



# ΤΑ ΣΑΪΝΙΑ



## Παγκόσμια ημέρα Δικαιωμάτων του παιδιού

Η παγκόσμια ημέρα δικαιωμάτων του παιδιού είναι μία μέρα αφιερωμένη στα δικαιώματα του παιδιού. Η σύμβαση για τα δικαιώματα του παιδιού υιοθετήθηκε από τη Γενική

Συνέλευση του ΟΗΕ στις 20 Νοεμβρίου του 1989. Την έχουν δεχτεί και την έχουν υπογράψει όλα τα κράτη του κόσμου, εκτός των ΗΠΑ και της Σομαλίας. Η χώρα



μας την επικύρωσε στις 2 Δεκεμβρίου  
(Συνέχεια στη σελίδα 2)

## Το νόημα των Χριστουγέννων

Υπάρχει μια ξεχωριστή περίοδος του χρόνου, που έχει μεγάλη σημασία για όλους τους



ανθρώπους και ιδιαίτερα για τα μικρά παιδιά. Η περίοδος των Χριστουγέννων είναι μια ιδανική στιγμή να σκεφτούμε τους λιγότερο τυχερούς στη ζωή και τα συναισθηματά

(Συνέχεια στη σελίδα 5)

## A Christmas Story

On Christmas Eve, all children sit in front of the Christmas tree and wait for Santa Claus.

Ah ! Not all ! Mary doesn't believe in Santa Claus. She says that parents lie to their children and they buy the presents. Her mum tells her that there is Santa Claus, but Mary does not believe her, so she asked her mum to buy for her presents instead of asking Santa Claus.

(Συνέχεια στη σελίδα 5)

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ ΤΕΥΧΟΥΣ:	
Επικαιρότητα	1-4
Λαϊκή Παράδοση	4- 14
Διάφορα Θέματα	14 - 16
Οικολογία- Περιβάλλον	17 - 19
Χόμπι-Ελεύθερος Χρόνος	19-24

## Πλημμύρες σε Ιταλία και Ελλάδα

Τον Οκτώβρη και τον Νοέμβρη που μας πέρασε ένα σφοδρό κύμα κακοκαιρίας έπληξε τη Νότια Ευρώπη προκαλώντας τρομακτικές ζημιές κυρίως στη Βόρεια Ιταλία αλλά και στην Ελλάδα.

Στη Βενετία το νερό ξεπέρασε το 1,5 μέτρο βυθίζοντας το 70% της πόλης. Αυτή ήταν η μεγαλύτερη πλημμύρα που έχει σημειωθεί στην

πόλη από το 1872 μετατρέποντας την πλατεία του Αγίου Μάρκου σε πισίνα ! Χείμαρρος υπερχείλισε στην Τοσκάνη, με αποτέλεσμα να απομακρυνθούν από τα σπίτια τους περίπου 200 άνθρωποι.

Η κακοκαιρία φτάνοντας στην Ελλάδα δημιούργησε πολλά προβλήματα σε πολλές περιοχές, όπως στο

(Συνέχεια στη σελίδα 2)



*Οι μαθητές της Ε' τάξης μας είχονταν Χαρούμενα Χριστούγεννα και ευχαριστημένοι το 2015*

## Επικαιρότητα

### Παγκόσμια ημέρα Δικαιωμάτων του παιδιού



βρίου 1992. Η Σύμβαση αποτελείται από 54 άρθρα τα οποία καλύπτουν όλα τα δικαιώματα των παι-

διών και χωρίζονται σε 4 τομείς: Δικαιώματα Επιβίωσης, Ανάπτυξης, Προστασίας και Δικαιώματα Συμμετοχής. Παρά τον αγώνα διαφόρων σωματείων που είναι υπέρ των παιδιών, σε πολλές χώρες εκατομμύρια παιδιά εξακολουθούν να υποφέρουν από τη φτώχεια και να στερούνται τη στοιχειώ-

δη σχολική εκπαίδευση. ή και σκοτώνονται από τον ιό του AIDS και από άλλες ασθένειες. Τα στοιχεία και οι αριθμοί είναι καταπέλτης τα οποία δεν μπορούν να περάσουν απαρατήρητα.

**ΓΕΩΡΓΙΑ ΤΣΟΥΜΑ**

### Πλημμύρες σε Ιταλία και Ελλάδα

(Συνέχεια από τη σελίδα 1)

Μεσολόγγι, στη Ρόδο, στη Χίο, στη Σάμο, στην Κεφαλλονιά, στην Κέρκυρα, στο Αγρίνιο και στον Έβρο, όπου πλημμύρισαν σπίτια και καταστήματα.

Προβλήματα δημιουργήθηκαν και

στην Αττική και συγκεκριμένα στο Περιστερί, στο Ίλιον, στη Νίκαια και στην Παλιά Κοκκινιά. Πλημμύρισαν περισσότερα από 800 σπίτια και καταστήματα ενώ τα νερά της βροχής στους δρόμους παρέσυραν περισσότερα από 200 αυτοκίνητα.

**ΓΙΩΡΓΟΣ ΜΑΜΑΗΣ**



### Η φύση εναντιώνεται στον άνθρωπο

Η ανθρωπότητα, τις δύο τελευταίες δεκαετίες, έχει σημειώσει τεράστια επιστημονικά και τεχνολογικά άλματα, ξεχνώντας όμως ότι όταν επεμβαίνεις τόσο βαθιά στη φύση, εκείνη θα στο ανταποδώσει. Χαρακτηριστικό παράδειγμα «χτυπημάτων» της φύσης στην Ελλάδα ήταν οι πλημμύρες που έγιναν τον περασμένο μήνα.

Πυρετός τηλεφωνημάτων στην Πυροσβεστική και στην Αστυνομία, όταν σημειώθηκαν έντονες βροχοπτώσεις και θυελλώδεις άνεμοι σε ολόκληρη τη χώρα, ιδιαίτερα στην Αθήνα. Πολίτες εγκλωβισμένοι στα ασανσέρ και στα σπίτια τους, μαγαζιά πλημμυρισμένα, περιουσίες

κατεστραμμένες και δέντρα να πέφτουν στη μέση του δρόμου ήταν μερικές χαρακτηριστικές εικόνες. Σε πολλές περιοχές, επίσης, είχαμε διακοπή ρεύματος για μεγάλο χρονικό διάστημα.

Έντονες ήταν και οι σεισμικές δονήσεις στην Αττική, το τελευταίο διάστημα. Σεισμός 5,4 ρίχτερ σημειώθηκε στα μέσα Νοεμβρίου, και μαζί με μερικούς μετασεισμούς, προκάλεσε φόβο και ανησυχία σε όλους. Όπως όλοι καταλαβαίνουμε, οι πλημμύρες και οι σεισμοί είναι φαινόμενα για τα οποία πρέπει να λάβουμε κάποια μέτρα προστασίας, είτε αυτά λέγονται αντιπλημμυρικά έργα, είτε ασκήσεις ετοιμότητας σε

περίπτωση σεισμού. Πάντως, ό,τι και να κάνει ο άνθρωπος, η φύση έχει μεγαλύτερη εξουσία από αυτόν. Και όπως έχει πει ο Κουστώ, «σε όλη τη διάρκεια της Ιστορίας, ο άνθρωπος έπρεπε να παλεύει με τη Φύση για να επιβιώσει. Σ' αυτόν τον αιώνα, έχει αρχίσει να συνειδητοποιεί ότι για να επιβιώσει, πρέπει να την προστατέψει».

**ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΕΓΓΛΕΖΟΣ**



## Επικαιρότητα

### Το χριστουγεννιάτικο bazaar του Συλλόγου Γονέων

Όπως κάθε χρόνο έτσι και φέτος ο Σύλλογος Γονέων του σχολείου μας διοργάνωσε το χριστουγεννιάτικο bazaar με σκοπό τη συγκέντρωση χρημάτων προκειμένου να καλυφθούν οι ανάγκες του σχολείου.

Η προετοιμασία του δεν ήταν μια απλή κι εύκολη διαδικασία, αλλά απαιτούσε κόπο, χρόνο και δη-

μιουργικότητα. Με αφορμή την προετοιμασία, μαζεύονται διάφορα χριστουγεννιάτικα, και όχι μόνο, αντικείμενα, με τα οποία οι κυρίες του Συλλόγου δημιουργούν όμορφα χριστουγεννιάτικα δώρα.

Φτιάχνονται σπιτικά γλυκά και ποτά, όμορφα καδράκια και στεφάνια, χριστουγεννιάτικα στολίδια και

άλλα πολλά διακοσμητικά.

Μου αρέσει πολύ όλη αυτή η διαδικασία, γιατί πηγαίνουμε κι εμείς τα παιδιά και διαλέγουμε όμορφα πράγματα για το σπίτι και τους γονείς μας. Είναι, πλέον, ένας θεσμός για το σχολείο μας και εύχομαι να συνεχιστεί.

**ΓΕΡΑΣΙΜΟΣ ΠΑΓΟΥΛΑΤΟΣ**

### Οι νέες έρευνες στο ναυάγιο των Αντικυθήρων

Μετά από 38 χρόνια από την τελευταία έρευνα του διάσημου Γάλλου εξερευνητή Ζακ Υβ Κουστώ, ξεκίνησαν νέες έρευνες (στις 15 Σεπτεμβρίου 2014) με ονομασία



Ο μηχανισμός των Αντικυθήρων—ο πρώτος υπολογιστής

«Επιστροφή στα Αντικύθηρα» για το ναυάγιο των Αντικυθήρων, τον μηχανισμό και άλλα πολύτιμα αντικείμενα από το ναυάγιο.

Η ομάδα των επιστημόνων είναι εξοπλισμένη με την τελευταία λέξη της τεχνολογίας. Δύτες με μπουκάλια που «ανακυκλώνουν» τον αέρα με αποτέλεσμα να μένουν στον βυθό για περίπου 1 ώρα, αυτόνομο υποβρύχιο όχημα που κάνει χαρτογράφηση του βυθού. Ξεχωρίζει η

στολή υποβρύχιο που :

Επιτρέπει στους δύτες να παραμένουν αρκετή ώρα σε μεγάλο βάθος, που φτάνει ακόμα και τα 300 μέτρα.

Δίνει τη δυνατότητα άμεσης επιστροφής στην επιφάνεια, χωρίς την υποχρέωση στάσεων, καθώς δε χρειάζεται αποσυμπίεση.

Προσφέρει εξαιρετική επιδεξιότητα και ευελιξία για την εκτέλεση λεπτής εργασίας.

Η στολή μοιάζει με εκείνες των αστροναυτών, έχει βάρος 240 κιλά και είναι κατασκευασμένη από κρά-

μα αλουμινίου, ενώ καθέλκεται και ανελκύεται με γερανό. Έχει προωθητήρες που βοηθούν στην πλοήγηση της από τον χειριστή, ειδικά πετάλια στα πόδια του δύτε, με τα οποία εκείνος ρυθμίζει την κατεύθυνση, ρομποτικά χέρια με τσιμπί-

δα, ειδικά φώτα, κάμερα και ενδοεπικοινωνία.

Η ερευνητική ομάδα εντόπισε και ανέλκυσε ακόμα ένα χάλκινο δόρυ μήκους 2,20 μέτρων, ένα χρυσό δαχτυλίδι, μια άγκυρα, τα μεταλλικά τμήματα μιας κλίνης και μια



Η υπερσύγχρονη στολή δύτε που χρησιμοποιήθηκε στις έρευνες

συστάδα αμφορέων. Ανελκύστηκε επίσης δειγματοληπτικά μικρό τμήμα φύλλου μολύβδου, το οποίο προέρχεται από τη μολύβδινη επένδυση των υφάλων του αρχαίου σκάφους.

**ΝΟΡΑ ΡΑΓΚΟΥΣΗ**

## Επικαιρότητα

### Αμφίπολη—Τα τελευταία ευρήματα

Οι υπεύθυνοι των ανασκαφών στην Αμφίπολη δήλωσαν ότι έχουν βρεθεί κινητά ευρήματα, όπως κεραμικά καθώς και νομίσματα, όπως του Αλεξάνδρου Γ' τονίζοντας ότι πρόκειται για πλούσιο υλικό, το οποίο θα πρέπει να μελετηθεί.

Επίσης αναφέρθηκε ότι βρέθηκε

σκελετός στον τρίτο θάλαμο του ταφικού μνημείου με τα μέλη να έχουν βρεθεί άλλα μέσα και άλλα έξω από τον τάφο.

Με το λιοντάρι στην κορυφή του μνημείου και τις ασπίδες που βρέθηκαν στη βάση του, συμπεραίνεται πως στον τάφο είχε ταφεί

άνδρας με σημαντικό αξίωμα.

Τέλος αναφέρθηκαν στις Καρυάτιδες και στις ζημιές που έχει υποστεί το πρόσωπο της μίας από αυτές. Το δοκάρι που βρέθηκε μέσα στα χώματα, όταν έπεσε, κατέστρεψε το πρόσωπό της.

**ΝΟΡΑ ΡΑΓΚΟΥΣΗ**

## Ήθη και έθιμα—Παράδοση

### Τι γιορτάζουμε τα Χριστούγεννα ;

Τα Χριστούγεννα είναι μια σταθερή γιορτή που εορτάζεται στις 25 Δεκεμβρίου και με την οποία τιμάμε τη γέννηση του Χριστού. Για τη γέννηση Του μας αφηγούνται οι Ευαγγελιστές Λουκάς και Ματθαίος.

Από τις αφηγήσεις των Ευαγγελιστών αλλά και από άλλες πηγές, μαθαίνουμε ότι ο Ιωσήφ έμενε με τη γυναίκα του τη Μαρία στην Ναζαρέτ. Όταν στο θρόνο της Ρωμαϊκής Αυτοκρατορίας ανέβηκε ο Οκταβιανός Αύγουστος, διατάχθηκε απογραφή πληθυσμού σε όλη την Αυτοκρατορία. Την ίδια εκείνη περίοδο άγγελος Κυρίου επισκέφθηκε τον Ιωσήφ και τον ενημέρωσε ότι σύντομα η Παρθένος Μαρία θα γεννήσει τον Θεάνθρωπο. Ο Ιωσήφ

όμως έπρεπε να πάει στον τόπο του για να απογραφεί. Έτσι πήρε την εγκυμονούσα Μαρία από την Ναζαρέτ όπου έμεναν και πήγαν στη Βηθλεέμ της Ιουδαίας. Εκεί Βασιλιάς της περιοχής ήταν

νουν. Άγγελος Κυρίου εμφανίστηκε στους βοσκούς αναγγέλλοντας το χαρμόσυνο γεγονός ενώ πλήθος αγγέλων έψαλλαν «Δόξα εν υψίστοις Θεώ και επί γης ειρήνη εν ανθρώποις ευδοκία». Ενώ συνέβαι-

ναν αυτά, άστρο φωτεινό από την Ανατολή οδηγούσε τρεις Μάγους προς τα Ιεροσόλυμα. Φθάνοντας εκεί συνάντησαν τον Βασιλιά Ηρώδη και μετά συνέχισαν το δρόμο τους προς τη Βηθλεέμ. Όταν έφθασαν εκεί πήγαν μαζί με τους βοσκούς και προσκύνησαν τον Θεάνθρωπο προσφέροντας Χρυσό, Λίβανο και Σμύρνα.

Οι χριστιανοί θεωρούν ότι η γέννηση του Χριστού εκπλη-

ρώνει τις προφητείες των Γραφών για τον ερχομό του Μεσσία ο οποίος ήλθε για να λυτρώσει τους ανθρώπους από τις αμαρτίες τους.

**ΓΕΩΡΓΙΑ ΤΣΟΥΜΑ**



Η Γέννηση

Άγιο Όρος Μονή Ξηροποτάμου  
Τοιχογραφία. Καθολικό, 1783.

ο Ηρώδης ο Μέγας. Όταν έφθασαν στη Βηθλεέμ, η Παρθένος Μαρία γέννησε τον Ιησού σε ένα σπήλαιο, όπου έβαζαν τα ζώα, καθώς δεν υπήρχε άλλος διαθέσιμος χώρος για να μεί-



## Ήθη και έθιμα—Παράδοση

### Το νόημα των Χριστουγέννων

(Συνέχεια από τη σελίδα 1)

μας. Μια από τις πιο βαθιές έννοιες των Χριστουγέννων είναι εκείνη της προσφοράς. Η προσφορά αγάπης και υλικών αγαθών είναι μερικά από τα βασικότερα που μπορούμε να προσφέρουμε σε έναν άλλο άνθρωπο. Πρέπει να μαθαίνουμε στα παιδιά το νόημα του «δίνω». Μια καλή κουβέντα, λίγα χρήματα, μια κουβέρτα, μια καλή πράξη,

έστω ένα χαμόγελο ή μια αγκαλιά, μπορεί να απαλύνει τον πόνο μερικών ανθρώπων. Βέβαια τα παιδιά κάθε χρόνο περιμένουν με ανυπομονησία το δώρο τους. Υπάρχει όμως βαθύτερο νόημα πίσω από τη μορφή του Άι Βασίλη. Είναι ο απολογισμός των συμπεριφορών μας για να μπορέσουμε να βελτιωθούμε τη νέα χρονιά. Γι' αυτό, δεν υπάρχει «καλό» ή «κακό» παιδί, αλλά «καλές» και «κακές»

συμπεριφορές.

Επομένως, τα Χριστούγεννα μαζί με την Πρωτοχρονιά είναι η ευκαιρία να διδαχθούμε όλοι μας το πραγματικό νόημα των Χριστουγέννων, το νόημα της προσφοράς. Και να θυμάστε ότι κανένα δώρο δεν ικανοποιεί περισσότερο ένα παιδί από την αγάπη και τη ζεστή αγκαλιά των γονιών του.

**ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΑΠΟΣΤΟΛΟΠΟΥΛΟΣ**

### Το χωριό του Άη Βασίλη

Ποιο παιδί δε θα ήθελε να ζήσει από κοντά, ονειρεμένα Χριστούγεννα στο χωριό του Άι Βασίλη; Και ποιος μεγάλος, ακόμα, δε θα μαγευτεί από τα ταξίδια με το έλκηθρο με τους τάρανδους, καθώς και από τα μοναδικά τοπία της φύσης;



Το χωριό του Άι Βασίλη βρίσκεται στη Λαπωνία της Φινλανδίας, πάνω ακριβώς στον Αρκτικό Κύκλο. Εκεί μπορούν μικροί και μεγάλοι να επισκεφτούν το σπίτι του και το εργαστήρι των ξωτικών. Μπορούν να χαιρετήσουν από κοντά τον αγαπη-

μένο άγιο με την κόκκινη στολή και

την άσπρη γενειάδα και να φωτογραφηθούν μαζί του. Επίσης, τα παιδιά μπορούν να στείλουν το γράμμα τους για το δώρο της επόμενης χρονιάς, από το ταχυδρομείο του Άι Βασίλη.

Η διαμονή μπορεί να γίνει στα μι-

κρά, ξύλινα, φωτισμένα σπιτάκια της περιοχής. Για τα παιδιά και όσους νιώθουν παιδιά, βέβαια, αποτελεί μια ονειρική, χιονισμένη χώρα των θαυμάτων. Όμορφα είναι όλα αυτά και ονειρεμένα, αλλά τα Χριστούγεννα δεν έχουν σχέση

με τον Άη Βασίλη. Κάποιοι όμως πέτυχαν με τη διαφήμιση να τα συνδυάσουν όλα αυτά και πραγματικά να τα ονειρευόμαστε. Η αλήθεια είναι ότι δεν είναι κι άσχημα, ε ;

**ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΕΓΓΛΕΖΟΣ**

### A Christmas Story

(Συνέχεια από τη σελίδα 1)

Mary always asked for rare gifts and her mum ran from shop to shop to find them. Then she left them under the tree so Mary could find them.

On Christmas Eve when Mary went to bed, all night in her dream she dreamt that she was playing with her new present. When she woke up she ran to the tree to find her new present. But instead of that under the

tree was only one letter for her from Santa Claus saying : "Since you don't believe in me you will not get any presents this Christmas !!!

**Natasa Mamais**

## Ήθη και έθιμα—Παράδοση

### Πρωτοχρονιά

Η Πρωτοχρονιά γιορτάζεται σ' όλον τον κόσμο με μεγαλοπρέπεια, λαμπρότητα και με διάφορες εκδηλώσεις. Κατά την ημέρα αυτή γίνεται ανταλλαγή επισκέψεων και δώρων και επικρατούν διάφορα έθιμα με πιο χαρακτηριστικό αυτό της βασιλόπιτας αλλά και άλλα που μας κληροδότησαν οι Βυζαντινοί πρόγο-

νοί μας, γιατί, σύμφωνα με τις πληροφορίες των αρχαίων συγγραφέων ούτε οι Έλληνες ούτε οι Ρωμαίοι γιόρταζαν την πρώτη μέρα του χρόνου.

Οι δυο αυτοί λαοί που εκπροσωπούν τον αρχαίο κόσμο, συνήθιζαν να γιορτάζουν την πρώτη μέρα κάθε μήνα. Οι περισσότερες μάλι-

στα ελληνικές πόλεις δε συμφωνούσαν ούτε ως προς την αρχή του χρόνου.

Η 1η Ιανουαρίου σαν αρχή του χρόνου επικράτησε να γιορτάζεται στη Ρώμη από το 48 π.Χ., την εποχή δηλαδή του Καίσαρα και από τότε συνεχίζεται μέχρι και σήμερα.

**ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΜΥΛΩΝΑΣ**

### Έθιμα Χριστουγέννων απ' όλη την Ελλάδα

Πλούσια σε χριστουγεννιάτικα έθιμα η Ελλάδα με κυρίαρχα στοιχεία το ρόδι και το Χριστόψωμο. Ακόμα και σήμερα, κόντρα στους δύσκολους καιρούς που βιώνουμε οι Έλληνες κρατούν ζωντανές τις παραδόσεις και τις μεταφέρουν από γενιά σε γενιά.

#### Το χριστόψωμο στην Κρήτη

Το ζύμωμα του χριστόψωμου στη Κρήτη είναι έργο θείο και έθιμο καθαρά χριστιανικό. Για το χρι-

ποίουν καλό αλεύρι και ακριβά υλικά, όπως ροδόκερο, μέλι, σουσάμι, κανέλα και γαρίφαλα. Μαζεύονται οι γυναίκες του σπιτιού και μέχρι να γίνει το προζύμι, τραγουδούν, «ο Χριστός γεννιέται, το φως ανεβαίνει, το προζύμι για να γενέει». Πλάθουν το ζυμάρι, παίρνουν τη μισή ζύμη και φτιάχνουν μια κουλούρα. Με την υπόλοιπη φτιάχνουν σταυρό με λουρίδες από τη ζύμη και στο κέντρο βάζουν ένα



Χριστόψωμο

στουγεννιάτικο τραπέζι το χριστόψωμο είναι ευλογημένο ψωμί αφού θα στηρίξει τη ζωή του νοικοκύρη και της οικογένειας του. Χρησιμο-

άσπαστο καρύδι που συμβολίζει τη γονιμότητα. Στην υπόλοιπη επιφάνεια σχεδιάζουν σχήματα με το πιρούνι για να βγάλουν το «κακό μάτι» και να «καρφώσουν» την κακογλωσσία. Ο νοικοκύρης του σπιτιού παίρνει το χριστόψωμο, το σταυρώνει, το κόβει και το μοιράζει σε όλους όσους παρευρίσκονται στο τραπέζι, σαν συμβολισμό της Θείας Κοινωνίας, που ο Χριστός έδωσε τον Άρτο της ζωής σε όλη την ανθρώπινη οικογένεια του.

#### Πελοπόννησος

Το σπάσιμο του ροδιού: Η οικογένεια πηγαίνει στην εκκλησία για τη Θεία Λειτουργία του Μεγάλου Βασιλείου και ο νοικοκύρης κουβαλά μαζί του ένα ρόδι για να το «λειτουργήσει». Κατά την επιστροφή στο σπίτι, ο νοικοκύρης πρέπει να χτυπήσει το κουδούνι της εξώπορτας -δεν κάνει να ανοίξει ο ίδιος με το κλειδί του- και έτσι να είναι ο πρώτος που θα μπει στο σπίτι για να κάνει το καλό ποδαρικό, με το ρόδι στο χέρι. Μπαίνοντας μέσα, με το δεξί, σπάει το ρόδι πίσω από την εξώπορτα, το ρίχνει δηλαδή κάτω με δύναμη για να σπάσει και να πεταχτούν οι ρώγες του παντού και ταυτόχρονα λέει: «με υγεία, ευτυχία και χαρά το νέο έτος κι όσες ρώγες έχει το ρόδι, τόσες λίρες να έχει η τσέπη μας όλη τη χρονιά». Τα παιδιά μαζεμένα γύρω-γύρω κοιτάζουν οι ρώγες αν είναι τραγανές και κατακόκκινες. Όσο γερές κι όμορφες είναι οι ρώ-

(Συνέχεια στη σελίδα 7)

## Ήθη και έθιμα—Παράδοση

### Έθιμα Χριστουγέννων απ' όλη την Ελλάδα

(Συνέχεια από τη σελίδα 6)

γες, τόσο χαρούμενες κι ευλογημένες θα είναι οι μέρες που φέρνει μαζί του ο νέος χρόνος.

#### Το κυνήγι

Στα χωριά Μάνης κατά τη διάρκεια της σαρακοστής των Χριστουγέννων τα παιδιά βγαίνουν για κηνύγι τα βράδια, εφοδιασμένα με φακούς με καινούργια "πλάκα" και γυρίζανε στα χαλάσματα και σε σπήλαια με στόχο τους γουργουγιάννηδες, τα μικρά πουλάκια που κούρνιαζαν εκεί. Τα θαμπώνανε με το φακό και τα πιάνανε. Στη συνέχεια τα πήγαιναν στο σπίτι όπου οι νοικοκυρές τα καθάριζαν και τα πάστωναν, τα βάζανε σε πήλινα ή γυάλινα βάζα και τα έτρωγαν τα Χριστούγεννα.

#### Χριστόψωμο

Το ζύμωμα του χριστόψωμου απαιτεί τα πλέον ακριβά υλικά, όπως φιλοκοσκινισμένο αλεύρι, ροδόδερο, μέλι, σουσάμι, κανέλα και γαρύφαλα. Κατά τη διάρκεια του ζυμώματος λένε και την ευχή: «Ο Χριστός γεννιέται, το φως ανεβαίνει, το προζύμι για να γένει». Πλάθουν το ζυμάρι και παίρνουν τη μισή ζύμη και φτιάχνουν μια κουλούρα. Με την υπόλοιπη φτιάχνουν σταυρό με λουρίδες απ' τη ζύμη. Στο κέντρο βάζουν ένα άσπαστο καρύδι ή ένα αυγό, συμβολίζοντας τη γονιμότητα. Για το χριστουγεννιάτικο τραπέζι, το χριστόψωμο είναι ευλογημένο ψωμί, αφού αυτό θα στηρίξει τη ζωή του νοικοκύρη και της οικογένειάς του. Το κόβουν

ανήμερα τα Χριστούγεννα, δίνοντας πολλές ευχές.

#### Θεσσαλία

Η Θεσσαλοί είναι γνωστοί για τα πλούσια έθιμά τους τα οποία ζωντανεύουν τέτοιες μέρες, με τα «Μπαμπαλιούρια» και το «τάισμα της βρύσης» να έχουν την τιμητική τους. Το τάισμα της βρύσης: Οι κοπέλες, τα χαράματα των Χριστουγέννων, (σε κάποιες περιοχές και την παραμονή της Πρωτοχρο-



Μπαμπαλιούρια

νιας), πηγαίνουν στην πιο κοντινή βρύση «για να κλέψουν το άκραντο νερό».

Το νερό λέγεται άκραντο, δηλαδή αμίλητο, γιατί δεν μιλούν κατά τη διάρκεια της διαδρομής. Αλείφουν τις βρύσες του χωριού με βούτυρο και μέλι, με την ευχή όπως τρέχει το νερό να τρέχει και η προκοπή στο σπίτι τον καινούργιο χρόνο και γλυκιά να είναι και η ζωή τους. Στη συνέχεια «ταΐζουν» τη βρύση με διάφορες λιχουδιές, όπως βούτυρο, ψωμί, τυρί, όσπρια ή κλαδί ελιάς

προκειμένου να εξασφαλίσουν καλή σοδειά τη νέα χρονιά. Η κοπέλα που φτάνει πρώτη στη βρύση θεωρείται πως θα είναι η πιο τυχερή του χρόνου. Έπειτα ρίχνουν στη στάμνα ένα βατόφυλλο και τρία χαλίκια, «κλέβουν νερό». Η επιστροφή πρέπει να είναι επίσης αμίλητη μέχρι να πιούνε όλοι από το άκραντο νερό, το οποίο ραντίζεται στις τέσσερις γωνίες του σπιτιού, ενώ σκορπούν στο σπίτι και τα τρία χαλίκια.

#### Τα Μπαμπαλιούρα

Πρόκειται για ένα έθιμο που έχει τις ρίζες του στη Διονυσιακή λατρεία και το συναντάμε την Πρωτοχρονιά. Οι άντρες φορούν την στολή των Μπαμπαλιούρηδων, που αποτελείται από κουδούνια και μια ειδική μάσκα, από προβιά ζώου, τη λεγόμενη «φουλίνα», η οποία έχει τρία ανοίγματα, δύο στα μάτια και ένα στο

στόμα. Απαραίτητος εξοπλισμός είναι ένα ξύλινο κυρτό σπαθί.

#### Μακεδονία

Πλούσια σε χριστουγεννιάτικες παραδόσεις είναι η Μακεδονία με τα περισσότερα έθιμα να διαρκούν όλο το δωδεκαήμερο των Εορτών.

#### Το Χριστόξυλο

Στα χωριά της βόρειας Ελλάδας, από τις παραμονές των εορτών ο νοικοκύρης ψάχνει στα χωράφια και διαλέγει το πιο όμορφο, το πιο

(Συνέχεια στη σελίδα 8)

## Ήθη και έθιμα—Παράδοση

### Έθιμα Χριστουγέννων απ' όλη την Ελλάδα

(Συνέχεια από τη σελίδα 7)

γερό, το πιο χοντρό ξύλο από πεύκο ή ελιά και το πάει σπίτι του. Αυτό ονομάζεται Χριστόξυλο και είναι το ξύλο που θα καίει για όλο το δωδεκαήμερο των εορτών, από τα Χριστούγεννα μέχρι και τα Φώτα, στο τζάκι του σπιτιού. Η στάχτη των ξύλων αυτών προφύλασσε το σπίτι και τα χωράφια από κάθε κακό. Πριν ο νοικοκύρης φέρει το Χριστόξυλο, κάθε νοικοκυρά φροντίζει να έχει καθαρίσει το σπίτι και με ιδιαίτερη προσοχή το τζάκι, ώστε να μη μείνει ούτε ίχνος από την παλιά στάχτη. Καθαρίζεται ακόμη και η καπνοδόχος, για να μη βρίσκουν πατήματα να κατέβουν οι καλικάντζαροι και τα κακά δαιμόνια. Το βράδυ της παραμονής των Χριστουγέννων, όταν όλη η οικογένεια θα είναι μαζεμένη γύρω από το τζάκι, ο νοικοκύρης του σπιτιού ανάβει την καινούρια φωτιά και μπαίνει στην εστία το Χριστόξυλο. Σύμφωνα με τις παραδόσεις του λαού, καθώς καίγεται το Χριστόξυλο, ζεσταίνεται ο Χριστός στη φάτην Του. Σε κάθε σπιτικό, οι νοικοκυραίοι προσπαθούν το Χριστόξυλο να καίει μέχρι τα Φώτα.

#### Το έθιμο της Καμήλας

Κάθε χρόνο, την παραμονή της Πρωτοχρονιάς τα μέλη του πολιτιστικού συλλόγου 'Καβακλή' των Κουφαλίων Θεσσαλονίκης ξεχύνονται στους δρόμους της πόλης. Δεν λένε όμως τα κάλαντα, αλλά μεταμφιέζονται σε καμήλες και φωνάζουν δυνατά διάφορα συνθήματα.

Σκοπός τους είναι να «παραπλανήσουν» τους στρατιώτες του Ηρώδη που ψάχνουν να βρουν το νεογέννητο Ιησού, ώστε να μην μπορέσουν να τον σκοτώσουν.

#### Ρούμελη

Γεμάτα με έθιμα είναι τα Χριστούγεννα στην Ρούμελη. Από το σφάξιμο των γουρουινιών, μέχρι «το πάντρεμα της φωτιάς» και το βασιλόψωμο, η Ρούμελη έχει πλούσιο λαογραφικό απόθεμα.

#### Χοιροσφαγή

Στα ορεινά χωριά της δυτικής Φθιώτιδας τα γουρούνια είναι το πλέον συνηθισμένο οικοδοίο ζώο. Σύμφωνα με την παράδοση, η απόκτηση ενός χοίρου ήταν πάντα θέμα αρχοντιάς, κοινωνικής και οικονομικής επιφάνειας. Για να δηλωθεί το περίλαμπρο της γιορτής των Χριστουγέννων λοιπόν, το έθιμο ήταν η σφαγή του γουρουινιού. Η προετοιμασία για τη σφαγή τους ξεκινά πολύ νωρίς αφού οι νοικοκυρές είναι υποχρεωμένες να βρουν πλέον γανωματή για να γανώσουν (να κασιτερώσουν) τα οικιακά σκεύη που είναι αναγκαία για την χοιροσφαγή. Ακόμη και σήμερα που δεν είναι απαραίτητα όλα αυτά τα σκεύη, η χοιροσφαγή παραμένει ολόκληρη τελετουργία: απαραίτητα για την τήρηση του εθίμου είναι η φωτιά, το κάρβουνο και το λιβάνι καθώς την ώρα της σφαγής η νοικοκυρά θα πρέπει να τα ρίξει πάνω στο γουρούνι ενώ στο στόμα του χοίρου τοποθετούν ένα λεμόνι για να μένει ανοιχτό και να ευωδιά-

ζει. Όταν τελικά τελειώσουν τους χοίρους, ολόκληρη η γειτονιά ξεκινά ένα γλέντι ενώ την ίδια ώρα οι νοικοκυρές ξεκινούν να φτιάξουν τα λουκάνικα και τις «τσιγαρίθρες».

#### Το αρραβώνιασμα της φωτιάς

Γίνεται ξημερώματα των Χριστουγέννων την ώρα που ο λαός την αποκαλεί «ανοιχτή ώρα». Η νοικοκυρά βάζει ένα μεγάλο ξύλο στο τζάκι και σύμφωνα με την παράδοση εκείνη την ώρα ό,τι ζητήσει κανείς μπορεί να πραγματοποιηθεί, αρκεί βεβαίως να αφορά τα παιδιά και όχι τους...παντρεμένους. Μια εβδομάδα αργότερα, γίνεται και το πάντρεμα της φωτιάς λίγο πριν την Πρωτοχρονιά. Στο τζάκι μπαίνουν τώρα δύο μεγάλα ξύλα πρέπει να είναι ισομερή για να καίγονται το ίδιο. Σύμφωνα με την παράδοση εκείνη την ώρα που δεν αλλάζει μόνο ημέρα, αλλά και ο χρόνος όποια ευχή ή όποια κατάρα και αν κάνει ο άνθρωπος θα πραγματοποιηθεί. Τα συγκεκριμένα έθιμα τα συναντάμε σε πάρα πολλά σημεία της Ρούμελης ιδιαίτερα όμως στη δυτική Φθιώτιδα και στην ορεινή Δωρίδα.

**ΔΗΜΗΤΡΑ ΙΩΑΚΕΙΜΟΒΙΤΣ – ΔΕΣΠΟΙΝΑ ΔΙΑΚΟΥΜΗ**





## Ήθη και έθιμα—Παράδοση

### Έθιμα Χριστουγέννων από τη Βόρεια Ευρώπη

Στη **Φινλανδία** η 24η Δεκεμβρίου είναι η σημαντικότερη ημέρα της περιόδου των Χριστουγέννων. Οι εορτασμοί αρχίζουν το μεσημέρι, οπότε σύμφωνα με τη μεσαιωνική



Τάρανδος στη Φινλανδία

παράδοση η ειρήνη των Χριστουγέννων καλείται να ξεπροβάλει με κάθε επισημότητα στη πόλη «Turku» της Φινλανδίας. Η μέρα αυτή είναι αφιερωμένη στη μνήμη των νεκρών και αποτελεί πατροπαράδοτο έθιμο η επίσκεψη στο νεκροταφείο την παραμονή των Χριστουγέννων. Τη νύχτα εκείνη τα καλυμμένα από χιόνι νεκροταφεία φωτίζονται από κεριά και μετατρέπονται σε εντυπωσιακές φωτεινές θάλασσες.

Στην **Ολλανδία** η περίοδος των Χριστουγέννων ξεκινάει με μια παράδοση η οποία αρχικά δεν είχε καμία σχέση με τα Χριστούγεννα. Σύμφωνα με το θρύλο που ανάγεται στην εποχή που η Ολλανδία ήταν αποικιοκρατική και τα χριστουγεννιάτικα προϊόντα έρχονταν από τις αποικίες της, ο Άγιος Νικόλαος, ο οποίος ονομάζεται «SinterKlaas» φθάνει στην Ολλαν-



Χριστούγεννα στην Ολλανδία

δία το Νοέμβριο, τρεις βδομάδες πριν τα γενέθλιά του. Το πλοίο του που είναι φορτωμένο με δώρα το υποδέχεται στο λιμένα η Βασίλισσα Βεατρίκη συνοδευόμενη από πλήθος κόσμου. Τις ημέρες που ακολουθούν ο

SinterKlaas γυρίζει όλη τη χώρα μαζί με τον βοηθό του τον

Zwarten Piet. Τα παιδιά στην Ολλανδία παίρνουν τα δώρα τους στις 5 Δεκεμβρίου. Τα Χριστουγεννιάτικα δένδρα στολίζονται παντού αφού έχει φύγει από τη χώρα ο SinterKlaas.

Στη **Γερμανία** είναι το διάστημα που προηγείται των Χριστουγέννων. Παραδοσιακά έθιμα της περιόδου είναι η παρασκευή των χριστουγεννιάτικων μπισκότων και του χριστουγεννιάτικου κέικ. Επίσης χαρακτηριστικές είναι οι χριστουγεννιάτικες αγορές που εμφανίζονται στο κέντρο κάθε πόλης από το πρώτο Σαββατοκύριακο του Δεκεμβρίου μέχρι και την παραμονή των Χριστουγέννων. Οι μπάγκοι της Χριστουγεννιάτικης αγοράς έχουν γλυ-



Χριστούγεννα στη Γερμανία

κά, στολίδια και ζεστό κόκκινο γλυκό κρασί με μπαχαρικά. Στις 6η Δεκεμβρίου γιορτάζεται ο Ζανκτ Νίκλαους (ο Άγιος Νικόλαος) που είναι παρόμοιος του Άγιου Βασιλείου ως προς το έθιμο των δώρων. Κατά την παράδοση φέρνει δώρα στα καλά παιδιά, αλλά και ένα δεματάκι βέργες για να τιμωρεί τα παιδιά που δεν ήταν φρόνιμα.

**ΓΕΩΡΓΙΑ ΤΣΟΥΜΑ**



## Ήθη και έθιμα—Παράδοση

### Παραδοσιακές χριστουγεννιάτικες συνταγές

#### Κουραμπιέδες

Τι χρειαζόμαστε : 250 γρ. αλεύρι, 250 γρ. βούτυρο γάλακτος, 1/4 φλιτζ. Χοντροκομμένα αμύγδαλα, 2 κουταλιές κονιάκ, 1 φλιτζ. Ζάχαρη, 1 κρόκος αυγού, 1 βανίλια.

Πώς το κάνουμε:

Χτυπάμε στο μίξερ το βούτυρο γά-

λακτος μέχρι να γίνει αφράτο. Μετά προσθέτουμε τη ζάχαρη, τη βανίλια, το κονιάκ και τον κρόκο αυγού. Αργότερα προσθέτουμε το αλεύρι και τα αμύγδαλα.

Πλάθουμε κουραμπιέδες σε ό,τι σχήμα θέλουμε και με το δάχτυλό

μας πατάμε τον κουραμπιέ, για να μπορεί να μπει η ζάχαρη άχνη από πάνω μετά το ψήσιμο. Ψήνουμε στους 180 βαθμούς για 20 λεπτά.

**ΙΩΑΝΝΑ ΧΑΡΑΛΑΜΠΙΔΟΥ**

#### Βασιλόπιτα

Τι χρειαζόμαστε : 1 πακέτο φαρίνα, 2,5 φλιτζάνια ζάχαρη, 1 φλιτζάνι αμυγδαλόψιχα σκόνη, 1 φλιτζάνι γάλα χλιαρό, 1 σφηνάκι κονιάκ, 5 αυγά (σε θερμοκρασία δωματίου), 1 πακέτο μαργαρίνη (σε θερμοκρασία δωματίου), 3 βανίλιες, ξύσμα από 1 πορτοκάλι και μισό λεμόνι.

Για το στόλισμα : 1 κουβερτούρα λευκή, 50 γρ. μαργαρίνη, λίγο γάλα εβαπορέ, σιρόπι σοκολάτας.

Πώς το κάνουμε:

Σε μια λεκάνη χτυπάμε τη μαργαρίνη μέχρι να ασπρίσει, προσθέτουμε τη ζάχαρη και σε λίγο ένα – ένα τα αυγά.

Συνεχίζουμε να χτυπάμε και προ-

σθέτουμε τις βανίλιες, το ξύσμα και το κονιάκ. Έπειτα ρίχνουμε την αμυγδαλόψιχα και σταδιακά εναλ-



λάξ το γάλα και τη φαρίνα. Ρίχνουμε το μίγμα σε βουτυρωμένο στρογγυλό ταψάκι και το ψήνουμε για μια ώρα περίπου σε προθερμα-

σμένο φούρνο.

Σε ένα κατσαρολάκι λιώνουμε την κουβερτούρα με τη μαργαρίνη και το γάλα.

Μόλις η πίτα είναι έτοιμη, τη βγάζουμε από τον φούρνο και βάζουμε από το κάτω μέρος ένα κέρμα (τυλιγμένο σε αλουμινόχαρτο) για φλουρί. Έπειτα τη γυρίζουμε από την άλλη μεριά και ρίχνουμε τη λιωμένη κουβερτούρα σε όλη την επιφάνειά της. Με το σιρόπι της σοκολάτας στολίζουμε τη βασιλόπιτά μας !

Καλή επιτυχία !!!

**ΝΑΤΑΣΑ ΜΑΜΑΗ**

#### Τηγανίτες με μέλι

Τι χρειαζόμαστε (για 8-10 άτομα) : 3 αυγά, 2 κ. σ. ζάχαρη, 1 κούπα γάλα, 2 κούπες αλεύρι που φουσκώνει μόνο του, σπορέλαιο για το τηγάνισμα ή μαργαρίνη, μέλι και κανέλα

Πώς το κάνουμε:

Χτυπάμε ελαφρά τα αυγά με τη ζάχαρη, ρίξτε το γάλα και το αλεύρι σε δόσεις εναλλάξ και χτυπήστε ώσπου να επιτύχετε έναν λείο, πηχτό χυλό.

Σε ένα τηγάνι με βαρύ πάτο ζεσά-νετε το λάδι ή τη μαργαρίνη και

ρίξτε κουταλιές από το μείγμα. Ψήστε τις τηγανίτες και από τις δυο πλευρές να ροδίσουν Σερβίρετέ τις ζεστές με μέλι και κανέλα

**ΧΡΙΣΤΙΝΑ ΠΑΝΑΓΙΩΤΟΠΟΥΛΟΥ**

## Ήθη και έθιμα—Παράδοση

### Παραδοσιακές χριστουγεννιάτικες συνταγές

#### Θράκη : Σουφλιώτικη Μπάμπω

Τι χρειαζόμαστε : Έντερα, 1 kg κρέας μοσχάρι, 1kg κρέας χοιρινό, σικώτι (300 gr), 2 πράσα φιλοκομμένα, λίγο παστό, ρύζι (2 χουφτίτσες), μαύρο πιπέρι, ρίγανη, κύμινο, μπαχάρι, αλάτι (κατά βούληση), λίγο κόκκινο πιπέρι και λίγο αλάτι (1 ½ κουτάλι σούπας), 1 μικρό ποτηράκι νερό στο μείγμα για να διευκολύνει το γέμισμα, 1 χωνί.

Πώς το κάνουμε:

Κόβουμε σε μικρά κομματάκια το κρέας, ικανά να χωρούν στο χωνί που θα χρησιμοποιήσουμε κατά το γέμισμα.

Κόβουμε τα πράσα σε πολύ ψιλά κομματάκια.



Ρίχνουμε το ρύζι στο μείγμα, τα μπαχαρικά μας, το νεράκι και αφού τα ανακατέψουμε λίγο, με ένα κουτάλι γεμίζουμε το έντερο (δεν ξεχνάμε να το δέσουμε στην κάτω άκρη, αλλιώς...).

Αφού τελειώσουμε βγάζουμε το

χωνί από το έντερο και δένουμε σφιχτά.

Ψήνουμε τη μπάμπω ή τη βράζουμε (καλύτερα) στην κατσαρόλα (ή φουφού) σε σιγανή φωτιά (αργά και βασανιστικά όλη τη νύχτα) τρυπώντας την με βελόνη σε κάποια σημεία ώστε να μην ανοίξει κατά το βράσιμο.

Η μπάμπω τρώγεται με την επιστροφή μας από την εκκλησία (κι όποιος προλάβει πρόλαβε).

Καλή μας όρεξη !

**NORA PAFKOYSH**

#### Θράκη : Βασιλόπιτα Εβρίτικη

Η βασιλόπιτα σε πολλά μέρη του Έβρου είναι τυρόπιτα και αντί για



νόμισμα περιέχει διάφορα σημαδάκια (π.χ. φασόλι, κλαδάκι, σταφίδα, τυρί). Κόβεται την παραμονή της Πρωτοχρονιάς το βράδυ και μοιράζεται στα μέλη της οικογένειας. Το κάθε μέλος ανάλογα με το σημαδά-

κι που θα του τύχει, θα έχει μέσα στη χρονιά και τα ανάλογα καθήκοντα (π.χ. άλλος να ευθύνεται για το αμπέλι, άλλος για τα ζώα κλπ.).

Τι χρειαζόμαστε : 4-5 Αυγά, ¼ Τυρί, ¼ Μυζήθρα, ¼ Λάδι, ¼ Γάλα, 1 κιλό αλεύρι, ½ Ποτήρι νερό, 1 κουτάλι του γλυκού αλάτι, ½ κουτάλι του γλυκού μπιρομαγιά, ¼ Βιτάμ

Πώς το κάνουμε:

Σε ένα μπολ βάζουμε: το αλεύρι, την μπιρομαγιά, το νερό, το αλάτι και το λάδι. Τα ζυμώνουμε και μετά αφήνουμε λίγη ώρα τη ζύμη για να φουσκώσει. Έπειτα μόλις γίνει το

προζύμι ανοίγουμε φύλλα . Κατόπιν αλείφουμε το ταψί με βιτάμ. Μετά ανά 3 φύλλα βάζουμε: Τυρί, λάδι και μυζήθρα. Κατόπιν 2 φύλλα πριν το τέλος βάζουμε τα σημαδάκια σε κάθε σημείο του ταψιού. Αυτά είναι: Το φλουρί για το σπίτι, το ξύλο για τις κότες, το κάρβουνο για το τρακτέρ και το τριφύλλι, το καλαμπόκι, το βαμβάκι και το σιπάρι για το κάθε χωράφι. Έπειτα βάζουμε τα φύλλα που μας περίσσεψαν και από πάνω βάζουμε τα αυγά και το γάλα, αφού πρώτα τα έχουμε χτυπήσει. Τέλος ψήνουμε στους 130 βαθμούς για 30 λεπτά.

**NORA PAFKOYSH**



## Ήθη και έθιμα—Παράδοση

### Παραδοσιακές χριστουγεννιάτικες συνταγές

#### Μακεδονία : Αλμυρή βασιλόπιτα

*Τι χρειαζόμαστε :* 9-10 φύλλα κρούστας, 1 ½ φλιτζ. τσαγιού μαργαρίνη (για το άλειμμα των φύλλων) και ¼ φλυτζ. τσαγιού βούτυρο (λιωμένο), για τη γέμιση 300 γρ. τυρί φέτα, 300 γρ. ανθότυρο, 6 μεγάλα αυγά, 80 γρ. σιμιγδάλι (ψιλό), αλάτι, πιπέρι λευκό, 1 κρόκος αυγού ανακατεμένος με νερό.

*Πώς το κάνουμε:*

Προθερμαίνουμε τον φούρνο στους 170 βαθμούς C και αλείφουμε με

λίγο μαργαρίνη ένα στρογγυλό ταψί. Σπάμε τα αυγά και τα χτυπάμε με σύρμα. Θρυμματίζουμε τα τυριά και τα ρίχνουμε στο μπολ με τα αυγά μαζί με το λιωμένο βούτυρο. Προσθέτουμε το σιμιγδάλι, αλατοπιπερώνουμε και ανακατεύουμε. Στρώνουμε στο ταψί 5-6 φύλλα αλειμμένα ένα –ένα με μαργαρίνη. Αδειάζουμε τη γέμιση στο ταψί και την απλώνουμε με ένα κουτάλι για να είναι ομοιόμορφη. Βάζουμε το

φλουρί, τυλιγμένο με λίγο αλουμινόχαρτο.

Σκεπάζουμε τη γέμιση με τα υπόλοιπα φύλλα αλειμμένα επίσης ένα-ένα με μαργαρίνη. Τέλος αλείφουμε την επιφάνεια της πίτας με τον κρόκο του αυγού και την χαράζουμε σε κομμάτια. Την ψήνουμε στους 180 βαθμούς C για 55-60 λεπτά, μέχρι να ροδίσει καλά.

**ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ ΠΑΠΑΝΤΩΝΙΟΥ**

#### Θεσσαλία : Αετόπιτα

Σε ορισμένα μέρη της Θεσσαλίας αντί για βασιλόπιτα προσφέρουν αετόπιτα.

*Τι χρειαζόμαστε :* 1 κ. χοιρινό (πανσέτα), 2 κ.σ. μαργαρίνη με βούτυρο, 4 αβγά, 1 κρεμμύδι, 4 πράσα, 1 κ.σ. άνηθο, 1 κ.σ. δυό-



σμο, 750 γρ. φέτα, 250 γρ. γραβιέρα τριμμένη, ½ φλ. τραχανά ξινό,



¼ κ.γ. μοσχοκάρυδο, Αλάτι – πιπέρι, 10 χωριάτικα φύλλα, ελαιόλαδο. *Πώς το κάνουμε:*

Βράζουμε το κρέας, σε κομμάτια, μόνο με νερό και αλάτι – πιπέρι, ίσα να μαλακώσει. Αφού βράσει το κρέας, το στραγγίζουμε και σε μία άλλη κατσαρόλα βάζουμε μαργαρίνη με βούτυρο και σοτάρουμε το κρέας. Ψιλοκόβουμε το πράσο και το προσθέτουμε στο χοιρινό. Το κρεμμύδι το χοντροκόβουμε και το προσθέτουμε κι αυτό στο σοτάρισμα.

Ανακατεύουμε καλά και αλατοπιπερώνουμε. Αφήνουμε να σοταριστούν τόσο όσο να χαθούν τα υγρά. Σβήνουμε τη φωτιά και ρίχνουμε το τραχανά. Ανακατεύουμε κι αφήνουμε 2 – 3 λεπτά. Προσθέτουμε τη φέτα σε τρίμματα μεγάλα. Στη συνέχεια ρίχνουμε τη γραβιέρα, το μοσχοκάρυδο. Ανακατεύουμε καλά. Χτυπάμε τα αβγά σε ένα

μπολ και τα προσθέτουμε κι αυτά. Τέλος βάζουμε τον άνηθο και το δυόσμο. Ανακατεύουμε καλά κι αφήνουμε να κρυώσει.

Σε ένα ταψάκι βάζουμε 4 φύλλα αλειμμένα με ελαιόλαδο, έπειτα τη γέμιση τόπους – τόπους, ένα φύλλο και επαναλαμβάνουμε με γέμιση, ξανά ένα φύλλο και ούτω καθεξής μέχρι να τελειώσουν τα φύλλα και να μείνουν μόνο 3 για να βάλουμε από πάνω. Κόβουμε τα φύλλα γύρω - γύρω γιατί αυτή η πίτα είναι «ραντιστή» και δεν έχει κόθρο. Κόβουμε σε κομμάτια, αλείφουμε με λάδι τις άκρες και ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 190 βαθμούς για 1 ώρα. Αν έχουμε χρησιμοποιήσει φύλλο κρούστας θα χρειαστεί 1 ½ ώρα, ενώ αν έχουμε βάλει φύλλο σφολιάτας τότε 30 λεπτά περίπου.

**ΣΟΦΙΑ ΣΙΤΑΡΙΔΟΥ**



## Ήθη και έθιμα—Παράδοση

### Παραδοσιακές χριστουγεννιάτικες συνταγές

#### Ήπειρος : Παραδοσιακές συνταγές για τα Χριστούγεννα

Μια παραδοσιακή χριστουγεννιάτικη συνταγή της Ηπείρου είναι η κρεατόπιτα με κρεμμύδια και πράσα. Άλλη μια γιαννιώτικη συνταγή είναι κοθρόπιτα με βραστό κοτόπουλο και ρύζι. Η κλασική χορτόπιτα της Ηπείρου είναι η μπατσάρα.

Φρέσκα χόρτα από τη λαϊκή, καλαμποκάλευρο αλεσμένο σε πετρόμυλο, εξαιρετικά παρθένο ελαιόλαδο και αρωματικό αλάτι με βότανα. Το παραδοσιακό φαγητό που φτιάχνουν οι Ηπειρώτες τα Χριστούγεννα και την Πρωτοχρονιά είναι συνή-

θως η κοτόσουπα. Την Παραμονή των Χριστουγέννων, οι νοικοκυρές συνήθιζαν να φτιάχνουν τις τηγανίτες στην πλάκα που τις μέλωναν με ζαχαρόνερο, καρύδια και κανέλα.

**ΧΡΙΣΤΙΝΑ ΠΑΝΑΓΙΩΤΟΠΟΥΛΟΥ**

#### Στερεά Ελλάδα : Αρνί και φορμαέλα Αράχωβας

Τι χρειαζόμαστε: 1 κ. μπούτι αρνιού, 250 γρ. τυρί φορμαέλα, 50 γρ. μαύρες ελιές Αμφισσας, 400 γρ. πατάτες, 100 γρ. φρέσκα κρεμμυδάκια, 100 ml λευκό κρασί, 1 κ. καυκαλήθρες και μυρώνια, 100 ml ελαιόλαδο, άνηθος, θυμάρι, αλεύρι, αλάτι, πιπέρι.

Πώς το κάνουμε:

Καθαρίζουμε, πλένουμε και αφαιρούμε το κόκκαλο από το μπούτι του αρνιού. Κόβουμε σε μικρούς κύβους το κρέας και το τσιγαρίζουμε σε δυνατή φωτιά μέχρι να πάρει καλό χρώμα με ελαιόλαδο.

Κόβουμε τα φρέσκα κρεμμυδάκια σε ροδέλες και τα προσθέτουμε

στην κατσαρόλα να τσιγαριστούν. Προσθέτουμε τις καυκαλήθρες και τα μυρώνια στην κατσαρόλα, ανακατεύοντας μέχρι να μαραθούν. Πουδράρουμε με λίγο αλεύρι, σβήνουμε με λευκό κρασί, προσθέτουμε αλάτι, πιπέρι και νερό ίσα να καλύψει το περιεχόμενο της κατσαρόλας κι αφήνουμε να μαγειρευτεί προσθέτοντας κατά διαστήματα ζεστό νερό πάντα μέχρι να καλύψει το αρνί.

Βράζουμε σε μια κατσαρόλα με νερό τις πατάτες ξεφλουδισμένες σε μικρά κομμάτια. Όταν έχουν μαλακώσει (χωρίς να σπάνε) τις σουρώνουμε, βάζουμε σε ένα τηγά-

νι ελαιόλαδο, τις τηγανίζουμε ελαφρά να πάρουν χρώμα και κρούστα και τις αλατίζουμε.

Όταν το αρνάκι είναι σχεδόν έτοιμο βγάζουμε τα κουκούτσια από τις ελιές και τις προσθέτουμε μαζί με τις πατάτες τον άνηθο και το θυμάρι στην κατσαρόλα ανακατεύοντας.

Αφαιρούμε από την κατσαρόλα, βάζουμε τις μερίδες σε 4 πήλινα σκεύη και τα καλύπτουμε με φορμαέλα την οποία έχουμε κόψει σε λεπτές φέτες. Ψήνουμε περίπου 10 λεπτά στον φούρνο μέχρι να λιώσει το τυρί και σερβίρουμε.

**ΡΑΦΑΕΛΛΑ ΠΡΙΦΤΗ**

#### Πελοπόννησος

Στην Πελοπόννησο τις παραμονές των Χριστουγέννων οι νοικοκυρές ζύμωναν τη χριστουγεννιάτικη κουλούρα, ένα είδος ψωμιού σε σχήμα σταυρού.

Στη Μάνη έφτιαχναν τα «λαλάγγια», ένα είδος γλυκίσματος που το έπλαθαν με ζυμάρι και το τηγάνι-

ζαν.

Στην Πελοπόννησο επίσης φτιάχνουν τις μέρες των εορτών ένα παραδοσιακό γλύκισμα, τις δίπλες, τις οποίες βέβαια, φτιάχνουν και όλο τον χρόνο σε διάφορες γιορτές.

**ΒΑΣΙΛΗΣ ΧΑΤΖΟΠΟΥΛΟΣ**



Λαλάγγια Μάνης

## Ήθη και έθιμα—Παράδοση

### Παραδοσιακές χριστουγεννιάτικες συνταγές

#### Κρήτη : Παραδοσιακές συνταγές για τα Χριστούγεννα

Τα Χριστούγεννα στην Κρήτη συνήθίζουν να τηγανίζουν σουκώτι. Επίσης, πηγαίνουν στην εκκλησία με ένα μπουκάλι κρασί και ένα κουλούρι και το μοιράζουν μετά τη λειτουργία.

Συνήθως το μοιράζουν σ' αυτούς που έχουν μεγάλη ανάγκη.

Στο χριστουγεννιάτικο τραπέζι υ-

πάρχει χοιρινό αλλά και τις επόμενες μέρες το κρέας δεν έλειπε. Κάποια κρέατα που τρώνε συνήθως εκείνες τις μέρες : Λουκάνικα, απάκια (καπνιστό), σύγκλινο ή και τσιγαρίδες.

Κάποιες νοικοκυρές ζυμώνουν χριστόψωμο και αφού το ετοιμάσουν, το κόβουν σε δυο κομμάτια. Το ένα

κομμάτι το κάνουν κουλουράκια και το άλλο κομμάτι φτιάχνουν έναν σταυρό και αυτό είναι το χριστόψωμό τους. Τους αρέσει να το στολίζουν με καλλιτεχνήματα από ζυμάρι, φύλλα, λουλούδια και πολλά άλλα. Στη μέση του σταυρού βάζουν ένα καρύδι.

**ΕΥΑ ΜΑΝΟΥΣΑΚΗ**

## ΔΙΑΦΟΡΑ ΘΕΜΑΤΑ

### Επιστημονικά θέματα

#### Η γέννηση των αστεριών

Τα αστέρια γεννιούνται σε νεφελώματα, όταν μια περιοχή του σύμπαντος καταρρεύσει από το βάρος της. Όταν το νεφέλωμα είναι αρκετά πυκνό, αρχίζουν οι πυρηνικές αντιδράσεις, καθώς το Υδρογόνο μετατρέπεται σε Ήλιο μέσω της πυρηνικής σύντηξης.

Όσο το αστέρι κάνει αυτή διαδικασία, βρίσκεται στην κύρια ακολου-

θία. Η εσωτερική πίεση αποτρέπει το άστρο απ' την κατάρρευση.

**ΓΙΑΝΝΗΣ ΣΠΑΝΟΠΟΥΛΟΣ**



#### Πολικός Αστéρας

Ένας από τους εφτά αστέρες που σχηματίζουν τον αστερισμό



της Μικρής Άρκτου. Είναι ορατός στο βόρειο ημισφαίριο κατά τη διάρκεια ολόκληρου του χρόνου και ονομάστηκε έτσι γιατί βρίσκεται πολύ κοντά στο βόρειο πόλο του ουρανού, στο σημείο εκείνο δηλα-

έκταση του άξονα περιστροφής της Γης τον ουράνιο θόλο. Συγκεκριμένα απέχει μόνο 0,9° από τον πόλο και μέσα σε 24 ώρες διαγράφει ένα τόσο μικρό κύκλο γύρω απ' αυτόν, ώστε πρακτικά φαίνεται

δή που τέμνει η προ-

ακίνητος πάνω στην ουράνια σφαίρα. Για το λόγο αυτό χρησιμεύει από τη μια σαν δείκτης προσανατολισμού, γιατί δείχνει την κατεύθυνση του Βορρά

Απέχει από τη Γη 470 έτη φωτός, η θερμοκρασία στην επιφάνειά του είναι 6.300° C, η μάζα του οκταπλάσια από την ηλιακή και η φωτεινότητά του 2.000 φορές μεγαλύτερη από την αντίστοιχη του Ήλιου.

**ΣΟΦΙΑ ΣΙΤΑΡΙΔΟΥ**

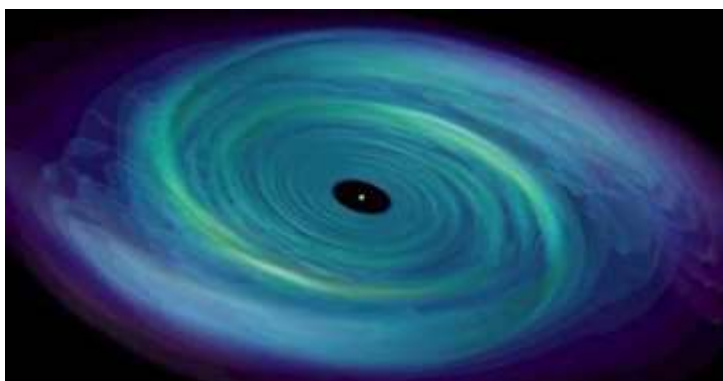
## ΔΙΑΦΟΡΑ ΘΕΜΑΤΑ

### Επιστημονικά θέματα

#### Οι μαύρες τρύπες

Μαύρη τρύπα είναι μια συγκέντρωση μάζας σημαντικά μεγάλης, ώστε η δύναμη της βαρύτητας να μην επιτρέπει σε οτιδήποτε να ξεφύγει από αυτή. Το βαρυτικό πεδίο είναι τόσο δυνατό, ώστε η ταχύτητα διαφυγής κοντά του ξεπερνά την ταχύτητα του φωτός. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα ότι τίποτα, ούτε καν το φως, δεν μπορεί να ξεφύγει από τη βαρύτητα της μαύρης τρύπας, εξ ου και η λέξη «μαύρη». Ο όρος μαύρη τρύπα (black hole) είναι ευρύτατα διαδεδομένος και επινοήθηκε το 1967 από τον Αμερικανό αστρονόμο και θεωρητικό φυσικό Τζον Γουίλερ (John Wheeler) Δεν αναφέρεται σε τρύπα με τη συνηθισμένη έννοια (οπή),

αλλά σε μια περιοχή του χώρου, από την οποία τίποτα δεν μπορεί να επιστρέψει.



Μαύρη τρύπα στο κέντρο του γαλαξία M87

Μία «μαύρη τρύπα» είναι το σημείο εκείνο του διαστήματος, όπου κάποτε υπήρχε ο πυρήνας ενός γιγάντιου άστρου, ένας πυρήνας που περιείχε περισσότερα υλικά από δύομισι ηλιακές μάζες και ο οποίος στην τελική φάση της εξέλιξης του άστρου έχασε την πάλη του ενά-

ντια στη βαρύτητα, με αποτέλεσμα τα υλικά του να καταρρεύσουν και να συμπιεστούν περισσότερο ακό-

μα και από τα υλικά ενός αστέρα νετρονίων.

Αν μπορούσαμε να συμπιέσουμε τη Γη μας ολόκληρη στο μέγεθος ενός κερασιού, θα τη είχαμε μετατρέψει σε μία «μαύρη τρύπα». Παρομοίως, αν συμπυκνώναμε τον Ήλιο σε μ ακτίνα τριών χιλιομέτρων (στα 4 εκατομμυριοστά του τω-

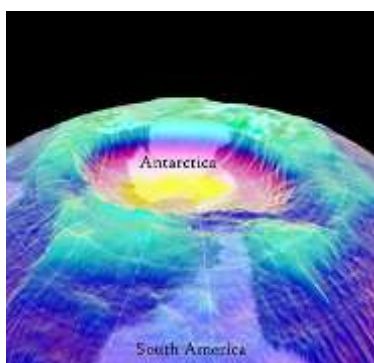
ρινού του μεγέθους), θα είχε μετατραπεί σε μαύρη τρύπα. Φυσικά, δεν υπάρχει καμία γνωστή διαδικασία που θα μπορούσε να μετατρέψει τη Γη ή ακόμα και τον Ήλιο, σε «μαύρη τρύπα».

**MOXAMENT AΛΙ**

#### Η τρύπα του όζοντος

Τρύπα του Όζοντος ονομάζεται το φαινόμενο κατά το οποίο το στρώμα του Όζοντος που βρίσκεται στα ανώτερα στρώματα της ατμόσφαιρας (στρατόσφαιρα) της γης και μειώνεται σε πάχος πάνω από την Ανταρκτική.

Επειδή το λεπτότερο σημείο του είναι πάνω από τον Νότιο Πόλο, η μείωση του πάχους του στρώματος



Η τρύπα του Όζοντος στην Ανταρκτική

μενη «τρύπα του Όζοντος».

Το Όζον είναι σημαντικό για την προστασία της υγείας μας, επειδή μας προστατεύει από την ηλιακή ακτινοβολία, απορροφώντας σημαντικό μέρος της επικίνδυνης υπεριώδους ακτινοβολίας του ηλιακού φωτός. Επίσης ισορροπεί τη θερμοκρασία της Γης και συμβάλλει αρνητικά στο λιώσιμο των πάγων.

(Συνέχεια στη σελίδα 16)

έχει ως αποτέλεσμα την ονομαζό-

## ΔΙΑΦΟΡΑ ΘΕΜΑΤΑ

### Επιστημονικά θέματα

#### Η τρύπα του Όζοντος

(Συνέχεια από τη σελίδα 15)

Το φαινόμενο της μείωσης του πάχους του στρώματος του Όζοντος θεωρείται πως προέκυψε εξαιτίας της χρήσης των χλωροφθορανθράκων που χρησιμοποιούνται σε κλιματιστικά και γενικά σε ψυκτικές συσκευές. Στην επέκτασή του συμβάλλουν επίσης τα καυσαέρια (από την κυκλοφορία των οχημάτων) και τα αέρια απόβλητα των εργοστασίων.

Συνέπειες του φαινομένου

Οι υπεριώδεις ηλιακές ακτινοβολίες αποτελούν το 10% της συνολικής ηλιακής ακτινοβολίας που φτάνει στη Γη. Χωρίζεται σε τρία είδη, τη UV – A, τη UV – B, και την πιο επικίνδυνη UV – C. Η τελευταία είναι αυτή που απορροφάται από το Όζον στη στρατόσφαιρα.

Η UV – C, λοιπόν, είναι η πιο επικίνδυνη υπεριώδης ακτινοβολία καθώς :

Αποτελεί τη βασικότερη αιτία για το μελάνωμα, μια μορφή θανατηφόρου καρκίνου του δέρματος.

Αποτελεί αιτία του καταρράκτη, καθώς είναι αρκετά ισχυρή, ώστε να περάσει μέσα από τον αμφιβληστροειδή χιτώνα του ματιού.

Τελευταία, και ενδεχομένως η κυριότερη επίδραση της UV – C στους ζωντανούς οργανισμούς είναι η μετάλλαξη του DNA τους. Πιο συγκεκριμένα, η UV – C αλλοιώνει το DNA σε τέτοιο βαθμό, ώστε αυτό σταδιακά να χάνει την ιδιότητά του να διαιρείται και να πολλαπλασιάζεται.

**ΝΟΡΑ ΡΑΓΚΟΥΣΗ**

#### Τα ελγίνεια μάρμαρα

Στον Παρθενώνα, όπως και σε πολλούς άλλους ναούς οι αρχαίοι Έλληνες έφτιαξαν στις μετόπες και τις ζωφόρους γλυπτές παραστάσεις που απεικόνιζαν σκηνές από τη Μυθολογία (π.χ. Γιγαντομαχία, Μάχες μεταξύ Λαπίθων και Κενταύρων κ.λπ.).

Το μεγαλύτερο μέρος αυτών των γλυπτών μεταφέρθηκαν στην Βρετανία το 1806 από τον Τόμας Μπρους, 7ο κόμη του Έλγιν, πρέσβη στην Οθωμανική Αυτοκρατορία από το 1799 μέχρι το 1803. Ο Έλγιν εκμεταλλεύτηκε την Οθωμανική ηγεμονία στην ελληνική επικράτεια, και έτσι κατάφερε και απέκτησε φερμάνι από τον Οθωμανό Σουλτάνο για την αφαίρεση και φυγάδευσή τους. Τα γλυπτά αυτά απο-

θηκεύτηκαν στο Βρετανικό Μουσείο του Λονδίνου το 1816. Το οθωμανικό φερμάνι, που κατέχει το Βρετανικό Μουσείο "δεν φέρει την υπογραφή και τη σφραγίδα του Σουλτάνου ή τη συνήθη επίκληση στο Θεό, και χωρίς αυτά, ο Έλγιν και συνεπώς το Βρετανικό Μουσείο δεν έχουν καμία νομική απόδειξη για τη νόμιμη κυριότητα των Γλυπτών του Παρθενώνα, σύμφωνα με έκθεση ειδικών.

Πρώτος ο βασιλιάς Όθωνας ζήτησε χωρίς αποτέλεσμα την επιστροφή των μαρμάρων του Παρθενώνα, αλλά μόλις το 1982 το θέμα πήρε διεθνείς διαστάσεις, όταν η τότε υπουργός Πολιτισμού της Ελλάδας, Μελίνα Μερκούρη, ζήτησε την επιστροφή των μαρμάρων του Παρθε-

νώνα από το Βρετανικό μουσείο, μιλώντας, σε όλους τους τόνους, για τον "Διαμελισμό" του Ελληνικού Μνημείου.

Από τότε μέχρι και σήμερα, 32 χρόνια μετά, συνεχίζουμε να ζητάμε την επιστροφή των μαρμάρων. Και όχι μόνο εμείς, οι Έλληνες, αλλά και σχεδόν όλος ο υπόλοιπος κόσμος. Αυτά τα μάρμαρα είναι ένα από τα κομμάτια της ιστορίας μας και σύμβολα της ταυτότητάς μας ως Έλληνες! Δεν μπορούν να μας τα κλέβουν, είναι δικά μας. Ελπίζουμε και ευχόμαστε να μας επιστραφούν το συντομότερο δυνατό.

**ΝΑΤΑΣΑ ΜΑΜΑΗ - ΙΩΑΝΝΑ ΧΑΡΑΛΑΜΠΙΔΟΥ**



## ΟΙΚΟΛΟΓΙΑ—ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ

### Φυτά του τόπου μας

#### Η λεβάντα

Η λεβάντα είναι αειθαλής, πολυετής θάμνος με πολλά κλαδιά. Οι βλαστοί της είναι όρθιοι και ελαφρώς πλαγιαστοί, με ύψος που ποικίλει από 30-70 εκ. Τα φύλλα της έχουν μήκος 5 εκ., είναι στενόμακρα, λογχοειδή, μαλακά, με γκριζοπράσινο ή αργυροπράσινο χρώμα, ανάλογα και με την ποικιλία. Αναλόγως και των κλιματολογικών συνθηκών, ανθίζει έντονα από Μάιο μέχρι και Αύγουστο, με μικρά μοβ ή βιολετί λουλουδάκια. Πιστεύεται ότι κατάγεται από τη Μεσόγειο. Το όνομά της, προέρχεται από τη λατινική λέξη «lavare», που σημαίνει πλένω, γιατί οι Ρωμαίοι τη χρησιμοποιούσαν στα λουτρά τους. Το Μεσαίωνα χρησιμοποιούσαν τη λεβάντα για να περιποιθούν τραύματα και πληγές στο δέρμα.

Η λεβάντα ίσως είναι από τα φυτά



που όλοι θέλουν να έχουν στον κήπο ή στη βεράντα τους, γιατί συνδυάζει εκπληκτικό άρωμα, μοναδική ομορφιά και ιδιότητες που μόνο καλό μπορούν να μας κάνουν.

Η λεβάντα χρειάζεται χώμα με πολύ καλή αποστράγγιση, γιατί διαφορετικά κινδυνεύουν να σαπίσουν οι ρίζες της. Ακόμη και αν είναι φτωχό σε θρεπτικά συστατικά, δεν έχει κανένα πρόβλημα, αρκεί να μη

λιμνάζουν νερά.

Αντέχει το κρύο. Επίσης, οι ζέστες του καλοκαιριού δεν της κάνουν κακό, αρκεί να ποτίζεται σωστά. Χρειάζεται οπωσδήποτε άφθονο ήλιο, για να έχει πλούσιο φύλλωμα και να ανθίζει πολύ και με διάρκεια. Θα πρέπει να την έχετε σε σημείο προστατευμένο από δυνατούς ανέμους, για να μη σπάνε τα κλαδιά και τα άνθη της.

Η λεβάντα αναδίδει ένα πολύ ευχάριστο, χαλαρωτικό άρωμα, το οποίο οφείλεται στα πολλά αιθέρια έλαια που περιέχει. Διώχνει τους πονοκεφάλους, τονώνει το νευρικό σύστημα, βοηθά στην καλή λειτουργία του εντέρου και του στομάχου, ενώ καταπολεμά τις αϋπνίες. Η λεβάντα έχει και αντισηπτικές ιδιότητες.

**ΣΟΦΙΑ ΣΙΤΑΡΙΔΟΥ**

#### Η λεμονιά

Η λεμονιά ανήκει στην οικογένεια των ρυτοειδών. Προέρχεται από την Ινδία, όπου καλλιεργήθηκαν τα πρώτα δέντρα. Η λεμονιά μπορεί να φτάσει έως τα 6 μέτρα ύψος, αλλά συνήθως είναι πιο κοντή. Τα άνθη της εσωτερικά τείνουν προς το μοβ ενώ εξωτερικά είναι λευκά και έχουν μια όμορφη μυρωδιά. Έχει κλαδιά με αγκάθια και λαμπερά πράσινα φύλλα. Τα είδη της ποικιλίας της είναι : Η



Κρυστίνη χωρίς αγκάθια, η Μαγληνή που είναι η πιο συνηθισμένη στην Ελλάδα, η Αδαμοπούλου που είναι η πιο παραγωγική, η Κιτρολεμονιά που τη συναντάμε κυρίως στην Κρήτη, όπως και την ποικιλία

Ζαμπετάκη. Άλλες γνωστές ποικιλίες είναι οι ισπανικές Verna και Fino.

Η λεμονιά θέλει ζεστό και υγρό κλίμα με ήπιο χειμώνα, που η θερμοκρασία δεν πέφτει κάτω από τους 0° Κελσίου.

Εχθρός της λεμονιάς είναι ο ψευδοκοκκος που τον ονομάζουμε αλλιώς «Μπαμπακλά». Προσβάλλει όλα τα φυτικά μέρη και τα καλύπτει με

(Συνέχεια στη σελίδα 18)

## ΟΙΚΟΛΟΓΙΑ—ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ

### Φυτά του τόπου μας

#### Η λεμονιά

(Συνέχεια από τη σελίδα 17)

βαμβακώδη κέρινα νημάτια. Το λεμόνι έχει ξινή γεύση, είναι όμως πολύ υγιεινό. Πρέπει να πί-

νουμε λεμονάδα όταν ζαλιζόμαστε ενώ ο χυμός του με αλάτι χρησιμοποιείται για γαργάρες στον πονόλαιμο ή για τη διάρροια με ωμό

καφέ.

**ΡΑΦΑΕΛΛΑ ΠΡΙΦΤΗ**

#### Τα χρυσάνθεμα

Όπως θα δείτε στον κήπο μας υπάρχουν κάποια λουλούδια κίτρινα, άσπρα και μωβ. Αυτά, λοιπόν, είναι τα χρυσάνθεμά μας. Τα φυτέψαμε τα παιδιά του Ε2 για να πάρει χρώμα ο κήπος μας και να γίνει ομορφότερος.



Τα χρυσάνθεμα καλλιεργούνται στην Κίνα από τον 15<sup>ο</sup> αιώνα π.Χ. ως βότανα, με τα βλαστάρια τους να χρησιμοποιούνται στις σαλάτες ενώ τα φύλλα και τα άνθη τους στο τσάι. Μέχρι το 1630 είχαν καταγραφεί περίπου 500 ποικιλίες. Η καλλιέργειά τους στην Ιαπωνία άρχισε τον 8ο αιώνα μ.Χ. και μάλιστα άρεσαν τόσο πολύ στους Ιάπωνες που μια ποικιλία με 16 πέταλα

τα «ιτσιμοντζιγκίνου» έγινε σύμβολο της αυτοκρατορικής οικογένειας. Το 1910 το χρυσάνθεμο ανακηρύχθηκε το εθνικό άνθος της Ιαπωνίας. Στην Ευρώπη τα χρυσάνθεμα έφτασαν στα μέσα του 17ου αιώνα. Το 1753 ο Κάρολος Λινναίος τους έδωσε το όνομα χρυσάνθεμα από τις ελληνικές λέξεις χρυσός και άνθος, χρυσό λουλούδι δηλαδή.

Η πρώτη επιτυχημένη καλλιέργεια χρυσανθέμων έγινε το 1789, όταν ένας έμπορος από τη Μασσαλία έφερε από την Κίνα τρεις ποικιλίες, από τις οποίες μόνο μία επέζησε και ονομάστηκε «παλιά μοβ». Το 1826 παράχθηκε η πρώτη νέα ποικιλία στην Ευρώπη, μέχρι τότε όλες οι νέες ποικιλίες έρχονταν από την Άπω Ανατολή. Στις Ηνωμένες Πολιτείες τα χρυσάνθεμα εισάχθηκαν στις αρχές του 19<sup>ου</sup> αιώνα. Η πρώτη αμερικάνικη ποικιλία παρουσιάστηκε το 1841 και ονομάστηκε «Ουίλιαμ Πεν».

**ΕΥΑ ΜΑΝΟΥΣΑΚΗ**

### Ζώα του τόπου μας

#### Η πανίδα των φαράγγιων της Σαμαριάς και του Βίκου

Πολύ πλούσια είναι η πανίδα που φιλοξενείται στο φαράγγι της Σαμαριάς. Εδώ ζουν 32 είδη θηλαστικών, 3 είδη αμφίβιων, 11 είδη ερπετών και 200 περίπου είδη πουλιών.

Τα πιο σημαντικά είδη είναι το κρητικό αγριοκάτσικο που είναι γνωστό με το όνομα Κρι – Κρι, ο αγριόγατος, ο αγκαθοποντικός, ο γυπαε-

τός.

Στο φαράγγι του Βίκου μπορούμε να συναντήσουμε 24 είδη θηλαστικών, 10 είδη αμφίβιων, 21 είδη ερπετών, 133 είδη πουλιών. Μερικά από τα ζώα που μπορεί κανείς να συναντήσει στον Βίκο είναι ο βασιλαετός, ο δρυοκολάπτης, ο μελισσοφάγος, ο λαγός, ο σκίουρος, ο λύκος, η αλεπού, η αρκού-



Κρι Κρι

δα, η αγριόγατα, το ζαρκάδι κ.ά. Πολλά από τα ζώα που ζουν στο φαράγγι του Βίκου απει-

λούνται με εξαφάνιση.

**ΒΑΣΙΛΗΣ ΧΑΤΖΟΠΟΥΛΟΣ**

## ΟΙΚΟΛΟΓΙΑ—ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ

### Ζώα του τόπου μας

#### Τα περιστέρια της αυλής μας



Στην αυλή του σχολείου μας

ανάμεσα στα παιδιά κάνουν βόλτες οι φίλοι μας τα περιστέρια.

Τα περιστέρια ανήκουν στην οικογένεια περιστεριδών. Συνήθως τα

συναντούμε άσπρα, μαύρα, γκρι και σε συνδυασμούς χρωμάτων. Ζουν σε ανοικτά περιβάλλοντα, τελευταία όμως αρχίζουν να εγκαθίστανται σε πόλεις. Ο πληθυσμός τους υπολογίζεται ε 17 με 27 εκατομμύρια πουλιά και ζουν από 12 ως 15 χρόνια.

Τα περιστέρια που ζουν στις πόλεις τρώνε τα ψίχουλα που πέφτουν,

όταν τρέφονται οι άνθρωποι ή τους σπόρους που τους ταΐζουν τα παιδιά.

Μετά από τα παραπάνω νομίζω ότι πλέον ξέρουμε κάποια βασικά στοιχεία για τους φίλους μας, τα περιστέρια.

**ΕΥΑ ΜΑΝΟΥΣΑΚΗ**

#### Τα σπουργίτια

Οι σπουργίτες είναι στιβαρά στρουθιόμορφα πουλιά με κωνικό ράμφος, το οποίο χρησιμοποιούν για να σπάζουν σπόρους, οι οποίοι αποτελούν και την κύρια τροφή τους. Πουλιά ανέκαθεν κοινωνικά και θρασύτατα συναντώνται ευρέως σ' όλον τον κόσμο. Ζουν σε πυκνά σμήνη, όχι μόνο με πουλιά του είδους τους αλλά συχνά και με διαφορετικά είδη πουλιών, όπως οι σπίνοι κ.ά.

Ζουν πάντα κοντά στον άνθρωπο σε αγροτικές περιοχές αλλά και σε θαμνώνες, σε συστάδες δέντρων, σε οικισμούς, σε πάρκα, σε ακτές ακόμη και σε σκουπιδότοπους. Το μέγεθός τους κυμαίνεται από 12 ως 17 εκατοστά και βάρος γύρω στα 40 γραμμάρια. Όλα σχεδόν τα είδη είναι γεροδεμένα, με φαρδύ κεφάλι, βαρύ σκούρο ράμφος και καστανά πόδια. Το χρώμα του φτερώματός τους είναι γενικά σκούρο καφέ με μαύρες ραβδώ-

σεις στην πλάτη και τα φτερά, ενώ έχουν πιο ανοιχτόχρωμη κοιλιά.

Τα αρσενικά σπουργίτια ξεχωρίζουν από την γκρι κορώνα στο κεφάλι



τους, και τη μικρή «ποδίτσα» στον λαιμό τους, ενώ το κεφάλι των θηλυκών και των μικρών είναι σκέτο καφέ.

Τα σπουργίτια ζουν τέσσερα έως επτά χρόνια και έχουν πέντε περίόδους αναπαραγωγής. Η περίοδος αναπαραγωγής διαρκεί από την άνοιξη ως το καλοκαίρι και κάθε φορά γεννιούνται 4 – 6 αυγά. Αν και θεωρείται κατεχοχήν σποροφάγο πουλί τρέφεται συγχρόνως και με έντομα, παράσιτα και προνύμφες εντόμων. Μύγες κουνούπια, πεταλούδες μέχρι και ακρίδες αποτελούν μέρος της διατροφής

τους. Φρούτα και αγριόχορτα είναι επίσης από τα αγαπημένα τους. Αν και υποστηρίζεται η άποψη ότι είναι είδος εν αφθονία, δυστυχώς αυτό δεν αληθεύει. Η εκτεταμένη χρήση φυτοφαρμάκων, καθώς και ο περιορισμός των καλλιεργειών έχει μειώσει όχι μόνο τον φυσικό τους βίοτοπο αλλά τη διαθεσιμότητα της τροφής τους με συνέπεια ο αριθμός τους να μειώνεται συνεχώς.

**ΝΟΡΑ ΡΑΓΚΟΥΣΗ**



## ΕΛΕΥΘΕΡΟΣ ΧΡΟΝΟΣ

### Αθλητισμός

#### Οι κανόνες του μπάσκετ

Το μπάσκετ παίζεται με δύο ομάδες σε γήπεδο με δύο μπασκέτες. Η κάθε ομάδα αποτελείται από πέντε παίκτες, οι οποίοι μπορούν να α-κουμπήσουν την μπάλα μόνο με τα χέρια. Σκοπός των ομάδων είναι να βάλουν τη μπάλα μέσα στο καλάθι. Κερδίζει η ομάδα που θα βάλει τα περισσότερα καλάθια.

Κάθε αγώνας διαρκεί 4 περιόδους ίσης διάρκειας. Ανάμεσα στην 1η και τη 2η, καθώς και ανάμεσα στην 3η και την 4η, μεσολαβεί διά-

λειμμα 2 λεπτών. Ανάμεσα στην 2η και την 3η, υπάρχει διάλειμμα 15 λεπτών, το λεγόμενο ημίχρονο.

Κάθε προπονητής έχει το δικαίωμα να καλέσει τους παίκτες του στον πάγκο για να τους δώσει οδηγίες, τέσσερις φορές στον αγώνα. Αυτό λέγεται time-out και κατά τη διάρκειά του ο αγώνας διακόπτεται για 1 λεπτό, ενώ οι παίκτες συγκεντρώνονται στους πάγκους.

Στο παρκέ υπάρχει η γραμμή του τρίποντου που ορίζει την αξία κάθε



σοι. Οι αθλητές μπορούν να σκοράρουν για 2 πόντους μέσα από τη γραμμή ή για 3 έξω από αυτήν, εφόσον δεν την πατούν. Για 1 πόντο μετράει η βολή, την οποία σουτάρουν οι παίκτες, που σφυρίζουν οι διαιτητές μετά από φάουλ ή τεχνική ποινή.

(Περισσότεροι κανόνες για το μπάσκετ στο επόμενο φύλλο)

#### ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΜΥΛΩΝΑΣ



#### Βόλεϊ—Πετοσφαίριση

Στα περισσότερα κορίτσια αρέσει το βόλεϊ, όπως και σε αρκετά αγόρια. Η ελληνική ονομασία του βόλεϊ είναι πετοσφαίριση και πρόκειται για ολυμπιακό άθλημα.

Η πετοσφαίριση παίζεται από δύο ομάδες των έξι ατόμων (είναι δηλαδή ομαδικό παιχνίδι), που τις χωρίζει ένα δίχτυ που βρίσκεται στο μέσον του γηπέδου. Το παιχνίδι παίζεται με δύο διαιτητές.

Σκοπός του παιχνιδιού είναι να περάσει η μπάλα πάνω από το φιλέ και να ακουμπήσει στο γήπεδο του αντιπάλου ή να αναγκαστεί ο αντίπαλος να την πετάξει εκτός γηπέδου. Για να πετύχει το σκοπό αυτό η κάθε ομάδα έχει δικαίωμα να κάνει τρεις μπαλιές με οποιοδήποτε μέρος του χεριού. Το μπλοκ δεν υπολογίζεται στις επαφές με τη

μπάλα της ομάδας. Το πόδι δεν επιτρέπεται.

Ο ίδιος παίκτης δεν έχει δικαίωμα να κάνει δύο συνεχόμενες μπαλιές. Επίσης, μετά από κάθε χτύπημα η μπάλα πρέπει να αναπηδήσει, δηλαδή δεν μπορεί να κρατηθεί από τον παίκτη (πιαστό).

#### ΕΥΑ ΜΑΝΟΥΣΑΚΗ



#### Οι κανόνες του ποδοσφαίρου

Οι κανόνες του ποδοσφαίρου αποφασίζονται από Διεθνές Ποδοσφαιρικό Συμβούλιο (IFAB) και δημοσιεύονται από τον διεθνώς αναγνωρισμένο οργανισμό που διοικεί το ποδόσφαιρο, τη FIFA.

Κανόνας 1 : Ο αγωνιστικός χώρος.  
Κανόνας 2 : Η μπάλα. Κανόνας 3 : Ο αριθμός των ποδοσφαιριστών.  
Κανόνας 4 : Εξοπλισμός ποδοσφαι-

ριστή. Κανόνας 5 : Ο διαιτητής.  
Κανόνας 6 : Οι βοηθοί διαιτητές.  
Κανόνας 7 : Διάρκεια αγώνα. Κανόνας 8 : Έναρξη και επανέναρξη αγώνα. Κανόνας 9 : Η μπάλα εντός και εκτός παιχνιδιού. Κανόνας 10 : Μέθοδος επίτευξης τέρματος. Κανόνας 11 : Παίκτης εκτός παιχνιδιού. Κανόνας 12 : Παραβάσεις, ανάρμοστη συμπεριφορά (φάουλ).

Κανόνας 13 :

Ελεύθερο λάκτισμα (άμεσο και έμμεσο). Κανόνας 14 : Επανορθωτικό λάκτισμα (πέναλτι).

Κανόνας 15 : Επαναφορά από την πλάγια γραμμή (πάγιο άουτ). Κανόνας 16 : Από τέρματος λάκτισμα (Αουτ). Κανόνας 17 : Γωνιακό λάκτισμα (κόρνερ)

#### ΓΙΩΡΓΟΣ ΜΑΜΑΗΣ



## Διάφορα θέματα

### Χριστούγεννα και παιδιά

Για τα παιδιά τα Χριστούγεννα είναι οι καλύτερες μέρες του κόσμου, μια μαγική εποχή...

Με ανυπομονησία περιμένουν τη μέρα που θα στολίσουν με την οικογένειά τους το χριστουγεννιάτικο δέντρο, να γράψουν γράμμα στον Άη Βασίλη, να δουν τον πατέρα τους ν' ανάβει το τζάκι, τη μητέρα να μαγειρεύει λαχταριστές λιχουδιές. Ακόμα και μια βόλτα στη στολισμένη πόλη την περίοδο των Χριστουγέννων είναι μια μοναδική εμπειρία.

Την περίοδο των Χριστουγέννων τα παιδιά δεν έχουν σχολείο και περιμένουν με ανυπομονησία τα δώρα που θα τους φέρει την Πρωτοχρο-

νιά ο Άη Βασίλης. Μια και υπάρχει χρόνος τέτοιες μέρες δε θα πρέπει να παραλείψουμε να ετοιμάσουμε τα δικά μας δώρα όπως κάρτες, κατασκευές, γλυκά... να τα τυλίξουμε και να τα δώσουμε σε συγγενείς, φίλους κ.λπ.

Είναι ευκαιρία αυτή την περίοδο για εμάς τα παιδιά να θυμηθούμε και όλους εκείνους που έχουν ανάγκη και ιδιαίτερα τα παιδιά που δεν έχουν παιχνίδια, ρούχα ή φαγητό.

Τι μπορούμε να κάνουμε ;

Να μοιράσουμε τα παιχνίδια που δεν χρησιμοποιούμε πλέον.

Να δώσουμε τα ρούχα που δε μας κάνουν.

Να φτιάξουμε ένα γλυκό και να το



προσφέρουμε.

Και βέβαια ο καθένας μπορεί να σκεφτεί τρόπους για να δώσουμε χαρά σ' όσους περνούν δύσκολα. Να είστε σίγουροι ότι δίνοντας χαρά, εμείς παίρνουμε ακόμα περισσότερη.

Καλά Χριστούγεννα και ευτυχισμένο το 2015 !

**EYA MANOYSAKH**



λα-

μπόνια. Φτάνει να αγαπάμε ο ένας τον άλλον και να το δείχνουμε με τις πράξεις μας!!!

(το κείμενο είναι φανταστικό)

**MARITINA ΦΕΡΡΟ**

### Κάποια παιδιά βλέπουν αλλιώς τα Χριστούγεννα

Πρόσφατα οι γονείς μου έχασαν τη δουλειά τους καθώς η επιχείρηση όπου δούλευαν για οικονομικούς λόγους έκλεισε. Έτσι, τα Χριστούγεννα που έρχονται θα είναι αρκετά δύσκολα για όλη την οικογένεια μας. Αποφάσισα, λοιπόν, να μην τους ζητήσω φέτος δώρα αφού ξέρω πως τα χρήματα που έχουν δε φτάνουν για να καλύψουν επιπλέον έξοδα όπως θα είναι ένα ακριβό δώρο για μένα. Επίσης τους

πρότεινα να μην κάνουμε ένα μεγάλο τραπέζι για να γιορτάσουμε την Πρωτοχρονιά αλλά να καλέσουμε μόνο τον παππού και τη γιαγιά μου γιατί έτσι τα χρήματα που θα ξοδέψουμε θα είναι πολύ λιγότερα. Τέλος, αποφασίσαμε να μην ξοδέψουμε πολλά χρήματα στα διακοσμητικά των Χριστουγέννων αφού η γιορτή αυτή είναι γιορτή αγάπης και για να εκφραστεί δε χρειάζεται πολλά στολίδια και πολύχρωμα

### Ιοί υπολογιστών : Οι επικίνδυνοι εισβολείς

Πολλές φορές στο internet μας βγαίνουν παραπλανητικά μηνύματα που φαίνονται ελκυστικά, είναι όμως επικίνδυνα, καθώς τις περισσότερες φορές πρόκειται για ιούς.

Ο ιός είναι ένα πρόγραμμα που

μπορεί να καταστρέψει τα δεδομένα που έχουμε στον υπολογιστή μας.

Για να αντιμετωπίσουμε αυτόν τον κίνδυνο θα πρέπει να έχουμε εγκαταστήσει στον υπολογιστή μας κά-

ποιο πρόγραμμα προστασίας (antivirus). Υπάρχει μεγάλη ποικιλία αντιικών προγραμμάτων και κάποια μάλιστα δίνονται δωρεάν.

**ΧΑΡΗΣ ΨΙΑΧΟΣ**

## Διάφορα θέματα

### Ο πιο πιστός μου φίλος

Πολλές οικογένειες επιλέγουν ένα κατοικίδιο για το σπίτι τους. Η δική μου οικογένεια δε βρήκε απλά κατοικίδιο, αλλά τον πιο πιστό μου φίλο, τη Ρούμπη.

Μεγαλώνοντας με τη Ρούμπη έμαθα πόσο δύσκολο, αλλά ταυτόχρονα σημαντικό είναι να έχεις τη φροντίδα κάποιου. Μου δίδαξε την υπευθυνότητα, καθώς έπρεπε πολ-

λές φορές να την ταΐσω, να την κάνω μπάνιο και να την πάω βόλτα. Έμαθα πως είναι μεγάλη ευθύνη να εξαρτάται κάποιος από σένα, αλλά αυτό με ωρίμασε.

Επίσης, η Ρούμπη μου κρατάει πάντα συντροφιά τις ώρες που είμαι μόνος μου και τα βράδια κοιμάται πάντοτε μαζί μου. Συμπεριφέρεται σαν άνθρωπος, αφού φαίνεται να

καταλαβαίνει πότε είμαι χαρούμενος και πότε στεναχωρημένος. Κανείς δε θα μπορούσε να αμφισβητήσει το γεγονός ότι ο σκύλος μπορεί να γίνει ο καλύτερός σου φίλος, αφού δε θα σε προδώσει ποτέ.

**ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΑΠΟΣΤΟΛΟΠΟΥΛΟΣ**



σε:

· Πανελλήνιους ή εθνικούς · Τοπικούς

Οι πανελλήνιοι χοροί είναι ο συρτός -καλαματιανός και ο τσάμικος ή κλέφτικος. Τοπικοί χοροί είναι οι ηπειρώτικοι, οι θρακιώτικοι, οι νησιώτικοι, οι κρητικοί, οι χοροί της Μακεδονίας, οι ποντιακοί και άλλοι.

Ο κάθε χορός χορεύεται διαφορετικά, έχει τη δική του μουσική και το όνομά του έχει κάποια σημασία. Υπάρχουν βέβαια και κάποιοι χοροί, όπως της βόρειας Ελλάδος, οι οποίοι φέρουν αλληλεπιδράσεις με χορούς των γειτονικών λαών (βαλκανικών) και χορεύονται με διάφορες κατά τόπους παραλλαγές σε όλη την βαλκανική περιοχή. Σε άλλες περιπτώσεις, όπως σε μερικά νησιά, η αλληλεπίδραση προέρχεται από την ύπαρξη της εκάστοτε δύναμη κατοχής (Ενετοκρατία, Φραγκοκρατία, Τουρκοκρατία).

**ΧΡΙΣΤΙΝΑ ΠΑΝΑΓΙΩΤΟΠΟΥΛΟΥ**

### Οι παραδοσιακοί χοροί

Οι παραδοσιακοί χοροί του ελληνικού χώρου παρουσιάζουν μεγάλη ποικιλία. Κάθε περιοχή, χωριό της Ελλάδας έχει τους δικούς του χορούς, οι οποίοι διαφέρουν τις περισσότερες φορές, από περιοχή σε περιοχή ή από χωριό σε χωριό, ακόμη και στην ίδια περιοχή. Αυτή η διαφορά των χορών οφείλεται σε λόγους όπως το κλίμα, ο τρόπος ζωής των κατοίκων, οι πόλεμοι και οι καταστροφές και άλλοι.

Οι παραδοσιακοί ελληνικοί χοροί,

λόγω της ποικιλίας που παρουσιάζουν, χωρίζονται σε διάφορες κατηγορίες.

Ανάλογα με το θέμα τους χωρίζονται σε:

· Θρησκευτικούς · Πολεμικούς ή πυρρήχιους · Ερωτικούς · Πολεμωρωτικούς χορούς

Ανάλογα με το σχήμα τους χωρίζονται σε:

· Κυκλικούς · Αντικριστούς χορούς  
Τους κυκλικούς χορούς τους συναντάμε σε ανοικτό κύκλο και πιο σπάνια σε κλειστό. Αντικριστοί χοροί ή καρσιλαμάδες λέγονται οι χοροί, όπου οι χορευτές στέκονται αντικριστά σε δυο σειρές απέναντι-αντικριστά.

Υπάρχουν βέβαια και οι χοροί, όπως το ζεϊμπέκικο, που χορεύεται από ένα άτομο, ή ο χορός των μαχαριών που χορεύεται από δύο άτομα.

Ανάλογα με το φύλλο χωρίζονται σε:

· Ανδρικούς · Γυναικείους · Μικτούς

Ανάλογα με τον τόπο, χωρίζονται



## Συγγραφείς που διαβάσαμε

### Πηνελόπη Δέλτα



Η Πηνελόπη Δέλτα, ήταν Ελληνίδα συγγραφέας γνωστή κυρίως από τα ιστορικά της μυθιστορήματά για παιδιά. Γεννήθηκε το 1874 στην Αλεξάνδρεια της Αιγύπτου και έδωσε τέλος στη ζωή της στην Αθή-

να, στις 2 Μαΐου 1941. Ήταν το τρίτο από τα έξι παιδιά της Βιργινίας Χωρέμη και του εθνικού ευεργέτη Εμμανουήλ Μπενάκη. Το 1895 παντρεύτηκε τον επιχειρηματία Στέφανο Δέλτα και απέκτησε τρεις κόρες την Αλεξάνδρα, την Βιργινία και τη Σοφία.

Η Πηνελόπη Δέλτα, υπήρξε η σημαντικότερη ίσως γυναικεία φυσιογνωμία στις πρώτες δεκαετίες του 20ου αι. Είχε γίνει μέλος σε πολλά επιστημονικά σωματεία και εταιρείες. Με τον τρόπο αυτό συνέβαλε με

κάθε μέσο στην προώθηση των γραμμάτων και του πολιτισμού. Έγραψε πολλά παραμύθια, διηγήματα και μυθιστορήματα. Από τα πιο γνωστά είναι: «Η καρδιά της βασιλοπούλας», τα «Παραμύθια χωρίς όνομα», «Τον Καιρό του Βουλγαροκτόνου», «Τα Μυστικά του Βάλτου», «Ο Μάγκας», και το πλέον αγαπητό, «Ο Τρελαντώνης», διήγημα γραμμένο για τον αδελφό της, Αντώνη.

**ΓΕΩΡΓΙΑ ΤΣΟΥΜΑ**

### Βούλα Μάστορη

Γεννήθηκε στο Αργίνοιο το 1945. Κατάγεται από τη Μικρά Ασία. Το πατρικό της όνομα είναι Παρασκευή Μιχαηλίδου. Τα παιδικά της χρόνια τα έζησε στην Άμφισσα και από τα δώδεκά της ζει στην Αθήνα. Με την Παιδική Λογοτεχνία άρχισε να ασχολείται το 1974. Από το 1993 προωθεί το "Παιχνιδομάθημα" της Δημιουργικής Γραφής στο Δημοτικό, πρόγραμμα δικής της επινόησης με



στόχο τη μύηση των παιδιών στην Παιδική Λογοτεχνία και την ανάπτυξη του προφορικού και γραπτού λόγου. Είναι μέλος της Εταιρείας Ελλήνων Λογοτεχνών και του Κύκλου του Ελληνικού Παιδι-

κού Βιβλίου. Έργα της έχουν βραβευτεί από την Εταιρεία Ελλήνων Λογοτεχνών, τον Κύκλο του Ελληνικού Παιδικού Βιβλίου, την Ε.Ο.Υ.Λ.Α.Α., τη Γυναικεία Λογοτεχνική Συντροφιά και το Υπουργείο Πολιτισμού. Το 2006 ήταν υποψήφια για το βραβείο Andersen.

**ΧΡΙΣΤΙΝΑ ΠΑΝΑΓΙΩΤΟΠΟΥΛΟΥ**

## Κατασκευές

### Χριστουγεννιάτικο βάζο

Θα χρειαστείτε: 1 βαζάκι, νερό απιονισμένο, γκλίτερ, ένα ζωάκι ή ένα δέντρο ή έναν χιονάνθρωπο, κόλλα αδιάβροχη.

Οδηγίες κατασκευής:

Βάζουμε στο καπάκι κόλλα, μετά βάζουμε κόλλα στο κομμάτι που

διαλέξαμε και το κολλάμε στο καπάκι. Στο βάζο βάζουμε τη χρυσόσκονη και μετά ρίχνουμε μέσα το απιονισμένο νερό. Για το τέλος, βάζουμε κόλλα γύρω από το καπάκι και το κλείνουμε!!!

**ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΤΣΙΜΠΛΟΥΛΗΣ**



## Κατασκευές

### Το περιστέρι της ειρήνης

Θα χρειαστείτε : Λευκό χαρτόνι, λευκό χαρτί, νήμα, κόλλα, χρυσό μελάνι.

Οδηγίες κατασκευής:

Σχεδιάστε το σχήμα του περιστέρου στο χαρτόνι. Κόψτε το και διακοσμήστε το περιστέρι με το χρυσό στυλό.

Απλώστε το χαρτί μπροστά σας και διπλώστε ένα κομμάτι περίπου 1/2

εκατ. Γυρίστε το χαρτί και διπλώστε ξανά. Συνεχίστε έως ότου να διπλώσετε όλο το χαρτί.

Κάντε μία μικρή σχισμή στο κέντρο του περιστέρου και τοποθετήστε το διπλωμένο χαρτί για να σχηματιστούν τα φτερά. Ενώστε τις δύο επάνω άκρες του διπλωμένου χαρτιού και κολλήστε τις.

Αν θέλετε να κρεμάσετε το περιστέ-

ρι, κάντε μία μικρή τρύπα στο επάνω μέρος των φτερών και περάστε λίγο νήμα. Το περιστέρι της ειρήνης είναι έτοιμο.

**ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΜΥΛΩΝΑΣ**



### Χριστουγεννιάτικο δέντρο με κουμπιά

Θα χρειαστείτε: Πράσινη τσόχα, Φύλλο από αφρολέξ, Κορδέλα, Χρωματιστά κουμπιά διαφόρων μεγεθών.

Οδηγίες κατασκευής:

Ζωγραφίστε ένα δέντρο σε χαρτόνι.

Βάλτε το επάνω στην τσόχα και το αφρολέξ και κόψτε το γύρω γύρω.

Κολλήστε την τσόχα στο αφρολέξ. Διαλέξτε τα κουμπιά που θέλετε να χρησιμοποιήσετε.

Κολλήστε τα στο δέντρο.

Κάντε μια τρύπα στην κορυφή του δέντρου.

Περάστε μια χρωματιστή κορδέλα και δέστε την φιόγκο για να μπορέτε να κρεμάσετε το δεντράκι σας.

**ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ ΠΑΠΑΝΤΩΝΙΟΥ**

### Στολίδι για το χριστουγεννιάτικο δέντρο

Θα χρειαστείτε: Χοντρό μακετόχαρτο 2 - 3 χιλιοστών, κοπίδι, κορδέλα, πινέλο, χρώματα ακουαρέλας καφέ κόκκινο, λευκό, κόλλα στικ, χρυσόσκονη, κορδόνι.

Οδηγίες κατασκευής:

Σχεδιάζω στο χαρτόνι ένα ελαφάκι και μετά με το κοπίδι το κόβω. Με

το κοπίδι, επίσης, ανοίγω μια τρύπα, από όπου περνάω το κορδόνι. Για να μη μείνει άχρωμο, το βάφω καφέ, βάζω λίγο λευκό για το μάτι και λίγο κόκκινο για τη μύτη. Στο περίγραμμά του βάζω κόλλα για να ριζούμε τη χρυσόσκονη από πάνω. Όταν στεγνώσει το κρεμάμε στο



δέντρο!!!

**ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΤΣΙΜΠΛΟΥΛΗΣ**

**Η Ε΄ τάξη στέλνει σ' όλους  
Πολλές πολλές χαρούμενες ευχές  
για Καλά Χριστούγεννα  
και ευτυχισμένο και δημιουργικό  
το 2015**



### Ανέκδοτα

Στο μάθημα ιστορίας

-Γιώργο τι έγινε το 1821;

-Πού να ξέρω, κυρία; Ημουν

αγέννητος τότε!

**ΕΥΑ ΜΑΝΟΥΣΑΚΗ**

Στο μάθημα της Γεωγραφίας:

- Τάκη, για δείξε μας στο χάρτη πού

είναι η Αμερική.

- Εδώ!

- Μπράβο παιδί μου.

- Τώρα εσύ Νατάσα, για πες μας, ποιος ανακάλυψε την Αμερική;

- Ο Τάκης!!

**ΡΑΦΑΕΛΛΑ ΠΡΙΦΤΗ**