

ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΥΠΑΙΘΡΟ

ΕΝΩΣΗ ΟΡΕΙΒΑΤΩΝ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΩΝ

ΙΟΥΛΙΟΣ - ΑΥΓΟΥΣΤΟΣ - ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ 2017



ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΑΘΗΝΩΝ
ΕΠΑΙΝΩΙ ΤΙΜΗΣΑΙ



ΔΙΑΒΑΣΤΕ ΣΕ ΑΥΤΟ ΤΟ ΤΕΥΧΟΣ

Το τρίμηνο της ΕΟΦ μέσα από το φωτογραφικό φακό	3
Καλοκαιρινές δραστηριότητες	4
Καλοκαίρι	5
Εκδρομή στη Σιάτιστα	6
Ωρολόγιο του Ανδρόνικου Κυρρήστου (Αέρηδες)	8
Πορείες στα Μετέωρα	9
Κοινωνικά - Βιβλιοπαρουσίαση	10
Απονομή Μεταλλείου στον Τάκη Μαντά από την Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε.	11
Βλαχοκερασιά - Δάσος Σκυρίτιδας	12
Εορτή Παγκόσμιας Ημέρας Περιβάλλοντος - Βράβευση Μελών	13
Πάσχα στην Τήνο, Πορείες στην Τήνο	14-17
Πασχαλινό Πανηγύρι στην Κατασκήνωσή μας	18
Μαίναλο	19
Από τη ζωή της ΕΟΦ	20-22
Ο Άγιος Νικόλαος ο «Εν Βουνένοις» και του Ορεινού Ξενώνα της Ε.Ο.Φ. στο Κεφαλάρι Κορινθίας ...	24
Προτάσεις για εκδρομές τριμήνου	25-27
Εκδρομές και εκδηλώσεις τριμήνου	28-31
Ταξίδι στη Λευκάδα	32
Ευτυχία	36
Στην Εύβοια Νοτιοανατολικά, Ζάρακες	37
ΕΟΦίτικα	38-39

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

εύχονται στα μέλη,
στους φίλους και
στα Εκδρομικά Σωματεία

**ΚΑΛΟ
ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ**



◀ Πρωτομαγιά στην Λευκάδα,
Φωτ. Ν. Πετρόπουλος

Ανακοίνωση:

- Ενημερώνουμε τα μέλη και τους φίλους που θέλουν να δημοσιεύσουν στο «ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΥΠΑΙΘΡΟ», να έρχονται σε επαφή για **συνεννόηση**, με τον Υπεύθυνο ύλης.
- Τα κείμενα και οι φωτογραφίες να συνοδεύονται με το όνομα και το τηλέφωνό σας. Χειρόγραφα και φωτογραφίες δεν επιστρέφονται.
- Για το τεύχος του **4ου τριμήνου 2017** η ύλη του περιοδικού (κείμενα και φωτογραφίες) θα παραλαμβάνεται μέχρι τις **15-08-2017**.

Ηλεκτρονικές διευθύνσεις:
katdrag@yahoo.gr
eof@otenet.gr

ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΥΛΗΣ:

Δημήτρης Αρμενιάκος

Τηλ.: 6977005181

ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ ΕΚΔΟΣΗΣ:

Κατερίνα Δραγώνα

Τηλ.: 2109316501

Η ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟΥ

ΕΤΟΣ 84ο • ΤΕΥΧΟΣ 431 • ΙΟΥΛΙΟΣ - ΑΥΓΟΥΣΤΟΣ - ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ 2017

ΙΔΙΟΚΤΗΤΗΣ: ΕΝΩΣΗ ΟΡΕΙΒΑΤΩΝ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΩΝ
ΕΚΔΟΤΗΣ: ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΑΡΜΕΝΙΑΚΟΣ, τηλ. 6977005181
ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟΥ: Ν. ΤΣΟΥΤΣΟΣ, Ε. ΚΑΦΕΤΖΟΠΟΥΛΟΥ, Δ. ΠΑΓΟΥΛΑΤΟΣ, Α. ΨΥΡΑΚΗΣ, Γ. ΓΚΛΕΤΣΟΣ,
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΓΡΑΦΕΙΩΝ: ΜΑΥΡΟΚΟΡΔΑΤΟΥ 7 (Α' όροφος), 106 78 Αθήνα
ΤΗΛ. ΓΡΑΦΕΙΩΝ: 210 3807093, (18.00 - 21.00) **ΦΑΞ ΓΡΑΦΕΙΩΝ:** 210 3806924,
ΚΙΝΗΤΑ ΤΗΛ. ΕΟΦ: 6947323844, **ΤΗΛ. ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΣΗΣ:** 2294034588
WEBSITE: www.eoffisiolatria.gr, e-mail: eof@otenet.gr
ΕΠΕΞΕΡΓΑΣΙΑ ΚΕΙΜΕΝΩΝ: ΜΥΡΤΩ ΚΑΛΟΓΕΡΟΠΟΥΛΟΥ, ΟΛΓΑ ΠΕΤΡΟΠΟΥΛΟΥ, ΚΙΤΣΑ ΚΑΡΑΤΖΑ
ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ ΕΚΔΟΣΗΣ: ΚΑΤΕΡΙΝΑ ΔΡΑΓΩΝΑ, e-mail: Katdrag@yahoo.gr
ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ: ΣΠΥΡΟΣ ΡΕΝΕΣΗΣ, ΤΗΛ.: 210 3820290, e-mail: prenesis@otenet.gr
ΕΚΤΥΠΩΣΗ-ΒΙΒΛΙΟΔΕΣΙΑ: Π. ΚΟΚΚΑΛΗΣ & ΣΙΑ Ο.Ε., e-mail: kokkalis@otenet.gr

• ΔΙΑΝΕΜΕΤΑΙ ΔΩΡΕΑΝ •

Εξώφυλλο: ■ Ο Κάβο Ντόρος... ήρεμος, Φωτ. Γιώργ. Γκλέτσος

ΤΟ ΤΡΙΜΗΝΟ ΤΗΣ ΕΟΦ ΜΕΣΑ ΑΠΟ ΤΟΝ ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΚΟ ΦΑΚΟ



■ Τήνος, Φωτ. Β. Συλβεστριάδης



■ Τήνος στην Μυρσίνη, Φωτ. Μ. Βέττερ



■ Λευκάδα, παραλία Κάθισμα, Φωτ. Μ. Βέττερ



■ Τήνος, πορεία από Τυροκομιά προς Ξώμπουργο, Φωτ. Β. Συλβεστιάδης



■ Εύβοια, Ζάρακες, Φωτ. Δ. Αρμενιάκος



Γράφει ο Πρόεδρος της Ε.Ο.Φ. Νίκος Νίντος

Πριν καλά-καλά χωνέψουμε τις βασιλόπιτες (για τον οβελία δεν συζητώ, στο λαιμό είναι ακόμα) έφτασε το καλοκαίρι.

Οι θεσπέσιες μυρουδιές της άνοιξης συνοδευόμενες από ξαφνικές νεροποντές δίνουν την θέση τους στο λαμπρό ήλιο και στις ζεστές μέρες του καλοκαιριού. Φτάνουμε έτσι στην αγαπημένη εποχή αν όχι όλων, των περισσότερων τουλάχιστον. Απολαμβάνουμε τον ωραίο καιρό, τις μεγάλες μέρες, αλλά το κυριότερο είναι η εποχή των διακοπών. Στο Σύλλογο η αρχή του καλοκαιριού είναι περίοδος προετοιμασίας.

Η κατασκήνωση στο σύνολο της ανακαινίζεται. Όλοι έχουν κάτι να προσθέσουν ή να αλλάξουν. Οι κοινόχρηστοι χώροι καθαρίζονται και τακτοποιούνται. Δένδρα κλαδεύονται και επιδιορθώνονται τυχόν ζημιές από τον χειμώνα. Παππούδες, γιαγιάδες, παιδιά και εγγόνια μετράνε τις μέρες για να βρεθούν στο μικρό αυτό παράδεισο του Συλλόγου, που είναι η κατασκήνωση στο Μάτι. Δημιουργήθηκε με μεράκι και πολύ προσωπική εργασία τα τελευταία 60 χρόνια και είναι το καμάρι μας.

Αλλά και οι εκτός παραδείσου ετοιμαζόμαστε. Μπορεί να μην έχουμε τις εβδομαδιαίες εκδρομές έχουμε όμως την μεγάλη

εκδρομή του εξωτερικού στην Νότια Ιταλία. Φτιαγμένη και αυτή με μεράκι από την Μάγια και με μεγάλη συμμετοχή πιστεύω ότι θα είναι μια ακόμα από τις επιτυχημένες εκδρομές του Συλλόγου.

Από την υπόλοιπη θερινή δραστηριότητα έχουμε την εκδήλωση της ΟΦΟΕΣΕ για την παγκόσμια ημέρα περιβάλλοντος, όπου θα βραβευθεί και το μέλος μας Τάκης Μαντάς για την προσφορά του τόσο στην ΕΟΦ όσο και στην Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε.

Οι καθιερωμένες εκδρομές του Συλλόγου σε Επίδαυρο και Όλυμπο. Η συμμετοχή στην Πανελλήνια Ορειβατική Συγκέντρωση έχει εμπλουτιστεί με την ορειβατική εκδρομή στα Άγραφα, ενώ υπάρχουν και άλλες μικρότερες όπως Αγκίστρι, Όχη-Καλλιανοί. Πρέπει να προσθέσω και τις καθιερωμένες εκδηλώσεις στην κατασκήνωση με την Έναρξη της κατασκηνωτικής περιόδου, την εορτή του Προφήτη Ηλία και την Λήξη της κατασκηνωτικής περιόδου. Όλα αυτά προμηνούν ένα ιδιαίτερα ενδιαφέρον καλοκαίρι με έντονη δραστηριότητα μακριά από την ραστώνη που δικαιολογείται από την εποχή. Εύχομαι σε όλους καλό καλοκαίρι με υγεία και να περάσουμε όμορφες στιγμές.



■ Ανατολή του ήλιου στη Λευκάδα, Φωτ. Ν. Νίντος



ΕΝΩΣΗ ΟΡΕΙΒΑΤΩΝ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΩΝ

www.eoffisiolatria.gr

ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ

Γράφει ο Νίκος Νίντος

Το καλοκαίρι στη μετεωρολογία καθορίζεται συμβατικά ως η περίοδος που περιλαμβάνει για το Βόρειο ημισφαίριο τους μήνες Ιούνιο, Ιούλιο και Αύγουστο και διαρκεί από το θερινό ηλιοστάσιο 21 Ιουνίου έως τη φθινοπωρινή ισημερία.

Στο Νότιο ημισφαίριο το καλοκαίρι ξεκινά κατά τις 21 Δεκεμβρίου και περιλαμβάνει συμβατικά τους μήνες Δεκέμβριο, Ιανουάριο και Φεβρουάριο. Κατά την διάρκεια του (Ιουνίου, Ιουλίου και Αυγούστου) και (Δεκέμβρη, Ιανουαρίου και Φεβρουαρίου), το Βόρειο και το Νότιο ημισφαίριο ξεπερνούν αντίστοιχα σε άνοδο της θερμοκρασίας τους υπόλοιπους μήνες.

Ο **Ιούνιος** είναι ο έκτος μήνας του έτους κατά το Ιουλιανό και το Γρηγοριανό Ημερολόγιο κι έχει 30 ημέρες. Πήρε το όνομά του από την σύζυγο του Δία την Ήρα, η οποία στα λατινικά ονομάζονταν Juno. Στο αττικό ημερολόγιο ήταν ο δωδέκατος μήνας και ονομάζονταν Σκιροφοριών διάρκειας 29 ημερών και αντιστοιχεί με το χρονικό διάστημα από 24 Μαΐου έως 22 Ιουνίου. Είναι κυρίως γνωστός ως Θεριστής: αφού συνδέεται άμεσα με την ωρίμανση και τον θερισμό των δημητριακών. Το έθιμο με τις φωτιές τ' Αϊ-Γιάννη στις 23 του μήνα είναι ευρέως διαδεδομένο και σε άλλους λαούς όπου συνδέεται με το Θερινό Ηλιοστάσιο.

Στο τρίτο δεκαήμερο του Ιουνίου συμβαίνει το θερινό ηλιοστάσιο ή η θερινή τροπή του Ήλιου. Στις 21-22 Ιουνίου ο Ήλιος φτάνει στο βορειότερο σημείο της εκλειπτικής και αρχίζει να κατέρχεται και πάλι «τρεπόμενος» προς τον ουράνιο ισημερινό. Το σημείο αυτό, ονομάζεται θερινό τροπικό σημείο ή απλά θερινή τροπή, επειδή ο Ήλιος τρέπεται και πάλι προς τον ισημερινό, και από την ημέρα αυτή αρχίζει το καλοκαίρι. Επειδή, μάλιστα, για μερικές ημέρες πριν και μετά τη θερινή τροπή ο Ήλιος φαίνεται να αργοστέκει πάνω στην εκλειπτική, σαν να είναι έτοιμος να σταματήσει. Το θερινό τροπικό σημείο ονομάζεται επίσης και θερινό ηλιοστάσιο.

Πριν από 2.000 χρόνια το σημείο του θερινού ηλιοστασίου βρίσκονταν στον αστερισμό του Καρκίνου γι' αυτό και ο Βόρειος Τροπικός Κύκλος ο οποίος διέρχεται από το σημείο αυτό ονομάστηκε «Τροπικός του Καρκίνου». Μετά τη θερινή τροπή, ο Ήλιος αρχίζει να κατεβαίνει προς το Νότο, άρα «καρκινοβατεί», κάνει δηλαδή μια οπισθοδρομική κίνηση σαν τον κάβουρα. Φυσικά, σήμερα, λόγω της μετάπτωσης των ισημερινών, το σημείο του θερινού ηλιοστασίου

βρίσκεται στον αστερισμό των Διδύμων, ενώ ο Ήλιος εισέρχεται στον αστερισμό του Καρκίνου στις 21 Ιουλίου και παραμένει εκεί επί 21 ημέρες μέχρι τις 11 Αυγούστου.

Ο **Ιούλιος** είναι ο έβδομος μήνας του έτους κατά το Ιουλιανό και το Γρηγοριανό Ημερολόγιο και έχει 31 ημέρες. Στο αττικό ημερολόγιο ήταν ο πρώτος μήνας του έτους και ονομάζονταν Εκατομβαιών διάρκειας 30 ημερών που αντιστοιχεί με το χρονικό διάστημα από 23 Ιουνίου έως τις 23 Ιουλίου. Ο Αύγουστος Καίσαρας για να τιμήσει τον Ιούλιο Καίσαρα του έδωσε το όνομα Ιούλιος. Οι εποχιακές αλλαγές είχαν για τους αρχαίους τεράστια σημασία, ιδιαίτερα μετά την εμφάνιση της γεωργίας αφού η σπορά, η συγκομιδή και οι άλλες γεωργικές ασχολίες εξαρτιόνταν από τις αλλαγές των εποχών. Λόγω των γεωργικών αυτών ασχολιών ο Ιούλιος ονομάζεται και Αλωνάρης ή Αλωνιστής αφού στον μήνα αυτό γίνεται το αλώνισμα των δημητριακών.

Ο **Αύγουστος** είναι ο όγδοος μήνας του έτους κατά το Ιουλιανό και το Γρηγοριανό ημερολόγιο και έχει 31 ημέρες. Στο αττικό ημερολόγιο ο Αύγουστος ήταν ο δεύτερος μήνας του έτους και ονομάζονταν Μεταγεινιών διάρκειας 29 ημερών που αντιστοιχεί στο χρονικό διάστημα από 24 Ιουλίου έως τις 22 Αυγούστου. Το 8 π.Χ. ο Αύγουστος Καίσαρας του έδωσε το όνομά του. Λέγεται ότι ο Αύγουστος έβαλε τον μήνα σε αυτή την θέση, για να τιμήσει τον θάνατο της Κλεοπάτρας η οποία έθεσε τέλος στη ζωή της στις 12 Αυγούστου του 30 π.Χ.

Σε μερικές περιοχές θεωρούνταν ότι οι μέρες του Αυγούστου συμπίπτουν με την «εώα επιτολή» του Σείριου, την ανατολή δηλαδή του λαμπρότερου άστρου της νύχτας λίγο πριν από την ανατολή του Ήλιου.

Ο Αύγουστος είναι φυσικά γνωστότερος για τον «δεκαπενταύγουστό» του, το πρώτο δεκαπενθήμερο του μήνα πριν από την εορτή της Κοιμήσεως της Θεοτόκου στις 15 Αυγούστου. Η Παναγία, άλλωστε, είναι το ιερό εκείνο πρόσωπο που ο λαός μας τιμά και σέβεται περισσότερο από κάθε άλλο. Οι εορτές της Παναγίας δεν είναι, φυσικά, οι μοναδικές του μήνα, αφού σπουδαία θέση στο χριστιανικό εορτολόγιο κατέχει και η 6 Αυγούστου όταν η Εκκλησία εορτάζει τη Μεταμόρφωση του Σωτήρος Χριστού, μία από τις δώδεκα δεσποτικές εορτές της Ορθοδοξίας. Οι δώδεκα πρώτες ημέρες του Αυγούστου ονομάζονταν και «μερομήνια» γιατί έλεγαν ότι προλέγουν τον καιρό: «κάθε ημέρα κι ένας μήνας».



Μια ζωγραφική άποψη για τον Ιούνιο μας δίνει ο Ιταλός ζωγράφος Leandro Bassano (1557-1622), για τον Ιούλιο μια προτομή του Ιουλίου Καίσαρα και για τον Αύγουστο μια εικόνα από τον Ολλανδό ζωγράφο Johan Limbourg (1385-1416).





ΕΚΔΡΟΜΗ ΣΤΗ ΣΙΑΤΙΣΤΑ



Κείμενο και φωτογραφίες Νίκος Νίντος

Το τριήμερο της Καθαράς Δευτέρας πάντα μας προβληματίζει. Θέλουμε να τα συνδυάσουμε όλα. Πεζοπορίες κατά το δυνατόν, τουρισμό, Αποκριάτικα δρώμενα. Με βάση αυτά τα κριτήρια έχουμε επισκεφτεί παραπάνω από μια φορά όλα τα ενδιαφέροντα καρναβάλια της Ελλάδας. Εφέτος διαλέξαμε το εντυπωσιακό καρναβάλι της Κοζάνης. Σαν πόλη διαμονής είχαμε την Σιάτιστα.

Την Παρασκευή λοιπόν στις 8.00 ξεκινάμε για Σιάτιστα με ενδιάμεση στάση για φαγητό στην Καλαμπάκα. Φτάνουμε νωρίς το απόγευμα. Τακτοποιηθήκαμε σε δύο ξενοδοχεία και ακολουθήσαμε επίσκεψη στις 19.30 στο οινόποιείο “Δυο Φίλοι” όπου πήραμε πραγματικά μια πρώτη γεύση από την κωμόπολη δοκιμάζοντας τα ωραία της κρασιά.

Το Σάββατο στις 09.30 όλη η ομάδα επισκέφτηκε την Καστοριά. Πρώτη στάση στο Δισπηλιό. Λιμναίος οικισμός του 5.500 π.Χ. είναι από τους αρχαιότερους της Ευρώπης.

Το υπαίθριο οικομυσείο με την αναπαράσταση του λιμναίου οικισμού και η έκθεση των αυθεντικών αντικειμένων στο μουσείο, μας δίνουν μια πολύ καλή εικόνα για την ζωή των μακρινών προγόνων μας.

Παίρνουμε τον παραλίμνιο δρόμο που μας οδηγεί στο σπήλαιο του Δράκου. Εντυπωσιακός ο σταλαγμιτικός διάκοσμος του σπηλαίου που εκτείνεται σε επτά λίμνες και δέκα αίθουσες. Λίγο πιο πέρα η Μονή Μαυριωτίσσης χτισμένη το 1082 επί Βυζαντινού Αυτοκράτορα Αλεξίου Α΄ Κομνηνού έχει τοιχογραφίες στο καθολικό του 12ου αι. και στους εξωτερικούς τοίχους γύρω στο 1260.

Από εδώ η πεζοπορική ομάδα περπάτησε δίπλα στην λίμνη για ένα περίπου δώρο ενώ η τουριστική ομάδα ξεναγήθηκε στην πόλη.

Η Καστοριά οφείλει το όνομα της στους κάστορες. Κτίστηκε και οχυρώθηκε με διπλό τείχος από τον Ιουστινιανό στην θέση της ρωμαϊκής πόλης Κέλετρον. Τον 10° αι. κατελήφθη από Βούλγαρους, περνά στους Βυζαντινούς, Νορμανδούς, Ξανά Βυζαντινούς, Σέρβους για να καταλήξει το 1383 στους Τούρκους.

Αναπτύσσεται οικονομικά από τον 12° αι. και κυρίως τον 18° αι. -19° αι. με την κατεργασία και το εμπόριο της γούνας. Δείγματα αυτής της ανάπτυξης είναι τα πολυάριθμα πανύψηλα αρχοντικά. Ένα από αυτά είναι το Λαογραφικό μουσείο που επισκεφθήκαμε και το οποίο στεγάζεται στο αρχοντικό Νεράντζη Αϊβάζη, κτίριο του 18ου αι.

Το Βυζαντινό μουσείο έχει πρόσφατα ανακαινιστεί και προβάλλει με μοναδικό τρόπο μια από τις μεγαλύτερες και αξιολογότερες ελληνικές συλλογές βυζαντινών και μεταβυζαντινών εικόνων.

Μικρά αριστουργήματα είναι οι ναοί της πόλης μερικούς από τους οποίους είχαμε την τύχη να επισκεφτούμε. Ξεκινήσαμε με την Παναγία την Κουμπελίδικη, κτίσμα του 1020-5, η μόνη με τρούλο, από τον οποίο πήρε και το όνομά της (από την τουρκική λέξη kubbe). Οι αρχικές τοιχογραφίες, χρονολογούνται στην περίοδο 1260-1280. Ακολούθησαν δύο ακόμα τοιχογραφίες, τον 15° και τον 17° αι. Οι εξωτερικές τοιχογραφίες είναι του 1496. Αξιοσημείωτη είναι η απεικόνιση της Αγίας Τριάδας κατά το Καθολικό δόγμα. Ο ναός του Αγίου Νικολάου του Κασνίτζη χτισμένος στα τέλη του 12ου αι. είναι ένας από τους τελευταίους βυζαντινούς ναούς της Καστοριάς. Έχει τρία στρώματα τοιχογράφησης, του 12ου, του 14ου και του 15ου αι. Ο ναός του Ταξιάρχη Μητροπόλεως, έχει χτιστεί τον 10° αι. πάνω στα θεμέλια παλαιοχριστιανικού ναού του οποίου χρησιμοποιεί τους κίονες σε δεύτερη χρήση. Τοιχογραφήθηκε τον 10° και τον 14° αι. Στον νάρθηκα του ναού υπάρχει ο τάφος του μακεδονομάχου Παύλου Μελά και της συζύγου του, Ναταλίας Δραγούμη. Φαγητό και βόλτα στην λίμνη συμπλήρωσαν την παραμονή μας στην Καστοριά.

Την **Κυριακή** στις 09.30 το πρωί, ξεκινήσαμε να περιηγηθούμε τη Σιάτιστα. Η κτίση της Σιάτιστας έγινε τον 15° αι. από Θεσσαλούς που αναγκάστηκαν να εγκαταλείψουν για λόγους ασφαλείας τη γόνιμη και εύφορη πεδιάδα. Εγκαταστάθηκαν αρχικά στην κάτω συνοικία που ονομάζεται μέχρι σήμερα Γεράνεια.

Κάτοικοι των γύρω χωριών κατέφυγαν στην Σιάτιστα, δημιουργώντας το δεύτερο συνοικισμό, τη Χώρα που όπως φαίνεται και από το όνομά της ήταν εγκατεστημένες οι αρχές της Σιάτιστας. Για την ετυμολογία του ονόματος της πόλης υπάρχουν πολλές εκδοχές. Σε μία από αυτές το όνομα προέρχεται απ’ τη γερμανική λέξη Σιάτσο-στατ (Schatzstadt = θησαυρούπολη), όπως ονόμαζαν στην Αυστροουγγαρία τη Σιάτιστα οι έμποροι του 17ου αι..

Η Σιάτιστα αν και είναι απομονωμένη αποτελεί, από το 1600 περίπου, ένα αξιόλογο βιοτεχνικό κέντρο. Οι κάτοικοί της ασχολούνται κυρίως με την υφαντική, τη γουνοποιία, τη βαφική τέχνη την αμπελοκαλλιέργεια και το εμπόριο με την Βουδαπέστη και την Βιέννη. Έτσι φτάνει να γνωρίσει κατά το 18ο και 19° αι. τεράστια οικονομική ακμή, δείγμα της οποίας είναι τα αρχοντικά της διάσπαρτα στην πόλη. Εμείς αρχίζουμε την ξενάγηση από το Εκκλησιαστικό Μουσείο με εκθέματα, εικόνες, ξυλόγλυπτα, αντικείμενα μικροτεχνίας, βιβλία και άμφια.

Συνεχίζουμε με την παλαιοντολογική συλλογή του Τραμπαντζείου Γυμνασίου με απολιθώματα οστών και χαυλιόδοντων μαμούθ και

οστών ρινόκερου και ελαφιού κλπ..

Ο πιο παλιός ναός της πόλης είναι η Αγία Παρασκευή στην πλατεία της Γεράνειας. Χτίστηκε το 1677 και αποτελεί αξιόλογο μνημείο μεταβυζαντινής τέχνης. Ο ναός εσωτερικά και ο νότιος τοίχος εξωτερικά, είναι με τοιχογραφίες, ενώ άξια προσοχής είναι η απεικόνιση στο γυναικωνίτη αρχαίων Ελλήνων σοφών.

Το αρχοντικό του Μανούση χρονολογείται από το 1762-63. Η κατασκευή του σπιτιού και η πλούσια διακόσμησή του, αντικατοπτρίζουν τον πλούτο της οικογένειας Μανούση. Στο παράσπιτο του αρχοντικού της Πούλκως, το ζεύγος Χρήστος Τσιότσιος και Τατιάνα Ντέρου δημιούργησαν μία παραδοσιακή κατοικία εμπλουτισμένη με άφθονο και αξιόλογο λαογραφικό υλικό του 18^{ου}, 19^{ου} και 20^{ου} αι.. Η συλλογή αποτελείται από 3800 αντικείμενα που συλλέχθηκαν κατά τη διάρκεια 27 ετών.

Κατά τις 13.00 φεύγουμε για την Κοζάνη. Το 1392 πρόσφυγες από την Κόζδιανη και άλλα χωριά της Ηπείρου, κατέφυγαν στην περιοχή και δημιούργησαν το νέο οικισμό Κόζδιανη που μετατράπηκε σε Κόζιανη και μετέπειτα σε Κοζάνη. Πρώτη καταγεγραμμένη αναφορά στην πόλη γίνεται σε σουλτανικό φερμάνι του 1528, σαν οικισμός με 91 σπίτια.

Το 1664 ο Χαρίσιος Τράντας προύχοντας της πόλης θεμελίωσε το ναό του Αγίου Νικολάου πολιούχου της πόλης, έκτισε μεγαλοπρεπή οικήματα και στόλισε την πόλη με πλατάνια και κρήνες.

Τον 17ο και 18ο αιώνα, οι εμπορικές συναλλαγές με τις χώρες της κεντρικής Ευρώπης δίνουν την ευκαιρία στην πόλη να αναπτυχθεί οικονομικά και πνευματικά. Κατά τον 20^ο αι. η πόλη αναπτύχθηκε ραγδαία, κυρίως λόγω της εκμετάλλευσης των αποθεμάτων λιγνίτη της περιοχής από τη ΔΕΗ.

Ο σεισμός των 6,6 ρίχτερ που έγινε στην περιοχή στις 13 Μαΐου 1995 κατέστρεψε τα περισσότερα παραδοσιακά κτίρια της πόλης. Το Ιστορικό-Λαογραφικό & Φυσικής Ιστορίας Μουσείο είναι το κόσμημα της πόλης. Στεγάζεται σε δύο πολυώροφα κτήρια παραδοσιακής μακεδονικής αρχιτεκτονικής. Στεγάζει συλλογές Φυσικής Ιστορίας και εκθέματα που δείχνουν την εξέλιξη του πολιτισμού στην περιοχή της Κοζάνης, από τη Νεολιθική εποχή έως τους νεότερους χρόνους. Φυσικά δεν κάναμε τόσο δρόμο για να δούμε ένα ναό και ένα μουσείο.

Κύριος στόχος μας ήταν να παρακολουθήσουμε την παρέλαση αρμάτων που αποτύπωναν το Κοζανίτικο χιούμορ, και τη καυστική σατυρική διάθεση με τη πνευματώδη κριτική της επικαιρότητας. Το βράδυ της Αποκριάς, κατά τις 20.00 ανάβουν σε κάθε γειτονιά οι «φανοί».

Ο Φανός είναι γιορτή και ξεφάντωμα γύρω απ' το βωμό της αποκριάτικης εορταστικής πυράς με φαγοπότι και οιοποσία, τραγούδι, χορό και αθυροστομία χωρίς όρια. Το κέφι αρχίζει να ανεβαίνει σιγά-σιγά και, καθώς το κρασί και οι παραδοσιακές κοζανίτικες πίτες, τα γνωστά «κιχί», κυκλοφορούν και ζεσταίνουν πνεύμα και πόδια, οι κύκλοι γύρω απ' το βωμό μεγαλώνουν και πληθαίνουν. Τα τραγούδια διαδέχονται το ένα το άλλο, άλλοτε γρήγορα και πολυφωνικά, και άλλοτε βαριά, μονότονα, σε χρόνο αργό και συρτό. Γύρω από τη φωτιά συνεχίζεται ολονύχτιο γλέντι με κοζανίτικα σκαπτικά και παραδοσιακά τραγούδια της Αποκριάς. Στις 23.00 παίρνουμε τον δρόμο της επιστροφής για την Σιάτιστα.

Τη **Δευτέρα** το πρωί στις 8.30 αναχώρησε όλη η ομάδα για το παραδοσιακό χωριό Βλάστη. Όπως και στις προηγούμενες πόλεις η ανάπτυξη της ξεκινά τον 15ο αι. με την εγκατάσταση χριστιανικών πληθυσμών διωγμένων από την πεδιάδα της Πτολεμαϊδας.

Από την περίοδο της Τουρκοκρατίας διασώζεται η παράδοση του μαρτυρίου του νεομάρτυρα Μάρκου στον οποίον οι κάτοικοι αφιέρωσαν τον κεντρικό ναό του χωριού. Οι κάτοικοι ασχολήθηκαν κυρίως με την κτηνοτροφία την τυροκομία, την υφαντουργία και το



Κοζάνη στο Καρναβάλι

εμπόριο. Επίσης, αρκετοί έγιναν ξυλουργοί, κτίστες, αρχιτέκτονες, ζωγράφοι, χρυσοχόοι, ραφτάδες κ.α. Έτσι, μέχρι το 19ο αι. ο οικισμός της Βλάστης έχει μετατραπεί σε μία σημαντική κωμόπολη με πάνω από έξι χιλιάδες κατοίκους.

Η ακμή της Βλάστης διαρκεί μέχρι τις αρχές του 20ου αιώνα. Οι πόλεμοι είχαν αρνητικές επιπτώσεις στην πορεία του χωριού. Το χωριό καίγεται από τους Γερμανούς κατακτητές και στα χρόνια του εμφυλίου πολέμου, εγκαταλείπεται πλήρως από τους κατοίκους της. Στις μέρες μας οι μόνιμοι κάτοικοι της Βλάστης δεν ξεπερνούν τους εκατό.

Σημείο αναφοράς για τη Βλάστη και τη γύρω περιοχή είναι και το μοναστήρι του Αγίου Δημητρίου γνωστό με την ονομασία «Κούκλα». Χτίστηκε με δαπάνες του Κλεισουργιώτη Γεώργιου Δήμου, το 1744, και το αγιογράφησε μοναδικά ο Χιωναδίτης Ζωγράφος Κωνσταντίνος.

Η πεζοπορική ομάδα με μία ώρα πεζοπορία επισκέφτηκε την Μονή που απέχει 3,5 χιλιόμετρα από την Βλάστη. Η τουριστική ομάδα επισκέφτηκε την Βλάστη. Πέρα από τον ναό του Αγίου Μάρκου που κτίστηκε στο 1856 είδε την Βασιλική του Αγίου Νικολάου που χτίστηκε το 1761 με το ξυλόγλυπτο τέμπλο του, που μετέφεραν οι πρόσφυγες από τη Μοσχόπολη το 1769, το πέτρινο Θωμάϊδιο κτήριο του 1860, το Μουσείο Ελληνικό Παρθενοναγωγείο κ.α.

Όλοι συμμετείχαμε στα Κούλουμα του χωριού. Ο χρόνος όμως πιέζει. Στις 13.30 πήραμε τον δρόμο επιστροφής για Αθήνα με ενδιάμεσες μικρές στάσεις. Μία ακόμα ωραία εκδρομή τέλειωσε.



Σιάτιστα, ο Ναός της Αγίας Παρασκευής

ΩΡΟΛΟΓΙΟ ΤΟΥ ΑΝΔΡΟΝΙΚΟΥ ΚΥΡΡΗΣΤΟΥ (ΑΕΡΗΔΕΣ)



Κείμενο και Φωτογραφία Γιώργος Γκλέτσος

Φταίει ο δαίμονας του τυπογραφείου που στο προηγούμενο τεύχος του περιοδικού άλλαξε τον τόπο καταγωγής του αρχαίου Έλληνα αρχιτέκτονα, αστρονόμου και μαθηματικού Ανδρόνικου Κυρρήστου, από την Κύρρο της Συρίας, που κατασκεύασε περί το 47 π.Χ. το "Ωρολόγιο του Κυρρήστου" ή "Πύργο των Ανέμων" ή "Αέρηδες". Αυτό με έκανε να ενδιαφερθώ και να ψάξω κάτι παραπάνω την ιστορία του αρχαίου αυτού μνημείου, που στέκει σχεδόν απείραχτο πάνω από 2.000 χρόνια στο χώρο της Ρωμαϊκής Αγοράς στην Πλάκα.

Το μνημείο αυτό, είναι ένας οκταγωνικός πύργος με δύο πρόπυλα, ύψους 13,85 μ., από λευκό Πεντελικό μάρμαρο, με ανάγλυφες κάτω από τις μετώπες του τις παραστάσεις των οκτώ προσωποποιημένων φτερωτών ανέμων, με χαραγμένα από κάτω τα ονόματά τους και 8+1 κατακόρυφα ηλιακά ρολόγια από κάθε πλευρά, για να βλέπουν την ώρα οι άνθρωποι της γειτονικής Αγοράς. Το ρολόι, λειτουργούσε όλο το εικοσιτετράωρο ακόμη και με συννεφιά ή ακόμη και τη νύχτα, με τη βοήθεια συμπληρωματικού υδραυλικού ρολογιού που είχε εφεύρει ο μηχανικός Κτησίβιος ο Αλεξανδρεύς και χρησιμοποιούσε για την κίνησή του νερό από τη γειτονική πηγή Κλειψύδρα, στη βόρεια πλευρά της Ακρόπολης. Αυτό το υδραυλικό ρολόι, με μηχανισμό που παρομοίαζε με τον αστρολάβο των Αντικυθέρων, ήταν ένα θαύμα αυτοματισμού και λειτουργούσε συνεχώς χωρίς καμία εξωτερική επέμβαση. Το νερό έπεφτε με σταθερή ροή από μία δεξαμενή ψηλά, σε μία δεξαμενή χαμηλότερα και ανεβαίνοντας η στάθμη του νερού, ανέβαζε έναν πλωτήρα με προσαρμοσμένο οδοντωτό κανόνα, που στην άκρη του υπήρχε αγαλματίδιο-δείκτης, που ανυψώνονταν και έδειχνε τις ώρες που ήταν χαραγμένες σε περιστρεφόμενο βαθμονομημένο τύμπανο. Ταυτόχρονα ο οδοντωτός κανόνας, κινούσε οδοντωτούς τροχούς, ενός πολύπλοκου μηχανισμού («πάρεργα» κατά τον Βιτρούβιο), που περιέστρεφε το τύμπανο ώστε να συνυπολογίζεται η αυξομειώση της διάρκειας των ωρών κάθε μήνα.



Τέλος στη λήξη του 24ώρου ενεργοποιούνταν σιφόνι εκκένωσης του νερού, που εξασφάλιζε την περιστροφή του τυμπάνου των ωρών κατά 1/365 της στροφής, για να μετρήσει τις ώρες της επόμενης ημέρας. Στην κωνική κορυφή του μνημείου, βρισκόταν περιστρεφόμενο ορειχάλκινο αγαλματίδιο του Τρίτωνα (γιού του Ποσειδώνα), που λειτουργούσε σαν ανεμοδείκτης της κατεύθυνσης του ανέμου. Οι συνδυασμένοι μηχανισμοί, λειτουργούσαν συνεχώς χωρίς παρεμβάσεις, υποδεικνύοντας τα 365 διαφορετικά ωράρια του έτους. Στην αρχαιότητα ως ημέρα, λογίζονταν το χρονικό διάστημα απ' την ανατολή ως τη δύση του ήλιου και χωρίζονταν σε 12 ώρες μεταβαλλόμενη διάρκειας, ανάλογα με την εποχή του έτους.

Το έτος είχε 12 μέρη (ζώδια) που αντιστοιχούσαν στους ομώνυμους αστερισμούς. Τελικά, το μνημείο λειτουργούσε σαν ωρομετρητής, σαν ημερολόγιο (σεληνο-ηλιακό), σαν μετεωρολογικός σταθμός (ίσως ο αρχαιότερος), πιθανόν και σαν πλανητάριο. Με την επιτυγχανομένη σταθερή ροή του νερού, γινόνταν η μέτρηση του χρόνου με μεγάλη ακρίβεια, χάρη σε αυτοματισμούς και χωρίς την ανάγκη συντήρησης κι ήταν αυτό ένα μεγάλο επίτευγμα της Αρχαίας Ελληνικής Τεχνολογίας.

Αυτός ήταν ο ναός του θεού Αιόλου (εξ ου πήρε το όνομά της η γειτονική οδός Αιόλου), που είχε βοηθήσει του τους 8 Ανέμους που απεικονίζονταν να φτερουγίζουν στον ουρανό, με τα ονόματά τους από κάτω, και ήταν οι εξής:

- Βορέας (Τραμουντάνα ή Βοριάς **Β**) Γέρος, που φυσάει με κοχύλι. Ψυχρός χειμωνιάτικος άνεμος.
- Καικίας (Γραίγος **ΒΑ**) Άστατος καιρός. Ηλικιωμένος με ασπίδα που ρίχνει χαλάζι.
- Απηνιότης (Λεβάντες **Α**) Νέος που έρχεται από την Ανατολή. Φέρνει πολύτιμη βροχή, φρούτα και στάχια.
- Εύρος (Σιρόκος **ΝΑ**) Γέροντας με άδεια χέρια. - Αποπνικτικός καιρός.
- Νότος (Όστρια ή Νοτιάς **Ν**) Νέος άνδρας με ανάποδη υδρία. Φέρνει βροχές.
- Λιψ (Λίβας), (Γαρμής **ΝΔ**) Στιβαρός νέος, ναυτικός, στην πρύμνη καλοτάξιδου караβιού.
- Ζέφυρος (Πουνέντες **Δ**) Ευχάριστος νέος γυμνός με ανοιξιάτικα λουλούδια.
- Σκίων (Μαίστρος **ΒΔ**) Αντιπαθητικός, βαριά ντυμένος, που αρρωσταίνει τους ανθρώπους, ανάποδο αγγείο.

Δεν είναι γνωστός ο χορηγός για την κατασκευή του θαυμάσιου αυτού έργου, αλλά βασικά έγινε για τις ανάγκες των εμπόρων της Αγοράς και μάλιστα της μεταγενέστερης Ρωμαϊκής Αγοράς (ένα Mall της εποχής, που χρηματοδοτούσαν Ρωμαίοι Αυτοκράτορες), ώστε οι έμποροι να κανονίζουν τα ωράρια εργασιών τους, να κάνουν προβλέψεις για τις προμήθειές τους και να υπολογίζουν πότε θα φθάσουν τα πλοία με τα εμπορεύματα στο γειτονικό λιμάνι του Πειραιά. Πέρασαν καιροί, μπόρες

και καταιγίδες και διάφοροι κατακτητές, κάποιοι ήπιοι όπως οι Ρωμαίοι, κάποιοι καταστροφικοί όπως οι Έρουλοι και το κτίσμα έχασε την αρχική του χρήση και διαδοχικά λειτουργήσε ως παλαιο-χριστιανική εκκλησία, ως Βαπτιστήριο, ως καμπαναριό και στη συνέχεια ως ορθόδοξη Ελληνική εκκλησία. Μετά την υποχώρηση των Ενετών του Μοροζίνι και την επιστροφή των Οθωμανών, το κτίσμα μετατράπηκε σε τεκέ (μουσουλμανικό μοναστήρι) πολλών ταγμάτων, Δερβίσηδων (Μεβλεβήδες και Μπεκτασήδες), εξ ου και η σκαλισμένη μικράμπι (κόγχη τεμένους) στο εσωτερικό του. Πάντως η χρήση του κτίσματος ως τεκέ από τους Δερβίσηδες, το γλύτωσε από τα νύχια του βέβηλου Άγγλου λόρδου Έλινγ, που καραδοκούσε να το ξηλώσει και να το μεταφέρει αυτοόσιο στο σπίτι του στην Αγγλία, όπως έκανε με τα γλυπτά του Παρθενώνα. Μετά την απελευθέρωση της Ελλάδας, χρησιμοποιήθηκε σαν αποθήκη αρχαίων ευρημάτων. Τέλος, με τις ανασκαφές της Ελληνικής Αρχαιολογικής Εταιρείας και τις εργασίες δι-ακεκριμένων αρχαιολόγων, αρχιτεκτόνων και επισημών όπως Richard Dalton, Ernst Reisinger, Λεωνίδας Παλάσκας, Hermann Kienst, Derek de Solla Price, Joseph Noble, Αναστάσιος Ορλάνδος κλπ, που ασχολήθηκαν με το Ωρολόγιο του Κυρρήστου, αναδείχθηκαν η αρχιτεκτονική του, οι περίπλοκοι μηχανισμοί που περιείχε, αλλά και η χρησιμότητά του ως πρώιμο μετεωρολογικό σταθμό-πλανητάριο της αρχαιότητας.

Η σπουδαιότητα του Ωρολογίου του Κυρρήστου, που κατασκευάστηκε στην μακρινή, θολή εποχή των Ελληνιστικών χρόνων είναι πολύ μεγάλη, γιατί πριν πάνω από 2000 χρόνια έδινε με σημαντική ακρίβεια, πληροφορίες για το ημερολόγιο, την ώρα, αλλά και τον καιρό της Αθήνας. Σήμερα, οι πληροφορίες αυτές είναι πολύ εύκολα και ανά πάσα στιγμή προσίτες, χάρη στα ρολόγια, τα κινητά, το ραδιόφωνο, την TV, τους δορυφόρους, το Internet, τη ρομποτική κλπ που την έλκει τους τη θεωρούμε αδιανόητη. Η μεγάλη επιστημονική και τεχνολογική πρόοδος που είχε επιτευχθεί κατά την ιστορική εκείνη περίοδο, μας δημιουργεί έκπληξη και θαυμασμό και είναι αυτή που έβαλε τα θεμέλια για την ανάπτυξη και την πρόοδο της ανθρωπότητας. Σήμερα πια μετράμε με εξαιρετική ακρίβεια τον χρόνο με ατομικά ρολόγια Καισίου Cs133, Στροντίου Sr87, Υττερίου Yb, και με τον Παγκόσμιο Συντονισμένο Χρόνο (UTC). Η Εφορεία Αρχαιοτήτων Αθηνών, με τη βοήθεια του ΕΣΠΑ 2007-2013, εκτέλεσε εξειδικευμένες εργασίες συντήρησης και ο χώρος είναι πλέον επισκέψιμος από τον Αύγουστο του 2016. Επίσης, στα πλαίσια του φετινού Φεστιβάλ Αθηνών 2017, η Ελληνική Εταιρεία Περιβάλλοντος και Πολιτισμού, θα παρουσιάσει από τον Πύργο των Ανέμων (Ωρολόγιο Κυρρήστου), μουσικές εκδηλώσεις-Οθωμανική μουσική κλπ.

Βιβλιογραφία. Πύργος των Ανέμων Hermann Kienst - Μοναστηράκι- Πλάκα Άρτεμις Σκουμπουρδή

ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΥΠΑΙΘΡΟ

ΠΟΡΕΙΕΣ ΣΤΑ ΜΕΤΕΩΡΑ



Περιγράφει η Μάγια Βέττερ, Φωτογραφίες: Μ. Βέττερ, Β. Συλβεστριάδης

Στο πλαίσιο της διήμερης εκδρομής στην Καλαμπάκα και στα Μετέωρα, είχαμε την ευκαιρία να περπατήσουμε ανάμεσα από τους βράχους των Μετεώρων, επισκεπτόμενοι συγχρόνως και μοναστήρια.

Σαν οδηγό είχαμε το εξαιρετικό βιβλίο του Αντώνη Καλογήρου που περιγράφει με μεγάλη λεπτομέρεια τις πορείες.

Την πρώτη μέρα, αφού επισκεφθήκαμε την Μονή Βαρλαάμ πήραμε το μονοπάτι από το Μεγάλο Μετέωρο προς το βόρειο μέρος των Μετεώρων. Είναι μία πορεία που συνήθως δεν πραγματοποιείται καθώς δεν υπάρχουν μοναστήρια που να λειτουργούν εκεί. Το βορειότερο μέρος της πορείας καταλήγει στο μνημείο Βλαχάβα (έχει στηθεί για τον Παπά Θύμιο Βλαχάβα) και στην συνέχεια περνώντας κάτω από την Μονή Υπαπαντής (χτίστηκε το 1367) καταλήγει στο Καστράκι (ώρες πορείας 3). Η διαδρομή είναι εύκολη και ξεκούραστη καθώς έχει ελάχιστες ανηφορίες και περνάει από άνετο μονοπάτι και χωματόδρομο.

Την δεύτερη μέρα κάναμε μία πιο απαιτητική αλλά και πιο εντυπωσιακή διαδρομή. Ξεκινήσαμε από το Καστράκι, περνώντας κάτω από τον βράχο του Αγίου Πνεύματος. Μερικοί από τους πεζοπόρους έκαναν μία παράκαμψη και ανέβηκαν στον βράχο του οποίου τα τελευταία λίγα μέτρα είναι έως και αναρριχητικά. Η θέα από εκεί προς το Καστράκι σε αποζημιώνει.

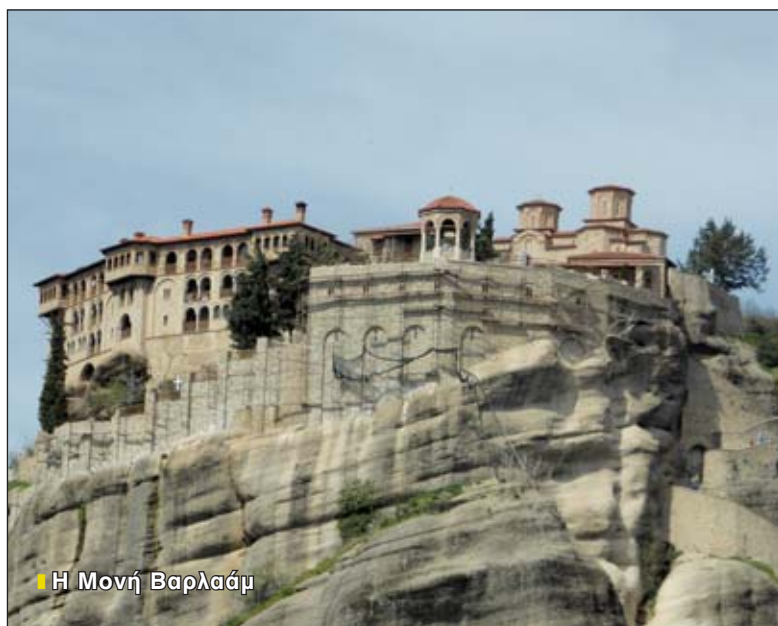
Με όλη την ομάδα συνεχίσαμε για τις φυλακές των μοναχών. Εκεί παρέμεναν για κάποιο διάστημα οι μοναχοί, που πιστεύεται ότι είχαν παραστρατήσει. Κοντά στις φυλακές είναι και η Μονή του Αγίου Νικολάου την οποία και επισκεφθήκαμε.

Επόμενο μοναστήρι ήταν το Μεγάλο Μετέωρο ή Μονή Μεταμόρφωσης του Σωτήρος. Στην Μονή αυτή φθάνει κανείς από τον Άγιο Νικόλαο μέσω ενός μονοπατιού, που ανεβαίνει μέσα από ένα φαράγγι αφήνοντας στα δεξιά την Μονή Βαρλαάμ. Ευτυχώς προλάβαμε και επισκεφθήκαμε και ένα τρίτο μοναστήρι την Μονή Ρουσάνου.

Να σημειώσουμε ότι για να επισκεφθεί κανείς τα μοναστήρια πρέπει να ανέβει πολλά σκαλιά.



■ Μετέωρα, ο Άγιος Νικόλαος Αναπαφσάς



■ Η Μονή Βαρλαάμ

Κοινωνικά

ΝΕΑ ΜΕΛΗ

- | | |
|----------------------|---------------------|
| 1) Ασημομήτη Ελένη | 12) Νικολάου |
| 2) Γαρουφαλής | Ευαγγελία |
| Δημήτριος | 13) Πανούσης |
| 3) Καλοκαιρινός | Γεώργιος |
| Ευάγγελος | 14) Τσιάρτα Μαρία |
| 4) Καρακάλου | 15) Συμεωνίδη |
| Γεωργία | Μαργαρίτα |
| 5) Καρέκλη Μαρία | 16) Συμεωνίδης |
| 6) Καριώτης Γεώργιος | Σωτήρης |
| 7) Καφρίτσα Βιολέτα | 17) Τσαν Ροχονγκ |
| 8) Μαρκοπούλου | 18) Τριανταφυλλίδης |
| Μαριζ-Κλαιρ | Ιωάννης |
| 9) Μέλλος | 19) Τσιτσιάνου |
| Κωνσταντίνος | Βέττη-Βασιλική |
| 10) Μπούκαλη Ελένη | 20) Τσομπανίδης |
| 11) Μπουκουβάλα | Αναστάσιος |
| Διονυσία | |

ΓΑΜΟΙ

Η Χριστίνα Αρμενιάκου και ο Αλέξανδρος Καββαδίας παντρεύτηκαν στην Κέρκυρα. Τις θερμότερες ευχές μας στο ζεύγος για «βίον ανθόσπартον» αλλά και στους ευτυχείς γονείς Δημήτρη και Γεωργία Αρμενιάκου.

ΠΕΝΘΗ

- Απεβίωσε η μητέρα της Ελένης Μουζακίτου. Τα θερμά μας συλλυπητήρια στην οικογένειά της.

Ανακοίνωση:

ΔΡΟΜΟΛΟΓΙΟ ΠΟΥΑΜΑΝ

Στις εκδρομές μας προς **Λαμία** επιβίβαση-αποβίβαση των εκδρομέων γίνεται από την **αφετηρία** και τα εξής σημεία: Πλατεία Καραϊσκάκη - στάση Κολοκυνθούς (επί της Λεωφόρου Κηφισού) κατεύθυνση προς Λαμία) 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 Αποστόλου). Σημειώνεται ότι ο αρχηγός δεν έχει υποχρέωση να κρατάει θέσεις για όσους επιβιβάζονται εκτός αφετηρίας.

ΩΡΑΡΙΟ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ ΓΡΑΦΕΙΩΝ Ε.Ο.Φ

Τα γραφεία της Ε.Ο.Φ. θα λειτουργούν:

- Τον Ιούλιο Τρίτη-Πέμπτη-Παρασκευή 18.00-21.00
- Τον Αύγουστο θα παραμείνουν κλειστά
- Τον Σεπτέμβριο Δευτέρα έως Παρασκευή 18.00 - 21.00.

ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΒΙΒΛΙΟΥ

Αγαπητοί φίλοι

Με ιδιαίτερη χαρά σας παρουσιάζω το νέο βιβλίο του Θωμά για την παλιά Αθήνα, "Τα ανάλεκτα" (εκδόσεις Ωκεανίδα). Ελπίζω να το βρείτε ενδιαφέρον και να με τιμήσετε με τα σχόλιά σας.

Με φιλικούς χαιρετισμούς, **Αλίκη Σιταρά**

ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΩΚΕΑΝΙΔΑ (Info@oceanida.gr)

Κυκλοφόρησε Τρίτη 8 Νοεμβρίου

Τα ανάλεκτα της παλιάς Αθήνας, του Θωμά Σιταρά

Ελάτε μαζί μου σ' ένα ταξίδι στα παλιά, τότε που

«δένανε τα σκυλιά με τα λουκάνικα». Το δικό μας

τρενάκι των αναμνήσεων θα πραγματοποιήσει συνολικά εκατόν ογδόντα στάσεις! Μια διαδρομή γεμάτη εικόνες από την καθημερινή ζωή της πόλης: άνθρωποι, σκάνια, μπαλκόνια, αρώματα, χρώματα, ήχοι. Θα συναντήσουμε χίλιους δυο τύπους της αθηναϊκής κοινωνίας, και φυσικά δεν θα λησμονήσουμε την Αθηναία με τα σκέρτσα και τα παραστράτημά της. Θα κατέβουμε και στην Παραλιακή, από το Νέο Φάληρο μέχρι τη Βουλιαγμένη, «φωτογραφίζοντας» το καθετί. Θ' αφευθούμε στους μαγευτικούς τόπους κοινωνικής συνάθροισης -καφενεία, ζαχαροπλαστεία, ταβέρνες, εσπιατόρια στην Πλάκα, στου Ψυρρή, στο Σύνταγμα και στην Ομόνοια-, για να καταλήξουμε σε μια επεισοδιακή περιήγηση στη νυχτερινή Αθήνα, όπου και θα σας αφήσουμε. Ας πάρουμε τώρα και μια γεύση πώς θα παρουσιαζόταν διαφημιστικά το βιβλίο που κρατάμε στα χέρια μας κάπου το 1900:

«Εκείνο το οποίο δεν πρέπει να λείψει εκ της οικίας σας είναι τα Ανάλεκτα της Παλιάς Αθήνας. Πρόκειται περί βιβλίου γεμάτου πνεύμα, γούστο, καλλιτεχνικών αισθημάτων. Ειστάς κομψός και εικονογραφημένος του σελίδας εκτυλίσσεται αληθής θησαυρός, αληθής απόλαυσις, εντρυφήμα λεπτότατον. Κάθε σελίς και μία έκπληξις! Είμεθα βέβαιοι ότι όσοι το λάβουν ανά χείρας θα το ροφήσουν λαϊμάργως και απνευστί...»

Ο Θωμάς Σιταράς γεννήθηκε το 1943 στην Αθήνα από γονείς Κωνσταντινουπολίτες. Σπούδασε οικονομικά και δημοσιογραφία στο Πανεπιστήμιο του Μονάχου, όπου έκανε και μεταπτυχιακές σπουδές στο μάρκετινγκ. Έργα του ίδιου που κυκλοφορούν από τις εκδόσεις μας είναι «Η παλιά Αθήνα ζει, γλεντά, γεύεται 1834-1938», 2011 και «Πόθοι και πάθη στην παλιά Αθήνα», 2012. Σήμερα απασχολείται ως σύμβουλος επιχειρήσεων κι εκπαιδευτής ενηλίκων, ενώ είναι τακτικό μέλος της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας Δημοσιογράφων και Συγγραφέων Τουρισμού.

Περισσότερα για το συγγραφέα και το έργο του στην ιστοσελίδα www.paliaathina.com



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 στιδήποτε 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 κατασκηνωτική περίοδος αρχίζει από **01.07.2017** και λήγει στις **02.09.2017**.

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

Το Διοικητικό Συμβούλιο

ΗΜΕΡΑ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ - ΒΡΑΒΕΥΣΗ ΜΕΛΩΝ

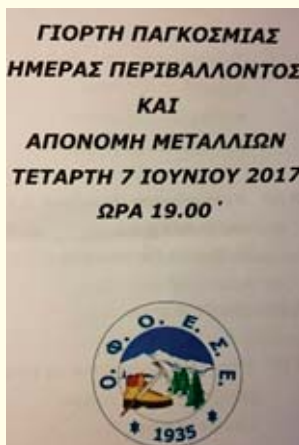
Η «Παγκόσμια Ημέρα Περιβάλλοντος» γιορτάζεται κάθε χρόνο στις 7 Ιουνίου. Φέτος η Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε. πρωτοτύπησε. Αντί της συνηθισμένης εκδρομής, εορτάσαμε την ημέρα αυτή στην φιλόξενη αίθουσα του Φιλοπρόδοτου Ομίλου Υμηττού, ενός Σωματείου που είναι χρόνια μέλος της Ομοσπονδίας. Όσοι παρευρεθήκαμε είχαμε την χαρά να απολαύσουμε την προβολή ενός θαυμάσιου ντοκιμαντέρ που μας ταξίδευσε σε όλη την χώρα μας, υπό τους ήχους της μουσικής του μοναδικού Μάνου Χατζιδάκι. Παρακολουθήσαμε τον μεστό και λιτό λόγο του Πρόεδρου της Ομοσπονδίας κ. Βασιλή Κατσαντώνη για την προστασία του περιβάλλοντος.

Η γιορτή περιλάμβανε και την επιβράβευση για την πολυετή και πολυσχιδή δράση του (πάνω από 20 συνεχή χρόνια) ενός μέλους από κάθε Σωματείο της Ομοσπονδίας.

Η ΕΟΦ με την πολυετή παρουσίας της στα φυσιολατρικά και ορειβατικά δρώμενα έχει πολλά εν ζωή μέλη, που αξίζουν αυτή την τιμή. Εξετάστηκαν διεξοδικά τα curriculum vitae πολλών υποψηφίων. Καταλήξαμε σε τρεις για να εκλέξουμε παμψηφεί τον Τάκη.

Τάκης το ΕΟΦικό όνομα του Δημητρίου Μαντά ενός μέλους που τιμά τον σύλλογο μας πολλά χρόνια. Πόσα χρόνια; Βαθεία αναπνοή και αναφέρω 54 συνεχή χρόνια μέλος στα Συμβούλια του Συλλόγου. Υπήρξε Πρόεδρος, Αντιπρόεδρος, Έφορος Εκδρομών και Κατασκήνωσης.

Στην Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε. η παρουσία του επίσης σημαντική είτε στην εξελικτική επιτροπή είτε στο πειθαρχικό, ενώ παρείχε την βοήθεια του στην επίλυση των προβλημάτων της Ομοσπονδίας. Ήδη ο Σύλλογος μας, όταν γιορτάσαμε τα 80χρονα μας,



■ Η βράβευση του κ. Τ. Μαντά από τον Πρ. της Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε. κ. Β. Κατσαντώνη

τον βράβευσε και τον αναγόρευσε επίτιμο μέλος. Η επιβράβευση από την Ομοσπονδία με χρυσό μετάλλιο και περγαμηνή επιβεβαίωσε την προσφορά του τόσο στην ΕΟΦ όσο και στην Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε.

Είχα την χαρά και την τιμή να συνεργαστώ μαζί του στο Δ.Σ. του Συλλόγου. Αποτελούσε αυτό που λέμε ήρεμη δύναμη. Διακρινόταν για τον πράο χαρακτήρα και την διακριτικότητα του. Σπάνια ύψωνε την φωνή. Μέσα στο πολύβουο μελίσσι του Δ.Σ. έπαιρνε το λόγο, όταν είχε να πει κάτι σημαντικό. Με λύπη τον αποχαιρέτησαμε φέτος, όταν αποφάσισε να μην συμμετάσχει στο παρόν Συμβούλιο. Τον αγαπήσαμε και θα τον αγαπάμε. Είναι φίλος όλων μας. Φίλε Τάκη καλή υγεία να έχεις εσύ και η Ελένη η αγαπημένη σου σύζυγος και να ζήσετε πολλά-πολλά καλά χρόνια.

Νίκος Νίντος

ΝΕΟΙ - ΠΑΙΔΙΑ - ΑΝΕΡΓΟΙ 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:**

- Στις μονοήμερες εκδρομές οι άνεργοι με κάρτα ανεργίας και τα παιδιά από 12 έως 18 ετών έχουν 50% έκπτωση. Στις εκδρομές μας με διανυκτέρευση στον Ορεινό Ξενώνα στα έξοδα συμμετοχής έχουν 50% έκπτωση.
- Στις διήμερες η πολυήμερες εκδρομές επιβαρύνονται με τα έξοδα διανυκτέρευσης. Η έκπτωση ισχύει μόνο για το πούλμαν.

Το Διοικητικό Συμβούλιο

Η ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΣΗ ΜΑΣ ΣΤΟ ΜΑΤΙ ΑΤΤΙΚΗΣ ΚΑΤΑ ΤΟΥΣ ΘΕΡΙΝΟΥΣ ΜΗΝΕΣ



Όπως κάθε χρόνο, έτσι και φέτος η κατασκήνωση της ΕΟΦ στο Μάτι Αττικής, από 01/07/17 έως 02/09/17, θα είναι ανοιχτή όχι μόνο για τις οικογένειες των μόνιμων κατασκηνωτών, αλλά για όλα τα μέλη και τους φίλους μας που θέλουν να περάσουν ένα Σαββατοκύριακο ή λίγες μέρες σε πευκόφυτο περιβάλλον και να κάνουν μπάνιο στα καθαρά νερά του Ευβοϊκού.

Οδηγίες για να έρθει κάποιος που δεν διαθέτει Ι. Χ.

Από την οδό Μαυροματαίων (Πεδίον του Άρεως), φεύγουν κάθε ½ ώρα περίπου, λεωφορεία για Νέα Μάκρη, Μάτι, Κάτω Σούλι, Μαραθώνα, Γραμματικό, Άγιο Ανδρέα και Αγία Μαρίνα. Κατεβαίνουμε στη στάση Άγιος Ιωάννης- Μάτι, (εκεί κάνουν στάση όλα αυτά τα λεωφορεία). Η κατασκήνωση βρίσκεται στην οδό **Φυσιολατρών 36**.

Η **διαμονή** γίνεται στον Ξενώνα, όπου παρέχεται ράντζο με στρώμα και κουβέρτα.

Δυνατότητα φιλοξενίας: Αρκετών ατόμων εντός του Ξενώνα.

Ο **χρόνος παραμονής** για τους φιλοξενοούμενους είναι από 1 έως 7 συνεχόμενες ημέρες με δυνατότητα επανάληψης του 7ημέρου ακόμα μία φορά σε άλλη ημερομηνία κατά την διάρκεια του καλοκαιριού.

Για την **εύρυθμη λειτουργία Ξενώνα** απαραίτητη η συνεννόηση. Τηρείται σειρά προτεραιότητας. Οι ενδιαφερόμενοι να επικοινωνούν με τον Έφορο κατασκήνωσης κ. Τάκη Πίκουλα **6942418829**

ή τον κ. Απόστολο Ψυράκη **6932282090**, τηλέφωνο Κατασκήνωσης: **22940 34588**.



ΒΛΑΧΟΚΕΡΑΣΙΑ - ΔΑΣΟΣ ΣΚΥΡΙΤΙΔΑΣ



Κείμενο Νάντια Λυράκη, Φωτ. Μ. Βέττερ, Ν. Λυράκη



Ο σύλλογός μας πραγματοποίησε για δεύτερη φορά αυτή την τόσο διαφορετική και ενδιαφέρουσα διαδρομή. Ξεκινήσαμε από το πλάτωμα στο οποίο βρίσκεται ένα ξύλινο περίπτερο στην είσοδο της Βλαχοκερασιάς.

Η σηματοδότηση άψογη, μας οδήγησε στο δάσος της Σκυρίτιδας (10λεπτά σε αγροτικό δρόμο και μετά μονοπάτι), από όπου άρχισε σταδιακά η κατηφόρα προς το ποτάμι. Στα δύσκολα σημεία υπήρχαν ευτυχώς σχοινιά. Στο ποτάμι η πορεία μοιράζεται και στις 2 κοίτες του, με συχνά περάσματα από τη μία πλευρά στην άλλη. Μέτρησα περίπου 20 περάσματα αλλά δεν υπήρχε πολύ νερό και οι πέτρες δεν γλιστρούσαν. Μετά από 4 ώρες περίπου, υπάρχει η δυνατότητα για πιο εύκολη επιστροφή στο χωριό από χωματόδρομο που συναντήσαμε. (1 ώρα πορεία ακόμα). Στις διασταυρώσεις συνεχίζει ο δρόμος για τη Βλαχοκερασιά ανηφορικά). Το μονοπάτι όμως συνεχίζει σε χαράδρα με ανηφορική πορεία και σχοινιά στα δύσκολα σημεία. Σε 1 ώρα βγήκαμε σε ένα χωματόδρομο για τον προφήτη Ηλία, που μας έφερε πίσω στο χωριό (3/4 της ώρας ακόμα).

Υπήρχαν δυσκολίες στην πορεία (βαθμός δυσκολίας Β) αλλά αυτές ενθουσίασαν τόσο τους ορειβάτες που την έκαναν για πρώτη φορά, όσο και αυτούς που την επανέλαβαν. Το τοπίο πανέμορφο, τόσο στο δάσος, όσο και στο ποτάμι με τις πολλές πρίμουλες, τις ίριδες και τις τουλίπες που ευχαριστούσαν τα μάτια στη διαδρομή. Από τα 18 άτομα που περπάτησαν τα 10 ήταν νέοι πεζοπόροι που ήρθαν για αυτήν ειδικά την διαδρομή. Έμειναν ευχαριστημένοι και ελπίζουμε να ξανάρθουν.



ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΩΝ ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΩΝ
ΕΚΔΡΟΜΙΚΩΝ ΣΩΜΑΤΕΙΩΝ ΕΛΛΑΔΟΣ (Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε.)

ΕΟΡΤΗ ΠΑΓΚΟΣΜΙΑΣ ΗΜΕΡΑΣ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ -
ΒΡΑΒΕΥΣΗ ΜΕΛΩΝ

Η Ομοσπονδία στις 7 Ιουνίου 2017 γιόρτασε την «Παγκόσμια Ημέρα Περιβάλλοντος» στην αίθουσα κινηματογράφου του Σωματείου-Μέλους του Φιλοπρόοδου Ομίλου Υμηττού (Φ.Ο.Υ.) και την απονομή χρυσού μεταλλίου μετά περγαμηνής, σε μέλη των Σωματείων της, για την πολυετή και πολυσχιδή δράση τους. Υπήρξε αθρόα συνάθροιση μελών Σωματείων της. Προβλήθηκε ένα ντοκιμαντέρ με μουσική του γνωστού Έλληνα συνθέτη Μάνου Χατζιδάκι και γινόνταν «περιήγηση» σ' όλη την Ελλάδα, θάλασσα, νησιά, ποτάμια, λίμνες, βουνά, κάμπους και άλλα. Ήταν πολύ όμορφο και μετά την προβολή ο Πρόεδρος της Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε., Βασίλης Κατσαντώνης, τόνισε με λίγα λόγια για την προστασία του περιβάλλοντος, να φροντίζουμε όχι μόνο εμείς οι φυσιολάτρες, αλλά να το λέμε και σ' όλους που γνωρίζουμε, να προστατεύουν το περιβάλλον, την φύση, το νερό, να μη γίνεται άσκοπη χρήση και γενικά να το προστατεύουμε όσο μπορούμε.

- Μετά την γιορτή αυτή, έγινε και η απονομή του χρυσού μεταλλίου με περγαμηνή σε μέλη των Σωματείων της Ομοσπονδίας, τα οποία είχαν πάνω από 20 συνεχή χρόνια προσφορά στο Σωματείο τους, με πράξεις και ενέργειες που ξεπερνούσαν τα συνηθή όρια.
- Ο Έφορος Δημοσίων Σχέσεων της Ομοσπονδίας κ. Γεώργιος Μηλιαράκης, εκφωνούσε τα ονόματα των βραβευμένων ανά τέσσερις και οι τέως Πρόεδροι Δ.Σ. της Ομοσπονδίας και ο νυν Πρόεδρος, απένειμαν την περγαμηνή και το μετάλλιο, συνολικά σε 18 μέλη Σωματείων της Ομοσπονδίας.
- Στο τέλος βραβεύθηκαν όλοι οι εν ζωή Πρόεδροι του Δ.Σ. της Ομοσπονδίας κατά σειρά εκλογής τους, κ.κ. Ραφαήλ Σαγόνιας, Κωνσταντίνος Γαντζιάς, Ανδρέας Αντωνόπουλος και Βασίλης Κατσαντώνης. Την περγαμηνή και το μετάλλιο στους τρεις τέως Προέδρους έκανε ο νυν Πρόεδρος Βασίλης Κατσαντώνης, μετά ομόφωνη απόφαση του Δ.Σ. της Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε. της 16.01.2017 και στον νυν Πρόεδρο, την απονομή έκανε ο παλαιότερος εκλεγμένος Πρόεδρος κ. Ραφαήλ Σαγόνιας.
- Η εκδήλωση έκλεισε με ένα λιτό αλλά χορταστικό πιάτο, συνοδευόμενο από αναψυκτικά και κρασί.
- Από την ΕΟΦ τιμήθηκε το μέλος της κ. Δημήτριος Μαντάς.





ΠΑΣΧΑ ΣΤΗΝ ΤΗΝΟ



Γράφει ο Νίκος Νίντος, Φωτ. Ν. Νίντος, Μ. Βέττερ, Β. Συλβεστριάδης

Η Τήνος είναι το τέταρτο σε μέγεθος νησί των Κυκλάδων με έκταση 194,59 τ.χλμ και πληθυσμό 8.636 κατοίκους μοιρασμένους σε 62 οικισμούς. Ο Τσικνιάς που βρίσκεται στα ανατολικά, είναι το ψηλότερο βουνό του νησιού με 726 μ. ύψος. Στο κεντρικό τμήμα δεσπόζει ο απόκρημνος βράχος του Εξώμβουργου με 641 μ. ύψος.

Το όνομά της Τήνου είναι προελληνικό και συσχετίστηκε με τη φοινικική λέξη Ταννότη (=φίδι), αλλά ονομαζόταν και Οφιούσα (=γεμάτη φίδια). Μεταγενέστερα το νησί έλαβε τα προσωνύμια «Υδρούσα», εξαιτίας των άφθονων πηγών και «νησί του Αιόλου» για τους δυνατούς βοριάδες του.

Πρώτοι κάτοικοι υπήρξαν οι Πελασγοί, και αργότερα οι Ίωνες. Οικιστικές τους εγκαταστάσεις εντοπίζονται στις περιοχές της Καρδιανής και του Εξώμβουργου. Το Εξώμβουργο ειδικά, αποτέλεσε το ιστορικό κέντρο του νησιού. Εδώ κτίζεται η ακρόπολη, νότια από την οποία αναπτύχθηκε η γεωμετρική - αρχαϊκή και η κλασική πόλη μέχρι τον 5ο αι. π.Χ.. Το 776 π.Χ. η Τήνος βρίσκεται υπό την επικράτεια των Ερετριέων το 650 π.Χ. πέρασε

στη κηδεμονία των Αθηναίων και το 490 π.Χ. στους Πέρσες. Το 480 π.Χ. λίγο πριν τη Ναυμαχία της Σαλαμίνας η τηνιακή τριήρης του Παναιτίου ενώνεται με τον ελληνικό στόλο και το πλήρωμα της μεταφέρει πληροφορίες σχετικά με τα σχέδια των Περσών. Έτσι το όνομα της Τήνου αναγράφεται στον αφιερωμένο, για την νίκη των Ελλήνων, τρίποδα στο Δελφικό Μαντείο. Στη συνέχεια η Τήνος αποτέλεσε μέλος της Αθηναϊκής Συμμαχίας. Τον 3ο αι. π.Χ. πέρασε στο Βασίλειο των Μακεδόνων και αργότερα υπάχθηκε στη ρωμαϊκή επαρχία της Ασίας.

Με πειρατικές επιδρομές, άνιση κατανομή της γης και σκληρούς φόρους στα χρόνια της Βυζαντινής Αυτοκρατορίας η Τήνος παρακμάζει. Το νησί πέρασε στην κυριαρχία των Βενετών το 1204, αρχικά ως κτήση της οικογένειας Γκίζη (1207-1390) και στη συνέχεια, ως το 1715, υπό την άμεση διοίκηση της Δημοκρατίας του Αγίου Μάρκου. Οχυρώνουν το Εξώμβουργο που ξαναγίνεται το κέντρο του νησιού.

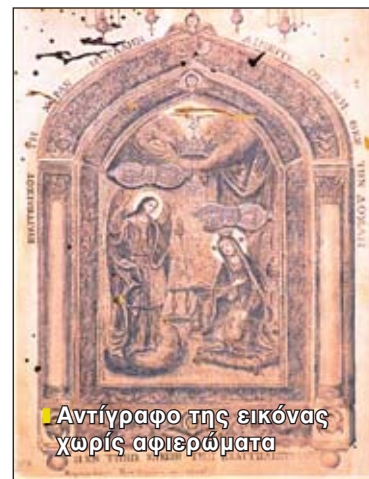
Το 1715 κατόρθωσαν οι Τούρκοι να καταλάβουν το νησί. Ήταν το τελευταίο νησί που

έπεσε στα χέρια των Τούρκων. Τα 100 χρόνια της Τουρκοκρατίας οι Τήνιοι κράτησαν πολλά προνόμια (θρησκευτικά, διοικητικά, οικονομικά) και οι κάτοικοι μπόρεσαν να αναπτύξουν το εμπόριο, τη ναυτιλία και τις βιοτεχνίες. Το νησί ουσιαστικά ήταν η οικονομική πρωτεύουσα των Κυκλάδων και είχε αποκληθεί «Μικρό Παρίσι». Η τέχνη της μαρμαρογλυπτικής ανθίζει, και η Τήνος αναδεικνύεται το μεγαλύτερο κέντρο στην Ελλάδα, με οικογένειες που καλλιεργούν κληρονομικά την τέχνη και περιοδεύουν ολόκληρο τον ελλαδικό χώρο, τη Μικρά Ασία και τη Βαλκανική. Στις 31 Μαρτίου 1821, πρώτος ο Πύργος απ' όλες τις Κυκλάδες υψώνει τη σημαία της Επανάστασης.

Στις 30 Ιανουαρίου 1823 βρέθηκε η θαυματουργή εικόνα της Μεγαλόχαρης, ύστερα από όραμα της Αγίας Πελαγίας. Απεικονίζει τον Ευαγγελισμό της Θεοτόκου. Η άποψη ότι η Ιερή Εικόνα είναι έργο του Ευαγγελιστή Λουκά εδράζεται στην τεχνοτροπία της που θεωρείται παλαιότερη της βυζαντινής περιόδου και ανάγεται στους πρώτους χριστιανικούς χρόνους. Αρκετοί εκτιμούν ωστόσο ότι είναι μεταγενέστερη. Η εύρεση της



Τήνος στην πορεία Ξώμβουργο - χωριό Ξινερά



Αντίγραφο της εικόνας χωρίς αφιερώματα

εικόνας προκαλεί εθνική συγκίνηση και ερμηνεύεται ως ιερό μήνυμα για την Επανάσταση. Έσπευσαν να την προσκυνήσουν ο Θεόδωρος Κολοκοτρώνης, ο Ανδρέας Μιαούλης, ο Νικηταράς ο Μακρυγιάννης κα. Η Τήνος σταδιακά καθιερώνεται ως πανελλήνιο θρησκευτικό κέντρο και η Μεγαλόχαρη Παναγία αποτελεί για την Ορθοδοξία σύμβολο της πίστης. Στις 15 Αυγούστου 1940 γράφεται ο μελανός πρόλογος του Ελληνοϊταλικού πολέμου όταν οι Ιταλοί торπιλίζουν το καταδρομικό «Ελλη» στο λιμάνι της Τήνου, ανήμερα του πανηγυριού. Αυτές είναι οι γενικές πληροφορίες για το νησί στο οποίο διαλέξαμε να περάσουμε τις διακοπές του Πάσχα.

Την Μ. Πέμπτη γύρω στις 12.00 το πλοίο μας αποβίβασε στην Χώρα την πρωτεύουσα του νησιού. Η ιστορία της «Χώρας», ξεκινά από τα αρχαία χρόνια και η κατοίκηση της είναι συνυφασμένη με περιόδους ειρήνης και ευημερίας. Κατά τον 6ο αι. π.Χ. θα δημιουργηθεί το «Άστυ» στην περιοχή γύρω από το σημερινό ναό της Παναγίας, με το όνομα «Πόλες» και θα οργανωθεί σε 12 φυλές. Από τα πιο σημαντικά κατάλοιπα της αίγλης της Πόλεως είναι τα τείχη της που απλώνονται πίσω από το ναό της Παναγίας.

Στα βυζαντινά χρόνια λόγω επιδρομών, οι κάτοικοι της θα αναζητήσουν την ασφάλεια του βράχου του Εξώμβουργου. Η σημερινή της μορφή ανάγεται στο διάστημα 1715-1745 ύστερα και από μετανάστευση πληθυσμών από την Κρήτη, την Εύβοια και αλλού. Οι κάτοικοι της Χώρας επιδόθηκαν στο εμπόριο. Τα τηνιακά εμπορικά καράβια θα φτάνουν ως τη Δύση, τη Μ. Ασία και τη Μαύρη θάλασσα. Μέχρι την επανάσταση του 1821 η Τήνος είχε πάνω από 30 μεγάλους εμπορικούς οίκους. Μετά τις σφαγές της Χίου και των Κυδωνιών το 1822 και των Ψαρών το 1824 ο αριθμός των κατοίκων της Χώρας θα αυξηθεί σημαντικά, καθώς πλήθος προσφύγων θα καταφύγει στο νησί. Με την δημιουργία του Ελληνικού κράτους το εμπόριο παρακμάζει και παραχωρεί την θέση του στον θρησκευτικό τουρισμό. Κατά τη διάρκεια της ξενάγησης στην Χώρα εκτός από το προσκύνημα στο ναό της Μεγαλόχαρης, που σαν κτίριο είναι το πρώτο σπουδαίο αρχιτεκτονικό έργο του νεοσυσταθέντος ελληνικού κράτους, επισκεφθήκαμε τα μουσεία στον περίβολό του ναού (Πινακοθήκη, Μουσείο Τηνίων Καλλιτεχνών, Μουσείο Αντωνίου Σώχου) και το Αρχαιολογικό μουσείο (με εκθέματα από το ναό του Ποσειδώνα στα Κιόνια και από άλλους αρχαιολογικούς χώρους του νησιού). Ενδιαφέρον προκαλεί, επίσης, η εξερεύνηση των παραδοσιακών στενών της πόλης. Τα γραφικά σοκάκια με τα κατάλευκα σπίτια και τις περιποιημένες αυλές με τις ανθισμένες βουκαμβίλιες και τα γιασεμιά που κρέμονται και μαγνητίζουν το βλέμμα, σταματώντας το χρόνο και θυμίζοντας περασμένες εποχές. Ανακαλύπτουμε

μικρούς διάσπαρτους ναούς και το ναό των Ταξιαρχών του πολιούχου της πόλης. Ακολουθεί μετάβαση στα Κιόνια. Σύμφωνα με ένα μύθο ο θεός της θάλασσας Ποσειδώνας, έστειλε στο νησί ένα σμήνος πελαργών προκειμένου να απαλλάξει τους κατοίκους από τα πολλά φίδια. Έτσι οι κάτοικοι ευγνωμονώντας τον Ποσειδώνα και τη μυθική σύζυγό του Αμφιτρίτη ανήγειραν δύο ναούς στους οποίους και τους τιμούσαν ως προστάτες τους. Το Ιερό ιδρύεται στα τέλη του 4ου αι. π.Χ. και εγκαταλείπεται στα μέσα του 3 ου αι. μ.Χ.. Επιγραφικές και ιστορικές μαρτυρίες, μας πληροφορούν ότι ο Ποσειδώνας λατρεύονταν ως θεραπευτής Ιατρός, όπως επίσης και η Αμφιτρίτη, η οποία θεράπευε τις στειρές γυναίκες. Προς τιμήν του Θεού γινότουσαν εορτές, τα «Ποσειδία» ή «Ποσειδώνια», στον κύκλο των οποίων περιλαμβάνονταν και τραγικοί αγώνες με θεατρικές παραστάσεις στο αρχαίο θέατρο της Τήνου, στην περιοχή του σημερινού Ιερού Ναού της Ευαγγελίστριας.

Την Μ. Παρασκευή ξεκινάμε με την επίσκεψη της Ι.Μ. Κοιμήσεως της Θεοτόκου του Κεχροβουνίου. Ιδρύθηκε τον 10ο ή 11ο αι. από τρεις αδελφές που έχτισαν στην περιοχή του μοναστηριού από ένα κελί δίπλα σε κάθε εκκλησάκι που προϋπήρχε εκεί. Σταδιακά δημιουργήθηκε η πολυπληθής μοναστική κοινότητα και το κτιριακό συγκρότημα της Μονής που έφτασε να αριθμεί 120 μοναχές, ενώ σήμερα φιλοξενεί 50 περίπου.

Εδώ ασκήτευσε η Αγία Πελαγία, το όραμα της οποίας οδήγησε στην εύρεση της Ιερής Εικόνας της Παναγίας. Παρουσιάζει και αρχιτεκτονικό ενδιαφέρον. Μοιάζει με παραδοσιακό χωριό περιβαλλόμενο από φρουριακό τείχος και διατηρεί τη λιτή κυκλαδίτικη αρχιτεκτονική με κυρίαρχα στοιχεία την πέτρα, τις καμάρες, τα λιθόστρωτα σοκάκια, το λευκό χρώμα. Ακολουθούν τα χωριά Αρνάδος που είναι ένα από τα αρχαιότερα του νησιού. Ξεχωρίζουν οι μεσαιωνικές καμάρες και στοές, τα πλακόστρωτα καλντερίμια η ιστορική κρήνη του 1823 στην πάνω πλατεία, αλλά και η θέα προς το πέλαγος και τη Μύκονο.

Το διπλανό χωριό Δυο Χωριά οφείλει το όνομα του στα δυο χωριά που υπήρχαν στην περιοχή και χωρίζονταν με ένα ποτάμι. Στη συνέχεια, λόγω της ανοικοδόμησης, τα δυο χωριά ενώθηκαν σε ένα. Η πλατεία με τα πλατάνια είναι μια από τις ωραιότερες του νησιού με πανοραμική θέα στο Αιγαίο.

Το χωριό Φαλατάδος χρονολογείται από το 1400 μ.Χ.. Το όνομά του προέρχεται από το επίθετο της οικογένειας Βαλατά ή από τη λέξη φάλακα (οχύρωμα, παρατηρητήριο). Στη γραφική πλατεία του χωριού, κυριαρχεί ο επιβλητικός ναός του Αγίου Ιωάννη - Αγίας Τριάδας του 1901. Παραδοσιακό, με στενά πλακόστρωτα δρομάκια και πολλές καμάρες φιλοξενεί το μουσείο το «Σπίτι του



■ Στη Μεγαλόχαρη



■ Στην Ανάσταση



■ Το εσωτερικό της Μεγαλόχαρης

Σκίτσου" των αδελφών Κώστα και Βασίλη Μητρόπουλου.

Το βράδυ στην Χώρα παρακολουθήσαμε το έθιμο των Επιταφίων. Μετά την ακολουθία των Παθών οι επιτάφιοι των πέντε ενοριακών ναών ξεκινούν με προορισμό την πλατεία Παντανάσσης. Κάθε επιτάφιος ανθοστολισμένος με ξεχωριστή φροντίδα, συνοδεύεται από τους ενορίτες του.

Ο επιτάφιος της Παναγίας, όμως, αφήνεται αστόλιστος, καθώς ξεχωρίζει για τις ξυλόγλυπτες λεπτομέρειές του. Εμφανίζονται ταυτόχρονα όλοι μαζί ξεπροβάλλοντας από διαφορετικούς δρόμους και ανεβαίνουν στην εξέδρα. Αφού ψαλούν τα Εγκώμια, αποχωρούν πάλι όλοι μαζί για τη βάση τους, εκτός



■ Στο Μουσείο Τσόκλη, Φωτ. Ν. Νίφτος

από τον επιτάφιο του Αγίου Νικολάου που κατευθύνεται προς την παραλία «Καλάμια». Εκεί μαζί με τον ιερέα μπαίνουν στη θάλασσα και κάνουν δέηση για τους ναυτικούς. Πριν επιστρέψει στην βάση του περνά από το νεκροταφείο της Χώρας για μία ακόμα δέηση υπέρ των νεκρών.

Το Μ. Σάββατο ξεκινάμε με την επίσκεψη του χωριού Καρδιανή. Είναι κτισμένο αμφιθεατρικά και σκαρφαλωμένο στην απόκρημνη πλαγιά του βουνού Πατέλες, με θέα το Αιγαίο Πέλαγος και τα νησιά του. Είναι καταπράσινο λόγω των άφθονων πηγών νερού. Έχει ένα ορθόδοξο ναό την Αγία Τριάδα, και δυο καθολικούς την Μετάσταση και τα Γενέθλια της Θεοτόκου. Γραφικά πλακόστρωτα σοκάκια με καμάρες και σκαλοπάτια και υπέροχης αρχιτεκτονικής σπίτια, στολίζουν το χωριό. Τα επόμενο χωριό Ιστέρνια είναι σκαρφαλωμένο στην πλαγιά του βουνού Μεροβίγλια, με καταπληκτική θέα στη Σύρο. Βρίσκεται στα νοτιοδυτικά, υστερνά του νησιού, και σ' αυτό οφείλει το όνομά του. Τα κοντινά λατομεία μαρμάρου προμήθευσαν υλικό για τα υπέρθυρα, τις αυλές, τις κρήνες, τις προτομές και τα αγάλματα που στολίζουν το χωριό. Ο επενδυμένος με μάρμαρο ναός της Αγίας Παρασκευής, στο κέντρο του χωριού, είναι πραγματικό κομψοτέχνημα.

Ακολουθεί ο Πύργος το μεγαλύτερο χωριό της Τήνου. Οφείλει το όνομα του σε ένα βενετσιάνικο πύργο, που υπήρχε στην περιοχή και αναφέρεται σε έγγραφα του 16 ου αι.. Περιβάλλεται από βουνά και ξεχωρίζει για τη γραφικότητα και την πανέμορφη αρχιτεκτονική του. Η καλλιτεχνική παράδοση είναι έκδηλη σε όλο το χωριό. Το μουσείο Πανορμιτών καλλιτεχνών, το σπίτι του Χαλεπά, η πλατεία με την μαρμαρίνη κρήνη και τον υπεραιωνόβιο πλάτανο, οι επιβλητικές εκκλησίες του Αγίου Νικολάου και Αγίου Δημητρίου με την περίτεχνη διακόσμηση τους, το νεκροταφείο του χωριού με τις υπέροχες μαρμαρίνες γλυπτές πλάκες και το μουσείο Μαρμαροτεχνίας είναι μερικά από τα αξιοθέατα του χωριού.

Καταλήξαμε στον Πάνορμο. Αποτελεί το επίγειο του Πύργου και είναι κτισμένος σε φυσικό λιμάνι. Με το νησάκι Πλανήτης στο κέντρο του λιμανιού, αποτελούσε ένα από τα

μεγαλύτερα λιμάνια του νησιού κατά τους περασμένους αιώνες. Γευματίσαμε σε κάποια από τις ψαροταβέρνες και επιστρέψαμε στην Χώρα για ξεκούραση.

Το βράδυ παρακολουθήσαμε την λειτουργία της Ανάστασης και στην συνέχεια μεταβήκαμε σε ταβέρνα για το Αναστάσιμο δείπνο.

Την Κυριακή του Πάσχα ξεκινάμε με την επίσκεψη του χωριού Κτικάδος ενός παραδοσιακού χωριού με θέα στα Κιόνια. Δύο ναοί ο καθολικός του Τίμιου Σταυρού με αξιόλογο καμπαναριό και ο ορθόδοξος της Μεγαλομάτας (Υπαπαντή) με τη μοναδική μαρμαρίνη είσοδο καθώς και η παλιά βρύση με τις πέτρινες πλύστρες συμπληρώνουν τη γραφικότητα του χωριού.

Το επόμενο χωριό ο Κάμπος βρίσκεται στο κέντρο του νησιού, στην εύφορη κοιλάδα της τηνιακής ενδοχώρας. Ο ορθόδοξος ναός της Αγίας Αικατερίνης είναι απομεινάρια της σύγχρονης Ρωσσοκρατίας του νησιού. Χτίστηκε το 1771, προς τιμή της αυτοκράτειρας της Ρωσίας Αικατερίνης Α', με οικονομική ενίσχυση του ναυάρχου Ορλώφ. Ο καθολικός ναός της Αγίας Τριάδας ξεχωρίζει για την αξιόλογη βοτσαλωτή αυλή. Στην άκρη του χωριού το παλαιό δημοτικό σχολείο έχει μετατραπεί σε Μουσείο Κώστα Τσόκλη που είχαμε την χαρά να το επισκεφτούμε.

Στην πλαγιά του Ξώμβουργου βρίσκεται το χωριό Ξινάρα χτισμένο ανάμεσα σε πεύκα και φοίνικες, με παλαιά σπίτια και δυο καθολικές εκκλησίες της Παναγίας του Ροδαρίου (Μητρόπολης της Καθολικής Αρχιεπισκοπής) και των Αποστόλων Πέτρου και Παύλου. Στην είσοδό του χωριού ξεχωρίζει ένα μεγάλο κτίριο, έδρα της Καθολικής Αρχιεπισκοπής της Τήνου, όπου τα τελευταία χρόνια στεγάζεται και ο Δήμος Εξωμβούργου.

Καταλήξαμε στον Βώλακα ένα χωριό κτισμένο σε ένα μοναδικό τοπίο. Τα κάτασπρα σπίτια με τις λουλουδιασμένες αυλές συνυπάρχουν με τους γρανιτένιους ολοστρόγγυλους βράχους που είναι διάσπαρτοι σε μία μεγάλη έκταση προσφέροντας ένα ξεχωριστό θέαμα. Εδώ λειτουργούν τα μοναδικά στο νησί εργαστήρια καλαθοπλεκτικής καθώς και η ταβέρνα όπου φάγαμε το Πασχαλινό γεύμα.

Νωρίς το απόγευμα επιστρέψαμε στην Χώρα

όπου παρακολουθήσαμε την Λειτουργία της Αγάπης και την περιφορά των Αναστάσεων στην εξέδρα της πλατείας Παντανάσσης.

Την Δευτέρα της Διακαινησίμου αρχίσαμε την ξενάγηση από το χωριό Κώμη με τις όμορφες πλατείες και την καθολική εκκλησία του Αγίου Ιωάννη.

Στο κοντινό χωριό Λουτρά επισκεπτόμαστε δύο μοναστήρια των Ουρσουλινών και των Ιησουιτών. Το μοναχικό τάγμα των Ουρσουλινών ιδρύθηκε το 1535 στην Ιταλία από την Άντζελα Μερίτζι η οποία ανακηρύχθηκε Αγία το 1768. Κατά τον 17ο αι. το Τάγμα εξαπλώθηκε σε όλη την Ευρώπη. Το 1704 οι πρώτες Ουρσουλίνες μοναχές φτάνουν στην Τήνο, ενώ το 1862 ιδρύεται το πρώτο οργανωμένο μοναστήρι στο χωριό Λουτρά από την Μαρία - Άννα Ληβς. Το κτιριακό συγκρότημα της μονής ολοκληρώθηκε το 1867. Διέθετε αίθουσα υποδοχών και τελετών, κοιτώνες μαθητριών, αίθουσες διδασκαλίας, βιβλιοθήκη και αναγνωστήριο. Την περίοδο 1910-1930, η Σχολή γνωρίζει μεγάλη ακμή με περισσότερες από 300 οικότροφες μαθήτριες απ' όλο τον ελληνικό χώρο. Μετά τον Β' Παγκόσμιο Πόλεμο παρακμάζει. Σήμερα στις εγκαταστάσεις της Σχολής στεγάζεται το Δημοτικό Σχολείο των Κάτω Μερών, και το λαογραφικό μουσείο. Το παπικό τάγμα των Ιησουιτών, που ιδρύθηκε το 1534 από τον Ιγνάτιο Λογιόλα, άσκησε καθοριστική επίδραση στην εξέλιξη και τη διάδοση του καθολικισμού. Εγκαταστάθηκαν πρώτοι στην Τήνο το 1663, στο μεσαιωνικό κάστρο του Εξώμβουργου. Μετά την καταστροφή του κάστρου από τους Τούρκους, το 1715, οι μοναχοί αναζήτησαν ένα νέο χώρο προς εγκατάσταση. Ο χώρος που επέλεξαν ήταν τα Λουτρά, όπου οικοδόμησαν κατά τη διάρκεια της δεκαετίας του 1840 τη μονή στην οποία είναι έως σήμερα εγκατεστημένοι.

Η μονή περιλαμβάνει την εκκλησία του Αγίου Ιωσήφ λαογραφική συλλογή με εκκλησιαστικά κειμήλια, οικιακά σκεύη, λιοτρίβι, πατητήρι, αποστακτήρα για το ρακί, αγροτικά εργαλεία και εργαλεία παραδοσιακών επαγγελματιών, μαρμαρίνα γλυπτά της αρχαιότητας και της Ενετοκρατίας, συλλογή μηχανών προβολής και πλούσια βιβλιοθήκη. Οι δύο μονές αποτελούν σημαντικά κειμήλια του παρελθόντος της Τήνου και είναι οι συνδυαστικοί κρίκοι που ενώνουν το χτες και το σήμερα του νησιού.

Το χωριό Ταρραμπάδος χτισμένο από το 1700, με πολλές καμάρες, ωραία σπίτια, και την εκκλησία των Ταξιάρχων να δεσπόζει βρίσκεται σε ρεματιά, όπου υπάρχει η μοναδική συστάδα περιστεριώνων. Οι περισσότεροι αυτοί με περίτεχνα σχέδια ξεχωρίζουν για το μέγεθος και την ομορφιά τους. Επιστρέψαμε στην Χώρα.

Σε λίγες ώρες το πλοίο μας μετέφερε πίσω στην καθημερινότητα και οι ωραίες μέρες που βιώσαμε στο νησί της Μεγαλόχαρης είναι πια μια γλυκιά ανάμνηση.

ΠΟΡΕΙΕΣ ΣΤΗΝ ΤΗΝΟ



Περιγράφει η Μάγια Βέττερ, Φωτογραφίες Μ. Βέττερ - Β. Συλβεστριάδης

Στο πλαίσιο της Πασχαλινής εκδρομής στην Τήνο, με οδηγό μας τον Μάρκο που κατέγεται από την Τήνο, είχαμε την ευκαιρία να πραγματοποιήσουμε αρκετές μικρές διαδρομές, περπατώντας στα πιο αξιόλογα και γραφικά μέρη της Τήνου.

Η εποχή που πήγαμε ήταν ιδανική για περπάτημα καθώς η θερμοκρασία ήτανε ότι πρέπει και η φύση στα καλύτερά της.

Πρώτη μέρα. Ξεκινήσαμε από τα Κιόνια, περάσαμε από την παραλία της Παχιάς Άμμου, βγήκαμε στο εκκλησάκι του Αγίου Στέφανου και φθάσαμε ως το ομώνυμο ακρωτήριο, όπου υπάρχει και σπήλαιο. Λίγα άτομα μπήκαν στο σπήλαιο, το οποίο έχει σχετική δυσκολία, γιατί για να φθάσεις στην κυρίως αίθουσα πρέπει να περάσεις έρποντας, μέσα από ένα πολύ στενό και χαμηλό τούνελ. Όλη η πορεία με την επιστροφή, μας πήρε 2 ωρίσες.

Δεύτερη μέρα. Την ημέρα αυτή βρεθήκαμε στο κεντρικό και ανατολικό τμήμα του νησιού. Ξεκινήσαμε με μία μικρή πορεία μισής ώρας από το χωριό Αρνάδος ως τα Δύο Χωριά. Στην συνέχεια το πούλμαν μας πήγε ως το χωριό Φαλατάδος. Από εκεί μέσα από ένα όμορφο μονοπάτι, κατηφορίσαμε ως το χωριό Μυρσίνη όπου βρίσκεται ένας πολύ εντυπωσιακός περιστερώνας. Η διαδρομή (που έχει σημάδια με τον αριθμό 1B) συνέχισε ως τη διασταύρωση που δεξιά κατεβαίνει στην παραλία Λιβάδα και αριστερά από το μονοπάτι 1A ανεβαίνει πάλι στο Φαλατάδο. Εμείς πήραμε την ανηφόρα. Όλη η διαδρομή μας πήρε 3 ώρες.

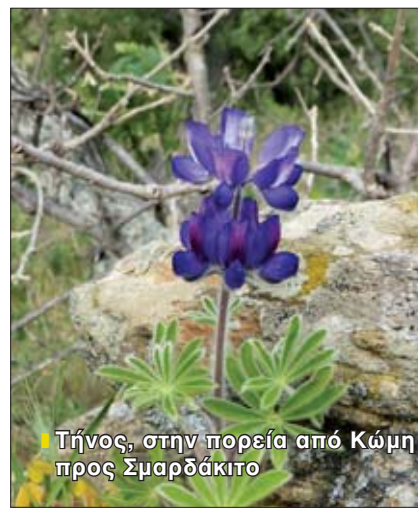
Τρίτη μέρα. Το πούλμαν μας πήγε ως το χωριό Μαρλά από όπου φθάσαμε από ανηφορικό μονοπάτι και χωματόδρομο στο εκκλησάκι του Προφήτη Ηλία (υψόμετρο 395 μ) όπου θαυμάσαμε την θέα και απολαύσαμε τσίπουρα, κερασμένα από μία παρέα που συναντήσαμε εκεί. Συνεχίσαμε από άλλο μονοπάτι προς την Μονή Κυρά Ξένη και μετά μέσα από μονοπάτι και δρόμο κατεβήκαμε ως το Πάνορμο. Όλη η πορεία κράτησε 2 ½ ώρες. Ευτυχώς είχαμε τον χρόνο να επισκεφθούμε και το χωριό Πύργο.

Τέταρτη μέρα. Κυριακή του Πάσχα. Από το τυροκομείο πάνω από την Χώρα της Τήνου ξεκινήσαμε από μονοπάτι για το λόφο του Ξώμπουργου (559 μ). Το Ξώμπουργο ή Εξώμβουργο κατοικήθηκε μάλλον από τους προϊστορικούς χρόνους και τον 7^ο αιώνα χτίστηκε ναός αφιερωμένος στην Δήμητρα. Το οχυρωμένο ήδη από την αρχαιότητα Εξώμβουργο ήταν γνωστό κατά τους Βυζαντινούς Χρόνους ως Κάστρο της Αγίας Ελένης. Στην ίδια θέση, που αποτέλεσε κέντρο του νησιού επί Φραγκοκρατίας, οικοδόμησαν και οι Ενετοί το κάστρο τους, από το οποίο υπάρχουν ερείπια. Η οχυρωμένη μεσαιωνική πρωτεύουσα της Τήνου, ασφαλές καταφύγιο για τους ντόπιους, έπεσε στα χέρια των Τούρκων το 1715.

Από την κορυφή κατεβήκαμε στην καθολική μονή Ιεράς Καρδίας όπου δίπλα βρίσκεται και η εκκλησία της Αγίας Ελεούσης. Συνεχίσαμε για το χωριό Κούμαρο. Λίγο πριν βρίσκουμε τμήματα ρωμαϊκού και ενετικού υδραγωγείου. Αφού περάσαμε από τα γραφικά σοκάκια του χωριού πήραμε το μονοπάτι για τον Βώλακα με τα εντυπωσιακά πετρώματα. Όλη η πορεία μας πήρε 2.30 ώρες. Μετά το Πασχαλινό γεύμα μία ομάδα που δεν είχε χορτάσει περπάτημα κατέβηκε στο Τυροκομείο και πραγματοποίησε τη πορεία σε 1½ ώρα προς τη Χώρα με μαγευτική θέα προς αυτή.

Πέμπτη μέρα. Η μέρα πιο συννεφιασμένη και δροσερή από τις άλλες με απειλή βροχής που ευτυχώς δεν πραγματοποιήθηκε. Αυτό δεν μας εμπόδισε να περπατήσουμε. Ξεκινήσαμε από το χωριό Κώμη και πάντα από μονοπάτι περάσαμε αρχικά από την Μονή Ουρσουλινών που βρίσκεται μόλις έξω από το χωριό Λουτρά. Η πορεία μας συνέχισε για το χωριό Σμαρδάκιτο όπου είχανε ετοιμασίες για πανηγύρι. Τρία άτομα αποφάσισαν να παραμείνουν για το γλέντι και να επιστρέψουν με ταξί. Οι υπόλοιποι καταλήξαμε πολύ σύντομα στο χωριό Ταρμπάδος περνώντας από γραφικούς περιστερώνες (ώρες πορείας 3).

Σε όλες τις πορείες μας μαγευτήκαμε από



Τήνος, στην πορεία από Κώμη προς Σμαρδάκιτο

την θέα, την ολάνθστη φύση και τα χωριά με τα γραφικά σοκάκια και περιποιημένα και φρεσκο-αβεστωμένα σπιτία.

Οι πορείες που κάναμε ήταν πολύ εύκολες και συνιστώνται για οποιονδήποτε με μικρή πείρα στο περπάτημα. Δυστυχώς όμως σε σχέση με την προηγούμενη φορά που είχαμε περπατήσει στην Τήνο, οι περιστερώνες είναι σε χειρότερη κατάσταση και όπως μας πληροφόρησε ο Μάρκος δεν συντηρούνται όπως και πολλά από τα μονοπάτια του νησιού.



Τήνος, από Μαρλά προς Προφήτη Ηλία



ΠΑΣΧΑΛΙΝΟ ΠΑΝΗΓΥΡΙ ΣΤΗΝ ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΣΗ ΜΑΣ

Κείμενο – Φωτογραφίες Δημήτρης Αρμενιάκος

Στην Ε.Ο.Φ. εκτός από το βουνό, τη φύση, τις ξεναγήσεις, έχουμε και κάποιες εκδηλώσεις που διαχρονικά ευλαβικά ακολουθούμε. Μία από αυτές είναι και το Πασχαλινό πανηγύρι στην Κατασκήνωσή μας. Γίνεται κάθε χρόνο εκτός απρόβλεπτων καταστάσεων, μετά το Πάσχα ενίοτε σε συνδυασμό με την γιορτή της Πρωτομαγιάς.

Τα παλαιότερα χρόνια, ήταν μία τριήμερη διαικασία και γιορτή. Πολλές οικογένειες, πηγαίναμε στην Κατασκήνωση από την Παρασκευή. Το Σάββατο το απόγευμα, ερχόντουσαν τα αρνιά σφαγμένα και στο μαρμάρινο πάγκο της κουζίνας, άρχιζε η προετοιμασία της σούβλας. Πέρασμα στις σούβλες, αλατοπιπίρισμα, τύλιγμα και στα ψυγεία, αφού είχε προηγηθεί και το βάψιμο των κόκκινων αυγών. Το βράδυ, όλοι στην Καντίνα, μαγειρίτσα και όλα τα παρελκόμενα, προνοώντας βέβαια και τα σχετικά για τους ψήστες την επόμενη. Στις μέρες μας, τα αρνιά ξεφορτώνονται έτοιμα αλατοπιπερωμένα... από το χασάπη για τις σούβλες μας. Κυριακή πρωί, αρχίζει η προετοιμασία του σουβλίσματος. Κάρβουνα, μηχανάκια για το γύρισμα, τοποθέτηση, ευθυγράμμιση στην ψησταριά και την κατάλληλη ώρα αρχίζει η διαδικασία

του ψησίματος.

Φέτος την Κυριακή του Θωμά και πάλι κατά το έθιμο ανέλαβαν ο Ράκης Γιαννακόπουλος την επίβλεψη του ψησίματος και ο Αμίν τις πρακτικές εργασίες.

Συγχρόνως στο εκκλησάκι μας τελέστηκε Θεία Λειτουργία για την εορτή του Αγίου Γεωργίου με αρτοκλασία από την οικογένεια του Γιώργου Μουρίκη, που είναι και «Κτήτωρ» κατά την βυζαντινή ορολογία.

Η συνέχεια ήταν στην Καντίνα. Τα αρνιά είχαν ψηθεί και άρχισε το μοίρασμα. Όπως κάθε χρόνο, έτσι και φέτος, στο κόψιμο ο Γιάννης Μεταξάς, με βοήθον τον Στέλιο Κίντατζη, ζύγισμα και μοίρασμα η Κατερίνα Δραγώνα και η Όλγα Πετροπούλου, στα ποτά η Θέμις Αγγελοπούλου και στα οικονομικά η Γεωργία Αρμενιάκου.

Σχεδόν σύσσωμο το διοικητικό συμβούλιο έλαβε μέρος στη γιορτή. Τα καλοψημένα αρνιά έγιναν ανάρπαστα και με τον εμπλουτισμό των τραπεζών από διάφορα καλούδια, το φαγοπότη κράτησε έως αργά το απόγευμα. Η γιορτή έκλεισε με χορό που πρωτοστάτησαν ο Γιάννης Οικονόμου και η Μάγια Βέττερ. Ευχή και του χρόνου να ξαναναταμώσουμε.





Δημητσάνα

ΜΑΙΝΑΛΟ - ΔΗΜΗΤΣΑΝΑ - ΖΥΓΟΒΙΣΤΙ - ΣΤΕΜΝΙΤΣΑ



Περιγράφει η Μαρία Κοσμάδακη, Φωτογραφίες Μάγια Βέττερ

Μαίναλο, σημαίνει ιερή μανία, είναι η θεία παραφορά της άγριας φύσης. Στις κορυφές του έχουν περπατήσει θεοί και ήρωες. Με τα πανέμορφα τοπία του, τα άφθονα παγωμένα τρεχούμενα νερά, τα πανύψηλα έλατα, τα φαράγγια του με τις μοναδικές διαδρομές στα ανείπωτης ομορφιάς περάσματα, είναι η ίδια η ψυχή της Αρκαδίας. Η Δημητσάνα και η Στεμνίτσα, στην Αρκαδία είναι δύο από τους σημαντικότερους παραδοσιακούς οικισμούς της Πελοποννήσου. Εκεί η ιστορία, η αρχιτεκτονική και η φύση συνδυάζονται μοναδικά. Ασκηταριά, πέτρινα γεφύρια, νερόμυλοι, νεροτριβές, μπαρουτόμυλοι και επιβλητικά μοναστήρια. δημιουργούν ένα κορυφαίο συνδυασμό τοπίων.

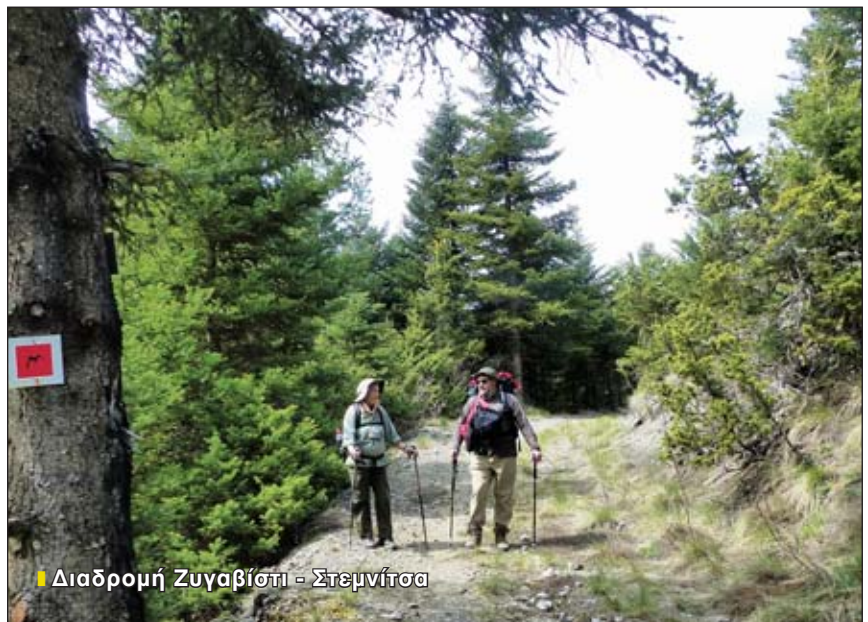
Το Ζυγοβίσι επίσης είναι ένας όμορφος, ορεινός, παραδοσιακός και ιστορικός οικισμός σε κοντινή απόσταση από Δημητσάνα και Στεμνίτσα. Ξεχωρίζει για τις φυσικές ομορφίες του, το μνημείο των Αθανάτων, τις εκκλησίες της Μεταμόρφωσης, του Αγίου Νικολάου και το Καποδιστριακό σχολείο.

Με συμμετοχή 37 ατόμων πραγματοποιήσαμε στις 02-04-2017 ημερήσια εκδρομή στην περιοχή του Μαινάλου

Οι πεζοπόροι ξεκινήσαμε από Δημητσάνα, ανηφορίζοντας σε ένα καινούργιο μονοπάτι, η θέα ήταν φανταστική!

Παρακάμψαμε την κορυφή Κλινίτσας, λόγω χρόνου, και καταλήξαμε στο Ζυγοβίσι. Εκεί μας περίμενε η τουριστική Ομάδα, η οποία είχε προηγουμένως επισκεφτεί τα χωριά της περιοχής.

Θα πρότεινα, την επόμενη φορά, να γίνει αντίστροφα η διαδρομή δηλαδή Ζυγοβίσι - Δημητσάνα για να περιλάβουμε στη διαδρομή μας και την κορυφή.



■ Διαδρομή Ζυγαβίστι - Στεμνίτσα



■ Το Μουσείο νερού στην Δημητσάνα, Φωτ. Ν. Νίντος



ΑΠΟ ΤΗ ΖΩΗ ΤΗΣ ΕΟΦ



■ Μετέωρα στο Μνημείο Βλαχάβα, Φωτ. Μ. Βέττερ



■ Στην διαδρομή από Ζυγοβίσι προς Στεμνίστα, Φωτ. Μ. Βέττερ



■ Τήνος, στην Κώμη, Φωτ. Μ. Βέττερ



■ Τήνος, στην πορεία Κίονια - Γαστριά, Φωτ. Μ. Βέττερ

ΑΠΟ ΤΗ ΖΩΗ ΤΗΣ ΕΟΦ
ΤΟΝ ΜΗΝΑ ΜΑΡΤΙΟ ΠΡΑΓΜΑΤΟΠΟΙΗΘΗ-
ΚΑΝ 2 ΕΚΔΡΟΜΕΣ (1 ΗΜΕΡΗΣΙΑ ΚΑΙ 1
ΔΙΗΜΕΡΗ) ΜΕ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ 100 ΑΤΟΜΩΝ

ΜΕΤΕΩΡΑ

Με συμμετοχή 73 ατόμων πραγματοποιήθηκε το διήμερο 4-5/3/17 επίσκεψη στα Μετέωρα με διανυκτέρευση στην Καλαμπάκα όπου περιηγηθήκαμε και το νέο Μουσείο Φυσικής Ιστορίας. Ο καιρός ήταν ευνοϊκός και εκτός από τις επισκέψεις μας σε μοναστήρια, πραγματοποιήσαμε και ενδιαφέρουσες πεζοπορικές διαδρομές ανάμεσα στους μοναδικούς βράχους. Επισκεφθήκαμε τις Μονές Αγίου Νικολάου Αναπαφσά, Μεγάλου Μετεώρου, Βαρλαάμ, Ρουσσάνου και Αγίου Στεφάνου. Είχαμε στη διάθεσή μας αρκετό χρόνο και θαυμάσαμε όλους τους θησαυρούς που κρύβουν σαν εικόνες, κτίσματα, κειμήλια, αρχιτεκτονική, απάραμλλη θέα. Νοιώσαμε κατάνυξη και αναλογιστήκαμε πόση πνευματική δύναμη είχαν οι πρώτοι μοναχοί που εγκαταστάθηκαν σ' αυτούς τους απόκρημνους βράχους πριν από 1000 χρόνια.

Εντυπωσιαστήκαμε από την πρόσβαση, την θέα αλλά και από την εσωτερική διαρρύθμιση ειδικά στην Μονή του Αγίου Νικολάου Αναπαφσά διότι επί πολλά χρόνια δεν ήταν επισκέψιμη λόγω αναστήλωσης - ανακαίνισης.

Παράλληλα, η πεζοπορική μας ομάδα πραγματοποίησε τρεις πολύ ενδιαφέρουσες - εντυπωσιακές διαδρομές. 1η Καστράκι - Άγιο Πνεύμα - Φυλακές Μοναχών - Μ. Αγ. Νικολάου Αναπαυσά σε 2 ώρες. 2η Μ. Αγ. Νικολάου Αναπαυσά - Δρακοσπηλιά - Μ. Μεγάλο Μετέωρο σε 50 λεπτά. και 3η Μεγάλο Μετέωρο - Μνημείο Βλαχάβα - Μονή Υπαπαντής - Καστράκι σε 2,5 ώρες. Σημειώνεται ότι υπάρχουν πολλές πεζοπορικές διαδρομές ανάμεσα στους απόκρημνους βράχους που εντυπωσιάζουν και την



προσεχή φορά που θα επισκεφθούμε τα Μετέωρα, θα πραγματοποιήσουμε άλλες διαδρομές με εξίσου ωραία θέα.

ΒΛΑΧΟΚΕΡΑΣΙΑ

Με συμμετοχή 27 ατόμων πραγματοποιήθηκε στις 26/3/17 ημερήσια εκδρομή στην Βλαχοκερασιά όπου η πεζοπορική ομάδα πραγματοποίησε την κυκλική διαδρομή στο δάσος Σκυρίτιδας. Όσοι δεν πεζοπόρησαν επισκέφθηκαν το Μουσείο Τεγέας και την Τρίπολη.

ΤΟΝ ΜΗΝΑ ΑΠΡΙΛΙΟ ΠΡΑΓΜΑΤΟΠΟΙΗΘΗΚΑΝ 3 ΕΚΔΡΟΜΕΣ (1 ΜΟΝΟΗΜΕΡΗ ΚΑΙ 2 ΠΟΛΥΗΜΕΡΕΣ ΜΕ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ 125 ΑΤΟΜΩΝ

ΔΗΜΗΤΣΑΝΑ - ΖΥΓΟΒΙΣΤΙ - ΣΤΕΜΝΙΤΣΑ

Με συμμετοχή 39 ατόμων πραγματοποιήσαμε στις 2/4/17 ημερήσια εκδρομή στην περιοχή του Μαινάλου όπου πεζοπορήσαμε από την Δημητσάνα μέχρι την Στεμνίτσα μέσω Ζυγοβίστι. Όσοι δεν πεζοπόρησαν, επισκέφθηκαν το Μουσείο Υδροκίνησης και περιηγήθηκαν τα γραφικά - ιστορικά χωριά Δημητσάνα, Ζάτουνα και Στεμνίτσα.

ΤΗΝΟΣ

Με συμμετοχή 50 ατόμων, πραγματοποιήθηκε στην Τήνο η Πασχαλινή μας εκδρομή. Σε άλλη στήλη του περιοδικού, υπάρχει αναλυτική περιγραφή.

ΛΕΥΚΑΔΑ

Με συμμετοχή 36 ατόμων, επισκεφθήκαμε την Λευκάδα με την ευκαιρία του τριμήρου με την Πρωτομαγιά. Περιηγηθήκαμε τα πιο ενδιαφέροντα σημεία του νησιού, πεζοπορήσαμε για να επισκεφθούμε τους καταρράκτες Δημοσάρη, συμμετείχαμε σε μία μίνι-κρουαζιέρα στα νησιά Σκορπιός, Μαδουρή, Μεγανήσι και θαυμάσαμε μερικές από τις πιο γραφικές ακρογιαλιές.



■ Στην Λευκάδα, Φωτ. Ν. Πετρόπουλος

30.04.2017



■ Τήνος, στον Βόλακα, Φωτ. Μ. Βέττερ

ΤΟΝ ΜΗΝΑ ΜΑΪΟ ΠΡΑΓΜΑΤΟΠΟΙΗΘΗΚΑΝ 3 ΕΚΔΡΟΜΕΣ (1 ΗΜΕΡΗΣΙΑ, 1 ΔΙΗΜΕΡΗ ΚΑΙ 1 ΠΟΛΥΗΜΕΡΗ) ΜΕ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ 123 ΑΤΟΜΩΝ

ΟΡΕΙΝΟΣ ΞΕΝΩΝΑΣ

Όπως κάθε χρόνο, έτσι και φέτος, γιορτάσαμε στις 9 Μαΐου τη γιορτή του Αγίου Νικολάου του «Εν Βουνένοις» στο εκκλησάκι που είναι δίπλα στον Ορεινό μας Ξενώνα. Συμμετείχαν 21 άτομα που ετοίμασαν όλα τα απαραίτητα για την αρτοκλασία και την δεξίωση που ακολούθησε για τους κατοίκους του Κεφαλαριού.

ΕΥΒΟΙΑ - ΖΑΡΑΚΕΣ

Στις 14/5/17 και με συμμετοχή 49 ατόμων πραγματοποιήσαμε εκδρομή στην Εύβοια και συγκεκριμένα στο χωριό Ζάρακες όπου επισκεφθήκαμε το παλιό χωριό και πεζοπορήσαμε μέχρι την γραφική παραλία.

ΝΟΤΙΟΣ ΙΤΑΛΙΑ

Με συμμετοχή 53 ατόμων πραγματοποιήθηκε πολυήμερη εκδρομή στην Νότιο Ιταλία όπου επισκεφθήκαμε τα πιο ενδιαφέροντα μέρη από την Νάπολη και τον Βεζούβιο μέχρι το Ρήγιο, το Λέτσε και τα Ελληνόφωνα χωριά. Σε ειδική στήλη του επόμενου τεύχους θα υπάρχει αναλυτική περιγραφή



■ Κατασκήνωση, στο Πασχαλινό πανηγύρι



■ Εύβοια, Ζάρακες, Φωτ. Δ. Αρμενιάκος



■ Στο Μουσείο Ηρακλειδών, Φωτ. Μ. Βέττερ

Εκδηλώσεις που έγιναν το προηγούμενο τρίμηνο

- Στις 12-03-17 πραγματοποιήθηκε στα γραφεία μας ομιλία της Α. Σκουμπουρδή με θέμα «Γειτονιές των Θεών».
- Στις 27-03-17 πραγματοποιήθηκε στα γραφεία μας, προβολή ψηφιακών φωτογραφιών από τον Γιώργο Γκλέτσο με θέμα «Κυανή Ακτή και Λίμνες της Βόρειας Ιταλίας».
- Στις 05-04-17 παρακολουθήσαμε την θεατρική παράσταση «Ακυβέρνητες Πολιτείες - Η Λέσχη» του Στρατή Τσίρκα στη σκηνή του Θεάτρου Κουν.
- Στις 10-04-17 πραγματοποιήθηκε στα γραφεία μας συγκέντρωση κατασκηνωτών για την κλήρωση των οικίσκων κατασκηνωτικής περιόδου 2017.
- Στις 23-04-17 πραγματοποιήθηκε στην κατασκήνωσή μας, το Πασχαλινό Πανηγύρι με ψήσιμο αρνιών ενώ προηγήθηκε αρτοκλασία για την γιορτή του Αγίου Γεωργίου.
- Στις 24-04-17 πραγματοποιήθηκε στα γραφεία μας ομιλία του και προβολή φωτογραφιών Σπύρου Δοκιανού με θέμα «Βραζιλία».
- Στις 03-05-17 πραγματοποιήθηκε πανηγυρική Θεία Λειτουργία στο εξωκλήσι του Αγίου Νικολάου "εν Βουνένοις" και στη συνέχεια ακολούθησε δεξίωση στον Ορεινό Ξενώνα μας με την παρουσία κατοίκων του Κεφαλαρίου.
- Στις 12-05-17 συγκεντρώθηκαν στα γραφεία μας αρκετά μέλη και έγιναν προτάσεις για εκδρομές.
- Στις 20-05-17 επισκεφθήκαμε το Μουσείο Ηρακλειδών με την έκθεση «Πλεύσις - Ναυπηγική και Ναυσιπλοΐα των Ελλήνων από την αρχαιότητα έως τους Νεώτερους Χρόνους» και στη συνέχεια πεζοπορήσαμε στην Διονυσίου Αρεοπαγίτου και στην λοφοσειρά της Πνύκας, των Νυμφών και των Μουσών.
- Στις 07-06-17 συμμετείχαμε στην εκδήλωση που πραγματοποίησε η Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε. στην αίθουσα εκδηλώσεων του Φ.Ο.Υ. Υμηττού για την Παγκόσμια Ημέρα Περιβάλλοντος όπου βραβεύθηκε το μέλος μας Δημήτρης Μαντάς.

ΔΕΝΔΡΙΝΟΣ

ΗΛΕΚΤΡΟΛΟΓΙΚΟ ΥΛΙΚΟ
ΦΩΤΙΣΤΙΚΑ ΕΣΠΕΡΙΚΟΥ & 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.dendrinos.gr

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

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



Ο ΑΓΙΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ Ο “ΕΝ ΒΟΥΝΕΝΟΙΣ” ΚΑΙ ΤΟΥ ΟΡΕΙΝΟΥ ΞΕΝΩΝΑ ΤΗΣ Ε.Ο.Φ. ΣΤΟ ΚΕΦΑΛΑΡΙ ΚΟΡΙΝΘΙΑΣ



Γράφει ο Δημήτρης Παγουλάτος, Φωτογραφίες Δ. Παγουλάτος – Μ. Βέττερ



Λες και ήταν χθες, που λέει και ένα παλιό ελληνικό τραγούδι και ας έχουν περάσει δεκατέσσερα χρόνια, από τον Απρίλιο του 2003, που μιλήσαμε για πρώτη φορά με τον παπά - Ηλία, για την εορτή του Αγίου Νικολάου του “εν Βουνένις”.

Του Αγίου που φέρει το όνομα του, το εκκλησάκι δίπλα στον Ξενώνα μας στο Κεφαλάρι. Κάθε χρόνο από τότε, στις 9 Μαΐου, συναντιόμαστε στο εκκλησάκι και μετά τη Θεία Λειτουργία, το μπόρσο του αντιδωρου από τον παπά και την αρτοκλασία, ανεβαίνουμε στον Ξενώνα μας, για να απολαύσουμε μεζεδάκια με κρασάκι, γλυκά και ό,τι βρεθεί, αφού πολλές φορές φέρνουν και οι χωριανές μας καλούδια και ντόπιο κρασί. Αλλά πιο πολύ χαιρόμαστε για την παρέα, τη συζήτηση, τη φιλία που μας ενώνει. Δεν είναι λίγες οι φορές που οι συναντήσεις μας είχαν τραγούδι και χορό.

Η απόφαση του Διοικητικού Συμβουλίου της Ε.Ο.Φ., να υιοθετήσει και να στηρίξει την πρόταση και από την άλλη μεριά η αποδοχή και η συμμετοχή των κατοίκων του χωριού, έφεραν το αποτέλεσμα των δεκατεσσάρων ετών, που μας έχει δέσει με δεσμούς φιλίας, σεβασμού και εκτίμησης, παρά τα εκατόν σαράντα χιλιόμετρα που μας χωρίζουν.

Τα μέλη της Ε.Ο.Φ., αλλά και φίλοι, πηγαίνουμε από την προηγούμενη μέρα, άλλοτε περισσότεροι και άλλοτε λιγότεροι, ανάλογα με τη μέρα που είναι η γιορτή και κάνουμε τη σχετική προετοιμασία. Φροντίζουμε βέβαια και το δικό μας βραδινό, με την ψησταριά γεμάτη μεζέδες από τους ακούραστους ψήστες. Στο τέλος τα απολαμβάνουμε παρέα με κρασί και ρακί. Τα πιρούνια παίρνουν στην κυριολεξία φωτιά.

Όσες φορές πάμε στον Ξενώνα μας, με όποιον συναντηθούμε, η φιλική και εγκάρδια διάθεση είναι αμοιβαία. Το ίδιο όμως συμβαίνει και με κάθε αδελφό Σωματείο που φιλοξενείται εκεί και κάνει ανάβαση στη Μικρή Ζήρεια και στα γύρω βουνά.

Βέβαια, πολλά έχουν αλλάξει όλα αυτά τα χρόνια και περισσότερο οι άνθρωποι. Άλλοι έφυγαν για πάντα από κοντά μας και άλλοι μεγάλωσαν και δε μπορούν να ακολουθήσουν, όπως το ίδιο συμβαίνει και με τους χωριανούς μας στο Κεφαλάρι. Έρχονται όμως καινούργια πρόσωπα και συμπληρώνουν την παρέα. Επιθυμία και στόχος όλων μας είναι, οι δεσμοί φιλίας να συνεχίσουν να υπάρχουν και να μεγαλώνουν, γιατί στη δύσκολη εποχή μας πιο εύκολα βρίσκεις χρήματα, παρά φίλους.

Χρόνια πολλά φίλοι μας από το Κεφαλάρι, ας έχουμε όλοι υγεία και κάθε χρόνο στη γιορτή του Αγίου Νικολάου, να ανταμώνουμε για να συνεχίζουμε και να δυναμώνουμε, την ωραία φιλική παρέα που φτιάξαμε...

Προτάσεις για εκδρομές τριμήνου

Γράφει η Κ. Δραγώνα, Φωτ. Δ. Αρμενιάκος, Δ. Παγουλατος

ΜΙΑ ΕΚΔΡΟΜΗ ΣΤΗΝ ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΣΗ ΤΗΣ Ε.Ο.Φ.

Η Κατασκήνωσή μας στο Μάτι Αττικής λειτουργεί εδώ και 64 χρόνια. Δημιουργήθηκε το 1953 είκοσι χρόνια μετά την ίδρυση της Ε.Ο.Φ. από Εοφίτες με μεράκι, αγάπη για τη φύση, την κοινωνικότητα, τον εξευγενισμό του ανθρώπου και τον εθελοντισμό..

Μέσα σε αυτήν μεγάλωσαν και μεγαλώνουν γενιές Εοφιτών, οι οποίοι ανάλογα με την εξέλιξη της εποχής αξιοποιώντας τις γνώσεις τους, συμπληρώνοντας κάθε χρόνο από ένα πετραδάκι δημιουργικής εργασίας βελτιώνουν τις συνθήκες διαβίωσης και την αισθητική εικόνα του χώρου.

Έτσι δημιουργήθηκε ένα καλοκαιρινό καταφύγιο για όλες τις ηλικίες.

Έτσι μεταφέρεται η σκυτάλη από γενιά σε γενιά, έτσι ελπίζουμε, ότι οι νεότεροι θα συντηρήσουν και θα οδηγήσουν το όνειρο της Ε.Ο.Φ. μέχρι να το παραδώσουν στα νεότερα βλαστάρια της. Αυτά που σήμερα ξεσηκώνουν με την φρεσκάδα και τα χαρούμενα παιχνίδια τους το περιβάλλον της Κατασκήνωσης.

Σας καλούμε σε μία επίσκεψη-ξενάγηση

στο μαγικό χώρο της Κατασκήνωσης μας και της γύρω περιοχής. Για πληροφορίες στα γνωστά τηλέφωνα.



■ Η είσοδος μας



■ Η παιδική μας χαρά



■ Η καντίνα μας



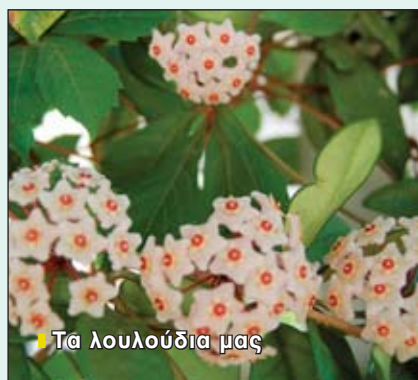
■ Τα σπιτάκια μας



■ Το εκκλησάκι μας



■ Τα καλούδια μας



■ Τα λουλούδια μας



■ Τα σπιτάκια μας



■ Το γήπεδό μας



■ Η παραλία μας



ΝΑΞΟΣ

Η Νάξος μαζί με τη Λέσβο και την Κρήτη απ' ό,τι γνωρίζω είναι ίσως από τα νησιά που εξαγουν περισσότερα απ' ό,τι εισάγουν. Είναι δηλαδή από τα λιγότερο εξαρτημένα νησιά από την Αθήνα.

Δεν είναι ευλογία να κάθεσαι στο τραπέζι και το κρέας, το τυρί, το ψωμί, οι πατάτες, οι ντομάτες, τα χόρτα, το λάδι, το κρασί και η φακή να έχουν παραχθεί λίγα μέτρα παραπέρα;

Όλοι έχουν το "δικό τους" για την οικογένειά τους και τους φίλους τους. Έτσι στις πεδιάδες στα δυτικά, στις Εγγραρές και τις Μελάνες καλλιεργούνται οι περίφημες πατάτες Νάξου και στον κάμπο του Αγίου Αρσενίου παράγονται οι σπόροι πατάτας που φυτεύονται σε όλη τη χώρα.

Στα πεδινά ή σε όλα τα ημιορεινά σε όλο σχεδόν το νησί υπάρχουν κτηνοτροφικές μονάδες που φτιάχνεται η μυζήθρα και τα εξαιρετικά τυριά ξινότυρο και γραβιέρα Νάξου εξαιρετικής ποιότητας.

Παράλληλα η οικονομική δύναμη του νησιού στηρίζεται και στην επεξεργασία του μαρμάρου στο κέντρο του νησιού.

Εκτός όμως από τα παραπάνω, υπάρχει και ο τουρισμός. Εδώ βρίσκεται μία από τις μεγαλύτερες και ομορφότερες νησιωτικές ακτές με συνεχόμενη αμμουδιά, που προσελκύει σχεδόν όλες τις κατηγορίες παραθεριστών, οικογένειες με παιδιά, ηλικιωμένους, γυμνι-

στές, σέρφερς και Δυτικοευρωπαίους.

Το νησί έχει επίσης πύργους και κάστρα όλων των Ιστορικών περιόδων, μοναστήρια, βουνά με σπηλιές, ποτάμια με μικρούς καταρράκτες και μονοπάτια για πεζοπορία.

Ακόμη, έχει μια εξαιρετική υποδομή για όλες τις κατηγορίες παραθεριστών όπως ενοικιαζόμενα δωμάτια, ξενοδοχεία καθώς και τρία κάμπινγκ.

Επίσης ενδιαφέρον παρουσιάζει η προσπάθεια δημιουργίας εκκλησιαστικού τουρισμού με αφορμή το Αγίασμα της Παναγίας της Αργοκοιλιώτισσας, το Παναξαϊκό προσκύνημα, όπως ονομάζεται, που κτίζεται μια τεράστια εκκλησία -ίσως η μεγαλύτερη στην Ελλάδα- με ένα τεράστιο κωδωνοστάσιο.

Ο καλύτερος όμως τρόπος για να γνωρίσεις ένα τόπο είναι περπατώντας. Πολύ όμορφη διαδρομή είναι η κατάβαση από τον Άγιο Αρτέμιο, προς τις Εγγραρές ή Μυρτιά. Το μονοπάτι κατεβαίνει από τις πλαγιές μέσα στο ποτάμι ανάμεσα στα βράχια, στους μικρούς καταρράκτες τις πικροδάφνες και τους εγκαταλελειμμένους νερόμυλους. Το νερό τρέχει προς τις Εγγραρές, δεν αλέθει πια το σιτάρι αλλά ποτίζει τα πατατοχώραφα, οπωροφόρα, ζώα, ανθρώπους, καθαρίζει σπίτια, ξενοδοχεία και γεμίζει πισίνες.

Νοτιοανατολικά από το Φιλότι, ξεκινά το πετρόχτιστο μονοπάτι που κάνοντας κύκλο περνάει περνάει από την πηγή του Ζα και φτάνει μέχρι το Σπήλαιο με το εκκλησάκι της Ζωοδόχου Πηγής που παλαιότερα ήταν αφιερωμένο στον Δία, ανεβαίνει στην πιο ψηλή κορυφή των Κυκλάδων στα 999μ. και κατεβαίνει από την άλλη πλευρά κατηφορίζοντας προς το Φιλότι.

Στο θέμα του φαγητού και των παραδοσιακών προϊόντων το νησί είναι μοναδικό. Όχι μόνο στην περίφημη ποικιλία της πατάτας που καλλιεργείται στον κάμπο αλλά και για χίλια άλλα δύο καλούδια. Και πρώτα από όλα τα τυριά που όμως τα περισσότερα δεν κυκλοφορούν σε μεγάλες ποσότητες. Πρέπει όμως να τα δοκιμάσετε, τη γραβιέρα, το ανθότυρο, τη μυζήθρα και το αρσενικό.

Επίσης και τα ποτά που εκτός από το εκλεκτό βαρελίσιο κρασί, είναι η ρακή και το περίφημο παραδοσιακό λικέρ από κίτρο το οποίο παρασκευάζεται στο χωριό Χαλκείο. Ακόμη και τα λαχανικά, τα φρούτα και τα χορταρικά έχουν μοναδική γεύση.

Από τα πιο όμορφα στη Νάξο είναι, ότι δεν ισχύουν οι τουριστικοί οδηγοί, γιατί αυτά που μπορεί να σου προκύψουν τυχαία είναι πολύ πιο σπουδαία από αυτά για τα οποία ξεκίνησες.





ΤΟ ΦΑΡΑΓΓΙ ΤΗΣ ΣΑΜΑΡΙΑΣ

Η φθινοπωρινή πρόταση του περιοδικού μας, αγκαλιάζει το νησί της Κρήτης. Ο προορισμός είναι διάσημος: το φαράγγι της Σαμαριάς. Η Σαμαριά ή το Φαράγγι της Σαμαριάς είναι ένα από τα κυριότερα αξιοθέατα στην Κρήτη. Στο νομό Χανίων, στα νότια του οροπεδίου του Ομαλού, σε υψόμετρο 1.200 μέτρων, ξεκινάει το φαράγγι της Σαμαριάς και καταλήγει στις ακτές του Λιβυκού Πελάγους στην Αγία Ρουμέλη. Είναι το μακρύτερο φαράγγι της Ευρώπης με 18 χλμ. μήκος, ενώ τα ξύλινα γεφυράκια κατά μήκος του μονοπατιού αφαιρούνται το χειμώνα από τους φύλακες του δρυμού, γιατί αλλιώς παρασύρονται από τα μανιασμένα νερά των χειμάρρων μέχρι το πέλαγος!

Το φαράγγι μαζί με τις γύρω πλαγιές και κάποια μικρότερα φαράγγια ανακηρύχθηκε το 1962. Εθνικός Δρυμός Σαμαριάς ή Λευκών Ορέων.

Η βόρεια είσοδος του φαραγγιού βρίσκεται στη θέση Ξυλόσκαλο (υψόμετρο 1227 μ.) στο οροπέδιο του Ομαλού και η ονομασία δεν είναι τυχαία, καθώς προέρχεται από έναν κορμό κυπαρισσιού που παλαιότερα είχε διαμορφωθεί σαν σκάλα. Η έντονη κλίση χαρακτηρίζει τα πρώτα στάδια της διαδρομής. Βαθιές και επιβλητικές χαράδρες, πηγές με τρεχούμενο νερό και εντυπωσιακές ρεματιές δημιουργούν ένα ανυπέρβλητο σκηνικό. Το μονοπάτι που διατρέχει το φαράγγι έχει τη δική του ιστορία, καθώς ανατρέχει στην εποχή της Κρητικής Πολιτείας στα τέλη του 19ου αι., έργο του Μανούσου Κούνδουρου, υπουργού Εσωτερικών και Συγκοινωνιών.

Κάθε τουρίστας που επισκέπτεται την Κρήτη, είτε έχει ήδη ακούσει, ή σύντομα θα ακούσει για το πανέμορφο αυτό φαράγγι, το «*φάραγγα*», όπως αποκαλούν τη Σαμαριά οι ντόπιοι από θαυμασμό για την ομορφιά του, αλλά και για να το ξεχωρίσουν σε σχέση με τα άλλα μικρότερα φαράγγια στην Κρήτη. Η χλωρίδα και η πανίδα στον Εθνικό Δρυμό της Σαμαριάς είναι εξαιρετικά πλούσιες. Στο φαράγγι θα συναντήσετε μοναδικά είδη φυτών και ζώων που προστατεύονται από διεθνείς συμβάσεις.

Αναφέρεται ότι στο φαράγγι υπάρχουν 450 είδη φυτών και σύμφωνα με το νόμο δεν επιτρέπεται να αφαιρεθεί οτιδήποτε από το χώρο της Σαμαριάς, ούτε καν ένα λουλουδί. Μην το δείτε σαν ένα αυστηρό νόμο, αλλά σαν το μοναδικό τρόπο να προστατευτεί το ευαίσθητο οικοσύστημα της Σαμαριάς για να συνεχίσουν να το θαυμάζουν χιλιάδες επισκέπτες κάθε χρόνο. Στη Σαμαριά θα θαυμάσετε τα δάση της με τα πελώρια πεύκα και τα κυπαρίσσια, μια εικόνα από το παρελθόν της Κρήτης, όταν το νησί καλυπτόταν από δάση ονομαστά για την καλής ποιότητας ξυλεία τους, ιδανική για να φτιάχνονται γερά καράβια. Μέσα στο φαράγγι, δεν αποκλείεται να συναντήσετε τους διάσημους κατοίκους του τα αγριοκάτσικα -είδος ενδημικό στην Κρήτη, αυτά που οι ντόπιοι αποκαλούν «αγρίμια» και οι τουρίστες «κρι-κρι». καθώς μερικές φορές πλησιάζουν μέχρι και τα τελευταία σπίτια του χωριού.

Το χωριό της Σαμαριάς βρίσκεται λίγο πριν τη μέση του φαραγγιού και εκκενώθηκε το 1962, όταν ανακηρύχθηκε η ίδρυση του Εθνικού Δρυμού. Το χωριό Σαμαριά είναι μία καλή ευκαιρία να θαυμάσετε την παραδοσιακή κρητική αρχιτεκτονική.

Επίσης είναι ένα σημείο ξεκούρασης περίπου στο μέσο της απόστασης. Ευκαιρία λοιπόν για τόνωση δυνάμεων με κάποιο σάντουιτς που θα κρατάτε μαζί σας λίγο πιο κάτω από το χωριό βρίσκεται η εκκλησία της Οσίας Μαρίας (14ος αιώνας), απ' όπου με παραφθορά προέρχεται το όνομα Σαμαριά. Η διάσχιση του φαραγγιού, πραγματοποιείται από 4 έως 8 ώρες. Η διάρκεια των 6 ωρών είναι συνηθισμένος χρόνος κάλυψης της διαδρομής. Κατά μήκος του φαραγγιού και σε τακτά διαστήματα, υπάρχουν σταθμοί ανεφοδιασμού σε νερό. Ακόμα υπάρχουν τουαλέτες και ιατρείο.

Ο πεζοπόρος ανταμείβεται για τη δύσκολη πεζοπορία στο τραχύ, κατηφορικό έδαφος μ' ένα επιβλητικό και πρωτόγονο θέαμα, ένα πανέμορφο τοπίο χωρίς σχεδόν καθόλου ανθρώπινη επέμβαση και πλημμυρίζει από μία μοναδική αίσθηση δέους και θαυμασμού.

Περίπου τέσσερα χιλιόμετρα από την αρχή του χιλιотραγουδισμένου οροπεδίου του Ομαλού φτάνετε στο Ξυλόσκαλο όπου τελειώνει ο δρόμος. Από το σημείο αυτό, σε υψόμετρο 1.200 μ., αρχίζει η πεζοπορία. Το επιβλητικό βουνό που ορθώνεται μπροστά σας είναι ο Γκίγκιλος και ψηλά στα δεξιά βρίσκεται η πηγή Λινოსέλλι, όπου η παράδοση αναφέρει ότι ο Δίας κατέβαινε συχνά και έπαιρνε το μπάνιο του!

Λίγο πριν από το χωριό Σαμαριά, εκατοντάδες μικροί πύργοι από τρία, τέσσερα, ή πέντε το πολύ λιθαράκια, στήνονται από τους οδοιπόρους ως ανάμνηση του περάσματός τους ή σαν μήνυμα και σφραγίδα καθαρά προσωπική.

Η Διεύθυνση Δασών του Νομού Χανίων σας πληροφορεί με πινακίδες, ότι η χαρουπιά, η μυρτιά, ο σχίνος και η μικροδάφνη, αναφέρονται ως φαρμακευτικά φυτά από την εποχή του Διοσκουρίδη, ενός από τους μεγαλύτερους γιατρούς της αρχαιότητας.

Οι Πόρτες ορθώνονται 11,5 χλμ. από το Ξυλόσκαλο. Είναι ένα πολύ εντυπωσιακό, χαρακτηριστικό στένεμα του φαραγγιού, με ελάχιστη απόσταση 3 μ. και το κατακόρυφο ύψος να ξεπερνά τα 300 μ. Εκεί, οι φωτογραφικές μηχανές παίρνουν φωτιά.

Τα απολιθώματα στις κάθετες πλευρικές επιφάνειες, αναδεικνύουν τη γεωλογική προϊστορία, κοσμούν τις επιφάνειες των βράχων σε διάφορα σημεία και το έμπειρο μάτι των ειδικών διακρίνει εδώ οργανισμούς, όπως διάτομα και σφουγγάρια και «διαβάζει» τα όσα συνέβαιναν σε ολόκληρη τη Μεσόγειο 180 εκατομμύρια χρόνια πριν, στις περιόδους Ιουρασική και Ολιγόκαινο. Στη συνέχεια θα βρείτε άλλο ένα αξιοπρόσεκτο σημείο στάσης στη θέση Χριστός, με νερό, καθίσματα και άφθονη σκιά. Περίπου 30 λεπτά από τις Πόρτες και μόλις βγείτε από τα όρια του δρυμού, φτάνετε στην παλιά Αγία Ρουμέλη.

Είκοσι λεπτά αργότερα, φτάνετε στη γαλανή ακτή του Λιβυκού και στη Νέα Αγία Ρουμέλη, η οποία βρίσκεται πάνω στα λείψανα της Αρχαίας Τάρρας και σήμερα σφύζει από ζωή. Σημαντική πληροφορία για τους επισκέπτες: Το φαράγγι είναι επισκέψιμο στο σύνολό του από την 1η Μαΐου ως το τέλος Οκτωβρίου, βοηθούντων και των καιρικών συνθηκών, ενώ μετά τις 7 το απόγευμα πρέπει να έχουν εξέλθει όλοι οι επισκέπτες, καθώς απαγορεύεται η διανυκτέρευση.

Η καλλίτερη ώρα για να διασχίσετε το φαράγγι, είναι νωρίς το πρωί. Βέβαια καθώς θα πλησιάζετε προς την έξοδο, η ζέση θα γίνεται ιδιαίτερα αισθητή, μιας και το τοπίο εκεί είναι άνυδρο με ελάχιστη βλάστηση. Όμως η βουτιά στο Λιβυκό Πέλαγος σας αποζημιώνει και νοιώθετε πλήρεις και ευτυχισμένοι, μιας και το όνειρό σας εκπληρώθηκε. Σας βεβαιώνουμε, ότι για πολλούς, η διάσχιση του φαραγγιού είναι ένα **όνειρο!!!**





ΕΚΔΡΟΜΕΣ ΚΑΙ ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ ΤΡΙΜΗΝΟΥ



ΙΟΥΛΙΟΣ - ΑΥΓΟΥΣΤΟΣ - ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ 2017

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

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

Σάββατο 01/07/2017

ΕΓΚΑΙΝΙΑ ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΤΙΚΗΣ ΠΕΡΙΟΔΟΥ

Τα εγκαίνια θα αρχίσουν με τον **Αγιασμό** στις **20.00** και θα ακολουθήσει η καθιερωμένη συνεστίαση με τη «**Ρεβυθάδα**» που προσφέρει η οικογένεια Γιάννη Μεταξά

14 - 22/07/2017

ΠΟΛΥΗΜΕΡΗ ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΗ ΕΚΔΡΟΜΗ ΣΤΑ ΑΓΡΑΦΑ ΜΕ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΚΑΙ ΣΤΗΝ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΗ ΣΥΓΚΕΝΤΡΩΣΗ ΣΤΟ ΚΑΪΜΑΚΤΣΑΛΑΝ

Έχει κυκλοφορήσει αναλυτικό πρόγραμμα.

Πέμπτη 20/07/2017

ΓΙΟΡΤΗ ΤΟΥ ΠΡΟΦΗΤΗ ΗΛΙΑ ΣΤΗΝ ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΣΗ

Στις **20.00**, θα γίνει στο εκκλησάκι, στην κατασκήνωσή μας στο Μάτι, **εσπερινός και αρτοκλασία** με την ευκαιρία της γιορτής του **Προφήτη Ηλία**. Θα ακολουθήσει **συνεστίαση** στην καντίνα μας.

Παρασκευή - Κυριακή 21-23/07/2017

ΤΟΛΟ - ΕΠΙΔΑΥΡΟΣ

Αναχώρηση την **Παρασκευή** στις 8.00 π.μ. για να επισκεφθούμε την Αρχαία Τίρυνθα και θα συνεχίσουμε για την παραλία Τολό, όπου θα τακτοποιηθούμε στο ξενοδοχείο. Το απόγευμα θα αναχωρήσουμε για το Μικρό Θέατρο της Αρχαίας Επιδαύρου, όπου θα παρακολουθήσουμε την παράσταση «Κύκλωπας» του Ευριπίδη σε σκηνοθεσία Παντελή Βεντάκη με γυναικείο θίασο και σε πρωταγωνιστικό ρόλο την Στεφανία Γουλιώτη. Το **Σάββατο** πρωί θα απολαύσουμε την θαυμάσια παραλία στο Τολό και το βράδυ θα παρακολουθήσουμε στο Αρχαίο Θέατρο της Επιδαύρου τη μουσική παράσταση βασισμένη στην «Ειρήνη» του Αριστοφάνη σε σκηνοθεσία Κωνσταντίνου Αρβανιτάκη (μουσική σύνθεση Νίκος Κηπουργός, συμμετέχει η καμεράτα του Μεγάλου Μουσικής Αθηνών και στον ρόλο του Τρυγαίου ο Τζιμης Πανούσης). Την Κυριακή το πρωί θα διημερεύσουμε στο Τολό και το απόγευμα μετά από στάση για καφέ στο Ναύπλιο θα επιστρέψουμε στην Αθήνα. **Έχουν ξεκινήσει οι εγγραφές** **ΑΡΧΗΓΟΣ: Αγγελοπούλου Θέμις**

Παρασκευή 28/07/2017

ΓΝΩΡΙΜΙΑ ΜΕ ΤΗΝ ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΣΗ ΤΗΣ Ε.Ο.Φ. ΣΤΟ ΜΑΤΙ ΑΤΤΙΚΗΣ

Αναχώρηση την **Παρασκευή** 10.00 π.μ. από τα γραφεία μας με προορισμό την παραλία του Σχινιά όπου θα κολυμπήσουμε. Στην συνέχεια θα μεταβούμε στην Κατασκήνωση της Ε.Ο.Φ. στο Μάτι για γνωριμία - περιήγηση του χώρου. Για όσους θέλουν, θα υπάρχει δυνατότητα φαγητού στην καντίνα της Κατασκήνωσης. Νωρίς το απόγευμα επιστροφή στην Αθήνα. **ΑΡΧΗΓΟΣ: Δ.Σ.**

Τέλος Αυγούστου 2017

Θα πραγματοποιηθεί ορειβατική εκδρομή στον **ΟΛΥΜΠΟ**

Παρακαλούμε να επικοινωνήσετε με τα γραφεία μας από τον Ιούλιο για περισσότερες λεπτομέρειες.

Σάββατο 02/09/2017

ΑΠΟΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟΣ ΤΗΣ ΘΑΛΑΣΣΑΣ - ΦΑΣΟΛΑΔΑ

Η λήξη της κατασκηνωτικής περιόδου, θα εορταστεί με τον «**ΑΠΟΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟ ΤΗΣ ΘΑΛΑΣΣΑΣ**» και την καθιερωμένη «**Φασολάδα**» του **Φίλιππα**, που προσφέρουν οι οικογένειες **Κίντατζη** και **Τσολάκη**.

Παρασκευή - Κυριακή 08-10/09/2017

ΑΓΙΟΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΕΥΒΟΙΑΣ - ΚΟΡΥΦΗ ΛΙΧΑΔΑΣ - ΛΙΧΑΔΟΝΗΣΙΑ

Αναχώρηση την **Παρασκευή** στις 15.00 για Αρκίτσα όπου θα επιβιβαστούμε στο φέρρυ-μπτ για Αιδηψό και θα συνεχίσουμε με το πούλμαν για τον Άγιο Γεώργιο Ευβοίας. Τακτοποίηση στα δωμάτια, φαγητό και διανυκτέρευση. Το **Σάββατο** πρωί θα περάσουμε με καραβάκι στα Λιχαδονήσια, για να τα περιηγηθούμε και να κάνουμε μπάνιο. Θα επιστρέψουμε στον Άγιο Γεώργιο για φαγητό και διανυκτέρευση. Την **Κυριακή** εάν υπάρξει πεζοπορική ομάδα θα πραγματοποιηθεί ανάβαση στην κορυφή Λιχάδα (ώρες πορείας 3, Β.Δ. Α.). Οι υπόλοιποι θα διημερεύσουν πάλι στον Άγιο Γεώργιο με δυνατότητα μπάνιου και φαγητού. Επιστροφή το απόγευμα για Αιδηψό - Αρκίτσα - Αθήνα. **Δηλώσεις συμμετοχής από 14/07/2017** **ΑΡΧΗΓΟΣ: Νίντος Νικόλαος**

Κυριακή 10/09/2017**ΣΤΡΟΠΩΝΕΣ – ΧΙΛΙΑΔΟΥ**

Αναχώρηση στις 7.30 π.μ. για Στενή Ευβοίας - Στρόπωνες απ' όπου θα πραγματοποιήσουμε πορεία μέσα στο ποτάμι μέχρι τη παραλία της Χιλιάδους (ώρες πορείας 4, Β.Δ. Α+). Κατά την πορεία θα περάσουμε πολλές φορές το ποτάμι πιθανόν μέσα από νερό. Απαραίτητα μπατόν και κατάλληλο αρβυλάκι. Όσοι δεν πεζοπορήσουν θα συνεχίσουν με το πούλμαν για την παραλία όπου θα διημερεύσουν. Όλη η ομάδα θα έχει δυνατότητα μπάνιου και φαγητού στη θαυμάσια αυτή παραλία.

ΑΡΧΗΓΟΣ: Παϊδούση Πόπη**Δευτέρα 11/09/2017**

Συγκέντρωση στα γραφεία μας **στις 20.00** με σκοπό να γίνουν **προτάσεις για τις εκδρομές του επόμενου τριμήνου και για άλλες εκδρομές.**

Κυριακή 17/09/2017**ΣΑΛΑΜΙΝΑ - ΚΑΝΑΚΙΑ**

Συνάντηση στις 7.30 π.μ. στον σταθμό του τραίνου στον Πειραιά για να πάρουμε το λεωφορείο της γραμμής για το Πέραμα όπου θα επιβιβαστούμε στο φέρρυ μπωτ για τα Παλούκια της Σαλαμίνας. Από εκεί θα πάρουμε το λεωφορείο των 8.45 του ΚΤΕΛ για το Αιάντειο, όπου θα ξεκινήσει η πορεία μας η οποία περνάει από δασωμένη περιοχή και το μοναστήρι του Αγίου Νικολάου και καταλήγει στις Κολώνες. Αφού επισκεφθούμε το κυκλικό ταφικό μνημείο του 4ου π.Χ. αιώνα θα συνεχίσουμε για το Φάρο, όπου υπάρχει δυνατότητα μπάνιου και φαγητού, (ώρες πορείας 3½-4, Β.Δ. Α). Η τουριστική ομάδα μπορεί να πάρει κατευθείαν συγκοινωνία από τα Παλούκια για το Φάρο. Τέλος όλη η ομάδα θα επιστρέψει με συγκοινωνία στα Παλούκια, φέρρυ μπωτ για το Πέραμα και από εκεί με λεωφορείο για Αθήνα. **Σημείωση.** Εάν μαζευτεί επαρκής αριθμός ατόμων θα μισθωθεί πούλμαν που θα φύγει από Ζωοδόχο Πηγή.

ΑΡΧΗΓΟΣ: Παπαμήτσου Ρένα**Πέμπτη-Κυριακή 21-24/09/2017****ΝΑΞΟΣ**

Θα κυκλοφορήσει αναλυτικό πρόγραμμα. **Δηλώσεις συμμετοχής από 14/07/2017**

Παρασκευή 29/09 – Τρίτη 03/10/2017**ΚΡΗΤΗ**

(**Μελί Νταού - φαράγγι Σαμαριάς κ.α.**) Θα κυκλοφορήσει αναλυτικό πρόγραμμα.

Κυριακή 01/10/2017**ΑΜΑΡΥΝΘΟΣ – ΕΡΕΤΡΙΑ – ΝΕΑ ΛΑΜΨΑΚΟΣ – ΧΑΛΚΙΔΑ (ΤΟΥΡΙΣΤΙΚΗ)**

Αναχώρηση στις 8.30 π.μ. για την Αμάρυνθο, όπου θα κάνουμε μία στάση. Μετά θα επισκεφθούμε την Ερέτρια για μια γνωριμία με την παραλιακή κωμόπολη που μεταξύ των άλλων μπορούμε να επισκεφθούμε κάποια από τα παρακάτω: Το «Νησί των Ονείρων ή Πεζονήσι», το Αρχαιολογικό Μουσείο, τον Αρχαιολογικό Χώρο και το Αρχαιολογικό Θέατρο. Στην συνέχεια, θα καταλήξουμε στη Νέα Λάμψακο για μπάνιο και φαγητό. Το απόγευμα επιστροφή στη Αθήνα με μία ενδιάμεση στάση για καφέ στη Χαλκίδα.

ΑΡΧΗΓΟΣ: Αρμενιάκου Γεωργία**Κυριακή 08/10/17****ΛΟΥΤΡΑΚΙ - ΠΕΡΑΧΩΡΑ - ΛΙΜΝΗ ΒΟΥΛΙΑΓΜΕΝΗΣ - ΗΡΑΙΟ**

Αναχώρηση στις 7.30 π.μ. για Περαιχώρα Λουτρακίου. Εκεί η ορειβατική ομάδα μας θα πεζοπορήσει στο μονοπάτι που έχει σηματοδοτήσει ο Ε.Ο.Σ. Λουτρακίου. Η συνολική πορεία που ξεκινάει από την Περαιχώρα καταλήγει στην λίμνη της Βουλιαγμένης μετά από 12 χλμ. (ώρες πορείας 5, Β.Δ. Α). Υπάρχει δυνατότητα διακοπής της πορείας μετά από 3 ώρες και 7,5 χλμ, σε σημείο όπου μπορεί το πούλμαν να παραλάβει την ομάδα που σταματάει εκεί.

Η υπόλοιπη ομάδα θα συνεχίσει από ήπια ανηφορική πορεία για το πυροφυλάκιο στις «Κλίσκες» και θα τερματίσει στην λίμνη της Βουλιαγμένης. Η τουριστική ομάδα θα επισκεφθεί το Λουτράκι, την Περαιχώρα, το Ηραίον και θα έχει δυνατότητα φαγητού στην λίμνη Βουλιαγμένης όπου υπάρχει ταβέρνα με δυνατότητα φαγητού για όλη την ομάδα.

ΑΡΧΗΓΟΣ: Δραγώνα Κατερίνα**Κυριακή 15/10/2017****ΟΣΤΡΑΚΙΝΑ - ΛΕΒΙΔΙ - ΝΥΜΦΑΣΙΑ - ΒΥΤΙΝΑ**

Αναχώρηση 7.30 π.μ. για Άνω Καρδαρά και στη συνέχεια για το καταφύγιο «Πάνος Αλεξόπουλος» που βρίσκεται στο οροπέδιο της Οστρακίνας σε υψόμετρο 1.600 μ. Από εκεί η ορειβατική ομάδα θα πραγματοποιήσει ανάβαση στην ψηλότερη κορυφή του Μαινάλου Οστρακίνας 1981 μ. με επιστροφή στο καταφύγιο, (ώρες πορείας 2.5 περίπου, Β.Δ. Α+). Στη συνέχεια θα ακολουθήσει το μονοπάτι μέσα σε πυκνό ελατόδασος για Λεβίδι 860 μ., (ώρες πορείας 3, Β.Δ. Α+).

Η τουριστική ομάδα θα επισκεφθεί την Νυμφασία, την Μονή Κερνίτσας και την Βυτίνα με κατάληξη στο Λεβίδι όπου όλη η ομάδα θα έχει δυνατότητα φαγητού πριν επιστρέψει στην Αθήνα.

ΑΡΧΗΓΟΣ: Λυράκη Νάντια

Δευτέρα 16/10/2017

Ώρα **20.00** θα πραγματοποιηθεί στα γραφεία μας προβολή ψηφιακών φωτογραφιών από τις **Μάγια Βέττερ** και **Νάντια Λυράκη** με θέμα «**Ταξίδι στην Αιθιοπία**». Η προβολή θα πραγματοποιηθεί σε 2 μέρη. Μέρος 1ο «**Ο Βορράς**».



Τετάρτη 18/10/2017

Συγκέντρωση ώρα **17.00** στα Γραφεία μας όπου θα πραγματοποιηθούν κάθε δεύτερη Τετάρτη μαθήματα **ΜΑΚΡΑΜΕ** από την **Νάντια Λυράκη**. Πληροφορίες στο 69420355751

Σάββατο - Κυριακή 21-22/10/2017

ΚΑΛΑΜΑΤΑ – ΚΑΡΔΑΜΥΛΗ – ΜΟΝΟΠΑΤΙ ΜΠΙΛΙΟΒΟ - ΒΕΡΓΑ

Αναχώρηση **Σάββατο** 7.30 π.μ. για Καλαμάτα όπου θα γίνει η διανυκτέρευση. Από εκεί η ορειβατική ομάδα θα προωθηθεί ως το χωριό Κάτω Βέργα (Κάτω Σελίτσα υψόμ. 211μ.) προκειμένου να πραγματοποιήσει την πορεία προς Άνω Βέργα (υψόμ. 869μ., ώρες πορείας 2, Β.Δ. Α+ με επιστροφή στην Κάτω Βέργα και συν πορεία περίπου 4 ωρών). Μετά, η ομάδα θα επιστρέψει στην Καλαμάτα με το πούλμαν. Η τουριστική ομάδα θα περιηγηθεί την Καλαμάτα με τις ωραίες πλατείες, τα μουσεία της και την παραλία. Την **Κυριακή**, Αναχώρηση για το χωριό Σωτηριάνικα (υψόμ. 331μ.) από όπου η ορειβατική ομάδα θα περπατήσει μέσω του μονοπατιού και της περιφέρειας «σκάλας» Μπίλιοβο ως το χωριό Αλτομυρά (υψομ. 813 μ.) Στην επιστροφή θα κατέβει στο γραφικό χωριό Κάμπος, (ώρες πορείας 6, Β.Δ. Α). Η τουριστική ομάδα θα επισκεφθεί τα χωριά Καρδαμύλη, Στούπα και Κάμπο όπου θα παραλάβει την ορειβατική ομάδα. Όλη η ομάδα θα προωθηθεί στην παραλία της Καλαμάτας για φαγητό προτού επιστρέψει στην Αθήνα. **Δηλώσεις συμμετοχής από 15-09-2017** **ΑΡΧΗΓΟΣ: Βέττερ Μάγια**

Κυριακή 29/10/2017

ΖΑΡΟΥΧΛΑ – ΛΙΜΝΗ ΤΣΙΒΛΟΥ

Αναχώρηση 7.30 π.μ. για Ακράτα - Ζαρούχλα από όπου η πεζοπορική ομάδα θα πραγματοποιήσει κυκλική δασωμένη διαδρομή περνώντας από Ρηγάνα, Κρυονέρι και καταλήγει πάλι στην Ζαρούχλα (υψομ. διαφορά 300 μ., ώρες πορείας 4, Β.Δ. Α). Η τουριστική ομάδα θα μεταβεί με το πούλμαν στην λίμνη Τσιβλού, όπου υπάρχει δυνατότητα χαλαρής πορείας περίπου 2 ωρών γύρω από την λίμνη με στάση σε γραφικό εξοχικό κτίσμα που προσφέρει καφέ, τσίπουρο κτλ. Επιστροφή στην Ζαρούχλα όπου όλη η ομάδα έχει δυνατότητα φαγητού πριν αναχωρήσει για Αθήνα. **ΑΡΧΗΓΟΣ: Κοσμάδακη Μαρία**

Δευτέρα 30/10/2017

Ώρα **20.00** θα γίνει στα γραφεία μας παρουσίαση από τον **Θωμά Σιπαρά** του παρακάτω θέματος: «**Όταν οι πρόγονοί μας ανακάλυπταν “τας εκδρομές και τας εξοχάς”**». Πως ξεκίνησε την 10ετία του 1930 ένας απίθανα μεγάλος αριθμός από φυσιολατρικούς συλλόγους και οι απίστευτες ιστορίες τους.» Θα προβληθούν συγχρόνως σπάνιες φωτογραφίες.

Σάββατο 4/11/2017

ΙΔΡΥΜΑ ΣΤΑΥΡΟΣ ΝΙΑΡΧΟΣ

Το ίδρυμα «Σταύρος Νιάρχος» είναι ένα κέντρο πολιτισμού και τόπος συνάντησης που προκαλεί τον θαυμασμό σε μικρούς και μεγάλους. Θα συναντηθούμε στις 11.00 π.μ. στο χώρο υποδοχής της Βιβλιοθήκης προκειμένου να ξεναγηθούμε στους χώρους του. Στην συνέχεια μπορούμε να πιούμε καφέ στον χώρο του Ιδρύματος, να περπατήσουμε στους κήπους του ή να συνεχίσουμε σε παραλιακή πορεία προς το Φάληρο. Η είσοδος του Ιδρύματος είναι από Δοϊράνης και Ευριπίδου (πίσω από το Ωνάσειο).

ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ ΓΙΑ ΤΙΣ ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΣΕ ΕΚΔΡΟΜΕΣ

ΜΟΝΟΗΜΕΡΕΣ ΕΚΔΡΟΜΕΣ

- Για τις **μονοήμερες** εκδρομές η κατάσταση για δηλώσεις συμμετοχής θα ανοίγει **15 ημερολογιακές** ημέρες πριν την εκδρομή.
- Ακυρώσεις θα γίνονται δεκτές μέχρι **δύο εργάσιμες** ημέρες πριν την εκδρομή.

ΔΙΗΜΕΡΕΣ ΚΑΙ ΠΟΛΥΗΜΕΡΕΣ ΕΚΔΡΟΜΕΣ

- Για εκδρομές **διήμερες** και **πολυήμερες** η ημερομηνία έναρξης δηλώσεων συμμετοχής θα αναφέρεται στο πρόγραμμα των εκδρομών και κατά εκδρομή.
- Η συμμετοχή θα ισχύει με την καταβολή της προκαταβολής.
- Η επιστροφή της προκαταβολής για ακύρωση συμμετοχής εξαρτάται από την περίπτωση της εκδρομής.

ΤΟΝ ΑΥΓΟΥΣΤΟ

- Για τον μήνα **Αύγουστο** που τα γραφεία μας θα παραμείνουν κλειστά η επικοινωνία θα γίνεται με την Έφορο εκδρομών κ. Μάγια Βέττερ στο τηλέφωνο **6976855659**.



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 οργανώνει 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 συνεκδομέα 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 συνεκδομέας 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 καγκούλι)
- ✓ 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:

- ✓ Κάρματ
- ✓ Υπνόσاکος
- ✓ Αντίσκηνο
- ✓ Καμινέτο – Λάμπα υγραερίου
- ✓ Μαγειρική σκεύη – μαχαιροπήρουνα

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.



Γράφει ο Χρόνης Κατράκης

Στη Λευκάδα βρέθηκα για 3^η φορά, χάρις στην εκδρομή του Συλλόγου μας. Γνωρίζω λίγα πράγματα γι' αυτήν, γιατί πάντοτε έμενα για 2-3 ημέρες. Μου αρέσει, να πηγαίνω κάπου σαν ταξιδευτής και όχι σαν τουρίστας. Να βλέπω τα ωραία αλλά και τα άσχημα. Το γράψιμο των εντυπώσεών μου, με βοηθάει να ξαναφέρνω στη μνήμη μου όσα είδα και έτσι σε μελλοντικό ταξίδι να μπορώ να βλέπω περισσότερα. Ίσως υπάρχουν αντιρρήσεις για τα γραφόμενά μου. Ελπίζω, ότι θα με κρίνετε με επιείκεια γιατί είναι αδύνατον να έχουμε όλοι την ίδια γνώμη. Άλλωστε, αυτές οι διαφορές απόψεων, γίνονται η αιτία για να δούμε τα πράγματα καλύτερα.

Η αναχώρησή μας έγινε χωρίς προβλήματα από το γνωστό μας μέρος γιατί δεν υπήρχαν παρκαρισμένα αυτοκίνητα και ευχαρίστησα τη Μεγαλόχαρη γι' αυτό. Οδηγός μας ήταν ο Άγγελος. Γρήγορος, σβέλτος και χαμογελαστός. Μας ήλθε με γραβάτα και δεν τον αναγνώρισα αμέσως. Μόλις την έβγαλε, τον αναγνώρισα. Το ταξίδι μέχρι τον Ισθμό ήταν όπως συνήθως. Ο νέος δρόμος Κορίνθου - Πατρών με δύο λωρίδες κυκλοφορίας ανά κατεύθυνση ήταν ευθύς, με ελάχιστες ανοιχτές στροφές και μερικά τούνελ. Άρα πηγαίναμε γρήγορα. Είπαμε μπράβο σ' αυτούς που το φτιάξαν και ένα ακόμη μπράβο που δεν λειτουργούσαν όλοι οι σταθμοί διοδίων. Προσωπικά, πιστεύω ότι όταν αρχίσουν να λειτουργούν τα διόδια δεν θα τους ξαναπούμε μπράβο ποτέ.

Μία σύντομη στάση για καφέ, ξεμούδιασμα και για μία ανταπόκριση στο κάλεσμα της φύσης, ξεκινήσαμε ξανά και φτάσαμε στο Ρίο. Περάσαμε τη γέφυρα, μήκαμε στη Αιτωλοακαρνανία και έκπληξη. Δεν ανεβήκαμε στις στροφές του βουνού που

βρίσκεται μπροστά μας, αλλά μέσω ενός τούνελ αριστερά στη ρίζα του βουνού, σε ελάχιστο χρόνο, βρεθήκαμε στην πίσω μεριά του. Χάσαμε βέβαια την ωραία γνωστή θέα, όμως κερδίσαμε πολύ χρόνο στο ταξίδι μας. Δεν μπορώ να πιστέψω, πως σκεπτήκανε αυτή τη λύση, μετά από τόσα χρόνια. Θεία φώτιση; Τους ξέφυγε; Το κάνανε κατά λάθος; Πάντως πέτυχε. Ο δρόμος και εδώ είναι καινούργιος. Δύο λωρίδες κυκλοφορίας ανά κατεύθυνση, σχεδόν ευθύς, ελάχιστες στροφές, ακόμα λιγότερα αυτοκίνητα, μας οδηγούσε κατ' ευθείαν κοντά στην Αμφιλοχία, περνώντας έξω από χωριά και πόλεις.

Κοντά στη λίμνη Οζερού, ο δρόμος άρχισε να ανηφορίζει και μετά από λίγο βρισκόμασταν στην κορυφογραμμή του Ξερόβουνου που είχαμε δεξιά μας, όταν περνούσαμε τον παλιό δρόμο με τα χωριά και αριστερά μας είχαμε την Αμβρακία. Τώρα βλέπαμε την Αμβρακία και τα χωριά από ψηλά. Φτάσαμε σε μια διασταύρωση. Δεξιά για Γιάννενα, αριστερά για Αμφιλοχία. Δεν μπήκαμε όμως στην Αμφιλοχία όπως παλιά. Βγήκαμε στο δρόμο που πήγαινε προς το Μενίδι, στρίψαμε αριστερά και φτάσαμε στην Αμφιλοχία. Από την Αμφιλοχία όμως μέχρι τη Λευκάδα, ο δρόμος ήταν καθαρά ελληνικής κατασκευαστικής φιλοσοφίας, με άφθονα γκάπα - γκούπα, στενός και με στροφές. Επιτέλους, ήμασταν σε γνώριμο περιβάλλον.

Κάναμε στάση στη Βόνιτσα. Από μακριά, φάνταζε περήφανο το κάστρο της. Έτσι το φανταζόμουν και εγώ, τρομάρα μου. Η Βόνιτσα, δεν είχε τίποτα σπουδαίο να μας δείξει. Τα πιο αξιόλογα σημεία για μένα ήταν δύο επιγραφές καταστημάτων. Η πρώτη έγραφε: «Γραφείο Τελετών "ο Αχρείαστος"». Βρακοζώνης. Τιμאי Λογικά.

Φιλοσοφημένο και επίκαιρο. Η δεύτερη, ήταν γραμμένη σε τρεις σειρές ως εξής: α) Κουρείον, β) Ανδρικό - Παιδικό, γ) Ξύρισμα. Μπερδεύτηκα την έννοια παιδικό ξύρισμα. Πιθανόν να πρόκειται για κάποια τελετή ή λαϊκή παράδοση της περιοχής.

Ανεβήκαμε στο κάστρο, τρομάρα του και τρομάρα μας. Πλήρης εγκατάλειψη. Απαράδεκτη κατάσταση. Περπατούσαμε μέσα σε χόρτα πάνω από τη μέση μας. Ευτυχώς, δεν πέσαμε σε καμιά τρύπα δεξαμενής. Η θέα από το κάστρο εξαιρετικά ωραία. Είδαμε ένα δρόμο χωρίς χόρτα και μπορέσαμε να επιστρέψουμε. Κρίμα. Φύγαμε από τη Βόνιτσα και με το μελωδικό γκάπα-γκούπα του δρόμου να μας συνοδεύει, φτάσαμε στο κάστρο της Αγίας Μαύρας που βρίσκεται δίπλα στη γέφυρα που ενώνει τη Λευκάδα με την Αιτωλοακαρνανία. Περάσαμε την πύλη του κάστρου και μόλις βγήκαμε στο προαύλιο μας περίμεναν τα εισιτήρια που έπρεπε να πληρώσουμε για να το θαυμάσουμε. Πληρώσαμε και αρχίσαμε να το θαυμάζουμε. Μπροστά μας, ήταν δύο-τρία; κατασκουριασμένα κανόνια που είχαν αρχίσει να βυθίζονται στο χώμα. Τα θαυμάσαμε! Ένα άλλο σκουριασμένο κανόνι ήταν σε μια κάπως ανορθόδοξη όρθια θέση. Πιθανόν να ήταν αντιαεροπορικό από τον αγώνα της παλιγγενεσίας του 1821 ή του Β' Π.Π. Αυτό ειδικά, το θαύμασα πάρα πολύ. Το εσωτερικό του κάστρου είναι κατά 90% άδειο. Αριστερά μας ανάμεσα σε χόρτα, κάτι δέντρα και συκίες φαίνονταν μερικοί τοίχοι. Ανεβήκαμε στις πολεμίστρες για να δούμε το άδειο κάστρο και περπατήσαμε προς τη μεριά που φαίνονταν οι τοίχοι. Είδα ερείπια μερικών κτιρίων που δεν μπορούσαμε να πάμε γιατί πιθανόν να πέφταμε σε καμιά τρύπα. Θαύμασα από ψηλά αυτά τα κτίρια

που περιμένανε καρτερικά τη μαύρη μοίρα τους. Βρήκα και το εκκλησάκι της Αγίας Μαύρας που το είχανε περιποιηθεί και δεν είχε το μαύρο χάλι των άλλων κτιρίων. Είχε μόνο λίγο μαυρισμένους τοίχους και οροφή από τα κεριά. Αφήσαμε το κάστρο της Αγίας Μαύρας, περάσαμε τη γέφυρα και νάμαστε στη Λευκάδα.

Το ξενοδοχείο μας LEFKAS, ήταν στην είσοδο της παλιάς πόλης. Ανεβήκαμε στα δωμάτια, λίγη ξεκούραση και ο πρώτος μας περίπατος στην παλιά πόλη.

Η παλιά πόλη, έχει έναν αρκετά φαρδύ δρόμο, δεξιά και αριστερά δώροφα κτίρια, μια μεγάλη πλατεία με ζαχαροπλαστεία, κάποιες εκκλησίες και μερικούς παράδρομους, που μας οδηγούν σε στενά δρομάκια που έχουν και αυτά μεγάλο ενδιαφέρον. Επειδή μου αρέσει η ιστορία, ήμουν έτοιμος για ένα περίπατο σε μία άλλη εποχή, που έχει περάσει. Έτσι νόμιζα. Η πραγματικότητα όμως ήταν διαφορετική. Οι αναμνήσεις τέλος. Τα ισόγεια των σπιτιών, ήταν τώρα διάφορα μαγαζιά με μεγάλες προθήκες και με φωτεινές επιγραφές. Ο πρώτος όροφος είχε διατηρηθεί σχεδόν όπως παλιά, δηλαδή με λαμαρίνες χρωματισμένες με διάφορα χρώματα. Το θέαμα ήταν σουρεαλιστικό. Ένας αχταρμάς άνευ προηγουμένου, μοντέρνου κιτς με παραδοσιακές αξίες. Άλλα κράτη, κάνουν ότι μπορούν για να κρατήσουν την παράδοση, εμείς την καταστρέφουμε. Στο βωμό του Θεού "Χρήμα" εδώ όλα είναι επιτρεπτά. Ήταν ένας πανέμορφος δρόμος, τώρα για μένα δεν είχε καμιά σημασία. Έστριψα δεξιά σ' ένα δρομάκι για να πάω σε μία έκθεση φωτογραφίας. Για λίγο, βρέθηκα στην παλιά καλή εποχή. Βγήκα σε μια μεγάλη πλατεία. Αριστερά μου η εκκλησία των Αγίων Αναργύρων. Είχαν γάμο και βαφτίσια. Κόσμος πολύς. Έφυγα. Δεξιά, λίγο πιο κάτω, η εκκλησία της Παναγίας των Ξένων. Πήρε το όνομα γιατί εκεί εκκλησιάζονταν οι ξένοι που έμεναν στην πόλη. Μπήκα στην εκκλησία. Ο μοναδικός φωτισμός ήταν δύο λάμπες στην Ωραία Πύλη που φώτιζαν μια μοναδικής ομορφιάς και σημασίας εικονογράφηση. Ήταν ένας άνθρωπος με αγκάθινο στεφάνι στο κεφάλι και με τα χέρια του δεμένα σταυρωτά με σχοινί και ένας Βούρδουλας ανάμεσα στα δεμένα χέρια του. Ο σκλαβωμένος από τους συνανθρώπους του άνθρωπος, κοιτούσε προς τη μεριά της Παναγίας, με τη λύπη στο πρόσωπό του, ικέτης προς Αυτήν για να ζητήσει τη λύτρωση μέσω Αυτής από τον Γίό της. Συγκλονιστικό θέαμα. Μοναδικό. Ανεπανάληπτο. Στάθηκα αρκετή ώρα μπροστά του. Δεν μπορώ και δεν θέλω να το ξεχάσω.



■ Καταρράκτης Δημοσάρη, φωτ. Μ. Βέττερ



■ Μονή Φανερωμένης, φωτ. Μ. Βέττερ

Ξαναγύρισα στον κεντρικό δρόμο και κατευθύνθηκα προς την εκκλησία των Εισοδίων της Θεοτόκου. Το τέμπλο της εκκλησίας, ήταν υπέροχο. Έμοιαζε με αρχαίο δώροφο ελληνικό κτίσμα. Μου θύμισε τη Βιβλιοθήκη της Εφέσου. Ανάμεσα στους κίονες υπήρχαν αγιογραφίες. Ο γυναικωνίτης, στηριζόταν σε κολώνες αρχαίου ελληνικού ρυθμού. Δυστυχώς η εκκλησία είχε πάθει αρκετές ζημιές από τον τελευταίο σεισμό και γίνονταν έργα αποκατάστασης. Τέσσερις μεγάλοι πίνακες με αγιογραφίες, βρίσκονται στην Ευαγγελίστρια που είναι και ο καθεδρικός ναός της Λευκάδας. Πολύ ωραία εκκλησία. Προχωρώντας προς την εκκλησία της Ευαγγελίστριας, πρόσεξα τα καμπαναριά των εκκλησιών. Είναι όλο μεταλλικές κατασκευές. Μάλλον από τους σεισμούς τα πρώτα καμπαναριά θα είχαν καταρρεύσει. Το θέαμα ήταν πρωτότυπο. Περνώντας μέσα από μερικά στενά δρομάκια, έφθασα στην εκκλησία της Ευαγγελίστριας και μπήκα μέσα. Ομολογώ ότι ξαφνιαστήκα γιατί και εδώ το τέμπλο, έμοιαζε με αυτό της προηγούμενης εκκλησίας αλλά ήταν πιο πλούσιο. Και εδώ, κολώνες αρχαίου τύπου, συγκρατούσαν τον γυναικωνίτη. Είδα και τις τέσσερις μεγάλες αγιογραφίες από την εκκλησία των Εισοδίων της Θεοτόκου. Ήταν πάρα πολύ ωραίες. Γενικά οι εκκλησίες της Λευκάδας είναι ιδιαίτερες και ως προς την αγιογράφιση και ως προς την κατασκευή. Πιστεύω, ότι αν ξαναβρεθώ εκεί, θα βρω και άλλα ενδιαφέροντα στοιχεία.

Είχε αρχίσει να νυχτώνει. Ρώτησα που βρίσκεται το Λαογραφικό μουσείο. Το βρήκα μέσα σε κάτι σοκάκια. Είσοδος με εισιτήριο. Δεν έχει πολλά πράγματα αλλά είναι μια καλή προσπάθεια. Μου άρεσε μια μικρή επιγραφή που έγραφε "πίστωσης εις ουδέν" και ένα μικρό διαφημιστικό για μια

επίσκεψη της Σοφίας Βέμπο στη Λευκάδα. Η επόμενη επίσκεψή μου ήταν στο μουσείο του φωτογράφου. Βρίσκεται σε ένα μικρό παράδρομο. Είναι ιδιωτικό. Δεν πληρώνεις εισιτήριο. Τα έσοδά του είναι από κάτι CD που πουλάει. Όποιος θέλει αγοράζει. Ο χώρος είναι πολύ μικρός και τα αντικείμενα δεν φαίνονται με την πρώτη ματιά. Ξεχώρισα μερικά εξαιρετικά αντικείμενα, όπως μια ραπτομηχανή με θέση για κερί, ένα



■ Στο Νυδρί, φωτ. Μ. Βέττερ



■ Μουσείο Μαρία Κουτσοχέρω, φωτ. Ν. Πετρόπουλος



■ Βόνιτσα, Φωτ. Μ. Βέττερ



■ Το κάστρο της Αγίας Μαύρας, Φωτ. Ν. Πετρόπουλος

ξύλινο ακορντεόν, μια ξύλινη μουσική μηχανή που έπαιζε με τη βοήθεια ενός τρυπημένου δίσκου, ένα ραδιόφωνο ΙΖΟΛΑ, μια φωτογραφία του Α. Βαλαωρίτη, (που όπως μας είπε ο ιδιοκτήτης του μουσείου είναι η μοναδική αυθεντική, ενώ όλες οι άλλες που είχε είναι μαϊμούδες), ένα φύλλο από την εφημερίδα των Ιονίων Νήσων και μερικά άλλα. Η ώρα όμως πέρασε. Επιστροφή στο ξενοδοχείο, ένα δροσιστικό ποτό στο μπαρ του και μετά ξεκούραση. Αύριο έχει περιοδεία.

Ξεκινήσαμε αρκετά νωρίς. Προορισμός μας το Νυδρί. Εκεί μια ομάδα θα πήγαινε να δει τους καταρράκτες και μία άλλη θα έκανε μια περιοδεία με σκάφος στα γύρω νησιά. Εγώ ήμουν με τους θαλασσόλυκους. Κάναμε δύο σύντομες στάσεις σε δύο μικρά λιμανάκια. Την Λυγιά και την Νικιάνα. Δεν είχαν τίποτα το ιδιαίτερο, όμως στο θολό ακόμα φως του πρωινού, τα βουνά της Αιτωλοακαρνανίας ήταν ένας πίνακας ζωγραφικής. Απόλαυσα όσο περισσότερη ώρα μπορούσα αυτό το ωραίο θέαμα. Φτάσαμε στο Νυδρί. Όσοι θα κάνανε κρουαζιέρα, έπρεπε να πάνε γρήγορα προς το πλοίο γιατί υπήρχαν και άλλοι

που πήγαιναν γρήγορα και όλοι μας έχοντας ένα κοινό στόχο. Να βρούμε καρέκλα. Όσοι βρήκαμε καρέκλα, κοιτάγαμε με λίγο θριαμβευτικό βλέμμα αυτούς που δεν βρίσκανε καρέκλα. Το ταξίδι ήταν ωραίο, η θάλασσα ήρεμη, ο καπετάνιος φώναζε από τα μεγάφωνα για τα νησιά που περνάγαμε, εμείς συζητούσαμε, μας εμποδίζαν οι όρθιοι να δούμε, στραβολαιμαίζαμε για ένα τοπίο, ούτε σκέψη βέβαια να σηκωθούμε από τις καρέκλες και γενικά επικρατούσε μια ωραία κατάσταση.

Εκείνο που είδαμε καλά όλοι, ήταν η σπηλιά του Παπανικολή. Για την ιστορία, ο Παπανικολής δεν ήταν άνθρωπος αλλά υποβρύχιο που κρυβότανε σε μια μικρή σπηλιά για να μην το βρούνε οι Γερμανοί, μέχρι που το βρήκανε οι Γερμανοί και τέρμα το κρυφτό. Μόλις φτάσαμε στην σπηλιά, τρέξαμε όλοι -χωρίς τις καρέκλες- προς την μία πλευρά του πλοίου για να δούμε καλύτερα. Ο καπετάνιος μας φώναζε ότι δεν πρέπει να πάμε όλοι μονόπαντα γιατί υπήρχε μία περίπτωση, να κολυμπούσαμε όλοι μέσα στην σπηλιά του Παπανικολή, με το πλοίο από πάνω μας. Συμφωνήσαμε με τα λεγόμενα του καπετάνιου και οι

οικογενειάρχες στείλανε τις γυναίκες και τα παιδιά στην άλλη μπάντα του πλοίου, το οποίο ισορρόπησε λιγάκι και βγάλαμε φωτογραφίες της σπηλιάς και συνεχίσαμε για το Μεγανήσι. Φτάσαμε στο Μεγανήσι. Το λιμάνι λέγεται Βαθύ. Είναι η άτυπη πρωτεύουσα του νησιού. Υπάρχουν άλλα δύο χωριά, το Σπατοχώρι με ένα μεγάλο ξενοδοχείο 4 αστέρων και το Κατωμέρι που είναι η έδρα του δήμου Μεγανησιού. Άξιο προσοχής είναι ότι τα δύο κύρια χωριά του νησιού έχουν ονομασία που σε κατεβάζουν. Δηλαδή Κατωμέρι και Βαθύ. Τα ονόματα, θα τα πήραν σε κάποια εποχή που υπήρχε μεγάλη καταπίεση, δεν μπορώ να βρω άλλη δικαιολογία. Υπάρχουν μικρές παραλίες σε μερικές από τις οποίες τα δένδρα φτάνουν μέχρι τη θάλασσα και άρχισαν να ανοίγονται δρόμοι προς αυτές. Υπάρχει έντονη οικιστική ανάπτυξη στο νησί.

Το Βαθύ, μοιάζει με ησυχαστήριο. Μία σύνομη βόλτα, επίσκεψη στην εκκλησία του του Αγίου Βηρσαρίωνα, με τέμπλο όπως και της Ευαγγελίστριας και ένα καφεδάκι στο καφενείο. Αυτό το διάλειμμα ήταν ωραίο. Ομολογώ ότι θα ήθελα να μείνω στο Βαθύ περισσότερη ώρα. Στην επιστροφή προς το Νυδρί, περάσαμε κοντά από το Σκορπιό, πάλι φώναζε ο καπετάνιος, δεξιά αυτό, αριστερά εκείνο, μπέρεψα όλα τα νησιά και σε γενικές γραμμές περάσαμε από την Μαδουρή, τη Θηλιά, το Αρκούδι, την Άτοκο, το Σκορπιό, το Καστρί, το Σκορπίδι και αν ξέχασα κανένα συγχωρήστε με. Ιδιαίτερη μνεία πρέπει να γίνει για την παραλία του Σκορπιού που είδαμε από κοντά στην οποία φωτογραφήθηκε γυμνή η Τζάκι Ωνάση και το πιο ενδιαφέρον είναι ότι ο φωτογράφος τσέπωσε 600.000 δολάρια για να μη δημοσιευτούν οι φωτογραφίες. Δεν πλησιάσαμε σε άλλες παραλίες γιατί σε όλες τις άλλες, φαίνεται ότι οι λουόμενοι φορούσαν τα μαγιό τους. Γυρίσαμε έγκαιρα στο Νυδρί, είχαν γυρίσει και οι ορειβάτες, μπήκαμε στο πούλμαν για να πάμε στο χωριό Βασιλική για μπάνιο και φαγητό.



■ Λευκάδα, Φωτ. Ν. Πετρόπουλος

Η διαδρομή ήταν πολύ ωραία, ειδικά το Νυδρί από ψηλά είναι υπέροχο, γύρω μας αρκετά πλούσια βλάστηση και φτάσαμε στη Βασιλική. Εδώ γίνονται έργα για κατασκευή λιμανιού, αλλά υπάρχει και παραλία. Σκορπιστήκαμε στα μαγαζιά για να απολαύσουμε φαγητό δίπλα στη θάλασσα. Κατά τη διάρκεια της χώνεψης, κατευθυνθήκαμε προς το Πόρτο Κατσίκι. Στενός δρόμος, πολλές στροφές, κάποιες λακκούβες, μέχρι να φθάσουμε είχαμε χωνέψει. Σταματήσαμε σε ένα αρκετά μεγάλο παρκινγκ κοντά στη σκάλα που οδηγεί στην παραλία. Δεν κατέβηκα στην παραλία. Είδα τις καταστροφές από τον τελευταίο σεισμό και θαύμασα την προσπάθειά τους να μην επισκευάσουν τα κατεστραμμένα σημεία, πιθανόν για να μας θυμίζουν ότι η μαμά φύση άμα νευριάσει τα κάνει όλα λίμπα. Καλή προσπάθεια. Μπράβο τους. Υπήρχε ένα είδος αίθριου, απ' όπου είχες μια πολύ ωραία θέα σε μια από τις 10 ωραιότερες παραλίες του κόσμου από ένα σημείο που είχε σπασμένες σανίδες, με κάτι κάγκελα που τα έτρωγε η σκουριά και κάτι ξύλινα τραπέζια με πριονισμένους πάγκους και με τέτοιο τρόπο τοποθετημένους, ώστε οι μισοί να βλέπουν την παραλία και οι άλλοι μισοί να βλέπουν αυτούς που βλέπουν την παραλία. Πλήρης αξιοποίηση του χώρου. Πολύ ρομαντικό θέαμα. Συγκινήθηκα. Λίγο πιο πέρα κατασκευάζανε δύο ξύλινα δωμάτια για να είναι ασορτί με τις άλλες σανίδες, τους πάγκους και το περιβάλλον -πιστεύω σύμφωνα με περιβαλλοντική μελέτη- πιθανόν μπαρ, γιατί τουαλέτες υπήρχαν και μάλιστα σε άθλια κατάσταση, όπως είπαν κάποιοι που πήγαν, μικρά σε μέγεθος πιθανόν για να χωράνε λίγοι και εκλεκτοί. Με σεβασμό στο περιβάλλον, λίγο πιο πάνω χτίζανε τσιμεντένια δωμάτια. Άντε με το καλό να χτίσουμε και όλο το βουνό. Γυρίσαμε προς το χωριό Καρυά για να δούμε το μουσείο με τα κεντήματα και να καθίσουμε στην πλατεία του. Τα κεντήματα, είχαν σαν κύρια θέματα λουλούδια. Εντύπωση μου προκάλεσε μια προθήκη με φυτά απ' τα οποία παίρνανε τα χρώματα και βάφανε τις κλωστές. Εξαιρετικού ενδιαφέροντος θέμα. Καθίσαμε στην πλατεία του χωριού για καφέ, ούζο ή αναψυκτικό και γυρίσαμε στο ξενοδοχείο μας στη Λευκάδα.

Πρέπει να γίνει ιδιαίτερη μνεία στον οδηγό μας τον Άγγελο για τις οδηγικές ικανότητές του σ' ένα δύσκολο περιβάλλον. Του αξίζει ένα μεγάλο μπράβο.

Στο ξενοδοχείο, είπα για το τί είδα στο Πόρτο Κατσίκι. Τα παιδιά που εργάζονταν

εκεί μου είπαν, ότι υπάρχουν αρκετές διαμαρτυρίες από τους τουρίστες. Τα ίδια μου είπαν και στο μαγαζί που πήγα για να αγοράσω μερικά αναμνηστικά.

Ξημέρωσε η μέρα της επιστροφής. Πρωινό, φορτώσαμε τις βαλίτσες στο πούλμαν και ξεκινήσαμε για τη Μονή Φανερωμένης. Το μοναστήρι βρίσκεται σ' ένα λόφο πάνω από την πόλη της Λευκάδας. Έχει πολύ ωραία θέα στον ορίζοντα. Μπαίνοντας, πήγαμε δεξιά και βρεθήκαμε σ' ένα μικρό ζωολογικό κήπο. Είδαμε μερικά ελάφια, σκίουρους, παπαγαλάκια, καναρινία και πολλούς άλλους μικρούς φτερωτούς σματατζήδες. Ήταν ένα ωραίο θέαμα. Μπήκαμε στη εκκλησία. Τέμπλο, αρχαϊκής τεχνοτροπίας, ξύλινο. Κατασκευαστής του κάποιος Ευστράτιος (;) Προσαλέντης το 1887. Στην οροφή, ολόσωμη η μορφή του Δημιουργού. Δεν έχω ξαναδει τέτοια αγιογραφία. Πιο πέρα μια αγιογραφία όρθιας Παναγίας εξαιρετικής ομορφιάς. Στο παρεκκλήσι της Παναγίας της Φανερωμένης ή "Κυράς", υπήρχαν πολλά όμορφα καντήλια μπροστά στην εικόνα της, αφιερωμένα στη χάρη της. Υπήρχαν επίσης πολλά κομμάτια από οστά αγίων. Μας μίλησε σχετικά με το μοναστήρι ο καλόγερος. Δυστυχώς δεν ήταν ανοιχτό το μουσείο της Μονής γιατί ήθελα να δω το αφιέρωμα στην "Κυρά" του ναυάρχου Ιωάννη Τούμπα για τη μοναδική στα παγκόσμια ναυτικά χρονικά περιπέτεια του πολεμικού "Αδρίας" στο οποίο υπηρετούσε.

Φύγαμε από αυτό το ωραίο μέρος και κατευθυνθήκαμε προς τον Άγιο Νικήτα. Είναι μια μικρή αμμουδερή παραλία με πολύ ωραία θέα στο ανοιχτό πέλαγος. Καθίσαμε σ' ένα καφενείο για λίγο και ξεκινήσαμε για την παραλία Κάθισμα.

Η θάλασσα είχε χρώμα τουρκουάζ, αλλά υπήρχε και κάποιος κυματισμός. Το Ιόνιο δεν αστειεύεται. Υπήρχε ένα απρόσμενο θέαμα. Πτήση με παραπέντε με τη βοήθεια κινητήρα. Δεν κουνήθηκα από εκεί που κάθισα γιατί δεν είχα δει ποτέ τέτοιο πράγμα. Η ώρα πέρασε γρήγορα. Έπρεπε να γυρίσουμε στη Αθήνα. Η επιστροφή πάντα συνδυάζεται με αναμνήσεις. Κάναμε μία στάση στην Αμφιλοχία για φαγητό. Ο καινούργιος δρόμος, μας οδήγησε γρήγορα στο Κλεινόν Άστυ. Πέρασα πολύ ωραία. Υπήρχαν τα άσχημα, από απόψεως τουριστικού ενδιαφέροντος, όμως τα καλά ήταν περισσότερα. Για να είμαι ειλικρινής, θα ήθελα να ξαναπάω στη Λευκάδα. Δεν με απογοήτευσε. Μάλλον κέντρισε ξανά το ενδιαφέρον μου. Άλλωστε οι εκδρομές ομορφαίνουν τη ζωή μας.



■ Πόρτο Κατσίκι, Φωτ. Μ. Βέττερ



■ Καρυά, Φωτ. Μ. Βέττερ



■ Λευκάδα Λυγιά, Φωτ. Β. Συλβεστριάδης



■ Λευκάδα, Φωτ. Ν. Πετρόπουλος



Η κορυφή των βουνών είναι εκείνο το στενότατο σημείο, το μικρότερο τμήμα της πλατειάς, μεγαλειώδους ορεινής δομής η περιοχή όπου δεν υπάρχει καμία δυνατότητα να μείνει κάποιος για μεγάλο διάστημα ή να εγκατασταθεί εκεί. Η ανάβαση σ' ένα βουνό σημαίνει μεγάλες δυσκολίες, δυσχέρειες, κινδύνους, που αφού ξεπερασθούν φτάνουμε στον σκοπό μας, που είναι η κορυφή. Ωστόσο όταν φτάσουμε εκεί περνούμε πολύ λιγότερο χρόνο απ' όσο μας πήρε για να ανεβούμε, και ξεκινάμε για την κατάβαση. Νομίζω πως η ευτυχία, που όλοι οι άνθρωποι στοχεύουν στην κατάκτησή της, είναι μια κορυφή βουνού, - το πιο κοφτερό, το πιο αιχμηρό μέρος του - και είναι φτιαγμένη από συναισθήματα. Πολλοί άνθρωποι φεύγουν από τη ζωή χωρίς να κατορθώσουν ποτέ να φτάσουν σε αυτή την κορυφή. Δεν αμφιβάλω, ότι όλοι έχουμε συναντήσει στο βίο μας ανθρώπους που λένε «Δεν ευτύχησα ποτέ στη ζωή μου».

Εκείνοι που είχαν την τύχη να φτάσουν μια φορά στην κορυφή, καταβάλουν προσπάθειες για να ανεβουν πάλι στο ίδιο σημείο. Επιθυμία τους είναι να γευτούν άλλη μία φορά την αίσθηση που βίωσαν όντας στην κορυφή. Όσο για την ευτυχία που ονειρεύονται όποιοι δεν έχουν ξαναπατήσει κορυφή αλλά και την ευτυχία που λαχταρούν εκείνοι που ήδη έχουν ξανά-ανεβεί, δεν έχουμε τρόπο να την περιγράψουμε ακριβώς.

Τι να 'ναι τάχα αυτό το συναίσθημα που δοκιμάζει κάποιος στην κορυφή που, από την απαρχή της ιστορίας της, η ανθρωπότητα σηκώνει το κεφάλι της και την ατενίζει; Τι να 'ναι αυτό που συμβαίνει σε όποιον φτάνει στην κορυφή και σε όποιον βρίσκει την ευτυχία; Τι να μας περιμένει σ' εκείνο το σημείο που ασκεί γοητεία σε όλη την ανθρωπότητα; Να 'ναι συγκίνηση, ο ενθουσιασμός, η χαρά; Προσωπικά νομίζω ότι είναι το ύψιστο σημείο όπου όλα αυτά συναντώνται, διασταυρώνονται ωστόσο είναι και κάτι που ενώ τα περιέχει είναι ταυτόχρονα και τελείως διαφορετικό.

Ο συγγραφέας Τσετίν Αλτάν λέει πως ευτυχία είναι το να ξεχάσεις το χρόνο. Και όντως, αν το σκεφτεί κανείς θα θυμηθεί ότι κάθε φορά που ζει την ευτυχία έχει ξεχάσει το χρόνο. Τις στιγμές της ευτυχίας ο χρόνος σβήνεται από το μυαλό. Διακόπτεται η σχέση μας μαζί του. Αλλά τι σημαίνει το να ξεχνάς το χρόνο, για ποιο λόγο ορίζουμε το κορυφαίο σημείο στο οποίο μπορεί να φτάσει ο άνθρωπος ως «λησμονιά του χρόνου»; Ποιες τάχα άλλες λησμονιές κρύβει η έκφραση αυτή; Νομίζω ότι η λησμονιά του χρόνου ισοδυναμεί με τη λησμονιά του θανάτου, για την ακρίβεια, του φόβου του θανάτου.

Η στιγμή που λέει κάποιος «είμαι ευτυχισμένος» είναι η στιγμή κατά την οποία ο άνθρωπος αφήνεται να περπατήσει, δεν τον φοβάται, δεν τον αποφεύγει, τον περιφρονεί. Ευτυχία είναι εκείνη η στιγμή όπου ο άνθρωπος καταφέρνει να ξεπεράσει και να νικήσει τον μεγαλύτερο κίνδυνο που τον απειλεί η στιγμή όπου λυτρώνεται από κάθε είδους φόβο και αγωνία, συμπεριλαμβανομένου και του φόβου του θανάτου είναι η κορυφή ενός βουνού που αποτελείται από ευδιαισθησία, χαρά, συγκίνηση, ενθουσιασμό, λαχτάρα. Είναι μια στιγμή τρομερής ελευθερίας που όλοι τη λαχταρούμε, ένα κλάσμα χρόνου όπου αστείρευμάς με τον Χάρο. Είναι το να νιώσεις ότι έχεις απαλλαγή από την μόνιμη αισθητή βαρύτητα της έλξης της γης, και πετάς. Οι στιγμές αυτές είναι αναπόφευκτα πολύ σύντομες, επειδή πρόκειται για την κορυφή του βουνού, το στενότερο σημείο του, μια περιοχή όπου είναι αδύνατο να ζήσεις. Ανεβαίνεις, κοιτάξεις από εκεί τη ζωή ολόκληρη και το θάνατο, και κατεβαίνεις πάλι κάτω.

Λίγο πολύ ξέρουμε τα μονοπάτια που θα μας οδηγήσουν εκεί. Ένας από τους δρόμους αυτούς ξεκινάει με το που θ' αγαπήσουμε έναν άνθρωπο πιο πολύ από τον εαυτό μας, πιο πολύ κι από τη ζωή. Το φτάσιμο στην κορυφή, σ' αυτή την περίπτωση, είναι η στιγμή που νιώθουμε ότι το άλλο πρόσωπο μοιράζεται τα ίδια αισθήματα μαζί μας. Ο έρωτας είναι ένας από τους δρόμους που μας πάνε στην κορυφή αλλά και που διατηρούν ζωντανή την πιθανότητα να κυλήσουμε κάθε στιγμή στο γκρεμό καθώς σκαρφαλώνουμε. Θα μπορούσε κάποιος να νιώσει κάτι παρόμοιο και όταν συμμετέχει σε μια μεγάλη λαϊκή εξέγερση, μια επανάσταση.

Πολλοί άνθρωποι μαζί περπατούν προς τον θάνατο, υπό την επήρεια μιας

μαγείας που τους κάνει να τον ξεχνάνε, και με τη σκέψη ότι βάζουν το πετραδάκι τους σε μια μεγάλη αλλαγή. Αλλά και όταν βρίσκει ο άνθρωπος γιατρεία σε μια αρρώστια που δεν είχε βρεθεί μέχρι τότε η θεραπεία της, όταν έχει κάποια στιγμή ολοκληρώσει ένα έργο που θεωρεί καλό, είναι και αυτές στιγμές που ξεχνά το θάνατο, σβήνεται από το μυαλό ο φόβος του, τον νικά. Όποιος έχει ζήσει έναν μεγάλο έρωτα θέλει να ζήσει και πάλι τον έρωτα, όποιος έχει βρει τη θεραπεία μιας αρρώστιας θέλει να βρει τη θεραπεία και άλλης, όποιος δημιουργεί ένα έργο θέλει να δημιουργήσει και άλλο. Από τη στιγμή που κάποιος φτάνει στην κορυφή δεν τον ικανοποιεί πια κανένα άλλο σημείο του βουνού. Εκείνοι που δεν έχουν ποτέ τους πατήσει κορυφή, ακούνε τον μύθο ενός τόπου που δεν γνωρίζουν και κάνουν όνειρα πως κάποτε θα τον φτάσουν.

Γιατί όμως δεν μπορούν όλοι οι άνθρωποι να φτάσουν εκείνη τη φοβερή στιγμή, τη στιγμή που νικούμε το φόβο του θανάτου και λυτρωνόμαστε από όλους τους φόβους; Γιατί δεν είναι πολυπληθείς οι δρόμοι που οδηγούν σε εκείνη την κορυφή; Γιατί συναντάμε πολύ λιγότερους από όσο θα 'πρεπε ανθρώπους στα μονοπάτια του βουνού; Γιατί είναι τόσο έρημοι οι δρόμοι της ευτυχίας, τη στιγμή που γίνεται τόσος λόγος γι' αυτήν; Γιατί δεν υπάρχει κοσμοσυρροή προς την κορυφή εκείνου του βουνού παρ' όλο που όλοι λίγο-πολύ γνωρίζουν το δρόμο; Επειδή δεν είναι εύκολο να ανεβείς ένα βουνό. Όσο μαγευτική κι όσο ελκυστική και αν είναι η κορυφή, στους δρόμους που οδηγούν σε αυτήν υπάρχουν ανθρωποφάγα θηρία, αιχμηρά βράχια, βαθιές χαράδρες. Για να νικήσεις το φόβο του θανάτου ίσως θα χρειαστεί να ρισκάρεις τον ίδιο το θάνατο εξάλλου αρκετοί άνθρωποι συμβαίνει να χάνονται στο δρόμο.

Στις ρίζες του βουνού κοιμούνται πολλά θύματα. Ίσως αυτός είναι ο λόγος που όλο εκείνο το πλήθος ανθρώπων που ζει στους πρόποδες του βουνού, ρίχνει το βλέμμα από τη μια στα θύματα που κείνται στα πόδια του και από την άλλη στην κορυφή του βουνού που αστράφτει σαν ασημένιο λουλούδι. Και παραμένει στο σημείο που βρίσκεται. Ασάλευτοι μιλούν μεταξύ τους για την ευτυχία, για το ότι κάποια μέρα θα πάρουν και αυτοί το δρόμο για την κορυφή, αναζητούν ένα συνοδοιπόρο, έναν οδηγό βουνού, ρωτούν από δω κι από κει αν υπάρχει ακίνδυνο μονοπάτι. Από την άλλη, όσοι ανεβαίνουν το βουνό και φτάνουν στην κορυφή μπορούν να μείνουν εκεί πολύ λιγότερο χρόνο απ' όσο τους πήρε για να ανεβουν. Από την κορυφή κοιτάζουν τον θάνατο και τη ζωή αφήφιστα, χαμογελώντας είναι μια πολύ σύντομη αλλά αξέχαστη στιγμή.

Πάρα πολλοί από αυτούς δεν θα ξαναζήσουν ποτέ αυτό το συναίσθημα. Είτε επειδή δεν έχουν την αντοχή να ξαναπάρουν το μονοπάτι είτε επειδή χάνονται σ' ένα μονοπάτι που νόμιζαν ότι γνωρίζουν καλά. Η κορυφή όμως είναι πάντα εκεί. Λάμπει σαν ασημένιο λουλούδι. Είναι η στιγμή όπου ξεχνιέται ο φόβος του θανάτου. Η στιγμή όπου δυο χείλη ψιθυρίζουν μια λέξη, η στιγμή όπου κάποιος τρέχει μέσα σε μια επανάσταση ή βρίσκει τη θεραπεία μιας αρρώστιας, ή γράφει την τελευταία νότα ενός κοντσέρτου που θα μείνει αξέχαστο. Είναι κάτι το μεγαλειώδες. Η στιγμή όπου κάποιος ξεχνάει τον θάνατο δεν ξεχνιέται ποτέ. Λες «Είχα ευτυχίσει». Σου λένε «Τι είναι η ευτυχία;». Λες «Είναι η στιγμή όπου ξεχνάς τον θάνατο».

Μετάφραση από τα τουρκικά: Νίκη Σταυρίδη

• Ο **AXMET ALTAN** γεννήθηκε το 1950. Ασχολήθηκε από νεαρή ηλικία με τη δημοσιογραφία, αναλαμβάνοντας διάφορες θέσεις, από ρεπόρτερ έως αρχισυντάκτης. Το 1995 απολύθηκε από τη Milliyet για το άρθρο του «Atakurd», στο οποίο υπερασπιζόταν τα βασικά δικαιώματα του κουρδικού λαού. Διετέλεσε έως το 2012 αρχισυντάκτης της εφημερίδας Taraf, ενός εναλλακτικού, αντιμιλιταριστικού καθημερινού φύλλου, του οποίου ήταν συνιδρυτής. Ο Αλτάν θεωρείται από τους πιο σημαντικούς και ευώλητους Τούρκους συγγραφείς. Από τις Εκδόσεις ΨΥΧΟΠΙΣ κυκλοφορούν επίσης τα μυθιστορήματά ΤΟ ΤΕΛΕΥΤΑΙΟ ΠΑΙΧΝΙΔΙ και ΑΤΕΛΕΙΩΤΗ ΝΥΧΤΑ.



Κείμενο Κατερίνα Δραγώνα, φωτογραφίες Δ. Αρμενιάκος

Η Εύβοια το δεύτερο μεγαλύτερο σε έκταση νησί της Ελλάδας με την πλούσια φυσική και πολιτιστική του κληρονομιά, την πλούσια χλωρίδα και πανίδα, τις δαντελωτές ακρογιαλιές και τις εκτεταμένες αμμονερόδρες παραλίες, το Κάβο Ντόρο, το παλιό φαινόμενο του Ευρίπου, τα τρεχούμενα νερά, τη λίμνη Δύστος, τις Ιαματικές πηγές, τα Δρακόσιπτα της Καρυστίας, το Απολιθωμένο δάσος, **το** Μουσείο Θηλαστικών της Κερασιάς, το πλήθος Μονών και Εκκλησιών με κορυφαίο του Οσίου Ιωάννου του Ρώσου, την ποικιλία του εδάφους, με υδροβιότοπους και φαράγγια για πεζοπορικές και αναρριχητικές διαδρομές, ορειβατικά καταφύγια, την ζωντανή τοπική παράδοση, τη λαϊκή τέχνη, τη γαστρονομία με τις παραδοσιακές συνταγές, το χαμόγελο και τη φιλοξενία των κατοίκων, προσφέρεται σαν τουριστικός προορισμός και τις τέσσερις εποχές του χρόνου.

Στα μέσα Μαΐου είχαμε την ευκαιρία να πραγματοποιήσουμε μια ημερήσια εκδρομή νοτιοανατολικά της Εύβοιας στους Ζάρακες. Οι Ζάρακες αποτελούνται από τον οικισμό Ζαράκων, το παλιό χωριό Μαχαλά και την παραλία Ζαράκων που βλέπει στο Αιγαίο. Όπως πάντα ξεκινήσαμε κατά το πρόγραμμα πρωί-πρωί να προλάβουμε την μέρα. Στην παραλία της ειδυλλιακής Αμάρυνθου κάναμε μία στάση ξεκούρασης, όπου ένα ξεμούδιασμα και ένα καφεδάκι δίπλα στα γαλήνια νερά του Νότιου Ευβοϊκού, ήταν πολύ ευπρόσδεκτο. Αμέσως μετά συνεχίσαμε ανατολικά για τους Ζάρακες και την παραλία τους. Περιηγηθήκαμε στο χωριό και τον παλιό οικισμό Ζάρακες. Από εκεί πεζοπόροι και τουρίστες κατέληξαν στην παραλία Ζαράκων, οι μεν από γραφικά μονοπάτια, οι δε μέσα στην ξεκουραστική σιγουριά του πούλμαν.

Η παραλία Ζάρακες ήταν ακριβώς, όπως στις περιγραφές. Ωραίο τοπίο, ήρεμη θάλασσα, καθαρά νερά, αστραφτερή αμμουδιά με άμμο και ψιλό χαλικάκι, ωραία χρώματα. Χωρίς κύμα στο βάθος -όπως όταν φυσούν οι δυνατοί Ανατολικοί άνεμοι- τέλεια γαλήνια προστατευμένη και από έναν γραφικό κυματοθραύστη

Είχαμε αρκετό ελεύθερο χρόνο για ένα δροσερό και ανανεωτικό Μαγιάτικο μπάνιο καθώς και για ένα απολαυστικό γεύμα στο παρακείμενο φιλόξενο εστιατόριο του κ. Νίκου ο οποίος μετά από συνεννόηση άνοιξε ειδικά για τους Εοφίτες.

Ενδιαφέρον είχε το αποτέλεσμα, που προέκυψε από τη λίστα με τις γαστρονομικές παραγγελίες στην Μάγια, η οποία κατά τη διαδρομή υπομονετικά έκανε πολλές περνατζάδες στο διάδρομο του Πούλμαν σβήνοντας και διορθώνοντας την λίστα συμμετοχών και προτιμήσεων για το μεσημεριανό γεύμα.

-Τι θα πάρετε; Μαρίδες, γόπες, σαρδέλες, καλαμάρι ή μπιφτέκι; ...θα έχει βλήτα παντζάρια, πατάτες τηγανητές.

-Δύο μαρίδες, -Τα καλαμάρια είναι φρέσκα; βάλε μία. -Μπαρμπούνια έχει; -Μία μπιφτέκια. -Εγώ μία γόπες ψητές. -Άλλαξε μου τις σαρδέλες, θα πάρω μαρίδες. -....εσύ Νίκο τι θα πάρεις; -Ότι νάναι αποφάσισε εσύ. -...η Μάγια κάγκελο!!! -Σ' εμάς βάλε ακόμα δύο μαρίδες. -Οι μαρίδες τέλος μήπως θέλεις γόπες; ...καλά βάλε γόπες. Έτσι όμορφα τακτοποιήθηκε ο ψαροκατάλογος και επετεύχθη ικανοποιητικά ο στόχος για την μεσημεριανή ψαροκρεατοφαγία.

Με κάτι τέτοια όμορφα και διασκεδαστικά απρόοπτα είναι που σπάει η μονοτονία και γίνεται η Ε.Ο.Φ. διαχρονικά αγαπητή στα μέλη της. Εδώ ακόμα μία εκδρομική μέρα έφτασε στο τέλος της.



ΕΟΦίτικα

■ Ειδικά ξυπνητή-
ρι Ε.Ο.Φ.: Μελετά-

ται η σχεδίαση και κατασκευή ειδικών ξυπνητηριών. Στο καντράν τους θα απεικονίζεται το σήμα της Ε.Ο.Φ. το δε κουδούνισμα θα παίζει τις νότες του ύμνου της Ε.Ο.Φ. για να γλυκαίνουν τα πρωινά αγουροξυπνημάτα, ώστε εγκαίρως και ευδιάθετοι να ξεκινάμε για τις εκδρομικές εξορμήσεις μας!!!

1. «Είκοσι χρόνια από τώρα θα είσαι πιο απογοητευμένος για τα πράγματα που δεν έκανες, παρά για τα πράγματα που έκανες. Γι' αυτό, λύσε τους κάβους. Σάλπαρε μακριά από το σίγουρο λιμάνι. Εξερεύνησε, ονειρέψου, ανακάλυψε».
2. «Οι δυο πιο σημαντικές μέρες στη ζωή σου είναι η μέρα που γεννιέσαι και η μέρα που ανακαλύπτεις γιατί».

Mark Twain (Αμερικανός συγγραφέας)



■ Η Πόπη μας, Ανεξαρτήτου Πρωτομαγιάς στο Πασχαλινό πανηγύρι απαραίτητα πλέκουμε και Μαγιάτικο στεφάνι.



■ Μετέωρα στο Άγιο Πνεύμα «Λίγο ακόμα να σηκωθούμε, λίγο ψηλότερα»



■ Ο Γιώργος Μουρίκης δέχεται "ευχάς" παράλληλα με το κλασικό μοίρασμα των άρτων.



■ Εύβοια, παραλία Ζάρακες. Πρώτη θέση Θέα! Πρώτο τραπέζι πίστα...



■ Όλγα, Στέλιος, Γιάννης, Γεωργία, Κατερίνα.
– Κάθε χρόνο τα ίδια. Άντε να τελειώνουμε... εμείς κρίο θα φάμε το αρνί μας;



■ Μεταξύ καφέ και γλυκού έρχονται οι ωραίες ιδέες, από την ομάδα των πολιτιστικών εκδηλώσεων της Ε.Ο.Φ.



■ Μεγάλη παρέα γύρω από τον Ράκη που επιμελώς παρακολουθεί το ψήσιμο των αρνιών.



■ Ζάρακες Εύβοια. Όλα είναι μια ιδέα! Αραλίκι στο καφεενεδάκι σε αναμονή των πεζοπόρων εξερευνητών που εκτελούν το περιπατητικό πλάνο τους.

Μωρέ είναι οργανωμένη η εκδρομή. Κοκορέτσι! Κρασί! Ύψος ...

«Η εποχή αυτή είναι η κατ' εξοχήν εποχή των εκδρομών. Όχι μόνον παρέες και οικογενειακοί όμιλοι ξεκινούν για να αναπνεύσουν ολίγον καθαρόν αέρα εις τα πλησιέστερα ή τα μακρυνότερα προάστεια, αλλά και κυρίως διάφοροι φυσιολατρικοί όμιλοι επιχειρούν καθ' εκάστην Κυριακήν παρομοίας ψυχαγωγικής εκστρατείας.

Ούτω ένας εκ των ομίλων τούτων επρόκειτο να αναχωρήσει εις παραθαλασσίαν έκτασιν κειμένην περί τα δέκα χιλιόμετρα μακράν των Αθηνών, την παρελθούσαν Κυριακήν.

Ένα εκ των μελών του συμβουλίου του ομίλου, εκάλεσεν εις την εκδρομήν ταύτην τους δύο φίλους Αντώνιον και Γιαννάκη.

-Ελάτε μαζί μας παιδιά. Θα περάσωμε φίνα.

Και συντροφιά καλή και φαγητό και κρασί.

-Μπά; Δεν θα πάρωμε μαζί μας κεπτέδες;

-Κεπτέδες; Αστειεύεσθε. Μωρέ είναι οργανωμένη εκδρομή επισήμου σωματείου! Οβελίας! Κοκορέτσι! Κρασί! Ύψος!

Οι δύο φίλοι Αντώνιος και Γιαννάκης εξεργλήφθησαν.

Εδώ υπήρχε ψητό και ψητό της σούβλας μάλιστα! Η ευκαιρία δεν έπρεπε επ' ουδενί λόγω να χαθή. Αναψυχή μετά γενναίας στομαχικής πανδαισίας –υπάρχουν ωραιότερα πράγματα εις τον κόσμον;

-Και που και πότε θα συγκεντρωθούμε;

-Στην Ομόνοια στις 6 το πρωί. Μην πάρετε τίποτε. Εγώ θα σας συστήσω και θα γλεντήσετε τζάμπα.

Στην Ομόνοια στις 6 το πρωί της ορισθείσας ημέρας οι δύο φίλοι είχαν καταφθάσει βιαστικοί. Δεν είχαν μαζί τους άλλο από μίαν φωτογραφικήν μηχανήν, τα εισιτήρια και άφθονον όρεξιν.

Εν τώ μεταξύ σιγά-σιγά κατέπλεον και πολλά άλλα μέλη του σωματείου. Νέοι, νέαι, παρέες-παρέες, πολυάριθμα άτομα, τα οποία όλα εγνωρίζοντο μεταξύ τους ως να απετέλουν μίαν οικογένειαν.

Διάβολε όμως!... Ο καλέσας τους δύο φίλους

άνθρωπος δεν ενεφανίζετο πουθενά. Ήδη είχε συμπληρωθή σχεδόν ο αριθμός των μελών και ηκούοντο συζητήσεις περί ξεκινήματος και όμως ούτε ίχνος του ανθρώπου... πουθενά. Οι δύο φίλοι ήρχισαν να ανησυχούν.

-Μωρέ τι έγινε αυτός;

-Μας την έσκασε!

-Και τι θα κάνωμε τώρα; Δεν ξέρωμε κανένα απ' αυτούς!

-Φτού να πάρη ο δαίμονας!...

Κί' οι δυο φίλοι εσκέφθησαν επ' ολίγον, συνεζήτησαν διαφόρους απόψεις και εν τέλει βλέποντες τους εκδρομείς να αναχωρούν είπαν: «κομμάτια να γίνη» και ανεχώρησαν μαζί τους.

-Μωρέ θα μείνωμε νηστικοί!...

-Δε βαρύνεσαι... Κάποιος θα μας λυπηθή...

Μαύρη εκδρομή ήταν αυτή που έκαναν οι δυο φίλοι. Δεν είχαν τίποτε μαζί τους. Αφού την τελευταίαν στιγμήν ανεκάλυψαν ότι η φωτογραφική μηχανή δεν είχε φίλμ!

Η τραγωδία δε ήρχισε περί την μεσημβρίαν, οπότε οι εκδρομείς είχαν ξαπλώσει κάτω από τα δένδρα και ητοιμάζοντο να γευματίσουν.

Όταν δε το κακό επαράγινε, όταν δηλαδή οι εκδρομείς ήρχισαν να τρώνε ψητά, αυγά, σαλάμια, ψάρια και να πίνουν κρασί, οι δυο φίλοι παρ' ολίγον να λιποθυμίσουν από το κακό τους.

-Δεν βαστώ, Αντώνη!...

-Θ' αρπάξω κανένα από δαύτους Γιαννάκη!...

Και με τον στόμαχον κενόν, εκάθισαν υπό την σκιάν ενός δένδρου και επί μίαν ώραν εσκέπτοντο πώς να κατασιγάσουν την πείναν των. Αιφνιδίως ο Αντώνης ανεπήδησε:

-Έχω μια ιδέα! Δόσμου τη φωτογραφική μηχανή.

-Δεν έχει φίλμ!

-Δεν πειράζει. Έλα μαζί μου!

Και λαβών την φωτογραφικήν μηχανήν εις τας χείρας έσπευσεν εις μίαν μεγάλην παρέ-



αν όπου έτρωγε ο πρόεδρος του σωματείου. Τον εχαιρέτησε, του συνεστήθη και του εδήλωσε ότι είναι συντάκτης μιάς εφημερίδος, αποσταλείς ειδικώς να παρακολουθήση την εκδρομήν και να πάρη μίαν φωτογραφίαν των εκδρομών.

-Τι λέτε φίλε μου! Τι λέτε φίλε μου! Και δεν μας το είπατε από τόση ώρα. Ευχαρίστω!

Ευχαρίστω! Μεγάλη τιμή στον όμιλό μας. Και ο πρόεδρος εβάρεσε γενικήν συγκέντρωσιν παρέταξε όλα τα μέλη, ετοποθετήθη επί κεφαλής μειδιών χαριτοβρύτως. Ο εις εκ των φίλων επρότεινε την μηχανήν... χωρίς φίλμ.

-Μη κινείσθε... Ένα, δύο, τρία... Μερσί!...

Αυτό ήταν. Οι δύο φίλοι εκλήθησαν εις όλα τα τραπέζια, έφαγαν, ήπιαν πλουσιοπαρόχως, την έκανα ταρατσαν και εξήπλωσαν και πάλιν φουσκωμένοι υπο την σκιάν του δένδρου των:

-Έ; Κόλπο;

-Εν τάξει. Είσαι μεγαλοφυΐα! Κρίμα όμως που εχάλασαν η πλάκες και δεν θα μπορούμε να φτιάσωμε τα κλισέ!... ».

(«Αθηναϊκά Νέα», 1932, «Ο Λέων»)



Και για την αντιγραφή:
Θωμάς Σιταράς,
Αθηναιογράφος
(www.paliaathina.com)



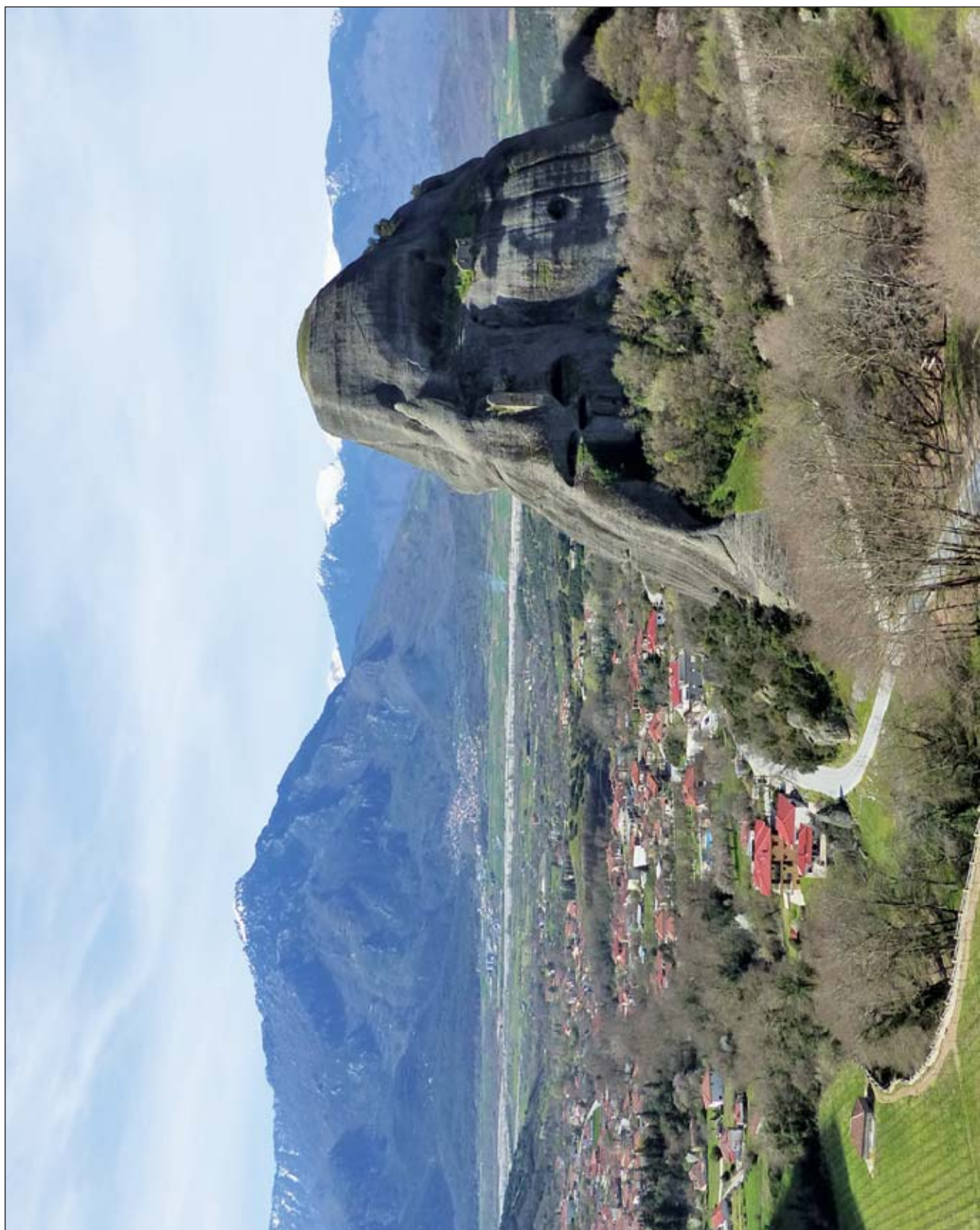
■ Αριστοτέλης εγγονός και ο νεοσσός διεγγονοί της Έρης στο Πασχαλινό πανηγύρι.



■ Σε άμεση γευσισγνωστική προσφορά. Δεν μάθαμε σχετικά με το διατροφικό είδος!!!



■ Ο Γιάννης δείχνει στην Μάγια ... βήματα με αναπλάσεις και άρσεις του Ηπειρώτικου χορού!!!



■ Μετέωρα, θέα προς το Καστράκι, Φωτ. Β. Σουλβεστριάδης

ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΥΠΑΙΘΡΟ, ΤΕΥΧΟΣ 431
 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