

Όλοι οι δρόμοι οδηγούν στο 4ο Γυμνάσιο

Συζήτηση με τον Δήμαρχο Κορινθίων, κο. Σταυρέλη

Συνεντεύξεις

Ανδρέας Πανούσης, εκπαιδευτικός
Παύλος Καλύβας, προπονητής βόλεϊ

Σπάμε τη σιωπή

Αφιέρωματα

Κόρινθος: Μία πόλη με μεγάλη ιστορία
πάτερ Νεκτάριος Μαρμαρινός

Τεχνητή νοημοσύνη

Σχολική Ζωή

Περιβάλλον

Οι αγρότες σε αδιέξοδο

Έρευνα: Αθλητισμός

Ελληνική γλώσσα

Η δύναμη των λέξεων

Δημιουργική γραφή

Βιβλιοπαρουσιάσεις Κριτικές

και πολλά ακόμα

<https://schoolpress.sch.gr/4gymkor>

Τίποτα δεν άλλαξε ακόμα
η δικαιοσύνη κάνει νοκ άουτ στον αγώνα
βασιλεύει το συμφέρον και το χρήμα
57 ψυχές χαθήκαν, είναι κρίμα!

Πετρούλα Κασαλμά & Εβίτα Μιγγολιού, (B2)

Πετρούλα Κασαλμά (B2)



Φρανσέσκα Μπέζα
Κλαούντια Λάσα
Αναστασία Κοτσόρογλου
Ιορδάνης Αδαμεικός
Ιριτένια Μίτσκα
Αφροδίτη Τσιώμα
Γεωργος Παπαδόπουλος
Νικόλαος Καραθεοδωρου
Καλλιόπη προφριόπου
Αλεξάνδρα Καπετανίου
Αναστασία Αδαμεική
Ελισάβετ Χασση
Δημήτριος Ασημαίου
Ελισάβετ Χασση
Σωκράτης Ιωάννης Καρασαββάς
Καραγεωργίου
Ελπίδα Χούπα
Νικόλαος Νολιμανιεύς
Συμμεριος Μασσαθις
Ομήτριος Οίκου
Σοφία - Ειρήνη Ταχμαζίδου
Βάσιος Βλάχος
Μία Μοχαμμάδ Edris
Αθηνά Κατσάρα
Ελεονορέ Ελενα
Δουμνίκα Σπυριδων
Βάια Μπαλέκα
Αυρέας Παυλίδης
Ιωάννης Βουτσινιάς
Μαρία Μουρετζακη
Βασίλειος Κώτσας
Ευάγγελος Μπουρναϊνης
Ιωάννης Τζοβάρια
Χρυσή Κουκαριώσου
Βασιλική Χλωφου
Μαρία Εξοτη
Μαρία Ηιορη
Γεωργιος Φωτοπαλος
Γεωργιος Κουτσαμπας
Βαζο Ραυλινι
Ευαγγελία Ντιο Σάντις
Ιωάννης Καριωτης
Γεωργιος Κυριακιδης

Η Παγκόσμια Ημέρα Ελληνικής Γλώσσας εορτάζεται την 9η Φεβρουαρίου προς τιμήν του εθνικού μας ποιητή Διονύσιου Σολωμού, ο οποίος έφυγε από τη ζωή στις 9 Φεβρουαρίου 1857. Στον "Υμνο εις την Ελευθερίαν" και σε όλο το ποιητικό του έργο απολαμβάνουμε την ελληνική δημοτική γλώσσα σε όλο της το βάθος και τον λεξιλογικό πλούτο.

Είμαστε τυχεροί ως λαός, γιατί η γλώσσα μας διατηρείται 3000 χρόνια ζωντανή και αρκετές λέξεις που χρησιμοποιούμε καθημερινά έχουν παραμείνει ίδιες, όπως ο ήλιος, η θάλασσα, η δημοκρατία. Είμαστε επίσης υπερήφανοι γιατί η ελληνική γλώσσα είναι η βάση των επιστημών, κυρίως της νομικής και της ιατρικής επιστήμης. Οι Ευρωπαίοι χρησιμοποιούν μεγάλο αριθμό ελληνικών λέξεων. Μάλιστα έχει υπολογιστεί ότι από τις 490.000 λέξεις της αγγλικής γλώσσας, οι 4.500 είναι ελληνικές!

Ο Διαγωνισμός Ορθογραφίας και Γλώσσας διοργανώνεται κάθε χρόνο και δίνει την ευκαιρία στους μαθητές να εμβαθύνουν τις γνώσεις του και να βελτιώσουν τη χρήση της ελληνικής γλώσσας. Ανεξάρτητα από τη διάκριση και το αποτέλεσμα, είναι μια εξαιρετική εμπειρία και θα θέλαμε να σας παροτρύνουμε να συμμετάσχετε κι εσείς τα επόμενα χρόνια. Απαραίτητη προϋπόθεση όμως είναι ν' αγαπάμε τα ελληνικά, να μελετάμε τις ρίζες και την ετυμολογία των λέξεων, να τηρούμε τους ορθογραφικούς κανόνες και να διαβάζουμε βιβλία.

Αγαπητοί αναγνώστες,

Ζούμε σε μια εποχή που αλλάζει γρήγορα. Η τεχνολογία εξελίσσεται, οι πληροφορίες μας κατακλύζουν, νέες ιδέες γεννιούνται καθημερινά. Μέσα σε αυτόν τον κόσμο που μεταμορφώνεται, το σχολείο παραμένει ο χώρος όπου μαθαίνουμε όχι μόνο γνώσεις, αλλά και αξίες.

Το φετινό μας τεύχος είναι αφιερωμένο σε σύγχρονους προβληματισμούς που μας αφορούν άμεσα. Από την Τεχνητή Νοημοσύνη και τη θέση της στη σχολική ζωή, μέχρι ζητήματα που αγγίζουν την καθημερινότητα και τις επιλογές μας, επιχειρήσαμε να δώσουμε χώρο στη σκέψη, στον διάλογο και στην υπεύθυνη έκφραση.

Η εφημερίδα μας δεν είναι απλώς μερικές σελίδες χαρτί. Είναι η φωνή μας. Είναι ο τρόπος να μοιραστούμε όσα μας απασχολούν, να εκφράσουμε απόψεις, να διαφωνήσουμε δημιουργικά και να αναζητήσουμε λύσεις. Είναι μια υπενθύμιση ότι οι μαθητές δεν είμαστε απλοί παρατηρητές των εξελίξεων — είμαστε ενεργοί πολίτες του αύριο.

Σε έναν κόσμο όπου οι μηχανές γίνονται όλο και πιο «έξυπνες», η ανθρώπινη σκέψη, η κριτική ικανότητα και η ενσυναίσθηση παραμένουν τα πιο πολύτιμα στοιχεία μας. Η γνώση αποκτά πραγματική αξία όταν συνοδεύεται από υπευθυνότητα και ήθος. Και αυτό είναι κάτι που καλλιεργείται μέσα από τη συνεργασία, τον σεβασμό και τη δημιουργικότητα.

Ευχαριστούμε όλους όσους συνέβαλαν στη δημιουργία αυτού του τεύχους — μαθητές και εκπαιδευτικούς — αλλά και εσάς που το διαβάζετε και στηρίζετε την προσπάθειά μας.

Ας συνεχίσουμε να γράφουμε, να σκεφτόμαστε, να ονειρευόμαστε. Γιατί το μέλλον δεν το περιμένουμε· το διαμορφώνουμε.

Με εκτίμηση,
Η Συντακτική Ομάδα

Συντακτική ομάδα

Τμήμα Α4

- Ανδριάντα Παρασκευά
- Μυρσίνη Φιλοπούλου

Τμήμα Β1

- Αγγέλου Φιλίππα
- Βενιέρης Σπύρος
- Βλαχοπούλου Νεφέλη
- Γιαμπουράνης Αλέξανδρος
- Δημητρακόπουλος Κωνσταντίνος

Τμήμα Β2

- Δρόσου Μαριαλένα
- Ζολώτα Αναστασία
- Κασαλά Πέτρούλα
- Μιγγολιού Εβίτα

Τμήμα Β3

- Μπάρτζη Αθηνά
- Μπιτσάκος Πέτρος
- Μπούνας Δημήτρης
- Μπούνας Πλάτωνας
- Πανούτσος Θανάσης
- Παπαφίλης Ιωάννης
- Παππά Αιμιλία
- Παπουτσή Νικολέτα
- Πολυχρονόπουλος Ιάσωνας
- Ράπτη Αγγελική
- Ρουμελιώτης Κων/νος
- Ρωμέση Παναγιώτα
- Σαΐσανά Δημήτρα

Τμήμα Β4

- Σινγκ Χάρμαν
- Στεργίου Μαρίνα
- Τζαμαλή Μαίρη
- Τσέρμος Γιώργος
- Τσιαντούλα Ιωάννα
- Φραγκογιάννης Μάξιμος

Τμήμα Γ1

- Γκιώκα Παρασκευή
- Μακ Κον Όλα Ιάσωνας
- Λιάππη Ευαγγελία
- Πάικου Αγγελική
- Παναγιωτακοπούλου Γεωργία - Μαρία
- Ρομοσού Κατερίνα
- Ρουμπέκας Νεκτάριος

Τμήμα Γ2

- Σούκουλη Παναγιώτα

Τμήμα Γ3

- Κλήμη Ανθή
- Κώστα Δήμητρα
- Λαζάρου Άρτεμις
- Λάμπα Καλλιόπη
- Λαμπρόπουλος Φίλιππος
- Λόζιου Νίκη
- Μαρκοπούλου Ειρήνη
- Μάστορη Μάρθα
- Μητροβασίλη Μιχαέλα
- Μοσχοπούλου Θεοδώρα

Τμήμα Γ4

- Μπόρση Πένυ
- Νάνου Κατερίνα
- Παλλίδη Μαρίνα
- Παππά Σήλια
- Πολυζώη Βικτωρία
- Οικονόμου Γιώργος
- Ορκοπούλου Λυδία
- Σάββα Θεοδώρα

Τμήμα Γ5

- Ταγγίρη Εύη
- Σαΐσανά Νάνσυ

Συμμετείχαν οι εκπαιδευτικοί:

- Δημητρακοπούλου Άννα, πληροφορικός (ΠΕ86)
- Καλομοίρη Ευγενία, φιλόλογος (ΠΕ02)
- Παπαδάς Κωνσταντίνος, φυσικός (ΠΕ04.01)
- Ρέλλου Βιολέττα, φιλόλογος (ΠΕ02)
- Τσώνη Μαρία, γεωλόγος (ΠΕ04.05)

Υπεύθυνη έκδοσης: Δημητρακοπούλου Άννα

Συμμετοχή στον 6ο Διαγωνισμό Ορθογραφίας και Γλώσσας για μαθητές Γυμνασίου Περιφέρειας Πελοποννήσου 2026

4 Φεβρουαρίου: 1η φάση προκριματικού

- Μαθητές και μαθήτριες διαγωνίστηκαν στο σχολείο μας στην ορθογραφία είκοσι τριών λέξεων μέσα σε μισή ώρα. Προκρίθηκαν από την Α τάξη ο Παπαδόπουλος Χ., από τη Β τάξη Αγγέλου Φ. & Μπούνας Δ. και από τη Γ τάξη Ανδρέου Κ., Κώστα Δ. & Μακκονόλα Ι.

7 Φεβρουαρίου: 2η φάση προκριματικού

- Οι έξι μαθητές διαγωνίστηκαν στα Εκπαιδευτήρια Απόστολος Παύλος μαζί με σχολεία της Αργολίδας, της Αρκαδίας, της Νεμέας, της Λακωνίας & της Μεσσηνίας για μία ώρα σε θέματα ορθογραφίας, ετυμολογίας, συνωνύμων, αντωνύμων και ένταξης λέξεων σε επικοινωνιακό περιβάλλον. Προκρίθηκαν για τον τελικό στις 14/2 ο Δημήτρης Μπούνας της Β τάξης και η Κώστα Δήμητρα της Γ τάξης. Τους ευχόμαστε καλή επιτυχία!

Το ταξίδι μου στον Παμπελοποννησιακό Διαγωνισμό Ορθογραφίας και Γλώσσας

Δημήτρης Μπούνας, Τμήμα Β3

Ο Παμπελοποννησιακός Διαγωνισμός Ορθογραφίας και Γλώσσας αποτελεί έναν θεσμό που διοργανώνεται κάθε χρόνο και δίνει την ευκαιρία σε μαθητές Γυμνασίου να δοκιμάσουν τις γλωσσικές τους γνώσεις μέσα από τρεις διαδοχικές φάσεις. Δεν πρόκειται απλώς για έναν διαγωνισμό ορθογραφίας· είναι μια ουσιαστική εμπειρία καλλιέργειας του λόγου, που απευθύνεται τόσο στους λάτρεις των βιβλίων όσο και σε όσους επιθυμούν να ενισχύσουν τις επικοινωνιακές τους δεξιότητες. Άλλωστε, αν δεν διαθέτεις έναν πλούσιο «θησαυρό» λέξεων, πώς θα εκφράσεις σωστά τον θησαυρό που κρύβεις μέσα σου;

Η πρώτη φάση του διαγωνισμού είναι ενδοσχολική και πραγματοποιείται το πρωί, στον χώρο του σχολείου. Οι συμμετέχοντες εξετάζονται προφορικά σε συγκεκριμένες λέξεις, με δύο μαθητές από κάθε τάξη —ή και περισσότερους σε περίπτωση ισοβαθμίας— να προκρίνονται στην επόμενη φάση. Το κλίμα είναι ανταγωνιστικό, αλλά ταυτόχρονα ενθαρρυντικό, καθώς όλοι έχουν την ευκαιρία να δοκιμάσουν τις δυνατότητές τους.

Η δεύτερη φάση, η μοναδική γραπτή, απαιτεί περισσότερα από σωστή ορθογραφία. Οι διαγωνιζόμενοι καλούνται να ανταποκριθούν σε ασκήσεις συνωνύμων και κατανόησης επικοινωνιακού πλαισίου, γεγονός που προϋποθέτει βαθύτερη γνώση της νέας ελληνικής γλώσσας και των κανόνων της. Κατά τη γνώμη μου, πρόκειται για την πιο απαιτητική φάση, καθώς από όλα τα σχολεία του νομού προκρίνονται μόλις τρεις μαθητές.

Η τρίτη φάση είναι ο μεγάλος τελικός, ο οποίος διεξάγεται κάθε χρόνο στον νομό του περσινού νικητή της Α Γυμνασίου. Φέτος πραγματοποιήθηκε στην Καλαμάτα. Κατάφερα να προκριθώ και, έτσι, ταξιδέψαμε έως εκεί, συνδυάζοντας τον διαγωνισμό με ένα όμορφο σαββατοκύριακο στην πόλη. Στον τελικό, οι διαγωνιζόμενοι ανεβαίνουν ένας - ένας στη σκηνή ενός σχολικού θεάτρου και εξετάζονται προφορικά μπροστά σε κοινό. Η διαδικασία μπορεί να διαρκέσει αρκετή ώρα, γεγονός που αυξάνει την πίεση και το άγχος. Ωστόσο, αυτή η εμπειρία συμβάλλει σημαντικά στην ανάπτυξη αυτοπεποίθησης και στην ικανότητα διαχείρισης απαιτητικών καταστάσεων.

Τελικά, κατέκτησα την πρώτη θέση στη δεύτερη φάση και τη δεύτερη θέση στην τρίτη. Νιώθω βαθιά ευγνωμοσύνη για όσα πέτυχα και σκοπεύω να συμμετάσχω ξανά την επόμενη χρονιά, καθώς τόσο η προετοιμασία όσο και ο ίδιος ο διαγωνισμός αποτέλεσαν μια μοναδική και αξέχαστη εμπειρία.

Σημαντική διάκριση μαθητή του σχολείου μας σε Διεθνές Τουρνουά Κολύμβησης

Μια ιδιαίτερα σημαντική αθλητική επιτυχία σημείωσε ο μαθητής της Γ Γυμνασίου του σχολείου μας, Οικονόμου Γεώργιος, ο οποίος διακρίθηκε σε διεθνές τουρνουά κολύμβησης που πραγματοποιήθηκε στο Sportbad NeckarPark, στην πόλη της Στουτγκάρδης στη Γερμανία.

Ο μαθητής μας, που προπονείται στον Ναυτικό Όμιλο Κορίνθου, συμμετείχε στη διοργάνωση εκπροσωπώντας επάξια τον σύλλογο του και την περιοχή μας. Με εξαιρετική προσπάθεια και αγωνιστικότητα κατάφερε να κατακτήσει την πρώτη θέση στο αγώνισμα των 200 μέτρων πρόσθιο, πετυχαίνοντας μια σπουδαία διάκριση σε διεθνές επίπεδο.

Η επιτυχία αυτή αποτελεί αποτέλεσμα της συστηματικής προπόνησης, της αφοσίωσης και της αγάπης του για την κολύμβηση. Παράλληλα, αποδεικνύει ότι η επιμονή και η σκληρή δουλειά μπορούν να οδηγήσουν σε σημαντικές διακρίσεις ακόμη και σε νεαρή ηλικία.

Το σχολείο μας συγχαίρει θερμά τον Γεώργιο για την επιτυχία του και του εύχεται να συνεχίσει με το ίδιο πάθος και την ίδια προσπάθεια να κατακτά νέους στόχους και διακρίσεις, κάνοντας περήφανους τόσο το σχολείο όσο και την πόλη μας.





Δράσεις του σχολείου μας κατά της σχολικής βίας και του εκφοβισμού

6 Μαρτίου σήμερα... Πανελλήνια Ημέρα κατά της Σχολικής Βίας και του Εκφοβισμού.

Ας αναλογιστούμε για λίγο: πόσες φορές έχει έρθει ένα παιδί στο σχολείο με φόβο; Πόσες φορές κάποιος έχει γελάσει εις βάρος ενός συμμαθητή του; Πόσες φορές κάποιος έμεινε σιωπηλός, ενώ ήξερε ότι αυτό που συμβαίνει είναι λάθος;

Ο σχολικός εκφοβισμός δεν είναι «πλάκα». Δεν είναι «αστείο». Είναι λέξεις που πληγώνουν, βλέμματα που μειώνουν και πράξεις που αφήνουν σημάδια. Σημάδια που πολλές φορές δεν φαίνονται, αλλά μένουν μέσα στην ψυχή ενός ανθρώπου για πολύ καιρό. Κανένα παιδί δεν πρέπει να νιώθει μόνο του μέσα στο σχολείο. Κανείς δεν πρέπει να φοβάται να μιλήσει, να εκφραστεί ή να είναι ο εαυτός του.

Η σιωπή όμως είναι ο μεγαλύτερος σύμμαχος του εκφοβισμού. Όταν βλέπουμε κάτι άδικο και δεν μιλάμε, του δίνουμε χώρο να συνεχίσει. Να θυμάστε ότι ο εκφοβισμός χρειάζεται μόνο ένα πράγμα για να συνεχιστεί. Τη σιωπή μας.

Η πραγματική δύναμη δεν είναι να κοροϊδεύεις κάποιον πιο αδύναμο. Η πραγματική δύναμη είναι να τον υπερασπίζεσαι. Να στέκεσαι πλάι του. Να λες «ως εδώ». Τη σημερινή ημέρα ας δώσουμε μια υπόσχεση: να κάνουμε το σχολείο μας έναν χώρο όπου ο σεβασμός, η καλοσύνη, η αποδοχή, η ενσυναίσθηση και η αλληλεγγύη είναι πιο δυνατά από τον φόβο και τη σιωπή.

Γιατί κάποιες φορές μια λέξη στήριξης ή ένα χαμόγελο μπορεί να αλλάξει ολόκληρη τη ζωή κάποιου. Και ίσως, αυτή η αλλαγή να ξεκινήσει σήμερα. Από εμάς!

A. Σαντιπαντάκη ΠΕΘ6 Σύμβουλος Σχολικής Ζωής

Ρία Σκευά

Σπάμε την σιωπή

Στην αυλή στέκει ένα παιδί σιωπικό,
με βλέμμα χαμένο και φόβο βαρύ, κρυφό.
Λέξεις σαν πέτρες το βρίσκουν ξανά,
γελάκια που πονάνε, καρδιά που χτυπά.

Κάθε πρωί ίδιος κόμπος στον λαιμό,
κάθε βήμα στο σχολείο μοιάζει βουνό.
Το όνομά του γίνεται πληγή,
και η φωνή του μια άφωνη κραυγή.

Στους τοίχους γράφεται πόνος βουβός,
σε μηνύματα κρύβεται πόνος κρυφός.
Τα μάτια ζητούν μια απάντηση απλή,
ένα χέρι, μια λέξη, μια στάση σωστή.

Μα συχνά και οι δάσκαλοι κοιτούν αλλού,
σαν να μην βλέπουν το παιδί που πονάει πού και πού.
Κι σιωπή τους, μαχαίρι κρυφό στην καρδιά,
πονάει πιο πολύ από όσα δεν λέχθηκαν ποτέ δυνατά.

Μα δεν είναι αδύναμο, ούτε μικρό,
έχει μέσα του φως δυνατό και ζεστό.
Η ψυχή του αντέχει, μα θέλει φωνή,
να ακουστεί, να σταθεί, να σωθεί.

Ένα «φτάνει» μπορεί να σταθεί,
σαν τοίχος μπροστά σε κάθε πληγή.
Κάθε φίλος που ακούει και στηρίζει,
μπορεί να σπάσει τα σκοτάδια στην ψυχή.

Το διαφορετικό δεν είναι ντροπή,
είναι χρώμα που αλλάζει την γη.
Όλοι μαζί μπορούμε να πούμε ξανά,
πως το bullying χάνει όταν υπάρχει καρδιά.

Ποίημα από τη μαθήτριά του Α4
Ανδριάνα Παρασκευά

Την Παρασκευή 6 Μαρτίου όλοι οι μαθητές μας συμμετείχαν σε δίωρο αφιέρωμα κατά της σχολικής βίας και του εκφοβισμού σε συνεργασία με το ΔΣΣΔ του Παιδαγωγικού Τμήματος του Πανεπιστημίου Ιωαννίνων. Το φετινό σύνθημα ήταν **ΜΠΑΙΝΩ ΣΤΗ ΘΕΣΗ ΤΟΥ ΑΛΛΟΥ ΚΑΙ ΛΕΩ ΟΧΙ ΣΤΗ ΒΙΑ ΚΑΙ ΤΟΝ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟ**.

Κι εμείς το συνεχίσαμε με τις φράσεις: **ΣΠΑΣΕ ΤΗ ΣΙΩΠΗ, ΔΙΩΞΕ ΤΗΝ ΟΡΓΗ, ΑΚΟΥ ΜΕ ΨΥΧΗ!** Ενθαρρύνοντας κάθε θύμα να μιλήσει αλλά και κάθε μαθητή να ελέγξει το θυμό που οδηγεί στην εκδήλωση βίας και τέλος δίνοντας έμφαση στην ενεργητική ακρόαση που αποτελεί θεμέλιο λίθο της αυθεντικής επικοινωνίας.

Με το θεσμό της Σχολικής Διαμεσολάβησης να εφαρμόζεται ευρέως από την αρχή της σχολικής χρονιάς, με τα βιωματικά εργαστήρια που έγιναν μέσα στο τελευταίο δίμηνο από Επισκέπτρια Υγείας στη Β' τάξη, την Ψυχολόγο και τον Κοινωνικό Λειτουργό του σχολείου μας στην Α' τάξη, και τα αφιερωμένα μαθήματα των Εργαστηρίων Δεξιοτήτων & άλλων μαθημάτων στην Ενσυναίσθηση από τις Συμβούλους Σχολικής Ζωής και καθηγητές του σχολείου μας, καταλήξαμε στην κοινή εκδήλωση κατά της σχολικής βίας, για να νιώσουμε τη χαρά της συνύπαρξης και της συνεργασίας μέσα από παιχνίδια, χορούς και συνθήματα.

Έτσι την 3η διδακτική ώρα αφού έγινε εισαγωγή στο νόημα της ημέρας από τις Συμβούλους Σχολικής Ζωής κα Παπατρέχα, φιλόλογο ειδικής αγωγής, και την κα Σαντιπαντάκη, καθηγήτρια Αγγλικών, μοιράστηκαν μπαλόνια με γράμματα στους μαθητές της Α' & Β' τάξης και σχημάτισαν λέξεις όπως: φιλία, συνεργασία, αγάπη, ενσυναίσθηση κ.α. Έπειτα έπαιξαν για λίγο το συμβολικό παιχνίδι της αλλαγής θέσης μέσα στον κύκλο με βάση διάφορα κριτήρια και σχημάτισαν μια αλυσίδα με μπαλόνια που προσπαθούσαν να τα συγκρατούν ανάμεσά τους προχωρώντας. Τέλος φώναξαν με μια φωνή το τριπλό σύνθημα του φετινού αφιέρωματος και έσπασαν ταυτόχρονα τα μπαλόνια τους σε μια συμβολική κίνηση-αποκορύφωμα της δράσης. (Το φούσκωμα και γράψιμο των μπαλονιών έγινε από τους μαθητές και τις μαθήτριες του Γ2).

Την 4η διδακτική ώρα η μαθήτριά της Α' τάξης Παρασκευά Ανδριανή διάβασε το ποίημά της **“Σπάμε τη σιωπή”** που έχει κατατεθεί στον 10ο παγκοσμίως μαθητικό διαγωνισμό λογοτεχνίας.



Έπειτα η χορευτική ομάδα με μαθητές από όλες τις τάξεις χόρεψε χασάπικο, χασαποσέρβικο και παραδοσιακό ζεϊμπέκικο πάνω σε στίχους ελληνικών λαϊκών τραγουδιών που εξυμνούν και εκφράζουν ανθρώπινες σχέσεις που τις διακρίνουν η ψυχική ειρήνη, η μακροθυμία, η αλλαγή στάσης, η αγωνιστικότητα, η συγχώρηση, που αναδεικνύουν τη σημασία και τη δύναμη της βλεμματικής επαφής, την άρση των εμποδίων της επικοινωνίας...

Στο τέλος της απλής αλλά συμμετοχικής μας εκδήλωσης ο διευθυντής έκλεισε τα ωραία μηνύματα με ματιές και προτάσεις για την επόμενη μέρα, για το αύριο των σχέσεων με τους συμμαθητές μας, που πρέπει όλοι να εισπράξουν και να κάνουν βίωμα την ειρηνική συνύπαρξη, τη φιλία, την αποδοχή και συνεργασία, τη μηδενική ανοχή στη βία. Η δράση ολοκληρώθηκε με έναν χορό που έσυραν σχεδόν όλοι οι μαθητές και καθηγητές ενωμένοι μέσα σε κλίμα χαράς και ευθυμίας. Μακάρι όλες οι μέρες στο σχολείο μας να έχουν τέτοια διάθεση και τέτοιο φωτεινό χρώμα!



Όταν το σχολείο γίνεται φόβος

Τα αίτια, οι συνέπειες και ο ρόλος του σχολείου και της οικογένειας στην αντιμετώπιση του σχολικού εκφοβισμού

Παρασκευή Γκιώκα & Ευαγγελία Λιάπση, Τμήμα Γ1

Ο σχολικός εκφοβισμός αποτελεί ένα πολύ συχνό φαινόμενο στη σύγχρονη εποχή. Παρατηρείται σε πολλές χώρες του κόσμου και ιδιαίτερα στην Ελλάδα. Για τον λόγο αυτό είναι απαραίτητο να ληφθούν μέτρα ώστε να περιοριστεί και, όσο γίνεται, να εξαλειφθεί. Πώς, λοιπόν, μπορούν να συμβάλουν τόσο το σχολείο όσο και ολόκληρη η κοινωνία στην αντιμετώπισή του;

Η σχολική βία είναι ένα σοβαρό κοινωνικό πρόβλημα που μπορεί να πάρει διάφορες μορφές. Πιο συγκεκριμένα, εκδηλώνεται ως σωματικός, λεκτικός, ψυχολογικός αλλά και διαδικτυακός εκφοβισμός. Τα αίτια αυτού του φαινομένου συχνά σχετίζονται με οικογενειακούς παράγοντες, όπως η έλλειψη επικοινωνίας μέσα στην οικογένεια, η βία στο σπίτι ή η παραμέληση των παιδιών από τους γονείς. Επιπλέον, σημαντικό ρόλο παίζουν και κοινωνικοί ή σχολικοί παράγοντες, όπως ο έντονος ανταγωνισμός, τα πρότυπα βίαιης συμπεριφοράς που προβάλλονται στα μέσα ενημέρωσης, αλλά και η έλλειψη σαφών κανόνων στο σχολικό περιβάλλον.

Ποιες όμως είναι οι συνέπειες αυτών των συμπεριφορών για τα θύματα αλλά και για τους θύτες; Καταρχάς, ο σχολικός εκφοβισμός έχει αρνητικές επιπτώσεις τόσο στη σωματική όσο και στην ψυχολογική υγεία των παιδιών. Συχνά προκαλεί συναισθήματα φόβου, άγχους, θυμού, ντροπής και χαμηλής αυτοεκτίμησης. Επιπλέον, επηρεάζει αρνητικά τη σχολική επίδοση και δυσκολεύει την κοινωνική ένταξη του ατόμου, δημιουργώντας προβλήματα στις σχέσεις με τους άλλους.

Με ποιον τρόπο, λοιπόν, μπορεί να περιοριστεί ο εκφοβισμός και να αποτραπουν αυτές οι αρνητικές συνέπειες; Αρχικά, από μικρή ηλικία τα παιδιά πρέπει να μαθαίνουν από τους γονείς τους την αξία του σεβασμού και της αποδοχής της διαφορετικότητας. Έτσι, τίθενται τα θεμέλια για τη διαμόρφωση υπεύθυνων και σωστά σκεπτόμενων πολιτών στο μέλλον. Παράλληλα, το σχολείο παίζει καθοριστικό ρόλο στη διαπαιδαγώγηση των παιδιών. Ο εκπαιδευτικός χώρος οφείλει να είναι ασφαλής και υποστηρικτικός, να ενθαρρύνει τη δημιουργικότητα και να καλλιεργεί το πνεύμα της δημοκρατίας. Επιπλέον, πρέπει να προάγει τη συνεργασία, τον αλληλοσεβασμό, την ισότητα και τη δικαιοσύνη.



Συμπερασματικά, η αντιμετώπιση του σχολικού εκφοβισμού αποτελεί ευθύνη όλων μας: της οικογένειας, του σχολείου και της κοινωνίας. Μόνο μέσα από τη συνεργασία και την καλλιέργεια αξιών μπορούμε να δημιουργήσουμε ένα σχολικό περιβάλλον στο οποίο κάθε παιδί θα αισθάνεται ασφαλές και αποδεκτό.

Τεχνητή Νοημοσύνη και σχολείο.

Ευκαιρίες και προβληματισμοί

Η μαθήτρια της Γ Γυμνασίου, **Σούκουλη Παναγιώτα (Γ2)** καταθέτει τις σκέψεις της για έναν από τους πιο σύγχρονους και επίκαιρους προβληματισμούς της εποχής μας: την Τεχνητή Νοημοσύνη στο σχολείο. Μέσα από το άρθρο της, εξετάζει τον ρόλο της στην εκπαιδευτική διαδικασία, αναδεικνύοντας τόσο τις δυνατότητες όσο και τους κινδύνους που συνοδεύουν τη χρήση της στη μαθητική καθημερινότητα.

Η Τεχνητή Νοημοσύνη απασχολεί τον άνθρωπο εδώ και πολλά χρόνια και αποτελεί πλέον αναπόσπαστο κομμάτι της καθημερινής μας ζωής. Πρόκειται για ένα σύγχρονο εργαλείο που διευκολύνει τον άνθρωπο σε πολλούς τομείς, μεταξύ των οποίων και η εκπαίδευση. Πολλοί μαθητές διαφορετικών τάξεων χρησιμοποιούν την Τεχνητή Νοημοσύνη ως βοήθημα στα μαθήματά τους, γεγονός που την καθιστά όλο και πιο σημαντική στη σχολική πραγματικότητα. Ωστόσο, η εκτεταμένη χρήση της μπορεί να οδηγήσει και σε εξάρτηση από αυτήν.

Η Τεχνητή Νοημοσύνη (AI) είναι ένας τομέας της πληροφορικής που ασχολείται με τη δημιουργία «έξυπνων» συστημάτων, τα οποία μπορούν να μαθαίνουν, να κατανοούν πληροφορίες και να λαμβάνουν αποφάσεις με τρόπο παρόμοιο με τον άνθρωπο. Στο σχολείο, η AI χρησιμοποιείται σε πολλές εφαρμογές που διευκολύνουν τη μάθηση, όπως οι ψηφιακοί βοηθοί που απαντούν σε ερωτήσεις μαθητών, εξηγούν δύσκολες έννοιες και υπενθυμίζουν σχολικές εργασίες.

Επίσης, υπάρχουν εκπαιδευτικές πλατφόρμες που προσαρμόζουν το μάθημα στο επίπεδο και τις ανάγκες κάθε μαθητή. Με αυτόν τον τρόπο, η μαθησιακή διαδικασία γίνεται πιο αποτελεσματική, χωρίς να αντικαθίσταται ο ρόλος του εκπαιδευτικού. Η χρήση της Τεχνητής Νοημοσύνης έχει πολλές θετικές επιδράσεις στο σχολείο. Αρχικά, προσφέρει εξατομικευμένη μάθηση, καθώς κάθε μαθητής μπορεί να μαθαίνει με τον δικό του ρυθμό.

Παράλληλα, υποστηρίζει το έργο των εκπαιδευτικών, βοηθώντας στη διόρθωση ασκήσεων και στην καλύτερη οργάνωση του μαθήματος.

Επιπλέον, διευκολύνει την πρόσβαση στη γνώση για μαθητές με μαθησιακές δυσκολίες και ενισχύει τη δημιουργικότητα και την έρευνα μέσα από σύγχρονα ψηφιακά εργαλεία. Ωστόσο, η Τεχνητή Νοημοσύνη δεν έχει μόνο θετικές πλευρές και δημιουργεί ορισμένους προβληματισμούς.

Ένας από τους βασικότερους κινδύνους είναι η υπερβολική εξάρτηση των μαθητών από αυτήν, η οποία μπορεί να οδηγήσει σε μείωση της προσωπικής προσπάθειας και της κριτικής σκέψης.

Επιπλέον, οι πληροφορίες που παρέχονται δεν είναι πάντα αξιόπιστες, ενώ προκύπτουν και ζητήματα ιδιωτικότητας και δεοντολογίας που απαιτούν προσεκτική διαχείριση.

Σε αυτό το πλαίσιο, ο ρόλος του σχολείου και των μαθητών είναι ιδιαίτερα σημαντικός. Το σχολείο οφείλει να καλλιεργεί τη σωστή και υπεύθυνη χρήση της Τεχνητής Νοημοσύνης, με την καθοδήγηση των εκπαιδευτικών. Παράλληλα, οι μαθητές χρειάζεται να αναπτύξουν ψηφιακό γραμματισμό και κριτική σκέψη, ώστε να αξιοποιούν την Τεχνητή Νοημοσύνη ως βοήθημα και όχι ως υποκατάστατο της προσωπικής τους προσπάθειας.

Συμπερασματικά, η Τεχνητή Νοημοσύνη μπορεί να επηρεάσει θετικά το σχολείο, αρκεί να χρησιμοποιείται με μέτρο και υπευθυνότητα. Η σωστή ισορροπία ανάμεσα στα οφέλη και στους κινδύνους είναι απαραίτητη, ώστε η Τεχνητή Νοημοσύνη να συμβάλει στη δημιουργία ενός πιο σύγχρονου, αποτελεσματικού και ανθρώπινου σχολείου του μέλλοντος.



Σύμμαχος ή απειλή;

Εβίτα Μιγγολιού (Τμήμα Β2)



Χρήσιμο εργαλείο ή απώλεια κριτικής σκέψης;

Αγγελική Πάικου & Γεωργία Παναγιωτακοπούλου, Τμήμα Γ1

Στη σύγχρονη εποχή, το ChatGPT χρησιμοποιείται όλο και περισσότερο από τους μαθητές στη σχολική τους καθημερινότητα. Πολλοί το αξιοποιούν για να λύσουν απορίες, να κατανοήσουν καλύτερα τα μαθήματά τους ή να ολοκληρώσουν πιο εύκολα τις σχολικές εργασίες. Έτσι, γεννιέται το ερώτημα αν το ChatGPT αποτελεί πραγματική βοήθεια στη μάθηση ή αν επηρεάζει αρνητικά την κριτική σκέψη των μαθητών.

Το ChatGPT είναι ένα εργαλείο Τεχνητής Νοημοσύνης που παρέχει άμεσες απαντήσεις και εξηγήσεις σε διάφορα θέματα. Οι μαθητές το χρησιμοποιούν κυρίως επειδή εξοικονομεί χρόνο και τους βοηθά σε απαιτητικά μαθήματα, όπως τα Μαθηματικά και η Φυσική. Επιπλέον, μπορεί να προσφέρει ιδέες για σχολικές εργασίες και να συμβάλει στη σωστή διατύπωση ενός κειμένου.

Ωστόσο, η υπερβολική χρήση του ενδέχεται να δημιουργήσει προβλήματα. Όταν οι μαθητές συνηθίζουν να λαμβάνουν έτοιμες απαντήσεις, μειώνεται η κριτική τους σκέψη και περιορίζεται η δημιουργικότητά τους. Αν μια εργασία αντιγράφεται χωρίς ουσιαστική κατανόηση, τότε η μάθηση χάνει την αξία της και ο μαθητής κινδυνεύει να εξαρτηθεί από το εργαλείο. Για τον λόγο αυτό, είναι σημαντικό τόσο το σχολείο όσο και οι μαθητές να χρησιμοποιούν το ChatGPT με σωστό τρόπο.

Οι εκπαιδευτικοί πρέπει να καθοδηγούν τους μαθητές και να τους ενθαρρύνουν να σκέφτονται κριτικά, ενώ οι ίδιοι οι μαθητές πρέπει να ελέγχουν τις πληροφορίες που λαμβάνουν και να συνδυάζουν τη χρήση του εργαλείου με προσωπική μελέτη. Το ChatGPT μπορεί να αποτελέσει ένα χρήσιμο βοήθημα, αρκεί να χρησιμοποιείται με μέτρο και υπευθυνότητα.

Τεχνητή νοημοσύνη, αποφάσεις και συναισθήματα.

Τι μπορεί πραγματικά να κάνει η ΤΝ;

Ο κύριος Πανούσης απάντησε στις ερωτήσεις μας και μας βοήθησε να κατανοήσουμε καλύτερα τη θέση της τεχνητής νοημοσύνης στον σύγχρονο κόσμο. Από τη χρησιμότητά της στην ιατρική και την εξερεύνηση του διαστήματος, μέχρι τα όριά της στη λήψη κρίσιμων αποφάσεων. Ο κύριος Πανούσης, καθηγητής Τεχνολογίας, μοιράστηκε μαζί μας τις απόψεις του με τρόπο απλό, κατανοητό και ουσιαστικό. Μιλήσαμε για το αν η ΤΝ μπορεί να αντικαταστήσει τον άνθρωπο, για το κατά πόσο μπορεί να μιμηθεί τη σκέψη και τα συναισθήματά μας, αλλά και για το ποιος πρέπει να ελέγχει τη λειτουργία της. Η συζήτηση μας άφησε με πολλά ερωτήματα, αλλά και με τη βεβαιότητα ότι η τεχνητή νοημοσύνη, όσο εντυπωσιακή κι αν είναι, πρέπει να παραμένει εργαλείο στα χέρια του ανθρώπου – και όχι το αντίστροφο. Διαβάστε παρακάτω όλη τη συνέντευξη και ανακαλύψτε πώς η τεχνολογία μπορεί να αλλάξει το μέλλον μας, αρκεί να τη χρησιμοποιούμε με σκέψη και υπευθυνότητα.

Πόσο χρήσιμη είναι η τεχνητή νοημοσύνη (ΤΝ) στον σύγχρονο κόσμο;

Η τεχνητή νοημοσύνη είναι εξαιρετικά χρήσιμη, αρκεί να χρησιμοποιείται με υπευθυνότητα. Ήδη εφαρμόζεται σε σημαντικούς τομείς, όπως η ιατρική, η εξερεύνηση του διαστήματος ή περιοχών που είναι δύσκολα προσβάσιμες για τον άνθρωπο, όπως τα βάθη της γης.

Πιστεύετε ότι η τεχνητή νοημοσύνη μπορεί να αντικαταστήσει τον άνθρωπο στην εργασία;

Θεωρώ ότι είναι δύσκολο να αντικατασταθεί πλήρως ο άνθρωπος. Η ΤΝ μπορεί να αυτοματοποιήσει κάποιες εργασίες, αλλά δεν μπορεί να προσφέρει την ανθρώπινη κρίση, δημιουργικότητα ή ηθική σκέψη που απαιτούνται σε πολλές επαγγελματικές δραστηριότητες.

Μπορεί ένα σύστημα ΤΝ να μιμηθεί την ανθρώπινη σκέψη;

Σε μεγάλο βαθμό, ναι. Τα σύγχρονα συστήματα ΤΝ μπορούν να αναλύουν δεδομένα και να παίρνουν αποφάσεις που μοιάζουν με ανθρώπινη σκέψη. Ωστόσο, αυτή η «σκέψη» βασίζεται σε αλγορίθμους και όχι σε πραγματική κατανόηση ή συνείδηση.

Θα εμπιστευόσασταν την ΤΝ για τη λήψη σημαντικών αποφάσεων;

Όχι απόλυτα. Μπορεί να είναι χρήσιμο εργαλείο, αλλά δεν είναι αλάνθαστη. Σε κρίσιμες αποφάσεις, όπως αυτές που αφορούν την υγεία ή τη ζωή μας, η ανθρώπινη κρίση είναι απαραίτητη. Οι μηχανές μπορεί να κάνουν λάθη ή να μην κατανοήσουν όλες τις παραμέτρους μιας κατάστασης.

Πιστεύετε ότι η ΤΝ μπορεί να αναπτύξει συναισθήματα, όπως η συναισθηματική νοημοσύνη του ανθρώπου;

Όχι, δεν είναι δυνατόν. Αν και μπορεί να «προσποιηθεί» συναισθήματα, στην πραγματικότητα

δεν έχει επίγνωση ούτε βιώνει συναισθήματα όπως ο άνθρωπος. Η συναισθηματική νοημοσύνη απαιτεί εμπειρία, ενσυναίσθηση και επίγνωση, κάτι που η ΤΝ δεν διαθέτει.

Πώς νομίζετε ότι θα επηρεάσει η ΤΝ την καθημερινότητά μας στο μέλλον;

Η ΤΝ θα αλλάξει την καθημερινότητά μας σε πολλούς τομείς, όπως οι μεταφορές, η εκπαίδευση, η εργασία και η υγεία. Θα προσφέρει ευκολίες αλλά και προκλήσεις, οπότε πρέπει να μάθουμε να τη χρησιμοποιούμε σωστά.

Είναι αλάνθαστη η ΤΝ;

Όχι, η τεχνητή νοημοσύνη δεν είναι αλάνθαστη. Αν και μπορεί να επεξεργάζεται τεράστιες ποσότητες δεδομένων με μεγάλη ταχύτητα και ακρίβεια, τα αποτελέσματά της εξαρτώνται από τα δεδομένα που της δίνουμε και τους αλγορίθμους που τη «διδάσκουν». Αν τα δεδομένα είναι ελλιπή, λανθασμένα ή προκατειλημμένα, τότε και τα αποτελέσματα μπορεί να είναι λανθασμένα. Για παράδειγμα, ένα διαγνωστικό σύστημα μπορεί να προτείνει μια πιθανή θεραπεία για κάποια ασθένεια, αλλά δεν μπορεί να αντικαταστήσει τον γιατρό, ο οποίος θα αξιολογήσει ολόκληρη την κατάσταση του ασθενούς με βάση την εμπειρία του. Γι' αυτό είναι πολύ σημαντικό να υπάρχει πάντα ανθρώπινη επίβλεψη και να μην βασιζόμαστε τυφλά στις αποφάσεις της ΤΝ. Χρειαζόμαστε μια ισορροπημένη συνεργασία ανθρώπου και μηχανής, ώστε να μειώνονται τα λάθη και να ενισχύεται η ασφάλεια.

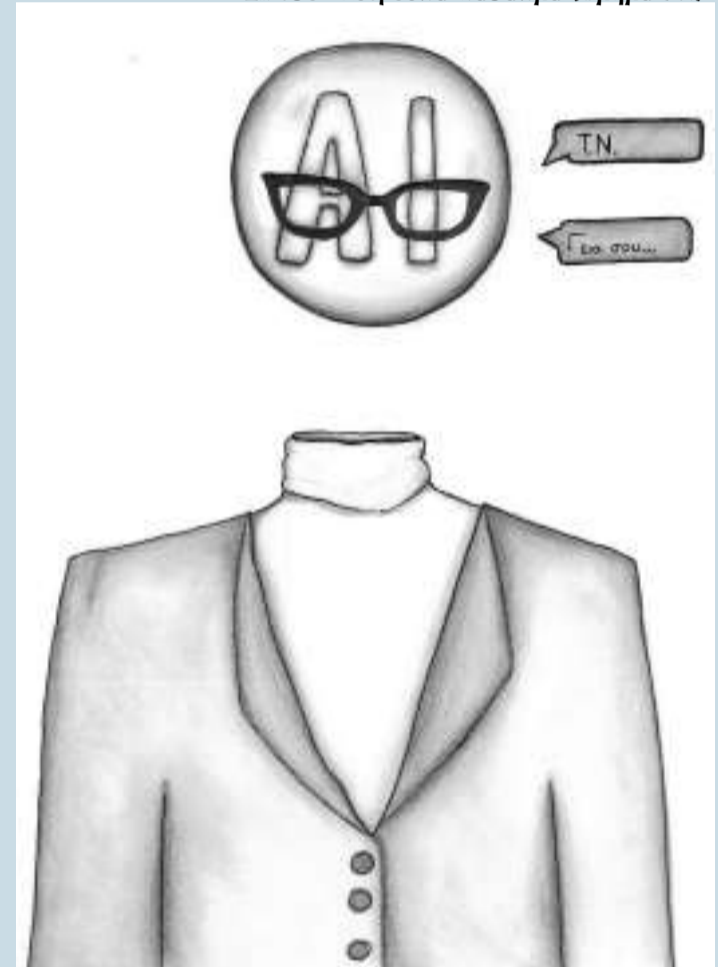
Ποιος πιστεύετε ότι πρέπει να είναι υπεύθυνος για την εποπτεία - έλεγχο της Τεχνητής Νοημοσύνης;

Η εποπτεία της τεχνητής νοημοσύνης είναι ένα πολύ σοβαρό ζήτημα και πρέπει να γίνεται από εξειδικευμένους και αξιόπιστους φορείς. Πιστεύω πως τόσο τα κράτη όσο και διεθνείς οργανισμοί

Ιωάννης Παπαφίλης & Πλάτωνας Μπούνας (Τμήμα Β3)

πρέπει να συνεργάζονται για τη δημιουργία νόμων και κανονισμών που θα διασφαλίζουν ότι η ΤΝ χρησιμοποιείται με ηθικό και υπεύθυνο τρόπο. Επιπλέον, πρέπει να υπάρχει διαφάνεια στον τρόπο με τον οποίο λειτουργούν τα συστήματα ΤΝ, ώστε να μπορούμε να κατανοούμε πώς λαμβάνουν αποφάσεις. Είναι σημαντικό να συμμετέχουν επίσης και επιστήμονες, πανεπιστήμια, ακόμα και πολίτες, ώστε να εξασφαλιστεί ένας δημοκρατικός έλεγχος και να αποφευχθεί η κατάχρηση της τεχνολογίας από λίγους.

Σκίτσο: Πετρούλα Κασαλά (Τμήμα Β2)



Tablet ή βιβλία στο σχολείο;

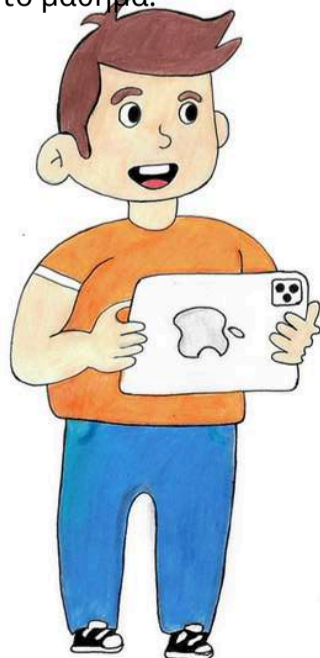
Τα τελευταία χρόνια η τεχνολογία έχει εισέλθει δυναμικά στη ζωή μας και, φυσικά, δεν θα μπορούσε να απουσιάζει από το σχολείο. Ένα θέμα που συζητείται όλο και περισσότερο είναι το αν οι μαθητές θα πρέπει να χρησιμοποιούν tablet αντί για τα παραδοσιακά σχολικά βιβλία. Πρόκειται για μια σημαντική αλλαγή, η οποία παρουσιάζει τόσο πλεονεκτήματα όσο και μειονεκτήματα.

Αρχικά, ένα ελαφρύ tablet μπορεί να αντικαταστήσει τα βαριά σχολικά βιβλία, με αποτέλεσμα οι μαθητές να μην κουβαλούν τσάντες μεγάλου βάρους. Αυτό συμβάλλει στην προστασία της υγείας τους και διευκολύνει την καθημερινότητά τους.

Επιπλέον, το tablet προσφέρει εύκολη πρόσβαση στο διαδίκτυο και σε εκπαιδευτικές ιστοσελίδες, γεγονός που καθιστά το μάθημα πιο ενδιαφέρον και ελκυστικό.

Παράλληλα, τα ψηφιακά βιβλία μπορούν να ενημερώνονται εύκολα, χωρίς την ανάγκη επανεκτύπωσης, ενώ μειώνεται και η κατανάλωση χαρτιού, συμβάλλοντας έτσι στην προστασία του περιβάλλοντος.

Ωστόσο, η χρήση tablet στο σχολείο συνοδεύεται και από σημαντικά μειονεκτήματα. Ένα από τα βασικότερα είναι η αυξημένη έκθεση των μαθητών στις οθόνες, η οποία μπορεί να προκαλέσει κόπωση στα μάτια, πονοκεφάλους και δυσκολία στη συγκέντρωση. Επιπλέον, υπάρχει ο κίνδυνος διάσπασης της προσοχής, καθώς οι μαθητές ενδέχεται να χρησιμοποιούν το tablet για παιχνίδια ή μέσα κοινωνικής δικτύωσης αντί για το μάθημα.



Θεοδώρα Μοσχοπούλου Γ'3

Πω πω! Η τσάντα μου είναι πολύ βαριά, πονάει η πλάτη μου! Γυρίζω κάθε μέρα πτώμα στο σπίτι.



Ειρήνη Μαρκοπούλου Γ'3

Θεοδώρα Μοσχοπούλου και Ειρήνη Μαρκοπούλου (Τμήμα Γ3)

Για τον λόγο αυτό, απαιτούνται σαφείς κανόνες και σωστή επίβλεψη από τους εκπαιδευτικούς. Τέλος, δεν πρέπει να παραβλέπεται το οικονομικό κόστος. Πολλές οικογένειες δεν έχουν τη δυνατότητα να αγοράσουν tablet ή να καλύψουν τα έξοδα συντήρησής τους, γεγονός που μπορεί να δημιουργήσει ανισότητες μεταξύ των μαθητών. Συμπερασματικά, η χρήση tablet στο σχολείο αποτελεί μια σύγχρονη και ενδιαφέρουσα πρόταση, ωστόσο δεν είναι χωρίς δυσκολίες.

Ίσως η πιο ισορροπημένη λύση να είναι ο συνδυασμός ψηφιακών μέσων και παραδοσιακών βιβλίων, ώστε να αξιοποιούνται τα πλεονεκτήματα και των δύο. Άλλωστε, πολλοί θεωρούν ότι το παραδοσιακό βιβλίο βοηθά περισσότερο στη συγκέντρωση και την απομνημόνευση, ενώ η επαφή με το χαρτί παραμένει αναπνευστική.



Ο ηλεκτρονικός τζόγος Εθισμός και επιπτώσεις στους ανήλικους

Η εξάρτηση στα τυχερά παιχνίδια είναι ένα ζήτημα που επηρεάζει πολλούς ενήλικες στη χώρα μας. Όμως, τις τελευταίες δεκαετίες αυτό το φαινόμενο άρχισε να επηρεάζει και πολλούς ανηλίκους. Πάνω από το 36% των Ελλήνων εφήβων παίζει τζόγο, ενώ ο μέσος όρος της Ευρώπης είναι το 23%.

Αρχικά, είναι πολύ πιθανό όλοι να γνωρίζουμε τι είναι ο τζόγος. Πρόκειται για τα τυχερά παιχνίδια στα οποία ένας παίκτης ποντάρει χρήματα, οχήματα ή άλλα περιουσιακά στοιχεία, με σκοπό να αυξήσει την περιουσία του μέσω υλικών ή εικονικών αγαθών.

Υπάρχουν διάφορες μορφές τυχερών παιχνιδιών, όπως τα ηλεκτρονικά καζίνο, τα κουτιά με λάφυρα σε βιντεοπαιχνίδια (loot boxes), τα στοιχήματα ιπποδρομιών, οι κουλοχέρηδες (τα φρουτάκια), η λαχειο-φόρος αγορά, το πόκερ, η ρουλέτα, το μπλακτζακ, τα χαρτιά, ορισμένα επιτραπέζια παιχνίδια, τα ζάρια και πολλά άλλα.

Όπως είναι γνωστό, αυτό το είδος διασκέδασης προκαλεί συχνά εξάρτηση. Όμως τι το καθιστά τόσο εθιστικό; Στον εγκέφαλό μας υπάρχει το σύστημα ανταμοιβής, το οποίο είναι υπεύθυνο για την πρόκληση ευχαρίστησης. Όταν βιώνουμε μια ευχάριστη εμπειρία, όπως το να νικάμε έναν αγώνα ή να πετυχαίνουμε έναν στόχο, στέλνονται χημικά σήματα στους νευρώνες μέσω ειδικών ορμονών. Η κυριότερη από αυτές είναι η ντοπαμίνη, η οποία όταν εκκρίνεται σε μεγάλες ποσότητες προκαλεί αίσθημα ευφορίας. Ο άνθρωπος, από τη φύση του, επιδιώκει να επαναλαμβάνει τέτοιες εμπειρίες, κάτι που μπορεί να οδηγήσει γρήγορα στον εθισμό. Η νίκη στα τυχερά παιχνίδια προκαλεί ένα παρόμοιο αίσθημα.

Επιπρόσθετα, οι χώροι όπου πραγματοποιούνται τα τυχερά παιχνίδια εκμεταλλεύονται το F.O.M.O. (Fear Of Missing Out - φόβος μήπως χάσεις κάτι σημαντικό), προβάλλοντας μεγάλα και δελεαστικά έπαθλα. Οι άνθρωποι φοβούνται πως αν δεν συνεχίσουν να «τζογάρουν» μέχρι να κερδίσουν, θα το μετανιώσουν αργότερα στη ζωή τους. Ωστόσο, μέχρι να κερδίσουν κάποιο χρηματικό ποσό, έχουν συνήθως ξοδέψει περισσότερα χρήματα, με αποτέλεσμα να συνεχίζουν αυτή την κακή συνήθεια με την ελπίδα ότι θα ανακτήσουν τις απώλειές τους.

Τι σχέση έχει, όμως, ο τζόγος με τους εφήβους; Αυτός ο τρόπος ψυχαγωγίας δεν έχει εισβάλει μόνο στη ζωή των ενηλίκων, αλλά και των παιδιών. Παρόλο που νομικά οι ανήλικοι δεν θα έπρεπε να έχουν πρόσβαση σε αυτή τη μορφή διασκέδασης, τόσο οι εταιρείες όσο και οι ίδιοι οι ανήλικοι συχνά βρίσκουν τρόπους να παρακάμπτουν τον νόμο.

Οι ανήλικοι εισέρχονται στον κόσμο των τυχερών παιχνιδιών με διάφορους τρόπους. Αρχικά, σημαντικό ρόλο παίζουν οι διαφημίσεις. Μέσα από ιστοσελίδες, αθλητικές εκδηλώσεις και τηλεοπτικά προγράμματα, οι νέοι έρχονται σε επαφή με τον τζόγο και εξοικειώνονται με αυτή την ανθυγιεινή συνήθεια. Επιπλέον, οι κοινωνικές επιρροές παίζουν καθοριστικό ρόλο, καθώς η κακή επιρροή φίλων ή άλλων κοντινών προσώπων μπορεί να οδηγήσει τον έφηβο στη δοκιμή του τζόγου, η οποία συχνά μετατρέπεται σε συνήθεια. Τέλος, ο εθισμός σχετίζεται και με την οικογένεια, αφού μελέτες δείχνουν ότι παιδιά με συγγενείς εθισμένους στον τζόγο έχουν αυξημένες πιθανότητες να εμφανίσουν την ίδια ψυχική διαταραχή.

Για την αντιμετώπιση αλλά και την πρόληψη τέτοιων καταστάσεων υπάρχουν διάφοροι τρόποι. Ιδιαίτερα σημαντική είναι η σωστή ενημέρωση και εκπαίδευση των παιδιών σχετικά με τους κινδύνους των τυχερών παιχνιδιών. Σε αυτό συμβάλλει και το σχολείο, μέσω συζητήσεων, προγραμμάτων αγωγής υγείας και δράσεων πρόληψης.

γράφει ο Κωνσταντίνος Δημητρακόπουλος (Τμήμα Β1)

Όταν οι έφηβοι γνωρίζουν τις συνέπειες του τζόγου, είναι πιο πιθανό να τον αποφύγουν. Παράλληλα, η οικογένεια έχει καθοριστικό ρόλο, καθώς η επικοινωνία και η στήριξη από τους γονείς μπορούν να μειώσουν τον κίνδυνο εξάρτησης. Τέλος, η πολιτεία οφείλει να εφαρμόζει αυστηρότερους ελέγχους στις διαφημίσεις και στην πρόσβαση των ανηλίκων στα τυχερά παιχνίδια, ενώ σε περιπτώσεις εθισμού είναι απαραίτητη η βοήθεια από ειδικούς ψυχικής υγείας.

Επίλογος

Συμπερασματικά, ο ηλεκτρονικός τζόγος αποτελεί ένα σοβαρό κοινωνικό πρόβλημα, καθώς είναι ιδιαίτερα εθιστικός και επηρεάζει όχι μόνο τους ενήλικες αλλά και τους ανηλίκους. Η πρόληψη και η αντιμετώπισή του απαιτούν συνεργασία της οικογένειας, του σχολείου και της πολιτείας, ώστε οι νέοι να προστατευθούν από τις αρνητικές συνέπειες του εθισμού και να υιοθετήσουν έναν υγιή και ισορροπημένο τρόπο ζωής.

Σκίτσο: Πετρούλα Κασαλά (Τμήμα Β2)



Έφηβοι και οθόνες

Πού σταματά η χρήση και πού αρχίζει η εξάρτηση;

Βικτωρία Πολυζώη (Γ4) και Δήμητρα Κώστα (Γ3)

Αναμφισβήτητα, στις μέρες μας το διαδίκτυο επηρεάζει καθοριστικά τη ζωή των νέων. Μέσα από αυτό επικοινωνούμε, ενημερωνόμαστε, διασκεδάσουμε και μαθαίνουμε. Ωστόσο, η υπερβολική χρήση του μπορεί να οδηγήσει σε ένα σοβαρό πρόβλημα: τον διαδικτυακό εθισμό. Πολλοί νέοι περνούν ατελείωτες ώρες μπροστά από μια οθόνη, παραμελώντας τις υποχρεώσεις, τις κοινωνικές τους σχέσεις και άλλες σημαντικές δραστηριότητες. Το φαινόμενο αυτό προκαλεί έντονη ανησυχία, καθώς μπορεί να έχει αρνητικές επιπτώσεις τόσο στην ψυχική όσο και στη σωματική υγεία των ατόμων.

Τα αίτια αυτού του σύγχρονου κοινωνικού προβλήματος σχετίζονται τόσο με το ίδιο το άτομο όσο και με το κοινωνικό περιβάλλον. Ένα βασικό αίτιο του διαδικτυακού εθισμού είναι η έλλειψη εναλλακτικών δραστηριοτήτων. Η απουσία δημιουργικής απασχόλησης μπορεί να δημιουργήσει στους νέους αισθήματα μοναξιάς και βαρεμάρας, οδηγώντας τους έτσι στην υπερβολική χρήση των οθονών. Επιπλέον, σημαντικό ρόλο παίζει και η ανάγκη των εφήβων για αποδοχή από τους συνομηλίκους τους. Παράλληλα, η συνεχής δημιουργία νέων διαδικτυακών παιχνιδιών και εφαρμογών ενθαρρύνει ακόμη περισσότερο τη συχνή χρήση του διαδικτύου.

Οι συνέπειες του διαδικτυακού εθισμού είναι πολλές και επηρεάζουν τόσο την υγεία όσο και τις κοινωνικές σχέσεις των νέων. Η υπερβολική ενασχόληση με το διαδίκτυο και τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης αποσπά την προσοχή τους από τις σχολικές υποχρεώσεις και μειώνει τον χρόνο που αφιερώνουν στη μελέτη. Επιπλέον, η πολύωρη χρήση των οθονών συχνά οδηγεί σε έλλειψη ύπνου και έντονη κόπωση, με αποτέλεσμα οι μαθητές να δυσκολεύονται να συγκεντρωθούν στο μάθημα. Έτσι, η σχολική τους επίδοση επηρεάζεται αρνητικά και οι βαθμοί τους ενδέχεται να μειωθούν.

Για την αντιμετώπιση του φαινομένου αυτού είναι απαραίτητο οι άνθρωποι να κατανοήσουν τη σοβαρότητά του. Η λύση βρίσκεται κυρίως στην επίτευξη ισορροπίας ανάμεσα στη χρήση του διαδικτύου και στην πραγματική ζωή. Ο καθορισμός συγκεκριμένου χρόνου χρήσης των οθονών, καθώς και η ουσιαστική συζήτηση με γονείς και εκπαιδευτικούς, μπορούν να συμβάλουν θετικά στην αντιμετώπιση του προβλήματος. Παράλληλα, οι νέοι θα μπορούσαν να αξιοποιήσουν τον ελεύθερο χρόνο για συμμετοχή σε αθλητικές ή δημιουργικές δραστηριότητες.

Συμπερασματικά, ο διαδικτυακός εθισμός αποτελεί ένα σύγχρονο φαινόμενο που απαιτεί προσοχή και σωστή διαχείριση. Η τεχνολογία είναι ένα πολύτιμο εργαλείο, όμως δεν πρέπει να αντικαθιστά την πραγματική επικοινωνία και τις εμπειρίες της καθημερινής ζωής. Με μέτρο στη χρήση του διαδικτύου, ανάπτυξη υγιών δραστηριοτήτων και ενίσχυση των διαπροσωπικών σχέσεων, μπορούμε να διατηρήσουμε μια ισορροπημένη ζωή και να αξιοποιήσουμε την τεχνολογία προς όφελός μας.

«Όλοι οι δρόμοι οδηγούν στο 4ο Γυμνάσιο»

Συνάντηση της ομάδας του περιβαλλοντικού προγράμματος με τον Δήμαρχο Κορινθίων και παρουσίαση προτάσεων για ασφαλέστερη πρόσβαση στο σχολείο μας.

Ιάσωνας Μακ Κον Όλα και Νεκτάριος Ρουμπέκας (Τμήμα Γ1)

Ο Δήμαρχος Κορινθίων, κ. Νίκος Σταυρέλης, επισκέφθηκε το σχολείο μας την Τρίτη 10 Μαρτίου 2026, προκειμένου να ενημερωθεί από την ομάδα του περιβαλλοντικού προγράμματος «Όλοι οι δρόμοι οδηγούν στο 4ο Γυμνάσιο» για τα εμπόδια που αντιμετωπίζει ολόκληρη η σχολική κοινότητα κατά την πρόσβασή της στο σχολείο.

Κατά τη διάρκεια της επίσκεψης, ο Δήμαρχος παρακολούθησε με προσοχή την ηλεκτρονική παρουσίαση που είχαν δημιουργήσει οι μαθητές, η οποία περιλάμβανε πλούσιο φωτογραφικό υλικό καθώς και την περιγραφή του. Μέσα από τις εικόνες αναδείχθηκαν τα σοβαρά προβλήματα που αντιμετωπίζουν καθημερινά στους δρόμους περιμετρικά του σχολείου όχι μόνο οι μαθητές, αλλά και οι εκπαιδευτικοί και οι γονείς/κηδεμόνες κατά την προσέλευση και αποχώρησή τους από το αυτό.



Συγκεκριμένα, παρουσιάστηκαν εικόνες που έδειχναν:

- την πλήρη κατάληψη των πεζοδρομίων από παράνομα σταθμευμένα οχήματα και διάφορα αντικείμενα (γλάστρες, σπιτάκια ζώων κ.ά.)
- τις κακοτεχνίες, που παρεμποδίζουν την ελεύθερη κυκλοφορία των πεζών, περιορίζουν την ορατότητα και αποκλείουν τα άτομα με περιορισμένη κινητικότητα από την πρόσβαση στις ράμπες ΑμεΑ
- την απουσία ευδιάκριτων διαβάσεων και επαρκούς οδοσήμανσης
- τη διέλευση οχημάτων με υψηλές ταχύτητες
- την έλλειψη θέσεων στάθμευσης για άτομα με αναπηρία ή με πρόσκαιρα κινητικά προβλήματα

Μέσα από την παρουσίαση, οι μαθητές πρότειναν και συγκεκριμένες λύσεις για την αντιμετώπιση των παραπάνω προβλημάτων, ώστε η πρόσβαση όλων στο σχολείο μας να γίνεται με ασφάλεια και να αποφεύγονται τροχαία ατυχήματα.

Ο Δήμαρχος μετά το τέλος της παρουσίασης, συζήτησε μαζί μας τα ζητήματα που αναδείχθηκαν. Απάντησε εύστοχα σε διάφορες ερωτήσεις που προέκυψαν και μας έδωσε μια ρεαλιστική εικόνα της κατάστασης. Πιο συγκεκριμένα, δεσμεύτηκε ότι οι διαβάσεις θα γίνουν πιο ευδιάκριτες, θα τοποθετηθεί η απαραίτητη σήμανση περιμετρικά του σχολείου και ότι ο ίδιος θα συνεργαστεί με τον διευθυντή, κ. Μ. Γεωργιάδη, ώστε να οριοθετηθεί θέση στάθμευσης ΑμεΑ. Παράλληλα, διευκρίνισε ότι ζητήματα, όπως η παράνομη στάθμευση στα πεζοδρόμια, δεν εμπίπτουν στην αρμοδιότητα του Δήμου, λόγω της απουσίας Δημοτικής Αστυνομίας.

Ευχαριστούμε θερμά τον Δήμαρχο, κ. Σταυρέλη, ο οποίος μας τίμησε με την παρουσία του και αφιέρωσε χρόνο, για να ακούσει τα προβλήματα, αλλά και τις προτάσεις μας. Ελπίζουμε ότι σύντομα θα πραγματοποιηθούν οι απαραίτητες παρεμβάσεις, ώστε η πρόσβαση στο σχολείο να γίνει πιο ασφαλής για όλους.

Τέλος, αξίζει να σημειωθεί ότι όλα τα παιδιά της ομάδας μας ανταποκρίθηκαν άμεσα, συνεργάστηκαν αρμονικά, επέδειξαν συνέπεια και υπευθυνότητα στην υλοποίηση της συγκεκριμένης δράσης υπό την καθοδήγηση των εκπαιδευτικών, κ. Ε. Καλομοίρη, κ. Π. Λιακοπούλου και κ. Α. Σταύρου.



Ξεθωριασμένες και οι δύο διαβάσεις πεζών που οδηγούν στο σχολείο. Η διάσχιση του δρόμου αποτελεί κίνδυνο για όλους τους πεζούς (Οδός Αϊδινίου και Φιλαδέλφειας, Οδός Αϊδινίου και Έβρου)

Έναντι πλατείας Καλλιθέας, δρόμος χωρίς πεζοδρόμιο, έλλειψη ορατότητας λόγω δέντρων δίπλα στον δρόμο



Έλλειψη πεζοδρομίου (Οδός Ιωνίας, Καλλιθέα)



Ένα δέντρο έχει μεγαλώσει τις ρίζες του και έχει σπάσει τα πλακάκια του πεζοδρομίου. Επίσης υπάρχουν έπιπλα που δεν χωράγαν στον κάδο στην άκρη του πεζοδρομίου, κάνοντας αρκετά δύσκολο σε έναν άνθρωπο που έχει δυσκολία με τη βάδιση να συνεχίσει την πορεία του. (Οδός Κωνσταντινουπόλεως)



Το ειδικό σημείο ανάβασης για το πεζοδρόμιο δεν είναι ευθυγραμμισμένο, με αποτέλεσμα τη δυσχρησία της διάβασης (Οδός Λουτρακίου).

Περιμετρικά του σχολείου δεν υπάρχει ούτε μία πινακίδα η οποία να προειδοποιεί τους διερχόμενους οδηγούς πως πρόκειται να εισέλθουν σε περιοχή που υπάρχει σχολικό συγκρότημα, για να ελαττώσουν την ταχύτητά τους με αποτέλεσμα πολλοί οδηγοί να περνάνε με υπερβολική ταχύτητα βάζοντας τη ζωή πολλών παιδιών, και όχι μόνο, σε κίνδυνο (Οδός Αϊδινίου, Φιλαδέλφειας, Έβρου).

Κόρινθος

Μία πόλη με μεγάλη ιστορία

Η Κόρινθος, μία από τις αρχαιότερες και πιο σημαντικές πόλεις της Ελλάδας, βρίσκεται στον στρατηγικό Ισθμό που ενώνει την Πελοπόννησο με τη Στερεά Ελλάδα. Χάρη στη γεωγραφική της θέση, αποτέλεσε κέντρο εμπορίου και πολιτισμού από την αρχαιότητα μέχρι σήμερα. Η ιστορία της ξεκινά από την προϊστορική εποχή, ενώ στην αρχαιότητα η Κόρινθος αναδείχθηκε σε ισχυρή πόλη-κράτος, γνωστή για τις αποικίες της, όπως οι Συρακούσες, και για την πρόοδο στις τέχνες και τη ναυπηγική. Η ακμή της συνεχίστηκε και κατά τη ρωμαϊκή περίοδο, ενώ κατά τη βυζαντινή και οθωμανική εποχή απέκτησε στρατηγική σημασία χάρη στις ισχυρές οχυρώσεις της. Σημαντικά μνημεία της αρχαιότητας, όπως ο Ναός του Απόλλωνα, η Αρχαία Αγορά, ο Ακροκόρινθος και ο Αρχαίος Δίοικος, αναδεικνύουν τον πολιτισμό και την οικονομική ισχύ της πόλης. Ο Ισθμός, ένα από τα μεγαλύτερα τεχνικά έργα της νεότερης εποχής, συνεχίζει να εντυπωσιάζει τους επισκέπτες. Σήμερα, η Κόρινθος είναι ένας δυναμικός τουριστικός προορισμός που συνδυάζει την ιστορική κληρονομιά με τη σύγχρονη ζωή. Με πολιτιστικές εκδηλώσεις, όμορφες παραλίες και μοναδικά αρχαιολογικά αξιοθέατα, η πόλη προσκαλεί τον επισκέπτη να ανακαλύψει την πλούσια ιστορία της και την ανεξάντλητη γοητεία της.

Προϊστορικοί χρόνοι

Η περιήγησή μας ξεκινάει κατά την προϊστορική εποχή. Οι ανασκαφές στην περιοχή της Αρχαίας Κορίνθου αποκάλυψαν μια σειρά προϊστορικών οικισμών αποδεικνύοντας ότι η περιοχή κατοικήθηκε από τη Νεολιθική Εποχή. Η πόλη ήταν γνωστή κατά τη διάρκεια των Μυκηναϊκών Χρόνων και ο Όμηρος την περιγράφει ως «αφνειό», δηλαδή εύπορη.

Ιστορικοί χρόνοι

Η στρατηγική της θέση και η εύφορη γη συνέβαλαν σημαντικά στην ανάπτυξη της πόλης κατά τους ιστορικούς χρόνους. Τον 8ο αιώνα π.Χ., ίδρυσε αποικίες όπως η Κέρκυρα και οι Συρακούσες, ενισχύοντας την παρουσία της στη Μεσόγειο. Κατά τον 7ο και 6ο αιώνα π.Χ. γνώρισε τεράστια οικονομική ανάπτυξη. Σημαντικά έργα, όπως ο Ναός του Απόλλωνα και η διοργάνωση των Ισθμίων Αγώνων, ενίσχυσαν τη φήμη της. Παράλληλα, τα δύο αρχαία λιμάνια της, του Λεχαιού και των Κεγχρεών, καθώς και ο αρχαίος Δίοικος διευκόλυναν το εμπόριο.



Ο ανταγωνισμός και η πτώση

Από τα τέλη του 6ου αιώνα π.Χ., η άνοδος της Αθήνας περιόρισε την επιρροή της Κορίνθου. Κατά τον Πελοποννησιακό Πόλεμο, συμμάχησε με τη Σπάρτη. Το 337 π.Χ., ο βασιλιάς Φίλιππος Β της Μακεδονίας τη χρησιμοποίησε ως κέντρο Συνεδρίου. Σύντομα υποτάχθηκε στους Μακεδόνες. Το 243 π.Χ., απελευθερώθηκε από τον μακεδονικό ζυγό και εντάχθηκε στην Αχαϊκή Συμπολιτεία, χωρίς όμως να καταφέρει να ανακτήσει τη δύναμή της.

Ρωμαϊκοί χρόνοι

Το 146 π.Χ., η Κόρινθος καταστράφηκε ολοσχερώς από τους Ρωμαίους μετά τη μάχη της Λευκόπετρας. Παρέμεινε ερειπωμένη για σχεδόν έναν αιώνα. Το 44 π.Χ. ο Ιούλιος Καίσαρας την επανίδρυσε ως ρωμαϊκή αποικία. Ο Οκταβιανός Αύγουστος ολοκλήρωσε το έργο του, καθιστώντας την Κόρινθο πρωτεύουσα της ρωμαϊκής επαρχίας Αχαΐας. Ο πληθυσμός της αυξήθηκε γρήγορα, με Ρωμαίους αποίκους και Έλληνες, αναπτύσσοντας και πάλι τη γεωργία, την κτηνοτροφία και το εμπόριο. Η ρωμαϊκή Κόρινθος σχεδιάστηκε με το ιπποδάμειο σύστημα, αποκτώντας μεγαλοπρεπή κτίρια και μία ακμάζουσα αγορά.

Βυζαντινή Κόρινθος

Κατά τη Βυζαντινή περίοδο, ήταν ένα από τα σημαντικότερα κέντρα μεταξουργίας. Το 546 μετά Χριστών ο Ιουστινιανός έκτισε τείχος στον Ισθμό για να την προστατέψει. Η πόλη όμως υπέστη επιδρομές από Σλάβους, Γότθους και Άραβες. Το 1395 εντάχθηκε στο Δεσποτάτο του Μοριά και το 1397 πωλήθηκε στους Ιωαννίτες Ιππότες.

Κόρινθος: η πρώτη πρωτεύουσα της Ελλάδας

Συνεχίζουμε με τη συμβολή της Κορίνθου κατά τα χρόνια της Επανάστασης. Στις αρχές του 1822, η Κόρινθος αναδείχθηκε σε σημείο-κλειδί για την Ελληνική Επανάσταση. Κατά την Α' Εθνοσυνέλευση, αποφασίστηκε να γίνει η πρώτη πρωτεύουσα του ελληνικού κράτους. Η ελληνική κυβέρνηση εγκαταστάθηκε στην πόλη, όπου για τέσσερις μήνες έθεσε τα πρώτα θεμέλια της ανεξάρτητης Ελλάδας. Στην Κόρινθο οργανώθηκε ο πρώτος τακτικός ελληνικός στρατός, καθώς και το περίφημο τάγμα των Φιλελλήνων. Μέσα σε δύσκολες συνθήκες, οι Έλληνες ηγέτες κατόρθωσαν να οργανώσουν τη διοίκηση, να θεσπίσουν νόμους και να καθιερώσουν τα εθνικά μας χρώματα.

Η Μάχη στα Δερβενάκια

Ένα από τα πιο κρίσιμα πολεμικά γεγονότα της Ελληνικής Επανάστασης εκτυλίχθηκε στα Δερβενάκια.

Ο Οθωμανός στρατηγός Δράμαλης, με μια τεράστια στρατιά, προσπάθησε να υποχωρήσει προς την Κόρινθο. Έπεσε όμως στην παγίδα που είχε στήσει ο Θεόδωρος Κολοκοτρώνης. Στα στενά των Δερβενάκιων, ο ελληνικός στρατός, με άριστη στρατηγική, συνέτριψε τις οθωμανικές δυνάμεις.

Στις 28 Ιουλίου 1822, η τελική μάχη στο Αγιομόρι ολοκλήρωσε την καταστροφή της στρατιάς του Δράμαλη.



Οι Μικρασιάτες Πρόσφυγες και ο Συνοικισμός

Σημαντική πτυχή της ιστορίας του τόπου μας και συγκεκριμένα του Συνοικισμού, όπου βρίσκεται το σχολείο μας, είναι οι Μικρασιάτες πρόσφυγες. Μετά τη Μικρασιατική Καταστροφή του 1922, χιλιάδες πρόσφυγες αναζητήσαν μια νέα πατρίδα στην Κόρινθο. Οι συνθήκες διαβίωσής τους ήταν εξαιρετικά δύσκολες. Πολλοί βρήκαν προσωρινό καταφύγιο σε παράγκες και σκηνές γύρω από τον σιδηροδρομικό σταθμό και την κεντρική αγορά. Το 1928, ο Οργανισμός Αποκατάστασης Προσφύγων παραχώρησε οικόπεδα και χτίστηκαν μικρά σπιτάκια από ξύλο και λάσπη, γνωστά ως "μπαγδαντί".

Παρά τις δυσκολίες, οι πρόσφυγες διατήρησαν τις παραδόσεις τους, χτίζοντας τον Ιερό Ναό Κοιμήσεως της Θεοτόκου, που έγινε το πνευματικό τους κέντρο.



Ο Σεισμός του 1928

Στις 22 Απριλίου 1928, ένας ισχυρός σεισμός 6,3 Ρίχτερ συγκλόνισε την πόλη μας, προκαλώντας ανυπολόγιστες καταστροφές. Ο αριθμός των θυμάτων ήταν 20 νεκροί και 30 τραυματίες. Σχεδόν 2.000 κτίρια ισοπεδώθηκαν, αφήνοντας την πόλη σε ερείπια. Άμεσα εστάλη βοήθεια από την υπόλοιπη Ελλάδα, ενώ ακόμα και ξένα πολεμικά πλοία, κατέπλευσαν στην περιοχή παρέχοντας εφόδια.



Νέα Κόρινθος

Μόλις πέντε ημέρες μετά τον σεισμό, ξεκίνησε η κατεδάφιση των ερειπίων και η ανοικοδόμηση της Κορίνθου από το μηδέν. Ο Αυτόνομος Οργανισμός Σεισμοπαθών Κορίνθου, υπό την ηγεσία του Μητροπολίτη Δαμασκηνού, ανέλαβε το τεράστιο έργο της ανασυγκρότησης. Σταδιακά, η πόλη ξαναχτίστηκε, με νέους δρόμους και σύγχρονα κτίρια.

Μπάρτζη Αθηνά, Παπουτσή Νικολέττα, Ράπη Αγγελική - Ιωάννα, Ρουμελιώτης Κωνσταντίνος & Σαϊσανά Δήμητρα (Τμήμα Β3)



Δεξιά από αριστερά: Επικρατώνη 24, Επικρατώνη & Ερασμού, Απ. Παύλου & Αλεξάνδρου, Δαμασκηνού & Εθν. Αντιστάσεως, Απ. Παύλου & Αλεξάνδρου, Επικρατώνη & Κίρκου. Μελετητές: Δηλιγιάννη Δέσποινα Αρχιτέκτων Μηχανικός, Καραγιάννη Εμμανουέλα Αρχιτέκτων Μηχανικός

Αξιοθέατα - Μνημεία πολιτισμού

Η Κόρινθος σήμερα αποτελεί έναν επίγειο παράδεισο γεμάτο πολιτιστικό πλούτο, επιβλητικά μνημεία, μοναδικές γεύσεις και υπέροχες παραλίες. Μια ζωντανή και δραστήρια πόλη, ιδανική για οικογένειες και επισκέπτες κάθε ηλικίας, που συνδυάζει ιστορία, τέχνη και σύγχρονη ζωή. Σημαντικά μνημεία της αρχαιότητας, όπως ο Ακροκόρινθος, ο Ναός του Απόλλωνα, η Αρχαία Αγορά, και ο αρχαίος Δίοικος, αναδεικνύουν τον πολιτισμό και την οικονομική ισχύ της πόλης.

Ο **Ακροκόρινθος**, δεσπόζει στην κορυφή ενός απότομου βράχου ύψους 579 μ. που βρίσκεται νοτιοδυτικά της Αρχαίας Κορίνθου. Οχυρώθηκε αρχικά τον 6ο-7ο αιώνα π.Χ. από τον τύραννο Περίανδρο. Τα τείχη φτάνουν τα 3 χιλιόμετρα. Χρησιμοποιήθηκε από τα αρχαία χρόνια ως σκοπιά και αναδείχθηκε σε κάστρο-φρούριο.

Η **αρχαία Κόρινθος**, ήταν χτισμένη στους πρόποδες του επιβλητικού λόφου του Ακροκόρινθου.

Ο **Ναός του Απόλλωνα**, χτίστηκε τον 6ο αιώνα π.Χ. Είναι ένα από τα πιο χαρακτηριστικά δείγματα δωρικής αρχιτεκτονικής και αποτελεί σύμβολο της ακμής της αρχαίας Κορίνθου.



Ισθμός: Ένα από τα πιο αναγνωρίσιμα σημεία της Ελλάδας, που εντυπωσιάζει κάθε επισκέπτη είναι ο Ισθμός της Κορίνθου. Ένα εντυπωσιακό τεχνικό έργο που συνδέει τον Κορινθιακό με τον Σαρωνικό Κόλπο, χωρίζοντας την Πελοπόννησο από τη Στερεά Ελλάδα.

Σημαντικό αξιοθέατο της πόλης μας είναι ο **Αρχαίος Δίοικος**. Ένας λιθόστρωτος δρόμος στην ξηρά στον οποίο μεταφέρονταν τα πλοία με γερανούς και σύρονταν από δούλους ή ζώα, από τον Σαρωνικό στον Κορινθιακό κόλπο και αντίστροφα.

Ο Απόστολος Παύλος στην Κόρινθο

Η Κόρινθος συγκαταλέγεται στα "Βήματα του Αποστόλου Παύλου", στα μέρη δηλαδή τα οποία επισκέφτηκε ο Απόστολος των Εθνών, διδάσκοντας το έργο του Ιησού και κηρύττοντας το ευαγγέλιο.



Βήμα του Αποστόλου Παύλου στον αρχαιολογικό χώρο της Αρχαίας Κορίνθου.

Η εργασία υλοποιήθηκε υπό την καθοδήγηση της κας Δημητρακοπούλου Άννας

Η Κόρινθος δεν είναι μόνο μια πόλη· είναι μια ζωντανή πορεία μέσα στον χρόνο. Από τους μύθους και τα εντυπωσιακά μνημεία της αρχαιότητας, μέχρι τις δύσκολες αλλά γενναίες στιγμές της ιστορίας της, η πόλη πέρασε πολλές δοκιμασίες και γνώρισε πολλές αναγεννήσεις. Κάθε εποχή άφησε το αποτύπωμά της, αποδεικνύοντας πως η Κόρινθος είναι ένας τόπος δυνατός, γεμάτος ζωή, παράδοση και πολιτισμό. Σήμερα, περπατώντας στους δρόμους της, αντικρίζοντας τον Ισθμό ή παρατηρώντας τα ερείπια της αρχαίας αγοράς, αισθανόμαστε ότι η ιστορία παραμένει παρούσα. Και ενώ η πόλη συνεχίζει να εξελίσσεται και να προχωρά στο μέλλον, το παρελθόν της παραμένει πηγή έμπνευσης για τις επόμενες γενιές!

ΟΙ ΑΓΡΟΤΕΣ ΤΗΣ ΚΟΡΙΝΘΟΥ ΣΕ ΑΔΙΕΞΟΔΟ

Πηγή εικόνας: <https://korinthia24.gr>

Η Κορινθία αποτελεί διαχρονικά μια κατεξοχήν αγροτική και κτηνοτροφική περιοχή, με σημαντική συμβολή στον πρωτογενή τομέα της χώρας. Αμπελουργία, ελαιοκαλλιέργεια, εσπεριδοειδή και κτηνοτροφικές μονάδες στηρίζουν την τοπική οικονομία και προσφέρουν εργασία σε εκατοντάδες οικογένειες. Ωστόσο, τα τελευταία χρόνια οι αγρότες της περιοχής βρίσκονται αντιμέτωποι με σοβαρά και συσσωρευμένα προβλήματα που απειλούν τη βιωσιμότητα των εκμεταλλεύσεών τους.

Σε γενικό επίπεδο, το βασικότερο ζήτημα που αντιμετωπίζουν οι αγρότες είναι το αυξημένο κόστος παραγωγής. Η άνοδος των τιμών στα καύσιμα, στο ηλεκτρικό ρεύμα, στα λιπάσματα, στις ζωτροφές και στα γεωργικά εφόδια έχει εκτοξεύσει τα έξοδα καλλιέργειας και εκτροφής. Την ίδια στιγμή, οι τιμές πώλησης των προϊόντων συχνά παραμένουν χαμηλές, με αποτέλεσμα το εισόδημα των παραγωγών να συρρικνώνεται.

Πολλοί αγρότες δυσκολεύονται να καλύψουν ακόμη και τα βασικά λειτουργικά τους έξοδα, ενώ η πρόσβαση σε χρηματοδότηση και αποζημιώσεις συχνά χαρακτηρίζεται από καθυστερήσεις και γραφειοκρατία. Ιδιαίτερα στην Κορινθία, τα προβλήματα επιδεινώνονται από τις επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής. Η παρατεταμένη ξηρασία, η μείωση των βροχοπτώσεων και τα ακραία καιρικά φαινόμενα επηρεάζουν άμεσα την παραγωγή.

Η Τεχνολογία στην υπηρεσία του περιβάλλοντος

Σε κάθε αναφορά που γίνεται στο περιβάλλον από τα μέσα μαζικής ενημέρωσης προβάλλονται, συνήθως, οι καταστροφές που σημειώνονται παγκοσμίως, με έντονη απαισιοδοξία. Ωστόσο, η ραγδαία εξέλιξη της τεχνολογίας έχει καταστήσει την αποκατάσταση της εκτεταμένης ζημιάς που έχουμε προκαλέσει ως ανθρωπινό είδος όχι απλώς πιθανή, αλλά ρεαλιστική. Πώς μπορεί, όμως, να επιτευχθεί αυτό;

Καθοριστικό ρόλο διαδραματίζει η Τεχνητή Νοημοσύνη (Α.Ι.), η οποία αξιοποιείται κυρίως για την καταγραφή και ανάλυση δεδομένων. Με την παροχή κατάλληλων πληροφοριών, όπως βίντεο από ειδικές κάμερες παρακολούθησης άγριας ζωής και εικόνες από δορυφόρους, η Τεχνητή Νοημοσύνη μπορεί να εντοπίσει αυξομειώσεις στον πληθυσμό συγκεκριμένων ειδών, περιστατικά παράνομης αποψίλωσης δασών ή λαθροθηρίας, χωρίς να απαιτείται συνεχής ανθρώπινη παρέμβαση. Έτσι, η πρόληψη και η αποτροπή περαιτέρω βλάβης στο φυσικό περιβάλλον καθίστανται ταχύτερες και αποτελεσματικότερες.

Πώς η κλιματική αλλαγή επηρεάζει τους αγρότες της περιοχής μας

Η κλιματική αλλαγή αποτελεί ένα από τα σημαντικότερα προβλήματα της εποχής μας και επηρεάζει άμεσα τη ζωή πολλών ανθρώπων. Ανάμεσα σε αυτούς βρίσκονται και οι αγρότες της περιοχής μας, οι οποίοι εξαρτώνται σε μεγάλο βαθμό από τις καιρικές συνθήκες για την παραγωγή των καλλιεργειών τους. Τα τελευταία χρόνια παρατηρούνται σημαντικές αλλαγές στο κλίμα, γεγονός που δημιουργεί νέες δυσκολίες για τη γεωργία.

Οι αγρότες χρειάζονται σχετικά σταθερές και προβλέψιμες καιρικές συνθήκες για να αναπτυχθούν σωστά τα φυτά. Ωστόσο, τα τελευταία χρόνια ο καιρός έχει γίνει πιο ασταθής. Τα καλοκαίρια είναι συχνά πιο ζεστά, με παρατεταμένους καύσωνες, ενώ οι χειμώνες είναι πιο ήπιοι και λιγότερο προβλέψιμοι. Αυτές οι αλλαγές μπορούν να επηρεάσουν αρνητικά την ανάπτυξη των φυτών, να μειώσουν την παραγωγή και σε ορισμένες περιπτώσεις να καταστρέψουν ολόκληρες καλλιέργειες.

Οι καλλιέργειες αμπελιών και εσπεριδοειδών πλήττονται, ενώ οι κτηνοτρόφοι δυσκολεύονται να εξασφαλίσουν επαρκείς και οικονομικά προσιτές ζωτροφές. Το νερό άρδευσης αποτελεί πλέον κρίσιμο ζήτημα, καθώς η επάρκειά του δεν είναι δεδομένη.

ΚΙΝΗΤΟΠΟΙΗΣΕΙΣ ...ΜΠΛΟΚΑ

Οι πρόσφατες κινητοποιήσεις, με μπλόκα σε κομβικά σημεία όπως ο κόμβος στο Κιάτο και σε τμήματα της Ολυμπίας Οδού, ανέδειξαν την αγωνία και την αγανάκτηση των παραγωγών. Η Κορινθία άνοιξε ουσιαστικά τον κύκλο των αγροτικών κινητοποιήσεων στην Πελοπόννησο, στέλνοντας ένα καθαρό μήνυμα ότι ο πρωτογενής τομέας δεν αντέχει άλλες αναβολές, άλλες περικοπές, άλλες σιωπές. Οι αγρότες ζητούν ουσιαστική στήριξη και όχι αποσπασματικά μέτρα.

Για την αντιμετώπιση της κατάστασης απαιτείται ένα ολοκληρωμένο σχέδιο. Αρχικά, είναι αναγκαία η μείωση του κόστους παραγωγής μέσω φορολογικών ελαφρύνσεων στο αγροτικό πετρέλαιο και στο ηλεκτρικό ρεύμα, καθώς και η επιδότηση ζωτροφών και λιπασμάτων σε περιόδους κρίσης. Παράλληλα, πρέπει να ενισχυθούν τα αρδευτικά έργα και οι υποδομές διαχείρισης υδάτων, ώστε να διασφαλιστεί η επάρκεια νερού, ειδικά σε περιοχές όπως η Κορινθία που πλήττονται από ξηρασία.

Εύη Ταγγίρη & Δήμητρα Σαϊσανά (Τμήμα Γ5)

Παράλληλα, σημαντική συμβολή έχουν και πιο «κλασικά» τεχνολογικά μέσα, όπως τα ντρόουν. Μια ευρέως διαδεδομένη πρακτική είναι η ρίψη σπόρων σε επιλεγμένες περιοχές, με στόχο την επιτάχυνση της αναδάσωσης. Μάλιστα, έχει τεθεί ως στόχος η φύτευση δισεκατομμυρίων δέντρων τα επόμενα χρόνια. Επιπλέον, ειδικά σχεδιασμένα υποβρύχια ντρόουν χρησιμοποιούνται για τον καθαρισμό του βυθού από πλαστικά και άλλα απορρίμματα, ενώ ταυτόχρονα καταγράφουν την εξάπλωση ή την υποχώρηση των κοραλλιογενών υφάλων.

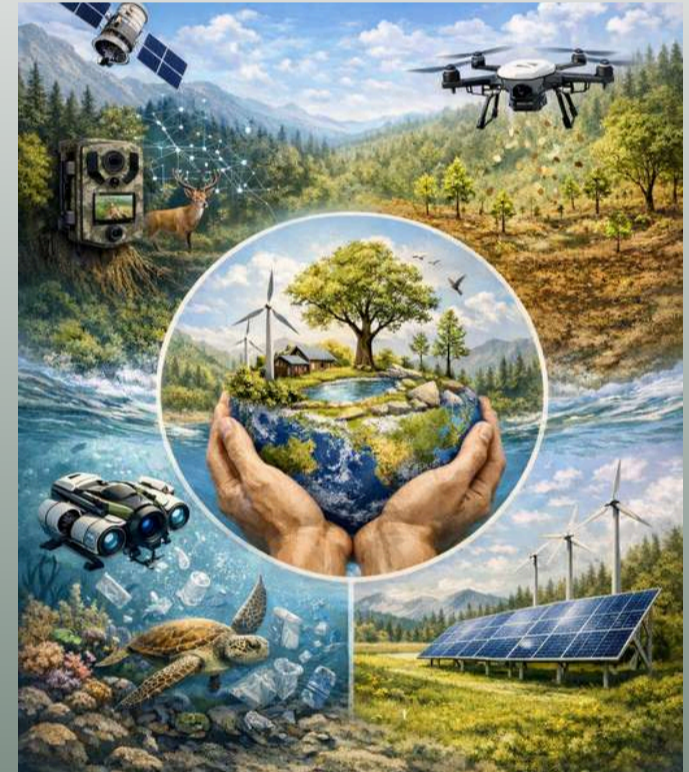
Είναι, λοιπόν, φανερό ότι, παρόλο που η τεχνολογική πρόοδος συνέβαλε σε μεγάλο βαθμό στην επιβάρυνση του περιβάλλοντος, η ίδια αυτή πρόοδος μπορεί πλέον να αποτελέσει το ισχυρότερο εργαλείο για την αποκατάστασή του. Η τεχνολογία δεν είναι από μόνη της ούτε εχθρός ούτε σωτήρας: όλα εξαρτώνται από τον τρόπο με τον οποίο επιλέγουμε να τη χρησιμοποιήσουμε. Αν αξιοποιηθεί υπεύθυνα, μπορεί να συμβάλει ουσιαστικά στην επαναφορά της φύσης σε μια πιο υγιή και ισορροπημένη κατάσταση.

γράφει ο Θανάσης Πανούτσος (B3)

Επιπλέον, η προώθηση συνεργατικών σχημάτων, όπως οι αγροτικοί συνεταιρισμοί, μπορεί να ενισχύσει τη διαπραγματευτική δύναμη των παραγωγών και να βελτιώσει τις τιμές πώλησης. Η αξιοποίηση της τεχνολογίας και της καινοτομίας – όπως η «έξυπνη» γεωργία – θα μπορούσε να μειώσει τα έξοδα και να αυξήσει την αποδοτικότητα. Τέλος, είναι σημαντικό να δοθούν κίνητρα στους νέους να παραμείνουν ή να στραφούν στον αγροτικό τομέα, ώστε να αποφευχθεί η ερήμωση της υπαίθρου.

Συμπερασματικά, τα προβλήματα που αντιμετωπίζουν σήμερα οι αγρότες, τόσο σε ολόκληρη τη χώρα όσο και ιδιαίτερα στην Κορινθία, είναι σοβαρά και δεν μπορούν να αγνοηθούν. Ο πρωτογενής τομέας αποτελεί βασικό πυλώνα της τοπικής και εθνικής οικονομίας, αλλά και εγγύηση για τη διατροφική μας επάρκεια. Για τον λόγο αυτό, είναι απαραίτητη η ουσιαστική στήριξη της πολιτείας, με μέτρα που θα μειώνουν το κόστος παραγωγής και θα διασφαλίζουν δίκαιες τιμές για τα προϊόντα. Μόνο μέσα από συνεργασία και σωστό σχεδιασμό μπορεί ο αγροτικός κόσμος να συνεχίσει να καλλιεργεί τη γη του και να προσφέρει στην κοινωνία.

Δημιουργία εικόνας με το ChatGPT



Ανδριάνα Παρασκευά και Μυρσίνη Φιλοπούλου (Τμήμα Α4)

Παρά τις δυσκολίες αυτές, πολλοί αγρότες της Κορινθίας προσπαθούν να προσαρμοστούν στις νέες συνθήκες. Ορισμένοι επιλέγουν πιο ανθεκτικές ποικιλίες φυτών, ενώ άλλοι βελτιώνουν τα συστήματα άρδευσης ώστε να χρησιμοποιούν το νερό πιο αποτελεσματικά.

Παράλληλα, εφαρμόζουν πρακτικές που προστατεύουν το έδαφος από τη διάβρωση και διατηρούν τη γονιμότητά του. Συμπερασματικά, η κλιματική αλλαγή δημιουργεί μεγάλες προκλήσεις για τους αγρότες της περιοχής μας. Ωστόσο, μέσα από την προσαρμογή, την καινοτομία και τη σωστή διαχείριση της

γης, μπορούν να συνεχίσουν να καλλιεργούν και να προστατεύουν το φυσικό περιβάλλον. Η προσπάθειά τους δείχνει ότι η συνεργασία ανθρώπου και φύσης είναι απαραίτητη για ένα βιώσιμο μέλλον.

Ζωγραφιά: Ιωάννα Μήνα Τσιαντούλα (B4)



Οι μαθητές είπαν:

Για αρχή θα ήθελα να έχουμε ένα γήπεδο ποδοσφαίρου για να κάνουμε προπονήσεις για τους σχολικούς αγώνες και ένα κλειστό γυμναστήριο για άθληση με όργανα γυμναστικής

“Στο μάθημα της φυσικής αγωγής θα ήθελα να μας παρέχεται περισσότερος εξοπλισμός για διάφορα αθλήματα αλλά και να αυξηθούν οι ώρες του μαθήματος αφού κατά τη γνώμη μου δεν είναι επαρκείς για την διατήρηση της καλής φυσικής κατάστασης των μαθητών.”

“Θα αναμείωνα το μάθημα της Γυμναστικής, εντάσσοντας μεγαλύτερη ποικιλία κινητικών δραστηριοτήτων, με στόχο την ολόπλευρη σωματική ανάπτυξη των μαθητών και την ενίσχυση του ενδιαφέροντός τους. Παράλληλα, θα έδινα έμφαση στη συνεργασία και στη συμμετοχή όλων, περιορίζοντας την υπερβολική προσήλωση στην επίδοση.”

ΣΧΟΛΙΚΗ ΕΡΕΥΝΑ

Ανάλυση από τους μαθητές Μπούνα Δημήτρη και Αθηνά Μπάρτζη (Τμήμα Β3)

Η σημασία του αθλητισμού

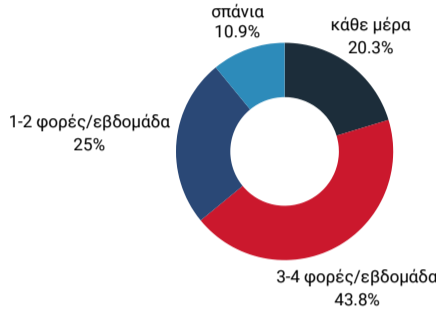
Ο αθλητισμός αποτελεί βασικό στοιχείο της ζωής των νέων, καθώς επηρεάζει όχι μόνο τη σωματική τους υγεία αλλά και την ψυχολογία, τις κοινωνικές τους σχέσεις και την καθημερινότητά τους. Με στόχο να καταγράψουμε τις απόψεις και τις συνήθειες των μαθητών και μαθητριών του σχολείου μας, πραγματοποιήσαμε έρευνα με θέμα «Ο Αθλητισμός και η σημασία του στη ζωή των μαθητών/τριών». Στην έρευνα συμμετείχαν 128 μαθητές και μαθήτριες από όλες τις τάξεις του σχολείου.

Τα αποτελέσματα παρουσιάζουν ιδιαίτερο ενδιαφέρον και αποκαλύπτουν τη σχέση των νέων με την άθληση, τις δυσκολίες που αντιμετωπίζουν αλλά και τις επιθυμίες τους για το μάθημα της Φυσικής Αγωγής.

Συχνότητα άθλησης

Η συχνότητα άθλησης παρουσιάζει διαφοροποίηση. Παρατηρούμε ότι σχεδόν οι μισοί μαθητές αθλούνται 3-4 φορές την εβδομάδα, γεγονός που δείχνει σημαντική δέσμευση, ενώ 1 στους 5 μαθητές αθλείται καθημερινά. Ωστόσο, υπάρχει και ένα ποσοστό (περίπου 11%) που αθλείται ελάχιστα, κάτι που ίσως σχετίζεται με έλλειψη χρόνου, κινήτρου ή υποδομών.

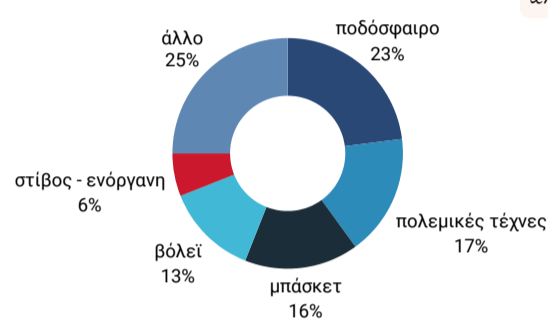
Συχνότητα Άθλησης



Δημοφιλέστερα αθλήματα

Τα αθλήματα με τη μεγαλύτερη συμμετοχή είναι το ποδόσφαιρο (23,4%), ακολουθούν οι πολεμικές τέχνες (17,2%), το μπάσκετ (15,6%), το βόλεϊ (12,5%) και ο στίβος και ενόργανη (6,3%). Παράλληλα, εμφανίζονται και επιλογές όπως χορός, κολύμβηση, καράτε, kickboxing και γυμναστήριο, γεγονός που δείχνει μεγάλη ποικιλία ενδιαφερόντων και διαφορετικές μορφές άθλησης.

Δημοφιλέστερα αθλήματα



Το να αθλούμαστε είναι ένας τρόπος για να ξεφύγουμε από την καθημερινότητα και ταυτόχρονα βοηθάμε σημαντικά την υγεία μας!

Τρόπος μιας καλύτερης ζωής

Καλή φυσική και πνευματική κατάσταση

Μια υγιής καθημερινότητα

Ευχάριστο διάλειμμα ρουτίνας

Αποτελέσματα

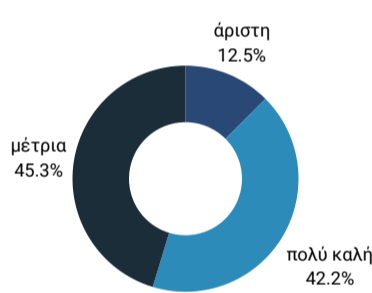
Τα αποτελέσματα της έρευνας αποτυπώνουν με σαφήνεια τη σχέση των μαθητών με τον αθλητισμό και αναδεικνύουν τόσο τη σημασία που του αποδίδουν όσο και τις ανάγκες που παραμένουν ακάλυπτες. Μέσα από τις απαντήσεις τους διαμορφώνεται μια ολοκληρωμένη εικόνα για τις αθλητικές τους συνήθειες, τις απόψεις τους για το μάθημα της Φυσικής Αγωγής και τον ρόλο που παίζει η άσκηση στην καθημερινότητά τους.

Το 62,5% των μαθητών δηλώνει ότι ασχολείται συστηματικά με κάποιο άθλημα, ενώ 18,8% αθλείται περιστασιακά. Μόνο το 18,8% απάντησε ότι δεν ασχολείται καθόλου με κάποιο άθλημα. Το εύρημα αυτό είναι ιδιαίτερα θετικό, καθώς σχεδόν 8 στους 10 μαθητές έχουν κάποια μορφή αθλητικής δραστηριότητας στη ζωή τους.

Φυσική Κατάσταση και Αυτοαντίληψη

Όταν οι μαθητές κλήθηκαν να αξιολογήσουν τη φυσική τους κατάσταση 12,5% απάντησε «Άριστη», 42,2% «Πολύ καλή» και 45,3% «Μέτρια». Τα ποσοστά αυτά δείχνουν υψηλό επίπεδο αυτοπεποίθησης και θετική εικόνα για τη σωματική τους κατάσταση.

Φυσική Κατάσταση



Ο αθλητισμός στο σχολείο

Ένα από τα πιο ενδιαφέροντα σημεία της έρευνας αφορά το μάθημα της Φυσικής Αγωγής.

Το 73,4% των μαθητών θεωρεί ότι οι ώρες γυμναστικής στο σχολείο δεν είναι επαρκείς. Παράλληλα:

- 50% θεωρεί ότι οι αθλητικές υποδομές χρειάζονται βελτίωση
- 23,4% πιστεύει ότι δεν είναι επαρκείς

Επιπλέον, το 60,9% θα ήθελε να συμμετέχει σε σχολικούς αγώνες ή αθλητικές εκδηλώσεις, γεγονός που δείχνει διάθεση για μεγαλύτερη εμπλοκή.



1 στα 2 παιδιά θεωρεί ότι οι υποδομές θέλουν βελτίωση



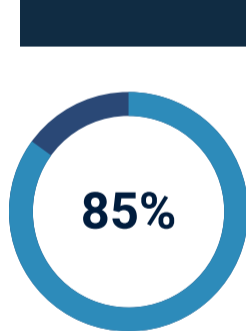
1 στα 4 παιδιά θεωρεί ότι οι υποδομές δεν είναι επαρκείς



3 στα 4 παιδιά θεωρούν ότι δεν επαρκούν οι ώρες της φυσικής αγωγής



3 στα 5 παιδιά θα ήθελαν να συμμετέχουν σε σχολικούς αγώνες



Η πλειονότητα των μαθητών θεωρεί πως ο αθλητισμός συμβάλλει στη δημιουργία ενός καλύτερου τρόπου ζωής

Το 85% των μαθητών πιστεύει ότι ο αθλητισμός συμβάλλει στη δημιουργία ενός καλύτερου τρόπου ζωής. Το ποσοστό αυτό είναι εντυπωσιακά υψηλό και δείχνει συνειδητοποίηση των θετικών επιδράσεων. Στην ερώτηση «Σε μία φράση, τι σημαίνει για σένα ο αθλητισμός;», κυριάρχησαν λέξεις όπως: Υγεία - Τρόπος ζωής - Χαρά - Δύναμη - Παρέα - Προσπάθεια - Χαλάρωση - Ευτυχία. Ο αθλητισμός φαίνεται να λειτουργεί ως: μέσο εκτόνωσης, τρόπος κοινωνικοποίησης, πηγή αυτοβελτίωσης και στοιχείο καθημερινής ταυτότητας.

Οφέλη του αθλητισμού



9 στους 10 μαθητές θεωρούν ότι η άθληση βελτιώνει την καθημερινότητα



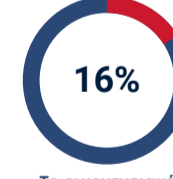
7 στους 10 μαθητές θεωρούν ότι έχει μειωθεί το άγχος τους



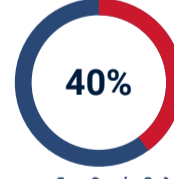
6 στους 10 μαθητές θεωρούν ότι η άθληση έχει βελτιώσει τη διατροφή τους



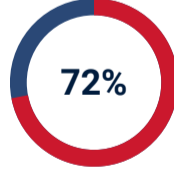
8 στους 10 μαθητές θεωρούν ότι μέσω της άθλησης έχουν βελτιώσει και την πνευματική εργασία



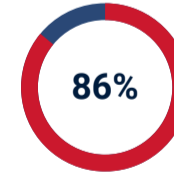
Το οικογενειακό περιβάλλον δεν επηρεάζει την απόφαση των μαθητών να ασχοληθούν με τον αθλητισμό



2 στους 5 μαθητές δηλώνουν ότι το φιλικό τους περιβάλλον επηρέασε την απόφασή τους να ασχοληθούν με τον αθλητισμό



7 στους 10 έχουν κάνει νέες παρέες μέσα από τη συμμετοχή τους σε αθλήματα



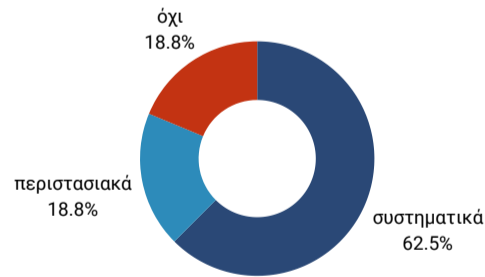
Η πλειονότητα θεωρεί πως ο αθλητισμός συμβάλλει στην αντιμετώπιση κοινωνικών προβλημάτων όπως η βία και ο ρατσισμός



Το 63% των μαθητών δηλώνει ότι ασχολείται συστηματικά με κάποιο άθλημα, ενώ 19% αθλείται περιστασιακά.



Συμμετοχή σε αθλητικές δραστηριότητες



Σύμφωνα με τα αποτελέσματα της έρευνας:

1 6 στα 10 παιδιά αθλούνται συστηματικά

2 2 στα 10 παιδιά αθλούνται καθημερινά

3 7 στα 10 παιδιά θεωρούν ότι δεν επαρκούν οι ώρες της φυσικής αγωγής στο σχολείο

4 9 στα 10 παιδιά πιστεύουν ότι ο αθλητισμός συμβάλλει στη δημιουργία ενός καλύτερου τρόπου ζωής

5 1 στα 2 παιδιά θεωρεί ότι οι αθλητικές υποδομές του σχολείου χρειάζονται βελτίωση

Συμπεράσματα

Η έρευνά μας αποκαλύπτει ότι ο αθλητισμός αποτελεί βασικό στοιχείο της ζωής των μαθητών του σχολείου μας. Η μεγάλη πλειονότητα αθλείται συστηματικά και θεωρεί ότι ο αθλητισμός συμβάλλει ουσιαστικά στη διαμόρφωση ενός καλύτερου τρόπου ζωής. Οι μαθητές συνδέουν την άθληση με την υγεία, τη χαρά, την εκτόνωση, την κοινωνικοποίηση και την προσωπική εξέλιξη. Δεν πρόκειται, λοιπόν, για μια απλή εξωσχολική δραστηριότητα, αλλά για έναν σημαντικό πυλώνα της καθημερινότητάς τους.

Ωστόσο, ταυτόχρονα αναδεικνύεται ένα ξεκάθαρο μήνυμα: το σχολείο δεν καλύπτει πλήρως τις ανάγκες και τις προσδοκίες των μαθητών στον τομέα της φυσικής αγωγής. Η πλειονότητα θεωρεί ανεπαρκείς τις ώρες γυμναστικής, ενώ πολλοί επισημαίνουν την ανάγκη βελτίωσης των αθλητικών υποδομών και του εξοπλισμού. Το γεγονός ότι σημαντικό ποσοστό μαθητών επιθυμεί περισσότερη ποικιλία αθλημάτων και πιο δημιουργικό μάθημα δείχνει ότι υπάρχει ενδιαφέρον, διάθεση και ανάγκη για αναβάθμιση.

Η έρευνα, επομένως, δεν αποτελεί απλώς καταγραφή απόψεων. Λειτουργεί ως «φωνή» των μαθητών και ως αφορμή για προβληματισμό και δράση. Το σχολείο έχει τη δυνατότητα να αξιοποιήσει αυτά τα δεδομένα και να ενισχύσει τον ρόλο της φυσικής αγωγής, συμβάλλοντας όχι μόνο στη σωματική υγεία, αλλά και στη διαμόρφωση ολοκληρωμένων, ισορροπημένων προσωπικοτήτων.

Ο αθλητισμός, όπως προκύπτει από τις απαντήσεις των ίδιων των μαθητών, δεν είναι απλώς μάθημα, είναι ανάγκη.

Προτάσεις

Αύξηση των ωρών Φυσικής Αγωγής - Ενίσχυση του μαθήματος, έστω και με μία επιπλέον ώρα εβδομαδιαίως, θα μπορούσε να συμβάλει σημαντικά στη σωματική ευεξία των μαθητών.

Αναβάθμιση Αθλητικών Υποδομών - Δημιουργία ή βελτίωση κλειστού γυμναστηρίου, αναβάθμιση εξοπλισμού (μπάλες, όργανα, υλικά), καλύτερη συντήρηση γηπέδων

Μεγαλύτερη Ποικιλία Αθλημάτων - Ένταξη εναλλακτικών μορφών άσκησης (π.χ. χορός, αυτοάμυνα) θα μπορούσε να αυξήσει το ενδιαφέρον και τη συμμετοχή.

Ενίσχυση Σχολικών Αγώνων και Εκδηλώσεων - Διοργάνωση εσωτερικών πρωταθλημάτων και αθλητικών ημερών θα ενίσχυε τη συμμετοχή και τη συνεργασία.

Σύνδεση Αθλητισμού και Ψυχικής Υγείας - Θα μπορούσε να δοθεί έμφαση στη σχέση άσκησης και διαχείρισης άγχους, μέσα από ενημερωτικές δράσεις ή συνεργασίες με ειδικούς.

ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ

Με τον κύριο Παύλο Καλύβα, προπονητή βόλεϊ της ομάδας ΠΑΟ η Κόρινθος”



Νίκη Λόζιου & Κατερίνα Νάνου (Τμήμα Γ4)

Ο αθλητισμός αποτελεί έναν από τους πιο σημαντικούς πυλώνες διαμόρφωσης χαρακτήρα για τη νέα γενιά. Μέσα από την προσπάθεια, τη συνεργασία και την επιμονή, τα παιδιά μαθαίνουν αξίες που τα συνοδεύουν σε όλη τους τη ζωή. Στο πλαίσιο αυτό, η σχολική μας εφημερίδα είχε τη χαρά και την τιμή να φιλοξενήσει μια συνέντευξη με τον κ. Καλύβα, έναν άνθρωπο που έχει αφιερώσει τη ζωή του στο βόλεϊ και έχει συμβάλει ουσιαστικά στην ανάπτυξη του αθλήματος στην περιοχή μας. Με την εμπειρία, την αγάπη του για το άθλημα και την ιδιαίτερη επικοινωνία με τα παιδιά, αποτελεί πρότυπο και πηγή έμπνευσης για όλους τους νέους αθλητές.

Πότε ξεκινήσατε το βόλεϊ;

Ξεκίνησα το βόλεϊ όταν ήμουν 8 χρονών. Ο πατέρας μου με πήγε στο κλειστό γυμναστήριο και από τότε δεν σταμάτησα ποτέ. Ασχολούμαι με το άθλημα από το 1981.

Τι σας ενέπνευσε να γίνεται προπονητής;

Το βόλεϊ μου άρεσε από την πρώτη στιγμή. Κατάλαβα νωρίς ότι δεν ήθελα μόνο να παίζω, αλλά και να ασχοληθώ προπονητικά. Επιπλέον, μου αρέσει πολύ να δουλεύω με παιδιά και να τα βοηθώ να εξελίσσονται, τόσο αγωνιστικά όσο και ως χαρακτήρες.

Ποια είναι η πιο δυνατή εμπειρία που έχετε βιώσει;

Η πιο δυνατή εμπειρία ήταν η άνοδος της ομάδας μας στη Β' Εθνική πριν από δύο χρόνια. Το γήπεδο ήταν γεμάτο κόσμο και ήταν μια πολύ συγκινητική στιγμή, καθώς όλες οι παίκτριες έδωσαν τον καλύτερό τους εαυτό για να πετύχουμε αυτό το αποτέλεσμα.

Τι σημαίνει για εσάς το βόλεϊ;

Το βόλεϊ είναι η ζωή μου. Είναι τα παιδιά μου, οι φίλοι μου, όλα όσα με εκφράζουν και περιγράφουν τη ζωή μου.

Τι κερδίζει κανείς μέσα από το βόλεϊ;

Πάνω απ' όλα την ομαδικότητα, τις φιλίες και την επικοινωνία. Αυτά είναι στοιχεία που τα παιδιά θα τα βρουν μπροστά τους σε όλη τους τη ζωή.

Τι είναι το πρώτο πράγμα που προσέχετε σε ένα παιδί;

Αρχικά τα σωματικά προσόντα, όπως το ύψος και η σωματοδομή. Στη συνέχεια, όμως, το πιο σημαντικό είναι το πόσο δουλεύει και πόσο το θέλει πραγματικά. Χωρίς συστηματική δουλειά δεν έρχονται αποτελέσματα.

Πόσο σημαντική είναι η συνεργασία;

Είναι πάρα πολύ σημαντική. Το βόλεϊ είναι ομαδικό άθλημα. Αν η ομάδα δεν είναι ενωμένη και δεμένη, δεν μπορεί να παίξει σωστά. Γι' αυτό επιμένουμε στη συνέπεια στις προπονήσεις, ώστε να υπάρχει σύνδεση μεταξύ των παιδιών αλλά και με τον προπονητή.

Πώς βοηθάτε την ομάδα να συνεργάζεται καλύτερα;

Μέσα από την καθημερινή προπόνηση προσπαθούμε να γινόμαστε καλύτεροι και να επικοινωνούμε τόσο μέσα στο γήπεδο όσο και έξω από αυτό. Η καλή επικοινωνία φέρνει συνεργασία και καλύτερα αποτελέσματα.

Πώς αντιμετωπίζετε μια ήττα;

Οι απογοητεύσεις στον χώρο μας είναι πολλές και οι επιτυχίες λίγες. Παρ' όλα αυτά, συνεχίζουμε δυναμικά, ενωμένοι και με στόχο να βελτιωνόμαστε συνεχώς.

Ποιες πιστεύετε ότι είναι οι βασικές δυσκολίες του αθλήματος;

Τα παιδιά έχουν όρεξη να ασχοληθούν με το βόλεϊ, όμως υπάρχουν πολλές δυσκολίες, όπως το διάβασμα και τα φροντιστήρια. Επιπλέον, υπάρχει έλλειψη κατάλληλων αθλητικών εγκαταστάσεων στην πόλη μας, κάτι που δυσκολεύει την προπόνηση. Το πιο δύσκολο είναι όταν δουλεύουμε με ένα παιδί από μικρή ηλικία και κάποια στιγμή, στη Γ' Λυκείου, αναγκάζεται να φύγει από την ομάδα για να αφοσιωθεί στο μέλλον και τις σπουδές του.

Έχετε σκεφτεί ποτέ να τα παρατήσετε;

Πάρα πολλές φορές, λόγω των δυσκολιών που έχω αντιμετωπίσει όλα αυτά τα χρόνια. Όμως η αγάπη μου για το βόλεϊ με φέρνει πάντα πίσω.

Ποιες δυσκολίες αντιμετωπίζει ένας αθλητής πριν γίνει επαγγελματίας;

Πολλά παιδιά σήμερα δεν έχουν όνειρο να ασχοληθούν επαγγελματικά με τον αθλητισμό. Ασχολούνται για λίγο και στη συνέχεια το εγκαταλείπουν για να επικεντρωθούν αποκλειστικά στο διάβασμα. Αυτές είναι, κατά τη γνώμη μου, οι μεγαλύτερες δυσκολίες.



Τι συμβουλή θα δίνετε στα παιδιά που θέλουν να ασχοληθούν με το βόλεϊ;

Να ασχοληθούν με τον αθλητισμό και να γυμνάζονται, πάνω απ' όλα για την υγεία τους. Ο αθλητισμός και ειδικά το βόλεϊ βοηθά τα παιδιά να διαμορφώσουν χαρακτήρα, ομαδικό πνεύμα και συνεργασία.

Να μην τα παρατάνε ποτέ. Υπάρχει χρόνος για όλα, αλλά πρέπει να υπάρχει χρόνος και για τον αθλητισμό στη ζωή τους.

“Να μην τα παρατάνε ποτέ”



Τον ευχαριστούμε θερμά για τον χρόνο του και τις ειλικρινείς απαντήσεις του. Η συζήτησή μας ήταν ιδιαίτερα ενδιαφέρουσα και μας βοήθησε να γνωρίσουμε καλύτερα όχι μόνο το άθλημα του βόλεϊ, αλλά και τις αξίες που το συνοδεύουν.

Ο Αθλητισμός ως σύμμαχος της μάθησης

Ανθή Κλήμη (Τμήμα Γ3)

Ένα ερώτημα που συζητείται συχνά είναι το κατά πόσο ο αθλητισμός και γενικότερα η σωματική άσκηση συμβάλλουν στη βελτίωση της σχολικής επίδοσης και της συνολικής πορείας των μαθητών στη ζωή τους. Κατά τη γνώμη μου, η απάντηση είναι ξεκάθαρα θετική. Η άθληση δεν ενισχύει μόνο το σώμα, αλλά καλλιεργεί δεξιότητες και στάσεις ζωής που επηρεάζουν ουσιαστικά την καθημερινότητα ενός παιδιού.

Ένα από τα πιο δημοφιλή αθλήματα, ιδιαίτερα ανάμεσα στα αγόρια, είναι το ποδόσφαιρο. Με αφορμή αυτό, μπορούμε να αναφερθούμε στο άρθρο «Το ποδόσφαιρο βελτιώνει την απόδοση των παιδιών στο σχολείο» της Ειρήνης Μπαμπαρούση, όπου παρουσιάζονται τα θετικά αποτελέσματα της άθλησης στη σχολική ζωή. Μέσα από την προπόνηση, τα παιδιά μαθαίνουν να οργανώνουν τον χρόνο τους, να τηρούν πρόγραμμα και να αναλαμβάνουν ευθύνες. Οι συγκεκριμένες ημέρες και ώρες προπόνησης τα βοηθούν να αποκτήσουν πειθαρχία και συνέπεια, στοιχεία που μεταφέρονται και στο διάβασμα.

Παράλληλα, η προσπάθεια και η βελτίωση που έρχονται μέσα από τη σκληρή δουλειά ενισχύουν την αυτοπεποίθηση των μαθητών. Η ικανοποίηση που νιώθει ένα παιδί όταν πετυχαίνει έναν στόχο στο γήπεδο το ενθαρρύνει να προσπαθήσει με την ίδια επιμονή και στα μαθήματα. Επιπλέον, ο αθλητισμός καλλιεργεί τη συνεργασία, την υπομονή και τη διαχείριση της ήττας, δεξιότητες που είναι πολύτιμες όχι μόνο στο σχολείο αλλά και σε ολόκληρη τη ζωή. Φυσικά, όλα αυτά τα οφέλη δεν περιορίζονται μόνο στο ποδόσφαιρο, αλλά ισχύουν για κάθε μορφή άθλησης.

Συμπερασματικά, η σωματική άσκηση συμβάλλει ουσιαστικά στη βελτίωση της σχολικής επίδοσης, καθώς βοηθά τα παιδιά να ωριμάσουν, να γίνουν πιο υπεύθυνα και οργανωμένα και να αποκτήσουν μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση. Ο αθλητισμός δεν αποτελεί εμπόδιο στη μάθηση· αντίθετα, μπορεί να γίνει σύμμαχος στην προσπάθεια κάθε μαθητή για πρόοδο και επιτυχία.

Αθλητισμός και νεολαία

Ρωμέση Παναγιώτα & Παπά Αιμιλία (Τμήμα Β3)

Ο αθλητισμός αποτελεί – ή τουλάχιστον θα έπρεπε να αποτελεί – βασικό κομμάτι της καθημερινότητας των νέων από πολύ μικρή ηλικία. Σε μια εποχή όπου η καθιστική ζωή και η υπερβολική χρήση της τεχνολογίας κυριαρχούν, η σωματική δραστηριότητα δεν είναι απλώς μια επιλογή αλλά μια ουσιαστική ανάγκη. Η ενασχόληση με τον αθλητισμό συμβάλλει καθοριστικά τόσο στη σωματική όσο και στην ψυχική και κοινωνική ανάπτυξη των εφήβων, διαμορφώνοντας υγιείς και ολοκληρωμένες προσωπικότητες.

Μέσα από τη συστηματική άσκηση, ο έφηβος διατηρεί καλή, αν όχι άριστη, φυσική κατάσταση. Η αντοχή του αυξάνεται, οι μύες του ενδυναμώνονται και η αναπνευστική του λειτουργία βελτιώνεται. Παράλληλα, ενισχύεται η καρδιαγγειακή του υγεία, μειώνεται ο κίνδυνος εμφάνισης καρδιακών παθήσεων και ρυθμίζονται καλύτερα τα επίπεδα της χοληστερίνης. Ο αθλητισμός συμβάλλει επίσης στον έλεγχο του σωματικού βάρους και του μεταβολισμού, προλαμβάνοντας προβλήματα όπως ο διαβήτης τύπου II και η παχυσαρκία. Επιπλέον, η τακτική άσκηση βελτιώνει την ποιότητα του ύπνου και προσφέρει περισσότερη ενέργεια στην καθημερινότητα, γεγονός που βοηθά τους νέους να είναι πιο συγκεντρωμένοι και αποδοτικοί στα μαθήματα και στις υπόλοιπες υποχρεώσεις τους.

Ωστόσο, τα οφέλη του αθλητισμού δεν περιορίζονται μόνο στο σώμα. Σε ψυχικό επίπεδο, η άσκηση λειτουργεί ως μέσο εκτόνωσης και διαχείρισης των συναισθημάτων.

Συμβάλλει στη βελτίωση της διάθεσης και στη μείωση του άγχους, της έντασης και των συμπτωμάτων κατάθλιψης, που συχνά εμφανίζονται στην εφηβική ηλικία. Παράλληλα, ενισχύει την αυτοπεποίθηση και την αυτοεκτίμηση, καθώς οι νέοι θέτουν στόχους, προσπαθούν και καταφέρνουν να τους πετύχουν. Μαθαίνουν να πιστεύουν στις δυνατότητές τους και να αναγνωρίζουν την αξία της προσπάθειας.

Ιδιαίτερη σημασία έχει και η συμμετοχή σε αθλητικές ομάδες, καθώς μέσα από αυτές οι έφηβοι κοινωνικοποιούνται και αναπτύσσουν σημαντικές δεξιότητες. Γνωρίζουν νέους ανθρώπους, συνεργάζονται, μαθαίνουν να σέβονται κανόνες και να λειτουργούν ως μέλη ενός συνόλου. Η τήρηση συγκεκριμένου προγράμματος προπονήσεων τους βοηθά να οργανώνουν καλύτερα τον χρόνο τους και να αποκτούν πειθαρχία και υπευθυνότητα. Επιπλέον, καλλιεργείται το πνεύμα του «ευ αγωνίζεσθαι», η αποδοχή της νίκης αλλά και της ήττας, καθώς και η ικανότητα της αυτοκριτικής.

Συμπερασματικά, ο αθλητισμός αποτελεί θεμέλιο για την ολόπλευρη ανάπτυξη των νέων. Ενισχύει τη σωματική υγεία, στηρίζει την ψυχική ισορροπία και συμβάλλει στη διαμόρφωση υπεύθυνων και κοινωνικά ώριμων ανθρώπων. Για τον λόγο αυτό, είναι σημαντικό να ενθαρρύνεται από την οικογένεια και το σχολείο, ώστε να γίνει τρόπος ζωής και όχι απλώς μια περιστασιακή δραστηριότητα.

Πολ Πογκμπά Ταλέντο με δύο όψεις

Φίλιππος Λαμπρόπουλος (Τμήμα Γ3)

Ο Πολ Πογκμπά είναι ένας από τους πιο αναγνωρίσιμους και ταλαντούχους μέσους της σύγχρονης εποχής στο παγκόσμιο ποδόσφαιρο. Γεννήθηκε στις 15 Μαρτίου 1993 στο Λανί-σιρ-Μαρν της Γαλλίας, από γονείς με καταγωγή από τη Γουινέα, και μεγάλωσε σε ένα πολυπολιτισμικό περιβάλλον που διαμόρφωσε τον χαρακτήρα και τη δυναμική προσωπικότητά του. Από μικρή ηλικία έδειξε το ξεχωριστό του ταλέντο, εντασσόμενος στις ακαδημίες της Χάβρης, όπου ξεχώρισε για τη σωματική του δύναμη, την τεχνική του κατάρτιση και την εξαιρετική του αντίληψη μέσα στο γήπεδο.

Σε νεαρή ηλικία πήρε μεταγραφή στη Μάντσεστερ Γιουνάιτεντ και αργότερα στη Γιουβέντους, όπου εξελίχθηκε σε έναν από τους κορυφαίους μέσους της Ευρώπης. Με τη γαλλική εθνική ομάδα κατέκτησε το Παγκόσμιο Κύπελλο το 2018, αποδεικνύοντας πως μπορούσε να πρωταγωνιστήσει στο υψηλότερο επίπεδο. Το δυναμικό του στυλ παιχνιδιού, η αυτοπεποίθηση και η έντονη προσωπικότητά του τον έκαναν να ξεχωρίζει, ενώ συχνά απασχόλησε τα μέσα ενημέρωσης τόσο για τις επιδόσεις του όσο και για τον χαρακτήρα του.

Η πορεία του, όμως, δεν ήταν μόνο επιτυχίες.



Τον Αύγουστο του 2023, κατά τη διάρκεια της δεύτερης θητείας του στη Γιουβέντους, βρέθηκε στο επίκεντρο υπόθεσης ντόπιγκκ έπειτα από θετικό έλεγχο, γεγονός που οδήγησε στον αποκλεισμό του από το ποδόσφαιρο και σημάδεψε σημαντικά την καριέρα του. Η υπόθεση αυτή αποτέλεσε μία από τις πιο δύσκολες στιγμές της ζωής του, καθώς από την κορυφή βρέθηκε αντιμέτωπος με σοβαρές συνέπειες και αμφισβήτηση.

Η ιστορία του Πολ Πογκμπά δείχνει πως το ποδόσφαιρο μπορεί να γίνει όχημα για να πραγματοποιήσει κανείς τα όνειρά του, ακόμη κι αν ξεκινά από δύσκολες συνθήκες. Παράλληλα, όμως, υπενθυμίζει ότι η επιτυχία απαιτεί υπευθυνότητα, πειθαρχία και σωστές επιλογές. Η πορεία του αποτελεί ένα παράδειγμα με θετικές και αρνητικές πλευρές, που διδάσκει πως το ταλέντο από μόνο του δεν αρκεί χωρίς συνέπεια και ήθος.

Η μεγαλύτερη νίκη είναι να συνεχίζεις

Μάρθα Μάστορη (Τμήμα Γ3)

Υπάρχει μια στιγμή στη ζωή σχεδόν κάθε παιδιού που ασχολείται για χρόνια με τον αθλητισμό, όπου η κούραση, η πίεση και η απογοήτευση μοιάζουν πιο βαριές από τη χαρά του παιχνιδιού. Οι προπονήσεις αρχίζουν να φαίνονται ίδιες, οι στόχοι δείχνουν μακρινοί και η σκέψη της εγκατάλειψης περνά έστω και για λίγο από το μυαλό. Είναι μια φυσιολογική σκέψη· δεν σημαίνει αδυναμία. Σημαίνει ότι το παιδί προσπαθεί, κουράζεται και δοκιμάζεται. Πριν όμως παρθεί μια τόσο σημαντική απόφαση, αξίζει να κάνουμε μια παύση και να θυμηθούμε γιατί ξεκινήσαμε.

Όταν κάποιος αφιερώνει πολλά χρόνια σε ένα άθλημα, είναι λογικό να αναρωτηθεί αν αξίζει όλος αυτός ο κόπος. Οι ώρες προπόνησης, οι θυσίες, ο περιορισμένος ελεύθερος χρόνος, οι οικονομικές δυσκολίες και η στήριξη των γονιών δημιουργούν ένα βάρος ευθύνης. Όμως ο αθλητισμός δεν είναι μόνο μετάλλια και διακρίσεις. Είναι μαθήματα ζωής. Μαθαίνεις να βάζεις στόχους, να επιμένεις, να διαχειρίζεσαι την ήττα και να χαίρεσαι τη μικρή καθημερινή πρόοδο. Μαθαίνεις να πέφτεις και να σηκώνεσαι ξανά.

Όπως πολλά παιδιά, έτσι κι εγώ ασχολούμαι με ένα άθλημα, την ενόργανη γυμναστική. Είναι ένα απαιτητικό άθλημα που χρειάζεται πειθαρχία, υπομονή και ψυχική δύναμη. Δεν θα πω ψέματα· έχω σκεφτεί πολλές φορές να τα παρατήσω. Υπήρξαν στιγμές που ένιωθα ότι δεν αντέχω άλλο, ότι δεν προοδεύω ή ότι οι κόποι μου δεν φαίνονται. Όμως κάθε φορά κάτι μέσα μου, αλλά και η στήριξη του προπονητή μου, με έκανε να συνεχίσω. Έμαθα ότι η πραγματική δύναμη δεν φαίνεται μόνο στις επιτυχίες, αλλά στις στιγμές που επιλέγεις να μην τα παρατήσεις.

Γράφω αυτό το άρθρο για όλα τα παιδιά που βρίσκονται σε αυτό το δίλημμα. Αν σκέφτεστε να σταματήσετε, σκεφτείτε πρώτα τι σας έκανε να αγαπήσετε το άθλημα. Θυμηθείτε την πρώτη σας προπόνηση, τη χαρά όταν πετύχατε κάτι δύσκολο, το χαμόγελο μετά από έναν αγώνα. Η ψυχική δύναμη δεν σημαίνει ότι δεν κουράζεσαι ή δεν απογοητεύεσαι· σημαίνει ότι συνεχίζεις παρά τις δυσκολίες. Και ακόμα κι αν κάποτε αποφασίσετε να αλλάξετε δρόμο, να είναι μια απόφαση ώριμη και συνειδητή, αποτέλεσμα μιας στιγμιαίας απογοήτευσης. Ο αθλητισμός χτίζει χαρακτήρα. Και κάθε φορά που επιλέγουμε να επιμένουμε, γινόμαστε λίγο πιο δυνατοί όχι μόνο ως αθλητές, αλλά και ως άνθρωποι.

Ολυμπιακά ιδεώδη

Δήμητρα Κώστα & Καλλιόπη Λάμπα (Τμήμα Γ3)

Τα Ολυμπιακά ιδεώδη γεννήθηκαν στην αρχαία Ελλάδα και συνδέθηκαν από την πρώτη στιγμή με τους Ολυμπιακούς Αγώνες. Στην ιερή γη της Ολυμπίας, οι Αγώνες δεν αποτελούσαν απλώς αθλητικούς διαγωνισμούς, αλλά μεγάλες θρησκευτικές γιορτές προς τιμήν του Δία. Οι αθλητές όφειλαν να αγωνίζονται με τιμιότητα, αυτοπειθαρχία και σεβασμό, τιμώντας όχι μόνο τον εαυτό τους αλλά και την πόλη τους. Σε μια εποχή όπου οι πόλεμοι ήταν συχνοί, οι Ολυμπιακοί Αγώνες λειτουργούσαν ως σύμβολο ενότητας και συμφιλίωσης, καθώς η Ολυμπιακή Εκεχειρία επέτρεπε στους ανθρώπους να ταξιδεύουν και να συμμετέχουν με ασφάλεια. Μέσα από αυτό το πνεύμα γεννήθηκαν αξίες όπως η ευγενής άμιλλα, η προσπάθεια για το καλύτερο και η αρμονία σώματος και πνεύματος.

Από την αρχαιότητα έως σήμερα, τα ολυμπιακά ιδεώδη παραμένουν ζωντανά και διαχρονικά, επηρεάζοντας όχι μόνο τον αθλητισμό αλλά και την καθημερινή μας ζωή. Η ευγενής άμιλλα αποτελεί τον πυρήνα του Ολυμπιακού Πνεύματος, καθώς προϋποθέτει την τήρηση των κανόνων, τον σεβασμό προς τους αντιπάλους και τους διαιτητές και την αποδοχή του αποτελέσματος με αξιοπρέπεια. Η αριστεία δεν περιορίζεται στη νίκη, αλλά εκφράζει τη συνεχή προσπάθεια υπέρβασης των προσωπικών μας ορίων και τη διαρκή βελτίωση. Ο σεβασμός φαίνεται στον τρόπο με τον οποίο αντιμετωπίζουμε τον εαυτό μας και τους άλλους, αναγνωρίζοντας την αξία κάθε ανθρώπου χωρίς διακρίσεις. Παράλληλα, η ισότητα και η δικαιοσύνη εξασφαλίζουν ότι όλοι αγωνίζονται με τους ίδιους κανόνες και τις ίδιες ευκαιρίες, ώστε η προσπάθεια και η αξία του καθενός να αναγνωρίζονται δίκαια. Τέλος, η ειρήνη αποτελεί θεμελιώδη αρχή των Ολυμπιακών Αγώνων, καθώς φέρνει κοντά ανθρώπους από διαφορετικές χώρες και πολιτισμούς, προωθώντας τη φιλία, τη συνεργασία και την αλληλοκατανόηση.

Τα Ολυμπιακά ιδεώδη αποτελούν διαχρονικές αξίες που ξεπερνούν τα όρια του αθλητισμού και αγγίζουν κάθε πτυχή της ανθρώπινης ζωής. Μας διδάσκουν τη σημασία της προσπάθειας, της συνεργασίας και της κατανόησης ανάμεσα στους ανθρώπους και τους λαούς. Η διατήρηση και η εφαρμογή αυτών των ιδανικών στη σύγχρονη κοινωνία μπορούν να συμβάλουν στη δημιουργία ενός πιο δίκαιου, ανθρώπινου και ειρηνικού κόσμου, όπου ο αθλητισμός γίνεται γέφυρα ενότητας και ελπίδας για το μέλλον.



Ο Σπύρος Λούης εισέρχεται πρώτος στο Παναθηναϊκό στάδιο στον Μαραθώνιο των Ολυμπιακών Αγώνων του 1896.

Πηγή: www.segas.gr

Γιάννης Αντετοκούνμπο: από τα Σεπόλια στην κορυφή του κόσμου

Ιάσων Μακ Κον Όλα (Τμήμα Γ1)

Από τα Σεπόλια μέχρι τα παρκέ του NBA, ο Γιάννης Αντετοκούνμπο συνεχίζει να κρατά ζωντανό τον δεσμό του με την Ελλάδα. Τον περασμένο Οκτώβριο εγκατέστησε μόνιμα τη σύζυγο και τα τέσσερα παιδιά τους στο σπίτι τους στο Ψυχικό, ενώ ο ίδιος επέστρεψε στην Milwaukee για τη νέα απαιτητική σεζόν. Ο 31χρονος «Greek Freak» δεν έχει κρύψει την επιθυμία του να αγωνιστεί κάποια στιγμή στην Ελλάδα, αποδεικνύοντας πως, παρά τη διεθνή αναγνώριση και τις τεράστιες επιτυχίες του, η καρδιά του παραμένει εκεί όπου έκανε τα πρώτα του βήματα.

Ο Γιάννης γεννήθηκε το 1994 στα Σεπόλια, όπου και μεγάλωσε με τους Νιγηριανούς γονείς του, που ήρθαν στην Ελλάδα ως πρόσφυγες, και τα τρία αδέρφια του. Ο πατέρας του ήταν πρώην επαγγελματίας ποδοσφαιριστής στη Νιγηρία, ενώ η μητέρα του αθλήτρια του άλματος εις ύψος. Οι συνθήκες διαβίωσης της οικογένειας ήταν δύσκολες, καθώς οι γονείς του δυσκολεύονταν να βρουν εργασία και έτσι εκείνος μαζί με τον μεγαλύτερο αδερφό του, Θανάση, πουλούσαν γυαλιά ηλίου, τσάντες και ρολόγια σε υπαίθριες αγορές. Η πείνα ήταν καθημερινότητα για τα τέσσερα αδέρφια. Είναι χαρακτηριστικό το περιστατικό που αναφέρεται στην βιογραφία του Γιάννη για τον Θανάση, όταν έπαιζαν στον Φιλαθλητικό, μία ομάδα Α2 Εθνικής: «Η απόδοση του Θανάση εκείνη την μέρα ήταν αποκαρδιωτική [...], ο Λουκάς Καρακούσης πλησίασε τον Βελιλιάντη. Στ' αλήθεια αυτοί οι πιτσιρικάδες είναι τόσο καλοί; Μήπως πετάμε τα λεφτά;[...] Ο τεχνικός περιορίστηκε να απαντήσει: [...], είμαστε σίγουροι πως έχει φάει κάτι σήμερα; Λίγα λεπτά αργότερα, και αφού επιβεβαίωσαν την υποψία του Βελιλιάντη, κι οι δύο μαζί συνόδευσαν τον Θανάση σε ένα κοντινό ψητοπωλείο. Έφαγε επτά σουβλάκια πίτα, θυμάται σήμερα ο Βελιλιάντης, συγκλονισμένος ακόμα με την εικόνα του εφήβου να καταβροχθίζει τέτοια ποσότητα φαγητού. Αλλά και ο ίδιος ο Γιάννης έχει αναφέρει δημόσια ότι οφείλει πολλά στην βοήθεια ιδρυμάτων και της Εκκλησίας.

Εκτός από την ανέχεια τα αδέρφια είχαν να αντιμετωπίσουν και τον ρατσισμό. Στα χρόνια της εφηβείας του Γιάννη, μέλη συγκεκριμένου πολιτικού κόμματος, το οποίο η ελληνική δικαιοσύνη έχει πλέον χαρακτηρίσει ως εγκληματική οργάνωση, πραγματοποιούσαν επιθέσεις εναντίον μεταναστών στα Σεπόλια και αλλού. Για το λόγο αυτό «μετά τις πολλές ώρες που περνούσε με τον αδελφό του στο γήπεδο του Φιλαθλητικού, αρκετές φορές κατέληγαν να κοιμούνται σε ένα παλιό στρώμα από φόβο να βρεθούν πολλή ώρα εκτεθειμένοι στον δρόμο»



Ο Γιάννης Αντετοκούνμπο συνέχισε να αγωνίζεται στον Φιλαθλητικό τη σεζόν 2012-13. Πέρα από τις εντυπωσιακές για την ηλικία του επιδόσεις, ξεχώρισε για την γρήγορη εξέλιξή του, αλλά και για το πόσο ολοκληρωμένος παίκτης ήταν. Ήταν εξαιρετικός χειριστής της μπάλας, έχοντας σπάνια αντίληψη του γηπέδου και άνεση στις κινήσεις του, αν και σωματικά ψηλός και αδύνατος.

Το όνειρό του είναι το NBA και το 2013 το τολμά. Μέχρι τότε όμως ο Αντετοκούνμπο δεν έχει επίσημα έγγραφο, ούτε λογίζεται Έλληνας πολίτης, παρόλο που έχει γεννηθεί και μεγαλώσει στη χώρα.

Τον Μάιο του 2013 και τα δύο αδέρφια καταφέρνουν να αποκτήσουν το πολυπόθητο ελληνικό διαβατήριο, ύστερα από επίσπευση των διαδικασιών από το αρμόδιο υπουργείο, ώστε να μην χαθεί το όνειρο.

Στις 27 Ιουνίου του 2013 συμμετέχει στο NBA Draft όπου επιλέγεται στο νούμερο 15 από τους Milwaukee Bucks, σημειώνοντας την υψηλότερη θέση επιλογής μέχρι τότε για Έλληνα παίκτη στο NBA.



Ο ίδιος πανηγύρισε μαζί με τον Θανάση, κρατώντας την ελληνική σημαία.

Με σκληρή δουλειά και επιμονή εξελίχθηκε σε έναν από τους κορυφαίους καλαθοσφαιριστές παγκοσμίως: δύο φορές Πολυτιμότερος Παίκτης (MVP) του NBA (2019, 2020), Πρωταθλητής NBA και MVP Τελικών το 2021, καθώς και ένας από τους πιο ακριβοπληρωμένους παίκτες στην ιστορία του πρωταθλήματος. Το 2025, στο Ευρωμπάσκετ ο Αντετοκούνμπο, μετά από εξαιρετικές εμφανίσεις, βοήθησε την Εθνική Ελλάδα να κατακτήσει μετάλλιο για πρώτη φορά μετά από 16 χρόνια, δείχνοντας τη σημασία που έχει για αυτόν η Ελλάδα.

Ο Γιάννης είναι σήμερα ένας από τους πιο επιτυχημένους Έλληνες αθλητές και για πολλούς ο κορυφαίος Έλληνας καλαθοσφαιριστής όλων των εποχών.

Όμως, πέρα από τις αθλητικές του διακρίσεις, ξεχωρίζει και για τον χαρακτήρα και την κοινωνική του προσφορά.

Μέσω του ιδρύματος Charles Antetokounmpo Family Foundation (CAFF), δραστηριοποιείται στην Ελλάδα, στις Ηνωμένες Πολιτείες και στη Νιγηρία, στηρίζοντας παιδιά και οικογένειες που έχουν ανάγκη. Προσφέρει δωρεάν προπονήσεις μπάσκετ, εκπαιδευτική υποστήριξη και καθοδήγηση, ενώ συμβάλλει στη στέγαση και τη σίτιση άστεγων εφήβων, προσφύγων και ανθρώπων που δοκιμάζονται από κρίσεις.

Η πορεία του Γιάννη δεν είναι μόνο μια ιστορία αθλητικής επιτυχίας. Είναι ένα μάθημα ζωής για όλους μας: να πιστεύουμε στα όνειρά μας, να μην τα παρατάμε και να θυμόμαστε πάντα από πού ξεκινήσαμε.

Πηγές: «Γιάννης: Γράφοντας Ιστορία», του Χοσέ Μανουέλ Πουέρτας.



Οι Κυρίαρχοι της Γης

Άρτεμις Σενοκασί & Μιχαέλα Μητροβασίλη
Τμήμα Γ3

Ο δεινόσαυρος είναι ένα από τα πιο εντυπωσιακά πλάσματα που έζησαν ποτέ στη Γη. Παρόλο που εξαφανίστηκαν πριν από εκατομμύρια χρόνια, συνεχίζουν να μας συναρπάζουν μέχρι σήμερα, καθώς συνδυάζουν μυστήριο, επιβλητική παρουσία και μοναδικά χαρακτηριστικά, προσφέροντάς μας πολύτιμες πληροφορίες για την ιστορία της ζωής στον πλανήτη μας.

Οι δεινόσαυροι παρουσίαζαν μεγάλη ποικιλία στον τρόπο ζωής τους, ανάλογα με το είδος τους. Ορισμένοι ήταν φυτοφάγοι και τρέφονταν με φυτά, φύλλα και καρπούς, ενώ άλλοι ήταν σαρκοφάγοι και κυνηγούσαν άλλα ζώα. Κινούνταν είτε με δύο είτε με τέσσερα πόδια· μερικοί μπορούσαν να τρέχουν γρήγορα για να πιάνουν τη λεία τους ή να προστατευτούν, ενώ άλλοι κινούνταν πιο αργά λόγω του μεγάλου τους όγκου. Ζούσαν σε ποικίλα περιβάλλοντα, όπως δάση, πεδιάδες και έλη, σε πολλές περιοχές της Γης, όπου το κλίμα ήταν κυρίως θερμό και υγρό.

Οι δεινόσαυροι εμφανίστηκαν πριν από περίπου 230 εκατομμύρια χρόνια και εξαφανίστηκαν πριν από 65 εκατομμύρια χρόνια, στο τέλος της περιόδου που ονομάζεται Κρητιδική. Η πιο διαδεδομένη επιστημονική θεωρία υποστηρίζει ότι ένας τεράστιος μετεωρίτης προσέκρουσε στη Γη, προκαλώντας ανυπολόγιστες καταστροφές. Η πρόσκρουση αυτή προκάλεσε πυρκαγιές, σεισμούς και τεράστια σύννεφα σκόνης που κάλυψαν τον ουρανό για μεγάλο χρονικό διάστημα. Ως αποτέλεσμα, το κλίμα άλλαξε δραματικά, το φως του ήλιου μειώθηκε και πολλά φυτά και ζώα αφανίστηκαν. Οι δεινόσαυροι, αδυνατώντας να προσαρμοστούν στις απότομες αυτές αλλαγές, εξαφανίστηκαν σταδιακά.

Τα πρώτα επίσημα αναγνωρισμένα απολιθώματα δεινοσαύρων ανακαλύφθηκαν στη Μεγάλη Βρετανία από τον William Buckland το 1824. Τα απολιθώματα είναι τα διατηρημένα υπολείμματα ή ίχνη οργανισμών που έζησαν στη Γη πριν από εκατομμύρια χρόνια. Μπορεί να περιλαμβάνουν οστά, δόντια, κελύφη, αποτυπώματα φύλλων ή ίχνη πατημασιών. Δημιουργούνται όταν ένας οργανισμός πεθαίνει και καλύπτεται γρήγορα από χώμα, άμμο ή λάσπη. Με την πάροδο του χρόνου, τα μαλακά μέρη αποσυντίθενται, ενώ τα σκληρά διατηρούνται και σταδιακά μετατρέπονται σε πέτρα, καθώς τα ορυκτά αντικαθιστούν το οργανικό υλικό.

Ένας από τους πιο παράξενους και εντυπωσιακούς δεινόσαυρους ήταν ο Therizinosaurus. Έζησε περίπου 70 εκατομμύρια χρόνια πριν, κατά την Ύστερη Κρητιδική περίοδο. Ξεχώριζε για τα τεράστια νύχια του, τα οποία μπορούσαν να φτάσουν έως και το ένα μέτρο σε μήκος, αποτελώντας μερικά από τα μεγαλύτερα που έχουν καταγραφεί στο ζωικό βασίλειο. Παρά την τρομακτική του εμφάνιση, ήταν φυτοφάγος και χρησιμοποιούσε τα νύχια του για να τραβά κλαδιά και φύλλα. Κινούνταν σε δύο πόδια, είχε μακρύ λαιμό και πιθανότατα το σώμα του ήταν καλυμμένο με φτερά. Ζούσε σε δασώδεις περιοχές και θεωρείται ένας από τους πιο ενδιαφέροντες δεινόσαυρους που έχουν ανακαλυφθεί.

Οι δεινόσαυροι, αν και ανήκουν στο μακρινό παρελθόν, μας βοηθούν να κατανοήσουμε καλύτερα την εξέλιξη της ζωής και τις μεγάλες αλλαγές που μπορεί να συμβούν στον πλανήτη μας. Μέσα από τη μελέτη τους, οι επιστήμονες ανακαλύπτουν πολύτιμες πληροφορίες για τη φύση, το κλίμα και την ιστορία της Γης.



πάτερ Νεκτάριος Μαρμαρινός: μια σπουδαία προσωπικότητα του τόπου μας

Ο πατέρας Νεκτάριος Μαρμαρινός υπήρξε μια σημαντική προσωπικότητα του τόπου μας, γνωστός για τη βαθιά του πνευματικότητα και την αφοσίωσή του στον Θεό. Γεννήθηκε στην Αίγινα στις 3 Νοεμβρίου 1921. Το 1937 ήρθε στην Κόρινθο ως φοιτητής στην Εκκλησιαστική Σχολή Κορίνθου. Από το 1940 μέχρι την τελευταία ημέρα της ζωής του, ο γέροντας Νεκτάριος δίδασκε κατηχητικά μαθήματα κάθε Κυριακή απόγευμα στο Πνευματικό Κέντρο της εκκλησίας της Παναγίας της Θεοτόκου στον Συνοικισμό. Παρά την προχωρημένη του ηλικία, περιόδευε σε όλη την Κορινθία, κηρύσσοντας τον Λόγο του Ευαγγελίου. Ο πατήρ Νεκτάριος υπηρέτησε την Εκκλησία με ταπεινότητα, συνέπεια και βαθιά αγάπη για τον άνθρωπο, κερδίζοντας τον σεβασμό και την εκτίμηση όσων τον γνώρισαν. Στο παρόν αφιέρωμα παρουσιάζονται αρχικά βασικά στοιχεία της ζωής και της πνευματικής του πορείας, καθώς και η αδιάκοπη αφοσίωσή του στο ποιμαντικό και κατηχητικό έργο. Στη συνέχεια, καταγράφονται μαρτυρίες ανθρώπων που έζησαν κοντά του και είχαν την ευλογία να τον γνωρίσουν προσωπικά, μοναχές και πιστοί, οι οποίες φωτίζουν την ανθρώπινη και συναισθηματική πλευρά της προσφοράς του. Μέσα από αυτές τις αφηγήσεις αναδεικνύεται η βαθιά του πίστη, η αγάπη του για τη νεολαία και η καθοριστική επίδρασή του στον πνευματικό και κοινωνικό βίο της περιοχής μας, αφήνοντας μια παρακαταθήκη που παραμένει ζωντανή μέχρι σήμερα.

Στον ρόλο των δημοσιογράφων οι μαθητές/τριες
Μπούνας Δημήτρης
Μπούνας Πλάτωνας
Πανούτσος Αθανάσιος
Παππά Αιμιλία – Βασιλεία
Ρωμέση Παναγιώτα

Οδοιπορικό στη Μονή Οσίου Παταπίου και
συζήτηση με τη μοναχή Ματρώνα
από τη μαθήτρια Ρωμέση Παναγιώτα

Ο πατήρ Νεκτάριος Μαρμαρινός από νεαρή ηλικία έδειξε βαθιά πνευματικότητα και αφοσίωση στον Θεό, γεγονός που καθόρισε την πορεία της ζωής του. Υπήρξε για δεκαετίες ο φωτεινός οδοδείκτης στη ζωή των πνευματικών του παιδιών και καταφύγιο των ψυχών των Κορίνθιων.

Βιογραφικά στοιχεία



Γεννήθηκε στην Αίγινα στις 3 Νοεμβρίου 1921. Κοσμικό όνομα: Κυριάκος. Προερχόταν από πολυμελή οικογένεια με τέσσερα αδέρφια. Πνευματικός του πατέρας: Γέροντας Ιερώνυμος Αποστολίδης. Από μικρός, επισκεπτόταν μοναστήρια μαζί με την αδελφή του Μαρίνα. Θαύμαζε τη μοναχική ζωή και την αφοσίωση των μοναχών.

Ανέβαινε στη Μονή Παναγίας Χρυσολέοντισσας, λέγοντας: «Αγιέ μου Νεκτάριε, αξίωσέ με να κτίσω Μοναστήρι!»



Ο Γέροντας Νεκτάριος ξεχώρισε για την ταπεινότητά του και τη βαθιά του προσφορά. Με αφοσίωση υπηρέτησε τον Θεό και στάθηκε δίπλα σε κάθε συνάνθρωπο. Το πνευματικό του αποτύπωμα παραμένει ζωντανό και φωτεινό. Η πορεία του υπήρξε ένας ύμνος πίστης και αγάπης.

Η πορεία του



1937
Φοιτητής στην Εκκλησιαστική Σχολή Κορίνθου

Στις 21 Φεβρουαρίου 1941 χειροτονήθηκε Διάκονος και μετονομάστηκε «Νεκτάριος», γεγονός που τον χαροποίησε αφού ήταν το θέμα της μυστικής του προσευχής που δεν ανακοίνωσε σε κανέναν.

1941

Το 1943 χειροτονήθηκε Διάκονος στον Ι. Ναό Κοιμήσεως της Θεοτόκου Συνοικισμού Κορίνθου, στον οποίο και υπηρέτησε ως Εφημέριος από την 15η-11-1947 έως και την 27η-9-2002

1943

1945

Στις 8 Νοεμβρίου 1945 χειροτονήθηκε πρεσβύτερος.

«Μνήμες ζωής δίπλα σε έναν πνευματικό πατέρα»

Η κυρία Τόνια Γιοτζοπούλου, πνευματικό παιδί του πατέρα Νεκταρίου, μιλάει στην Αιμιλία Παππά για τον Γέροντα και τα χρόνια που έζησε κοντά του!

Ο πατέρας Νεκτάριος Μαρμαρινός, υπήρξε πνευματικός μας πατέρας. Στην οικογένειά μου, τουλάχιστον, καθόρισε τρεις γενιές. Ήταν συνομήλικος με τη γιαγιά μου και στάθηκε στο πλευρό της μητέρας μου, όταν έχασε τον πατέρα της. Επέδρασε, ωστόσο, καταλυτικά και σε μένα και στα αδέρφια μου.

Η γιαγιά μου, θυμάμαι, μας ανέφερε ότι ο γέροντας ήρθε στην Κόρινθο για να φοιτήσει στο εκκλησιαστικό σχολείο της πόλης το 1937, ενώ από το 1941 και εξής ήταν ιερέας στην ενορία μας, εδώ στον Συνοικισμό, στην Κοίμηση της Θεοτόκου. Πολύ γρήγορα ανέπτυξε πνευματικό έργο, δημιουργώντας κατηχητικά σχολεία και περιοδεύοντας σε όλη την Κορινθία για να κηρύξει τον Λόγο του Θεού. Ήταν κτίτορας της Μονής του Οσίου Παταπίου και ανέπτυξε μεγάλη φιλανθρωπική δράση και εδώ, στον προσφυγικό συνοικισμό της Κορίνθου και όχι μόνο.

Η μητέρα μου θυμάται με πολλή αγάπη πόσο ο γέροντας αγκάλιαζε όλα τα παιδιά, τα συμβούλευε, διοργάνωνε εορτές για τις εθνικές επετείους και για τις μεγάλες χριστιανικές γιορτές, πιστός στις παραδόσεις. Αλλά και τη δική μου γενιά καθόρισε, καθώς υπήρξαμε πολύ τυχεροί που γαλουχηθήκαμε από αυτόν τον άγιο άνθρωπο. Είναι εκείνος, ο οποίος έθεσε τις βάσεις για να γίνουμε καλοί άνθρωποι και καλοί χριστιανοί.



Τα λόγια του γεμάτα αγάπη
Οι συμβουλές του πιο χρήσιμες από ποτέ
Στα λάθη μας με επιείκεια μας έδειχνε τον σωστό δρόμο

Το κήρυγμα του ήταν πάντα εύστοχο, επίκαιρο, καθόλου κουραστικό. Τα παραδείγματα του και οι αναλύσεις της Αγίας Γραφής ήταν πολύ ενδιαφέρουσες και μερικές φορές ακόμη ηχούν στα αυτιά μας τα λόγια του και σίγουρα μιλάνε στη καρδιά μας. Αποτελούσε το πρότυπό μας. Ήταν ο δάσκαλος που δίδασκε και όλα τα τηρούσε, ο πνευματικός μας φάρος και οδοδείκτης. Άνθρωπος σεμνός, ταπεινός, ήρεμος, με υπομονή και σύνεση, εύστροφος, φιλάνθρωπος. Παράδειγμα προς μίμηση.



Έχουμε να θυμόμαστε πολλές όμορφες εμπειρίες από τα νεανικά μας χρόνια δίπλα στον γέροντα μας: τη χορωδία, τους παραδοσιακούς χορούς, που πάντα μας προέτρεπε να μαθαίνουμε, τις προσκυνηματικές εκδρομές, με τις οποίες είχαμε γυρίσει όλη την Ελλάδα, την κατασκήνωση, που πηγαίναμε τα καλοκαίρια, τις θεατρικές παραστάσεις. Πρόκειται για βιώματα που μας διαμόρφωσαν ως προσωπικότητες. Τα λόγια του ήταν πάντα γεμάτα αγάπη, οι συμβουλές του πιο χρήσιμες από ποτέ. Ακόμη και στα λάθη μας με επιείκεια μας έδειχνε τον σωστό δρόμο. Γύρω του βρισκόμασταν συνεχώς σαν μέλισσες στο μέλι, στο μέλι της σεμνότητας του, της υπομονής του, της αγάπης του.

Όταν κοιμήθηκε νιώσαμε πως χάσαμε ένα μέρος της νεανικής μας ηλικίας, αλλά ξέραμε πως θα μιλάει πάντα μέσα στις καρδιές μας και θα μας συντροφεύουν πάντα τα λόγια του και το παράδειγμα του. Έτσι, έχουμε κι εμείς πολλές ιστορίες να διηγηθούμε στα νεότερα παιδιά, μεταλαμπαδεύοντας όλες αυτές τις αξίες και τα ιδανικά που πέρασε και σε μας ο γέροντας μας, ο πατήρ Νεκτάριος Μαρμαρινός και σημάδεψαν την καρδιά μας, τον τρόπο σκέψης μας και τη θέαση του κόσμου και του συνανθρώπου.

«Όταν η αγάπη γίνεται τρόπος ζωής»

Συνέντευξη με τον κύριο Μάριο Γεωργιάδη, Διευθυντή του Σχολείου μας

- Τι πιστεύετε ότι τον έκανε τόσο αγαπητό και σεβαστό πνευματικό;

Ο πατέρας Νεκτάριος από την ημέρα που ήρθε στην Κόρινθο και συγκεκριμένα στον Συνοικισμό, το έτος 1937, ήταν κοντά στους ανθρώπους. Τα προβλήματα του ανθρώπων έγιναν και δικά του προβλήματα. Οι χαρές τους έγιναν και δικές του χαρές. Έτσι μπήκε σαν ένα επιπλέον μέλος στην κάθε οικογένεια.

- Υπάρχει κάποιο γεγονός που έχει μείνει χαραγμένο στη μνήμη σας από τα χρόνια που ζήσατε κοντά στον πατέρα Νεκτάριο;

Είναι αλήθεια πως ο πατέρας Νεκτάριος τους αγάπησε όλους το ίδιο και προσέφερε την αγάπη του απλόχερα σε όλους. Δεν έκανε διακρίσεις. Παρόλα αυτά δεν τον αγάπησαν όλοι οι άνθρωποι. Μάλιστα υπήρξε κάποιος, πριν από αρκετές δεκαετίες, όπως μας είχε διηγηθεί ο ίδιος, που δεν του μιλούσε. Ο πατήρ Νεκτάριος περνούσε κάθε πρωί από το μαγαζί του και κατέβαινε στην μητρόπολη με τα πόδια. Κάθε μέρα τον καλημερίζε και του έδινε ευχές ενώ εκείνος γυρνούσε το κεφάλι του. Πέρασαν περίπου 10 χρόνια, όταν κάποια στιγμή αυτός ο άνθρωπος πετάχτηκε από το μαγαζί του, πλησίασε τον γέροντα και του φίλησε το χέρι λέγοντάς του "Μου έσπασες τους πάγους μέσα μου".



Ο πατέρας Νεκτάριος του απάντησε πως δεν έπαψε λεπτό να τον αγαπάει και για αυτό του ευχόταν κάθε μέρα μέσα από την καρδιά του. Με αυτόν τον τρόπο υπήρξε μια συμφιλίωση. Πέρασαν τρεις ημέρες από το συγκεκριμένο γεγονός και ο άνθρωπος αυτός έφυγε από τη ζωή.

- Ποια ήταν η μεγαλύτερη πνευματική συμβουλή που σας έδωσε;

Η συμβουλή και παρακαταθήκη που άφησε σε όλους είναι "μη θυμάσαι το κακό, κοίτα μπροστά και ρίξ' τα όλα πίσω ..."



Από την επίσκεψη του Γέροντα Εφραίμ Βατοπαϊδινού στον μακαριστό Γέροντα Νεκτάριο Μαρμαρινό κατά την παραμονή της Αγίας Ζώνης στη πόλη της Κορίνθου, 30 Ιουνίου 2019.

- Ποια είναι η μεγαλύτερη κληρονομιά που άφησε ο πατέρας Νεκτάριος;

Η εκκλησία να υπηρετεί τη νεολαία! Ο πατέρας Νεκτάριος αγάπησε πάρα πολύ τα νέα παιδιά. Για αυτό, όταν ήρθε, οργάνωσε αμέσως τους πρόσφυγες, στο να φτιάξουν ποδοσφαιρική ομάδα, θεατρική ομάδα σκακιστική ομάδα ... Οργάνωσε τα κατηχητικά σχολεία. Έψαξε και βρήκε χώρο για να παίζουν ποδόσφαιρο τα παιδιά. Γενικά έκανε τα πάντα για να είναι κοντά στη νεολαία. Όπως συνήθιζε να λέει "η εκκλησία πρέπει να υπηρετεί τη νεολαία". Αυτή είναι η πιο βασική κληρονομιά που άφησε ο πατέρας Νεκτάριος.

- Πως μπορούμε εμείς ως μαθητές να εμπνευστούμε από το παράδειγμά του;

Θα σας πω ένα περιστατικό από τα μαθητικά του χρόνια. Όταν ο πατέρας Νεκτάριος πήγαινε σχολείο δεν υπήρχαν βιβλία και ο δάσκαλος υπαγόρευε στους μαθητές. Ο πιο καλός μαθητής κρατούσε σημειώσεις. Και ο πιο καλός μαθητής ήταν ο πάτερ Νεκτάριος. Τα γράμματά του όμως δεν ήταν καλά. Θυμάμαι τον πατέρα Νεκτάριο να μας λέει ότι τον στενοχωρούσε που τα γράμματά του δεν ήταν καλοσχηματισμένα. Όπως χαρακτηριστικά έλεγε "αυτό οφείλεται στο ότι από μικρός έγραφα γρήγορα για να προλάβω αυτά που έλεγε ο δάσκαλος. Όταν πήρα το πρώτο βιβλίο έκλαιγα απαρηγόρητος. Το αγκάλιασα, το κράτησα σφιχτά και έκλαιγα απαρηγόρητος ... Αγάπησα πάρα πολύ τη μελέτη" και πράγματι εμείς τον θυμόμαστε μέχρι τις τελευταίες του στιγμές να έχει αριστερά και δεξιά του πλήθος βιβλίων. Αγαπούσε το βιβλίο, αγαπούσε τη μελέτη και νομίζω ότι αυτή είναι μία από τις μεγαλύτερες συμβουλές και η παρακαταθήκη του στη μαθητιώσα νεολαία: "Να αγαπήσετε τα βιβλία".



Ποια είναι η μεγαλύτερη κληρονομιά που άφησε στην εκκλησία και στους ανθρώπους που τον γνώρισαν;

Οδοιπορικό στη Μονή του Οσίου Παταπίου

Ο πατήρ Νεκτάριος υπήρξε εμπνευστής και κτήτορας της μονής του Οσίου Παταπίου στο Λουτρακίου.

Η επιλογή του τόπου για την ίδρυση της Μονής του ήταν συγκλονιστική. Κατά τις σπουδές του, άκουγε συχνά τους συμμαθητές του να μιλούν για τον Άγιο Πατάπιο και το ιερό του λείψανο, που είχε αποκαλυφθεί στο Λουτράκι το 1904. Αποφάσισε να επισκεφθεί το σπήλαιο, και εκεί ένιωσε μια «θεία έλξη» για τον τόπο. Στο σπήλαιο αυτό βρέθηκε και η κάρα της Αγίας Υπομονής

Προσκυνώντας εκεί προσευχήθηκε: «Άγιε μου, βοήθησέ με να κτίσω εδώ Μοναστήρι! Να βλέπω μοναστική αδελφότητα ακατάπαυστα να δοξολογεί τον Κύριο και το λιβανωτό ως θυσία ευπρόσδεκτη να κατευθύνεται μπροστά στον θρόνο της μεγαλοσύνης Σου!».

Η επίσημη ίδρυση της μονής έγινε την 1η Αυγούστου 1952 από τον μητροπολίτη Κορινθίας Προκόπιο Τζαβάρα.

Το μοναστήρι του Αγίου Παταπίου είναι γυναικείο και φιλοξενεί περίπου 40 καλόγριες. Βρίσκεται στο βουνό Γεράνεια Όρη στο Λουτράκι, σε ύψος 650 μέτρων.

Καθώς εισερχόμαστε στη μονή του Αγίου Παταπίου συναντάμε την εκκλησία της Κοιμήσεως της Θεοτόκου (Παναγίας).

Μέσα στην εκκλησία συναντάμε στο κέντρο την εικόνα του αγίου που εορτάζει τη συγκεκριμένη ημέρα ενώ στα δεξιά συναντάμε την εικόνα του Αγίου Παταπίου. Στον τοίχο υπάρχει η μεγάλη εικόνα της Παναγίας Ελεούσας η οποία είναι γεμάτη τάματα. Εντός της εκκλησίας της Παναγίας υπάρχει, παρακείμενα, ο ναός των Αγίων Αναργύρων.

Το σπήλαιο του Αγίου Παταπίου βρίσκεται δίπλα από την εκκλησία της Παναγίας. Το λείψανο του Αγίου φυλάσσεται σε λάρνακα και είναι καλυμμένο με ράσο. Στο σπήλαιο υπάρχουν και Βυζαντινές αγιογραφίες, συμπεριλαμβανομένων του Αγίου Παταπίου και της Αγίας Υπομονής.

Η πρώτη ηγουμένη στη μονή, το 1952, ήταν γερόντισσα Συγκλητική. Η γερόντισσα Παταπία βοήθησε σε σημαντικό βαθμό στην δημιουργία και την οικοδόμηση της μονής. Ήταν ηγουμένη από το 1963 ως το 1968, οπότε παραιτήθηκε λόγω προβλημάτων υγείας.

Παναγιώτα Ρωμέση, Β3

Ο πατήρ Νεκτάριος επισκεπτόταν το μοναστήρι κάθε Παρασκευή πρωί κατευθύνοντας τις ψυχές των μοναζουσών προς τη Σωτηρία, ενώ συχνά τις Κυριακές λειτουργούσε στο ανδρικό μοναστήρι των τριών Ιεραρχών στην Περαχώρα. Σύμφωνα με τη γερόντισσα Παταπία προσέφερε τα μέγιστα ως κτίτορας στη μονή του Αγίου Παταπίου.

Αρχικά υπήρχαν πολλές δυσκολίες, για να οικοδομηθεί το μοναστήρι. Έτσι, στην αρχή υπήρχαν μόνο πολύ μικρά κάποια δωμάτια - κελιά στα οποία ζούσαν οι μοναχές. Οι καλόγριες δυσκολεύονταν να φέρουν τα οικοδομικά υλικά προς το μοναστήρι, αφού αρχικά δεν υπήρχε βατός δρόμος για να περάσουν αυτοκίνητα. Υπήρχε μόνο ένα μονοπάτι και οι μοναχές χρησιμοποιούσαν ένα γαϊδουράκι για να μεταφέρουν τα υλικά κατασκευής. Ακόμα έπρεπε να κουβαλήσουν νερό, από μια πηγή χιλιόμετρα μακριά. Συχνά οι καλόγριες κουβαλούσαν οικοδομικά υλικά για την κατασκευή της μονής ή στάμνες με νερό και τρόφιμα στην πλάτη τους!



1949

Χειροτονήθηκε Αρχιμανδρίτης και Πνευματικός



1977

Ίδρυσε την ανδρική μονή του Αποστόλου Παύλου στο όρος Γεράνεια

1952

Ίδρυσε την Ιερά μονή του Οσίου Παταπίου

2006

Τιμήθηκε από τον Δήμο Κορινθίων με το χρυσό κλειδί της πόλης, για την πολυετή προσφορά του και του Αρχιεπίσκοπο Αθηνών και πάσης Ελλάδος Χριστόδουλο με χρυσό μετάλλιο για το ιεραποστολικό του έργο.

2019

Εκοιμήθη σε ηλικία 98 ετών την 21η Ιουλίου 2019

ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΑΤΡΙΔΑ, της Πηνελόπης Δέλτα Παναγιώτα Ρωμέση (B3)

Το βιβλίο της Πηνελόπης Δέλτα «Για την πατρίδα» μου δημιούργησε έντονη αγωνία και κράτησε το ενδιαφέρον μου ζωντανό. Οι περιγραφές του με έκαναν να «μεταφέρομαι» και να ζω κι εγώ μαζί με τους ήρωες την περιπέτεια. Επιπλέον με συγκίνησε η έντονη φιλία μεταξύ Άσωτη και Αλέξιου αλλά και η αγάπη της Μιροσλάβας για τον Άσωτη. Ακόμη θεωρώ αξιοθαύμαστο αυτό που έκανε η Θέκλα δηλαδή η μεταμφίεσή της σε άντρα. Το βιβλίο μου άρεσε πάρα πολύ αλλά αν άλλαζα κάτι στο θα ήταν ένα πιο χαρούμενο τέλος για τον Αλέξιο.

◆ Κωνσταντίνος

Ο Κωνσταντίνος έχει υψηλό αίσθημα καθήκοντος, αγαπά το Βυζάντιο και τον αυτοκράτορα. Επιπλέον, παρουσιάζεται συνетός, σε αντίθεση με άλλους ήρωες της ηλικίας του. Είναι γενναίος γιατί συμμετέχει σε επικίνδυνες αποστολές. Αποστρέφεται την προδοσία και ενεργεί πάντα σύμφωνα με την τιμή και την συνείδησή του. Τέλος, είναι πιστός στις αξίες, όπως η πίστη, ο σεβασμός και η αφοσίωση που τον καθοδηγούν σε όλη την διάρκεια του έργου.

Προσωπική άποψη για το βιβλίο: «Τον καιρό του Βουλγαροκτόνου»

Διαβάζοντας το βιβλίο της Πηνελόπης Δέλτα «Τον καιρό του Βουλγαροκτόνου» ένιωσα συγκίνηση και θαυμασμό, γιατί οι ήρωες αγωνίζονται με θάρρος για την πατρίδα τους και τη φιλία τους, μέσα σε πολύ δύσκολες συνθήκες. Σε πολλά σημεία ένιωσα και αγωνία, επειδή οι μάχες, οι κίνδυνοι και οι δοκιμασίες των πρωταγωνιστών με έκαναν να ανησυχώ για την τύχη τους. Παράλληλα, ένιωσα λύπη, γιατί ο πόλεμος προκαλεί πόνο, απώλειες και αδικία.

Θα ήθελα να εξελιχθούν κάποια πράγματα διαφορετικά, κυρίως να υπάρξουν λιγότερα θύματα και περισσότερες στιγμές ειρήνης και χαράς για τους ήρωες. Επίσης, θα ήθελα να δοθεί περισσότερος χρόνος στη ζωή τους μακριά από τον πόλεμο, ώστε να φανεί πιο καθαρά η ανθρώπινη πλευρά τους.

Τον καιρό του Βουλγαροκτόνου, της Πηνελόπης Δέλτα, Αλέξανδρος Γιαμπουράνης (B1)

Διαβάζοντας την υπόθεση του συγκεκριμένου βιβλίου ένιωσα ενδιαφέρον, θαυμασμό αλλά και συγκίνηση. Το βιβλίο αναφέρεται σε μια δύσκολη περίοδο της βυζαντινής ιστορίας, με συνεχείς πολέμους και αγώνες για την προστασία της αυτοκρατορίας. Ο Βασίλειος Β΄ παρουσιάζεται ως ένας ηγέτης που δεν τα παρατά εύκολα και αγωνίζεται με επιμονή και θυσίες για το καλό της αυτοκρατορίας. Παράλληλα, αισθάνθηκα φόβο και αγωνία, γιατί οι μάχες και οι συγκρούσεις δείχνουν πόσο δύσκολη ήταν η ζωή εκείνη την εποχή και τον κίνδυνο που αντιμετώπιζαν τόσο οι στρατιώτες όσο και ο απλός λαός. Σε κάποια σημεία ένιωσα θυμό, λόγω της βίας και της αδικίας που προκαλεί ο πόλεμος, αλλά και ελπίδα, γιατί παρά τις δυσκολίες, υπάρχει πίστη στη νίκη και στην προστασία του Βυζαντίου. Ο Κωνσταντίνος μου προκάλεσε θαυμασμό για τη γενναιότητα και την ηγετική του ικανότητα, ο Μιχαήλ με έκανε να νιώσω εμπιστοσύνη και ασφάλεια, γιατί ήταν συνетός και υπεύθυνος σε κάθε δράση και η Αλεξία μου δημιούργησε συγκίνηση και σεβασμό, γιατί παρά την ευαισθησία της φάνηκε γενναία και θαρραλέα. Τέλος, ο Νικήτας μου προκάλεσε θαυμασμό για τη γενναιότητα και την πίστη του στον αυτοκράτορα και τους συμμάχους του και ο γέρο Παγράτης με έκανε να νιώσω σεβασμό, γιατί παρά την ηλικία του ήταν έμπειρος και σοφός και καθοδηγούσε τα παιδιά και τους στρατιώτες με θάρρος και πίστη στην πατρίδα.

Δε θα ήθελα να εξελιχθεί κάτι διαφορετικά, αφού η ιστορία βασίζεται σε πραγματικά γεγονότα. Ωστόσο, θα μου άρεσε να φανούν περισσότερο οι προσωπικές σκέψεις και τα συναισθήματα των ηρώων κατά τη διάρκεια των γεγονότων, γιατί αυτό θα βοηθούσε να καταλάβουμε καλύτερα τη σημασία της γενναιότητας, της σοφίας και της συνεργασίας σε δύσκολες στιγμές.

**Τολμηρός αυτοκράτορας με σταθερό στόχο
Οξυδερκής στρατηγός
Νικηφόρος στις μάχες**

**Καθοριστικός για την ιστορία
Αποφασιστικός
Ισχυρός στο φρόνημα
Ρωμαλέος χαρακτήρας
Οδηγός του λαού**

**Τίμιος και δίκαιος ηγέτης
Ονομαστός αυτοκράτορας
Υπέρμαχος της πατρίδας**

**Βυζαντινός ηγεμόνας
Ονομασμένος Βουλγαροκτόνος
Υπομονετικός
Λαμπρός στρατηγός
Γενναίος
Αφοσιωμένος στο καθήκον
Ρεαλιστής ηγεμόνας
Οραματιστής
Κυρίαρχος
Τιμημένος στην ιστορία
Οριστικός νικητής
Νικηφόρος
Οδηγός της αυτοκρατορίας
Υπόδειγμα ηγεσίας**

Άννα και Θεοφανώ πριγκίπισσες στα ξένα, της Κίρα Σίνου - Νεφέλη Βλαχοπούλου (B1)

Χαρακτηρισμός πρωταγωνιστών

Η Άννα είναι μια ευαίσθητη κοπέλα, καθώς επηρεάζεται έντονα από τα γεγονότα της ζωής της. Είναι σκεπτόμενη, γιατί προβληματίζεται συνεχώς για τις επιλογές και τα συναισθήματά της. Παράλληλα, είναι ειλικρινής, προσπαθώντας να παραμένει αληθινή απέναντι στον εαυτό της και στους άλλους. Ωστόσο, παρουσιάζει ανασφάλεια, αφού δυσκολεύεται να εκφράσει όσα νιώθει. Τέλος, είναι εξελισσόμενη, καθώς μέσα από τις δυσκολίες ωριμάζει και αλλάζει.

Η Θεοφανώ είναι δυναμική, γιατί αντιμετωπίζει τα προβλήματα με θάρρος. Είναι προστατευτική, αφού στέκεται δίπλα στην Άννα σε δύσκολες στιγμές. Διακρίνεται για τη γενναιότητά της, μιας και δεν φοβάται να πάρει δύσκολες αποφάσεις. Είναι συναισθηματική, καθώς αγαπά βαθιά και έντονα, και υποστηρικτική, βοηθώντας όσους αγαπά να προχωρήσουν μπροστά.

Υπόθεση του βιβλίου

Το βιβλίο «Άννα και Θεοφανώ» αφηγείται την ιστορία δύο κοριτσιών και τη σχέση που αναπτύσσεται ανάμεσά τους. Οι ηρωίδες έρχονται αντιμέτωπες με εσωτερικές συγκρούσεις, κοινωνικές δυσκολίες και φόβους, προσπαθώντας να κατανοήσουν τον εαυτό τους και τα συναισθήματά τους. Διαβάζοντας το βιβλίο ένιωσα συγκίνηση και αγωνία, γιατί οι ηρωίδες ζουν σε μια δύσκολη ιστορική περίοδο γεμάτη ανασφάλεια και κινδύνους. Η πλοκή με κράτησε σε ενδιαφέρον, καθώς συνδυάζει ιστορία και ανθρώπινες σχέσεις. Η υπόθεση θα μπορούσε να εξελιχθεί διαφορετικά αν υπήρχε περισσότερη ειλικρινής επικοινωνία μεταξύ των ηρωίδων ή αν το κοινωνικό περιβάλλον ήταν πιο αποδεκτό απέναντι στις επιλογές τους.

**Αγάπη που δοκιμάζεται
Νιώθουν φόβο και ελπίδα
Νέα ξεκινήματα
Αλήθειες που αποκαλύπτονται**

**Κουβαλούν βαριές ευθύνες
Αντιμετωπίζουν τη μοίρα με θάρρος
Ιστορία και συναισθήματα γίνονται ένα**

**Θυσίες για όσους αγαπούν
Ελπίδα για ένα καλύτερο αύριο
Ονειρεύονται την ελευθερία
Φως μέσα στο σκοτάδι της εποχής
Ανθρώπινες αξίες πάνω από όλα
Νίκη της ψυχής
Ωριμότητα μέσα από τον πόνο**



Αλέξιος: Αγαπάει την πατρίδα γιατί πολεμά με ενθουσιασμό και είναι διατεθειμένος να δώσει μέχρι και τη ζωή του για αυτήν. Αισιόδοξος για το σχέδιο απόδρασης και θαρραλέος στην μάχη

Άσωτης: Είναι γενναίος γιατί και αυτός πολεμάει με θάρρος για την πατρίδα του. Είναι ταυτόχρονα όμως απερίσκεπτος και αυθόρμητος γιατί πάρα την γενναιότητα του παρασύρεται και πέφτει στην παγίδα του Σαμουήλ.

Μιροσάβα: Τολμηρή και άφοβη αφού επαληθεύει την πρόβλεψη του Αλεξίου πως θα τους σώσει. Αγαπά και την πατρίδα της μητέρας της αλλά και τον σύζυγό της αφού τον ακολουθεί πίσω στην Κωνσταντινούπολη.

Τον καιρό του Βουλγαροκτόνου, της Πηνελόπης Δέλτα, Σπύρος Βενιέρης (B1)

Χαρακτηρισμός πρωταγωνιστών

◆ Βασίλειος Β

Ο Βασίλειος Β παρουσιάζεται ως αποφασιστικός, γιατί παίρνει δύσκολες αποφάσεις και ηγείται ο ίδιος των εκστρατειών. Είναι αυστηρός, καθώς δεν δείχνει επιείκεια σε όσους αποτυγχάνουν ή προδίδουν. Είναι πατριώτης, αφού αφιερώνει όλη του τη ζωή στην υπεράσπιση της αυτοκρατορίας. Φαίνεται γενναίος, επειδή πολεμά στην πρώτη γραμμή μαζί με τους στρατιώτες του. Τέλος, είναι δίκαιος, γιατί ανταμείβει τους πιστούς και τιμωρεί τους άδικους.

◆ Νικήτας

Ο Νικήτας είναι θαρραλέος, γιατί συμμετέχει σε μάχες και επικίνδυνες αποστολές. Είναι πιστός, αφού μένει αφοσιωμένος στον φίλο του και στον αυτοκράτορα. Είναι πατριώτης, επειδή πολεμά για το καλό του Βυζαντίου. Δείχνει επιμονή, γιατί δεν εγκαταλείπει τον αγώνα, ακόμη κι όταν δυσκολεύεται. Τέλος, είναι τίμιος, αφού συμπεριφέρεται με ειλικρίνεια και σεβασμό.

◆ Μιχαήλ

Ο Μιχαήλ παρουσιάζεται έξυπνος, γιατί σκέφτεται πριν ενεργήσει. Είναι ευαίσθητος, επειδή συγκινείται και προβληματίζεται για τη σκληρότητα του πολέμου. Είναι όμως και θαρραλέος, γιατί ξεπερνά τον φόβο του όταν χρειάζεται. Είναι πιστός φίλος, αφού στέκεται πάντα δίπλα στον Νικήτα. Τέλος, είναι ηθικός, γιατί θέλει να πράττει το σωστό και δεν ανέχεται την αδικία.

Με αφορμή τα δημοτικά τραγούδια για την ξενιτιά στη Λογοτεχνία της Β Γυμνασίου, τα εγχόνια παίρνουν συνέντευξη από τους παππούδες και τις γιαγιάδες τους στο πλαίσιο διαθεματικής εργασίας. Την επιμέλεια των εργασιών είχε η φιλόλογος και διδάσκουσα του μαθήματος, Ευγενία Καλομοίρη.

Η Μαρίνα Στεργίου (B4) παίρνει συνέντευξη από έναν παππού που μετανάστευσε νέος στην Αμερική

Ποτέ έφυγες και σε ποια πόλη πήγες

Έφυγα όταν ήμουν 18 χρονών στα μέσα του Μαΐου και πήγα στην Αμερική.

Ποιοι λόγοι σε ώθησαν να πάρεις την απόφαση να φύγεις από την Ελλάδα εκείνη την εποχή

Οι λόγοι ήταν κυρίως οικονομικοί. Έτσι, αποφάσισα να φύγω από την Ελλάδα για ένα καλύτερο μέλλον. Ο στόχος μου ήταν να μαζέψω τα χρήματα και να επιστρέψω στην Ελλάδα, για να κάνω οικογένεια.

Ποιο σκοπό είχες φεύγοντας και ποιες ήταν οι προσδοκίες σου;

Ο σκοπός μου φεύγοντας από την Ελλάδα ήταν να βρω μια σταθερή δουλειά που θα μου εξασφάλιζε αξιοπρεπείς συνθήκες ζωής και οικονομική ανεξαρτησία. Οι προσδοκίες μου ήταν να βρω ευκαιρίες που δεν υπήρχαν στην Ελλάδα, να εξελιχθώ επαγγελματικά και να ζήσω σ' ένα περιβάλλον όπου η δουλειά μου θα αναγνωρίζεται και θα αμείβεται δίκαια.

Πως αντέδρασε οικογένειά σου όταν τους ανακοίνωσες ότι θα φύγεις;

Η οικογένειά μου αντέδρασε με ανάμικτα συναισθήματα. Από τη μια ένιωσαν περηφάνια που είχα θάρρος να αποκτήσω ένα καινούργιο μέλλον, αλλά από την άλλη ένιωθαν και στεναχώρια. Η μητέρα μου έκλαψε διπλά, διότι έφευγα όπως και ο πατέρας μου, όμως μας στήριζε και μάλιστα μας έδωσε και ένα ξύλινο σταυρουδάκι.

Θυμάσαι τη στιγμή που έφυγες; Ποιο ήταν το συναίσθημά σου τότε;

Τη θυμάμαι σαν να ήταν χθες. Ήμουν γεμάτος αγωνία και φόβο, αλλά και ελπίδα. Θυμάμαι την μητέρα, τους φίλους μου κι όλους τους ανθρώπους που είχαν συγκεντρωθεί, συγκινημένοι να με αποχαριτηθούν. Ήξερα πως τους άφηνα όλους και όλα πίσω μου, αλλά ένιωθα πως έπρεπε να το κάνω για ένα καλύτερο μέλλον.

Με ποιο μέσο ταξίδεψες μέχρι τη Αμερική; Πώς ήταν το ταξίδι σου; Υπήρξε κάποια εικόνα ή σκέψη που σου έμεινε αξέχαστη;

Ταξιδέψαμε με αεροπλάνο, ήταν μακρύ και κουραστικό ταξίδι. Θυμάμαι έντονα τη στιγμή που πέρασα τα σύνορα. Ένωσα πως άφηνα πίσω μου μια ζωή και ξεκινούσα μια νέα.

Σε ποια πόλη έφτασες και ποιες ήταν οι πρώτες σου εντυπώσεις;

Έφτασα σε μια μεγάλη πόλη της Αμερικής. Οι πρώτες εντυπώσεις ήταν ανάμεικτες. Όλα ήταν καθαρά οργανωμένα καλύτερα από την Ελλάδα. Ένωθα δέος αλλά και μοναξιά. Οι άνθρωποι ήταν ευγενικοί, αλλά κάπως ψυχροί στην αρχή.

Ποιες δυσκολίες συνάντησες τις πρώτες μέρες -στη γλώσσα, στη δουλειά, στο κλίμα ή στην καθημερινότητα;

Η γλώσσα ήταν η μεγαλύτερη δυσκολία. Δεν μπορούσα να συνηθίσω εύκολα και αυτό με έκανε να νιώθω απομονωμένος. Το κλίμα ήταν ψυχρό και υγρό, πολύ διαφορετικό από την Ελλάδα. Στη δουλειά έπρεπε να μάθω γρήγορα τους ρυθμούς και τις απαιτήσεις, ενώ η καθημερινότητα ήταν γεμάτη νέες συνήθειες.

Ο εγγονός Γιώργος Τσέρμος παίρνει συνέντευξη από τον παππού του, Γιώργο Τσέρμο που ξενιτεύτηκε στην Αμερική το 1960.

Πότε έφυγες από την Ελλάδα και σε ποια πόλη της Αμερικής πήγες;

Έφυγα το 1950 με το καράβι. μέρες πολλές, κουραστικό ταξίδι, αλλά γεμάτο ελπίδες. Φτάσαμε στη Νέα Υόρκη, κι από εκεί πήρα τρένο για το Λας Βέγκας. Ήταν άλλος κόσμος, εκτυφλωτικά φώτα παντού, σαν να μπήκα σε άλλον κόσμο.

Ποιοι λόγοι σε έσπρωξαν να φύγεις από την Ελλάδα;

Η φτώχεια και οι λίγες δουλειές. Ήθελα να βοηθήσω την οικογένεια και να φτιάξω ένα μέλλον καλύτερο. Δεν έφευγα επειδή δεν αγαπούσα τον τόπο μου· έφευγα γιατί ήθελα να ζήσω νέες εμπειρίες.

Τι περίμενες τότε από την Αμερική;

Περίμενα ένα ξεκίνημα. Να βρω μια καλή δουλειά, να σταθώ στα πόδια μου, ίσως κάποτε να κάνω οικογένεια. Όλοι λέγανε πως «είναι χώρα της περιπέτειας και της ελευθερίας».

Πώς αντέδρασε η οικογένειά σου όταν τους είπες ότι φεύγεις;

Η μάνα μου έκλαιγε, ο πατέρας μου έλεγε “να γυρίσεις μια μέρα”.



Ποια ήταν η πρώτη σου εικόνα όταν έφτασες;

Ο ουρανός γεμάτος φώτα κι ένα μέρος που δεν κοιμόταν ποτέ. Το Λας Βέγκας τότε μεγάλωνε, χτιζόταν. Αλλιώς το φανταζόμουν, αλλιώς ήταν.

Πώς ήταν το ταξίδι ως την Αμερική;

Μακρύ, κουραστικό και με πολλή αγωνία. Θυμάμαι τα βράδια κατά τη διάρκεια του ταξιδιού, άλλοι τραγουδούσαν, ενώ άλλοι έκλαιγαν.

Σε ποια περιοχή έμεινες στο Λας Βέγκας;

Σε μια μικρή γειτονιά, όπου ζούσαν κι άλλοι Έλληνες και Ιταλοί. Ήμασταν όλοι μια παρέα.

Πώς ήταν οι πρώτες σου μέρες στην Αμερική; Δουλειά, χαρτιά, ψάξιμο... όλα καινούργια. Αλλά είχα όρεξη.

Πού εργάστηκες αρχικά και έπειτα και πώς ήταν οι συνθήκες εργασίας; Τι σε δυσκόλευε περισσότερο;

Αρχικά δούλεψα σε μια μεγάλη ταβέρνα, πλύνοντας πιάτα. Οι συνθήκες ήταν αυστηρές με ωράρια και πειθαρχία. Αργότερα, βρήκα μια δουλειά σε ένα εργοστάσιο αυτοκινήτων. Το πιο δύσκολο ήταν η σωματική κούραση και η έλλειψη επικοινωνίας λόγω της γλώσσας.

Ένωσες ποτέ ότι σε αντιμετώπισαν διαφορετικά επειδή ήσουν ξένος;

Ναι, υπήρξαν στιγμές. Ένωσα ότι με κοιτάζουν με καχυποψία ή με θεωρούσαν κατώτερο. Όμως με τον καιρό, όταν απέδειξα την αξία μου στη δουλειά, κέρδισα και τον σεβασμό τους.

Πώς σε επηρέασε ψυχολογικά το γεγονός ότι δεν γνώριζες τη γλώσσα; Τι σε βοήθησε να τη μάθεις;

Με επηρέασε πολύ. Ένωθα απομονωμένος κι αδύναμος. Με βοήθησε όμως η καθημερινή επαφή με τους συναδέλφους. Η παρακολούθηση τηλεόρασης και η προσπάθεια να διαβάσω και να γράφω. Πήγα μαζί με τον πατέρα μου και σε βραδινά μαθήματα για μετανάστες.

Ποιος άνθρωπος - Έλληνας ή Αμερικάνος - σε στήριξε περισσότερο και πώς;

Με στήριξε ένας Έλληνας, ο κύριος Νίκος, αλλά και ο πατέρας μου. Αυτός είχε μεταναστεύσει πριν χρόνια εκεί. Μας βοήθησε ιδιαίτερα στη δουλειά, μας εξήγησε πώς λειτουργούν τα πράγματα εκεί και μας έκανε να νιώθουμε λιγότερο μόνοι και ξένοι.

Πώς περνούσες τις Κυριακές και τις αργίες; Τι σας κρατούσε δεμένους ως ελληνική Κοινότητα;

Τις Κυριακές πηγαίναμε στην Ελληνική Εκκλησία και μετά μαζευόμασταν για φαγητό και συζήτηση. Οι γιορτές ήταν μια αφορμή για να βρεθούμε όλοι μαζί, να θυμηθούμε την πατρίδα μας και να νιώσουμε οικογένεια.

Ποιο κομμάτι της Ελλάδας σου έλειπε περισσότερο: ο τόπος, οι άνθρωποι ή ο τρόπος ζωής;

Μου έλειπαν περισσότερο ιδιαίτερα οι φίλοι και η οικογένειά μου, το χώμα και ο αέρας της πατρίδας μου. Η ζεστασιά και η απλότητα στις σχέσεις δεν υπήρχαν με τον ίδιο τρόπο στην Αμερική.

Πότε σκέφτηκες για πρώτη φορά να επιστρέψεις πίσω και γιατί; Τι σε κράτησε στη Αμερική;

Κάθε μέρα η σκέψη μου ήταν στην πατρίδα και την οικογένειά μου, όμως ήθελα να αποκτήσω γνώσεις και εμπειρία για τη δουλειά μου. Άλλωστε γι' αυτόν τον λόγο ξενιτεύτηκα στην Αμερική και αυτά ήταν που με κράτησαν εκεί για αρκετά χρόνια.

Θυμάσαι κάποιο γράμμα από την οικογένεια που σε συγκίνησε ιδιαίτερα;

Ναι, ένα γράμμα από τη μητέρα μου, έγραφε πόσο της λείπουμε εγώ και ο πατέρας και πως κρατάει τις φωτογραφίες μας στο εικονοστάσι. Έκλαψα όταν το διάβασα.

Ποιες δυσκολίες αντιμετώπισες στην αρχή;

Η γλώσσα πρώτα. Στα καζίνο έπρεπε να καταλαβαίνεις γρήγορα. Έκανα και λάθη, μα έμαθα.

Σε αντιμετώπισαν ποτέ διαφορετικά επειδή ήσουν Έλληνας;

Ναι, κάποιες φορές. Αλλά όχι όλοι. Υπήρχαν άνθρωποι που με βοήθησαν και με σεβάστηκαν.

Πώς σε επηρέασε η γλώσσα;

Με δυσκόλεψε πολύ. Αλλά διάβαζα, άκουγα, προσπαθούσα. Έμαθα μέσα από τη δουλειά.

Τι άνθρωποι ήταν οι Αμερικανοί; Υπήρχε ελληνική κοινότητα;

Οι Αμερικανοί ήταν ανοιχτοί, αλλά και ψυχροί κάποιες φορές. Η ελληνική κοινότητα όμως ήταν οικογένεια. Πηγαίναμε στην εκκλησία, κάναμε γιορτές, κρατούσαμε τον τόπο μας.

Πώς περνούσες τις Κυριακές;

Εκκλησία, μαγείρεμα ελληνικό, παρέες με Έλληνες. Ό,τι μπορούσαμε για να νιώσουμε πατρίδα.

Τι σου έλειπε περισσότερο από την Ελλάδα;

Η μάνα μου... και το χωριό μου. Το φαγητό της μάνας μου και οι ομορφιές της πατρίδας.

Πότε σκέφτηκες για πρώτη φορά να γυρίσεις πίσω;

Σοβαρά το ένιωσα μετά το '70. Μεγάλωσα, κουράστηκα.

Θυμάσαι κάποιο γράμμα που σε συγκίνησε;

Το γράμμα που μου έγραψε ο πατέρας μου όταν αρρώστησε. Εκείνο με λύγισε.

Ποια ήταν η μεγαλύτερη θυσία που έκανες;

Που έχασα χρόνια από την οικογένειά μου στην Ελλάδα.

Ποια ήταν η πιο δύσκολη και η πιο όμορφη στιγμή εκεί;

Δύσκολη: όταν δούλευα νύχτες, μόνος, χωρίς παρέες.

Όμορφη: όταν γνώρισα τη γυναίκα μου και κάναμε οικογένεια.



...ένα γράμμα από τη μητέρα μου, έγραφε πόσο της λείπουμε εγώ και ο πατέρας και πως κρατάει τις φωτογραφίες μας στο εικονοστάσι. Έκλαψα όταν το διάβασα.

Ποια ήταν η μεγαλύτερη προσωπική θυσία που έκανες κατά τα χρόνια της ξενιτιάς;

Η απουσία από τις στιγμές της οικογένειας, γάμους, βαφτίσεις, γιορτές. Έχασα χρόνια που δεν γυρίζουν πίσω.

Ποια ήταν η πιο δύσκολη και ποια ήταν η πιο όμορφη στιγμή που έζησες εκεί;

Η πιο δύσκολη ήταν όταν αρρώστησε η μητέρα μου και δεν μπορούσαμε να είμαστε κοντά της. Η πιο όμορφη ήταν όταν καταφέραμε να φέρουμε τη μητέρα και τα αδέρφια μου, να μας επισκεφτούν και να τους δείξουμε τη ζωή μας εκεί.

Σε τι ένιωσες ότι άλλαξες ως άνθρωπος μέσα από αυτή την εμπειρία;

Έγινα πιο δυνατός, πιο ανεξάρτητος και πιο ανεκτικός. Έμαθα να εκτιμώ τα απλά πράγματα και να παλεύω για όσα αξίζουν.

Τι σημαντικότερο κέρδισες από τα χρόνια που έζησες μακριά από την πατρίδα;

Αυτογνωσία και εμπειρία, έμαθα να στέκομαι στα πόδια μου, να δουλεύω σκληρά και να μην τα παρατάω.

Πότε και γιατί αποφάσισες τελικά να επιστρέψεις στην Ελλάδα;

Αποφάσισα να επιστρέψω όταν ένιωσα πως είχα ολοκληρώσει τον κύκλο μου εκεί. Ήθελα να ζήσω τα υπόλοιπα χρόνια μου κοντά στους δικούς μου, στον τόπο που αγαπώ.

Αν γυρίζεις το χρόνο πίσω, θα έκανες ξανά την ίδια επιλογή; Γιατί;

Ναι, γιατί η εμπειρία της ξενιτιάς διαμόρφωσε όχι μόνο εμένα αλλά και τον πατέρα μου. Ήταν δύσκολη, αλλά πολύτιμη. Δεν θα ήμουν ο ίδιος άνθρωπος χωρίς αυτήν.

Τι θα συμβούλευε σήμερα τους νέους που θέλουν να μεταναστεύσουν από την Ελλάδα προς μία χώρα του εξωτερικού;

Να είναι προετοιμασμένοι, ψυχολογικά και να μην ξεχάσουν ποιοι είναι. Να κρατήσουν τις αξίες τους και να μην χάσουν την επαφή με την πατρίδα τους.

Τι σημαίνει για σένα σήμερα η λέξη «πατρίδα» μετά από όλα αυτά τα χρόνια;

Πατρίδα είναι οι ρίζες μου, οι αναμνήσεις μου, οι άνθρωποι που είναι η καρδιά μου όσο και αν έζησα μακριά.

Πατρίδα είναι οι ρίζες μου, οι αναμνήσεις μου, οι άνθρωποι που είναι η καρδιά μου όσο και αν έζησα μακριά.

Άλλαξες μέσα από αυτή την εμπειρία;

Ναι. Έμαθα τι σημαίνει ξενιτιά, τι σημαίνει να παλεύεις μόνος. Έγινα πιο δυνατός αλλά και πιο ευαίσθητος.

Τι κέρδισες από τα χρόνια στο εξωτερικό;

Εμπειρία. Και την οικογένειά μου εκεί. Η ζωή μου χτίστηκε σε δύο χώρες.

Γιατί αποφάσισες να γυρίσεις τελικά το 1975;

Γιατί δεν άντεχα άλλο. Ήθελα να δω τη χώρα μου, να πεθάνω εκεί που γεννήθηκα. Κι η Αμερική... δεν έγινε ποτέ πατρίδα.

Αν πήγαίνες πίσω, θα έφευγες ξανά;

Ναι... γιατί αλλιώς δεν θα είχα ζήσει όσα έζησα.

Τι θα συμβούλευες τους νέους σήμερα;

Να φύγουν αν έχουν όνειρο αλλά να μην ξεχάσουν την πατρίδα.

Τι σημαίνει για σένα «πατρίδα» σήμερα;

Πατρίδα είναι ο τόπος που γεννήθηκες και μεγάλωσες. Εκεί που είναι η οικογένειά σου.



Πατρίδα είναι ο τόπος που γεννήθηκες και μεγάλωσες. Εκεί που είναι η οικογένειά σου.

Το γράμμα που μου έγραψε ο πατέρας μου όταν αρρώστησε. Εκείνο με λύγισε.

«Θέλω να πα στην ξενιτιά»

Ο εγγονός, Μάξιμος Φραγκογιάννης παίρνει συνέντευξη από τον παππού του, Γρηγόρη Φραγκογιάννη μετανάστη της Αυστραλίας που επαναπατρίστηκε στην Ελλάδα μετά από σύντομη παραμονή στην ξενιτιά

Παππού, πότε έφυγες από την Ελλάδα και σε ποια πόλη πήγες;

Έφυγα από Ελλάδα πριν εξήντα χρόνια περίπου και πήγα στο Σίντνεϊ στην Αυστραλία.

Ποιοι λόγοι σε ώθησαν να πάρεις την απόφαση να φύγεις από την Ελλάδα εκείνη την εποχή;

Κάποιος φίλος μου είπε: «Ελα εδώ, έχει αρκετά χρήματα, αρκετά καλή ζωή, η Αυστραλία είναι σαν την Ελλάδα. Και μου έκανε πρόσκληση και πήγα».

Πώς αντέδρασε η οικογένειά σου όταν τους ανακοίνωσες ότι θα φύγεις;

Η οικογένειά μου δεν ήθελε. Ιδιαίτερα ο αδερφός μου, ο Σπύρος, γιατί ήθελε να τον βοηθάω στη δουλειά του εδώ στην Αθήνα. Η μητέρα μου δεν ήθελε ούτε ο πατέρας μου. Κανείς δεν ήθελε να πάω, αλλά εγώ είχα βγάλει την απόφαση και πήγα.

Ποιο σκοπό είχες φεύγοντας και ποιες ήταν οι προσδοκίες σου;

Σκοπό δεν γνωρίζεις όταν φεύγεις, μόνο ότι έχεις ακουστά, ότι έχει πολλή δουλειά και πολύ χρήμα, δηλαδή μεγάλο μισθό. Ήταν ωραίο μέρος, είχε και το ίδιο κλίμα με την Ελλάδα. Αλήθεια, ναι.

Θυμάσαι τη στιγμή που έφυγες; Ποιο ήταν το συναίσθημά σου τότε;

Έφυγα με το πλοίο «Κυρήνεια», το θυμάμαι το πλοίο όταν το πήρα. Αισθανόμουν μικρός, 19 στα 20. Είχα μεγάλο ενθουσιασμό αλλά λυπόμουν κιόλας. Είχαν έρθει όλοι κάτω, όλοι. Ο θεός ο Σπύρος, οι ανιψιές μου, όλοι. Συγκινήθηκα. Και φάγαμε σε ένα ωραίο εστιατόριο, ήτανε βράδυ, και φύγαμε.

Πώς ήταν το ταξίδι σου; Υπήρξε κάποια εικόνα που σου έμεινε αξέχαστη;

Στο ταξίδι πιάσαμε μόνο στην Αίγυπτο. Πρώτη φορά είχα εικόνα από μια χώρα του εξωτερικού. Έβλεπα τους ντόπιους να πίνουν τσάι με τον κουβά. Εγώ πάντα είχα περιέργεια από τα μικρά μου χρόνια. Κατέβηκα έτσι στον διάδρομο εκεί πέρα, κατεβήκαμε να ξεσκάσουμε για λίγο, είχαμε μία ώρα διαμονή. Και ακόμα, να καταλάβεις δεν ήξερα το τσάι. Εξήντα χρόνια πριν, μπορείς να το φανταστείς; Εξήντα χρόνια πριν όταν έφυγα εγώ εκεί. Πριν εξήντα χρόνια πήγα στην Αυστραλία και κατέβηκα και δοκίμασα το τσάι να δω τι είναι αυτό το πράγμα. Και το δοκίμασα. Όλοι μου λέγανε μα είσαι τρελός; Τέλος πάντων.

Σε ποια πόλη έφτασες και ποιες ήταν οι πρώτες σου εντυπώσεις;

Έφτασα στο Σίντνεϊ και παρέμεινα για αρκετά χρόνια εκεί. Οι πρώτες εντυπώσεις ήταν φανταστικές. Δεν μπορείς να πεις την πρώτη μέρα τι μου άρεσε, γιατί είμαστε από το πλοίο ζαλισμένοι. Βγήκαμε και, σιγά σιγά δηλαδή, γιατί έχεις αυτή την κούραση και την ζαλάδα του ταξιδιού. Κάναμε 36 μέρες μέσα στο πλοίο, για να πάμε μέχρι την Αυστραλία. Πάρα πολύς καιρός. Όταν ο Νάσερ έκλεισε το Σουέζ, πηγαίναμε από τη Νότια Αφρική. Πιάνουμε στο Κέιπ Τάουν και κάναμε 36 μέρες.

Ποιες δυσκολίες συνάντησες τις πρώτες μέρες στη γλώσσα, στη δουλειά, στο κλίμα ή στην καθημερινότητα;

Στη γλώσσα ασφαλώς έχεις αρκετές δυσκολίες στην αρχή. Εγώ ήμουνα νέος, ήμουνα μόνο 19 στα 20 και πολύ γρήγορα έμαθα, μπορώ να πω, τη γλώσσα. Άρχισα να βγαίνω έξω και αυτό με βοήθησε πάρα πολύ. Δύο εβδομάδες όμως ήμουν χωρίς δουλειά. Εκεί δεν έχουν μήνα. Η Αυστραλία δουλεύει με βδομαδιατικό. Σημείωσε το αυτό, πληρώνονται ακόμα και τώρα κάθε βδομάδα. Πολλά εργοστάσια κάθε δεκαπέντε. Περισσότερο έκανα δύο βδομάδες χωρίς δουλειά και ενοχλήθηκα λίγο. Γιατί λέω, ήρθα στην Αυστραλία για να δουλέψω για να κάνω λεφτά και να είμαι άνετος. Εκεί λίγο δεν μου άρεσε αλλά έπιασα δουλειά και όλα καλά.

Πού εργάστηκες αρχικά και ποιες ήταν οι συνθήκες εργασίας;

Εργάστηκα σε ένα εργοστάσιο χαρτοποιίας. Έβγαζε χαρτί. Θυμάμαι έξω φορτώνουμε τις παλέτες από πολύ και τις πηγαίναμε μέσα με πιρούνες και τις ρίχναμε και

τις αλέθανε και από κει γινόταν το χαρτί, το χαρτί το μεγάλο δηλαδή ρολό 2 μέτρα επάνω σε ειδικά μηχανήματα.

Ένωσες ποτέ ότι σε αντιμετώπισαν διαφορετικά επειδή ήσουν ξένος;

Όχι. Ποτέ. Εγώ δεν το ένιωσα καθόλου μα καθόλου. Γιατί ανέκαθεν και τώρα είμαι πολύ φιλικός. Αμέσως με αγαπούσαν σε όποια δουλειά είχα πάει. Αλλά στη χαρτοποιία αυτή έμεινα τρία χρόνια. Με είχαν σαν παιδί τους.

Πώς σε επηρέασε ψυχολογικά το γεγονός ότι δεν γνώριζες τη γλώσσα;

Η γλώσσα ναι. Θυμάμαι να σου πω, μια φορά ήθελα να πάρω ένα σάντουιτς μπαίνω μέσα και δεν ήξερα τι να πάρω, όλα ωραία. Και μπαίνω μέσα και λέω "good morning", "what do you want?". Και λέω, "I want a sandwich", το είπα σπασμένα ξέρεις, και μου λέει, "oh you want a sandwich, what kind? Do you want cheese, do you want ham? Have a look". Και πήγα μπροστά και του λέω "this". Και ρωτάει "cheese?" Και του λέω "cheese!".



Ποιος άνθρωπος, Έλληνας ή Αυστραλός, σε στηρίξε περισσότερο και πώς;

Ειλικρινά δεν θέλω να το παινετώ αλλά και από την πρώτη δουλειά που πήγα στη χαρτοποιία όλοι, μα όλοι οι άνθρωποι, γιατί ήμουν μικρός και ήμουν ευχάριστος, με αγαπούσαν υπερβολικά. Με στηρίξαν υπερβολικά. Παραπάνω από ότι πρέπει.

Πώς περνούσες τις Κυριακές και τις Αργίες;

Τις Κυριακές και τις Αργίες βγαίναμε. Στο σπίτι που εμένα ήταν όλοι Έλληνες. Είμαστε κάπου 12 άτομα. Το αφεντικό είχε φτιάξει τρία δωμάτια πίσω, από τρία κρεβάτια το κάθε δωμάτιο. Και τα νοικιάζανε τότε. Όταν ερχόταν Σαββατοκύριακο ή αργία κάναμε ρεφενέ και παίρναμε ένα ταξί και πηγαίναμε κάτω στο Botanical Garden. Είναι ο κήπος ο μεγάλος όπως είναι το Ζάππειο. Πηγαίναμε και κάναμε βόλτες πάνω κάτω και όταν βλέπαμε κάποιον γνωστό, "Γεια σου Γιώργο, γεια σου Μάθιου, τι κάνεις». Και έτσι περνούσε το Σαββατοκύριακο. Τότε δεν υπήρχαν καφετέριες, δεν υπήρχε τίποτα.

Ποιο κομμάτι της Ελλάδας σου έλειψε περισσότερο; Η Αθήνα. Γιατί ήμουν εδώ τέσσερα χρόνια, πέντε.

Πότε σκέφτηκες να επιστρέψεις πίσω και γιατί; Αμέσως. Λίγο πολύ αμέσως σκεφτόμουν να γυρίσω γιατί η ξενιτιά είχε καλά λεφτά, αλλά ήτανε λίγο αυτό το μονότονο, σε κουράζει ξέρεις. Γιατί τα ωράρια στα εργοστάσια είναι από το πρωί μέχρι τις τρεις και οι δουλειές μέχρι τις πέντε. Αλλά μετά από τις πέντε και τέταρτο δεν υπήρχε άνθρωπος στον δρόμο. Και έφυγα από την Αθήνα που δεν μπορούσες να διασχίσεις την Πανεπιστημίου από τον κόσμο, πηγαίναμε έτσι λοξά,

για να χωράμε στην πολυκοσμία και στη χαρά του Θεού. Και πήγαμε σε μια τέτοια πόλη που τρειςήμισι το μεσημέρι δεν υπήρχε στον δρόμο κανείς. Αυτό μου έλειψε λίγο, κι αν κάποια στιγμή επιθυμούσα να γυρίσω ήταν για τον τρόπο ζωής.

Θυμάσαι κάποιο γράμμα από την οικογένειά σου που σε συγκίνησε ιδιαίτερα;

Ναι, η μητέρα μου, η γιαγιά σου, η οποία δεν ζει τώρα, είχε κάποια μαθήτρια από το γυμνάσιο της, Σταυρούλα το θυμάμαι το όνομά της, και την παρακαλούσε «έλα Σταυρούλα μου, έλα Σταυρούλα μου να μου γράψεις, να σου πω να μου γράψεις λίγα λόγια».

Και έγραφε η Σταυρούλα, η μανούλα έλεγε τα λόγια και η Σταυρούλα έγραφε. Και όταν το λάβαινα αυτό το γράμμα συγκινούμουν πάρα πολύ.

Ποια ήταν η μεγαλύτερη προσωπική θυσία που έκανες κατά τα χρόνια της ξενιτιάς;

Τον πρώτο χρόνο, όπως όλοι οι μετανάστες έλεγα να γυρίσω στην ωραία μας Ελλάδα. Αλλά μετά από ένα χρόνο, ενάμιση, εγώ έλεγα το αντίθετο, τώρα που σου μιλώ ακόμα την αγαπώ σαν δεύτερη μητέρα μου. Διότι εκεί μετά από το εργοστάσιο της χαρτοποιίας πήγα σε άλλη δουλειά σε έναν Εγγλέζο και τα λοιπά και τα λοιπά, μέχρι που το τέλος ασχολήθηκα με το Real Estate. Άρχισα εκεί στο μεσιτικό γραφείο και μετά από λίγο καιρό έκανα το δικό μου γραφείο και έκανα πάρα πολλές καλές δουλειές. Έπαιρνα παλιά σπίτια και τα έφτιαχνα, τα ανακαίνιζα και εκεί έβγαλα κάποια χρήματα και ήρθα στην Ελλάδα και αγόρασα αυτό τώρα εδώ που κοιμάμαι Ήταν ένα οικοπεδάκι πολύ ωραίο, με λουλούδια, με το πηγάδι, με μια κούνια. Ήταν ένα μικρό σπιτάκι, ένα δωμάτιο. Αυτό ήταν η αρχή της ζωής μου.

Ποια ήταν η πιο δύσκολη και η πιο όμορφη στιγμή που έζησες στην Αυστραλία;

Η πιο δύσκολη στιγμή ήταν όταν πρωτοπήγα, διότι είσαι άγνωστος μεταξύ αγνώστων. Δεν ομιλείς αγγλικά. Μετά όταν έμαθα πια τη γλώσσα ήταν το αντίθετο. Δεν ήθελα να φύγω από την Αυστραλία. Γι' αυτό και έμεινα έξι χρόνια. Και στα έξι χρόνια ήρθα στην Ελλάδα. Για έξι χρόνια Το μυαλό μου ήταν στην Ελλάδα. Είχα αγοράσει ένα σπίτι τέλος πάντων και αφού το πούλησα, πήρα τα λεφτά όλα και ήρθα στην Ελλάδα. Αλλά όταν ήρθα εδώ, έχοντας ωριμάσει περισσότερο, κατάλαβα ότι είχα περισσότερο μέλλον στην Αυστραλία παρά στην Ελλάδα.

Σε τι ένιωσες ότι άλλαξες ως άνθρωπος μέσα από αυτή την εμπειρία;

Άλλαξα πάρα πολύ. Εκτίμησα πρώτον τα χρήματα που έβγαζα, έβαζα στην άκρη τις οικονομίες. Λοιπόν αυτό με έκανε νοικοκύρη από την αρχή της ζωής μου. Ποιο ήταν το πιο σημαντικό που κέρδισες από τα χρόνια που έζησες εκεί πέρα;

Την αγαπώ την Αυστραλία σαν να είναι η μητέρα μου. Πολύ καλή χώρα.

Αν γύριζες τον χρόνο πίσω, θα έκανες ξανά την ίδια επιλογή;

Ναι, βέβαια. Μέχρι πρότινος έλεγα να πάω. Τέσσερις φορές πήγαμε στην Αυστραλία και γυρίσαμε. Τα Χριστούγεννα δηλαδή πηγαίναμε στην Αυστραλία με τη γιαγιά τη Σόνια, πηγαίναμε στην Αυστραλία κάθε καλοκαίρι.

Τι θα συμβούλευες τους νέους που θέλουν να μεταναστεύσουν από την Ελλάδα στο εξωτερικό;

Οι συνθήκες έχουν πολύ αλλάξει τώρα. Θα συμβούλευα να σκέφτονται θετικά, να είναι σίγουροι για αυτό που κάνουν, να γνωρίζουν ακριβώς με τι θα ασχοληθούν και να έχουν προσόντα.

Τι σημαίνει για σένα η λέξη πατρίδα;

Μεγάλο πράγμα. Εγώ αγάπησα και την Αυστραλία πάρα πολύ. Θέλω να με πιστέψεις. Όταν λέω πάρα πολύ, πάρα πολύ. Διότι δημιουργήθηκα εκεί πέρα. Και εντούτοις η Ελλάδα είναι η πατρίδα μου. Αλλά ποτέ δεν θα απαρνηθώ και δεν θα ξεχάσω την Αυστραλία μέχρι να πεθάνω.



Μαρτυρία μιας γυναίκας που έζησε από κοντά την τραγωδία της Κύπρου το 1974

Ο μαθητής του Β4, Γιώργος Τσέρμος παίρνει συνέντευξη από τη γιαγιά του, Αγάθη Κανάκη που κατάγεται από τον Άγιο Σέργιο της Αμμοχώστου.

Μέσα από τις αναμνήσεις της, φωτίζεται η ανθρώπινη διάσταση ενός ιστορικού γεγονότος που σημάδεψε βαθιά τον κυπριακό λαό.

Η εργασία υλοποιήθηκε υπό την καθοδήγηση της φιλολόγου κας Καλομοίρη Ευγενίας

Πριν από το 1974

Γιαγιά, πώς ήταν η ζωή σου όταν ήσουν νέα, πριν γίνει η εισβολή;

Η ζωή μου ήταν απλή αλλά όμορφη. Μεγάλωσα σε μια αγροτική οικογένεια με επτά παιδιά (έξι κόρες και ένας γιος), στον Άγιο Σέργιο της Αμμοχώστου.

Δουλεύαμε όλοι από μικροί στα χωράφια και στα ζώα, για να τα βγάλουμε πέρα. Δεν είχαμε πολλά, αλλά ήμασταν δεμένοι και χαρούμενοι.

Πού ζούσες τότε στην Κύπρο και τι θυμάσαι από την καθημερινότητά σου;

Ζούσα στον Άγιο Σέργιο. Η καθημερινότητά μας είχε δουλειά, κόπο και απλότητα. Ξυπνούσαμε νωρίς, βοηθούσαμε στα χωράφια, στο σπίτι, και τα βράδια μαζεύομασταν όλοι μαζί και περνάγαμε όμορφα. Δεν είμασταν πλούσιοι αλλά δεν μας έλειπε τίποτα. Τα είχαμε όλα τα αγαθά.



Οι μέρες της εισβολής

Πότε και πώς αντιλήφθηκες ότι κάτι σοβαρό συνέβαινε στην Κύπρο τον Ιούλιο του 1974;

Στις 20 Ιουλίου μάθαμε από το ράδιο και την τηλεόραση ότι οι Τούρκοι μπήκαν από την περιοχή της Κυρήνειας. Για μέρες ακούγαμε ότι κατεβαίνουν προς τα κάτω και φοβόμασταν. Στην αρχή δεν φύγαμε, γιατί ελπίζαμε ότι δεν θα έρθουν στο χωριό μας. Στις 13 Αυγούστου (προπαραμονή της Παναγίας) μας ανακοίνωσαν ότι πρέπει να εγκαταλείψουμε το χωριό για να βομβαρδίσουν οι Τούρκοι και ότι θα ξαναγυρνούσαμε μετά αλλά δεν ξαναγυρίσαμε ποτέ...!

Ποια είναι η πιο έντονη εικόνα ή στιγμή που θυμάσαι από εκείνες τις πρώτες μέρες;

Η στιγμή που φύγαμε από το σπίτι μας. Αφήσαμε τα πάντα πίσω και πήραμε μόνο τα ρούχα που φορούσαμε. Ο φόβος, το κλάμα των ανθρώπων, των μωρών, οι σειρήνες του πολέμου και ο ήχος από τα αεροπλάνα δεν θα φύγουν ποτέ από το μυαλό μου.

Πώς επηρέασαν τα γεγονότα εσένα και την οικογένειά σου;

Μας διέλυσαν. Χάσαμε το σπίτι, τη γη μας, τη ζωή που ξέραμε. Η οικογένεια σκορπίστηκε και προσπαθούσαμε απλώς να επιβιώσουμε. Οι γαμπροί μου πήγαν να πολεμήσουν και αφήσαν πίσω γυναίκες και μικρά παιδιά, ο ένας εκ των οποίων πιάστηκε αιχμάλωτος από τους Τούρκους, αλλά ήταν τυχερός και αφέθηκε ελεύθερος μετά από δυο μήνες βασανιστηρίων.



Προσφυγιά και απώλειες



Αναγκάστηκες να εγκαταλείψεις το σπίτι σου; Πώς βίωσες την προσφυγιά;

Ναι. Ζήσαμε έξι μήνες σε σκηνές. Οι συνθήκες ήταν πολύ δύσκολες. Τρώγαμε από συσσίτια, όταν υπήρχε φαγητό. Ήταν εξευτελιστικό και πονεμένο, αλλά δεν είχαμε επιλογή.

Υπήρξαν απώλειες αγαπημένων σου προσώπων ή αγνοούμενοι;

Υπήρχε φόβος, αγωνία και απώλειες γύρω μας. Πολλοί συγχωριανοί και γνωστοί χάθηκαν ή αγνοούνταν. Αυτή η αβεβαιότητα ήταν από τα πιο βαριά πράγματα.

Ποιο ήταν το πιο δύσκολο πράγμα που χρειάστηκε να αντιμετωπίσεις εκείνη την περίοδο;

Το να ξεκινήσεις από το μηδέν, χωρίς τίποτα, χωρίς σιγουριά για το αύριο. Έπρεπε όμως να το δεχτούμε να βάλουμε το κεφάλι κάτω και να προχωρήσουμε.



Ζωή μετά το 1974

Πώς κατάφερες να συνεχίσεις τη ζωή σου μετά από όλα αυτά; Από πού έπαιρνες δύναμη;

Η δύναμή μου ήταν η οικογένεια και η πίστη. Αργότερα ήρθα στην Ελλάδα, στο Λουτράκι, όπου ζούσε μία από τις αδελφές μου και ήταν παντρεμένη εκεί. Εδώ έφτιαξα τη ζωή μου και τη δική μου οικογένεια.

Έχεις επισκεφθεί τον γενέθλιο τόπο και το πατρικό σου στα Κατεχόμενα; Αν ναι, περιέγραψε μου την εμπειρία της επίσκεψής σου.

Ναι, έχω επισκεφθεί τον γενέθλιο τόπο μου. Ήταν μια πολύ δύσκολη εμπειρία για μένα. Πήγα με μεγάλη πίκρα και πόνο στην καρδιά. Είδα το σπίτι όπου μεγάλωσα και κατάλαβα ότι δεν μου ανήκει πια. Μέσα ζούσαν άλλοι άνθρωποι, Τούρκοι. Ένιωσα σαν να μου είχαν πάρει ένα κομμάτι από τη ζωή μου. Έφυγα με δάκρυα στα μάτια, αλλά δεν θα ξεχάσω ποτέ το σπίτι και τον τόπο μου.

Πιστεύεις ότι η τραγωδία του 1974 επηρέασε τον ρόλο σου ως γυναίκα, μητέρα ή εργαζόμενη;

Με έκανε πιο δυνατή και πιο υπεύθυνη. Έμαθα να παλεύω και να μην τα παρατάω σε οποιαδήποτε δυσκολία.



Μνήμη και σκέψεις σήμερα για δικαιοσύνη

Πώς νιώθεις σήμερα, όταν σκέφτεσαι την πατρίδα που άφησες πίσω;

Νιώθω πόνο και νοσταλγία. Είναι πληγή που δεν κλείνει αλλά από την άλλη είμαι καλά εδώ και δεν θέλω να γυρίσω πίσω.

Θεωρείς ότι οι νεότερες γενιές γνωρίζουν τι συνέβη το 1974;

Όχι όσο θα έπρεπε κι αυτό οφείλεται κυρίως στην βιαστική αναφορά που έχουν τα βιβλία της ιστορίας. Πρέπει όμως να μάθουν για να μην ξαναζήσει κανείς τέτοια γεγονότα.

Τι σημαίνει για σένα δικαιοσύνη και ειρήνη μετά από τόσα χρόνια;

Δικαιοσύνη είναι να μην ξεχαστεί η αλήθεια. Να μας πουν τι έγινε ποιοι ευθύνονται χωρίς μισόλογα. Ειρήνη είναι να ζεις χωρίς φόβο και κατοχή. Να μην ζήσουν άλλα παιδιά αυτά που ζήσαμε εμείς.



Τι σημαίνει για σένα δικαιοσύνη και ειρήνη μετά από τόσα χρόνια;

Δικαιοσύνη είναι να μην ξεχαστεί η αλήθεια. Να μας πουν τι έγινε ποιοι ευθύνονται χωρίς μισόλογα. Ειρήνη είναι να ζεις χωρίς φόβο και κατοχή. Να μην ζήσουν άλλα παιδιά αυτά που ζήσαμε εμείς.

Τι μήνυμα θα ήθελες να στείλεις στους νέους της Κύπρου και της Ελλάδας;

Να αγαπούν την πατρίδα, να μη θεωρούν τίποτα δεδομένο και να παλεύουν για ειρήνη. Να μην ξεχνούν την ιστορία της πατρίδας μας και να αναζητάνε πάντα την αλήθεια, γιατί χρειαζόμαστε ενημερωμένη νεολαία.

Αν είχες μπροστά σου τη νεότερη εκδοχή του εαυτού σου, τι θα τη συμβούλευες σήμερα;

Να είναι δυνατή, να μην φοβηθεί και να πιστεύει στον Θεό κι έτσι θα τα καταφέρει. Γιατί ο Θεός είναι η μονή μας αληθινή ελπίδα.



Be Creative

Με αφορμή το ποίημα «Γλυκό του κουταλιού» του Κ. Χαραλαμπίδη ο μαθητής του Β1, Κωνσταντίνος Δημητρακόπουλος μπαίνει στη θέση του ποιητή που επισκέπτεται το πατρικό του στα Κατεχόμενα και μας εκμυστηρεύεται τις σκέψεις και τα συναισθήματά του.

«Σαν χθες θυμάμαι την ζωή μου εδώ...Μα τρέχω σε όλη την γειτονιά, να κόβω φρέσκιους καρπούς από τον μικρό κήπο του παππού μου, να παρακολουθώ την μάνα μου να φτιάχνει πεντανόστιμα εδέσματα, να βοηθώ την γιαγιά μου να υφαινει φαντασμαγορικά παπλώματα, να πηγαίνω για φάρεμα με τον πατέρα μου, να ξενυχτάω μαζί με τα αδέρφια μου, για να δούμε τον κατασκότεινο ουρανό που φωτίζεται από τα λαμπερά αστέρια. Πόσο θα ήθελα να είμαι και εγώ ένα από αυτά τα αστέρια... Εκείνα μένουν ακίνητα στον ουρανό μακάρι να ήταν έτσι και η ζωή μου... Μια νύχτα, μέσα σε μόνο μια νύχτα, άλλαξε όλη μου η ζωή χωρίς προειδοποίηση, χωρίς δικαιοσύνη, χωρίς λόγο και αιτία. Γιατί να πληρώσω εγώ από όλους τους ανθρώπους; Ένα παιδί, τι έκανα στον Θεό και με τιμώρησε; Ήμουν απλώς ένα παιδί. Τουλάχιστον στέκομαι...

Πλησιάζω στο πατρικό μου σπίτι, που από κεινη την ημέρα του καταδικασμού μου από τον φρεϊνέο και παντοδύναμο Ήλιο, ποδώ να το επισκεφθώ. Πεταλούδες έτρωγαν το στομάχι μου, η αδύναμη καρδιά μου χτυπούσε χωρίς σταματημό, τα αυτιά μου βούιζαν, τα λεπτά μου πόδια έτρεμαν τόσο πολύ που με το ζόρι περπατούσα, με δυσκολία ανόσωνα. Δεν ξέρω αν ήταν ανακούφιση γιατί ολοκλήρωσα τον Νόστο μου, χαρά αφού θα ξαναζούσα τις παιδικές μου αναμνήσεις ή φόβος και ανησυχία για την μοίρα της παιδικής μου ακίας. Δεν είχε σημασία όμως. Την επίσκεψη αυτή για τον πατέρα μου την έκανα που μου ζήτησε να ανακτήσω την εικόνα της πολυαγαπημένης μου μητέρας που μας κοιτάει από τα αστέρια εδώ και ένα χρόνο. Και βρίσκομαι έξω από το σπίτι, τα συναισθήματά μου όλα φεύγουν. Βλέπω μια μεγάλη κυρία μέσα στο σπίτι να κάθεται. Γεμίζω με απορία, γιατί να βρίσκεται κάποιος σε ένα ξένο σπίτι. Η κυρία πρόσεξε την παρουσία μου, έκοψε ένα πορτοκάλι από τον κήπο του παππού, χωρίς άδεια και μου το έδωσε. Συντηθήκαμε και απ' ότι κατάλαβα ήταν Τουρκάλα. Την ρώτησα απότομα τι κάνει στο σπίτι μου. Γέλασε ήταν δικό της μου απάντησε. Καταστράφηκα, ένιωσα πως είχα πέσει στα βράθη του κάτω κόσμου για μια στιγμή, όμως θυμήθηκα τον πραγματικό σκοπό μου και επανήλθα.

Της ζητώ να με ξαναγήσει στο σπίτι μου. Συμφώνησε. Μου έδειξε πρώτα την κουζίνα, τίποτα σε αυτό τον χώρο δεν μου φαινόταν οικείο, ούτε τα σκεύη ούτε τα έπιπλα ούτε και τα μαχαροπήρουνα. Παρά τις πολλές αλλαγές του χώρου, μύριζα όμως ακόμα τα εδέσματα της μάνας μου, τις σεφταλιές, το γαλακτομπούρεκο, την πορτοκαλόπιτα και τον μπακλαβά. Πόσο θα ήθελα να είχα απολαύσει περισσότερο την μαγειρική της μάνας μου εκεί... Με ξενάγησε και στις κρεβατοκάμαρες του σπιτιού. Παρόμοια με την κουζίνα τα δωμάτια, δεν έμοιαζαν καθόλου με αυτά της παιδικής μου ηλικίας. Οι νέοι ένοικοι είχαν κρατήσει όμως τα εντυπωσιακά παπλώματα της γιαγιάς μου. Μου έφεραν αναμνήσεις από τότε που την βοηπούσα να τα υφαινει και αυτή με επαινούσε λέγοντας πως πρέπει να είμαστε γενναίοι και φιλάνθρωποι. Τι ωραίες αναμνήσεις...! Μακάρι αυτά τα παπλώματα να βοηπούσαν την Τουρκάλα στις δύσκολες στιγμές της, έτσι θα ήθελε η γιαγιά.

Στον κεντρικό διάδρομο, δίπλα σε μια φωτογραφία του πατέρα μου με εμένα να φαρεύουμε, όπως κάναμε συνήθως, βρισκόταν το πορτέτο της μάνας μου. Χάρηκα, αφού βρήκα αυτό που ήθελε τόσο πολύ ο πατέρας. Έμεινε μόνο να την πάρω μαζί μου. Ρώτησα την Τουρκάλα αν μου επέτρεπε να πάρω, αυτήν την συναισθηματικά πολύ σημαντική εικόνα. Συμφώνησε. Την αποχαίρεσα και έφυγα. Είχε ήδη νυχτώσει. Ένωσα μεγάλη ανακούφιση που πήρα πίσω τη φωτογραφία της μητέρας μου και ταυτόχρονα συνειδητοποίησα ότι όσο διαφορετική κι αν είναι η οικία, μέσα σε αυτή πάντα θα βρίσκονται οι αναμνήσεις μου. Σφιγγοντας το πορτέτο στην αγκαλιά μου και κοιτώντας τα τυχερά αστέρια πήρα τον δρόμο της επιστροφής...»

Δημητρακόπουλος Κων/νος (Τμήμα Β1)

Υπεύθυνη καθηγήτρια: Καλομοίρη Ευγενία, φιλόλογος

Φαντάσου ότι ζεις μέσα στην πολιορκημένη Κωνσταντινούπολη τις τελευταίες ώρες πριν την άλωση από τους Οθωμανούς και γράφεις στο ημερολόγιό σου

Βενιέρης Σπύρος (Τμήμα Β1)

Σήμερα, ανέβηκα στα μεγάλα τείχη της Πόλης. Ο άνεμος από τη θάλασσα του Μαρμαρά φυσούσε δυνατά, μα δεν μπορούσε να σβήσει τον φόβο που απλωνόταν παντού. Κάτω από τα τείχη ήταν το στρατόπεδο των Οθωμανών. Χιλιάδες σκηνές, σημαίες και στρατιώτες κινούνταν σαν ένα ατελείωτο κύμα. Τα κανόνια τους βροντούσαν ασταμάτητα και κάθε κρότος έκανε τη γη να τρέμει κάτω από τα πόδια μου. Οι πέτρες των τειχών που για αιώνες προστατεύουν την αυτοκρατορία, τώρα ραγίζουν. Δίπλα μου στέκονται κουρασμένοι στρατιώτες. Οι δρόμοι της, πλούσιοι ακόμα με το άρωμα του παρελθόντος, μοιάζουν τώρα να είναι πιο σιωπηλοί από ποτέ. Οι κάτοικοι περιφέρονται με σκυθρωπά πρόσωπα, οι ψαλμωδίες αντηχούν στις εκκλησίες με μια βαθιά, πένθιμη χροιά, ενώ οι στρατιώτες στα τείχη αργυρπούν με βλέμμα γεμάτο φόβο και περηφάνια. Σκέφτομαι πως κάθε πέτρα αυτής της ένδοξης πόλης κρατά μέσα της την ιστορία ενός ολόκληρου έθνους και τώρα σαν να νιώθει κι η ίδια ότι πλησιάζει το τέλος ενός λαμπρού κεφαλαίου. Τα πρόσωπά των ανθρώπων είναι σκονισμένα, μα τα μάτια τους γεμάτα αποφασιστικότητα. Ανάμεσά τους ξεχωρίζει η μορφή του αυτοκράτορα Κωνσταντίνου ΙΑ΄ Παλαιολόγου, που λένε πως πολέμα σαν απλός στρατιώτης. «Ουκ έστι τις των χριστιανών του λαβείν την κεφαλήν μου απ' εμού;» ακούγεται σε όλο το στρατόπεδο ...κι ύστερα νεκρική σιγή. Ανατριχίλα διαπέρασε το κορμί μου! Η παρουσία του δίνει κουράγιο σε όλους. Κανείς δεν μιλά για παράδοση· μόνο για τιμή και πίστη. Η πόλη πίσω μου μοιάζει σιωπηλή! Πολλοί άνθρωποι προσεύχονται στην Αγία Σοφία, ζητώντας ένα θαύμα. Μητέρες κρατούν τα παιδιά τους σφιχτά, ενώ οι γέροντες ψιθυρίζουν λόγια παρηγοριάς. Οι ώρες είναι κρίσιμες! Καθώς κοιτώ τον ορίζοντα, βλέπω τα πλοία των Οθωμανών στον Κεράτιο Κόλπο. Πώς κατάφεραν να τα περάσουν από τη στεριά; Η σκέψη αυτή βαραίνει την καρδιά μου. Νιώθω πως η ιστορία αλλάζει μπροστά στα μάτια μου. Η Βασιλεύουσα, η πόλη των αυτοκρατόρων, στέκει περήφανα αλλά πληγωμένη. Δεν ξέρω τι θα φέρει το ξημέρωμα. Ίσως τη σωτηρία, ίσως το τέλος. Μα ό,τι κι αν συμβεί, θα θυμάμαι για πάντα αυτή τη στιγμή: τον ήχο των κανονιών, τις προσευχές των ανθρώπων και τον ουρανό που σκοτεινιάζει πάνω από την αγαπημένη μας Πόλη. Αν είναι να πέσει η Κωνσταντινούπολη, θα πέσει με αξιοπρέπεια. Κι εγώ, ένας απλός παρατηρητής, νιώθω πως γίνομαι μάρτυρας του τέλους μιας ολόκληρης εποχής!!! Η Πόλη ανασαίνει για τελευταία φορά ελεύθερα, και ίσως είναι αρχή ενός άλλου κόσμου, καλύτερου... το πνεύμα του Κωνσταντίνου μπορεί να μη μας βοήθησε να φθάσουμε στην ανάκτηση όμως θα μας βοηθήσει να μη φθάσουμε στην κατάπτωση. Σε καληνυχτιζώ με τα μάτια βουρκωμένα ...

Η εργασία εκπονήθηκε στο πλαίσιο του μαθήματος Λογοτεχνίας της Β' Γυμνασίου, υπό την καθοδήγηση της φιλόλογου κας Ρέλλου Βιολέτας

Διαβάζοντας στο μάθημα της Λογοτεχνίας της Β' Γυμνασίου το απόσπασμα «Αναμνήσεις της Κωνσταντίνης από τη Γερμανία» που περιλαμβάνεται στο μυθιστόρημα της Άλκης Ζέη «Η Κωνσταντίνα και οι αράχνες της», (2002), ο μαθητής, Ιάσοντας Πολυχρονόπουλος, αναπολεί κι αυτός τα όμορφα χρόνια που πέρασε στη Στοκχόλμη, πριν μετακομίσει με την οικογένειά του στην Ελλάδα.

Η Πόλη

Η Στοκχόλμη είναι μια πολύ καθαρή και όμορφη πόλη. Παρά το γεγονός ότι είναι η πρωτεύουσα της Σουηδίας, δεν είναι πυκνοκατοικημένη κι έχει πολλά πάρκα κι άμεση πρόσβαση σε δάση και λίμνες. Αυτό που μου άρεσε περισσότερο στην πόλη είναι η προσβασιμότητα σε χώρους αναψυχής αλλά και η καθημερινή αλληλεπίδραση με ανθρώπους από διαφορετικούς λαούς και θρησκείες. Ο καιρός στη Σκανδιναβία διαφέρει σε μεγάλο βαθμό από αυτόν της Μεσογείου. Τον χειμώνα κυριαρχεί το σκοτάδι, ενώ το καλοκαίρι το φως. Συνεπώς, το χειμώνα αφού νύχτωνε κατά τις 14.00-14.30 το μεσημέρι δεν μπορούσα να περνάω πολύ χρόνο έξω.

Το σπίτι και η γειτονιά

Εγώ με την οικογένειά μου κατοικούσαμε σε ένα διαμέρισμα στον 3ο όροφο μιας πολυκατοικίας δίπλα στο μετρό. Το αγαπημένο μου μέρος του σπιτιού ήταν το μπαλκόνι που είχε θέα το πάρκο στο τέλος του δρόμου, που ήταν πάντα γεμάτο με παιδιά. Το δωμάτιό μου ήταν απλό και λιτό και το μοιραζόμουν με τον μεγάλο αδερφό μου. Από την άλλη μεριά η γειτονιά μου ήταν ήρεμη, ήσυχη και αρκετά ασφαλής ενώ είχε πολλά δέντρα και φυτά. Δεν έχω κάποια ιδιαίτερη ανάμνηση από τους γείτονες μου, γιατί ήταν ευγενικοί αλλά σχετικά απόμακροι. Με τα άλλα παιδιά στη γειτονιά μου παίζαμε ποδόσφαιρο ή κυνηγητό στο πάρκο, ενώ τον χειμώνα που έκανε κρύο περνούσαμε το χρόνο μας εσωτερικά.

Ο ελεύθερος χρόνος

Τον ελεύθερό μου χρόνο τον περνούσα κυρίως με την οικογένειά μου, ενώ η γιαγιά μου με πήγαινε σε πιο απόμακρα πάρκα όπου δεν μπορούσα να πηγαίνω μόνος. Δεν συμμετείχα σε κάποια αθλητική δραστηριότητα διότι ήμουν αρκετά μικρός. Ωστόσο, με πρωτοβουλία των γονιών μου, για να μην ξεχάσω τα ελληνικά πήγα να σε ένα ελληνικό σχολείο στο κέντρο της πόλης κάθε Σάββατο.



Το σχολείο στη Σουηδία

Το σχολείο μου ήταν διώροφο και αρκετά ευρύχωρο ενώ είχε μεγάλο προαύλιο χώρο. Εκεί υπήρχε ένα μεγάλο γήπεδο ποδοσφαίρου και ένα πάρκο με κούνιες και στο ισόγειο του σχολείου μια καφετέρια. Στην τάξη μου ήμασταν περίπου 20 μαθητές. Καθώς ήμουν σε μικρή τάξη δεν είχαμε θρανία, αλλά ένα μεγάλο τραπέζι όπου καθόμασταν όλοι μαζί. Μέχρι τη χρονιά που έφυγα χρησιμοποιούσαμε ακόμη βιβλία και υπολογιστές, ενώ σήμερα δεν υπάρχουν βιβλία γιατί έχουν αντικατασταθεί από τάμπλετ. Το σχολείο μου παρείχε καθημερινά γεύματα σε όλους τους μαθητές του σχολείου σε μια συγκεκριμένη ώρα της ημέρας. Επίσης, πηγαίναμε πολλές εκδρομές χωρίς να χρειάζεται να πληρώσουμε. Οι δάσκαλοι στο σχολείο μου ήταν ευγενικοί και χαρούμενοι αλλά και όχι τόσο αυστηροί, ενώ εμείς τα παιδιά, όταν τους μιλούσαμε χρησιμοποιούσαμε τον ενικό αριθμό.

Οι συμμαθητές μου ήταν οι περισσότεροι από τη Σουηδία και ήταν πολύ φιλικόι. Δεν δυσκολεύτηκα να κάνω φίλιες γιατί από την πρώτη κιόλας μέρα με προσέγγισαν άλλα παιδιά στο διάλειμμα. Το εκπαιδευτικό σύστημα της Σουηδίας εστιάζει στην ανάπτυξη ικανοτήτων των μαθητών και όχι στην αποστήθιση πληροφοριών. Επίσης, θα έλεγα πως είναι μοντέρνο και πρωτοποριακό, διότι εξασκείται σε μεγάλο βαθμό η χρήση της τεχνολογίας.



Η μετάβαση στην Ελλάδα

Όταν μετακόμισα στην Ελλάδα ήμουν πολύ ενθουσιασμένος και χαρούμενος γιατί είχα έρθει πολλές φορές διακοπές και περνούσα πολύ όμορφα. Τα ελληνικά σχολεία διαφέρουν σε μεγάλο βαθμό από τα σουηδικά. Αρχικά, στα ελληνικά σχολεία δεν υπάρχει δωρεάν φαγητό σε αντίθεση με τη Σουηδία. Επίσης ακόμα οι μέρες στο σχολείο ήταν πιο μεγάλες και έτσι λύναμε τις περισσότερες εργασίες εκεί και δεν είμαστε αναγκασμένοι να κουβαλάμε όλα τα βιβλία πέρα δώθε. Τέλος, τα σουηδικά σχολεία ήταν πολύ πιο επιμελημένα και δεν υπήρχαν σκουπίδια στον προαύλιο χώρο. Εκείνη που με βοήθησε να προσαρμοστώ στο ελληνικό σχολείο στην Ελλάδα είναι η διευθύντρια η οποία είναι πολύ ευγενική και ευδιάθετη ενώ γρήγορα με σύστησε στα άλλα παιδιά στην τάξη μου.

Προσωπική άποψη

Αυτό που μου λείπει περισσότερο από τη Στοκχόλμη είναι οι παλιοί μου φίλοι στη γειτονιά και στο σχολείο. Ωστόσο, τους επισκέπτομαι σχεδόν κάθε καλοκαίρι που πηγαίνω στην παλιά μου γειτονιά. Αυτό που με βοήθησε να προσαρμοστώ στην Ελλάδα ήταν το γεγονός ότι όλοι οι άνθρωποι είναι πολύ κοινωνικοί και ευπρόσδεκτοι. Τέλος, το κυριότερο πράγμα που θα συμβούλευα ένα παιδί πούμε θα μετακομίσει σε άλλη χώρα είναι να προετοιμαστεί και να μάθει τη νέα γλώσσα.



Η εργασία υλοποιήθηκε υπό την καθοδήγηση της διδάσκουσας του μαθήματος, κ. Ευγενίας Καλομοίρη

Η δύναμη του θεάτρου στη σχολική ζωή

Αιμιλία Παππά & Παναγιώτα Ρωμέση (Τμήμα Β3)

Το θέατρο παίζει σημαντικό ρόλο στην ανάπτυξη των νέων, καθώς συμβάλλει ουσιαστικά στη βελτίωση της **επικοινωνίας**, στην **κοινωνικοποίηση**, στην ενίσχυση της **αυτοπεποίθησης** και στην καλλιέργεια της **κριτικής σκέψης**. Η ενασχόληση με τη θεατρική τέχνη προσφέρει στους μαθητές πολύτιμα εφόδια, τόσο σε προσωπικό όσο και σε κοινωνικό επίπεδο.

Αρχικά, μέσω της εκμάθησης ρόλων και σεναρίων, οι νέοι εμπλουτίζουν το λεξιλόγιό τους και βελτιώνουν τις **δεξιότητες προφορικής επικοινωνίας**. Παράλληλα, η συνεργασία με τους συμμαθητές τους ενισχύει την **κοινωνική τους ανάπτυξη** και τους μαθαίνει να λειτουργούν **ομαδικά**.

Ιδιαίτερα σημαντική είναι και η συμβολή του θεάτρου στην ενίσχυση της **αυτοπεποίθησης**. Οι μαθητές μαθαίνουν να διαχειρίζονται το άγχος και να ξεπερνούν τον φόβο της έκθεσης μπροστά σε κοινό, αποκτώντας μεγαλύτερη σιγουριά για τον εαυτό τους.

Επιπλέον, το θέατρο περιλαμβάνει σωματική έκφραση, κίνηση και χορό, στοιχεία που συμβάλλουν στη βελτίωση της **σωματικής ανάπτυξης** και στον καλύτερο έλεγχο του σώματος.

Μέσα από τη δραματοποίηση, οι νέοι αναλύουν χαρακτήρες και καταστάσεις, γεγονός που ενισχύει την **κριτική σκέψη**, αλλά και την **ηθική και πνευματική τους καλλιέργεια**.

Τέλος, το θεατρικό παιχνίδι φέρνει τους μαθητές αντιμέτωπους με προβλήματα και στόχους που καλούνται να επιλύσουν, προσδίδοντας νόημα στη μάθηση και ενισχύοντας τη **δημιουργικότητα** και την **ενεργή συμμετοχή**.

Συμπερασματικά, το θέατρο δεν αποτελεί μόνο μια μορφή ψυχαγωγίας, αλλά και ένα σημαντικό μέσο αγωγής και εκπαίδευσης. Μέσα από τη θεατρική εμπειρία, οι νέοι μαθαίνουν να εκφράζονται, να συνεργάζονται και να σκέφτονται κριτικά. Για τον λόγο αυτό, **η ενίσχυση της θεατρικής παιδείας στο σχολείο μπορεί να συμβάλει ουσιαστικά στη διαμόρφωση ενεργών, δημιουργικών και υπεύθυνων πολιτών**.



Η θεατρική ομάδα του σχολείου μας

Ιάσων Μακ Κον Όλα, Κατερίνα Ρομοσού & Νεκτάριος Ρουμπέκας (Γ1)

Τα τελευταία χρόνια το σχολείο μας έχει αναπτύξει έντονη δραστηριότητα στον χώρο του θεάτρου, παρουσιάζοντας θεατρικές παραστάσεις αλλά και ταινίες μικρού μήκους. Η ενασχόλησή μας με την τέχνη αυτή έχει εξελιχθεί σε έναν σημαντικό θεσμό για τη σχολική μας κοινότητα.

Μέσα από τις θεατρικές δράσεις δεν καλλιεργούμε μόνο τις υποκριτικές μας ικανότητες, αλλά έχουμε και την ευκαιρία να γνωριστούμε καλύτερα μεταξύ μας και να συνεργαστούμε ουσιαστικά. Παράλληλα, η ομάδα μας επισκέπτεται τόπους που σχετίζονται με τις παραστάσεις μας, όπως η Κωνσταντινούπολη και η Κύπρος, με στόχο να διευρύνουμε τις γνώσεις μας και να κατανοήσουμε βαθύτερα τα ιστορικά γεγονότα που παρουσιάζουμε.

Φέτος, με αφορμή τη συμπλήρωση 200 χρόνων από την Έξοδο του Μεσολογγίου, το σχολείο μας αποφάσισε να ανεβάσει δύο θεατρικές παραστάσεις. Η πρώτη παρουσιάστηκε τον Δεκέμβριο και αναφερόταν στον Γιάννη Γούναρη και στην ηρωική πρώτη Έξοδο του Μεσολογγίου. Η παράσταση πλαισιώθηκε από τη χορωδία και την ομάδα χορού του σχολείου μας, συμβάλλοντας στη δημιουργία ενός συγκινητικού αποτελέσματος.

Η δεύτερη παράσταση θα παρουσιαστεί στα τέλη Μαρτίου και επικεντρώνεται στη δεύτερη και τελευταία Έξοδο της πόλης. Το έργο ξεκινά μέσα στο πολιορκημένο Μεσολόγγι, αποτυπώνοντας τις δύσκολες συνθήκες ζωής των κατοίκων. Στη συνέχεια παρουσιάζεται η γενναία απόφαση των Ελλήνων να μην παραδώσουν τα όπλα και να προχωρήσουν στην ηρωική Έξοδο. Πρόκειται για μια παράσταση γεμάτη ένταση και συγκίνηση και ανυπομονούμε να τη μοιραστούμε μαζί σας.

Τίποτα από όλα αυτά δεν θα μπορούσε να πραγματοποιηθεί χωρίς την άριστη συνεργασία μαθητών και καθηγητών. Η αφοσίωση, η επιμονή και η ομαδικότητα όλων των συμμετεχόντων αποτελούν το «μυστικό» της επιτυχίας μας. Ύστερα από πολλές ώρες πρόβας και προσωπικής προσπάθειας, καταφέραμε να φτάσουμε σε ένα αποτέλεσμα που μας γεμίζει ικανοποίηση και μας δίνει δύναμη να συνεχίσουμε.

Τέλος, θα θέλαμε να ευχαριστήσουμε θερμά την κ. Αμπατζή, την κ. Ρέλλου και τον Διευθυντή μας κ. Γεωργιάδη, καθώς και όλους τους εκπαιδευτικούς που μας στήριξαν. Η βοήθειά τους, είτε μέσω της ουσιαστικής συμβολής τους στην προετοιμασία των παραστάσεων είτε μέσω της κατανόησης για τις απουσίες μας ήταν πολύτιμη.

Η «ΛΕΞΗ» ΤΗΣ ΧΡΟΝΙΑΣ ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ ΛΕΞΗ!

Δημήτρης Μπούνας & Ρωμέση Παναγιώτα (Β3)



Αν κάποιος μας έλεγε πως η πιο χαρακτηριστική «λέξη» του 2025 θα ήταν... αριθμός, δύσκολα θα τον πιστεύαμε. Κι όμως, το φαινόμενο του «6-7» κατάφερε να κυριαρχήσει στον ψηφιακό κόσμο και να συζητηθεί όσο λίγες εκφράσεις τα τελευταία χρόνια, ιδιαίτερα ανάμεσα στα παιδιά της Γενιάς Άλφα.

Η προέλευσή του παραμένει κάπως ασαφής, ωστόσο φαίνεται πως ξεκίνησε από ένα βίντεο που έγινε viral, στο οποίο ένα παιδί φώναζε τη φράση κατά τη διάρκεια αγώνα μπάσκετ, πιθανότατα εμπνευσμένο από γνωστό τραγούδι στις Ηνωμένες Πολιτείες. Από εκεί και πέρα, τα κοινωνικά δίκτυα ανέλαβαν δράση.

Μέσα σε ελάχιστο χρόνο, το «6-7» μετατράπηκε σε διαδικτυακό σύνθημα, συνοδευόμενο από χαρακτηριστικές κινήσεις των χεριών. Τα παιδιά άρχισαν να το χρησιμοποιούν αυθόρμητα, συνδέοντάς το - ίσως και υποσυνείδητα - με την καθημερινή τους επαφή με αριθμούς στα μαθηματικά, στην πληροφορική και γενικότερα στο σχολικό περιβάλλον. Το φαινόμενο απέδειξε για ακόμη μία φορά πόσο γρήγορα μια απλή φράση μπορεί να εξελιχθεί σε πολιτισμικό σύμβολο της εποχής.

Το αποκορύφωμα ήρθε με την ανακοίνωση της ιστοσελίδας Dictionary.com, σύμφωνα με την οποία το «6-7» αναδείχθηκε ως η λέξη της χρονιάς. Η επιλογή αυτή προκάλεσε έκπληξη, καθώς μέχρι σήμερα είχαμε συνηθίσει να βλέπουμε περίεργες αλλά καθαρά λεκτικές εκφράσεις, όπως το «brain rot» ή το «rizz», να κερδίζουν τον συγκεκριμένο τίτλο. Ποτέ, όμως, έναν αριθμό. Το γεγονός αυτό μάς οδηγεί σε έναν ευρύτερο προβληματισμό: μήπως στο μέλλον οι «λέξεις» της χρονιάς δεν θα είναι απαραίτητα λέξεις, αλλά αριθμοί, σύμβολα ή ακόμα και emojis;

Κινηματογραφική χρονιά 2025 Προσδοκίες, επιτυχίες και απογοητεύσεις στη μεγάλη οθόνη

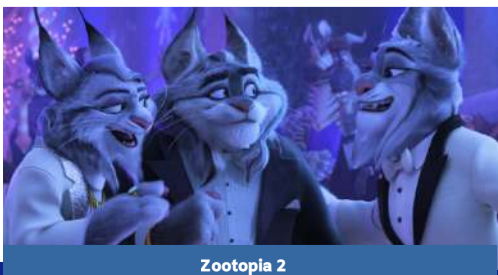
Δημήτρης Μπούνας & Ρωμέση Παναγιώτα (Β3)

Το 2025 υπήρξε μια ιδιαίτερα αναμενόμενη χρονιά για τους λάτρεις του κινηματογράφου. Οι προσδοκίες ήταν υψηλές, όμως οι απόψεις διίστανται σχετικά με το αν οι ταινίες ανταποκρίθηκαν τελικά στο κοινό ή αν άφησαν μια γεύση απογοήτευσης. Καθ' όλη τη διάρκεια της χρονιάς, οι αίθουσες γέμισαν από θεατές που αναζητούσαν δυνατές συγκινήσεις, φαντασία, δράση αλλά και συναίσθημα.

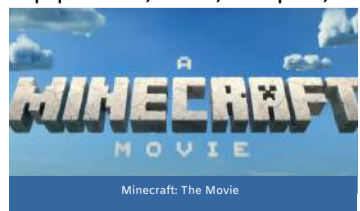
Η ποικιλία των κινηματογραφικών επιλογών ήταν αναμφισβήτητα μεγάλη. Ταινίες όπως το Captain America: Brave New World, το Minecraft: The Movie, το Thunderbolts και η επερχόμενη συνέχεια Zootopia 2 έφεραν στη μεγάλη οθόνη κόσμους γεμάτους περιπέτεια και φαντασία. Οι φίλοι των υπερηρώων και των ψηφιακών σύμπαντων είχαν την ευκαιρία να δουν αγαπημένους χαρακτήρες να ζωντανεύουν, άλλοτε με ενθουσιασμό και άλλοτε με κριτική διάθεση.

Παράλληλα, το κοινό που προτιμά πιο ρεαλιστικές και συναισθηματικές ιστορίες στράφηκε σε δραματικές και ρομαντικές παραγωγές, απολαμβάνοντας ταινίες που εστίαζαν στις ανθρώπινες σχέσεις και στα διλήμματα της καθημερινότητας. Το 2025 προσέφερε πλούτο σεναρίων, διαφορετικές σκηνοθετικές προσεγγίσεις και δυνατά soundtrack, ικανοποιώντας ακόμη και τους πιο απαιτητικούς θεατές.

Συνολικά, το κινηματογραφικό έτος μπορεί να χαρακτηριστεί γεμάτο και πολυδιάστατο. Αφού «χορτάσαμε» εικόνες και εμπειρίες από τη μεγάλη οθόνη, στρέφουμε ήδη το βλέμμα μας στο 2026, το οποίο προμηνύεται εξίσου δυναμικό. Οι ανακοινώσεις νέων παραγωγών έχουν ήδη δημιουργήσει ανυπομονησία, αφήνοντας τους λάτρεις του σινεμά σε αναμμένα κάρβουνα.



Zootopia 2



Minecraft: The Movie



Captain America: Brave New World

Η τέχνη στο σχολείο

Όχι και τόσο ασήμαντη τελικά

Σήλια Παππά και Πένυ Μπόρση (Τμήμα Γ4)

Στη σχολική καθημερινότητα συχνά δίνουμε μεγαλύτερη σημασία στα μαθήματα που σχετίζονται με τις εξετάσεις, αφήνοντας σε δεύτερη μοίρα άλλα εξίσου σημαντικά μαθήματα. Τα καλλιτεχνικά μαθήματα, όπως τα εικαστικά, η μουσική και η θεατρική αγωγή, προσφέρουν στους μαθητές τη δυνατότητα να εκφραστούν, να δημιουργήσουν και να αναπτύξουν τη φαντασία τους. Στο άρθρο που ακολουθεί επιχειρούμε να αναδείξουμε τη σημασία αυτών των μαθημάτων και να θυμίσουμε ότι η εκπαίδευση δεν αφορά μόνο τη γνώση, αλλά και τη δημιουργικότητα και την καλλιέργεια της προσωπικότητας.

Τα τελευταία χρόνια παρατηρείται ότι τα καλλιτεχνικά μαθήματα στο σχολείο, όπως τα εικαστικά, η μουσική και η θεατρική αγωγή, δεν αντιμετωπίζονται πάντα με τη σημασία που τους αξίζει. Πολλοί μαθητές τα θεωρούν δευτερεύοντα μαθήματα, κυρίως επειδή δεν εξετάζονται στις Πανελλαδικές Εξετάσεις. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα συχνά να μην τους δίνεται η απαραίτητη προσοχή.

Στην πραγματικότητα, όμως, τα καλλιτεχνικά μαθήματα έχουν μεγάλη αξία για την ανάπτυξη των μαθητών. Μέσα από αυτά τα παιδιά έχουν την ευκαιρία να εκφράσουν τις σκέψεις και τα συναισθήματά τους, να καλλιεργήσουν τη φαντασία και τη δημιουργικότητά τους και να αναπτύξουν την αισθητική τους. Παράλληλα, μαθαίνουν να συνεργάζονται, να επικοινωνούν και να βλέπουν τον κόσμο με πιο δημιουργική ματιά.

Παρόλα αυτά, σε πολλά σχολεία υπάρχουν ελλείψεις στις υποδομές, που θα μπορούσαν να υποστηρίξουν καλύτερα αυτά τα μαθήματα. Η δημιουργία εργαστηρίων εικαστικών, ειδικών αιθουσών μουσικής και χώρων για θεατρικές δραστηριότητες θα μπορούσε να συμβάλει σημαντικά στη βελτίωση της διδασκαλίας τους.

Κλείνοντας, κατανοούμε ότι το κράτος μπορεί να αντιμετωπίζει οικονομικές και άλλες δυσκολίες. Ωστόσο, πιστεύουμε ότι τα καλλιτεχνικά μαθήματα αξίζουν μεγαλύτερη προσοχή και σεβασμό. Η τέχνη δεν είναι απλώς ένα ακόμη μάθημα στο πρόγραμμα του σχολείου· είναι ένας σημαντικός τρόπος έκφρασης και δημιουργίας που συμβάλλει στη διαμόρφωση ολοκληρωμένων και δημιουργικών ανθρώπων.

Η αξία της αληθινής φιλίας

Μαριαλένα Δρόσου & Αναστασία Ζολώτα (B2)

Η φιλία είναι ένα από τα πιο σημαντικά στοιχεία στη ζωή ενός ανθρώπου, καθώς του προσφέρει χαρά, γέλιο και όμορφες αναμνήσεις. Τι είναι όμως αυτό που κάνει μια φιλία υγιή και όχι τοξική;

Πρώτα απ' όλα, μια αληθινή φιλία βασίζεται στην εμπιστοσύνη. Όταν υπάρχει εμπιστοσύνη, νιώθουμε ασφάλεια να μοιραζόμαστε τα μυστικά, τις σκέψεις και τα συναισθήματά μας χωρίς φόβο. Παράλληλα, απαραίτητα στοιχεία είναι η αποδοχή και ο σεβασμός. Οι φίλοι οφείλουν να αποδέχονται ο ένας τον άλλον όπως πραγματικά είναι, χωρίς διακρίσεις και χωρίς να προσπαθούν να αλλάξουν την προσωπικότητα του άλλου.

Επιπλέον, η στήριξη αποτελεί θεμέλιο μιας δυνατής φιλίας. Σε δύσκολες στιγμές της ζωής, οι πραγματικοί φίλοι στέκονται ο ένας δίπλα στον άλλον, προσφέροντας ενθάρρυνση και κατανόηση. Η παρουσία τους μπορεί να κάνει τα προβλήματα να φαίνονται μικρότερα και πιο διαχειρίσιμα.

Σκίτσο: Ιωάννα Μήνα Τσιαντούλα (Τμήμα Β4)



Φυσικά, σε κάθε φιλία είναι πιθανό να υπάρξουν διαφωνίες. Αυτό είναι απολύτως φυσιολογικό. Το σημαντικό είναι να υπάρχει ειλικρίνεια και επικοινωνία. Όταν κάτι μας ενοχλεί, χρειάζεται να το συζητάμε με σεβασμό και να προσπαθούμε να βρούμε μαζί μια λύση. Στις υγιείς φιλίες δεν υπάρχουν μυστικά που πληγώνουν ούτε ψέματα που διαλύουν την εμπιστοσύνη.

Τέλος, πρέπει να θυμόμαστε ότι κανείς δεν είναι τέλειος. Αποδεχόμαστε τον φίλο μας με τα προτερήματα και τα ελαττώματά του, όπως θα θέλαμε κι εκείνος να αποδέχεται εμάς.

Αν στις φιλίες μας υπάρχουν η εμπιστοσύνη, ο σεβασμός, η στήριξη και η ειλικρίνεια, τότε μπορούμε να είμαστε σίγουροι ότι έχουμε χτίσει ουσιαστικές και δυνατές σχέσεις που θα αντέξουν στον χρόνο.



HIGH SCHOOL LIFESTYLE: ΠΕΡΑ ΑΠΟ ΤΙΣ ΤΑΙΝΙΕΣ

Λυδία Ορκοπούλου & Μαρίνα Παλλίδη (Γ4)

Όλοι μας, μεγαλώνοντας, έχουμε χαζέψει τις εντυπωσιακές ταινίες που διαδραματίζονται σε αμερικανικά λύκεια. Τεράστια κτίρια, πολύχρωμα ντουλάπια, αθλητικές ομάδες, σχολικοί χοροί και μια καθημερινότητα που μοιάζει σχεδόν ονειρική. Η εικόνα που παρουσιάζεται είναι τόσο ελκυστική, ώστε συχνά ευχόμαστε να φοιτούσαμε κι εμείς σε ένα τέτοιο σχολείο. Είναι όμως τα πράγματα ακριβώς όπως τα δείχνουν οι ταινίες;

Αρχικά, η σχολική ημέρα για τους περισσότερους μαθητές ξεκινά νωρίς. Τα παιδιά ξυπνούν συνήθως μεταξύ 6:00 και 7:00 το πρωί, ετοιμάζονται και περιμένουν έξω από τα σπίτια τους το χαρακτηριστικό κίτρινο σχολικό λεωφορείο. Ποιος μαθητής δεν θα ήθελε να ζήσει έστω για λίγο αυτή την εμπειρία αυτού του σχολικού λεωφορείου που έχουμε δει τόσες φορές στη μικρή και τη μεγάλη οθόνη;

Τα μαθήματα αρχίζουν περίπου στις 8:00 π.μ. και διαρκούν 6 έως 7 ώρες. Στα περισσότερα σχολεία υπάρχει μεγάλη καντίνα ή τραπεζαρία, όπου οι μαθητές συγκεντρώνονται στο μεγάλο διάλειμμα για φαγητό, το οποίο διαρκεί περίπου 30 λεπτά. Η εικόνα της γεμάτης καφετέριας, με παρέες που συζητούν και γελούν, αποτελεί μία από τις πιο χαρακτηριστικές σκηνές της σχολικής ζωής.

Ιδιαίτερο ενδιαφέρον παρουσιάζουν οι εξωσχολικές δραστηριότητες, οι οποίες φαίνεται να παίζουν σημαντικό ρόλο στην καθημερινότητα των μαθητών. Αθλητικές ομάδες, όπως ποδόσφαιρο και μπάσκετ, μουσικά συγκροτήματα, θεατρικές ομάδες και διάφοροι όμιλοι δίνουν την ευκαιρία στους νέους να ανακαλύψουν και να αναπτύξουν τα ταλέντα τους. Σε πολλές περιπτώσεις, οι αθλητικές ομάδες συνοδεύονται από τις γνωστές "cheerleaders", που έχουν ως ρόλο την ενθάρρυνση και την εμπύχωση των παικτών κατά τη διάρκεια των αγώνων. Όλες αυτές οι δραστηριότητες βοηθούν τους μαθητές να ξεφεύγουν από την πίεση των μαθημάτων και να καλλιεργούν τη συνεργασία και την ομαδικότητα.

Παράλληλα, το επίπεδο μάθησης θεωρείται υψηλό και οργανωμένο. Οι μαθητές συμμετέχουν ενεργά στο μάθημα, πραγματοποιούν παρουσιάσεις (presentations), συνεργάζονται σε ομαδικές εργασίες και αξιολογούνται μέσα από τεστ, διαγωνίσματα, κουίζ και εργασίες κατά τη διάρκεια της χρονιάς. Σε αντίθεση με το ελληνικό σύστημα, δεν βασίζονται αποκλειστικά σε τελικές εξετάσεις, γεγονός που μειώνει – σε κάποιο βαθμό – το άγχος.

Τέλος, οι σχέσεις μαθητών και καθηγητών παρουσιάζονται πιο φιλικές και άμεσες, χωρίς αυτό να σημαίνει ότι απουσιάζει ο σεβασμός. Το κλίμα φαίνεται πιο ανοιχτό και συνεργατικό, ενισχύοντας την επικοινωνία μέσα στην τάξη.

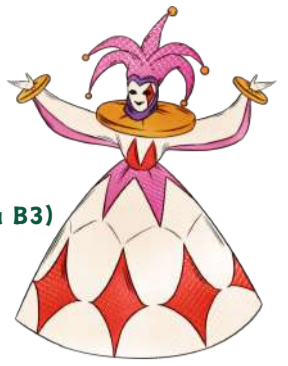
Το αμερικανικό "high school lifestyle" που βλέπουμε στις ταινίες ίσως να είναι κάπως εξιδανικευμένο. Ωστόσο, αναμφίβολα περιλαμβάνει στοιχεία που το κάνουν να φαίνεται ιδιαίτερα ελκυστικό στα μάτια των εφήβων. Το σημαντικότερο, όμως, δεν είναι το πού φοιτά κανείς, αλλά το πώς αξιοποιεί τις ευκαιρίες που του δίνονται.





Μασκαρομπερδέματα με λέξεις!

Πλάτνας Μπούνας & Ιωάννης Παπαφίλης (Τμήμα Β3)

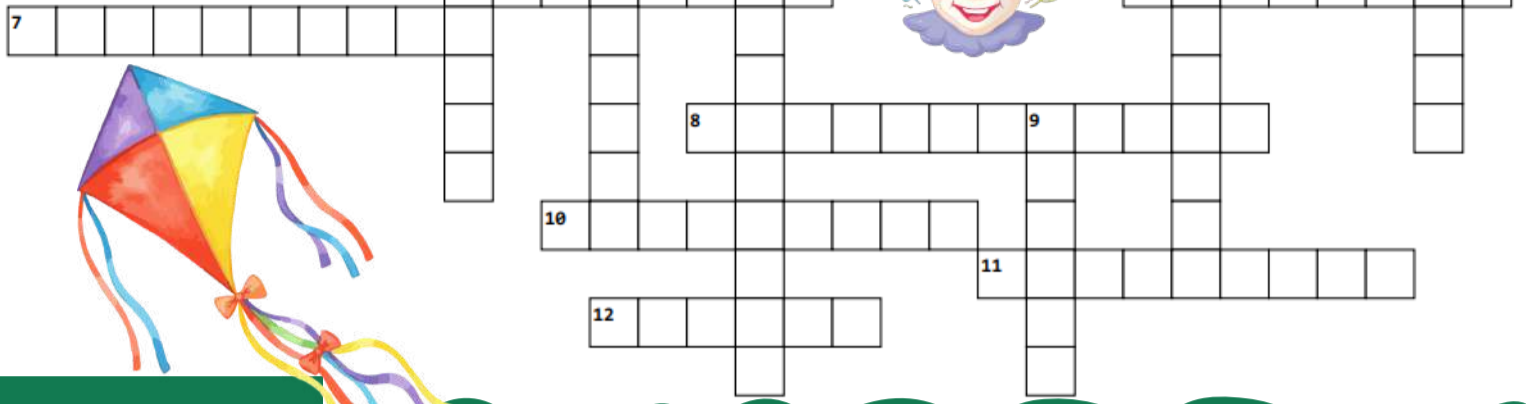


Οριζόντια

- Αυτός που μεταμφιέζεται.
- Η περίοδος των μεταμφιέσεων.
- Χάρτινη διπλωμένη ταινία που ξετυλίγεται πετώντας την.
- Χαρτάκια που πετάμε τις απόκριες.
- Παραδοσιακός χορός με πολύχρωμες κορδέλες γύρω από ένα κοντάρι
- Η μεγάλη γιορτή με τα άρματα.
- Αστείος χαρακτήρας με μεγάλη μύτη και χρωματιστά ρούχα.

Κάθετα

- Πετάει ψηλά την Καθαρά Δευτέρα.
- Αυτός που καίγεται στο τέλος της γιορτής
- Τη φοράμε για να κρύψουμε το πρόσωπό μας.
- Δευτέρα. Ημέρα νηστείας και αργίας.
- Ψεύτικα μαλλιά.
- Παραδοσιακό ψωμί της Καθαρά Δευτέρας.



Το λαϊκό καρναβάλι της Κέρκυρας Παράδοση, σάτιρα και γιορτή

Σαϊσανά Δημήτρα & Αγγελική Ράπτη (Τμήμα Β3)

Οι Απόκριες στην Κέρκυρα είναι μια εμπειρία πραγματικά αξέχαστη. Οι παραδόσεις έχουν τις ρίζες τους στις αρχαιοελληνικές γιορτές και με την πάροδο των χρόνων εξελίχθηκαν σε μια γιορτή γεμάτη ειρωνεία, σάτιρα και κοινωνικό σχολιασμό. Κεντρική μορφή των εορτασμών είναι ο Σιορ Καρνάβαλος, ο οποίος παρελαύνει μέσα σε μια πολύχρωμη πομπή με γέλια, τραγούδια και έντονο καρναβαλικό κλίμα. Κατά τη διάρκεια των εκδηλώσεων, διαβάζει τη σατυρική του διαθήκη και στη συνέχεια καίγεται στη Σπιανάδα. Το κερκυραϊκό καρναβάλι συνδυάζει μοναδικά τη βενετσιάνικη φινέτσα με τη λαϊκή ζωντάνια, δημιουργώντας εικόνες και στιγμές που μένουν χαραγμένες στη μνήμη. Όποιος το επισκεφθεί, σίγουρα θα φύγει με ανεξίτηλες αναμνήσεις.

ΚΑΛΗ ΔΙΑΣΚΕΔΑΣΗ!



Η ακροστιχίδα της Αποκριάς

- Α
Π
Ο
Κ
Ρ
Ι
Ε
Σ
- Χαρεύουν όλοι γύρω του
 - Είναι πολύχρωμες και τις αγοράζουν όλα τα παιδιά
 - Τις φοράμε τις απόκριες
 - Τον καίμε το βράδυ μετά το τέλος του καρναβαλιού.....
 - Υπάρχουν και άρματα σε αυτό.....
 - Ακούγεται παντού κατά τη διάρκεια των καρναβαλικών εκδηλώσεων
 - Τις φοράμε στο πρόσωπο
 - Στο έθιμο της Τσικνοπέμπτης ...

Φιλίππα Αγγέλου, Νεφέλη Βλαχοπούλου & Αλέξανδρος Γιαμπουράνης

Σταυρόλεξο της Αποκριάς

Σάββα Θεοδώρα (Τμήμα Γ4)

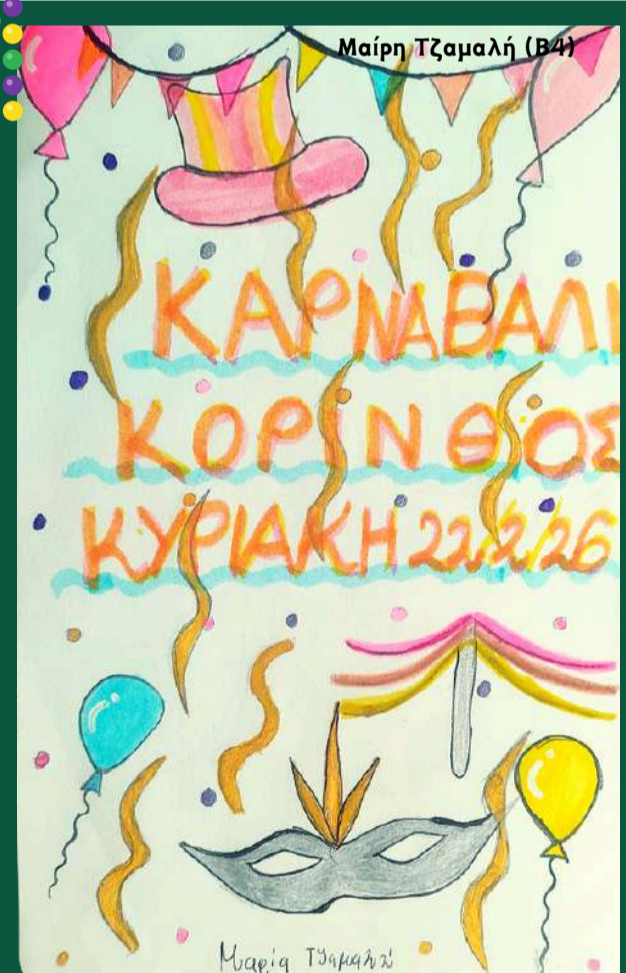


Οριζόντια

- Εορταστικές εκδηλώσεις με μεταμφιέσεις πριν τη Σαρακοστή.
- Μικρά χρωματιστά χαρτάκια!
- Τον πετάμε την Καθαρά Δευτέρα.
- Βασικό έδεσμα της Καθαράς Δευτέρας, από αυγά ψαριού.
- Παραδοσιακό αποκριάτικο χορευτικό έθιμο.
- Στολισμένο όχημα της καρναβαλικής παρέλασης.
- Συνηθισμένη αποκριάτικη μεταμφίεση.
- Ρούχο μεταμφίεσης για το καρναβάλι.

Κάθετα

- Πέμπτη της Αποκριάς αφιερωμένη στο ψήσιμο κρέατος.
- Έδεσμα που το τρώμε την Καθαρά Δευτέρα
- ... ΔΕΥΤΕΡΑ Πρώτη μέρα της Σαρακοστής.
- Νηστίσιμο γλυκό, παραδοσιακό της Σαρακοστής.
- Χάρτινη κορδέλα που πετάμε στις Απόκριες.
- Περίοδος 40 ημερών πριν το Πάσχα.
- Με αυτή καλύπτουμε το πρόσωπό μας στο καρναβάλι.



Φιλίππα Αγγέλου, Νεφέλη Βλαχοπούλου & Γιαμπουράνης Αλέξανδρος (Τμήμα Β1)

Το κάψιμο του τζάρου

Ένα από τα πιο χαρακτηριστικά έθιμα της Ξάνθης είναι το κάψιμο του Τζάρου. Το έθιμο αυτό το έφεραν οι πρόσφυγες από το Σαμακώβ της ανατολικής Θράκης και αναβιώνει κάθε χρόνο από τους κατοίκους του Συνοικισμού στη γέφυρα του ποταμού Κόσσυθου.

Σύμφωνα με την τοπική παράδοση, ο Τζάρος ήταν ένα κατασκευασμένο ανθρώπινο ομοίωμα, τοποθετημένο πάνω σε σωρό από πουρνάρια. Την τελευταία Κυριακή της Αποκριάς καίγεται στο κέντρο μιας αλάνας, πλατείας ή ακόμη και σε υψώματα, με τη λαϊκή δοξασιά ότι έτσι οι κάτοικοι θα απαλλάσσονταν από τους ψύλλους το καλοκαίρι.

Η ονομασία «Τζάρος» προήλθε, σύμφωνα με την παράδοση, από τον ιδιόρρυθμο ήχο που δημιουργούσε το κάψιμο των πουρναριών. Μετά το κάψιμο, ακολουθεί ένα φαντασμαγορικό θέαμα με πυροτεχνήματα, το οποίο σηματοδοτεί την ολοκλήρωση των αποκριάτικων εκδηλώσεων και το τέλος του καρναβαλιού της πόλης.

