικογένειά του.

ΟΡΕΙΝΟΣ ΞΕΝΩΝΑΣ 1994-2013

Ο Ξενώνας μας δεν παύει να ζητάει κι αυτός κατά καιρούς τη συντήρησή του αφού τον επισκέπτονται συχνά, εκτός από τους Εοφίτες και ομάδες Προσκόπων, Πολιτιστικών Συλλόγων, μαθητές σχολείων και μέλη Φυσιολατρικών και Ορειβατικών Σωματείων, οπότε θα πρέπει να λειτουργεί άφθογα όλο τον χρόνο ώστε οι φιλοξενούμενοι να περάσουν καλά με οποιοδήποτε καιρικές συνθήκες. Γι αυτό ο εκάστοτε Έφορος του Ξενώνα με τον Πρόεδρο και κατάλληλους εθελοντές-βοηθούς, ανεβαίνουν με ΙΧ είτε μεταφέροντας εφόδια, είτε δουλεύοντας μαζί με τους ειδικούς για κάθε εργασία που

έχει προγραμματιστεί. Αυτή τη δεκαετία έγιναν αρκετά έργα συντήρησης και εκσυγχρονισμού, όπως: η τοποθέτηση εξωτερικής ψησταριάς στην βεράντα, η κατασκευή νέου σύγχρονου τζακιού στην τραπεζαρία, γενική ανακαίνιση των W.C. με πλακάκια, καινούργια είδη υγιεινής, πόρτες και παράθυρα από αλουμίνιο, τοποθετήθηκε νέο πάτωμα στον επάνω κοιτώνα, έγινε γενικό βάψιμο των εσωτερικών τοίχων του Ξενώνα και του ραμπιπέ της τραπεζαρίας, αντικαταστάθηκε η κεραμοσκεπής στέγη, αντικαταστάθηκαν στρώματα και έγινε νέα υδραυλική εγκατάσταση. Ακόμη βοηθήσαμε στην ανακαίνιση της εκκλησίας του Αγ. Νικόλα, με περιφράξη του χώρου με καινούργιο συρματόπλεγμα και αντικατάσταση των παραθύρων, για δε το βάψιμο στο εσωτερικό του Ναού, επιμελήθηκε ο πάτερ Ηλίας. Κι έτσι έτοιμος και φρεσκοβαμμένος περιμένει στη γιορτή του, όπως κάθε χρόνο στις 9 του Μάη, τους χωριανούς και τους Εοφίτες.

Τον Απρίλιο του **2002** έγινε μία σεμνή τελετή μετά την απόφαση του Δ.Σ. να επονομασθεί ο Ξενώνας, «**Ορεινός Ξενώνας "Αθανάσιος Παπαθανασίου"**» και δικαίως γιατί αυτός πρωτοστάτησε σε όλες τις φάσεις της υλοποίησης αυτού του έργου. Από την ιδέα του να αποκτήσει η ΕΟΦ έναν Ορεινό Ξενώνα σε κατάλληλη ορεινή περιοχή, ώστε να έχουν πρόσβαση όλοι οι ορειβάτες στα γύρω βουνά, ως την κατασκευή του, στο Κεφαλάρι Στυμφαλίας. Μετά την ομιλία του Προέδρου Απ. Ψυράκη σχετικά με την ιστορία του Ξενώνα και τη συμβολή του Θ. Παπαθανασίου σε αυτόν, έγινε η αποκάλυψη της μεγάλης πινακίδας στην είσοδο του κτήματος και μιας μικρότερης στην είσοδο του Ξενώνα για να θυμίζουν στις επόμενες γενιές πως όταν τα Σωματεία έχουν στελέχη σαν τον Θ. Παπαθανασίου προοδεύουν και παρουσιάζουν έργα προς όφελος του Συνόλου.

ΓΡΑΦΕΙΑ 1994-2003

Σε αυτή τη δεκαετία και τα γραφεία εκσυγχρονίστηκαν. Τοποθετήθηκε σύστημα φαξ και αυτόματος τηλεφωνητής, έγινε εγκατάσταση σύγχρονου μηχανήματος διαφανειών, τοποθετήθηκε ηλεκτρονικός υπολογιστής για την μηχανογράφηση των εργασιών (αρχείο, καρτέλες, εκδρομές, περιοδικό, στατιστικά κλπ). Γίνεται γενική επισκευή των γραφείων, βάψιμο τοίχων και κουφωμάτων, στρώθηκαν πλακάκια στο δάπεδο και στα W.C., αντικαταστάθηκαν τα φωτιστικά, τα γραφεία, οι βιβλιοθήκες και τα ντουλάπια, τοποθετήθηκε νέο τραπέζι συνεδριάσεων, ψυγείο και αρ-

Μάτι 07-09-1996, Κατασκήνωση, απονομή τιμητικής διάκρισης στον Φίλιππα Φλάμπουρα, Φωτ. Π. Πίκουλας ▼



χειοθήκες. Δεν σταμάτησαν όμως να γίνονται σε τακτά χρονικά διαστήματα οι προβολές διαφανειών από μέλη και φίλους καθώς και τα μαθήματα Ελληνικών χορών. Με ενδιαφέρον παρακολούθησαν οι ορειβάτες μαθήματα προσανατολισμού ορειβατών από τον κ. Τρ. Καραχάλιο. Καθιερώνονται διακρίσεις κάθε χρόνο για τους πρωτεύσαντες στις εκδρομές και στο μεγαλύτερο υψόμετρο. Ιδρύεται τράπεζα αίματος στο Νοσοκομείο Ευαγγελισμός με πρόταση του Προέδρου Δ. Παγουλάτου. Πραγματοποιήθηκε σειρά μαθημάτων Πρώτων Βοηθειών από ειδική εκπαιδευτριά του Ερυθρού Σταυρού, οργανώθηκαν Χριστουγεννιάτικα Βazaar των οποίων τα έσοδα δόθηκαν στο Λύκειο Ίδρυμα για ενίσχυση του ορφανοτροφείου και του γηροκομείου, μαζί με ό,τι έμεινε από ρούχα, βιβλία και παιχνίδια για τους τρόφιμους του Ίδρυματος. Καθιερώθηκε διαγωνισμός φωτογραφίας μελών και δημοσίευση των 3 πρώτων, μετά από απόφαση κριτικής επιτροπής, στο περιοδικό. Τον Μάιο του 1996 πραγματοποιήθηκε, μετά από απόφαση του Δ.Σ., η προγραμματισμένη εκδήλωση προς τιμήν του Επίτιμου Προέδρου **Θαν. Παπαθανασίου**. Στα ανακαινισμένα γραφεία μας, σε ένα ανθοστόλιστο περιβάλλον προσήλθαν περισσότεροι από όσους υπολογίζαμε και μέσα σε αυτούς παλιά και νέα μέλη, εκπρόσωποι Φυσ. Σωματείων, ο Πρόεδρος και τα μέλη του Δ.Σ. της Ο.Ε.Σ.Ε., οι γείτονες φίλοι της ΕΜΕΑ που μας παραχώρησαν και τον δικό τους χώρο και πολλοί φίλοι. Μετά τον χαιρετισμό του Προέδρου Τ. Μαντά προς τους παρευρισκόμενους και την ομιλία κατόπιν της Ε. Καφετζοπούλου για την εν γένει πορεία του τιμώμενου και ιδιαίτερα για τα επιτεύγματα της επί 23 χρόνια Προεδρίας του στα Δ.Σ., ο Πρόεδρος Τ. Μαντάς του επέδωσε τιμητική πλακέτα και ανθοδέσμη. Συγκινημένος ο τιμώμενος ευχαρίστησε το Δ.Σ. και όλους τους παριστάμενους. Στη συνέχεια όλοι χαιρέτισαν τον Θ. Παπαθανασίου και σεβρίστηκαν από τον πλούσιο μπουφέ που είχε ετοιμαστεί από τις κυρίες της επιτροπής. Και τον Φεβρουάριο του 2002 πραγματοποιήθηκε μία ακόμη μεγάλη συγκέντρωση στα γραφεία για να ακούσουν την ενδιαφέρουσα ομιλία του Ιστορικού - Φιλολόγου Δ. Καπάδοχου για την φυσιολατρεία και στη συνέχεια ομιλία προς τιμήν των αδελφών **Ε. Χαριτάκη** και **Μ. Μαρκέα** για την αδιάκοπη, πολυετή παρουσία τους σε όλες τις δραστηριότητες της ΕΟΦ από την ίδρυσή της ως σήμερα. Ο Πρόεδρος της ΕΟΦ Απ. Ψυράκης τους επέδωσε τιμητικά χρυσά με-



Ορεινός Ξενώνας 21-04-2002, Φωτ. Ε. Καφετζοπούλου ▲



Δεκέμβριος του 2003, το παζάρι στα γραφεία της ΕΟΦ, Φωτ. Δ. Παγουλάτος ▲

τάλλια και αναμνηστικά διπλώματα και η βραδιά έκλεισε με μια μικρή δεξίωση και τις ευχές όλων των παριστάμενων στην Ελένη και τη Μιμικά.

ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ

Εκτός από τις καθιερωμένες εκδηλώσεις, την 1^η μέρα του χρόνου στην Πεντέλη για το κόψιμο της πίτας και τις επόμενες στις 6 του Γενάρη στην Κατασκίνηση για την πίτα των παιδιών της ΕΟΦ με τα δώρα τους και μετά στον Ξενώνα για την πίτα των παιδιών του χωριού και τα δώρα τους, τον ετήσιο Αποκριάτικο χορό, την παρακολούθηση Θεατρικών παραστάσεων, τις επισκέψεις σε Μουσεία και Εκθέσεις και άλλες ειδικές εκ-

δηλώσεις όπως αναφέρονται πιο πάνω, γιορτάζουμε ανά δεκαετία τα γενέθλια του Συλλόγου μας κάπως πιο επίσημα. Έτσι και το **2003** που η ΕΟΦ πέρασε στην Τρίτη ηλικία, έγινε **70 χρόνων**, οι εκδηλώσεις μας πήραν πιο επίσημο και ομαδικό χαρακτήρα. **Πρώτη εκδήλωση** έγινε στην Πάρνηθα στις αρχές του Γενάρη (σε ανάμνηση της πρώτης εκδρομής στο ίδιο μέρος του νεοσύστατου τότε συλλόγου στις 19 του Γενάρη του 1933), με συμμετοχή 110 ατόμων. **Δεύτερη εκδήλωση** ο Αποκριάτικος χορός 200 μελών και φίλων στην αίθουσα του ξενοδοχείου DIVANI, με την τούρτα των γενεθλίων, την χορευτική ομάδα στο φόρτε της,

02-12-2003. Η εκδήλωση για τα 70 χρόνια, Φωτ Δ. Αρμενιάκος ▼



Γενάρης 2003. Κοπή πίτας στον Ορεινό Ξενώνα, Φωτ. Ε. Καφετζοπούλου ▼





Με την Ο.Ε.Σ.Ε στον Όλυμπο «Μύτικας» 20-08-2005. Μέλη της ΕΟΦ που ανέβηκαν
1) Κωνσταντινίδης Αριστοτέλης, 2) Συντυχάκη Μαρία, 3) Πλακάς Ιωάννης, 4) Γαλάνης Χρήστος ▲

τους μεταμφιεσμένους, το κέφι και τον χορό που κράτησε ως τις πρώτες πρωινές ώρες. Στον Όλυμπο, στις 6 Ιουλίου 2003 γιορτάσαν και οι ορειβάτες τα γενέθλια της ΕΟΦ με πρωτοπόρο τον δάσκαλο της ορειβασίας και της αναρρίχησης Δ. Ψυρόπουλο που παρά τα 88 του χρόνια πάτησε για πολλοστή φορά τον Θρόνο του Δία. Η ομάδα διασπάστηκε σε μικρές ομάδες για να μην

αφήσει παραπονεμένες και τις υπόλοιπες κορυφές. Το βράδυ στο καταφύγιο μετά το δείπνο (προσφορά της ΕΟΦ για τα γενέθλιά της), τιμήθηκε ο Δ. Ψυρόπουλος για την πολύχρονη παρουσία του στο βουνό των Ολύμπων θεών.

Στην Κατασκήνωση με τον αποχαιρετισμό της Θάλασσας γιορτάστηκαν τα 70 χρόνια της ΕΟΦ και τα 50 χρόνια της Κατασκήνω-

Η ΔΕΚΑΕΤΙΑ 2004-2013

Σ' αυτή τη Δεκαετία είχαμε μία έξαρση στις εκδρομές του εξωτερικού. Επισκεφθήκαμε 5 φορές την Τουρκία, 3 φορές την Ιταλία και από 1 φορά τα Σκόπια (Οχρίδα), Περού, Σλοβενία, Κούβα, Γαλλία, Ιορδανία, Πορτογαλία, Σουηδική Λαπωνία, 5 χώρες της Ν. Αφρικής (Νοτιοαφρικανική Ένωση, Ναμίμπια, Ζάμπια, Ζιμπάμπουε και Μποτσουάνα), Υεμένη, Σοκότρα, Συρία και Γερμανία.

Όλα αυτά τα ταξίδια, άριστα οργανωμένα στην πλειοψηφία τους, έφεραν και καινούρια μέλη στο Σύλλογο. Στις δε εκδρομές του εσωτερικού προστέθηκαν και νέοι προορισμοί, όπως η επίσκεψη στις Ολυμπιακές εγκαταστάσεις, Κάρπαθος, Κάσος, Διώρυγα της Κορίνθου, Ίμβρος, Τένεδος, Λιγαδονήσια, Τήλος, Νίσυρος, Δάσος Τατσιού, Ζωολογικό Πάρκο Σπάτων κ.ά. με μεγάλη συμμετοχή μελών και φίλων. Σημαντικά όμως ατόνησε ο τομέας της χιονο-

δρομίας και η νεοϊδρυθείσα τράπεζα αίματος. Περισσότερες ήταν οι αιτήσεις αίματος από τις προσφορές. Υπήρξε μια δικαιολογία σε μια κατηγορία Εοφτών πως δεν μπορούσαν να ανταποκριθούν στο κάλεσμα της αιμοδοσίας (λόγω ηλικίας) αλλά και από όσους μπορούσαν, ελάχιστα έσπευσαν, οι υπόλοιποι απλώς αδιαφόρησαν.

Το 2004, στη γιορτή των Πυρών, που οργανώνει κάθε 4ετία η Ο.Ε.Σ.Ε., η ΕΟΦ έλαβε μέρος με 7 ομάδες σε ανάλογα βουνά. Την επόμενη όμως τετραετία το 2008 λόγω των πυρκαγιών η Πυροσβεστική Υπηρεσία απαγόρευσε την αφή των Πυρών όπως και την επόμενη Ολυμπιακή χρονιά. Επειδή όμως το 2012 ήταν η επέτειος των 60 χρόνων από το 1952 που ο αείμνηστος Γεώργιος Σταμπολής αναβίωσε το αρχαίο δρώμενο των φρυκτωριών (όπως το ονόμαζαν οι πρόγονοί μας) η Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε. διοργάνωσε μια

σας με μία Έκθεση Φωτογραφιών της πενήτηκονταετούς ζωής στην Κατασκήνωση. Και στο τέλος του χρόνου έγινε η Κεντρική Εκδήλωση στο πολεμικό Μουσείο με αντιπροσωπείες από όλα σχεδόν τα Φυσιολογικά και Ορειβατικά Σωματεία, η Ο.Ε.Σ.Ε. και πολλά μέλη και φίλους της ΕΟΦ. Ο Πρόεδρος Δ. Παγουλάτος έκανε μία σύντομη αναδρομή της πορείας των 70 χρόνων τονίζοντας ιδιαίτερα ότι ο εθελοντισμός και η συλλογική δουλειά ήταν σημαντικός παράγοντας για την πρόοδο της ΕΟΦ. Το κεντρικό θέμα της εκδήλωσης ήταν αφιερωμένο στον φυσιολάτρη ποιητή Άγγελο Σικελιανό για τα 120 χρόνια από τη γέννησή του που ανέπτυξε ο φυσιολάτρης Δημοσιογράφος Γ. Μακαρόνας. Τέλος, το Δ.Σ. αναγνωρίζοντας την πολυετή προσφορά παλαιών μελών αποφάσισε να τους βραβεύσει με το χρυσό μετάλλιο της ΕΟΦ. Ακολούθησε σύντομος χαιρετισμός εκπροσώπων Φυσιολογικών Σωματείων και ο Πρόεδρος της Ο.Ε.Σ.Ε. Ανδρ. Αντωνόπουλος συνεχάρη την ΕΟΦ για την ως τώρα πορεία της προσφέροντας ένα κύπελλο που συνηθίζεται να αποδίδεται σε πρωταθλητές. Η εκδήλωση έκλεισε με την 30μελή χορωδία του Αγίου Γεωργίου Καρύτση, τον ύμνο της ΕΟΦ και το πέρας των παρευρισκομένων από το φουαγιέ του Μουσείου, όπου ήταν αναρτημένες φωτογραφίες της 70χρονης ζωής της ΕΟΦ.

γιορτή στο λόφο του Φιλοπάππου στο θέατρο «Δώρα Στράτου» κατά την οποία αντιπρόσωποι των Φυσ. Σωματείων, μέλη του Δ.Σ. της Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε. και φίλοι, παρακολούθησαν εμπνευσμένη ομιλία του Καθηγητή-Κοινωνιολόγου Δ. Λουκά για το νόημα της αφής των πυρών. Ακολούθησε απαγγελία, της ηθοποιού Άννας Πολυτίμου - Παπακωνσταντίνου, αποσπάσματος του μονολόγου της Κλυταιμνήστρας από το έργο «Αγαμέμνων» του Αισχύλου, όπου περιγράφεται πώς έγινε γνωστή η πτώση της Τροίας στις Μυκήνες, χάρη στις φρυκτωρίες που άναψαν από βουνό σε βουνό. Στη συνέχεια, προβλήθηκε ταινία της ΕΡΤ του 1952, καθώς και φωτογραφίες της Αφής από το 1952-2004 και η γιορτή έληξε με το άναμμα της φωτιάς σε κρατήρα που είχε τοποθετηθεί γι' αυτό το σκοπό από δρομείς που μετέφεραν τη φλόγα στο Μνημείο του Φιλοπάππου. Στη συνέχεια, ο πρόεδρος της Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε. Ανδρ. Αντωνόπουλος

Στη Ζάκυνθο το 2011, Φωτ. Δ. Παγουλάτος ▼



2007. Στο πλοίο με προορισμό την Αμοργό, Φωτ. Δ. Παγουλάτος ▼



απένειμε αναμνηστικά μετάλλια σε τιμώμενα πρόσωπα και η γιορτή έκλεισε με χορούς και τραγούδια από το ακριτικό Καστελόριζο.

ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΣΗ 2004-2013

Στη Κατασκήνωση με τη φοβερή κακοκαιρία και τη χιονόπτωση τον **Φλεβάρη** του **2004** έγιναν πολλές ζημιές. Ξεριζώθηκαν γύρω στα 40 πεύκα, άλλα έσπασαν και αναγκαστικά κόπηκαν, έσπασαν σωλήνες του νερού και βεράντες από τους οικίσκους, έπεσαν τα καλώδια του ηλεκτρικού, βούλιαξε ο βόθρος στο γήπεδο και καταστράφηκε ένα μεγάλο κομμάτι από το ανακαινισμένο γήπεδο. Κι όλα αυτά έπρεπε να τακτοποιηθούν πριν την ερχόμενη κατασκ/κή περίοδο και αποκαταστάθηκαν, και έγιναν καλύτερα και από πριν με μια οικονομική βοήθεια από τους Κατασκ/τές, μια μεγαλύτερη από το ταμείο της ΕΟΦ και τη συνεχή παρουσία και προσωπική εργασία του **Πρόεδρου**, του **Έφορου** και **ορισμένων κατασκηνωτών**. Πού ήταν η συλλογική παρουσία του παρελθόντος; η προσωπική προσφορά εργασίας των κατασκηνωτών και των μελών; Έλαψαν δια της απουσίας των τον χειμώνα του **2005**. Έγινε νέα δενδροφύτευση με κυπαρίσσια, κουκουναριές και διάφορα άλλα κατάλληλα φυτά. Στο δεπρανές του γηπέδου, για να μην κατακυλούν τα χώματα, φυτεύτηκαν σπάρτα, πικροδάφνες, μυρτιές και σχοίνα με εγκατάσταση αυτόματου ποτίσματος. Ανακατασκευάστηκε το γήπεδο, επισκευάστηκε η οροφή της καντίνας και της βεράντας, αντικαταστάθηκαν τα φωτιστικά σώματα και αγοράστηκαν και καινούρια σκεύη για την καντίνα.

Το **2007**, τοποθετήθηκε το εκκλησάκι, στον ειδικά διαρρυθμισμένο χώρο, δωρεά της οικογένειας του Γ. Μουρίκη και σε ειδική εκδήλωση έγιναν τα «Θυρανοξία» της εκκλησιούλας που είναι αφιερωμένη στον Αγ. Γεώργιο και στον Προφήτη Ηλία. Έκτοτε γιορτάζουμε τη γιορτή του Αγ. Γεωργίου με το Πασχαλινό Πανηγύρι και στις 20 Ιουλίου του Προφήτη Ηλία με λειτουργία και αρτοκλασία. Την επίβλεψη της εσωτερικής διακόσμησης σε ξυλόγλυπτο πλαίσιο με ένθετες εικόνες φτιαγμένες με τη παραδοσιακή τέχνη της αιογραφίας, καθώς και τη διαμόρφωση του εξωτερικού χώρου, επιμελήθηκαν οι Τ. Μαντάς και Θ. Τζιβιάς.

Το καλοκαίρι του **2010** στο τέλος της κατασκηνωτικής περιόδου ο Τάκης Μάσχος δώρισε στην ΕΟΦ ένα έργο που το δούλεψε 4 καλοκαίρια στην κατ/ση. Μια μακέτα διαστάσεων 0,80Χ2,00μ. που απεικονίζει την σημερινή Κατασκήνωση με την παραμικρή λεπτομέρεια, (τα σπιτάκια, την εκκλησιούλα, τα δένδρα, τους δρόμους, τον ξενώνα, την καντίνα, το γήπεδο, τη παιδική χαρά ακόμη και τα αυτοκίνητα στο πάρκινγκ της εισόδου και τις κολώνες της ΔΕΗ, με φωτάκια και χρώματα). Κι όλα αυτά, από ευτελή υλικά (χαρτόνια, σπάγκους, συρματάκια, κλωστές, ξύλα, χρώμα, κ.ά.) δημιούργησε ένα έργο που θα θυμίζει τον καλλιτέχνη, τον λεπτολόγο, τον υπομονετικό, τον Καλό Άνθρωπο. Τον Τάκη ΜΑΣ.

Η συμμετοχή των κατασκηνωτών και των μελών στις συγκεντρώσεις της Κατ/σης αντί να αυξάνεται, μειώνεται. Ορισμένοι οικίσκοι τα τελευταία χρό-



Κατασκήνωση, Φλεβάρη του 2004. Μετά από ακραία καιρικά φαινόμενα ξεριζώθηκαν περίπου 40 πεύκα, Φωτ. Δ. Παγουλάτος ▲



Στιγμιότυπο από την εγκατάσταση του Ναΐσκου στην Κατασκήνωση, Φωτ. Δ. Παγουλάτος ▲

Τα Διοικητικά Συμβούλια της 20ετίας 1994 -2014

1994 Α. Παπαθανασίου Τ. Μαντάς Δ. Λύγκας Αγγ. Μάσχος Απ. Ψυράκης Δ. Παγουλάτος Φ. Φλάμπουρας Θ. Τζιβιάς Αλ. Χρήστου Ελ. Μουζακίτου Χρ. Πανταλού	1995-1996 Τ. Μαντάς Ρ. Γιαννακόπουλος Θ. Τζιβιάς Γ. Αρμενιάκου Δ. Λύγκας Απ. Ψυράκης Στ. Καλογερόπουλος Γ. Κωστόπουλος Φ. Φλάμπουρας Ελ. Μουζακίτου Τ. Πίκουλας	1997-1998 Απ. Ψυράκης Τ. Μαντάς Θ. Τζιβιάς Ελ. Μουζακίτου Γ. Αρμενιάκου Ντ. Μαρίνου Β. Σιλβεστριάδης Αλ. Χρήστου Τ. Πίκουλας Ρ. Γιαννακόπουλος Χρ. Πανταλού	1999-2000 Απ. Ψυράκης Τ. Μαντάς Θ. Τζιβιάς Στ. Αλμπέρτος Γ. Αρμενιάκου Αθ. Μωραΐτη Ντ. Μαρίνου Αλ. Χρήστου Τ. Πίκουλας Β. Σιλβεστριάδης Χρ. Πανταλού	2001-2002 Απ. Ψυράκης Τ. Μαντάς Θ. Τζιβιάς Χ. Κίντατζης Γ. Αρμενιάκου Δ. Παγουλάτος Β. Σιλβεστριάδης Στ. Αλμπέρτος Τ. Πίκουλας Ε. Καφετζοπούλου Χρ. Πανταλού	2003-2004 Δ. Παγουλάτος Ε. Καφετζοπούλου Θ. Τζιβιάς Αθ. Μωραΐτη Γ. Αρμενιάκου Απ. Ψυράκης Μ. Βέττερ Γ. Γκλέτσος Τ. Μαντάς Β. Σιλβεστριάδης Χρ. Πανταλού
	2005-2006 Δ. Παγουλάτος Αθ. Μωραΐτη Θ. Τζιβιάς Γ. Μπαμπούρας Γ. Αρμενιάκου Μ. Βέττερ Β. Σιλβεστριάδης Αλ. Χρήστου Τ. Μαντάς Απ. Ψυράκης Γ. Δεληγιάννης	2007-2008 Απ. Ψυράκης Τ. Μαντάς Αθ. Μωραΐτη Θ. Τζιβιάς Γ. Αρμενιάκου Μ. Βέττερ Ελ. Μουτάφη Χ. Κίντατζης Δ. Παγουλάτος Β. Σιλβεστριάδης Ν. Χατζόπουλος	2009-2010 Απ. Ψυράκης Ν. Χατζόπουλος Θ. Τζιβιάς Ν. Νίντος Γ. Οικονόμου Μ. Βέττερ Γ. Δεληγιάννης Β. Φορτώσης Τ. Μαντάς Β. Σιλβεστριάδης Μ. Κοσμαδάκη	2011-2012 Δ. Παγουλάτος Ν. Χατζόπουλος Θ. Τζιβιάς Ν. Νίντος Γ. Αρμενιάκου Μ. Βέττερ Γ. Τσακογιάννης Ρ. Παπαμήτσου Τ. Μαντάς Β. Σιλβεστριάδης Μ. Κοσμαδάκη	2013-2014 Δ. Παγουλάτος Ν. Νίντος Θ. Τζιβιάς Ν. Τσουτσος Γ. Αρμενιάκου Μ. Βέττερ Αν. Λυράκη Μ. Κοσμαδάκη Τ. Μαντάς Β. Σιλβεστριάδης Κ. Δραγώνα



Ο Ορεινός Ξενώνας στο Κεφαλάρι σήμερα,
Φωτ. Δ. Αρμενιάκος ▲

νια, τις περισσότερες μέρες του καλοκαιριού μένουν κλειστοί. Οι νέοι Εοφίτες που γέμιζαν το γήπεδο και το χώρο της πίστας τα βράδια, εξαφανίστηκαν και έμειναν οι γιαγιάδες και οι παιπούδες με την τρίτη γενιά τα εγγόνια -που ευτυχώς μεγαλώνουν στο ίδιο φυσικό περιβάλλον που μεγάλωσαν οι γονείς τους- με την ελπίδα ότι μεγαλώνοντας θα συμβάλλουν όχι μόνο στη διατήρηση αλλά και στην ανοδική πορεία της ΕΝΩΣΗΣ ΟΡΕΙΒΑΤΩΝ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΩΝ.

ΟΡΕΙΝΟΣ ΞΕΝΩΝΑΣ 2004-2013

Στις αρχές κάθε νέου χρόνου και στον ορεινό μας Ξενώνα κάνουμε μια γιορτή για τα παιδιά του χωριού. Με μπροστάρη τον Πάτερ Ηλία έρχονται τα παιδιά με τους συνοδούς τους, να μας πουν τα κάλαντα, να πάρουν το κομμάτι τους από τη βασιλόπιτα, τα δώρα τους και ένα απ' όλα, το τυχερό της χρονιάς, μετά από κλήρωση, θα κερδίσει και ένα φακελάκι με το χαρτζιλίκι του. Από το **2003**, καθιερώθηκε και μια δεύτερη γιορτή, στις 9 του Μάη, του Άη Νικόλα του Βουνού, που είναι αφιερωμένο το εκκλησάκι. Μετά τη λειτουργία και την αρτοκλασία, όλο το εκκλησιάσμα είναι καλεσμένο στο Ξενώνα μας. Σκορπισμένοι στην τραπεζαρία και στη βεράντα κατά παρέες με το εξαιρετικό κρασί της περιοχής κεραισμένο απ' τους χωριανούς και τους μεζέδες απ' τους Εοφίτες, ανταλλάσσουν ευχές και απόψεις για τα προβλήματα του χωριού, τις δουλειές, τη παραγωγή, τα κοινωνικά, φέρνοντας σε στενότερη επαφή τους ανθρώπους μεταξύ τους, όπως γράφει πιο κάτω στην επιστολή της προς την ΕΟΦ η Γεωργία Βουρδουνιώτη.

«Προς την Ένωση Ορειβατών Φυσιολατρών
Αισθάνομαι την ανάγκη να εκφράσω, με την παρούσα επιστολή, τόσο τις δικές μου ευχαριστίες όσο και των συγχωριανών μου προς την ΕΟΦ για την σημαντική της προσφορά στο χωριό μας, το Κεφαλάρι Κορινθίας. Η καθιέρωση της ετήσιας πανηγυρικής εκδήλωσης, της 9^{ης} Μαΐου, με πρωτοβουλία της ΕΟΦ, προσδίδει ένα ξεχωριστό τόνο ζωής στην καθημερινότητα των κατοίκων, αλλά και το συνεχές παρόν που δίνουν τα μέλη της στο χωριό μας, αναζωογονεί την περιοχή και συμβάλλει ενεργά στην πολιτισμική της τόνωση. Είναι, πιστεύω, ευχής έργον, η παρουσία της ΕΟΦ στο χωριό μας και εύχομαι ολόψυχα καλή συνέχεια και πάντα ευτυχία στις όποιες πρωτοβουλίες αναλαμβάνετε.

Γεωργία Βουρδουνιώτη
κάτοικος Κεφαλαρίου»

μέσα στις **6.000** εκδρομές να έχουμε επισκεφτεί κάθε γωνιά της πατρίδας μας και πολλές χώρες του εξωτερικού.

Σχετικά με τα έργα, τελείωσε το στρώσιμο του τελευταίου κομματιού του δρόμου και έτσι η πρόσβαση πεζών και τροχοφόρων απ' το χωριό στο Καταφύγιο είναι ευκολότερη. Έγινε και το εξωτερικό βάψιμο του Ξενώνα, η περιφύλαξη του κτήματος και ο καθαρισμός και επίκειται το φύτεμα (δένδρων; θάμνων; οπωροφόρων; καλλωπιστικών φυτών;) Ίδωμεν! Ό,τι ευδοκίμει στην περιοχή.

ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ 2004-2013

Σ' αυτή τη δεκαετία αυξήθηκαν οι συμμετέχοντες στις πολιτιστικές εκδηλώσεις. Σε πολλές θεατρικές παραστάσεις οι θεατράφιλοι ξεπερνούσαν τα 100 άτομα. Οι δε επισκέψεις στα Μουσεία: Αυτοκινήτων Φαέθων - Κεντημάτων - Ίδρυμα Μείζονος Ελληνισμού - Ιολαμικής Τέχνης (Ξενάγηση Μ. Ευθυμίου) - Ορυκτολογικό - Ακρόπολης - Βυζαντινό - Βραυρώνας - Αρχαιολογικό Μαραθώνα - Νομισματικό και Αρχαιολογικό Αθήνας με ενδιαφέρουσες και κατατοπιστικές Ξεναγήσεις είχαν μεγάλη συμμετοχή.

Το καθιερωμένο, επί πολλά χρόνια, κόψιμο της πρωτοχρονιάτικης πίτας, -μετά την κατάργηση της ανάβασης την 1η του χρόνου στην Πεντέλη, λόγω ειδικών συνθηκών μεταφέρθηκε για 2 χρόνια στο Μοναστήρι του Αγ. Ιωάννη του Θεολόγου. Από το **2006** καθιερώθηκε η εκδήλωση αυτή να γίνεται τις πρώτες μέρες του Γενάρη, στα γραφεία με μια μικρή δεξίωση, μουσική και χορό. Εδώ να αναφερθεί ότι το χρυσό φλουρί επί σειρά ετών είναι προσφορά του Ράκη Γιαννακόπουλου, για όλες τις πίτες.

Κάποτε ο Αποκριάτικος χορός συγκέντρωνε 300-500 άτομα σε χορευτικά κέντρα ή αίθουσες μεγάλων ξενοδοχείων, τώρα τα τελευταία χρόνια η συμμετοχή των Εοφίτων δεν ξεπερνάει τα 50-70 άτομα, οπότε και το κλείσιμο του κέντρου είναι ανάλογο.

Στο Πνευματικό Κέντρο του Δήμου Αθηναίων έγιναν δύο ενδιαφέρουσες προβολές διαφανειών. Η πρώτη από τον Γ. Γκλέτσο και τη Μ. Βέττερ από την επιτυχημένη εκδρομή στο Περού και η δεύτερη προβολή διαφανειών και βίντεο από τον Νίκο Τσούτσο και την Βάλια Δημητροπούλου με θέμα «Με την ΕΟΦ στην Υεμένη». Και οι δύο εκδηλώσεις συγκέντρωσαν πολλούς Εοφίτες και φίλους, όπως και η οπτικοακουστική προβολή που έγινε στην αίθουσα των Κωνσταντινουπολιτών τον Μάρτη του **2012** από τον Χαρ. Ιωαννίδη με

θέμα «Ταξίδι στο Περιβόλι της Παναγίας στο Άγιον Όρος» με έκθεση φωτογραφιών. Ομάδες Εοφίτων πήραν μέρος και τις δύο χρονιές στο κάλεσμα της Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε. για δένδροφύτευση μέρους του Υμηττού και τον Οκτώβριο του **2011** στον Προφήτη Ηλία Παρνασσίδος για τα αποθανόντα μέλη των Δ.Σ. της Ομοσπονδίας.

Τον Μάρτιο του **2008** στο Λύρειο Ίδρυμα έγινε και το μνημόσυνο των εκλιπόντων ΕΟΦιτών, γιατί δεν πρέπει να ξεχνάμε και ΑΥΤΟΥΣ που άλλοι λιγότερο και άλλοι περισσότερο έβαλαν το χεράκι τους για να φθάσει η ΕΟΦ στο σημείο που βρίσκεται σήμερα.

ΓΡΑΦΕΙΑ 2003-2013

Τα γραφεία είναι ο χώρος όπου γίνονται οι περισσότερες συγκεντρώσεις των μελών. Συνεδριάζουν τα Δ.Σ. και οι επιτροπές, κατά καιρούς, καλούνται όσα από τα μέλη θέλουν και έχουν προτάσεις για προσεχείς εκδρομές και ταξίδια. Γίνονται οι Γεν. Συνελεύσεις -που σε εκλογική χρονιά η προσέλευση των μελών ξεπερνάει τα 150 άτομα- (ενώ στην επόμενη χρονιά στην Απολογιστική Συνέλευση δεν έρχονται ούτε οι μισοί). Γίνεται η κλήρωση των οικίσκων, με παρόντες όσους επιθυμούν να κατασκηνώσουν με τις οικογένειές τους το καλοκαίρι στην Κατ/ση. Γίνεται προβολή διαφανειών από μέλη και φίλους από τα ταξίδια σε χώρες του εξωτερικού και πολυήμερες τουριστικές-ορειβατικές εκδρομές σε περιοχές της πατρίδας μας με φυσιολατρικό και πολιτιστικό ενδιαφέρον, γίνονται μαθήματα ελληνικών χωρών, Παγκόσμιας Ιστορίας, Ορειβασίας. Κατά καιρούς, ομιλίες με Λογοτεχνικό και Φυσιολατρικό ενδιαφέρον, διαγωνισμός Φωτογραφίας και από το **2006** μεταφέρθηκε στα γραφεία η εκδήλωση της πρωτοχρονιάτικης πίτας, με γλυκά, αναψυκτικά, μουσική και χορό.

Τον Δεκέμβριο του **2009** συγκεντρώθηκαν ακόμα μια φορά στα γραφεία μέλη και φίλοι, για να τιμήσουν ένα παλιό Εοφίτη, τον **Δημήτρη Πετρόπουλο**. Δραστήριος, πανταχού παρών (στις εκδρομές, στα ταξίδια, στα βουνά, στα Δ. Συμβούλια, στις επιτροπές, στην Κατασκήνση, στο Καταφύγιο), προσέφερε ακούραστα επί 50 χρόνια τις υπηρεσίες του στο Σωματείο. Κι αυτό, αναγνωρίζοντας την πολύχρονη και πολύπλευρη ενεργή παρουσία του προσφέρει τιμητική πλακέτα και μία αγκαλιά λουλουδία, σε μια αίθουσα γεμάτη από αγαπητούς συνκδρομείς, συνορειβάτες, φίλους και πλαισιωμένους από την αγαπημένη του οικογένεια, παιδιά και εγγόνια, γεννημένα και μεγαλωμένα στην ΕΟΦ.

Τέλος, ο χώρος των γραφείων δεν έχει ανακαινιστεί μόνο εμφανισιακά, έχει εκσυγχρονιστεί και τεχνολογικά. Τα τελευταία χρόνια η ΕΟΦ παρακολουθεί και εφαρμόζει τις εξελίξεις της τεχνολογίας και στις αρχές του **2013** ολοκλήρωσε την παρουσία της στο διαδίκτυο, με την απόκτηση δικής της ιστοσελίδας και έτσι μπορούν ανά πάσα στιγμή, όσοι ασχολούνται μ' αυτό, να έχουν, εκτός από το πρόγραμμα των εκδρομών, ολόκληρο το περιοδικό «Ελληνικό Ύπαιθρο», όπως και κάθε υπεύθυνη και έγκυρη πληροφόρηση στο www.eoffisiolatria.gr.



Η οικογένεια Δ. Πετρόπουλου, Δ. Παγουλάτου και η ομιλήτρια Έρση Καφετζοπούλου στην τιμητική βραδιά στα γραφεία για τον Δ. Πετρόπουλο, Φωτ. Δ. Παγουλάτος ▼



Κοπή πίτας στα γραφεία της ΕΟΦ, Φωτ. Δ. Αρμενιάκος ▲

ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ

Το Περιοδικό «**Ελληνικό Ύψαιθρο**» εκδίδεται ανελλιπώς από το 1945 ως σήμερα, αντικαθιστώντας τα μέχρι τότε δελτία εκδρομών. Είναι ένα μέσον καταγραφής της ζωής της ΕΟΦ αλλά και ένα βήμα για όσους θέλουν να εκφραστούν και να επικοινωνήσουν με τους αναγνώστες. Πληροφορεί και ενημερώνει τα μέλη και τους φίλους μας για τις εκδρομές, τις εκδηλώσεις και τις υπόλοιπες δραστηριότητες του Σωματείου. Από τη γέννησή του το 1945 ως σήμερα διαρκώς εξελίσσεται προς το καλύτερο. Έχουν γίνει ορισμένες αλλαγές ως προς το μέγεθος, το σχήμα, τον αριθμό των σελίδων, τα περιεχόμενα, το εξώφυλλο, με στόχο πάντα τη βελτίωσή του, ανάλογα με το πνεύμα της κάθε εποχής και τις οικονομικές συνθήκες του Σωματείου.

Κατά την εκδήλωση των 70 χρόνων της ΕΟΦ το 2003, το Δ.Σ. αποφάσισε να εκδώσει ένα εορταστικό τεύχος (όπως είχε εκδοθεί παρόμοιο στην επέτειο των 50 χρόνων) σε μεγαλύτερο σχήμα, έγχρωμο, με καλύτερο χαρτί και με ποικιλία κειμένων και φωτογραφιών. Επειδή η έκδοση εκείνη είχε μεγαλύτερη απήχηση (όπως φανερώνουν οι συγχαρητήριες επιστολές που λάβαμε, δείγματα των οποίων παραθέτουμε παρακάτω), το τότε Δ.Σ. αποφάσισε να συνεχίσει την έκδοση του «Ελληνικού Ύψαιθρου» στην καινούρια του μορφή και με τους ίδιους συντελεστές της νέας έκδοσης (μόνιμο εκδότη τον Δημ. Αρμενιάκο, επιμέλεια έκδοσης από την Κατ. Δραγώνα και την ίδια συντακτική επιτροπή, στην οποία θα συμμετέχει και ο εκάστοτε Πρόεδρος του Δ.Σ.

Στα **415 τεύχη** του Περιοδικού, όλα αυτά τα χρόνια, έχουν δημοσιευτεί στις σελίδες τους εκατοντάδες κείμενα, Φυσιολατρικού, Ιστορικού, Λογοτεχνικού, Περιβαλλοντικού ενδιαφέροντος, λεπτομερείς καταποιστικές εντυπώσεις από ταξίδια εξωτερικού, περιγραφές πολυήμερων ορειβατικών και τουριστικών εκδρομών, μαθήματα ορειβασίας και αναρρίχησης, βιβλιοπαρουσιάσεις, ποιήματα και πλήθος φωτογραφιών απ' όλες τις δραστηριότητες της ΕΟΦ.

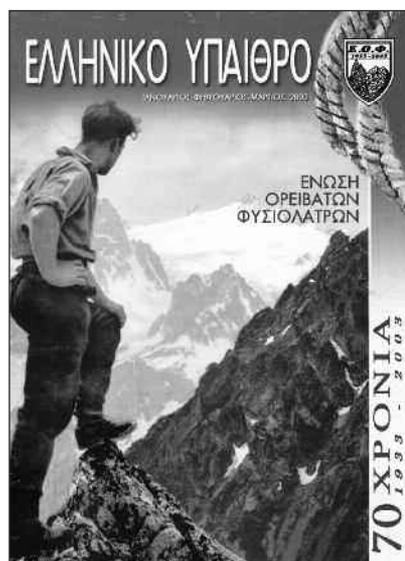
Στις μόνιμες στήλες του περιλαμβάνονται: «**Εκδρομές και Εκδηλώσεις**» τριμήνου (πρό-

γραμμα εκδρομών και εκδηλώσεων), «**Από τη ζωή της ΕΟΦ**» (όσες εκδρομές και εκδηλώσεις πραγματοποιήθηκαν), «**Προτάσεις για Εκδρομές**», «**Ο κύκλος του Χρόνου**» (φωτογραφίες αρχείου), «**Στήλη των Γιατρών**» (ιατρικές συμβουλές), «**Κοινωνικά**» (Γάμοι, Γεννήσεις, Πένθη, Δωρεές, Νέα Μέλη), «**Ανακοινώσεις**» (της ΕΟΦ - ΟΦΟΕΣΕ κ.ά.) και τα «**ΕΟΦΙΤΙΚΑ**» (ένα δισελίδιο σατυρικό, με σχόλια, προτροπές, καλόπιστη κριτική, επιστημάνσεις για τα κακώς κείμενα, επιβράβευση πάσης φύσεως προσφοράς για το καλό του συνόλου και όλα αυτά πλαισιωμένα από διαλεγμένες φωτογραφίες με χιουμοριστικές λεζάντες. Ένα ευχάριστο δισελίδιο, που αν και καταχωρείται στις τελευταίες σελίδες, διαβάζεται πρώτο-πρώτο από τη πλειοψηφία των αναγνωστών.

Προς την Ένωση Ορειβατών Φυσιολατρών Αγαπητοί φίλοι,

Λάβαμε το 378^ο τεύχος του Περιοδικού σας μηνών Απριλίου-Ιουνίου 2004 και επιθυμούμε να σας συγχαρούμε για την άρτια έκδοσή του, τόσο από πλευράς κατάταξης ύλης και καλλιτεχνικής εμφάνισής,

Το 1ο από τα 4 επετειακά τεύχη του περιοδικού μετά την αλλαγή του σχήματος το 2003 ▼



όσο και από απόψεως ποιότητας περιεχομένου. Το περιοδικό σας, χάρη στην επιμελή εμφάνισή του, κατατάσσεται πρώτο μεταξύ των περιοδικών που εκδίδουν τα Σωματεία-Μέλη μας σε όλη την Ελλάδα. Παρακαλούμε να διαβιβάσετε τα εγκάρδια συγχαρητήριά μας στην επιτροπή εκδόσεως του.

Το Δ.Σ. της Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε.-Ο.Ξ.Ν.Ε. σας εύχεται κάθε πρόοδο στις επιδιώξεις σας Με φυσιολατρικούς χαιρετισμούς

Για το Δ.Σ.
Ο Πρόεδρος **Α. Αντωνόπουλος**
Ο Γ. Γραμματέας, **Β. Κατσαντώνης**

Προς το Δ.Σ. της ΕΟΦ

Αγαπητοί φίλοι,

Σας ευχαριστώ για την τιμή που μου κάνατε κατά την εκδήλωση των 70 χρόνων του λαμπρού Σωματείου σας και σας συγχαίρω για την άψογη οργάνωσή της. Με την ευκαιρία επιθυμώ να σας εκφράσω τον θαυμασμό μου για το εξαιρετικό περιοδικό σας και να σας παρακαλέσω να με εγγράψετε στον κατάλογο των παραληπτών. Είναι ένα καλαίσθητο έντυπο, που ενημερώνει ευχάριστα και ψυχαγωγεί με πνευματώδη τρόπο. Στους συντάκτες και στους επιμελητές εκδόσεως αξίζει κάθε έπαινος.

Με αγάπη
Γιώργος Μακαρόνας

Και ο επί 20 χρόνια πρόεδρος της Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε. Ξενοφών Μπαμπούρας και μέλος της ΕΟΦ σε επιστολή του προς το Δ.Σ. της ΕΟΦ επισημαίνει μεταξύ άλλων:

«... Αναμφισβήτητο το καινούριο περιοδικό είναι μια εξαιρετική και επιτυχής κίνηση της ΕΟΦ. Πιστεύω να προχωρήσει και να βελτιώνεται συνεχώς στο μέλλον. Θα βοηθήσει στη συνεχή και καλύτερη προβολή της ΕΟΦ.

Συγχαρητήρια στο Δ.Σ. της ΕΟΦ, που ξεκίνησε αυτή την πρωτοβουλία και αλλαγή, καθώς και σε όσους εργάστηκαν και συνέτελεσαν να γίνει το νέο μας περιοδικό, ας το πούμε έτσι, μια όμορφη και λαμπρή πραγματικότητα.

Με αγάπη
Ξενοφών Μπαμπούρας»

ΚΟΙΝΩΝΙΚΑ

ΝΕΑ ΜΕΛΗ

- | | |
|----------------------------|----------------------|
| 1) Καλογερόπουλος Γεώργιος | 5) Παρίσης Βασίλειος |
| 2) Διαμαντίδου Κλεάνθη | 6) Καλογεροπούλου |
| 3) Ρούσσου Ναταλία | Μυρσίνη |
| 4) Αθανασάκης Νικόλαος | 7) Φιλιπής Δημήτρης |

ΠΕΝΘΗ

Απεβίωσε η μητέρα του μέλους μας Χρόνη Κατράκη
Τα θερμά μας συλλυπητήρια στον Χρόνη και την σύζυγο του Ελένη.

ΕΠΙΜΝΗΜΟΣΥΝΟΣ ΔΕΗΣΗ

Στα πλαίσια των εορταστικών εκδηλώσεων των **80 χρόνων ζωής και δράσης της Ε.Ο.Φ.** θα πραγματοποιηθεί «**Επιμνημόσυνος Δέηση**» για τα εκλιπόντα μέλη του Συλλόγου μας μετά την 17-05-2008 την Κυριακή **08 Δεκεμβρίου 2013** και ώρα 09.30' στον Ιερό ναό **Αγίας Τριάδας** Νέου Βουτζά (Λύρειο Ίδρυμα).
Πληροφορίες στην στήλη «ΕΚΔΡΟΜΕΣ-ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ»

ΔΙΕΥΚΡΙΝΗΣΗ ΓΙΑ ΟΣΟΥΣ ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝΤΑΙ ΝΑ ΓΡΑΦΟΥΝ ΓΙΑ ΤΟ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ ΜΑΣ

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

Κείμενα που δεν συνάδουν με την τρέχουσα ύλη του τριμήνου, θα δημοσιεύονται μετά από επιλογή προσεχώς σε μία ή δύο σελίδες το πολύ και εφ' όσον υπάρχει κενός χώρος στο εκάστοτε τεύχος. Απαραίτητη η προσυνεννόηση με τον **Δημήτρη Αρμενιάκο** (υπεύθυνο για την ύλη). Τηλ. 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 01-10-2013 μέχρι 31-03-2014, Δευτέρα έως Παρασκευή, από ώρας 17.00 έως 20.00 μ.μ. Το Δ.Σ.

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.

ΔΙΑΓΩΝΙΣΜΟΣ ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΑΣ

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

Θέμα: Η Ελλάδα στις 4 εποχές του χρόνου.

Διαδικασία: Αριθμός φωτογραφιών μία έως τέσσερις για κάθε διαγωνιζόμενο, διαστάσεων 35X45 εκ., με συμπλήρωση Δελτίου Συμμετοχής.

Ημερομηνία: Τελευταία ημέρα υποβολής η 30η Νοεμβρίου 2013.

Συμμετοχή: Μόνο μέλη της Ε.Ο.Φ..



Παραλαβή φωτογραφιών: Οι φωτογραφίες θα παραδοθούν, με το όνομα του αποστολέα, σε σφραγισμένο φάκελο στα γραφεία μας ή μέσω κούριερ υπόψη κ. Ν. Νίντου.

Προσοχή: Στις φωτογραφίες θα αναγράφεται μόνο η λεζάντα τους.

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

Το Διοικητικό Συμβούλιο

ΟΔΟΙΠΟΡΙΚΟ ΣΤΗ ΡΟΔΟΠΗ

Γράφει η Νάντια Λυράκη



Όποιος έχει επισκεφτεί το «**παρθένο δάσος**» της Ροδόπης και έχει αισθανθεί τη γαλήνη σ' αυτή την ιδιαίτερη περιοχή της Ελλάδας, όποιος έχει χαθεί στο απέραντο

πράσινο που καλύπτει το μεγαλύτερο τμήμα της οροσειράς, θέλει οπωσδήποτε να ξαναπάει. Οι υπόλοιποι, ανυποψίαστοι για την ομορφιά που θα αντικρύσουν και την περιπέτεια που θα ζήσουν, απλά ξεκινούν για να κατακτήσουν άλλο ένα βουνό της Μακεδονίας. Γιατί ποιος ορειβάτης δεν θα ήθελε να εξερευνησει κάποια από τα 130 χιλιόμετρα μονοπατιών που έχουν ανοιχτεί και καθαριστεί και διασχίζουν την οροσειρά απ' άκρη σ' άκρη;

Έτσι κι εμείς μια μικρή παρέα ορειβατών συναντηθήκαμε στο σταθμό Λαρίσης την Παρασκευή 19 Ιουλίου στις 11.30μ.μ. Δώδεκα ορειβάτες που γνωρίζαμε την ομορφιά που κρύβει η Ροδόπη και είχαμε το κουράγιο και την αντοχή για μια περιπέτεια που ξεκίναγε από την Αθήνα. Ολονύχτιο ταξίδι με το τρένο σε αεροπορικές καρέκλες.

Το **Σάββατο 20-7** στις 6π.μ. φτάσαμε στην Θεσσαλονίκη, ενωθήκαμε με δύο ακόμα μέλη της ομάδας μας, φάγαμε μπουγάτσα, αλλάξαμε τρένο και συνεχίσαμε για το Παρανέστι της Δράμας. Εκεί μας υποδέχτηκαν ο οδηγός βουνού Ορέστης και ο βοηθός του, ο άνθρωπος για όλες τις δουλειές, ο Ζαχαρίας. Φορτώσαμε τις αποσκευές σε τρέιλερ, περάσαμε για καφέ από το καφε-θεραπευτήριο του Ορέστη που βρίσκεται δίπλα στο Νέστο 1000μ. Εξω από το Παρανέστι, πήραμε προμήθειες και φύγαμε για το Φρακτό. Λίγο πριν το εργοτάξιο του Φρακτού συναντήσαμε την Βρύση Ζωγράφου απ' όπου ξεκινήσαμε την πρώτη μας πορεία. Ήταν μια διαδρομή χωρίς υψομετρικές διαφορές, μέσα στο δάσος, ανάμεσα από πανύψηλα δένδρα και φτέρες. Φτάσαμε στο εργοτάξιο του Φρακτού μετά από 4.30 ώρες. Στήσαμε όλοι τις σκηνές μας, εκτός από δύο που κοιμήθηκαν στον ξενώνα του δασαρχείου, επισκεφτήκαμε το μουσείο Φυσικής Ιστορίας της Ροδόπης και μετά από ένα χορταστικό δείπνο, κοιμηθήκαμε σαν τα πουλάκια όλοι, πλην της Νατάσας που έσπασε τη σκηνή της κοντά σε φως και δέχτηκε την επίσκεψη μιας μεγάλης οικογένειας ακρίδων.

Κυριακή 21-7. Μονοπάτι καταρρακτών.

Την άλλη μέρα το πρόγραμμά μας περιλάμβανε την επίσκεψη 5 καταρρακτών. 1ος καταρράχτης ο «Τζάκι Ρέμα» ύψους 8μ. έπειτα ο 2ος ύψους 7μ, ο 3ος 18μ κλπ. Με μια περιφερειακή διαδρομή που περνάει από 5 θέσεις θέας, καταλήξαμε στο κιάσκι που βρίσκεται στη θέση Πανόραμα. Καθodόν ίχνη αγριογούρουνων και αρκούδας μας θύμιζαν ότι βρισκόμασταν σε ένα τόπο που είναι καταφύγιο της άγριας πανίδας. Εκεί κολατσίσσαμε έχοντας γύρω μας το δάσος και τις κορυφές, ήπιαμε δροσερό νερό από πηγή και συνεχίσαμε με το πούλμαν μέχρι την αρχή ενός άλλου μονοπατιού για πορεία προς τους «κήπους των βράχων». Μόλις φτάσαμε καταρρακτώδης βροχή καθυστέρησε την αναχώρηση όλων μας, εκτός από την ασυγκράτητη Άννα που τίποτα δεν τη σταματά. Όταν επέστρεψε η Άννα παπί, η βροχή σταμάτησε και ξεκίνησε η υπόλοιπη ομάδα την πορεία σε ένα καλά γραμμένο και ελαφρά ανηφορικό μονοπάτι που οδηγεί σε θέση με πανοραμική θέα προς τους γύρω βράχους, την Ελατειά και το Φρακτό. Η Πηνελόπη που προχωρούσε μπροστά είχε την τύχη να συναντήσει ένα ζαρκάδι. Ευχαριστημένοι επιστρέψαμε στη βάση μας όπου μας περίμεναν κοψίδια,



Οι σκηνές μας στο Φρακτό, Φωτ. Β. Συλβεστριάδης ▲

σαλάτες και κρασί.

Δευτέρα 22-7. Αχλαδόρεμα –Θερμιά.

Το πρωί ξημέρωσε με συννεφιά. Χωρίς ήλιο και ζέστη η πορεία θα ήταν πιο ξεκούραστη. Το πούλμαν μας προώθησε 2000μ. Το μονοπάτι που ακολουθήσαμε ήταν σκιερό, μαλακό από τα φύλλα των δέντρων, παράλληλο με το Αχλαδόρεμα. Το τοπίο ήταν μαγευτικό. Περπατούσαμε ανάμεσα σε πανύψηλα δέντρα οξιάς ακούγοντας το κελάρυσμα του νερού και το θρόισμα των φύλλων. Ίχνη αγριογούρουνων και αρκούδας υπήρχαν και εδώ. Μετά από 3.50 ώρες περίπου φτάσαμε σ' ένα τοξωτό γεφύρι. Επιτέλους στάση για κολατσινό δίπλα στο ποτάμι. Μια παράκαμψη μας έβαλε στο μονοπάτι των προτάσεων γάμου. (Ο Ορέστης ισχυρίστηκε ότι γνωρίζει τουλάχιστον δύο περιπτώσεις προτάσεων γάμου που έγιναν σ' αυτό το μονοπάτι). Μετά την παράκαμψη περπατήσαμε δίπλα στο Φαρασινό ρέμα και βγαίνοντας από το φαράγγι πήραμε δυνάμεις για τη συνέχεια τρώγοντας κόκκινα και κίτρινα κορόμηλα κατευθείαν από την πηγή. Μας χρειάζονταν γιατί η συνέχεια μας επιφύλασσε ατέλειωτο δασικό δρόμο. Πήραμε το πούλμαν και πήγαμε στα Θερμιά για ιαματικό μπάνιο. Μόλις 7 άτομα τόλμησαν να μπουν για σύντομο σπα στους «υπερσύγχρονους» λουτήρες με τρεχούμενο, φυσικό νερό θερμοκρασίας 38ο με 40° C.





Με κανό στον Νέστο, Φωτ. Β. Συλβεστριάδης ▲

Τρίτη 23-7. Στραβόρεμα - Μέγα ρέμα - Λίμνη Ζαρκαδιά.

Νωρίς το πρωί μαζέψαμε τα μπογαλάκια μας και ξεκινήσαμε με το πούλμαν προς την Ελατειά. Η διαμονή μας στο Φρακτό τελείωσε, δεν τέλειωσε όμως και η διαμονή μας στη Ροδόπη. Σήμερα οι πεζοπόροι μειώθηκαν στους 11. Ξεκινήσαμε από την Αντεροράχη κατηφορίζοντας μέσα σε δάσος από δρύες. Από το πρωί είχαμε ηλιοφάνεια και αισθητή ζέστη παρ' όλο που την περισσότερη ώρα περπατούσαμε σε σκιά. Σε 1,50 ώρα συναντήσαμε το Στραβόρεμα που έρχεται από την περιοχή της Ελατειάς. Το διασχίσαμε 2-3 φορές. Στη συνέχεια συναντήσαμε το Τσερνάκι Ρέμα, και μετά το Μέγα Ρέμα. Στη διαδρομή συναντήσαμε 6 τοξωτά γεφύρια, άλλα καθαρά σε χρήση και άλλα χορταριασμένα, σημαντικά περάσματα άλλων εποχών. Χαμηλότερα τους δρύες αντικαθιστούν οι οξιές και περπατάμε ανάμεσα σε χαλάσματα παραποτάμιου ορεινού οικισμού. Μισογκρεμισμένες πεζούλες, ερείπια σπιτιών, ημιάγρια καρποφόρα δέντρα, είναι ό,τι έχει απομείνει, μάρτυρας μιας μακρινής εποχής, όταν η οικονομία και οι κοινωνικές ανάγκες ήταν διαφορετικές. Σ' ένα άνοιγμα καθίσαμε για ξεκούραση και μπάνιο στο ποτάμι. 4 ζωηρές νέες ευχαριστήθηκαν το μπάνιο τους στα ορμητικά, δροσερά νερά του ρέματος. Προσοχή όμως κορίτσια! Μακριά από τα βράχια! Έχει και βδέλλες στο νερό!

Μετά από 8ώρες καταλήγουμε επιτέλους στη λίμνη Ζαρκαδιά. Η ώρα μπορεί να είναι προχωρημένη, η ζέστη πολλή και το νερό μας λιγοστό, όμως εκεί που το ρέμα συναντά τη λίμνη μείναμε να θαυμάσουμε το μοναδικό τοπίο. Εδώ θα συναντούσαμε τον Ζαχαρία με τα κανώ για να περάσουμε στην απέναντι όχθη της τεχνητής λίμνης και να γλιτώσουμε 2 ώρες δρόμο. Όμως ο Ζαχαρίας πήγε σε άλλο κανάλι της λίμνης κι εμείς συνεχίσαμε μισή ώρα ακόμα πορεία μέχρι να φτάσουμε σε ένα



Συναντήσαμε άλογα που έβοσκαν ελεύθερα, Φωτ. Ν. Λυράκη ▲

κίσκι κοντά στη κύρια ακτή της λίμνης, όπου η ορατότητα ήταν καλύτερη. Μετά από 1 ώρα εμφανίστηκαν ο Ζαχαρίας με τον Μιχάλη και τη Κάλια, που δεν είχαν ακολουθήσει την πορεία αλλά προπονήθηκαν για τους επόμενους Ολυμπιακούς αγώνες κωπηλασίας.

Ο 3ος συνοδοιπόρος ο Βασίλης, που δεν περπάτησε λόγω ενοχλήσεων στο γόνατο, ξεθεώθηκε στη δουλειά τραβώντας τρέιλερ, φορτώνοντας - ξεφορτώνοντας κανώ και περιμένοντας με αγωνία τη γυναίκα του. Τέλος 2 ζωηροί πεζοπόροι εξερευνητές, ψάχνοντας τον Ζαχαρία, συνέχισαν να περπατάνε και να περπατάνε χωρίς νερό σε ασφαλτό για 2 ώρες ακόμα. Οι υπόλοιποι πιο ομαδικοί τύποι μοιραστήκαμε σε 4θέσια φουσκωτά και 2θέσια κανώ και περάσαμε απέναντι όπου μας περίμενε το πούλμαν με νερά, ροδάκινα και χιμούς. Φύγαμε για το Παρανέστι στο καφέ - θεραπευτήριο του Ορέστη. Σκηνές, μπάνιο και δείπνο σε ειδυλλιακό περιβάλλον.

Τετάρτη 24-7. Με κανώ στο Νέστο.

Πρωί-πρωί νάμασε στη Σταυρούπολη. Μετά από σύντομο μάθημα κωπηλασίας δίπλα στο ποτάμι, φορέσαμε σωσίβια, αντηλιακές κρέμες, καπέλα κ.λ.π, χωριστήκαμε σε δυάδες και αρχίσαμε την κατάβαση 22χμ. στο Νέστο μέχρι τη Γαλάνη. Προβλεπόμενη διάρκεια δράσης 4,5 - 5 ώρες. Το ποτάμι σε πολλά σημεία ήταν ορμητικό και υπήρχαν κορμιά δέντρων και κλαδιά που έπρεπε να αποφύγουμε καθώς και ρηχά σημεία όπου κολούσαμε στην άμμο. Ποιος είπε ότι θα ήταν κάτι εύκολο; Όσοι δοκίμασαν να περπατήσουν κόντρα στο ρεύμα έκαναν πολύ σφικτές γάμπες και το κολύμπι στο κρύο νερό ήταν πολύ σύντομο. Έγιναν 2 στάσεις σε επιλεγμένα σημεία του ποταμού για ξεκούραση και κολατσιό. Κατά της 5μ.μ πήραμε το πούλμαν με όλο το νοικοκυριό μας και αφού επισκεφτήκαμε για λίγο την παλιά πόλη της Ξάνθης, καταλήξαμε στο χωριό Λειβαδίτη. Εκεί κατασκηνώσαμε στο χώρο του καταφυγίου (4 κοιμήθηκαν σε κρεβάτια του καταφυγίου και οι υπόλοιποι κάναμε χρήση μόνο των εγκαταστάσεων) και για φαγητό πήγαμε στον Καπαδόκα, την μοναδική ταβέρνα του χωριού. Εκεί συναντήσαμε τον οδηγό μας για τις 2 επόμενες μέρες, τον πρόεδρο της Φυσιολατρικής Λέσχης Ξάνθης τον ευγενικό Βασίλη Γεωργιάδη.

Πέμπτη 25-7. Γυφτόκαστρο

Προορισμός της ημέρας η κορυφή Γυφτόκαστρο. Το πρωί στις 7πμ. προωθηθήκαμε με το πούλμαν περίπου 2,5 χμ. μετά το δασικό χωριό Ερυμάνθου για τη κλασική διαδρομή. Η πορεία ήταν ομαλή, με σημάδια, που διακόπτονται όμως κοντά σ' ένα ενδιάμεσο χωματόδρομο, σκιερή καθώς διασχίζαμε δάσος με σημύδες. Μια παράκαμψη μας έφερε στη κορυφή Τσίχλα ή Διχάλα. Συνεχί-



◀ Κανάλι στην Πλατανόβρυση. Φωτ. Ν. Λυράκη

σαμε περπατώντας κατά μήκος των Ελληνοβουλγαρικών συνόρων και σε σύνολο 3 ωρών πορείας φτάσαμε στη κορυφή Γυφτόκαστρο. Συναντήσαμε μεγάλα κοπάδια αγελάδων και αλόγων, φάγαμε αγριοφράουλες και μύρτιλα και μαζέψαμε βαλσαμόχορτο για κάθε πόνο και κακουχία. Επιστροφή από τα ίδια. Ήταν μια από τις αγαπημένες διαδρομές του Βασίλη του οδηγού μας. Συμφωνούμε ανεπιφύλακτα! Δειπνήσαμε νωρίς ώστε να κάνουμε παρατήρηση ουρανού με το τηλεσκόπιο του Βασίλη. Δυστυχώς μόνο τον εντυπωσιακό Κρόνο με τους δακτυλίους του μπορέσαμε να απολαύσουμε γιατί μετά ο ουρανός καλύφθηκε με σύννεφα.

Παρασκευή 26-7 Καταρράχτης Λειβαδίτη - Αντάλοφος.

Ξεκινήσαμε την πορεία μέσα από το χωριό. Στην αρχή 1000μ. δρόμος και στη συνέχεια το μονοπάτι Ε6 που οδηγεί στον καταρράχτη Λειβαδίτη. Με μια μικρή παράκαμψη απολαύσαμε από απέναντι και τον καταρράχτη του Τραχωνίου. Στον καταρράχτη του Λειβαδίτη έγινε μια μεγάλη στάση για μπάνιο στις μεγάλες λεκάνες με νερό που έχουν σχηματιστεί στη βάση του, για φωτογραφίες, για να απολαύσουμε το τοπίο και τον ήχο του νερού. Στη συνέχεια ακολουθήσαμε ένα καινούργιο μονοπάτι προς το δασικό χωριό του Ερύμανθου. Όταν βρεθήκαμε στη βάση του Αντάλοφου η ομάδα χωρίστηκε. 8 ανέβηκαν με ελεύθερη, αρκετά δύσκολη ανάβαση στη κορυφή του ενώ οι υπόλοιποι συνέχισαν μέσα από το δάσος τρώγοντας στο διάβα τους ότι προσέφερε η φύση (αγριοκέρασα, κορόμηλα) Σε λίγο ξεκουράζονταν πίνοντας τσιπουράκια στο δασικό χωριό του Ερύμανθου. Κατεβαίνοντας από τον Αντάλοφο οι πιο ανθεκτικοί της παρέας, ακολουθήσαν στην αρχή ένα μονοπάτι που περνάει από το παλιό χιονοδρομικό και μετά από 3,5 χλμ. χωματοδρόμο έφτασαν στο δασικό χωριό.

Συνολικά αυτή η ομάδα περπάτησε 2,5 ώρες περισσότερο από τους τσιπουράτους. Επιστρέφοντας στη κατασκήνωση περάσαμε από το χώρο που γίνεται κάθε χρόνο το αντάμωμα των Σαρακατσάνων το τελευταίο Σάββατο του Ιουλίου και στη συνέχεια από μια σύγχρονη φάρμα της περιοχής. Αυτή η τέλεια και γεμάτη μέρα έκλεισε το κύκλο του οδοιπορικού μας. Μάθαμε πολλά και είδαμε περισσότερα. Γνωριστήκαμε τόσο μεταξύ μας όσο και με τους ανθρώπους που μας βοήθησαν και συνέβαλαν να περάσουμε μια αξέχαστη βδομάδα σε ένα κομμάτι της Ελλάδας τόσο μακρινό από την Αθήνα αλλά και τόσο όμορφο. Το πρωί του Σαββάτου αναχωρήσαμε από το Παρανέστι για την Αθήνα με το τρένο.

Φράγμα στην λίμνη Ζαρκαδιά,
Φωτ. Β. Συλβεστριάδης ►



Στο μονοπάτι των καταρραχτών, Φωτ. Β. Συλβεστριάδης ▲

ΓΕΝΙΚΑ ΣΧΟΛΙΑ

Όλα τα μονοπάτια έχουν καθαριστεί και σηματοδοτηθεί επειδή χρησιμοποιούνται για τους Μαραθώνιους που οργανώνονται κατά τόπους στη Ροδόπη τα τελευταία χρόνια. Επίσης είναι σκιερά αλλά χρειάζεται να έχουμε νερό μαζί μας. Τα δάση είναι πυκνά και πλούσια σε βότανα και καρπούς (αγριοφράουλες, μύρτιλα, σμέουρα, αγριοκέρασα και κορόμηλα στα χαμηλά).

Για τη διαμονή και τις πορείες στο Φρακτό είναι απαραίτητη η άδεια από το δασαρχείο Δράμας. Ο χώρος δεν είναι επισκέψιμος από 01-11- ως 30-06 ώστε η πανίδα και η χλωρίδα να αναπτύσσονται ελεύθερα. Βοηθάει το να μείνεις στο εργοτάξιο γιατί είναι μακριά από χωριά και οι δρόμοι στενοί με στροφές και χρειάζονται αυτοκίνητα 4Χ4 γιατί δεν συντηρούνται καλά. Στο Φρακτό βρέχει σχεδόν καθημερινά, δεν υπάρχει φαγητό, και για τις διασχίσεις είναι απαραίτητη υποστήριξη. Το τμήμα αυτό το είχε αναλάβει ο Ορέστης Μπόσκοκς. Μαζί του ήταν ο Ζαχαρίας με χρέη βοηθού, μάγειρα κλπ. και το φαγητό μας περιελάμβανε απλό πρωινό, 2 σάντουιτς, φρούτο και χυμό για τις πορείες και βραδινό με σαλάτα, τυρί, κρασί και κυρίως πιάτο. Στις μέρες μας καλό είναι να ξέρουμε ότι τα κινητά τηλέφωνα σε πολύ λίγα σημεία πιάνουν. Περπατώντας στο δάσος υπάρχουν πινακίδες που δείχνουν τα σημεία αυτά. Ο Ξενώνας στο Λειβαδίτη είναι καλά εξοπλισμένος και άνετος. Στο προαύλιο υπάρχει αρκετός χώρος για σκηνές και η ταβέρνα του Καπαδόκα βρίσκεται δίπλα με καλό σπιτικό φαγητό.

Το φθινόπωρο οι εικόνες είναι διαφορετικές με τα φύλλα της οξιάς να κοκκινίζουν. Αξίζει λοιπόν να οργανώσουμε μια ακόμη επίσκεψη αυτή την εποχή.



Γνωριμία με την ΕΟΦ

Είμαστε δύο φίλες Γερμανίδες, που αγαπάμε την Ελλάδα, αλλά πρωτίστως τους Έλληνες.

Οι άντρες μας είναι Έλληνες και τα παιδιά μας και τα εγγόνια μας Ελληνόπουλα.

Θαυμάζουμε τα πανέμορφα ελληνικά τοπία, ιδιαίτερα τα βουνά, που κρατάνε ακόμη την αρχική φυσιογνωμία τους και δεν τα έχει επηρεάσει ιδιαίτερα ο τουρισμός.

Έτσι, μια ωραία φθινοπωρινή ημέρα, αποφασίσαμε οι δύο μας να ανέβουμε στην "Μεγάλη Λούτσα" στα Γεράνεια όρη. Εκεί που απολαμβάνουμε την πανέμορφη θέα, συναντάμε μια χαρούμενη ομάδα ορειβατών, η οποία μας παρακαλεί να την βγάλουμε μια αναμνη-

στική φωτογραφία στην κορυφή του βουνού. Μόλις έφυγε η παρέα, αυθόρμητα λέμε η μια στην άλλη -τι ωραία παρέα που είναι αυτή- με τέτοιους ανθρώπους θα θέλαμε να περπατήσουμε στα βουνά! Γρήγορα-γρήγορα σηκωνόμαστε και προσπαθούμε να τους φτάσουμε. Ένας ευγενικός κύριος μας δίνει τις απαραίτητες πληροφορίες.

Έτσι αποφασίσαμε να κάνουμε την πρώτη μας εκδρομή με την ΕΟΦ. Φτάνουμε εγκαίρως την Πλατεία Ζωοδόχου Πηγής, όπου γνωρίσαμε τα μέλη της ομάδας και από την πρώτη στιγμή αισθανθήκαμε πολύ όμορφα. Η ατμόσφαιρα ήταν πολύ φιλική και όλοι μας δέχτηκαν ως μέλη μιας μεγάλης αγαπημένης οικογένειας. Από κει και πέρα ξεκινήσαμε να περπατούμε σε αρκετές εκδρομές και να περνάμε πάντα πολύ ωραία.



Στον Λειβαδίτη, Φωτ. Β. Συλβεστριάδης ▲

Η εκδρομή στην Ροδόπη

Η περιοχή της Ροδόπης δεν μας ήταν άγνωστη, καθότι είχαμε πάει το 1992 με μια παρέα με ΙΧ αυτοκίνητα. Μας είχε εντυπωσιάσει η ξεχωριστή βλάστηση στην Βόρεια Ελλάδα και πάντα λέγαμε πως θα θέλαμε να την επισκεφτούμε ξανά.

Έτσι αποφασίσαμε να συμμετάσχουμε στην εκδρομή στην Ροδόπη με την ΕΟΦ φέτος τον Ιούλιο. Η εκδρομή ήταν μια αποκαλυψη: γνωρίσαμε άγνωστα και τόσο όμορφα μέρη της Ροδόπης μαζί με μια πολύ εκλεκτή παρέα! Από που να αρχίσω την περιγραφή; Συναντήσαμε μια κεφάτη παρέα, φορτωμένη με σακίδια, στο σταθμό Λαρίσης, με την αναμονή στα πρόσωπά τους και υπό την ιδιαίτερη προστασία της Νάντια και της Μάγιας!

Το ταξίδι με το τρένο ήταν λιγότερο κουραστικό απ' ό,τι περιμέναμε. Στο Παρανέστι μας υποδέχτηκε εγκάρδια ο τοπικός οδηγός μας, ο Ορέστης. Μας περίμενε με ένα ιστορικό πουλμανάκι, το οποίο είχε απέξω φωτογραφίες σπανίων φυτών και ζώων της Ροδόπης. Αυτό το παμπάλαιο πουλμανάκι αποδείχτηκε θηρίο κατά την διάρκεια της εβδομάδας. Μας πήγε τις πιο απίθανες διαδρομές, πάνω σε δρόμους που έμοιαζαν περισσότερο σαν κοίτες ποταμών! Ο καλόκαρδος και πάντα ετοιμόλογος Ορέστης, καθώς και ο πολυμήχανος βοηθός του, ο Ζαχαρίας, κατάφεραν να μας οδηγήσουν με ασφάλεια παντού! Ένα μεγάλο ΜΠΡΑΒΟ και για τους δύο!!!

Πάντα κατασκηνώναμε σε πράσινα λιβάδια με τις σκηνές μας κοντά-κοντά. Έτσι αισθανόμασταν ασφάλεια και μια "ζεστή" ατμόσφαιρα όλες τις ημέρες. Μπορεί να πει κανείς ότι αυτό είναι αυτονόητο, εμείς όμως το αισθανθήκαμε τόσο έντονα, που θα θέλαμε να το τονίσουμε. Επίσης θαυμάσαμε το πώς η ομάδα, καθώς και οι αρχηγοί αντιμετώπισαν τις απρόβλεπτες καταστάσεις που προέκυψαν -με στοϊκή ηρεμία- χωρίς κριτική -και ξεπεράστηκαν απλά και με αλληλοκατανόηση.

Γνωρίζουμε την τεράστια προετοιμασία που απαιτείται για την οργάνωση μιας τέτοιας εκδρομής.

Θα θέλαμε να ευχαριστήσουμε ιδιαίτερα τις καλές μας αρχηγούς, οι οποίες με ιδιαίτερα γλυκό τρόπο μας συνόδεψαν σε αυτή την αξέχαστη εκδρομή στην Ροδόπη.

Ήταν ένα πολύτιμο δώρο για εμάς.

...Και τώρα στις επόμενες εκδρομές και με υγεία !!!

ΒΑΣΙΚΕΣ ΥΠΟΧΡΕΩΣΕΙΣ ΜΕΛΩΝ ΚΑΙ ΕΠΙΣΚΕΠΤΩΝ ΣΤΗΝ ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΣΗ

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

Τα ανωτέρω ισχύουν φυσικά καθ' όλη τη διάρκεια του έτους. Υπενθυμίζουμε επίσης στα μέλη μας, κατασκηνωτές ή χρήστες,

ότι το μόνο δικαίωμα που έχουμε όλοι ανεξαιρέτως, είναι το προσωρινό δικαίωμα χρήσης του χώρου της κατασκήνωσής του οποίο οφείλουμε να σεβόμαστε και να μην εναποθέτουμε σε αυτόν αντικείμενα που παρεμποδίζουν την χρήση του από τους λοιπούς ή μπορεί να καταστούν και επιβλαβή.

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

ΑΛΜΠΕΡΤΗΣ - ΑΡΜΕΝΙΑΚΟΣ Α.Ε.Β.Ε.

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



ΚΑΤΑΣΚΕΥΕΣ
ΚΟΥΖΙΝΑ
ΝΤΟΥΛΑΠΑ
ΚΡΕΒΑΤΟΚΑΜΑΡΕΣ
ΠΑΠΟΥΤΣΟΘΗΚΕΣ



ΔΕΝΔΡΙΝΟΣ

Η Λ Ε Κ Τ Ρ Ο Λ Ο Γ Ι Κ Ο Υ Λ Ι Κ Ο

SIEMENS



PHILIPS

legrand®



ΦΟΡΜΙΩΝΟΣ 63-65, ΚΑΙΣΑΡΙΑΝΗ

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

Από την Μαρία Κοσμαδάκη

Η γιορτή του Αγίου Πνεύματος πάντα μας χαρίζει μια όμορφη εκδρομή. Ιδιαίτερα φέτος, που ήταν αργότερα απ' ό,τι άλλες χρονιές, και ο καιρός ποιο ζεστός, μας βοήθησε να απολαύσουμε καλύτερα τα όμορφα Ζαγοροχώρια.

Ξεκινήσαμε περίπου πενήντα άτομα, με τις καθιερωμένες στάσεις μας καθοδόν, με προεξέχουσα αυτή στο Μενίδι, που λόγω χρόνου άλλοι απόλαυσαν το φαγητό τους, και άλλοι το μπάνιο τους.

Νωρίς το απόγευμα φτάσαμε στο πρώτο χωριό του προορισμού μας, το όμορφο Δίλοφο. Μετά τη γευματική των τοπικών εδεσμάτων και του καφέ μας, ξεκινήσαμε την πεζοπορία για τα αξιοθέατα της περιοχής για περίπου 2-3 ώρες. Στη συνέχεια, βρεθήκαμε με την υπόλοιπη ομάδα και συνεχίσαμε όλοι μαζί με το πούλμαν στον τόπο διαμονής μας το Τσεπέλοβο.

Το **Τσεπέλοβο**, είναι ένας από τους πολύ καλά διατηρημένους οικισμούς σε υψόμετρο 1100μ., κατά τη διάρκεια της Τουρκοκρατίας ήταν το διοικητικό κέντρο του Ζαγοροχωριού. Ονομαστά είναι τα αρχοντικά του με λαϊκές τοιχογραφίες. Η εκκλησία του Αγίου Νικολάου, που βρίσκεται στην πλατεία του χωριού, είναι γεμάτη με τοιχογραφίες από διάφορες ιστορικές εποχές. Το χωριό διαθέτει και ένα μικρό Μουσείο με εκθέματα από την εποχή της Τουρκοκρατίας. Πέρα από την πλούσια βλάστηση, τα χρώματα και τις μυρωδιές, άλλο ξεχωριστό στολίδι του χωριού είναι οι κρήνες με τα γάργαρα νερά που ζωντανεύουν και δίνουν άλλη ενέργεια στο χώρο.



Ανατολικό Ζαγόρι, Γεφύρι Καλογερικό, Φωτ. Μ. Βέττερ ▲

Ανατολικό Ζαγόρι, Σκάλα Βραδέτου, Φωτ. Μ. Βέττερ ▼



Το Ξενοδοχείο μας έδενε αρμονικά με το φυσικό περιβάλλον και την παράδοση της περιοχής.

Οι άνθρωποι ήρεμοι, φιλόξενοι και απλοί αγαπούν και φροντίζουν τον τόπο τους.

Τη δεύτερη μέρα, μια ομάδα περίπου είκοσι ατόμων, ξεκινήσαμε για τη διάσχιση του όρους Τύμφη, πεζοπορώντας για 6-7 ώρες, ενώ η υπόλοιπη ομάδα επισκέφτηκε τα χωριά της περιοχής.

Την τρίτη ημέρα, όλη η ομάδα πήγε να επισκεφτεί το όμορφο Μονοδένδρι και τα γύρω χωριά.

Το **Μονοδένδρι** παραμένει από τους πλέον γνωστούς παραδοσιακούς οικισμούς των Ζαγοροχωριών. Είναι η πατρίδα των ευεργετών Ριζάρη. Σε μικρή απόσταση από το Μονοδένδρι, βρίσκεται η **Οξυά**, με θέα τη χαράδρα του Βίκου. Συνεχίσαμε σε άλλα χωριά, στο **Καπέσοβο**, με τους γνωστούς καπεσοβίτες ζωγράφους (Μπιογάδες), που αγιογράφησαν δεκάδες εκκλησίες στην Ήπειρο, κατά τον 18ο- 19ο αιώνα.

Την ίδια μέρα, μια ομάδα είκοσι ατόμων συνέχισε για τη Σκάλα Βραδέτου. Η διαδρομή αυτή είναι ένα λιθόκτιστο, κλιμακωτό μονοπάτι σε κατακόρυφη, βραχώδη πλαγιά, που οδηγεί στον παραδοσιακό οικισμό του **Βραδέτου**, έργο τεχνικής επιδεξιότητας ηπειρωτών μαστόρων. Το Βραδέτο είναι ο ποιο ορεινός οικισμός του Ζαγοριού με υψόμετρο 1340μ., είναι χτισμένος κοντά στη χαράδρα του Βίκου. Από τη θέση Μπελόη η θέα είναι μαγευτική, ορισμένοι από την ομάδα μας είχαν την ευκαιρία να την απολαύσουν. Το βράδυ στο ξενοδοχείο ανταλλάξαμε εντυπώσεις για ό,τι ο καθένας μας έζησε την ημέρα αυτή.

Η τελευταία ημέρα αφιερώθηκε, από όλη την ομάδα, αποκλειστικά στα γεφύρια και στα ποτάμια της περιοχής.

Το ομορφότερο από όλα, χωρίς να υποτιμή κανένα, ήταν το γεφύρι του Νούτσου ή περισσότερο γνωστό ως Κοκόρου, το συναντήσαμε άλλωστε πολλές φορές στις διαδρομές μας. Χτίστηκε το 1750 από το Νούτσο Κοντοδήμο, είναι ένα μεγάλο μονότοξο γεφύρι πάνω από το Βίκο. Ονομάζεται και Κοκόρου, από τον ιδιοκτήτη του γειτονικού Μύλου που φρόντιζε για την επισκευή του. Συνολικά, συναντήσαμε περίπου 9 έως 11 γεφύρια, η πρόσβαση δεν ήταν εύκολη σε όλα. Η θέα από κοντά ή μακριά προκαλεί το θαυμασμό και την απορία πως αντιστέκονται στο χρόνο και στις καιρικές συνθήκες.

Τα Ζαγοροχώρια έχουν διατηρήσει τον παραδοσιακό τους χαρακτήρα με τα λιθόκτιστα σπίτια τους, τα πετρωτά τους δρομάκια και τις στέγες τους από μαύρες πλάκες. Τα πέτρινα γεφύρια, τα παλιά αρχοντικά, οι παραδοσιακοί νερόμυλοι, οι εκκλησίες και τα μοναστήρια, τα πολλά νερά, δίνουν την αίσθηση ότι ο χρόνος έχει σταματήσει.

Αποχαιρέτησαμε ακόμα μια όμορφη περιοχή της πατρίδας μας με πολύ αγάπη και όμορφες εικόνες.



ΙΟΥΛΙΟΣ 2013 Η ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΗ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙΝΗ ΕΚΔΡΟΜΗ ΤΗΣ ΕΟΦ ΣΕ ΕΠΙΔΑΥΡΟ-ΔΡΕΠΑΝΟ

Γράφει η Θέμις Αγγελοπούλου

Όπως συνηθίζεται κάθε Ιούλιο -εδώ και 20 χρόνια- πραγματοποιήθηκε και πάλι η τόσο όμορφη, χαλαρή και πολιτιστική 3ήμερη εκδρομή μας.

Ξεκινήσαμε **Παρασκευή 05/07** για παραλία Δρεπάνου, μπανάκι, φαγητό και το απόγευμα πήγαμε στο μικρό θέατρο της Παλαιάς Επιδαύρου, όπου παρακολουθήσαμε την ομολογουμένως ενδιαφέρουσα παράσταση με τον Σταμάτη Κραουνάκη και την ομάδα του Σπείρα. Σπείρα και με κορυφαίο τον τραγουδιστή Μανώλη Μητσιά, σε μία μουσική - θεατρική - χορευτική παράσταση με αποσπάσματα από κείμενα αρχαίων τραγωδών και κωμικών και κυρίως του Αριστοφάνη. Η παράσταση ήταν «Αριστοφάνης τώρα - το γλέντι της κωμωδίας». Τα καθιερωμένα σχόλια για την παράσταση, κατά την επιστροφή μας στο πούλμαν, ήταν θετικά με λίγες διαφωνίες. Απολαύσαμε επίσης το απόγευμα στο Λιμανάκι τις εκδηλώσεις του Αγοροτουρισμού με γευστικές δοκιμές (λίγο τυράκι, ελίτσες, ψωμάκια, γλυκάκια, έτσι για την λιγούρα, πού λέμε...) και βρεθήκαμε και σε εγκαινία με Δημάρχους και επωνύμους (τώρα τι επώνυμοι; ε ή Μάνα τους σίγουρα θα τους ξέρει...) κι έτσι κύλησε ευχάριστα η βραδιά. Όπως πάντα ο -μεγάλος ψαράς- στο καθήκον του... για να ταισεί το group.

Το Σάββατο ήταν μαγευτικό, μετά το πρωινό μας, θάλασσα, ομπρέλες, πολυθρόνες αντηλιακά, κουβεντούλες και βουτιές στην πεντακάθαρη θάλασσα της παραλίας του Δρεπάνου. Το βράδυ πήγαμε στο Αρχαίο Θέατρο της Επιδαύρου, όπου παρακολουθήσαμε την παράσταση «Μήδεια» του Ευριπίδη, σε σκηνοθεσία του Σπύρου Ευαγγελάτου και με πρωταγωνιστή τον Γιώργο Κιμούλη. Η καινοτομία ήταν ότι έπαιζαν όλο άνδρες, όπως συνηθίζονταν βέβαια στα αρχαία χρόνια. Μετά την παράσταση του Σαββάτου, όπως είθισται κάθε χρόνο, έγιναν τα σχετικά σχόλια θετικά και αρνητικά. Πάντως ήμασταν σύμφωνα με την ατάκα που είχε πει ο ανεπανάληπτος και αξέχαστος Ντίνος Ηλιόπουλος «... Δεν ξέρω αν το προσέξατε ... είμαστε μια ωραία ατμόσφαιρα...». Με αυτά και με τα άλλα γυρίσαμε στο ξενοδοχείο μας, όπου μας περίμενε ανοιχτό το μπαρ στην πίσω να μας σερβίρει μπουρίτσες, τοστάκια κλπ και πήγαμε φιλό χορτασμένοι, φιλό-μεθυσμένοι για ύπνο. Ένα βραδάκι στην ταβερνούλα δίπλα είχε ατραξιόν, δηλαδή ζωντανή μουσική, οριεντάλ χορό, ζειμπέκικα κλπ. Κι έτσι υπήρχε και η σχετική νυχτερινή διασκέδαση, σε όσους τυχερούς έτυχε να περάσουν μερικές ώρες ευχάριστα.

Η Τρίτη μας μέρα η **Κυριακή** πέρασε χαλαρά με μπανάκια, καφεδάκια, ωραίο φαγητό στην ταβερνούλα της Χριστίνας. Τι ωραία που περνάμε όταν σμίγουμε Εοφίτες και Εοφίτισες, αλλά και φίλοι και φίλες αυτών. Όμως η ζωή δεν έχει μόνο ευχάριστες στιγμές, έχει και δύσκολες και πρέπει να προσπαθούμε να τις ξεπερνάμε με χαμόγελο, αισιοδοξία και κέφι για... ΖΩΗ! Τα ταξίδια είναι ένας τρόπος να «φεύγουμε» κυριολεκτικά, αλλά και μεταφορικά. Να ταξιδεύει και να πετάει το μυαλό μας και η ψυχή μας (όχι μόνο το σώμα μας). Δανείζομαι (αποσπάσματα) από το ποίημα «ΙΘΑΚΗ» του Κων/νου Καβάφη, (από το προηγούμενο τεύχος της ΕΟΦ).

-Σα βγεις στον πηγέμο για την Ιθάκη, να εύχεσαι να 'ναι μακρύς ο δρόμος...

-Το ταξίδι χρόνια πολλά να διαρκέσει και γερός πια να αράξεις στο νησί, πλούσιος με όσα κέρδισες στον δρόμο.

-Η Ιθάκη σ' έδωσε τ' ωραίο ταξίδι και θα κατάλαβες οι Ιθάκες τι σημαίνουν...

Εύχομαι να συνεχιστούν οι όμορφες εκδρομές της ΕΟΦ για πολλά - πολλά χρόνια.



Αρχαίο Θέατρο Επιδαύρου, Φωτ. Ο. Πετροπούλου ▲



Ίσθμια, το δικό μας γιωτ είναι μεγαλύτερο και δεν χωράει! Φωτ. Γιώργ. Γκλέτσος ▲

Η ΕΟΦ στα Ίσθμια, Φωτ. Γιώργ. Γκλέτσος ▼





Αν. Ζαγόρι. Στην πορεία από Τσεπέλοβο-Λούτσα-Τζάνοβα, Φωτ. Β. Συλβεστριάδης ▲



Όλυμπος. Στην διαδρομή προς τα Κρεβάτια, Φωτ. Κ. Παπαβασιλείου ▲



Αν. Ζαγόρι. Γεφύρι Μυρίση, Φωτ. Μ. Βέττερ ▲



ΑΠΟ ΤΗ ΖΩΗ ΤΗΣ ΕΟΦ

ΤΟΝ ΜΗΝΑ ΙΟΥΝΙΟ ΠΡΑΓΜΑΤΟΠΟΙΗΘΗΚΑΝ 4 ΕΚΔΡΟΜΕΣ (2 ΗΜΕΡΗΣΙΕΣ, 1 ΔΙΗΜΕΡΗ ΚΑΙ 1 ΠΟΛΥΗΜΕΡΗ) ΜΕ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ 119 ΑΤΟΜΩΝ

ΛΙΜΝΗ ΔΟΞΑΣ

Η εκδρομή πραγματοποιήθηκε με συμμετοχή 24 ατόμων. Η πεζοπορική ομάδα αποτελούμενη από 21 άτομα πραγματοποίησε πορεία από την λίμνη μέχρι το διάσελο του Κυνηγού. Από εκεί 4 άτομα συνέχισαν μέχρι την κορυφή Νησί ενώ οι υπόλοιποι μαζί με τους μη πεζοπόρους επισκέφτηκαν την μονή του αγίου Γεωργίου του Φονιά και το ναό του αγίου Φανουρίου στη λίμνη.

ΑΓΚΙΣΤΡΙ

Το Αγκίστρι εμπνέει το σύλλογο για ξέγνοιαστες διακοπές κοντά στην θάλασσα. 30 εκδρομείς από τους οποίους 8 παιδιά πέρασαν ένα χαλαρωτικό Σαββατοκύριακο με μπάνια βόλτες και συμμετοχή στα πολιτιστικά δρώμενα του νησιού.

ΓΕΡΑΝΙΑ ΠΙΣΣΙΑ - ΝΤΟΥΣΚΑ

Η εκδρομή πραγματοποιήθηκε με συμμετοχή 21 ατόμων. Η πεζοπορική ομάδα αποτελούμενη από 9 άτομα πραγματοποίησε την προγραμματισθείσα διαδρομή ενώ οι υπόλοιποι διήμερευσαν στον Σχίνο.

ΑΝΑΤΟΛΙΚΟ ΖΑΓΟΡΙ

Στην περιοχή του ανατολικού Ζαγορίου έγινε η εκδρομή του Αγίου Πνεύματος με συμμετοχή 44 εκδρομέων. Την Παρασκευή έγινε από 18 άτομα μια μικρή διαδρομή από το Δίλοφο μέχρι την γέφυρα του Κοκόρου. Η διανυκτέρευση έγινε στο Τσεπέλοβο. Το Σάββατο μια ομάδα 11 ατόμων πραγματοποιήσει την πορεία Τσεπέλοβο – Ύψωμα Φυλάκιο– Σκάλα Βραδέτου - Καπέσοβο, μία άλλη ομάδα 23 ατόμων πραγματοποίησε την πορεία Βραδέτο -Σκάλα Βραδέτου –Καπέσοβο όπου ενώθηκε με την τουριστική ομάδα και επισκέφθηκαν το παραδοσιακό χωριό των Σαρακατσαναίων στο Γυφτόκαστρο και το Σκαμνέλι. Την Κυριακή μια ομάδα 22 ατόμων πραγματοποίησε την διάσχιση από Ελαφότοπο – Άνω Πεδινά ενώ οι υπόλοιποι περιηγήθηκαν τα

Αν. Ζαγόρι, Προφήτης Ηλίας πάνω από το χωριό Βίτσα, Φωτ. Β. Συλβεστριάδης ▼



▲ Αν. Ζαγόρι. Στην πορεία από Τσεπέλοβο-Λούτσα-Τζάνοβα, Φωτ. Β. Συλβεστριάδης



χωριά Ελαφότοπος, Κάτω και Άνω Πεδινά. Όλη η ομάδα συνέχισε για Μονοδένδρι και Βίτσα. Την Δευτέρα μία ομάδα 24 ατόμων πραγματοποίησε πορεία επισκεπτόμενη τα γεφύρια γύρω από το χωριό Κήτοι ενώ οι υπόλοιποι επισκέφθηκαν τα χωριά Κουκούλη και Κήτοι.

**ΤΟΝ ΜΗΝΑ ΙΟΥΛΙΟ ΠΡΑΓΜΑΤΟΠΟΙΗΘΗΚΑΝ
2 ΕΚΔΡΟΜΕΣ (1 ΤΡΙΗΜΕΡΗ ΚΑΙ 1 ΠΟΛΥΗΜΕΡΗ)
ΜΕ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ 45 ΑΤΟΜΩΝ**

ΕΠΙΔΑΥΡΟΣ-ΔΡΕΠΑΝΟ

Για 19η χρονιά πραγματοποιείται η εκδρομή αυτή. Συμμετείχαν μόνο 31 άτομα αλλά όλοι έμειναν ευχαριστημένοι και από το περιβάλλον και από τις παραστάσεις. Ο καιρός θαυμάσιος, η θάλασσα μοναδική, το ξενοδοχείο εξαιρετικό.

ΡΟΔΟΠΗ

Η καλοκαιρινή εκδρομή ήταν καθαρά ορειβατική. Στη Ροδόπη. Έλαβαν μέρος 14 άτομα. Περπάτησαν στα δάση του Φρακτού του Αχλαδορέματος του Στραβορέματος κωπηλατήσανε στο Νέστο και γενικά πέρασαν μια αξέχαστη εβδομάδα. Περισσότερα όμως σε σχετικό άρθρο της αρχηγού Νάντιας.

**ΤΟΝ ΜΗΝΑ ΑΥΓΟΥΣΤΟ ΠΡΑΓΜΑΤΟΠΟΙΗΘΗΚΕ
1 ΤΡΙΗΜΕΡΗ ΕΚΔΡΟΜΗ ΜΕ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ
18 ΑΤΟΜΩΝ**

ΟΛΥΜΠΟΣ

Η έναρξη της φθινοπωρινής περιόδου έγινε τέλη Αυγούστου με την ανάβαση στον Όλυμπο. 18 άτομα συμμετείχαν. Το Σάββατο όλη η ομάδα έκανε την πορεία Αγία Τριάδα καταφύγιο Κρεβάτια και από εκεί 15 άτομα συνέχισαν και μέσα από το ρέμα του Παπά γυρίσανε στην Αγία Τριάδα. Την Κυριακή 12 άτομα πραγματοποίησαν την πορεία Άγιος Βασίλειος - καταρράχτης Ορλιάς - Άγιος Κωνσταντίνος. 2 άτομα επισκεφθήκανε το Δίον ενώ οι υπόλοιποι 4 διήμερευσαν στο Λιτόχωρο.

Η ομάδα της Ροδόπης πριν την επιβίβαση στο τρένο, Φωτ. Β. Συλβεστριάδης ▼



Όλυμπος. Ρέμα Παπά, Φωτ. Κ. Παπαβασιλείου ►



Ροδόπη. Το μπάνιο στο ποτάμι είναι αναζωογονητικό, Φωτ. Ν. Λυράκη ▲



Ροδόπη. Προς το μονοπάτι των προτάσεων γάμου, Φωτ. Ν. Λυράκη ▲



Όλυμπος. Στον Καταρράχτη Ορλιά, Φωτ. Κ. Παπαβασιλείου ▲



ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΣΗ 60 ΧΡΟΝΙΑ ΠΡΟΣΦΟΡΑΣ

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

Εξήντα χρόνια ζωή έχει η κατασκήνωσή μας στο Μάτι και ένα πολύ μεγάλο μέρος των εοφιτών ή οι γονείς τους μεγάλωσαν και χάρηκαν την φύση, παρέα με ορειβάτες και φυσιολάτρες μέλη της Ε.Ο.Φ. Έτσι και εφέτος στο τέλος Ιουνίου έγιναν τα εγκαίνια, με τον αγιασμό και την καθιερωμένη πια ρεβιθάδα προσφορά της οικογένειας Μεταξά. Η παρουσία των κατασκηνωτών μειωμένη κατά το ένα τρίτο, άλλοι δικαιολογημένοι και άλλοι όχι. Η παρουσία δε των άλλων εοφιτών ελάχιστη έως ανύπαρκτη αν και η χρονιά ήταν εορταστική.

Το καλοκαίρι έφυγε πολύ γρήγορα, ίσως να το έσπρωξαν πολύ περισσότερο τα προβλήματα που επιμένουν να δημιουργούν με-

ρικοί, παρά την ομόφωνη απόφαση των παρόντων στην πρώτη συγκέντρωση κατασκηνωτών. Πιστεύουν ότι έχουν ιδιαίτερα πρόνομια, κάνοντας επισκευές χωρίς άδεια και εκτός χρόνου. Κυκλοφορούν και παρκάρουν τα αυτοκίνητα και τίς μοτοσυκλέτες τους όταν θέλουν, όπου θέλουν, με δύο και τρία αυτοκίνητα για κάθε οικίσκο και οι υπόλοιποι στο δρόμο. Η κατασκήνωση των μελών της Ε.Ο.Φ., κάποιιο πιστεύουν ότι είναι δική τους ιδιοκτησία και μπορούν να κυκλοφορούν με τα σκυλιά τους σε όλους τους χώρους, χωρίς να τους ενδιαφέρει αν οι περισσότεροι ενοχλούνται και πιο πολύ όταν γαυγίζουν μέρα νύχτα. Για τις ώρες κοινής ησυχίας ούτε κουβέντα να γίνεται.

Είχαμε στην κατασκήνωση πολλές ωραίες βραδιές όπως την εορτή του Προφήτη Ηλία στο εκκλησάκι μας. Τα Σαββατόβραδα και άλλα βράδια στην καντίνα το μέλος μας Κούλα Δραγώνα και τα παιδιά της, έκαναν ότι μπορούσαν για να μας εξυπηρετήσουν. Πολλοί όμως φορτωθήκαμε αρκετά κιλά, τρώγοντας τα μεζεδάκια και τα καταπληκτικά φαγητά που ετοιμάζαν, ειδικά τσί κεφαλλονίτικες λαχανόπιτες, τσί μπακαλιαρόπιτες, τσί κρεατόπιτες, ο Θεός να μας κόβει κιλά και να τους τα δίνει χρόνια. Τα τρία τελευταία Σάββατα είχαμε μαζί μας την Καίτη και το Γιώργο Κούρο, που με την κιθάρα του και τα τραγουδία τους, μας γύρισαν πίσω στα όμορφα χρόνια της παρέας και του τραγουδιού.



Εορτασμός και αρτοκλασία του Προφήτη Ηλία ▲



Από την βραδιά έναρξης της κατασκηνωτικής περιόδου ▲

Η έναρξη με την πατροπαράδοτη ρεβιθάδα ▼



Εορτή Προφήτη Ηλία ▼



Για δεύτερη χρονιά η μεγάλη έκπληξη του καλοκαιριού μας ήταν τα κοριτσάκια της κατασκήνωσης. Μόνες τους έμαθαν, σκηνοθέτησαν και παρουσίασαν με εκπληκτική για την ηλικία τους σκηνηκή παρουσία την τραγωδία Βάτραχοι του Αριστοφάνη. Πρώτη οργανωτής και δάσκαλος της παράστασης ήταν η Εύα και κοντά της η Μαρία, η Κύρα, η Ειρήνη, η Κατερίνα, η Δανάη, η Κατερίνα, η Ζέτα, η Ειρήνη και η Καλλιόπη. Θερμά συγχαρητήρια σε όλες, έχουνε τον θαυμασμό και την αγάπη μας, τους ευχόμαστε καλή πρόοδο και επιτυχίες σε ό,τι κάνουν στη ζωή τους.

Τελειώνοντας η κατασκηνωτική περίοδος και κάνοντας τον απολογισμό, βλέπουμε ότι η συμμετοχή των μελών στις εκδηλώσεις ήταν περιορισμένη και η εθελοντική προσφορά σχεδόν ανύπαρκτη. Ελπίζουμε ότι με τη νέα δεκαετία θα βρεθούμε πιο κοντά, για να προσθέσουμε και εμείς κάτι λίγα στα πολλά που βρήκαμε. Δεν θα ξεχάσουμε τους κατασκηνωτές που έλειψαν αυτή την περίοδο από κοντά μας τον Δημήτρη, τον Γιώργο και τον Τζιμη.

Ευχαριστούμε τις οικογένειες Κίτατζη και Τσολάκη για την φασολάδα που προσφέρουν, συνεχίζοντας την παράδοση του Φίλιππα Φλάμπουρα. Τον έφορο της κατασκήνωσης για την καθαριότητα και την καλή λειτουργία της. Τα μέλη και τους φίλους που πέρασαν κάποιες στιγμές μαζί μας.

Το Γιώργο Κούρο που φρόντισε να έλθει το βράδυ του αποχαιρετισμού, ένας ταλαντούχος μουσικός και τραγουδιστής ο Γιάννης, ο οποίος με το ηλεκτρονικό πιάνο του και την πολυτονική φωνή του τραγουδούσε μαζί με τον Γιώργο με πολύ κέφι και μας γέμισαν τον νου νοσταλγικές αναμνήσεις, καθώς επίσης έδωσε σε πολλούς την ευκαιρία να παρουσιάσουν τις χορευτικές τους δυνατότητες.

Καλό χειμώνα σε όλους με υγεία και χαρά, του χρόνου το καλοκαίρι θα μας περιμένει ξανά η κατασκήνωση της ΕΝΩΣΗΣ ΟΡΕΙΒΑΤΩΝ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΩΝ.

Ο πρόεδρος συγχαίρει την θεατρική ομάδα των παιδιών και μοιράζει δώρα ▼



Κούλα, Φεβρωνία, Ραφαήλ, το έμπυχο υλικό της Καντίνας ▼



Η ορχήστρα στο πανηγυρικό για τα 60 χρόνια κλείσιμο της κατασκηνωτικής περιόδου 2013 ▲



Η φασολάδα στον «Φίλιππα» από τις οικογένειες Τσολάκη-Κίτατζη ▲



Οι θεατές της θεατρικής παράστασης των παιδιών ▲

Οι οικογένειες Τσολάκη, Κίτατζη, Μεταξά ▼



ΤΟ... ΚΑΠΕΛΩΜΑ

Γράφει η Χαρούλα Τζιβιά, Φωτ. Γεωργίας Αρμενιάκου

Κάλεσμα μάζωξης γυναικών ένα καταμε- διατήρηση αυτού του εθίμου.
σήμερο του Αυγούστου για αναβίωση και Μόνο που αυτή τη φορά το κάλεσμα είχε κεν-



Η μεσημεριανή συνεστίαση γυναικών με τα τζιτζίκια ▲



τρική ιδέα ότι έπρεπε να έλθουν όλες με καπέλο. Έτσι κι αλλιώς το καπέλωμα γίνεται (να ξέρετε πάντα καλοπροαίρετο), όλο τον χρόνο, είτε υπάρχουν μαλλιά, είτε υπάρχουν περρούκες, είτε δεν υπάρχουν.

Γιατί να μην γίνει πιο επίσημα και φανερά και να είναι μέσα στον Αύγουστο με την πολλή ζέση για να μας κρατάνε και ίσκιο;

Τουλάχιστον να βγει και κάτι καλό από όλη την υπόθεση.

Ήρθαν λοιπόν αρκετές καπελωμένες, ανάμεσα σ' αυτές ξεχώρισε η Έρση με την καταπληκτική σύνθεση, όπως η Ελένη Μαντά, η Δέσποινα, η Μαργαρίτα, η Κατερίνα και η υπογράφουσα (όποιοι δεν παινέσει το σπίτι του...)

Καπέλο-καπέλο, αλλά και φαγητό-φαγητό. Οι παραγγελίες για τα υπέροχα μαγειρέματα της Κυριακής και της Φεβρωνίας, έδιναν και έπαιρναν.

Οι μεγάλες κυρίες όλων των τάξεων του Δημοτικού είχαν ξεχωριστό τραπέζι και φάνηκε ότι ήταν οι μόνες που το διασκεδάσαν και απόλαυσαν το μεσημεριτικό γεύμα.

Παρ' όλο που οι καρέκλες ήταν στη σειρά και γύρω από τα τραπέζια σε μακρόστενη διάταξη, τα πηγαδάκια και τα σχόλια, μέσα από τα σφιγμένα δόντια για να μην τις καταλάβουν οι απέναντι, δεν έλειψαν. Ίσως και αυτός είναι ένας τρόπος εκδήλωσης και διασκέδασης του χαρακτήρα και των γνώσεων καθενός.

Τα ακούραστα τζιτζικιάκια νόμιζαν ότι τραγουδώντας θα μας ανέβαζαν το κέφι, αλλά πού...

Μόνο σε μια στιγμή ακούστηκαν να λένε «γιατί εσείς έχετε πολλά πρόσωπα και εμείς μόνο ένα;». Και τους απαντήσαμε με τον τρόπο μας, ότι έχουμε πολλά, ανάλογα την περίπτωση. Και αυτά σταμάτησαν να τραγουδούν.

Τελικά αυτή η συγκέντρωση δεν είχε και πολλή επιτυχία φέτος γιατί έλειπαν οι Καραγκιόζηδες λόγω λιτότητας.

Του χρόνου, ας πάρουν τον ρόλο αυτό αυτές που το ζήτησαν για να διασκεδάσουν τις υπόλοιπες και να έχουν όλες καλές και καινούριες αναμνήσεις.

◀ Από τα καπελώματα των κυριών, Καίτη, Κατερίνα, Έρση, Νούλα, Χαρούλα, Μαργαρίτα, Ελένη Πίτσα, Τασούλα



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,
ΘΕΣΣ/ΚΗ: Τηλ.: 2310 289 100, e-mail: contact@elanco.gr, www.elanco.gr

ΑΛΛΕΣ ΔΙΑΔΡΟΜΕΣ ΣΤΟΝ ΟΛΥΜΠΟ

Γράφει η Νίκη Σταυρίδη

Κλείσαμε τον Αύγουστο και μπήκαμε στο Σεπτέμβρη με την αγαπημένη σε όλους μας εκδρομή στον Όλυμπο, που κάνουμε με την ΕΟΦ σχεδόν κάθε τέλη Αυγούστου. Φέτος

ήταν στο πρόγραμμα να κάνουμε πορείες στο Ρέμα του Παπά και στο Ρέμα του Ορλιά.

Φύγαμε Παρασκευή απόγευμα από την Αθήνα και κοιμηθήκαμε το βράδυ στην Πλάκα του Λιτόχωρου, σε κάμπινγκ πάνω στη θάλασσα.

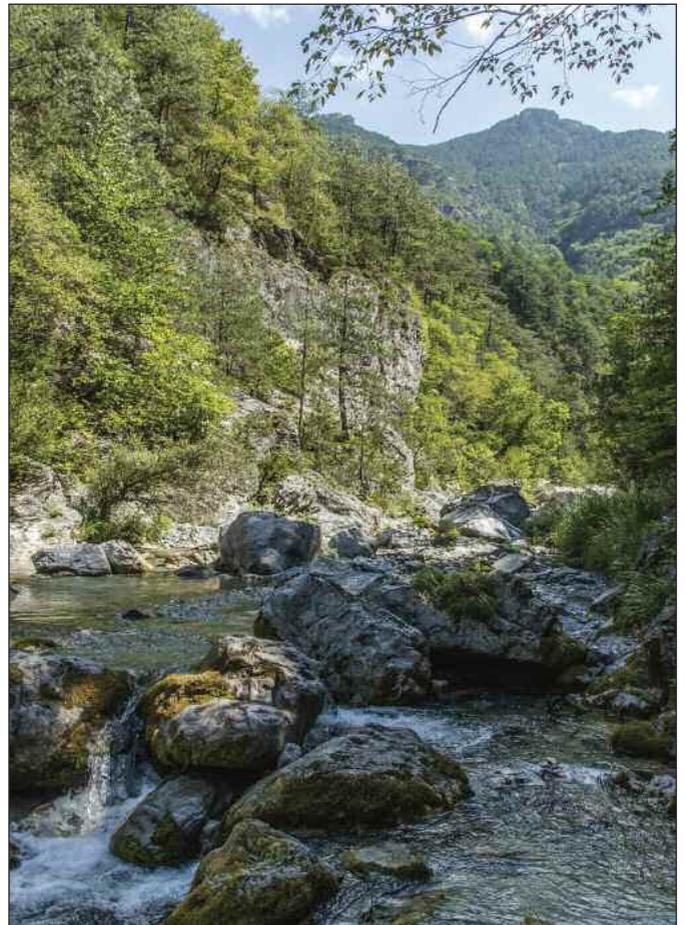
Ξεκινήσαμε το Σάββατο 31 Αυγούστου από την Πλάκα του Λιτόχωρου με το πούλμαν που μας πήγε μέχρι τη θέση Αγία Τριάδα (400 μ.), στη Βροντού, χωριό του Ολύμπου, από όπου πήραμε το μονοπάτι για το καταφύγιο Κρεβάτια (950 μ.). Άλλο μονοπάτι από εκεί μας κατέβασε στο Παπά Ρέμα. Ωραίες διαδρομές μέσα σε κατάφυτο δάσος. Κάτω στο ρέμα κάποιои και κάποιες έκαναν μπάνιο στα κρύα νερά. Συνεχίσαμε το μονοπάτι και με μια παράκαμψη επισκεφτήκαμε τον «Κήπο των καταρρακτών», μια σειρά από μικρούς καταρράκτες. Συνεχίζοντας το μονοπάτι με το ρέμα στ' αριστερά μας, περάσαμε από μια πλατιά ανοιχτή σπηλιά πάντα μέσα στο υπέροχο τοπίο του δάσους και καταλήξαμε απέναντι από την Αγία Τριάδα όπου έληξε η πορεία. Επι-



Καταρράχτης στο Ρέμα Ορλιά, Φωτ. Μ. Βέττερ ▲



Καταρράχτης Ορλιά, Φωτ. Κ. Παπαβασιλείου ▲



Ρέμα Παπά, Φωτ. Κ. Παπαβασιλείου ▲



Θέα προς τις κορφές του Ολύμπου - Διαδρομή προς Κρεβάτια, Φωτ. Κ. Παπαβασιλείου ▲

στρέψαμε στην παραλία του Λιτόχωρου, και κάναμε απογευματινό μπάνιο που μας πήρε την κούραση της πεζοπορίας. Είχαμε περπατήσει συνολικά 8,5 ώρες μαζί με τις στάσεις.

Την επομένη, Κυριακή 1η του Σεπτέμβρη, ξεκινήσαμε πάλι νωρίς για την Καρίτσα, άλλο χωριό του Ολύμπου, μετά το Δίο, και φτάνοντας στον Άγιο Βασίλειο πήραμε μονοπάτι που ανεβαίνει στον Όλυμπο. Πέρασαμε από τα σημεία Καστράκι, Γκορτσούλα, κάποιες απότομες μεριές, και φτάσαμε στον καταρράκτη του Ορλιά (ή Ουρλιά). Ήταν ωραία. Πάλι κάποιες και κάποιιοι κολυπήσαμε στα κρύα νερά κάτω από τον επιβλητικό καταρράκτη. Συνεχίσαμε μετά και φτάσαμε στον Άγιο Κωνσταντίνο όπου τερματίστηκε η πορεία μας, μετά από 5 ώρες περπάτημα μαζί και με τις στάσεις. Στη διαδρομή κατά μήκος του ρέματος συναντήσαμε μια μικρή ομάδα νέα παιδιά, αγόρια και κορίτσια να κάνουν κάνιονινγκ, δηλαδή κατάβαση ποταμού μέσα στο νερό, μαζί με τον εκπαιδευτή τους. Τους καμαρώσαμε, γιατί έχει σημαία το ρέμα που είναι τόλμημα να τα περάσεις, αλλά κι εμείς στην ξηρά ήμασταν πανευτυχείς που πορευόμασταν. Τέλος, πήραμε το πούλμαν από τον Άγιο Κωνσταντίνο όπου μας περίμενε ο ευγενικός Κώστας και ξαναπήγαμε στην Πλάκα του Λιτόχωρου, για αποχαιρετιστήριο μπάνιο και φαγητό στο κάμπινγκ όπου μείναμε τις δυο βραδιές, μέσα στα πεύκα. Δεν θα μπορούσα να κάνω αυτή την περιγραφή χωρίς τις ακριβείς σημειώσεις της Μάγιας Βέτερ, αρχηγού της εκδρομής μας, που την ευχαριστώ για την απλότητα και την απλοχεριά με την οποία μοιράζεται με όλες και όλους μας την αγάπη για το βουνό και τη φύση.



Αγία Τριάδα, Φωτ. Κ. Παπαβασιλείου ▲



Ανεβαίνοντας από Άγιο Βασίλειο Προς Ρέμα Ορλιά, Φωτ. Κ. Παπαβασιλείου ▲

Προτάσεις για εκδρομές τριμήνου

Επιμέλεια στήλης Κατερίνα Δραγώνα



ΛΙΜΝΗ ΜΟΡΝΟΥ Η τεχνητή λίμνη του Μόρνου βρίσκεται σε ύψος 500 μ. στο κέντρο του νομού Φωκίδας και μοιάζει να πολιορκείται από τις κορφές των Βαρδουσιών και της Γκιώνας. Είναι ένας μεγάλος ταμειευτήρας νερού που δημιουργήθηκε με σκοπό να εξυπηρετηθούν οι υδρευτικές ανάγκες της Αθήνας. Για τη δημιουργία της λίμνης κατασκευάστηκε φράγμα ύψους 125 μέτρων το οποίο είναι το 7ο ψηλότερο φράγμα στην Ελλάδα. Το έργο έγινε μεταξύ 1972-1979. Τα νερά του Μόρνου και των παραποτάμων του κάλυψαν το χωριό Κάλιο (Αρχαία αιτωλική Καλλιπολη).

Η λίμνη εξομάλυνε μεν το γεωμορφολογικό ανάγλυφο της περιοχής αλλά η σκληροτράχηλη ιστορία της περιοχής παραμένει ανεξίτηλη, καθώς και η σκληρή ορεινή φύση της περιοχής από τις ακρώρειες της Γκιώνας και των Βαρδουσιών μέχρι τους πρόποδες τους.

ΚΑΡΟΥΤΕΣ Ένα πολύ μικρό χωριό, 8 χλμ. νότια από το από το Λιδορίκι, έγινε γνωστό από τη νικηφόρα μάχη που έδωσαν οι αντάρτες του 2/34 Τάγματος του ΕΛΑΣ τον Αύγουστο του 1944, εναντίον σε ναζιστικό σώμα ορεινών καταδρομών που απαρτιζόνταν από 300 άνδρες.

ΛΙΔΟΡΙΚΙ Το Λιδορίκι βρίσκεται σε ελάχιστη απόσταση από τις όχθες λίμνης του Μόρνου στα 550μ. υψομ.. Υπήρξε ένα άπαρτο κάστρο του Ελληνισμού που οι σκληροτράχηλοι ορεσίβιοι κάτοικοι της περιοχής εμφανίζονται στον ιστορικό χάρτη από την εποχή των Δωριέων να αντιστέκονται στους βυζαντινούς φοροεισπράκτορες, στους Λατίνους (Φράγκους – Καταλανούς) και φυσικά στους μετέπειτα Τούρκους κατακτητές. Εκεί δρσαν εκατοντάδες γνω-

στοί και άγνωστοι κλέφτες και αρματωλοί, ενώ στα απόκρυμνα βουνά βρήκαν καταφύγιο πολλές αντιστασιακές ομάδες που πολέμησαν τους ναζι κατακτητές. Τον Αύγουστο του 1944, το Λιδορίκι πυρπολήθηκε ολοσχερώς από τους Γερμανούς. Το Λιδορίκι υπήρξε σημαντικό εμπορικό και οικονομικό κέντρο της ορεινής Φωκίδας.

«Η πατρίς της γεννήσεώς μου είναι από το Λιδορίκι χωριό του Λιδορικού ονομαζόμενον Αβορίθη. [...] Οι γοναίγοι μου πολύ φτωχοί, και η φτώχεια αυτήνη ήρθε από την αρπαγή των ντόπιων Τούρκων και των Αρβανιτών του Αλήπασα. Πολυφαμελίτες οι γοναίγοι μου και φτωχοί, και όταν ήμουνε ακόμα στην κοιλιά της μητρός μου, μιαν ημέρα πήγε για ξύλα στο λόγγο. Φορτώνοντας τα ξύλα στον ώμο της, φορτωμένη στο δρόμο, στην ερημιά, την έπιασαν οι πόνοι και γέννησε εμένα. Μόνη της η καμήνη κι αποσταμένη, εκιντύνεψε κι αυτήνη τότε κι εγώ. Ξελεχώνεψε μόνη της και συγυρίστη, φορτώθη λίγα ξύλα και έβαλε και χόρτα από του στα ξύλα και από πάνου εμένα και πήγε στο χωριό» (Β' 11-12). Στατηγός Μακρυγιάννης

ΚΡΟΥΛΕΙΟ Παλαιότερη ονομασία του, «Παλαιοκάτουον». Δεύτερο μετά την Αρτοτίνα σε μέγεθος είναι κτισμένο στα 840 μ υψόμ. σε πλαγιά του Ξεροβουνίου. Διαθέτει πλούσια φυσική ομορφιά με καρποφόρα δένδρα, δάση και ρεματιές με ιτιές, πλατάνια, καρυδιές. Συναντάμε γραφικά ξωκλήσια και παλιά αρχοντικά. Θα δείτε την Βρύση-Μνημείο που στο στόμιό της έχουν σκαλίσει τις προτομές των δημοτικών αρχόντων, το (πρώην δημοτικό σχολείο) κτισμένο το 1904 με δωρεά ΑΝΔΡΕΑ ΣΥΓΓΡΟΥ σήμερα λειτουργεί σαν μουσείο Λαϊκής Τέχνης, ο Άγιος Γεώργιος από το 1857 στο κέντρο του χωριού, τέλος στον Αγ. Νικόλαο (1.150 μ.) υπήρχε μοναστήρι που καταστράφηκε κατά τη διάρκεια βαρβαρικής επιδρομής.

ΠΕΝΤΑΓΙΟΙ Οι Πενταγιοί Φωκίδας, Πενταγιοί για τους ντόπιους, ανήκει στην επαρχία Δωριίδας. Στα 950μ. υψόμ., 80 χλμ ΒΔ από την Άμφισσα, (2001).

Το χωριό που συνδέεται με το θρύλο της Μαρίας της Πενταγιώτισσας, ιδρύθηκε το 16ο αιώνα. Η ονομασία ίσως πρόηλθε από τους πέντε προστάτες αγίους του ή από τους πέντε δρόμους που ξεκινούν ακτινωτά από την Πενταγιού προς τα γύρω χωριά.

ΑΡΤΟΤΙΝΑ Το κεφαλοχώρι Αρτοτίνα ονομάζεται και καπετανοχώρι γιατί εκεί γεννήθηκαν και και έδρασαν κλεφταρματωλοί όπως ο Ανδρίτσος Σαφάκας. Είναι η γενέτειρα του Αθανάσιου Διάκου ο οποίος ασκήτεψε νέος στην ιστορική μονή του Αγίου Ιωάννη 4 χλμ. μετά το χωριό. Η μονή είναι σε καλή κατάσταση, όπως και το κελί του Αθ. Διάκου. Η θέα από την Αρτοτίνα προς τις «αλπικές» κορυφές των Δυτικών Βαρδουσιών είναι μοναδική. Εδώ βρίσκονται και οι πηγές του Εύηνου.

Στην περιοχή η γαστρονομία είναι απλή και βασίζεται περισσότερο στα ψητά κρέατα. σπανακόπιτες, μακαρονόπιτες, κολοκυθόπιτες αλμυρές η γλυκές, χορτόπιτες, τυρόπιτες, καθώς και διάφορα όσπρια.



ΛΙΜΝΗ ΠΛΑΣΤΗΡΑ Η λίμνη Πλαστήρα μαγική, όμορφη, με μικρά φιόρδ ανακατωμένα με οργιώδη βλάστηση στις ακτές της, είναι πλήρως ενσωματωμένη με το περιβάλλον και δεν έχει σε τίποτα να ζηλέψει από μία άλλη φυσική λίμνη. Δημιουργήθηκε από φράγμα που κτίστηκε με σκοπό την άρδευση του νομού Καρδίτσας και την παραγωγή ηλεκτρικής ενέργειας. Ο Νικόλαος Πλαστήρας, ήδη από το 1925, ήταν ο εμπνευστής αυτής της ιδέας η οποία τελικά ολοκληρώθηκε το 1959. Το φράγμα σταμάτησε τα νερά του ποταμού Ταυρωπού η Μέγδοβα -τα οποία κατέκλυσαν το οροπέδιο δημιουργώντας την Λίμνη Πλαστήρα. Έκτοτε η λίμνη έγινε πηγή ζωής για την περιοχή και το ειδυλλιακό περιβάλλον της προσελκύει επισκέπτες για ξεκούραση, εναλλακτικό τουρισμό, ορεινή ποδηλασία, πεζοπορία και άλλες δραστηριότητες.

ΑΓΡΑΦΑ Στα Άγραφα και την Πίνδο -όντας άγρια κακοτράχαλα και δύσκολα προσεγγίσιμα- η κλειστή αυτοδιοικούμενη και ελεύθερη κοινωνία για 2.500 χρόνια ανέδειξε πρωτότυπη και μοναδική ορεινή τέχνη. Το παραγωγικό της υπόβαθρο εστιάστηκε στις μορφές κοινοβιακής ζωής με προεξέχουσες τις φαμίλιες, τις συντεχνίες των μαστόρων, των μουσικών, το τσελιγκάτο, την κοινοτική αντίληψη των πραγμάτων και την προσωπική εργασία.

Κτίστηκαν σχολεία, εκκλησίες και μοναστήρια με ιδιαίτερο τοπικό στυλ βασισμένο στην επεξεργασία της πέτρας. Κατά τον 17ο και αρχές 18ου αιώνα λειτούργησε η σχολή των Αγράφων με τους διδάσκαλους του γένους Ευγένιο τον Αιτωλό και Αναστάσιο Γόρδιο. Επίσης εδώ έδρασαν κατά των Τούρκων ο Γ. Καραϊσκάκης και άλλες πολλές ηρωικές μορφές. Ο Ιστορικός του αγώνα του 1821 Ν. Κασομούλης γράφει: «Ως μη εγγραφείσα με τας λοιπάς επαρχίας εις το πρωτόκολλο του Σουλτάνου...ωνομάσθαι Άγραφα όλη»

Άγραφα, περιοχή άγρια και απρόσιτη το χειμώνα, και η Άνοιξη εδώ αρχίζει στις αρχές του καλοκαιριού. Μπορλέρο λένε... ότι είναι η ομορφότερη κορυφή των Αγράφων. Ξεκινάει μονοπάτι από τη θέση «Ελατάκος» στα 1450μ. υψόμετρο και οδηγεί προς τις «Πόρτες των Αγράφων» στα 1700μ. -ένα στενό πέραςμα από δυο τεράστια βράχια. Είναι μια πόρτα για ένα διαφορετικό κόσμο, τον κόσμο των κορυφών: «Πέντε Πύργοι, Πλάκα, Φλυτζάνι, Σβώνη, Νιάλα, Μπορλέρο Στην κορυφή Μπορλέρο 2016 μ. υψόμετρο. Η ομορφιά του τοπίου που περιβάλλει τον ορειβάτη είναι απεριγράπτη. Μια σειρά αλλεπάλληλων βουνών και βράχιων πύργων ξετυλίγεται, η γη πλησιάζει τον ουρανό και το θέαμα αγγίζει το επίπεδο του θαύματος!!!

ΜΟΝΗ ΠΑΝΑΓΙΑΣ ΠΕΛΕΚΗΤΗΣ Ιστορικό μοναστήρι των Αγράφων ένα χλμ. βορειοδυτικά του χωριού Καρύτσα. Ιδρύθηκε τέλη του 15ου αι. από τον πνευματικό Πορφύριο και το κτίσιμο του ολοκληρώθηκε το 1529 από τον Άγιο Δαμιανό. Βρίσκεται σε δυσπρόσιτο σημείο σαν αετοφωλιά μέσα στα βράχια 1.400 μ. υψόμετρο. Πετρόκτιστο και πέτρινη πλακόστρωτη. Η είσοδος του είναι μια στενή τεχνητή στοά ανάμεσα στα βράχια. Κατά την παράδοση, τα σπηλαιώδη βράχια (κατ' εντολή της Παναγίας) πελεκήθηκαν με ξύλινα εργαλεία. Στη λάξευση (πελέκημα) αυτών των βράχων οφείλεται και το όνομα της μονής. Ακολουθεί θολωτός πρόναος, και ο κυρίως ναός, που είναι αφιερωμένος στην Ανάληψη του Σωτήρος. Αγιογραφήθηκε το 17ο αι.. Έχει εντυπωσιακό ξυλόγλυπτο τέμπλο με επίχρυσες εικόνες, μεταξύ των οποίων η Παναγία Πελεκητή. Στο βάθος υπάρχει ο δεύτερος ναός της μονής, που είναι αφιερωμένος στην Παναγία Φανερωμένη και αγιογραφήθηκε επίσης το 17ο αι. Κατά την τουρκοκρατία λειτουργούσε και κρυφό σχολείο με κρυφή έξοδο κινδύνου για τη διάσωση των αγωνιστών που είχαν ως καταφύγιό τους τη μονή.

ΑΝΘΟΧΩΡΙ Το Ανθοχώρι στα 673μ. υψόμετρο. Με επίσημη ονομασία «το Ανθοχωρίον» απέχει από Μουζάκι 12χλμ και από Καρδίτσα 40χλμ.. Ο ποταμός «Ανθοχωρίτης» με τα άφθονα νερά, τους πανέμορφους καταρράκτες και την οργιώδη βλάστηση συμπληρώνει το τοπίο του χωριού, ώστε να μην υπάρχει ασυγκίνητος επισκέπτης. Το τοξωτό γεφύρι «Καμάρα» στο ρέμα της «Κορομηλιάς» αποτελεί ένα ζωντανό μνημείο για τις δραστηριότητες των κατοίκων της περιοχής. Στις «εννέα βρύσες» κάθε καλοκαίρι γίνεται το ανάμωμα των Ανθοχωριτών και είναι το σημείο αναφοράς για όλους.

Τέλος θα περάσουμε καλά γιατί η γαστρονομική παράδοση του τόπου συνεχίζεται. Ντόπια Κρέατα στην γάστρα, κυνήγια, φασολάδες δυναμωτικά τραχανάδες και το ο «κατσαμάκι»τα «μπομπάρια», οι νόστιμες πίτες, μπατζίνα, πλαστό, λαχανόπιτα, γαλατόπιτα τα σπιτικά κρασιά και ποτά τα γλυκά του κουταλιού και τα «ρετζέλια».



ΓΡΕΒΕΝΑ Ο Νομός Γρεβενών θεωρείται από τις πιο αναπτυσσόμενες περιοχές της ορεινής Ελλάδας και είναι επίσης ένας από τους νεότερους διοικητικά νομούς της Ελλάδας. Συγκροτήθηκε το 1964 με την απόσπαση της επαρχίας Γρεβενών από το νομό Κοζάνης, και του Δήμου Δεσκάτης, των Κοινοτήτων Δασσχωρίου και Παρασκευής του Νομού Λάρισας. Έδρα του νομού είναι η πόλη των Γρεβενών. Διαθέτει πλούσια χλωρίδα και πανίδα λόγω των πολλών νερών που του διασχίζουν. Από τα Γρεβενά περνάει ο Αλιάκμονας που είναι το μεγαλύτερο σε μήκος ποτάμι της Ελλάδας (297 χλμ.) και δέχεται τα νερά της Βόρειας Πίνδου από τους παραποτάμους του, Βενέτικο, Γρεβενιώτικο και Σταυροπόταμο. Όλα αυτά τα ορμητικά ποτάμια στο πέρασμά τους καθορίζουν τοπία, με ιστορικά γεφύρια δείγματα λαϊκής αρχιτεκτονικής, αλπικές λίμνες σε υψόμετρο 2.000 μ. και ανεπτυγμένα πλούσια χωριά ακόμα και μέχρι τα 1.400 μ. υψομ.

Πριν μερικά χρόνια, τα Γρεβενά ανακηρύχτηκαν, «πόλη του μανιταριού». Περισσότερα από χίλια είδη άγριων μανιταριών φύονται στους πρόποδες της Πίνδου, στα μέρη της Βάλια Κάλντα, στην ανατολική πλευρά του Όρλιακα, στις Μπάλτσες, στα πυκνά δάση βελανιδιάς, στα λιβάδια και στις όχθες των ποταμών του Νομού Γρεβενών, κυρίως στα σύνορά με την επαρχία Βοίου Κοζάνης. Οι κάτοικοι κάνουν ότι μπορούν να βοηθήσουν την έρευνα, για την καταγραφή, την ανάδειξη και αξιοποίηση του φυσικού αυτού πλούτου, πολιτιστικά, οικονομικά και κοινωνικά.

Οι μεγαλύτεροι χαυλιόδοντες του κόσμου βρέθηκαν το 2007 στα Γρεβενά. Έχουν μήκος 5,02 μ. και ανήκαν σε μαστόδοντα, προϊστορικό προ-βοσκοειδώς, πρόγονο του ελέφαντα, που έζησε στην περιοχή την εποχή του Πλειοκαίνου πριν περίπου τρία εκατομμύρια χρόνια.

Τα 25 Μαστοροχώρια του Βοίου των Γρεβενών έχουν ανταποκριθεί στον επαγγελματικό προσανατολισμό των κατοίκων από τον 18ο αι. μέχρι τα μέσα του 20ου αι. Φημισμένοι τεχνίτες της πέτρας συγκροτούσαν παρέες και μετακινούνταν σε διάφορες περιοχές ανάλογα με την ζήτηση. «Πέτρα είχαμε πέτρα πελεκάμε» έλεγαν.

ΣΠΗΛΑΙΟ Τα χωριά Τρίκωμο, Παρόριο, Μοναχίτι, Ζιάκας, Σπήλαιο, Περιβολάκι, Κοσμάτι, Σταυρός, Λάβδα, Πανόραμα, είναι μερικά από τα Κουπατοχώρια που συναντάμε στις υπώρειες του Όρλιακα και γύρω από την κοίτη του Βενέτικου. Κουπατσαράιοι είναι οι Ελληνόφωνοι Βλάχοι, που εγκαταστάθηκαν κατά την τουρκοκρατία, ανάμεσα στα Βλαχόφωνα ορεινά χωριά και τις πόλεις του Μακεδονικού κάμπου. Κύρια ασχολία των Κουπατσαραίων ήταν η κτηνοτροφία, αλλά και το διαμετακομιστικό εμπόριο.

Το Σπήλαιο είναι κτισμένο πάνω σε βράχο ενώ από κάτω στο Φαράγγι στριμύχεται ο ποταμός Βενέτικος. Στο Σπήλαιο έχει εντοπισθεί αρχαία ακρόπολη με τείχη 1 χλμ., νεκροταφείο καύσεων, καθώς και νεκροπόλεις όλων των προϊστορικών και ιστορικών χρόνων και το Κάστρο του έχει χαρακτηριστεί διατηρητέο μνημείο.

Από την εποχή της Τουρκοκρατίας κοντά στο Σπήλαιο υπάρχουν τρία πέτρινα γεφύρια: Το γεφύρι της Πορτίτσας 1.200 μ. Ν στο φαράγγι που κατασκευάστηκε το 1743 με προσφορές από το Μοναστήρι. Το γεφύρι του κλέφτη (Λιάτσας), στα 2 χλμ. Δ μονότοξο, χτισμένο κατά την παράδοση γύρω στο 1800 από τον κλέφτη Λιάτσια. Το γεφύρι του Κατσογιάννη 2 χλμ. προς τα Α ίδιας χρονολογίας με αυτό της Λιάτσας.

ΖΑΚΑΣ καλοφτιαγμένο ορεινό χωριό 900μ. υψομ. 19 χλμ. ΝΔ των Γρεβενών. Η κοινότητα Ζάκα (Τίτσα) είναι πατρίδα του θρυλικού ήρωα Θεόδωρου Ζάκα με το ομόνυμο πέτρινο γεφύρι η (Τουρκογεφύρο) 3 χλμ. έξω από το χωριό. Χτίστηκε πριν από το 1885 και είναι εύκολα προσβάσιμο. Είναι δίτοξο με μεγαλύτερη την δυτική καμάρα ύψους 7,50 μ., μήκος 41 μ. και πλάτος 3,10 μ. Ο δρόμος που περνούσε πάνω από το γεφύρι ονομαζόταν «Βασιλική Στράτα» και αποτελούσε το διάβα των εμπορικών καραβανιών προς τη Θεσσαλία.

ΟΡΛΙΑΚΑΣ Το βουνό Όρλιακας προκαλεί τον θαυμασμό του επισκέπτη. Η κορυφή του φτάνει μόνο τα 1.433 μ., Όμως τα απόκρημνα βράχια στις πλαγιές του και τα διάφορα αρπακτικά που φωλιάζουν σε αυτές το κάνουν απολύτως επιβλητικό. Η βλάστηση αφθονεί υποβροχούμενη από το εδαφικό υπόστρωμα του ασβεστόλιθου, τα νερά και τις κλιματολογικές συνθήκες.

Εδώ υπάρχουν έλατα, βαλανιδιές, μαύρη πεύκη και οξιά, ενώ πιο χαμηλά μπορεί να δει κανείς φλαμουριές, κρانيές, πυξάρια, φτελιές, λεύκες, αγριοκερασιές, κέδρα, αγριαχλαδιές, φράξους, σφενδάμια, αγριοπούρναρα και πολλά άλλα. Κατά το φθινόπωρο ο Όρλιακας με όλα αυτά τα φυλλοβόλα μετατρέπεται σε πολύχρωμη ζωγραφική παλέτα. Καταφύγιο και τροφή βρίσκουν εδώ αρκετά θηλαστικά όπως αρκούδες, λύκοι, ζαρκάδια, αγριογούρουνα, αγριόγατες.

Ο Όρλιακας έχει χαρακτηριστεί ήδη από το 1973 σαν «περιοχή ιδιαίτερου φυσικού και ιστορικού κάλλους». Στους πρόποδες του εκτείνεται το δάσος του Ζάκα, το οποίο είναι πλούσιο σε χλωρίδα και πανίδα. Εκεί υπάρχουν και οι πηγές «Γκούβα», «Σταυράκη Μπαίρι» και η πηγή «Φτέρη» στο δρόμο για Ζάκα.

ΒΑΣΙΛΙΤΣΑ Η Βασιλίτσα βουνό μεταξύ της Ηπείρου και της Μακεδονίας στα όρια των νομών Ιωαννίνων και Γρεβενών. Η κορυφή της έχει υψομ. 2.249μ. και βρίσκεται στο κεντρικό τμήμα της οροσειράς της Βόρειας Πίνδου ανάμεσα στα χωριά Δίστρατο, Σμίξη και Αβδέλλα. Στη θέση «Διάσελο Βασιλίτσας» 25χλμ. Δ υπάρχει πολύ καλό χιονοδρομικό κέντρο με 5 πίστες και 8 αναβατήρες. Το όρος Βασιλίτσα είναι σημαντικός βιότοπος για την αρκούδα, τη βίδρα και το αγριόγίδο, και έχει συνολική έκταση 1356.29 εκτάρια. Άλλες κορφές είναι η Μαντηλίτσα, Γεροντικό, Στραγγόπετρα, Κολεάς, Μπαλντούμης, Γομάρα και άλλες.

ΓΟΜΑΡΑ Η Γομάρα (2.028 μ.) υψώνεται στα όρια Σμίξης-Σαμαρίνας-Δίστρατου. Η κορυφή της είναι σχεδόν γυμνή με διάσπαρτα ρόμπολα και στα πιο χαμηλά με οξιά και μαύρη πεύκη. Από εδώ υπάρχει θέα προς Σαμαρίνα, Όλυμπο, Καστοριά και Τύμφη.

ΕΘΙΜΑ Τα θεοφάνεια πραγματοποιείται το έθιμο "θεοφάνεια (Κύριε Ελέησον)" στο χωριό Μαυραναίοι του νομού Γρεβενών.

ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ Θα δοκιμάσετε σπεςιαλιτέ από νόστιμη μανιταρόσουπα, μανιταροπίλαφο, μανιταρομαγειρίτσα, μανιταρόπιτα, μανιτάρια τουρσί, Κατσικάκι σουβλάς, Αρνάκι σουβλάς, γουρουνοπούλο, κοντοσουβλι, χοιρινό κεμπάπ, πρόβειο κεμπάπ, σπληνάντερο, κοκορέτσι και αγριογούρουνο. Λουκάνικο, μπριζόλες, πίτες, τραχανάς, λαχανοτολμάδες λαγός στιφάδο χυλοπίτες και άλλα. Μπορείτε να πάρετε μαζί σας αποξηραμένα μανιτάρια, μανιτάρια σε λάδι, λικέρ από μανιτάρια, ζυμαρικά με μανιτάρια, αλλά και μανιτάρι γλυκό κουταλιού, τυριά και άλλα.





ΕΚΔΡΟΜΕΣ ΚΑΙ ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ ΤΡΙΜΗΝΟΥ

ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ - ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ 2014



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 06/10/13

ΚΥΡΙΑΚΙ - ΕΛΙΚΩΝΑΣ - ΑΡΒΑΝΙΤΣΑ

Αναχώρηση στις 07:30 π.μ. 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 (Συνολικές ώρες πορείας 5.00, 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 π.μ. για Χούνη (κοντά στο Άργος). Από εκεί η πεζοπορική ομάδα θα πραγματοποιήσει την πορεία για Βρούστι (υψομ. 660μ) και στην συνέχεια για Καρυά Αργολίδας (υψομ. 600μ). (Ώρες πορείας 5.30 ΒΔ:Α). Όσοι δεν πεζοπορήσουν θα επισκεφθούν το Ναύπλιο.

ΑΡΧΗΓΟΣ: Νίντος Νικόλαος

Δευτέρα 14/10/13

Θα πραγματοποιηθεί προβολή διαφανειών στα γραφεία μας στις 8:00 μ.μ. με θέμα «ΤΑΞΙΔΙ ΣΤΗΝ ΠΕΡΣΙΑ» από τον Δημήτρη Μπενά.



Κυριακή 20/10/13

ΕΞΑΜΙΛΙΑ ΚΟΡΙΝΘΙΑΣ - ΛΟΥΤΡΑ ΩΡΑΙΑΣ ΕΛΕΝΗΣ

Αναχώρηση στις 08:00 π.μ. για τα Εξαμίλια Κορίνθου. Από εκεί θα πραγματοποιηθεί πορεία προς Ανάληψη – Προφήτη Ηλία με κατάβαση στα λουτρά της Ωραίας Ελένης (ώρες πορείας 6.00 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: Κοσμαδάκη Μαρία

Σάββατο 26/10/13 – Δευτέρα 28/10/13

ΛΙΜΝΗ ΠΛΑΣΤΗΡΑ - ΜΠΟΡΛΕΡΟ

Αναχώρηση στις 08:00 π.μ. για την περιοχή Λίμνη Πλαστήρα όπου θα διανυκτερεύσουμε. Κατά τη διάρκεια του τριήμερου θα πεζοπορήσουμε στο καταφύγιο Ελατάκος και το Μπορλέρο, θα περπατήσουμε το φαράγγι των τριών καταρρακτών Ανοθοχωρίου, θα κάνουμε υδροποδήλατο στην λίμνη, αλλά και ποδήλατο στον ειδικά διαμορφωμένο ποδηλατόδρομο στο δάσος γύρω της, θα ανάψουμε κεριά στην περίφημη μονή Πελεκητής, θα φάμε παραδοσιακά φαγητά της περιοχής αλλά και πέστροφες στον Εύρυτο ποταμό και άλλα. Έχει κυκλοφορήσει αναλυτικό πρόγραμμα.

ΑΡΧΗΓΟΣ: Τσούτσος Νίκος

Κυριακή 3/11/13

ΠΛΑΤΑΙΕΣ – ΚΙΘΑΙΡΩΝΑΣ – ΒΙΛΙΑ - ΠΟΡΤΟ ΓΕΡΜΕΝΟ

Αναχώρηση στις 08:00 π.μ. για Κάζα - Πλαταιές - Μονή Αγίας Τριάδας απ' όπου η ορειβατική ομάδα θα πραγματοποιήσει ανάβαση στην κορυφή του Κιθαιρώνα, Προφ. Ηλίας (1.409 μ.) με κατάβαση στο καταφύγιο Τσάκος στη θέση Πέταλο. Ώρες πορείας: 6. ΒΔ: Β. Η υπόλοιπη ομάδα θα επισκεφθεί την Μονή Αγίας Τριάδος, τον Αρχαιολογικό Χώρο των Πλαταιών, θα διημερεύσει στο Πόρτο Γερμενό και θα παραλάβει την ορειβατική ομάδα από το Πέταλο για επιστροφή.

ΑΡΧΗΓΟΣ: Γκλέτσος Γεώργιος

Δευτέρα 4/11/2013 Ώρα 7:00 μ.μ.

ΠΑΝΗΓΥΡΙΚΗ ΕΚΔΗΛΩΣΗ ΣΤΟ ΠΟΛΕΜΙΚΟ ΜΟΥΣΕΙΟ ΓΙΑ ΤΑ 80 ΧΡΟΝΙΑ ΤΗΣ Ε.Ο.Φ.

Παρασκευή 8/11/13

Συγκέντρωση στα γραφεία μας (8:00 μ.μ.) με σκοπό να γίνουν προτάσεις για τις εκδρομές του 1^{ου} τετράμηνου του 2014 καθώς και άλλες εκδρομές.



Σάββατο 9/11/13 – Κυριακή 10/11/13

ΟΡΕΙΝΟΣ ΞΕΝΩΝΑΣ (ΤΟΥΡΙΣΤΙΚΗ)

Αναχώρηση στις 3:00μ.μ. για Κεφαλάρι - Ορεινό Ξενώνα όπου θα διανυκτερεύσουμε. Την Κυριακή το απόγευμα επιστροφή στην Αθήνα.

ΑΡΧΗΓΟΣ: Αρμενιάκου Γεωργία

Κυριακή 10/11/13

ΜΑΙΝΑΛΟ - ΡΟΕΙΝΟ - ΠΙΑΝΑ

Αναχώρηση στις 07:30 π.μ. για Τρίπολη - Ροεινό από όπου η πεζοπορική ομάδα θα πραγματοποιήσει πορεία προς Πιάνα. Ώρες πορείας: 5.00 ΒΔ: Β. Η τουριστική ομάδα θα επισκεφθεί τα γραφικά χωριά του Μαινάλου: Αλωνίσταινα και Βυτίνα.

ΑΡΧΗΓΟΣ: Λυράκη Νάντια

Κυριακή 17/11/13**ΣΤΕΝΗ - ΞΗΡΟΒΟΥΝΙ**

Αναχώρηση στις 07:30 π.μ. για Στενή Εύβοιας. Υπάρχουν δύο εναλλακτικές διαδρομές για πεζοπορία. Η πρώτη ομάδα μπορεί να πραγματοποιήσει την κυκλική πορεία Στενή - Διάσελο Ξηροβουνίου (Μεσορράχη) - Καταφύγιο Δίρφος - Στενή. Ώρες πορείας: 6.00 ΒΔ: Β. Η δεύτερη ομάδα θα προωθηθεί με το πούλμαν έως την Μεσορράχη από όπου θα πραγματοποιήσει ανάβαση στο Ξηροβούνι (1.417μ.) με επιστροφή στην Μεσορράχη. Ώρες πορείας: 6.00 ΒΔ: Γ (η δυσκολία είναι κατά την ανάβαση έως τις πόρτες). Όσοι δεν πεζοπορήσουν, θα διημερεύσουν στο καταφύγιο και στην Στενή.

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Κοσμάδακη Μαρία**

Δευτέρα 18/11/13

Θα πραγματοποιηθεί προβολή διαφανειών στα γραφεία μας στις 8.00 μ.μ. με θέμα «Με την ΕΟΦ στην ΡΟΔΟΠΗ και τον ΟΛΥΜΠΟ» από την Νάντια Λυράκη και τον Κώστα Παπαβασιλείου.

**Σάββατο 23/11/13 - Κυριακή 24/11/13****ΛΙΜΝΗ ΜΟΡΝΟΥ - ΛΙΔΩΡΙΚΙ - ΚΡΟΚΥΛΕΙΟ**

Αναχώρηση το Σάββατο στις 08:00 π.μ. για Τεχνητή Λίμνη Μόρνου - Λιδωρίκι - Καρούτες (1040μ.) γνωστές από την μεγάλη αντιστασιακή μάχη κατά την κατοχή. Από εκεί η πεζοπορική ομάδα θα πραγματοποιήσει την διαδρομή Καρούτες - Λιδωρίκι (ώρες πορείας 2.00 ΒΔ: Α). Όσοι δεν πεζοπορήσουν θα επισκεφθούν τα βόρεια χωριά της λίμνης όπως το Κάλλιο και θα γευματίσουν στο Λιδωρίκι. Όλοι μαζί, μετά, με το πούλμαν, θα ακολουθήσουμε τον νότιο γραφικό παραλίμνιο δρόμο και θα επισκεφθούμε το φράγμα του Μόρνου. Στη συνέχεια θα καταλήξουμε στο Κροκύλειο όπου θα διανυκτερεύσουμε. Την Κυριακή το πρωί, η πεζοπορική ομάδα θα πραγματοποιήσει την διαδρομή Κροκύλειο - Πενταγιοί (ώρες πορείας 6.00 ΒΔ: Β) ενώ οι υπόλοιποι θα περιηγηθούν τα γραφικά χωριά Κροκύλειο, Πενταγιοί και Αρτοτίνα.

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Παγουλάτος Δημήτριος**

Κυριακή 01/12/13**ΑΝΩ ΤΡΙΚΑΛΑ - ΦΛΑΜΠΟΥΡΙΤΣΑ**

Αναχώρηση στις 7:30 π.μ. για Άνω Τρίκαλα Κορινθίας - Μονή Αγίου Βλασίου από όπου η ορειβατική ομάδα θα πεζοπορήσει στην χαράδρα της Φλαμπουρίτσας που χωρίζει την Μικρή από την Μεγάλη Ζήρεια. Ώρες πορείας: 6.00 ΒΔ: Α. Η υπόλοιπη ομάδα θα περιηγηθεί τα Άνω Τρίκαλα, τα Μεσαία Τρίκαλα και την Μονή Αγίου Βλασίου.

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Γιολλάση Μαρία**

Κυριακή 08/12/13**ΜΝΗΜΟΣΥΝΟ ΕΟΦΙΤΩΝ - ΜΟΥΣΕΙΟ ΜΑΡΑΘΩΝΑ - ΠΟΡΕΙΑ ΣΤΟ ΑΓΡΙΛΙΚΙ**

Αναχώρηση στις 08.00 π.μ. από τα γραφεία της ΕΟΦ. Θα πραγματοποιηθούν τα εξής προγράμματα:

1. Τουριστική ομάδα. Το πούλμαν θα αφήσει την ομάδα στην Ι.Μ. Αγίας Τριάδος (Λύρειο ίδρυμα, Νέος Βουτζάς) όπου θα πραγματοποιηθεί επιμνημόσυνη δέηση για τους εκλιπόντες ΕΟΦίτες. Αφού αφήσει την πεζοπορική ομάδα για την πορεία θα επιστρέψει για να παραλάβει την τουριστική ομάδα και να την πάει για επίσκεψη στο μουσείο του Μαραθώνα και στην συνέχεια στην κατασκήνωση της Ε.Ο.Φ. και στην Νέα Μάκρη για φαγητό.

2. Πεζοπορική ομάδα. Αφού αφήσει την τουριστική ομάδα στην Ι.Μ. Αγίας Τριάδος το πούλμαν θα συνεχίσει για το μουσείο του Μαραθώνα από όπου η πεζοπορική ομάδα θα πραγματοποιήσει πορεία για Μονή Βρανά - Αγριλίκι με επιστροφή στο μουσείο του Μαραθώνα (ώρες πορείας 4.00 ΒΔ: Α). Στην συνέχεια το πούλμαν θα έρθει να παραλάβει την ομάδα για να την πάει στην Νέα Μάκρη για φαγητό. Και οι δύο ομάδες θα επιστρέψουν στην Αθήνα το απόγευμα.

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Δ.Σ.**

Κυριακή 15/12/13**ΑΡΧΑΙΑ ΜΙΔΕΑ - ΛΙΜΝΕΣ - ΝΑΥΠΛΙΟ**

Αναχώρηση στις 08:00 π.μ. για Ισθμό Κορίνθου - Αρχαία Μιδέα όπου θα επισκεφθούμε την Μυκηναϊκή Ακρόπολη Μιδέας και το Μυκηναϊκό Νεκροταφείο Δενδρών. Στη συνέχεια θα πραγματοποιήσουμε την διαδρομή Μιδέα - Λίμνες. Από τις Λίμνες θα μας παραλάβει το πούλμαν για να επισκεφθούμε το Παλαμίδι και το Ναύπλιο. Ώρες πορείας: 3.00 ΒΔ: Α. Όσοι δεν πεζοπορήσουν θα διημερεύσουν στο Ναύπλιο και θα επισκεφθούν και το Παλαμίδι.

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Παϊδούση Πόπη**

Δευτέρα 16/12/13

Θα πραγματοποιηθεί προβολή φωτογραφιών και video στα γραφεία μας στις 8.00 μ.μ. με θέμα «ΠΑΣΧΑ ΜΕ ΤΗΝ ΕΟΦ ΣΤΗΝ ΚΡΗΤΗ» από Βάλια Δημητροπούλου και τον Νίκο Τσούτσο.

**Κυριακή 22/12/13****ΠΑΡΝΗΘΑ (ΜΕΛΙΑ - ΑΓ.ΓΕΩΡΓΙΟΣ - ΧΑΣΙΑ)**

Αναχώρηση στις 08.30 π.μ. για Πάρνηθα με στάση στη θέση Μέλια (λίγο πριν το Μετόχι και το τελεφερίκ). Από εκεί θα ξεκινήσει την πορεία της η πεζοπορική ομάδα στην διαδρομή: Αγ. Γεώργιος Κεραμιδιού - Κούμπουλα - Κιάφα Πίνη - Ταμίλι - Πρέμη - Φυλή. Ώρες πορείας: 5. ΒΔ: Α. Όσοι δεν ακολουθήσουν αυτήν την πορεία θα συνεχίσουν με το πούλμαν για Αγία Τριάδα - Καταφύγιο Μπάφι. Μετά θα καταλήξουν για φαγητό και παραλαβή της πεζοπορικής ομάδας στην Χασιά (Φυλή).

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Μουτάφη Ελένη**

Τρίτη 24/12 - Πέμπτη 26/12/13**ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ ΣΤΟΝ ΟΡΕΙΝΟ ΞΕΝΩΝΑ**

Αναχώρηση την Τρίτη στις 3:00 μ.μ. για Κεφαλάρι - Ορεινό Ξενώνα όπου θα διανυκτερεύσουμε για να περάσουμε ένα φυσιολογικό Χριστουγεννιάτικο τριήμερο με παρέα, πεζοπορία, διασκέδαση. Θα απολαύσουμε την χειμωνιάτικη ομορφιά της περιοχής

με περιπάτους στις πλαγιές της Μικρής Ζήρειας και διαδρομές στην γύρω περιοχή όπως: Κυλλήνη (Μπούζι), Ισώματα, Προφήτης Ηλίας, Μάννα κτλ. Επιστροφή στην Αθήνα την Πέμπτη το απόγευμα. ΑΡΧΗΓΟΣ: **Συλβεστριάδης Βασίλειος**

Κυριακή 29/12/13

ΓΥΡΟΣ ΣΟΥΝΙΟΥ

Αναχώρηση στις 8:30 π.μ. για - Παλαιά Φώκαια απ' όπου η πεζοπορική ομάδα θα πραγματοποιήσει την διαδρομή Π. Φώκαια - Προφήτης Ηλίας - Άγιος Κωνσταντίνος. Ώρες πορείας: 5.00 ΒΔ: Β. Η υπόλοιπη ομάδα θα επισκεφθεί τον Άγιο Νεκτάριο στον Άγιο Κωνσταντίνο, το Λαύριο και το Σούνιο. ΑΡΧΗΓΟΣ: **Μαντάς Τάκης**

Σάββατο 04/01/14 – Τρίτη 07/01/14

ΘΕΟΦΑΝΕΙΑ - ΓΡΕΒΕΝΑ - ΒΕΝΕΤΙΚΟΣ - RAFTING - ΓΟΜΑΡΑ - ΒΑΣΙΛΙΤΣΑ - ΣΠΗΛΙΟ - ΖΑΚΑΣ - ΟΡΛΙΑΚΑΣ

Αναχώρηση το Σάββατο στις 8:00 π.μ. για Λαμία - Τρίκαλα - Καλαμπάκα - περιοχή των Γρεβενών όπου θα διανυκτερεύσουμε. Την Κυριακή θα επισκεφθούμε το Χιονοδρομικό Κέντρο Βασιλίτσας (1800μ.) από όπου μία ομάδα θα πραγματοποιήσει ανάβαση στην κορυφή Βασιλίτσα (2249μ.) με 5.00 ώρες πορεία. ΒΔ: Β. Μία άλλη ομάδα θα πραγματοποιήσει ανάβαση στην κορυφή Γομάρα (2126μ.) με 3.00 ώρες πορεία. ΒΔ: Α. Όσοι δεν πεζοπορήσουν θα επισκεφθούν το Χιονοδρομικό Κέντρο, το γραφικό χωριό Σμίξη και εφόσον ο χρόνος και οι καιρικές συνθήκες το επιτρέπουν, χωριά όπως την Αλατόπετρα, την Αετιά & τους Φιλιππαίους με το φαράγγι του Τσούργιακα. Την Δευτέρα, μία ομάδα θα κάνει Rafting στον Βενέτικο ποταμό. Η υπόλοιπη ομάδα θα επισκεφθεί το χωριό Ζάκα με το ομώνυμο γεφύρι, το χωριό Τρίκωμο με το θρυλικό γεφύρι Αζίζ Αγά και το γραφικό χωριό Σπήλι όπου θα διημερεύσει. Στο Σπήλι, οι πεζοπόροι θα έχουν την ευκαιρία να πεζοπορήσουν 3.00 - 4.00 ώρες για να επισκεφθούν το ομώνυμο φαράγγι, το γεφύρι Πορτίτσα, την Μονή Παναγιάς και άλλα. Την Τρίτη, θα προωθηθεί η ορειβατική ομάδα στην περιοχή του Ζάκα για ορεινή πεζοπορία στις πλαγιές του Όρλιακα 1.464μ. Όσοι δεν πεζοπορήσουν θα επισκεφθούν το μουσείο της Μηλιάς και μετά θα επιστρέψουμε στην Αθήνα με στάσεις κατά την κρίση του αρχηγού. ΑΡΧΗΓΟΣ: **Νίντος Νικόλαος**

Δευτέρα 06/01/14

ΓΙΟΡΤΗ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ ΣΤΗΝ ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΣΗ

Αναχώρηση στις 8:30 π.μ. για την κατασκήνωση για την κοπή της πίτας των παιδιών με κλήρωση αναμνηστικού φλουριού και διανομή δώρων. ΑΡΧΗΓΟΣ: **Δ.Σ.**

Παρασκευή 10/01/14 στις 8:30 μ.μ.

ΚΟΠΗ ΠΡΩΤΟΧΡΟΝΙΑΤΙΚΗΣ ΠΙΤΑΣ ΣΤΑ ΓΡΑΦΕΙΑ ΜΑΣ

Θα κληρωθεί αναμνηστικό χρυσό «φλουρί» και θα ακολουθήσει διασκέδαση με μουσική και φαγητό

Σάββατο 11/01/14 – Κυριακή 12/01/14

ΟΡΕΙΝΟΣ ΞΕΝΩΝΑΣ – ΓΙΟΡΤΗ ΠΑΙΔΙΩΝ ΚΕΦΑΛΑΡΙΟΥ

Αναχώρηση το Σάββατο στις 3:00 μ.μ. για Κόρινθο - Κεφαλάρι - Ορεινό Ξενώνα όπου θα διανυκτερεύσουμε. Την Κυριακή θα πραγματοποιήσουμε την γιορτή για τα παιδιά του Κεφαλαρίου στα οποία θα μοιραστούν δώρα. ΑΡΧΗΓΟΣ: **Δ.Σ.**

Κυριακή 12/01/14

ΠΑΝΕΙΟ ΟΡΟΣ - ΚΑΛΥΒΙΑ - ΛΑΥΡΙΟ

Αναχώρηση στις 08:00 π.μ. για την Αγία Σκέπη προκειμένου να πραγματοποιήσουμε την πορεία στο Πάνειο όρος (636μ.) με κατάβαση στον Άγιο Κωνσταντίνο. Ώρες πορείας 5.00 ΒΔ: Α. Όσοι δεν ακολουθήσουν την πεζοπορική ομάδα θα επισκεφθούν τα Καλύβια και το Λαύριο. ΑΡΧΗΓΟΣ: **Μουρίκης Γεώργιος**

Κυριακή 19/01/14

ΓΕΡΑΝΙΑ ΠΡΑΣΙΝΟ ΜΟΝΟΠΑΤΙ - ΛΟΥΤΡΑΚΙ

Αναχώρηση στις 7:30 π.μ. για Χαρβάτι (κοντά στο Λουτράκι) από όπου η πεζοπορική ομάδα θα πραγματοποιήσει την επονομαζόμενη διαδρομή «πράσινο μονοπάτι» (Χαρβάτι - Φίχι - Δρίζα - Γαλανόπουλος - Αγ. Γεώργιος). Ώρες πορείας 7.00 ΒΔ: Β. Η υπόλοιπη ομάδα θα διημερεύσει στο Λουτράκι και στα Πίσια για φαγητό. ΑΡΧΗΓΟΣ: **Μπενά Αμαλία**

Δευτέρα 20/01/14

Θα πραγματοποιηθεί προβολή φωτογραφιών στα γραφεία μας στις 8.00 μ.μ. με θέμα «ΑΛΓΕΡΙΑ» από τον Νίκο Νίντο.



Κυριακή 26/01/14

ΛΙΒΑΔΙΑ ΠΑΡΝΑΣΣΟΥ - ΚΟΡΥΚΕΙΟ ΑΝΤΡΟ - ΔΕΛΦΟΙ

Αναχώρηση στις 08:00 π.μ. για Λιβάδια Αράχωβας απ' όπου η πεζοπορική ομάδα θα πραγματοποιήσει την διαδρομή Λιβάδια (1150μ.) - Κορύκειο Άντρο (1320μ.) με κατάβαση στους Δελφούς (600μ.) από το αρχαίο μονοπάτι. Ώρες πορείας: 5.00 ΒΔ: Α. Όσοι δεν πεζοπορήσουν, θα περιηγηθούν τα Λιβάδια, τους Δελφούς με τον Αρχαιολογικό Χώρο και το ενδιαφέρον Μουσείο και το χωριό Χρυσό. ΑΡΧΗΓΟΣ: **Ναυπακτίτης Λουκάς**



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 εξορμήση 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

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

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

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

ΧΕΙΜΩΝΑΣ

- Ο ίδιος εξοπλισμός του καλοκαιριού με τις εξής προσθήκες:

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



Σε περίπτωση **διανυκτέρευσης:**

- ✓ Καρυμάτ
- ✓ Υπνόσακας
- ✓ Αντίσκηνο
- ✓ Καμινέτο-Λάμπα υγραερίου
- ✓ Μαγειρική σκεύη-μαχαιροπήρουνα

ΓΕΝΙΚΟΙ ΟΡΟΙ & ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΤΙΣ ΕΚΔΡΟΜΕΣ

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

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

- Στις ημερήσιες εκδρομές απαιτείται απλή εγγραφή δίνοντας και ένα τηλέφωνο για περίπτωση ανάγκης.
- Στις διήμερες και στις πολυήμερες 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.Ξ.Ν.Ε.

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



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

ΕΚΔΗΛΩΣΗ ΓΙΑ ΤΑ 100 ΧΡΟΝΙΑ ΚΑΤΑΚΤΗΣΗΣ ΤΗΣ ΨΗΛΟΤΕΡΗΣ ΚΟΡΥΦΗΣ ΤΟΥ ΟΛΥΜΠΟΥ

Την 20 - 21 Ιουλίου 2013 έγινε στον Όλυμπο η επίσημη έναρξη της γιορτής των 100 χρόνων από την κατάκτηση της ψηλότερης κορυφής του Ολύμπου, τον Μύτικα με ύψος 2.918 μ. από τους Χρήστο Κάκκαλο, Freyd Boissonas και Daniel Baud Bony. Η επίσημη εκδήλωση έλαβε χώρα στο παλιό Μοναστήρι του Αγίου Διονυσίου Ολύμπου, αφού πρώτα έγινε Δοξολογία και Επιμνημόσυνη Δέηση στο καινούριο Μοναστήρι, δίπλα απ' το παλιό.

Στην εκδήλωση συμμετείχαν ο Πρόεδρος της Ελβετίας στην Ελλάδα, εγγόνια και δισέγγονα του Χρήστου Κάκκαλου, δισέγγονα και τρισέγγονα των Freyd Boissonas και Daniel Baud Bony. Η εκδήλωση έγινε υπό την αιγίδα της περιφερειακής κοινότητας Πιερίας με συμμετοχή του Δήμου Δίου - Ολύμπου, Φορέα Διαχείρισης Εθνικού Δρυμού Ολύμπου, Ιεράς Μονής Αγίου Διονυσίου - Ολύμπου και ΕΟΣ Λιτοχώρου.

Το 1913 ο Freyd Boissonas είχε έρθει προσκεκλημένος από τον Ελευθέριο Βενιζέλο και βρισκόταν στη Θεσσαλονίκη για να βγάλει φωτογραφίες μετά την απελευθέρωσή της (1912). Σε ένα διάλειμμα με ένα καϊκι πήγαν στη Σκάλα Λιτοχώρου μαζί με τον Daniel Baud Bony. Εκεί βρήκε τον Χρήστο Κάκκαλο, ο οποίος τους οδήγησε στις κορυφές του Ολύμπου. Μετά από αρκετές περιπέτειες με τον καιρό ο Boissonas αντιλήφθηκε ότι υπάρχει πιο ψηλή κορυφή και κατάφεραν στις 3 Αυγούστου 1913 να πατήσουν στην ψηλότερη κορυφή του Ολύμπου, τον Μύτικα.

Την όλη εκδήλωση διοργάνωσε με άψογο τρόπο η ΕΟΟΑ, παρόντος φυσικά και του Προέδρου της Δημητρίου Γεωργούλη. Συμμετείχαν πάρα πολλά άτομα από τον ορειβατικό και φυσιολατρικό κόσμο. Ήλθαν φυσιολάτρες από Θεσσαλονίκη, Πάτρα, Αργίνο, Βόλο, Αθήνα, Κιλκίς, Κοζάνη, Έδεσσα, Λιτόχωρο και απ' το εξωτερικό. Η κυρίως ομιλία για την κατάκτηση της κορυφής του Μύτικα έγινε από τον καθηγητή του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης και Λιτοχωρινό κ. Γιάννη Κυρίτση.

Ήταν πάρα πολύ ωραία με διαφάνειες από την όλη κατάκτηση



του Ολύμπου και τη ζωή του Κάκκαλου και Boissonas.

Επακολούθησε ένα λιτό γεύμα και την άλλη μέρα έγινε ανάβαση στην κορυφή Προφήτης Ηλίας.

Την Ομοσπονδία εκπροσώπησε ο Πρόεδρος αυτής Βασίλης Κασταντώνης ο οποίος, στο σύντομο χαιρετισμό του, επεσήμανε την προστασία του περιβάλλοντος και την εμπέδωση στους νέους αυτής της προστασίας από την τρυφερή τους ηλικία.

Ο Πρόεδρος της Ομοσπονδίας έδωσε στον δισέγγονο του Freyd Boissonas, ο οποίος είναι παντρεμένος με Ελληνίδα και ζουν έξι μήνες στην Ελλάδα και έξι στην Ελβετία, μία φωτογραφία του 1903 όταν ήρθε για πρώτη φορά στην Ελλάδα ο Freyd Boissonas και ο Daniel Baud Bony με τις γυναίκες τους και επισκέφτηκαν το χωριό Ζεμενό Κορινθίας για να δουν τον φίλο τους, νεαρό Δικηγόρο τότε, Ιωάννη Βαλάτα.



ΛΙΧΑΔΟΝΗΣΙΑ ΚΑΙ ΦΕΤΟΣ

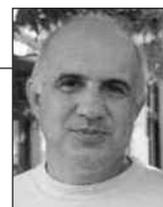
Γράφει ο Δημήτρης Αρμενιάκος

Όταν ο Ηρακλής πέταξε τον δούλο του Λίχα στη θάλασσα, γιατί του έφερε τον δηλητηριασμένο χιτώνα που του έστειλε η Δηϊνείρα, δεν φανταζόταν ότι η ΕΟΦ θα καθιέρωνε μια τέτοια εκδρομή στην περιοχή με τόση επιτυχία και για να μην μείνει κανένα κενό σε αυτούς που θα διαβάσουν αυτή την σελίδα η μυθολογία



Ο Φάρος της Βασιλίνας στην Βόρεια Εύβοια, Φωτ. Γιώργ. Γκλέτσος ▲

Λιχαδονήσια. Κατεβαίνουντας στην Μανωλιά, Φωτ. Γιώργ. Γκλέτσος ▼



λέει ότι τα κομμάτια του Λίχα έπεσαν γύρω από το ακρωτήριο Κύναιο όπου ο Ποσειδώνας τα μεταμόρφωσε σε μικρά νησάκια και η Στρογγυλή είναι το κεφάλι του Λίχα. Πέρα όμως από τον μύθο, τα Λιχαδονήσια είναι αποτέλεσμα ηφαιστειακής δραστηριότητας. Μεγάλο τμήμα των νησιών βυθίστηκαν από μεγάλο σεισμό το 426 π.Χ. Για 3η χρονιά φέτος με την αναγγελία της εκδρομής άρχισε η κινητικότητα, η συμμετοχή ξεπέρασε κάθε προηγούμενο, αλλά καθώς οι κλίνες ήταν περιορισμένες, από τους 100 που είχαν δηλώσει συμμετοχή μόνο οι 75 πρώτοι συμμετείχαν. Η αναχώρηση έγινε την Παρασκευή το μεσημέρι και λόγω της κατάρτησης του ferry boat από τον Αγ. Κων/νο προς τον Αη Γιώργη, η διαδρομή μας άλλαξε, από Αρκίτσα περάσαμε με το ferry στην Αιδηψό κι από εκεί με τα δύο τριανταεξάρια πούλμαν στον Αη Γιώργη. Μία απόσταση 25 χλμ. σε ένα παραλιακό πανέμορφο τοπίο γύρω από τον κόλπο της Αιδηψού και γύρισμα στην ακτογραμμή προς τη μύτη της Εύβοιας, ένας συνδυασμός τουριστικής και ορειβατικής εκδρομής με την τέλεια αρμονία των δύο αυτών δραστηριοτήτων.

Για τους καθαρά ραχαταλίδες, η διαδρομή ξενοδοχείο-εστιατόριο ήταν η ιδανική. Πάνω στη θάλασσα απολάμβαναν τα γεύματα και τα δείπνα τους χωρίς μεγάλη μετακίνηση. Προαιρετικά καμιά βολτούλα για το ξεμούδιασμα. Η έκπληξη της εκδρομής ήταν μία



Τα γενέθλια του Νικόλα ▲



ομάδα από 10 Εοφιτόπουλα που την ομόρφυναν ακόμα περισσότερο. Με τη ζωντάνια τους, τις φωνές τους, τα γέλια τους και χωρίς να δημιουργήσουν κανένα πρόβλημα, έδωσαν ένα ξεχωριστό τόνο, συνέπεσαν δε και τα γενέθλια του μικρού Νικόλα και την Παρασκευή το βράδυ έσβησε τα 5 κεράκια του στην ομήγυρη των εκδρομένων με τις ευχές της καλοκαιρινής παρέας της κατασκήνωσης.

Η ορειβατική ομάδα, σε μία διαδρομή 4 ωρών, ανέβηκε στο όρος Λίχα και στην κατάβαση επισκέφτηκαν την περιοχή Φάρος.

Την Κυριακή το πρωί αναχωρήσαμε για τη βόλτα μας στα Λιχαδονήσια με 2 ταχύπλοα σκαφάκια. Οι σούζες των χειριστών κατά τη διάρκεια της διαδρομής ενθουσίασαν μικρούς και μεγάλους και αφού κάναμε τον περίπλοο της Νήσου Στρογγυλή όπου δέσποζε ο Φάρος από το 1870, με τη σχετική ξενάγηση από τους



Μέδουσα (σαλούφα), Φωτ. Ο. Πετροπούλου ▲

χειριστές των σκαφών, σταθήκαμε πάνω από ένα ναυάγιο του 2ου Παγκόσμιου Πολέμου.

Στο βάθος προς τα μικρά νησάκια, τα ονομαζόμενα και Μερμηγκιές, ξεπρόβαλε και μία από τις 5 φώκιες που ζουν τα τελευταία χρόνια στην περιοχή. Προς απογοήτευση της παιδικής ομάδας και των φωτογράφων στο πλησίασμα του σκάφους εξαφανίστηκε.

Άφιξη στη Μανωλιά, το μεγαλύτερο νησάκι, κατάφυτο από ελιές και με την κυριαρχία της μαύρης πέτρας κατά μήκος της ακτογραμμής. Το κολπάκι με τα καταγάλανα νερά και την ψιλή άμμο έξω και μέσα πρόσφερε την ευκαιρία για ένα θαυμάσιο μπάνιο σε μικρούς και μεγάλους.

Επιστροφή το μεσημέρι, φαγητό και ξεκούραση και αναχώρηση το απόγευμα με άφιξη στην Αθήνα κατά τις 10.30.

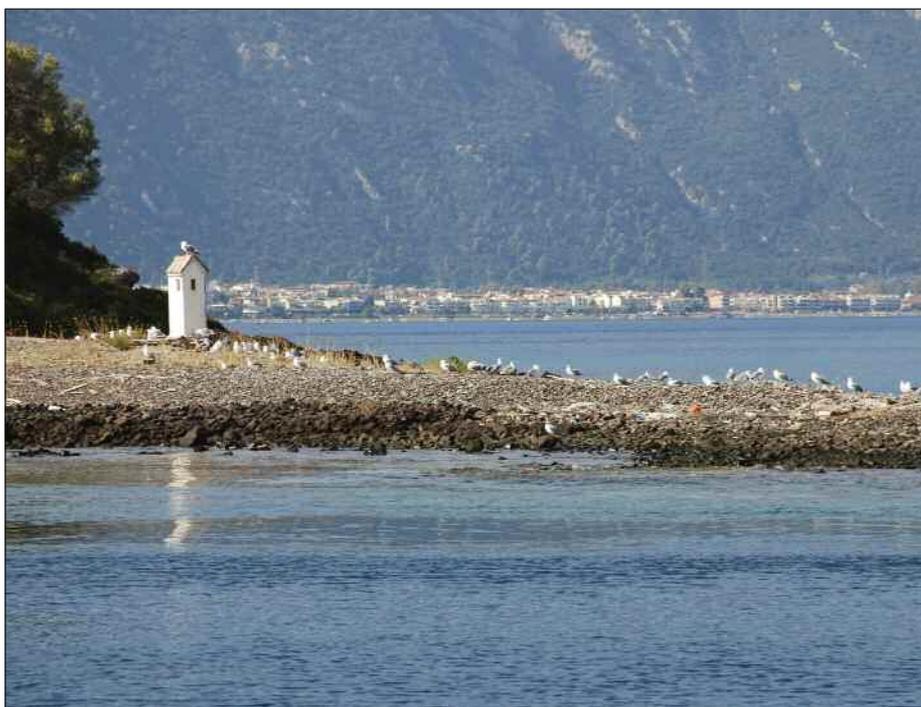
Του χρόνου με την εξασφάλιση περισσότερων κλινών ίσως περισσότεροι να απολαύσουν αυτό το υπέροχο και ήρεμο τριήμερο. Είχαμε βέβαια και τα απρόοπτα μας και πιπεράτα αλλά...αυτά σε άλλη στήλη.

Τέλος, από όλη την ομάδα ένα μεγάλο ευχαριστώ στον Αρχηγό Θανάση Τζιβιά ο οποίος, ακόμα μια φορά, διακρίθηκε για την πολύ επιτυχημένη οργάνωση της εκδρομής, όσον αφορά τις μετακινήσεις των εκδρομέων, την διαμονή και την σωστή επιλογή για τις δραστηριότητες του διημέρου. Πάμε για άλλα.

Οι μεγάλοι ταξιδιώτες στα Λιχαδονήσια ▼



Μανωλιά, εγκαταλελειμένος οικισμός, Φωτ. Δ. Παγουλάτος ▲



Λιχαδονήσια - Στρογγυλή. Οι γλάροι ξεκουράζονται, Φωτ. Γιώργ. Γκλέτσος ▲

Σούζα στη θάλασσα, Φωτ. Δ. Αρμενιάκος ▼



ΕΟΦίτικα

■ Λιχαδονήσια.

Είναι λέει από το '50 τόσο στην ΕΟΦ, ωραία, και πολλοί άλλοι είναι και περισσότερα χρόνια αλλά δεν εξαφανίζονται ή δεν ανοίγουν την πόρτα στη 1:30 τη νύχτα και αφήνουν τη συγκάτοικο στο δίκλινο σύξυλη! Ευτυχώς κάτι βρέθηκε και η Μαρία έβγαλε το βράδυ και λόγω ιδιοσυγκρασίας και κατανόησης και έτσι αποφύγαμε και τα παραπέρα... Άντε τώρα η δράστης να ξαναβρεί συγκάτοικο, όπου φύγει - φύγει λάβει την πρόταση, οπότε «ηθελές τα κι επαθές τα» για την συνέχεια.

■ Καλά 65 άτομα ήξεραν και κατάλαβαν πως φεύγαμε στις 5:45 από το τάδε μέρος, ένα δεν κατάλαβε; Εκτός κι αν ήταν πλήρως απομονωμένο και δεν αντάλλαξε ούτε κουβέντα με τους υπόλοιπους. Γιατί εκτός από την ώρα ήταν και το μέρος. Ψάξε ψάξε όμως τη βρήκαμε και φύγαμε.

■ Εκτός των άλλων είχαμε και τους ψαράδες μας στην άκρη του Μώλου, μονίμως εγκατεστημένοι με όλα τα σύνεργα. Τα καλάμια μπαϊνοβγαίαν, η ψαριά καλή, αλλά μέσος όρος κατά ψάρι γύρω στα 5 γραμμάρια περίπου, άντε και λίγο παραπάνω 1κιλό, ήθελες περίπου 20 ψάρια. Όσον αφορά στις επιδόσεις μάλλον η Άννα ήταν το Νο1, όσο για τον Νότη από ατυχία λόγω απειρίας όταν δεν τσίμπηγε



Λιχαδονήσια. Από ότι φαίνεται όλα καλά. Χαμόγελα σε φόντο λευκού-τουρκουάζ.



Εικόνα από τις σελίδες βιβλίου αστυνομικού μυστηρίου -μς Μαρπλ. «...η μυστηριώδεις κυρία με το εμπριμέ φόρεμα και το καπέλο εθεάθει ατενίζουσα το απέραντο γαλάζιο της Θάλασσας. Μετά εξαφανίστηκε χωρίς να αφήσει το παραμικρό ίχνος». Η έρευνα μόλις αρχίζει...



-Προσέξτε την Κατασκήνωση, εγώ καλοκαίρι; βράστα, φεύγω για Σλοβενία... εκείνος ο Τρίνκερι δεν μου γεμίζει το μάτι, άσε που αν τραυματιστεί ο Σπανούλης ούτε στην οκτάδα δεν μας βλέπω.



Το πρώτο καλοκαίρι τους στην Κατασκήνωση. Αχαούχα, να χαρώ τα καλοθερμεμένα «καφκιούδικα» μωρά.

Η Ιστορία είναι σαν τον καθρέπτη του αυτοκινήτου, κοιτάμε πίσω για να πάμε μπροστά. Αυτός που ξεχνάει ή αγνοεί την Ιστορία του, δεν έχει ούτε παρόν ούτε μέλλον.

τις περισσότερες φορές τραβούσε το καλάμι με φόρα, όταν δεν τσιμπούσε το αγκίστρι ανέβαινε ψηλά και στην κάθοδο του έπιανε την μπλούζα από την πλάτη, ευτυχώς δεν είχαμε κανένα ατύχημα, να του πιάσει κανένα αυτί... Πάντως έπιανε κανα ψάρι που και που... Άντε και του χρόνου να πάνε 2-3 μέρες πριν να ρίξουν κανα τελάρο σαρδέλες μπας και ζυγώσει κανένα μεγαλύτερο ψάρι.

■ Φρεσκαδούρα στα Λιχάδια. 10 παιδόπουλα, πειθαρχία στο σχολικό πούλμαν στην αρχή για κανα 2 ώρες, μέχρι την πρώτη στάση συμβιβάστηκαν με τις ζώνες, αλλά μετά άντε να τα κρατήσεις! Λυμένα μεν, πειθαρχημένα δε, μεγάλο ρόλο έπαιξε και η αποχαύνωση του Nintendo. Με την άφιξη όμως αλλά και την επόμενη μέρα ξεσάλωσαν. Στα πόδια τους η θάλασσα και οι μεγάλοι από πάνω τους. Οπότε σίγουρη η επιτήρηση, άρχισαν με μάζεμα κοχυλιών με αρχηγό τον Βασίλη λόγω της πείρας της προηγούμενης χρονιάς και συνέχισαν με τις Σαλούφες (θεράσιες μέδουσες των οποίων το σχήμα θυμίζει αυγά μάτια), ακίνδυνες ωστόσο. Είχαν βγει αποκαμωμένες στη παραλία, μάλλον εγκαταλείποντας τον μάταιο τούτο κόσμο και οι μικροί μας φίλοι βρήκαν την ευκαιρία να ασχο-

ληθούν μαζί τους. Πιο ευαίσθητα τα κορίτσια σε κάποιες που κινιόντουσαν λίγο τους έριχναν νερό για να τις κρατήσουν ζωντανές. Τα αγόρια όμως πιο σκληρά τις αναποδογύριζαν με ξύλα.

■ Οι φώκιες στα Λιχάδια τους απογοήτευσαν γιατί μόνο μία εμφανίστηκε και αυτή για λίγα λεπτά και δεν μπορούσαν να καταλάβουν γιατί αυτά τα ζώα θέλουν την ησυχία τους και η ανθρώπινη παρουσία με τα μηχανοκίνητα τις τρομάζει. Στη Μανωλιά απόλαυσαν τη θάλασσα που σε πλήρη ηρεμία τους έδωσε την δυνατότητα να τη χαρούν για αρκετή ώρα...

Κατενθουσιασμένα όλα έδωσαν το επόμενο ραντεβού στο Νοέμβρη στο Κεφαλάρι, στον Ορεινό Ξενώνα!

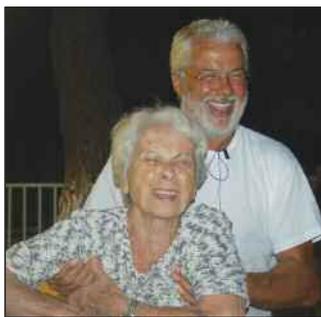
■ Πολλή «ζωντανία» στα Συμβούλια τελευταία από τις φωνές και τα χτυπήματα των τραπεζιών, ανταριάζεται όλη η Μαυροκορδάτου. Τα μπαράκια, τα καφέ, οι βιβλιοθήκες, οι νεωκόροι της Ζωοδόχου Πηγής, οι ψάλτες, οι παπάδες και οι πιστοί βγαίνουν έξω και ψάχνονται που γίνεται το κακό. Καλή και η υγιής η «ζωντανία» αλλά όχι και να γινόμμε ακουστική ατραξιόν στον περιγυρο!



-Φαντάζεσαι Γιώργο τι θα πάθει το ορειβατικό της ΕΟΦ, αν πεταχτεί κανένα σκυλόψαρο και τις αρπάξει την γάμπα; Προβληματίζομαι αν πρέπει να της ασφαλίσουμε τα πόδια.



Παραλιακός κατάσκοπος με χορηγία της AMSTEL.



Σιγά ρε Φώτη με τις αγάπες, δεν θα μου αφήσεις κόκαλο. Στα σπασίματα μια χαρά τα καταφέρνω από μόνη μου δεν χρειάζομαι βοήθεια, έχω και κατασκήνωση να ξεκαλοκαιριάσω...



Φύλλο για πάσα χρήση! (... και λένε για τον Αδάμ φύλλο συκής; σιγά το φύλλο.) Ορίστε!!! Εδώ ο Ορέστης με συμπρέρο!!!

**«ΠΡΟΝΟΗΣΕ ΓΙΑ ΤΟ ΧΕΙΡΟΤΕΡΟ,
ΤΟ ΚΑΛΥΤΕΡΟ ΘΑ ΠΡΟΝΟΗΣΕΙ ΜΟΝΟ ΤΟΥ»**

Πέρασε και ο Μάης και ήρθε ο Ιούνιος, Μήνας που μπαίνει για τα καλά το καλοκαίρι και η ανάγκη για το φευγιό από την Αθήνα γίνεται μονόδρομος. Από το πρώτο δεκαήμερο του Ιουνίου η κατασκήνωση άρχισε δειλά δειλά να γεμίζει. Στην αρχή με συνταξιούχους και σιγά σιγά με τους υπόλοιπους. Παράλληλα το νέο team της καντίνας χάλασε γύρω στα είκοσι κιλά καθαριστικά και σύρματα και δέκα κιλά χρώμα για να είναι όλα έτοιμα στα εγκαίνια. Από εργασίες σε οικίσκους, φτωχά πράγματα, πασαλείμματα, ας όψεται η ανέχεια. Άντε κανένα βάψιμο, κανένα κάγκελο, νέα λουλούδια... και πολλά ήταν.

Οι ρίζες πάλι έκαναν το θάμα τους, βρήκαν ρωγμές και μπήκαν στους σωλήνες και πάλι είχαμε ξεχειλίσματα με όχι και τόσο ευχάριστες μυρωδιές. Φέτος απαντήσαμε κι ένα καινούργιο είδος βρουσοσαμποτέρ. Κάποιοι σε ανύποπτο χρόνο άνοιγε τα νερά στην πλαγιά του γηπέδου και έτρεχαν επί μέρες μέχρι να το πάρουμε ειδήση. Τουλάχιστον δύο φορές... θα το δούμε στο λογαριασμό!

Και ήρθαν τα εγκαίνια, όλα στοιχισμένα στη θέση τους, ο έφορος είχε επιμεληθεί τα πάντα μέχρι το λιβάνι στο θυμιατό, Αρωματικό Αγ. Όρους για καλύτερη φωτισή. Μας έρκανε και μια διάβασε ο Παππάς αλλά μάλλον δεν μας έπιασε και φάνηκε στη συνέλευση των κατασκηνωτών που ακολούθησε. Μάταια ο Πρόεδρος περίμενε για απαρτία και τους «πρωτοκλασάτους», οπότε άρχισε με τους παρόντες. Και τι δεν μας είπε κι επειδή πολλοί ξεχνάνε και κάνουνε τους οξωνούδες, μας μοίρασε χαρτιά που τα λένε όλα λεπτομερώς, αλλά απ'ότι φάνηκε στην πορεία σιγά μην τα ανοίξαμε. Γιατί αν τα ανοίγαμε εδώ που τα λέμε θα αρχίζαμε από το άρθρο 2 που λέει ότι κατά την Θερινή περίοδο η Κατασκήνωση διοικείται από 5μελή Επιτροπή με Πρόεδρο τον Έφορο και με λεπτομερείς αρμοδιότητες του κάθε μέλους. Ούτε ξέραμε ποιοι ήταν. Όλα λειτουργούσαν με το ένστικτο και το φιλότιμο, όσοι είχαν δηλαδή. Παρκινγκ, κυκλοφορία αυτοκινήτων, κατοικίδια ζώα, τα μόνιμα προβλήματα και άλυτα. Όσο για τα κατοικίδια ο κανονισμός είναι σαφής και παρεξηγημένος. Κατ'αρχήν λέει δεν επιτρέπεται. Αλλά το παράθυρο που αφήνει είναι η δί-

μετρη μπαλκονόπορτα. Όταν μιλάει για «αναγκαία παραμονή με τον κάτοχο» και να παραμείνει στον χώρο του οικίσκου δεμένο, οι ερμηνείες και οι δικαιολογίες μετά είναι πάμπολλες. Οπότε κατ'επιλογήν και κατά περίπτωση είναι οι αντιδράσεις και τις περισσότερες φορές είναι υστερόβουλες.

Φάγαμε τα ρεβίθια του Μεταξά πέρασε και η γιορτή του Αη Λια στο εκκλησάκι μας, έφυγε και ο Ιούλης, ήρθε και ο Αύγουστος, αρκετοί συνέχισαν τις διακοπές τους σε άλλα μέρη. Φέτος η ζωντανία της κατασκήνωσης ήταν τα παιδιά. Θύμισαν καλές εποχές. Ένα σμάρι παιδιά από 5 έως 15 περιδιάβαιναν την κατασκήνωση και με τις φωνές τους, η γέλια τους, τη ζωντανία τους και την εφευρετικότητά τους μας θύμισαν ότι η ζωή δεν είναι απομόνωση και μονοχρωτισμός. Μέχρι θεατρική παράσταση οργάνωσαν και σκηνοθέτησαν. Έπαιξαν χωρίς βοήθεια και μόνο με τη δική τους αθάνα ματιά. Αργά το απόγευμα κοίταζαν με αγωνία στην καντίνα αν άνοιξε ο Ραφαήλ τα κάρβουνα για να φάνε το σουβλάκι τους. Εκτός από αυτά είχαμε και το «βυζανιάρικο» της Έλενας του Πίκουλα, της Μήτσης του Κίτταντζη και της Μαρίας του Μπαμπούρα. Του χρόνου θα κάνουν τα πρώτα τους βήματα στην κατασκήνωση.

Φέτος είχαμε αλλαγή φρουράς και στην καντίνα, η οικογένεια Δραγώνα, η Κούλα με τα παιδιά της, τον Ραφαήλ, τη Φεβρωνία και τη Ραφαέλα μαζί με τον Ζόλα. Η καντίνα με νέες γεύσεις, Κεφαλλονίτικες συνταγές, νέο σέρβις κέρδισε και τους πιο «δύσπιστους» και τους «απόντες». Ο Ραφαήλ για τρεις μήνες, από τον καθαρισμό μέχρι το κλείσιμο, ήταν στο πόστο του ανελλιπώς με χαμόγελο και συνέπεια. Και φτάσαμε στο κλείσιμο και το φασόλι. Μια βραδιά που θα μείνει σε πολλούς αξέχαστη. Ο Γιώργος ο Κούρος που κατά τη διάρκεια του καλοκαιριού με την κιθάρα του μας συντρόφευε αρκετά Σάββατα, μαζί με έναν εκπληκτικό καλλιτέχνη και χειριστή συνθεσάιζερ μας συντρόφευαν αυτή την όμορφη βραδιά με χορό και τραγουδία. Βέβαια παραλίγο να την βγάλουμε στα μουγκά, καθώς το κόστος ήταν 100 ευρώ. Αλλά ευτυχώς βρέθηκε ένας «ΖΑΠΑΣ» δωρητής και έσωσε την κατάσταση.



...ας πάει και το παλιόμπελο. Σωστά, λιτότητα και οικονομία είπαμε. Αλλά η προσφορά πρέπει να επιβραβεύεται. Κατόπιν τούτου κήκε το πελεκούδι με μουσική και χορό στην γιορτή για το κλείσιμο της Κατασκηνωτικής Περιόδου 2013.



-Χρυσή μου, να συγχρονιστούμε... πρόσεχε, κουνιέται η βάρκα, ίσια το κουπί... να βγει η ριματοφωτογραφία, ... μην έχουμε καμία τσαλαβούτα όπως οι άλλοι που περπάσανε μπροστά.



...-ορίστε; ...πολλά τα κάρβουνα; Έχω σχέδιο. Πρώτον το κοντοσουβλί θα ψηθεί στην ώρα του και όποιος προλάβει, δεύτερον ακολουθούν λουκάνικα, σουβλάκια, μπριζόλες, κοτόπουλο, ψωμί ψημένο και άλλα. Ε... ας ζεσταθούμε και λίγο για να σπάσει ο πάγος.

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



-Ειρήνη υμίν. Ο θεός να σας φωτίσει να βγάλουμε και ετούτο το καλοκαίρι...



Σκευοφύλαξ



ΕΝΩΣΗ ΟΡΕΙΒΑΤΩΝ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΩΝ 1933 - 2013



80 ΧΡΟΝΙΑ ΖΩΗΣ & ΔΡΑΣΗΣ



60 ΧΡΟΝΙΑ ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΣΗ ΣΤΟ ΜΑΤΙ ΑΤΤΙΚΗΣ



ΟΡΕΙΝΟΣ ΞΕΝΩΝΑΣ ΣΤΟ ΚΕΦΑΛΑΡΙ ΚΟΡΙΝΘΙΑΣ

Αφίσα για τα 80 χρόνια της ΕΟΦ, προσφορά του Δημήτρη Μαντά.

ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΥΠΑΙΘΡΟ, ΤΕΥΧΟΣ 416
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