



ΤΑ ΣΑΪΝΙΑ



Το νόημα των Χριστουγέννων

Οι γιορτές είναι η περίοδος όπου ανταλλάσσουμε δώρα, στολίζουμε το σπίτι, μαγειρεύουμε λίγο περισσότερο, καταναλώνουμε περισσότερα γλυκά και βγαίνουμε έξω τους φίλους μας. Το αληθινό νόημα των γιορτών όμως είναι ότι κάνουμε ένα μικρό διάλειμμα από την καθημερινότητα, ξεκουραζόμαστε και έχουμε περισσότερο χρόνο για την οικογένεια, και κυρίως για τα παιδιά μας.



Η αξία των παραδόσεων. Τα Χριστούγεννα είναι ούτως ή άλλως μία παραδοσιακή γιορτή και τα έθιμα

ποικίλουν ανάλογα με την εθνικότητα ή την πόλη από την οποία ερχόμαστε. Σε γενικές γραμμές, ο στολισμός, η παρασκευή των γλυκών αυτής της περιόδου, τα κάλαντα και οι οικογενειακές ταινίες είναι αυτά που μπορείτε να κάνετε με τα παιδιά κάθε χρόνο. Έτσι φέρνετε πιο κοντά όλη την οικογένεια και τους μαθαίνετε την αξία των εθιμοτυπι-

(Συνέχεια στη σελίδα 2)

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ ΤΕΥΧΟΥΣ:	
Επικαιρότητα	1 - 8
Παράδοση - Ήθη και Έθιμα	8 - 21
Οικολογία—Περιβάλλον	22 - 26
Επιστήμες	26 - 20
Οικολογία—Περιβάλλον	20 - 22
Επιστήμες	22 - 27
Διασκέδαση	27 - 28
Αθλητισμός	28 - 30
Ψυχαγωγία	30 - 32

Αναζητώντας τις άκρες 2025 / 2026

Την Παρασκευή 21 Νοεμβρίου επισκεφθήκαμε ένα ακόμα άκρο της Ελλάδας, τον νομό Έβρου. Η περιπέτειά μας ξεκίνησε γύρω στις 4:00 το πρωί όπου συναντηθήκαμε όλοι μαζί στην πλατεία Ντάβαρη και κατευθυνθήκαμε προς τον Διεθνή Αερολιμένα Αθηνών Ελευθέριος Βενιζέλος.

Στις 8:00 φτάσαμε στο αεροδρόμιο [Δημόκριτος] της Αλεξανδρούπολης και πήραμε τον δρόμο προς τον Πέπλο. Εκεί συναντήσαμε τα παιδιά και μας είχαν ετοιμάσει έναν πολύ νόστιμο μπουφέ. Στη συνέχεια, τα παιδιά μας ξενάγησαν στο σχολείο τους και κάναμε μία πολύ ωραία κατασκευή με πηλό. Όταν ήρθε η

(Συνέχεια στη σελίδα 30)

Πώς μπορούμε να δημιουργήσουμε εκπαιδευτικό βίντεο με την Τεχνητή Νοημοσύνη;

Δημιουργούμε λογαριασμό στο ChatGPT και στο Vidnoz.

Ζητάμε από το ChatGPT να δημιουργήσει αναλυτικό σενάριο με βάση ένα κείμενο που θα του δώσουμε. Αυτό θα προτείνει για κάθε σκηνή την εικόνα που ταιριάζει καθώς και το κείμενο του αφηγητή. Θα ζητήσουμε να δημιουργήσει τις εικόνες που πρότείνει και θα τις αποθηκεύσουμε στον υπολογιστή μας.

Θα αναζητήσουμε μια φιγούρα που θα διηγείται την ιστορία μας (avatar) και θα την αποθηκεύσουμε μαζί με τις άλλες.

(Συνέχεια στη σελίδα 27)



ΕΠΙΚΑΙΡΟΤΗΤΑ

Το νόημα των Χριστουγέννων

(Συνέχεια από τη σελίδα 1)
κών κάθε σπιτιού.

Αγάπη και ζεστασιά. Τα δώρα και τα πάρτι είναι υπέροχες γιορτινές συνήθειες αλλά δεν είναι αυτό που μένει στο τέλος της ημέρας. Το να

περάσετε χρόνο στο σπίτι, να κάνετε αυτά που σας αρέσουν και να γεμίσετε το μέρος με γέλια και χαρά, αυτό είναι που θα θυμούνται τα παιδιά όταν μεγαλώσουν και θα κάνουν με τους φίλους ή τη δική τους οικογένεια. Εσείς βάζετε τα

θεμέλια για το μέλλον τους και εκείνα νιώθουν προστασία και αγάπη, που είναι το μόνο νόημα της ύπαρξης της οικογένειας.

MARIA ΠΑΠΑΠΕΤΡΟΠΟΥΛΟΥ



Η ιστορία του εορτασμού των Χριστουγέννων



Τοιχογραφία Φ.Κόντογλου, παρεκκλήσιο Οικ.Πεσμαζόγλου Κηφισιά

Η γέννηση του Ιησού ως ανθρώπου παρουσιάζεται ως ένα από τα σημαντικότερα γεγονότα στην Ιστορία όλης της ανθρωπότητας. Η σημαντική και ιδιαίτερη Δεσποτική γιορτή σύμφωνα με το Γρηγόριο Ναζιανζηνό δε θα πρέπει να συγχέεται με τα γενέθλια οποιουδήποτε άλλου ανθρώπου, αφού στα Γενέθλια αυτά εορτάζουμε το μοναδικό και ανεπα-

νάληπτο γεγονός της Γέννησης του Σωτήρα, Θεανθρώπου.

Σύμφωνα με την Καινή Διαθήκη, τόσο ο Ιησούς Χριστός όσο και οι μαθητές του δεν γιόρταζαν γενέθλια ανθρώπων. Επίσης, οι Ιουδαίοι θεωρούσαν τον εορτασμό των γενεθλίων παγανιστική συνήθεια και την ίδια στάση ακολούθησαν και οι Χριστιανοί κατά τους δύο πρώτους αιώνες της χριστιανικής

εκκλησίας. Οι εορτασμοί σχετίζονταν με την αστρολογία, τη μαντεία και τις γενέθλιες εορτές των Ρωμαίων αυτοκρατόρων, γεγονότα από τα οποία οι Χριστιανοί ήθελαν να αποστασιοποιηθούν. Ωστόσο, η ημέρα της γέννησης του Ιησού ήταν ένα εξαιρετικά χαρμόσυνο γεγονός τόσο για τους ανθρώπους όσο και

για τα αγγελικά πλάσματα, καθώς γεννήθηκε ως άνθρωπος ο Σωτήρας της ανθρωπότητας. Στα ιερά κείμενα η χαρά αυτή εκδηλώνεται με ύμνους.

Ο χρονικός προσδιορισμός της έναρξης εορτασμού των γενεθλίων του Ιησού δεν μπορεί να γίνει με βεβαιότητα. Οι πρώτες αναφορές για τον εορτασμό της γέννησης του Χριστού συναντώνται στα κείμενα του Πάπα Τελεσφόρου (125-136 μ.Χ.). Σε άλλες περιπτώσεις η έναρξη του εορτασμού τοποθετείται στο 2ο ή 3ο μ.Χ. αιώνα. Ορισμένοι μελετητές τοποθετούν τον πρώτο εορτασμό στην Αντιόχεια τον 4ο αιώνα από τους Ευσταθιανούς, ένα χριστιανικό κίνημα με άμεση σχέση με την Εκκλησία της Ρώμης. Στα αρχεία της Εκκλησίας της Ρώμης φέρεται να υπήρχε ένα έγγραφο του Ιωσήπου, το οποίο ανέφερε την 9η του μηνός Σαπέτ ως ημερομηνία γέννησης. Η ημερομηνία αυτή αντιστοιχεί στην 25η Δεκεμβρίου. Σύμφωνα όμως με νεότερη έρευνα, η αναφορά αυτή θεωρείται αμφιλεγόμενη.

Το 386 μ.Χ. ο Αγ. Ιωάννης ο Χρυσόστομος παρότρυνε την εκκλησία της Αντιόχειας να συμφωνήσει στην 25η Δεκεμβρίου ως ημέρα

(Συνέχεια στη σελίδα 3)

ΕΠΙΚΑΙΡΟΤΗΤΑ

Η ιστορία του εορτασμού των Χριστουγέννων

(Συνέχεια από τη σελίδα 2)

εορτασμού της Γέννησης (η ημερομηνία περιλαμβάνεται και στο Ημερολόγιο του Φιλόκαλου, 354 μ.Χ.). Επίσης, τον καιρό του Αγ. Αυγουστίνου η ημερομηνία είχε καθοριστεί αν και ο ίδιος την παραλείπει από τον κατάλογο με τις σημαντικές χριστιανικές επετείους.

Τον 3ο αιώνα με τις ριζικές αλλαγές που επήλθαν στην Εκκλησία από τον αυτοκράτορα Κωνσταντίνο, φαίνεται πως οι χριστιανοί πα-

ραμέρισαν τις αντιρρήσεις για τον εορτασμό των γενεθλίων. Πιστεύεται πως αυτό συνέβη γιατί η πλειονότητα των Χριστιανών ήταν πλέον Εθνικοί (μη Ιουδαίοι) και σαν νομοταγείς Ρωμαίοι θεωρούσαν τα γενέθλια μέρος της κουλτούρας τους.

Παρ' όλα αυτά ακόμη και στις

αρχές του 5ου αιώνα κάποιοι Χριστιανοί δεν αποδέχονται τον εορτασμό των Χριστουγέννων, χωρίς όμως αυτό να αποτελεί πρόβλημα στη διδασκαλία της Καινής Διαθήκης.

Σύμφωνα με τα βιβλικά κείμενα και τους εκκλησιαστικούς συγγραφείς, η γέννηση του Χριστού ήταν ένα πολύ σημαντικό ιστορικό γεγονός για την ανθρωπότητα, που έπρεπε να γιορτάζεται και η Καινή Διαθήκη δεν ήταν αντίθετη σε αυτήν την απόφαση.

Τρεις αιώνες μετά τη γέννηση του

Χριστού ορίστηκαν χρονολογικά ο ευαγγελισμός της Θεοτόκου και η γέννηση του Χριστού. Οι ιστορικές πηγές υποδεικνύουν ότι 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. Η παράδοση θεωρεί ότι η αρχαιότερη ομιλία για

μα τις αρχαίες ειδωλολατρικές γιορτές όπως τη μεγάλη εθνική εορτή του «ανίκητου» θεού Ήλιου (Dies Invictis Solis) και τον εορτασμό των γενεθλίων του Μίθρα που ήταν διαδεδομένα σε όλη την επικράτεια της Ρωμαϊκής αυτοκρατορίας. Με τον εορτασμό των Χριστουγέννων ήθελαν να αντικαταστήσουν παλιές σημαντικές ειδωλολατρικές γιορτές, όπως τα Σατουρνάλια και τα Μπρουμάλια.

Ένας πρακτικός λόγος που θέτει



υπό
αμφι-

Η προσκύνηση των ποιμένων
Δομήνικος Θεοτοκόπουλος (El Greco) (1610)

τη γιορτή των Χριστουγέννων εκφωνήθηκε από τον Μέγα Βασίλειο στην Καισάρεια της Καππαδοκίας το έτος 376 μ.Χ.

Επί Πάπα Ιουλίου Α' (336-332) τα Χριστούγεννα σταμάτησαν να γιορτάζονται μαζί με τα Θεοφάνια και θεοπίσθησε ως επέτειος η 25 Δεκεμβρίου, αφού έγινε έρευνα στα αρχεία της Ρώμης και στα κείμενα του Ευαγγελίου.

Μία από τις πολλές ερμηνείες για τον καθορισμό της 25ης Δεκεμβρίου ως ημερομηνίας εορτασμού, αναφέρεται στην επιθυμία του Χριστιανισμού να εκχριστιανίσει σκόπι-

σβήτηση ότι ο Χριστός γεννήθηκε στις 25 Δεκεμβρίου, είναι το γεγονός ότι σύμφωνα με τις Γραφές οι βοσκοί στη Βηθλεέμ είχαν τα κοπάδια τους στην ύπαιθρο, όταν ο άγγελος Κυρίου τους ανήγγειλε τη γέννηση του Σωτήρα, ενώ σύμφωνα με την εποχή και το κλίμα της περιοχής θα έπρεπε να τα έχουν στα χειμαδιά τους.

Από τη Δύση ο εορτασμός της Γεννήσεως στις 25 Δεκεμβρίου πέρασε και στην Ανατολή γύρω στο 376. Με τον χρόνο επικράτησε σε όλο τον χριστιανικό κόσμο εκτός της

(Συνέχεια στη σελίδα 4)

ΕΠΙΚΑΙΡΟΤΗΤΑ

Η ιστορία του εορτασμού των Χριστουγέννων

(Συνέχεια από τη σελίδα 3)

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, όλα τα έθνη της Ευρώπης γιόρταζαν τα Χριστούγεννα. 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.

Οι ευσεβείς Ιουδαίοι δεν τηρούσαν τον εορτασμό γενεθλίων, ενώ οι αναφορές στον εορτασμό τους

στα βιβλικά κείμενα αφορούν μόνο ειδωλολάτρες. Η πρώτη αναφορά εορτασμού γενεθλίων περιγράφεται στο βιβλίο της Γένεσης και αφορά τα γενέθλια του Φαραώ της Αιγύπτου, περίπτωση κατά την οποία ο Φαραώ εκτέλεσε έναν αυλικό του. Στο βιβλίο 2 Μακκαβαίων (απόκρυφο για τους Προτεστάντες) π.Χ καταγράφεται η βεβήλωση του Ναού στην Ιερουσαλήμ και η πίεση που ασκήθηκε στους Ιουδαίους να συμμετάσχουν σε παράνομες για εκείνους πρακτικές, όπως η συμμετοχή στον εορτασμό των μηνιαίων γενεθλίων του Αντίοχου Δ' του Επιφανή.

Στα βιβλία της Καινής Διαθήκης, υπάρχει μία μόνο αναφορά σε εορτασμό γενεθλίων. Αφορά τα γενέθλια του βασιλιά Ηρώδη Αντύπα, ο οποίος κατά το εορταστικό δείπνο των γενεθλίων του και κατόπιν αιτή-

ματος της κόρης του Σαλώμης έδωσε εντολή για τον αποκεφαλισμό του Ιωάννη του Βαφτιστή.

Αρκετοί υπομνηματιστές, σχολιάζοντας το εδάφιο Ιώβ 1:4, θεωρούν ότι ο θεοσεβής μη Ισραηλίτης Ιώβ γιόρταζε τα γενέθλια του κάθε γιου του ξεχωριστά, μαζί με την υπόλοιπη οικογένεια αλλά αυτή η άποψη αμφισβητείται από πολλούς λογίους. Γεγονός παραμένει ότι δεν γιορτάζονταν τα γενέθλια στον αρχαίο Ισραήλ σε όλη τη διάρκεια της βιβλικής περιόδου.

Πηγή : <https://el.wikipedia.org/>

ΜΥΡΣΙΝΗ ΨΥΧΑ
ΕΥΑ ΚΑΣΙΔΙΑΡΗ
ΜΑΡΙΑ ΠΑΠΑΠΕΤΡΟΠΟΥΛΟΥ



Κάλαντα στην Ελλάδα

Κάλαντα Χριστουγέννων Καπαδοκίας.

Ἦχος α΄. Ῥυθμὸς τετράσημος.
Καλὴν ἑσπέραν ἄρχοντες κι ἂν εἶναι ὀρισμός σας,
Χριστὸς γεννᾶται σήμερον ἐν Βηθλεὲμ τῆ πόλει.

Ἐν τῷ σπηλαίῳ τίκτεται, ἐν φάτνῃ τῶν ἀλόγων,
οἱ οὐρανοὶ ἀγάλονται, χαίρει κι ἡ φύσις ὅλη.

Ἐκ τῆς Περσίας ἔρχονται τρεῖς Μάγοι μετὰ δῶρα,
ἄστρον λαμπρὸν τοὺς ὀδηγεῖ, χωρὶς νὰ λείψῃ ὤρα.

Γονατιστοὶ τὸν προσκυνοῦν καὶ δῶρα τοῦ χαρίζουν,
σμύρνα, χρυσὸν καὶ λίβανον, Θεὸν τὸν εὐφημίζουν.

Καὶ ἐπληρώθη τὸ ῥηθὲν, Προφήτου Ἡσαΐου,
μετὰ τῶν ἄλλων προφητῶν καὶ τοῦ Ἰερεμίου.

Φωνὴ ἠκούσθη ἐν Ραμαῖ, Ραχὴλ τὰ τέκνα κλαίει,
παραμυθὴν οὐκ ἤθελεν, ὅτι αὐτὰ οὐκ ἔχει.

Ἴδου ὅπως σὰς εἶπαμεν ὄλην τὴν ἡμνωδῖαν,
τοῦ Ἰησοῦ μας τοῦ Χριστοῦ, Γέννη-

σιν τὴν ἁγίαν.

Χρόνους πολλοὺς νὰ χαίρεσθε, πάντα εὐτυχισμένοι,
σωματικῶς καὶ ψυχικῶς νὰ εἴσθε πλουτισμένοι.

Κάλαντα Χριστουγέννων Πελοποννήσου

Χριστοῦγεννα, πρωτοῦγεννα, πρώτη γιορτὴ του χρόνου,
για βγάτε, διέτε, μάθετε πως ο Χριστὸς γεννιέται,
γεννιέται κι ανατρέφεται στο μέλι και στο γάλα,
το μέλι τρών' οι ἄρχοντες, το γάλα οι αφεντάδες

και το μελισσοβότανο το λούζονται
(Συνέχεια στη σελίδα 5)

ΕΠΙΚΑΙΡΟΤΗΤΑ

Κάλαντα στην Ελλάδα

(Συνέχεια από τη σελίδα 4)

οι κυράδες.
Κυρά ψηλή, κυρά
λιγνή, κυρά γαϊτανο-
φρύδα,
κυρά μου, όταν στολί-
ζεσαι να πας στην
εκκλησιά σου,
βάνεις τον ήλιο πρό-
σωπο και το φεγγάρι
αγκάλη
και τον καθάριο αυγε-
ρινό τον βάνεις δα-
χτυλίδι.
Εμείς εδώ δεν ήρθαμε
να φάμε και να πιού-
με,



Τα κάλαντα
Νικηφόρος Λύτρας (1872)

παρά σας αγαπούσαμε κι

ήρθαμε να σας δούμε,
δώστε μας και τον κόκο-
ρα, δώστε μας και την
κότα,
δώστε μας και πέντ' έξι
αβγά, να πάμε σ' άλλη
πόρτα.

ΕΠΙΛΟΓΗ :
ΝΙΚΟΛΑΣ ΜΑΝΕΣΗΣ



Χριστουγεννιάτικα τραγούδια στο εξωτερικό

Santa Claus is Coming to Town

You better watch out
You better not cry
Better not pout
I'm telling you why
Santa Claus is coming to town

He's making a list
And checking it twice
Gonna find out Who's naughty
and nice
Santa Claus is coming to town

He sees you when you're sleep-
ing

He knows when you're awake
He knows if you've been bad or good
So be good for goodness sake!

JINGLE BELLS

O! You better watch out!
You better not cry
Better not pout
I'm telling you why

Santa Claus is coming to town
Santa Claus is coming to town!



Dashing through the snow
On a one horse open sleigh
O'er the fields we go,
Laughing all the way
Bells on bob tail ring,
making spirits bright
What fun it is to laugh 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
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 Fan-
ny 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 upstot.

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

(Συνέχεια στη σελίδα 6)

ΕΠΙΚΑΙΡΟΤΗΤΑ

Χριστουγεννιάτικα τραγούδια στο εξωτερικό

(Συνέχεια από τη σελίδα 5)

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.
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
And sing this sleighing song
Just get a bob tailed bay
two-forty as his speed
Hitch him to an open sleigh
And crack! you'll take the lead

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

ΕΠΙΛΟΓΗ

ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ ΑΡΚΟΥΜΑΝΗΣ

Τι γιορτάζουμε την Πρωτοχρονιά;

Με τη λέξη Πρωτοχρονιά ή αρχιχρο-
νιά, ή πρώτη του έτους, χαρακτηρί-
ζεται η πρώτη ημέρα του οποιουδή-
ποτε ακολουθούμενου ημερολογια-
κού έτους. Στις περισσότερες χώ-
ρες, η ημέρα της Πρωτοχρονιάς
έχει καθιερωθεί ως επίσημη αργία
(εργασίας) και
γιορτάζεται μαζι-
κά. Κατά το Γρη-
γοριανό ημερολό-
γιο που ακολουθεί
ο Δυτικός Κόσμος
στη σύγχρονη
εποχή, Πρωτοχρο-
νιά είναι η 1η
Ιανουαρίου. Δεν
συμβαίνει όμως
το ίδιο με όλες τις

συνέβη λόγω της ώθησης στην Πορ-
τογαλία για μια επίσημη γιορτή που
γιορτάζει τη θεία μητρότητα της
Μαρίας.

Ελληνική Πρωτοχρονιά
Στην Ελλάδα, η Πρωτοχρονιά είναι

Χρόνια Πολλά!), με τον/την νοικοκύ-
ρη/υρά του σπιτιού να τα ανταμεί-
βει με χρήματα. Την Παραμονή της
Πρωτοχρονιάς, αλλά και ανήμερα
(την ημέρα της Πρωτοχρονιάς),
μαζεύονται όλοι οι συγγενείς μαζί
στο σπίτι σε οικογενειακή συγκε-
ντρωση, ανταλλάζουν δώρα
και τρώνε γύρω από το οικο-
γενειακό τραπέζι όλοι μαζί.
Το βράδυ της παραμονής της
Πρωτοχρονιάς, μόλις λίγα
λεπτά πριν την αλλαγή του
χρόνου και την ώρα που
έχουν ξαπλώσει τα παιδιά
στα κρεβάτια τους, οι γονείς
αφήνουν κάτω από το χρι-
στουγεννιάτικο δέντρο τα
δώρα, για να τα βρουν τα



χώρες. Υπάρχουν διαφορετικά
έθιμα σε όλο τον κόσμο. Για τους
Ρωμαιοκαθολικούς χριστιανούς,
από τον 7ο αιώνα, η 1η Ιανουαρίου
γιορταζόταν ως εορτασμός της Μη-
τρότητας της Θεοτόκου. Τον 13ο
αιώνα, η εορτή της Περιτομής του
Χριστού είχε έρθει για να αντικατα-
στήσει τη γιορτή προς τιμήν της
Παναγίας. Ωστόσο, το 1751, ο Πά-
πας Βενέδικτος ΙΔ΄ επέτρεψε στις
εκκλησίες της Πορτογαλίας να αφιε-
ρώσουν μια γιορτή στη Μαρία την
πρώτη Κυριακή του Μαΐου. Αυτό

μεγάλη και μία από τις σημαντικές
γιορτές για τους Έλληνες και αρχίζει
με τα Πρωτοχρονιάτικα Κάλαντα
(Αγίου Βασιλείου) - (Αρχιμηνιά κι
αρχιχρονιά κι αρχή καλός μας χρό-
νος...) που ψάλλονται από παιδιά
την παραμονή την Πρωτοχρονιάς
(31 Δεκεμβρίου) από νωρίς το πρωί
μέχρι το μεσημέρι. Τα παιδιά ρω-
τούν συνήθως «Να τα πούμε;» και
περιμένουν την απάντηση «Να τα
πείτε», τελειώνοντας μετά την απαγ-
γελία με την Ευχή (Και του Χρόνου!

παιδιά μετά την αλλαγή του χρόνου
και το κόψιμο της Βασιλόπιτας ή
μόλις ξημερώσει η επόμενη μέρα,
πυροδοτώντας τη σκέψη των παι-
διών ότι τα δώρα τα έχει φέρει ο
Άγιος Βασίλης. Εξέχουσα θέση την
πρωτοχρονιά στην Ελλάδα στο γιορ-
τινό τραπέζι, όπως και τα Χριστού-
γεννα κατέχει το χοιρινό κρέας π.χ.
χοιρινό στη γάστρα ολόκληρο, χοιρι-
νό με σέλινο αυγολέμονο κ.α. Με
τον ερχομό του νέου έτους γιορτά-

(Συνέχεια στη σελίδα 7)

ΕΠΙΚΑΙΡΟΤΗΤΑ

Τι γιορτάζουμε την Πρωτοχρονιά;

(Συνέχεια από τη σελίδα 6)

ζουν: Ο Βασίλειος, η Βασιλεία, ο Βασιλικός, η Βασιλική κ.α. Την Πρωτοχρονιά στην Ελλάδα, παραδοσιακά εξέχουσα θέση στο γιορτινό τραπέζι κατέχει το χοιρινό. Η κατανάλωση του χοιρινού την Πρωτοχρονιά στην Ελλάδα είναι έθιμο το οποίο έχει τις ρίζες του στην αρχαιότητα. Το χοιρινό συμπληρώνει το πατροπαράδοτο Πρωτοχρονιάτικο τραπέζι.

Το Σπάσιμο του Ροδιού: Το πρωί της Πρωτοχρονιάς, η οικογένεια πηγαίνει στην εκκλησία για τη Θεία Λει-

τουργία 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 υγιί-

α, 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 και ευλογημένες θα είναι οι μέρες που φέρνει μαζί του ο νέος χρόνος.

Πηγή : Wikipedia
NOEL ΚΑΣΟ



Τι γιορτάζουμε τα Θεοφάνια;

Τα Θεοφάνια (και Θεοφάνεια) ή αλλιώς Φώτα είναι μία από τις σημαντικότερες γιορτές του Χριστιανισμού, καθώς τιμά τη βάπτισμα του Ιησού Χριστού στον Ιορδάνη ποταμό από τον Άγιο Ιωάννη τον Βαπτιστή. Την συγκεκριμένη μέρα την γιορτάζουμε κάθε χρόνο στις 6 Ιανουαρίου, αμέσως μετά τα Χριστούγεννα και την Πρωτοχρονιά.

Το όνομα της συγκεκριμένης γιορτής προήλθε από την εκδήλωση των τριών προσώπων της Αγίας Τριάδας, η οποία, σύμφωνα με τις Γραφές, έγινε κατά τη Βάπτισμα του Ιησού. Όμως, στις Δυτικές Εκκλησίες, τα Θεοφάνεια συνδέονται στενότερα με την έλευση και την προσκύνηση των Τριών Μάγων στη σκηνή της γέννησης του Ιησού.

Η βάπτισμα του Ιησού έγινε στον Ιορδάνη ποταμό όταν αυτός ήταν 30 χρονών και πραγματοποιήθηκε από τον Ιωάννη τον Βαπτιστή. Κατά την διάρκεια της τελετής της βάπτισμας, το Άγιο Πνεύμα κατέβηκε από τον ουρανό με τη μορφή περιστε-

ράς στον Ιησού και ακούστηκε μια φωνή από τον ουρανό να λέει:



Η βάπτισμα του Χριστού
Δομήνικος Θεοτοκόπουλος - (Ελ Γκρέκο)

“Αυτός είναι ο αγαπημένος Υιός του Θεού, μέσω του οποίου ο Θεός θέλησε να σώσει τους αμαρτωλούς”.

Την συγκεκριμένη στιγμή την κατέγραψαν τρεις από τους τέσσερις Ευαγγελιστές, ο Μάρκος, ο Ματθαίος και ο Λουκάς. Μάλιστα, σύμφωνα με τις Γραφές, αυτή ήταν η πρώτη και μοναδική εμφάνιση της Αγίας Τριάδας στη γη.

Δεν γνωρίζουμε με σιγουριά πότε καθιερώθηκαν τα Θεοφάνια ως γιορτή. Μερικοί από τους αιρετικούς γνωστικούς τιμούσαν τη Βάπτισμα του Χριστού από τις αρχές του δεύτερου αιώνα, άλλοι στις 6 Ιανουαρίου και άλλοι στις 10 Ιανουαρίου. Ο Ιωάννης Χρυσόστομος πιστεύει πως πρόκειται για μία αρχαία γιορτή όπου γιορταζόταν στην Αντιόχεια τη Μεγάλη και ότι οι Γνωστικοί την παρέλαβαν από εκεί. Από τον τέταρτο αιώνα και μετά, τα Θεοφάνια γιορτάζονται με λαμπρότητα σε όλη την Εκκλησία ως η γιορτή του φωτισμού της ανθρωπότητας μέσω του Αγίου Βαπτίσματος, για αυτό το λόγο ονομάζονται και διαφορετικά “τα Φώτα” ή “η γιορτή των Φώτων”.

Οι δύο βασικές τελετές των Θεοφανίων είναι ο Μέγας Αγιασμός, ο οποίος πραγματοποιείται στο εσωτερικό της κάθε Εκκλησίας, καθώς και η κατάδυση του Τίμιου Σταυρού

(Συνέχεια στη σελίδα 8)

ΕΠΙΚΑΙΡΟΤΗΤΑ

Τι γιορτάζουμε τα Θεοφάνια;

(Συνέχεια από τη σελίδα 7)

η οποία είναι μετά τον Μέγα Αγιασμό. Ο Σταυρός βυθίζεται σε θαλάσσια περιοχή μέσα σε λιμάνια, σε όχθες ποταμών ή λιμνών και πιο σπάνια σε δεξαμενές νερού. Ο εκκλησιαστικός ύμνος που τραγουδιέται από κάθε πιστό εκείνη τη μέρα είναι το Απολυτίκιο των Θεοφανίων.

Την ημέρα των Φώτων λαμβάνουν

χώρα και άλλα έθιμα, όπως η ψαλμωδία των κάλαντων των φώτων από τα παιδιά την παραμονή της γιορτής, η ανύψωση του Σταυρού από τους κολυμβητές κατά την τελετή της κατάδυσης του Τιμίου Σταυρού και ο αγιασμός των σπιτιών από τους ιερείς. Στη χώρα μας ο αγιασμός γίνεται την παραμονή των Θεοφανίων και ονομάζεται “Μικρός Αγιασμός” ή “Πρωταγιά” ή

“Φωταγώγηση”. Εορτασμός των Θεοφανίων διατηρεί τη μνήμη των αρχαίων Ελληνικών εθίμων, όπως η χρήση του αγιασμού ως μέσο εξαγνισμού και απαλλαγής από την επιρροή των δαιμόνων, μια πίστη που έχει τις ρίζες της στην αρχαία λατρεία.

Πηγή : <https://www.i-m-attikis.gr/theofania/>

PENNY ΓΚΙΚΑ

ΠΑΡΑΔΟΣΗ—ΗΘΗ ΚΑΙ ΕΘΙΜΑ

Έθιμα των Χριστουγέννων

Το **χριστουγεννιάτικο καράβι** ήταν μια πρακτική που εισήχθη στην εποχή του Όθωνα και εφαρμόστηκε για πολλά χρόνια δεδομένου του ναυτικού χαρακτήρα των Ελλήνων. Η πρακτική αυτή αργότερα εγκαταλείφθηκε υπέρ του χριστουγεννιάτικου δένδρου. Σε όλη την Ελλάδα τα Χριστούγεννα και την Πρωτοχρονιά σημαντική θέση στο Ελληνικό χριστουγεννιάτικο τραπέζι κατέχει το χοιρινό και όχι η γαλοπούλα όπως έχει επικρατήσει πλέον καθώς είναι το κύριο φαγητό

αυτές τις μέρες. Η σφαγή και η κατανάλωση του χοιρινού τα Χριστούγεννα είναι έθιμο το οποίο έχει τις ρίζες του στην αρχαιότητα, μια και οι γεωργοί θυσιάζαν τα χοιρινά στον Κρόνο και στη θεά Δήμητρα για την προαγωγή της ευφορίας και της ευκαρπίας της γης και τον εξαγνισμό του ίδιου του σπιτικού από το κακό και τα δαιμόνια όλου του χρόνου. Για αυτό σαν ιεροτελεστία γινό-

ταν σε κάθε οικογένεια η σφαγή



Χριστουγεννιάτικο καράβι

του γουρουνιού, το οποίο εξέτρεφαν για το σκοπό αυτό. Το γουρούνι αναλάμβαναν να το σφάξουν οι άντρες του σπιτιού την παραμονή των Χριστουγέννων. Τα μέλη της οικογένειας αντάλλαζαν μεταξύ τους ευχές. Το χοιρινό κρέας αποτελούσε το κύριο φαγητό στο χριστουγεννιάτικο τραπέζι, όπως άλλωστε και σήμερα.

Το **έθιμο του χριστόξυλου** τηρείται στην βόρεια Ελλάδα, την παραμονή των Χριστουγέννων, όπου ο νοικοκύρης επιλέγει το πιο όμορφο και γερό ξύλο από πεύκο ή ελιά και το πάει σπίτι του. Η νοικοκυρά καθαρίζει πλήρως το σπίτι και κλείνει την καμινάδα για να μην περάσουν οι καλικάντζαροι. Ο νοικοκύρης ανάβει τη φωτιά το βράδυ της παραμονής των Χριστουγέννων, και η οικογένεια προσπαθεί να το κρατήσει αναμμένο μέχρι την ημέρα των Φώτων, συμβολίζοντας το γεγονός ότι ο Χριστός ζεσταίνεται όσο είναι στη φάτνη του.

Στη Μακεδονία υπάρχει το έθιμο "**Κολίντα-Μπάμπω**" (σφάζουν γιαγιά) που συνηθίζεται στους νομούς Πέλλας και Ημαθίας. Οι κάτοικοι ανάβουν φωτιές και φωνάζουν την φράση Κολίντα Μπάμπω για να ενημερώσουν τους ανθρώπους για τη σφαγή του Ηρώδη για να προστατεύσουν τους ανθρώπους. Είναι ουσιαστικά κάλαντα που ψάλλονται στο μεγαλύτερο μέρος της Μακεδο-

(Συνέχεια στη σελίδα 9)

ΠΑΡΑΔΟΣΗ—ΗΘΗ ΚΑΙ ΕΘΙΜΑ

Έθιμα των Χριστουγέννων

(Συνέχεια από τη σελίδα 8)

νίας από νέους ή ηλικιωμένους που δέχονται σαν κέρασμα γλυκίσματα, κρασί, μελομακάρονα, καρύδια. Λαμβάνει χώρα το βράδυ της 23ης Δεκεμβρίου.

Στη Στερεά Ελλάδα υπάρχει ένα

έθιμο που λαμβάνει χώρα τα ξημερώματα των Χριστουγέννων, στην λεγόμενη «**ανοιχτή ώρα**». Η νοικοκυρά βάζει στο τζάκι ένα μεγάλο ξύλο και το παιδί, όχι οι παντρεμένοι, εύχονται κάτι, το οποίο μπορεί να γίνει. Τηρείται ιδιαίτερα στην δυτική Φθιώτιδα και στην ορει-

νή Δωρίδα, αλλά και στην υπόλοιπη Στερεά Ελλάδα.

Πηγή: wikipedia
ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ ΚΟΤΣΑΡΗ
ΝΟΕΛ ΚΑΣΟ
ΧΡΗΣΤΟΣ ΓΑΛΑΝΗΣ



Έθιμα των Χριστουγέννων στην Ευρώπη

Νορβηγία

Τα Σκανδιναβικά «Jul» (Χριστούγεννα) έχουν τις ρίζες τους σε αρχαία γεωργικά έθιμα του Χειμώνα και της εποχής της συγκομιδής. Ο Julenissen όπως ονομάζεται ο Νορβηγός Άγιος Βασίλης, μαζί με τους βοηθούς του φέρνει δώρα και καλή τύχη στο σπίτι και στο στάβλο.

Τη νύχτα των Χριστουγέννων τα παιδιά βάζουν μπολ με κουρκούτι από αλεύρι σαν προσφορά στον Julenissen που επισκέπτεται τα παιδιά της Νορβηγίας, ολοκληρώνοντας το μακρινό του ταξίδι από τη Λαπωνία πάνω στο έλκηθρο που το σέρνουν τάρανδοι.

Η ημέρα των Χριστουγέννων ονομάζεται Julbrod κατά τη διάρκεια της οποίας τα παλιά χρόνια ετοιμάζονταν μέχρι και 60 διαφορετικά πιάτα για το τραπέζι των φίλων, των συγγενών και φυσικά της οικογένειας.

Τσεχία

Στην Τσεχία η 4η Δεκεμβρίου, ημέρα της εορτής της Αγίας Βαρβάρας είναι αφιερωμένη στη μάρτυρα της περιόδου των πρώτων διωγμών των

Χριστιανών. Από άκρη σε άκρη της Χώρας κόβονται κλαδιά κερασιάς και διατηρούνται στο νερό. Εάν έχουν ανθίσει μέχρι τα Χριστούγεννα φέρνουν καλή τύχη και πιθανόν ευνοϊκές προοπτικές για γάμο μέσα στην επόμενη χρονιά.

Τα κλαδιά της κερασιάς μαζί με

χωρών. Αρχίζει από τις 8 Δεκεμβρίου και ολοκληρώνεται στις 6 Ιανουαρίου ημέρα των Θεοφανίων. Κατά τη διάρκεια αυτής της περιόδου τα σπίτια διακοσμούνται με Αλεξανδρινά, χριστουγεννιάτικα δένδρα τη παραδοσιακή Φάτνη και άλλα πολύχρωμα διακοσμητικά στολίδια.



Χριστουγεννιάτικο δέντρο στο Κολοσσαίο της Ρώμης

μικρά φυτά Αλεξανδριανών και άλλα γιορτινά στολίδια τοποθετούνται μέσα σε ψάθινα καλάθια, συνθέτοντας δημιουργίες παραδοσιακού και μοντέρνου στυλ που κοσμούν το γιορτινό τραπέζι.

Ιταλία

Στην Ιταλία η περίοδος των Χριστουγέννων έχει τη μεγαλύτερη διάρκεια από όλες τις άλλες των χριστιανικών

Εκτός από το χριστουγεννιάτικο δέντρο, σημαντικό σύμβολο των Ιταλών στον εορτασμό των Χριστουγέννων αποτελεί και η Φάτνη της Γεννήσεως που υπενθυμίζει τον Φραγκίσκο της Ασίζης, που ήταν ο πρώτος που δημιούργησε αναπαράσταση της ιστορίας των Χριστουγέννων με αγαλματίδια. Όλοι οι χαρακτήρες εκτός από το Θείο Βρέφος τοποθετούνται στη

φάτνη από τις 8 Δεκεμβρίου, ενώ το νεογέννητο τοποθετείται αμέσως μετά τα μεσάνυχτα της 24ης Δεκεμβρίου.

Μια άλλη σημαντική ημερομηνία των εορτών είναι η 6η Ιανουαρίου κατά την οποία καταφθάνει τη νύκτα (μεταξύ 5-6 Ιανουαρίου) η διάσημη Befana η παλιά καλή και φτωχή μάγισσα, έρχεται και τρώει καρύ-

(Συνέχεια στη σελίδα 10)

ΠΑΡΑΔΟΣΗ—ΗΘΗ ΚΑΙ ΕΘΙΜΑ

Έθιμα των Χριστουγέννων στην Ευρώπη

(Συνέχεια από τη σελίδα 9)

δια και μπισκότα που της άφησαν τα παιδιά και πριν πετάξει μακριά, τους αφήνει δώρα μέσα στις κάλτσες των δώρων, κάρβουνα για τα άτακτα παιδιά και γλυκά και παιχνίδια για τα φρόνιμα.

ΣΤΕΛΜΑ ΗΓΟΥΜΕΝΙΔΗ

Γαλλία

Τα Χριστούγεννα στη Γαλλία αποτελούν την εορταστική κορύφωση του έτους. Σε αντίθεση με άλλες Ευρωπαϊκές χώρες η



Χριστούγεννα στη Γαλλία

εποχή προ των Χριστουγέννων είναι αρκετά σημαντική και πολύ οικογενειακή. Η παραμονή των Χριστουγέννων εδώ είναι εργάσιμη μέρα, όπως και τώρα άρχισε και στην Ελλάδα. Το βράδυ όμως η οικογένεια συγκεντρώνεται για ένα ολοκληρωμένο χριστουγεννιάτικο δείπνο. Ο **Père Noël** (Ο πατέρας των Χριστουγέννων), ο κατά τους Γάλλους Άγιος Βασίλης, δίνει τα δώρα του στις 24 Δεκεμβρίου.

Μεγάλη σημασία στους εορτασμούς των Χριστουγέννων έχουν οι γαστρονομικές απολαύσεις. Το παραδοσιακό εορταστικό τραπέζι, το «Reveillon» (ρεβεγιόν) αποτελείται προπαντός από θαλασσινά και κυρίως τα στρείδια, όλες οι αγορές γεμίζουν στρείδια επίσης μια πλούσια γκάμα διαφορετικών πιάτων. Ανήμερα στις 25 τρώνε τη γαλοπούλα και αυτό το έθιμο έχει περάσει σήμερα στα προγράμματα όλων των

ξενοδοχειακών μονάδων της Ευρώπης και όχι μόνο αλλά και επί πλέον και την Πρωτοχρονιά.

Οι Γάλλοι τα Αλεξανδριανά τα γνωστά κόκκινα λουλούδια τα αποκαλούν *Le poinsettia ou étoile de Noël* (Αστέρια των Χριστουγέννων) και τα χρησιμοποιούν για διακόσμηση εσωτερικών χώρων καθώς και ως δώρο σε όλη τη διάρκεια των εορτών.

Γερμανία

Στη Γερμανία το διάστημα που προηγείται των Χριστουγέννων είναι πολύ σημαντικό. Για τις οικογένειες τα χριστουγεννιάτικα μπισκότα, το χριστουγεννιάτικο κέικ αποτελούν τα παραδοσιακά έθιμα της περιόδου. Χαρακτηριστικές είναι και οι χριστουγεννιάτικες αγορές στο

κέντρο κάθε πόλης που εμφανίζονται από το πρώτο Σαββατοκύριακο του Δεκεμβρίου και τελειώνουν την παραμονή των Χριστουγέννων. Οι πάγκοι της Χριστουγεννιάτικης αγοράς έχουν γλυκά, στολίδια και ζεστό κόκκινο γλυκό κρασί με μπαχαρικά. Στις 6 Δεκεμβρίου γιορτάζεται ο **Ζανκτ Νικόλαους** (ο Άγιος Νικόλαος) που είναι παρόμοιος του Άγιου Βασιλείου ως προς το έθιμο των δώρων. Στη λαογραφική του έκδοση φέρνει δώρα στα καλά παιδιά, αλλά και ένα δεματάκι βέργες για να δείρει τα παιδάκια που δεν ήταν φρόνιμα.

Οι Γερμανοί δίνουν μεγάλο βάρος στη διακόσμηση των σπιτιών τους την περίοδο των εορτών των Χρι-

στουγέννων. Γύρω από τα παράθυρα βάζουν ηλεκτρικά κεράκια ή λαμπιόνια και στα τζάμια τοποθετούν πολύχρωμες χριστουγεννιάτικες φιγούρες, ενώ στον κήπο στολίζουν ένα αληθινό φυτεμένο έλατο με λαμπάκια.

Επίσης, στη Γερμανία συναντάται συχνά το έθιμο του λεγόμενου *Adventskranz*. Πρόκειται για ένα κηροπήγιο από κλαδιά ελάτου που είναι πλεγμένα έτσι ώστε να σχηματίζουν ένα στεφάνι. Στο στεφάνι απάνω είναι τέσσερις θέσεις με κεριά, που συμβολίζουν τις τέσσερις τελευταίες εβδομάδες πριν τα Χριστούγεννα. Κάθε Κυριακή ανάβουν ένα κεριά παραπάνω, μετρώοντας αντίστροφα το χρόνο που απομένει για τον ερχομό των Χριστουγέννων. Δηλαδή τέσσερις βδομάδες πριν τα Χριστούγεννα ανάβουν ένα



Χριστούγεννα στη Γερμανία

κερί, την επόμενη βδομάδα δύο, τη μεθεπόμενη τρία και τελικά την τελευταία Κυριακή πριν τα

Χριστούγεννα ανάβουν τέσσερα κεριά.

Σε όλα τα σχολεία από το νηπιαγωγείο ως το γυμνάσιο γίνεται Χριστουγεννιάτικη εορτή με θεατρική παράσταση, ενώ τα παιδιά ανταλλάζουν δώρα. Το έθιμο αυτό ονομάζεται *Wichteln* και είναι αγαπητό και στις Χριστουγεννιάτικες γιορτές των μεγάλων. Κάθε ένας φέρνει ένα

(Συνέχεια στη σελίδα 11)

ΠΑΡΑΔΟΣΗ—ΗΘΗ ΚΑΙ ΕΘΙΜΑ

Έθιμα των Χριστουγέννων στην Ευρώπη

(Συνέχεια από τη σελίδα 10)

ή παραπάνω δωράκια τυλιγμένα στο χαρτί και τα βάζει μαζί με τα άλλα κάτω από το Χριστουγεννιάτικο δέντρο.

Όταν έρθει η ώρα, ένας ένας με τη σειρά περνάνε όλοι κάτω από το δέντρο και παίρνουν από ένα δωράκι μέχρι που να τελειώσουν. Οι

εταιρείες διοργανώνουν Χριστουγεννιάτικο τραπέζι για όλους τους εργαζομένους. Το ίδιο και οι όμιλοι, και οι παρέες, οι οποίες συναντιούνται για την παραδοσιακή Χριστουγεννιάτικη εορτή.

Ένα άλλο έθιμο της εποχής πριν τα Χριστούγεννα είναι το χριστουγεννιάτικο ημερολόγιο Adventskalender. Πρόκειται για ένα ημερολόγιο με 24 θέσεις αριθμημένες από το 1 μέχρι το 24 και συμβολίζουν τις ημέρες του Δεκεμβρίου πριν από τα Χριστούγεννα. Οι θέσεις είναι κλεισμένες με πορτάκια. Κάθε μέρα ανοίγουν το αντίστοιχο πορτάκι και βρίσκουν μια έκπληξη που μπορεί να είναι ένα σοκολατάκι, ζαχαρωτό, παιχνίδι, κλπ...

Τα δώρα φέρνει το βράδυ της παραμονής των Χριστουγέννων ο **Βάιναχτμαν** (Weihnachtsmann) ή ο «Χριστούλης» (Christkind). Το έθιμο αυτό ξεκίνησε από τη Μεταρρύθμιση του Λούθηρου για να δώσουν μια πιο γιορταστική μορφή στην ημέρα της γέννησης

του Χριστού.

Το **Χριστουγεννιάτικο δέντρο** το στολίζουν την παραμονή των Χριστουγέννων. Στα περισσότερα σπίτια



Adventskranz

κάτω από το δέντρο υπάρχει και η παραδοσιακή φάτνη. Το δέντρο είναι στολισμένο με φιγούρες (αγγελάκια κλπ), ή με μπαλίτσες και φωτίζεται με κεράκια αναμμένα ή με λαμπάκια. Τα δώρα τα βάζουν

κρυφά κάτω από το δέντρο και δίπλα στη φάτνη, για να τα βρουν τα παιδιά επιστρέφοντας από την εκκλησία. Την ημέρα των Χριστουγέννων η οικογένεια γιορτάζει γύρω από το πλούσιο τραπέζι, ενώ τη δεύτερη μέρα των Χριστουγέννων οι συγγενείς μαζεύονται όλοι και γιορτάζουν όλοι μαζί το απόγευμα. Παραδοσιακό Χριστουγεννιάτικο φαγητό είναι η ψητή χήνα (Weihnachtsgans) με κόκκινο λάχανο (Rotkohl) και μπαλάκια από τριμμένα πατάτα (Klöße). Άλλα παραδοσιακά φαγητά είναι η πέστροφα και ο κυπρίνος.

Αμέσως μετά τα Χριστούγεννα συναντάμε το **έθιμο των τριών μάγων**. Από τις 27 Δεκεμβρίου μέχρι και τις 6 Ιανουαρίου, παιδάκια που είναι ντυμένα τρεις μάγοι πηγαίνουν από σπίτι σε σπίτι και τραγουδούν. Παριστάνουν τους τρεις μάγους που επιστρέφουν από τη Βηθλεέμ. Όποιος ανοίξει την πόρτα τους δωρίζει γλυκά και ξηρούς καρπούς, ενώ δίνει λεφτά για τον έρανο που κάνουν. Σε αντάλλαγμα οι τρεις

μάγοι γράφουν με κιμωλία τα αρχικά τους (δηλαδή Κάσπαρ, Μέχιορ και Μπαλτάζαρ) και το τρέχον έτος, π.χ. 20 * C + M + B + 08. Το γκράφιτι αυτό θεωρείται ότι φέρνει γούρι και γι' αυτό δεν το σβήνουν, έτσι ώστε σε μερικά σπίτια συναντάμε τις υπογραφές των μάγων ολόκληρων δεκαετιών.

Πολωνία

Στην Πολωνία η περίοδος που προηγείται των Χριστουγέννων είναι ιδιαίτερα σημαντική καθώς νέοι και μεγάλοι απέχουν συνειδητά από πειρασμούς (κυρίως από γλυκά) στη προσπάθειά τους να έχουν εσωτερική γαλήνη και αρμονία.

Τα σπίτια και τα δωμάτιά τους φαντάζουν υπέροχα με πλούσιες χριστουγεννιάτικες διακοσμήσεις. Και εδώ κόκκινα ή μπλε αλεξανδριανά χρησιμοποιούνται στην παραδοσιακή διακόσμηση της Πολωνίας σε συνδυασμό με κλαδιά από πεύκα. Η παραμονή των Χριστουγέννων θεωρείται η πιο σημαντική ημέρα των εορτών. Μετά από μια ημέρα νηστείας η οικογένεια από τους γηραιότερους μέχρι τα παιδιά συγκεντρώνονται στο γιορτινό τραπέζι που ειδικά για τη περίπτωση είναι περίτεχνα διακοσμημένο ενώ το λευκό τραπεζομάντιλο θεωρείται πλέον απαραίτητο.

Μόλις το πρώτο αστέρι εμφανισθεί στον ουρανό η εορτή μπορεί να ξεκινήσει. Η έναρξη της εορτής γίνεται με το μοίρασμα του χριστουγεννιάτικου μπισκότου, ως ένδειξη αγάπης και συμπιλώσης που συνοδεύεται με την ανταλλαγή θερμών ευχών.

Στο τραπέζι υπάρχει πάντα και ένα

(Συνέχεια στη σελίδα 12)

ΠΑΡΑΔΟΣΗ—ΗΘΗ ΚΑΙ ΕΘΙΜΑ

Έθιμα των Χριστουγέννων στην Ευρώπη

(Συνέχεια από τη σελίδα 11)

πιάτο άδειο σε περίπτωση που κάποιος επισκέπτης εμφανιστεί αναπάντεχα. Τα δώρα τοποθετούνται κάτω από το δένδρο των Χριστου-

γέννων και προσφέρονται από τον νεαρότερο σε ηλικία.

Σε αντίθεση με την αγγλοσαξονική παράδοση, τα δώρα δεν απευθύνονται σε καθορισμένα πρόσωπα έτσι

αυτά επιλέγονται να είναι γενικού ενδιαφέροντος ή χρήσης.

Πηγή : Wikipedia

ΑΝΤΩΝΗΣ ΔΡΟΣΟΣ

Χριστούγεννα σε πόλεις του κόσμου

Στρασβούργο, Γαλλία

Το Στρασβούργο βρίσκεται στην περιοχή της Αλσατίας της Γαλλίας και διαθέτει την παλαιότερη χριστουγεννιάτικη αγορά στη χώρα. Τα

ρα των καφέ και τη γοητεία της παλιάς εποχής, αλλά κατά τη διάρκεια των χριστουγεννιάτικων διακοπών λάμπει με τις κομψές χριστουγεννιάτικες αγορές της. Κατευθυνθείτε σε μια

πάγο, ενώ όσοι αναζητούν μια δόση κουλτούρας μπορούν να παρακολουθήσουν μια όπερα.

Ροβανιέμι, Φινλανδία



Στρασβούργο—Γαλλία



Ροβανιέμι—Φινλανδία

Χριστούγεννα στο Στρασβούργο είναι μια must επιλογή για την Ευρώπη ενώ η πόλη θεωρείται ένας από τους κορυφαίους χριστουγεννιάτικους προορισμούς στον κόσμο. Κατευθυνθείτε προς την Κεντρική Πλατεία που εξελίσσεται ένα τέλειο χριστουγεννιάτικο σκηνικό και στη συνέχεια, απλώς κάντε μια βόλτα στα γραφικά πλακόστρωτα δρομάκια για να δείτε παραδοσιακές μπουτίκ και εστιατόρια που σερβίρουν πλούσια παραδοσιακά γεύματα.

Christkindlmarkts για να μυρίσετε το άρωμα από λουκάνικα και τα καυτά κάστανα που σηματοδοτούν την εποχή. Η Alt Wiener Wei-

Den υπάρχουν Χριστούγεννα χωρίς Άγιο Βασίλη, και αν δεν πάει το βουνό στον Μωάμεθ, πάει ο Μωάμεθ στο βουνό. Η επίσημη πατρίδα του Σάντα είναι το Ροβανιέμι. Είναι ένας φανταστικός προορισμός για ανθρώπους όλων των ηλικιών. Εκτός από το να χαρείτε την χιονισμένη φύση, τα παιδιά μπορούν να φτιάξουν μπισκότα με τζίντζερμπρεντ με την κυρία Claus, να εγγραφούν στο Σχολείο Ξωτικών ή να παρακολουθήσουν ένα μάθημα καλλιγραφίας τσιμπώντας εν τω μεταξύ ένα παραδοσιακό κουλούρι. Βόλτες με χάσκι και σαφάρι με ταράνδους είναι επίσης διαθέσιμα, ενώ μπορείτε ακόμη και να διανυκτερεύσετε σε ένα ξενοδοχείο από ...πάγο.

Πηγή : geografikoi.gr



Βιέννη—Αυστρία

Βιέννη, Αυστρία

Η Βιέννη είναι ένας δελεαστικός προορισμός καθ' όλη τη διάρκεια του χρόνου με τη θρυλική κουλτού-

hnachtsmarkt φημίζεται για τα χειροποίητα κεραμικά και παιχνίδια, το Μουσείο Snow Globe διασκεδάζει όλες τις ηλικίες και η Rathausplatz είναι ιδανική για πατινάζ στον

ΜΙΚΑΕΛΑ ΣΟΥΡΙΔΗ

ΠΑΡΑΔΟΣΗ—ΗΘΗ ΚΑΙ ΕΘΙΜΑ

Το έθιμο της ανταλλαγής δώρων

Σχετικά με το έθιμο της ανταλλαγής δώρων υπάρχουν πολλές και διαφορετικές εκδοχές. Η επικρατέστερη αναφέρει ότι η ανταλλαγή δώρων είναι μία συνήθεια που είχαν οι άνθρωποι ήδη από την Αρχαία Ελλάδα και την



Αρχαία Αίγυπτο. Πιο συγκεκριμένα, τα δώρα ήταν ένας τρόπος να ανταλλάξουν νέους δεσμούς και νέες εμπορικές σχέσεις. Για παράδειγμα, οι αρχηγοί αντάλλαζαν δώρα μεταξύ τους, με σκοπό να εξασφαλίσουν ειρήνη ανάμεσα στους λαούς τους, να κερδίσουν την εύνοια κάποιου ξένου λαού ή ακόμα και να δείξουν την υποταγή τους και να διατηρήσουν το status quo.

Υπάρχει επίσης μία εκδοχή, η οποία συνδέει το έθιμο με την αρχαία Ρώμη και τη γιορτή, Σατουρνάλια κατά την οποία τιμούσαν τον θεό Σατούρνο (Saturn), δηλαδή τον Κρόνο. Η γιορτή ξεκινούσε στις 17 Δεκεμβρίου και τελείωνε στις 23

Δεκεμβρίου, ώστε να συμπίπτει με

το χειμερινό ηλιοστάσιο. Κατά την διάρκειά της υπήρχαν χοροί, υπαίθριες αγορές, γεύματα και ανταλλαγές μικρών, συμβολικών δώρων. Αυτή η εκδοχή ταιριάζει αρκετά με τα δικά μας Χριστούγεννα, καθώς και εμείς μαζευόμαστε όλοι μαζί, κάνουμε γιορτινά τραπέζια και ανταλλάζουμε δώρα.

Μία ακόμα εκδοχή που υποστηρίζουν οι χριστιανοί είναι η σύνδεση του εθίμου με τους τρεις μάγους. Ο Μελχιόρ, ο Κασπάρ και ο Βαλτάσαρ ταξίδεψαν ακολουθώντας το λαμπρό αστέρι με σκοπό να προσκυνήσουν το Θείο βρέφος. Μαζί τους είχαν δώρα να του προσφέρουν, χρυσό, λιβάνι και σμύρνα. Το λιβάνι

συμβολίζει τη λατρεία των ανθρώπων προς το πρόσωπο του Χριστού και η σμύρνα τον θάνατο στον οποίο θα τον οδηγούσαν.

Τέλος, υπάρχει ο μύθος του Μεγάλου Βασιλείου που ήταν ένας εύπορος ασκητής, ο οποίος έδωσε όλη του την περιουσία, ώστε να βοηθήσει τους αδύναμους και φτωχούς ανθρώπους ακολουθώντας τη συμβουλή του Χριστού «αγαπάτε αλλήλους». Με αυτόν τον τρόπο έγινε το πιο μυθικό πρόσωπο των Χριστουγέννων. Σε πολλά μέρη της Ευρώπης ο Μέγας Βασίλειος ταυτίζεται με τον Άγιο Νικόλαο των Καθολικών, ο οποίος γιορτάζει στις 6 Δεκεμβρίου. Από τον 16ο αιώνα και έπειτα, τιμάται ως ο «πατέρας των Χριστουγέννων» και ως προστάτη των παιδιών. Η εικόνα του Santa Claus, δηλαδή του Άγιου Βασίλη των Χριστουγέννων, όπως τη γνωρίζουμε σήμερα, δημιουργήθηκε από το αμερικάνικο περιοδικό Harper's Weekly και τον Thomas Nast, το 1863.

Πηγή : <https://www.aftodioikisi.gr>

PENNY ΓΚΙΚΑ

Το χριστουγεννιάτικο καραβάκι

Καθώς πλησιάζουν οι γιορτές των Χριστουγέννων, οι πόλεις και τα χωριά της Ελλάδας φωτίζονται και στολίζονται με το Χριστουγεννιάτικο δέντρο και τα λαμπιόνια. Όμως, δεν ήταν πάντα έτσι. Πριν γίνει το δέντρο το κύριο σύμβολο των γιορτών στην Ελλάδα, οι Έλληνες στόλιζαν κάτι πολύ πιο κοντινό στην ιστορία και την καθημερινότητά τους: **το καραβάκι**. Τα τελευταία χρόνια, πολλοί δήμοι επανέφεραν το έθιμο,

στολίζοντας στις πλατείες, καράβια αντί για έλατα ή και τα δύο.

Το στολισμένο καραβάκι είναι ένα βαθιά ριζωμένο στην ελληνική παράδοση έθιμο που συνδέεται άμεσα με τη ναυτική ιστορία και τον θαλασσινό χαρακτήρα της χώρας. Κατά τη διάρκεια των χριστουγεννιάτικων εορτών, στολιζόταν στα σπίτια και στις πλατείες, πριν από την αντικατάστασή του από το Χριστουγεννιάτικο δέντρο. Το

καραβάκι εκφράζει τη μακροχρόνια σχέση των Ελλήνων με τη θάλασσα και τον καθημερινό αγώνα των ναυτικών και των οικογενειών τους. Πολλοί ενήλικες αλλά και παιδιά εργάζονταν στα πλοία για να φέρουν χρήματα στις οικογένειές τους. Το καραβάκι συμβόλιζε την προσμονή για αντάμωση με τους συγγενείς, αλλά και την αγάπη για τη θάλασσα. Παράλληλα, μικρά

(Συνέχεια στη σελίδα 14)

ΠΑΡΑΔΟΣΗ—ΗΘΗ ΚΑΙ ΕΘΙΜΑ

Το χριστουγεννιάτικο καραβάκι

(Συνέχεια από τη σελίδα 13)

καραβάκια είχαν τον ρόλο ενός καλωσορίσματος για τους θαλασσοπόρους που επέστρεφαν, καθώς και τον ρόλο τάματος για να είναι ασφαλείς στα «άγρια κύματα». Συχνά τα παιδιά που πήγαιναν να πουν τα κάλαντα κρατούσαν ένα μικρό στολισμένο καράβι το οποίο γέμιζε από γλυκά και χριστόψωμα από τους γείτονες. Αν και το έθιμο αυτό σήμερα έχει ατονήσει, κρατάει ακόμα στα νησιά, από όπου και προέρχεται.

Κάθε χρόνο, στις 6 Δεκεμβρίου,

πολλά σπίτια και πλατείες στολίζονται με καράβια προς τιμή του Αγίου Νικολάου, προσάτη των ναυτικών και πρόδρομου του Άγιου Βασίλη, τιμώντας τόσο τον Άγιο όσο και



Χριστουγεννιάτικα σύμβολα : Δέντρο και Καράβι

την ιστορική σχέση των Ελλήνων με τη θάλασσα.

Το στολισμένο καραβάκι δεν είναι απλώς ένα παλιό χριστουγεννιάτικο έθιμο είναι ένας ζωντανός σύνδεσμος με την ιστορία, τις ρίζες και τις παραδόσεις του ελληνικού λαού. Αν και το δέντρο κυριαρχεί πλέον στον εορταστικό στολισμό, το καραβάκι παραμένει σύμβολο της ελληνικής ψυχής, της αγάπης για τη θάλασσα και της προσμονής για το καλό που έρχεται. Η αναβίωσή του δείχνει την ανάγκη να κρατήσουμε ζωντανά τα στοιχεία που μας ξεχωρίζουν και να δώσουμε στις γιορτές ένα πιο αυθεντικό, ελληνικό χρώμα.

Πηγή : Wikipedia

ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ

Το χριστουγεννιάτικο δέντρο

Το Χριστουγεννιάτικο δέντρο είναι αιθαλές δέντρο, συνήθως έλατο, που διακοσμείται με φώτα και στολίδια στο πλαίσιο τού εορτασμού των Χριστουγέννων.

Η χρήση αιθαλούς δέντρου, στεφανιού και γιρλάντας ως συμβόλων της αιώνιας ζωής, αποτελούσε έθιμο των αρχαίων Αιγυπτίων, των Κινέζων και των Εβραίων. Η λατρεία των δέντρων, που ήταν συνηθισμένο φαινόμενο ανάμεσα στους ειδωλολάτρες Ευρωπαίους, επιβίωσε και μετά τον εκχριστιανισμό τους σε διάφορα έθιμα.

Το χριστουγεννιάτικο δέντρο των νεότερων χρόνων προέρχεται από την Γερμανία. Σ' ένα λαϊκό μεσαιωνικό δράμα για τον Αδάμ και την Εύα το κυριότερο εξάρτημα τού σκηνικού ήταν ένα έλατο διακοσμημένο με μήλα, το οποίο συμβόλιζε τον Κήπο τής Εδέμ.

Οι Γερμανοί έστηναν δέντρο του Παραδείσου μέσα στα σπίτια τους

στις 24 Δεκεμβρίου, θρησκευτική γιορτή του Αδάμ και της Εύας. Αρχικά κρεμούσαν πάνω του λεπτά μπισκότα (συμβόλιζαν την όστια, το χριστιανικό σύμβολο τής σωτηρίας), τα οποία αντικαταστάθηκαν αργότερα από μπισκότα σε διάφορα σχήματα. Στην διακόσμηση προσέθεταν συχνά και κεριά, τα οποία συμβόλιζαν τον Χριστό.

ΕΥΑ ΚΑΣΙΔΙΑΡΗ

Στο ίδιο δωμάτιο υπήρχε κατά την περίοδο των Χριστουγέννων και η πυραμίδα των Χριστουγέννων, μια τριγωνική ξύλινη κατασκευή με ράφια, πάνω στην οποία τοποθετούσαν χριστουγεννιάτικα ειδώλια, κλαδιά, κεριά και ένα αστέρι. Τον 16ο αιώνα είχε ήδη συντελεστεί η συγχώνευση της πυραμίδας των Χριστουγέννων και του δέντρου του Παραδείσου, από την οποία προήλθε το δέντρο των Χριστουγέννων.

Μέχρι τον 18ο αιώνα το έθιμο του χριστουγεννιάτικου δέντρου είχε διαδοθεί ευρέως στον χώρο των Γερμανών Προτεσταντών, αλλά η παράδοση αυτή απέκτησε βαθιές ρίζες στην Γερμανία μόνο τον επόμενο αιώνα. Στην Αγγλία εισήχθη στις αρχές τού 19ου αιώνα και έγινε ευρύτερα γνωστό στα μέσα της ίδιας εκατονταετίας, χάρη στις προσπάθειες του Γερμανού πρίγκιπα Αλβέρτου, συζύγου τής βασίλισσας Βικτωρίας. Στο βικτωριανό δέντρο κρεμούσαν με κορδέλες και χάρτινες αλυσίδες διάφορα κεριά, γλυκά και εντυπωσιακά κέικ.

Στη Βόρεια Αμερική τα χριστουγεννιάτικα δέντρα εισήχθησαν από τους Γερμανούς αποίκους στις αρχές τού 17ου αιώνα και έγιναν ιδιαίτερα δημοφιλή τον 19ο αιώνα. Εξίσου δημοφιλή ήταν στην Αυστρία, την Ελβετία, την Πολωνία και την Ολλανδία. Κατά τον 19ο και τον

(Συνέχεια στη σελίδα 15)

ΠΑΡΑΔΟΣΗ—ΗΘΗ ΚΑΙ ΕΘΙΜΑ

Το χριστουγεννιάτικο δέντρο

(Συνέχεια από τη σελίδα 14)

20ό αιώνα οι Αμερικανοί ιεραπόστολοι εισήγαγαν τα χριστουγεννιάτικα δέντρα στην Κίνα και την Ιαπωνία, όπου επικράτησε η διακόσμηση τους με περίπλοκα σχέδια από χαρτί.

Στις 22 Δεκεμβρίου 1882, ο Τόμας Έντισον ηλεκτροφώτισε το πρώτο χριστουγεννιάτικο δέντρο στην Νέα Υόρκη, αντικαθιστώντας τα κεριά με ηλεκτρικούς λαμπτήρες, που ο ίδιος είχε ανακαλύψει.

ΧΡΗΣΤΟΣ ΓΑΛΑΝΗΣ

Το έθιμο του χριστουγεννιάτικου δέντρου ήρθε για πρώτη φορά στην Ελλάδα επί Βαυαροκρατίας, όταν

τα Χριστούγεννα του 1834 στολίστηκε δέντρο η κατοικία του Όθωνα στο Ναύπλιο και συνεχίστηκε τα επόμενα χρόνια στο παλάτι των Αθηνών. Στις 24 Δεκεμβρίου 1843 στολίστηκε για πρώτη φορά χριστουγεννιάτικο δέντρο σε ελληνικό σπίτι και συγκεκριμένα στο αρχοντικό του Ιωάννη Παπαρρηγόπουλου, γενικού Προξένου της Ρωσίας στην Αθήνα. Το έθιμο, σε αντίθεση με την υπόλοιπη Ευρώπη, άργησε να επεκταθεί στην χώρα μας. Μόλις την δεκαετία του τριάντα κάποια αστικά σπίτια άρχισαν να στολίζουν χριστουγεννιάτικο δέντρο, ενώ μεταπολεμικά το έθιμο διαδόθηκε ταχύτατα τόσο στις πόλεις όσο και



στην ύπαιθρο. Μια προσπάθεια να αντικατασταθεί το χριστουγεννιάτικο δέντρο με το ελληνοπρεπέστατο καραβάκι στα μέσα της δεκαετίας του εβδομήντα δεν ευοδώθηκε.

Πηγή: <https://www.sansimera.gr/articles/1033>

ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ ΚΟΤΣΑΡΗ

Ρούντολφ το ελαφάκι

Θα έχετε ακούσει έστω και μία φορά το γνωστό τραγούδι, που έγραψε ο Johnny Marks το 1939, βασιζόμενος στο παραμύθι «Rudolph the Red – Nosed Reindeer»

Το έτος 1939, όταν οι υπεύθυνοι της εταιρείας Montgomery Ward Company αποφάσισαν να βρουν ένα τρόπο για να κερδίσουν περισσότερα χρήματα, από τις πωλήσεις των βιβλίων ζωγραφικής. Έτσι, σκέφτηκαν να φτιάξουν το δικό τους. Ο Robert L. May, που εργαζόταν ως κειμενογράφος στην εταιρεία, ήταν γνωστός στους συναδέλφους του γιατί ήταν πολύ καλός στο να γράφει στιχάκια και ιστορίες για παιδιά. Επιλέχτηκε λοιπόν για να γράψει μια χριστουγεννιάτικη ιστορία, η οποία θα χρησίμευε ως διαφημιστική προώθηση για τα βιβλία ζωγραφικής που εισήγαγε η εταιρεία. Έτσι αποφάσισε να κάνει μια ιστορία σαν αυτή του ασχημόπαπου που

έγινε κύκνος. Καθώς έγραφε την ιστορία του, δοκίμασε διάφορες εκδοχές της με την τετράχρονη κόρη του Barbara, μέχρι να καταλήξουν μαζί σε μια που θεωρούσαν και οι δύο ικανοποιητική. Τότε, την παρουσίασε και στο αφεντικό του, στον οποίο δεν άρεσε αρχικά καθώς πίστευε ότι ένας τάρανδος με κόκκινη μύτη υποδήλωνε ότι έπινε αλκοόλ. Όταν όμως είδε και τα σκίτσα που σχεδίασε ο Denver Gillen, που εργαζόταν στο δημιουργικό τμήμα της Montgomery Ward, αποφάσισε να δώσει την έγκρισή του. Τον πρώτο χρόνο ο «Τάρανδος Ρούντολφ με την Κόκκινη Μύτη» πούλησε περίπου 2,4 εκατομμύρια αντίτυπα. Μέχρι το 1946 πάνω από 6 εκατομμύρια αντίτυπα της ιστορίας



είχαν διανεμηθεί από την εταιρεία, αριθμός πολύ εντυπωσιακός, δεδομένου ότι δεν εκτυπώθηκε κατά τη διάρκεια του Δευτέρου Παγκοσμίου Πολέμου.

Μετά τον πόλεμο, η ζήτηση για την ιστορία του συμπαθέστατου τάρανδου εκτινάχτηκε στα ύψη, με τη μεγαλύτερη ώθηση να δίνεται αφότου ο κουινιάδος του May και ραδιοφωνικός παραγωγός Johnny Marks, δημιούργησε και τη... μουσική εκδοχή της παιδικής ιστορίας.

Το τραγούδησε για πρώτη φορά ο Harry Brannon το 1948, όμως το παιδικό τραγουδάκι έγινε διάσημο όταν το είπε ο Gene Autry το 1949, πουλώντας 2,5 εκατομμύρια αντίτυπα μόνο εκείνη τη χρονιά.

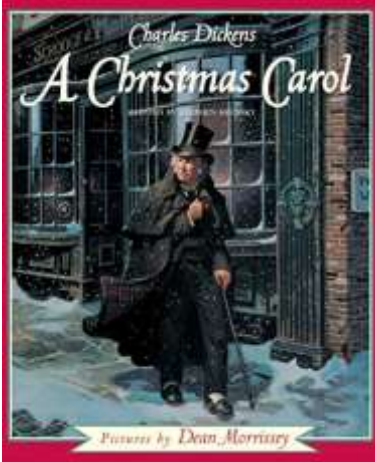
Πηγή : <https://www.helppost.gr>

**ΜΙΚΑΕΛΑ ΣΟΥΡΙΔΗ
ΖΩΗ ΚΙΡΜΑΝΙΔΟΥ**

ΠΑΡΑΔΟΣΗ—ΗΘΗ ΚΑΙ ΕΘΙΜΑ

Χριστουγεννιάτικες ιστορίες

Η Χριστουγεννιάτικη Ιστορία του Κάρολου Ντίκενς



Η Χριστουγεννιάτικη Ιστορία (πρωτότυπος τίτλος: A Christmas Carol) είναι μια νουβέλα του Άγγλου συγγραφέα Καρόλου Ντίκενς που πρωτοδημοσιεύτηκε στις 19 Δεκεμβρίου 1843.

Αναφέρεται στην ιδεολογική, ηθική και συναισθηματική μεταστροφή του παράξενου και τσιγκούνη Εμπενίζερ Σκρουτζ μετά την υπερφυσική επίσκεψη που δέχτηκε από τον πεθασμένο συνεταιίρο του Τζέικομπ Μάρλεϊ και από τα φαντάσματα των Χριστουγέννων του Παρελθόντος, του Παρόντος και του Μέλλοντος.

Η νουβέλα είχε άμεση επιτυχία και αποδοχή τόσο από το κοινό όσο και από τους κριτικούς.

Ο Καρυοθραύστης του Ε.Τ.Α Χόφμαν

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

Τη μάχη του Καρυοθραύστη 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.

Χριστουγεννιάτικα Διηγήματα του Αλέξανδρου Παπαδιαμάντη

Αντί περιεχομένων ένα αληθινό περιστατικό:

Πήγε ο Αλέξανδρος Παπαδιαμάντης στα γραφεία της εφημερίδας «Άκρόπολις» για να παραδώσει ένα χριστουγεννιάτικο διήγημα. Ο Στα-



μάτης Σταματίου δεν τον αναγνώρισε και μάλιστα σχημάτισε την εντύπωση ότι ήταν κάποιος άπορος που πήγε να πάρει τις δέκα δραχμές για τα Χριστούγεννα, όπως όλοι οι φτωχοί της εποχής. Ο Παπαδιαμάντης τις πήρε, αλλά ήθελε να δώσει και το κείμενό του. Ακολουθεί ο χαρακτηριστικός διάλογος στο πολυτονικό της καθαρεύουσας, όπως τον κατέγραψε Στ. Σταματίου:

«Κι' αυτά τί νά τὰ κάμω; Δέν τὰ θέλετε;

Καί μοῦ ἔδειχνε κάτι χαρτιά. Νόμισα πῶς ἦταν πιστοποιητικά ἀπορίας.

–Κράτησέ τα, τοῦ εἶπα, ἐμᾶς δέν μᾶς χρειάζονται.

Ἐσείστηκε, λυγίστηκε ὀλίγο, ἔκανε, σκυφτός νά φύγη, ξαναγύρισε.

–Τότε ἀφοῦ δέν σᾶς χρειάζονται αὐτά, ἐγὼ μὲ τί δικαίωμα θά πληρωθῶ;

–Δέν πειράζει, ἀρκοῦμεθα εἰς τὸν λόγον σας. Χριστούγεννα εἶναι τώρα.

–Ναί, ἀλλὰ ἂν δέν πάρετε αὐτά, ἐγὼ δέν μπορῶ νά πάρω χρήματα.

–Μά δέν τὰ παίρνετε ἐσεῖς τὰ χρήματα, σᾶς τὰ δίνουμε ἐμεῖς!...

–Ε, τότε, πᾶρτε κι' ἐσεῖς ἐτοῦτα ποῦ μοῦ τὰ ζητήσατε.

Καί τὰ ἄφησε σιγὰ καί μαλακὰ ἀπάνω στὸ τραπέζι. Ἐσκέφθηκα,

μήπως τοῦ ζήτησε τίποτα πιστοποιητικά τὸ λογιστήριο.

–Μά τί εἶναι, ἐπὶ τέλους αὐτά, τοῦ λέω, ποῦ πρέπει ἀπαραιτήτως νά τὰ πάρουμε;

–Τὸ διήγημα τῶν Χριστουγέννων, ποῦ μοῦ ἐζητήσατε.

–Τὸ διήγημα τῶν Χριστουγέννων... καί ποιὸς εἶσθε σεῖς;

–Ὁ Ἀλέξανδρος Παπαδιαμάντης!

–Ὁ ἴδιος;

–Ὁ ἴδιος καί ὀλόκληρος!

Ἔπεσε τὸ ταβάνι καί μὲ πλάκωσε, ἡ πέinna ἔφυγε ἀπὸ τὰ χέρια μου, ὅλα ἐκεῖ μέσα, εἰκόνες, καρτέκλες, βιβλία, ἐφημερίδες, σὰν νὰ στροβιλίσθηκαν γύρω μου καί ἔκανα ὦρα νά συνέλθω.

Ὁ Ἀλέξανδρος Παπαδιαμάντης! Αὐτὸς ὁ πρίγκηψ τῶν Ἑλλήνων λογογράφων, ποῦ τὸν φανταζόμουνα ἀκτινοβολοῦντα, γελαστόν, ὠραῖον, καλοντυμένον, εὐτυχῆ, γεμάτον ἐγωισμόν, ἄερα καί μεγαλοπρέπεια, αὐτός!... Αὐτὸς ὁ μαλακός, ὁ καλός, ὁ δειλός, ὁ φοβισμένος, καί τσαλακωμένος ἄνθρωπος, ποῦ στεκότανε μὲ συστολὴ μαθητοῦ

(Συνέχεια στη σελίδα 17)

ΠΑΡΑΔΟΣΗ—ΗΘΗ ΚΑΙ ΕΘΙΜΑ

Χριστουγεννιάτικες ιστορίες

(Συνέχεια από τη σελίδα 16)

έπιμελοϋς, εκεί ένώπιόν μου!... Αύτός, που μᾶς ἔδωκε γλύκες πνευματικές καὶ συγκινήσεις ψυχικές, που ἄνιστόρησε κόσμους θαλασσινοϋς, κι' ἔζωντάνεψε, ἔμπρός μας, ἄνθρώπους μακρυνοϋς κι' ἄγνωστοϋς, που τοϋς ἔκαμε δικοϋς μας, έντελῶς δικοϋς μας, σὰν νὰ περάσαμε μιὰ ζωὴ μαζί, αὐτὸς σὲ μιὰ τέτοια κατάστασι, ἐκεῖ ένώπιόν μου!... Τοῦ ἔσφιξα τὸ χέρι χωρὶς νὰ ἤμπορῶ οὔτε μιὰ λέξι νὰ προφέρω. Ἀπὸ τὴν ταραχὴ μου καὶ τὴ σασιμάρα μου οὔτε τὸ φῶς δὲν ἄναψα. Αἰσθάνθηκα ἓνα τρεμουλιαστὸ χέρι νὰ σφίγγῃ τὸ δικό μου καὶ τὸν ἔχασα μέσα εἰς τὸ σκοτάδι... "Ἐμεινε ὁμως πίσω μιὰ μοσχοβολιὰ κηριοῦ που λιώνει ἔμπρός στίς ἅγιες εἰκόνες, κάτι ἀπὸ τοῦ καντηλιοῦ τὸ σβύσιμο, κάτι ἀπὸ θυμιατοῦ πέρασμα μακρυνό, μακρυνό πολύ...»

Πηγή lifo

ΜΑΡΙΟΣ ΒΑΣΙΛΕΙΑΔΗΣ

Ἅγια Νύχτα (το τραγοῦδι)

Ἡ «Ἅγια Νύχτα» θεωρεῖται το πιο

διάσημο χριστουγεννιάτικο τραγοῦδι στον κόσμο. Σπουδαῖοι μουσουργοὶ ὅπως ο Βέρντι, ο Βάγκνερ καὶ ο Πουτσίνι αναγνώρισαν τὴ βαθιὰ θρησκευτικὴ τῆς δύναμη, ικανὴ νὰ συγκινεῖ κάθε ἄνθρωπο. Για πολλὰ χρόνια, ἡ δημιουργία τῆς αποδιδόταν λανθασμένα σε μεγάλους συνθέτες, ὅπως ο Μότσαρτ, ο Χάιντν ἢ ο Μπετόβεν.

Στὴν πραγματικότητα, το τραγοῦδι



γράφτηκε ἀπὸ τον Γιόζεφ Μορ καὶ μελοποιήθηκε ἀπὸ τον Φραντς Γκρούμπερ. Ακούστηκε για πρώτη φορὰ τὴν ἡμέρα των Χριστουγέννων του 1818, στὴν ἐκκλησία του Ἁγίου Νικολάου στο μικρὸ αὐστριακὸ χωριὸ Ὁμπερντορφ. Ο Μορ εἶχε συνθέσει τοὺς στίχους δύο χρόνια

πριν καὶ, τὴν παραμονὴ των Χριστουγέννων, ζήτησε ἀπὸ τον Γκρούμπερ νὰ δημιουργήσῃ μιὰ ἀπλὴ μελωδία για κιθάρα, ἐπειδὴ το ἐκκλησιαστικὸ ὄργανο εἶχε χαλάσει — λέγεται πως το εἶχαν φθεῖρει τα ποντίκια.

Ἡ ιστορία αὐτὴ ἐπιβεβαιώθηκε μόλις το 1995, ὅταν βρέθηκε μιὰ παρτιτούρα με τὴν υπογραφή του Γκρούμπερ στὴ μουσικὴ καὶ του

Μορ στοὺς στίχους. Παρ' ὅλα αὐτὰ, ὑπάρχουν ἐνδείξεις ὅτι στίχος καὶ μελωδία γράφτηκαν ἀπὸ κοινού το 1816. Μια ἀκόμη ἐκδοχὴ ἀναφέρει πως το τραγοῦδι ξεχάστηκε για χρόνια μέ-

χρι το 1825, ὁπότε ἓνας τεχνικὸς ὀργάνων ἀνακάλυψε τὴν παρτιτούρα καὶ το ἔκανε ξανά γνωστὸ. Σήμερα, υπολογίζεται πως ἔχει μεταφραστεῖ σε πάνω ἀπὸ 300 γλώσσες.

ΣΑΒΒΑΣ ΤΒΑΛΑΒΑΤΖΕ

Χριστουγεννιάτικες συνταγές

Μελομακάρονα – Παραδοσιακὴ Συνταγὴ

Υλικά για τα μελομακάρονα

Για τὴ ζύμη:

1 φλ. ελαιόλαδο

1 φλ. σπορέλαιο

½ φλ. ζάχαρη

½ φλ. χυμὸ πορτοκαλιοῦ

Ξύσμα ἀπὸ 1 πορτοκάλι

¼ φλ. κονιάκ (ἢ ἄλλο μπράντι)

1 κ.γ. μπέικιν πάουντερ

1 κ.γ. σόδα μαγειρικὴ

1½ κ.γ. κανέλα

½ κ.γ. γαρύφαλλο

4–4½ φλ. αλεύρι για ὅλες τις χρήσεις (ὅσο πάρει ἡ ζύμη)

Για το σιρόπι:

2 φλ. νερό

2 φλ. ζάχαρη

1 φλ. μέλι

1 ξυλάκι κανέλας

1 φετούλα λεμόνι

Για το πασπάλισμα:

1 φλ. καρύδια χοντροκομμένα

Λίγη κανέλα

Εκτέλεση

1. Ετοιμάζουμε το σιρόπι

Σε κατσαρόλα βάζουμε νερό, ζάχαρη, κανέλα καὶ λεμόνι.

Μόλις πάρει βράση, χαμηλώνουμε τὴ φωτιά καὶ βράζουμε για 3–4 λεπτά.

Αποσύρουμε καὶ προσθέτουμε το μέλι.



(Συνέχεια στὴ σελίδα 18)

ΠΑΡΑΔΟΣΗ—ΗΘΗ ΚΑΙ ΕΘΙΜΑ

Χριστουγεννιάτικες συνταγές

(Συνέχεια από τη σελίδα 17)

Ανακατεύουμε μέχρι να διαλυθεί και αφήνουμε το σιρόπι να κρυώσει τελείως.

2. Ετοιμάζουμε τη ζύμη

Σε μεγάλο μπολ ανακατεύουμε ελαιόλαδο, σπορέλαιο, ζάχαρη, κονιάκ, χυμό και ξύσμα πορτοκαλιού.

Σε άλλο μπολ ανακατεύουμε αλεύρι, μπέικιν, σόδα, κανέλα, γαρίφαλλο. Προσθέτουμε σταδιακά το μείγμα αλευριού στο μείγμα λαδιού.

Ζυμώνουμε ελαφρά μέχρι να έχουμε μια μαλακή ζύμη που δεν κολλάει. (Μην τη ζυμώσετε πολύ!)

3. Πλάθουμε και ψήνουμε

Πλάθουμε οβάλ μελομακάρονα και τα χαράζουμε ελαφρά με ένα πιρούνι.

Τα τοποθετούμε σε ταψί με λαδόκολλα.

Ψήνουμε στους 170°C για 25-30 λεπτά μέχρι να ροδίσουν.

4. Σιροπιάζουμε

Μόλις βγουν ζεστά τα μελομακάρονα, τα ρίχνουμε στο κρύο σιρόπι για 5-10 δευτερόλεπτα.

Τα βγάζουμε και τα αφήνουμε σε πιατέλα.

5. Τελείωμα

Πασπαλίζουμε με τα καρύδια ανακατεμένα με λίγη κανέλα.

Προαιρετικά, περιχύνουμε με λίγο επιπλέον μέλι.

ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ ΑΡΚΟΥΜΑΝΗΣ

Κουραμπιέδες

Υλικά

500 γρ. (2 κούπες) βούτυρο αιγοπρόβειο, στο βαζάκι

1 κούπα ζάχαρη άχνη

2 κρόκοι αυγών

100 ml (1/2 κούπα) κονιάκ

1/4 κουτ. γλυκού γαρίφαλο σε σκόνη

2 κούπες αμύγδαλα, καβουρδισμένα στους 170°C για 6-8 λεπτά, χοντροσπασμένα, σε θερμοκρασία δωματίου

1.000 γρ. (9 γεμάτες κούπες) αλεύρι για όλες τις χρήσεις

1 κουτ. σούπας μπέικιν πάουντερ

1 κάψουλα βανιλίνη

Για την επικάλυψη

500 γρ. (4 κούπες) ζάχαρη άχνη

λίγο ανθόνερο, για το ράντισμα

1 Για τους παραδοσιακούς κουραμπιέδες της γιαγιάς, ρίχνουμε στον κάδο του μίξερ το βούτυρο και το χτυπάμε με το φτερό, σε μέτρια προς δυνατή



φωτιά, μέχρι να αφρατέψει και να γίνει λείο.

2 Προσθέτουμε την άχνη και χτυπάμε αρχικά σε χαμηλή ταχύτητα, μέχρι να ενωθεί με το βούτυρο, και στη συνέχεια σε σχετικά δυνατή για 15 λεπτά ή και περισσότερο, μέχρι να φτιάξουμε μια ωραία, λεία και πυκνή κρέμα.

3 Μετριάζουμε την ταχύτητα και προσθέτουμε τους κρόκους, έναν έναν, χτυπώντας καλά μετά από κάθε προσθήκη. Στη συνέχεια ρίχνουμε διαδοχικά το κονιάκ, το γαρίφαλο και τα αμύγδαλα, χτυπώντας καλά μετά από κάθε προσθήκη.

4 Προσθέτουμε σταδιακά το αλεύρι με το μπέικιν πάουντερ και τη βανιλίνη και χτυπάμε μέχρι να φτιάξουμε ένα ζυμάρι μαλακό και ιδιαίτερα εύπλαστο.

5 Πλάθουμε περίπου 50-60 κουραμπιέδες στρογγυλούς ή με

το κλασικό μακρουλό σχήμα σαν μισοφέγγαρο και τους αραδιάζουμε σε λαμαρίνα ή στο μεγάλο ταψί του φούρνου, στρωμένο με λαδόκολλα.

6 Για τους κουραμπιέδες, προθερμαίνουμε το φούρνο και ψήνουμε στους 200°C για 20-25 λεπτά, μέχρι να πάρουν απαλό χρώμα. Αν δεν χωράνε όλοι οι κουραμπιέδες στο ταψί, τους ψήνουμε σε δύο ή περισσότερες δόσεις.

Επικάλυψη

1 Ξεφουρνίζουμε τους κουραμπιέδες, τους αφήνουμε να κρυώσουν και τους ραντίζουμε με το ανθόνερο.

2 Τυλίγουμε τους κουραμπιέδες στην άχνη και τους τακτοποιούμε όμορφα σε πιατέλα, σε στρώσεις, πασπαλίζοντας κάθε στρώση με κοσκινισμένη άχνη. Διατηρούνται για καιρό σε αεροστεγές δοχείο.

ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΤΑΛΙΑΔΟΥΡΟΣ

Χριστουγεννιάτικα μπισκότα

Θα χρειαστούμε:

150 γρ. βούτυρο

70 γρ. ζάχαρη

1 αυγό

1 κ.γ. βανιλία ή ξύσμα λεμονιού



220 γρ. αλεύρι για όλες τις χρήσεις
1/2 κ.γ. μπέικιν πάουντερ

Εκτέλεση:

Σε μπολ χτυπάς το βούτυρο με τη

(Συνέχεια στη σελίδα 19)

ΠΑΡΑΔΟΣΗ—ΗΘΗ ΚΑΙ ΕΘΙΜΑ

Χριστουγεννιάτικες συνταγές

(Συνέχεια από τη σελίδα 18)

ζάχαρη, μέχρι να αφρατέψουν. Προσθέτεις το αυγό και τη βανίλια και ανακατεύεις. Ρίχνεις το αλεύρι και το μπέικιν πάουντερ. Ζυμώνεις

τη ζύμη μέχρι να γίνει μαλακή. Τυλίγεις τη ζύμη με μεμβράνη και την αφήνεις στο ψυγείο για 20-30 λεπτά. Ανοίγεις τη ζύμη σε λεπτό φύλλο και κόβεις με κουπ πατ. Ψήνεις

στους 170° για περίπου 10 λεπτά, μέχρι να ροδίσουν ελαφρά στις άκρες.

ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΠΑΠΠΑΣ



υπό-
ψιν
σας
ότι οι
δια-

φορετικές υφές θα σας δώσουν ένα υπέροχο αποτέλεσμα.

Πηγή : iefimerida.gr

ΜΙΚΑΕΛΑ ΣΟΥΡΙΔΗ



**Γυάλινα βάζα με φρούτα και πρασι-
νάδες:** Ένας εύκολος και όμορφος τρόπος να προσθέσετε χρώμα και φυσική αίσθηση στο σπίτι.

Χριστουγεννιάτικη διακόσμηση στα παράθυρα: Στολίστε τα παράθυρά σας για να δώσετε μια γιορτινή ατμόσφαιρα και μέσα και έξω από το σπίτι

Πηγή : mononews.gr

ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ ΑΡΚΟΥΜΑΝΗΣ

Πώς στολίζουμε το χριστουγεννιάτικο δέντρο ;

Έφτασε η στιγμή που θα στολίσεις το χριστουγεννιάτικο δέντρο και αυτή τη φορά θέλεις να είναι πραγματικά εντυπωσιακό.

Ποιο είναι το μυστικό για ένα εντυπωσιακό Χριστουγεννιάτικο δέντρο; Όλα ξεκινούν από το σχήμα. Αν αγοράσετε ένα καλοσχηματισμένο δέντρο, έχετε κάνει το πρώτο και πιο σημαντικό βήμα. Από εκεί και πέρα η πυκνότητα του είναι επίσης σημαντική καθώς αν υπάρχουν πολλά και μεγάλα κενά αυτό σημαίνει ότι χρειάζεστε πολύ περισσότερα στολίδια για να το στολίσετε.

Τα λαμπάκια

Από την στιγμή που στήσετε το δέντρο και ανοίξετε σωστά τα κλαριά

του, το πρώτο πράγμα που θα τοποθετήσετε πάνω του είναι τα λαμπάκια. Τα πιο εντυπωσιακά δέντρα έχουν πολλά λαμπιόνια πάνω τους. Ο στολισμός

Για να έχετε ένα ωραίο αποτέλεσμα θα πρέπει να σκεφτείτε το θέμα του στολισμού στο σπίτι σας, μέρος του οποίου είναι και το χριστουγεννιάτικο δέντρο. Στη συνέχεια καταλήξετε σε 2-3 συγκεκριμένα χρώματα που συνδυάζονται ωραία μεταξύ τους. Όσον αφορά στο δέντρο, αυτό που είναι σημαντικό είναι να είναι ομοιόμορφα στολισμένο σε κάθε σημείο. Δηλαδή, δεν στολίζετε μόνο στις άκρες των κλαδιών, αλλά και προς το εσωτερικό του. Επιπλέον, έχετε

Ιδέες χριστουγεννιάτικης διακόσμησης

Μικρά στολίδια (ρουχαλάκια): Κρεμάστε αυτά τα γλυκά στολίδια σε ένα κλαδί ή στο χριστουγεννιάτικο δέντρο για μια τρυφερή ατμόσφαιρα.

Γυάλες με φωτάκια: Τοποθετήστε φωτάκια σε γυάλες για μια ζεστή, χριστουγεννιάτικη ατμόσφαιρα, ειδικά αν δεν ανάβετε το τζάκι.

Μαυροπίνακας: Χρησιμοποιήστε έναν μαυροπίνακα για να γράψετε χριστουγεννιάτικες ευχές ή σκέψεις, προσκαλώντας και τα παιδιά να συμμετέχουν.

Καλάθι με φωτάκια: Στολίστε το καλάθι με τα ξύλα για το τζάκι με φωτάκια για επιπλέον χριστουγεν-

νιάτικη αίσθηση.

Χριστουγεννιάτικο στεφάνι: Τοποθετήστε ένα στεφάνι στην εξώπορτα ή και σε άλλες γωνιές του σπιτιού.

Κάδρο με στολίδια: Αντί για στεφάνι στην εξώπορτα, δημιουργήστε ένα διακοσμητικό χρησιμοποιώντας ένα κάδρο και χριστουγεννιάτικα στολίδια.

Φωτιστικό με χριστουγεννιάτικες μπάλες: Στολίστε το φωτιστικό πάνω από το χριστουγεννιάτικο τραπέζι με μπάλες και μικρά στολίδια.

Κόκκινο χρώμα στο σαλόνι: Χρησιμοποιήστε κόκκινα μαξιλάρια ή ράβερ για να προσδώσετε ζεστασιά στο χώρο.

ΠΑΡΑΔΟΣΗ—ΗΘΗ ΚΑΙ ΕΘΙΜΑ

Ποιος είναι ο Santa Claus ;

Ο Σάντα Κλάους (ο Αι-Βασίλης των Ελλήνων) είναι ο παραδοσιακός χορηγός των Χριστουγέννων που φέρνει δώρα στα παιδιά. Η δημοφιλής εικόνα του καλοαναθρεμμένου, γενιοφόρου και κοκκινοντυμένου κυρίου, βασίζεται σε δυτικές παραδόσεις που συνδέονται με τον Άγιο

Νικόλαο, τον προστάτη των ναυτικών.

Την παραμονή των Χριστουγέννων φορτώνει με παιχνίδια το έλκηθρό του που το σέρνουν οκτώ τάρανδοι και πετάει σ' όλο τον κόσμο. Σταματάει στο σπίτι κάθε παιδιού και κατεβαίνει από την καμινάδα για ν'



αφήσει τα δώρα και δροσίζεται με το γάλα και τα μπισκότα που του έχουν αφήσει τα παιδιά του νοικοκυριού.

Πηγή : sansimera.gr

ΜΑΡΙΟΣ ΒΑΣΙΛΕΙΑΔΗΣ

Πώς να φτιάξετε τον τέλειο χιονάνθρωπο ;



Φίλοι μου, βασικό συστατικό του χιονάνθρωπου, είναι το χιόνι. Για να φτιάξουμε λοιπόν έναν, θα πρέπει να χιονίσει. Επειδή δε βλέπω να χιονίζει άμεσα στο Παλαιό Φάληρο, θα σας συμβούλευα να κάνετε μια εκδρομή στο βουνό για να καταφέ-

ρετε να ακολουθήσετε τις οδηγίες μου.

Εάν βρείτε χιόνι, θα πρέπει να φτιάξετε τρεις χιονόμπαλες, τη μια πιο μεγάλη από την άλλη. Βάζετε τη μεγαλύτερη κάτω, τη μεσαία από πάνω της και τη μικρότερη στην κορυφή. Τώρα έχετε πόδια, σώμα κεφάλι.

Στη συνέχεια βρίσκετε τρεις πετρούλες και τις βάζετε κάθετα στη μεσαία χιονόμπαλα, ώστε να θυμίζουν κουμπιά. Χρησιμοποιείτε δυο κοντά ξύλα για χέρια, βάζοντας τα αριστερά και δεξιά στην ίδια μπάλα.

Δυο ακόμα μικρές πέτρες μπορούν να γίνουν τα μάτια, αν τα βάλετε στη μικρή μπάλα, στην κορυφή. Ιδανικό θα ήταν να κουβαλάτε μαζί κι ένα μικρό καρτότο, που θα μπορούσε να γίνει μια όμορφη γαμψή, πορτοκαλί μύτη. Τέλος, αν τύχει να έχετε πρόχειρο ένα σκουφάκι κι ένα κασκόλ, μπορείτε να ντύσετε με αυτά τον χιονάνθρωπο σας.

Κάντε ένα δυο βήματα πίσω, για να θαυμάσετε το δημιούργημά σας! Διορθώστε πιθανές λεπτομέρειες! Έτοιμος! Ώρα για να χιονοπόλεμο!

Πηγή : in2life.gr

ΦΟΙΒΟΣ ΣΤΕΡΓΙΟΥ

Έθιμα Πρωτοχρονιάς

Βασιλόπιτα

Το έθιμο αυτό απόλυτα συνδεδεμένο με την Πρωτοχρονιά, συγκεκριμένα γύρω της, οικογένειες, παρέες, συνάδελφους ακόμη και αγνώστους που ανταλλάσσουν ευχές και... «κυνηγούν» την τύχη του φλουριού. Σύμφωνα με την παράδοση, όταν ο Μέγας Βασίλειος ήταν επίσκοπος στη Καισαρεία της Μικράς Ασίας, ο έπαρχος της περιοχής θέλησε να μπει στην πόλη και να την λεηλατήσει. Όταν ο Έπαρχος άλλαξε γνώμη, κατ' άλλους αυτό έγινε ύστερα από θαυματουργική παρέμ-



βαση του αγίου Μερκουρίου και στρατιάς αγγέλων, ο άγιος διάταξε να φτιαχτούν ζύμες και μέσα τους να μπουν τα χρυσά και τα κοσμήματα και να μοιραστούν στους φτωχούς της πόλεως. Κατά μια άλλη εκδοχή ο Άγιος Βασίλειος, μη γνωρίζοντας σε ποιον ανήκει το κάθε κόσμημα, προκειμένου να μην αδικήσει κάποιον, χρησιμοποίησε τις ζύμες ώστε να μοιραστούν στην τύχη, παρόλαυτά όμως ο καθένας πήρε ξανά πίσω το δικό του!

Το ποδαρικό

Πολλοί άνθρωποι είναι πολύ προσεκτικοί ακόμα και σήμερα σχετικά με το ποιος θα κάνει ποδαρικό στο σπίτι τους, δηλαδή ποιος θα μπει πρώτος στο σπίτι τους τον καινούριο χρόνο.

Έτσι, από την παραμονή λένε σε κάποιον δικό τους άνθρωπο να κάνει το ποδαρικό συνηθώς προτιμούν ένα μικρό παιδί, γιατί τα παιδιά είναι αθώα και στην καρδιά τους δεν υπάρχει η ζήλια κι η κακία.

(Συνέχεια στη σελίδα 21)

ΠΑΡΑΔΟΣΗ—ΗΘΗ ΚΑΙ ΕΘΙΜΑ

Έθιμα Πρωτοχρονιάς

(Συνέχεια από τη σελίδα 20)

Η κρεμμύδα

Το σκυλοκρέμμυδο ή κρεμμύδα είναι αγριο και μοιάζει με μεγάλο κρεμμύδι. Τα ζώα δεν το τρώνε γιατί έχει δηλητήριο. 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 6 ο αιώνα π.Χ.

Χαρτοπαιξία

Αγαπημένο έθιμο των Ελλήνων τις μέρες της Πρωτοχρονιάς είναι να

Τα καλικαντζαράκια

Οι ιστορίες των καλικάντζαρων προέρχονται από πολύ παλιά, από αρχαίες ελληνικές δοξασίες, που με διάφορες παραλλαγές ανάλογα με την περιοχή, σώζονται ως λαϊκοί μύθοι μέχρι τις μέρες μας. Σύμφωνα με τη λαϊκή δοξασία, κατά το δωδεκαήμερο μεταξύ των Χριστουγέννων και των Φώτων, τις μέρες που τα νερά είναι «αβάφτιστα», οι καλικάντζαροι βγαίνουν από τη γη για να πειράξουν τους ανθρώπους και να τους ανακατέψουν τα σπίτια, διότι τους αρέσουν τα παιχνίδια και οι αταξίες.

Όλο το χρόνο, οι καλικάντζαροι ζουν στα έγκατα της γης και με ένα μεγάλο πριόνι προσπαθούν να κόψουν το δέντρο που κρατάει τη γη (παραλλαγή του μύθου του

δοκιμάζουν την τύχη τους. Εκτός από το κρατικό Λαχείο, υπάρχει επίσης η χαρτοπαιξία και τα ζάρια σε καφενεία, λέσχεις και σπίτια.

Στα σπίτια είναι έθιμο να παίζονται χαρτιά το βράδυ της Παραμονής της Πρωτοχρονιάς περιμένοντας την αλλαγή του χρόνου. Τα ποσά συνήθως είναι χαμηλά, τέτοια που να προσφέρουν απλά μια φιλική διασκέδαση χωρίς να στενοχωρούν τους χαμένους.

Διασκέδαση

Όλη την περίοδο των γιορτών ο κόσμος βγαίνει περισσότερο τα βράδια κι η κίνηση στα μπαρ και τα κλαμπ είναι αυξημένη. Ειδικά το βράδυ της παραμονής της Πρωτοχρονιάς γίνεται το αδιαχώρητο μετά τα μεσάνυχτα κι η κίνηση στους

δρόμους είναι τέτοια που τα αυτοκίνητα προχωρούν σημειωτόν. Η διασκέδαση συνεχίζεται μέχρι την ανατολή του ήλιου.

Πυροτεχνήματα

Τα τελευταία χρόνια έχουν καθιερωθεί τα πυροτεχνήματα στις κεντρικές πλατείες των πόλεων. Είναι με ευθύνη και διοργάνωση των δημοτικών αρχών που επίσης φροντίζουν για τον εορταστικό στολισμό των πόλεων, αλλά και τη διοργάνωση μουσικών εκδηλώσεων για την παραμονή της Πρωτοχρονιάς

Πηγή : newpost.gr

ΜΙΚΑΕΛΑ ΣΟΥΡΙΔΗ
ΣΤΕΛΜΑ ΣΩΠΑΣΗ



και πάλι εξαφανίζονται το ξημέρωμα, μόλις ο κόκορας λαλήσει τρεις φορές.

Πηγή : parentsgo.kidsgo.com.cy

ΜΑΡΙΟΣ ΒΑΣΙΛΕΙΑΔΗΣ
ΧΡΗΣΤΟΣ ΠΑΠΠΑΣ



ΟΙΚΟΛΟΓΙΑ - ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ

Φυτά των Χριστουγέννων

Ποϊνοέτιες (Αλεξανδρινά) – Poinsettia

Είναι συνήθως τα πρώτα Χριστουγεννιάτικα λουλούδια που έρχονται στο μυαλό μας, αλλά υπάρχουν πολλά περισσότερα, που μπορούν να εμπλουτίσουν μια γιορτινή διακόσμηση. Χωρίς καμία αμφιβολία είναι τα ομορφότερα και τα διασημότερα



Ποϊνοέτιες ή Αλεξανδρινά

Χριστουγεννιάτικα λουλούδια και προέρχονται από το Μεξικό. Η poinsettia πήρε το όνομά της το 1893 προς τιμήν του Αμερικανού πρέσβη στο Μεξικό J.R.Poinsett, ο οποίος, θαμπωμένος από την ομορφιά της, την έφερε στους κήπους των ΗΠΑ το 1829. Αιώνες πριν οι Αζτέκοι τη θεωρούσαν σύμβολο της αγνότητας και την χρησιμοποιούσαν σαν φαρμακευτικό φυτό για τον πυρετό. Πίστευαν επίσης ότι τα φύλλα της βράφτηκαν κόκκινα από το αίμα μιας θεάς, της οποίας η καρδιά ράγισε από αγάπη. Παρόλο που οι περισσότεροι θεωρούν ότι το Αλεξανδρινό είναι φυτό για μία μόνο χρονιά, με την κατάλληλη φροντίδα μπορεί να ζήσει και να ανθίζει για αρκετά χρόνια. Οι ποϊνοέτιες είναι χαρακτηριστικές από το χρώμα των φύλλων που τριγυρίζουν τα μικροσκοπικά της λουλουδάκια στο κέντρο, φύλλα που συνήθως είναι κόκκινα, αλλά και λευκά ή ροζ. Το ύψος τους ξεκινά από τα 15 εκατοστά και μπορούν εύκολα να ξεπεράσουν το ένα μέτρο κάτω από τις κατάλληλες συν-

θήκες.

Κυκλάμινο – Cyclamen

Το κυκλάμινο είναι ένα από τα πιο όμορφα φυτά του χειμώνα. Αν και υπάρχουν διάφορες ποικιλίες χρωμάτων για τα Χριστουγέννα πιο δημοφιλής είναι το κόκκινο και λευκό χρώμα των ανθέων.

Τα κυκλάμινα είναι απαιτητικά φυτά. Μισούν τη ζέση κι έχουν ανάγκη από υγρασία. Αυτός είναι κυρίως ο λόγος για τον οποίο δεν αντέχουν πολύ μέσα στα σπίτια μας. Τοποθετείστε τα λοιπόν σε δροσερό, φωτεινό σημείο, απαραίτητως μακριά από τις ακτίνες του ήλιου και φροντίστε ο χώρος να έχει αρκετή υγρασία.

Η φύτευση των βολβών του κυκλάμινου γίνεται το καλοκαίρι (Ιούλιος-Αύγουστος) και το φυτό ανθίζει από τα μέσα Σεπτεμβρίου μέχρι τα μέσα του χειμώνα, ανάλογα και με την ποικιλία.

Αμαρυλλίδα (Amaryllis belladonna)
Είναι ένα υπέροχο φυτό αυτής της περιόδου των Χριστουγέννων, με ομόκεντρα φύλλα και ένα μακρύ στέλεχος στο κέντρο, που στην κορυφή του αναπτύσσεται ένα μεγάλο, εντυπωσιακό άνθος σε χρώμα λευκό, ροζ, κίτρινο ή πορτοκαλί.

Δοκιμάστε να τις τοποθετήσετε, είτε μονές είτε τρεις μαζί, μέσα σε δοχεία. Καλύψτε την περιοχή γύρω από το βολβό με βρύα, προσθέτοντας ασημένιες ή χρυσές χριστουγεννιάτικες μπάλες.

Αστέρι της Βηθλεέμ ή Ορνιθόγαλο (Ornithogalum Umbellatum)

Το ορνιθόγαλο (Ornithogalum umbellatum) ή Αστέρι της Βηθλεέμ, είναι ένα χαμηλό βολβώδες φυτό, που ανθίζει την άνοιξη και συναντά-

ται κυρίως στην περιοχή της Μεσογείου αλλά και στη Βόρεια Αμερική, όπου καλλιεργείται σε κήπους. Ανήκει στην οικογένεια Liliaceae και έχει σκληρά, δύσκαμπτα φύλλα, που μοιάζουν με γρασίδι και μια συστάδα από άσπρα αστεροειδή άνθη που στο πίσω μέρος τους στιγματίζονται με πράσινο χρώμα. Το φυτό αυτό εξαπλώνεται εύκολα όπως τα αγριόχορτα και οι βολβοί του μαγειρεύονταν και χρησιμοποιούνταν



Αστέρι της Βηθλεέμ

σαν τρόφιμο σε παλιότερες εποχές. Το άνθος έχει συνδεθεί με το άστρο που οδήγησε τους « μάγους » στη φάτνη (αστέρι της Βηθλεέμ).

Αρκουδοπούρναρο, Ίληξ ή Ου (Houx)

Με τα αγκαθωτά πράσινα φυλλαράκια και τους κόκκινους σφαιρικούς καρπούς, θεωρείται το άγιο φυτό των Ευρωπαίων και αποτελεί κλασικό θέμα στις γιορτινές κάρτες. Οι καρποί του είναι τοξικοί, όπως του γκι, και τα φύλλα του περιέχουν τεράστιες ποσότητες καφεΐνης, ιδιαίτερα σε κάποια από τα 600 είδη του. Φυτό ξεχωριστής σημασίας για τους Δρυΐδες, όπως και το γκι, αντιπροσώπευε με τους κόκκινους καρπούς του το ιερό αίμα της θεάς τους. Στη χριστιανική παράδοση οι καρποί του συμβολίζουν το αίμα του Χριστού και πιστεύεται ότι φύτευσε σε κάθε πατημασιά του.

(Συνέχεια στη σελίδα 23)

ΟΙΚΟΛΟΓΙΑ - ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ

Φυτά των Χριστουγέννων

(Συνέχεια από τη σελίδα 22)



Αρκουδοπούρναρο ή Ου

Λέγεται μάλιστα ότι ένας θάμνος από το φυτό έκρυψε τον Ιωσήφ, τη Μαρία και το Θείο Βρέφος στη φυγή τους προς την Αίγυπτο. Γι' αυτό και η Παναγία το ευλόγησε να είναι πάντα καταπράσινο και να συμβολίζει την αθανασία. Η χρήση του στη σύγχρονη εποχή, σαν στολίδι του σπιτιού, θεωρείται ότι προσελκύει καλοτυχία, ειρήνη και χαρά, συμβολίζοντας την απόλαυση, τον εορτασμό και την ευθυμία.

Γκι, Ιξός (Mistletoe)

Οι Άγγλοι, οι Βορειοευρωπαίοι και οι Αμερικανοί το θεωρούν γούρι και το κρεμούν έξω από τις πόρτες τους,

για να διώξει την κακοδαιμονία και να τους φέρει τύχη. Το γκι (ή ιξός, στην ελληνική του ονομασία) μπορεί να πρωταγωνιστεί στο γιορτινό διακοσμητικό σκηνικό, όμως η πιο σημαντική ιδιότητά του παραμένει αφανής. Από τις πρώτες δεκαετίες του περασμένου αιώνα το γκι βρέθηκε



Γκι ή Ιξός

γραμμένο στη λίστα των βοτάνων που πιθανόν, κατά τους επιστήμονες, να βοηθούν στη θεραπεία του καρκίνου, ιδιαίτερα του στήθους και των γυναικείων γεννητικών οργάνων. Οι μάγοι των Γαλατών Δρυίδων το έβραζαν σε χύτρες για να φτιάξουν το μαγικό τους φίλτρο, οι

μάγισσες του Μεσαίωνα το χρησιμοποιούσαν για τα ξόρκια τους, ενώ αρχαίοι Έλληνες και Ρωμαίοι το θεωρούσαν σχεδόν πανάκεια.

Ελάτη, Έλατο (Fir)

Το έθιμο του χριστουγεννιάτικου δέντρου ξεκίνησε μετά το Β' Παγκόσμιο Πόλεμο και σήμερα κάθε σπίτι στολίζει ένα τις γιορτινές ημέρες. Τα δέντρα δεν κόβονται από τα ελληνικά δάση, καθώς ένα μικρό μέρος εισάγεται από το εξωτερικό και το μεγαλύτερο μέρος παράγεται σε ιδιωτικές τεχνητές φυτείες που δημιουργήθηκαν ακριβώς γι' αυτό το σκοπό. Τα έλατα είναι αειθαλή φυτά με μεμονωμένες βελόνες σε σπειροειδή ή δίσειρη διάταξη, με επίπεδη διατομή και δυο λευκές γραμμές στην κάτω επιφάνειά τους. Τα κλαδιά αναπτύσσονται σε κανονικούς σπονδύλους ενώ η ανάπτυξή τους είναι πολύ αργή σε νεαρή ηλικία.

Πηγή : helppost.gr

ΕΥΑ ΚΑΣΙΔΙΑΡΗ
ΜΥΡΣΙΝΗ ΨΥΧΑ

Φρούτα και λαχανικά του χειμώνα

Ακτινίδιο: Είναι ένα ιδιαίτερο σε μορφή και γεύση φρούτο, το οποίο περιέχει περισσότερη βιταμίνη C από οποιοδήποτε άλλο φρούτο. Περιέχει ακόμα κάλιο, μαγνήσιο, φώσφορο, ιχνοστοιχεία, ενώ κύριο χαρακτηριστικό του είναι οι φυτικές ίνες.

Προσφέρει λόγω της αντιοξειδωτικής του αξίας αντιμικροβιακή προστασία. Οι φυτικές του ίνες συμβάλλουν στην καλύτερη πέψη, αλλά και λειτουργία του εντέρου. Βέβαια απαιτείται προσοχή, αφού τα σποράκια που περιέχει είναι επικίνδυνα και πρέπει να αποφεύγονται σε πα-

θήσεις όπως εκκολπωμάτωση, γαστρίτιδα, έλκος, ενώ το «τριχωτό» του δέρμα προκαλεί δερματικά αλλεργία σε πολλούς, που το αποφεύγουν για αυτό το λόγο.

Ένα μικρό ακτινίδιο 70 γραμμαρίων δίνει 45 θερμίδες και 2.1 γραμμάρια φυτικών ινών, ενώ αποδίδει πάνω από το 100% των ημερήσιων αναγκών σε βιταμίνη C.

Μανταρίνι: Το μανταρίνι ανήκει στα εσπεριδοειδή φρούτα και είναι μια πολύ καλή πηγή βιταμίνης C.

Έχει ένα διακριτικό άρωμα που το χαρακτηρίζει. Το μανταρίνι είναι επίσης πλούσιο σε ευεργετικά καρο-



τινοειδή. Δύο μέτρια μανταρίνια (συνολικά 100 γραμμαρίων) αποδίδουν περίπου 53 θερμίδες.

Μήλο: Το μήλο είναι ένα από τα χαρακτηριστικότερα φρούτα του χειμώνα, αν και το βρίσκουμε και τις άλλες εποχές.

Είναι καλή πηγή φυτικών ινών ίνες (3-5gr κυρίως με τη φλούδα) και πηκτίνης, στοιχείο που το καθιστά

(Συνέχεια στη σελίδα 24)

ΟΙΚΟΛΟΓΙΑ - ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ

Φρούτα του χειμώνα

(Συνέχεια από τη σελίδα 23)

χορταστικό. Είναι επίσης πηγή βιταμινών όπως Α & C και άλλων αντιοξειδωτικών (κυρίως φλαβονοειδή) ωφέλιμων για τον ανθρώπινο οργανισμό, αφού του προσφέρει αντιγηραντική, αγχολυτική και αντιπυρετική προστασία.

Μπανάνα: Η μπανάνα είναι ένα φρούτο που δίνει ενέργεια και το-

νώνει, ενώ λόγω της τρυπτοφάνης που περιέχει επηρεάζει τα επίπεδα σεροτονίνης του οργανισμού, προσφέροντας καλύτερη διάθεση.

Αποτελεί καλή πηγή βιταμίνης Α & C, καλίου και σιδήρου. Βοηθάει σε καταστάσεις όπως διάρροιες, αλλά και δυσκοιλιότητα. Είναι ίσως πιο πλούσια σε σάκχαρα και θερμίδες από άλλα φρούτα, αλλά αυτό σίγου-

ρα δεν την καθιστά και «παχυντική».

Αποτελεί καλό ενδιάμεσο σνακ ή ελαφρύ γευματίδιο πριν την άσκηση. Μία μέτρια μπανάνα 120 γραμμαρίων αποδίδει 110 θερμίδες, με πάνω από 3 γραμμάρια φυτικών ινών.

Πηγή : iatronet.gr

ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ ΠΑΠΠΑΣ

ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΠΑΠΠΑΣ

Οι ξηροί καρποί

Οι ξηροί καρποί είναι εξαιρετική πηγή πρωτεϊνών, υγιών λιπαρών, βιταμινών και μεταλλικών στοιχείων. Μερικοί από τους πιο δημοφιλείς ξηρούς καρπούς είναι τα φιστίκια, αμύγδαλα, κάσιους, καρύδια και φουντούκια. Κάθε είδος προσφέρει διαφορετικά θρεπτικά συστατικά, όπως:

Φιστίκια: 25,8 g πρωτεΐνης, 49,24 g λιπαρών και 8,5 g ινών ανά 100 g. Επίσης, περιέχουν ασβέστιο, μαγνήσιο και κάλιο.

Αμύγδαλα: 21,15 g πρωτεΐνης, 49,93 g λιπαρών και 12,5 g ινών ανά 100 g. Επίσης, περιέχουν βιταμίνη Ε και σημαντικά μέταλλα.



Κάσιους: 18,22 g πρωτεΐνης, 43,85 g λιπαρών και 3,3 g ινών ανά 100 g. Είναι πλούσια σε σίδηρο και μαγνήσιο.

Καρύδια: 15,23 g πρωτεΐνης, 65,21 g λιπαρών και 6,7 g ινών ανά 100 g. Πλούσια σε πολυακόρεστα λιπαρά και φλαβονοειδή.

Φουντούκια: 14,95 g πρωτεΐνης, 60,75 g λιπαρών και 9,7 g ινών ανά 100 g. Περιέχουν ασβέστιο και σίδηρο.

Παρά τα οφέλη τους, οι ξηροί καρποί έχουν υψηλές θερμίδες και η υπερκατανάλωση μπορεί να οδηγήσει σε αύξηση βάρους και πεπτικά προβλήματα. Ειδικά οι αλατισμένοι ξηροί καρποί μπορούν να προσθέσουν υπερβολικό νάτριο στη διατροφή, γι' αυτό είναι καλύτερο να προτιμώνται οι ωμοί ή χωρίς αλάτι.

Πηγή : iatropedia.gr

ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ ΑΡΚΟΥΜΑΝΗΣ

Το ρόδι

Η ροδιά είναι ένα μικρό δέντρο που μπορεί να φτάσει περίπου τα 6 μέτρα. Ρίχνει τα φύλλα της τον χειμώνα και έχει κλαδιά που μπορεί νατσιμπάνε γιατί είναι αγκαθωτά. Τα φύλλα της είναι μικρά και μακρόστενα, ενώ τα λουλούδια της έχουν έντονο πορτοκαλοκόκκινο χρώμα. Ο καρπός της, το ρόδι, είναι στρογγυλό-στην αρχή είναι πράσινο και όταν ωριμάσει γίνεται κόκκινο. Έχει σκληρή φλούδα και μέσα πολλούς σπόρους που είναι τυλιγμένοι σε ζουμερή, διάφανη σάρκα.



Η ροδιά μπορεί να μεγαλώσει σε πολλά είδη εδάφους, αρκεί να μην είναι πάρα πολύ φτωχό ή πολύ υγρό. Προτιμά όμως τα δροσερά και βαθιά εδάφη που κρατούν αρκετό νερό.

Τη φυτεύουμε στη μόνιμη θέση της το φθινόπωρο, χρησιμοποιώντας εμβολιασμένα μικρά δεντράκια περίπου δύο

ετών. Μπορεί να πολλαπλασιαστεί και με παραφυάδες ή μοσχεύματα. Μια νέα ροδιά αρχίζει να κάνει ρόδια γύρω στον τρίτο χρόνο και δεν

(Συνέχεια στη σελίδα 25)

ΟΙΚΟΛΟΓΙΑ - ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ

Το ρόδι

(Συνέχεια από τη σελίδα 24)

χρειάζεται μέλισσες για να γονιμοποιηθεί.

Είναι πολύ ανθεκτικό δέντρο και σπάνια παθαίνει ζημιές από έντομα. Της αρέσει το ζεστό κλίμα και δεν τα πάει καλά με το κρύο, την ομίχλη ή τους δυνατούς, παγωμένους ανέμους. Για να μεγαλώσει σωστά, πρέπει να φυτεύεται σε σημεία που έχουν πολύ ήλιο.

Από τις διάφορες μορφές της ξεχωρίζουν οι οξύκαρπες (ξινόρροδα) και οι γλυκόκαρπες (γλυκόρροδα). Οι καρποί της ροδιάς που συνεχίζουν την ωρίμανσή τους ακόμη και όταν κοπούν από το δέντρο, ωριμάζουν το φθινόπωρο και συλλέγονται

πριν αρχίσουν οι βροχές. Έπειτα, αποθηκεύονται σε ξηρό περιβάλλον.

Το ρόδι ως φρούτο έχει ιδιαίτερη γεύση, με αρκετές νότες συτυφάδας, γεγονός που αφήνει ασυγκίνητους κάποιους που επιλέγουν φρούτα με κριτήρια γεύσης.

Αυτοί, λοιπόν, που δεν αγάπησαν το ρόδι λόγω γεύσης, μάλλον δεν δοκίμασαν το ρόδι Ερμιόνης, ένα μοναδικό σε γλυκύτητα φρούτο, με αφράτους και μαλακούς σπόρους. Αν και ανήκει στην ίδια οικογένεια *Punica granatum*, η ποικιλία ρόδι Ερμιόνης διαφέρει από άλλες, όπως για παράδειγμα την ποικιλία wonderful, αφού η καλλιέργειά της ευο-

δώνεται σε ξηροθερμικές περιοχές. Από τη ροδιά χρησιμοποιούνται για τις φαρμακευτικές τους ιδιότητες η φλούδα που περιβάλλει τον καρπό, η σάρκα του καρπού με τα σπέρματα και ο φλοιός, που συγκομίζονται το φθινόπωρο.

Για να μη σκάσουν τα ρόδια, θα πρέπει να ποτίζετε τακτικά τη ροδιά τους θερμούς μήνες του καλοκαιριού. Αν δεν το κάνετε, η απότομη λήψη νερού από το φυτό κατά τις πρώτες φθινοπωρινές βροχές, θα κάνει τα ρόδια να σκάσουν.

Πηγή : enallaktikidراسi.com

ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ ΑΡΚΟΥΜΑΝΗΣ
ΝΟΕΛ ΚΑΣΟ

Τα ζώα των πολικών περιοχών

Η ΠΟΛΙΚΗ ΑΡΚΟΥΔΑ :

Η πολική είναι η μεγαλύτερη αρκού-



δα του πλανήτη. Έχει χρώμα άσπρο και ζει στις αρκτικές περιοχές. Το βάρος της φτάνει τα 650 κιλά .Το σώμα της εσωτερικά καλύπτεται από στρώμα λίπους και εξωτερικά από χοντρό και κοντό τρίχωμα. Τρίχωμα έχουν και τα πέλματά της για να μη γλιστρά στον πάγο. Τρέχει με ασυνήθιστη επιδεξιότητα στις παγωμένες περιοχές. Τρέφεται κυρίως με φώκιες και με τα υπόλοιπα ζώα αλλά και ψάρια των πόλων. Όπως και οι άλλες αρκούδες μπορεί να φάει και βρύα ή χόρτα . Δε διστάζει να επιτεθεί ακόμη και στον

άνθρωπο. Το θηλυκό γεννάει ένα ή δύο μικρά τα οποία μένουν μαζί της για περισσότερα από δύο χρόνια.

Η ΑΡΚΤΙΚΗ ΑΛΕΠΟΥ :



Η αρκτική αλεπού είναι το είδος που ζει στους πόλους του βόρειου ημισφαιρίου. Στο μέγεθος είναι λίγο μικρότερη από την αλεπού των εύκρατων περιοχών. Το χειμώνα δεν πέφτει σε χειμερία νάρκη όπως άλλα ζώα. Τρέφεται με σάπιο κρέας φάλαινας ή τα αποφάγια από τα θύματα των πολικών αρκούδων. Είναι περιζήτητη για το δέρμα της που το χειμώνα είναι άσπρο και το καλοκαίρι γίνεται γκριζό.

ΑΡΚΤΙΚΟΣ ΛΑΓΟΣ : Ζει στις βόρειες περιοχές του Καναδά και της Γροιλανδίας . Το μήκος του είναι όσο και του κοινού λαγού δηλαδή φτάνει στα 75 εκατοστά και το βάρος του τα 6 κιλά.

Το χρώμα της γούνας του είναι όλο το χρόνο λευκό εκτός από τις άκρες των αυτιών του που είναι σκουρόχρωμες. Χαρακτηριστικό γνώρισμά του η μεγάλη ταχύτητα .Φτάνει μέχρι τα 50-60 χλμ την ώρα. Εχθροί του είναι τα μεγάλα θηλαστικά.



Τρέφεται με βρύα και λειχήνες και τους θερινούς μήνες με χλόη και

(Συνέχεια στη σελίδα 26)

ΟΙΚΟΛΟΓΙΑ - ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ

Τα ζώα των πολικών περιοχών

(Συνέχεια από τη σελίδα 25)

εποχιακά φυτά που αντέχουν στις κλιματολογικές περιοχές των πόλων .Το θηλυκό γεννάει 2 φορές το χρόνο 3-4 μικρά

ΠΙΓΚΟΥΪΝΟΣ : Θαλάσσιο πουλί με το χαρακτηριστικό αστέιο περπάτημα. Στο ύψος φτάνει το 1 μέτρο και το βάρος του τα 30 κιλά. Η ράχη του είναι γκριζα και η κοιλιά του λευκή.

Όταν βρίσκονται στην ξηρά, στέκονται όρθιοι ή γλιστρούν με την κοιλιά και χρησιμοποιούν τις φτερού-

γες τους σαν κουπιά. Στο νερό χρη-



σιμοποιούν τα πόδια τους σαν πεδάλιο.

Τρέφονται με ψάρια , μαλάκια και μικρά θαλασσινά.

Για να βρουν την τροφή τους διανύουν μεγάλες αποστάσεις. Ωστόσο

μπορούν να μείνουν νηστικοί ακόμη και μήνες.

Τη φωλιά τους τη φτιάχνουν σε απότομες πλαγιές βράχων ή στις κορυφές νησιών. Το θηλυκό γεννάει από ένα ως τρία αυγά τα οποία επωάζουν για 40 μέρες και οι δύο γονείς. Οι πιγκουΐνοι ζουν σε μεγάλους πληθυσμούς στη νότια Αμερική (Παταγονία), στα νησιά Φώκλαντ και στην Ανταρκτική.

Πηγή : stamo2.tripod.com

ΜΙΚΑΕΛΑ ΣΟΥΡΙΑΗ



Η χειμέρια νάρκη των ζώων



Η χειμέρια νάρκη είναι μια βαθιά

κατάσταση αδράνειας που χρησιμοποιούν κάποια ζώα για να επιβιώσουν τον χειμώνα, όταν το κρύο είναι έντονο και η τροφή περιορισμένη. Κατά τη διάρκειά της, η θερμοκρασία του σώματος πέφτει σημαντικά, ο καρδιακός ρυθμός και η αναπνοή επιβραδύνονται και ο μεταβολισμός μειώνεται στο ελάχιστο. Ζώα όπως οι σκίουροι, οι σκάντζοχοιροι, οι νυχτερίδες και ορι-

σμένα τρωκτικά κάνουν πραγματική χειμέρια νάρκη, ενώ οι αρκούδες πέφτουν σε μια πιο ελαφριά μορφή βαθιάς νάρκης. Πριν από τη νάρκη, τα ζώα συσσωρεύουν λίπος και βρίσκουν ασφαλές καταφύγιο. Η περίοδος αυτή τελειώνει όταν ζεστάνει ο καιρός και η τροφή γίνει ξανά διαθέσιμη.

Πηγή: wikipedia.org

ΣΤΕΛΛΑ ΗΓΟΥΜΕΝΙΔΗ

ΕΠΙΣΤΗΜΕΣ

Τι είναι το ChatGPT ;

Το ChatGPT είναι μια τεχνητή νοημοσύνη που έχει φτιαχτεί για να μπορεί να συζητά με ανθρώπους με τρόπο φυσικό και κατανοητό. Δεν έχει συναισθήματα ή προσωπική σκέψη-στην πραγματικότητα είναι ένα πρόγραμμα που βασίζεται σε μαθηματικούς υπολογισμούς και δεδομένα. Παρ' όλα αυτά, χάρη στην εκπαίδευσή του πάνω σε τεράστιο όγκο κειμένων, έχει μάθει να αναγνωρίζει πώς μιλάμε, πώς διατυ-

πώνουμε ιδέες και πώς συνδέουμε τις λέξεις μεταξύ τους.

Η λειτουργία του στηρίζεται σε μια τεχνολογία που ονομάζεται Transformer, η οποία του επιτρέπει να «καταλαβαίνει» το νόημα μιας πρότασης και να δίνει απάντηση που ταιριάζει στο ύφος και στο θέμα της συζήτησης. Κάθε φορά που κάποιος γράφει κάτι, το ChatGPT το μετατρέπει σε έναν αριθμητικό κώ-

δικα, το επεξεργάζεται και στη συνέχεια δημιουργεί την απάντηση που θεωρεί ότι είναι η πιο λογική και χρήσιμη. Δεν σκέφτεται όπως ένας άνθρωπος — απλά υπολογίζει ποια λέξη είναι πιθανό να ακολουθήσει την προηγούμενη.

Παρόλα αυτά, οι δυνατότητές του είναι αρκετά εντυπωσιακές. Μπορεί να απαντά σε απορίες, να εξηγή

(Συνέχεια στη σελίδα 27)



ΕΠΙΣΤΗΜΕΣ

Τι είναι το ChatGPT ;

(Συνέχεια από τη σελίδα 26)

δύσκολες έννοιες με απλό τρόπο, να βοηθά κάποιον να μάθει κάτι καινούργιο, να γράφει κείμενα κάθε είδους, από απλά μέχρι δημιουργικά και περίπλοκα. Μπορεί επίσης να βοηθήσει σε θέματα προγραμματισμού, να γράφει κώδικα ή να λύσει τεχνικά προβλήματα. Προσαρμόζει τον τρόπο που γράφει ανάλογα με το πώς του μιλάς, κάτι που κάνει τις συζητήσεις πιο φυσικές.

Φυσικά, έχει και όρια. Δεν θυμάται παλιές συζητήσεις όταν τελειώσει η συνεδρία και δεν μπορεί να γνωρίζει

τι συμβαίνει στον πραγματικό κόσμο αν δεν του το πεις. Δεν έχει προσωπικές απόψεις βασισμένες σε εμπειρίες, επειδή πολύ απλά δεν έχει εμπειρίες. Μπορεί επίσης να κάνει λάθη, να παρερμηνεύσει κάτι ή να δώσει μια απάντηση που ακούγεται σωστή ενώ δεν είναι ακριβής.

Ο σκοπός του είναι να βοηθά. Είναι σχεδιασμένο για να κάνει πιο εύκολη την αναζήτηση πληροφοριών, τη συγγραφή κειμένων, τη μάθηση, την επίλυση προβλημάτων και γενικά την επικοινωνία. Παρόλο που δεν είναι άνθρωπος, μπορεί να λει-



τουργήσει σαν ένας χρήσιμος συνεργάτης που απαντά άμεσα και με τρόπο που οι περισσότεροι βρίσκουν ευχάριστο και κατανοητό.

Στην ουσία, το ChatGPT είναι ένα εργαλείο που έχει φτιαχτεί για να κάνει τη γλώσσα πιο προσιτή και τη γνώση πιο εύκολη να τη μοιραστεί κανείς. Μπορεί να μην έχει δική του σκέψη ή συναισθήματα, αλλά μπορεί να βοηθήσει σε πολλά, αρκεί να του ζητήσεις το σωστό πράγμα με τον σωστό τρόπο.

ΝΙΚΟΛΑΣ ΜΑΝΕΣΗΣ

Πώς μπορούμε να δημιουργήσουμε εκπαιδευτικό βίντεο με την Τεχνητή Νοημοσύνη;

(Συνέχεια από τη σελίδα 1)

Θα ξεκινήσουμε ένα νέο βίντεο στο Vidnoz, θα επιλέξουμε το μέγεθος της οθόνης του και θα ανεβάσουμε το avatar που επιλέξαμε. Θα εισάγουμε σε κάθε σκηνή του

βίντεο την εικόνα που θέλουμε, καθώς και το avatar.

Θα αντιγράψουμε τις διηγήσεις που πρότεινε το ChatGPT με όποιες διορθώσεις θέλουμε στο Vidnoz.

Αν το βίντεο που δημιουργήσαμε



είναι

μικρότερο από 2 λεπτά, ζητάμε από το Vidnoz να το δημιουργήσει.

Καλή επιτυχία.

ΜΑΡΙΟΣ ΒΑΣΙΛΕΙΑΔΗΣ

ΔΙΑΣΚΕΔΑΣΗ

Ταινίες που προτείνουμε



Η πρώτη ταινία που μπορώ να σκεφτώ για τα Χριστούγεννα

είναι το κλασικό

«Μόνος στο σπίτι» ή στα αγγλικά «Home Alone»

Μπορεί να έχει γυριστεί το 1990 και να μας φαίνεται λίγο παλιά αλλά είναι από τις αγαπημένες μου.

Υπόθεση: Οι γονείς του Κέβιν φεύ-

γουν ταξίδι στο Παρίσι, παραμονές Χριστουγέννων και τον ξεχνούν στο τεράστιο σπίτι τους στο Σικάγο. Όταν αντιλαμβάνονται την απουσία του, δε μπορούν να κάνουν κάτι γιατί βρίσκονται στον αέρα. Ο Κέβιν καταλαβαίνει πως έμεινε μόνος και αρχικά χαίρεται. Τρώει παγωτό, βλέπει ταινίες και γενικά κάνει ότι του απαγορεύει η μαμά του. Όμως καταλαβαίνει πως δυο ληστές θέλουν να μπουν στο σπίτι τους. Θα καταφέρει να τους ξεγελάσει; Θα καταφέρει να σώσει το σπίτι και τον εαυτό του;

Τα Χριστούγεννα λατρεύω να βλέπω

τις περιπέτειες του **Χάρι Πότερ**. Δεν είναι ακριβώς Χριστουγεννιάτικες ταινίες αλλά εμένα μου αρέσει πολύ να τις παρακολουθώ τότε. Εξάλλου σχεδόν σε όλες, υπάρχουν οι Χριστουγεννιάτικες διακοπές στη Σχολή Χόγκουαρτς, που σπουδάζει ο Χάρι, ενώ το Λονδίνο και η ομίχλη δημιουργούν μια όμορφη χειμωνιάτικη ατμόσφαιρα. Αγαπημένη μου είναι σίγουρα η πρώτη αλλά όποια κι από τις επτά αν δείτε θα νιώσετε το ίδιο. Καλή διασκέδαση

ΦΟΙΒΟΣ ΣΤΕΡΓΙΟΥ

(Συνέχεια στη σελίδα 28)



ΔΙΑΣΚΕΔΑΣΗ - ΨΥΧΑΓΩΓΙΑ

Ταινίες που προτείνουμε

(Συνέχεια από τη σελίδα 27)

Ο ΓΚΡΙΝΤΣ

Ο Γκριντς (The Grinch) είναι μια αμερικανική κωμική ταινία κινουμένων σχεδίων του 2018, βασισμένη στο κλασικό χριστουγεννιάτικο παραμύθι του Dr. Seuss,



"How the

Grinch Stole Christmas!". Ο Γκριντς, είναι ένα γκρινιάρικο και μοναχικό πλάσμα που μισεί τα Χριστούγεννα και ζει μοναχικά μέσα σε μια σπηλιά με μόνη συντροφιά τον πιστό του σκύλο Μαξ. Κάθε χρόνο τα Χριστούγεννα, οι κάτοικοι του Χούβιλ του χαλάνε την ήρεμη μοναχικότητά του, με τους μεγάλους, φωτεινούς και δυνατούς εορτασμούς τους. Όταν δηλώνουν πως θα κάνουν τα Χριστούγεννα 3 φορές πιο μεγάλα, ο Γκριντς καταλαβαίνει ότι υπάρχει μόνο ένας τρόπος να ξανακερδίσει την ηρεμία του. Να ντυθεί Άγιος Βασίλης και παρέα με τον Μαξ και έναν τάρανδο, να κλέψει τα Χριστούγεννα!

Όμως, μια μικρή και γενναία κοπέλα, η Σίντι Λου, αποφασίζει να συναντήσει τον Άγιο Βασίλη για να του ζητήσει, αντί να της φέρει δώρο, να βοηθήσει τη μητέρα της, η οποία εργάζεται σκληρά και μεγαλώνει

μόνη της τα παιδιά της. Καθώς προσπαθεί να τον βρει, καταλήγει — χωρίς να το γνωρίζει— να συναντήσει τον Γκριντς. Με την καλοσύνη και την ειλικρίνειά της, η Σίντι Λου επηρεάζει τον Γκριντς και τελικά τον βοηθά να αλλάξει στάση απέναντι στα Χριστούγεννα και στους ανθρώπους. Έτσι, του δείχνει πως το αληθινό πνεύμα των Χριστουγέννων δεν βρίσκεται στα δώρα και στα στολίδια, αλλά στην αγάπη, την προσφορά και τη συντροφικότητα. Με χιούμορ, συγκίνηση και εντυπωσιακή animation αισθητική, η ταινία περνάει ένα όμορφο μήνυμα για μικρούς και μεγάλους.

ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ

ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ ANTAMΣ

Η ταινία «The Addams Family» μιλά για μια οικογένεια που είναι διαφορετική από τις συνηθισμένες, αλλά πολύ αγαπημένη και ενωμένη. Ζουν όλοι μαζί σε μια μεγάλη, παλιά έπαυλη και έχουν παράξενα χόμπι και συνήθειες, που όμως για εκείνους είναι απολύτως φυσιολογικά. Παρόλο που φαίνονται λίγο... αλλόκοτοι, η οικογένεια νοιάζεται πραγματικά ο ένας για τον άλλον και στηρίζει κάθε μέλος της.

Η ιστορία ξεκινά όταν ο Γκόμεζ, ο πατέρας της οικογένειας, σκέφτεται συνέχεια τον αδελφό του, τον Fester, που έχει χαθεί εδώ και χρόνια. Ξαφνικά, εμφανίζεται ένας άντρας που μοιάζει πολύ με τον χαμένο αδελφό και λέει ότι είναι ο Fester. Η οικογένεια τον υποδέχεται με χαρά,

αν και στην αρχή κανείς δεν είναι σίγουρος αν είναι πραγματικά αυτός.



Ο «Fester» αρχίζει να περνά χρόνο με την οικογένεια και σιγά-σιγά δένεται μαζί τους. Του αρέσει η παρέα τους, η αγάπη που δείχνουν ο ένας στον άλλον και το πόσο ελεύθερα εκφράζονται. Όμως υπάρχουν άνθρωποι που θέλουν να εκμεταλλευτούν την κατάσταση και να τους πάρουν την έπαυλη. Έτσι, προσπαθούν να χρησιμοποιήσουν τον «Fester» για τα σχέδιά τους.

Παρά τις δυσκολίες, η οικογένεια Addams δεν εγκαταλείπει ο ένας τον άλλον. Καθώς η ιστορία προχωρά, αποκαλύπτεται ότι ο «Fester» είναι πολύ πιο κοντά στην οικογένεια από όσο νόμιζε ο καθένας. Με τη δύναμη της ενότητας και της αγάπης τους, καταφέρνουν να ξεπεράσουν τα εμπόδια και να μείνουν πιστοί σε αυτό που είναι.

Στο τέλος, η ταινία μας δείχνει πως, ακόμα κι αν μια οικογένεια φαίνεται διαφορετική ή παράξενη στα μάτια των άλλων, αυτό που έχει πραγματικά σημασία είναι η αγάπη, η αποδοχή και το ότι νοιάζεσαι για τους δικούς σου ανθρώπους.

ΝΙΚΟΛΑΣ ΜΑΝΕΣΗΣ

ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ

Ronaldo

Ο Κριστιάνο Ροναλντο πορτογαλικά: Cristiano Ronaldo dos Santos Aveiro, γενν. 5 Φεβρουαρίου 1 985)



είναι Πορτογάλος ποδοσφαιριστής, ο οποίος αγωνίζεται ως επιθετικός για την Αλ Νασρ Ριάντ και την Εθνική

Πορτογαλίας των οποίων είναι αρχηγός. Θεωρείται ως ένας από

(Συνέχεια στη σελίδα 29)

ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ

Ronaldo

(Συνέχεια από τη σελίδα 28)



τους καλύτερους παίκτες στην ιστο-

ρία του αθλήματος. Είναι κάτοχος του ρεκόρ κόσμου διεθνών συμμετοχών και τερμάτων. Ένας από τους πιο παραγωγικούς σκόρερ στην ιστορία του ποδοσφαίρου, είναι σύμφωνα με τη ΦΙΦΑ ο πρώτος όλων των εποχών σε επίσημους αγώνες με περισσότερα από 807 0] ενώ σύμφωνα με την RSSSF δεύτερος με περισσότερα

από 950.

Συμπεριλαμβανομένων και των φιλικών αγώνων το σύνολο είναι πάνω από 1.000.

ΜΙΧΑΗΛ ΔΑΚΟΠΟΥΛΟΣ

Μεταγραφές του καλοκαιριού

Το καλοκαίρι πέρασε και το μεταγραφικό παράθυρο έκλεισε. Όπως και κάθε άλλη χρονιά οι ομάδες φρεσκαρίστηκαν με νέες μεταγραφές. Λοιπόν οι 7 μεγαλύτερες μεταγραφές είναι οι εξής:

1. Florian Wirtz Bayer Leverkusen – Liverpool 135 εκατομμύρια ευρώ.
2. Alexander Isak Newcastle – Liverpool 145 εκατομμύρια ευρώ.
3. Ekitike Frankfurt – Liverpool 91 εκατομμύρια ευρώ
4. Frimpong Bayer Leverkusen – Liverpool 35 εκατομμύρια ευρώ
5. Sesko RB Leipzig – Manchester united 76,6 εκατομμύρια ευρώ
6. Gyokeres Sporting Cp – Arsenal 63,5 εκατομμύρια ευρώ
7. Kerkez Bournemouth – Liverpool 45 εκατομμύρια ευρώ

ΝΟΕΛ ΚΑΖΟ

Liverpool FC

Η Liverpool ιδρύθηκε το 1892. Έχει κερδίσει πάρα πολλά ματς στην έδρα της, που λέγεται Anfield. Το Anfield έχει περίπου 60.000 θέσεις. Έχει παρατσούκλι «The Reds». Έχει επίσης ύμνο, που ονομάζεται «You'll never walk alone».

Η καταπληκτική αυτή ομάδα έχει κατακτήσει 19 πρωταθλήματα Αγγλίας στην Premiere League. Τα τρόπαια που έχει είναι : 8 FA Cups, 10 League Cups και 16 Community Shields. Τα ευρωπαϊκά κύπελλα της

Liverpool είναι: 6 Champions League, 3 UEFA Europa League, 4 UEFA Super Cup, 1 FIFA Club World Cup.

Κάποιοι από τους σημαντικότερους προπονητές στην ιστορία της ομάδας είναι οι Bill Shankly, Bob Paistey, Kenny Palglish, Rafa Benitez και Jurgen Klopp. Από τους σημαντικότερους επίσης παίκτες στην ιστορία της ομάδας και του ποδοσφαίρου είναι οι Steven Gerrald, Kenny Dalglish, Ian Rush, John

Barnes, Robbie Fowler, Luis Suarez και Mohamed Salah.

ΓΙΑΝΝΗΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΙΔΗΣ



Παγκόσμιο Κύπελλο Ποδοσφαίρου 2026

Μέχρι στιγμής, 42 από τις 48 ομάδες έχουν εξασφαλίσει τη συμμετοχή τους στην τελική φάση του Παγκοσμίου Κυπέλλου του 2026, το οποίο θα διεξαχθεί σε ΗΠΑ, Καναδά και Μεξικό.

Διοργανώτριες χώρες (3)
ΗΠΑ - Μεξικό - Καναδάς

Ευρώπη (UEFA) (12)

Οι δώδεκα νικήτριες των προκριματικών ομίλων έχουν προκριθεί απευθείας:

Αυστρία - Βέλγιο - Κροατία - Αγγλία - Γαλλία - Γερμανία - Ολλανδία - Νορβηγία - Πορτογαλία - Σκωτία - Ισπανία - Ελβετία

Νότια Αμερική (CONMEBOL) (6)

Αργεντινή - Βραζιλία - Κολομβία - Εκουαδόρ - Παραγουάη - Ουρουγουάη

Ασία (AFC) (8)

Ιράν - Ιαπωνία - Ιορδανία - Νότια Κορέα - Κατάρ - Σαουδική Αραβία -

(Συνέχεια στη σελίδα 30)

ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ

Παγκόσμιο Κύπελλο Ποδοσφαίρου 2026

(Συνέχεια από τη σελίδα 29)

Ουζμπεκιστάν

Αφρική (CAF) (9)

Αλγερία - Πράσινο Ακρωτήριο - Ακτή

Ελεφαντοστού - Αίγυπτος - Γκάνα -

Μαρόκο - Σενεγάλη - Νότια Αφρική -

Τυνησία

Βόρεια, Κεντρική Αμερική & Καραϊ-

βική (CONCACAF) (3)

(Εκτός των διοργανωτριών χωρών)

Κουρασάο - Αϊτή - Παναμάς

Ωκεανία (OFC) (1)

Νέα Ζηλανδία - Αυστραλία

Ενώ ακόμα κάποιες χώρες παίζουν στα play-offs για να προκριθούν και

αυτές.

ΝΟΕΛ ΚΑΣΟ



ΨΥΧΑΓΩΓΙΑ

Αναζητώντας τις άκρες 2025 / 2026

(Συνέχεια από τη σελίδα 1)

ώρα του διαλείμματος οι μαθητές του σχολείου μας έδειξαν τι παιχνίδια παίζουν στον ελεύθερο τους χρόνο. Έπειτα πήγαμε και είδαμε τα σύνορα Ελλάδας Τουρκίας μαζί με τους συμμαθητές μας. Ύστερα πήγαμε στην πόλη των Φερών. Πήγαμε στην εκκλησία της Παναγίας Κοσμοσώτειρας. Στη συνέχεια γευματίσαμε στο εστιατόριο αστέρια των Φερών. Μόλις τελειώσαμε ήταν η ώρα να πάμε στο Μοναστηράκι. Εκεί κάναμε βαρκάδα στο Δέλτα του Έβρου, περάσαμε όλοι φανταστικά. Ήμασταν όλοι κουρασμένοι όμως ήμασταν τυχεροί γιατί φτάναμε στο ξενοδοχείο. Στις 19:00 δει-

πνίσαμε από εκεί και πέρα το πρόγραμμα μας ήταν ελεύθερο. Την δεύτερη ημέρα δηλαδή το Σάββατο φάγαμε πρωινό και κατευθυνθήκαμε προς το κάστρο του Πυθίου, μόλις τελείωσε η ξενάγηση πήγαμε στο Διδυμότειχο και πήγαμε στην εκκλησία του χρηστού. Έπειτα πήγαμε στο Σουφλί και επισκεφτήκαμε το μουσείο μεταξιού. Η επόμενη μας στάση ήταν στο δάσος της Δαδιάς, εκεί πήγαμε για περίπατο στο δάσος και παρακολούθησαμε ένα σύντομο βίντεο που έδειχνε ποια ζώα κατοικούν στο δάσος. Μετά από τόσο περπάτημα πεινάσαμε και πήγαμε να φάμε στο εστιατόριο κληματαριά στον κέντρο της Αλεξανδρούπολης. Ύστερα είχαμε λίγο

ελεύθερο χρόνο προτού επισκεφθούμε το Αρχαιολογικό μουσείο Αλεξανδρούπολης. Έπειτα πήραμε τον δρόμο προς το αεροδρόμιο της πόλης. Μπήκαμε στο αεροπλάνο και προσγειωθήκαμε ασφαλείς. Εκεί μας περίμενε ένα λεωφορείο που θα μας πήγαινε στην πλατεία Ντάβαρη. Η περιπέτεια μας τελείωσε το Σάββατο 22 Νοεμβρίου στις 23:30. Ήταν μία πολύ ωραία εμπειρία και μπορούσαμε να δούμε πως ζούσαν στα σύνορα της Ελλάδας. Πέρασα υπέροχα και θα ήθελα να ξαναπάω όχι όμως μόνος, αλλά με τα παιδιά που ήμασταν μαζί σε αυτήν την φανταστική εκδρομή σε ένα άκρο της Ελλάδας.

ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ ΑΡΚΟΥΜΑΝΗΣ

Ήξερες ότι...

1. Το σάντουιτς δεν ήταν εφεύρεση του λόρδου Σάντουιτς. Επινοήθηκε, όμως, για χάρη του, για να μη λερώνει τα χέρια του όταν έπαιζε χαρτιά και για να μπορεί να τρώει χωρίς να διακόπτει το παιχνίδι.

2. Μπανγκόκ σημαίνει «Χωριό που βρίσκεται δίπλα σε ρυάκι».

3. Το 1853 στη Σαρατόνγκα της Νέας Υόρκης, ένας πελάτης επέπληξε τον μάγειρα ενός εστιατορίου, ονόματι Τζορτζ Κραμ, ότι είχε κόψει πολύ χοντρές τις τηγανητές πατάτες. Τότε αυτός από αντίδραση τις ψιλόκοψε, φτιάχνοντας τα πρώτα τσιπς.

4.Ο αμερικανός Τζον Κέλογκ, διευ-

θυντής ιατρικού κέντρου στο Μίσιγκαν, επινόησε τα κορν-φλέικς για έναν ασθενή με χαλασμένα δόντια.

ΛΑΙΚΗ ΛΑΝΤΖΑΚΗ



ΨΥΧΑΓΩΓΙΑ

Σπαζοκεφαλιές

Ο διάσημος μάγος Στέφανος ανακοίνωσε πως θα κατάφερνε να περπατήσει πάνω σε μια λίμνη χωρίς να χρησιμοποιήσει κανένα απολύτως βοήθημα. Όντως τα κατάφερε.

Μπορείτε να σκεφτείτε πως ;

Απάντηση : Η λίμνη ήταν παγωμένη.—

Ο Κύριος Τάκης βγήκε για περίπατο χωρίς να πάρει ομπρέλα. Αν και δεν φορούσε καπέλο, δεν στάθηκε κάτω από κανένα υπόστεγο και δεν προστατεύτηκε με κανένα άλλο μέσο, δεν έβρεξε τα μαλλιά του. Ο κύριος Τάκης έχει μπόλικα μαλλιά.

Πως τα κατάφερε ;

Απάντηση : Δεν κατάφερε τίποτε σπουδαίο... Κανείς δεν είπε πως έβρεχε....—

Πως είναι δυνατόν να σταθείς πίσω ακριβώς από την μητέρα σου κι εκείνη ακριβώς πίσω από σένα ;

Απάντηση : Δεν έχετε παρά να σταθείτε πλάτη με πλάτη.

ΜΙΚΑΕΛΑ ΣΟΥΡΙΔΗ

1. Η μαμά του Γιώργου έχει τρία παιδιά. Το μικρότερο το λένε Θανάση. Το μεγαλύτερο Κώστα. Πώς λένε το τρίτο παιδί;

Απάντηση: Γιώργο —

2. Είμαι ελαφριά σαν πούπουλο, αλλά ακόμα και ο πιο δυνατός άνθρωπος δεν μπορεί να με κρατήσει πάνω από 5 λεπτά. Τι είμαι;

Απάντηση: Η αναπνοή —

Άμα βλέπω δεν το βλέπω και το βλέπω όταν δεν βλέπω. Τι είναι;

Απάντηση: Το όνειρο —

Τι μπορείς να αρπάξεις αλλά δε μπορείς να πετάξεις;

Απάντηση: Τη γρίπη

PENNY ΓΚΙΚΑ

Ανέκδοτα

Ο Γιώργος και η “έξυπνη” ζυγαριά

Η μαμά αγόρασε μια καινούργια ηλεκτρονική ζυγαριά, που μιλούσε κιόλας.

Ο Γιώργος θέλησε να τη δοκιμάσει. Ανεβαίνει πάνω και περιμένει να πει το βάρος του.

Η ζυγαριά κάνει μπιπ και λέει:

– Σε παρακαλώ... ανέβα ένας-ένας!

Ο Γιώργος πετάγεται πάνω:

– Μα εγώ είμαι μόνος μου!

Και η ζυγαριά ξαναλέει:

– Δεν μπορώ να το πιστέψω... άσε

με να κάνω επανεκκίνηση!

Ο Γιώργος φωνάζει στη μαμά:

– Μαμά, νομίζω η ζυγαριά σου έκανε... χιούμορ!

Ο μπαμπάς και το κινητό με... άποψη

Ο μπαμπάς του Κώστα αποφάσισε ότι ήρθε η ώρα να γίνει “μοντέρνος”.

Πήρε λοιπόν ένα καινούργιο κινητό.

Την πρώτη μέρα, ρωτάει τον Κώστα:

– Πώς ανοίγει η εφαρμογή για τη μουσική;

Ο Κώστας του δείχνει.

Μετά από λίγο ο μπαμπάς λέει:

– Δεν παίζεις!

– Γιατί;

– Μου έγραψε: “Ανεβάστε την ένταση”.

– Και την ανέβασες;

Ο μπαμπάς κουνάει το κεφάλι:

– Φυσικά! Είπα στο κινητό: “ΠΑΙΞΕ ΜΟΥΣΙΚΗ!” πιο δυνατά.

Ο Κώστας απαντάει απελπισμένος:

– Μπαμπά, η ένταση είναι κουμπί... όχι φωνή!

ΝΙΚΟΛΑΣ ΜΑΝΕΣΗΣ

Ο αδιάβαστος μαθητής

Στις σχολικές εξετάσεις ο δάσκαλος βλέπει προβληματισμένο τον Μπόμπο και του λέει:

- Μήπως σε στενοχωρεί η ερώτηση;

- Όχι, λέει εκείνος, η απάντηση!

Η συμπύκνωση

Ο δάσκαλος λέει στον μαθητή:

- Γιατί η έκθεσή σου, με θέμα “Το Γάλα” είναι τόσο μικρή; Δεν είχες τίποτε άλλο να γράψεις;

- Είχα, αλλά ήθελα να γράψω για το συμπυκνωμένο!!!

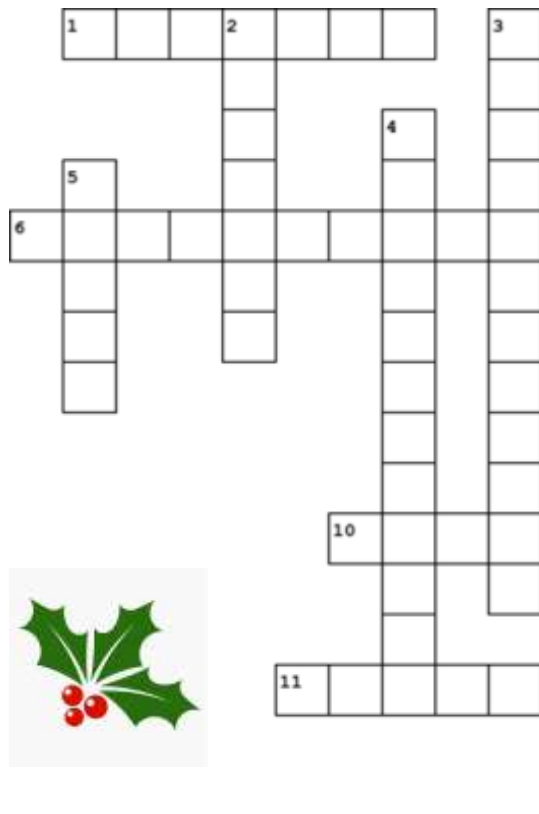
ΝΟΕΛ ΚΑΣΟ



ΜΙΚΑΕΛΑ ΣΟΥΡΙΔΗ

ΨΥΧΑΓΩΓΙΑ

Σταυρόλεξο - Sudoku



		5	3					
8								2
	7			1	5			
4					5	3		
	1			7				6
		3	2				8	
	6		5					9
		4						3
					9	7		

ΑΛΙΚΗ ΛΑΝΤΖΑΚΗ



ΟΡΙΖΟΝΤΙΑ

1. Τα παραδοσιακά τραγούδια που ψάλλουν τα παιδιά την παραμονή της γιορτής.
6. Το γλυκό του Αγίου Βασίλη που κόβεται την Πρωτοχρονιά και κρύβει ένα τυχερό φλουρί.
7. Ανταλλάσσουμε με τους αγαπημένους μας, συνήθως τοποθετημένο κάτω από το δέντρο.
10. Τα παραδοσιακά ελληνικά χριστουγεννιάτικα γλυκά με μέλι και καρύδια.
11. Το δέντρο που στολίζουμε και φωτίζουμε μέσα στο σπίτι κατά την εορταστική περίοδο.
12. Το μέσο με το οποίο ταξιδεύει ο Άγιος Βασίλης για να μοιράσει τα δώρα.

ΚΑΘΕΤΑ

2. Ουράνιο πλάσμα που έφερε το μήνυμα της Γέννησης στους ποιμένες.
3. Φιγούρα από συμπιεσμένο χιόνι, συχνά με καρότο για μύτη, που βρίσκεται έξω από τα σπίτια.
4. Η κύρια γιορτή που γιορτάζουμε τη γέννηση του Ιησού.
5. Το μέρος όπου γεννήθηκε ο Ιησούς, συχνά αναπαρίσταται με φιγούρες.
8. Ο πιο διάσημος τάρανδος του Αγίου Βασίλη, γνωστός για τη φωτεινή, κόκκινη μύτη του.
9. Η περιοχή όπου βρίσκεται το επίσημο χωριό του Αγίου Βασίλη.

ΚΑΛΗ ΕΠΙΤΥΧΙΑ

ΑΜΠΑΤΖΗΣ ΘΑΝΑΣΗΣ

