



ΤΑ ΣΑΪΝΙΑ



Το νόημα των Χριστουγέννων



Φώτης Κόντογλου : Η γέννηση

Τα Χριστούγεννα είναι μια γιορτή που τη γιορτάζουμε κάθε χρόνο στις 25 Δεκεμβρίου. Γίνεται εκείνη την ημερομηνία, γιατί τότε γεννήθηκε ο Χριστός.

Ο Χριστός μιλούσε πολύ για την αγάπη και για αυτόν τον λόγο τα Χριστούγεννα είναι μια γιορτή αγάπης.

Την παραμονή των Χριστουγέννων λέμε με τους φίλους μας ή με την οικογένειά μας τα κάλαντα. Φτιάχνουμε διάφορα γλυκά,

στολίζουμε το δέντρο.

Τα Χριστούγεννα, επειδή τα παιδιά δεν έχουμε σχολείο, παίζουμε με τους φίλους μας και τα ξαδέφια μας. Ανταλλάζουμε και δώρα μεταξύ μας.

Τα Χριστούγεννα ερχόμαστε πολύ κοντά ο ένας στον άλλον. Καλούμε συγγενείς και αγαπημένα πρόσωπα. Κάνουμε διάφορα οικογενειακά τραπέζια και καθόμαστε σε έναν καναπέ με την οικογένειά

(Συνέχεια στη σελίδα 2)

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ ΤΕΥΧΟΥΣ:	
Χριστούγεννα	1– 9
Πρωτοχρονιά – Θεοφάνια	9 – 13
Διακόσμηση – Κατασκευές	14 – 15
Οικολογία – Περιβάλλον	15 – 18
Ταινίες – Αθλητισμός	19 - 21
Ψυχαγωγία	22– 24

Χαρούμενα Χριστούγεννα

Ευτυχισμένο το 2025

Ο Αϊ-Βασίλης και ο Santa Claus

Ο Σάντα Κλάους (ο Αϊ-Βασίλης των Ελλήνων) είναι ο παραδοσιακός χορηγός των Χριστουγέννων, που φέρνει δώρα στα παιδιά. Η δημοφιλής εικόνα του βασίζεται σε παραδόσεις που συνδέονται με τον Άγιο Νικόλαο.

Το έθιμο ξεκίνησε από την Ολλανδία με τον Άγιο Νικόλαο, όπου μοίραζαν δώρα και γλυκά στις 6 Δεκεμβρίου που ήταν η γιορτή του.

Πρώτη φορά κατέγραψε το μύθο το 1809 ο Αμερικανός συγγραφέας Ουάσινγκτον Ίρβινγκ. Η πρώτη απεικόνιση του Σάντα Κλάους εμφανίστηκε στα σκίτσα του Τόμας Νάστ. Αργότερα εμφανίστηκε από τον εικονογράφο Χάντον Σάντμπλομ για την διαφήμιση της Coca Cola το

(Συνέχεια στη σελίδα 12)

10 εφευρέσεις που άλλαξαν τον κόσμο

Μια από τις 9 εφευρέσεις που άλλαξαν τον κόσμο είναι το ΙΝΤΕΡ-ΝΕΤ.

Το Διαδίκτυο είχε γίνει απαραίτητο για κάθε τι που θέλουμε να κάνουμε. Μας έκανε να συνδεθούμε με ανθρώπους, ανεξάρτητα από το πόσο μακριά βρίσκονται από εμάς. Μας βοηθά επίσης να πάρουμε οποιαδήποτε πληροφορία χρειαζόμαστε αμέσως.

Ο τροχός θεωρείται μια από τις σημαντικότερες και αρχαιότερες εφευρέσεις. Πρόκειται για μια εφεύρεση που αποτέλεσε την αρχή για άλλες εφευρέσεις που έγιναν στην παγκόσμια ιστορία. Ο πιο αρχαίος

(Συνέχεια στη σελίδα 18)

ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ

Το νόημα των Χριστουγέννων

(Συνέχεια από τη σελίδα 1)

μας και βλέπουμε ταινίες όλοι μαζί.

Για αυτό το βαθύτερο νόη-

μα των Χριστουγέννων είναι η αγάπη.

Μακάρι όλα τα παιδάκια

του κόσμου να περνούν ωραία Χριστούγεννα!

ΕΛΕΟΝΩΡΑ ΜΑΡΙΑ ΚΑΡΑΛΗ

Η ιστορία του εορτασμού των Χριστουγέννων

Τα **Χριστούγεννα** (σύνθετη λέξη της δημοτικής Χριστός + γέννα) είναι η ετήσια χριστιανική γιορτή της γέννησης του Χριστού και κατ' επέκταση το σύνολο των εορτών από εκείνη την ημέρα, τις 25 Δεκεμβρίου, μέχρι τα Θεοφάνια ("Γιορτές των Χριστουγέννων").

Το χρονικό διάστημα που περικλείει τις γιορτές των Χριστουγέννων, Πρωτοχρονιάς και Θεοφανίων, ονομάζεται στη λαογραφία και Δωδεκαήμερο.

Η παράδοση θεωρεί ότι η **αρχαιότερη ομιλία** για τη γιορτή των Χριστουγέννων εκφωνήθηκε από τον Μέγα **Βασίλειο** στην Καισάρεια της Καππαδοκίας το έτος 376 μ.Χ. Άλλες Ιστορικές πηγές επισημαίνουν πως ο εορτασμός των Χριστουγέννων άρχισε να τηρείται στη Ρώμη γύρω στο 335, αν και κάποιοι ερευνητές βασιζόμενοι σε αρχαίους ύμνους με χριστουγεννιάτικη θεματολογία θεωρούν ότι τα πρώτα βήματα που οδήγησαν στον εορτασμό αυτό έγιναν μέσα στον 3ο αιώνα.

Επί Πάπα **Ιουλίου Α'** (337-352) τα Χριστούγεννα σταμάτησαν να γιορτάζονται μαζί με τα Θεοφάνια και θεσπίσθηκε ως επέτειος η 25 Δεκεμβρίου. Με βάση αυτή την υποθετική πηγή, η Γέννηση του Χριστού ορίστηκε κατά το χειμερινό ηλιο-

στάσιο όπου και αρχίζει η αύξηση των ημερών. Στον καθορισμό της 25ης Δεκεμβρίου ως ημερομηνίας εορτασμού συντέλεσαν προφανώς η μεγάλη εθνική εορτή του "ακατανίκητου" θεού Ήλιου (Dies Natalis Solis Invicti) και ο εορτασμός των γενεθλίων του Μίθρα που ήταν διαδεδομένα σε όλη την επικράτεια της Ρωμαϊκής αυτοκρατορίας με την έννοια ότι η επιλογή αυτής της ημέρας ως ημέρας γέννη-

σης του Χριστού είχε να κάνει με την **προσπάθεια αντικατάστασης των παγανιστικών γιορτών** που τηρούνταν εκείνον τον καιρό, όπως τα Σατουρνάλια και τα Μπρουμάλια.

Συνεπώς, όταν ο Χριστιανισμός έγινε η επίσημη θρησκεία της αυτοκρατορίας, προσπάθησε να απορροφήσει και να δώσει νέα διάσταση και νέα σημασία σε πανάρχαια λατρευτικά έθιμα και λατρευτικές συνήθειες αιώνων. Σε μεταγενέστερη εποχή πολλά από τα έθιμά τους (ανταλλαγή δώρων, γλέντια, χαρτοπαίγνια κ.ό.κ.) πέρασαν στον εορτασμό της Πρωτοχρονιάς.

Από τη Δύση ο εορτασμός της Γεννήσεως στις 25 Δεκεμβρίου πέρασε και στην Ανατολή γύρω στο 376. Το 386 ο Αγ. Ιωάννης ο Χρυσόστομος παρότρυνε την εκκλησία της Αντιόχειας να συμφωνήσει στην 25η Δεκεμβρίου ως ημέρα εορτασμού της Γέννησης.

Με τον χρόνο επικράτησε σε όλο τον χριστιανικό κόσμο εκτός της Αρμενικής Ορθόδοξης Εκκλησίας που συνεχίζει τον συνεορτασμό με τα Θεοφάνια.

Το 529 ο αυτοκράτορας Ιουστινιανός απαγόρευσε την εργασία και τα δημόσια έργα κατά τη διάρκεια των Χριστουγέννων και τα ανακήρυξε δημόσια αργία. Ως το 1100, καθώς είχε επεκταθεί η δράση των ιεραποστολών στις παγανιστικές ευρωπαϊκές φυλές, όλα τα έθνη της Ευρώπης γιόρταζαν τα Χριστούγεννα.

(Συνέχεια στη σελίδα 3)



Δομήνικος Θεοτοκόπουλος (El Greco) : Η Γέννηση

ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ

Η ιστορία του εορτασμού των Χριστουγέννων

(Συνέχεια από τη σελίδα 2)

Εντούτοις, αργότερα, εξαιτίας της Μεταρρύθμισης απαγορεύτηκε ή περιορίστηκε κατά περιόδους η τήρησή του εορτασμού τους σε διάφορες χώρες της Ευρώπης και στην Αμερική, καθώς θεωρούνταν ότι περιλάμβανε σε μεγάλο βαθμό ειδωλολατρικά στοιχεία.

Πριν από τη γιορτή των Χριστουγέννων υπάρχει νηστεία σαράντα ημερών, που αρχίζει από τη γιορτή του αποστόλου Φιλίππου (14 Νοεμβρίου).

Στη Δύση η εορτή των Χριστουγέννων εορτάζεται λαμπρότερα από εκείνη της Ανάστασης, σε αντίθεση με αυτό που συμβαίνει στην Ανατολή.

Στα Ευαγγέλια εκείνα του ο Λουκά και ο Ματθαίου αρχίζουν τις αφηγή-

σεις τους από τη Γέννηση του Ιησού. Οι δύο αυτές περιγραφές φέρονται να συμπληρώνουν η μία την άλλη. Ενώ πληρέστερη φέρεται του Λουκά. Από τον συνδυασμό των παραπάνω και άλλων πηγών, το ιστορικό έχει ως εξής:

Επί Ρωμαίου Αυτοκράτορα Οκταβιανού Αυγούστου και Ηγεμόνα Κυρήνιου της Συρίας, διατάχθηκε απογραφή πληθυσμού σε όλη την Αυτοκρατορία. (Λουκάς Β' 1-3). Άγγελος Κυρίου επισκέφθηκε τον Ιωσήφ και τον ενημέρωσε για την Θεία Γέννηση του Θεανθρώπου εκ της Παρθένου Μαρίας (Ματθαίος Α' 20). Τότε ο Ιωσήφ παρέλαβε την Μαρία και από την Ναζαρέτ ήλθαν στη Βηθλεέμ (της Ιουδαίας) που Βασιλιάς της περιοχής ήταν ο Ηρώδης ο Μέγας όπου και γεννήθηκε ο Ιησούς Χρι-

στός (Ματθ. Β' 1, - Λουκ. Β' 4-7). Άγγελος Κυρίου εμφανίζεται σε ποιμένες αγγέλλοντας το χαρμόσυνο γεγονός ενώ πλήθος αγγέλων ψάλλουν «Δόξα εν υψίστοις Θεώ και επί γης ειρήνη εν ανθρώποις ευδοκία» (Λουκ. Β' 8-14). Ενώ συμβαίνουν αυτά, άστρο φωτεινό (έχει προταθεί ως εξήγηση ο Κομήτης του Χάλεϋ) εξ Ανατολής οδηγεί τρεις Μάγους προς τα Ιεροσόλυμα, που, μετά τη συνάντησή με τον Βασιλέα Ηρώδη, συνεχίζουν και φθάνουν στη Βηθλεέμ όπου μαζί με τους βοσκούς προσκυνούν τον Θεάνθρωπο προσφέροντας Χρυσόν Λίβανο και Σμύρνα. (Ματθ. Β' 2-12).

(Πηγή : <https://www.nextdeal.gr/>)



ΝΟΕΛ ΚΑΣΟ

Κάλαντα

Τα Κάλαντα αποτελούν δημοτικά ευχητικά και εγκωμιαστικά τραγούδια που ψάλλονται εθιμικά κατ' έτος, κυρίως την παραμονή μεγάλων θρησκευτικών εορτών όπως των Χριστουγέννων, της Πρωτοχρονιάς (Αγ. Βασιλείου, τα οποία σε ορισμένα μέρη, όπως στην Καβάλα,

ονομάζονται Αρχικάλαντα), των Θεοφανίων, ακόμη και των Βαίων ή του Λαζάρου, με εξαίρεση εκείνων της Μεγάλης Παρασκευής που είναι κατασκευαστικά. Κύρια παραδοσιακά μουσικά όργανα που συνοδεύουν τα κάλαντα είναι το τρίγωνο,

το λαούτο, το νταούλι ή τσαμπούνα, η φλογέρα κ.ά.

ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ ΠΑΠΠΑΣ

ΚΑΛΑΝΤΑ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΩΝ ΑΙΓΑΙΟΥ

Κάτω στα Ιεροσόλυμα,
στης Βηθλεέμ την πόλη,
εκεί δεντρί δεν ήτανε,
δεντρί ξεφανερώθη.
Κι ανάμεσα στους κλώνους του,
αγγέλοι κι αρχαγγέλοι,
κι ο Μιχαήλ Αρχάγγελος,
ξεφτερουγά και λέει.
Χριστέ, για δώσ' μου τα κλειδιά,
και τα χρυσά κλειδάκια,
ν' ανοίξω τον παράδεισο,
να μπω σε περιβόλι.

Να κόψω μήλο δροσερό,
να πιω νερό δροσάτο,
να γείρω ν' αποκοιμηθώ,
σε νεραντζιά 'πο κάτω.
Και σας καληνυχτίζουμε,
πέσετε κοιμηθείτε,
ολίγον ύπνον πάρετε,
κι ευθύς ως σηκωθείτε.
Στην εκκλησία να τρέξετε,
όλοι με προθυμιά,
και του Χριστού να ακούσετε,
τη Θεία Λειτουργία.

ΣΤΕΛΛΑ ΗΓΟΥΜΕΝΙΔΗ

ΤΑ ΚΑΛΑΝΤΑ ΤΗΣ ΣΜΥΡΝΗΣ

Καλήν εσπέραν άρχοντες κι αν είναι ορισμός
σας,
Χριστός γεννάται σήμερα εν Βηθλεέμ τη πό-
λει.
Εν τω σπηλαίω τίκτεται, εν φάτνη των αλόγων.
Κερά ψηλή, κερά λιγνή, κερά καμαροφρύδα.
Κερά μ' όταν στολιζεσαι να πας στην εκκλησία.
Έχεις και κόρην έμορφη που δεν έχει ιστορία.
Μήδε στην πόλη βρίσκεσαι, μήδε στην Καισα-
ρεία.
Έχεις και γιον στα γράμματα, υγιόν εις το ψαλ-
τήρι.
Να τον 'ξιώσει και ο Θεός, να βάλει πετραχήλι

ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ ΠΑΠΠΑΣ

ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ

Κάλαντα

Κάλαντα Χριστουγέννων Πελοποννήσου.

Χριστούγεννα πρωτούγεννα, πρώτη γιορτή του χρόνου,
για έβγατε, δέστε, μάθετε, πώς ό Χριστός γεννιέται,
γεννιέται κι αναθρέφεται στο μέλι και στο γάλα,
το μέλι τρών' οί άρχοντες, το γάλα οί άφεντάδες
και το μελισσοχόρταρο το λούζουντ' οί κυράδες.

Κυρά φιλή, κυρά λιγνή, κυρά γαιτα-νοφρύδα,
κυρά μ' όταν στολίζεσαι να πας στην έκκλησιά σου,
βάζεις τον ήλιο πρόσωπο και το φεγγάρι άγκάλι
και τον καθαριο αύγερινό τον βάζεις δαχτυλίδι.
Έμείς έδώ δεν ήρθαμε να φάμε και να πιούμε,
μόνο σάς άγαπούσαμε κι ήρθαμε να σάς δούμε

έδώ που τραγουδήσαμε πέτρα να μη ραγίσει
κι ό οικοκύρης του σπιτιού πολλούς χρόνους να ζήση.
Δώστε μας και τον κόκορα, δώστε μας και την κότα,
δώστε μας και πέντ' έξ' αύγά, να πάμε σ' άλλη πόρτα.

ΒΑΣΙΛΗΣ ΑΓΑΘΟΣ

Κάλαντα εξωτερικού

Feliz Navidad

Feliz Navidad
Feliz Navidad
Feliz Navidad
Prospero ano y felicidad

Feliz Navidad
Feliz Navidad
Feliz Navidad
Prospero ano y felicidad

I wanna wish you a merry Christmas
I wanna wish you a merry Christmas
I wanna wish you a merry Christmas
From the bottom of my heart
I wanna wish you a merry Christmas
I wanna wish you a merry Christmas

mas
I wanna wish you a merry Christmas
From the bottom of my heart
Feliz Navidad
Feliz Navidad
Feliz Navidad
Prospero ano y felicidad

ΜΙΚΑΕΛΑ ΣΟΥΡΙΑΔΗ

Jingle bells,

Dashing through the snow
In a one-horse open sleigh
O'er the fields we go Laughing
all the way
Bells on bobtails ring
Making spirits bright
What fun it is to ride and sing
A sleighing song tonight, oh!

Jingle bells, jingle bells
Jingle all the way
Oh, what fun it is to ride
In a one-horse open sleigh, hey!
Jingle bells, jingle bells
Jingle all the way
Oh what fun it is to ride
In a one-horse open sleigh

A day or two ago,
I thought I'd take a ride,
And soon Miss Fanny Bright
Was seated by my side;
The horse was lean and lank
Misfortune seemed his lot
We got into a drifted bank,
And then we got upsot.

Oh, jingle bells, jingle bells
Jingle all the way
Oh, what fun it is to ride
In a one horse open sleigh
Jingle bells, jingle bells
Jingle all the way
Oh, what fun it is to ride
In a one horse open sleigh
Now the ground is white

Go it while you're young
Take the girls tonight
Sing this sleighing song
Get a bobtailed bay
Two forty for his speed
And hitch him to an open sleigh
And you will take the lead

Oh, jingle bells, jingle bells
Jingle all the way
Oh, what fun it is to ride
In a one-horse open sleigh, hey! Jingle bells,
jingle bells Jingle all the way Oh,
what fun it is to ride In a one-horse
open sleigh Oh, what fun it is to
ride In one horse open sleigh!

ΧΡΗΣΤΟΣ ΠΑΠΠΑΣ

ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ

Κάλαντα εξωτερικού

The Little Drummer Boy

Come they told me
Pa rum pum pum pum
A new born King to see
Pa rum pum pum pum

Our finest gifts we bring
Pa rum pum pum pum
To lay before the King
Pa rum pum pum pum,
rum rum rum rum,
rum rum rum rum

So to honor Him
Pa rum pum pum pum
When we come

Little baby
Pa rum pum pum pum

I am a poor boy too
Pa rum pum pum pum
I have no gift to bring
Pa rum pum pum pum
That's fit to give our King
Pa rum pum pum pum,
rum rum rum rum,
rum rum rum rum

Shall I play for you
Pa rum pum pum pum
On my drum

Mary nodded
Pa rum pum pum pum
The ox and lamb kept time
Pa rum pum pum pum
I played my drum for Him
Pa rum pum pum pum
I played my best for Him



Pa rum pum pum pum,
rum rum rum rum,
rum rum rum rum

Then He smiled at me
Pa rum pum pum pum
Me and my drum

ΝΙΚΟΛΑΣ ΜΑΝΕΣΗΣ

Χριστουγεννιάτικα έθιμα

Το Χριστουγεννιάτικο καράβι

Από τα παλιά χρόνια οι Έλληνες στόλιζαν καράβι.

Αυτό το έθιμο προέκυψε λόγω του ότι οι Έλληνες ήταν από πάντα ναυτικός λαός και το χριστουγεννιάτικο καράβι συνηθιζόταν στις παραθαλάσσιες περιοχές.

Όταν τα παιδιά έλεγαν κάλαντα συνήθιζαν να παίρνουν μαζί τους ένα μικρό καραβάκι για να το γεμίσουν οι νοικοκυρές με κουραμπιέδες και μελομακάρονα.

Το σπάσιμο του ροδιού

Την **Πρωτοχρονιά** συνηθίζεται να σπάνε ένα ρόδι για καλοτυχία στο σπιτικό τους.

Το έθιμο αυτό συμβολίζει την ευφορία και τη γονιμότητα και είναι ευρέως διαδεδομένο σε όλα τα ελληνικά σπίτια.

Το Χριστόψωμο

Τις παραμονές των Χριστουγέννων οι νοικοκυρές φτιάχνουν το παραδοσιακό χριστόψωμο.

Η διαφορά του με το κανονικό ψωμί είναι το σχήμα αλλά και τα σχέδια που έχει πάνω.

Εκτός από τον σταυρό από ζυμάρι που κοσμεί το ψωμί στην μέση, οι νοικοκυρές το διακοσμούσαν με διάφορα σχέδια και το αφιέρωναν στη γέννηση του Χριστού.

Η βασιλόπιτα

Σύμφωνα με

την παράδοση η βασιλόπιτα ήταν δημιούργημα του Μέγα Βασίλειου από την Καισαρεία, ο οποίος βρήκε ένα τέχνασμα για να μοιράσει τα χρήματα στους φτωχούς.

Έκρυψε τα νομίσματα μέσα σε πίτες και τους τις προσέφερε.

Έτσι, εξηγείται και το φλουρί που βάζουμε στη βασιλόπιτα για να το κερδίσει κάποιος τυχερός την Πρωτοχρονιά.

ΑΛΙΚΗ ΛΑΝΤΖΑΚΗ
ΜΑΡΙΑ ΠΑΠΑΠΕΤΡΟΠΟΥΛΟΥ



ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ

Το χριστουγεννιάτικο δέντρο

Το Χριστουγεννιάτικο δέντρο αποτελεί πλέον ένα ελληνικό έθιμο. Και λέω πλέον γιατί παλιά στην Ελλάδα στόλιζαν καράβι.

Το έθιμο προέρχεται από την Γερμανία. Το πρώτο στολισμένο δέντρο εμφανίστηκε το 1539 και τα στολίδια του ήταν συσκευασμένα φαγητά και είδη ρούχων. Σήμερα στολίζουμε με διάφορων ειδών, όπως μπάλες, φωτάκια κλπ.

Στην Ελλάδα το έθιμο ήρθε από τον Βασιλιά Όθωνα το 1833. Αρχικά στολίστηκε στα ανάκτορα του Ναυ-



πλίου και στην συνέχεια στην Αθή-

Το χριστουγεννιάτικο καραβάκι

Το στόλισμα του καραβιού είναι ένα παραδοσιακό ελληνικό έθιμο. Τα παλαιότερα χρόνια, κατά τη διάρκεια των γιορτών των Χριστουγέννων, οι Έλληνες συνήθιζαν να στολίζουν τα σπίτια και τις πλατείες με ένα ξύλινο καραβάκι.

Σύμφωνα με το έθιμο, το καραβάκι συμβόλιζε τους δεσμούς με τη θάλασσα, κάτι που ίσχυε από τα αρχαία ακόμη χρόνια. Ήταν σύνηθες πολλοί ενήλικες και παιδιά να δουλεύουν σε πλοία για να φέρουν χρήματα στις οικογένειές τους. Το καράβι δεν συμβόλιζε μόνο τη χαρά και τον ενθουσιασμό των παιδιών για την

αντάμωσή με τους συγγενείς τους, αλλά και την αγάπη τους για τη θάλασσα. Τα μικρά ξύλινα καραβάκια είχαν τον ρόλο ενός τιμητικού καλωσορίσματος για τους Έλληνες θαλασσοπόρους που γυρνούσαν στις οικογένειές τους, καθώς και την ελπίδα να είναι ασφαλείς στα «άγρια κύματα».

Συχνά τα παιδιά τραγουδούσαν τα κάλαντα κρατώντας ένα στολισμένο καραβάκι, το οποίο γέμιζε από ζαχαρωτά και χριστόψωμα από τους κατοίκους.

Το χριστουγεννιάτικο αυτό έθιμο

να.

Το ακριβότερο χριστουγεννιάτικο δέντρο σήμερα στον κόσμο είναι αυτό που φέρεται στο ξενοδοχείο Εμιρέιτς Παλλάς στο Άμπου Ντάμπι των Ηνωμένων Αραβικών Εμιράτων, όπου όλα τα στολίδια του είναι πραγματικά πανάκριβα κοσμήματα, με πολύτιμες πέτρες πάνω τους που διατίθενται προς πώληση, η συνολική αξία των οποίων φθάνει τα 11 εκατομμύρια δολάρια.

ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ ΑΡΚΟΥΜΑΝΗΣ



άλλαξε, όταν ο Όθωνας στόλισε το πρώτο χριστουγεννιάτικο δέντρο το 1833 στα ανάκτορα του Ναυπλίου. Από τότε, ο στολισμός του δέντρου επικράτησε στα ελληνικά σπίτια, με εξαίρεση κάποια νησιά. Το έθιμο αυτό αναβιώνει κάθε 6^η του Δεκέμβρη προς τιμή του Αγίου Νικολάου, προστάτη των ναυτικών.

ΜΥΡΣΙΝΗ ΨΥΧΑ

Η ανταλλαγή δώρων

Τα Χριστούγεννα συνηθίζουμε να κάνουμε ανταλλαγή δώρων με τους φίλους μας και τους συγγενείς μας. Αυτό το έθιμο έρχεται από πολύ παλιά.

Όλα ξεκίνησαν με τους τρεις μάγους που ακολούθησαν το λαμπρότερο αστέρι του ουρανού και ταξίδεψαν

για να προσκυνήσουν το Θείο βρέφος. Εκεί οι "Μάγοι με τα δώρα", ο Μελχιόρ, ο Κασπάρ και ο Βαλτάσαρ, προσέφεραν χρυσό, λιβάνι και αρωματική σμύρνα. Λιβάνι, σύμβολο της λατρείας που θα του έδειχνε ο κόσμος. Σμύρνα, το άρωμα που τοποθετούνταν στους νεκρούς και

έδειχνε ότι ο Χριστός θα υπέφερε και θα πέθαινε.

Στους αρχαίους πολιτισμούς, οι αρχηγοί αντάλλαζαν δώρα μεταξύ τους, για να εξασφαλίσουν την ειρήνη ανάμεσα στους λαούς τους.

ΣΤΕΛΛΑ ΣΩΠΑΣΗ

ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ

Χριστουγεννιάτικα έθιμα απ' όλο τον κόσμο

Κάθε χώρα έχει τις δικές της παραδόσεις για τα Χριστούγεννα. Αν και πολλοί τις ξεχνούν ή τις θεωρούν ξεπερασμένες, κάποιοι άλλοι τις αναβιώνουν κρατώντας ζωντανά τα έθιμα του τόπου τους.

Στην Ελλάδα έχουμε ένα σωρό παραδόσεις που σχετίζονται με τα Χριστούγεννα, με το Χριστόψωμο, το «τάισμα» της βρύσης και το πάντρεμα της φωτιάς να είναι μόνο μερικές από αυτές.

Κάθε χώρα έχει τα δικά της μοναδικά έθιμα, τα οποία καλωσορίζουν το νέο έτος και γεμίζουν με τη μαγεία των εορτών τις καρδιές των ανθρώπων.

Λίβανος

Αντί για χριστουγεννιάτικο δέντρο, οι Λιβανέζοι επιλέγουν να φυτέψουν σπόρους από φασόλια, φακές, ρεβίθια και βρώμη σε βαμβάκι, δύο εβδομάδες πριν τα Χριστούγεννα. Έπειτα, στολίζουν τις φάτνες τους με την βλάστηση των σπόρων τους, για να αναπαραστήσουν τη γέννηση του Χριστού. Το πρωινό των Χριστουγέννων όλη η οικογένεια τρώει κοτόπουλο με ρύζι και το παραδοσιακό Kibbe.

Μεξικό

Las Posadas, είναι η μεγαλύτερη εκδήλωση στο Μεξικό, όπου πραγματοποιείται εννέα νύχτες πριν από την 25η Δεκεμβρίου, δηλώνοντας τους μήνες εγκυμοσύνης της Παναγίας. Για να γιορτάσουν, οι Μεξικανοί πηγαίνουν από σπίτι σε σπίτι τραγουδώντας τα κάλαντα.

Την ημέρα των Χριστουγέννων, πι-

νιάτες κρέμονται γεμάτες ξηρούς καρπούς, γλυκά και μανταρίνια.

Ουκρανία

Εδώ, μέσα στο χριστουγεννιάτικο τους δέντρο κρύβουν αράχνη και στολίζουν με τους ιστούς της. Αυτή είναι μια μακρά παράδοση που προέρχεται από ιστορία που θέλει μια χήρα να βρίσκει μία αράχνη, η οποία έπλεκε τον ιστό της γύρω από το δέντρο. Λένε ποιος όποιος βρει την αράχνη θα έχει καλή τύχη όλο τον χρόνο.

Στην **Ιρλανδία** υπάρχει παράδοση τα παιδιά να αφήνουν έξω από τα σπί-

μισκότα τζίντζερ.

Από την άλλη πλευρά, στην **Εσθονία** οι οικογένειες κατά την περίοδο των Χριστουγέννων κάνουν σάουνα ή χαμάμ πίνοντας ποτό για να διασκεδάσουν όλοι μαζί.

Τρίνταντ και Τομπάγκο

Σε αυτά τα τροπικά νησιά, όλα έχουν σχέση με τη βελτίωση του εσωτερικού χώρου. Οι κάτοικοι ζωγραφίζουν ή κάνουν επισκευές στα σπίτια τους και βάζουν νέες κουρτίνες.

Το χριστουγεννιάτικο γεύμα περιλαμβάνει μήλα, σταφύλια, μπύρα τζίντζερ, ζαμπόν, γαλοπούλα και εκδοχή του εγκ νογκ από το Τρίνταντ.

Νέα Ζηλανδία

Τα Χριστούγεννα στη Νέα Ζηλανδία είναι καλοκαιρινή υπόθεση, με τις οικογένειες να τα περνούν στις παραλίες ή κάνοντας μπάρμπεκιου στις αυλές.

Οι κάτοικοι τραγουδούν κάλαντα στη γλώσσα των ιθαγενών του νησιού.

Ισλανδία

Ένα από τα 13 μυθικά τrols, τα Yule Lads, επισκέπτεται τα παιδιά κατά τη διάρκεια 13 ημερών πριν τα Χριστούγεννα. Το τrol αφήνει στο παιδί είτε δώρο, είτε μία σάπια πατάτα, ανάλογα με το εάν ήταν «καλό ή κακό» την προηγούμενη μέρα.

ΘΑΝΑΣΗΣ ΑΜΠΑΤΖΗΣ
ΜΑΡΙΟΣ ΒΑΣΙΛΕΙΑΔΗΣ
PENNY ΓΚΙΚΑ



τια τους στον Άγιο Βασίλη ως κέρασμα μία μεγάλη μπύρα και κιμαδόπιτα.

Όσον αφορά τη **Σουηδία**, υπάρχει ένα περίεργο έθιμο την ημέρα του St. Lucia. Πιο συγκεκριμένα, η μεγαλύτερη κόρη της κάθε οικογένειας ντύνεται με ένα μακρύ, λευκό φουστάνι και μία κόκκινη ζώνη, ενώ στο κεφάλι της βάζει ένα στέμα με κεριά. Στη συνέχεια, τραγουδά για τον St. Lucia και ύστερα η οικογένεια κάθεται όλη μαζί, πίνει καφέ και τρώει κουλουράκια σαφράν και

ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ

Χριστουγεννιάτικη συνταγή

ΜΕΛΟΜΑΚΑΡΟΝΑ

ΥΛΙΚΑ

1^ο μείγμα

- 1200 gr αλεύρι μαλακό
- 1κ. γλ γαρύφαλλο και μοσχοκάρυδο
- 2κ. γλ κανέλα
- 1κ. γλ baking powder
- 1κ. γλ σόδα
- 1κ. σ. ξύσμα πορτοκαλιού

2^ο μείγμα

- 500 γρ ελαιόλαδο
- 250γρ ζάχαρη
- 2/3 νεροπότηρου χυμό πορτοκαλιού
- 1 ποτήρι του κρασιού κονιάκ

Σιρόπι

- 1 νεροπότηρο νερό
- 1 νεροπότηρο ζάχαρη
- 2 νεροπότηρα μέλι
- Φλούδα λεμονιού



1 ξύλο κανέλα

Τριμμένο καρύδι για πασπάλισμα

Εκτέλεση

Βράζουμε το σιρόπι και το αφήνουμε να κρυώσει.

Ανακατεύουμε όλα τα υλικά από το πρώτο μείγμα.

Σε άλλο μπολ χτυπάμε το ελαιόλαδο για 10 λεπτά και χωρίς να διακόψουμε το χτύπημα προσθέτουμε τα υπόλοιπα υλικά.

Αφού το 2^ο μείγμα ομογενοποι-

ηθεί με το χτύπημα, προσθέτουμε σε αυτό το πρώτο μείγμα και ζυμώνουμε με το χέρι.

Η ζύμη θα είναι έτοιμη όταν ξεκολλάει από τα χέρια μας.

Προθερμαίνουμε τον φούρνο στους 200 βαθμούς.

Για το κάθε μελομακάρονο θα χρειαστούμε 50γρ ζύμης.

Τοποθετούμε τα μελομακάρονο σε ταψί και τα τρυπάμε κατά μήκος με ένα πιρούνι.

Ψήνουμε για 20-30 λεπτά έως να πάρουν ωραίο χρώμα.

Αφού ψηθούν τα μελομακάρονα τα ρίχνουμε στο κρύο σιρόπι για μερικά δευτερόλεπτα.

Τα τοποθετούμε σε πιατέλα και τα πασπαλίζουμε με μπόλικο καρύδι.

**ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ
ΑΝΤΩΝΗΣ ΔΡΟΣΟΣ**



Χριστουγεννιάτικες ιστορίες

Ο Καρυοθράυστης του Ε.Τ.Α. Χόφμαν.

Όταν η Μαρία παίρνει δώρο χριστουγεννιάτικο έναν Καρυοθράυστη, δεν φαντάζεται καθόλου τις συναρπαστικές περιπέτειες που την περιμένουν!

Τη μάχη του Καρυοθράυστη με τον Βασιλιά των Ποντικών, την ιστορία της πριγκίπισσας Πιρπιλάτης με το σκληρό καρύδι .

Η ιστορία του Χόφμαν, με την υπέροχη μουσική του Τσαϊκόφσκι είναι ένα από τα δημοφιλέστερα μπαλέτα το οποίο ανεβαίνει την περίοδο των

Χριστουγέννων σε όλες τις μεγάλες σκηνές του κόσμου.

ΝΟΕΛ ΚΑΣΟ

Σέρλοκ Χολμς και η Περιπέτεια του πολύτιμου λίθου του Άρθους Κόναν Ντόυλ

Ένας πολύτιμος λίθος βρίσκεται μέσα στη χήνα, η οποία έχει μαγειρευτεί για το χριστουγεννιάτικο τραπέζι. Είναι βέβαιον ότι κάποιος το ψάχνει.

Η ιστορία διεγείρει την περιέργεια του Χολμς και του Γουότσον και αρχίζουν να ψάχνουν την προέλευ-

ση του σπάνιου πετραδιού. Είναι ένα από τα κοσμήματα τα οποία εκλάπησαν από την κόμισσα του Μόρκαρ κατά τη διάρκεια της παραμονής της σε ένα ξενοδοχείο. Κανείς δε μπορεί να αντισταθεί σε ένα τόσο ενδιαφέρον μυστήριο , το οποίο αποτελεί μια από τις 56 διάσημες περιπέτειες του μοναδικού αυτού ντετέκτιβ.

**ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ
ΕΥΑ ΚΑΣΙΔΙΑΡΗ**

ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ

Χριστουγεννιάτικες ιστορίες

Τα Χριστούγεννα του Ηρακλή Πουαρό, της Αγκάθα Κρίστι

Ένα μυθιστόρημα από τη βασίλισσα της βρετανικής αστυνομικής παράδοσης, όπου ο ακαταπόνητος Βέλγος ντετέκτιβ Ηρακλής Πουαρό θα κληθεί εν μέσω Χριστουγέννων να ανακαλύψει τι ακριβώς κρύβεται πίσω από το σατανικό παιχνίδι το οποίο θα διοργανώσει εις βάρος της οικογένειάς του ένας πολυεκατομμυριούχος.

ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΠΑΠΠΑΣ



ΠΡΩΤΟΧΡΟΝΙΑ

Τι γιορτάζουμε την Πρωτοχρονιά

Με τη λέξη Πρωτοχρονιά χαρακτηρίζεται η πρώτη ημέρα του οποιοδήποτε ακολουθούμενου ημερολογιακού έτους. Στις περισσότερες χώρες η ημέρα της Πρωτοχρονιάς έχει καθιερωθεί ως επίσημη αργία (εργασίας) και γιορτάζεται μαζικά. Σε κάθε χώρα και περιοχή την γιορτάζουν με διαφορετικό τρόπο και έχουν άλλα έθιμα.

Στην Ελλάδα, την παραμονή Πρωτοχρονιάς γιορτάζουμε τον ερχομό του νέου έτους. Συνήθως φίλοι και συγγενείς μαζεύονται όλοι μαζί για την αντίστροφη μέτρηση αλλά και για να φάνε, να παίξουν και φυσικά να κόψουν την βασιλόπιτα. Όμως 10 δευτερόλεπτα πριν τις 12 αρχίζει η αντίστροφη μέτρηση. Την στιγμή που φτάνουν στο 0 πυροτεχνήματα αρχίζουν να πετάγονται στον ουρανό και όλοι αγκαλιά-

ζονται και λένε χρόνια πολλά και καλή χρονιά ο ένας στον άλλο. Ένα άλλο έθιμο που έχουμε στην



Ελλάδα είναι το σπάσιμο του ροδιού.

Το πρωί της Πρωτοχρονιάς, 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 ρώγες, τόσο χαρούμενες κι ευλογημένες θα είναι οι μέρες που φέρνει μαζί του ο νέος χρόνος.

ΕΥΑ ΚΑΣΙΔΙΑΡΗ



ΠΡΩΤΟΧΡΟΝΙΑ

Έθιμα της Πρωτοχρονιάς

Τα περισσότερα από τα πρωτοχρονιάτικα έθιμα σχετίζονται με τον ένα ή τον άλλο τρόπο με την τύχη όπως είναι το ποδαρικό, το ρόδι και άλλα.

Βασιλόπιτα

Έθιμο απόλυτα συνδεδεμένο με την Πρωτοχρονιά, η βασιλόπιτα, συγκεντρώνει γύρω της οικογένειες, παρτές και συναδέλφους που ανταλλάσσουν ευχές και κυνηγούν την τύχη του φλουριού.

Σύμφωνα με την παράδοση, όταν ο Μέγας Βασίλειος ήταν επίσκοπος στην Καισαρεία της Μικράς Ασίας, ο Έπαρχος της περιοχής θέλησε να μπει στην πόλη και να την λεηλατήσει. Παρά τις διαβεβαιώσεις του Αγίου ότι οι κά-

τοικοί ήταν φτωχοί και μαστίζονταν από πείνα, ο Έπαρχος επέμεινε, με αποτέλεσμα ο Άγιος Βασίλειος να μαζέψει όλα τα τιμαλφή και τα χρυσά των λίγων πλουσίων της πόλεως προκειμένου να αποφευχθεί η γενική λεηλασία. Όταν ο Έπαρχος άλλαξε γνώμη, ο Άγιος διέταξε να φτιαχτούν ζύμες και μέσα τους να μπουν τα τιμαλφή και τα χρυσά και να μοιραστούν στους φτωχούς της πόλεως. Οι δυνατοί συμβολισμοί πίσω από την κίνηση αυτή του Μεγάλου Βασιλείου, μετέτρεψαν την ιδέα σε έθιμο που επαναλαμβάνουμε κάθε χρόνο την ημέρα της γιορτής του, την 1^η Ιανουαρίου.

Το έθιμο της βασιλόπιτας

Κάθε χρόνο, την Πρωτοχρονιά, φτιάχνουμε βασιλόπιτες. Επίσης συνδέεται με την εορτή του Αγίου Βασιλείου, από τον οποίο πήρε το όνομά της.

Η βασιλόπιτα, ζυμώνεται κυρίως με αλεύρι, βούτυρο, ζάχαρη και γάλα και στην επιφάνειά της, βάζουμε αμύγδαλα προσπαθούμε με κάποιο τρόπο



να γράψουμε τον αριθμό του νέου έτους. Επίσης, βάζουμε σουσάμι και ζάχαρη άχνη πάνω στην επιφάνεια της βασιλόπιτας.

Μέσα στη βασιλόπιτα, βάζουμε ένα κέρμα που το λέμε φλουρί. Κόβουμε πρώτα το κομμάτι του Χριστού, μετά της Παναγίας, μετά του σπιτιού και τέλος όλων των μελών της οικογένειας. Όποιος βρει το φλουρί θα είναι ο τυχερός της χρονιάς.

Το έθιμο της βασιλόπιτας το τηρούν όλες οι ελληνικές οικογένειες και κάθε χρόνο τα σπίτια μυρίζουν ωραία.

ΕΛΕΟΝΩΡΑ ΚΑΡΑΛΗ

ΧΡΗΣΤΟΣ ΓΑΛΑΝΗΣ

Η κρεμμύδα

Το σκυλοκρέμμυδο ή κρεμύδα (*Scilla maritima*) είναι φυτρώνει άγριο και μοιάζει με μεγάλο κρεμμύδι. Τα ζώα δεν το τρώνε γιατί έχει δηλητήριο, που μπορεί να προκαλέσει δερματικό ερεθισμό από επαφή. Ακόμα και να το βγάλεις από τη γη και να το κρεμάσεις, δεν παύει να βγάζει νέα φύλλα και άνθη. Ο λαός πιστεύει ότι αυτή τη μεγάλη ζωτική του δύναμη μπορεί να τη μεταδώσει σε έμψυχα και άψυχα, γι' αυτό την πρωτοχρονιά κρεμούν σκυλοκρέμμυδο στα σπίτια τους. Πρόκειται για αρχαίο έθιμο καλοτυχίας που αναφέρεται ήδη από τον 6ο αιώνα π.Χ.

ΝΟΕΛ ΚΑΣΟ

Το ρόδι

Το ρόδι είναι σύμβολο αφθονίας, γονιμότητας και καλής τύχης. Σε πολλά μέρη της Ελλάδας κρεμούσαν στο κάθε σπίτι, από το φθινόπωρο, ένα ρόδι. Μετά τη Μεγάλη Λειτουργία της Πρωτοχρονιάς το πετούσαν με δύναμη στο κατώφλι για να σπάσει σε χίλια κομμάτια κι έλεγαν: «Χρόνια Πολλά! Ευτυχισμένος ο καινούριος χρόνος». Το έθιμο του ροδιού διατηρείται και σήμερα. Την ώρα που αλλάζει ο χρόνος στην εξώπορτα του σπιτιού πετούν και σπάνε ένα ρόδι και μπαίνουν μέσα στο σπίτι με το δεξί πόδι κάνοντας το ποδαρικό, ώστε ο καινούργιος χρόνος να τα φέρει όλα δεξιά, καλότυχα.

ΧΡΗΣΤΟΣ ΠΑΠΠΑΣ
(Συνέχεια στη σελίδα 11)

ΠΡΩΤΟΧΡΟΝΙΑ

Έθιμα της Πρωτοχρονιάς

(Συνέχεια από τη σελίδα 10)

Καβάλα: Στην Καβάλα διατηρούνται τα έθιμα που έφεραν οι πρόσφυγες από την Ανατολική Θράκη. Σπάνε το ρόδι μπροστά στην είσοδο του σπιτιού για καλή τύχη, αλλά μεταφέρουν και μια πέτρα μέσα στο σπίτι για είναι στέρεο και η οικογένεια γερή για όλη τη χρονιά. Στα δυτικά του νομού Καβάλας, την πρώτη μέρα κάθε νέου χρόνου



διατηρούν ακόμα αναλλοίωτο το έθιμο του «ποδαρικού» όπου τα πιο μικρά παιδιά επισκέπτονται όλα τα σπίτια του οικισμού μπαίνοντας μέσα σε αυτά με το δεξί πόδι, λένε ευχές στους νοικοκύρηδες του σπιτιού και δέχονται γλυκά και δώρα.

Στερεά Ελλάδα: Το βασιλόψωμο τρώγεται ανήμερα του Αγίου Βασιλείου και εκτός από αλεύρι οι νοικοκυρές βάζουν μέσα ρεβίθι αλεσμέ-

νο, βασιλικό και νερό και πάνω του δημιουργούν διάφορα σχήματα και παραστάσεις είτε αυτές αφορούν την παραγωγή είτε την υγεία είτε την οικογένεια.

Μετά το ψήσιμό του είναι έτοιμο να κοπεί, την ώρα του φαγητού, το μεσημέρι της Πρωτοχρονιάς.

από τα έθιμα της Πρωτοχρονιάς στο Ηράκλειο της Κρήτης όπου συνηθίζεται να δίνεται ένα χρηματικό ποσό σαν δώρο σε παιδιά που θα επισκεφτούν κάποιο σπίτι την Πρωτοχρονιά. Επίσης, υπάρχει και το έθιμο της μπουγάτσας. Οι Ηρακλειώτες πιστοί στις παραδόσεις καταναλώνουν ανήμερα της Πρωτοχρονιάς μεγάλες ποσότητες μπουγάτσας θέλοντας να είναι γλυκιά η

πρώτη τους γεύση.

Σάμος: Εκτός από τη βασιλόπιτα, οι γυναίκες της Σάμου φτιάχνουν και την «προβέντα». Πρόκειται για ένα πιάτο με γλυκά που «κρίνει» τη νοικοκυροσύνη της Σαμιώτισσας. Απαραίτητο «συστατικό» κάθε σπιτιού είναι το σπάσιμο του ροδιού και το σκόρπισμα των σπόρων του ώστε να γεμίσει το σπίτι ευτυχία και υγεία, ενώ οι τυχεροί που θα κάνουν ποδαρικό, παίρνουν τα «μπουλιστρίνα», το γνωστό σε όλους μας χαρτζιλίκι. **Θάσος:** Πρόκειται για ένα πολύ παλιό έθιμο κατά τη διάρκεια του οποίου όλοι κάθονται γύρω από το αναμμένο τζάκι, τραβούν την ανθρακιά προς τα έξω και ρίχνουν γύρω στ' αναμμένα κάρβουνα, φύλλα ελιάς, βάζοντας στο νου τους από μια ευχή, χωρίς όμως να την πουν στους άλλους. Όποιου το φύλλο γυρίσει περισσότερο, εκείνου θα πραγματοποιηθεί και η ευχή του.

Πηγή : newpost.gr

ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ

Πετοσφαίριση (Βόλεϊ)

Το βόλεϊ είναι ένα ομαδικό άθλημα που παίζεται μεταξύ δυο ομάδων, οι οποίες χωρίζονται από ένα δίχτυ. Κάθε ομάδα προσπαθεί να στείλει την μπάλα πάνω από το δίχτυ και να την προσγειώσει στο έδαφος της αντίπαλης ομάδας. Ορισμένα βασικά στοιχεία του βόλεϊ περιλαμβάνουν :

Κανόνες : Το παιχνίδι παίζεται σε πέντε (5) σετ, και, η ομάδα που κερδίζει πρώτη τρία σετ είναι νικήτρια. Κάθε σετ παίζεται έως 25 πόντους,

αλλά πρέπει να υπάρχει διαφορά τουλάχιστον δύο πόντων.

Θέσεις : Κάθε ομάδα έχει έξι (6) παίκτες, οι οποίοι αναλαμβάνουν διαφορετικούς ρόλους, όπως κεντρικοί επιθετικοί, ακραίοι επιθετικοί και σερβιτόροι.

Τεχνικές : Οι βασικές τεχνικές περιλαμβάνουν το σέρβις, την επίθεση και την άμυνα, την υποδοχή, την πάσα.

Σημαντικές θέσεις :

Σερβιτόρος : Ξεκινά το παιχνίδι με το σέρβις.

Παραλήπτης : Υπεύθυνος για την υποδοχή της μπάλας.

Ράκετ : Ο παίκτης που επιτίθεται και προσπαθεί να σκοράρει.

Μπλοκ : Παίκτης που προσπαθεί να μπλοκάρει την επίθεση της αντίπαλης ομάδας.

Ιστορία : Το βόλεϊ δημιουργήθηκε το 1895 από τον William G. Morgan στις Ηνωμένες Πολιτείες Αμερικής. Αρχικά ονομάστηκε Μίντολ και συνδύαζε στοιχεία από το τένις και το μπάντμιντον.

ΣΑΒΒΑΣ ΤΒΑΛΑΒΑΤΖΕ

ΠΡΩΤΟΧΡΟΝΙΑ

Ο Santa Claus

(Συνέχεια από τη σελίδα 1)

1931 με την εμφάνιση που τον ξέρουμε ακόμα και σήμερα.

Η παράδοση λέει ότι ζει στον Βόρειο Πόλο με την γυναίκα του και φτιάχνει παιχνίδια και λαμβάνει γράμματα από τα παιδιά όλου του κόσμου.

Την Παραμονή των Χριστουγέννων μοιράζει δώρα στα παιδιά όλου του κόσμου κατεβαίνοντας από την καμινάδα και απολαμβάνει το γάλα και τα μπισκότα που του αφήνουν τα παιδιά.

Το έθιμο του Santa Claus άρχισε στην Ελλάδα πιθανώς στην περίοδο του μεσοπολέμου. Στην Ελλάδα δεν επικρατεί το

όνομα Santa Claus αλλά Άγιος Βασίλης γιατί την Πρωτοχρονιά που είναι η γιορτή του Αγίου Βασιλείου συνηθίζαν παλιότερα να μοιράζουν τα δώρα στα παιδιά.

**ΖΩΗ ΚΙΡΜΑΝΙΔΟΥ
ΜΙΚΑΕΛΑ ΣΟΥΡΙΔΗ**



Τα καλικαντζάρια

Οι καλικάντζαροι έρχονταν την παραμονή των Χριστουγέννων και έφευγαν τα Θεοφάνια. Έχουν διάφορες ονομασίες: Λυκοκαντζαράιοι, σκαρικατζέρια, καλικατζαράκια, πλανήταροι (Κύπρος), Κάηδες (Σύμη), καλλισπούδηδες, χρυσαφεντάδοι (Πόντος), κωλοβελδόνηδες, παρωρίτες ή παραωρίτες (πριν από το λάλημα του πετεινού), παγανά. Με παρεμφερή ονόματα υπάρχουν οι καλικάντζαροι και στους βαλκανικούς λαούς.

Και στους άλλους χριστιανικούς λαούς εμφανίζονται δοξασίες για δαιμονικά όντα κατά το Δωδεκαή-

μερο: Λυκάνθρωποι, Στρίγγλες, Μά-



γισσες, Νόρνες. Παγανά είναι γενικότερα τα εξωτικά και τα φαντάσματα. Paganus σημαίνει τον χωρικό, τον αστράτευτον (παγανά, παγανιά) και κατόπιν τον εθνικό και μη χριστιανό. Στα αγγλικά pagan είναι

ο ειδωλολάτρης. Και παγανή Κυριακή σημαίνει την Κυριακή που δεν έχει άλλη εορτή. Παγανό αποκαλεί-

ται το αβάππιστο νήπιο. Πιστεύεται ότι τα βρέφη που πέθαναν αβάππιστα γίνονται παγανά, τελώνια, καλικάντζαροι.

Συμβολίζουν το σκοτάδι και ζουν όλο το χρόνο στα έγκατα της γης, προσπαθώντας να κόψουν το δέντρο που βαστάει τη γη. Όταν είναι πολύ κοντά να το πετύχουν, την παραμονή των Χριστουγέννων ανεβαίνουν στη γη δημιουργώντας προβλήματα στους ανθρώπους.

Η πίστη για τους καλικαντζάρους ως δαιμονικών όντων που ζουν κάτω από τη γη στηρίζεται στην κοσμοθεωρία περί ακινησίας της γης (το γαιοκεντρικό σύστημα, σύμφωνα με το οποίο η γη είναι ακίνητη και γύρω της κινούνται τα άλλα ουράνια σώματα. Η γη είναι προσηλωμένη στον θόλο του ουρανού).

ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ ΑΡΚΟΥΜΑΝΗΣ



ΠΡΩΤΟΧΡΟΝΙΑ

Πρωτοχρονιάτικη συνταγή

Βασιλόπιτα

ΥΛΙΚΑ



300 γρ. βούτυρο, σε θερμοκρασία δωματίου + έξτρα για τη φόρμα
250 γρ. άχνη ζάχαρη
1 κ.σ. κρυσταλλική ζάχαρη
7 γρ. μαχλέπι
2 γρ. μαστίχα
1/2 κ.γ. τριμμένο μοσχοκάρυδο
400 γρ. αλεύρι γ.ο.χ., + έξτρα για τη φόρμα
ξύσμα πορτοκαλιού, από 1-2 πορτοκάλια
1 1/2 κ.γ. εκχύλισμα βανίλιας
4 αυγά, θερμοκρασία δωματίου
75 γρ. γάλα πλήρες
1 κ.σ. μπέικιν πάουντερ

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

ΘΕΟΦΑΝΙΑ

Τι γιορτάζουμε τα Θεοφάνια ;

Τα Θεοφάνια (παλαιότερη και παραδοσιακή γραφή «Θεοφάνεια») είναι μεγάλη ετήσια χριστιανική γιορτή της βάπτισης του Ιησού Χριστού στον ποταμό Ιορδάνη από τον Ιωάννη τον Βαπτιστή.

Γιορτάζεται στις 6 Ιανουαρίου και είναι η τρίτη και τελευταία γιορτή

προθερμαίνουμε τον φούρνο στους 180 °C στον αέρα. Ρίχνουμε στον κάδο του μίξερ το βούτυρο και την

άχνη ζάχαρη, και χτυπάμε με το σύρμα για 2-3 λεπτά μέχρι να αφρατέψει το βούτυρο. Παίρνουμε με μια σπάτουλα σιλικόνης το μίγμα από τα τοιχώματα, χτυπάμε για τουλάχιστον 5 λεπτά και αφήνουμε στην άκρη.

Ρίχνουμε σε έναν πολυκόφτη τη ζάχαρη, το μαχλέπι, τη μαστίχα, το μοσχοκάρυδο και 2 κ.σ. από το αλεύρι, και χτυπάμε πολύ καλά μέχρι το μείγμα να γίνει σκόνη. Ρίχνουμε το μείγμα στον κάδο και προσθέτουμε το ξύσμα πορτοκαλιών και το εκχύλισμα βανίλιας. Μεταφέρουμε τον κάδο στο μίξερ και ξεκινάμε να

χτυπάμε σε χαμηλή ταχύτητα. Ρίχνουμε ένα ένα τα αυγά περιμένοντας να απορροφηθεί το πρώτο για να ρίξουμε το επόμενο. Αφαιρούμε τον κάδο από το μίξερ, ρίχνουμε το γάλα και ανακατεύουμε ελάχιστα με τη σπάτουλα σιλικόνης. Ρίχνουμε σε ένα μπολ το υπόλοιπο αλεύρι και το μπέικιν, τα προσθέτουμε στον κάδο, και ανακατεύουμε ελαφρά με τη σπάτουλα. Αλείφουμε με βούτυρο και πασπαλίζουμε με αλεύρι μία στρογγυλή φόρμα με αποσπώμενη βάση διαμέτρου 25 εκ.

Αδειάζουμε το μείγμα στη φόρμα και απλώνουμε καλά με τη σπάτουλα. Τοποθετούμε ένα φλουρί σε τυχαίο σημείο μέσα στο μείγμα. Μεταφέρουμε στον φούρνο και ψήνουμε για 45 λεπτά στην πάνω σχάρα. Αφαιρούμε τη φόρμα από τον φούρνο και αφήνουμε να κρυώσει καλά. Πασπαλίζουμε με άχνη ζάχαρη, διακοσμούμε με χριστουγεννιάτικες ζαχαρόπαστες και σερβίρουμε.

Πηγή : <https://akispetretzikis.com/>

Επιμέλεια :

ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΤΑΛΙΑΔΟΥΡΟΣ



ΜΙΧΑΗΛ ΔΑΚΟΠΟΥΛΟΣ

ΔΙΑΚΟΣΜΗΣΗ – ΚΑΤΑΣΚΕΥΕΣ

Πώς στολίζουμε το χριστουγεννιάτικο δέντρο

Έφτασε η στιγμή που θα στολίσεις το χριστουγεννιάτικο δέντρο και αυτή τη φορά θέλετε να είναι πραγματικά εντυπωσιακό. Να λοιπόν τι πρέπει να προσέξετε:

Όλα ξεκινούν από το σχήμα. Αν αγοράσετε ένα καλοσχηματισμένο και με σωστές αναλογίες δέντρο, έχετε κάνει το πρώτο και πιο σημαντικό βήμα. Από εκεί και πέρα η πυκνότητά του είναι ένα ακόμα ζήτημα καθώς αν υπάρχουν πολλά και μεγάλα κενά αυτό σημαίνει ότι χρειάζεστε πολύ περισσότερα στολίδια για να το στολίσετε. Θυμηθείτε, ένα άδειο, ή ελάχιστα στολισμένο δέντρο είναι ωραίο μόνο όταν γίνεται από άποψη.

Από την στιγμή που στήσετε το δέντρο και ανοίξετε σωστά τα κλαριά του, το πρώτο πράγμα που θα τοποθετήσετε πάνω του είναι τα λαμπάκια. Εδώ πρέπει να είστε πραγματι-

κά γενναιόδωροι μιας και τα πιο εντυπωσιακά δέντρα έχουν πολλά λαμπιόνια πάνω τους.

Για να έχετε ένα ωραίο αποτέλεσμα θα πρέπει να σκεφτείτε το θέμα του γενικού στολισμού στο σπίτι σας, μέρος του οποίου είναι και το χριστουγεννιάτικο δέντρο. Στη συνέχεια καταλήξτε σε δύο συγκεκριμένα χρώματα που συνδυάζονται ωραία μεταξύ τους. Όσον αφορά στο δέντρο, αυτό που είναι σημαντικό είναι να είναι ομοιόμορφα στολισμένο και σε κάθε σημείο. Δηλαδή, δεν στολίζετε μόνο στις άκρες των κλαδιών, αλλά και προς το εσωτερικό του.

Προσέξτε να μην υπερβάλλετε στις γιρλάντες. Οι μπάλες, όπως και τα παραμυθένια στολίδια, όπως ο Καρυσοθαύστης ή τα ελαφάκια, είναι πάντα πιο ξεχωριστά και τραβούν την προσοχή των παιδιών.



Επιπλέον, έχετε υπόψιν σας ότι οι διαφορετικές υφές θα σας δώσουν ένα υπέροχο αποτέλεσμα.

ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ



Πώς φτιάχνουμε χριστουγεννιάτικες κάρτες ;

Φτιάξτε πρωτότυπες χριστουγεννιάτικες κάρτες με ελάχιστα υλικά!



Τα παιδιά συνήθως φτιάχνουν τις δικές τους χριστουγεννιάτικες κάρτες, τις οποίες δίνουν σε γιαγιάδες, παππούδες, θείους και θείες. Κάθε χρόνο επιστρατεύουν όλο τους το ταλέντο, τη φαντασία και φτιάχνουν

κάρτες με αστέρια, χριστουγεννιάτικα δέντρα και Άγιους Βασίληδες.

Πώς θα φτιάξετε τις χριστουγεννιάτικες κάρτες

Υλικά:

χαρτόνι
χαρτί περιτυλίγματος ή χριστουγεννιάτικο χαρτί σε διάφορα σχέδια

ψαλίδι
κόλλα
κορδέλα
αστεράκι αυτοκόλλητο (προαιρετικά)
μαρκαδόρους

Τι πρέπει να κάνετε:

Κόψτε το χαρτόνι σε μεγάλα ορθογώνια κομμάτια. Στη συνέχεια, διπλώστε τα κομμάτια στα δύο. Αυτά θα είναι η βάση της κάρτας σας. Έπειτα κόψτε κομμάτια από χαρτί περιτυλίγματος, ή χριστουγεννιάτικα χαρτιά σε διάφορα μεγέθη και κολλήστε τα στην εξωτερική πλευρά της κάρτας.

Πηγή : <https://www.mothersblog.gr/>

Επιμέλεια : **ΕΛΕΟΝΩΡΑ ΚΑΡΑΛΗ**

ΔΙΑΚΟΣΜΗΣΗ – ΚΑΤΑΣΚΕΥΕΣ

Χριστουγεννιάτικες ιδέες διακόσμησης για το σπίτι

Χριστουγεννιάτικες ιδέες διακόσμησης για το σπίτι

1. Μια πολύ τρυφερή χριστουγεννιάτικη διακόσμηση, με μικρά στολίδια (ρουχαλάκια) που θα κρεμάσετε σε ένα κλαδί σε μια γωνιά του σπιτιού. Φυσικά τα στολίδια αυτά μπορείτε να τα κρεμάσετε και στο χριστουγεννιάτικό σας δέντρο!

2. Απίθανη διακόσμηση για το τζάκι, αν δεν το ανάβετε, με γυάλες στις οποίες θα έχετε τοποθετήσει μικρά φωτάκια! Τι να την κάνετε τη φωτιά; Η ατμόσφαιρα ζεσταίνει τέλεια με αυτή την χριστουγεννιάτικη ιδέα!

3. Ένας μικρός ή μεγαλύτερος μαυροπίνακας σε μια γωνιά του σπιτιού (αλλά και έξω από το σπίτι) είναι υπέροχη ιδέα για να γράψετε με κιμωλία τις δικές σας χριστουγεννιάτικες ευχές ή σκέψεις! Βάλτε και τα



παιδιά σας σ' αυτό το παιχνίδι! Θα τους αρέσει πολύ να γράφουν.

4. Βάλτε φωτάκια στο καλάθι με τα ξύλα για το τζάκι, είτε το έχετε μέσα, είτε έξω από το σπίτι. Υπέροχη ιδέα!

5. Το χριστουγεννιάτικο στεφάνι μην ξεχάσετε, τουλάχιστον στην εξώπορτα! Μπορείτε όμως να διακοσμήσετε και άλλα σημεία του σπιτιού με



χριστουγεννιάτικα στεφάνια.

6. Αν όμως θέλετε κάτι διαφορετικό για την εξώπορτά σας, αντί για στεφάνι, φτιάξτε εσείς ένα διακοσμητικό χρησιμοποιώντας ένα κάδρο και χριστουγεννιάτικα στολίδια.

7. Στολίστε με χριστουγεννιάτικες μπάλες το φωτιστικό σας πάνω από το χριστουγεννιάτικο τραπέζι.

8. Βάλτε κόκκινο στο σαλόνι σας. Ένα ράνερ, κόκκινα μαξιλάρια ή με χριστουγεννιάτικα σχέδια, θα δώσουν στον χώρο σας εύκολα αυτή την ζεστή ατμόσφαιρα που θέλετε.

9. Εκμεταλλευτείτε τον χώρο πάνω από το τζάκι για να τον στολίσετε χριστουγεννιάτικα με μπάλες, στολίδια, πρασινάδες, φωτάκια και χάρτι-

νες χιονονιφάδες. 10. Αν είστε δη-



μιουργικό πνεύμα κι έχετε χρόνο, μαζέψτε κουκουνάρια και φτιάξτε δεκάδες κατασκευές για το σπίτι σας. Στεφάνια, γιρλάντες, κηροπήγια, δεντράκια όλα από κουκουνάρια.

11. Γεμίστε μερικά γυάλινα βάζα με φρούτα και πρασινάδες, είναι μια εύκολη χριστουγεννιάτικη ιδέα που δίνει χρώμα στο σπίτι σας.

12. Και φυσικά, χριστουγεννιάτικη διακόσμηση και για τα παράθυρά σας!

Πηγή : <https://www.mononews.gr/>
Επιμέλεια : **ΕΥΑ ΚΑΣΙΔΙΑΡΗ**

ΟΙΚΟΛΟΓΙΑ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ

Φυτά των Χριστουγέννων

Ο κάκτος των Χριστουγέννων ή αλλιώς «Υπομονή» : Σε πολλές χώρες του κόσμου όπως στην Αφρική και στη Λατινική Αμερική που δεν έχουν



Κάκτος των Χριστουγέννων

Η ιστοσελίδα μας : <https://sainia.gr>



πεύκα και έλατα για να στολίζουν τα Χριστούγεννα, στολίζουν το φυτό «Υπομονή», το οποίο βγάζει λίγο πριν τα Χριστούγεννα όμορφα ροζ, κόκκινα, φούξια και λευκά λουλούδια. Για αυτό το λόγο αυτό, ονομάζεται και κάκτος των Χριστουγέννων.

ανθεκτικό φυτό εσωτερικού χώρου, που τα κατακκόκινα άνθη του μοιάζουν με κόκκινη καρδιά. Πολλοί το πηγαίνουν δώρο στους αγαπημένους τους τα Χριστούγεννα, λόγω του χρώματος και του σχήματός του.

Ανθούριο : Ένα πολύ όμορφο και

(Συνέχεια στη σελίδα 16)

ΟΙΚΟΛΟΓΙΑ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ

Φυτά των Χριστουγέννων

(Συνέχεια από τη σελίδα 15)

Αρδίσια : Η αρδίσια είναι ένα επίσης πολύ όμορφο και ανθεκτικό φυτό, με μικρούς κόκκινους καρπούς. Το βλέπουμε σε χριστουγεννιάτικους στολισμούς, γι' αυτό και είναι γνωστό ως το «μούρο των Χριστουγέννων».



Αλεξανδρινό

Το πιο γνωστό χριστουγεννιάτικο φυτό είναι το **Αλεξανδρινό**.

Υπάρχουν πολλές χρωματικές ποικιλίες αλλά αυτή που ξεχωρίζει είναι η κόκκινη και προέρχεται από το Μεξικό.

Το **αρκουδοπούρναρο** μοιάζει με το γκι. Οι καρποί του είναι τοξικοί, όπως του γκι, και τα φύλλα του πε-

ριέχουν τεράστιες ποσότητες καφεΐνης, ιδιαίτερα σε κάποια από τα 600 είδη του. Στη χριστιανική παράδοση οι καρποί του συμβολίζουν το αίμα του Ιησού και πιστεύεται ότι φύτρωνε σε κάθε πατημασιά του.

Αστέρι της Βηθλεέμ ή Ορνιθόγαλο είναι ένα χαμηλό βολβώδες φυτό, που εξαπλώνεται εύκολα όπως τα



Αστέρι της Βηθλεέμ

αγριόχορτα. Αν και τα φρέσκα φυτά είναι δηλητηριώδη, οι βολβοί μαγειρεύονταν και χρησιμοποιούνταν σαν τρόφιμο σε παλιότερες εποχές. Το

άνθος έχει συνδεθεί με το άστρο που οδήγησε τους «μάγους» στη φάτνη (αστέρι της Βηθλεέμ). Το **έλατο** είναι ένα κωνοφόρο δέντρο της οικογένειας των πεύκων, το οποίο ομορφαίνει τα ορεινά δάση και μπορεί να φτάσει σε εντυπωσιακά ύψη, με το μεγαλύτερο να βρίσκεται στην Καλιφόρνια με ύψος 115,55 m. Κατά μέσο όρο μπορεί να ζήσει 300 χρόνια και η εξέλιξή του ως δέντρο ξεκίνησε πριν από περισσότερα από 120 εκατομμύρια χρόνια. Τα τελευταία χρόνια το φυσικό έλατο προτιμάται από πολλούς για τον χριστουγεννιάτικο στολισμό του. Έχει υψηλή διακοσμητική αξία ειδικότερα τον μήνα Δεκέμβριο, που ξεκινάει και επίσημα η χριστουγεννιάτικη περίοδος.

ΣΤΕΛΛΑ ΗΓΟΥΜΕΝΙΔΗ
ΓΙΑΝΝΗΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΙΔΗΣ
ΣΤΕΛΛΑ ΣΩΠΑΣΗ

Χειμωνιάτικα λαχανικά

Κάποια από τα χειμωνιάτικα λαχανικά είναι το καρότο, το κολοκύθι, το μπρόκολο, το παντζάρι, το σπανάκι, το αγγούρι, η μελιτζάνα, το κουνουπίδι, τα φασολάκια, το λάχανο και η πιπεριά. Όλα τα λαχανικά είναι πλούσια σε θρεπτικά συστατικά και κάνουν καλό στην υγεία.

ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΤΡΕΣΑ

Χειμωνιάτικα λαχανικά

Ο χειμώνας είναι μια εποχή που φέρνει αρκετές αλλαγές στη φύση, και μαζί του έρχονται και ιδιαίτερα φρούτα που προσθέτουν χρώμα και γεύση στα πιάτα μας. Αν και μπορεί

να σκεφτόμαστε ότι το καλοκαίρι είναι η εποχή των φρούτων, ο χειμώνας προσφέρει μια πλούσια ποικιλία που αξίζει να εξερευνηθεί. Ένα από τα πιο χαρακτηριστικά φρούτα του χειμώνα είναι τα εσπεριδοειδή. Πορτοκάλια και μανταρίνια γεμίζουν τα καλάθια μας με τη ζωντάνια και τη γλυκύτητά τους. Αυτά τα φρούτα είναι ιδανικά για σνακ ή για να γίνουν χυμός, προσφέροντας μια ευχάριστη γεύση που μας φτιάχνει τη διάθεση. Τα μήλα είναι επίσης δημοφιλή το χειμώνα. Είναι εύκολα προσβάσιμα και μπορούν να τα απολαύσουν τόσο ωμά όσο και μαγειρε-



μένα. Χρησιμοποιούνται σε πολλές συνταγές, όπως πίτες και κρέμες, αλλά και σε σαλάτες, προσθέτοντας μια τραγανή υφή.

ΓΙΑΝΝΗΣ ΑΣΚΟΥΝΑΚΗΣ

ΟΙΚΟΛΟΓΙΑ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ

Ας γνωρίσουμε τη στέβια

Τα τελευταία χρόνια η στέβια έχει μπει στις ζωές πολλών από εμάς, αντικαθιστώντας τη ζάχαρη στα γλυκά, τον καφέ και τα ροφήματά μας, προσφέροντας έτσι γλυκιά γεύση, χωρίς όμως τις θερμίδες που έχει η ζάχαρη.

Η Στέβια (βοτανικό όνομα *Stevia rebaudiana*) είναι είδος φυτού με προέλευση τη Βραζιλία και την Παραγουάη. Περιέχει μια ουσία η οποία ονομάζεται στεβιόζη η οποία έχει μεγαλύτερη γλυκαντική δύναμη από την ζάχαρη. Τα φύλλα του φυτού και τα γλυκαντικά που προέρχο-



νται από αυτό έχουν πολλαπλάσια γλυκύτητα από τη ζάχαρη, δεν αποδίδουν ενέργεια (θερμίδες) και δεν περιέχουν υδατάνθρακες.

έχει 200 έως 300 φορές πιο γλυκιά γεύση από την άσπρη ζάχαρη.

- Η στέβια μπορεί να χαρακτηριστεί ως «μηδενικών θερμίδων».
- Έχει δείξει πιθανά οφέλη για την υγεία ως εναλλακτική της ζάχαρης, ιδίως για άτομα με διαβήτη.
- Η στέβια δεν φαίνεται να ενέχει κινδύνους για την υγεία όταν χρησιμοποιείται με μέτρο.

ΑΛΙΚΗ ΛΑΝΤΖΑΚΗ

4 αλήθειες για τη Στέβια:

- Το φυσικό γλυκαντικό στέβια

Τι είναι η χειμερία νάρκη ;

Με τον όρο χειμερία νάρκη χαρακτηρίζεται μια κατάσταση μακράς ύπνωσης, στην οποία και περιέρχονται πολλά ζώα κατά τη διάρκεια του χειμώνα και ιδιαίτερα εκείνα που ζουν σε ψυχρότερα γεωγραφικά πλάτη. Τέτοια ζώα είναι μερικά θηλαστικά (π.χ. οι σκαντζόχοιροι) εύκρατων και αρκτικών περιοχών και πολλά ψάρια, ερπετά και αμφίβια. Κατά τη χειμερία νάρκη, ο μεταβολισμός των ζώων αυτών επιβραδύνεται και η θερμοκρασία του σώματός τους μειώνεται αισθητά. Γενικά η χειμερία νάρκη αρχίζει όταν ο καιρός κρυώνει και η αναζήτηση τροφής είναι πολύ δυσχερής,



ενώ η θερμοκρασία του σώματος των θηλαστικών διατηρείται στο συνηθισμένο επίπεδο, που όμως μπορεί και να φτάσει 0° (όπως στην περίπτωση των χάμστερς), ή να φτάσει ακόμη και στη θερμοκρασία περιβάλλοντος (π.χ. νυχτερίδες).

Επειδή η θερμοκρασία του σώματος στις αρκούδες δεν πέφτει και μπορεί έτσι εύκολα να ξυπνήσουν από τον χειμωνιάτικο ύπνο τους, θεωρείται ότι δεν πέφτουν σε χειμερία νάρκη αλλά σε μια μορφή ύπνου, η οποία αναφέρεται ως χειμέριος ύπνος.

Στις εύκρατες περιοχές η άνοδος της θερμοκρασίας μέσα στο καλοκαίρι μπορεί να διακόψει προσωρινά τη χειμερία νάρκη αρκετών ζώων και κυρίως των ερπετών.

ΜΕΛΙΝΑ ΓΚΙΟΝΤΣΑΡΗ

Πώς φτιάχνουμε έναν χιονάνθρωπο ;

Φίλοι μου, δεν είναι εύκολο να φτιάξεις έναν καλό χιονάνθρωπο. Ειδικά εμείς που μένουμε στην Αθήνα, θα πρέπει να πάμε στο βουνό για να βρούμε χιόνι και να τα καταφέρουμε.

Πρώτα από όλα χρειάζεται να βρού-

με το ιδανικό χιόνι. Πρέπει να είναι φρέσκο και αφράτο. Αν έχει προλάβει να γίνει πάγος, ο χιονάνθρωπος θα θυμίζει περισσότερο μεγάλο παγάκι. Μόλις λοιπόν χιονίσει και έχει στρωθεί το πρώτο χιόνι, φοράμε ζεστά ρούχα και βγαίνουμε έξω.

Σημαντικό στα χέρια μας να φοράμε αδιάβροχα γάντια. Μαζεύουμε αρκετή ποσότητα και φτιάχνουμε μια μεγάλη χιονόμπαλα. Αυτή θα είναι τα πόδια κι η κοιλιά του χιονάνθρωπου. Στη συνέχεια φτιάχνου-

(Συνέχεια στη σελίδα 18)

ΟΙΚΟΛΟΓΙΑ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ

Πώς φτιάχνουμε έναν χιονάνθρωπο ;

(Συνέχεια από τη σελίδα 17)

με μια δεύτερη λίγο μικρότερη. Την ακουμπάμε ακριβώς πάνω στην



πρώτη. Τώρα έχουμε τον κορμό και το λαιμό του. Τέλος φτιάχνουμε μια

ακόμη πιο μικρή, που θα είναι το κεφάλι και την βάζουμε στη κορυφή.

Τώρα φτάνουμε στο ευχάριστο κομμάτι. Τον στολισμό. Πρέπει αυτές οι τρεις χιονόμπαλες να αρχίσουν να θυμίζουν άνθρωπο. Μπορούμε να βάλουμε κουμπιά για μάτια και ένα καρότο για μύτη. Αν δεν έχουμε μαζί μας κάτι τέτοιο, ψάχνουμε μικρές πέτρες, κλωνάρια και κλαδιά. Δυο μεγάλα κλαδιά δέντρου, δεξιά κι αριστερά μπορούν να θυμίζουν τα χέρια του.

Τώρα πρέπει να ντύσουμε το δημιουργήμα μας. Ένα παλιό καπέλο ή σκουφάκι, μπορεί να μπει στο κεφάλι του, ένα κασκόλ η μαντήλι γύρω από το λαιμό, και μικρά κουμπιά στο σώμα. Με πολλή φαντασία και κέφι, ο χιονάνθρωπός μας θα γίνει υπέροχος!

Μακάρι να ρίξει χιόνι για να μπορέσουμε να τον φτιάξουμε μέσα στις γιορτές.

Καλά Χριστούγεννα σε όλους!

ΦΟΙΒΟΣ ΣΤΕΡΓΙΟΥ

ΕΠΙΣΤΗΜΕΣ – ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑ

10 εφευρέσεις που άλλαξαν τον κόσμο

(Συνέχεια από τη σελίδα 1)

τροχός που ανακαλύφθηκε στον πλανήτη μας δημιουργήθηκε πριν από 5.000 χρόνια.

Η πυξίδα εξακολουθεί ως σήμερα να λειτουργεί ως σύστημα πλοήγησης για πολλούς εξερευνητές. Χρησιμοποιήθηκε για πρώτη φορά τον 14ο αιώνα και αυτό έκανε τους εξερευνητές να ανακαλύψουν καινούρια μέρη.

Ο εκτυπωτής εφευρέθηκε από τον Γερμανό εφευρέτη Γιοχάν Γκούτενμπεργκ το 1430. Με αυτή την εφεύρεση τα βιβλία τυπώνονταν γρήγορα και εύκολα. Έτσι μπορούσαν όλοι να έχουν βιβλία στο σπίτι τους.

Χάρη στην εφεύρεση του Karl Benz της Motorwagen, το πρώτο **αυτοκίνητο** έκανε την εμφάνισή του το 1885. Ωστόσο ήταν πολύ ακριβό, αλλά ο Henry Ford βελτιώνοντας τη διαδικασία παραγωγής, έκανε τα αυτοκίνητα προσιτά σχεδόν σε



όλους.

Ο υπολογιστής είναι μια εφεύρεση που προσέφερε μεγάλη βοήθεια σε εκατομμύρια ανθρώπους ανά τον κόσμο γιατί τον χρησιμοποιούν για διάφορους λόγους.

Η ηλεκτρική ενέργεια χρησιμοποιείται σχεδόν ό,τι κάνουμε στην καθημερινή μας ζωή. Για παράδειγμα στον κλιματισμό, στους υπολογιστές στα ηλεκτρικά φώτα και σε αμέτρητα άλλα πράγματα που κάνουν τη ζωή μας ευκολότερη και πιο άνετη.

Η εφεύρεση του **λαμπτήρα** (λάμπα) αναπτύχθηκε σε όλη τη διάρκεια του 18ου αιώνα. Εφευρέτης θεωρή-



θηκε ο Thomas Edison καθώς ο λαμπτήρας που εφηύρε διήρκεσε 1500 ώρες χωρίς καύση το 1879. Η ιδέα προωθήθηκε από πολλούς άλλους για να δημιουργήσει μια λειτουργική και φωτεινή λάμπα που έφερε επανάσταση στην ανθρώπινη διαβίωση.

Η εφεύρεση της **ατμομηχανής** αποτέλεσε την αρχή της βιομηχανικής επανάστασης. Μετά από αυτήν την ανακάλυψη, άρχισαν να ανοίγουν τεράστια εργοστάσια και αυτό είχε μεγάλη επίδραση στην παγκόσμια οικονομία.

Το 1920, ο Αλέξανδρος Φλέμινγκ ανακάλυψε κατά λάθος την **πενικιλίνη**. Η εφεύρεσή του αυτή ήταν πολύ σημαντική για την ιατρική και χάρη σε αυτήν και τα αντιβιοτικά έχουν σωθεί εκατομμύρια άνθρωπινες ζωές μέχρι σήμερα.

ΣΤΕΛΛΑ ΣΩΠΑΣΗ

ΤΑΙΝΙΕΣ ΠΟΥ ΠΡΟΤΕΙΝΟΥΜΕ

Το Ξωτικό των Χριστουγέννων

Το Ξωτικό των Χριστουγέννων (πρωτότυπος αγγλικός τίτλος: Elf) είναι αμερικανική Χριστουγεννιάτικη κωμική ταινία του 2003, σε σκηνοθεσία του Τζον Φαβρό και σε σενάριο του Ντέιβιντ Μπέρενμπαουμ. Πρωταγωνιστής της ταινίας είναι ο Γουίλ Φέρελ στον ρόλο του Μπάντι, ένας άνθρωπος που μεγάλωσαν τα

ξωτικά του Άγιου Βασίλη, ο οποίος μαθαίνει για τις καταβολές του και πηγαίνει στη Νέα Υόρκη για να συναντήσει τον βιολογικό του πατέρα. Στην ταινία πρωταγωνιστούν επίσης οι Τζέιμς Κάαν, Ζόι Ντεσανέλ, Μέρι Στίνμπεργκεν, Εντ Άσνερ και Μπομπ Νιούχαρτ.



ΜΕΛΙΝΑ ΓΚΙΟΝΤΣΑΡΗ

Μόνος στο σπίτι

Η κλασική, διαχρονική και άκρως επιτυχημένη ταινία με τίτλο «Μόνος στο σπίτι» (Home alone) κυκλοφόρησε για πρώτη φορά στις 16 Νοεμβρίου 1990 στις Ηνωμένες Πολιτείες της Αμερικής, με τις κινηματογραφικές αίθουσες να γεμίζουν από κόσμο. Στη συνέχεια βγήκαν άλλες 2 ταινίες «Μόνος στο σπίτι».

Η ταινία, σε σκηνοθεσία του Κρις Κολόμπους και σε σενάριο του Τζον Χιουζ γυρίστηκε κυρίως στην πόλη Σικάγο της ΗΠΑ. Η εκπληκτική ερμηνεία των ηθοποιών αλλά και η εξαιρετική ποιότητα της μουσικής της

οποίας την σύνθεση ανέλαβε ο Τζον Γουίλιαμς, έχουν καταφέρει να αναδείξουν την πλοκή. Το έργο προτάθηκε για βραβείο χρυσής σφαίρας α' αντρικού ρόλου και για 2 βραβεία Όσκαρ, καλύτερης μουσικής και καλύτερου τραγουδιού.

Πρωταγωνιστής της ταινίας είναι ο Μακόλεϊ Κάλκιν στον ρόλο του Κέβιν ΜακΚάλιστερ, ένα αγόρι που η οικογένειά του αφήνει κατά λάθος μόνο στο σπίτι, όταν φεύγουν για τις διακοπές των Χριστουγέννων στο Παρίσι. Ο Κέβιν, αρχικά, απολαμβάνει το γεγονός του να είναι μόνος

στο σπίτι, αλλά σύντομα πρέπει να αντιμετωπίσει δύο διαρρήκτες τους οποίους υποδύονται οι Τζο Πέσι και Ντάνιελ Στερν. Τους γονείς του Κέβιν υποδύονται οι Κάθριν Ο'Χάρα και Τζον Χερντ.



ΣΕΛΙΟΝ ΜΠΡΕΣΑΝΑΙ

ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ

Οι κανόνες του Μπάσκετ

Το μπάσκετ είναι ένα ομαδικό άθλημα που παίζεται σε ένα γήπεδο διαστάσεων 28 μέτρων μήκος και 13 μέτρων πλάτος με μία μπάλα. Μέσα στο γήπεδο παίζουν 10 παίκτες, 5 στη μια ομάδα και 5 στην άλλη. Επίσης η κάθε ομάδα έχει και 7 παίκτες για αλλαγή. Συνολικά δηλ 12 παίκτες που μπορούν να παίξουν.

Ο αγώνας διαρκεί 40 λεπτά και αποτελείται από 4 δεκάλεπτα που

όταν τελειώσει

το πρώτο δεκάλεπτο γίνεται timeout 1 λεπτό και όταν τελειώσει και το δεύτερο δεκάλεπτο είναι το ημίχρονο που διαρκεί 15 λεπτά. Στη μέση των δύο πλευρών που είναι 13 μέτρα υπάρχουν 2 μπασκέτες με 2 καλάθια που κρέμονται στα 3,05 μέτρα ύψος στα οποία οι παίκτες προσπαθούν να βάλουν όσα περισσότερα καλάθια μπορούν. Υπάρχει ένα ημικύκλιο



μπροστά από κάθε καλάθι που έχει απόστασή από αυτό 6,75μ. Ότι καλάθι μπαίνει έξω από το ημικύκλιο μετράει για 3 πόντους. Ότι μπαίνει μέσα από αυτό για 2 πόντους. Επίσης υπάρχει και η γραμμή του φάουλ σε απόστασή 4,6μ. από το

ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ

Οι κανόνες του Μπάσκετ

(Συνέχεια από τη σελίδα 19)

καλάθι και όταν εκτελούνται βολές η κάθε μία μετράει για 1 πόντο. Η ομάδα που θα βάλει τους περισσότερους συνολικά πόντους κερδίζει το παιχνίδι.

Η μεταφορά της μπάλας γίνεται είτε με πάσες από τον ένα παίκτη στον άλλο είτε κάνοντας ντρίπλα

χτυπώντας την μπάλα στο παρκέ του



Νίκος Γκάλης

γηπέδου. Απαγορεύεται να κουβαλάς την μπάλα χωρίς να την χτυπάς στο έδαφος. Επίσης ο παίκτης που σκάει την μπάλα στο έδαφος αν την πιάσει απαγορεύεται να την ξανασκάσει.

Η κάθε επίθεση που κάνει κάθε ομάδα δεν θα πρέπει να ξεπερνά τα 24 δευτερόλεπτα. Αν τα ξεπεράσει

τότε η μπάλα δίνεται στην αντίπαλη ομάδα.

Επίσης αν κάποιος παίκτης κάνει 5 φάουλ τότε αποβάλλεται από τον αγώνα και δεν ξαναπαίζει.

Για την σωστή τήρηση των κανόνων υπεύθυνοι είναι 2 διαιτητές.

Τέλος υπάρχει και μία γραμματεία που κρατάει όλα τα στατιστικά του αγώνα και συνεργάζεται με τους διαιτητές.

Αυτοί είναι οι βασικοί κανόνες του μπάσκετ.

ΑΝΤΩΝΗΣ ΔΡΟΣΟΣ



Οι θέσεις των παικτών του Μπάσκετ



Οι θέσεις στους αγώνες του μπά-

σκετ είναι ο **πλέι μέικερ** ο οποίος συνήθως είναι ο πιο γρήγορος και δημιουργικός παίκτης της ομάδας. Μετά, είναι ο **σούτινγκ γκαρντ** που ειδικεύεται στο σκοράρισμα, ιδίως από την περιφέρεια, με τρίποντα ή μακρινά σουτ. Ο επόμενος είναι ο **σμιολ φόργουορντ** ο οποίος συνδυάζει την ικανότητα να σκοράρει, να

ομάδα. Μετά έχουμε τον **πάουερ φόργουορντ** που παίζει κοντά στο καλάθι, συνδυάζοντας τη δύναμη με την ικανότητα να σκοράρει και από μέση απόσταση. Ο επόμενος είναι ο **σέντερ** που είναι ο πιο ψηλός και δυνατός παίκτης στην ομάδα, και η βασική του ευθύνη είναι να προστατεύει το καλάθι και να κερδίζει το ριμπάουντ.

ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΤΡΕΣΑ

Ποδόσφαιρο : Κριστιάνο Ρονάλντο

Ο Κριστιάνο Ρονάλντο ντος Σάντος Αβέιρο γεννήθηκε στις 5 Φεβρουαρίου (1985) και παίζει στην Αλ νάσσορ και στην Εθνική Πορτογαλίας που στην οποία είναι και αρχηγός. Έχει παίξει το 2002-2003 Σπόρ-

τινγκ Λισσαβόνας, Μάντσεστερ Γιουνάιτεντ, Ρεάλ Μαδρίτης, Γιουβέντους, πάλι Μάντσεστερ Γιουνάιτεντ



(Συνέχεια στη σελίδα 21)

ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ

Ποδόσφαιρο : Κριστιάνο Ρονάλντο

(Συνέχεια από τη σελίδα 20)

και τώρα στην Αλ νάσσρ. Έχει πέντε χρυσές μπάλες (ballon d'or), πέντε χρυσά παπούτσια και πέντε βραβεία του παίκτη της χρονιάς.

Προέρχεται από μία πολύ φτωγή οικογένεια και έχασε τον πατέρα του σε ηλικία 12 ετών. Η μητέρα

του προσπαθούσε όσο μπορεί μόνη της να του παίρνει ποδοσφαιρικά παπούτσια.

Έχει βγάλει δικά του ποδοσφαιρικά παπούτσια και αθλητικά όπως θα δείτε παρακάτω.

ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ ΑΡΚΟΥΜΑΝΗΣ



Ο στίβος του χειμώνα

Κατά τη διάρκεια των Χειμωνιάτικων μηνών, οι αγώνες Στίβου διεξάγονται σε κλειστά γήπεδα, λόγω των

στροφές όπως και οι ευθείες μικρότερες. Οι στροφές, μάλιστα, είναι πολύ πιο

100μ., τα 60μ. με εμπόδια τα 110μ. (άνδρες) και 100μ. (γυναίκες).



κακών καιρικών συνθηκών. Οι αγώνες που διεξάγονται σε κλειστά γήπεδα ονομάζονται αγώνες κλειστού Στίβου. Οι κυριότερες διαφορές του Κλειστού από τον Ανοιχτό στίβο είναι οι εξής:

Η χωρητικότητα

Συνήθως τα κλειστά στάδια δεν χωρούν πάνω από 5.000-6.000 θεατές, με ελάχιστες εξαιρέσεις.

Η πίστα

Στον κλειστό είναι 200μ., το μισό δηλαδή ενός ανοιχτού σταδίου, άρα και οι

απότομες.

Τα αγωνίσματα

Στον κλειστό είναι 13 και όχι 24 (άνδρες) ή 23 (γυναίκες), όπως στον ανοιχτό. Οι αποστάσεις δεν ξεπερνούν τα 3000μ., που θεωρείται υποκατάστατο των 5000μ., δεν διεξάγονται οι ρίψεις (πλην σφαίρας), τα αγωνίσματα βάρδην, τα 200 μέτρα, ο μαραθώνιος, τα 400μ. με εμπόδια και τα σπιπλ, ενώ τα 60μ. αντικαθιστούν τα

Οι διαδρομές στον περιμετρικό στίβο

Στον κλειστό δεν ξεπερνούν τις τέσσερις με τις κερκίδες να είναι πολύ κοντά. Στον ανοιχτό είναι οχτώ και απέχουν αρκετά από τον πλησιέστερο θεατή.

Το υλικό κάτω από το ταρτάν

Τις περισσότερες φορές είναι ξύλο, το οποίο εκτινάσσει τον αθλητή κατακόρυφα, παρά του δίνει ώθηση προς τα εμπρός. Για αυτό και πολλοί άλλοι του ύψους, αλλά και του επί κοντώ έχουν καλύτερο ρεκόρ σε κλειστό στίβο.

Οι καιρικές συνθήκες

Στον κλειστό δεν υπάρχει η βοήθεια του ανέμου, ή η παρεμπόδιση σε περίπτωση αντίθετου. Φυσικά καμία βροχή δε δυσκολεύει τις προσπάθειες των αθλητών.

ΣΤΕΛΛΑ ΗΓΟΥΜΕΝΙΔΗ

ΨΥΧΑΓΩΓΙΑ

Ανέκδοτα

- Είναι τρεις μπουγάτσες. Η μία έχει σπανάκι, η άλλη τυρί και η τρίτη κρέμα και παίζουν πόκερ! Ποια θα κερδίσει;

- Αυτή που έχει το καλύτερο φύλλο!

-Μάνα μου δίνεις 50 ευρώ;

-Τί τα θές;

-Για το "χαμόγελο του παιδιού" σου!!!!

-Κωστάκη, πως τα πήγες σήμερα στα μαθήματα.

-Μια χαρά μαμά, σήμερα πήρα 10!

-Μπράβο παιδί μου, σε ποιο μάθημα;
-Πήρα 8 στη Γυ-



Ο Τοτός και ο Μπόμπος εξετάζονται από τον

δάσκαλό τους.

Ο Μπόμπος, βγαίνει από την αίθουσα και λέει στον Τοτό:

μναστική, 2 στη Γλώσσα και 0 στα Μαθηματικά...

Πάει ένας τύπος μετά από πολύ καιρό στο γιατρό του να ρωτήσει για τα αποτελέσματα από κάτι εξετάσεις που είχε κάνει.

- "Τι γίνετε γιατρέ; Όλα καλά, έτσι;"

- "Δυστυχώς έχω για `σένα δυσάρεστα νέα και πολύ δυσάρεστα νέα, λέει ο γιατρός. Ποια θες να ακούσεις πρώτα;"

- "Τι μου λες γιατρέ μου τώρα; Με κάνεις και ανησυχώ. Πες μου τα δυσάρεστα πρώτα. Τι τρέχει;"

Η πρώτη ερώτηση είναι 1821, η δεύτερη Θεόδωρος Κολοκοτρώνης και η τρίτη δεν ξέρουμε, ερευνάται ακόμα .

Μπαίνει στην αίθουσα ο Τοτός και τον ρωτάει ο δάσκαλος:

Πότε γεννήθηκες;

Φαραώ στην Αίγυπτο, το οποίο δοκίμασαν οι αρχαιολόγοι λέγοντας ότι ήταν προς βρώση!

Οι Μογγόλοι ρίχνουν αλάτι στο τσάι τους αντί για ζάχαρη!

Μέχρι τον 7^ο μήνα της ζωής του ένα μωρό, έχει τη δυνατότητα να αναπνέει και να καταπίνει ταυτόχρονα. Ένας ενήλικας δεν μπορεί

- "Κοίτα!! Οι εξετάσεις δείχνουν ότι έχεις 24 ώρες ζωής!!!"

- "Τι λες ρε γιατρέ τώρα;; Και τα πολύ δυσάρεστα ποια είναι δηλαδή;"

- "Σε ψάχνω από χθες...!!!"

Δυο ψεύτες κάνουν διαγωνισμό στο ποιος θα πει το μεγαλύτερο ψέμα. Λέει ο πρώτος δείχνοντας το καμπαναριό:

- "Βλέπεις μια μύγα πάνω στην καμπάνια;"

Κι ο δεύτερος:

- "Εγώ δε βλέπω τη μύγα αλλά ακούω τα βήματα της!!"

ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΤΑΛΙΑΔΟΥΡΟΣ

Το 1821!

Πώς σε λένε;

Θεόδωρο Κολοκοτρώνη!

Μα καλά, τι λες; Τρελάθηκες;

Δεν ξέρουμε, ερευνάται ακόμα!

ΜΑΡΙΑ ΠΑΠΑΠΕΤΡΟΠΟΥΛΟΥ



να το κάνει ποτέ αυτό!

ΑΛΙΚΗ ΛΑΝΤΖΑΚΗ



Ήξερες ότι...

Ήξερες ότι...

Οι κουκουβάγιες είναι τα μόνα πουλιά που μπορούν και βλέπουν το μπλε χρώμα!

Στην τράπουλα, ο βασιλιάς στις κούπες είναι ο μόνος χωρίς μουστάκι!

Το μέλι είναι το μόνο τρόφιμο που δεν χαλάει. Βρέθηκε μέλι στους τάφους των

ΨΥΧΑΓΩΓΙΑ

Σπαζοκεφαλιές

Πόσα κορίτσια υπάρχουν στη φωτογραφία:

ΑΠΑΝΤΗΣΗ : χρῆσιμ
 -ισα κ χῆζεθ ζετφῆθρακ λλοχῆθρημ) ολοθι ζ



Δύο ίδια μωράκια γεννήθηκαν από την ίδια μητέρα, την ίδια χρονιά, την ίδια ημέρα και την ίδια ώρα. Δεν είναι όμως δίδυμα. Γιατί;

ΑΠΑΝΤΗΣΗ : χρῆσιμ
 -δρθι οαγρ ικ ιεχῆθρημ. ὀρηθῆθρημ ιοθῆθρημ ιοθῆθρημ



Τι χαλάει αν δεν το κρατήσεις;

ΑΠΑΝΤΗΣΗ : χρῆσιμ
 ὀρηθῆθρημ η

Ποιος είναι φάντασμα;

ΑΠΑΝΤΗΣΗ : χρῆσιμ
 οθι ορεθῆθρημ οθι ιοθῆθρημ λεθ, ὀρηθῆθρημ οθι



Στο χιόνι, όσο πιο πολλά κάνεις τόσο πιο πολλά αφήνεις.

ΑΠΑΝΤΗΣΗ : χρῆσιμ
 ὀρηθῆθρημ και πατησῆθρημ

Τι είναι αυτό που το σπάμε για να το χρησιμοποιήσουμε;

ΑΠΑΝΤΗΣΗ : χρῆσιμ
 ὀρηθῆθρημ.



Ο μπαμπάς του Γιάννη έχει τρία παιδιά. Την Αννούλα, τον Γιωργάκη και πώς λένε το άλλο;

ΑΠΑΝΤΗΣΗ : χρῆσιμ
 ὀρηθῆθρημ.

ΦΟΙΒΟΣ ΣΤΕΡΓΙΟΥ



ΨΥΧΑΓΩΓΙΑ

Σπαζοκεφαλιές

Τι υπάρχει τρεις φορές στο δευτερόλεπτο, μια φορά στο ήμισυ αιώνα και μία φορά στον αιώνα;

ΑΠΑΝΤΗΣΗ : «ε» αητράδλ οτ



Σε ένα ισόγειο σπίτι, υπάρχει ένα μητέ τραπέζι, ένας μητέ υπολογιστής, μια μητέ γάτα, ένα μητέ ψάρι, ένας μητέ άνθρωπος και ένα μητέ τηλέφωνο. Τι χρώμα έχουν οι σκάφες;

ΑΠΑΝΤΗΣΗ : οίολθροί καλίε ιαίμο οί οήοφα ζεζάγκο λουοχάριμ λεζ



Ποια ρόδα του αυτοκινήτου δεν κινείται όταν στρίβει δεξιά;

ΑΠΑΝΤΗΣΗ : η ρεζέρβη



Όταν έχεις κάσι κάτι, γιατί το βρίσκεις πάντα στο τελευταίο μέρος που έχεις ψάξει;

ΑΠΑΝΤΗΣΗ : οίεζέψ να να εηκίωστικη δεδ Γιατί ήετρί



Μπορείς να ονομάσεις τρεις συνεχόμενες ημέρες τις εβδομάδας εκτός από την Τετάρτη, την Παρασκευή και την Κυριακή;

ΑΠΑΝΤΗΣΗ : οίηρο Ναι ή Χθες, σηήετρα και



Δεν προβλέπω το μέλλον ούτε έχω καμία υπερ- δύναμη, αλλά μπορώ να προβλέψω το σκορ ενός αγώνα πριν ξεκινήσει. Πώς μπορώ να το κάνω αυτό;

ΑΠΑΝΤΗΣΗ : ο-ο αιλπί Το σκορ πριν ηνιρη ζεζήλικεζ ο οίολθλωλο οίεζέ



ΜΙΚΑΕΛΑ ΣΟΥΡΙΔΗ

Αν έξι παιδιά και δύο σκυλιά δεν ήταν κάτω από μια ομπρέλα, πώς και κανένα από αυτά δεν βρέχτηκε;

ΑΠΑΝΤΗΣΗ : Γιατί δεν έβρεχε

Πώς μπορείς να δεις μέσα από έναν τοίχο;

ΑΠΑΝΤΗΣΗ : Από το παρόθυρο.

Οι μαθήτριες — οι μαθητές και οι εκπαιδευτικοί της Ε΄ τάξης του 11ου Δημοτικού Σχολείου Παλαιού Φαλήρου «Ελένη Γλύκατζη Αρβελέρ» σας εύχονται

Χαρούμενα Χριστούγεννα κι Ευτυχισμένο το 2025

ΕΛΕΟΝΩΡΑ ΚΑΡΑΛΗ

