

ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΥΠΑΙΘΡΟ



ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ - ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ - ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ 2015

ΕΝΩΣΗ ΟΡΕΙΒΑΤΩΝ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΩΝ



ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΑΘΗΝΩΝ
ΕΠΑΙΝΩ! ΤΙΜΗΣΑΙ



ΔΙΑΒΑΣΤΕ ΣΕ ΑΥΤΟ ΤΟ ΤΕΥΧΟΣ

Το τρίμηνο της ΕΟΦ μέσα από το φωτογραφικό φακό	3
Επηρεάζουν το πράσινο και τα λουλούδια την ψυχολογία των ανθρώπων;	4
Πάρωνας 75η Πανελλήνια Ορειβατική Συγκέντρωση 2015	5
Αγίου πνεύματος στη Σίφνο	6
Αντίο φίλοι	8
Παλμύρα Ναός Βαάλ	8
Το τελευταίο ταξίδι, Πέτρος Γιαννακόπουλος – Δανάη Διαλετά	9
Κοινωνικά	10
Το ταξίδι ήταν εκπαιδευτικό	11
Αλβανία Μαυροβούνιο 2015	12
Η αγαπημένη μας εκδρομή στην Επίδαυρο	17
Λιχαδονήσια και παιδικές εντυπώσεις	18
Τριήμερο στα Λιχαδονήσια	19
Από τη ζωή της ΕΟΦ	20-22
Τρέχοντας στα βουνά του Ζαγορίου	23
Το καλοκαίρι στην Κατασκήνωση	24
Πνεύμα εθελοντισμού στην Κατασκήνωση	25
Προς το πνεύμα του Προκόπη ενταύθα	26
Προτάσεις για εκδρομές τριμήνου	27-28
Εκδρομές και εκδηλώσεις τριμήνου	29-33
Κάβο Ντόρος	36
ΕΟΦίτικα	38-39



Το Δ.Σ. της Ε.Ο.Φ.
και η
Επιτροπή Περιοδικού

εύχονται στα μέλη,
στους φίλους και
στα Εκδρομικά Σωματεία

**Καλές
εξορμήσεις και
χαρούμενες
γιορτές**



■ Ξενώνας.
Το εκκλησάκι
του Άι Νικόλα,
Φωτ. Δ. Αρμενιάκος

Ανακοίνωση:

- Η επιτροπή Περιοδικού ενημερώνει τα μέλη και τους φίλους που θέλουν να δημοσιεύσουν κείμενά τους στο «ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΥΠΑΙΘΡΟ», να έρχονται σε επαφή για **συνεννόηση**, με τον Υπεύθυνο ύλης το αργότερο **15** ημέρες πριν τη λήξη της προθεσμίας παραλαβής υλικού.
- Τα κείμενα και το φωτογραφικό υλικό παρακαλούμε να συνοδεύονται με το όνομα και το τηλέφωνό σας. Χειρόγραφα και φωτογραφικό υλικό δεν επιστρέφονται.
- Για το επόμενο τεύχος η ύλη του περιοδικού σε μορφή **χειρογράφου** θα παραλαμβάνεται το αργότερο μέχρι τις **15-11-2015** ενώ τα **δακτυλογραφημένα κείμενα** καθώς και **φωτογραφικό υλικό** μέχρι **25-11-2015** στις ηλεκτρονικές διευθύνσεις: katdrag@yahoo.gr, eof@otenet.gr

ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΥΛΗΣ: Δ. Αρμενιάκος
Τηλ.: 6977005181
ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ ΕΚΔΟΣΗΣ:
Κατερίνα Δραγώνα
Τηλ.: 2109316501
Η ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟΥ

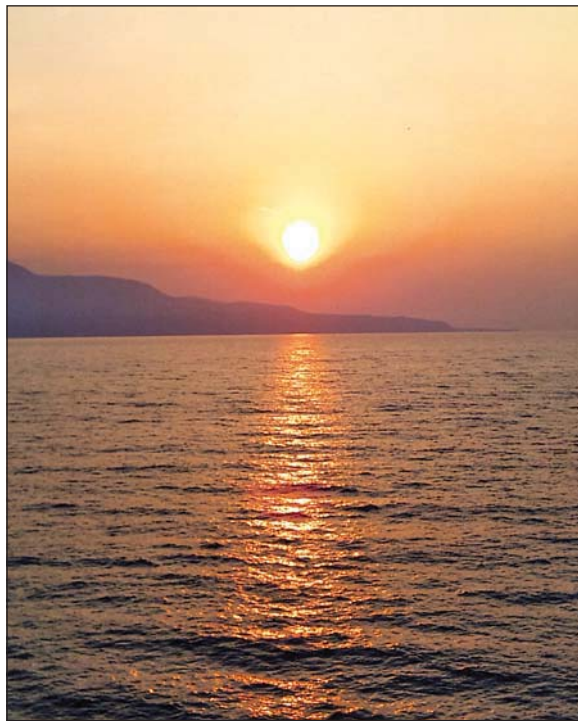
ΕΤΟΣ 82ο • ΤΕΥΧΟΣ 424 • ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ - ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ - ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ 2015

ΙΔΙΟΚΤΗΤΗΣ: ΕΝΩΣΗ ΟΡΕΙΒΑΤΩΝ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΩΝ
ΕΚΔΟΤΗΣ: ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΑΡΜΕΝΙΑΚΟΣ, τηλ. 6977005181
ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟΥ: Ν. ΝΙΝΤΟΣ, Ε. ΚΑΦΕΤΖΟΠΟΥΛΟΥ, Δ. ΠΑΓΟΥΛΑΤΟΣ, Α. ΨΥΡΑΚΗΣ, Γ. ΓΚΛΕΤΣΟΣ, Ο. ΠΕΤΡΟΠΟΥΛΟΥ
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΓΡΑΦΕΙΩΝ: ΜΑΥΡΟΚΟΡΔΑΤΟΥ 7 (Α' όροφος), 106 78 Αθήνα
ΤΗΛ. ΓΡΑΦΕΙΩΝ: 210 3807093, (17.00 έως 20.00)
ΦΑΞ ΓΡΑΦΕΙΩΝ: 210 3806924, **ΚΙΝΗΤΑ ΤΗΛ. ΕΟΦ:** 6947323844 – 45
WEBSITE: www.eoffisiolatria.gr, e-mail: eof@otenet.gr
ΕΠΕΞΕΡΓΑΣΙΑ ΚΕΙΜΕΝΩΝ: ΜΥΡΤΩ ΚΑΛΟΓΕΡΟΠΟΥΛΟΥ
ΔΑΚΤΥΛΟΓΡΑΦΗΣΗ ΚΕΙΜΕΝΩΝ: ΚΑΣΣΙΑΝΗ ΑΡΜΕΝΙΑΚΟΥ, ΟΛΓΑ ΠΕΤΡΟΠΟΥΛΟΥ
ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ ΕΚΔΟΣΗΣ: ΚΑΤΕΡΙΝΑ ΔΡΑΓΩΝΑ, e-mail: Katdrag@yahoo.gr
ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ: ΣΠΥΡΟΣ ΡΕΝΕΣΗΣ, ΤΗΛ.: 210 3820290, e-mail: prenesis@otenet.gr
ΕΚΤΥΠΩΣΗ: ΑΦΟΙ ΕΥΣΤΡΑΤΟΓΛΟΥ Ο.Ε. ΤΗΛ. 210 9561057, e-mail: info@grafikestexnes.com

• ΔΙΑΝΕΜΕΤΑΙ ΔΩΡΕΑΝ •

Εξώφυλλο: ■ Μαυροβούνιο, πορεία στο εθνικό πάρκο Ντουρμίτορ, Φωτ. Μ. Βέττερ

ΤΟ ΤΡΙΜΗΝΟ ΤΗΣ ΕΟΦ ΜΕΣΑ ΑΠΟ ΤΟΝ ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΚΟ ΦΑΚΟ



■ Ηλιοβασίλεμα στο Σαρωνικό, Φωτ. Δ. Παγουλάτος



■ Λιχαδονήσια, Φωτ. Δ. Αρμενιάκος



■ Η Χιλιάδου σε χρώματα Φθινοπώρου, Φωτ. Γιώργ. Γκλέτσος



■ Μαρμάρι - Χρυσή άμμος, Φωτ. Γιώργ. Γκλέτσος



■ Μαυροβούνιο, κόλπος του Κότορ, Πέραςτ, Φωτ. Μ. Βέττερ



ΤΟ ΠΡΑΣΙΝΟ ΚΑΙ ΤΑ ΛΟΥΛΟΥΔΙΑ ΕΠΗΡΡΕΑΖΟΥΝ ΤΗΝ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ ΤΩΝ ΑΝΘΡΩΠΩΝ



Κείμενο και φωτογραφίες από τον Νίκο Νίντο

Επισκεπτόμενος το καλοκαίρι που μόλις πέρασε χώρες της βορείου Ευρώπης παρατήρησα την πληθώρα λουλουδιών και πράσινου όχι μόνο στα πάρκα αλλά και με μορφή διακοσμητικών νησίδων στους δρόμους, με τοποθέτηση ζαρντινιερών και γλαστρών στα παράθυρα αλλά και στο εσωτερικό των σπιτιών.

Ανέτρεξα λοιπόν στο διαδίκτυο για να βρω αν υπάρχουν έρευνες για το πόσο επηρεάζεται η ψυχολογία και η υγεία του πληθυσμού από το πράσινο και από τα λουλούδια. Από τις έρευνες που έχουν γίνει δύο είναι οι πιο επιστημονικές μία από την ιατρική Σχολή του πανεπιστημίου του Έξετερ στην Αγγλία και αφορά το πράσινο και μία του Αμερικάνικου πανεπιστημίου του Rutgers στη Νέα Υόρκη και αφορά τα λουλούδια. Τα αποτελέσματα είναι τα αναμε-

νόμενα. Οι επιστήμονες του πρώτου πανεπιστημίου κατέληξαν στο συμπέρασμα, ότι το πράσινο στις πόλεις έχει ευεργετικές επιπτώσεις για τη δημόσια υγεία.

Οι άνθρωποι που ζουν σε περιοχές με πράσινο, έχουν καλύτερη και πιο ισορροπημένη ψυχική υγεία ενώ οι υπόλοιποι έχουν τις περισσότερες φορές χάλια ψυχολογία η οποία επιδεινώνεται με μεγαλύτερη συχνότητα από τους άλλους.

Οι ειδικοί του δεύτερου πανεπιστημίου ανακάλυψαν πως η θετική επίδραση των λουλουδιών στη ψυχολογία του ανθρώπου και στην καταπολέμηση του άγχους είναι γεγονός.

Παρατήρησαν επίσης πως οι άνθρωποι νιώθουν όμορφα να μοιράζονται με τους άλλους το γεγονός ότι κάποιος τους πρόσφερε λουλούδια. Γι' αυτό προτιμούν άλλωστε να στολίζουν με αυτά σε χώρους του σπιτιού, όπου όλοι έχουν πρόσβαση, όπως το σαλόνι και η τραπεζαρία.

Όλοι οι συμμετέχοντες παρέλαβαν τα λουλούδια τους με «ειλικρινές χαμόγελο» και «ενθουσιασμό», ενώ αισθάνθηκαν ιδιαίτερα ευχαριστημένοι και ευγνώμονες. Η αντίδραση αυτή αφορούσε όλες τις ηλικίες. Τα λουλούδια επηρεάζουν και μακροπρόθεσμα την θετική διάθεση. Οι συμμετέχοντες στην έρευνα αισθάνθηκαν λιγότερο αγχωμένοι, ανήσυχοι και ταραγμένοι αφού τους πρόσφεραν λουλούδια. Ήταν επίσης πιο ευτυχισμένοι και ικανοποιημένοι από τη ζωή τους. Η έρευνα κατέληξε ότι τα λουλούδια βελτιώνουν την συναισθηματική μας υγεία και την εποχή μάλιστα που ανθίζουν τα λουλούδια είναι καλύτερη και η διάθεσή μας.

Ας αντικαταστήσουμε λοιπόν την γκριζα καθημερινότητα μας με μια αγαλιά λουλούδια και σίγουρα θα αισθανθούμε και εμείς και οι γύρω μας καλύτερα.



www.eoffisiolatria.gr



Πανελλήνια Ορειβατική Συγκέντρωση στον Πάρνωνα, φώτ. Μ. Βέττερ

ΠΑΡΝΩΝΑΣ 75^η ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΗ ΣΥΓΚΕΝΤΡΩΣΗ 2015

Περιγραφή και φωτογραφίες από την Μάγια Βέττερ

Μία τριμελής ομάδα, ο Βασίλης, η Μαρία και εγώ, ξεκινήσαμε για να λάβουμε μέρος στην 75η Πανελλήνια Ορειβατική που πραγματοποιήθηκε φέτος στον Πάρνωνα, με διοργάνωση από τον ΕΟΣ Σπάρτης. Αποφασίσαμε να πάμε από την Παρασκευή, για να μείνουμε μία βραδιά στο χωριό Πολύδροσο (ή Τσίντζινα). Λίγο έξω από το χωριό υπάρχει ένας πολύ ωραίος ξενώνας, το Πρυτανείο, όπου και διανυκτερεύσαμε. Το απόγευμα κάναμε μία ωραία βόλτα, θαυμάζοντας τα ωραία σπίτια του χωριού, το οποίο είναι πνιγμένο στο πράσινο. Είχαμε την ευκαιρία να πληροφορηθούμε για τις πολλές σημαδεμένες πορείες που μπορεί να πραγματοποιήσει κανείς, πορείες που καλύπτουν όλα τα γούστα. Το Σάββατο πρωί ξεκινήσαμε να κάνουμε μία από αυτές, μία κυκλική διαδρομή που φθάνει στο μοναστήρι των Αγίων Αναργύρων και επιστρέφει στο χωριό από άλλη πλευρά. Η διαδρομή

διαρκεί περίπου 3½ ώρες. Αφήνοντας το γραφικό χωριό, συνεχίσαμε για το σημείο όπου θα συγκεντρώνονταν οι συμμετέχοντες στην Πανελλήνια Ορειβατική. Στήσαμε την σκηνή μας μέσα στα δέντρα, δίπλα στον χώρο στάθμευσης υπό την καθοδήγηση των εθελοντών του ΕΟΣ Σπάρτης. Το βραδάκι μας κέρασαν φασολάδα με λουκάνικο και ο πρόεδρος μας καλωσόρισε μπροστά από το καταφύγιο. Το αποκορύφωμα όμως της βραδιάς ήταν η «Ουρανογραφία», ένα ταξίδι στο νυχτερινό ουρανό με τη χρήση laser, με τη φροντίδα της Αστρονομικής Ένωσης Σπάρτης «Διός Κούροι». Είχαμε όλοι ξαπλώσει στο γρασίδι και μας έγινε «ξενάγηση» των άστρων αναφέροντας συγχρόνως τους μύθους κάποιων αστερισμών. Το βράδυ κοιμηθήκαμε ακούγοντας τα έλατα να σείονται γύρω μας. Πρωί-πρωί την άλλη μέρα, ξεκινήσαμε για την κορυφή του Πάρνωνα, την Μεγά-

λη Τούρλα ακολουθώντας μια διαδρομή πολύ καλά σημαδεμένη πάλι από τον ΕΟΣ Σπάρτης. Η πορεία ως εκεί μας πήρε 3 ½ ώρες με την τελευταία ώρα να είναι πολύ κουραστική. Όμως δεν μπορέσαμε να αντισταθούμε να μαζέψουμε λίγο τσάι στον δρόμο γιατί θεωρείται από τα καλύτερα τσάγια του βουνού. Από την κορυφή κατεβήκαμε στο οροπέδιο Κάμπος όπου έγινε η συγκέντρωση. Προλόγισε ο πρόεδρος του ΕΟΣ Σπάρτης και στην συνέχεια κάλεσε αντιπρόσωπους από όλους τους παρευρισκόμενους συλλόγους, να πούνε δυο λόγια, δίνοντας σε κάθε άτομο και από ένα σηματάκι. Κατόπιν πήραμε τον δρόμο για την επιστροφή στον χώρο της κατασκήνωσης. Οι συγκεντρώσεις αυτές είναι πάρα πολύ ωραίες γιατί έχεις την δυνατότητα να γνωρίσεις ορειβάτες από όλη την Ελλάδα ανταλλάσσοντας εμπειρίες και συσφίγγοντας τις σχέσεις.



■ Ηλιακό ρολόι στο καταφύγιο του Πάρνωνα



■ Πάρνωνας, κατασκήνωτές για την Πανελλήνια Ορειβατική Συγκέντρωση



■ Άγιος Ανδρέας

ΑΓΙΟΥ ΠΝΕΥΜΑΤΟΣ ΣΤΗ ΣΙΦΝΟ



Κείμενο και φωτογραφίες Νάντια Λυράκη

Στις 29 Μαΐου, ημέρα Παρασκευή, 73 εκδρομείς της ΕΟΦ βρεθήκαμε στο πλοίο για τη Σίφνο, όπου περάσαμε το τετράημερο του Αγίου Πνεύματος.

Μείναμε στις Καμάρες, το λιμάνι του νησιού, όπου υπήρχε η δυνατότητα διανυκτέρευσης για τόσα πολλά άτομα και καλή συγκοινωνία για να κινηθούμε ελεύθερα στο νησί.

Το Σάββατο σύμφωνα με το πρόγραμμα, η πεζοπορική ομάδα προωθήθηκε μέχρι τη Ι. Μ. της Βρύσης από όπου ξεκίνησε η ξενάγηση και η πορεία των 34 πεζοπόρων.

Ξεναγηθήκαμε στη Ι. Μ. της Παναγίας της Βρύσης ή της «Υπεραγίας Θεοτόκου Βρύσης» ή της «Κυρίας Βρυσιανής» ή «Γε-νεθλίου της Θεοτόκου στη Βρύση», που κτίστηκε το 17ο αιώνα και βρίσκεται κοντά στο χωριό Εξάμπελα. Το τέμπλο του Ναού είναι ένα ξεχωριστό σε τέχνη ξυλόγλυπτο

του 1750. Σε αυτό δεσπόζει η εικόνα της Θεοτόκου Βρυσιανής, η Βρεφοκρατούσα. Το κωδωνοστάσιο του ναού έχει δύο καμπάνες, που σημαίνουν με τον παραδοσιακό τρόπο κωδωνοκρουσίας στη Σίφνο.

Από εκεί ακολουθήσαμε το καλντερίμι που μας οδήγησε μετά από μιας ώρας πορεία στην Ι.Μ. της Παναγίας Χρυσοπηγής πολιούχου και προστάτιδας του νησιού.

Το μοναστήρι κτίστηκε σε αυτό το ιδιαίτερο νησί-ακρωτήρι, που ενώνεται με τη στεριά με γέφυρα από το 1650 στο μέρος που υπέδειξε η Παναγία όταν η εικόνα της βρέθηκε στην θάλασσα από ψαράδες.

Αν και η Ι. Μ. είναι αφιερωμένη στη Ζωοδόχο Πηγή και θα γιόρταζε την Πέμπτη μέρα μετά το Πάσχα, η εκκλησία γιορτάζει την ημέρα της Αναλήψεως του Κυρίου, δηλαδή 40 ημέρες μετά από την Ανάσταση

του Κυρίου, διότι το 1676, ανήμερα της Αναλήψεως, το νησί σώθηκε από επιδημία πανούκλας που είχε ήδη αφανίσει 100 ανθρώπους.

Από τις διηγήσεις των ντόπιων για τον τρόπο εορτασμού την ημέρα της Αναλήψεως, αξίζει τον κόπο να βρεθεί κανείς στην Σίφνο εκείνες τις μέρες.

Από τη Ι. Μ. Χρυσοπηγής πλακόστρωτο μονοπάτι συνεχίζει παραλιακά και αφού περάσει από τις παλιές εγκαταστάσεις λατομείου, καταλήγει στο γραφικό ψαροχώρι, Φάρο, με την όμορφη παραλία. Στάση για ξεκούραση και στη συνέχεια μετά από 2 ώρες πορεία βρεθήκαμε στην από τα αρχαία χρόνια μέχρι το 1836 πρωτεύουσα της Σίφνου, κτισμένη σε λόφο με εξαιρετική θέα, το Κάστρο.

Η είσοδος στον οικισμό γίνεται από παλιές στοές, τις «λότζιες» τις οποίες άλ-



■ Το κάστρο



■ Προφήτης Ηλίας

λοτε ασφάλιζαν και προστάτευαν πολεμικοί πύργοι. Η ρυμοτομία του οικισμού έχει καθαρά αμυντικό χαρακτήρα με δρόμους και πλατεία να βρίσκονται πάνω από τις στέγες μονόροφων σπιτιών. Περιπατήσαμε λοιπόν στα στενά δρομάκια όπου υπάρχουν διάσπαρτες σκαλισμένες μαρμάρινες σαρκοφάγοι και επισκεφτήκαμε το αρχαιολογικό μουσείο, που φιλοξενεί συλλογές αρχαίων και ελληνιστικών γλυπτών, καθώς και κεραμικά και νομίσματα. Εδώ η ομάδα σκόρπισε. Άλλοι συνέχισαν για την Παναγία Πουλάττη και επέστρεψαν, άλλοι πήγαν για μπάνιο και άλλοι απόλαυσαν τσιπουράκια. Το απόγευμα το πέρασε ο καθένας μας χωρίς πρόγραμμα.

Την επόμενη μέρα, Κυριακή 31 Μαΐου, η πεζοπορική ομάδα ξεκίνησε νωρίς το πρωί με το λεωφορείο της γραμμής για την Απολλωνία από όπου άρχιζε η πιο αγαπητή και κλασική πορεία του νησιού, για τον Προφήτη Ηλία. Το καλογραμμένο καλντερίμι μας οδήγησε μετά από 3 ώρες περίπου στη κορυφή που βρίσκεται σε υψόμετρο 695μ. Η θέα στα γύρω χωριά ήταν μοναδική. Στον γύρω χώρο γινόντουσαν εργασίες καθαρισμού, βαψίματα και προετοιμασίες για την γιορτή του Προφήτη Ηλία τον Ιούλιο. Κατεβήκαμε το βουνό ακολουθώντας κυκλική διαδρομή που περνάει από τον Ταξιάρχη Σκάφης του Βουνού και χωριστήκαμε σε δύο ομάδες. Η μία συνέχισε για Απολλωνία και από εκεί στις Καμάρες οδικώς και δεύτερη συνέχισε για το λόφο του Αγίου Ανδρέα, εκκλησία του 1701. Εκεί δίπλα βρίσκεται και η Μυκηναϊκή Ακρόπολη. Μετά από την επίσκεψη στον χώρο και το μουσείο, κατεβήκαμε από άλλη πλευρά και περνώντας από τα Φυρόγια και τη Καταβατή φτάσαμε στην Απολλωνία.

Η τουριστική ομάδα αυτές τις δύο μέρες επισκέφτηκε και ξεναγήθηκε στα ίδια μέρη περίπου (όπου δηλαδή ήταν δυνατόν να φτάσει με πούλμαν ή με συγκοινωνία) αλλά με άλλη σειρά.

Επιστροφή στις Καμάρες για ξεκούραση γιατί την Κυριακή της Πεντηκοστής το απόγευμα γίνεται αναβίωση της επικοινωνίας των αρχαίων πύργων και φρουκτωριών της Σίφνου. Είναι μια εκδήλωση που γίνεται την παραμονή του Αγίου Πνεύματος από το 2006.

Σε όλο το νησί βρίσκονται διάσπαρτοι εβδομήντα έξι (76) αρχαίοι πύργοι. Οι αρχαιότεροι είναι κτισμένοι τον 6ο π.Χ. αιώνα και οι τελευταίοι τον 3ο π.Χ. αιώνα. Σε



■ Προς Φάρο

καλή κατάσταση είναι μόνο ο Άσπρος. Οι πύργοι κτίστηκαν μετά την επιδρομή των Σαμίων και σκοπό είχαν να στέλνουν σήματα στις αρχαίες ακροπόλεις. Αργότερα το δίκτυο αναπτύχθηκε και το σύστημα ανταλλαγής σημάτων απλώθηκε σε ολόκληρο το νησί. Η μέθοδος επικοινωνίας όπως αναφέρει ο Θουκυδίδης, πρέπει να ήταν ο καπνός και η φωτιά.

Μετά το άναμμα των πύργων ακολούθησε εορτασμός με προβολές, ομιλίες, συναυλία από ντόπιους καλλιτέχνες και κέρασμα με ντόπια προϊόντα, στον επιβλητικό χώρο του προαύλιου του μοναστηριού Φυρόγιων. Η οργάνωση ήταν τέλεια και όλοι οι παρευρισκόμενοι έμειναν με τις

καλύτερες εντυπώσεις.

Το πρωινό της Δευτέρας ήταν ελεύθερο για μπάνιο και περιήγηση σε όσα μέρη δεν είχαμε επισκεφτεί. Το πλοίο για Πειραιά έφευγε στις 15.00.

Γενικά οι εντυπώσεις από τη Σίφνο, το νησί με την παράδοση στα κεραμικά, τις ωραίες και καθαρές παραλίες, το γευστικό φαγητό, την οργάνωση, το πολιτιστικό επίπεδο και τη φιλοξενία των κατοίκων, ήταν άριστες. Έχει γίνει επίσης άριστη δουλειά στον καθαρισμό, στη διάνοξη και στη σηματοδότηση των μονοπατιών που έχουν μήκος 97 χλμ. και καλύπτουν όλες τις πλευρές του νησιού. Το όνειρο του πεζοπόρου.....



Υπήρξα τυχερός που στο διάβα της ζωής μου συνάντησα την ΕΟΦ όπου γνώρισα τόσους σημαντικούς ανθρώπους. Ο καθένας με τις ιδιαιτερότητές του, αλλά πάντα να έχει κάτι να σου δώσει. Το δυστύχημα είναι όταν αυτοί οι άνθρωποι φεύγουν από κοντά μας για το μεγάλο ταξίδι. Άλλο να μαθαίνεις ότι πέθανε ένας άγνωστος και άλλο ένας άνθρωπος που έχεις γνωρίσει, έχεις συνεργαστεί, έχεις ανταλλάξει δυο κουβέντες παραπάνω. Τελευταία απώλεια για την ΕΟΦ και για εμένα προσωπικά ο Πέτρος και η Δανάη. Φυσικά και για τους δύο θα γράψουν συγγενείς ή φίλοι τους που τους γνώριζαν χρόνια.

Αντίο Πέτρο

Λίγο νωρίτερα από την Δανάη, σε κάποια από τις εκδρομές μας είχα γνωρίσει τον Πέτρο. Ένας γλυκύτατος άνθρωπος με πολλά ενδιαφέροντα. Από κοντά γνώρισα και την οικογένεια του την σύζυγο του Σωσώ την θυγατέρα του Άννα, τον γαμπρό του Γιώργο αλλά και την οικογένεια του αδελφού του Ράκη. Όλοι αξιοπρεπείς και ωραίοι άνθρωποι χρόνια μέλη του Συλλόγου με μεγάλη προσφορά και στην Κατασκήνωση και στον Ξενώνα. Η παρουσία τους, κυρίως τα τελευταία χρόνια της Άννας και του Γιώργου, στις εκδρομές του συλλόγου διακριτική και πάντα με ένα καλό λόγο ακόμα και στα δύσκολα. Στην οικογένειά του στέλνω τα θερμά μου συλλυπητήρια. Να είναι πάντα καλά και να τον θυμούνται.

Αντίο Δανάη

Η Δανάη υπήρξε σίγουρα ένας από τους σημαντικότερους ανθρώπους που γνώρισα στο Σύλλογο και αποτελεί για μένα μεγάλη τιμή που υπήρξαμε πολύ καλοί φίλοι. Ανήκει στην «χρυσή γενιά» των κυριών της ΕΟΦ που ασχολούνται με πολλή αγάπη και επί σειρά ετών με τον Σύλλογο. Θα αναφερθώ για λίγο στην βοήθεια που πρόσφερε όταν χρειαζόταν, για την συχνή της παρουσία στα δρώμενα και στις εκδρομές του συλλόγου. Με την Δανάη γνωριστήκαμε πρόσφατα πριν από 4 χρόνια. Η αρχικά αμοιβαία εκτίμηση εξελίχθηκε σύντομα σε μια δυνατή φιλία. Ευγνωμονώ την ζωή που γνώρισα την Δανάη μια αριστοκράτισσα με την πραγματική έννοια του όρου. Άριστη στην ψυχή, στο πνεύμα, στην συμπεριφορά και στην εμφάνιση. Τον Σεπτέμβριο είχαμε πει να βρεθούμε για να μιλήσουμε για πολλά... για την ζωή, για τις σκέψεις μας, για τα πιστεύω μας και φυσικά για την ΕΟΦ και τα ταξίδια μας. Τα ταξίδια που κάναμε και αυτά που θα πραγματοποιήσουμε. Δεν προλάβαμε. Δυστυχώς δεν είχαμε υπολογίσει το μεγάλο ταξίδι που ξαφνικά την άρπαξε από κοντά μας. Αγαπημένη μας φίλη έφυγες ξαφνικά και άφησες πίσω σου μεγάλο κενό. Δεν θα σε ξεχάσουμε. Θα σε θυμόμαστε πάντα... Στα μελλοντικά μας ταξίδια πολλά από τα οποία έχεις ήδη περιγράψει με γλαφυρότητα στο περιοδικό μας. Θα σε θυμόμαστε στα διάφορα μέρη της Ελλάδος που με εκπληκτική ευφράδεια μας είχες ξεναγήσει. Μα πάνω από όλα θα σε θυμόμαστε σαν έναν **χαρισματικό άνθρωπο** με απέραντες γνώσεις, γεμάτο κέφι, χιούμορ και ζωντάνια που μας ενέπνεε στο να πολεμάμε για την ζωή ξεπερνώντας ακόμα και τα προσωπικά μας προβλήματα.

ΠΑΛΜΥΡΑ- ΝΑΟΣ ΒΑΑΛ

Κείμενο και φωτογραφίες Γιώργος Γκλέτσος

ΣΤΟ ΕΛΕΟΣ ΤΩΝ ΦΑΝΑΤΙΚΩΝ

Πριν πέντε περίπου χρόνια, επισκεφθήκαμε τη Συρία, γνωρίσαμε τους φιλέλληνες Σύρους και επισκεφθήκαμε τις πόλεις της και τους αρχαιολογικούς της χώρους με τα υπέροχα μνημεία του Ελληνορωμαϊκού πολιτισμού και τα δείγματα της κοινής μας ιστορίας.



■ Παλμύρα-Ναός Βαάλ-σήμερα σκόνη!

Σήμερα δυστυχώς η Συρία βιώνει ένα πολύχρονο εμφύλιο σπαραγμό, που έχει στοιχίσει 250.000 νεκρούς, έχει καταστρέψει τις όμορφες πόλεις που έσφυζαν από ζωή, και έχει οδηγήσει στην προσφυγιά, 4 εκατομμύρια απελπισμένων Σύρων που πνίγονται στις ελληνικές θάλασσες και στοιβάζονται στα ελληνικά νησιά, αγωνιζόμενοι να σωθούν και να επιβιώσουν.

Η πρόσφατη ανατίναξη από τους Τζιχαντιστές του ISIS του Ναού του Βαάλ στην Παλμύρα, που τόσο μας είχε ενθουσιάσει όταν την επισκεφθήκαμε (βλέπε φωτό), καθώς και οι αποκεφαλισμοί και τα βασανιστήρια που εφαρμόζει το «χαλιφάτο» των φανατικών, μας προκαλούν θλίψη, σοκ και δέος, με την ανείπωτη βαρβαρότητα και τους ασυγχώρητους βανδαλισμούς. Δυστυχώς αυτά που τότε είδαμε, έγιναν στάχτη και μπουλμπουρη και οι χιλιάδες των άδικοσκοτωμένων γυρεύουν μάταια δικαίωση. Ας ευχηθούμε να τελειώσει το κακό και η συμφορά γι' αυτούς και να προσέχουμε μην μας πλησιάσει.

Η ΔΑΝΑΗ ΕΦΥΓΕ ΓΙΑ ΤΟ ΤΕΛΕΥΤΑΙΟ ΜΕΓΑΛΟ ΤΑΞΙΔΙ ΤΗΣ



Την Τρίτη 4 Αυγούστου, ένα γεμάτο πούλμαν ξεκίνησε για την Πάτρα, όχι για μια ημερήσια εκδρομή για να περάσουμε ευχάριστα ως συνήθως ή να γράψουμε κανένα ρούμπο για την κατασκήνωση, αλλά μαζευτήκαμε για να εκτελέσουμε ένα θλιβερό καθήκον, να συνοδεύσουμε τη Δανάη μας, ένα αγαπητό παλιό και επιλεκτικό μέλος του σωματίου μας, στο τελευταίο της ταξίδι.

Ήθελε και εκεί να πάει πρώτη, να περπατήσει, να δει κάθε τι ενδιαφέρον, όχι για να τα γράψει αυτή τη φορά, αλλά για να μας ξεναγήσει η ίδια όταν έρθει η ώρα να συναντηθούμε. Θα μας λείψει η παρουσία της στις εκδρομές, στα ταξίδια, στις εκδηλώσεις.

Η πολυμάθειά της, για κάθε τι, ιστορικό, πολιτιστικό, γεωπολιτικό, κουτσομπολίστικο, ήταν το φόρτε της, εκτός από τους

αριθμούς. Κάποτε την είχαν βάλει ταμιά στην κατασκήνωση και ήρθε αναστατωμένη να μου πει ότι έχει ένα τεράστιο έλλειμμα, της έλειπαν 70 δραχμές από το ταμείο. Είχε κάνει λάθος στα δεκαδικά, ήταν 70 λεπτά.

Της άρεσε να είναι πάντα ενήμερη για όλα. Διάβαζε συνεχώς βιβλία, εφημερίδες, περιοδικά. Παρακολουθούσε την επικαιρότητα, ενδιαφερόταν για όλα και είχε τεράστια μνήμη. Μέχρι το τέλος, ενώ είχε περάσει το έμφραγμα, τη χολή, την κολπική μαρμαρυγή και τέλος το εγκεφαλικό, το μόνο που λειτουργούσε ήταν το μυαλό της. Είχε γνώση της κατάστασής της, προέβλεπε το τέλος της και μου έδινε εντολές για το κάθε τι. Είχε κάνει εντύπωση και στην αποκλειστική νοσοκόμα ο τύπος της ασθενούς.

Ήταν άνθρωπος που προγραμματίζε την κάθε της κίνηση και δεν άλλαζε το πρόγραμμά της με τίποτα. Όλη της η ζωή, κυλούσε βάσει προγράμματος. Κάθε βράδυ, έγραφε στο μπλοκ, τι είχε να κάνει την επομένη και όταν δεν είχε καμία επείγουσα δουλειά εξωτερική, έπρε-

πε όμως απαραίτητα να βγει από το σπίτι, έπαιρνε ένα λεωφορείο και πήγαινε ως το τέρμα, (Γλυφάδα, Δραπετσώνα ή αλλού), κατέβαινε, έκανε έναν περίπατο, καθόταν κάπου μία ώρα και επέστρεφε το μεσημέρι με τον ίδιο τρόπο για φαγητό και ξεκούραση. Η πρωινή έξοδος ήταν απαραίτητη κάθε μέρα. Το απόγευμα αν δεν είχε κάτι ενδιαφέρον, θέατρο, κινηματογράφο, ή κάτι συγκεκριμένο, έμενε σπίτι ξαπλωμένη με διάβασμα ή TV.

Είχε πολλούς φίλους, ήταν κοινωνική και αγαπητή από όλους. Όταν ήταν σπίτι, το τηλέφωνό της ήταν διαρκώς κατειλημμένο. Μιλούσε για όλα και με όλους.

Αυτή ήταν η Δανάη, η Δανάη μας. Θα τη θυμόμαστε Πάντα και Παντού.

Έρση Καφετζοπούλου



■ Με την Ε.Ο.Φ Χριστούγεννα 1963, Μονή Ταξιαρχών

ΣΤΗ ΜΝΗΜΗ ΤΟΥ ΠΕΤΡΟΥ ΓΙΑΝΝΑΚΟΠΟΥΛΟΥ



Από τότε που θυμάμαι τον εαυτό μου η πατρική φιγούρα δημιουργήσε έντονες μνήμες ανθρώπου που ζούσε και λειτουργούσε πάντα για την οικογένεια, με τη στενή, αλλά και την ευρύτερη έννοια. Μια «μέλισσα» που «βούιζε» με τις συμβουλές, την μεθοδικότητα και

την εργατικότητα της σε όλα τα επίπεδα. Άνθρωπος ικανός, προνοητικός, με πάθος και μεγάλες αγάπες:

Ολυμπιακός, βέσπα, αυτοκίνητο.

Πολυτεχνίτης στο σπίτι, αλλά και στο κτήμα. Σκαλιά στο γήπεδο, ξενώνας μελών, παρτέρια, ασπρίσματα, επισκευές στους οικίσκους και πολλά άλλα. Άνθρωπος της προσφοράς, της παρέας, του γλεντιού. Φίλος και «αδελφός» για πολλούς.

Κυρίως όμως ΣΥΖΥΓΟΣ και ΠΑΤΕΡΑΣ.

Εύχομαι σε κάθε παιδί, να είναι τυχερό και να εισπράξει την αγάπη, την στήριξη και την υποστήριξη που απλόχερα εισέ-

πραξα εγώ από τον πατέρα μου στις καλές, αλλά και στις πολύ δύσκολες στιγμές της ζωής μου. Να νοιώθει την προστασία ακόμα κι όταν η πατρική φιγούρα δεν είναι πια παρούσα.

Τον ευχαριστούμε.

« η σύζυγος Σοφία και οι κόρες Άννα και Σεβαστή»



■ Με τον αείμνηστο πρόεδρο της Ε.Ο.Φ Θ. Παπαθανασίου

Κοινωνικά

ΔΩΡΕΕΣ

- Μία Εοφίτσα 200 ευρώ υπέρ της Κατασκήνωσης
- Μία Εοφίτσα 100 ευρώ υπέρ της ΕΟΦ
- Δραγώνα Κούλα προσφορά 28 μ. ύφασμα και ραφή αξίας 600 ευρώ για 14 τραπεζομάντιλα υπέρ της Καντίνας στην Κατασκήνωση.

ΓΕΝΝΗΣΕΙΣ

Η Πέπη Παπαδάκη και ο Γιάννης Περράκης απέκτησαν ένα υγιέστατο αγοράκι. Θερμές ευχές στους γονείς και ιδιαίτερες ευχές στον παππού Ευάγγελο και την γιαγιά Ρένα.

ΠΕΝΘΗ

- Απεβίωσε το μέλος μας ο Πέτρος Γιαννακόπουλος
 - Απεβίωσε το μέλος μας η Δανάη Διαλετά
- Τα θερμά μας συλλυπητήρια στις οικογένειές τους.

ΕΠΙΤΥΧΙΕΣ

Ο Τάσος Αγγελόπουλος εγγονός των μελών μας, Τάσου και Θέμιδος Αγγελοπούλου, πέρασε με επιτυχία στο Πανεπιστήμιο Αιγαίου, «Διοίκηση Επιχειρήσεων», στο όμορφο, μυρωδάτο νησί Χίος

ΕΥΧΑΡΙΣΤΗΡΙΟ

Ευχαριστούμε για την παρουσία σας κοντά μας
Χαρούλα και Κωνσταντίνος Τζιβιάς

60 ΧΡΟΝΙΑ ΕΚΔΡΟΜΙΚΟΣ ΠΕΡΙΗΓΗΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΑΜΑΡΟΥΣΙΟΥ

Στις 22-06-2015 ο Εκδρομικός Περιηγητικός Όμιλος Αμαρουσίου υπό τον πρόεδρο κ. Ουίλς εόρτασε τα 60 χρόνια λειτουργίας του. Στην εκδήλωση παρευρέθηκαν ο πρόεδρος της Ε.Ο.Φ. κ. Νίκος Νίντος και ο πρώην πρόεδρος κ. Δημήτρης Παγουλάτος.

Μαθήματα για Παραδοσιακούς Χορούς

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

Γι' αυτό, κάθε Πέμπτη στις 20.00 θα συγκεντρωνόμαστε στα γραφεία μας για τα μαθήματα με μία πολύ μικρή (τυπική) μηνιαία επιβάρυνση.

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

ΛΙΧΟΥΔΙΕΣ ΓΙΑ ΤΟ ΣΑΚΙΔΙΟ

Από την Μαρία Κοσμάδακη

ΝΤΟΜΑΤΟΚΕΦΤΕΔΕΣ

Υλικά

- 4 -5 ντομάτες
- 2 ψιλοκομμένα κρεμμύδια
- 1 σκελίδα σκόρδο ψιλοκομμένο (προαιρετικό)
- 4 κουταλιές σούπας αλεύρι
- 1 κουταλιά γλυκού μπέικιν πάουντερ
- Αλάτι, πιπέρι,
- ρίγανη, κόλιαντρο
- 1 κουτάλι σούπας τριμμένο δυόσμο
- 1 1/2 κουτάλι σούπας ψιλοκομμένο μαϊντανό
- Πάπρικα 1/2 κουταλάκι του γλυκού.
- Φέτα τριμμένη 100 γρ προαιρετικά
- Λίγο λάδι

Εκτέλεση

Ξεφλουδίζουμε τις ντομάτες και τις κόβουμε στο μπλέντερ χωρίς να πολτοποιηθούν. Κόβουμε το κρεμμύδι και το σκόρδο επίσης και ρίχνουμε τα υλικά σε ένα μπολ.

Προσθέτουμε τα μυρωδικά, το αλεύρι, το ελαιόλαδο, το αλάτι, το πιπέρι, την πάπρικα και προαιρετικά την φέτα. Τα ανακατεύουμε όλα μαζί σε μέτρια σφικτή ζύμη. Αν είναι αραιή προσθέτουμε λίγο αλεύρι.

Βάζουμε το μπολ στο ψυγείο να σφίξει το μείγμα. Λαδώνουμε ένα ταψί ελάχιστα και στρώνουμε λαδόκολλα, παίρνουμε κουταλιές από το μείγμα τις πλάθουμε και τις τοποθετούμε στη λαδόκολλα.

Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 180 βαθμούς για 30 λεπτά και μέχρι να κοκκινίσουν τηγανίζουμε σε μέτρια καυτό λάδι. Τρώγονται ζεστοί και κρύοι.

ΩΡΑΡΙΟ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ ΓΡΑΦΕΙΩΝ Ε.Ο.Φ

Από την 1η Οκτωβρίου τα γραφεία της Ε.Ο.Φ. θα λειτουργούν Δευτέρα έως Παρασκευή 17.00 – 20.00

ΠΟΙΗΣΗ

Χριστούγεννα

Λστρον λαμπρόν οδήγησε
Τους μάγους με τα δώρα
Να βρύνε τον Θεάνθρωπο
Εις την Βηθλεέμ τη χώρα

Εκεί που εγεννήθηκε
Στη φάτνη των αλόγων
Ο Βασιλεύς των ουρανών
Και ποιητής των όλων

Που χάρισε σε μας το φως
Με τις καρδιές αγάπη
για να γλυκάνει τη ζωή
από της γης τα πάθη

ο παππούς Τάκης Μαντάς

Ανακοίνωση:

ΔΡΟΜΟΛΟΓΙΟ ΠΟΥΑΜΑΝ

Στις εκδρομές μας προς **Λαμία** επιβίβαση-αποβίβαση των εκδρομέων γίνεται από την **αφετηρία** και τα εξής σημεία: Πλατεία Καραϊσκάκη - Renault - Γέφυρα Καλυφτάκη.

Στις εκδρομές μας προς **Κόρινθο** επιβίβαση-αποβίβαση των εκδρομέων γίνεται από την **αφετηρία**, και στα εξής σημεία: Πλατεία Καραϊσκάκη - ΒΙΑΜΑΞ - Γωνία οδού Θηβών (πρώην Αποστολού).

Σημειώνεται ότι ο αρχηγός δεν έχει υποχρέωση να κρατάει θέσεις για όσους επιβιβάζονται εκτός αφετηρίας.

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 στι-δήποτε άλλο μπορεί να συμβεί στα αντικείμενά τους (οικοσκευή, τροχοφόρα κτλ) που βρίσκονται εντός του χώρου της κατασκήνωσης.

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

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

Σημειώνεται τέλος, ότι η κατασκήνωση θα είναι ανοιχτή κάθε Σάββατο μετά τις 10:00 π.μ. Εκτός αν οι καιρικές συνθήκες δεν το επιτρέπουν.

Για λεπτομέρειες μπορείτε να επικοινωνείτε με τον **Έφορο Κατασκήνωσης κ. Τάκη Πίκουλα** Τηλ. **6942418829**, Κατασκήνωσης **2294034588**

Το Διοικητικό Συμβούλιο

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 50% έκπτωση.

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

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

Το Διοικητικό Συμβούλιο

ΤΟ ΤΑΞΙΔΙ ΣΤΗΝ ΑΛΒΑΝΙΑ ΗΤΑΝ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ

Μέχρι να κάνουμε το φετινό ταξίδι στην Αλβανία ήξερα γι' αυτήν, ότι ήταν μια χώρα μέσα στα βουνά και ότι την είχε καταδυναστεύσει ο Ενβέρ Χότζας, μετατρέποντας τη ζωή των πολιτών της σε ζωή φυλακής. Το άλλο που ήξερα ήταν "οι Αλβανοί", ο "Αλβανός", αυτός ο μεγάλος πληθυσμός μεταναστών, ο κατ' εξοχήν «Άλλος» των τελευταίων δύο δεκαετιών στην ελληνική κοινωνία, που είχαμε τόση σχέση μαζί τους και που άλλο τόσο δεν θέλαμε καμία σχέση μαζί τους. Πήγαμε λοιπόν στην Αλβανία για ορειβασία και τουρισμό. Τι είδα εκεί; Είδα μια χώρα πράσινη απ' άκρη σ' άκρη, μια αγροτική χώρα που ο φυσικός της παράδεισος διακοπτόταν κάθε τόσο από πόλεις όπως οι Άγιοι Σαράντα (Sarandë), το Δυρράχιο (Durrës), που βρίσκονται σε αλματώδη ανάπτυξη, οικοδομική και άναρχη, με ορμητική καταστροφή του φυσικού περιβάλλοντός τους.

Είδα φτώχεια, ένα είδος φτώχειας που μπορεί να μην το έχουν δει δυο και τρεις γενιές στην Ελλάδα, και ανθρώπους να δουλεύουν πολύ και να δουλεύουν σκληρά, για να ζήσουν. Πρόσωπα ανδρικά και γυναικεία, δοκιμασμένα από τη σκληρότητα της ζωής. Και συνάντησα αρκετά συχνά ανθρώπους, που ήξεραν από λίγα έως άριστα ελληνικά. Καθώς μιλούσαμε το πρόσωπό τους έπαιρνε μια έκφραση θετικής ανάμνησης για κείνα τα χρόνια που έζησαν στην Ελλάδα. Φαντάζομαι η θετική ανάμνηση θα αναφερόταν και στα ίδια τα νιάτα τους που τα πέρασαν δουλεύοντας από το πιο βόρειο ως στο πιο νότιο άκρο της Ελλάδας.

Σκέφτηκα για πρώτη φορά, στη διάρκεια αυτού του ταξιδιού, ότι οι Αλβανοί κι οι Αλβανές, -οι μετανάστες εργάτες κι εργάτριες- που συναντούμε κάθε μέρα, δεν είναι από το πουθενά, ήταν κι αυτοί κάποτε παιδιά μιας γης που τους γέννησε και τους έθρεψε και που εκτός από φτώχεια και απόγνωση τους έδωσε και μερικά ακόμη στοιχεία για να καμαρώνουν επειδή ανήκουν εκεί, ακόμα και τώρα που ανήκουν με κόπο και ιδρώτα και σε μια δεύτερη πατρίδα.

Νίκη Σταυρίδη



ΠΡΟΜΗΘΕΥΤΕΙΤΕ ΤΟ ΛΕΥΚΩΜΑ ΜΑΣ ΕΝΙΣΧΥΣΤΕ ΤΟ ΣΩΜΑΤΕΙΟ ΜΑΣ

Συνεχίζεται... η διάθεση του **Λευκώματος της Ε.Ο.Φ.** στο οποίο αποτυπώνεται η 80χρονη πορεία του Σωματείου μας. **Ιστορικό - φωτογραφικό** με μεγάλη ποικιλία θεμάτων, αλλά και ζωντανό καθώς αρκετοί Εοφίτες ξεδιπλώνουν τις εμπειρίες τους μέσα στην ΕΟΦ.

Η μεγάλη συμμετοχή των Εοφιτών στην παρουσίασή του που έγινε στις 10 Μάρτη 2014 δικαίωσε και επικρότησε την δουλειά των συντελεστών που το επιμελήθηκε.

Το να το προμηθευτούμε, δείχνει το ενδιαφέρον μας για την ΕΟΦ και την συνέχειά της.

Θα μπορείτε να το ζητήσετε στα γραφεία μας, στην Κατασκήνωση, στις εκδρομές και στις εκδηλώσεις μας.

Με το ξεφύλλισμά του, θα ανατρέξετε, θα θυμηθείτε και θα αναπολήσετε μαζί μας τα περασμένα χρόνια που σίγουρα σας έχουν σημαδέψει.

Στις 120 σελίδες του θα βρείτε περιγραφές και φωτογραφίες που αποτυπώνουν και κάτι από τη δική σας κοινή πορεία με εκατοντάδες άλλους Εοφίτες.

Τέλος, σας προτείνουμε, να προμηθευτείτε κι ένα δεύτερο Λεύκωμα για ένα γνωστό προκειμένου να γνωρίσει τις δραστηριότητές μας ή για ένα φίλο που στην πολύχρονη αυτή διαδρομή πορεύτηκε μαζί μας και το ξεφύλλισμά του θα μπορούσε να τον αγγίξει συναισθηματικά.

Προμηθευτείτε το!





ΑΛΒΑΝΙΑ - ΜΑΥΡΟΒΟΥΝΙΟ 2015



Περιγραφή και φωτογραφίες από την Μάρια Βέττερ

Η ΕΟΦ πραγματοποίησε τον Ιούνιο με αρχές Ιουλίου ταξίδι στην Αλβανία και στο Μαυροβούνιο. Στην Αλβανία είχε κάνει ταξίδι η ΕΟΦ και πριν 25 χρόνια μόλις είχαν ανοίξει τα σύνορα. Στην περιγραφή μου θα κάνω και συγκρίσεις με την τότε Αλβανία.

Πρώτα λίγα γενικά για την γειτονική μας χώρα. Η Αλβανία συνορεύει με την Ελλάδα, το Μαυροβούνιο το Κόσσοβο και τα Σκόπια. Έχει πληθυσμό περίπου 4.000.000 και περίπου 800.000 στην Ελλάδα. Η έκταση είναι 28.748χλμ, με μεγάλο τμήμα της ορεινό (μέσος όρος υψομέτρου 708μ). Η υψηλότερη κορυφή είναι το όρος Korabi 2751 μ..

Το μεγαλύτερο τμήμα του πληθυσμού ζει στα παράλια, νότια και κεντρικά. Η χώρα έχει πολλά ποτάμια που ξεκινάνε από τα βουνά και περνάνε από βαθιά φαράγγια. Στα πιο πολλά ποτάμια έχουν υδροηλεκτρικούς σταθμούς. Ο μεγαλύτερος σταθμός τροφοδοτείται από τον ποταμό Drini μήκους 285χλμ. Άλλοι μεγάλοι ποταμοί στα νότια είναι ο Semani, και ο Vjosa που ξεκινάει από τον Αώο και περνάει μέσα από το ωραίο φαράγγι μεταξύ Permeti και Tereleni.

Η ιστορία της Αλβανίας ξεκινάει την Νεολιθική περίοδο το 6000 π.Χ. Στην εποχή του σιδήρου αρχίζουμε και αναγνωρίζουμε τον πολιτισμό των Ιλλυριών, οι οποίοι θεωρούνται οι πρόγονοι των Αλβανών. Οι Ιλλυριοί είχαν πολλές επαφές με τις Ελληνικές αποικίες.

Από τον 2ο αιώνα, π.Χ η Ρωμαϊκή κυριαρχία έφερε ειρήνη και ευημερία στην Αλβανία. Η Εγνατία περνούσε και από την Αλβανία.

Το 395 μ.Χ, η Αλβανία έγινε μέρος της Βυζαντινής αυτοκρατορίας. Μετά την πτώση της Κωνσταντινούπολης, οι Αλβανοί αντιστάθηκαν στους Οθωμανούς έως το 1479. Μετά την πτώση της Οθωμανικής Αυτοκρατορίας η Αλβανία απέκτησε ανεξαρτησία στις 28 Νοεμβρίου 1912. Σημαντική φυσιογνωμία εκείνης της εποχής ο βασιλιάς Zog.

Μετά από τον 2ο παγκόσμιο πόλεμο η Αλβανία ήταν σε τραγική κατάσταση. Ο Ενβερ Χότζα έγινε πρωθυπουργός και ξεκίνησε την ανοικοδόμηση της χώρας. Η Αλβανία είχε πια κουμμουνιστικό σύστημα με επιπτώσεις που ακόμη τις θυμάται με φρίκη ο λαός.

Στα πρώτα χρόνια η Αλβανία είχε συμμαχήσει με την Σοβιετική Ένωση, αλλά στο τέλος της δεκαετίας του 50 πήρε το μέρος της Κίνας. Το 1978 όμως, η Κίνα έχασε το ενδιαφέρον της για την Αλβανία αφήνοντας την χώρα αυτή απροστάτευτη και απομονωμένη. Το 1990 χιλιάδες Αλβανοί προσπάθησαν να διαφύγουν από τη χώρα τους και τελικά τον Δεκέμβριο της ίδιας χρονιάς

επιτράπη η δημιουργία ανεξάρτητων πολιτικών κομμάτων. Την εποχή εκείνη άνοιξαν και τα σύνορα προς την Ελλάδα. Τώρα η Αλβανία έχει κοινοβουλευτική δημοκρατία.

Παρασκευή 26 Ιουνίου: Μία χαρούμενη ομάδα 20 ατόμων με οδηγό τον αγαπημένο μας Κώστα και 35άρι πούλμαν, ξεκινάμε για την γειτονική μας χώρα την Αλβανία. Άνετα πέρασε η πρώτη μέρα με μεσημεριανή στάση στον Λούρο για πέστροφες, διάσχιση των συνόρων στην Κακαβιά και άφιξη το απογευματάκι στους Άγιους Σαράντα.

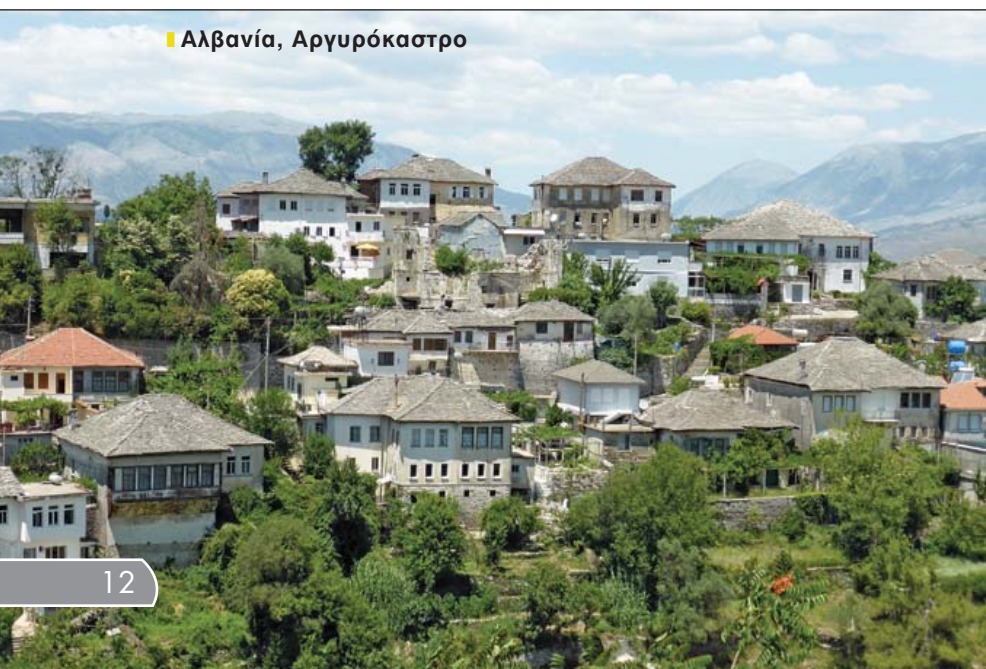
Πρώτο σοκ σε σχέση με την πρώτη μου επίσκεψη στο χωριό αυτό. Τότε ήταν ένα ψαροχώρι με λίγα ταβερνάκια. Τώρα έβλεπες μία σειρά από ξενοδοχεία, δίπλα το ένα στο άλλο δεξιά και αριστερά του παραλιακού δρόμου. Οι βραχώδεις παραλίες γεμάτες ομπρέλες. Το ξενοδοχείο μας «Seaside Artist Hotel» εξαιρετικό με φιλική ρεσεψιονίστ που είχε ζήσει στην Ελλάδα και μιλούσε άπταιστα ελληνικά.

Σάββατο 27 Ιουνίου: Πρώτη επίσκεψη της ημέρας ο αρχαιολογικός χώρος του Βουθρωτού. Ένας φιλικός φύλακας, μας ξενάγησε σε σπασμένα ελληνικά. Το Βουθρωτό έχει ιστορία περίπου 2500 ετών. Αρχικά είχαν εγκατασταθεί Ιλλυριοί, τον 6ο αιώνα π.Χ εγκαταστάθηκαν Έλληνες που δημιούργησαν μία καλά οχυρωμένη πόλη με Ακρόπολη, θέατρο, ναούς, λουτρά. Στον χώρο, υπάρχουν επίσης αρχαία από τους Ρωμαίους, Οθωμανούς και Βενετούς.

Το Βουθρωτό ήταν σημαντικός εμπορικός σταθμός και παρέμεινε σημαντικός έως την Μεσαιωνική περίοδο. Τα αρχαία βρίσκονται μέσα σε γραφικό δάσος και μας πήρε περίπου 2.30 ώρες να γυρίσουμε τον χώρο. Κοντά στο μουσείο βρήκαμε και κυρίες από τα διπλανά χωριά που πουλούσαν παραδοσιακές πίτες και τσίπουρο.

Επόμενη στάση το Αργυρόκαστρο. Άλλο σοκ πολιτισμικό. Την πρώτη φορά που είχα έρθει θυμάμαι ένα μικρό χωριουδάκι όπου είχα βρει σε έναν φούρνο το πιο

■ Αλβανία, Αργυρόκαστρο



ωραίο ζυμωτό ψωμί της ζωής μου. Τώρα, γεμάτο τουριστικά μαγαζιά και δίπλα στην παλιά πόλη, όλο πολυκατοικίες.

Το πιο ενδιαφέρον στο Αργυρόκαστρο είναι το κάστρο που δεσπόζει πάνω από την παλιά πόλη. Θεωρείται το 2ο μεγαλύτερο των Βαλκανίων. Κάστρο υπήρχε από τον 12ο αιώνα όμως ό,τι διασώζεται τώρα, είναι κυρίως από τον 19ο αιώνα. Μέσα υπάρχει Μουσείο όπλων και μπορεί κανείς να επισκεφθεί τις φυλακές που υπήρχαν επί εποχής Χότζα.

Τα σπίτια της παλιάς πόλης θυμίζουν τα σπίτια στα Ζαγοροχώρια. Το σπίτι Zekate είναι επισκέψιμο εσωτερικά με μεγάλη ομοιότητα με τα ελληνικά του Μετσόβου. Τελική στάση μας το ξενοδοχείο έξω από το Berati όπου μας καλωσόρισαν με ποτό και εξαιρετικό βραδινό γεύμα.

Κυριακή 28 Ιουνίου: Το Berati είναι μία από τις παλαιότερες πόλεις της Αλβανίας, κατοικημένο από την εποχή του Χαλκού 4000 π.Χ και σημαντικό κέντρο τον Μεσαίωνα λόγω της στρατηγικής τοποθεσίας του.

Το πρωί ανεβαίνουμε στο κάστρο Kalaja του Berati με γραφικούς δρομίσκους, παλιά σπίτια, εντυπωσιακή θέα και το πιο σημαντικό το μουσείο Onufri που είναι εκκλησία αφιερωμένη στην Παναγία με εξαιρετικές αγιογραφίες. Κάτω από το κάστρο και απέναντι από τον ποταμό Osumi βρίσκεται κανείς τις παλιές μουσουλμανικές συνοικίες. Ενδιαφέρον έχει και το Λαογραφικό μουσείο.

Στο πάρκο βλέπεις ηλικιωμένους Αλβανούς να συζητάνε ή να παίζουν σκάκι και άλλα παιχνίδια. Αφού δροσιστούμε με μπίρα συζητώντας ελληνικά με γειτονικά τραπέζια, ξαναμπαίνουμε στο πούλμαν για το Δυρράχιο.

Άλλο σοκ εκεί. Υπάρχει παραλία 45 χιλιομέτρων με πανύψηλα παραλιακά ξενοδοχεία το ένα δίπλα στο άλλο με ομπρέλες μπροστά στην θάλασσα. Αυτά χτίστηκαν όπως μας είπε ο ξεναγός μας τα τελευταία 10 χρόνια. Το ξενοδοχείο μας ήταν ένα από αυτά και έτσι δεν χάσαμε την ευκαιρία να κάνουμε μπάνιο. Βέβαια η παραλία δεν συγκρίνεται με οποιαδήποτε από τις ελληνικές.

Δευτέρα 29 Ιουνίου: Παραλαμβάνουμε τον ελληνόφωνο ξεναγό μας και μπαίνουμε στο μοντέρνο κέντρο του Δυρραχίου (χωρίς ενδιαφέρον). Το Δυρράχιο που στην αρχαιότητα λεγόταν Επίδαμνος ήταν λιμάνι από τον 7ο αιώνα π.Χ. όταν αποικήθηκε από Κερκυραίους.

Επισκεπτόμαστε πρώτα το ρωμαϊκό αμφιθέατρο, το μεγαλύτερο της Βαλκανικής χερσονήσου, χτισμένο τον 2ο αιώνα π.Χ. χωρητικότητας 15.000 θεατών. Στην συνέχεια, ένα μεγάλο τζαμί και τέλος με το πούλμαν ανεβαίνουμε στον λόφο πάνω από το Δυρράχιο όπου βρίσκεται το παλάτι του



■ Αλβανία, Berati

βασιλιά Zog και έχουμε εντυπωσιακή θέα προς το Δυρράχιο.

Συνεχίζουμε για την πόλη Shkodra δίπλα στην ομώνυμη λίμνη και στα σύνορα με το Μαυροβούνιο. Καθώς το ξενοδοχείο είναι στο κέντρο της πόλης βγαίνουμε για βόλτα στους πεζόδρομους και φθάνουμε ως την λίμνη.

Τρίτη 30 Ιουνίου: Το επόμενο διήμερο ήτανε κατά την γνώμη πολλών από εμάς το πιο εντυπωσιακό διήμερο της εκδρομής. Το ξενοδοχείο, μας προμηθεύει με πακετάκια για το πρωινό και παρέα με τους οδηγούς βουνού και τους ξεναγούς μας, ξεκινάμε με το πούλμαν μέχρι το χωριό Komani όπου αφήνουμε το πούλμαν.

Στο Komani υπάρχει φράγμα και προβλήτα από όπου παίρνουμε το φέριμποτ προκειμένου να περάσουμε την λίμνη Komani περνώντας από τοπία που θυμίζουν Νορβηγικά φιόρδ. Η διαδρομή κρατάει 3 ώρες και μακάρι να ήτανε και άλλο. Το φέριμποτ σταματά σε προβλήτα στο δεύτερο φράγμα στο Fierze.

Από εκεί μας παραλαμβάνουν 2 μίνι βανς

για να μας πάνε στο ξενοδοχείο μας στο χωριό Valbona που βρίσκεται μέσα στα βουνά της βόρειας Αλβανίας. Το ξενοδοχείο είναι καινούργιο και αποκλειστικά για εμάς. Το βράδυ μας σερβίρεται παραδοσιακό λουκούλειο γεύμα που περιλαμβάνει ειδικές πίτες της Βόρειας Αλβανίας και άλλα πολλά.

Οι άνθρωποι εκεί ορεσίβιοι, δεν λένε πολλά αλλά είναι πολύ φιλικόι και εξυπηρετικοί. Είναι ίσως το μόνο μέρος της Αλβανίας όπου δεν βρήκαμε άνθρωπο να μιλάει ελληνικά. Το μέρος αυτό θεωρείται από τα in της Αλβανίας και προσελκύει πολλούς τουρίστες.

Τετάρτη 01 Ιουλίου: Το πρωί η ομάδα μας χωρίστηκε στα δύο. Η ορειβατική ομάδα μετά από εξαιρετικό πρωινό που περιελάμβανε μέχρι και λουκουμάδες προωθήθηκε με Minivan μέχρι το Rragam από όπου μαζί με τον οδηγό βουνού ξεκίνησε την πορεία διάσχησης μέσα από μαγευτικό τοπίο για το χωριό Thethi.

Η διαδρομή αυτή είναι η πιο δημοφιλής ορεινή πορεία της Αλβανίας. Είχαμε ανάβαση 700 μέτρα έως τα 1750 και κατάβαση 1000. Στην ανάβαση και στην κατάβαση βρήκαμε



■ Αλβανία, το Αρχαίο Θέατρο στο Βουθρωτό



■ Αλβανία, στην πορεία από Βαλμπόνα στο Θέθι



■ Μαυροβούνιο, Μπούτβα



■ Μαυροβούνιο, Ούλσιντζ



■ Μαυροβούνιο, Στάρι Μπαρ

μαγαζάκι με αναψυκτικά και βρύση. Συνολικά κάναμε 7 ώρες ως το Fierze. Στο Fierze μας περίμενε πάλι minivan για να μας πάει την Shkodra.

Η τουριστική ομάδα επέστρεψε παρέα με τον ξεναγό με minivan μέχρι το Fierze και στην συνέχεια με το φεριμπότ για Komani και με το πούλμαν στην Shkodra.

Πέμπτη 02 Ιουλίου. Η ημέρα αυτή είναι σίγουρα η ημέρα των κάστρων. Ξεκινάμε με το κάστρο Rozafa που δεσπόζει πάνω από την πόλη Shkodra, εκεί που συναντώνται τα ποτάμια Drini, Kiri και Buna.

Σε σχέση με το χτίσιμο του κάστρου υπάρχει μύθος που μοιάζει πολύ με τον μύθο που σχετίζεται με το γεφύρι της Άρτας. Τρία αδέρφια έχτιζαν το πρωί το κάστρο και το βράδυ γκρεμιζότανε. Ο μύθος λέει ότι για να στεριώσει το κάστρο χτίσανε στα θεμέλια του κάστρου την σύζυγο του μικρότερου από τα 3 αδέρφια. Η ιστορία μας λέει ότι το κάστρο υπήρχε από την εποχή των Ιλλυριών. Κυρίως όμως παραμένουν κομμάτια από τους Βενετσιάνους και τους Οθωμανούς. Ήταν το τελευταίο κάστρο που κατακτήθηκε από τους Οθωμανούς. Το κάστρο είναι καλά διατηρημένο και έχει εντυπωσιακή θεά τριγύρω.

Στην συνέχεια περνάμε άνετα από τα σύνορα για Μαυροβούνιο. Πρώτη στάση η παραθαλάσσια πόλη Ulcinj. Ο πληθυσμός αποτελείται από 80-90% Αλβανούς που είναι κυρίως Μουσουλμάνοι. Είναι αρχαίο λιμάνι που ιδρύθηκε τον 5ο αιώνα π.χ. από Έλληνες.

Εκεί επισκεφθήκαμε το δεύτερο κάστρο της ημέρας που ξεκινάει από ψηλά και καταλήγει στην θάλασσα. Έχει ενδιαφέρον μικρό αρχαιολογικό και λαογραφικό μουσείο και στενά δρομάκια που κατεβαίνουν σε ξενοδοχείο με θέα την παραλία.

Συνεχίζουμε για το τρίτο κάστρο το Stari Bar (αρχαίο Bar) περιτριγυρισμένο



■ Αλβανία, Θέθι προς Βαλμπόνα



■ Μαυροβούνιο, Kotor

από τα βουνά Rumija, Sutorman και Sozin. Φαίνεται ότι το κάστρο αυτό κατοικήθηκε από το 800 π.χ. πιθανόν από φυλή των Ιλλυριών αλλά τον 3ο αιώνα μ.Χ. καταστράφηκε από τους Ρωμαίους.

Τον 6ο αιώνα ο Αυτοκράτωρ Ιουστινιανός έχτισε μία νέα και καλά οχυρωμένη πόλη. Τον 11ο αιώνα είχε αναγνωριστεί σαν ένα σημαντικό οικονομικό, πολιτικό και καλλιτεχνικό κέντρο. Μέσα έχει 3 καλά διατηρημένες εκκλησίες και υδραγωγείο του 17ου αιώνα. Περιδιαβήκαμε τα ερείπια με λουλούδια και περικοκλάδες να ξεμυτίζουν από παντού.

Επόμενη πόλη η Budva, μία από τις αρχαιότερες πόλεις του Μαυροβουνίου (λέγεται ότι ιδρύθηκε από Έλληνες) με κάστρο, μαρίνα και παραλίες. Κατακτήθηκε από τους Ρωμαίους, τους Βυζάντιους και τους Βενετούς που το κράτησαν για 4 αιώνες. Το κάστρο του πιο μικρό από τα προηγούμενα αλλά με γραφικά δρομάκια και με δυνατότητα να κάνεις τον γύρο του περπατώντας πάνω στα τείχη. Από εκεί φύγαμε για το ξενοδοχείο μας στην καρδιά του δρυμού Lovcen όπου φθάσαμε τελικά μετά από περιπετειώδη αλλά γραφική διαδρομή.

Παρασκευή 03 Ιουλίου: Το πρωί παραλαμβάνουμε τους οδηγούς του βουνού

2 αδέρφια εκ των οποίων ο ένας μιλάει αγγλικά. Με το πούλμαν ανεβαίνουμε στην κορυφή Jezerski (1657μ) όπου βρίσκεται το μαισολείο του Πέτρου του 2ου Petrovic Njegos, μία από τις σημαντικότερες φυσιογνωμίες της ιστορίας του Μαυροβουνίου (1813 – 1851).

Στην συνέχεια το πούλμαν αφήνει τους πεζοπόρους στην αρχή του μονοπατιού που κατεβαίνει προς Kotor. Μετά από 3.30 ώρες φθάνουμε στο κάστρο του Kotor έχοντας εντυπωσιακή θεά. Από εκεί με πολλά σκαλοπάτια κατεβαίνουμε στην παλιά πόλη για να περιδιαβούμε τα στενά γραφικά δρομάκια.

Το Kotor είναι αναγνωρισμένο από την Unesco σαν παγκόσμια εθνική κληρονομιά. Στο Kotor υπήρξε Βυζαντινή αποικία και στην συνέχεια τον Μεσαίωνα υπό την κυριαρχία των Σλάβων απέκτησε αυτονομία με δική της δημοκρατία, εκλεγμένο πρίγκιπα και συγκλήτους. Το 1420 περιήλθε στους Βενετούς για να προστατευθεί από τους Οθωμανούς.

Συνεχίζουμε με λεωφορείο για το Perast για να περάσουμε απέναντι με καραβάκι στο νησάκι του Αγίου Γεωργίου. Συναντιόμαστε με την τουριστική ομάδα που είχε περιηγηθεί το Kotor με ξεναγό και είχε κάνει σύντομη επίσκεψη στο Herceg Novi.

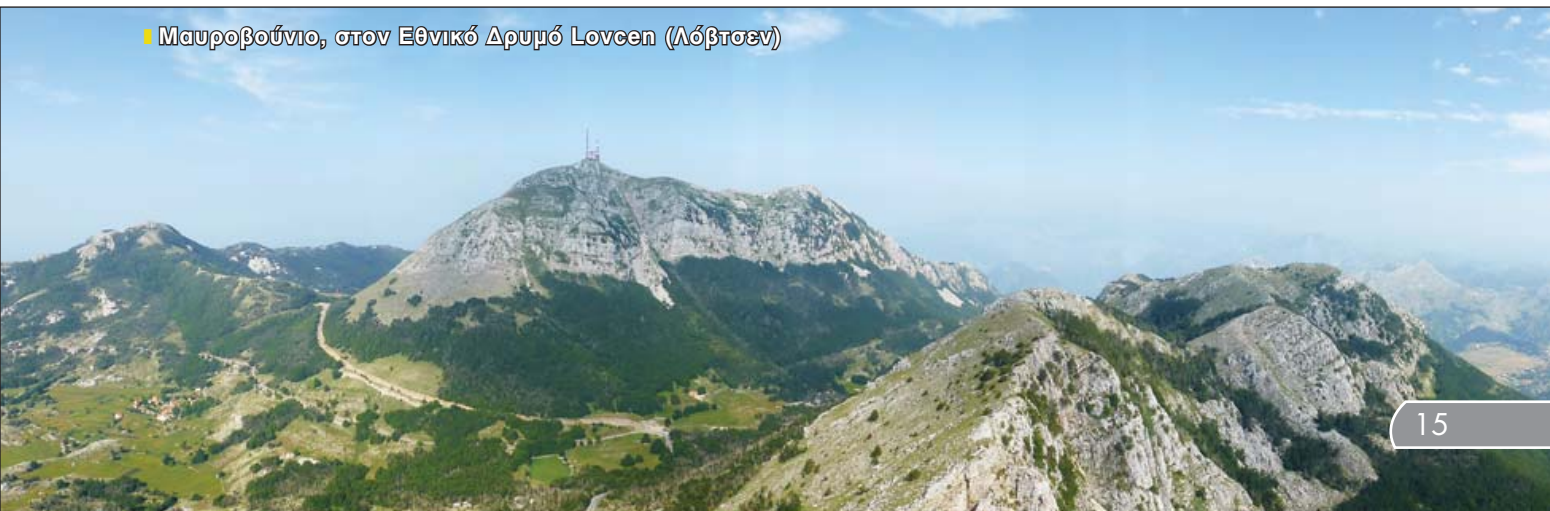
Σάββατο 04 Ιουλίου: Αυτή την ημέρα επισκεφθήκαμε τα λιγότερο τουριστικά μέρη του Μαυροβουνίου. Ξεκινήσαμε με το Cetinje πρώην πρωτεύουσα του Μαυροβουνίου με ήσυχους δρόμους, ωραία πάρκα, παλιά σπίτια εποχής belle époque πολλά εκ των οποίων ήταν πρεσβείες, ενδιαφέροντα μουσεία και το μοναστήρι του Cetinje από τον 15ο αιώνα.

Επόμενη στάση το μοναστήρι Ostrog αφιερωμένο στον Άγιο Βασίλειο που ήταν αυτός που το έχτισε τον 17ο αιώνα. Το μοναστήρι είναι χτισμένο στον βράχο και αποτελεί πόλο έλξης πολλών προσκυνητών. Από το μοναστήρι πολύ κοντά είναι η πόλη Niksic από τις μεγαλύτερες πόλεις του Μαυροβουνίου και γνωστή για την μπίρα της. Ενδιαφέροντα είναι η εκκλησία του Αγίου Βασιλείου, το αρχαιολογικό μουσείο, το παλιό νεκροταφείο και πλατείες.

Τέλος καταλήγουμε στο Zabljak, τουριστικό θέρετρο του δρυμού Durmitor στο βόρειο ανατολικό Μαυροβούνιο, όπου έρχονται ντόπιοι και ξένοι για να κάνουν σκι (το χειμώνα) καθώς και πεζοπορίες και rafting. Μείναμε σε ξύλινα σπιτάκια μέσα στα έλατα.

Κυριακή 05 Ιουλίου: Η ημέρα αυτή είναι αφιερωμένη στην φύση. Η ορειβατική

■ Μαυροβούνιο, στον Εθνικό Δρυμό Lovcen (Λόβτσεν)





■ Αλβανία, Τίρανα πλατεία Σκεντέρμπεη



■ Αλβανία, Κορυτσά

ομάδα συναντήθηκε με τον οδηγό του βουνού για να πραγματοποιήσει ανάβαση ως την κορυφή Cnvena Greda (Κόκκινη ακτίδα) (2164μ). Η πορεία ήταν μέσα από ελατόδασος, λιβάδια διάσπαρτα με λουλούδια, με θέα προς λίμνες και άλλα πιο μακρινά βουνά. Ανεβήκαμε άνετα και στον γυρισμό επισκεφθήκαμε την Μαύρη λίμνη όπου η Νίκη και ο Γιώργος κάνανε την βουτιά τους.

Η πεζοπορική ομάδα έκανε 3ωρη πορεία γύρω από 3 λίμνες με οδηγό την μεγάλη αδερφή του δικού μας οδηγού. Μία άλλη ομάδα 3 ατόμων έκανε rafting στον ποταμό Tara.

Δευτέρα 06 Ιουλίου: Φεύγοντας από Zabljak αφήνουμε στο Niksic τον Παναγιώτη (που τόσες ωραίες προτάσεις μας έκανε) και συνεχίζουμε για την πρωτεύουσα του Μαυροβουνίου Podgorica. Είναι μια πόλη με μοντέρνα ως επί το πλείστον κτίρια, φαρδείς δρόμους και πολύ πράσινο.

Εμείς παρακάμπτουμε το μοντέρνο και κάνουμε μία σύντομη βόλτα στην παλιά μουσουλμανική συνοικία καθώς και στο

μουσείο μοντέρνας τέχνης στεγασμένο σε πρώην παλάτι μέσα σε πάρκο.

Περνώντας πάλι τα σύνορα προς Αλβανία καταλήγουμε στα Tirana. Το ξενοδοχείο μας είναι κοντά στο κέντρο και παίρνοντας λεωφορείο φθάνουμε στην πλατεία Skender Bei. Τα Τίρανα σε σχέση με το πώς ήταν πριν 25 χρόνια είναι αγνώριστα.

Ωραίες πλατείες, μοντέρνα κτίρια, η πλατεία Skender Bei με το άγαλμα του ομνυμου ήρωα πάνω στο άλογο τεράστια με ωραία κτίρια γύρω-γύρω. Επισκεπτόμαστε και την Ορθόδοξη Εκκλησία που έκτισε ο Αναστάσιος και ακούμε τα όσα σπουδαία έργα έχει κάνει στην Αλβανία.

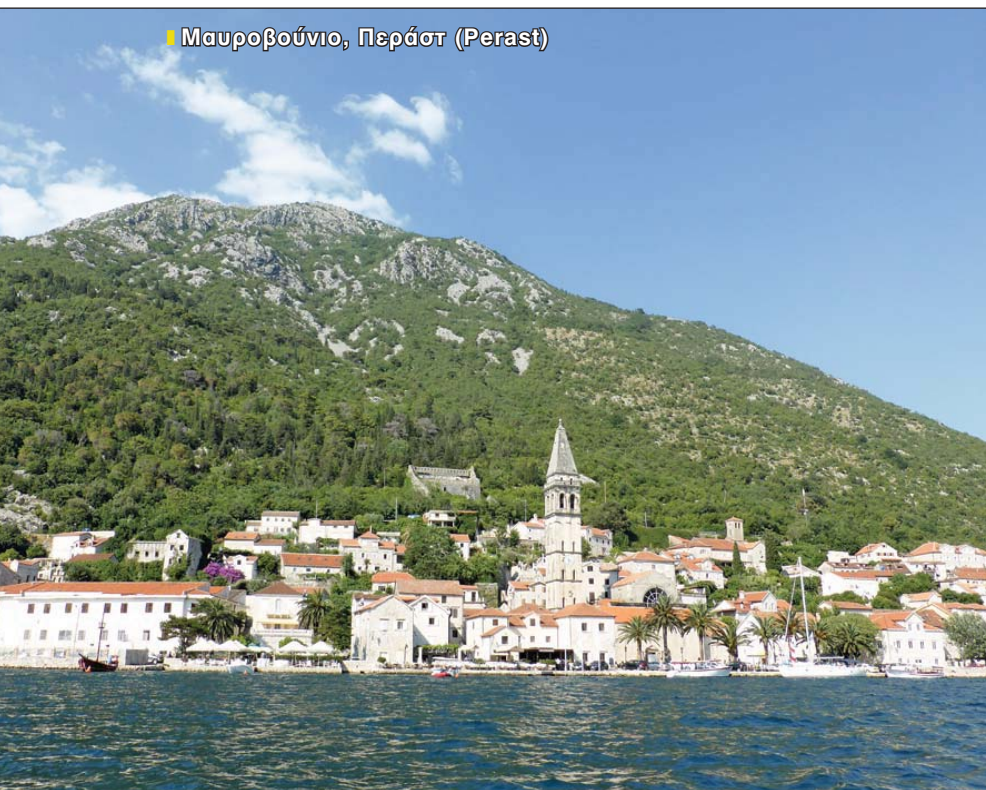
Παίρνουμε την φαρδιά λεωφόρο όπου στεγάζονται πολλές πρεσβείες και κυβερνητικά κτίρια και καταλήγουμε στην πλατεία της Μητέρας Τερέζας, περνώντας από την πυραμίδα που έχτισε εις μνήμην του Enver Xotza η κόρη του. Πολλές πολυκατοικίες είναι βαμμένες με χρώματα και σχέδια, δίνοντας έναν πολύ χαρούμενο τόνο στην πόλη. Η πόλη σφύζει από ζωή.

Τρίτη 07 Ιουλίου: Είναι η τελευταία μας μέρα στην Αλβανία. Φεύγοντας από Τίρανα πρώτη στάση στο Elbasan όπου επισκεπτόμαστε το κάστρο. Εντυπωσιαστήκαμε με τις καφετέριες που είναι εγκατεστημένες μέσα στο κάστρο με πολύ πράσινο, θέατρο και με ρωμαϊκά ερείπια κάτω από την καφετέρια.

Στην παλιά πόλη είδαμε την ορθόδοξη εκκλησία της Παναγίας καθώς και παλιό τζαμί. Στάση για φαγητό κάναμε δίπλα στην λίμνη Οχρίδας στο Pogradec.

Η τελευταία μας στάση στην Αλβανία η Κορυτσά όπου ψωνίσαμε πάμφθηνα φρούτα στην λαχαναγορά δεδομένου ότι στην Ελλάδα ισχύει περιορισμός στις αναλήψεις. Περνάμε άνετα τα σύνορα για Ελλάδα και καταλήγουμε γρήγορα στην Καστοριά σε ξενοδοχείο πάνω στην λίμνη.

Όλη η ομάδα μες την καλή χαρά τρώμε σε ταβέρνα στους Αμπελόκηπους που την έχουμε αποκλειστική δική μας δίνοντάς μας την δυνατότητα να τραγουδήσουμε και να χορέψουμε αναλογιζόμενοι πως περάσαμε και τι μας περιμένει από εδώ και πέρα στην αγαπημένη μας χώρα.



■ Μαυροβούνιο, Περάστ (Perast)



Το Αρχαίο Στάδιο της
Επίδαυρου



Η ΑΓΑΠΗΜΕΝΗ ΜΑΣ ΕΚΔΡΟΜΗ ΣΤΗΝ ΕΠΙΔΑΥΡΟ

Γράφει η Θέμις Αγγελοπούλου, Φωτογραφίες Γιώργος Γκλέτσος

Η γλυκιά αγαπημένη καλοκαιρινή εκδρομή της ΕΟΦ σε Επίδαυρο- Δρέπανο στις 17-19 Ιουλίου 2015

Κάθε χρονιά νομίζω ότι γράφω περίπου τα ίδια και τα ίδια και όμως τόσο διαφορετικά με εναλλαγές εικόνων, παραστάσεων, ανθρώπων και τόσα άλλα. Ήμασταν ένα group 42 ατόμων που ξεκινήσαμε με τους καλύτερους καιρούς, ευχάριστη διάθεση, καλό καιρό, με την πατροπαράδοτη σπανακοτυρόπιτα, που μας προσέφερε η αρχηγός και τιμήθηκε δεόντως από όλους.

Φέτος είχαμε και μια έκπληξη στο ξενοδοχείο μας. Το βρήκαμε αναβαθμισμένο σε υπηρεσίες, διακόσμηση, επίπλωση κλπ. Μόνο το βραχιολάκι που δεν μας έδωσαν γιατί και αυτό ισχύει από φέτος στους ενοίκους. Ότι νέο και καλόγουστο, μας εκπλήσσει ευχάριστα και είναι καλοδεχούμενο.

Όπως κάθε χρόνο, την Παρασκευή μετά το μπάνιο μας σε θάλασσα και πισίνα και τον προσεγμένο μπουφέ, το απόγευμα πήγαμε στο μικρό Θέατρο της παλαιάς Επίδαυρου (39 άτομα), όπου παρακολουθήσαμε τη μουσική παράσταση «Chronos», με τη Δήμητρα Γαλάνη-τραγουδίστρια, Π. Κλαμπάνη-κοντραμπάσο, Θ. Κωνσταντίνου-ούτι, λαούτο, κιθάρα, Σπ. Μάνεση στο πιάνο και Χρ. Ραφαηλίδη στο βιμπράφωνο.

Στο λιμάνι, όπως κάθε χρόνο, κάναμε την "περατζάδα" μας στα κιόσκια του Αγροτουρισμού, με τις διάφορες λιχουδιές. Το λιμάνι, είχε γεμίσει τόσες πολλές τσιπούρες, (φαίνεται θα έσπασαν κλουβιά από τα ιχθυοτροφεία) και οι ψαράδες γέμιζαν κουβάδες με ψάρια. (Ατυχώς φέτος, ο δικός μας ψαράς δεν είχε φέρει τα εργα-

λεία του και έμεινε εκτός συναγωνισμού....).

Το Σάββατο αφού απολαύσαμε την θαυμάσια παραλία Δρεπάνου, το φαγητό μας με τις μπιριτίτσες μας και την "σιέστα" την μεσημεριανή, το βράδυ παρακολουθήσαμε στο Αρχαίο Θέατρο της Επίδαυρου (38 άτομα), την παράσταση «Αίας» που θεωρείται ότι ήταν η πιο δημοφιλής τραγωδία του Σοφοκλή, από την τριλογία, Αίας/ Τεύκρος/ Ευρυπύκης.

Η σκηνοθεσία του Β. Θεοδωρόπουλου και πρωταγωνιστές: Ν. Κουρής, Μαρία Πρωτόπαππα κ. α. Πηγαίνοντας στο Αρχαίο Θέατρο, η αρχηγός μας διάβασε την ανάλυση του έργου και κατά γενική ομολογία, ήταν κατατοπιστική, επεξηγηματική και έτσι η κατανόηση της τραγωδίας ήταν σαφής, διότι μπήκαμε στο πνεύμα του έργου καλύτερα. Έτσι και αλλιώς, πάντα υπάρχει αυτή η Μαγεία σε αυτό το χώρο, που μας συντροφεύει για αρκετό διάστημα μετά.

Την Κυριακή με έναν υπέροχο καιρό, απολαύσαμε το μπάνιο μας, το φαγητό μας και μετά από τα απαραίτητα κούς-κούς ή κοινωνικά σχόλια όπως τα λέμε καλοπροαίρετα και επίσης τις ατέλειωτες πολιτικές συζητήσεις και προβλέψεις, έφτασε η στιγμή της επιβίβασής μας στο πούλμαν, για την επιστροφή μας στην Αθήνα, στο Μάτι και στην καθημερινότητά μας.

Έγινε επίσης κλήρωση και η Θέμις πρόσφερε μια εικόνα του Αγίου Νικολάου (προστάτη των ναυτικών και των εκδρομέων της ΕΟΦ), στην τυχερή του πούλμαν.

Εύχομαι να είμαστε καλά και να μπορούμε να ταξιδεύουμε σε κοντινά και μακρινά μέρη με την ΕΟΦ, για πολλά-πολλά χρόνια ακόμη, με υγεία, χαρά, κέφι και αισιοδοξία.

■ Επίδαυρια 2015 "Αίας" του Σοφοκλή.





ΛΙΧΑΔΟΝΗΣΙΑ ΚΑΙ ΠΑΙΔΙΚΕΣ ΕΝΤΥΠΩΣΕΙΣ

Τα Λιχαδονήσια ως προορισμός, έχουν γίνει σημείο αναφοράς αναπόλησης και προσμονής για τα παιδιά της Κατασκήνωσης και γενικά τα Εοφιτάκια μας.

Η σελίδα αφιερώνεται με πολλές ευχές για υγεία, αισιοδοξία και χαρούμενη ζωή σε όλα τα παιδιά του κόσμου.



Τέσσερα χρόνια συνέχεια πάω στα Λιχαδονήσια. Μου αρέσει γιατί πάμε όλα τα παιδιά της κατασκήνωσης και περνάμε ωραία. Πάμε και στα νησάκια και βλέπουμε και τις φώκιες.

Νικόλας Νάκου



Πιο πολύ μου άρεσαν εμένα οι φώκιες επειδή δεν είχα ξαναδεί από κοντά, ενώ είχα διαβάσει για αυτές στο σχολείο μου. Μου άρεσε επίσης, ότι βρήκα μια καινούργια φίλη, την Ειρήνη που θέλω πολύ να την ξανασυναντήσω. Ακόμη στο ξενοδοχείο είχε ένα καταπληκτικό σκυλάκι, την Κλέλια που έβαζε την μουσούδα της πάνω στα τραπέζια της ταβέρνας!

Αρετή Δουβή



Πέρασα πολύ ωραία σε αυτή τη εκδρομή και πιο πολύ μου άρεσε που πήγαμε στα Λιχαδονήσια και είδαμε τις φώκιες. Επίσης μου άρεσαν τα νερά και το γαλανό χρώμα τους. Όμως τίποτα δεν συγκρίνεται με την παρέα και τους φίλους. Η καλύτερη εκδρομή που έχω πάει.

Δημήτρης Δουβής



Είναι η Τρίτη φορά που έρχομαι στα Λιχαδονήσια! Περνάω πολύ ωραία κάθε χρόνο ... μαζί με τους φίλους μου. Χορέψαμε, τραγουδήσαμε, γελάσαμε και κολυμπήσαμε! Είμαι πολύ χαρούμενη που κάθε χρόνο που καταφέρνω και έρχομαι εδώ! Επίσης το χωριό εκεί είναι πολύ ωραίο και φιλόξενο για όλους τους επισκέπτες...έχει ωραίες θάλασσες πολλά βότσαλα, πολλά κοχύλια και γενικώς είναι πολύ ωραίο χωριό! Επίσης είναι πολύ μικρό και γλυκό χωριουδάκι. Θα ήθελα πολύ να ξανα-

έρθουμε και του χρόνου εδώ γιατί είναι πολύ ωραία.

Μαρία Εμμανουήλ



Πιο πολύ μου άρεσε στα Λιχαδονήσια. Είχε ωραία θάλασσα, παίξαμε με την Αρετή. Μου άρεσε που κάτσαμε μέχρι το μεσημέρι. Μου άρεσε που είδαμε και τις φώκιες όταν πήγαμε με την βάρκα.

Ειρήνη Εμμανουήλ



Είναι η Τρίτη φορά που έρχομαι στα Λιχαδονήσια. Μαζί με το Νικόλα και το Βασίλη περνάω πολύ ωραία. Κάνουμε πολλά μπάνια και μακροβούτια. Περνάμε πάρα πολύ ωραία.

Δημήτρης Βαβίλης



Είναι η Τρίτη φορά που έρχομαι στα Λιχαδονήσια. Έρχομαι στην Εύβοια κάθε φορά, περνάμε πολύ ωραία. Πηγαίνουμε στην θάλασσα και κάθε βράδυ χορεύουμε. Όταν πάμε στη θάλασσα κάνουμε βουτιές και μαζεύουμε κοχύλια. Όλες τις φορές που έχω πάει στα Λιχαδονήσια έχω εντυπωσιαστεί πολύ, αλλά πιο πολύ μου άρεσε και η διαδρομή που περνάγαμε από το ναυάγιο και μια οικογένεια από 6 φώκιες που φύγανε από το θαλασσιό πάρκο της Αλόινης για να βρουν πιο πολύ φαγητό. Θα έρχομαι κάθε χρόνο

Βασίλης Βαβίλης

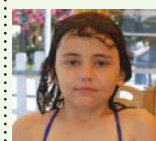


Είναι η Τρίτη χρονιά που πηγαίνουμε στα Λιχαδονήσια. Ωστόσο φέτος η εκδρομή μας ήταν πιο ιδιαίτερη πιο διαφορετική.

Το πρώτο βράδυ οι ξενοδοχοί δίπλα στο εστιατόριο έστησαν γλέντι και χόρευαν

και φυσικά δεν μπορούσαμε να μην συμμετέχουμε και εμείς. Μπήκαμε στη μέση του δρόμου και αρχίσαμε να χορεύουμε και να γελάμε. Το επόμενο πρωί πήγαμε βόλτα στα Λιχαδονήσια. Το αγαπημένο μου σημείο ήταν όταν είδαμε τις φώκιες. Σύμφωνα με τον οδηγό έφυγαν δύο φώκιες από το θαλασσιό πάρκο. Ήρθαν εδώ και πολλαπλασιάστηκαν. Τώρα πέντε φώκιες τριγυρνάνε στα νησάκια. Το καράβι άραξε στο μεγαλύτερο νησάκι στη Μανωλιά όπου κάναμε μπάνιο σε μία οργανωμένη παραλία. Μετά από κάποιες ώρες γυρίσαμε στον Αϊ Γιώργη όπου μέναμε. Αυτή την εκδρομή δεν θα την ξεχάσω ποτέ.

Εύα Δελήμπαση



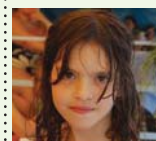
Πέρασα τέλεια στα Λιχαδονήσια. Μου άρεσε που πήγαμε με το καράβι στο νησάκι. Που κολυμπήσαμε, στη θάλασσα.

Κατερίνα Δελήμπαση



Είναι η τρίτη φορά που πηγαίνουμε στα Λιχαδονήσια. Κάθε χρόνο μαζευόμαστε όλα τα παιδιά και περνάμε ένα υπέροχο τριήμερο. Κάναμε πολλά πράγματα όπως κολύμπι, επίσης μάθαμε καινούργια παιχνίδια. Μου έκανε μεγάλη εντύπωση όταν πήγαμε με το καραβάκι σε μια υπέροχη παραλία. Εκεί υπήρχαν πολλά κοχύλια και διαφορετικές πέτρες. Μου αρέσει πολύ όταν κάνουμε αυτή την φανταστική εκδρομή.

Κατερίνα Μπαμπούρα



Στα Λιχαδονήσια μου άρεσε που πήγαμε με το καράβι στο νησί και κολυμπήσαμε σε μια θάλασσα και μου άρεσε το φαγητό.

Ζέτα Μπαμπούρα



■ Εοφόπουλα στον Άϊ Γιώργη,
φωτ. Γιώργ. Γκλέτσος



Γράφει η Γεωργία Αρμενιάκου

Λιχαδονήσια και φέτος, επανάληψη μιας επιτυχημένης εκδρομής, μόνο που αυτή τη χρονιά έγινε Ιούνιο. Χάσαμε μεν το θέαμα από τις σαλούφες, αλλά αποφύγαμε κάποιες γκρίνιες. Εβδομήντα και πλέον άτομα, (13 εξ' αυτών παιδιά), με δύο πούλμαν, ξεκινήσαμε από τη γνωστή διαδρομή Αρκίτσα- Αιδηψός με φέρυ μπότ και από Αιδηψό για Άγιο Γεώργιο από την παραθαλάσσια διαδρομή με κατάληξη τον Άγιο Γεώργιο.

Μαζί μας όπως προείπα και έντεκα μικροί μας φίλοι, παιδιά και εγγόνια Εοφιτών που έδιναν ζωή στις δυόμιση μέρες που διήρκεσε η εκδρομή. Δυόμιση μέρες ξεγνοιασιάς, περιπάτων και γαστρονομικών απολαύσεων.

Κλασικά το Σάββατο, με τα δύο πλοία, επισκεφθήκαμε τα Λιχαδονήσια. Κάναμε τον περίπλου της Στρογγυλής με το φάρο να δεσπόζει στην κορυφή της και το σκούρο πράσινο ηφαιστειακό πέτρωμα που την περιέβαλλε. Κατευθυνθήκαμε στο παρακείμενο ναυάγιο από το Δεύτερο Παγκόσμιο πόλεμο και σε πλήρη ηρεμία, περιμέναμε να εμφανιστούν κάποια από τα πέντε ζευγάρια φώκιες που ζουν στα γύρω νησάκια. Μόνο δύο μας έκαναν τη τιμή και εμφανίστηκαν, κάτω από με τις επευφημίες των μικρών μας φίλων. Κάθε πέντε λεπτά μας είπαν οι οδηγοί των σκαφών, βγαίνουν στην επιφάνεια.

Τελικός προορισμός μας το νησάκι Μανωλιά, με το πανέμορφο κολπάκι και την καντίνα. Απολάυσουμε μπάνιο και τα παιδιά το παιχνίδι στη θάλασσα. Μια ομάδα, πεζοπόρησε στο νησί, σε μια όμορφη διαδρομή, μέσα στον ελαιώνα.

Η επιστροφή μας έγινε σε δύο προκα-

θορισμένες αναχωρήσεις, με χρονική διαφορά για όσους ήθελαν να απολαύσουν περισσότερο τη θάλασσα.

Πριν την αναχώρηση από τον Άγιο Γεώργιο, οι μικροί μας φίλοι έγραψαν τις εντυπώσεις τους από την εκδρομή και η απαίτηση και η ευχή τους ήταν να επαναληφθεί η εκδρομή και να ξαναβρεθούν και του χρόνου πάλι όλοι μαζί.



■ Μικρές Εοφίτισσες σε άψογες βουτιές, Φωτ. Δ. Αρμενιάκος



■ Η παιδική παρέα και κάθε χρόνο μεγαλύτερη, Φωτ. Δ. Αρμενιάκος



ΑΠΟ ΤΗ ΖΩΗ ΤΗΣ ΕΟΦ



■ Αλβανία, στην πορεία από Βαλμπόνα στο Θεθι, Φωτ. Μ. Βέττερ



■ Μαυροβούνιο, κατεβαίνοντας από τον Δρυμό Λόφτσεν στο Κότορ, Φωτ. Μ. Βέττερ



■ Μαυροβούνιο, πορεία στο Ντουρμίτορ, Φωτ. Μ. Βέττερ



■ Πάρνωνας, Τσίτζινα ή Πολύδροσο, Φωτ. Μ. Βέττερ

ΤΟΝ ΜΗΝΑ ΙΟΥΝΙΟ ΠΡΑΓΜΑΤΟΠΟΙΗΘΗΚΑΝ 4 ΕΚΔΡΟΜΕΣ (1 ΜΟΝΟΗΜΕΡΗ ΚΑΙ 3 ΠΟΛΥΗΜΕΡΕΣ) ΜΕ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ 201 ΑΤΟΜΩΝ

ΑΛΒΑΝΙΑ – ΜΑΥΡΟΒΟΥΝΙΟ

Από 26/6/15 έως 8/7/15 πραγματοποιήσαμε μία πολύ ενδιαφέρουσα πολήμερη εκδρομή με πούλμαν, στην Αλβανία και στο Μαυροβούνιο όπου συνδυάσαμε τουρισμό και πεζοπορίες. Συμμετείχαν μόνο 20 άτομα ενώ στην αρχή έδειξαν ενδιαφέρον πολύ περισσότεροι. Πιστεύουμε ότι η οικονομική κρίση τους επηρέασε. Σε άλλη στήλη του περιοδικού, υπάρχει αναλυτική περιγραφή.

ΑΓΙΟΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ – ΛΙΧΑΔΟΝΗΣΙΑ

Για 5^η συνεχόμενη χρονιά πραγματοποιήθηκε αυτή η τριήμερη εκδρομή. Οι Εοφίτες την ζητάνε κάθε χρόνο διότι συνδυάζει ήσυχο παράλιο χωριό, ξεκούραση, θαλάσσιο μπάνιο, περιπάτους σε γραφικές παραλίες, καλό φαγητό με φρέσκα ψάρια και επίσκεψη στα μαγευτικά Λιχαδονήσια. Φέτος συμμετείχαν 74 άτομα από τα οποία τα 13 ήταν μικρά παιδιά.

ΕΠΙΔΑΥΡΟΣ – ΠΑΝΑΓΙΑ ΠΟΛΕΜΑΡΧΑ

Με συμμετοχή 34 ατόμων πραγματοποιήθηκε για πρώτη φορά αυτή η ημερήσια εκδρομή. Οι πεζοπόροι μας πραγματοποίησαν την διαδρομή Νέα Επίδαυρος – Παναγία Πολεμάρχα – Παλιά Επίδαυρος σε 2,5 ώρες. Όσοι δεν πεζοπόρησαν επισκέφθηκαν Το



■ Από την εκδρομή στην Επίδαυρο, Φωτ. Θ. Αγγελοπούλου



Μ. Βέττερ

Μουσείο και το Θέατρο της Επιδαύρου και διημέρευσαν στην γραφική - παραλιακή Παλαιά Επίδαυρο.

ΣΙΦΝΟΣ

Του Αγίου Πνεύματος συνηθίζουμε να επισκεπτόμαστε ένα νησί εκμεταλλευόμενοι την τριήμερη αργία. Φέτος, με συμμετοχή 73 ατόμων διαλέξαμε την Σίφνο που είχαμε 16 χρόνια να πάμε. Σε άλλη στήλη του περιοδικού, υπάρχει αναλυτική περιγραφή.

**ΤΟΝ ΜΗΝΑ ΙΟΥΛΙΟ
ΠΡΑΓΜΑΤΟΠΟΙΗΘΗΚΑΝ
2 ΤΡΙΗΜΕΡΕΣ ΕΚΔΡΟΜΕΣ
ΜΕ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ 45 ΑΤΟΜΩΝ**

ΔΡΕΠΑΝΟ - ΕΠΙΔΑΥΡΟΣ

Συνεχίστηκε και φέτος η οργάνωση τριήμερης εκδρομής που συνδυάζει ξεκούραση, θαλάσσιο μπάνιο, καλό περιβάλλον και παρακολούθηση εκδηλώσεων στην Επίδαυρο. Με συμμετοχή 42 ατόμων παρακολουθήσαμε δύο ενδιαφέρουσες παραστάσεις στα 2 θέατρα της Επιδαύρου και η ξεκούραστη διαμονή στο Δρέπανο ήταν ό,τι χρειαζόταν για την θερινή περίοδο.

ΠΑΡΝΩΝΑΣ

Η Πανελλήνια Ορειβατική συγκέντρωση της Ομοσπονδίας Ορειβασίας πραγματοποιήθηκε, φέτος, στον Πάρνωνα. Από πλευράς ΕΟΦ, συμμετείχαν 3 άτομα που απόλαυσαν τα υψίπεδα του Πάρνωνα με παρέα εκατοντάδων ορειβατών.



εκδρομές - εκδηλώσεις



■ Αλβανία. Στο φέρυ μποτ στη λίμνη Κομάν, Φωτ. Μ. Βέττερ



■ Μεσημεριανή συνεστίαση των γυναικών της Κατασκήνωσης, Φωτ. Γ. Αρμενιάκου

■ Η συνηθισμένη απόβαση στη Μανωλιά, Φωτ. Δ. Αρμενιάκος





ΤΟΝ ΜΗΝΑ ΑΥΓΟΥΣΤΟ
ΠΡΑΓΜΑΤΟΠΟΙΗΘΗΚΕ
ΜΙΑ ΗΜΕΡΗΣΙΑ ΕΞΟΡΜΗΣΗ ΜΕ
ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ 23 ΑΤΟΜΩΝ

ΠΑΤΡΑ

Με συμμετοχή 23 ατόμων πήγαμε στην Πάτρα για να παρευρεθούμε στην κηδεία της Δανάης Διαλετά.

Εκδηλώσεις που έγιναν το προηγούμενο τρίμηνο

- Στις 11-07-15 πραγματοποιήθηκαν στην κατασκήνωση τα εγκαίνια της κατασκηνωτικής περιόδου με αγιασμό και αρτοκλασία, ενώ ακολούθησε συνεστιάση με ρεβυθάδα που προσφέρει κάθε χρόνο η οικογένεια Μεταξά.
- Στις 17 & 18-07-15 παρακολουθήσαμε 2 παραστάσεις στο Αρχαίο Θέατρο και στο Μικρό Θέατρο της Επιδαύρου.
- Στις 20-07-15 έγινε Εσπερινός και Αρτοκλασία στο εκκλησάκι της κατασκήνωσης για την γιορτή του Προφήτη Ηλία.
- Στις 05-09-15 πραγματοποιήθηκε στην κατασκήνωση η εκδήλωση «Αποχαιρετισμός της θάλασσας» με την λήξη της κατασκηνωτικής περιόδου και προσφέρθηκε η καθιερωμένη «Φασολάδα του Φίλιππα» από τις οικογένειες Κίντατζι και Τσολάκη.



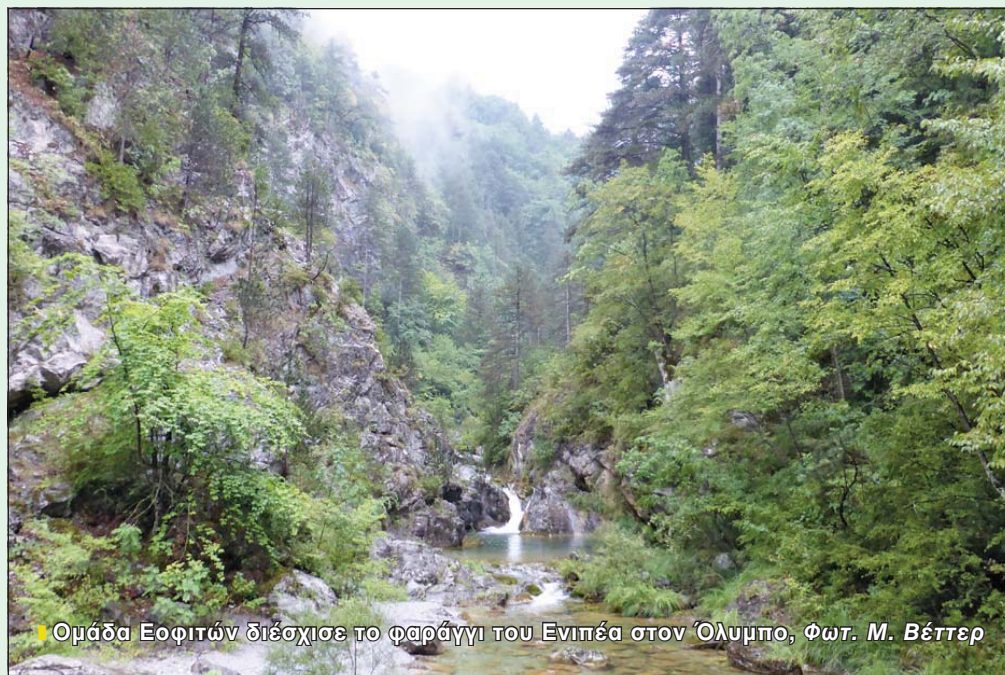
■ Πάρωννας, στην ουρά για το συσσίτιο, Φωτ. Μ. Βέττερ



■ Τα γεννέθλια του Ιάσονα στην Κατασκήνωση, Φωτ. Δ. Αρμενιάκος

ΕΚΔΡΟΜΗ ΣΤΟ ΦΑΡΑΓΓΙ ΤΟΥ ΕΝΙΠΕΑ

Στις 8, 9 και 10 Σεπτεμβρίου μια μικρή ομάδα από μέλη και φίλους/ες της ΕΟΦ κάναμε εκδρομή στο Λιτόχωρο. Την Τετάρτη 9 Σεπτεμβρίου διασχίσαμε το φαράγγι του Ενιπέα περπατώντας 6 ώρες, σχεδόν χωρίς στάση, κάτω από ασταμάτητη βροχή. Έβρεχε, όμως ήταν ωραία. Μέχρι την άλλη μέρα εμείς και τα πράγματά μας και οι αρβύλες φυσικά ήταν όλα μουλιασμένα. Κι ωστόσο όλοι και όλες χαρήκαμε την εκδρομή.



■ Ομάδα Εοφίτων διέσχισε το φαράγγι του Ενιπέα στον Όλυμπο, Φωτ. Μ. Βέττερ

ΤΡΕΧΟΝΤΑΣ ΣΤΑ ΒΟΥΝΑ ΤΟΥ ΖΑΓΟΡΙΟΥ

Κείμενο: Μίλτος Γκλέτσος, Φωτογραφίες: ZMR/K.Vasilakis

“...το ξυπνητήρι χτύπησε στις 5.30. Όχι ότι δεν το περίμενα... Λαγοκοιμόμουν και κατά συνέπεια πετάχτηκα σαν ελατήριο. Τρώμε μαζί με τον συναθλητή μου Γιάννη ένα λιτό πρωινό με δυναμωτικά, πλην όμως ελαφριά, συστατικά – ψωμί, ταχίνι, μέλι. Κοιτώ έξω απ’ το μπαλκόνι, τα Γιάννενα κατασκότεινα, δεν έχει καν χαράξει. Μπαίνουμε στο αμάξι, και βγαίνοντας από την πόλη με κατεύθυνση Καλπάκι, βλέπουμε κι άλλα αμάξια να κινούνται στην ίδια πορεία. Τυχαίο; Μάλλον όχι. Μέσα στα αμάξια διακρίνουμε αγουροξυπνημένους άντρες και γυναίκες, νέους αλλά και μεσόκοπους, με αθλητικά γυαλιά ηλίου και μπλουζάκια, και πού και πού καμιά μπαντάνα στο κεφάλι. Ε, ναι, πηγαίνουν κι αυτοί στον Ορεινό Αγώνα Ζαγορίου!”

Ο Ορεινός Αγώνας Ζαγορίου ή αλλιώς ZMR (Zagori Mountain Running) είναι μια μεγάλη γιορτή του ορεινού τρεξίματος. Γίνεται κάθε χρόνο Ιούλιο μήνα στα Ζαγοροχώρια -στην ομορφότερη ορεινή περιοχή της Ελλάδας κατά τη γνώμη μου. Το ZMR είναι πια θεσμός. Έχει αποστάσεις υπερμαραθωνίου (80k !!), μαραθωνίου (42k), ημί (21k) και 10k. Όλες τους φυσικά σε πανέμορφα μονοπάτια, ενίοτε και καλντερίμια, με πολύ μεγάλες υψομετρικές καθώς διασχίζουν την Γκαμήλα και το φαράγγι του Βίκου. Οι μικρότερες διαδρομές των 21 και 10 χλμ διέρχονται από χωριά του Κεντρικού Ζαγορίου κι από 4-5 πέτρινα τοξωτά γεφύρια της περιοχής. “...περνάμε με το αμάξι τη Λαϊψία -έχει ομίχλη παρότι είναι 26 Ιουλίου. Έχουμε έγνοια για τις καιρικές συνθήκες. (Θα κάνει ζέστη ή δροσιά; Μήπως υγρασία;) Ανηφορίζουμε έξω από την ομίχλη, στρίβουμε στους Ασπράγγελους και παρκάρουμε έξω απ’ τους Κήπους όπου η γραμματεία του αγώνα. Εκεί αρχίζει το πανηγύρι! Ένα πολύχρωμο πλήθος από δρομείς έχει ήδη μαζευτεί, αν και η ώρα είναι μόνο 7 το πρωί. Κάποιοι μιλάνε ζωηρά μεταξύ τους (πολλοί γνωρίζονται), άλλοι κάνουν ζέσταμα...”

Το ορεινό τρέξιμο γίνεται στη χώρα μας εδώ και πολλά χρόνια, τώρα τελευταία όμως έχει πάρει ιδιαίτερη ώθηση (όπως και το απλό, “ασφάλτινο” τρέξιμο). Άραγε να είναι συνέπεια της κρίσης; Παροδική μόδα; Ή απλά ο Έλληνας επιτέλους σηκώθηκε από τον καναπέ και πήρε τα βουνά και τα λαγκάδια; Όπως και να’χει,

μια πολύ όμορφη υπαίθρια δραστηριότητα δίνει την ευκαιρία σε πολύ κόσμο, όλων των ηλικιών (μάλιστα οι σαραντάρηδες και πενηντάρηδες είναι αρκετά “δυνατοί”) να οργώσει τα βουνά... τρέχοντας. Ζαγόρι, Παρνασσός, Οίτη, Ζήρεια, Ταύγετος, Πάρνηθα, Περιστέρι, Ροδόπη (κι άλλα που ξεχνώ), και βέβαια ο μέγας Όλυμπος, φιλοξενούν ονομαστούς αλλά και λιγότερο γνωστούς αγώνες ορεινού τρεξίματος.

“...ο αφέτης έδωσε την έναρξη! Μαζί με άλλους 430 δρομείς ξεχυνόμαστε στο καλντερίμι. Σύντομα μπαίνουμε σε δρυοδάσος, κατόπιν περνάμε 1-2 πέτρινα γεφύρια... Τα έχω χάσει από την ομορφιά. Το όνειρό μου να τρέξω το Ζαγόρι γίνεται πραγματικότητα. Περάσματα σε καλντερίμια, δάσος με μαλακό χώμα, αλλά και η ζόρικη κροκάλα του Βίκου. Ψυχοβγάλτρες ανηφόρες κι επικίνδυνες τεχνικές καταβάσεις, εναλλάσσονται με τοξωτά γεφύρια και πανέμορφα χωριά. Αυτά είναι!”

Πολλοί θα αναρωτηθούν: γιατί να πάω στο βουνό τρέχοντας; Πέραν του ότι θα μου βγει η γλώσσα, δεν θα προλάβω να δω το τοπίο, να μυρίσω ένα αγριολούλουδο, να φωτογραφίσω την κορφή. Τις ίδιες αμφιβολίες είχα κι εγώ, ως παλιός ορειβάτης (τα πρώτα μου ορειβατικά βήματα τα έκανα με την ΕΟΦ, την οποία ευχαριστώ ολόψυχα). Κι όμως, όταν με το απλό, ασφάλτινο τρέξιμο έφταξα μια στοιχειώδη φυσική κατάσταση ένιωσα το κάλεσμα του βουνού, του **ορεινού τρεξίματος**. Το αίμα νερό δεν γίνεται... Με 3-4 συμμετοχές σε “εισαγωγικούς” αγώνες των 10-16 χλμ είδα ότι τα κατάφερα. Και τσουπ! Βρέθηκα να τρέχω στην κοίτη του Βίκου έναν ονομαστό αγώνα, το ZMR. Και σας διαβεβαιώ ότι



Τερματισμός στο χωριό Κήποι

είναι πανέμορφη, δυνατή εμπειρία, αλλά ταυτόχρονα απολαμβάνεις πάρα πολύ καλά το βουνό –με όλες τις αισθήσεις: βλέπεις τα πάντα με την περιφερειακή σου όραση, ρουφάς τις μυρωδιές του, βιώνεις πολύ βαθιά τα μονοπάτια του, τα δάση του, τους λειμώνες του. Τον καυτό ήλιο και τις δροσερές ρεματιές. Τα δύσκολα και τα εύκολα. Καιρός για φωτογράφιση, πάντως δεν υπάρχει!

“...πόσο γρήγορα πέρασαν 21 χιλιόμετρα με 1100μ. υψομετρικής διαφοράς, ανάβασης και κατάβασης. Είναι οι ενδορφίνες, ή μήπως ο ενθουσιασμός που έκανα το ZMR; Χωρίς να το καταλάβω έφτασα στους Κήπους. Η τελευταία ανηφόρα (λίγο σαδιστική) και τερματισμός. Τα κατάφερα. Ο χρόνος μου 2.54’, μια χαρά για πρωτάρης. Για να δούμε, το επόμενο βουνάκι θα το κάνουμε περπατώντας ή τρέχοντας;



Στο γεφύρι του Καπετάν-Αρκούδα



ΤΟ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ ΣΤΗΝ ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΣΗ

Κείμενο και φωτογραφίες Δ. Αρμενιά



Ένα καλοκαίρι ακόμα πέρασε και μία Κατασκηνωτική περίοδος τελείωσε. Εφέτος αν και τα εγκαίνια έγιναν κάπως καθυστερημένα, - αρχές Ιουλίου- ο πολύ καλός καιρός έδωσε την δυνατότητα σε αρκετούς κατασκηνωτές σε συνδυασμό με κάποιες επισκευαστικές εργασίες να εγκατασταθούν στην Κατασκήνωση από τις αρχές του Ιούνη.

Ο Έφορος κατασκήνωσης με βασικό βοηθό το μέλος της Επιτροπής κατασκήνωσης Απόστολο Ψυράκη οργάνωσαν εγκαίρως τις απαραίτητες εργασίες για τον καθαρισμό του κτήματος από υπόλοιπα του χειμώνα.

Συγχρόνως ο νέος Έφορος δρομολόγησε και κάποιες εργασίες καλλωπισμού με πολύ προσωπική εργασία και κόστος μόνο τα υλικά που χρειάστηκαν. Έγινε αλλαγή στα κάγκελα του Ξενώνα προς την μεριά της Καντίνας και κατασκευάστηκε νέο ξύλινο τραπέζι για τον εξωτερικό χώρο του. Άσπρισμα για απολύμανση στους κοινόχρηστους χώρους, κλάδεμα των γερασμένων φυτών στα παρτέρια της Καντίνας και άλλα.

Τα εγκαίνια μας βρήκαν πανέτοιμους και καθαρούς για την έναρξη της κατασκηνωτικής περιόδου. Μετά τον Αγιασμό στο εκκλησάκι μας ,μαζεψήκαμε στον χώρο της Καντίνας για την πρώτη συνεστίαση που συνοδεύτηκε από την παραδοσιακή ρεβυθάδα του Γιάννη Μεταξά.

Φέτος μας τίμησαν με την παρουσία τους ο Πρόεδρος της Ομοσπονδίας Εκδρομικών Σωματείων Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε. κ. Βασίλης Κατσαντώνης με την σύζυγό του Αμαλία Πρόεδρο του Συλλόγου «Φυσιολατρικό Εικαστικό Οδοιπορικό Στέκι» και το μέλος του Δ.Σ. της Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε. Γεώργιος Μηλιαράκης Πρόεδρος του συλλόγου «Όλυμπος» (Σύλλογος Φυσιολατρών Ορειβατών Πειραιώς) με την σύζυγο του.

Η καλοκαιρινή περίοδος κύλησε σχετικά ήρεμα χωρίς ιδιαίτερα και σημαντικά απρόοπτα να διαταράσσουν τους τρεις αυτούς μήνες της κοινής διαβίωσης.

Φέτος άλλαξαν λίγο οι κανόνες και επανήλθαμε στα παλιά. Για καλύτερο επιμερισμό των εργασιών η Επιτροπή Κατασκήνωσης ανέλαβε το δρόμο. Την οικονομική διαχείριση ανέλαβε το

μέλος της επιτροπής Έρση Καφετζοπούλου. Κάθε οικονομική συναλλαγή περνούσε από το μικροσκόπιο της, ενώ παράλληλα αποφορτίστηκε η Ταμίας του Συλλόγου.

Ένα σμάρι παιδιών όλων των ηλικιών κάτω από 12-13 ετών έπαιξαν, έτρεξαν, γέλασαν, έκλαιψαν, εκτονώθηκαν και πέρασαν ένα ευχάριστο καλοκαίρι ανάμεσά μας.

Πρόκειται για μια μεγάλη παρέα παιδιών, που μεγαλώνει σε ένα ασφαλές και ωραίο περιβάλλον και χρόνο με το χρόνο δένονται περισσότερο μεταξύ τους βαδίζοντας στα χνάρια των γονιών τους ,οι οποίοι μεγάλωσαν και αυτοί με τις ίδιες εμπειρίες κοντά στη φύση μέσα στην Κατασκήνωση.

Το γήπεδο ,λειτουργήσει και φέτος σαν πόλος έλξης και για αρκετά παιδιά περιμετρικά της Κατασκήνωσης. Διαχρονικά λόγω έλλειψης οργανωμένων χώρων στην περιοχή μας, δεκάδες παιδιά τα καλοκαίρια έχουν καθιερώσει σημείο συνάντησης τον χώρο του Γηπέδου μας όπου μαζί με τα δικά μας παιδιά οργανώνουν παιχνίδια όπως βόλεις μπάσκετ κ.α..

Κατασκηνωτές και φίλοι κατά την διάρκεια του Καλοκαιριού τα βράδια και αρκετά μεσημέρια στην Καντίνα απόλαυσαν τις νοστιμιές και τις πίτες της Κούλας και της Φένιας σε κεφαλονίτικες συνταγές, τα σουβλάκια και τα λουκάνικα στα κάρβουνα από τον Ραφαήλ, ενώ παράλληλα τα παιδιά γεύτηκαν με μεγάλη όρεξη την καταπληκτική πίτσα της Φένιας στην συνάντηση των γυναικών της Κατασκήνωσης που γίνεται κάθε χρόνο κατά το έθιμο και την οποία φέτος οργάνωσε η Γεωργία Αρμενιάκου.

Και φέτος έγινε η Λειτουργία την ημέρα της εορτής του Προφήτη Ηλία με αρτοκλασία προσφορά του Τάκη και της Μαρίας Πίκουλα. Στην συνέχεια ακολούθησε Συνεστίαση.

Η κατασκηνωτική περίοδος έκλεισε τυπικά στις 5 Σεπτεμβρίου με την καθιερωμένη προσφορά της φασολάδας από τις οικογένειες Τσολάκη - Κίντατζη.

Έθιμο χρόνων που μας προδιαθέτει για τον ερχομό του Φθινοπώρου και την λήξη της Κατασκηνωτικής Περιόδου.

Στη Συνεστίαση που ακολούθησε η ευχή να ξαναβρεθούμε όλοι στην επόμενη κατασκηνωτική περίοδο ήταν αυτό που κυριάρχησε, όπως και η προτροπή για την παρουσία μας





■ Ο Έφορος Τ. Πίκουλας με ομάδα παιδιών καθαρίζουν το Θεατράκι



■ Τραπεζομάντηλα για τις εορταστικές μέρες στην Καντίνα από την Κούλα Δραγώνα.



■ Τα νέα κάγκελα στον Ξενώνα, χρώμα μέσα στο πράσινο



■ Οι Τ. Πίκουλας και Ρ. Δραγώνας 'επί το έργον'

ΠΝΕΥΜΑ ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΥ ΣΤΗΝ ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΣΗ

Εθελοντισμός, μία λέξη και πράξη άμεσα συνδεδεμένη με το κτήμα μας στο Μάτι και γενικά με την Ε.Ο.Φ..

Η παράδοση και η ανάγκη ήθελε επί πολλά χρόνια στην Κατασκήνωση η εθελοντική εργασία να είναι θεσμός. Με εθελοντική εργασία στήθηκε η Κατασκήνωση και από ζεύγλα άρχισε να διαμορφώνεται και έγινε φιλική και κατοικήσιμη με την μορφή που έχει σήμερα. Σχεδόν όλα στήθηκαν από τα χέρια κατασκηνωτών.

Στην συνέχεια, επί πολλά χρόνια κάθε εβδομάδα, ήταν υποχρέωση ενός μέλους από κάθε οικίσκο, να συμμετέχει στον καθαρισμό του κτήματος και σε άλλες εργασίες που ήταν κατά καιρούς απαραίτητες.

Με την κοινωνική εξέλιξη την πάροδο των χρόνων και την άνοδο του βιοτικού επιπέδου η συνήθεια ατόνησε και οι εργασίες στις μέρες μας γίνονταν με εργάτες επί πληρωμή.

Όμως, σε αυτή την καμπή της ζωής που οι καιροί έγιναν χαλεποί, που η σημερινή οικονομική μας κατάσταση και η γενική κρίση μας περιτριγυρίζει, δεν μας επιτρέπεται η πληρωμή για εργασίες στο μέγεθος των προηγούμενων χρόνων. Δεν μας αφήνει την πολυτέλεια για μεγάλα ανοίγματα.

Αυτό το Καλοκαίρι λοιπόν νέος Έφορος πάλι ο Τάκης Πίκουλας, άνθρωπος βασικά της ανιδιοτελούς προσφοράς και χαμηλών τόνων, από το παρελθόν γνωστός για τον εθελοντισμό του, αλλά και ο ίδιος με μεγάλη πείρα στις κατασκευαστικές εφαρμογές δεν φοβάται, να πιάσει την σκούπα πρώτος, για να μας υπενθυμίσει παλιές συνήθειες και να περάσει την ιδέα της ευθύνης στα παιδιά για τους χώρους που εκτονώνονται και μαθαίνουν την ζωή μέσα από τα παιχνίδια.

Και με τελικό στόχο την ιδέα, την οικονομία, την ευεξία δίπλα στη φύση, την κοινωνικότητα την εμπειρία και την ευχαρίστηση της δημιουργίας.

Τέλος η διαφορά θα φανεί στον παραλληλισμό των οικονομικών πεπραγμένων. Ευχόμαστε να συνεχιστεί η συνήθεια και να δυναμώσει η ομάδα των εθελοντών.

Δ. Αρμενιάκος



■ Δ. Αρμενιάκος και Τ. Πίκουλας συνεργάζονται για την κατασκευή τραπεζιού στον Ξενώνα

ΠΡΟΣ ΤΟ ΠΝΕΥΜΑ ΤΟΥ ΠΡΟΚΟΠΗ ενταύδα

Καλοκαίρι 2015

Αγαπητέ Προκόπη υγιάν έχομεν

Για πολύ καιρό σε αφήσαμε ήσυχο εκεί που βρίσκεσαι μακριά-μακριά. Από την τελευταία επικοινωνία μας έχουν γίνει και έχουν γίνει. «Πράγματα και Θάματα» κατά το λαϊκό. Τι να σου πω μεγάλες κοσμογονικές αλλαγές. Ήρθαν τα πάνω κάτω. Ανέλαβα, να σου γράψω, γιατί ο αγαπητός Δημήτρης που είχε την αρμοδιότητα για την αναφορά των πεπραγμένων λόγω της απουσίας σου από τα εγκόσμια, έχει γίνει ευσυγκίνητος. Άσε που η παραμονή του τόσα χρόνια κάτω από τα πεύκα του ξύπνησαν αλλεργικές αντιδράσεις και έχει σκάσει στο φτέρνισμα.

Για κανονική αναφορά χρειάζεται ολόκληρο τεύχος. Και πού να βρεθεί χώρος, μετά από τόσους φωτογράφους και αρθρογράφους που απέκτησε τα τελευταία χρόνια η Ε.Ο.Φ.

Αν δε, σου έκανα εγώ λεπτομερή αναφορά, όπως συνηθίζε, θα «έτρωγες τα κόκαλα σου» όπως η Νόνικα Γαληνέα στην «Κόμισσα της Κέρκυρας». Τα γραφόμενα μου λίγα, κάτι σαν χαιρετισμός που λένε στην Κρήτη. Έτσι για να μην ξεχνιόμαστε. «Ποιά είμαι εγώ και δεν με γνωρίζεις; Εγώ είμαι καινούργια, έχω μόνο 18 χρόνια στην Ε.Ο.Φ. Τι να κάνω βρήκα ανοικτά μου άρεσε και μήпка. -Ορίστεεε πως είναι το κλίμα; Καλό πολύ καλό. Έχω συνηθίσει από την πατρίδα μου την Κεφαλονιά. Κρύο, υγρασία, βροχές, καταιγίδες. Αλλά έτσι είναι και στην Ε.Ο.Φ. όλο το χρόνο στα βουνά την περνάει. Βέβαια, εσύ εκεί που βρίσκεσαι το γνωρίζεις, αλλά στο αναφέρω μη και σου διαφεύγει. Δυστυχώς τα τελευταία χρόνια πάρα πολλοί φίλοι μας, έφυγαν για την γειτονιά των αγγέλων. Λυπηρό πολύ, αλλά τόσο μοιραίο, όσο και αναπόφευκτο.

Τα θεσμικά καλοκαιρινά δρώμενα επαναλήφθηκαν μέσα σε ευχάριστο και χιουμοριστικό κλίμα, όπως κάθε χρόνο. Για κάποιους, έτσι για να μην ξεχνιόμαστε, κυριάρχησαν διαφορετικά ρεύματα απόψεων ομοιάζοντα κατά πολύ με τις αγωνιστικές ομάδες των Βυζαντινών δηλαδή Βένετοι, Ρούσσοι, Πράσινοι και Λευκοί. Στολές δεν ράφτηκαν, κοστούμια όμως πολλά και με μεγάλη ποικιλία. Κατά το λαϊκό άσμα «Κλάψε με, μάνα, κλάψε με, και πεθαμένο θάψε με».

Όπως πάντα υπερίσχυσε το σωστό για τους άλλους. Οι παρατηρήσεις και οι υποδείξεις έδωσαν και πήραν. Πρέπει αυτό, πρέπει εκείνο, πρέπει πρέπει. Όσο για τις εξαιρέσεις πάντα γίνονται και πάντα υπερισχύουν του σωστού. Συνήθως, επικαλούνται, φυλικές, φυσικές ή ειδικές ανάγκες. Η δουλειά να γίνεται. Και όπως πάντα τα παρατράγουδα είχαν πολύ ζουμί.

Υπήρχε ιδέα να στηθεί χορωδία κατασκευητών Ε.Ο.Φ. αλλά διαφωνήσαμε σχετικά με την επιλογή του χοράρχη, οπότε ναυάγησε το σχέδιο. Αναφορές έγιναν για τους εντός και εκτός των τειχών. Κατηγορίες επισκεπτών σε ευπρόσδεκτους και μη ευπρόσδεκτους. Θαυμάσαμε την πρωτοβουλία αυτής της σκέψης!!!

Υιοθετήθηκε και ρόλος Θεματοφύλακα. Τι λες μήπως θα έπρεπε να οριστεί και έφορος Εθμοτυπικού μια που πολλή κουβέντα έγινε.

Άσε που οι μόνιμοι κάτοικοι (ζωύφια και άλλα κι-

νούμενα) στον πρώην οικίσκο του Αλ. Χρήστου επιτέθηκαν ανηλεώς στην Κούλα, (υπεύθυνη Καντίνας 2015), που φιλοξενήθηκε εκεί. Μη σου πω τι έγινε! Παρά τα βαψίματα, τα ξαραχνίσματα τα ψεκάσματα και τα σφουγγαρίσματα κατέληξε στο νοσοκομείο αφού τα ισχυρά τσιμπίσματα των παραπάνω της προκάλεσαν αλλεργικό σοκ.

Ακόμα πετρέλαιο-ψεκάστηκαν στρώματα και δάπεδα, κυκλοφόρησαν δε προφορικοί κατάδεσμοι κατά τα αρχαία ελληνικά πρότυπα για να φύγει το κακό. Όπως, «...καταθέτω στον Πλούτωνα... και στους... (Αναφέρονται οι θεοί πάνω και κάτω κόσμου) και Καταθέτω εναντίον εκείνων που έκλεψαν από την οικία μου, αλυσίδα, στρώματα τρία, αραβικό κόμι, σύνεργα, λινάρολαδο, μαστίχη, πιπέρι και πικραμύγδαλο...» ακολουθούν και άλλα για να καταλήξει «...Εκάτη των τριστηράτων, ...[και άλλες αναφορές προκειμένου οι κλέφτες να μην δουν άσπρη μέρα με κατάληξη: ...Ως επόπτης, συ Εκάτη, το χάλκινο δρεπάνι στρέψε εναντίον τους, να τους πετσοκόψει...! Απόσπασμα iefimerida.gr Τα ήξερες εσύ αυτά Προκόπη μου;

Γενικά οι αλλαγές δεν είναι ευπρόσδεκτες στο μικροκλίμα της Κατασκλήωσης. Όποιος το αψηφά μαθαίνει από τις συνέπειες.

Έπεσαν και πολλές πέτρες, δεν αστειεύομαι, κανονικός πετροπόλεμος. Αλλά στο χωριό μου, όταν παίζαμε τον αγαπημένο μας πετροπόλεμο, ανεβαίναμε κάπου ψηλά και τις ρίχναμε στο άπειρο. Μας είχαν μάθει να μη σημαδεύαμε τα κεφάλια μας. Θα μου πεις, άμα δεν έχεις μεγαλώσει σε χωριό ποιος θα σου το μάθει;

Άλλη κατηγορία επισκεπτών. Τα καμμένα τα πέριξ της Κατασκλήωσης αδέσποτα σκύλοι και γάτες. Επικίνδυνα ή φιλικά; Εκφράστηκαν διαφορετικές απόψεις. Αλλά πράγματι τι φταίνει τα καμμένα τα αδέσποτα, που η κακή τους μοίρα ήταν να τα εγκαταλείψει κάποιο δίποδο γαϊδούρι;

Η Καντίνα επέζησε για μια ακόμη χρονιά μια που βρέθηκαν φανατικοί υποστηρικτές αυτής της καλής συνήθειας. Ζεστά χαμόγελα και φιλικές κουβέντες, πολλά μπράβo και ευχαριστίες δημιούργησαν το διαφορετικό στην ατμόσφαιρα. Ακουστήκαν τα καλύτερα από τους περισσότερους. Φάνηκε καθαρά, ότι ο καντινιέρης είναι ισότιμο μέλος, δεν υπάρχει μόνο να διαθέτει τραπεζομάντιλα, κρύο νερό, αναψυκτικά, παγάκια, να σκουπίζει τα τραπέζια να σφουγγαρίζει την αυλή, να ανάβο-σβήνει τα φώτα για να φύγει η μαγκουφιά της εγκατάλειψης, να του γίνεται η τιμή να μαζεύει τα σκουπίδια-αποφάγια και να τα κουβαλάει στον κάδο, να μας πλένει τα πιάτα και τα ποτήρια, έτσι για να μην βαριέται, κάτι σαν στρατιωτικό καθόνι με ανάπαυση και σούζες και να κάνει σκληρή εργασιοθεραπεία για να στρώσει χαρακτήρα. Όλοι ξέρουν, αν η βάρκα μπάζει, δεν κλείσει η τρύπα και δεν αδειάζουν τα νερά θα φουντάρει με το πλήρωμα αντάμα.

Εσύ Προκόπη μου τι λες; Εγώ έχω στο μυαλό μου το ποίημα του Τζόν Νταν (1624), με το οποίο ο Χεμινγκουέι ξεκινάει το βιβλίο του «για ποιον κτυπάει η Καμπάνα».

«Κανένας άνθρωπος δεν είναι νησί, ακέριος μοναχός του.

Κάθε άνθρωπος είναι ένα κομμάτι ηπείρου, ένα μέρος στεριάς.

Αν η θάλασσα ξεπλύνει ένα σβόλο χρώμα, η Ευρώπη γίνεται μικρότερη.

Όπως κι αν ξεπλύνει ένα ακρωτήριο ή ένα σπίτι φίλων σου ή δικό σου.

Κάθε ανθρώπου ο θάνατος λιγοστεύει εμένα τον ίδιο, γιατί είμαι ένα με την Ανθρωπότητα.

Κι έτσι ποτέ σου μη στέλνεις να ρωτήσεις για ποιον κτυπά η καμπάνα. Κτυπάει για σένα».

Αν δεν κατάλαβες, δεν μπορώ να σου τα κάνω πιο λιανά. Ψηλά ήσουν... ας εβλεπες!

Άκου και το άλλο... Χρόνια και χρόνια γίνονται αναφορές και συστάσεις σχετικά με την παρουσία σκύλων στο χώρο της Καντίνας.

Παρά τις απαγορεύσεις και τις συστάσεις για την μη παρουσία τους στο χώρο, αυτά παίρνουν τον αέρα τους κάτω από τα τραπέζια των αφεντικών τους. Και καλά εδω κάναμε, ότι στραβώθηκαμε αλλά το παρακάτω περιστατικό και αν είναι της πρόκλησης και της ανάγωσης συμπεριφοράς!!!

Αφορά κάποια «κυρία» που εσύ μάλλον την ήξερες, παλαιότερα μέλος μας, ίσως, γνωστή σε κάποιους, που μας ήρθε ένα βράδυ με ένα φίλο της, μύρισε καρβουνοψηφτό και αποφάσισε να φάει το σουβλάκι της. Στην παρέα τους όμως υπήρχε και ένας τρίτος. Ένας σκυλάκος που ονειρευόταν και αυτός ένα λουκάνικο ψητό.

Όμως Προκόπη μου τι να κάνω; Το καταστατικό είναι σαφέστατο. «Απαγορεύονται τα τετράποδα στους κοινόχρηστους χώρους». Έπρεπε να πάρω θέση. Πλησίασα λοιπόν ευγενικά και τους παρακάλεσα να απομακρύνουν το σκυλί από τον χώρο της Καντίνας.

Επειδή, όμως δεν φαινόταν, να τους πείθω, αναφέρθηκα στον κανονισμό, ότι θα γίνει θέμα κτλ.-κτλ.. Στο μεταξύ ο μικρός Κωνσταντίνος έβαζε το χεράκι του για να χαϊδέψει το σκύλο στη μουσούδα. Σημείωση: Ο σκύλος ήταν αδέσποτος και τον έβαλαν οι ίδιοι στον χώρο της Κατασκλήωσης.

Τελικό αποτέλεσμα: κάθισα μπάστακας πάνω από το κεφάλι τους μουρμούριζα και περιμένα. Αποτέλεσμα: Υπερίσχυσε μεν της διαφωνίας, αλλά εισέπραξα την αποδοκιμασία της αποχωρούσας μεγαλειότητάς με ένα «να κοιμηθείς αγκαλιά με τον κανονισμό» που μου σφύριξε υποτιμητικά και φουρκισμένη με θεατρικό ύφος αποχώρησε με την παρέα της και το σκύλο που ακολούθησε τους πονόψυχους ζωόφιλους.

...ελπίζω, να μην είπαν κάποιοι, ότι πολύ καλά μου έκανε, γιατί έχω και εγώ σκύλο να τον σεργιανίζω πάνω κάτω, έχω και αυτοκίνητο για να το παρκάρω, εκεί που δεν πρέπει. Επίσης πολλά άλλα δημιουργικά και ευχάριστα έλαβαν χώρα, αλλά τι να σου κάνω μόνο μια σελίδα μου αφήσανε. Μπες στο διαδίκτυο και διάβασέ τα. Τεύχος 424.

Θεατρική παράσταση δεν έγινε. Δεν προλάβανε. Εξαντληθήκαμε από τα πάνω κάτω των ομάδων σχολιασμού και πληροφόρησης.

Τώρα κλείνω. Ραντεβού για του χρόνου τέτοιες μέρες. Ελπίζω... έχει ο θεός, βλέποντας και κάνοντας.

Ευπειθέστατη η γράφουσα Κ. Δραγώνα



Προτάσεις για εκδρομές τριμήνου

Γράφει η Κατερίνα Δραγώνα

ΓΥΘΕΙΟ – ΑΝΑΤΟΛΙΚΗ ΜΑΝΗ

ΓΥΘΕΙΟ Μια πανέμορφη πόλη στο Νομό Λακωνίας, 42 χλμ. νότια της Σπάρτης. Πρωτεύουσα της Μάνης και σημαντικό λιμάνι στην νότια Πελοπόννησο. Νεοκλασικά στίπια που σκαρφάζουν αμφιθεατρικά στην πλαγιά του «Ακούμαρο», στενά ανηφορικά σοκάκια με σκαλιά το νησάκι Κρανάη (που κατά τη μυθολογία, υπήρξε η παστάδα του Πάρι και της ωραίας Ελένης ο οποίος φεύγοντας ξέχασε το κράνος του, εξ' ου και το Κρανάη) με τον επιβλητικό του φάρο του, το πευκοδάσος, τον πύργο Τζαννετάκη και άλλα συνθέτουν την ομορφιά και τη γοητεία της σημερινής πόλης. Το Γύθειο έχει την χροιά μιας σύγχρονης και παράλληλα ρομαντικής επαρχιακής πόλης. Γραφικές καθημερινές εικόνες με ψαρόβαρκες που μπαινοβγαίνουν στο λιμάνι, ψαράδες να επισκευάζουν τα δίχτυα τους, σερβιτόρους να πηγαινοέρχονται κατά μήκος του παραλιακού δρόμου, μελισσολόι παιδιών και μαμάδων στην πλατεία, μαγαζάτορες στα πεζοδρόμια προδιαθέτουν θετικά τον επισκέπτη. Σημείο αναφοράς η βραδινή βόλτα στο λιμάνι, όπου ντόπιοι, τουρίστες, Έλληνες και ξένοι περιδιαβαίνουν στην ήρεμη πόλη.

Στα δύο χιλιόμετρα από το Γύθειο βρίσκεται η παραλία του Μαυροβουνίου, μία από τις ωραιότερες παραλίες της Μεσογείου και στα Δυτικά βρίσκονται τα σπήλαια της Μάνης και του Δυρού, που κατατάσσονται στα τρία από τα ωραιότερα σπήλαια στο κόσμο.

ΙΣΤΟΡΙΑ Το Γύθειο επί Τουρκοκρατίας ονομαζόταν Μαραθόνησι. Πήρε την αρχαία ονομασία του μετά το 1821. Το 195 π.Χ. η πόλη καταλείφθηκε από τους Ρωμαίους. Τότε ο Τίτος Φλαμίνιος απέσπασε το Γύθειο μαζί με άλλες παράλιες πόλεις από την Σπάρτη και δημιούργησε την ομοσπονδία «Κοινόν των Λακεδαιμονίων», αργότερα επί Αυγούστου μετονομάστηκε σε «Κοινόν των Ελευθερολακώνων». Έκτοτε το Γύθειο αναπτύχθηκε σε σπουδαίο λιμάνι με εμπορική και βιοτεχνική ανάπτυξη. Εξήγαγε πορφυρή λίθο, και κατασκεύαζε πορφύρα.

Το 395 μ.Χ. λεηλατήθηκε από τους Γότθους και ερήμωσε.

Δυνατός σεισμός έπληξε το Γύθειο το 400 μ.Χ. περίπου και βύθισε μεγάλο τμήμα της πόλης. Σώζεται είναι ένα μικρό Ρωμαϊκό θέατρο από τα πρώτα χριστιανικά χρόνια. Σύμφωνα με τη μυθολογία χτίστηκε από τον Ηρακλή και τον Απόλλωνα. Ανακαίνιστηκε κατά τη Ρωμαϊκής εποχή και λειτουργεί μέχρι σήμερα. ΝΑ στο θέατρο υπήρχε αγορά και πάνω από το θέατρο, στην κορυφή ενός λόφου 50 μέτρων ήταν η Ακρόπολη. Τα υπολείμματα των τοίχων της, ο ναός της Αθηνάς και των Καστοριδίων πυλών καθώς επίσης και μια γέφυρα που σώζονται ακόμα.

Στην Επανάσταση του 1821, 23 Μαρτίου οι Γρηγοράκηδες, μέλη της Φιλικής Εταιρείας, ύψωσαν την σημαία της επανάστασης στο Μαραθόνησι και το κατέστησαν ορμητήριο του Ελληνικού στόλου. Το 1830 το Γύθειο εξεγέρθηκε, όταν οι Βαυαροί θέλησαν να γκρεμίσουν τους Μανιάτικους πύργους. Το 1852 προσχώρησε στο θρησκευτικό κίνημα του μοναχού Παπουλάκου γιατί είχε αντιμοναρχική χροιά και υπήρξε από τους πρώτους τόπους όπου επικράτησε η επανάσταση του 1862.

ΑΞΙΟΘΕΑΤΑ Το παρεκκλήσι του Αγίου Πέτρου, ένας οκταγωνικός φάρος του 1873 με 22 μ ύψος και ο πύργος του Τζαννετάκη Γρηγοράκη 3ου μπέη της Μάνης, που χτίστηκε τα τελευταία χρόνια της Τουρκοκρατίας και ο οποίος λειτουργεί σήμερα ως Ιστορικό Εθνολογικό Μουσείο Μάνης. Τα μοναστήρια της Ζερμπίτσας, της Φανερωμένης, της Γιάτρισσας και άλλα,

ΜΥΣΤΡΑΣ Καστροπολιτεία χτισμένη σε λόφο ύψους 621 μ. στις βόρειες πλαγιές του Ταυγέτου και απόσταση 6 χλμ από τη Σπάρτη. Χαρακτηρίζεται από τα επιβλητικά τείχη του, τα ανάκτορα των Παλαιολόγων, τις κατοικίες, τις Βυζαντινές εκκλησίες. Φυσικό οχυρό, που προστάτευε τον «δρόγγο του Μελιγού» -μια βαθιά ρεματιά που οδηγεί σε απρόσιτα καταφύγια, εκεί που ζούσαν οι Μηλιγγοί (ατίθασες σλαβικές φυλές). Οχυρώθηκε από τους Φράγκους και για διακόσια χρόνια περιφρούρησε την καρδιά του τελευταίου μεσαιωνικού Ελληνισμού.

Ο συνοικισμός εκτός του κάστρου δημιουργήθηκε στο δεύτερο μισό του 13ου αιώνα δίπλα στα παλάτια και πάνω από την πλατεία. Τα ερείπια που βρίσκονται εκεί είναι εποχής Τουρκοκρατίας.

ΜΑΝΗ Σύμφωνα με αρχαιολογικές έρευνες στην περιοχή, η Μάνη ήταν κατοικημένη από την παλαιολιθική εποχή. Αέρηδες, ανελέητα λιοπύρια, στουρνναρόπετρες και κοφτερά κοτρόνια. Σκληρό αλλά ιδιαίτερα μοναδικά όμορφο τοπίο. Γαλαζοπράσινα νερά και παραδοσιακοί οικισμοί. Το φυσικό ανάγλυφο της περιοχής με την πλούσια χλωρίδα και πανίδα, προσφέρει τη κάθε είδους επαφή με τη φύση. Από απλούς περιπάτους και κολύμπι μέχρι δύσκολες ορειβατικές διαδρομές.

Κάστρα Βυζαντινά, Τούρκικα και Φράγκικα κάστρα της Μάνης με κορυφαίο το ιστορικό κάστρο της Μαΐνης, έδρες των παλαιών βυζαντινών Κόμητων ή αργότερα των Τοπαρχών και άλλα μικρότερα, εμπροσθοφυλακές ή Βάρδιες του κάστρου της Μαΐνης ή των καστρίων

ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΕΣ ΓΕΥΣΕΙΣ Λαλάγγια για τους καλικάντζαρους, λούπινα που ξεπλένουν την πίκρα τους στη θάλασσα, μέλια με μοναδικό άρωμα, «τσοπανίσες» πίτες. Σίγκλινο με... αρχαία συντηρητικά! Δύο Μανιάτικα εδέσματα μοναδικά στο είδος τους. Σίγκλινο και λουκάνικο με πορτοκάλη καπνίζονται με μαεστρία και αρωματικά βότανα. Κι έτσι, όχι μόνο τα κρέατα διατηρούνται, αλλά και η παράδοση.

Προορισμός που αξίζει μια επί τόπου περιήγηση, εμπειρία και δοκιμή



Προτάσεις για εκδρομές τριμήνου

Γράφει η Έρση Καφετζοπούλου



ΑΡΧΑΙΑ ΟΛΥΜΠΙΑ

Σε μία ειδυλλιακή κοιλάδα, στον Κρόνιο λόφο, απλώνεται το ιερό της Ολυμπίας. Ένας χώρος λατρείας της γης. Ένας χώρος με ιστορία. Ξεκινά από το 2500 π.Χ. και φθάνει στο σήμερα, όπου όλοι αναζητούν στην αρχαία Ολυμπία, το πνεύμα της συναδέλφωσης και τον τίμιο και ανιδιοτελή αγώνα.

Το ιερό της Ολυμπίας, απλώνεται στην κοιλάδα, ανάμεσα στον Κρόνιο λόφο και στη συμβολή των ποταμών Αλφειού και Κλαδέου. Η περιοχή είχε ήδη κατοικηθεί από το 2500 π.Χ. και ήταν ιερός χώρος λατρείας της γης.

Το πρώτο ιερό και μαντείο της Ολυμπίας, βρισκόταν στους πρόποδες του Κρονίου λόφου και ήταν αφιερωμένο στη Γαία, σύζυγο του Ουρανού. Όταν ο Κρόνος εκθρόνισε τον πατέρα του, σύμφωνα με τον Πausanias, οι τότε άνθρωποι, έχτισαν στην Ολυμπία ναό για τον Κρόνο. Με το πέρασμα των αιώνων και την κάθοδο των Δωριέων, έρχονται καινούργιοι θεοί και ο Κρόνος εκθρονίζεται με τη σειρά του, από το μικρότερο γιό του, Δία. Έτσι, το ιερό της Ολυμπίας, αφιερώνεται πλέον οριστικά στον βασιλιά των Ολυμπίων Θεών.

Όλα ήταν αφιερωμένα σε αυτόν. Οι τελετουργίες, τα έργα τέχνης, ακόμα και οι ίδιοι οι αθλητές. Ο ναός επιβλητικός, κυριαρχεί και εξουσιάζει όλο τον χώρο. Χρειάστηκαν δεκατέσσερα χρόνια για να κτιστεί, (470- 456 π.Χ.) και θεωρείται από τους μεγαλύτερους ναούς στην κυρίως Ελλάδα. Στο βάθος του, ορθωνόταν το Χρυσελεφάντινο άγαλμα του Δία, το μεγαλύτερο έργο του Φειδία και ένα από τα επτά θαύματα του αρχαίου κόσμου. Για το αριστούργημα αυτό γράφει ο Αρριανός ότι, όποιος πέθαινε χωρίς να το δει θεωρούνταν πολύ δυστυχής.

Γύρω από τον ναό, υπήρχαν αγάλματα και στήλες, αφιερώματα των νικητών και των πόλεων, στον μεγάλο θεό. Απέναντι από την είσοδό του, σε ένα βάθρο εννέα μέτρων, υψωνόταν το άγαλμα της Νίκης του Παιωνίου. Ένα έργο τέχνης που αποτυπώνει τη χάρη και την ομορφιά, αλλά και τον τρόπο που ο καλλιτέχνης ισορροπεί το άγαλμα, στο βάθρο του, με μία μοναδική τεχνική για την αρχαιότητα.

Λίγο πιο πέρα, ο ναός της Ήρας (600 π.Χ.) δωρικού ρυθμού, από τους αρχαιότερους ναούς στη Ελλάδα, φιλοξενούσε τα αγάλματα του Δία και της Ήρας, καθώς και το περίφημο έργο του Ερμή του Πραξιτέλη, που κρατούσε στην αγκαλιά του τον μικρό Διόνυσο. Στον βωμό της Ήρας, που βρίσκεται μπροστά από τον ναό, γίνεται στις μέρες μας, κάθε τέσσερα χρόνια, η αφή της Ολυμπιακής φλόγας. Στον γύρω χώρο, που ήταν κατάφυτος, υπήρχαν ακόμα το Μητρώο, ναός αφιερωμένος στη μητέρα των θεών, Ρέα ή Κυβέλη, το Φιλιπείο, το Πελοπείο, το Ιπποδάμειο, πολλοί βωμοί και χιλιάδες αγάλματα.

Υπήρχαν ακόμη μία σειρά κτίρια, που εξυπηρετούσαν τους ιερείς, τους αθλητές, τους επίσημους ξένους, όπως το Γυμνάσιο, η Παλαίστρα, το Πρυτανείο, το Βουλευτήριο, το Λεωνιδείο, το εργαστήριο του Φειδία κ.α. Το δε Στάδιο, μπορούσε να φιλοξενήσει 40.000 περίπου θεατές.

Πολλοί είναι οι μύθοι που ιστορούν την καθιέρωση των Ολυμπιακών αγώνων, όπως τους καταγράφει ο Πausanias. Πρώτος οργανωτής αναφέρεται, ο Κουρήτης Ηρακλής, με τους τέσσερις αδελφούς του, όταν έφεραν τον Δία, από την Κρήτη, στην Ολυμπία, αλλά και άλλα μυθικά πρόσωπα και ο ίδιος ο Δίας, όταν νίκησε τον πατέρα του τον Κρόνο. Με το πέρασμα των χρόνων όμως, οι Ολυμπιακοί αγώνες ξεχάστηκαν, μέχρι την βασιλεία του Ίφιτου, του μεγάλου ηγεμόνα της Ήλιδος.

Το 776 π.Χ. θεωρείται η ιστορική αφετηρία των Ολυμπιακών αγώνων, υπό την αιγίδα του βασιλιά της Ήλιδος Ίφιτου, ο οποίος προχώρησε επίσης και στη σύναψη της Ιερής Εκεχειρίας με τον μυθικό νομοθέτη της Σπάρτης Λυκούργο. Με τη συνθήκη αυτή, ανακηρύχθηκε Ιερή, η περιοχή της Ολυμπίας και της Ήλιδος και ορίστηκε να σταματούν οι εχθροπραξίες κατά τον ιερό μήνα της διεξαγωγής των Ολυμπιακών αγώνων. Αντιπρόσωποι της Ήλιδος, ανήγγελλαν στις ελληνικές πόλεις, το μήνυμα της εκεχειρίας και σιγά- σιγά, όλος ο ελληνισμός, από την Ανατολή ως τη Δύση, ήταν γνώστης των ιερών τελετών της Ολυμπίας.

Εκτός από τους ανδρικούς αγώνες που γίνονταν κάθε σαράντα εννέα με πενήντα μήνες, γίνονταν και αγώνες γυναικών, τα Ηραία, που είχαν καθιερωθεί από την Ιπποδάμεια, τη σύζυγο του Πέλοπα. Στα Ηραία, έπαιρναν μέρος μόνο παρθένες και διαγωνίζονταν σε αγώνες δρόμου 160 μέτρων. Έτρεχαν με λυτά μαλλιά και κοντούς χιτώνες, που άφηναν γυμνό τον δεξιό ώμο. Οι νικήτριες έπαιρναν ένα στεφάνι αγριελιάς και κομμάτι από το σφάγιο της θυσίας. Από τον 4^ο π.Χ. αιώνα, ο θεσμός των Ολυμπιακών αγώνων αρχίζει να παρακμάζει. Το 364 γίνονται φονικές μάχες μεταξύ Αρκάδων και Ηλείων, εμφανίζονται κρούσματα διαφθοράς και οι ιεροί αγώνες, μεταβάλλονται σταδιακά, σε επαγγελματικό αθλητισμό. Τα ταμεία του Ιερού ληλατούνται το (312 π.Χ.) από τον Αντίγονο και το (85 π.Χ.) από τον Σύλλα. Οι Ρωμαίοι, προσθέτουν κτίρια και κάνουν μετατροπές στον ιερό χώρο, αφήνοντας τη δική τους σφραγίδα.

Ο Οκταβιανός Αύγουστος και αργότερα ο Αδριανός προσπάθησαν να δώσουν στην Ολυμπία την παλιά της δόξα. Όμως το 267 π.Χ. κάτω από την απειλή των Ερούλων, καταστρέφονται πολλά κτίρια, για να κτισθεί τείχος γύρω από τον ναό του Δία.

Η Ολυμπία θα συνεχίσει να ζει, χωρίς την παλιά της αίγλη, ως το 393 μ.Χ. που γίνεται η τελευταία Ολυμπιάδα, επί αυτοκρατορίας Θεοδοσίου του Α΄. Οι αγώνες θα απαγορευθούν. Δύο χρόνια αργότερα το Χρυσελεφάντινο άγαλμα του Δία, θα μεταφερθεί στην Κωνσταντινούπολη, όπου το 475 μ.Χ. θα καεί σε μια μεγάλη πυρκαγιά.

Το 426 μ.Χ. με διάταγμα του Θεοδοσίου, θα πυρποληθεί ο μεγάλος ναός του Δία. Την καταστροφή θα ολοκληρώσουν οι φοβεροί σεισμοί, το 522 και το 521. Με την πάροδο των χρόνων, οι κατολισθήσεις του Κρονίου λόφου και οι πλημμύρες του Αλφειού και του Κλαδέου, θα εξαφανίσουν σιγά-σιγά τα ερειπωμένα μνημεία, κάτω από ένα παχύ στρώμα λάσπης αλλά και θα τα διαφυλάξουν για τις επόμενες γενιές.

Από το 18^ο αιώνα, αναπτρώνεται το ενδιαφέρον για τη χαμένη κοπή των Ολυμπιακών αγώνων. Το 1829, έγιναν οι πρώτες απόπειρες από Γάλλους και τα ευρήματα στάλθηκαν στο μουσείο του Λούβρου. Από το 1875 μέχρι σήμερα, το σύστημα της ανασκαφής έχει αναλάβει το Γερμανικό Αρχαιολογικό Ινστιτούτο, με τη συμφωνία να παραμένουν τα ευρήματα στην Ελλάδα.

Ίσως, στις μέρες μας, το πνεύμα της Ολυμπίας, να είναι πιο αναγκαίο από κάθε άλλη φορά. Ο τίμιος και ανιδιοτελής αγώνας, το ήθος, η κατάπαυση των εχθροπραξιών, η συναδέλφωση των λαών, είναι αξίες που μπορούν να αποτελέσουν, στήριγμα για τον κάθε άνθρωπο ξεχωριστά, αλλά και για τη σωτηρία του Πλανήτη μας





ΕΚΔΡΟΜΕΣ ΚΑΙ ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ ΤΡΙΜΗΝΟΥ

ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ - ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ - ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ 2015



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

Τηλ. 210 3807093, 210 3806924, (15.00-20.00) Φάξ: 210 3806924, e mail: eof@otenet.gr

Παρασκευή-Τρίτη 02-06/10/15

ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΗ ΕΚΔΡΟΜΗ ΣΤΗΝ ΚΡΗΤΗ

(Διάσχιση Φαράγγι Αράδαινας, πορεία Αϊ Γιάννης- Σπήλαιο- Δρακολάκη- Αράδαινα, πορεία Αϊ Γιάννης- Αγία Ρουμέλη)

Θα κυκλοφορήσει αναλυτικό πρόγραμμα.



Κυριακή 04/10/15

ΑΜΦΙΣΣΑ – ΓΑΛΑΞΕΙΔΙ (Τουριστική)

Αναχώρηση στις 8.00 π.μ. για την Άμφισσα. Θα επισκεφτούμε το Κάστρο των Σαλώνων (όπως λεγόταν παλιά η Άμφισσα), την παλιά συνοικία των βυρσοδεψών Χάρμαινα, το Αρχαιολογικό Μουσείο και θα περιηγηθούμε την πόλη με τα υπέροχα νεοκλασικά αρχοντικά. Επόμενη στάση το γραφικό Γαλαξείδι. Περιήγηση στην πόλη και μετά το φαγητό επιστροφή στην Αθήνα.

ΑΡΧΗΓΟΣ: Αρμενιάκου Γεωργία

Κυριακή 11/10/15

ΚΥΒΕΡΙ- ΖΑΒΙΤΣΑ- ΚΑΤΩ ΒΕΡΒΕΝΑ- ΑΣΤΡΟΣ



Αναχώρηση στις 7.30 π.μ. για το Κυβέρι από όπου η ορειβατική ομάδα θα πραγματοποιήσει ανάβαση στην κορυφή του Προφήτη Ηλία (974μ.) του όρους Ζάβιτσα και κατάβαση στο χωριό Κάτω Βέρβεννα (ώρες πορείας 6-7, Β.Δ: Β). Η τουριστική ομάδα θα επισκεφθεί το Κυβέρι και το Άστρος καθώς και την Μονή Λουκούς. Μετά από το φαγητό και των δύο ομάδων επιστρέφουμε στην Αθήνα.

ΑΡΧΗΓΟΣ: Λυράκη Νάντια

Δευτέρα 12/10/15

Ώρα 20.00 στα γραφεία μας

Θα πραγματοποιηθεί προβολή ψηφιακών φωτογραφιών από τους

Μπενά Δημήτρη, Λυράκη Νάντια και Βέττερ Μάγια

με θέμα «Πεζοπορώντας στο μονοπάτι των προσκυνητών για Santiago de Compostella»



Σάββατο 17/10/15

ΑΙΓΙΝΑ

Αναχώρηση στις 7.30 π.μ. από Πειραιά για Αίγινα. Με τοπικό ΚΤΕΛ θα μεταβούμε στην Παχιόραχη. Από εκεί οι πεζοπόροι θα πραγματοποιήσουν την διαδρομή Παχιόραχη- Αρχαίος Ελαιώνας- Σφεντούρι- Βλάχηδες- Ανίτσιο (Ώρες πορείας 4, ΒΔ: Α). Στη συνέχεια θα φάμε σε τοπικές παραδοσιακές ταβέρνες. Με ΚΤΕΛ θα επιστρέψουμε στο λιμάνι για να πάρουμε το καράβι για Πειραιά. Εφόσον υπάρχει τουριστική ομάδα θα επισκεφθεί την Παλιοχώρα, τον ναό της Αφάιας και θα διημερεύσει στην πόλη της Αίγινας.

ΑΡΧΗΓΟΣ: Τσερεντζούλια Νέλλη



Αναχώρηση στις 7.30 πμ. για Διακοπτό. Από εκεί μία πεζοπορική ομάδα θα διασχίσει ανεβαίνοντας τον Βουραϊκό έως το Μέγα Σπήλαιο περνώντας από τη Ζαχλωρού (Ώρες πορείας 5, ΒΔ: Α). Το πούλμαν συνεχίζει για Μέγα Σπήλαιο απ' όπου μία δεύτερη πεζοπορική ομάδα θα διασχίσει κατεβαίνοντας το Βουραϊκό μέχρι το Διακοπτό. (Ώρες πορείας: 5, ΒΔ: Α). Η υπόλοιπη ομάδα θα επισκεφθεί το Μέγα Σπήλαιο, τα Καλάβρυτα και το Διακοπτό. Επιστροφή στην Αθήνα από το Διακοπτό, αφού το πούλμαν παραλάβει όλες τις ομάδες.

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Τσακογιάννης Γιώργος**



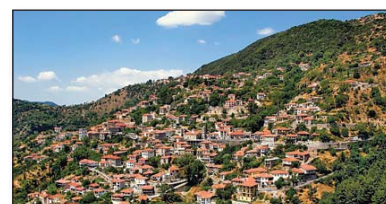
Θα πραγματοποιήσουμε εκδρομή στην συμπτωτεύουσα που υπήρξε η σπουδαιότερη μετά την Κωνσταντινούπολη πόλη των Βαλκανίων και σταυροδρόμι πολιτισμών. Θα επισκεφτούμε μερικούς από τους πολυάριθμους ναούς της πόλης ξεκινώντας από τον Άγιο Δημήτριο. Θα περιπλανηθούμε στην Άνω Πόλη όπου υπάρχουν μερικά από τα σημαντικότερα μνημεία της Θεσσαλονίκης όπως το Επταπύργιο, ο ναός του Οσίου Δαυίδ, η Μονή Βλατάδων κα. Στην Κάτω πόλη μπορούμε να επισκεφτούμε το Γαλεριανό συγκρότημα που περιλαμβάνει την Ροτόντα, την Αψίδα και τον Λευκό Πύργο. Θα φάμε στην αγορά Μοδιάνο. Θα διασκεδάσουμε στα Λαδάδικα. Τελευταία θα αφήσουμε τα δύο πολύ σημαντικά μουσεία της πόλης το Αρχαιολογικό και το Βυζαντινό.

Στην Θεσσαλονίκη μπορείς να κάνεις ότι λαχταρά η ψυχή σου, αφού ως γνωστόν, «ότι γίνεται στην Θεσσαλονίκη... μένει στην Θεσσαλονίκη». Θα κυκλοφορήσει αναλυτικό πρόγραμμα.

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Νίκος Νίκος**

Αναχώρηση στις 7.30 π.μ. για Βυτίνα όπου αφήνουμε τους τουρίστες. Συνεχίζουμε για Βαλτεσινικό προκειμένου να πραγματοποιήσουμε την πορεία Βαλτεσινικό – Κρύα Βρύση – Λαγκάδια (ώρες πορείας 6, ΒΔ: Β). Οι τουρίστες θα συνεχίσουν για Δημητσάνα και θα καταλήξουν στα Λαγκάδια για να παραλάβουν τους πεζοπόρους. Θα υπάρχει δυνατότητα φαγητού σε τοπική ταβέρνα. Στην συνέχεια θα επιστρέψουν όλοι στην Αθήνα.

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Λυράκη Νάντια**



Βραδιά Έρωτα και Ποίησης

Ώρα 20.00 στα γραφεία μας

Ομιλία: «**Σκέψεις περί Έρωτος από την αρχαιότητα στο σήμερα**» και παρουσίαση της ποιητικής «**Ομολογίας**» από την **Νανά Τοκατλή**

Ώρα 20.00 συγκέντρωση στα γραφεία μας

με σκοπό να γίνουν **προτάσεις** για τις εκδρομές της επόμενης περιόδου.

Αναχώρηση στις 15.00 για Κεφαλάρι – Ορεινό Ξενώνα όπου θα διανυκτερεύσουμε. Την Κυριακή θα αναχωρήσουμε στις 16.00 για Αθήνα. Σημείωση. Εάν δεν συμπληρωθεί επαρκής αριθμός ατόμων για πούλμαν, η εκδρομή θα πραγματοποιηθεί με Ι.Χ..

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Πίκουλας Τάκης**



Αναχώρηση στις 7.30 π.μ. για Λειβαδιά – Αράχωβα – Αγόριανη απ' όπου η πεζοπορική ομάδα θα πραγματοποιήσει τη διαδρομή, Αγόριανη (850μ.) - Κιτιός (950μ.) – Σπήλαιο / Βάραθρο - Κάτω Πολύδροσο (400μ.). (ώρες πορείας 5, ΒΔ: Β). Όσοι δεν πεζοπορήσουν, θα διημερεύσουν στα γραφικά χωριά του Παρνασσού, Αγόριανη και Πολύδροσο.

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Μαλανδράκης Ιωάννης**



Την Τετάρτη 18/11/2015

Θα παρακολουθήσουμε την θεατρική παράσταση «Φιλουμένα» του Εντουάρντο ντε Φίλιππο με τους **Ελένη Ράντου** και **Άλκη Κούρκουλο** Ώρα **18.00** στην Κεντρική Σκηνή του Εθνικού Θεάτρου, στην οδό Αγίου Κωνσταντίνου.



Παρασκευή 20/11/2015

ΑΣΤΕΡΟΣΚΟΠΕΙΟ ΑΘΗΝΩΝ - ΛΟΦΟΣ ΦΙΛΟΠΑΠΠΟΥ

Συγκέντρωση έξω από το σταθμό Μετρό Ακρόπολη στις 9.00 π.μ. προκειμένου να περπατήσουμε στα μονοπάτια του λόφου Φιλοπάππου και της Πνύκας. Στην συνέχεια γύρω στις 12.00 μ.μ. θα ανέβουμε στο Αστεροσκοπείο για να ξεναγηθούμε (διάρκεια ξενάγησης περίπου 1.30 ώρα).

Κυριακή 22/11/2015

ΠΟΡΤΟ ΓΕΡΜΕΝΟ – ΑΓΙΟΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ

Αναχώρηση στις 8.00 π.μ. για Πόρτο Γερμενό από όπου η πεζοπορική ομάδα θα ακολουθήσει το μονοπάτι προς Άγιο Βασίλειο. (ώρες πορείας: 6. ΒΔ: Α). Η υπόλοιπη ομάδα θα διημερεύσει στο Πόρτο Γερμενό και θα προωθηθεί στον Άγιο Βασίλειο. Όσοι θέλουν, θα πεζοπορήσουν από Άγιο Βασίλειο προς Καλαμάκι - Λιβαδόστρα με επιστροφή στον Άγιο Βασίλειο.

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Μπενάς Δημήτρης**

Παρασκευή- Κυριακή 27-29/11/15

ΠΑΡΝΩΝΑΣ (Πολύδροσο - Σπάρτη)



Αναχώρηση την Παρασκευή στις 15.00 για το χωριό Πολύδροσο ή Τσίντζινα όπως λεγόταν παλιότερα. Θα μείνουμε στον γραφικό ξενώνα Πρυτανείο όπου θα έχουμε και 2 γεύματα. Στην περιοχή αυτή υπάρχουν 10 πολύ καλά σηματοδοτημένες διαδρομές διάρκειας από 40 λεπτών έως 7 ωρών. Τη Παρασκευή θα αρκεστούμε σε μία βόλτα στο χωριό. Το βράδυ θα φάμε στο Πρυτανείο.

Το **Σάββατο** οι ορειβάτες θα πραγματοποιήσουν την διαδρομή Ψηλή Ράχη – Πηλαλίστρα – Ράχη Ψαρή – Μέγαναηλίας (ώρες πορείας 7, ΒΔ: Β). Η τουριστική ομάδα θα επισκεφτεί την Σπάρτη.

Την **Κυριακή** όσοι επιθυμούν μπορούν να περπατήσουν σε μία από τις παρακάτω πορείες:

1. Την κυκλική πορεία Τσίντζινα – Μονή Αναργύρων με επιστροφή (ώρες πορείας 3.30, ΒΔ: Α).
2. Την κυκλική πορεία Τσίντζινα – Αγία Μαρίνα – Πηγή κελιού – Κελί – Τσίντζινα (ώρες πορείας 4.30, ΒΔ: Α+)
3. Την κυκλική πορεία Τσίντζινα – Ποτίστρες – Πευκιάς – Κελί – Τζίτζινα (4,30 ώρες, ΒΔ: Α+)
4. Την κυκλική πορεία Τσίντζινα – Κονιακίτη βρύση - Τσίντζινα

Η υπόλοιπη ομάδα θα περιηγηθεί το γραφικό χωριό. Στην συνέχεια θα ξεκινήσουμε την επιστροφή μας περνώντας από τον Άγιο Πέτρο. **Σημείωση:** Η τιμή της εκδρομής είναι με ημιδιατροφή στο Πολύδροσο.

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Βέττερ Μάγια**

Κυριακή 06/12/2015

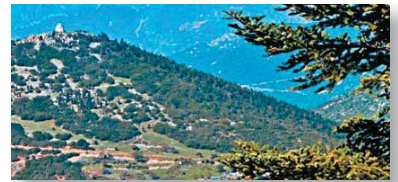
ΑΥΛΩΝ – ΑΡΜΕΝΙ – ΣΚΑΛΑ ΩΡΩΠΟΥ

Αναχώρηση στις 8.30π.μ για τον Αυλώνα (Κακοσάλεσι) από όπου η πεζοπορική ομάδα θα πραγματοποιήσει τη διαδρομή Αγία Τριάδα – Αρμένι με επιστροφή (ώρες πορείας 5, ΒΔ: Α). Η υπόλοιπη ομάδα θα μεταβεί στον αρχαιολογικό χώρο του Αμφιάρειου, στην Σκάλα Ωρωπού και στην συνέχεια θα επιστρέψει να παραλάβει την πεζοπορική ομάδα από τον Αυλώνα

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Τσακογιάννης Γιώργος**

Αναχώρηση στις 7.30 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, ΒΔ: Α+). Η υπόλοιπη ομάδα θα επισκεφθεί τον Όσιο Λουκά και τη Λειβαδιά.

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Ψυράκης Απόστολος**



Κυριακή 13/12/2015 ΜΟΥΣΕΙΟ ΠΥΡΟΣΒΕΣΤΙΚΟΥ ΣΩΜΑΤΟΣ - ΜΟΥΣΕΙΟ ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΥ ΔΡΟΜΟΥ – ΟΙΚΟΛΟΓΙΚΟ ΑΓΡΟΚΤΗΜΑ

Αναχώρηση στις 9.00π.μ. με το πούλμαν για το Μουσείο Πυροσβεστικού Σώματος στην Παλλήνη όπου θα ξεναγηθούμε. Θα συνεχίσουμε για το μουσείο του Μαραθώνιου δρόμου και τελειώνουμε με επίσκεψη στο οικολογικό αγρόκτημα Διαμαντή. Μετά από το φαγητό στην παραλία της Νέας Μάκρης επιστρέφουμε στην Αθήνα. **Σημείωση:** Η ξενάγηση στο Μουσείο Πυροσβεστικού Σώματος καθώς και στο οικολογικό αγρόκτημα Διαμαντή ενδείκνυται ιδιαίτερα και για παιδιά.

Δευτέρα 14/12/15

Ώρα 20.00 στα γραφεία μας

Θα πραγματοποιηθεί προβολή ψηφιακών φωτογραφιών

με θέμα «**Μητροπόλεις της Βορείου Αμερικής. Βίντεο-φωτογραφικό ταξίδι σε Νέα Υόρκη, Σικάγο, Ουάσιγκτον** με ξεναγούς την **Βάλια Δημητροπούλου** και τον **Νίκο Τσούτσο**.



Κυριακή 20/12/15

ΜΟΝΟΠΑΤΙ ΣΤΕΡΝΑΣ – ΗΡΑΙΟ – ΛΙΜΝΗ ΒΟΥΛΙΑΓΜΕΝΗΣ

Αναχώρηση στις 8.30 π.μ. για τον οικισμό της Περαχώρας. Από εκεί η πεζοπορική ομάδα θα πραγματοποιήσει το πρόσφατα διανοιγμένο μονοπάτι από τον Ορειβατικό σύλλογο Λουτρακίου που καταλήγει στον φάρο Μελαγκάβι, στο ακρωτήριο πάνω από τον αρχαιολογικό χώρο του Ηραίου (ώρες πορείας 3, ΒΔ: Α). Τον αρχαιολογικό χώρο θα επισκεφθούν και οι τουρίστες. Ταβερνάκι για φαγητό υπάρχει στην λίμνη της Βουλιαγμένης.

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Βαγιατίδης Γιάννης**

Πέμπτη – Κυριακή 24-27/12-15 Δεκεμβρίου.

ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ ΣΤΟ ΓΥΘΕΙΟ ΜΕ ΠΟΡΕΙΕΣ ΣΤΗΝ ΜΑΝΗ

Θα κυκλοφορήσει αναλυτικό πρόγραμμα.

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Νίντος Νικόλαος**



Κυριακή 03/01/16

ΥΜΗΤΤΟΣ – ΚΑΡΕΑΣ – ΜΑΥΡΟΒΟΥΝΙ – ΚΑΙΣΑΡΙΑΝΗ - ΤΕΡΨΙΘΕΑ

Αναχώρηση στις 8.30 π.μ. από τα γραφεία μας για τον Άγιο Ιωάννη Καρέα. Από εκεί η πεζοπορική ομάδα θα πραγματοποιήσει την διαδρομή Καρέα – Μνήμα Μιχαηλίδη – Ίσωμα – Σέσι – Σταυρό – Σπήλαια Μαυροβουνίου – Τερψιθέα. (ώρες πορείας 5, ΒΔ: Α).

Εάν υπάρχει διάθεση μπορεί μία ομάδα να πραγματοποιήσει ανάβαση από το Μαυροβούνι και στη συνέχεια να κατέβει στην Τερψιθέα από εκεί (ώρες πορείας 6.30, ΒΔ: Β). Φαγητό σε ταβερνάκι της περιοχής. Η τουριστική ομάδα θα επισκεφθεί το μοναστήρι στον Καρέα, την μονή Καισαριανής με δυνατότητα φαγητού σε ταβέρνα της περιοχής. Στην συνέχεια το πούλμαν θα προωθήσει την ομάδα στο Φάληρο για παραλιακή βόλτα και καφέ. Αφού το πούλμαν παραλάβει και την πεζοπορική ομάδα από την Τερψιθέα θα επιστρέψει στα γραφεία.

Σημείωση: Εάν δεν συμπληρωθεί επαρκής αριθμός ατόμων για πούλμαν, η εκδρομή θα πραγματοποιηθεί με τα Μέσα Μαζικής Μεταφοράς.

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Τσακογιάννης Γιώργος**



Τετάρτη 06/01/16

ΘΕΟΦΑΝΕΙΑ ΓΙΟΡΤΗ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ ΣΤΗΝ ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΣΗ – ΠΟΡΕΙΑ ΣΤΟΝ ΜΑΡΑΘΩΝΑ

Αναχώρηση στις 8:30 π.μ. για κατασκήνωση. Κοπή πίτας παιδιών με κλήρωση αναμνηστικού φλουριού και διανομή δώρων. Η πεζοπορική ομάδα θα πραγματοποιήσει πορεία στην περιοχή του Μαραθώνα.

Σημείωση: Θα μπει πούλμαν αν υπάρχει επαρκής αριθμός συμμετεχόντων που δεν θα έρθουν με ΙΧ.

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Δ.Σ.**

Κυριακή 10/01/16

ΔΙΩΡΥΓΑ ΙΣΘΜΟΥ ΚΟΡΙΝΘΟΥ – ΠΟΣΕΙΔΩΝΙΑ-ΤΟΙΧΟΣ ΙΟΥΣΤΙΝΙΑΝΟΥ - ΙΣΘΜΙΑ

Αναχώρηση στις 8:00 π.μ. για την διώρυγα Ισθμού. Από εκεί η πεζοπορική ομάδα θα πραγματοποιήσει την διαδρομή Ισθμία - Αρχαίο Διόλκο στα Ποσειδωνία – τείχος Ιουστινιανού – χωριό Κυρά Βρύση – Ισθμία (ώρες πορείας 5.30, ΒΔ: Α). Εάν θελήσει κάποιος μπορεί να διακόψει την πορεία στην Αρχαία Διόλκο ή στο τείχος του Ιουστινιανού. Στα Ισθμία υπάρχει δυνατότητα φαγητού.

Όσον αφορά την υπόλοιπη ομάδα θα επισκεφθεί την αρχαία Κόρινθο, την Διολκό στην Ποσειδωνία, το τείχος του Ιουστινιανού και τα Ισθμία.

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Δραγώνα Κατερίνα**



Κυριακή 17/01/16

ΨΑΡΙ ΚΟΡΙΝΘΙΑΣ – ΚΟΨΙΜΟ ΠΙΤΑΣ ΣΤΟΝ ΟΡΕΙΝΑ ΞΕΝΩΝΑ ΚΕΦΑΛΑΡΙΟΥ

Αναχώρηση 7.30 πμ για το χωριό Ψάρι Κορινθίας προκειμένου να πραγματοποιηθεί πορεία. Υπάρχουν 5 καλά σηματοδοτημένες διαδρομές που ξεκινάνε και καταλήγουν στο χωριό. Για τους πιο έμπειρους προτείνουμε την διαδρομή «Σταυραετός» ξεκινώντας από Ψάρι – Σταυραετός – Αδριάνειο Υδραγωγείο – Ψάρι (ώρες πορείας 5, ΒΔ: Β, 11,5 χλμ.). Οι λιγότερο έμπειροι μπορούν να πραγματοποιήσουν την πορεία «Άλκυος Αμπελώνας» (ώρα πορείας 45 λεπτά, ΒΔ: Α, χλμ 3). Θα επιστρέψουμε στον Ξενώνα του συλλόγου μας στο Κεφαλάρι για να κόψουμε την πίτα μας και για φαγητό.

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Δ.Σ.**



Σάββατο – Κυριακή 23-24/01/16

ΦΟΛΟΗ – ΔΙΒΡΗ – ΛΑΜΠΕΙΑ - ΟΛΥΜΠΙΑ

Αναχώρηση το Σάββατο στις 8. 00 π.μ. για Κόρινθο – Σήραγγα Αρτεμισίου – Δίβρη – Δάσος της Φολόης όπου θα πεζοπορήσουμε. (ώρες πορείας: 2, ΒΔ:Α). Η διανυκτέρευση θα γίνει στη Δίβρη. Την Κυριακή η ορειβατική ομάδα θα πραγματοποιήσει ανάβαση στη κορυφή Λάμπεια 1.795 μ.(ώρες πορείας 6, ΒΔ: Β). Μία άλλη ομάδα (εφόσον υπάρχει επαρκής συμμετοχή) θα μπορεί να κάνει rafting στον Λάδωνα (ΒΔ:Α). Η υπόλοιπη ομάδα θα επισκεφθεί την Ολυμπία (αρχαιολογικό χώρο και αρχαιολογικό Μουσείο) και θα επιστρέψει στην Δίβρη για να παραλάβει τις άλλες 2 ομάδες.

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Ψυράκης Απόστολος**



Δευτέρα 25/01/16

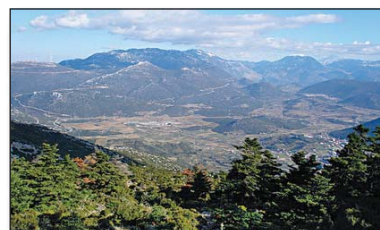
Ώρα 20.00 στα γραφεία μας. Θα πραγματοποιηθεί «**ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ ΜΝΗΜΗΣ**» για να τιμήσουμε τα μέλη μας **Θανάση Τζιβιά** και **Δανάη Διαλετά** που έφυγαν πρόσφατα από κοντά μας.

Κυριακή 31/01/2016

ΖΕΜΕΝΟ – ΚΙΡΦΗ – ΔΙΣΤΟΜΟ - ΔΕΛΦΟΙ

Αναχώρηση στις 8.00 π.μ. για Λεβαδιά – Ζεμενό απ' όπου η ορειβατική ομάδα θα πραγματοποιήσει ανάβαση στο διάσελο της Κίρφης και κατήβαση στο Δίστομο. Ώρες πορείας: 5. ΒΔ: Β. Η υπόλοιπη ομάδα θα επισκεφθεί το Μουσείο και τον Αρχαιολογικό χώρο των Δελφών. Στην συνέχεια θα μεταβεί στο Δίστομο προκειμένου να παραλάβει την πεζοπορική ομάδα. Δυνατότητα φαγητού υπάρχει στους Δελφούς ή στο Δίστομο για τουρίστες και Δίστομο για τους πεζοπόρους.

ΑΡΧΗΓΟΣ: **Τσούτσος Νικόλαος**





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

1. Να εγγράφονται στις εκδρομές έγκαιρα για να μπορεί το Εφορείο Εκδρομών να τις οργανώσει καλύτερα.

2. Να καταβάλουν 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 από την καθορισμένη ώρα αναχώρησης των πούλμαν μπροστά στην εκκλησία της Ζωοδόχου Πηγής επί της 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 κλπ.) ανάλογα με το είδος της εκδρομής και την εποχή.

5. Να τηρούν σχολαστικά τις ώρες αναχώρησης και την διάρκεια των στάσεων που 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 βοηθήσει στην περίπτωση που ένας συνεκδρομέας χρειαστεί κάτι και για να ολοκληρώνεται η εξόρμηση μέσα στα καθορισμένα χρονικά περιθώρια, απολαμβάνοντας το τοπίο και την παρέα όλων των μελών της ομάδας.

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

9. Να δείχνουν κατανόηση σε τυχόν ατέλειες των καταλυμάτων με τη βεβαιότητα ότι ο αρχηγός μοιράζει τα δωμάτια με βάση τη 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 καθορίζει ο αρχηγός ώστε όλοι οι εκδρομείς να είναι ικανοποιημένοι.

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

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

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

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

ΒΔ: (ΒΑΘΜΟΣ ΔΥΣΚΟΛΙΑΣ)

- Α.** Εύκολες πεζοπορικές διαδρομές στις οποίες μπορούν να συμμετέχουν και αρχάριοι.
- Β.** Πεζοπορικές διαδρομές με μικρές δυσκολίες στις οποίες μπορούν να συμμετέχουν και αρχάριοι.
- Γ.** Δύσκολες πεζοπορικές-ορειβατικές διαδρομές όπου απαιτούνται ορειβατικές γνώσεις και εμπειρία.
- Δ.** Δύσκολες ορειβατικές διαδρομές ή χειμερινές αναβάσεις όπου απαιτούνται ειδικός εξοπλισμός και εμπειρία.

ΑΤΟΜΙΚΟΣ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ ΣΤΟ ΒΟΥΝΟ

ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ

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

- ✓ Γυαλιά ηλίου
- ✓ Εφεδρική αλλαξιά ρούχων (εσώρουχα, παντελόνι, πουκάμισο)
- ✓ Αντηλιακή κρέμα
- ✓ Αντιανεμικό μπουφάν
- ✓ Αδιάβροχο (κατά περίπτωση καγκούλ)
- ✓ Παγούρι
- ✓ Τροφή ανάγκης (ξηροί καρποί, σοκολάτα)

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

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

ΧΕΙΜΩΝΑΣ

- Ο ίδιος εξοπλισμός του καλοκαιριού με τις εξής προσθήκες:



ΣΕ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΔΙΑΝΥΚΤΕΡΕΥΣΗΣ:

- ✓ Κάρυματ
- ✓ Υπνόσασκος
- ✓ Αντίσκηνο
- ✓ Καμινέτο – Λάμπα υγραερίου
- ✓ Μαγειρικά σκεύη – μαχαροπήρουνα

ΓΕΝΙΚΟΙ ΟΡΟΙ & ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΓΙΑ ΤΗ 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 (1η Οκτωβρίου έως 31 Μάρτιου 17.00 έως 20.00) και από (1η Απριλίου έως 30 Σεπτεμβρίου 18.00 έως 21.00) εκτός από τα Σάββατα, τις Κυριακές και τις αργίες.
- Στο τηλέφωνο των γραφείων μας 210 3807093 λειτουργεί αυτόματος τηλεφωνητής καθ' όλο το 24ωρο.
- Στο τηλέφωνο των γραφείων μας 210 3807924 λειτουργεί συσκευή φάξ για λήψη μηνυμάτων καθ' όλο το 24ωρο.
- Κατά τους μήνες του καλοκαιριού η επικοινωνία γίνεται και με τα τηλέφωνα της κατασκήνωσης 22940 34588.
- Τα κινητά τηλέφωνα 6947323844 - 45, και 6948621680 συνήθως είναι στα χέρια του εφόρου εκδρομών και του αρχηγού της εκδρομής.
- Τα πούλμαν ξεκινούν μπροστά από την εκκλησία της Ζωοδόχου 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 πολυήμερες εκδρομές, απαιτείται απλή εγγραφή δίνοντας και ένα τηλέφωνο σε περίπτωση ανάγκης, αλλά η σειρά προτεραιότητας υπολογίζεται από την ημέρα κατάθεσης της 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 τη συμμετοχή τους τις τελευταίες μέρες πριν την εκδρομή και εφόσον δεν καλυφθεί η θέση από τη 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.

ΔΕΝΔΡΙΝΟΣ

ΗΛΕΚΤΡΟΛΟΓΙΚΟ ΥΛΙΚΟ
ΦΩΤΙΣΤΙΚΑ ΕΣΩΤΕΡΙΚΟΥ & ΕΞΩΤΕΡΙΚΟΥ ΧΩΡΟΥ - ΡΑΓΟΥΛΙΚΟ - ΔΙΑΚΟΠΤΕΣ

 legrand®
 hager®
PHILIPS
B. Berker
the right way.
GIRA
 KOUVIDIS®
SYLVANIA
 METREL®

ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ ΑΡΧΙΤΕΚΤΟΝΙΚΟΥ ΦΩΤΙΣΜΟΥ
ΣΥΣΤΗΜΑΤΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΦΩΤΙΣΜΟΥ - ΤΙΜΕΣ ΧΟΝΔΡΙΚΗΣ

Φορμίωνος 63 - 65 Φιλοθέου - www.dendrinος.gr

Τηλ.: 210 7511873 - 210 7512898, Fax.: 2107560558,

Κιν.: 6948377322, email: info@dendrinος.gr



Κείμενο και φωτογραφίες Γιώργος Γκλέτσος

Στο ΝΑ άκρο της Εύβοιας, στο τελείωμα της Όχης στη θάλασσα, βρίσκεται ένα από τα σημαντικότερα ακρωτήρια της Ελλάδας αλλά και ολόκληρης της Μεσογείου, το φημισμένο Κάβο Ντόρο (Καφηρέας). Εδώ συχνότατα εξαιρετικά ισχυροί άνεμοι, τεράστια κύματα που κατεβαίνουν από το μπουγάζι του Ελλησπόντου και δυνατά διασταυρούμενα υποθαλάσσια ρεύματα με «ρεφούλια» δίνες, δημιουργούν ένα φοβερά επικίνδυνο συνδυασμό που εμπνέει δέος και τρόμο στους ναυτικούς που περνούν από την περιοχή, που από την αρχαιότητα μέχρι τις μέρες μας έχουν συμβεί αμέτρητα ναυάγια.

Η ονομασία του προήλθε από τα ιταλικά *cavoduro*= σκληρό, δύσκολο ακρωτήριο, *cavo- d' oro*= ακρωτήριο των χρυσών νομισμάτων που ξεβράζονταν από τα ναυάγια ή Ξυλοφάγος, γιατί έτρωγε τα ξύλινα σκαριά των καραβιών, που τσακίζονταν στα βράχια του και κατέληγαν στο πάτο της θάλασσας.

Τη δύσκολη περιοχή οριοθετούν 3 φάροι, στη βραχονησίδα Αράτης, στη Φάσσα Άνδρου και στη νησίδα Μαντέλος Καρύστου. Οι σύγχρονοι ναυσιπλόοι χρησιμοποιούν πια ηλεκτρονικά ναυτιλιακά βοηθήματα δορυφορικής απεικόνισης, ηλεκτρονικούς χάρτες και διαδικτυακές λειτουργίες ασφαλείας (GPS, RADAR/ ARPA, AIS, ECDIS, GMDSS κλπ) προϊόντα κυρίως των πολεμικών ανταγωνισμών (πατήρ πάντων πόλεμος), αλλά παραπλέουν πάντα την περιοχή, πολύ προσεκτικά και με χαμηλές ταχύτητες.

Όταν όμως ξεσπούν τα εφιαλτικά 9 ή 10 μποφόρ και ανοίγει η κόλαση, οι καπεταναίοι στρέφουν ικετευτικά το βλέμμα στην εικόνα της Παναγίας ή

του Αι Νικόλα και αρχίζουν τα τάματα...

Εδώ ναυάγησε και ο στόλος των Ελλήνων (Αχαιών) που επέστρεφε από την Τροία, παραπλανημένος από φωτίες σε ψεύτικες φρυκτωρίες που άναψε ο Ναύπλιος, βασιλιάς της νότιας Καρυστίας, εκδικούμενος τους Έλληνες για τον λιθοβολισμό του γιού του Παλαμήδη.

Σε τούτα εδώ τα δύσκολα νερά το Μάη του 1825 έγινε και η "ναυμαχία του Καφηρέως", όπου μοίρα του Ελληνικού στόλου (35 πλοία και 3 πυρπολικά) με επικεφαλής τον Υδραίό Γ. Σαχτούρη, τον Σπετσιώτη Γ. Ανδρούτσο και τον Ψαριανό Ν. Αποστόλη κατανauμάχησαν και κατατρόπωσαν τον Τουρκοαιγυπτιακό στόλο (50 πολεμικά και 40 φορτηγά), πυρπολώντας μία μεγάλη φρεγάτα και δύο κορβέτες και προξενώντας στους Τούρκους απώλειες περίπου 1100 νεκρούς και τραυματίες.

Τον Κάβο Ντόρο τον πρωτογνώρισα πριν 35 χρόνια περίπου. Ήταν με τον ορειβατικό της ΔΕΗ, όπου ξεκινήσαμε από Κάρυστο, ανεβήκαμε στην Όχη, κατεβήκαμε το πανέμορφο φαράγγι του Δημοσάρη με τους πολλούς καταρράκτες και καταλήξαμε για ύπνο στην αμμουδιά της φανταστικής παραλίας των Καλλιανών στο απάνγκιο μιας βάρκας. Τότε δεν υπήρχαν δρόμοι για επιστροφή και για καλή μας τύχη μια ψαροπούλα που είχε ποδίσει στην αμμουδιά του κόλπου, ανέλαβε να μας κάνει τον περίπλου του Κάβο Ντόρου και να μας βγάλει στη Κάρυστο.

Ευτυχώς ο καιρός ήταν ήπιος, μια από τις σπάνιες μονάτσες της περιοχής. Μαζί μας ήρθαν και δύο φίλοι ορειβάτες από τον ΕΟΣ, ο Μιχάλης και ο Αντώνης, θα καταλάβατε, για ποιους μιλώ. Η ψαρο-

πούλα ντούκου- ντούκου διέσχισε τα μολυβένια νερά κοντά στους απόκρημνους μυτερούς βράχους, ο κυματισμός ήταν χαμηλός και οι δυο πλακατζήδες φίλοι άρχισαν τα μεταξύ τους τα πειράγματα, συνέχισαν με μπουγελώματα με κουβάδες από τη θάλασσα και κατέληξαν ο ένας να πετάξει τον άλλο με τα ρούχα στη θάλασσα, οπότε ρίξαμε παλαμάρι και τον ψαρέψαμε. Με τα αστεία και τα ψαρέματα περάσαμε τον επικίνδυνο Κάβο χωρίς να το καταλάβουμε και καταλήξαμε στην Κάρυστο.

Ο Μιχάλης, οδηγός βουνού, σκιέρ ικανότατος αλλά μοναχικός ορειβάτης, χάθηκε το 2012 στον Όλυμπο και τώρα σκαρφαλώνει στις κορυφές του ουρανού. Ο Αντώνης, τεκμηριωμένος και έμπειρος ορειβάτης, δάσκαλος του σκι, με σίγουρη περπατησιά, καλαμπουρτζής και πλακατζής στο έπακρο, με χιούμορ αλλά και ασυμβίβαστος, που κάποτε ερχόταν μαζί μας, απομακρύνθηκε και είναι κρίμα, που τώρα κελαηδεί σε άλλα περιβάλλια.

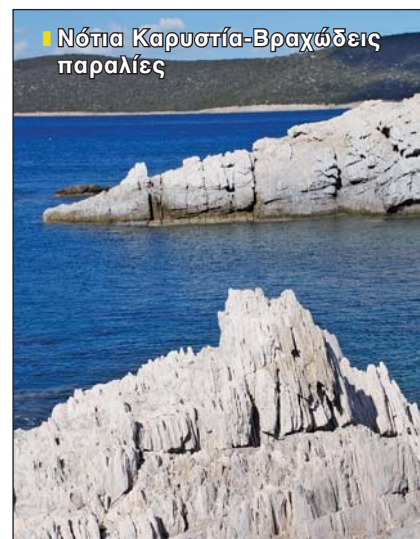
Η ευκαιρία να ξαναδώ τον Κάβο Ντόρο μετά τόσα χρόνια, ήρθε με την πρόταση του γιού μου Μίλτου να μου δείξει το σκληροτράχηλο τζιπάκι του 4x4. Ενδιαφερόταν ιδιαίτερα για θέματα οικολογίας και προστασίας του περιβάλλοντος και επιθυμούσε να δει από κοντά την απομονωμένη και άγνωστη γενικά περιοχή της νότιας Καρυστίας που παρουσιάζει μεγάλο οικολογικό ενδιαφέρον.

Από την χαρά μου, πετούσα τη σκούφια μου, γιατί οι κοινές μας εκδρομές (πατέρας με γιό), λόγω του φόρτου εργασίας του, δεν ήταν και τόσο συχνές. Από πολύ νωρίς βέβαια, του είχα μεταδώσει την αγάπη για τη φύση, το βουνό και τον είχα βγάλει από μικρό στο κλαρί της φυσιολατρίας και

■ Το ακρωτήριο Κάβο-Ντόρος με το εκκλησάκι του Αϊ-Γρηγόρη



■ Νότια Καρυστία-Βραχώδεις παραλίες



της ορειβασίας, φυσικό αφού το μήλο πέφτει κάτω από τη μηλιά.

Έτσι πριν δύο περίπου χρόνια ξεκινήσαμε από Ραφήνα με το F/B για το Μαρμάρι με την εξωτική Χρυσή Άμμο και τα τρικουάζ νερά και πήραμε την παραλιακή διαδρομή προς την Κάρυστο με το Φράγκικο Μπούρτζι και το Κοκκινόκαστρο της, και συνεχίσαμε προς την άγνωστη περιοχή της νότιας Καρυστίας που το οδικό της δίκτυο βρίσκεται ακόμη κυριολεκτικά στη εποχή του λίθου. Η περιοχή ήταν γνωστή από την αρχαιότητα από τα λατομεία της, για το λευκοπράσινο μάρμαρο και τις σχιστόπλακες Καρύστου. Η όλη περιοχή κυριαρχείται από την Όχη με τα περίφημα Δρακόσπιτά της, όπου κατά το μύθο έσμιξε ο Δίας με την Ήρα, αλλά για τις "άλλες" ο πονηρός είχε άλλα βουνά...

Η νότια Εύβοια (Καρυστία). Έχει μια άγρια και επιβλητική ομορφιά και είναι ένας τόπος άγνωστος και απρόσιτος για τους πολλούς, με πυκνή βλάστηση, εντυπωσιακά φαράγγια, πολλά τρεχούμενα νερά και καταρράκτες, με δαντελένιες παραλίες διάσπαρτες με άγρια βράχια, αλλά και υπέροχες απομονωμένες αμμουδιές, που λίγοι μπορούν να τις φθάσουν και να τις απολαύσουν. Η πλούσια χλωρίδα περιλαμβάνει πλατάνια, δρυες, καστανιές, πιές, λυγαριές, σφενδάμια, φτέρες, σκλήθρα.

Η πανίδα πάλι περιλαμβάνει αλεπούδες, λαγούς, αετούς, χελώνες, φίδια, σαύρες και πολλά πουλιά, ασημόγλους, θαλασσοκόρακες, μπούφους, πέρδικες, κότσυφες, αηδόνια και πολλά αποδημητικά.

Όσο για την ιχθυοπανίδα, είναι και αυτή ιδιαίτερα πλούσια γιατί τα θαλάσσια ρεύματα κουβαλούν πολλά θρεπτικά στοιχεία που προσελκύουν μεγάλους πληθυσμούς ψαριών.

Ο πύρινος εφιάλτης έκανε συχνά την εμφάνισή του στην περιοχή, για να δημιουργηθούν κυρίως βοσκότοποι. Σε μερικούς προφυλαγμένους κόλπους, με όμορφες μικρές αμμουδιές, έχουν χτιστεί κάμποσες εξοχικές κατοικίες και βίλες πολυτελείας με σκυλιά και συναγεμίες από σύγχρονους ερημίτες και λάτρεις της απομόνωσης και της άγριας φύσης. Συνεχίζουμε σε χωματόδρομους κακής βατότητας σε έναν ερημότοπο που η ζωή είναι 100 χρόνια πίσω. Εδώ, υπάρχουν Αρβαντοχώρια και απομονωμένοι ή εγκαταλειμμένοι μικροί οικισμοί, όπως Άγιοι, Καστρί, Λιβάδι, Ποτάμι, Πλατανιστός, Αντιά, Κόμπτο, Ευαγγελισμός (Δράμειο), Καψούρι, Δρυμονάρι, Θύμη, Βρέστηδες, Αμυγδαλιά, Πρινιά, Σχιζόλη, Καλλιανόι, Αγ. Δημήτριος.

Οι Καβοντορίτες είναι άνθρωποι φιλόξενοι και φιλικόι, παρότι είναι υποχρεωμένοι να ζουν με μία φύση άγρια και εχθρική και συνάμα τόσο όμορφη και ελκυστική. Στην Αντιά οι κάτοικοι έχουν χαρακτηριστικό γλωσσικό ιδίωμα, μιλούν με... σφυρίγματα. Κύρια ασχολία των κατοίκων η κτηνοτροφία. Συναντήσαμε πολλά κοπάδια κατσίκια και λιγότε-

ρα πρόβατα. Στο δρόμο μας συναντάμε τον υποσταθμό της ΔΕΗ που τροφοδοτεί με υποβρύχιο καλώδιο τα νησιά Ανδρο, Τήνο, Μύκονο κλπ.

Η περιοχή και ειδικά η Όχη διαθέτει αρκετές σπουδαίες πεζοπορικές διαδρομές, πολλές πάνω σε παλιά καλντερίμια. Κάποια στιγμή, σε μια φανταστική παραλία κάναμε ένα δροσιστικό μπάνιο και συνεχίσαμε μέχρι την παραλία Πλατανιστού, το Ποτάμι, όπου γευτήκαμε φρεσκοτάτα ψάρια από ψαροντουφεκάδες, στο συμπληθητικό ταβερνάκι δίπλα στο ποταμάκι με τις πάπιες.

Κατασκηνώσαμε σε μια υπέροχη παραλία, όπου τα κύματα της φουρτουνασμένης θάλασσας μπορεί να προχωρήσουν ως και 50μ., διάσπαρτη από γυμνούς κορμούς δέντρων. Ύπνος στους υπνόσακους ατενίζοντας το υπερθέαμα του έναστρου ουρανού και ακούγοντας για να νανούρισμα τον παφλασμό των κυμάτων, με ένα δροσερό αεράκι να μας χαϊδεύει τα μαλλιά.

Μια μαγευτική βραδιά και το πρωί ένα δροσιστικό μπάνιο στην περιέργως ήρεμη θάλασσα πριν ανατείλει μέσα από τη θάλασσα ο κατακόκκινος ήλιος και τα μεγάλα καράβια να αργοπλέουν στο ανοιχτό πέλαγος. Μαζεύουμε τους υπνόσακους και τότε ανακαλύψαμε το Θηρίο... κάτω από το μαξιλάρι σεργιάνιζε μια τεράστια σαρανταποδαρούσα!

Σε τούτον εδώ τον πανέμορφο τόπο του Πλατανιστού, τη δεκαετία του 70 η τότε χούντα, με το όνειρο της φθηνής ενέργειας, διαπραγματευόταν με Αμερικανούς και Βρετανούς την κατασκευή πυρηνικών σταθμών ηλεκτροπαραγωγής για την ΔΕΗ, κατά τις φήμες τα εξωπραγματικά 7x600 MW έναντι αγοράς 40.000 τόνων ελληνικών καπνών. Με εντονότερες διαμαρτυρίες οι κάτοικοι της περιοχής απειλήσαν να κάψουν τα μηχανήματα της κατασκευάστριας EBASCO. Η χούντα δεν το είχε σε τίποτα να επιβάλει τη θέλησή της με το ζόρι. Τη λύση λέγεται, ότι την έδωσε η βρετανική καπινοβιομηχανία που έπαψε να ενδιαφέρεται για τα ελληνικά καπνά και τη γλυτώσαμε. Τότε βέβαια δεν πολυγνωρίζαμε τους κινδύνους από τα πυρηνικά ατυχήματα, όπως έγιναν αργότερα (THREE MILE ISLAND, CHERNOBYL, FUKUSHIMA), που συνήθως αποσιωπούνται.

Αφήνουμε τον Πλατανιστό και ανεβαίνουμε τον όλο στροφές χωματόδρομο, με προορισμό το θρυλικό ακρωτήριο Κάβο Ντόρο. Μπροστά μας τώρα βρίσκεται ένα τεράστιο Αιολικό Πάρκο, στο οποίο φυτεύτηκαν εδώ και κάμποσα χρόνια, πάρα πολλές μικρές ανεμογεννήτριες, παλιάς τεχνολογίας και χαμηλής απόδοσης και πολλές ηλεκτρικές γραμμές, που όλα μαζί πληγώνουν το παρθένο τοπίο και φαίνεται σαν να έχουν εγκαταλειφθεί. Ο επενδυτικός νόμος για τις ΑΠΕ (Ανανεώσιμες Πηγές Ενέργειας), προβλέπει αρχικά επιδοτήσεις και μετά φοροαπαλλαγές. Εδώ όμως, φθάσαμε σχεδόν στα όρια του κορεσμού και οι μελέτες περιβαλλοντικών

επιπτώσεων που εξετάζουν την υποβάθμιση του φυσικού τοπίου, την ενόχληση της ορνιθοπανίδας και τον κατακερματισμό των οικοτόπων, δεν φαίνεται να ελήφθησαν και τόσο σοβαρά υπόψη κατά τη διαχείριση αυτής της περιοχής. Εδώ έχουμε άγρια εκμετάλλευση του τεράστιου Αιολικού δυναμικού με παντελή αδιαφορία για το περιβάλλον και την αειφορία, αλλά για τούτον τον πανέμορφο ερημότοπο ποιος να φωνάξει;

Δεξιά μας εκτείνεται το απέραντο Αιγαίο, περριέργα γαλήνιο, που λαμπυρίζει στον πρωινό ήλιο και είναι λιωμένο ασήμι, με τα βαρυφορτωμένα τάνκερ στο βάθος, να το αυλακώνουν μεταφέροντας πετρέλαιο, το αίμα του πολιτισμού μας.

Από ψηλά αντικρίζουμε την άκρη της Ξυλοφάγου και τις μύτες των βράχων να ξεπροβάλλουν μέσα από τη θάλασσα, σαν δόντια κάποιου υπερφυσικού δράκου, έτοιμοι να καταπιεί κάποιο άτυχο καράβι. Πιο μέσα η βραχονησίδα Αράπης με το φανάρι, να κολυμπάει σε μια σπάνια μπουνάτσα.

Δεν ξέρω αν είναι τύχη (λόγω σπανιότητας) ή ατυχία να δεις γαλήνιο τον Κάβο Ντόρο. Το τζιπάκι αγκομαχάει στο στενό κακοτράχαλο χωματόδρομο και κατεβαίνουμε στο κλειστό ερημοκλήσι του Αγ. Γρηγόρη. Δίπλα βρίσκεται ένα μικρό εικονισματάκι, σε ανάμνηση τριών άτυχων νέων που πνίγηκαν πρόσφατα σε τούτα τα νερά και μας δημιουργεί λυπητερά αισθήματα. Αισθάνομαι την πρόκληση να μπω και να εξερευνήσω το βυθό. Θα βρω κανένα χρυσό νόμισμα; δυστυχώς μόνο κομμάτια ξύλου και σπασμένα κεραμικά υπάρχουν σφηνωμένα στους βράχους.

Πιο πέρα δύο τολμηροί ψαροντουφεκάδες, με βαρύ εξοπλισμό και βέβαια πολύ προσεκτικά, αναζητούν κάποιο χονδρό ψάρι. Το ρεύμα είναι δυνατό και βγαίνουμε από το νερό. Ήμασαν τυχεροί, μπήκαμε στο στόμα του δράκου και δεν μας μάζησε. Κανονικά με τη θαλασσοταραχή που συνήθως επικρατεί εδώ, δεν θα μπορούσαμε ούτε να πλησιάσουμε το σημείο. Κάνουμε το σταυρό μας και συνεχίζουμε χαζεύοντας τους αφρούς που δημιουργεί το βουβό κύμα σαν σκάει στα βράχια. Αμίλητοι θαυμάζουμε τη μεγαλοπρέπεια του τοπίου, εντυπωσιασμένοι από το απέραντο και σκληρό περιβάλλον των βράχων, που σμίλεψε η άγρια θάλασσα.

Το ανοιχτό πέλαγος ξανοίγεται καταγάλανο μπροστά μας, ακύμαντο, χωρίς ρυτίδες. Χάρη στην μπουνάτσα αυτή του Σεπτέμβρη, η θάλασσα η πλανεύτρα, η λεβεντοπνίχτρα, ήταν απρόσμενα τόσο φιλική.

Γοητευμένοι, παίρνουμε το δρόμο του γυρισμού και φθάνουμε στην παραλία των Καλλιανών, όπου ο δρόμος επέτρεψε πια σε πολλούς να προσεγγίζουν. Περνάμε ψηλά από τον Αγ. Δημήτηρ και καταλήγουμε στο Μαρμάρι για το F/B της επιστροφής. Ήταν μια αξέχαστη εκδρομή.

■ Νότια Καρυστία-Πανέμορφες παραλίες



■ Ανατολή στην παραλία Ποτάμι Πλατανιστού.



ΕΟΦ ίτικά

■ Τριήμερο του Αγίου πνεύματος στη Σίφνο με συμμετοχή 73 ατόμων. Όλα πολύ καλά. Ουδείς ανταποκριτής.

■ Λιχάδες, ούτε μια σαλούφα, ξέρετε εκείνοι οι περιέργοι θαλάσσιοι οργανισμοί που είναι σαν αυγά Μάτια. Κάποιοι λένε ότι είναι τσούχτρες, αλλά φευ σκέτος ζελές είναι. Ήταν όμως η αιτία για να μην γίνει η εκδρομή τον Σεπτέμβριο, που είναι η εποχή τους και ίσως μας χάλαγαν το μπάνιο και τη διάθεση. Αλλά όποτε και να γίνει από ότι φαίνεται αυτή η εκδρομή έχει τον κόσμο της.

■ Φέτος είχαμε και νέες παρουσίες από παιδιά, τα Δουβάκια εγγόνια του Γκλέτσου. Ενσωματώθηκαν αμέσως στην παρέα και πέρασαν υπέροχα, μαζί με τα άλλα παιδιά. Στο πούλμαν, στο εστιατόριο, στην παραλία, στα ταχύπλοα, με το γέλιο τους, τις σκανταλιές τους, το χορό τους, τις τσιριδές τους, την εφευρετικότητά τους, έκαναν και εμάς τους μεγάλους να ειςπιδάσουμε ένα κομμάτι από την ανεμελιά τους αυτό το τριήμερο. Άι Γιώργης Λιχαδονήσια, ρατεβού του χρόνου στην έκπη εξόρμηση.

■ Τι χρονιά και αυτή, γεμάτη εκπλήξεις. Δημοψηφίσματα, GREXIT, εκλογές. Γκρεμούς, βράχια, πέφτουμε δεν πέφτουμε στον γκρεμό, τη γλυτώσαμε, όχι ακόμα και πάει λέγοντας. Επί μήνες στο μάτι του κυκλώνα, αλλά εμείς σταθερά στο Μάτι Αττικής.

Με όλη αυτή την ανακατωσούρα, περάσαμε το τρίμηνό μας. Με τα βοριαδάκια μας, τις άπνοιες μας, που τα τζιτζίκια δεν είχαν σταματημό μέρα-νύχτα, τις δεκαοχτούρες μας, τις

κουρούνες μας, τα ποντίκια μας, τα φιδάκια μας, τα μυρμήγκια μας με τα φτερά και χωρίς και ό, τι άλλο προσφέρει απλόχερα η φύση και είμαστε αναγκασμένοι να τα σεβόμαστε και να συνυπάρχουμε μαζί τους.

■ Αλλαγή φρουράς στην ΕΟΦ (οι αρετές της Δημοκρατίας) και μετά από πολλά χρόνια Έφορος Κατασκήνωσης ο Τάκης Πίκουλας. Κινητοποίηση όλο το διαθέσιμο και προσφερόμενο προσωπικό και άρχισε η εφαρμογή του Plan B. Φαίνεται, ότι επεξεργαζόταν από το Πάσχα, γιατί όλα προχώρησαν με πρόγραμμα. Ψυράκης, Αρμενιάκος, Ραφαήλ, Αμίν, όλοι εφ' όπλου λόγχη. Αλλαγή κάγκελου στον Ξενώνα από Πίκουλα, Ψυράκη, βάψιμο-μοντάρισμα. Στο μοντάρισμα κάτι πήγε στραβά και λίγο έγερνε, αλλά από ότι φάνηκε, είχε ρήση το πεζούλι και δεν συμβάδιζε με το αλφάδι, οπότε προτιμήθηκε το πεζούλι για να έρθουμε στα ίσια μας και το αλφάδι πήγε στα "αζήτητα".

■ Τραπέζι Ξενώνα, πέταμα το παλιό και καινούργιο Μοναστηριακό και «ΠΟΣΤΙΤΣΙΟ». Μελέτη, κατασκευή, επίβλεψη, Αρμενιάκος. Είχε έρθει έτοιμο για μοντάρισμα. Βάψιμο από Αρμενιάκο και Πίκουλα. Βοηθοί παρατηρητές στο μοντάρισμα πολλοί, χωρίς δικαίωμα γνώμης, μόνο οπτική παρακολούθηση.

Αλλά, πολλή φασαρία για το τίποτε, ούτε ένας καφές δε σερβιρίστηκε για να εγκαινιαστεί το νέο τραπέζι. Στον Ξενώνα... τρεις και ο κούκος. Τί και εάν ήρθαν καινούργια κρεβάτια και στρώματα; Επισκεψιμότητα με διανυκτέρευση απογοητευτική. Μόνο ο Βασίλης με την Μάγια είναι σταθερές αξίες.

■ Α... φέτος το Καλοκαίρι σταματήσαμε να ποτίζουμε τα πεύκα. Μπήκαν κάτι κλειδαριές στις κοινόχρηστες βρύσες και έτσι οι περαστικοί κλασικοί ποτιστές του άστο να τρέχει, βρέθηκαν προ εκτάκτου απαγόρευσης (λόγω οικονομίας) ποτίσματος. Μένει να δούμε το

αποτέλεσμα. Αλλά τι να δούμε, στα πευκοδάση ποτίζει κανένας τα πεύκα; Πάντως το χιλιάριο περίπου από το νερό σίγουρα θα το γλυτώσουμε, επειδή το κόστος αυξάνεται τιμολογιακά ανάλογα με το ύψος της κατανάλωσης.

■ Στην Καντίνα ήταν η χρονιά της πίτας. Κρεατόπιτες, Μανιπαρόπιτες, Μπακαλιαρόπιτες Κολοκυθόπιτες, Μελιτζανόπιτες, μόνο Φανουρόπιτα δεν φτιάχτηκε. Το νόστιμο δεν απαξιώνεται ποτέ και ζητιέται.

Ό,τι φτιάχτηκε από τη Κούλα και την Φεβρωνία και ό,τι ψήθηκε από τον Ραφαήλ δεν άφησε κανέναν παραπονεμένο.

Δεν παραγνωρίζουμε βέβαια τα απογευματινά κεράσματα στα παιδιά και στο τέλος των γευμάτων. Αρχίσαμε με λικεράκια, βύσσινο και λικέρ καφέ και ποικιλία γλυκών, Ζελέδες Ραβανί, Γαλακτομπούρεκο κλπ.

■ Εκκλησιαστικά πήγαμε πρώτα. Απαρτία στα εγκαίνια και του Προφήτη Ηλία. Ο αγιασμός που μας έκανε ο παπάς, είχε τα επιθυμητά αποτελέσματα, γιατί γενικά η σεζόν κύλησε ομαλά και ήρεμα, χωρίς εντάσεις και παρατράγουδα.

Λες και είχε μέσα λίγο Tavor. Το μόνο ψεγάδι ήταν, ότι ο παπάς ομιλώντας σε χαμηλούς τόνους κατά το κήρυγμα που έβγαλε στο πέρας του Αγιασμού, ακούστηκε μόνο από τον Στέλιο που πήγε κοντά και έσπασε αυτή.

■ Η παρέα των παιδιών χρόνο με το χρόνο δυναμώνει και αυξάνει. Το πιο ζωντανό κομμάτι της κατασκήνωσης και το μέλλον της. Να είναι καλά οι παππούδες και οι γιαγιάδες που επιφορτίζονται την επιμελητεία. Οι γονείς στο μεροκάματο.

■ Ένα αδέσποτο μόνο του, τις περισσότερες φορές είναι φιλικό. Παραπάνω από ένα, καλό είναι να το σκέπτεται κανείς. Τα τρία μαζί είναι μια μικρή αγέλη. Αν κάποιος από τα τρία το έχουν «περιποιηθεί» καλοί άνθρωποι τότε κλάψε με μάνα κλάψε με. Όταν δε, κυκλοφορούν μικρά παιδιά τότε γινόμαστε ακόμα πιο προσεκτικοί. Αλλά για κάποιους αυτά είναι φιλάγραμματα.

■ Εφέτος ο Έφορος μύησε κάποια παιδιά στο πνεύμα της προσφοράς προτρέποντας για την συμμετοχή τους στον καθαρισμό των κοινόχρηστων χώρων.

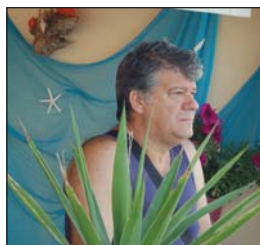
■ Εφέτος ήταν μια χρονιά που μας σημάδεψε η φυσική απουσία του Θανάση του Τζιβιά. Μας έλειψε πολύ ο λόγος του, το



■ Η μικρή Μαρίλια βοηθάει την Φεβρωνία να σβήσει το κεράκι της.



■ Τάκης και Ελένη Μαντά σαν το παλιό καλό κρασί



■ Βαθιά περισιλλογή εν αναμονή των νέων δράσεων...



■ Ο Απόστολος νουθετεί τους διαδόχους.



■ Επίδαυρος -Έτσι είναι. Χαμόγελα και ανυπομονησία πριν τη παράσταση



■ Ο μικρός Κ. Φιλίππης, Ηρακλής στα Πιχαδονήσια!!!

ΔΑΝΑΗ ΚΑΙ ΠΕΤΡΟΣ, ΦΤΩΧΟΤΕΡΗ ΑΠΟ ΦΕΤΟΣ Η Ε.Ο.Φ.

Φτωχότερη η Ε.Ο.Φ. από αυτό το καλοκαίρι. Δύο δικοί μας άνθρωποι, έφυγαν από τη ζωή, μέσα στην ίδια εβδομάδα. Η Δανάη Διαλετά και ο Πέτρος Γιαννακόπουλος. Ο καθένας με τη δική του διαχρονική προσφορά στο Σύλλογό μας.



Τι να πρωτοθυμηθούμε από τη διαδρομή της Δανάης στην ΕΟΦ. Επί χρόνια στην κατασκήνωση και στη συνέχεια στις εκδηλώσεις και τις εκδρομές. Μία πηγή γνώσεων, ορθολογικής σκέψης, χιούμορ και ό,τι άλλο μπορεί να διαθέτει κάποιος για να είναι ευχάριστος και προσηνής. Πόσες φορές σε εκδρομές εσωτερικού και εξωτερικού, δεν αντικαθιστούσε ή συμπλήρωνε τον ξεναγό, με τις απίστευτες γνώσεις της, τις αφηγήσεις και τις παρατηρήσεις της γύρω από ιστορικά, γεωγραφικά και κοινωνικά θέματα.

Πολυταξιδεμένη και μάλιστα τα τελευταία χρόνια, είχε κάνει σκοπό ζωής, τα δύσκολα ταξίδια στον πλανήτη. Φανατική θαυμάστρια του Μπίμπι Μπίτζα και πολυγραφότατη. Στο περιοδικό μας από πολύ παλιά υπάρχουν ταξιδιωτικές καταγραφές της, από διάφορα μέρη του κόσμου. Σημείο αναφοράς για αυτήν της την δραστηριότητα και από περιοδικά μεγάλης κυκλοφορίας, που την ανέφεραν σε συνεντεύξεις της σαν «Η

γιαγιά που πάει παντού».

Εμείς που τη ζήσαμε, νοιώθαμε ότι θεωρούσε τη ΕΟΦ σαν δεύτερο σπίτι της. Όλοι την υπολογίζαμε σαν μέλος της οικογένειάς μας. Και μη γνωρίζοντας τους συγγενείς της, βλέπαμε πάντα την Έρση να συμπεριφέρεται μαζί της και να νοιάζεται γι' αυτήν μέχρι το τέλος σαν να ήταν η μοναδική συγγενής της. Πάντα παρούσα της στάθηκε, μαζί με άλλους Εοφίτες, στις τελευταίες μέρες της σύντομης αρρώστιας της. Μαζί «όργωναν» κάθε χειμώνα όλα τα θέατρα, τις διαλέξεις και τις ενδιαφέρουσες εκθέσεις. Μια σημαντική για όλους απώλεια, αλλά για την Έρση περισσότερο οδυνηρή και δυσβάστακτη. Πιστεύουμε, ότι θα εμφανίζεται στα οράματά της και θα της υπαγορεύει τα ταξίδια της στους άλλους πλανήτες, εκεί ψηλά που βρίσκεται.

Ο Πέτρος Γιαννακόπουλος ήταν από τους τελευταίους «στρατιώτες» της ΕΟΦ. Μαζί με πολλούς Εοφίτες, που δεν είναι πλέον ανάμεσά μας έσπασαν στην κυριολεξία την Κατασκήνωση. Επί σειρά ετών, λιθαράκι, λιθαράκι, ήταν ο οικοδόμος, ξυλουργός και ότι άλλο χρειαζόταν για να διαμορφωθούν οι κοινόχρηστοι χώροι. Συγχρόνως τους χειμάνες και στον ορεινό Ξενώνα. Η παρουσία του, ήταν ξεχωριστή μέσα στην ΕΟΦ, μέχρι τα βαθιά γεράματα. Καλό ταξίδι και θερμά συλλυπητήρια στην οικογένειά του.

Δημήτρης Αρμενιάκος

γέλιο του και γενικά η παρουσία του. Η απουσία του δυσαναπλήρωτη. Κάποιοι άνθρωποι δεν αναπληρώνονται ποτέ και το πέρασμά τους σημαδεύει τις μικρές κοινωνίες όπως τη δική μας. Είναι συνέχεια στα χείλη και στη σκέψη μας.

■ Η έκπληξη του καλοκαιριού ήταν ο Χάρης και η Τζενίλντα. Αφιχθέντες από την Βραζιλία, έφεραν βραζιλιάνικο αέρα στην Κατασκήνωση, με τα καλοκαιρινά κομψά καπελάκια τους. Με βάση την Κατασκήνωση, όργωσαν όλα τα νησιά. Μέχρι και Κέρκυρα, για να βρουν τις ρίζες της Τζενίλντα, που είχε παππού Ιταλοκερκυραίο. Πρέπει να έκαναν πάνω από είκοσι εκδρομές. Με βάση το καταστατικό του χρόνου δικαιούνται οικίσκο.

■ Με ετούτα και με τα άλλα, φτάσαμε στο τέλος της περιόδου. Δεν γράψαμε βέβαια όλα όσα βιώσαμε σε τούτην εδώ τη στήλη, γιατί και κάποια τα κρατάμε για (ΕΧΑΣ), αλλά δεν μας φτάνει και ο χώρος. Γι αυτό καλό Φθινόπωρο και καλό αντάμωμα στις εκδρομές.

Υ.Γ. Φαίνεται ότι όσοι ήταν στην αποχαιρετιστήρια βραδιά του Σαββάτου, στις πέντε του Σεπτέμβρη, δώσανε ραντεβού το επόμενο Σάββατο, γιατί γέμισε η Καντίνα από κόσμο. Όλα τα τραπέζια φίσκα. Αλλά δεν υπολόγισαν ότι τα ψυγεία είχαν αδειάσει και είχαν καθαριστεί. Μόνο η φριτζά δούλευε. Οπότε, άρχισε η μεταφορά αγαθών από τους οικίσκους. Πατάτες ψωμιά, μπύρες, ντομάτες, κατσαρόλες και ότι

άλλο είχε μείνει στην Καντίνα και με τις φιλότιμες προσπάθειες της Κούλας και της Φέβρωνίας, βγήκε η βραδιά. Μακάρι έτσι και τις κανονικές κατασκηνωτικές μέρες του χρόνου.



■ Πάνθηρες, Πανινάρα και πεντάρες...



■ Κατίνα, αποχαιρετιστήρια Συνεστιάση με Κούλα - Φεβρωνία και για το «αίσιον» τέλος εθελοντές Κατερίνα, Μάκης, Λίλη, Μαίρη, Κωνσταντίνος



■ Η συμμετοχή των δεκατριών στις Σευχέλλες ...



■ Η γλυκιά Τζενίλντα άμεσα ενσωματώθηκε με τις συνήθειες της Κατασκήνωσης



■ Χαρούμενο τρίο με τη Καίτη Μπαμπούρα και τις κόρες της Μαρία και Σοφία



■ Ούτε το ναυάγιο, ούτε το τοπίο, ούτε οι φώκιες, πάνω από όλα η πληροφόρηση.



■ Μαίναλο, Φωτ. Μ. Βέττερ

ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΥΠΑΙΘΡΟ, ΤΕΥΧΟΣ 424
 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