

ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΥΠΑΙΘΡΟ

ΕΝΩΣΗ ΟΡΕΙΒΑΤΩΝ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΩΝ

ΙΟΥΛΙΟΣ - ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ 2020



ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΑΘΗΝΩΝ
ΕΠΑΙΝΩΙ ΤΙΜΗΣΑΙ



ΔΙΑΒΑΣΤΕ ΣΕ ΑΥΤΟ ΤΟ ΤΕΥΧΟΣ

Το Εξάμηνο της Ε. Ο. Φ. μέσα από το φωτογραφικό φακό.....	3
Δύσκολοι καιροί - Δύσκολες καταστάσεις.....	4
Απολογισμός Δ.Σ.- Γενική Συνέλευση	5-7
Κοινωνικά - Ανακοινώσεις	8-9
Χριστουγεννιάτικη εκδρομή, Πεζοπορίες στα Τρίκαλα - Λίμνη Πλαστήρα - Ελάτη - Μετέωρα.....	10-14
Δράση για την προστασία της Μικρής Ζήρειας -	15
Στο Χαϊδάρι ο Βατανικός Κήπος Ιουλίας και Αλεξάνδρου Ν. Διομήδους	15
Από την Ραβέννα των ψηφιδωτών στην κόκκινη Μπολόνια	16-19
Από τη ζωή της Ε.Ο.Φ.	20-22
12/01/2020 Κοπή Πρωτοχρονιάτικης πίτας στα Γραφεία μας	23
Ψάρι Κορινθίας- Κόψιμο πίτας στον Ορεινό Ξενώνα.....	24
Κυριακή 14 Ιουνίου, πορεία στον Υμηττό	25
Ολυμπία ο Αρχαιολογικός χώρος	26
Αρχή Τριωδίου στην Ολυμπία - Νεμούτα	27
Απόκριες 2020 στην περιοχή Καλαμάτας	28-29
Βασικές υποχρεώσεις αυτών που Συμμετέχουν στις εκδρομές της Ε.Ο.Φ.	30
Πεζοπορίες στην Μεσσήνη το τριήμερο της Καθαράς Δευτέρας	31
Προορισμός Γουατεμάλα, «Ένα ταξίδι Ζωής»	32-35
Εκδρομικός πανζουρλισμός	36-37
ΕΟΦίτικα	38-39

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

εύχονται στα μέλη,
στους φίλους και
στα Εκδρομικά Σωματεία

**Καλό
Καλοκαίρι
και σύντομα
πάλι μαζί**



◀ Ο Ορεινός Ξενώνας της Ε.Ο.Φ.
στο Κεφαλάρι Κορινθίας.

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 **1ου εξαμήνου 2021** η ύλη του περιοδικού (κείμενα και φωτογραφίες) θα παραλαμβάνεται μέχρι τις **15-11-2020**. Ηλεκτρονικές διευθύνσεις: katdrag@yahoo.gr, eof@otenet.gr

ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΥΛΗΣ:

Δημήτρης Αρμενιάκος

Τηλ.: 6977005181

ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ ΕΚΔΟΣΗΣ:

Κατερίνα Δραγώνα

Τηλ.: 2109316501

Η ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟΥ

ΕΤΟΣ 87 • ΤΕΥΧΟΣ 440 • ΙΟΥΛΙΟΣ ΕΩΣ ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ 2020

ΙΔΙΟΚΤΗΤΗΣ: ΕΝΩΣΗ ΟΡΕΙΒΑΤΩΝ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΩΝ

ΕΚΔΟΤΗΣ: ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΑΡΜΕΝΙΑΚΟΣ, τηλ. 6977005181

ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟΥ: Ν. ΝΙΝΤΟΣ, Ν. ΤΣΟΥΤΣΟΣ, Δ. ΠΑΓΟΥΛΑΤΟΣ, Γ. ΓΚΛΕΤΣΟΣ,

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΓΡΑΦΕΙΩΝ: ΜΑΥΡΟΚΟΡΔΑΤΟΥ 7 (Α΄ όροφος), 106 78 Αθήνα

ΤΗΛ. ΓΡΑΦΕΙΩΝ: 210 3807093, (17.30 - 20.30) **ΦΑΞ ΓΡΑΦΕΙΩΝ:** 210 3806924,

ΚΙΝΗΤΟ ΤΗΛ. ΕΟΦ: 6947323844

WEBSITE: www.eoffisiolatria.gr, e-mail: eof@otenet.gr

ΕΠΕΞΕΡΓΑΣΙΑ ΚΕΙΜΕΝΩΝ: ΟΛΓΑ ΠΕΤΡΟΠΟΥΛΟΥ, ΚΙΤΣΑ ΚΑΡΑΤΖΑ

ΔΑΚΤΥ/ΦΗΣΗ ΚΕΙΜΕΝΩΝ ΟΛΓΑ ΠΕΤΡΟΠΟΥΛΟΥ

FACEBOOK: ΕΝΩΣΗ ΟΡΕΙΒΑΤΩΝ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΩΝ - <https://www.facebook.com/eoffisiolatria/>

ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ ΕΚΔΟΣΗΣ: ΚΑΤΕΡΙΝΑ ΔΡΑΓΩΝΑ, e-mail: Katdrag@yahoo.gr

ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ: ΣΠΥΡΟΣ ΠΕΝΕΣΗΣ, ΤΗΛ.: 210 3820290, e-mail: prenesis@otenet.gr

ΕΚΤΥΠΩΣΗ-ΒΙΒΛΙΟΔΕΣΙΑ: Π. ΚΟΚΚΑΛΗΣ & ΣΙΑ Ο.Ε., e-mail: kokkalis@otenet.gr

• **ΔΙΑΝΕΜΕΤΑΙ ΔΩΡΕΑΝ** •

Εξώφυλλο: ■ Νήσος Σφακτηρία, Φωτ. Γιώργος Γκλέτσος

ΤΟ ΕΞΑΜΗΝΟ ΤΗΣ ΕΟΦ ΜΕΣΑ ΑΠΟ ΤΟ ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΚΟ ΦΑΚΟ



■ Στην Διαδρομή στο Ξηροβούνι,
Φωτ. Χρ. Μπάρκουλης



■ Μετέωρα, Φωτ. Φ. Μαλλή



■ Ι. Μονή Παναγίας Κορώνης, Φωτ. Θ. Γρηγορόπουλος



■ Λίμνη Πλαστήρα, από την Μονή Πελεκήτης,
Φωτ. Β. Συλβεστριάδης



■ Τρίκαλα, Φωτ. Μ. Βέττερ

ΔΥΣΚΟΛΟΙ ΚΑΙΡΟΙ ΔΥΣΚΟΛΕΣ ΚΑΤΑΣΤΑΣΕΙΣ...



Γράφει ο Πρόεδρος της Ε.Ο.Φ. Απόστολος Ψυράκης

Όπως κάθε χρόνο, τέτοια εποχή, ευχόμαστε Καλό Καλοκαίρι – Καλές Διακοπές. Και φέτος οι ευχές μας είναι «ολόψυχες» παρά το ότι γνωρίζουμε ότι μία ομάδα Εοφιτών δεν θα μπορέσει να παραθερίσει στο Μάτι μετά την καταστροφή του κτήματος της ΕΟΦ το 2018. Πιστεύουμε, πάντως, ότι οι ευχές μας θα πραγματοποιηθούν ενώ γνωρίζουμε

ότι οι περισσότεροι από τα μέλη και τους φίλους μας φοβούνται τον συνωστισμό που ίσως προκαλέσει αναθέρμανση του κορονοϊού.

Για το Σωματείο μας, πάντως, η κατάσταση που έχει διαμορφωθεί δεν είναι καλή. Ξεκινήσαμε τη χρονιά με αισιοδοξία και στο προηγούμενο περιοδικό εξαγγείλαμε ένα αισιόδοξο πρόγραμμα εκδρομών και εκδηλώσεων αλλά η έλευση του κορονοϊού αρχές Μαρτίου μας ανάγκασε να αναστείλουμε κάθε δραστηριότητα. Η χρονιά ξεκίνησε με αισιοδοξία ότι θα ανατρέπαμε την μείωση των ημερήσιων εκδρομών και ότι θα εξομαλύνουμε τα θέματα που μας άφησε η πυρκαγιά στο Μάτι αλλά μας βρήκε απροετοίμαστους η πανδημία.

Η ιστορία των 87 ετών ζωής της ΕΟΦ αναφέρει αρκετά «σκαμπανεβάσματα», αρκετές κρίσεις αλλά και πολλές επιτυχίες. Όλες, όμως, οι δυσκολίες αντιμετωπίστηκαν – ανατράπηκαν από προσπάθειες όλων των μελών ή της συντριπτικής πλειοψηφίας των μελών.

Γιαυτό και στο σημείωμα του προηγούμενου τεύχους τονίσαμε ότι απαιτείται συσπείρωση όλων των δυνάμεων που διαθέτει το Σωματείο μας για να αντιμετωπιστούν αυτές οι παροδικές δυσκολίες.

Το Δ. Σ. παρακολουθεί τις εξελίξεις και τις αποφάσεις των λοιμωξιολόγων και θα προγραμματίσει, ανάλογα, μερικές εκδρομές και μερικές εκδηλώσεις πάντα με γνώμονα την υγεία αυτών που θα συμμετάσχουν.

Γι αυτό παρακαλούμε άλλη μία φορά να παρακολουθείτε τα μηνύματα που στέλνουμε με e-mail, την ιστοσελίδα μας και τις αναρτήσεις που κάνουμε στο facebook.



■ Άνδρος, 17-9-11, πορεία Βουρκωτή Αποίκια, Φωτ. Μ. Βέττερ



■ Τζουμέρκα, 2016, Φωτ. Γιώργ. Γκλέτσος



ΕΝΩΣΗ ΟΡΕΙΒΑΤΩΝ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΩΝ

www.eoffisiolatria.gr

ΑΠΟΛΟΓΙΣΜΟΣ ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΟΥ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟΥ

ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΓΕΝΙΚΗ ΣΥΝΕΛΕΥΣΗ ΤΗΣ 12ης ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΥ 2020

Για το διάστημα από 01/01/2019 έως 31/12/2019

Παρουσίασε ο Πρόεδρος της Ε.Ο.Φ. Απόστολος Ψυράκης

Αγαπητοί Εοφίτες,

Σήμερα πραγματοποιείται η Ετήσια Γενική Συνέλευση του Σωματίου μας και όπως αναφέρεται στο Καταστατικό μας θα σας διαβάσω τον Απολογισμό του Δ.Σ. για το διάστημα 01/01/19 - 31/12/19.

Το Δ.Σ. που εξελέγη από την Γενική Συνέλευση του Φεβρουαρίου 2019 έκανε προγράμματα τα οποία υλοποίησε με στόχο κατ' αρχήν την καλή και ομαλή λειτουργία όλων των τμημάτων της Ε.Ο.Φ. Ορισμένα υλοποιήθηκαν με επιτυχία και έχουν μπει οι βάσεις για την υλοποίηση και των υπόλοιπων προγραμμάτων που είχαν στόχο διετίας.

Κατά τομέα θα θέλαμε να αναφέρουμε τα εξής:

ΕΚΔΡΟΜΕΣ

Ο τομέας των εκδρομών ήταν πάντα η κυριότερη δραστηριότητα της Ε.Ο.Φ. διότι από τις εκδρομές αντλεί δύναμη, νέα μέλη, προβολή, γνωριμίες, αίγλη αλλά και έσοδα. Τονίζεται ότι έξω από τις δυνάμεις μας, τα τελευταία χρόνια αρκετοί παράγοντες έχουν επηρεάσει την κίνηση των εκδρομών με αποτέλεσμα να μην έχουμε την επιθυμητή προσέλευση και τα απαραίτητα έσοδα. Έσοδα που είναι ζωτικά για να καλύπτουμε τα σταθερά έξοδα μια και πηγή εσόδων εκτός από τις συνδρομές είναι οι εκδρομές. Το σημερινό Δ.Σ. όπως και τα προηγούμενα, έχει βάλει προτεραιότητα σε αυτόν τον τομέα και σε όλες τις συνεδριάσεις έχει τις εκδρομές σαν 1^ο θέμα συζήτησης.

Σημειώνουμε ότι στις διήμερες και πολυήμερες εκδρομές έχουμε ικανοποιητικά αποτελέσματα τα τελευταία χρόνια. Προσπάθεια γίνεται να αυξήσουμε την συμμετοχή μελών και στις ημερήσιες.

Συνεχίζουμε να τηρούμε το κόστος των ημερήσιων εκδρομών στα 17 ευρώ και παράλληλα έχουμε ειδική τιμή για νέους και για άνεργους. Μειώνουμε επίσης το κόστος των ημερήσιων εκδρομών όταν η προσέλευση είναι μεγάλη σε 50άρι πούλμαν.

Τα αποτελέσματα της εκδρομικής κίνησης αναφέρονται στο φυλλάδιο που διανέμεται και θα το αναλύσει η Έφορος Εκδρομών. Απλά τονίζουμε ότι συνεχίζουμε να υλοποιούμε κάθε χρόνο πετυχημένες εκδρομές στο εξωτερικό, σε αρχαιολογικούς χώρους, σε νησιά, στη διάρκεια εορτών όπως το Πάσχα, τις Απόκριες, τα Χριστούγεννα ή τα Θεοφάνια. Συνεχίζεται επίσης και η δημοφιλή εβδομαδιαία καλοκαιρινή εκδρομή που το 2019 έδωσε την ευκαιρία στους εκδρομείς μας να επισκεφθούν την Λέρο, την Κάλυμνο και άλλα γειτονικά νησάκια.

Επειδή δεν ανανεώθηκε η ορειβατική μας ομάδα με νεότερα στελέχη, δυστυχώς, δεν πραγματοποιούμε πολλές αναβάσεις σε κορυφές. Πάντως οι δύο αναβάσεις που πραγματοποιήσαμε στον Όλυμπο, από δύο πλευρές, μας χαροποίησαν.

Στον τομέα των εκδρομών αναγκαστήκαμε να ακολουθήσουμε τις αποφάσεις της πολιτείας και να δεχόμαστε στις εκδρομές μας μόνο μέλη. Για να υλοποιήσουμε αυτήν την απόφαση δημιουργήσαμε ένα μηχανισμό για την εγγραφή μη μελών που ζητούσαν να συμμετάσχουν στις εκδρομές μας. Η διαδικασία απαιτεί αυξημένη απασχόληση αλλά δεν υπήρχε άλλος τρόπος.

ΚΤΗΜΑ ΣΤΟ ΜΑΤΙ

Παραθεριστική περίοδος στο Μάτι δεν υπήρξε το 2019 ούτε έγινε κάποιο οικοδομικό έργο. Αναμένουμε από την πολιτεία να ανακοινώσει νέο οικοδομικό σχεδιασμό της περιοχής και έναρξη έκδοσης οικοδομικών αδειών.

Το Δ.Σ. όμως συνέχισε τις προσπάθειες με επιτυχία για να αποζημιωθούν οι παραθεριστές – πυρόπληκτοι του 2018.

Το Δ.Σ. επίσης συνέχισε τις επίπονες διαπραγματεύσεις με την ασφαλιστική εταιρεία που είχαμε ασφαλίσει το κτήμα και τους οικίσκους. Τονίζεται ότι με την βοήθεια μιας επιτροπής συμβούλων από μέλη μας, το αποτέλεσμα της διαπραγμάτευσης ήταν ικανοποιητικό.

Ανάλυση της σημερινής κατάστασης θα κάνει ο Έφορος του Κτήματος στο Μάτι.

ΟΡΕΙΝΟΣ ΞΕΝΩΝΑΣ

Είμαστε υπερήφανοι για το κόσμημα που λέγεται Ορεινός Ξενώνας διότι μπορεί να φιλοξενήσει 45/50 άτομα με όλες τις ανέσεις που ελάχιστοι ξενώνες ή καταφύγια μπορούν και στενοχωριόμαστε όταν βλέπουμε ότι τα μέλη μας δεν τον επισκέπτονται συχνά.

Θεωρούμε όμως ότι είμαστε υπερήφανοι



που φιλοξενούμε Σωματεία και ομάδες φίλων που τον χρησιμοποιούν για εκδηλώσεις και σαν ορμητήριο για ορειβασία ή πεζοπορία ή αναρρίχηση στο κοντινό πεδίο σε συνδυασμό με την ανεκτίμητη απόλαυση μιας ομαδικής διανυκτέρευσης στο ύπαιθρο.

Η λειτουργία όμως του Ορεινού Ξενώνα, εκτός από χρήμα και σωστή οργάνωση, απαίτησαν και πολλές προσωπικές ώρες εργασίας. Το Δ.Σ. με αιχμή τον Έφορο Ορεινού Ξενώνα φρόντιζε για την συντήρηση και την ύπαρξη όλων των απαραίτητων υλικών για την φιλοξενία ομάδων.

Εκτός από την απαραίτητη συντήρηση, ολοκληρώθηκε επιτυχώς η εγγραφή στους καταλόγους του Κτηματολογίου.

Ολοκληρώθηκε επίσης και η πολεοδομική τακτοποίηση ορισμένων αυθαιρεσιών - επεκτάσεων που είχαν γίνει στο παρελθόν.

ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ

Συνεχίστηκε με επιτυχία η έκδοση του περιοδικού μας «ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΥΠΑΙΘΡΟ».

Μεγάλη προσπάθεια έγινε ώστε να περιλαμβάνονται όσο γίνεται περισσότερα θέματα που έχουν σχέση με την ζωή της Ε.Ο.Φ. είτε σαν χρονικά, είτε σαν περιγραφές εξορμήσεων, είτε σαν προβληματισμοί, είτε σαν σχόλια με σατυρική διάθεση. Πιστεύουμε ότι η ιστορία και η πορεία της ΕΟΦ καταγράφεται στο περιοδικό δημιουργώντας ένα αρχείο για τα μελλοντικά μέλη μας.

Ευχαριστούμε την Επιτροπή έκδοσης του

περιοδικού και όσους μας δίνουν φωτογραφίες ή κείμενα.

Στα πλαίσια της απαραίτητης μείωσης δαπανών, έχει αποφασιστεί να εκδίδεται 2 φορές τον χρόνο σαν εξαμηνιαία έκδοση.

ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ

Φέτος συνεχίσαμε με επιτυχία την οργάνωση συγκεντρώσεων στα γραφεία μας για προβολή διαφανειών. Συνεχίσαμε επίσης με επιτυχία να οργανώνουμε επισκέψεις σε μουσεία και παρακολούθησης θεατρικών παραστάσεων.

Όπως κάθε χρόνο, αρχές του 2019 γιορτάσαμε στα γραφεία μας την έλευση του Νέου Έτους με κοπή πίτας. Είχαμε αρκετά μεγάλη προσέλευση μελών που συμπλήρωσαν την ζεστή βραδιά με μεζέδες και κρασί. Κοπή πίτας οργανώσαμε επίσης στον Ορεινό μας Ξενώνα σε συνδυασμό με μία ωραία πεζοπορία σε χιονισμένο τοπίο. Σημειώνεται ότι τα φλουριά προσφέρθηκαν από τα μέλη μας Φ. Γιαννακόπουλο και Δ. Μαντά που τους ευχαριστούμε θερμά. Συνεχίσαμε την οργάνωση μαθημάτων παρδοσιακών χορών.

Ανάλυση αυτής της πετυχημένης δραστηριότητας θα κάνει η αρμόδια Έφορος

ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΑ

Στόχος πάντα των Δ.Σ. είναι τα έσοδα να καλύπτουν τα έξοδα. Δυστυχώς αυτός ο στόχος δεν επετεύχθη διότι όπως αναφέρθηκε στον τομέα των εκδρομών τα έσοδα δεν ήταν ικανοποιητικά. Παράλληλα, τα

έξοδα αυξήθηκαν αναφέροντας ενδεικτικά ΕΝΦΙΑ και τακτοποίηση Ορεινού Ξενώνα.

Για να προσαρμοστούμε στις νομικές απαιτήσεις αλλά και για να διευκολυνθούν οι τραπεζικές διαδικασίες δημιουργήσαμε 4 τραπεζικούς λογαριασμούς στο όνομα της ΕΟΦ.

Με την βοήθεια και τις συμβουλές του λογιστή μας τακτοποιήσαμε όλες τις υποχρεώσεις μας.

Ανάλυση της οικονομικής κατάστασης θα κάνει ο αρμόδιος Ταμίας

ΚΑΤΑΣΤΑΤΙΚΟ

Ο αρχικός στόχος του Δ.Σ. να προγραμματίσει ειδική καταστατική συνέλευση για την τροποποίηση ορισμένων άρθρων, δεν επετεύχθη διότι η διαδικασία ήταν χρονοβόρος και απαιτούσε νομική μελέτη. Τονίζεται πάντως ότι δεν υπάρχει αμφισβήτηση στο ότι μετά από περίπου 10 χρόνια από την προηγούμενη τροποποίηση, μερικά άρθρα πρέπει να εκσυγχρονιστούν για να αντιμετωπιστούν νέες νομικές διατάξεις και για να διευκολυνθεί η λειτουργία των Δ.Σ.

ΑΡΧΕΙΟ ΜΕΛΩΝ – ΔΩΡΕΕΣ

Είχαμε αρκετά μεγάλη προσέλευση νέων μελών. Το θέμα όμως δεν είναι συγκρίσιμο διότι όπως προαναφέρθηκε στον τομέα των εκδρομών, η υποχρέωση να εγγραφονται όσοι συμμετέχουν στις εκδρομές, αυξάνει τον αριθμό των μελών.

Η προσπάθεια των Δ.Σ. είναι τώρα να πείσουν τα νέα μέλη μας να ξανασυμμετάσχουν και σιγά – σιγά να παραμείνουν δραστήρια μέλη της ΕΟΦ.

Το Δ.Σ. επικύρωσε το προηγούμενο καθεστώς εγγραφής 5 ευρώ και ετήσιας συνδρομής 15 ευρώ.

Μελετήθηκαν όλα τα στοιχεία των δοκίμων μελών και αποφασίστηκε η μετεγγραφή 11 δοκίμων μελών στα αρχεία των τακτικών μελών.

Παράλληλα αποφασίστηκε η διαγραφή 31 μελών που δεν πληρούσαν τις προϋποθέσεις.

Παράλληλα, αποφασίστηκε να ανακηρύξει Δωρητές 8 μέλη μας που προσέφεραν στην ΕΟΦ πάνω από 1500 ευρώ, τους Ιωάννη Οικονόμου, Νικήτα Οικονόμου, Λουκά Χρά, Γιαννούλα Χαλάτση, Παναγιώτη Πίκουλα, Ιωάννη Μεταξά, Δημήτρη Παγουλάτο και Κατερίνα Δραγώνα.

Αποφασίστηκε επίσης να ανακηρύξει Ευερ-



γέτες 2 μέλη μας την Έρση Καφετζοπούλου και τον Δημήτρη Αρμενιάκο που προσέφεραν πάνω από 3000 ευρώ.

Η προσφορά των Δωρητών και των Ευεργετών είναι για ενίσχυση του κονδυλίου που συγκεντρώνεται για το Κτήμα στο Μάτι.

Μεγάλο ευχαριστώ απαιτείται και σε άλλα ανώνυμα μέλη μας που προσέφεραν υλικά ή κόστος εργασιών.

Ευχόμαστε να τους μιμηθούν και άλλα μέλη μας διότι η σωστή και καλή λειτουργία του Σωματείου μας απαιτεί μεγάλα έξοδα.

ΣΥΝΕΔΡΙΑΣΕΙΣ Δ.Σ.

Το Δ.Σ. συνεδρίασε 27 φορές και όλες οι αποφάσεις ελήφθησαν είτε ομόφωνα είτε με συντριπτική πλειοψηφία.

Τονίζεται ότι επιλαχόντα μέλη από τις αρχαιρεσίες, συμμετείχαν σε πολλές συνεδριάσεις και βοήθησαν πραγματικά.

ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΕΣ

Συνεχίζουμε την καλή συνεργασία με την Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε. και βασιζόμαστε στις συμβουλές της και τις υποδείξεις της.

Είμαστε σε επαφή με άλλα Σωματεία και συμμετέχουμε σε εκδηλώσεις, σε ορειβατικές συγκεντρώσεις και σε άλλες δραστηριότητες.

ΠΕΝΘΗ

Κατά τη διάρκεια της χρονιάς που μας πέρασε χάσαμε μερικά μέλη μας, αρκετούς συγγενείς μας και αρκετούς φίλους της ΕΟΦ. Πρέπει να αναφέρουμε τον Ψυρόπουλο Μίμη, τον Αγγελόπουλο Τάσο, τον Καλογερόπουλο Ερωτόκριτο, τον Ορφανό Δημήτρη, τον Λαδικό Διονύση, την Κούρου Καίτη, την Παντάλη Ισμήνη. Παρακαλούμε λοιπόν την συνέλευση να κρατήσει ενός λεπτού σιγή στη μνήμη αυτών των ανθρώπων.

Ευχαριστούμε για την παρουσία σας και αναμένουμε στην συνέχεια όχι μόνο την κριτική σας αλλά και τις προτάσεις σας ώστε το Δ. Σ. να εργαστεί με πιά πολλά εφόδια για τον κοινό μας στόχο : την Ε.Ο.Φ.

Α. ΨΥΡΑΚΗΣ ΕΚ ΜΕΡΟΥΣ ΤΟΥ Δ.Σ.

Α Ν Α Κ Ο Ι Ν Ω Σ Η

Σας γνωρίζουμε, ότι μετά την αποχώρηση της Μαρίας Κοσμαδάκη από το Δ. Σ. μέχρι το 2021 έχει ως εξής:

ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΟ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ

ΠΡΟΕΔΡΟΣ	ΨΥΡΑΚΗΣ ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ
ΑΝΤΙΠΡΟΕΔΡΟΣ	ΔΡΑΓΩΝΑ ΚΑΤΕΡΙΝΑ
ΓΕΝΙΚΟΣ ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ	ΤΣΟΥΤΣΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ
ΕΙΔΙΚΟΣ ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ	ΤΖΙΒΙΑΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ
ΤΑΜΙΑΣ	ΝΙΝΤΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ
ΕΦΟΡΟΣ ΕΚΔΡΟΜΩΝ	ΒΕΤΤΕΡ ΜΑΓΙΑ
ΕΦΟΡΟΣ ΓΡΑΦΕΙΩΝ	ΠΕΤΡΟΠΟΥΛΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ
ΕΦΟΡΟΣ ΟΡΕΙΒΑΣΙΑΣ	ΜΟΥΖΑΚΙΤΟΥ ΕΛΕΝΗ
ΕΦΟΡΟΣ ΚΤΗΜΑΤΟΣ ΣΤΟ ΜΑΤΙ	ΚΑΦΕΤΖΟΠΟΥΛΟΣ ΦΩΤΗΣ
ΕΦΟΡΟΣ ΟΡΕΙΝΟΥ ΞΕΝΩΝΑ	ΣΥΛΒΕΣΤΡΙΑΔΗΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ
ΕΦΟΡΟΣ ΕΚΔΗΛΩΣΕΩΝ - ΔΗΜ. ΣΧΕΣΕΩΝ	ΑΓΓΕΛΟΠΟΥΛΟΥ ΘΕΜΙΣ

ΑΝΑΠΛΗΡΩΜΑΤΙΚΑ ΜΕΛΗ

ΤΣΟΛΑΚΗ ΑΣΗΜΙΝΑ, ΚΙΝΤΑΤΖΗΣ ΣΤΕΛΙΟΣ

ΠΕΙΘΑΡΧΙΚΟ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ

ΜΠΑΡΚΟΥΛΗ ΕΦΗ
ΒΑΓΙΑΤΙΔΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ
ΜΑΝΤΑΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ

ΑΝΑΠΛΗΡΩΜΑΤΙΚΑ ΜΕΛΗ
ΟΙΚΟΝΟΜΟΥ ΙΩΑΝΝΗΣ

ΕΞΕΛΕΚΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ

ΜΠΑΡΚΟΥΛΗΣ ΧΡΗΣΤΟΣ
ΣΤΑΣΗ ΒΑΣΩ
ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΙΔΟΥ ΚΙΚΗ

ΑΝΑΠΛΗΡΩΜΑΤΙΚΑ ΜΕΛΗ
ΜΕΣΣΑΡΗ ΜΑΡΙΑ
ΤΖΙΜΟΠΟΥΛΟΥ ΝΟΤΑ

ΕΠΙΤΡΟΠΕΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΕΡΙΟΔΟ 2019-2021

Φίλες και φίλοι ΕΟΦίτες

Οι δραστηριότητες της ΕΟΦ είναι πολλές και διαφορετικές. Οι εκδρομές πρέπει να έχουν ορειβατικό αλλά και τουριστικό ενδιαφέρον. Το κτήμα και ο Ορεινός Ξενώνας έχουν ανάγκες λειτουργικές αλλά και ανακαίνισης της κτιριακής τους υποδομής. Τέλος οι πολιτιστικές εκδηλώσεις αποτελούν ένα απαραίτητο συμπλήρωμα για την ζωή του Συλλόγου. Περιλαμβάνουν ξεναγήσεις σε μουσεία και αρχαιολογικούς χώρους, θεατρικές παραστάσεις και εκδηλώσεις στα γραφεία στον Ορεινό Ξενώνα και στο κτήμα. Έχει λοιπόν εδώ και χρόνια ο Σύλλογος αποφασίσει την σύσταση γνωμοδοτικών επιτροπών. Σε αυτές προεδρεύουν οι αντίστοιχοι έφοροι και μετέχουν μέλη του Συλλόγου εντός και εκτός του Διοικητικού Συμβουλίου. Η διάρκεια των επιτροπών είναι διετής όση και του Διοικητικού Συμβουλίου εκτός αν με άλλη απόφαση καταργηθούν ή αλλάξουν μέλη τους.

ΣΥΣΤΑΣΗ ΕΠΙΤΡΟΠΩΝ ΑΠΟ ΤΟ Δ. Σ. (ΠΕΡΙΟΔΟΣ 2019-2021)

ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΕΚΔΗΛΩΣΕΩΝ

Κωνσταντινίδου Κική, Μουζακίτου Ελένη, Πετροπούλου Όλγα, Σπανογιαννοπούλου Νέλλη
Τσολάκη Μίνα

ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΕΚΔΡΟΜΩΝ

Αγγελόπουλου Θέμις, Κοσμαδάκη Μαρία, Μπαρκούλη Έφη, Νίντος Νικόλαος, Στάση Βάσω
Τσούτσος Νικόλαος

ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΟΡΕΙΝΟΥ ΞΕΝΩΝΑ

Βέττερ Μάγια, Δραγώνα Κατερίνα, Καφετζόπουλος Φώτης, Κοσμαδάκη Μαρία,
Μπενάς Δημήτριος, Τσούτσος Νικόλαος

ΕΝΩΣΗ
ΟΡΕΙΒΑΤΩΝ
ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΩΝ



ΕΤΟΣ ΙΔΡΥΣΕΩΣ 1993

Facebook Θα μας βρείτε στο:

ΕΝΩΣΗ ΟΡΕΙΒΑΤΩΝ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΩΝ

<https://www.facebook.com/eoffisiolatria/>

Κοινωνικά

ΝΕΑ ΜΕΛΗ

1) Βασιλειάδης	10) Νταβαρίνου
Διονύσιος	Αγγελική
2) Βοβώνη Λώρα	11) Πατίλη
3) Γανέλη Λένια	Κωνσταντίν
4) Καπόν Νεφέλη	12) Πούλος Γρηγόρης
5) Καρδάση Φωτεινή	13) Σεβαστοπούλου
6) Κοκκίνου Αθηνά	Αγγελική
7) Λιοδάκη Ιωάννα	14) Χαριτάκης Σπύρος
8) Μαλτέζου Ελένη	15) Χρας Σπυρίδων
9) Μιχαλοπούλου	16) Χρονοπούλου
Αναστασία	Παναγιώτα

ΝΕΑ ΑΝΤΕΠΙΣΤΕΛΛΟΝΤΑ ΜΕΛΗ

Καούρη Παρασκευή

ΔΩΡΕΕΣ

Για το κτήμα στο Μάτι προσέφεραν οι:

- Δημήτρης Παγουλάτος 1800 ευρώ
- Θεόδωρος Σκλάβος 100 ευρώ
- Βασιλική Παντέ 600 ευρώ
- Ανδρέας Μεντής 100 ευρώ
- Απόστολος Ψυράκης 1850 ευρώ
- Νικόλαος Πετρόπουλος 2000 ευρώ

ΓΕΝΝΗΣΕΙΣ

Ο Γιώργος και η Μαίρη Μουρίκη απέκτησαν το πρώτο τους δισέγγονο, ένα υγιέστατο κοριτσάκι. Τις θερμές μας ευχές σε όλη την οικογένεια

ΓΑΜΟΙ

Η κόρη του Λουκά και της Ευαγγελίας Χρά, Ελίνα παντρεύτηκε τον αγαπημένο της Σωτήρη. Τις θερμότερες ευχές μας

ΠΕΝΘΗ

Απεβίωσε ο Γιώργος Καστανιάς
Τα θερμά μας συλλυπητήρια στην οικογένειά του

Η ΕΛΕΝΗ ΜΟΥΖΑΚΙΤΟΥ ΣΤΟ Δ.Σ. ΤΗΣ Ε.Ο.Φ.

Η γνωστή σε όλους μας Ελένη Μουζακίτου ως πρώτο αναπληρωματικό μέλος για το Δ.Σ. της Ε.Ο.Φ. αντικατέστησε την Μαρία Κοσμαδάκη που αποχώρησε.

Καλωσορίζουμε την Ελένη και της ευχόμαστε δύναμη στα νέα της καθήκοντα.

Το Διοικητικό Συμβούλιο

Αντίο Φίλε Γιώργο Καστανιά

Γράφει ο Δημήτρης Παγουλάτος

Ήταν Νοέμβριος του 1973. Η Ε.Ο.Φ. έκανε μια εκδρομή στο Χελμό, με ανάβαση από την Περιστέρα και τα ύδατα της Στυγός. Πρώτη φορά πήγαινα ορειβατική εκδρομή και πρώτη φορά γνώριζα την Ε.Ο.Φ. Μέσα στους ορειβάτες ήταν και ο Γιώργος Καστανιάς, μέλος του Συλλόγου. Μετά από τις συστάσεις που μας έκανε ο Βαγγέλης Δενδρινός, αφού ήταν γνωστοί από προηγούμενες εκδρομές και αναβάσεις, έγινα και εγώ μέλος της παρέας.

Η εκδρομή ήταν μια επίπονη, αλλά μοναδικής ομορφιάς και εντυπώσεων εμπειρία. Το σπουδαίο

και σημαντικό για μένα ήταν η γνωριμία μου με τον Γιώργο. Μια γνωριμία που κράτησε από την εκδρομή στο Χελμό, έως και την ημέρα που έφυγε για πάντα.

Ο Γιώργος ήταν ένας ορειβάτης, ένας φυσιολάτρης, με υπερβολική γνώση και αγάπη για το βουνό και τη φύση. Δεν δημιουργούσε προβλήματα στην εκδρομή, λάτρης της παρέας, του τραγουδιού, του μεζέ και του καλού κρασιού.

Ο Γιώργος ήταν ένας πολύ καλός οικογενειακός φίλος για μένα. Μαζί με την Άννα την αδελφή του, είμαστε σαν μια οικογένεια, που ακόμα και στην Πάρο που πήγαιναν τα καλοκαίρια ήμουν μαζί τους πολλές φορές.

Στους περισσότερους εκδρομικούς Συλλόγους της Αττικής, είχε φίλους και πήγαινε κάθε Κυριακή εκδρομή, διαλέγοντας φίλους και βουνό. Με πρώτη επιλογή την Ε.Ο.Φ. και τους Εοφίτες.

Τι να πρωτοπώ για τον Γιώργο, τον ορειβάτη, τον φυσιολάτρη, τον φίλο, τον άνθρωπο. Πολλές φορές στάθηκε κοντά σε συνανθρώπους μας που είχαν ανάγκη και χρειαζόταν βοήθεια.

Καλό ταξίδι Φίλε Γιώργο, καλό Παράδεισο, είμαι σίγουρος ότι θα συναντήσεις, πολλούς φίλους, πολλούς φυσιολάτρες πολλούς ανθρώπους, με καρδιά.

Αντίο Φίλε.....



ΕΣΠΕΡΙΝΟΣ ΚΑΙ ΑΡΤΟΚΛΑΣΙΑ ΣΤΟ ΕΚΚΛΗΣΑΚΙ ΤΟΥ ΚΤΗΜΑΤΟΣ ΣΤΟ ΜΑΤΙ

Την Κυριακή 19/07/2020 παραμονή της εορτής του Προφήτη Ηλία στις 19:00 θα πραγματοποιηθεί Εσπερινός και Αρτοκλασία στο εκκλησάκι του Κτήματός μας στο Μάτι Αττικής

Διατηρώντας την παράδοση χρόνων και φέτος με αυτήν την εκδήλωση εορτής και μνήμης συνεχίζουμε να δίνουμε το παρόν για την σύσφιξη των σχέσεων μεταξύ των μελών μας και με την ελπίδα, ότι σύντομα θα ξεπεραστούν τα προβλήματα και θα ξαναζήσουμε ξέγνοιαστες μέρες μέσα στο αγαπημένο μας καλοκαιρινό καταφύγιο.



Ανακοίνωση:

ΔΡΟΜΟΛΟΓΙΟ ΠΟΥΛΜΑΝ

Στις εκδρομές μας προς **Λαμία** επιβίβαση-αποβίβαση των εκδρομέων γίνεται από την **αφετηρία** και στα 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

- Υπό κανονικές συνθήκες τα Γραφεία της Ε.Ο.Φ. από 1η Σεπτεμβρίου έως 30 Ιουνίου λειτουργούν καθημερινά 17.30 έως 16.30

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 ή πολυήμερες εκδρομές επιβαρύνονται με τα έξοδα διανυκτέρευσης. Η έκπτωση ισχύει μόνο για το πούλμαν.

Το Διοικητικό Συμβούλιο

ΕΝΩΣΗ ΟΡΕΙΒΑΤΩΝ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΩΝ ΠΡΟΣ ΜΕΛΗ ΚΑΙ ΦΙΛΟΥΣ

Αγαπητά μέλη και φίλοι της Ε.Ο.Φ.

Με την επιστροφή σε μια μέτρια κανονικότητα της καθημερινής ζωής μας λόγω κορονοϊού θέλουμε να ευχηθούμε υγεία σε όλους καλό Καλοκαίρι και καλό Φθινόπωρο.

Η μερική αναστολή των δραστηριοτήτων της Ε.Ο.Φ. θα συνεχιστεί και τα γραφεία μας θα παραμείνουν κλειστά μέχρι την ολοκληρωτική άρση των προληπτικών μέτρων, η δε επικοινωνία μας θα γίνεται ηλεκτρονικά και τηλεφωνικά.

Για εκδρομές και εκδηλώσεις με ατομικά μεταφορικά μέσα θα σας ενημερώνουμε τακτικά. Εξετάζουμε εναλλακτικές για την πραγματοποίηση κάποιων ημερήσιων εξορμήσεων κατά τους καλοκαιρινούς μήνες, που θα εξαρτηθούν βασικά από την διάθεση των μελών μας για συμμετοχή.

Ευχόμαστε η χώρα μας να επανέλθει σύντομα σε ομαλή οικονομική και κοινωνική λειτουργία και να βρει τους ρυθμούς της χωρίς κίνδυνο για τους συνανθρώπους μας. Ας μείνουμε δυνατοί και αισιόδοξοι.

Υπενθυμίζουμε:

Τηλέφωνα επικοινωνίας **210 380 7093** ή **697 685 5659**

e-mail: eof@otenet.gr, Ιστοσελίδα: www.eoffisiolatria.gr

www.facebook.com/eoffisiolatria/

Με φυσιολατρικούς χαιρετισμούς **Το Διοικητικό Συμβούλιο**

Μαθήματα για Παραδοσιακούς Χορούς

ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΝΑΡΞΗ ΤΩΝ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ

ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΩΝ ΧΟΡΩΝ ΘΑ ΥΠΑΡΞΕΙ

ΕΜΗΜΕΡΩΣΗ ΠΡΟΣ ΤΟΥΣ ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΜΕΝΟΥΣ

ΟΤΑΝ ΠΡΟΓΡΑΜΑΤΙΣΤΕΙ Η ΕΝΑΡΞΗ

ΑΠΟΧΩΡΗΣΕ Η ΜΑΡΙΑ ΚΟΣΜΑΔΑΚΗ ΑΠΟ ΤΟ Δ.Σ. ΤΗΣ Ε.Ο.Φ.

Ευχαριστούμε την Μαρία Κοσμάδακη για τις πολύχρονες υπηρεσίες της που ακούραστη και χαμογελαστή πάντα παρούσα προσέφερε την θετική συμβολή της για την ομαλή λειτουργία του Σωματείου μας, σε κάθε ανάγκη που παρουσιαζόταν.

Επίσης είναι σε όλους γνωστή η συμμετοχή της σε όλα τα δρώμενα της Ε.Ο.Φ. όπως και η πολύ πλούσια πεζοπορική της δραστηριότητα σαν μέλος καθώς και για πολλά χρόνια η συμμετοχή της στα Δ.Σ. του Σωματείου μας.

Της ευχόμαστε τα καλύτερα για την ζωή της καθώς και ευελπιστούμε ότι θα απολαμβάνουμε την παρέα της για πολλά – πολλά χρόνια ακόμα.

Το Διοικητικό Συμβούλιο



Η ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΙΑΤΙΚΗ ΕΚΔΡΟΜΗ ΤΗΣ ΕΟΦ, 24 ΕΩΣ 27 ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ 2019



Κείμενο Φωτεινή Μαλλή

Την Τρίτη 24 Δεκεμβρίου 2019, παραμονή Χριστουγέννων και νωρίς το πρωί ξεκινούμε από την Αθήνα για να επισκεφθούμε τα Τρίκαλα, την λίμνη Πλαστήρα και τα βουνά της Νότιας Πίνδου. Αυτή είναι η φετινή χριστουγεννιάτικη εκδρομή της ΕΟΦ, και θα διαρκέσει από τις 24 έως και τις 27 Δεκεμβρίου. Ο καιρός είναι θαυμάσιος και όπως πάντα όταν φεύγουμε μια ευχάριστη και ενθουσιώδης βοή αντηχεί σε όλο το εκδρομικό μας λεωφορείο μια και αφήνουμε την Αθήνα και όλα όσα αυτή αντιπροσωπεύει πίσω μας, και αναχωρούμε για καινούργιους προορισμούς. Φθάνοντας στα Τρίκαλα τακτοποιούμαστε στο ξενοδοχείο μας, το ΝΤΙΝΑ, που βρίσκεται στο κέντρο της πόλης και στον πεζόδρομο της οδού Ασκληπιού και αναχωρούμε τάχιστα για να

επισκεφθούμε το κάστρο, την παλιά πόλη, το λεγόμενο Βαρούσι και ότι άλλο προλάβουμε.

Τα Τρίκαλα είναι κτισμένα πάνω στην αρχαία Τρίκκη, πόλη με ιδιαίτερη ακτινοβολία κατά την αρχαιότητα μια και εδώ είχε γεννηθεί ο θεός Ασκληπιός γύρω στο 1250 π.Χ., και εδώ είχε ιδρυθεί το αρχαιότερο και επιφανέστερο Ασκληπιείο της Ελλάδας κατά τον γεωγράφο του 1^{ου} π.Χ. αιώνα (Στράβων θ' 437). Η αρχαιότερη γραπτή μνεία της Τρίκκης βρίσκεται στην β' Ραψωδία της Ιλιάδας του Ομήρου, στον λεγόμενο Κατάλογο Νηών, όπου αναφέρεται ότι η Τρίκκη συμμετείχε στην εκστρατευτική δύναμη κατά της Τροίας με 40 πλοία και αρχηγούς τους **δυο γιατρούς γιους του Ασκληπιού, Μαχάονα και Ποδαλείριο**.

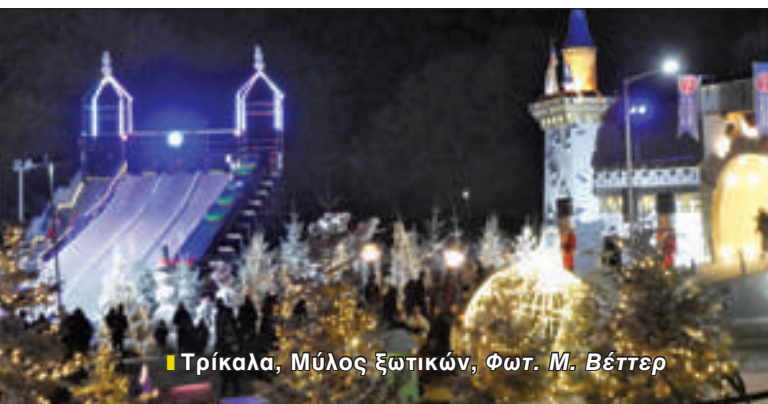
Σήμερα οι αρχαιολόγοι υπολογίζουν ότι το κυρίως Ασκληπιείο βρίσκεται κάτω από την παλιά πόλη, το Βαρούσι, στους πρόποδες του λόφου του Φρουρίου ενώ το άγαλμα του θεού από τον γλύπτη Θεόδωρο κοσμεί μία από τις γέφυρες του ποταμού Ληθαίου που διασχίζει την πόλη και είναι παραπόταμος του Πηνειού. Το όνομα του ποταμού (Ποτάμι της λήθης, της λησμονιάς) πιθανόν σχετιζόταν με το Ασκληπιείο της Τρίκκης γιατί σ' αυτό ο άρρωστος ξεχνούσε τον πόνο του.

Ο Μαχάοντας ήταν χειρουργός και ο Ποδαλείριος ήταν έμπειρος πρακτικός γιατρός. Κατά τη διάρκεια του Τρωϊκού πολέμου είχαν απαλλαγεί από τα πολεμικά τους καθήκοντα για να έχουν χρόνο να θεραπεύουν το στράτευμα από τις πληγές και τις ασθένειες που μαστιζόταν. Ακόμα και τον Μενέλαο θεράπευσαν αλλά και τον Φιλοκτήτη που βασανιζόταν επί δέκα χρόνια από μια φρικτή πληγή παρατημένος μονάχος του στη Λήμνο. Το νερό ήταν βασικό στοιχείο της θεραπείας που πρόσφεραν τα Ασκληπιεία γι' αυτό ήταν όλα χτισμένα κοντά σε κάποια πηγή.

Τα Ασκληπιεία εκείνη την εποχή διοικούσαν από τον πρωθιερέα (ο πρώτος ιερέας), τον πυροφόρο (ο δεύτερος), μετά ήταν οι ιερομνήμονες και οι θεράποντες δηλ. γιατροί που είχαν ιδιότητες όπως ερμηνευτές ονείρων, μαλάκτες, χειρουργοί, υδροθεραπευτές, φαρμακοποιοί, νοσοκόμοι.

Σαν Τρίκαλα με τη σημερινή τους ονομασία αναφέρονται για πρώτη φορά από την Βυζαντινή πριγκίπισσα Άννα Κομνηνή στην περίφημη Αλεξιάδα της, το ιστορικό έργο της εποχής της (1069-1148).

Τα σημερινά Τρίκαλα είναι μία εξαιρετικά σύγχρονη πόλη. Είναι η πρώτη πόλη της Ελλάδας με τεχνολογία 5G από το 2018 (ναι, αυτό



■ Τρίκαλα, Μύλος ξωτικών, Φωτ. Μ. Βέττερ



■ Τρίκαλα, Μύλος ξωτικών, Φωτ. Μ. Βέττερ



■ Λίμνη Πλαστήρα, Φωτ. Φ. Μαλλή

το 5G για το οποίο τόσα αντιφατικά έχουν γραφτεί και του οποίου τους πύργους γκρέμισε η Καλαμάτα που δεν δέχτηκε την εγκατάστασή του), η πόλη με τον μεγαλύτερο ποδηλατόδρομο στην Ελλάδα και με 30.000 ποδήλατα, όπου 7 στους 10 κατοίκους χρησιμοποιούν το ποδήλατο για τις καθημερινές τους μετακινήσεις, με απόλυτο σεβασμό των οδηγών αυτοκινήτων για τους ποδηλάτες όπως διαπιστώσαμε και εμείς με τα μάτια μας, και επίσης η πρώτη πόλη που εφάρμοσε και εφαρμόζει πλήρως τον αντικαπιτιστικό νόμο από το 2017. Στα Τρίκαλα επίσης έγινε και η πιο επιτυχημένη στον κόσμο πιλοτική χρήση αστικών λεωφορείων χωρίς οδηγό!

Εμείς περνάμε το απόγευμα στο Βυζαντινό Κάστρο της πόλης που κατασκευάστηκε από τον Ιουστινιανό το 530 μ.Χ., πάνω στα θεμέλια των τειχών της αρχαίας ακρόπολης του 5ου π.χ. αιώνα και που επισκευάστηκε αργότερα από τους Τούρκους. Εδώ η θέα της πόλης, των γύρω βουνών και του κάμπου είναι εκπληκτική. Το κάστρο κοσμεί ο πύργος του ρολογιού πίσω από μία λιμνούλα, ενώ δίπλα λειτουργεί ένα cafe-εστιατόριο.

Κάτω από τον λόφο του κάστρου, βρίσκεται το Βαρούσι, η χριστιανική συνοικία επί Τουρκοκρατίας, με πολλές εκκλησίες και όμορφα αρχοντικά με περίτεχνη διακόσμηση, ενώ στη συνέχεια και μέχρι την κεντρική πλατεία είναι τα παλιά Μανάβικα, γειτονιά της παλιάς πόλης με χαρακτηριστική, ομοιόμορφη αρχιτεκτονική και μερικές από τις καλύτερες ταβέρνες της πόλης. Εμείς όμως πρέπει να γυρίσουμε πίσω γρήγορα γιατί στις 19.00 θα συναντηθούμε όλοι μαζί για να επισκεφθούμε τον περίφημο και πολυδιαφημισμένο Μύλο των Ξωτικών, στον Αλευρόμυλο Ματσόπουλου.

Περιμένοντας να δω ένα τυπικό χριστουγεννιάτικο χωριό όπως αυτά που έχουμε ξαναεπισκεφτεί με την Ε.Ο.Φ., έμεινα πραγματικά έκθαμβη. Η ομορφιά, η πολυτέλεια, και η διακόσμηση των κτιρίων με χριστουγεννιάτικα θέματα είναι πρωτοφανής. Στο πάρκο ξετυλίγονται ταυτόχρονα διάφορες παραμυθο-δράσεις όπως το Βασίλειο των Ζαχαρωτών, η Μαγική Διαδρομή, η Μουσική σκηνή όπου ηθοποιοί παίζουν για τα παιδιά, το κάστρο «Παγωμένο Βασίλειο» που το φρουρούν οι μολυβένιοι στρατιώτες, το καρουσέλ με τα άλογα και τους ελέφαντες αλλά και το ποτάμι που περνάει κατά μήκος του πάρκου και έχει διακοσμηθεί με τους τάρανδους του Αγίου Βασιλή, όλα αυτά είναι πολλά για μένα και δεν προλαβαίνω να τρέχω και να φωτογραφίζω. Θα ήθελα να έμεινα εδώ όλη τη νύχτα, αλλά δυστυχώς πρέπει να φύγουμε. Μας περιμένει το δείπνο της παραμονής με τραγούδια και χορό στα «Καρδισσομάγουλα»,

και στις 8.30 φεύγουμε.

Ο Μύλος των Ξωτικών θεωρείται το μεγαλύτερο και πλουσιότερο χριστουγεννιάτικο θεματικό πάρκο της Ελλάδας, τόσο που έχει δημιουργήσει χειμερινό τουρισμό στην περιοχή και έχει εμπνεύσει τη δημιουργία μικρότερων χριστουγεννιάτικων χωριών σε διάφορες περιοχές. Στεγάζεται στον μύλο Ματσόπουλου, αρχιτεκτονικό και βιομηχανικό μνημείο του 1884 και σήμερα μουσείο, που περιβάλλεται από ένα πάρκο 90 στρεμμάτων που το διατρέχει ποτάμι, και το οποίο έχει δωρηθεί όλο στο Δήμο. Οι Τρικαλινοί είναι πραγματικά πολύ τυχεροί να το έχουν στην πόλη τους!

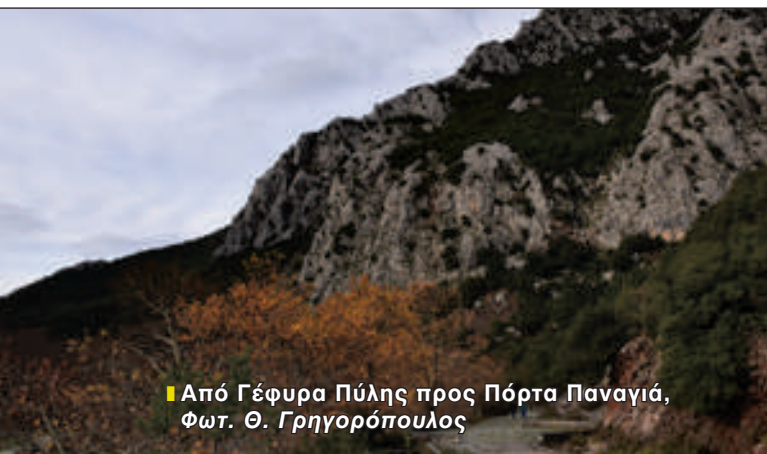
2^η Μέρα: Χριστούγεννα 25/12/2019 Τη δεύτερη μέρα της εκδρομής μας, ανήμερα των Χριστουγέννων, εμείς φεύγουμε από το Dínas στις 8.30 για το Τσαρδάκι, όπου όλη η ομάδα μαζί επισκέπτεται την



■ Η Πόρτα Παναγιά στην Πύλη, Φωτ. Β. Σουλβεστριάδης



■ Τρίκαλα, Φωτ. Θ. Γρηγορόπουλος



■ Από Γέφυρα Πύλης προς Πόρτα Παναγιά, Φωτ. Θ. Γρηγορόπουλος

Μονή Κορώνης. Το μοναστήρι αυτό κτίζεται αρχικά το 1123 από τον αυτοκράτορα Ιωάννη Β' Κομνηνό αλλά ξανακτίζεται μετά από μεγάλο σεισμό τον 16^ο αιώνα. Η περίοπτη θέση του που επιβλέπει όλο τον κάμπο της Καρδίτσας και στέκεται σαν κορώνα στην άκρη του έδωσε και το όνομά του. Το εσωτερικό του είναι κατάγραφο με αγιογραφίες του 1587. Η εικόνα της Παναγίας του 11^{ου} αιώνα, γλύτωσε από θαύμα τη φωτιά που έβαλαν οι Γερμανοί το 1943, και έτσι σώθηκε και ο ναός. Καταστράφηκε βέβαια η πλούσια βιβλιοθήκη του μοναστηριού που ήταν γεμάτη από αρχαία χειρόγραφα ανεκτίμητης αξίας. Επίσης εδώ ασκήτευσε ο Άγιος Σεραφείμ ο Νεομάρτυς που μαρτύρησε το 1.601 από τους Τούρκους. Από εκεί προχωράμε για το Τσαρδάκι όπου θα κατέβει η ορειβατική ομάδα. Το Τσαρδάκι είναι το πιο φημισμένο εξοχικό κέντρο



■ Μετέωρα, Φωτ. Θ. Γρηγορόπουλος



■ Η Γέφυρα της Πύλης, Φωτ. Θ. Γρηγορόπουλος

στην περιοχή λίγο πριν τη Μονή Κορώνας. Πήρε το όνομά του από ένα ξύλινο στέγαστρο που υπήρχε εδώ σε ξέφωτο του δάσους πριν ακόμα σχηματιστεί η λίμνη Πλαστήρα κάτω από το οποίο οι πρόκριτοι από τα χωριά των Αγράφων με τους Τούρκους αξιωματούχους συζητούσαν τα προβλήματα των χωριών από τον 16ο έως και τα τέλη του 18ου αιώνα.

Φεύγοντας από το Τσαρδάκι η περιηγητική ομάδα επισκέπτεται το Φράγμα του ποταμού Ταυρωπού και κάνει τον γύρο της τεχνητής λίμνης Πλαστήρα. Η ομορφιά του τοπίου είναι ασύγκριτη, καθώς η λίμνη περιβάλλεται από ψηλά κατακόρυφα βουνά κατάφυτα με έλατα τα οποία φθάνουν μέχρι τις όχθες της, το δε φράγμα πάνω στο οποίο στεκόμαστε και φωτογραφίζουμε και που αναχαιτίζει όλη τη λίμνη είναι ένα σπουδαίο τεχνικό έργο της εποχής του.

Η Λίμνη Πλαστήρα ή Ταυρωπού βρίσκεται στη θέση του παλιού οροπεδίου της Νεβρόπολης στο Νομό Καρδίτσας. Σχηματίστηκε το 1959 με την ολοκλήρωση του φράγματος στις αρχές του ποταμού Ταυρωπού ή Μέγδοβα, η δε ιδέα για την κατασκευή της αποδόθηκε στον στρατιωτικό και πολιτικό Νικόλαο Πλαστήρα, ο οποίος επισκέφθηκε το χωριό του το 1935 και βλέποντας τις καταστροφικές πλημμύρες από συνεχείς βροχοπτώσεις, είπε πως «εδώ μια μέρα θα γίνει λίμνη». Μέχρι τότε όλη αυτή η έκταση ήταν ένα καλλιεργημένο οροπέδιο που βρεχόταν από δεκάδες πηγές από τις γύρω βουνοκορφές και που με τα νερά τους σχημάτιζαν την κοίτη του ποταμού Μέγδοβα στο κέντρο του οροπεδίου.

Η χρηματοδότηση του έργου έγινε από χρήματα που χρωστούσε η Ιταλία στην Ελλάδα (πολεμικές επανορθώσεις)! Το νερό της λίμνης είναι αυτό που τρέχει στις βρύσες της Καρδίτσας και των γύρω κοινοτήτων, από αυτό αρδεύονταν αρχικά τα 150.000 στρέμματα και σήμερα 450.000 στρέμματα από βαμβακοχώραφα στον κάμπο της Καρδίτσας και τέλος από αυτό φωτίζεται όλη η περιοχή, καθώς εκεί κοντά, στο χωριό Μητρόπολη, βρίσκεται το υδροηλεκτρικό εργοστάσιο. Οι Καρδίτσιώτες για να τιμήσουν τον Πλαστήρα, του έχουν στήσει ένα τεράστιο άγαλμα στην κεντρική πλατεία τους.

Η επόμενη στάση μας είναι το μοναστήρι της Παναγίας Πελεκητής βορειοδυτικά του χωριού Καρίτσα, ένα εκπληκτικό μοναστήρι κτισμένο στην άκρη ενός γκρεμού το 1529 σύμφωνα με επιγραφή που βρέθηκε στο ναό. Βρίσκεται σε υψόμετρο 1600μ. και επιβλέπει όλη τη λίμνη Πλαστήρα, τον κάμπο Καρδίτσας και τα Άγραφα. Ονομάστηκε έτσι γιατί πελεκήθηκε μέσα στο βράχο, έχει δε δύο ναούς: ο πρώτος ένας μικρός μονόχωρος ναός αφιερωμένος στην Ανάληψη του Σωτήρος με εκπληκτικές τοιχογραφίες του 1654 και ο δεύτερος, ο κυρίως ναός, αφιερωμένος στην Παναγία Φανερωμένη με επίσης εκπληκτικές τοιχογραφίες του 1666. Και οι δύο ναοί έχουν θαυμάσιο ξυλόγλυπτο και επίχρυσο τέμπλο, με εικόνες της Κρητικής σχολής. Οι ξύλινες σκάλες, οι ναοί μέσα στο βράχο, τα κελιά, η μουσική καταπακτή, τα μικρά παράθυρα κι οι πολεμίστρες, όλα μας υποβάλουν σε μια Βυζαντινή, κατανυκτική ατμόσφαιρα. Η μονή Πελεκητής άντεξε σε πολλές επιθέσεις ληστών και Τουρκαλβανών ακόμα και στη φοβερή επίθεση του Σκόδρα πασά ο οποίος το 1823 έκαψε την Καρίτσα, γιατί καθώς βρισκόταν πάνω στον βράχο και σκαμμένη μέσα σ' αυτόν, ήταν απόρρητη, διατηρούσε δε αποθέματα νερού, τροφίμων, πολεμίστρες και πολεμοφόδια.

Τέλος μετά από άλλη μία στάση στο Αγνάντι κοντά στο χωριό Νεοχώρι για φωτογραφίες φθάνουμε στην Πλάζ Πεζούλας, στις όχθες της λίμνης για φαγητό. Η τοποθεσία είναι αναπάντεχα ωραία. Οι

όχθες εδώ κατηφορίζουν ομαλά στη λίμνη και μπορούμε άνετα να περπατήσουμε γύρω τους και να φωτογραφίσουμε το δειλινό που βάφει τα λιγοστά σύννεφα με απαλά χρώματα.

Το βράδυ, περιπλάνηση στο Βαρούσι και στα Μανάβικα για φαγητό. Ήταν μία θαυμάσια Χριστουγεννιάτικη μέρα που μας άφησε αισθήματα χαράς και θαυμασμού για τα τοπία της πατρίδας μας.

3^η Μέρα: 26 Δεκεμβρίου 2019 Σήμερα φεύγουμε στις 8.00 και κατευθυνόμαστε προς την Πύλη ή Πόρτα όπως λεγόταν παλιότερα γιατί είναι κτισμένη πάνω ακριβώς στη δίοδο μεταξύ των δύο αντικριστών βουνών, του Κόζιακα στα δεξιά και του Ίταμου στα αριστερά, που χωρίζονται από τον Πορταϊκό ποταμό και σχηματίζουν μία φυσική πύλη. Αυτή η φυσική διάβαση της Νότιας Πίνδου, εδώ και αιώνες η πιο γνωστή σύνδεση μεταξύ των χωριών του ορεινού όγκου του νομού Τρικάλων με την πεδιάδα της Θεσσαλίας, είναι στην ουσία ένα φαράγγι που το διασχίζει ο Πορταϊτής ποταμός. Εδώ θα σταματήσουμε για να θαυμάσουμε το ναό της Πόρτα Παναγιάς και να περπατήσουμε το περίφημο μονότοξο λίθινο γεφύρι του Αγίου Βησσαρίωνα.

Η εκκλησία Πόρτα-Παναγιά κτίστηκε το 1283 από τον Ιωάννη Άγγελο Κομνηνό Δούκα στη θέση αρχαίου ναού της θεάς Αθηνάς. Είναι ένα περίτεχνο βυζαντινό μνημείο που χτίστηκε με τα αρχιτεκτονικά υλικά του αρχαίου ναού, κατάλοιπα του οποίου διακρίνονται στον περίβολο και στην τοιχοποιία του. Στο εσωτερικό της εκκλησίας με το μαρμάρινο τέμπλο, δύο ολόσωμες ψηφιδωτές εικόνες του Χριστού και της Θεοτόκου Βρεφοκρατούσας, είναι τοποθετημένες σε αντίθετες απ' ό,τι συνηθίζεται θέσεις, εδώ αριστερά της Ωραίας Πύλης βρίσκεται ο Χριστός και δεξιά η Παναγία βρεφοκρατούσα.

Το φημισμένο μονότοξο γεφύρι του Αγίου Βησσαρίωνα είναι ένα από τα μεγαλύτερα γεφύρια της ορεινής Ελλάδας και έργο του Αγίου Βησσαρίωνα, πολιούχου Πύλης, Καλαμπάκας και Τρικάλων, ο οποίος έχτισε πολλά γεφύρια της περιοχής. Κτίστηκε το 1514 και μέχρι το 1936 ήταν το μοναδικό πέρασμα της νότιας Πίνδου από και προς τον θεσσαλικό κάμπο. Εμείς ανεβαίνομε στο γεφύρι και, τι άλλο, φωτογραφιζόμαστε με θέα τον ορμητικό Πορταϊκό. Πολύς κόσμος έχει έρθει να επισκεφτεί την περιοχή και όλοι βρίσκονται επάνω στη γέφυρα. Στις όχθες του ποταμού βρίσκονται ξύλινα τραπέζια και πάγκοι και πιο πέρα ένα καφε-εστιατόριο.

Παρόλο που η περιοχή είναι μοναδικής ομορφιάς, εμείς πρέπει να φύγουμε σύντομα με κατεύθυνση την Ελάτη από όπου θα αρχίσουμε τη σημερινή πεζοπορία. Η διαδρομή μας πάνω στον Κόζιακα αρχίζει από ένα σοκάκι της Ελάτης και κατευθύνεται στον Κοκκινόβραχο και από εκεί μέσα από έλατα και λιβάδια φθάνομε στην ονομαστή Σπηλιά του Μπέη, σε υψόμετρο 1220 μ. όπου ένας εντυπωσιακός καταρράκτης χύνεται σε μία υπόγεια σπηλιά. Η επιστροφή μας από την ίδια διαδρομή καταλήγει το απόγευμα στην Ελάτη όπου καθόμαστε σε ένα εντυπωσιακό καφέ με εκπληκτική ποικιλία γλυκών και ροφημάτων, το καφέ Κεχρί, και ξεκουραζόμαστε! Η περιηγητική ομάδα συνεχίζει για το γραφικό Νεραϊδοχώρι σε υψόμετρο 1140μ. πάνω στον Κόζιακα, με την εντυπωσιακή θέα στα γύρω βουνά και μετά στο χιονοδρομικό κέντρο Περτουλίου για καφέ ή φαγητό για όσους θέλουν.

4^η Μέρα: Παρασκευή 27/12/2010 Σήμερα είναι η τελευταία μέρα της εκδρομής μας! Στον δρόμο της επιστροφής θα μοναστήρια του Βαρλαάμ, του Μεγάλου Μετέωρου, του Αγίου Νικολάου του Αναπαυσά και τη Μονή Ρουσάνων. Η ημέρα είναι ηλιόφωτη, και τα



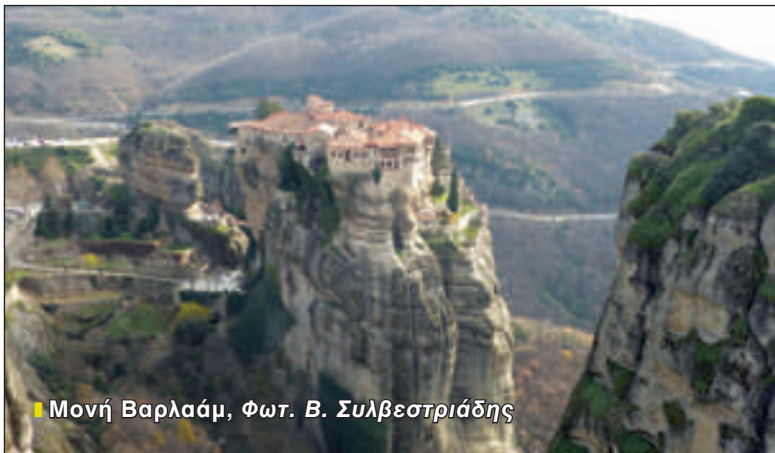
■ Θέα από το Νεραϊδοχώρι, Φωτ. Θ. Γρηγορόπουλος

μοναστήρια πάντα μεγαλόπρεπα, όσες φορές και αν τα έχω δει, πάντα θέλω να τα ξαναδώ.

Αφήνουμε τους ορειβάτες στο μεγάλο Μετέωρο για να περπατήσουν ως το Καστράκι όπου τους παραλαμβάνουμε. Όλοι μαζί θα φάμε στην Καλαμπάκα στα ωραία εστιατόρια της περιοχής και υπό τον ίσκιο των βράχων, και θα γυρίσουμε ευχαριστημένοι και πλήρεις εντυπώσεων στην Αθήνα. Άλλη μια ωραία εκδρομή της ΕΟΦ τελείωσε. Όλοι περάσαμε ωραία και όλα ακόμα είναι κανονικά. Η ΕΟΦ πάντα με σύνεση προγραμματίζει τις επόμενες εκδρομές που μας ανακοινώνει από το μικρόφωνο η Μάγια. Κανείς μας δεν ένιωθε ή δεν φανταζόταν ότι κάτι μη κανονικό μας περιμένει. Μας περίμενε... Ο νέος κορωνοϊός, δύσκολη περίοδος για όλους εμάς της Ε.Ο.Φ.



■ Μετέωρα, θέα προς το Καστράκι, Φωτ. Φ. Μαλλή

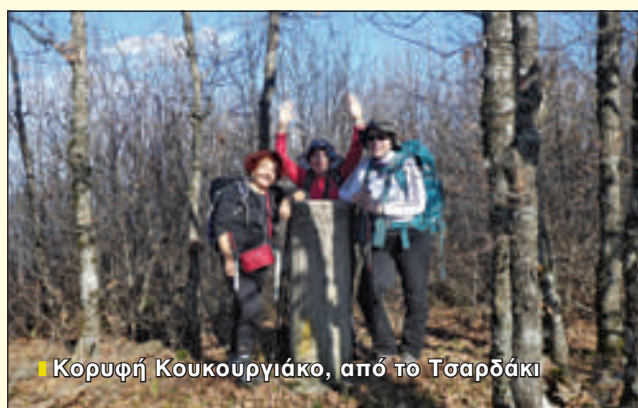
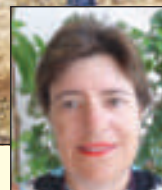


■ Μονή Βαρλαάμ, Φωτ. Β. Συλβεστριάδης



ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ ΣΤΑ ΤΡΙΚΑΛΑ ΠΕΖΟΠΟΡΙΕΣ

Κείμενο, Φωτογραφίες Μάγια Βέττερ



■ Κορυφή Κουκουργιάκο, από το Τσαρδάκι



■ Πορεία από Μοσχάτο Τσαρδάκι



■ Στην θέση Κώστα

Στην Χριστουγεννιάτικη εκδρομή μας με διανυκτέρευση στα Τρίκαλα είχαμε την τύχη να έχουμε εξαιρετικό καιρό και έτσι όλα οι προγραμματισμένες πεζοπορίες πραγματοποιήθηκαν με επιτυχία. Την πρώτη μέρα μία ομάδα 10 ατόμων ξεκινώντας από το Τσαρδάκι που βρίσκεται στην ανατολική πλευρά της λίμνης Πλαστήρα πραγματοποιήσαμε μια κυκλική σημαδεμένη διαδρομή 5½ ωρών μέσα σε δάσος από δρυς. Η διαδρομή περνάει στο χαμηλότερο σημείο από το χωριό Μοσχάτο και στην συνέχεια ανεβαίνει πάλι προς το Τσαρδάκι. Ανεβαίνοντας 4 άτομα κάναμε μία παράκαμψη για να ανέβουμε μέσα από πυκνούς θάμνους στην κορυφή του όρους Κουκουρνιάκο από όπου είχαμε μία θαυμάσια θέα προς την λίμνη Πλαστήρα. Όλοι μαζί βρεθήκαμε στο Τσαρδάκι για να απολαύσουμε ένα καταπληκτικό γεύμα σε οικογενειακή ταβέρνα. Την επόμενη μέρα 16 πεζοπόροι ξεκινήσαμε από την Ελάτη σε σημαδεμένο μονοπάτι μέσα στα έλατα στις πλαγιές του Κόζιακα. Έγινε μικρή στάση στην θέση Κώστα από όπου απολαύσαμε μία πανοραμική θέα προς το χωριό Ελάτη και τα απέναντι βουνά. Το τέρμα της διαδρομής ήταν η σπηλιά Μπέη σε υψόμετρο 1.220μ. Πρόκειται για καταβόθρα που στραγγίζει τα νερά ενός λεκανοπέδιου του βουνού, τα οποία διάβρωσαν τον ασβεστόλιθο και βρήκανε έξοδο στην ανατολική πλευρά της ορθοπλαγιάς. Την σπηλιά την είδαμε μόνο από έξω γιατί για να μπει χρειάζεται ειδικός εξοπλισμός. Επιστρέψαμε στην Ελάτη από τα ίδια έχοντας κάνει πορεία 5 ωρών συνολικά.

Την τελευταία μέρα 15 άτομα κάναμε μία γνωστή μας αλλά ενδιαφέρουσα και χαλαρή διαδρομή στα Μετέωρα. Ξεκινήσαμε από το Μεγάλο Μετέωρο και κάναμε την πρώτη μας στάση στο άγαλμα του Παπαθύμιου Βλαχάβα. Ο Παπαθύμιος ήταν περίφημος αρματολός στα Χάσια (1760 - 1809) που ανέπτυξε αξιόλογη δραστηριότητα σαν κλεφταρματολός. Οχύρωσε το μοναστήρι στα Μετέωρα και τέλος καταδιώχτηκε από τον Αλή Πασά και όταν αιχμαλωτίστηκε από προδοσία πέθανε με βασανισμό (του έσπασαν τα κόκαλα). Στην συνέχεια περάσαμε από την ερειπωμένη Μονή Υπαπαντής που βρίσκεται στον ομώνυμο βράχο. Χτίστηκε το 1367 από τον μοναχό Όσιο Νέιλο και τον μοναχό Κυπριανό. Η πορεία μας συνεχίστηκε περνώντας κοντά από την Μονή Αγίου Νικολάου και κατέληξε μετά από 2 ώρες συνολικά στο Καστράκι.

ΔΡΑΣΗ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑ ΤΗΣ ΜΙΚΡΗΣ ΖΗΡΕΙΑΣ ΣΤΟ ΚΕΦΑΛΑΡΙ ΚΟΡΙΝΘΙΑΣ

Κείμενο και Φωτογραφία Μάγια Βέττερ

Την Κυριακή 7 Ιουνίου η ομάδα μελών της Ε.Ο.Φ. έλαβε μέρος σε δράση με κύριους διοργανωτές τον ΕΟΣ Κορίνθου και τον Σύλλογο «Δίκτυο προστασίας Ζήρειας» με στόχο τον καθαρισμό και την συντήρηση του μονοπατιού Κεφαλάρι Μικρή Ζήρεια και την διαμαρτυρία για την αίτηση που έχει γίνει για την εγκατάσταση ανεμογεννητριών στην οροσειρά του βουνού.

Η δραστηριότητα είχε μεγάλη συμμετοχή με πολλά νέα άτομα από πολλούς Συλλόγους με μεγαλύτερη συμμετοχή από τον ΕΟΣ Κορίνθου.

Για τον καθαρισμό ο κόσμος ξεκίνησε με κόφτες, κορδέλες και πολύ κέφι ενισχύοντας την ήδη υπάρχουσα σηματοδότηση και ανοίγοντας σημεία που είχαν κλείσει από κλαδιά. Στην συνέχεια έγινε συγκέντρωση στα λεγόμενα ισιώματα όπου συζητήθηκε το θέμα της εγκατάστασης των ανεμογεννητριών.

(Το Δίκτυο Προστασίας της Ζήρειας αποτελεί μια συλλογικότητα από πολίτες της Κορινθίας με σκοπό την προστασία της ορεινής μας φύσης. Το ΔΠΖ συστάθηκε με αφορμή την πρόθεση τοποθέτησης 21 γιγαντιαίων ανεμογεννητριών στην κορυφογραμμή της Μικρής Ζήρειας.)



■ Μικρή Ζήρεια

ΣΤΟ ΧΑΪΔΑΡΙ Ο ΒΟΤΑΝΙΚΟΣ ΚΗΠΟΣ ΙΟΥΛΙΑΣ ΚΑΙ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥ Ν. ΔΙΟΜΗΔΟΥΣ



■ Χάρτης Βοτανικού Κήπου

Επιμέλεια Κατερίνα Δραγώνα

Είναι ο μεγαλύτερος βοτανικός κήπος της ανατολικής Μεσογείου και δημιουργήθηκε από κληροδότημα του Αλέξανδρου Διομήδους προς το Εθνικό Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών με σκοπό την σύσταση Ιδρύματος για την δημιουργία ενός Βοτανικού Κήπου.

Λίγα χρόνια αργότερα, το Υπουργείο Γεωργίας παραχώρησε 1.860 στρέμματα από την δασική έκταση του Χαϊδαρίου στο Ίδρυμα και έτσι ολοκληρώθηκε το έργο. **Αποτελείται** από ανθώνα, δενδρώνα, θερμοκήπια, πλακόστρωτα μονοπάτια και τεχνητές λιμνούλες.

Πριν το 1975, στις βόρειες πλαγιές του όρους Αιγάλεω, στην περιοχή του Χαϊδαρίου, υπήρχε μόνο δάσος με συστάδες από πεύκα, κυπαρίσσια, ασφάκες και θυμάρι, που φύτρωναν πυκνά κατά μήκος της Ιεράς Οδού.

Ο Βοτανικός Κήπος βρίσκεται στο Χαϊδάρι, σε απόσταση 8 χλμ. από το κέντρο της Αθήνας και καταλαμβάνει μια έκταση 1860 στρεμμάτων, στις Βόρειες πλαγιές του Όρους Αιγάλεω.

Η διαμόρφωση του Κήπου **δεν έχει επηρεάσει σε σημαντικό βαθμό το φυσικό δασικό τοπίο** οπότε το αποτέλεσμα που προκύπτει να είναι μια μοναδική στα παγκόσμια δεδομένα περίπτωση βοτανικού κήπου, όπου η φυσική δασική βλάστηση συνυπάρχει με καλλιεργούμενα φυτά και λουλούδια.

Η κεντρική είσοδος του Βοτανικού Κήπου (Ιερά Οδός 403) βρίσκεται στο τέλος της Ιεράς Οδού, στο ύψος που συμβάλλει με την Εθνική Οδό Αθηνών Κορίνθου Πατρών (πρώην Καβάλας). Ο Κήπος εκτείνεται λίγο μετά από το Δρομοκαϊτειο Θεραπευτήριο, μέχρι τη Μονή Δαφνίου και τα τουριστικά περίπτερα του Δήμου Χαϊδαρίου (πρώην ΕΟΤ). Διακόπτεται από τον δρόμο Σχιστού - Κορυδαλλού ο οποίος τον χωρίζει σε ένα μικρότερο, το ανατολικό τμήμα, και σε ένα πολύ μεγαλύτερο, το δυτικό. Η καλλιεργημένη και επισκέψιμη περιοχή του Κήπου βρίσκεται στο δυτικό τμήμα.

ΑΠΟ ΤΗΝ ΡΑΒΕΝΝΑ ΤΩΝ ΨΗΦΙΔΩΤΩΝ ΣΤΗΝ ΚΟΚΚΙΝΗ ΜΠΟΛΟΝΙΑ

Κείμενο Φανή Δημητρακούδη, Φωτογραφίες Μ. Βέττερ, Β. Συλβεστριάδης



■ Gradara

Για όλους εμάς, η δεκαετία του 2020 ξεκίνησε με καλούς αιώνους. Στις 3 Ιανουαρίου αφήναμε πίσω το φλογερό δειλινό της Πάτρας για την Ανκόνα, σαλπάροντας σε μια εντελώς ακύμαντη θάλασσα.

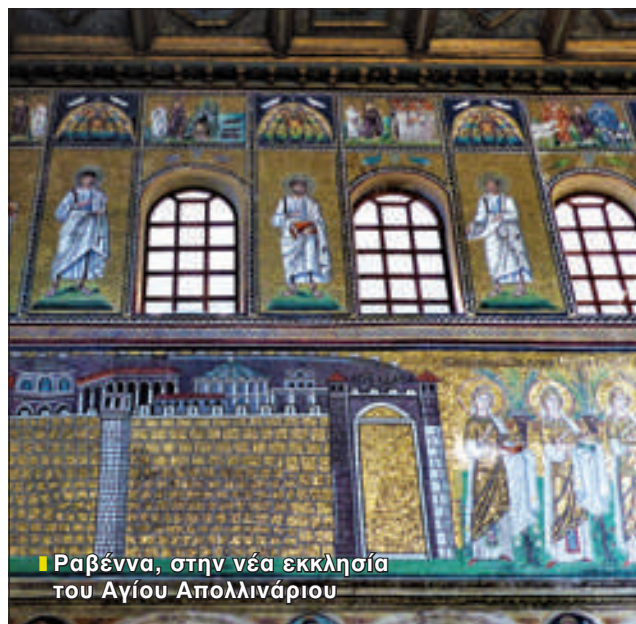
Το απόγευμα κιάλας της επομένης βουτούσαμε στη γοητεία του Ιταλικού Μεσαίωνα, σταθμεύοντας για μερικές ώρες στην Γκραντάρα, μια παραμυθένια καστροπόλη σκαλωμένη σε λόφο απ' όπου έλεγχε κάποτε τις ρωμαϊκές οδούς της Αδριατικής.

Το επιβλητικό παλάτι του δούκα εντυπωσιακό και καλοδιατηρημένο μας υποδέχτηκε με όλα του τα βαρύτιμα έπιπλα, τους πίνακες, τις ταπετσαρίες και τα τζάκια, προστατευμένο από σειρά τειχών και τάφων. Εδώ έμελλε να πλεχτεί το άτυχο ειδύλλιο του Πάολο και της Φραντσέσκα, όπως το διέσωσε ο Δάντης στη Θεία Κωμωδία. Όμως παρά τη δραματική εξέλιξη του, καθώς μας την διηγήθηκε ο κύριος Δημήτρης Γουνάρας, ταξιδιωτικός συνοδός μας από τον Μέιμωνα, η βραδινή παγωνιά και οι συγκινήσεις του ταξιδιού νίκησαν, δυναμώνοντας την ανυπομονησία μας για την απαραίτητη στάση και ξεκούραση σε παραδοσιακή τρατορία προτού συνεχίσουμε για τη Ραβέννα. Τον κύριο προορισμό μας.

Αυτή η μικρομεσαία πόλη του ιταλικού βορρά (στην Περιφέρεια Emilia Romagna) με τη μακραίωνη ιστορία, ήσυχη, φιλική, με εκτεταμένους πεζόδρομους, μεγάλες πλατείες, πλήθος μνημειακά κτίσματα κι έναν λαμπρό ήλιο τις πρώτες μέρες, συγκέντρωνε τις ιδανικές συνθήκες για να μας εισαγάγει στους καλλιτεχνικούς της θησαυρούς.



■ Gradara



■ Ραβέννα, στην νέα εκκλησία
του Αγίου Απολλινάριου



■ Bologna

Αρκεί να αναφέρουμε ότι οκτώ μνημεία της αναγνωρίζονται από την Ουνέσκο ως Μνημεία Πολιτιστικής Κληρονομιάς. Πράγματι, η Ραβέννα φιλοξενεί τα ωραιότερα ψηφιδωτά στη Δύση, με την ακμή της να τοποθετείται στον 5^ο και 6^ο αιώνα, όταν ο Οστρογότθος ηγεμόνας Θεοδώριχος ανέλαβε πρώτος την ανέγερση σημαντικών εκκλησιών περίτεχνα διακοσμημένων.

Αργότερα, με την κατάκτηση της πόλης από τους βυζαντινούς υπό τον στρατηγό Βελισάριο, η Ραβέννα γνωρίζει μεγάλη άνθιση με την προσθήκη σπουδαίων μνημείων, όπως ο ναός του αγίου Βιταλίου, τη μόνη μεγάλη εκκλησία από την περίοδο του Ιουστινιανού που σώζεται μέχρι τις μέρες μας ανέπαφη, κοσμημένη με αριστουργηματικά ψηφιδωτά. Ιδιαίτέρως γνωστό είναι το ψηφιδωτό που απεικονίζει τον αυτοκράτορα Ιουστινιανό με τη συνοδεία των αξιωματούχων του και εκείνο με τη Θεοδώρα και τη δική της συνοδεία. Με εξίσου θαυμαστά ψηφιδωτά, θρησκευτικών απεικονίσεων, από ψηφίδες χρωματιστής υαλόμαζας και φύλλα χρυσού, κοσμούνται επίσης ο άγιος Απολλινάριος ο Νέος, το Βαπτιστήριο των Αρειανών (μονοφυσίτες Χριστιανοί), το Βαπτιστήριο των Ορθοδόξων, το αρχιεπισκοπικό Παρεκκλήσιο του αγίου Ανδρέα, το μαυσωλείο της Γκάλα Πλακιδία.

Πολύ ενδιαφέρουσα αποδείχτηκε και η επίσκεψη στο Αρχιεπισκοπικό Μουσείο όπου φυλάσσεται ο διακοσμημένος με ανάγλυφες παραστάσεις ελεφαντοστέινος θρόνος του Μαξιμιανού.

Το Ουρμπίνο απ' την πλευρά του, πραγματικό το κόσμημα στην



■ Ravenna, το Μαυσωλείο της Γκάλα Πλακιδία



Santa Maria della Vita κοντά στην Bologna



■ Urbino



■ Urbania, η γιορτή Μπεφάνα



■ Urbania, η γιορτή Μπεφάνα

Περιφέρεια Μάρκε, υπήρξε όχι μόνο πρωτεύουσα Δουκάτου, πνευματικό κέντρο της αναγέννησης αλλά και γενέτειρα του Ραφαήλου και του Μπραμάντε. Απλωμένο σε δύο ψηλούς λόφους γοητεύει με τα αρχοντικά του, τα λιθόστρωτα κεκλιμένα στενά, τις μεσαιωνικές πλατείες, την πανοραμική του θέση. Τον 15^ο αιώνα το Ουρμπίνο γνώρισε πολύ μεγάλη ακμή χάρη στον φωτισμένο ηγεμόνα Φεντερίκο ντε Μοντεφέλτρο. Στο παλάτι του φιλοξενείται σήμερα μια εκπληκτική πινακοθήκη με έργα του Ραφαήλου, σημαντικότερο όλων «το Πορτρέτο μιας Κυρίας», γνωστό με την επωνυμία «η Άλλαη» αλλά και του πατέρα του ζωγράφου Τζοβάνι Σάντι, όπως του Πιέρο ντελα Φραντσέσκα και άλλων μέτρ της εποχής.

Η περιπλάνηση στην ιστορική πολιτεία σε μεταφέρει εύκολα σε παλιά ένδοξα χρόνια, μέχρι την ώρα που προσγειώνεσαι απότομα, επτά επίπεδα χαμηλότερα, με ένα από τα υπερσύγχρονα ασανσέρ που οδηγούν τους επισκέπτες στο πάρκινγκ, οπότε το παραμύθι τελειώνει. Όμως εκείνη την ημέρα των Φώτων, το πρόγραμμα συνέχισε αν και σε αλλιώτικο ρυθμό, μιας και επόμενος σταθμός μας ήταν η Ουρμπάνια, που γιόρταζε τον ερχομό της Μπεφάνα, της μάγισσας που φέρνει τα δώρα. Ένα λαϊκό παραδοσιακό έθιμο, με μουσικές μπάντες, σωρό μασκαρεμένες Μπεφάνες με σκουπόξυλα, παρέλαση ξυλοπόδων, μια τεράστια κάλτσα πολλών δεκάδων μέτρων να μεταφέρεται από πλήθος κόσμου κατά μήκος του κέντρου της πόλης, μέχρι την ώρα που η μάγισσα πέταξε φαντασμαγορικά από το καμπαναριό και πάνω από τις στέγες. Αληθινό πανηγύρι, απ' το οποίο δεν έλειψε ούτε η πλούσια υπαίθρια αγορά αγροτικών προϊόντων της περιοχής και ποικίλων χειροτεχνημάτων, μέχρι αργά το βράδυ.

Η μόνο μια μέρα που διαθέσαμε την επομένη, για γνωριμία με τη Μπολόνια αποδείχτηκε οπωσδήποτε λίγη. Η πόλη αυτή έχει τόσο μεγάλο ενδιαφέρον και τόσα πολλά να δεις, αρκεί να πούμε ότι διαθέτει το εκτενέστερο ιστορικό κέντρο της Ιταλίας μετά τη Βενετία, ένα σπάνιο ομογενές σύνολο μνημείων και αψιδωτές στοές που φτάνουν τα 38 χιλιόμετρα. Η επονομαζόμενη rossa (κόκκινη) από το κεραμιδί χρώμα στις στέγες της αλλά και από τη φήμη της ως προπύργιου της Αριστεράς, υπήρξε έδρα του παλαιότερου πανεπιστημίου της Ευρώπης (το 1088).

Η Μπολόνια παραμένει σημαντική πανεπιστημιούπολη, όπως επίσης και σπουδαίο κέντρο πολιτισμού. Επισκεφτήκαμε πρώτα τη μεγαλοπρεπή ιστορική πλατεία (πιάτσα Ματζόρε) που πλαισιώνουν εξάισια παλάτια του 13^{ου} αιώνα, όπως το δημαρχιακό μέγαρο, το παλάτι του Ποντεστά και εκείνο του βασιλιά Έντζο.

Την προσοχή όμως, με την πρώτη ματιά, έκλεψε ο πολύ ξεχωριστός, εξωτερικά ημιτελής ναός του αγίου Πετρονίου, με το περίφημο ηλιακό ρολόι του και τα σύμβολα των ζωδίων. Στο εσωτερικό του ναού, ανάλογα με τους μήνες και τη θέση του ήλιου, η ακτίνα που περνάει από τον θόλο της εκκλησίας υποδηλώνει την πρόοδο του χρόνου και



■ Bologna



■ Rimini

τις διαφορετικές εποχές, φωτίζοντας διαφορετικά σημεία πάνω στη γραμμή τη χαραγμένη στο μαρμάρινο δάπεδο.

Άλλο χαρακτηριστικό της πόλης είναι οι μεσαιωνικοί πύργοι της. Από τους 180 πύργους που υπήρχαν συνολικά, σύμβολα δύναμης των φεουδαρχικών οικογενειών της εποχής, διασώζονται δύο, ο πύργος Asinelli ύψους 98 μέτρων και ο Garisende 48 μέτρων.

Στο ιστορικό κέντρο, μπροστά στο παλάτι του βασιλιά Έντσο εξακολουθεί να αναβλύζει το περίτεχνο σιντριβάνι με το άγαλμα του Ποσειδώνα, έργο του 16^{ου} αιώνα. Στη διάρκεια της επίσκεψής μας προσπεράσαμε το λυρικό θέατρο, είδαμε ένα από τα κανάλια που διατρέχουν την πλούσια σε νερά πόλη, ενώ κάποιες από εμάς προλάβαμε να μπούμε στο παλιό χρηματιστήριο που λειτουργεί πλέον ως βιβλιοθήκη και αναγνωστήριο.

Το ίδιο απόγευμα περιηγηθήκαμε ομαδικά στη βασιλική του αγίου Λουκά, σε λόφο 300 μέτρων, πάνω από την πόλη της Μπολόνια, όπου φυλάσσεται μια βυζαντινής τεχνοτροπίας εικόνα της Παρθένου με το Βρέφος του 12^{ου} αιώνα, που θεωρείται θαυματοργή.

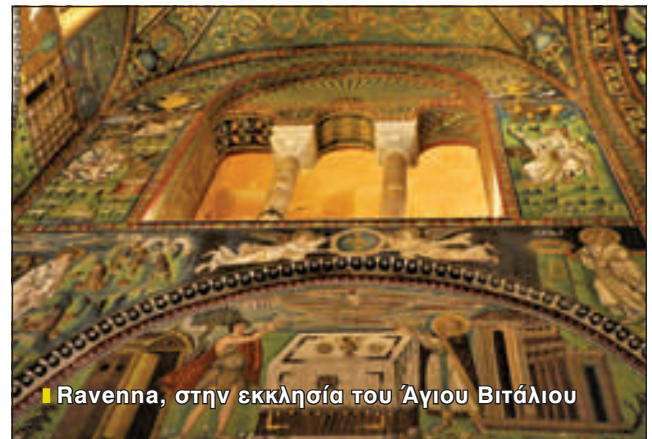
Τελευταίος σταθμός του ταξιδιού μας, στον δρόμο της επιστροφής για την Ανκόνα ήταν το Ρίμινι, όπου η οικογένεια των Μαλατέστα, τον 14^ο και 15^ο αιώνα, έθεσε τη σφραγίδα της χτίζοντας έναν ναό, γνωστό ως tempio Malatestiano ή άλλως καθεδρικός του αγίου Φραγκίσκου.

Εδώ ενταφιάστηκαν εξέχοντα μέλη της οικογένειας, ενώ φυλάσσονται σε σαρκοφάγο τα οστά του Γεωργίου Γεμιστού ή Πλήθωνα. Τα οστά του νεοπλατωνιστή φιλοσόφου μετέφερε από τον Μυστρά ο Σιγισμούνδος Μαλατέστα, το 1464, διοικητής τότε των ενετικών δυνάμεων της Πελοποννήσου και μέγας θαυμαστής του φιλοσόφου.

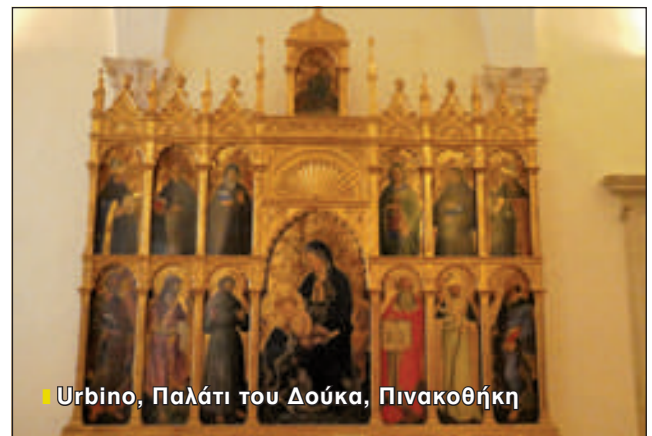
Στην όμορφη παραθαλάσσια πόλη μπήκαμε περνώντας από τη ρωμαϊκή Αψίδα του Αυγούστου, αλλά η ώρα πίεζε και σπεύσαμε να προλάβουμε το πλοίο που έφευγε το μεσημέρι. Το ταξίδι της επιστροφής υπήρξε απολαυστικό, περιέλαβε μάλιστα, για όποιον ήθελε και αναζωογονητικές ασκήσεις τσι γκονγκ, στο κατάστρωμα, με πρωτοβουλία και καθοδήγηση από την ακαταπόνητη Μάγια.



■ Urbino, το παλάτι του Δούκα



■ Ravenna, στην εκκλησία του Αγίου Βιτάλιου



■ Urbino, Παλάτι του Δούκα, Πινακοθήκη



■ Δίπλα στην σπηλιά Μπέη, Φωτ. Φ. Μαλλή



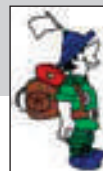
■ Μετέωρα, Μνημείο Βλαχάβα, Φωτ. Μ. Βέττερ



■ Ιταλία, Bologna, Φωτ. Μ. Βέττερ



■ Ιταλία, Ravenna, στο παλάτι Θεοδορίχου Φωτ. Μ. Βέττερ



ΑΠΟ ΤΗ ΖΩΗ ΤΗΣ ΕΟΦ

**ΤΟΝ ΜΗΝΑ ΔΕΚΕΜΒΡΙΟ 2019 ΠΡΑΓΜΑΤΟΠΟΙΗΘΗΚΑΝ
2 ΕΚΔΡΟΜΕΣ (1 ΜΟΝΟΗΜΕΡΗ ΚΑΙ 1 ΠΟΛΥΗΜΕΡΗ)
ΜΕ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ 64 ΑΤΟΜΩΝ**

ΥΜΗΤΤΟΣ

Στις 15/12/19 μία ομάδα 12 ατόμων πραγματοποίησε ορειβατική εξόρμηση στον Υμηττό όπου ακολούθησαν διάφορα χαραγμένα μονοπάτια περνώντας από το Αισθητικό Δάσος, το κτίριο του ΟΤΕ και το Κορακοβούνι ξεκινώντας και καταλήγοντας στην περιοχή της Καισαριανής.

ΤΡΙΚΑΛΑ

Το τετράημερο των Χριστουγέννων 2019 επισκεφθήκαμε μέρη της Θεσσαλίας με συμμετοχή 52 ατόμων και με κέντρο τα Τρίκαλα. Εκτός από την Λίμνη Πλαστήρα, επισκεφθήκαμε την γραφική περιοχή Πύλης, Ελάτης, Πετρουλιού και άλλα. Σε άλλη στήλη του τεύχους αυτού υπάρχει πλήρης περιγραφή.

**ΤΟΝ ΜΗΝΑ ΙΑΝΟΥΑΡΙΟ 2020 ΠΡΑΓΜΑΤΟΠΟΙΗΘΗΚΑΝ
3 ΕΚΔΡΟΜΕΣ (2 ΜΟΝΟΗΜΕΡΕΣ ΚΑΙ 1 ΠΟΛΥΗΜΕΡΗ)
ΜΕ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ 109 ΑΤΟΜΩΝ**

ΙΤΑΛΙΑ

Μία ομάδα 44 ατόμων συμμετείχε στην πολύ ενδιαφέρουσα επτάημερη εκδρομή που πραγματοποιήσαμε στην Βόρειο Ιταλία το 1^ο δεκαήμερο του Ιανουαρίου. Σε άλλη στήλη του τεύχους αυτού υπάρχει πλήρης περιγραφή.

ΟΡΕΙΝΗ ΚΟΡΙΝΘΙΑ

Στις 12/01/20 με συμμετοχή 34 ατόμων, επισκεφθήκαμε το Ψάρι Κορινθίας όπου χωριστήκαμε σε 3 ομάδες και πραγματοποιήσαμε 3 διαφορετικές πεζοπορικές διαδρομές ενώ το απόγευμα επισκεφθήκαμε τον Ορεινό μας Ξενώνα στο Κεφαλάρι Κορινθίας για να κόψουμε την παραδοσιακή πίτα της ορειβατικής ομάδας.



■ Στο δάσος της Φολόης, Φωτ. Β. Συλβεστριάδης

ΔΕΣΦΙΝΑ - ΧΡΙΣΣΟ - ΔΙΣΤΟΜΟ

Με συμμετοχή 31 ατόμων, στις 26/01/20 πραγματοποιήθηκε μία ημερήσια εκδρομή που μας έδωσε την ευκαιρία να επισκεφθούμε το Δίστομο, την Δεσφίνα, την Ιτέα και το Χρισσό. Η ορειβατική ομάδα ξεκίνησε την πορεία της έξω από την Δεσφίνα, ανηφόρισε μέχρι την κορυφή Κόχραν και κατέληξε στο Χρισσό.

ΤΟΝ ΜΗΝΑ ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟ 2020 ΠΡΑΓΜΑΤΟΠΟΙΗΘΗΚΑΝ
2 ΕΚΔΡΟΜΕΣ (1 ΜΟΝΟΗΜΕΡΗ ΚΑΙ 1 ΔΙΗΜΕΡΗ)
ΜΕ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ 41 ΑΤΟΜΩΝ

ΟΛΥΜΠΙΑ

Με συμμετοχή 24 ατόμων, το διήμερο 08-09 Φεβρουαρίου 2020 επισκεφθήκαμε το Νομό Ηλείας και συγκεκριμένα την περιοχή της Ολυμπίας. Το πρόγραμμα ήταν πλούσιο και κάλυπτε τα ενδιαφέροντα πολλών τάσεων. Το Σάββατο επισκεφθήκαμε το Κούμανι και πεζοπορήσαμε στο Δρυοδάσος της Φολόης διασχίζοντας το φαράγγι των Κενταύρων. Την Κυριακή μία ομάδα ξεναγήθηκε στον Αρχαιολογικό Χώρο της Ολυμπίας ενώ η πεζοπορική ομάδα επισκέφθηκε διάφορους εντυπωσιακούς καταρράκτες στο φαράγγι Χαρατσαρίου και στην ρεματιά Άμπουλα

ΣΤΕΝΗ ΕΥΒΟΙΑΣ

Με συμμετοχή 17 ατόμων, στις 23/02/20 πραγματοποιήθηκε ημερήσια εκδρομή στην περιοχή της Στενής Ευβοίας. Το αναπάντεχο χιόνι που έπεσε το Σαββατόβραδο να μεν τροποποιήσει το πρόγραμμα των πεζοπόρων αλλά από την άλλη πλευρά τους ενθουσίασε η πορεία πάνω στο φρέσκο χιόνι. Το Διάσελο μεταξύ Δίρφους και Ξηροβούνι αλλά και η περιοχή του καταφυγίου ήταν μαγευτική με τα χιονισμένα έλατα. Παράλληλα όμως βρήκαμε την ευκαιρία να περιηγηθούμε την γύρω περιοχή των χωριών Στενή και Καμπία.



■ Υμηττός, κορυφή Κορακοβούνι, Φωτ. Μ. Βέττερ



■ Δίρφου στη διαδρομή Ξηροβούνι, Φωτ. Μ. Βέττερ



■ Στην πορεία από Δεσφίνα προς κορυφή Κόχραν, Φωτ. Μ. Βέττερ



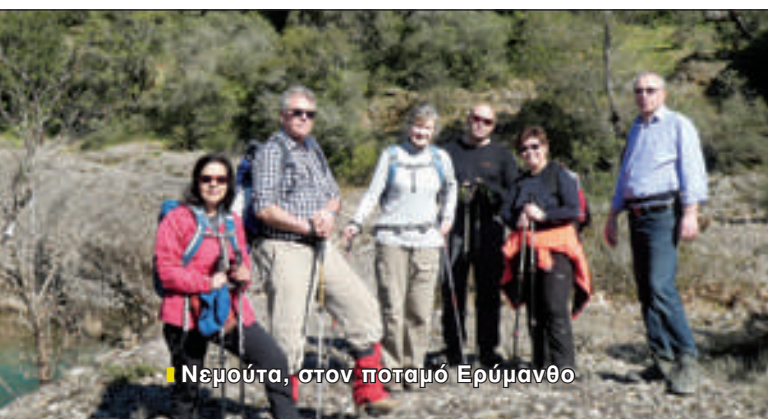
■ Από την εκδρομή στην Καλαμάτα, Φωτ. Ν. Νίντος



■ Στην κυκλική πορεία από το Μαγγανιάκο,
φωτ. Β. Συλβεστριάδης



■ Στον Σταυραετό πάνω από το Ψάρι,
φωτ. Μ. Βέττερ



■ Νεμούτα, στον ποταμό Ερύμανθο



■ Από την εκδρομή στην Αρχαία Μεσσήνη

ΤΟΝ ΜΗΝΑ ΜΑΡΤΙΟ 2020 ΠΡΑΓΜΑΤΟΠΟΙΗΘΗΚΕ
1 ΠΟΛΥΗΜΕΡΗ ΕΚΔΡΟΜΗ ΜΕ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ 47 ΑΤΟΜΩΝ

ΚΑΛΑΜΑΤΑ

Το τριήμερο της Αποκριάς (29/02 – 02/03/20) με συμμετοχή 47 ατόμων πραγματοποιήσαμε εκδρομή στην Μεσσηνία με κέντρο την Καλαμάτα. Ο κύριος στόχος της εκδρομής ήταν να συμμετάσχουμε στις καρναβαλικές εκδηλώσεις της περιοχής αλλά οι ακυρώσεις λόγω έλευσης του κορονοϊού μας τροποποίησε το πρόγραμμα. Ικανοποιήθηκαν οι εκδρομείς διότι πραγματοποιήθηκαν οι προγραμματισμένες πεζοπορικές διαδρομές, η ξενάγηση στον Αρχαιολογικό Χώρο της Μεσσήνης, η περιήγηση της πόλης Καλαμάτας και η επίσκεψη στην Καρδαμύλη. Από την ακύρωση των περισσότερων καρναβαλικών εκδηλώσεων, ανταμειφθήκαμε με την παρακολούθηση του Διονυσιακού αγροτικού δρώμενου της «ευετηρίας» με σκοπό την προϋπάντηση της άνοιξης στην Νέδουσα Αλαγονίας.

Εκδηλώσεις που έγιναν το προηγούμενο εξαμήνου

- Στις 10/01/20 πραγματοποιήθηκε στα γραφεία μας η Κοπή της Πίτας των παιδιών με διανομή δώρων. Το αναμνηστικό ασημένιο φλουρί κληρώθηκε στην Φωτεινή Βαβίλη.
- Στις 10/01/20 πραγματοποιήθηκε στα γραφεία μας η Κοπή της Πίτας για τα μέλη της ΕΟΦ και ακολούθησε μικρός μπουφές και κρασί για να ευχηθούμε Καλή Χρονιά. Τυχερός στην κλήρωση του αναμνηστικού χρυσού φλουριού, ήταν ο Γιάννης Τριανταφυλλίδης.
- Κατά τη διάρκεια της εκδρομής που πραγματοποιήσαμε στην Ορεινή Κορινθία στις 12/01/20, κόπηκε η πίτα της ορειβατικής ομάδας. Τυχερή στην κλήρωση του αναμνηστικού ασημένιου φλουριού, ήταν η Κική Κωνσταντινίδου.
- Στις 07/02/20 μία ομάδα 46 ατόμων παρακολούθησε την оперέτα «ΝΥΧΤΕΡΙΔΑ» στην Εθνική Λυρική Σκηνή που τώρα στεγάζεται στο Πολιτιστικό Κέντρο Ιδρύματος Σταύρος Νιάρχος.
- Στις 12/02/20 πραγματοποιήθηκε στα γραφεία μας η Απολογιστική Γενική Συνέλευση
- Στις 17/02/20 πραγματοποιήθηκε, στα γραφεία μας, σεμινάριο από την Μάγια Βέττερ με θέμα «Ανεύρεση πεζοπορικών διαδρομών μέσω internet, χρήση του κινητού τηλεφώνου για καταγραφή διαδρομών και ακολούθηση αυτών»
- Στις 20/02/20 (Τσικνοπέμπτη) μία παρέα 32 ατόμων συγκεντρώθηκε για αποκριάτικο γλέντι στο οικογενειακό κέντρο Νάρκισσος και διασκέδασε με φαγητό, ζωντανή μουσική και μπόλικο κέφι.
- Στη διάρκεια της τριήμερης εκδρομής που πραγματοποιήθηκε από 29/02 μέχρι 02/03/20 στην Καλαμάτα, επισκεφθήκαμε το χωριό Νέδουσα Αλαγονίας για να λάβουμε μέρος στο Διονυσιακό αγροτικό δρώμενο της «ευετηρίας» με σκοπό την προϋπάντηση της άνοιξης.
- Στις 04/03/20 μία ομάδα 57 ατόμων ξεναγήθηκε στο Μουσείο Σύγχρονης Τέχνης Γουλανδρή.
- Στις 06/03/20 πραγματοποιήθηκε στα γραφεία μας συγκέντρωση μελών μας για να προταθούν εκδρομές και εκδηλώσεις του 2ου εξαμήνου 2020.



12/01/2020 ΚΟΠΗ ΤΗΣ ΠΡΩΤΟΧΡΟΝΙΑΤΙΚΗΣ ΠΙΤΑΣ ΣΤΑ ΓΡΑΦΕΙΑ ΜΑΣ



Κείμενο Κατερίνα Δραγώνα, Φωτογραφίες Δημήτρης Αρμενιάκος

Όπως κάθε χρόνο έτσι και φέτος με την είσοδο του νέου χρόνου Παρασκευή 12 Γενάρη αμέσως μετά την επιστροφή των εκδρομικών μας από την κάτω Ιταλία συναντηθήκαμε στα Γραφεία μας για το καθιερωμένο κόψιμο της Πρωτοχρονιάτικης πίτας των παιδιών και των μελών του Συλλόγου μας.

Μέχρι το 2018 η εκδήλωση για το κόψιμο της πίτας παιδιών γινόταν ανήμερα τα Θεοφάνια στο Κτήμα μας στο Μάτι όπου τα παιδιά εκτός από το φλουρί του τυχερού έπαιρναν μαζί με την πίτα τους και αναμνηστικά δωράκια.

Δυστυχώς πολύ λίγα παιδιά προσήλθαν φέτος γιατί η Παρασκευή είναι εργάσιμη ημέρα και οι δραστηριότητες της Εβδομάδας τα κράτησαν μακριά μας.

Από νωρίς είχαμε καταφθάσει στα Γραφεία μέλη του Δ.Σ. και της Επιτροπής Εκδηλώσεων για να προετοιμάσουμε τον χώρο. Μόλις ολοκληρώθηκε η προσέλευση ο Πρόεδρος Απόστολος Ψυράκης ευχήθηκε σε όλους καλή χρονιά και στην συνέχεια επιμελήθηκε το κόψιμο της πίτας πρώτα για τα Εοφιτάκια και μετά για το Δ.Σ. και



■ Ο Απόστολος, η Θέμις και ο τυχερός Γ. Τριανταφυλλίδης

τα μέλη μας. Με ευχάριστη διάθεση ανταλλάξαμε φιλοφρονήσεις και ευχές. Μαζί με την πίτα προσφέρθηκαν κρύα πιάτα, αναψυκτικά και κρασάκια για το κέφι. Αφού σεβριρίστηκαν όλοι και απόλαυσαν τα μεζεδάκια μεταξύ αστεϊσμών και πειραγμάτων ο Βασίλης απέσυρε κάποια καθίσματα και το χορευτικό τμήμα της Ε.Ο.Φ. έριξε τις παραδοσιακές χορευτικές γύρες για το καλό του χρόνου. Λίγο αργότερα βέβαια δοκιμαστήκαμε όλοι από την επέλαση του κορονοϊού αλλά ελπίζουμε ότι θα ξεπεραστεί η κρίση και θα επανέλθουμε γρήγορα στην καθημερινότητά μας.



■ Η τυχερή της χρονιάς, Φωτεινή Βαβίλη

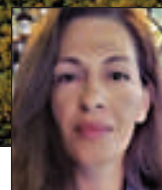


Τα πάντα σε απόλυτο έλεγχο!!!

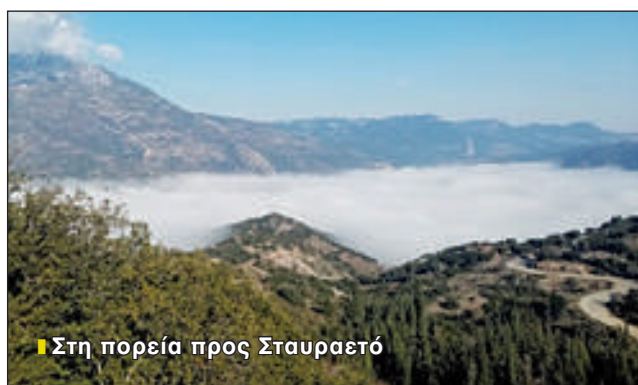
■ Το συμβούλιο σε παράταξη



ΨΑΡΙ ΚΟΡΙΝΘΙΑΣ ΚΟΨΙΜΟ ΠΙΤΑΣ ΣΤΟΝ ΟΡΕΙΝΟ ΞΕΝΩΝΑ



Κείμενο Φεβρωνία Δραγώνα



■ Στη πορεία προς Σταυραετό



■ Ορεινός ξενώνας, το κόψιμο της πίτας

Στις 12 Γενάρη 2020, Κυριακή 7.30 π.μ. ξεκινήσαμε από τα γραφεία μας στη Ζωοδόχο Πηγή Ακαδημίας για εξόρμηση στο Ψάρι Κορινθίας συνδυαστικά με το κόψιμο της πίτας στον Ορεινό Ξενώνα της Ε.Ο.Φ. στο Κεφαλάρι.

Η περιοχή γύρω από το χωριό Ψάρι στην Ορεινή Κορινθία είναι ένα λιτό, ορεινό τοπίο. Τμήμα μιας περιοχής με πλούσια ιστορία και εξαιρετικά κρασιά. Φυσικό μια και βρίσκεται δίπλα στην Νεμέα. Στην ευρύτερη περιοχή του χωριού ο Δήμος Σικυωνίων σε συνεργασία με τον Πολιτιστικό Σύλλογο Απανταχού Ψαριωτών δημιούργησαν το 2014 ένα ενδιαφέρον δίκτυο 5 ορειβατικών διαδρομών συμπεριλαμβανομένου και ενός ποδηλατικού.

Η διαδρομή ήταν αρκετά εύκολη, χωρίς μεγάλη υψομετρική διαφορά. Για την εποχή ο καιρός ήταν καλός κ αυτό βοήθησε να απολαύσουμε τον περίπατό μας. Στην ράχη του Σταυραετού η θέα προς τη λίμνη Στυμφαλία σε άφηνε άφωνο. Όλη η διαδρομή ήταν υπέροχη.

Μετά την περιήγηση στο Ψάρι και σε μικρότερες διαδρομές οι Εοφίτες γευματίσαμε στο χωριό και με το πούλμαν πήγαμε στο Ορεινό Ξενώνα για το κόψιμο της πίτας που έγινε μέσα σε Χριστουγεννιάτικη ατμόσφαιρα, με κέφι, γέλια και ζεστασιά. Ο ελληνικός καφές μοσχομήρισε και τα κεράσματα πηγαينوερχό-ντουσαν.

Με μισή καρδιά μαζέψαμε να φύγουμε...



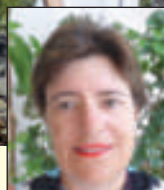
ΕΚΔΡΟΜΕΣ ΚΑΙ ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ



ΛΟΓΩ ΤΗΣ ΡΕΥΣΤΗΣ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ ΕΞ ΑΙΤΙΑΣ ΤΟΥ ΚΟΡΩΝΟΪΟΥ
ΔΕΝ ΕΚΔΟΘΗΚΕ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΚΔΡΟΜΩΝ Β' ΕΞΑΜΗΝΟΥ
Η ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ ΤΩΝ ΜΕΛΩΝ ΜΑΣ ΘΑ ΓΙΝΕΤΑΙ ΤΗΛΕΦΩΝΙΚΑ ΚΑΙ ΔΙΑΔΥΚΤΙΑΚΑ
ΤΟ ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΟ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ

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

Τηλ. 210 3807093, 210 3806924, (17.30 έως 20.30) Φάξ: 210 3806924, e mail: eof@otenet. gr



Κείμενο, Φωτογραφίες Μάγια Βέττερ

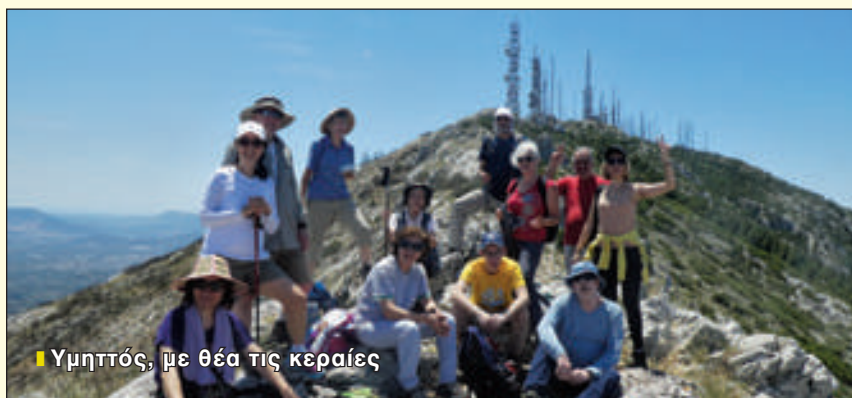
ΚΥΡΙΑΚΗ 14 ΙΟΥΝΙΟΥ ΠΟΡΕΙΑ ΣΤΟΝ ΥΜΗΤΤΟ

Την Κυριακή 14 Ιουνίου πραγματοποιήθηκε η πρώτη πορεία της Ε.Ο.Φ. μετά την άρση των μέτρων για τον κορονοϊό. Η πορεία έγινε στον Υμηττό από την πλευρά της Καισαριανής και είχε μεγάλη συμμετοχή.

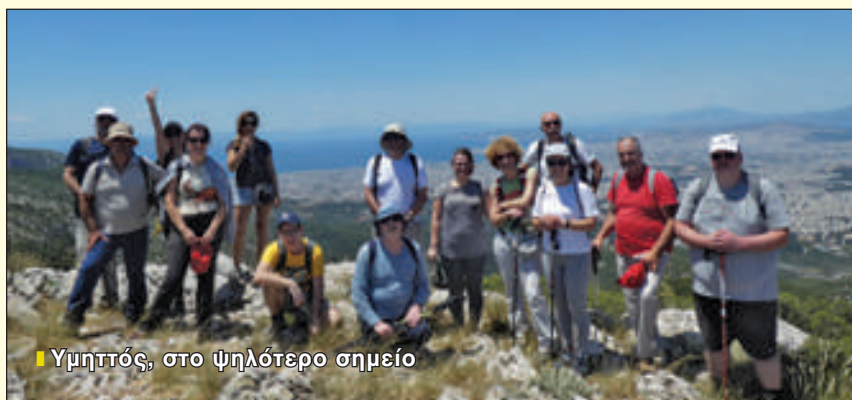
Όλη η ομάδα συναντήθηκε στο πυροφυλάκιο της Καισαριανής. Στο σημείο συνάντησης οι πεζοπόροι προσήλθαν άλλοι με Ι.Χ., άλλοι με τα πόδια και άλλοι με συγκοινωνία.

Η διαδρομή περνάει από το αισθητικό δάσος της Καισαριανής, συνεχίζει σε μονοπάτι πάνω από την Καλοπούλα, φθάνει σε χωματόδρομο και συνεχίζει ανηφορικά από το μονοπάτι 10. Οι περισσότεροι από την ομάδα ανέβηκαν σε κορυφή σε μικρή απόσταση από τις κεραίες.

Η θέα από εκεί είναι εντυπωσιακή. Στην συνέχεια όλη η ομάδα κατέβηκε στο κτίριο του ΟΤΕ όπου έγινε και σχετικό για πικνίκ σε άνοιγμα κάτω από τα πεύκα. Η επιστροφή έγινε σε 1½ ώρα από το μονοπάτι 5 που περνάει από τον Πύργο της Ανθούσας. Αποχαιρετιστήκαμε με αισιόδοξη διάθεση και την σκέψη για την πραγματοποίηση της επόμενης εκδρομής.



Υμηττός, με θέα τις κεραίες



Υμηττός, στο ψηλότερο σημείο

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.

ΟΛΥΜΠΙΑ Ο ΑΡΧΑΙΟΛΟΓΙΚΟΣ ΧΩΡΟΣ



Επιμέλεια Κατερίνα Δραγώνα, Φωτογραφίες Μάγια Βέττερ

Ο αρχαιολογικός χώρος της Ολυμπίας περιλαμβάνει το Ιερό του Δία, με τους ναούς και τα κτήρια που σχετίζονταν άμεσα με τη λατρεία, και διάφορα οικοδομήματα που είχαν κτιστεί γύρω από αυτό, όπως αθλητικές εγκαταστάσεις που χρησιμοποιούνταν για την προετοιμασία και την τέλεση των Ολυμπιακών Αγώνων, βοηθητικά κτήρια, χρηστικά και διοικητικά, καθώς και οικοδομήματα κοσμικού χαρακτήρα. Η Άλτις, το ιερό άλσος, καταλαμβάνει το κεντρικό τμήμα και μέσα σε αυτή αναπτύσσεται ο πυρήνας του Ιερού, με τους ναούς, τους θησαυρούς και τα σημαντικότερα κτήρια του χώρου. Χωρίζεται από τη γύρω περιοχή με περίβολο, που στα τέλη του 4ου αι. π.Χ. είχε δύο πύλες στη δυτική πλευρά του και μία στη νότια, ενώ το όριό της στα ανατολικά αποτελεί η Στοά της Ηχούς, που χωρίζει τον ιερό χώρο από το στάδιο. Στη ρωμαϊκή περίοδο ο περίβολος διευρύνθηκε και στη δυτική του πλευρά διαμορφώθηκαν δύο μνημειακά πρόπυλα.

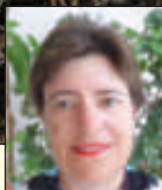
Σε περίοπτη θέση μέσα στον ιερό χώρο δεσπόζει ο γιγάντιος ναός του Δία και βορειότερα ο παλαιότερος ναός της Ήρας. Στη βόρεια πλευρά υπήρχε το Μητρώο, ναός αφιερωμένος στη μητέρα των θεών Ρέα-Κυβέλη, και πίσω του, στους πρόποδες του Κρονίου, οι θησαυροί που είχαν αφιερώσει οι ελληνικές πόλεις, κυρίως οι αποικίες. Στα δυτικά τους σώζεται το Νυμφαίο, το λαμπρό υδραγωγείο που αφιέρωσε στο ιερό ο Ηρώδης Αττικός. Μέσα στην Άλτι υπήρχαν ακόμη το Πελόπιο, ταφικό μνημείο, αφιερωμένο στον ήρωα Πέλοπα, το Πρυτανείο, που ήταν η έδρα των αξιωματούχων του ιερού, και το Φιλιπείο, το κομψό κυκλικό οικοδόμημα που αφιέρωσε ο Φίλιππος Β', βασιλιάς της Μακεδονίας. Κατά την αρχαιότητα, στα νοτιοανατολικά του Ηραίου υπήρχε και ο μεγάλος βωμός του Δία, σημαντικότατο μνημείο, που όμως δεν διατηρήθηκαν ίχνη του, γιατί είχε σχηματιστεί από τη συσσώρευση τέφρας, και διαλύθηκε όταν το ιερό σταμάτησε να λειτουργεί. Ο υπόλοιπος χώρος μέσα στον περίβολο ήταν γεμάτος από βωμούς, αγάλματα θεών και ηρώων, ανδριάντες των Ολυμπιονικών, αφιερώματα επιφανών ιδιωτών και ελληνικών πόλεων, ανάμεσά τους και η περίφημη Νίκη του Παιωνίου.

Έξω από το νότιο περίβολο της Άλτεως υπάρχει το Βουλευτήριο, και ακόμη πιο κάτω η Νότια στοά, που αποτελούσε το νοτιότερο κτήριο του ευρύτερου ιερού χώρου και την κύρια είσοδο του ιερού από τη πλευρά αυτή. Στο δυτικό τμήμα του χώρου υπάρχουν κτήρια που εξυπηρετούσαν το προσωπικό του ιερού, τους αθλητές και τους επίσημους επισκέπτες και χωρίζονται από την Άλτι με την ιερά οδό: το γυμνάσιο και η παλαίστρα, χώροι προπόνησης, το εργαστήριο του Φειδία, που στα παλαιοχριστιανικά χρόνια μετατράπηκε σε βασιλική, τα ελληνικά λουτρά με το κολυμβητήριο, οι ρωμαϊκές θερμές, ο Θεγκολεών, (κατοικία των ιερέων), το Λεωνιδαίο, που ήταν ξενώνας για τους επισήμους, και οι μεταγενέστεροι ρωμαϊκοί ξενώνες. Ανατολικά της Άλτεως εκτείνεται το στάδιο, όπου τελούνταν οι Ολυμπιακοί Αγώνες. Κατά την αρχαιότητα, νότια του σταδίου υπήρχε και ο ιπποδρόμος, από τον οποίο σήμερα δεν σώζεται κανένα ίχνος, διότι έχει παρασυρθεί από τον Αλφειό ποταμό. Στην ίδια περιοχή υπάρχουν κτηριακά συγκροτήματα λουτρών και επαύλεων, όπως η περίφημη έπαυλη που έκτισε ο Νέρων όταν διέμενε στην Ολυμπία, προκειμένου να συμμετάσχει στους αγώνες.

■ Στην Αρχαία Ολυμπία

■ Στην Αρχαία Ολυμπία

Πηγή: http://odysseus.culture.gr/index_gr.html
Συντάκτης Ολυμπία Βικάτου, αρχαιολόγος



Κείμενο, Φωτογραφίες Μάγια Βέττερ

ΑΡΧΗ ΤΡΙΩΔΙΟΥ ΣΤΗΝ ΟΛΥΜΠΙΑ ΝΕΜΟΥΤΑ

Αρχές Φεβρουαρίου επαναλάβαμε μία εκδρομή που είχαμε ξανακάνει το 2016 με μεγάλη επιτυχία. Και αυτή την φορά περάσαμε πολύ ωραία παρόλο ότι δεν είχαμε μεγάλη συμμετοχή λόγω πολλών κρουσμάτων γρίπης.

Πρώτη μας επίσκεψη ήτανε στο Περιβαλλοντικό κέντρο και μουσείο της Φολόης όπου μας ξενάγησε ο οδηγός βουνού Νίκος Σιάκκουλης

Ο Νίκος στην συνέχεια οδήγησε μία ομάδα 12 ατόμων σε 2½ ώρες στο εντυπωσιακό φαράγγι που ονομάζεται «Μονοπάτι των Κενταύρων». Η υπόλοιπη ομάδα περπάτησε στο δάσος της Φολόης που είναι ένα από τα μεγαλύτερα δάση βελανιδιών. Οι 2 ομάδες συναντήθηκαν στην ταβέρνα του Παπούλια για φαγητό (ιδιαίτερα νόστιμο το αγριογούρουνο). Συνεχίσαμε με το πούλμαν για την Ολυμπία όπου διανυκτερεύσαμε.

Το άλλο πρωί οι ορειβάτες μεταφέρθηκαν με το πούλμαν ως το χωριό Νεμούτα (στα 560μ.) όπου συναντήθηκαν πάλι με τον οδηγό βουνού Νίκο Σιάκκουλη. Ο Νίκος μαζί με τον Παναγιώτη Παπαηλιού είναι οι δύο πεζοπόροι κάτοικοι της περιοχής που έχουν ανακαλύψει και καταγράψει έως και 30 καταρράχτες στον ποταμό Ερύμανθο στην Νεμούτα και τους έκαναν γνωστούς κυρίως μέσα από τη σελίδα του facebook,

«Καταρράχτες Νεμούτας».

Οι δύο αυτοί νέοι κατάφεραν με την εθελοντική τους εργασία, να προσελκύσουν στη Νεμούτα μερικές χιλιάδες επισκεπτών. Τους περισσότερους μέσω ορειβατικών Συλλόγων, πολλούς από γκρουπ του εξωτερικού και αρκετούς μεμονωμένους επισκέπτες.

Ο ποταμός Ερύμανθος πηγάζει από το ομώνυμο βουνό στην Αχαΐα και μετά από 60 χ.λ.μ. περίπου καταλήγει στον Αλφειό ποταμό. Αποτελεί το φυσικό σύνορο μεταξύ Ηλείας- Αρκαδίας. Το τοπίο χαρακτηρίζουν τα παραδοσιακά γεφύρια, οι παλιοί νερόμυλοι, η πλούσια βλάστηση, τα ορμητικά νερά και οι εντυπωσιακοί καταρράχτες 10 έως 20 μέτρα ύψος δύσκολα προσβάσιμοι πνιγμένοι από την οργιώδη βλάστηση, που δημιουργούν τα νερά του ποταμού.

Από αυτούς οι 6 προς το παρόν είναι προσβάσιμοι για το κοινό. Μαζί με τον Νίκο κατέβηκε η ομάδα από χωματόδρομο και μονο-

πάτι στο φαράγγι του Άμπουλα όπου επισκέφθηκαν έναν καταρράχτη και στην συνέχεια άλλους 4 στο φαράγγι του Χαρατσαρίου καταλήγοντας στον πιο εντυπωσιακό. Μία έκπληξη ήτανε ο ποταμός Ερύμανθος με τους μαϊάνδρους.

Οι περιηγητές είχανε επίσης ένα πλούσιο πρόγραμμα επισκεπτόμενοι πρώτα τα αρχαία της Ολυμπίας έχοντας μία εξαιρετική ξεναγό. Συνέχισαν για την Νεμούτα όπου τους περίμεναν φορτηγάκια για να τους κατεβάσουν στο φαράγγι του Χαρατσαρίου όπου θαύμασαν και αυτοί τους 4 καταρράχτες. Όλη η ομάδα ανέβηκε στα φορτηγάκια που τους έφεραν πίσω στο χωριό Νεμούτα.



■ Καταρράκτης Νεμούτας

ΑΠΟΚΡΙΕΣ 2020 ΣΤΗΝ ΠΕΡΙΟΧΗ ΚΑΛΑΜΑΤΑΣ

Κείμενο Νίκος Νίντος, Φωτογραφίες Νίκος Νίντος – Μάγια Βέπτερ



Καρδαμύλη



Στο ιστορικό και λαογραφικό μουσείο

Όταν οι άνθρωποι προγραμματίζουν, ο Θεός γελάει... Λέει μια σοφή παροιμία που τις μέρες αυτές την έχουμε ακούσει πολλές φορές. Θύμα αυτής της παροιμίας έπεσε και η ΕΟΦ. Που να φανταστούμε όταν οργανώσαμε την εκδρομή του τριημέρου της Αποκριάς, ότι θα το υλοποιούσαμε τόσο τροποποιημένο.

Είχαμε την βεβαιότητα ότι όλα θα κυλούσαν καλά μια και η Καλαμάτα αφενός είναι μια πολύ όμορφη και ενδιαφέρουσα πόλη και αφετέρου έχει παράδοση στα αποκριάτικα δρώμενα όχι μόνο μέσα στην ίδια την πόλη αλλά και στα γειτονικά χωριά που θα μας κάλυπταν και τις τρεις μέρες της παραμονής μας. Δυστυχώς με την επίσκεψη του ανεπιθύμητου ιού άλλα προγραμματίσαμε και άλλα μας προέκυψαν. Το Σάββατο το πρωί ένα πούλμαν με 47 «τολμηρούς» ξεκίνησε για Μεσσηνία. Η πρώτη μας επίσκεψη ήταν στο Αρχαιολογικό χώρο της αρχαίας Μεσσήνης. Ιδρύθηκε από τον Επαμεινώνδα το 369 π.Χ. μετά τη νίκη του επί των Σπαρτιατών στη μάχη των Λεύκτρων. Άκμασε κατά τους μακεδονικούς και ρωμαϊκούς χρόνους και έγινε πρωτεύουσα του Μεσσηνιακού κράτους. Το 395 μ.Χ. δέχεται επίθεση από τους Γότθους του Αλάριχου και μερικώς εγκαταλείπεται. Τμήμα του οικισμού συνεχίζει να λειτουργεί μέχρι και τα χρόνια της Ενετοκρατίας. Από τον 15° αι. εγκαταλείπεται τελείως. Το 1986 ο καθηγητής Πέτρος Θέμελης αναλαμβάνει τη διεύθυνση των ανασκαφών που συνεχίζονται ως σήμερα. Η ξενάγηση στο αρχαιολογικό χώρο που καλύπτει έκταση 350-400 στρεμμάτων χρειάστηκε τρεις περίπου ώρες. Ξεχωρίσαμε το Στάδιο και το Γυμνάσιο που ανήκουν στα πλέον εντυπωσιακά, οικοδομικά συγκροτήματα. Το μουσείο και η επίσκεψη στην Αρκαδική πύλη ολοκλήρωσε την περιήγηση μας.

Φθάσαμε στην Καλαμάτα νωρίς το απόγευμα. Η Καλαμάτα με το όνομα Φαρές, υπήρχε από την εποχή του Όμηρου. Είχε περιορισμένη σημασία κατά την αρχαιότητα υπάρχοντας στη σκιά της Σπάρτης αρχικά και της Μεσσήνης αργότερα. Γίνεται όμως επί Φραγκοκρατίας η αγαπημένη πόλη των Βιλλεαρδουίνων και το κάστρο τόπος διαμονής τους όπως γλαφυρά περιγράφει ο Άγγελος Τερζάκης στο μυθιστόρημα του «Πριγκιπέσσα Ιζαμπώ». Το 1459 την καταλαμβάνουν οι Οθωμανοί Τούρκοι. Απελευθερώθηκε από τους Έλληνες το 1821. Στα τέλη του 19ου αιώνα χτίζεται το λιμάνι της που λειτουργεί μέχρι και σήμερα και η πόλη έρχεται σε επαφή με τη Δύση και την κουλτούρα της.

Το 1986 η πόλη χτυπήθηκε από ισχυρούς σεισμούς, που προκάλεσαν εκτεταμένες ζημιές αλλά γρήγορα ανασυγκροτήθηκε και σήμερα είναι μια δυναμική πόλη που ατενίζει με αισιοδοξία το μέλλον.

Οι εκδηλώσεις για το Καρναβάλι είχαν ακυρωθεί. Ευτυχώς η πόλη έχει έντονη κοσμική ζωή. Δεκάδες τα ουζάδικα, οι ταβέρνες και τα



■ Νέδουσα, το Δρώμενο της Ευημερίας



■ Νέδουσα, καθαρή Δευτέρα, ο Αγερμός

εστιατόρια που βρίσκονται στο κέντρο της πόλης ενώ αρκετά υπάρχουν και στην παράλια. Οι Ε.Ο.Φιτες λοιπόν μπόρεσαν να περάσουν όμορφα την βραδιά τους και χωρίς καρναβάλι.

Την Κυριακή περιηγηθήκαμε την πόλη που κοσμείται με σημαντικά αξιοθέατα: Ξεκινήσαμε από τον ιστορικό ναό των Αγίων Αποστόλων όπου στις 23 Μαρτίου 1821 ευλογήθηκε η επανάσταση που σήμανε και την απελευθέρωση της πόλης. Ο καθεδρικός ναός της Υπαπαντής, η Ι.Μ. Καλογραιών, το Κάστρο, το Δημοτικό Πάρκο Σιδηροδρόμων είναι επίσης ενδιαφέροντα και πολλοί από εμάς τα επισκεφθήκαμε όλα. Από μουσεία ξεχωρίζουν η Συλλογή Ελληνικών ενδυμασιών της Βικτωρίας Καρέλια ίσως το πιο άρτιο στο είδος του στην Ελλάδα, το ενδιαφέρον αν και πολύπλοκο Αρχαιολογικό μουσείο της Αρχαίας Μεσσηνίας, το Ιστορικό και Λαογραφικό και το Πολεμικό.

Το απόγευμα πραγματοποιήσαμε εκδρομή στην γειτονική Καρδαμύλη ένα παραθαλάσσιο χωριό που έχει χαρακτηριστεί από το Υπουργείο Πολιτισμού «ως τοπίο ιδιαίτερου φυσικού κάλλους γιατί αποτελεί ένα αξιόλογο φυσικό τοπίο με πλούσια βλάστηση και ως ιστορικό τοπίο, επειδή η γη της, κατοικούμενη από τα προϊστορικά χρόνια μέχρι σήμερα, είναι πλούσια σε μνημεία όλων των εποχών και η ιστορία της πλούσια σε γεγονότα».

Επισκεφτήκαμε το πιο ενδιαφέρον μνημείο του χωριού το Πύργο του Τρουπάκη-Μούρτζινου που στην ουσία είναι ένα οχυρό συγκρότημα, με διάφορα κτίσματα. Τα σημαντικότερα είναι ο ναός του Αγίου Σπυρίδωνα, το Πυργόσπιτο και ο κυρίως Πύργος.

Εδώ φιλοξενήθηκε ο Θεόδωρος Κολοκοτρώνης, όταν ήρθε από τη Ζάκυνθο και από εδώ ξεκίνησαν οι αγωνιστές για να απελευθερώσουν την Καλαμάτα.

Το βραδάκι επιστρέψαμε στην Καλαμάτα.

Την Καθαρά Δευτέρα πραγματοποιήθηκε το αρχικό πρόγραμμα. Αναχωρήσαμε για το χωριό Νέδουσα της Αλαγονίας για να λάβουμε μέρος στο Διονυσιακό αγροτικό δρώμενο της «ευημερίας». Το δρώμενο γίνεται με σκοπό την προϋπάντηση της άνοιξης. Χαρακτηριστικά του δρώμενου είναι οι πρωτόγονες μεταμφιέσεις και το ομαδικό μουντζούρωμα όλων των παρευρισκομένων. Ξεχωριστό κομμάτι του δρώμενου κατέχει ο Αγερμός όπου ένας όμιλος ανθρώπων πραγματοποιεί συμβολικά μια κυκλική πομπή με επίσκεψη στα σπίτια του χωριού. Ακολουθεί ο χορός των τράγων, ο γάμος κλπ. Οι επισκέπτες δεν θεωρούνται θεατές αλλά συν-εορταστές και φυσικά οι ΕΟΦίτες μας δεν έχασαν την ευκαιρία να συνεορτάσουν συμμετέχοντας σε όλα τα δρώμενα. Με την λήξη των δρώμενων ήρθε η ώρα της επιστροφής στην Αθήνα. Τελικά δεν ξέρω αν γέλασε ο Θεός με την εκδρομή μας αλλά εμείς περάσαμε υπέροχα.



■ Ναός Αγίων Αποστόλων στην Καλαμάτα



■ Η συλλογή ελληνικών ενδυμασιών Βικτωρίας Καρέλια



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 συνεκδρομέα τους και βοηθούν ουσιαστικά στην καλύτερη εκτέλεση της εκδρομής.

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

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

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

9. Να δείχνουν κατανόηση σε τυχόν ατέλειες των καταλυμάτων με 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 ήλιου
- ✓ 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:

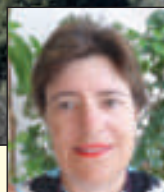


ΣΕ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΔΙΑΝΥΚΤΕΡΕΥΣΗΣ:

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

ΓΕΝΙΚΟΙ ΟΡΟΙ & ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΓΙΑ ΤΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΤΙΣ ΕΚΔΡΟΜΕΣ

- Για τις ημερήσιες εκδρομές οι καταστάσεις «ανοίγονται» πριν ένα μήνα και για τις διήμερες πριν δύο μήνες.
- Για τις πολυήμερες εκδρομές οι καταστάσεις «ανοίγονται» πριν τρεις μήνες.
- Τα γραφεία μας είναι ανοιχτά κάθε μέρα από 1η Οκτωβρίου 17.30 έως 20.30 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 3806924 λειτουργεί συσκευή φάξ για λήψη μηνυμάτων καθ' όλο το 24ωρο.
- Κατά τους μήνες του καλοκαιριού η επικοινωνία γίνεται στα 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.



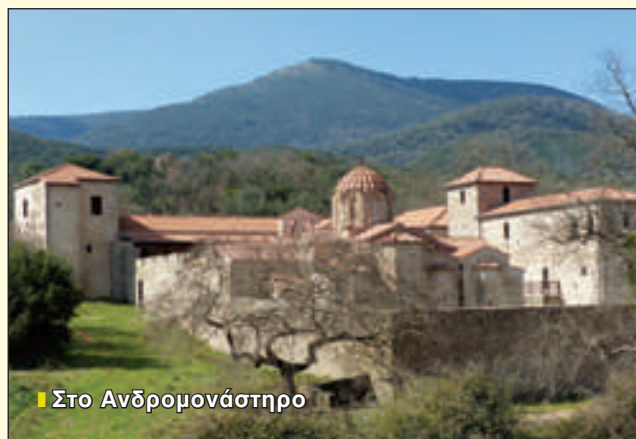
ΠΕΖΟΠΟΡΙΕΣ ΣΤΗΝ ΜΕΣΣΗΝΗ ΤΟ ΤΡΙΗΜΕΡΟ ΤΗΣ ΚΑΘΑΡΑΣ ΔΕΥΤΕΡΑΣ 2020

Κείμενο Μάγια Βέττερ, Φωτογραφίες Μάγια Βέττερ – Βασίλης Συλβεστριάδης

Στην τελευταία εκδρομή μας πριν ξεκινήσει η καραντίνα είχαμε την ευκαιρία να πραγματοποιήσουμε 2 καινούργιες για την Ε.Ο.Φ. διαδρομές. Η πρώτη έγινε από το χωριό Μαυρομάτι που βρίσκεται πάνω από τον αρχαιολογικό χώρο της Μεσσήνης. Η πορεία ξεκινάει από την βρύση της Κλειψύδρας που βρίσκεται στο κέντρο του χωριού. Από ένα αρκετά ανηφορικό και πετρώδες μονοπάτι βρεθήκαμε σε 1½ ώρα στην κορυφή του βουνού Ιθώμη στα 805 μέτρα. Στην κορυφή του βουνού υπήρχε αρχαίο οχυρό του οποίου διατηρούνται ακόμη ερείπια. Το οχυρό της Ιθώμης έπαιξε σημαντικό ρόλο στον Α΄ Μεσσηνιακό Πόλεμο, προς τα τέλη του 7ου αιώνα π.Χ., ανάμεσα στη Μεσσηνία και τη Σπάρτη. Αποτελέσε το τελευταίο προπύργιο των Μεσσηνίων και τελικά ισοπεδώθηκε μετά από ηρωική πολιορκία. Στην κορυφή υπάρχουν επίσης ερείπια της μονής Βουλκάνου. Εντύπωση μας έκαναν τα πολλά λουλούδια της άνοιξης. Κατεβήκαμε από χωματόδρομο ως το Μαυρομάτι σε 1 περίπου ώρα.

Την άλλη μέρα φύγαμε από την Καλαμάτα με το πούλμαν για το χωριό Μαγγανιάκο όπου μας υποδέχθηκαν οι ντόπιοι με τσάι και κουλουράκια. Μας έδειξαν επίσης τις στολές που θα φορούσαν το βράδυ αν δεν υπήρχε η απαγόρευση των εκδηλώσεων λόγω Κορονοϊού. Ο Κώστας, ντόπιος από το χωριό και μέλος του ΕΟΣ Καλαμάτας με πολύ ενθουσιασμό οδήγησε μία ομάδα σε μία κυκλική πορεία 4 ½ ωρών πάνω από το χωριό Μαγγανιάκο με πιο ψηλό σημείο τα 1000 μέτρα.

Στην πορεία μας έλεγε ενδιαφέρουσες πληροφορίες για την περιοχή. Φθάνοντας σε εκκλησάκι βρήκαμε την δεύτερη ομάδα από μέλη μας που είχαν έρθει συνοδεία φίλων από το χωριό. Γυρίσαμε όλοι μαζί από άλλη πλευρά. Στο χωριό μας περίμενε δεύτερη έκπληξη με κεράσματα πίτας και κρασιού. Η φιλοξενία των ανθρώπων του χωριού μας κατασυγκίνησε. Η ομάδα μας συνέχισε για το Ανδρομονάστηρο όπου μας έκανε εξαιρετική ξενάγηση ο φύλακας του μοναστηριού που τον είχαμε ειδοποιήσει από πριν. Το μοναστήρι είναι μονή φρούριο που τώρα πιά είναι επισκέψιμη καθώς ολοκληρώθηκαν έπειτα από 5 χρόνια οι εργασίες αποκατάστασης. Η Ιερά Μονή ιδρύθηκε στα τέλη του 12ου ή στις αρχές του 13ου αιώνα. Διέθετε μεγάλη περιουσία και συνέβαλε σημαντικά στην επανάσταση του 1821, αλλά υπέστη ζημιές από τις επιδρομές του Ιμπραήμ. Ήταν μετόχι της Μονής Σινά από το 1780 έως το 1929 οπότε η περιουσία της εκποιήθηκε και ο ναός αφιερώθηκε στη Μονή Βουλκάνου, της οποίας αποτελεί μετόχι μέχρι σήμερα. Πήρε το όνομα «Ανδρομονάστηρο» επειδή ήταν προφανώς αντρικό μοναστήρι ώστε να ξεχωρίζει από την κοντινή γυναικεία μονή της Ζωοδόχου Πηγής (Σαμαρίνας). Πάντως η παράδοση συνδέει την ιστορία και την ονομασία του με τον αυτοκράτορα Ανδρόνικο Β΄ Παλαιολόγο, ο οποίος καταγόταν από την Ανδρούσα και πρόσφερε τις δύο μονές στη γενέτειρά για να τιμήσει τον Πατριάρχη Αθανάσιο Α΄.



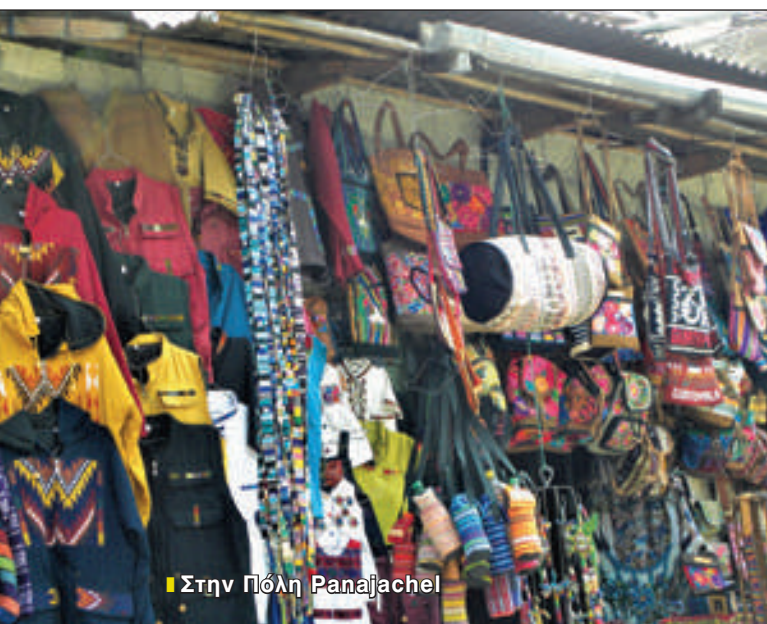
■ Στο Ανδρομονάστηρο



■ Στην κυκλική διαδρομή από το χωριό Μαγγανιάκο

ΠΡΟΟΡΙΣΜΟΣ... ΓΟΥΑΤΕΜΑΛΑ... «ΕΝΑ ΤΑΞΙΔΙ ΖΩΗΣ»

Κείμενο, Φωτογραφίες ο Νίκος Ρούπας



■ Στην Πόλη Panajachel



■ Πόλη Panajachel, εσωτερικό Ναού

Άλλο ένα «Ταξίδι ζωής» πραγματοποιήσαμε με την βοήθεια του Πρακτορείου COSMORAMA από 2-16/02/2019. Ένα ταξίδι στο Μεξικό και την Γουατεμάλα. Πηγαίνοντας σταματήσαμε για αλλαγή αεροπλάνου στο Παρίσι και επιστρέφοντας κάναμε ένα μικρό Tour στο Amsterdam μια και είχαμε πάνω από 5 ώρες αναμονής στο αεροδρόμιο...

Επισκεφτήκαμε τις πιο αξιόλογες πόλεις των Mayas, όπως η αποικιοκρατική και συνάμα γραφική Antigua (Πολεοδομικό σχέδιο τύπου «σκακιέρα» των 49 όμοιων πολεοδομικών τετραγώνων που ίδρυσαν οι Ισπανοί το 1543 με τα πλακόστρωτα καλντερίμια- πόλη Unesco- Plaza de Armas- Παλάτι του Στρατηγού), το κατεστραμμένο από σεισμούς χωριό Santa Maria, την λίμνη Atitlan με το Panajachel και το San Diego περιτριγυρισμένα από τα ενεργά ηφαίστεια Σαν Πεδρό, το ηφαίστειο του νερού κ.α.

Επίσης το Chichicastenango με την φημισμένη αγορά του και την προ Ισπανική εκκλησία του, τον Άγιο Θωμά με τις τελεουργίες 400 ετών κτισμένη πάνω στα χαλάσματα Ναού των Mayas γεμάτη με καπνούς από θυμιάματα, το Flores δίπλα στην ομώνυμη λίμνη και τέλος την πιο σπουδαία πόλη των Mayas στην Γουατεμάλα, το Tikal (Πολιτιστική Πρωτεύουσα των Mayas) με τις επιβλητικές γιγάντιες λίθινες βαθμιδωτές πυραμίδες από το 600-900 π.Χ., τις Ακροπόλεις, την Πλατεία των 7 Ναών και το συγκρότημα του Χαμένου Κόσμου, μέσα σε τροπικό άθικτο δάσος.

Η Δημοκρατία της Γουατεμάλας με την ομώνυμη πρωτεύουσα, έχει έκταση 108.890 τ.χλμ. και πληθυσμό 13,5 εκατομμύρια. Κατά κύριο λόγο έχει αγροτική οικονομία. Χώρα με εντυπωσιακά χαρακτηριστικά και έντονη κουλτούρα. Πήρε το όνομά της από τους Mayas (Cauhtemallan = Πολλά Δέντρα). Πρώτοι κάτοικοί της αναφέρονται οι Καρίβες (10.000 π.Χ.). Οι Mayas ανέπτυξαν μεγαλειώδη πολιτισμό από τον 4^ο-10^ο μ.Χ. αιώνα και ίδρυσαν πολύ σημαντικές πόλεις-κράτη με υψηλή αισθητική, ανεπτυγμένες κοινωνικές δομές (Κιρίγκουα, Τικάλ, Ουατσάκτούν, Ουάκα, Ουατλάν).

Η προέλαση του Βασιλιά το 378 μ.Χ. σηματοδοτεί νέα πολιτιστική περίοδο με πολεμικές συρράξεις, νέες συμμαχίες και συσσώρευση πλούτου και χλιδής. Φυσική ομορφιά της τα 33 ενεργά



■ Πόλη Panajachel, Ναοί των Mayas μέσα στην Ζούγκλα

όσο και επιβλητικά ηφαίστεια, οι λίμνες και τα τροπικά δάση, εξ' ου και το όνομα "Χώρα Αιώνιας Άνοιξης". Ψηλότερη κορυφή το Τοχομούλκο (4.220μ. ύψος). Κύριος ποταμός ο Μοτάγκουα που εκβάλλει στον κόλπο της Ονδούρας και ο Πολοτσίκ. Η εδαφική της μορφολογία την διακρίνει σε 4 γεωγραφικές ζώνες: Κεντρική Ορεινή χώρα, η πεδιάδα προς τον Ειρηνικό, η πεδιάδα προς Καραϊβική (εύφορη) και το Βόρειο τμήμα (δασώδες).

Βουνά: Σιέρρα Μάδρε (ηφαιστειογενής). Πεδιάδες: Προς Ειρηνικό γεμάτη λιμνοθάλασσες, προς Καραϊβική εύφορη με πολλούς ποταμούς και το Βόρειο βαθύπεδο Πετέν σχεδόν άγονο. Λίμνες: Αιτιλάν, Αματιτλάν, Ντε Φλόρες. Κλίμα: Τροπικό στις πεδιάδες προς Ειρηνικό και Καραϊβική και στις Ορεινές δροσερό. Ξηρά περίοδος από Νοέμβριο έως Μάιο και υγρή από Ιούνιο έως Σεπτέμβριο. Υπάρχουν και κυκλώνες.

Η Γουατεμάλα αποτέλεσε τον χώρο ανάπτυξης του Αρχαίου Πολιτισμού των Mayas (4^{ος}-10^{ος} μ.Χ.). Στην συνέχεια γνώρισε τις επιδρομές των Τολτέκων και Ατζέκων και τον 16^ο αιώνα κατακτήθηκε από τους Ισπανούς η κυριαρχία των οποίων τερματίστηκε το 1821 και το 1839 απόκτησε την Εθνική της Ανεξαρτησία. Η ταραχώδης πολιτική ζωή του νέου κράτους συνοδεύτηκε από πολλές εμφύλιες συγκρούσεις και πραξικοπήματα. Τον 12^ο αιώνα οι Mayas παρακαμάζουν για άγνωστους λόγους και τον 16^ο η πτώση τους ολοκληρώνεται από τους Ισπανούς. Οι Ισπανοί κατακτητές προσάρτησαν την σημερινή Γουατεμάλα στην Αντιβασιλεία της Νέας Ισπανίας (Μεξικού).

Ο Ισπανικός αποικισμός ξεκίνησε το 1518, οι δε ιθαγενείς αποδεκατίστηκαν από τις ασθένειες των λευκών εποίκων. Η Γουατεμάλα ιδρύθηκε από τον Αλαβαράδο τοποτηρητή του Μαρκησίου Κορτές. Η πρώτη πρωτεύουσα ονομάστηκε Τεπκάν και ιδρύθηκε στις 25 Ιουλίου 1524 σαν πόλη του Σαντιάγκο ντε Γουατεμάλα και μετά μεταφέρθηκε στην Βιέχα το 1527. Οι σεισμοί του 1541, οι ηφαιστειακές εκρήξεις και πλημμύρες ανάγκασαν την μεταφορά της πρωτεύουσας στην Αντίγκουα, μέχρι που και αυτή καταστράφηκε από σεισμούς και η χώρα απόκτησε το 1776 την σημερινή της ομώνυμη πρωτεύουσα.

Η Ισπανία αναγνώρισε το 1821 την ανεξαρτησία της Γουατεμάλας. Το Μεξικό όμως διαφώνησε διεκδικώντας περιοχές. Δημι-



■ Στην Πόλη Panajachel



■ Στην Λίμνη Atitlan



■ Πόλη Panajachel



■ Πόλη Panajachel

οιργήθηκε η Ομοσπονδία Κεντρικής Αμερικής, ακολούθησε εμφύλιος πόλεμος το 1826 και το 1829 έληξε με νίκη των οπαδών της Δημοκρατίας. Η Ομοσπονδία διαλύθηκε, ανακηρύχθηκε η Δημοκρατία και άρχισαν οι Μεταρρυθμίσεις με τον Φρανσίσκο Μορασάν. Η εκκλησία έστρεψε τότε τους αυτόχθονες κατά της κυβέρνησης, οπότε ξέσπασε νέος εμφύλιος το 1837 και οδήγησε στην διαίρεση και αυτονομία των επαρχιών.

Για πάνω από ένα αιώνα η Γουατεμάλα συγκρουόταν με τα άλλα κράτη της πρώην Ομοσπονδίας που είχε σαν αποτέλεσμα την καθυστέρηση της οικονομικής της ανάπτυξης. Τον 19^ο αιώνα ο Μπάριος θεωρείται, ότι ρύθμισε τα εσωτερικά προβλήματα της χώρας αν και οι ΗΠΑ είχαν προλάβει να εγκαταστήσουν μεγάλες εταιρείες στην χώρα. Στα νεότερα χρόνια κύριο χαρακτηριστικό

υπήρξε η συνεχής αστάθεια της πολιτικής ιστορίας της χώρας με πραξικοπήματα και δικτατορίες, όπου τις πρώτες ελεύθερες εκλογές που έκανε η Χούντα τις κέρδισε ο συγγραφέας και εκπαιδευτικός Χουάν Χοσέ Αρεβάλο με φιλοαμερικανική πολιτική. Το 1952 ο συνταγματάρχης Γκουσμάν (Αριστερή Παράταξη) αρχίζει μια αγροτική και κοινωνική μεταρρύθμιση, κρατικοποιώντας όλες τις φυτείες των ξένων. Τελικά με την βοήθεια των ΗΠΑ ανετράπη και η γη επέστρεψε στους γαιοκτήμονες με την βοήθεια και εκκλησιαστικών παραγόντων (Πραξικόπημα της Μπανάνας). Και άλλες στρατιωτικές κυβερνήσεις ακολούθησαν, παράλληλα με το αντάρτικο που άρχισε στα βουνά από Μαριξιστές. Το 1965 ψηφίστηκε νέο Σύνταγμα.

Επακολούθησαν απαγωγές και δολοφονίες το 1968. Συνεχείς εκλογικές αναμετρήσεις με νοθείες ώπου το 1976 ισχυρός σεισμός προκάλεσε τον θάνατο 25.000 ατόμων και επέφερε τεράστιες καταστροφές. Ταυτόχρονα είχαν δημιουργηθεί δύο νέοι στρατοί: Ο στρατός των φτωχών Ανταρτών (EGP) και η Οργάνωση των Λαών στα όπλα (ORPA). Οι συγκρούσεις, τα βασανιστήρια και οι εξαφανίσεις από τους διοικούντες οδήγησαν 10.000 ανθρώπους στο Μεξικό ως πρόσφυγες. Την δεκαετία του '80 και μετά από συγχωνεύσεις, δημιουργήθηκε η Εθνική Επαναστατική Ενότητα Γουατεμάλας (URNG) με φιλοβασιλική επιρροή. Το 1996 υπό την αιγίδα του ΟΗΕ υπεγράφη ειρηνευτική συμφωνία μεταξύ των ανταρτών και του Πρόεδρου, μετά από 36 χρόνια ανταρτοπολέμου και από τότε γίνονται ελεύθερες εκλογές.

Το 2001 αποζημιώθηκαν οι συγγενείς των θυμάτων σφαγής του 1982 από τον στρατό και από το 2008 παραμένει Πρόεδρος ο Αλβάρτο Κολόμ. Έκτοτε υπάρχει κοινοβουλευτική Δημοκρατία και Πρόεδρος που εκλέγονται κάθε 4 χρόνια.

Η χώρα έχει 22 διαμερίσματα και 332 δήμους. Η Πρωτεύουσα έχει 2.000.000 πληθυσμό και πάνω από 5.000.000 τα περίχωρα. Έχει ελάχιστο πληθωρισμό και ανεργία 3% με μεγάλες προοπτικές αν και μόλις το 1984 κρατικοποιήθηκαν οι ιδιωτικές επιχειρήσεις, οι φυσικοί πόροι πουλήθηκαν σε πολυεθνικές και τα εργασιακά δικαιώματα περικόπηκαν. Υποφέρει η χώρα από χρόνιο παιδικό υποσιτισμό. Το 97% της παραγωγικής γης κατέχεται από το 3% του πληθυσμού. Κυριότερα προς εξαγωγή προϊόντα είναι ζάχαρη, καφές, υφάσματα, μπανάνες και φρέσκα λαχανικά. Στην αλιεία εξαγει γαρίδες.

Επίσης υπάρχουν βιομηχανίες διατροφής, ένδυσης, υπόδησης καθώς και κοιτάσματα πετρελαίου στην περιοχή του Πετέν. Το



■ Πόλη Panajachel

οδικό δίκτυο δεν είναι σε καλή κατάσταση. Κυριότερα λιμάνια του Ατλαντικού είναι το Πουέρο Μπάριος, Άγιος Θωμάς και στον Ειρηνικό το Σαν Χοσέ, και το Τσαμπερίκο.

Τέλος διαθέτει και 374 αεροδρόμια. Είναι η γη της μπανάνας και χρόνια τώρα διεκδικεί από την Αγγλία το γειτονικό Μπελίζε. Κατά την διάρκεια του ανταρτοπόλεμου σκοτώθηκαν ή εξαφανίστηκαν περισσότεροι από 200.000 κυρίως χωρικοί. Επικρατεί αναλφαβητισμός, θνησιμότητα και υποσιτισμός ενώ ταλαιπωρείται από το οργανωμένο έγκλημα και τη βία των συμμοριών. Το 2010 τροπική καταιγίδα και βροχοπτώσεις έγιναν αιτία να χάσουν την ζωή τους 165 άνθρωποι. Ήταν η χειρότερη χρονιά των τελευταίων 60 χρόνων.

Στην Γουατεμάλα οι Mayas κατά την προκλασική εποχή έχουν να επιδείξουν αγγεία, γλυπτά και φανταστικές τοιχογραφίες σπιτιών. Κατά την κλασική εποχή (300-900 μ.Χ.) εδραιώνεται η τεχνοτροπία της Teotihuacan.

Βασικότερη πόλη το Τικάλ. Απομεινάρια ναών συμπλέγματα πυραμίδων με ύψη που έφταναν τα 70μ. και σκαλίσματα σε πέτρες, κράτησαν ζωντανή την σοφία του πολιτισμού των Mayas. Το μοναδικό τέμπλο Νο ένα (Ναός Μεγάλου Ιαγούάρου) κτίστηκε για να τιμήσει τον Βασιλιά «Διπλό Φεγγάρι» που είναι θαμμένος κάτω από το επιβλητικό τέμπλο. Έχουν βρεθεί ιερογλυφικά των Mayas από το 400 π.Χ..

Οι χώροι χρησιμοποιούνταν για θρησκευτικές τελετές και θυσίες. Ακόμη και σήμερα 20 διαφορετικές φυλές διατηρούν τις παραδόσεις, την θρησκεία και τα έθιμά τους. Μιλούν 28 διαφορετικές διαλέκτους, μακριά από την επίσημη Ισπανική. Η μέρα της γιορτής των Νεκρών (El Día de los Muertos) γιορτάζεται σε όλη την Κεντρική Αμερική με χαρταετούς (barriletes), ποτό, ιπποδρομίες και Marimba. Στα ορεινά κυριαρχούν οι τολμηροί χρωματικοί συνδυασμοί και οι πανηγυρικές συγκεντρώσεις. Στέλνουν έτσι μηνύματα αγάπης και σεβασμού στα πνεύματα. Η θρησκευτική ζωή στην επαρχία είναι συγκεντρωμένη σε θρησκευτικές αδελφότητες (Κονφραδίας). Είναι προνόμιο να εκλεγείς μέλος. Κάθε μια από αυτές έχει τον Άγιο Προστάτη της. Κάθε Κυριακή απόγευμα παραelaύνουν στην εκκλησία και τα μέλη τους κουβαλούν ένα τεράστιο ασημένιο σταυρό ή εικονίσματα. Παραδοσιακά μουσικά όργανα συνοδεύουν την πορεία. Όλοι οι παρευρισκόμενοι φορούν μάσκες και παραδοσιακά κοστούμια με θρύλους του παρελθόντος.

Η κουζίνα τους έχει πλούσιες Μεξικάνικες γεύσεις, μαλλά λι-



■ Εκκλησία στην Πόλη Panajachel



■ Πόλη Panajachel, εικόνα από Νεκροταφείο

γότερο πικάντικες. Το αβοκάντο χρησιμοποιείται ευρέως στην μαγειρική. Επίσης ο πουρές φασολιού με ρύζι, οι γεμιστές πιπεριές με βότανα και εντόσθια κοτόπουλου, το κρέας με λαχανικά μαγειρεμένα με σάλτσα ντομάτας και καυτερά Chuchitos, πίτες καλαμποκιού γεμιστές με κιμά. Η Fiambe σπεσιαλιτέ φτιάχνεται μια φορά τον χρόνο (τυρί, μοσχαρίσιο κρέας, λαχανικά, αυγά, παραδοσιακά βότανα κ.α.), κατά την Εαρινή Ισημερία που αποτελούσε την σημαντικότερη γιορτή των Mayas. Επίσης το Tamal Negro πίτα μαύρου καλαμποκιού με κοτόπουλο και γιαούρτι. Τέλος η μπύρα Gallo, ο καφές από τις ντόπιες φυτείες καταναλώνονται ευρέως. Η τουριστική λαϊκή τέχνη υπαίθριων αγορών έχει υφαντά, κιλίμια, ξυλόγλυπτα, κεραμικά, τραπεζομάνηλα, κεντήματα, κοσμήματα και μουσικά όργανα.



■ Το ταξίδι της Γουατεμάλας απόλαυσαν και πολλοί Εοφίτες επίσης.



Επιμέλεια, Φωτογραφίες Θωμάς Σιταράς



«Ο Αβραάμ εγέννησε τον Ισαάκ, ο Ισαάκ εγέννησε τον Ιακώβ, ο Ιακώβ εγέννησε τους δώδεκα αυτούς υιούς: Ρουβίμ, Ζαβαλών... Αλλά μα την αλήθειαν ευκολώτερο είνε να θυμηθῇ κανεῖς τα ονόματα όλων των απογόνων του Πατριάρχου Αβραάμ μέχρι της εξόδου εκ την γης της Αιγύπτου, παρά τα ονόματα των σήμερον εν Αθήναις υφισταμένων εκδρομικών Συλλόγων, των προπαγανδιζόντων την Κυριακάτικην έξοδον εκ της γης των Αθηνών.

Λοιπόν ο «Οδοιπορικός Σύνδεσμος», ο σεβάσμιος πατριάρχης των εκδρομικών μας Συλλόγων εγέννησε την εκδρομικὴν επιθυμίαν και την «Υπαίθριον Ζωήν». Η «Υπαίθριος Ζωή» εγέννησε τον «Ορειβατικόν Όμιλον». Ο «Ορειβατικός Όμιλος» εγέννησε τον «Αέρα. Ήλιον, Ύδωρ». Το ανωτέρω τρισυπόστατον εκδρομικόν στοιχείον εγέννησε διά υστηριώδους χημικῆς ενώσεως τον «Κούκον», ἤν δε «Κούκος» εκδρομικός σύνδεσμος αποτελούμενος από τρία μόνον μέλη, εἰς τας εκδρομάς των οποίων μετείχε ενίοτε και φίλος τέταρτος, ὁπότε το πρόγραμμα της εκστρατείας ἦτο ποικιλωτέρον, διότι ἦσαν τρεῖς και ο κούκος -ο οποίος εγέννησε τον «Πάνα». Ο «Παν» εγέννησε τον «Φωτογραφικόν Όμιλον» ο οποίος εἶχε τας σπανιωτέρας εμφανίσεις, περιορίζων συν τω χρόνῳ τας εκδρομάς του εἰς τον σκοτεινὸν θάλαμον... Ο «Φωτογραφικός Όμιλος» εγέννησε την «Οδοιπορικὴν Λέσχην των Τεκτόνων», ἣτις ἔτεκε τον «Όμιλον εκδρομέων της Εθνικῆς Τραπέζης», ο οποίος εγέννησε τον «Φοῖνικα» εκ της τέφρας του οποίου εβλάστησεν η «Φυσιολατρεία». Καὶ τέλος η «Φυσιολατρεία» εγέννησε τον «Εκδρομικόν Σύνδεσμον Ποδαράδων» συγκροτηθέντα από πραγματικούς ποδαράδες, αντέχοντας εἰς πεζοπορίας. Εἶναι και μερικὲς ντουζίνες ἄλλοι. Εἶνε αἰφνης ο λαμπρὸς εκδρομικός Σύλλογος «3Φ» τα οποία σημαίνουν ὅ,τι εσῆμαιναν και αι τρεῖς από Φ αρχόμεναι λέξεις με τας οποίας εκυβέρνα το Κράτος του ο τελευταῖος βασιλεὺς της Νεαπόλεως: Φέστε, Φαρίνα, Φόρτσα ἢ Φούρκα. Εἶνε και ο ἄλλος εκδρομικός Σύλλογος με 4 Φ σημαίνοντα

«Φουκαράδες Φέρτε Φίλους Φαγωμένους»! Αλλά που να τους θυμηθῶ όλους; Ευκολώτερον εἶναι να απαριθμήσουμε τους απογόνους του Αβραάμ παρά όλους τους γνήσιους τε και νόθους απογόνους του «Οδοιπορικού Συνδέσμου», ο οποίος τρέφει προς αυτούς οἶαν στοργὴν ο Κρόνος προς τα τέκνα του. Καλλίτερα λοιπόν από την γενεαλογίαν τους να παρακολουθήσωμεν την κυριακάτικην δρᾶσιν των. Η Κυριακή εἶνε ἡ κατ' ἐξοχὴν εργάσιμος ἡμέρα των εκδρομοφίλων μας.*

Ώρα πεντέμισθ το πρωί. Ο σιδηροδρομικός σταθμός μοιάζει κάπως με στρατώνα κατά το πρωινόν γεγενηρίον. Σφυρίγματα απ' ἐδῶ, κινήσεις θαλαμοφυλάκων εἰς το πλατόφωρμ, μεταφορὰ αποσκευῶν απ' ἐκεῖ. Εἰς μίαν στιγμὴν διαγράφονται μέσα στο ἄσπρο θαμπό φόντο του ὁρίζοντος μερικαὶ σκιαὶ, κινούμεναι, προχωροῦσαι προς την εἰσοδον του οικήματος.

-Ποιός;

Ακούεται εντόνωνς μια φωνή και μια σκιά προχωρεῖ προς τον μυστηριωδῶς πλησιάζοντα ὅμιλον.

-Εμεῖς κύριε Κοσμά, απαντὰ ἓνα πρίμο σεγκόντο μπάσσο και κοντράλτο από τον πλησιάζοντα ὅμιλον.

-Α, εσεῖς! Μα ελάτε, τέλος πάντων. Αργήσατε. Εντὸς δύο ωρῶν φεύγει το τραῖνο. Δεν εἶπαμε ὅτι η συνάντησις θα γίνη ἐδῶ στας τρεῖς από τα μεσάνυχτα ακριβῶς; Εἰσθε ὅλοι; Στέλιο, κάμε σε παρακαλῶ γενικὸν προσκλητήριον. Τηλέμαχε, εσύ που εἶσαι διμοιρίτης της επιμελητείας, κάμε

επιθεώρησιν να ἰδῇς αν θα βρῇς εν τάξει τα κεφτεδάκια και τας ἄλλας συναφὰς προμηθείας!

-Μπέμπη, Κούλα, Λιλίκα, Ρένα, Μαρίκα, Νίτσα, Γιώργο, Ντίνο, Κικίτσα...

-Παρόντες ὅλοι!

-Εμπρός, εμπρός εἰς τας θέσεις σας. Το τραῖνο σφυρίζει!

-Βρε ἀδελφέ, το τραῖνο εἶνε ἀκόμη στον Πειραιά!

-Αδιάφορον. Πρέπει να εἴμεθα ἑτοίμοι!

-Και τι θα κάνουμε ὕστερα;

-Αἰ, ὅ,τι ο κόσμος κ' ὁ Κοσμάς.

Εν τῷ μεταξύ η στρατιά, βαδίζουσα εἰς τὰξιν πορείας, με ἐπ' ὤμου τους μπόγους του τιμπουσίου, προχωρεῖ εἰς τον σταθμόν και παρατάσσεται στοιχηδόν.

-Αλτ!

-Μην ανησυχεῖτε, κύριοι. Ἐχουμε ἀγκαζάρε δικό μας βαγόνι. Θέλουμε να ταξειδεύσουμε με ἄνεσι διότι το ταξιδί μας εἶνε μακρινόν...*

Επὶ τέλους η ἀμαρσοτοιχία φθάνει. Οι ἄλλοι επιβάται παραμερίζουν ἐντρομοὶ προ των μαινομένων εκδρομικῶν ομάδων, που με το ἄλπιν-στοκ, με μπογαλάκια, εξαρτήσεις και κονκάρδες εφορμοῦν προς εκπόρθησιν του τραίνου εν μέσω στρατιωτικῶν παραγγελμάτων, ἀλαλαγμῶν και ευσχημοτάτων γρονθοκοπημάτων.

-Του Οδοιπορικού απ' ἐδῶ...

-Απ' ἐδῶ τα τέσσαρα Φί.

-Φρρρρ. Εδῶ, ἀήρ, ὕδωρ...

-Ωχ... η κονκάρδα μου. Απ' ἐδῶ κυρία Πραξιθέα της Τραπέζης... Ο Φοῖνιξ...

-Δεν ὑπάρχει Φοῖνιξ. Ο Παν.



Όρος Όλυμπος, 1913

-Στις θέσεις σας κύριοι και κύριοι! Φωνάζει ο οδηγός. Και μετ' ολίγον η σφυρίχτρα της μηχανής ακούεται μέσα εις τον θόρυβον και τον βόμβον των κυριακάτικων εκδρομέων.***

Η αποβίβαση γίνεται εις το μεταξύ Ελευσίνος και Μεγάρων -πέραν του 35^{ου} χιλιομέτρου- άδενδρον μέρος, όπου η αμαξοστοιχία σταματά ειδικώς χάριν των εκδρομικών συλλόγων.

Μετά δίδωρον αγωνιώδη πορείαν υπό τας ενθαρρυντικές προτροπάς του Γενικού Γραμματέως του Συλλόγου, φθάνει πεντάς εκ των δοκίμων ορειβατών εις την κορυφήν του βουνού, οργιάζοντας από πρασινάδαν μερικών γεροντομασμένων πεύκων, ανάμεσα από «θεόχτιστα κοτρώνια».

Εκεί που αναμένουν τους βραδυπορούντας και μέσα στο δυσπνοϊκό λαχάνιασμά τους, ακούονται και μερικά εκφράσεις θαυμασμού.

-Τι... Αχ... Τι μαγείαααα...

-Για ιδές η θάλασσα εκεί κάτω.

-Για ιδές τι ωραία μυρουδιά από την πέτρα του βουνού...

Αίφνης αλαλαγμός ακούεται και μετά δύο λεπτά όμιλος νέων και νεανίδων με ρουγιάδες στο χέρι επιπίπτουν κατά των κορμών των πεύκων.

-Τι είσθε, ρετσινιάρηδες;

-Όχι, κύριος. Είμεθα μέλη του Εκδρομικού Συλλόγου.

-Ποιανού συλλόγου;

-Να διαβάστε.

Η επιγραφική είχε συμπληρωθή προς αωνίαν δόξαν του αγνώστου εκδρομικού συλλόγου, ο οποίος πρώτον άρθρον του καταστατικού του έχει να αναγραφή ο τίτλος του εις τους φλοιούς όλων των δένδρων της Αττικής!. ***

Η συγκέντρωσις γίνεται εν τάξει μετ' ολίγην ώραν και η πορεία συνεχίζεται προς την

ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΟΣ ΔΕΚΑΛΟΓΟΣ ΘΑΡΡΟΣ - 1933

'Αγαπήσατε τὴν Φύσιν. Ἀπ' αὐτὴν θ' ἀντλήσετε ζωογόνους χυμούς σφρίγος καὶ ψυχικὴν διάθεσιν.

Νὰ πειθαρχεῖτε εἰς τοὺς δὴγους τῶν ἐκδρομῶν. Τὰ ἀσυγκράτητα καὶ ἀνεπὶτοκτα στοιχεῖα ν' ἀποφεύγουν νὰ λαμβάνουν μέρος εἰς ψυχαγωγικοὺς δρόμους. Ἀς προτιμῶν ὡς ἄτομα νὰ πηγαίνουν ὅπου θέλουν αὐτοί.

'Αγαπήσατε τὸ σωματεῖον ποῦ ἀνήνετε. Νὰ λέτε καλὰ λόγια δι' αὐτὸ ὅπου εὐρεθεῖτε καὶ ὅπου σταθεῖτε. Προσπαθεῖτε νὰ προσελκύετε ὁπαδοὺς καὶ ν' ἀποφεύγετε τὰς ἐριδας.

Νὰ ἔχετε κέφι εἰς τὰς ἐκδρομὰς σας. Ν' ἀποβάλετε κάθε ἐμμονὸν ἰδεῶν καὶ μαυρὴν σιτοχασμόν. Κάτω ἀπὸ τὸ γαλάζιο τ' οὐρανοῦ, στήν ἀπλωσά τοῦ κάμπου καὶ στὸ ἀκρογιάλι ἀφήσατε κάθε σκέψιν τῆς ζωῆς καὶ κάθε γκρομάτσα τοῦ βίου.

Ν' ἀποφεύγετε μὲ κάθε τρόπο τὰς παρεξηγήσεις καὶ νὰ ἔχετε καλοὺς τρόπους.

Ποτὲ μὴ μιμηθεῖτε τί κάνει ὁ ἄλλος καὶ κανένα μὴ κάνετε στόχον.

Σειβασθεῖτε τοῦ ἄλλου τὰς ἰδιοτροπίας καὶ μὴ προσέχετε εἰς αὐτοὺς.

Μὴ δημιουργεῖτε ζητήματα καὶ ὅταν δημιουργηθῇ κανένα προσπαθεῖτε νὰ λαμβάνη διαστάσεις.

Νὰ περιποιεῖσθε τὰς κυρίας καὶ τὰ μεγαλύτερα μέλη ἐνὸς ὁμίλου καὶ νὰ βοηθεῖσι εἰς μίαν ὥραν ἀνάγκης : πορείας, ἀιμόπλοια, λήμλους κλπ.

Μονὴν των Κλειστών καὶ ἐκεῖθεν.

-Κύριε Πρόεδρε! Ακούεται μιὰ φωνὴ ἀπὸ τὴν ἐνωμοτίαν των ἀνιχνευτῶν. Ακούμε ἐκεῖ στὴ χαράδρα βογγητά. Μήπως ἔχει γίνῃ κανένα ἐγκλημα;

-Προχωρήστε νὰ ἰδῇτε με προτεταμένους τας φωτογραφικὰς μηχανὰς, διὰ παν ἐνδεχόμενον...

-Α. ὅχι. Ελάτε ἐσεῖς καλλίτερα...

Επὶ τέλους τὸ τόλμημα γίνεται καὶ πλησιάζοντας στὸν τόπον των ἀναστεναγμῶν βρίσκονται πρὸς τὴν ἐξῆς σκηνῆς:

Μεσήλιξ κυρία με ἀνητημένα διὰ καινουργούς τελαμώνος παγοῦρι ἀπὸ τὸ ἓνα μέρος καὶ φωτογραφικὴν μηχανὴν ἀπὸ τὸ ἄλλο, φέρεται ἐπὶ των ἀγκάλων δυάδος νεαρῶν κυρίων τρεμόντων δι' ἐνδεχόμενον ολίσθημα.

-Τι συμβαίνει;

-Ἡ κυρία ἐστραγγούλισε τὸ πόδι τῆς καὶ τὴν πηγαίνουμε στα χέρια.

-Θέλετε τίποτε κυρία;

-Αα! Όοοοοχι. Εἶμαι καλά. Εἴμεθα τὸ Προεδρεῖον τοῦ Εκδρομικοῦ Σωματείου ὁ «Ήφαιστος καὶ εἶχαμε ἐκδρομὴ ἐδῶ με τὸ τραῖνο καί...

Ριρί, Ριρί, Ριρίκα,

Εσύ 'σαι πρᾶμμα, παιδί μου, γερό...

Καὶ ὅποιος νοιώσει...

-Τι εἶνε; Ποιοι εἶνε;

-Α! Εἶνε τοῦ «Καρροδρομικοῦ Ορειβατικοῦ Πεζοπορικοῦ» Συλλόγου. Ἐρχονται ἀπὸ τὸ Κανταλίδι καὶ πηγαίνουν τραγουδώντας, ξέρω καὶ ἐγὼ που πάνε;

Καὶ ἀνάμεσα ἀπὸ τα κοσμοβριθή ἀπὸ ἐκδρομεῖς βουνὰ τῆς Αττικῆς, οδεύει τὸ κύριον σῶμα τοῦ «Οδοιπορικοῦ» διὰ νὰ σημειώσῃ αὐρίαν εἰς τὸ ἡμερολόγιόν του τας νέας του περιπετείας».

(Ἡμερήσιος Τύπος, 1930, Δημ. Λαμπίκης)

Θωμάς Σιταράς, ἀθηναιογράφος-συγγραφέας, FB: Σιταράς Θωμάς

ΕΟΦίτικα

ΕΚΔΡΟΜΙΚΕΣ ΕΞΟΡΜΗΣΕΙΣ

■ Στο μεταξύ εξετάζουμε για τους Καλοκαιρινούς μήνες, εναλλακτικές προτάσεις για την πραγματοποίηση κάποιων ημερήσιων εξορμήσεων για πεζοπορία με κατάληξη σε κάποια παραλία για ένα θαλασσινό μπάνιο, που θα εξαρτηθούν βασικά από την διάθεση των και συμμετοχή των μελών μας.

Επισκέψεις επίσης σε ανοικτούς Αρχαιολογικούς χώρους εντός Αττικής που είναι ευκολότερα προσιτοί, η Μονή της Καισαριανής αλλά και τα διάσπαρτα μοναστή-

ρια του Υμηττού που μπορούν να συνδυαστούν με όμορφες πορείες κ.α..

ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΕΣ ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ

■ Θεού θέλοντος και Κορωνοιού επιτρέποντος εξετάζουμε την πραγματοποίηση από Οκτώβριο τις εξής ξεναγήσεις και πολιτιστικές εκδηλώσεις: Προβολές στα Γραφεία μας Σεμινάριο φωτογραφίας

Προμετωπίδα σε μιὰ αντίγραφο των «Ωδών»

«Θλίβει ὁ καπνὸς τὸ διάστημα γαλάζιον τῶν ἀέρων»- διαβάζω Κάλβο, ποὺ τύπωσε στὰ '26 καὶ τὸν γνωρίσαμε στὰ '88 καὶ ποὺ ἔμεινε ἀξομολόγητος στὰ γεροντάματα, σὰν ἓνα «ραγισμένο βάζο στὰ χέρια μιᾶς γριᾶς Ἑγγλέζας δασκάλας, σύμβολο ἀκατάλυτο καὶ φριχτὸ γιὰ ὅσους ἐπιμένουν νὰ γράφουν στίχους ἢ πρόζα ποὺ κανεὶς δὲν καταλαβαίνει, καὶ γυρεύουν νὰ δοξαστοῦν, οἱ τυχάρπαστοι, ἀπὸ τοὺς λογάδες καὶ τοὺς σοφοὺς, ἐνῶ θὰ νὰ 'ταν χίλιες φορές προτιμότερο, καὶ ἡ τέχνη πολὺ πιὸ εὐτυχισμένη, ἂν πῆγαιναν στὴν Ἐκάλη νὰ μαζεῦσουν κούμαρα, ἢ στὴ Γλυφάδα νὰ ψαρεύουν ροφούς.

Γιώργος Σεφέρης, Τράνσβαλ, 11. 12. 1941,

Επίσκεψη με ξενάγηση στην Βουλή των Ελλήνων

Την Θεατρική παράσταση «Από Σμύρνη Σαλονίκη» της Μιμής Ντενίσση

Διάρκεια: 170'

■ Και διάφορες άλλες ενδιαφέρουσες εκδηλώσεις που θα δούμε στην πορεία.

■ Η ενημέρωση θα γίνεται ηλεκτρονικά και τηλεφωνικά

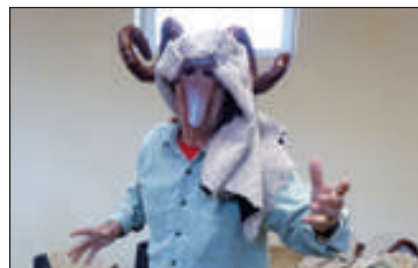
Το Δ.Σ.



■ Νεμούτα, η ακούραστη Μαριάννα και ο Απόστολος



■ Κοπή πίτας υπό αυστηρή επίβλεψη!!!



■ Μάσκα στολής Μαγγανιάκο επί κεφαλής Βασιλίσ!!!



■ Καθαρή Δευτέρα... η Μάγια μέσα σε όλα!!!



■ Πορεία Μετέωρα, κάθε αρχή και δύσκολη!!!



■ Το υπαίθριο στόλισμα του δένδρου στον Ορεινό Ξενώνα

ΤΟ ΚΤΗΜΑ ΜΑΣ ΣΤΟ ΜΑΤΙ... μια Καλοκαιρινή νοσταλγική αναδρομή

Κείμενο Κατερίνα Δραγώνα, φωτογραφίες από το αρχείο του περιοδικού της Ε.Ο.Φ.

Κάθε χρόνο το πρώτο Σάββατο του Ιουλίου κάναμε την έναρξη της Καλοκαιρινής περιόδου στο Κτήμα μας με Αγιασμό και μια μεγάλη Συνεστίαση με πρώτο πιάτο την παραδοσιακή «Ρεβυδάδα του Μεταξά». Η πρώτη εκδήλωση του χρόνου στο Κτήμα στο Μάτι γινόταν την ημέρα των Θεοφανίων, όπου κόβαμε την πίτα των παιδιών.

Την πρώτη Κυριακή μετά το Πάσχα ή την ημέρα της Πρωτομαγιάς γιορτάζαμε στο εκκλησάκι μας τον Άγιο Γεώργιο με Αρτοκλασία, αρνιά στην σούβλα, Πρωτομαγιάτικα στεφάνια, τραγούδια και χορό. Στις 20 Ιουλίου γιορτάζαμε τη γιορτή του Προφήτη Ηλία με Εσπερινό, Αρτοκλασία και συνεστίαση. Τέλος το πρώτο Σάββατο του Σεπτεμβρίου γιορτάζαμε τον «Αποχαιρετισμό της Θάλασσας» με συνεστίαση και με πρώτο πιάτο την «Φασολάδα του Φίλιππα» μαγειρεμένο από τις οικογένειες Τσολάκη-Κίντατζη.

Το Κτήμα στο Μάτι για την Ε.Ο.Φ. έγινε πραγματικότητα το 1953 μέσα από την προσφορά και την συνδρομή των μελών της. Φυσιολάτρες και Ορειβάτες τα μέλη μας, με μεράκι και μεγάλο ενθουσιασμό, εξερευνούσαν την Ελληνική φύση, την ιστορία και την κουλτούρα της πατρίδας μας, καλλιεργώντας παράλληλα τις ανθρώπινες σχέσεις.

Πίστευαν πολύ στην φιλία, την κοινωνικότητα, την εξέλιξη των ανθρωπίνων σχέσεων, τον εθελοντισμό. Με οδηγό τον ενθουσιασμό τους και με όποιο μέσο της εποχής μπορούσαν να αξιοποιήσουν, ξεχύνονταν στις πόλεις και τα Ελληνικά βουνά.

Τους καλοκαιρινούς μήνες που κρεμούσαν τα ορειβατικά παπούτσια τους, για τρεις μήνες περίπου, άραζαν με τις σκηνές τους κάτω από τα αστέρια και τα λιγοστά πεύκα. Αρχικά στο Ζούμπερι και μετά στο Μάτι Αττικής. Το Κτήμα μας αποκτήθηκε το 1953 είκοσι χρόνια μετά την ίδρυση της Ε.Ο.Φ.

Μέσα σε αυτό μεγάλωναν και μεγάλωσαν μέχρι πρόσφατα γενιές Εοφιτών, οι οποίες ανάλογα με την εξέλιξη της εποχής, αξιοποιώντας τις γνώσεις τους, συμπληρώνοντας κάθε χρόνο από ένα πετραδάκι δημιουργικής εργασίας, με πολύ αγάπη βελτίωναν τις συνθήκες διαβίωσης και την αισθητική εικόνα του χώρου.

Έτσι δημιουργήθηκε ένα μαγικό Καλοκαιρινό καταφύγιο για όλες τις ηλικίες.

Έτσι μεταφέρθηκε 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 στους επόμενους, αυτούς που μέχρι χθες ξεσηκώνανε με την φρεσκάδα και τα χαρούμενα παιγνίδια τους το περιβάλλον του Κτήματός μας στο Μάτι.

Είθε, την επόμενη χρονιά, να έχουμε τα θετικά αποτελέσματα που περιμένουμε, ώστε η άκρη από το νήμα του ονείρου, που τόσο τραγικά κόπηκε για την οικογένεια της Ε.Ο.Φ., να ενωθεί ξανά και γερά για την συνέχιση του οράματος, με σκοπό πάντα μέσα από τις δραστηριότητες και την ανθρώπινη παρουσία, την ευημερία και τη μακροβιότητα του Σωματείου μας.



■ Τα πρώτα χρόνια



■ Μια εικόνα από παραμύθι



■ 28-08-2009, βραδιά Εοφιτών



■ Καλοκαιρινή εθελοντική ομάδα εργασίας



■ Στην κορυφή Ιθώμη 805 μέτρα πάνω από την Αρχαία Μεσσήνη, Φωτ. Μ. Βέττερ

ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΥΠΑΙΘΡΟ, ΤΕΥΧΟΣ 440
 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

