

Χανιώτικα νέα
ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ 19 Απριλίου 2014

διαδρομές

ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΣ / ΒΙΒΛΙΑ / ΘΕΑΤΡΟ / ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ / ΥΓΕΙΑ /
ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ ΣΑΒΙΝΑ ΓΙΑΝΝΑΤΟΥ

ΜΕΣΑ ΑΠΟ ΠΡΟΣΩΠΙΚΕΣ ΙΣΤΟΡΙΕΣ ΤΡΙΩΝ ΑΝΘΡΩΠΩΝ

Μήνυμα ζωής

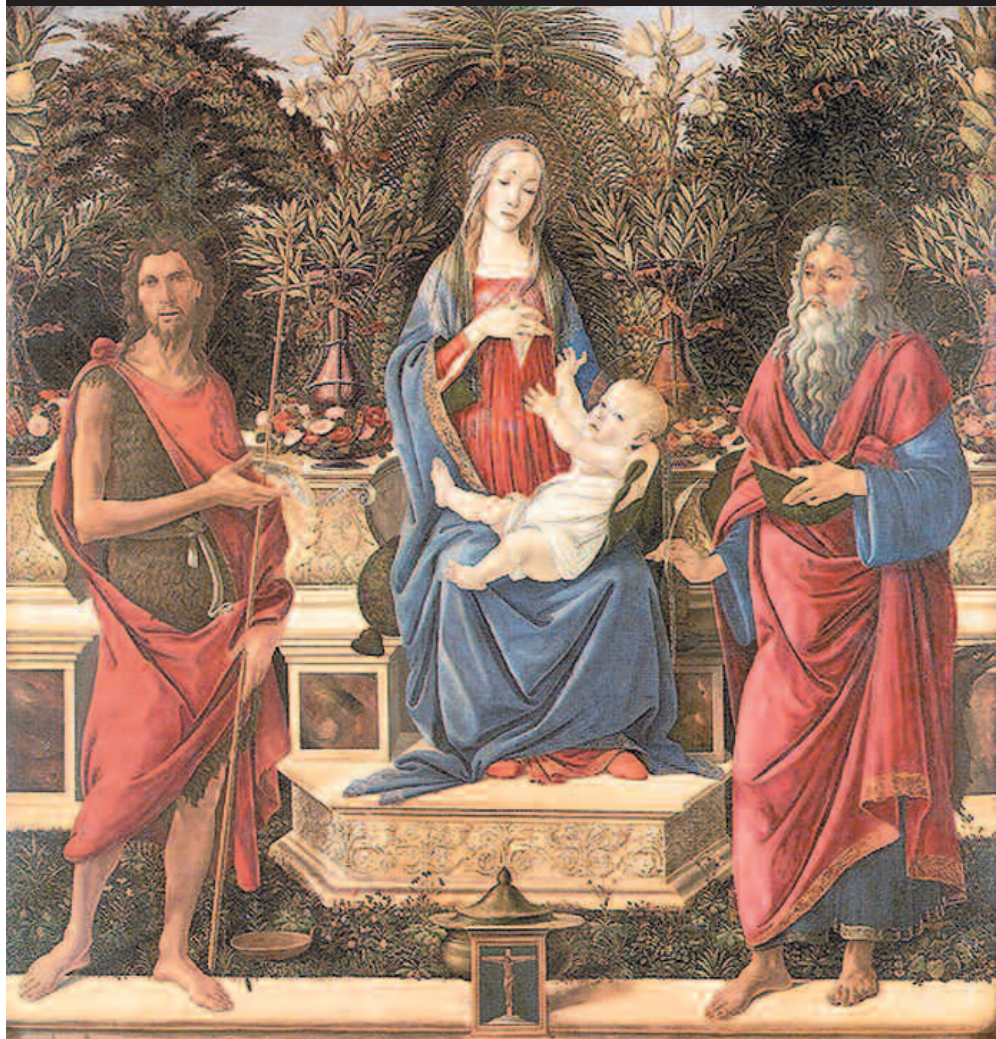
Καλό Πάσχα!!!!



editorial

No. 405

Φανταστικό μουσείο



Σάντρο Μποτιτσέλι (Sandro Botticelli), "Παναγία Μπάρντι" (Madonna Bardi), 1484, Πινακοθήκη Uffizi, Φλωρεντία.

Α' μέρος



Επιμέλεια: **ΜΙΧΑΛΗΣ ΧΑΤΖΗΔΑΚΗΣ**
Ιστορικός Τέχνης - Αρχαιολόγος
Humboldt Universität zu Berlin
lastjudgment1540@hotmail.com

ντός της καλλιτεχνικής διαδρομής του Σάντρο Μποτιτσέλι η δεκαετία του 1480 είναι άρρηκτα συνδεδεμένη πρωτίστως με τις μεγάλες μυθολογικές δημιουργίες που έμελλαν να εξασφαλίσουν στον ιδιοφυή Φλωρεντινό μια περίοπτη θέση στο πάνθεον των ιερών τεράτων της αναγεννησιακής Τέχνης. Την ίδια περίοδο ο καλλιτέχνης θα αναλάβει να διεκπεραιώσει μια σειρά θρησκευτικών παραγγελιών, ικανοποιώντας έτσι τις απαιτήσεις ενός ραγδαία αυξανόμενου και άκρως ανταγωνιστικού φιλότεχνου αγοραστικού κοινού.

Η "Παναγία Μπάρντι" αποτελεί μια τέτοια χαρακτηριστική περίπτωση. Ο Μποτιτσέλι θα ζωγραφίσει τη λατρευτική αυτή εικόνα στα 1484 κατόπιν παραγγελίας του Τζιοβάνι ντ' Ανιολο Μπάρντι (Giovanni d' Agnolo Bardi), ο οποίος είχε υπάρξει προϊστάμενος του τραπεζικού υποκαταστήματος των Μεδίκων στην πόλη του Λονδίνου και ο οποίος μετά από είκοσι χρόνια παραμονής στην αγγλική πρωτεύουσα είχε μόλις επιστρέψει στη γενέτειρά του. Το έργο προοριζόταν να διακοσμήσει το ταφικό παρεκκλήσι της οικογενείας των Μπάρντι στην εκκλησία του Αγίου Πνεύματος (Santo Spirito) στη Φλω-

ρεντία, του οποίου η κατασκευή είχε περατωθεί στα 1482 βασισμένη πάνω σε σχέδια του περίφημου αρχιτέκτονα Μπρουνελέσκι (Brunelleschi).

Το έργο απεικονίζει την ένθρονη Παναγία με το Θείο Βρέφος πλαισιωμένη από τον Ιωάννη τον Ευαγγελιστή και τον Ιωάννη τον Βαπτιστή που έχει λάβει ως πολιούχος της πόλης της Φλωρεντίας την τιμητική θέση στα δεξιά της Παρθένου. Η επιλογή των συγκεκριμένων αγίων σίγουρα δε θα πρέπει να υπήρξε τυχαία, λαμβάνοντας υπόψιν ότι ο παραγγελιοδότης Τζιοβάνι Μπάρντι έφερε και ο ίδιος το όνομά τους.

Ο Βαπτιστής είναι εύκολα διακριτός, τόσο από το σήμα κατατεθέν του, την προβιά αρνιού που φέρει, όσο και από το σκεύος που κείται παραιτημένο στα πόδια του και το οποίο παραπέμπει στο μυστήριο της Βάπτισης. Ο Ευαγγελιστής αντίθετα απεικονίζεται κατά το σύνηθη τρόπο με πλούσια μακριά λευκή γενειάδα και με τα χέρια του να κρατούν μια γραφίδα και ένα βιβλίο, παραπέμποντας στη συγγραφική δραστηριότητα που τον χαρακτηρίζει.

Συνεχίζεται

γιορτάζουν

διαδρομές

20/4

Αναστάσιος
Πασχάλης,
Λάμπρος
Λαμπρινή

21/4

ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ
ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ
ΦΑΙΣΤΟΣ

22/4

ΝΑΘΑΝΑΗΛ
ΝΕΑΡΧΟΣ
ΡΑΦΑΗΛ

23/4

ΓΕΩΡΓΙΟΣ

24/4

ΑΧΙΛΛΕΑΣ
ΔΟΥΚΑΣ

25/4

ΖΗΣΗΣ

ΧΑΝΙΩΤΙΚΑ ΝΕΑ Α.Ε.

ΙΔΡΥΤΗΣ:

Γιάννης Γαρεδάκης

ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΕΚΔΟΣΗΣ:

Έλια Κουμή

ΡΕΠΟΡΤΑΖ:

Γιώργος Δρακάκης
Γιώργος Κώνστας
Γιάννης Λυβιάκης
Δημήτρης Μαριδάκης
Μανώλης Μαρκαντωνάκης
Γιάννα Μαρουλοσηράκη
Γιώργος Σταυριανουδάκης
Ελένη Φουντουλάκη

ΣΥΝΕΡΓΑΤΕΣ:

Δημήτρης Δαμασκινός
Βαγγέλης Κακατσάκης
Γιάννης Κατσανεβάκης
Σάκης Κουβάτσος
Χριστίνα Μακρατζάκη
Μανώλης Μανούσας
Μιχάλης Χατζηδάκης

ΣΧΕΔΙΑΣΗ:

Νίκος Κοσμάδakis

ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΟ:

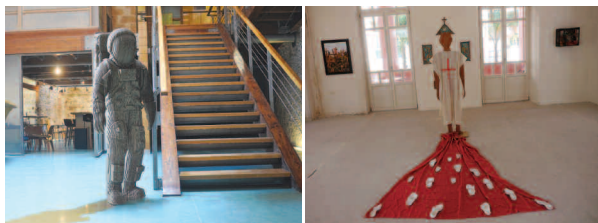
Γεωργία Αδίκημενάκη
Δέσποινα Βάλλα
Νίκη Ξυφανταράκη
Ελένη Σταυρίδη

ΔΙΟΡΘΩΣΗ:

Βαγγέλης Βεργανέλακης
Νεκτάριος Κακατσάκης

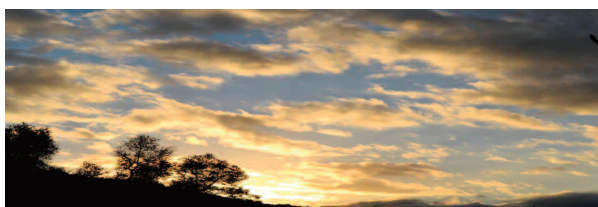
ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

σελ. 3 ~ φωτοαναδρομές



σελ. 4 - 6 ~ σινεμά, πολιτισμός,
σερφαρίσματα

σελ. 7 ~ βιβλία



σελ. 8 - 9 ~ Μήνυμα ζωής από τις
προσωπικές ιστορίες 3 ανθρώπων



σελ. 10 ~ Θρησκευτικότητα και
κινηματογράφος

σελ. 11 ~ Συνέντευξη με
την Σαβίνα Γιαννάτου

σελ. 12 ~ Παιδότοπος

σελ. 13 ~ Διατροφή του Πάσχα



σελ. 14 - 15 ~ Θετικά και τα πρώτα φετινά
δείγματα από την ακαδημία

σελ. 16 ~ υγεία & βότανα



1



2

ΝΟΤΙΑ ΚΑΙ ΔΥΤΙΚΗ ΠΑΛΙΑ ΠΟΛΗ 1942-43

No. 467



Του: ΜΑΝΩΛΗ
ΜΑΝΟΥΣΑΚΑ

Ουνεχίζουμε και σήμερα με φωτογραφίες της παλιάς πόλης των Χανίων τραβηγμένες από Γερμανούς στρατιωτικούς στη διάρκεια της Κατοχής. Προέρχονται από τα αρχεία 2 αξιωματικών (ο ένας τους ήταν γιατρός) και ανήκουν στη συλλογή μου, δημοσιεύονται δε για πρώτη φορά όπως κι εκείνες του προηγούμενου δημοσιεύματος, καθώς και των 2 επόμενων αν είμαστε καλά...

Στην **πρώτη**, που έχει τραβηχτεί από το δώμα της σημερινής κλινικής Καπάκη, που τότε χρησιμοποιούνταν από τη γερμανική Κομαντατούρ, σε πρώτο πλάνο η στέγη του 1ου Γυμνασίου, που επίσης χρησιμοποιούνταν από τον στρατό κατοχής. Πίσω του, οι προσόψεις των κτηρίων της οδού Τσουδερών που παλιότερα ονομαζόταν "Πεταλάδικα" και ο μινωικός του Αγιά τζαμιά. Τα περισσότερα από αυτά τα κτήρια υπάρχουν ακόμα, όχι όμως όλα.

Στη **δεύτερη**, μια γωνιά των Στιβανάδικων στη νότια πλευρά της οδού Σκριδλωφ. Ο μικρός προμακώνας στην πίσω πλευρά του τείχους καθώς και το κτίσμα αριστερά υπάρχουν ακόμα, με αρκετές αλλαγές βέβαια. Οι χαρακτηριστικές παλιές ξύλινες "μαγαζοπορτες" που σώζονταν σε μεγάλο αριθμό μέχρι και τη δεκαετία του '70, έχουν σήμερα ολοκληρωτικά εξαφανιστεί από την παλιά πόλη...

Στην **τρίτη**, μια ακόμα γωνιά από τα "Στιβανάδικα" με τα χαρακτηριστικά τσαγκαράδικα της εποχής.

Στην **τέταρτη**, μια γωνιά από το "Κρύο Βρυσάλι", τη σημερινή οδό Εμμ. Μπαλαντίνου. Νομίζω ότι ο εικονιζόμενος βρακοφόρος είναι ο ίδιος ο Εμμ. Μπαλαντίνος, μακεδονομάχος και γνωστός ράφτης κρητικών ενδυμάτων ("τερεζής") που είχε και το εργαστήρι του εκεί κοντά.

Στην **πέμπτη**, μια γωνιά από το κατεστραμμένο και εν μέρει πρόχειρα αναδο-

μημένο παλιό εμπορικό κέντρο πίσω από τη Μητρόπολη των Εισοδίων.

Στην **έκτη** μια γωνιά του Τοπανά, η παρόδος Αγγέλου με το βενετσιάνικο αρχοντικό όπου σήμερα το "Φαγκότο" στο βάθος. Διακρίνονται και άλλα βενετσιάνικα σπίτια δεξιά. Οι καταστροφές ήταν περιορισμένες σ' αυτή τη συνοικία λόγω της γειτνίασης με τον Φιρκά και τις φυλακές του, με αποτέλεσμα σήμερα να αποτελεί τη μοναδική γειτονιά της παλιάς πόλης που διατηρεί σχετικά αλώβητη την ατμόσφαιρα και την αρχιτεκτονική της.

Στην **έβδομη**, μια ειρηνική γωνιά του λιμανιού δίπλα στο παλιό Τελωνείο. Η εμπορική και επιβατική κίνηση του παρελθόντος είχε πια ολοκληρωτικά χαθεί...

Στην **όγδοη**, το κτήριο της "Τράπεζας Αθηνών" ανάμεσα στο Γιαλί τζαμιά, το πιο παλιό Τελωνείο - Ιστορικό Αρχείο Κρήτης και τα σημερινά γραφεία της 28ης Εφορείας Βυζαντινών Αρχαιοτήτων.

Αυτή η πυκνοδομημένη γωνιά έχει σήμερα μεταβληθεί σε πλατεία...

Στην **ένατη**, λεπτομέρεια του κτηρίου της προηγούμενης φωτογραφίας. Σκελετός από μπετόν αρμέ είχε δημιουργηθεί μέσα σε παλιότερο κελυφός, μια πρακτική που χρησιμοποιείται συχνά σήμερα σε επανάχρηση παλιών κτηρίων που δεν διατηρούν το εσωτερικό τους.

Στη **δέκατη** τέλος, κατάσταση με είδη αγγειοπλαστικής στην περιοχή του εμπορικού κέντρου τραβά το ενδιαφέρον του Γερμανού γιατρού. Η αγγειοπλαστική, που από την αυγή της προϊστορίας ανθίζει στον τόπο μας, δε σταμάτησε να παράγει τέχνη και πολιτισμό μαζί με την κάλυψη στοιχειωδών ανθρωπίνων αναγκών και στις δυσκολότερες περιόδους της ιστορίας μας.



3



4



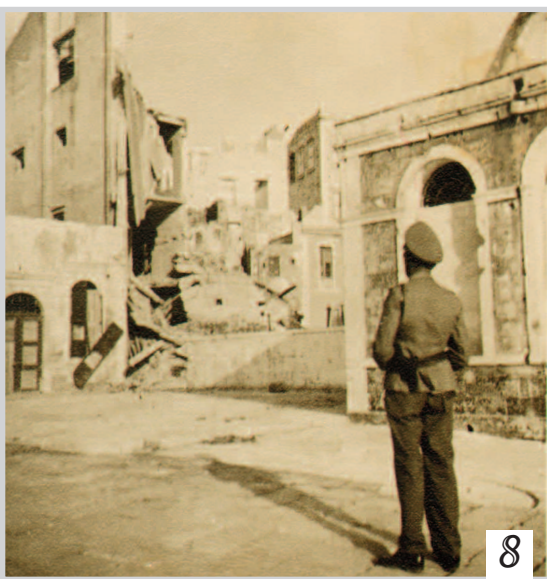
5



6



7



8



9



10

κινηματογράφος



“Η ΤΙΝΚΕΡΜΠΕΛ
ΚΑΙ ΟΙ ΠΕΙΡΑΤΕΣ”



“ΑΓΟΡΙΑ ΤΗΣ
ΔΙΠΛΑΝΗΣ ΠΟΡΤΑΣ”



OLD BOY



“Η ΠΕΝΤΑΜΟΡΦΗ
ΚΑΙ ΤΟ ΤΕΡΑΣ”



“Η ΤΡΙΛΟΓΙΑ
ΤΗΣ ΑΠΟΚΛΙΣΗΣ:
ΟΙ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΙ”



“Ο ΜΟΝΟΣ ΕΠΙΖΩΝ”

ΑΤΤΙΚΟΝ ΣΥΤΑ

Τηλ.: 2821027717, www.cineattikon.gr

Δευτέρα 21/4

“Η ΤΡΙΛΟΓΙΑ ΤΗΣ
ΑΠΟΚΛΙΣΗΣ:
ΟΙ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΙ”

Προβολές: 7.45 και 10.15 μ.μ.

ΑΙΘΟΥΣΑ Β’

“RIO 2”

στα Ελληνικά

Μία προβολή στις 6:30 μ.μ.

“ΞΕΝΟΔΟΧΕΙΟ BUDAPEST”

Προβολές: 8.30 και 10.30 μ.μ.

Μ. Παρασκευή έως και
Κυριακή του Πάσχα
ο κινηματογράφος θα
παραμείνει κλειστός

ΕΛΛΗΝΙΣ

Τηλ.: 2821051850 - 1

“ΑΓΟΡΙΑ ΤΗΣ ΔΙΠΛΑΝΗΣ
ΠΟΡΤΑΣ”

Καθημερινά: 7.40 μ.μ.

“Η ΠΕΝΤΑΜΟΡΦΗ ΚΑΙ ΤΟ
ΤΕΡΑΣ”

Καθημερινά από 20/4: 9 μ.μ.

OLD BOY

Καθημερινά από 20/4: 11 μ.μ.

17/4: 10.30 μ.μ.

“ΝΩΕ” (3D)

Καθημερινά από 20/4: 8.15 μ.μ.

“ΝΩΕ” (2D)

Καθημερινά από 20/4: 10.30 μ.μ.

“Η ΤΙΝΚΕΡΜΠΕΛ ΚΑΙ ΟΙ
ΠΕΙΡΑΤΕΣ”

από 20/4 Καθημερινά: 6.30 μ.μ.

“CAPTAIN AMERICA 2: Ο
ΣΤΡΑΤΙΩΤΗΣ ΤΟΥ ΧΕΙΜΩΝΑ”

Καθημερινά: 8.15 και 10.30 μ.μ.

“NON STOP”

Καθημερινά: 8.30 και 10.30 μ.μ.

“ΨΥΧΡΑ ΚΙ ΑΝΑΠΟΔΑ”

Σαββατοκύριακο: 6.30 μ.μ.

Μ. ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ, Μ. ΣΑΒΒΑΤΟ
Ο ΚΙΝΗΜΑΤΟΓΡΑΦΟΣ ΘΑ
ΠΑΡΑΜΕΙΝΕΙ ΚΛΕΙΣΤΟΣ.

STER CINEMAS
(ΜΕΓΑ PLACΕ)

Τηλ.: 2821057757-8-9

Από ΚΥΡΙΑΚΗ 20 έως
ΤΕΤΑΡΤΗ 23/4

“OLD BOY”

ΑΙΘ. 2 Καθημερινά: 10 μ.μ.

“Η ΤΙΝΚΕΡΜΠΕΛ ΚΑΙ ΟΙ
ΠΕΙΡΑΤΕΣ” 3D

ΑΙΘ. 1 Καθημερινά: 6 μ.μ.

“Η ΠΕΝΤΑΜΟΡΦΗ ΚΑΙ ΤΟ
ΤΕΡΑΣ”

ΑΙΘ. 1 Καθημερινά: 8.15 μ.μ.

“CAPTAIN AMERICA 2: Ο
ΣΤΡΑΤΙΩΤΗΣ ΤΟΥ ΧΕΙΜΩΝΑ”

ΑΙΘ. 3 Καθημερινά: 7 & 10 μ.μ.

“Ο ΜΟΝΟΣ ΕΠΙΖΩΝ”

ΑΙΘ. 1 Καθημερινά: 10.30 μ.μ.

“ΝΩΕ”

ΑΙΘ. 2 Καθημερινά: 7.30 μ.μ.

“Η ΤΑΙΝΙΑ LEGO”

ΑΙΘ. 2 Καθημερινά: 5.30 μ.μ.



ΣΥΝΕΧΙΖΕΤΑΙ ΕΩΣ ΤΙΣ 9 ΜΑΪΟΥ Η ΕΚΘΕΣΗ ΣΤΟ Κ.Α.Μ.

Το Διάστημα με
τα μάτια των νέων

Ενδιαφέρον παρουσιάζει η έκθεση: “Εξερεύνηση του Διαστήματος μέσα από τα Μάτια των Παιδιών” η οποία συνεχίζεται έως τις 9 Μαΐου στο Κέντρο Αρχιτεκτονικής Μεσογείου (Κ.Α.Μ.).

Η έκθεση εντάσσεται στο πλαίσιο μιας ευρύτερης δράσης με τίτλο “Το Κ.Α.Μ. των Παιδιών για την Τέχνη και την Επιστήμη”.

Οι επισκέπτες μπορούν να παρατηρήσουν το πώς “βλέπουν” το διάστημα, οι νέοι και τα παιδιά μέσα από δικά τους έργα.

Στην έκθεση παρουσιάζονται για πρώτη φορά στην Ελλάδα 57 βραβευμένα και επιλεγμένα έργα από τον διεθνή διαγωνισμό με τίτλο Humans in Space Youth Art για νέους καλλιτέχνες 10-18 χρόνων, που διοργανώνει το Ινστιτούτο Σελήνης και Πλανητών (LPI: Lunar and Planetary Institute) και η Ένωση Πανεπιστημίων για Έρευνα στο Διάστημα (USRA: Universities Space Research Association) από το 2010 και ανά δύο χρόνια, σε συνεργασία με την Αμερικανική Υπηρεσία Αεροναυτικής και Διαστήματος (NASA), το Γερμανικό Οργανισμό Διαστήματος (DLR: Deutsches Zentrum für Luft und Raumfahrt) και άλλους διεθνείς φορείς.

Η συγκεκριμένη έκθεση έχει ταξιδέψει μέχρι στιγμής σε μουσεία, σχολεία και άλλους οργανισμούς κοινωνικού χαρακτήρα στις ΗΠΑ, Αυστραλία, Κίνα, Νότια Αφρική, Αυσ-



στρία, Αγγλία, Ιταλία, Γερμανία, Ολλανδία αλλά και στον Διεθνή Διαστημικό Σταθμό.

Στην ίδια έκθεση παρουσιάζονται τα έργα που συμμετείχαν στον Παγκρήτιο Διαγωνισμό Ζωγραφικής με την ίδια θεματολογία.

Ο διαγωνισμός απευθύνθηκε σε μαθητές και μαθήτριες Δημοτικού Σχολείου, Γυμνασίου και των Λυκείου, ηλικίας 10-18 ετών.

Συνολικά συμμετείχαν 31 σχολεία Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης των τεσσάρων νομών της Περιφέρειας Κρήτης με 112 έργα. Ο διαγωνισμός πραγματοποιήθηκε με την υποστήριξη των Διευθύνσεων Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης της Περιφέρειας Κρήτης, των εκπαιδευτικών, των μαθητών και των μαθητριών καθώς και των μελών της κριτικής επιτροπής. Την επιμέλεια των δράσεων έχει αναλάβει η αρχιτέκτονας Μαριάνθη Λιάπη, η οποία είναι η επίσημη συνεργάτιδα του Humans in Space Youth Art Competition στην Ελλάδα.



ΣΕ ΑΣΤΙΚΑ ΚΕΝΤΡΑ ΤΗΣ ΕΥΡΩΠΗΣ

Παραστάσεις με
τον Λαογραφικό Ομιλο

Μια νέα πολιτιστική δράση σε μεγάλα αστικά κέντρα της Ευρώπης (Ρώμη, Νίκαια - Μονακό, Βαρκελώνη, Νυρεμβέργη, Στοκχόλμη, Λυών, Παρίσι), «σε μια προσπάθεια διάδοσης και ανάδειξης του κρητικού πολιτισμού», ανακοίνωσε ο Λαογραφικός Ομιλος Χανίων, με αφορμή την 30χρονη πορεία του.

Όπως σημειώνεται στην ανακοίνωση, από τις 19 έως τις 30 Απριλίου θα πραγματοποιήσει υπό την αιγίδα της Περιφέ-

ρειας Κρήτης και του Δήμου Χανίων το “European Dancing Tour” το οποίο «ξεκινά με το χορό της αγάπης, το βράδυ της Ανάστασης, στην Ορθόδοξη Ελληνική Εκκλησία των Αγίων Θεοδώρων στη Ρώμη και συνεχίζει τις παραστάσεις σε θέατρα, πλατείες, χώρους ελληνικών κοινοτήτων και πολιτιστικών συλλόγων του εξωτερικού».



“...ΣΤΑΥΡΩΣΕ ΤΟΝ!” ΣΤΟ ΜΕΓΑΡΟ “ΤΡΙΑΝΟΝ”

Εικαστικό σχόλιο σε δράσεις των ημερών

■ Συνεχίζεται η έκθεση έως τις 28 Μαΐου

Ενα “εικαστικό σχόλιο στις επίκαιρες θρησκευτικές, πολιτικές και εκλογικές δράσεις των ημερών μας”, αποτελεί η ομαδική έκθεση: “...σταύρωσέ τον!”, η οποία συνεχίζεται έως τις 28 Μαΐου στο Μέγαρο Τριανόν, (Ηρώων Πολυτεχνείου 43) στα Χανιά.



Η έκθεση παρουσιάζουν, «συμμετέχοντας στις δράσεις του προγράμματος “ΧΑΝΙΑRT 2014 - Εικαστικές Διαδρομές στο Νομό Χανίων” η Περιφέρεια Κρήτης, η Περιφερειακή Ενότητα Χανίων, η Λαϊκή Βιβλιοθήκη Παλαιών Ρουμάτων και το “Μουσείο Σύγχρονης Τέχνης - Ελαιουργείον”.

Η έκθεση περιλαμβάνει έργα Ζωγραφικής, Γλυπτικής, Χαρακτικής, Φωτογραφίας, Video-Art, Κατασκευών και Εγκαταστάσεων και είναι ανοικτά Δευτέρα, Τετάρτη & Παρασκευή από 8μ.μ. έως 10μ.μ. με ελεύθερη είσοδο.

Την εικαστική επιμέλεια έχει ο Ιωάννης Ν. Αρχοντάκης και τα ειδικά κείμενα η Μαρία Μαραγκού.

Συμμετέχουν οι καλλιτέχνες: Αθανασιάδου Κέλλυ, Αργυροπλιπούλου Αννίτα, Βαθιανάκη Χρύσα, Βασιλάκου Μαργαρίτα, Βουσούρας Ανδρέας, Γιαβρόπουλος Νίκος, Δερματής Χαράλαμπος, Δούμα Θαλασσινή, Ζερβουδάκης Σπύρος, Ζολωτάκης Αποστόλης, Ζογα (Piliipenko), Θέος Βασίλης, Καλαϊτζάκης Μιχάλης, Καλογεράκη Κατερίνα, Καπανιάνη Λίλη, Κόης Σάββας, Κοκκίνη Μαρία, Κοτούλας Απόστολος, Κουκουράκης Γιάννης, Κουτρούλης Γιάννης, Lane James, Λεούση Επιστήμη, Loco Herr, Λυμπουρίδης Βαγγέλης, Μαγκανιώτης Αλέξανδρος, Μανέτα Άννα, Μαρκαντωνάκης Π. Γιάννης, Μεραντζάς Δημήτρης, Μπαμπούσης Μανόλης, Μπιτζανάκη Ελευθερία, Μποβιάτσου Λαμπρινή, Μόσχος Τάσος,

Bullent Paula, Ξενάκης Πέτρος, Ξηροχειμώνας Παντελής, Πάτσιος Κωνσταντίνος, Πουλαντζά Νατάσσα, Πρωτοπαπαδάκη Βασιλική, Rangarter

Herb, Σαπάνας Κωνσταντίνος, Stollenwerk Rena, Filippov Andrei, Φίλος Θεόδωρος, Fiscer Konstantin και Φωτοπούλου Εύη.

Όπως σημειώνεται σε σχετικό κείμενο, «η ύπαρξη του σταυρού ως συμβόλου ανάγεται στα βάθη της αρχαιότητας. Η χρήση του είχε και έχει, τόσο καλλιτεχνικό όσο θρησκευτικό και εθνικιστικό χαρακτήρα.

Κατά τους ρωμαϊκούς χρόνους είχε χρησιμοποιηθεί σαν όργανο τιμωρίας και θανάτου. Εκτοτε έχει χρησιμοποιηθεί ως θρησκευτικό σύμβολο για απόδοση λατρείας ή τιμής, έχει χρησιμοποιηθεί ως εθνικό σύμβολο σε λάβαρα, σημαίες και θυρεούς, κυρίως για να δηλώσει τις θρησκευτικές αντιλήψεις του φέροντος. Ο σταυρός έχει χρησιμοποιηθεί ως σύμβολο προβολής μιας ιδέας και ως σύμβολο διαφοροποίησης ενός κοινωνικού συνόλου.

Ταυτόχρονα χρησιμοποιείται έως και τις μέρες μας ως σπμάδι εκλογικής επιλογής.

Το σχήμα του σταυρού είναι τόσο ποικιλόμορφο όσες είναι και οι χρήσεις του.

Τόσο διαφορετικό, αλλά στην πεμπουσία του πάντα ίδιο, όσες οι κοινωνικές, εθνικές, γλωσσικές και θρησκευτικές ομάδες που το χρησιμοποιούν».



ΠΑΙΔΙΚΗ ΠΑΡΑΣΤΑΣΗ ΣΤΗΝ ΚΙΣΑΜΟ

“Το τηγάδι του Δήμιου”

Την παιδική παράσταση: “Το τηγάδι του Δήμιου” του Ευγένιου Τριβιζά, παρουσιάζει ο Πολιτιστικός Σύλλογος: “Νεολαία Κισάμου”, την Πέμπτη 24, την Παρασκευή 25 Απριλίου στο δημαρχείο Κισάμου στις 6μ.μ.. Η είσοδος θα είναι 2 ευρώ. Στην είσοδο θα υπάρχει καλάθι διάθεσης αναλώσιμων φαρμακευτικών ειδών με σκοπό την ενίσχυση του Κέντρου Υγείας.

ΣΤΗΝ ΚΙΣΑΜΟ

Ετήσιο μνημόσυνο Ειρηναίου Γαλανάκη

Το ετήσιο μνημόσυνο για τον Μητροπολίτη τέως Κισάμου και Σελίνου Ειρηνάιο Γαλανάκη θα τελεστεί την Κυριακή 27 Απριλίου στην Κίσαμο.

Τις ώρες από 7π.μ. έως 11π.μ. θα ψαλεί ο Ορθρος και Πολυαρχιερατική Θεία Λειτουργία στον Ιερό Μητροπολιτικό Ναό Ευαγγελισμού της Θεοτόκου Κισάμου και θα τελεστεί το μνημόσυνο προεξάρχοντος του Σεβ. Αρχιεπισκόπου Κρήτης κ. Ειρηναίου.

ΣΤΗΝ ΚΑΛΗΔΟΝΙΑ

Αποκαλυπτήρια μνημείου Ζαχαρία Ραφαήλ Καραντωνάκη

Τελετή αποκαλυπτηρίων μνημείου αφιερωμένου στη μνήμη του Ζαχαρία - Ραφαήλ Καραντωνάκη θα πραγματοποιηθεί τη Δευτέρα 21 Απριλίου στις 6 το απόγευμα στον αύλειο χώρο του πρώην Δημοτικού Σχολείου της Τ.Κ. Καληδωνίας. Την εκδήλωση διοργανώνει ο Δήμος Πλατανιά και ο Πολιτιστικός Σύλλογος Καληδωνίας.

ΣΤΗΝ 5η ΜΕΡΑΡΧΙΑ

Εορτασμός Αγ. Γεωργίου

Ο επίσημος εορτασμός του Αγ. Γεωργίου προστάτη του Στρατού Ξηράς θα πραγματοποιηθεί την Τετάρτη 23 Απριλίου στις 12 το μεσημέρι, όπως αναφέρεται σε χθεσινή ανακοίνωση, στη Φρουρά Χανίων στην έδρα της 5ης Ταξιαρχίας Πεζικού (V Μερραρχία Κρήτων) στο στρατόπεδο: “Στεφανάκη” στον Βλητέ.

Το πρόγραμμα της τελετής περιλαμβάνει:

- 11:45π.μ.: Προσέλευση Προσκεκλημένων.
- 12μ.: Πέρας προσέλευσης Επισήμων.
- 12:10μ.: Δοξολογία.
- 12:20μ.: Ανάγνωση Ημερησίας Διαταγής κ. Αρχηγού ΓΕΣ.
- 12.25 μ.μ.: Κατάθεση στεφάνου στο Ηρώο Πεσόντων του Στρατοπέδου από 5ης ΤΑΞΙΑΡΧΙΑΣ ΠΕΖΙΚΟΥ “V ΜΕΡΑΡΧΙΑΣ ΚΡΗΤΩΝ”, ταξίαρχο Δημήτριο Κωτσιόπουλο.
- 12.30 μ.μ.: Περιήγηση στην έκθεση οπλισμού Μονάδων Φρουράς Χανίων.
- 12:45μ.: Παράθεση Καφέ.

ΣΤΟ ΡΕΘΥΜΝΟ

Επίσης, όπως ανακοινώθηκε, την Τετάρτη 23 Απριλίου στις 11 το πρωί θα τελεστεί και στο στρατόπεδο: “Θεοδωράκη” στο Ρέθυμνο, ο εορτασμός του Αγίου Γεωργίου.

ΣΤΗΝ ΑΠΤΕΡΑ

Εικαστική έκθεση της Μαρίας Ορφανουδάκη

Εικαστική έκθεση της Μαρίας Ορφανουδάκη πραγματοποιείται στο Εργαστήρι Ειρήνης που η ίδια έχει δημιουργήσει στην Απτέρα.

Το Εργαστήρι είναι ανοικτό κάθε μέρα εκτός Κυριακής, Δευτέρας και Τρίτης, από τις 7μ.μ. έως τις 11μ.μ. ή μετά από τηλεφωνική επικοινωνία στο 6943157029. Υπό την προστασία του Φιλολογικού Συλλόγου “Παρνασός”.



Maria Orfanoudaki

σερφ@ρίσματα

Της ΜΑΡΙΑΣ ΜΥΣΤΑΚΙΔΟΥ



Ρετρό παιχνίδια

www.retrocade.net

Ανακαλύψτε ένα site που είναι γεμάτο με παιχνίδια ρετρό, για να θυμηθείτε τα παλιά, αλλά και για να μάθουν οι νέοι αυτά που έπαιζαν οι... παλιοί. Θα ανακαλύψετε θησαυρούς που είχατε ξεχάσει, αλλά και παιχνίδια που πιθανώς να μην είχατε παίξει ποτέ. Αν σας αρέσουν τα διαδικτυακά παιχνίδια και συνηθίζετε να χαλαρώνετε παίζοντας στο ίντερνετ, τότε αυτό το site θα σας κάνει πολύ καλή συντροφιά. Υπάρχουν παιχνίδια δωρεάν και άλλα που θα χρειαστεί να γίνετε συνδρομητές αν θέλετε να παίξετε. Ωστόσο η γκάμα των δωρεάν παιχνιδιών δεν είναι καθόλου ευκαταφρόνητη...



Κάθε μέρα επιστήμη

www.sciencedaily.com

Για τους λάτρεις των επιστημονικών θεμάτων, αλλά και για εκείνους που θέλουν να είναι πάντα ενημερωμένοι σχετικά με το τί συμβαίνει στον κόσμο, αυτό το site είναι ιδανικό. Εδώ θα βρείτε τα περισσότερα επιστημονικά θέματα, εκθέσεις, αναλύσεις, έρευνες κ.λπ., όλα συγκεντρωμένα και κανονικοποιημένα για να μπορείτε να εντοπίζετε ευκολότερα όλα όσα σας ενδιαφέρουν περισσότερο. Υγεία και Ιατρική, Μυαλό και Εγκέφαλος, Διάστημα και Χρόνος, Υλη και Ενέργεια, Κομπιούτερ και Μαθηματικά, Ζώα και Φυτά, Γη και Κλίμα, είναι μερικές από τις κατηγορίες. Αν λοιπόν αγαπάτε τη γνώση και την επιστήμη, καθημερινά εδώ θα βρίσκετε πράγματα εξαιρετικά ενδιαφέροντα.



Για πιτσιρίκια!

www.poptropica.com

Αν δεν έχετε ακούσει ποτέ την www.poptropica.com στο παρελθόν, το πιθανότερο να είστε ενήλικες. Γιατί τα περισσότερα παιδιά, είτε έχουν μπει στον «μαγικό» ιστότοπο, είτε έχουν ακούσει για αυτόν και είναι απλά θέμα χρόνου να τον επισκεφθούν. Εδώ θα βρείτε έναν υπέροχο κόσμο όπου τα μικρά μπορούν να παίζουν να να διασκεδάσουν, να κάνουν δραστηριότητες, να ολοκληρώσουν κουίζ, να γνωρίσουν -αν θέλετε- άλλα παιδιά και να παίξουν online παρέα και πολλά πολλά ακόμα. Και φυσικά μπορείτε να επισκεφθείτε παρέα με το μικρό σας το site και να περάσετε μαζί στιγμές παιχνιδιού και χαλάρωσης. Καλή διασκέδαση.



Οι μαθητές του 5ου Γυμνασίου Χανίων στη Δημοτική Πινακοθήκη Χανίων.

ΣΤΗ ΔΗΜΟΤΙΚΗ ΠΙΝΑΚΟΘΗΚΗ ΧΑΝΙΩΝ

Μαθήματα “Ανθρωπομετρίας”

“Μαθήματα ανθρωπομετρίας” έκαναν οι μαθητές της Α΄ τάξης του 5ου Γυμνασίου Χανίων, οι οποίοι, στο πλαίσιο της βιωματικής δράσης με τίτλο «Αντιμετωπίζοντας το άγχος στην εφηβεία. Ο αγχολυτικός ρόλος της Τέχνης στο σχολείο μας. Μελέτη περιπτώσεων στη Μουσική και στη Ζωγραφική», πραγματοποίησαν επίσκεψη στη Δημοτική Πινακοθήκη Χανίων. Η βιωματική δράση εντάσσεται στο επιστημονικό πεδίο «Σχολική και κοινωνική ζωή».



Ο Δημήτρης Ανδρεαδάκης, η δ/τρια του 5ου Γυμνασίου Χανίων, Ρουμπίνη - Μαρία Πιμπλή και οι καθηγήτριες Αλεξάνδρα Κουρουτάκη (υπεύθυνη της δράσης) και Ιωάννα Δημητρούλακου.

ατά την επίσκεψή τους στη Δημοτική Πινακοθήκη, όπου πραγματοποιείται η έκθεση “Ανθρωπομετρίες”, οι μαθητές είχαν την ευκαιρία να γνωρίσουν έργα του εικαστικού Δημήτρη Ανδρεαδάκη. Η αναδρομική αυτή έκθεση περιλαμβάνει πορτρέτα και μορφές στον χώρο και αποτυπώνει την προσωπική ματιά του καλλιτέχνη για τον άνθρωπο.

Όπως ανακοίνωσε το σχολείο, σε πολύ εγκάρδιο κλίμα, οι μαθητές πραγματοποίησαν συνέντευξη που τους έδωσε τη δυνατότητα να γνωρίσουν καλύτερα τον άνθρωπο και καλλιτέχνη Δημήτρη Ανδρεαδάκη. Αρχικά, τα παιδιά ζήτησαν τη γνώμη του εικαστικού για τον αγχολυτικό ρόλο της τέχνης. Σύμφωνα με τον δημιουργό, «κάθε ανθρώπινη δημιουργική πράξη η οποία επίσης κερδίζει το ενδιαφέρον του άλλου, μας επιτρέπει να αντιμετωπίζουμε τις στρεσογόνες καταστάσεις της ζωής. Η ζωγραφική είναι μια από αυτές τις δραστηριότητες που μας βοηθά να εκφραστούμε, να ξεπεράσουμε το άγχος, αλλά και μας προσφέρει βαθιά ικανοποίηση».

Ο ζωγράφος ερωτώμενος, μίλησε για τις σπουδές του, αλλά και τον γενέθλιο τόπο του, τα Χανιά. Εδώ γεννήθηκε και μεγάλωσε και ο τόπος αυτός απεικονίζεται σε αρκετά από τα έργα του. Σπούδασε ζωγραφική στην Αθήνα, αργότερα πραγματοποίησε μεταπτυχιακές σπουδές στη σχολή καλών τεχνών στο Παρίσι. Σήμερα ζει και εργάζεται ως ζωγράφος, αλλά και ακαδημαϊκός δάσκαλος στο Πολυτεχνείο Κρήτης, στην Αρχιτεκτονική σχολή.

Όπως χαρακτηριστικά επεσήμανε ο κ. Δημήτρης Ανδρεαδάκης, το θέμα της έκθεσης «Ανθρωπομετρίες» επιλέχθηκε γιατί ακριβώς ανταποκρίνεται στην πρόθεσή του να αποδώσει τον άνθρωπο, το πρόσωπο και το σώμα του, σε όλες τις εκδοχές του. Όπως τόνισε ο καλλιτέχνης «Για τον άνθρωπο, μέτρο για τα πάντα είναι ο ίδιος του ο εαυτός. Αυτή η αυτόματη λειτουργία με οδήγησε στην απόφαση να ζωγραφίσω ανθρώπινες μορφές. Όταν ζωγραφίζω έναν άνθρωπο αυτό με καθλώνει και με βοηθάει να προχωρήσω στη ζωγραφική μου, χωρίς να ελέγχει τα πάντα η λογική μου». Τέλος, σε σχέση με τα μοντέλα που απεικονίζονται στα πορτρέτα του, ο καλλιτέχνης δήλωσε: «Η ομορφιά και η αλήθεια είναι υποκειμενικές έννοιες και αυτό που κάνω είναι να τις υποστηρίζω με τη ζωγραφική».

Στη συνέχεια, οι μαθητές κατέγραψαν σε φύλλα εργασίας τις εντυπώσεις τους από την έκθεση «Ανθρωπομετρίες». Όπως είπε η μαθήτρια Ναταλία - Λυδία Παπαδαντωνάκη, «από την έκθεση “Ανθρωπομετρίες” έχουμε πολύ καλές εντυπώσεις. Οι φιγούρες απηχούσαν πολύ έντονα τα συναισθήματα των προσώπων. Μάλιστα σε όλα τα έργα φαί-

νεται η αγάπη και η αφοσίωση που νιώθει ο καλλιτέχνης για την τέχνη του».

Η συμμαθήτριά της Κωνσταντίνα Χωραφάκη επεσήμανε τη ζωντάνια των μορφών. «Μάθαμε ότι όλοι οι άνθρωποι συγκρίνουν τον εαυτό τους με ό,τι βλέπουν και έτσι βγάζουν συμπεράσματα», τόνισε η μαθήτρια Χρύσα Πετράκη, ενώ η Χριστίνα Φιωτάκη έδωσε έμφαση στην εκφραστική δύναμη της τέχνης: «Συνειδητοποιήσαμε ότι η ζωγραφική μπορεί να λειτουργήσει αποτελεσματικά ως μέσο έκφρασης».

Οι μαθητές κλήθηκαν να παρατηρήσουν και να σχολιάσουν αναλυτικότερα τα πορτρέτα και τις φιγούρες στα έργα του Δ. Ανδρεαδάκη. Τα συμπεράσματά τους ήταν τα ακόλουθα: «Το βλέμμα είναι το ιδιαίτερο χαρακτηριστικό όλων των μορφών. Στο βλέμμα αντανακλά ο ψυχικός κόσμος και οι σκέψεις των ανθρώπων που απεικονίζονται στα έργα. Οι εκφράσεις στα πορτρέτα δείχνουν τον συλλογισμό, τον σκεπτικισμό και τον διάλογο που έχει το μοντέλο με τον εσωτερικό του κόσμο. Σε κάθε έργο αποκαλύπτεται η προσωπικότητα και τα συναισθήματα των μορφών», τόνισε η μαθήτρια Χριστίνα Φιωτάκη.

«Οι στάσεις των μορφών είναι ποικίλες. Πολλές φιγούρες απεικονίζονται γυμνές και άλλες ξαπλωμένες. Οι χειρονομίες τους είναι ιδιαίτερες και πολύ φυσικές», διαπίστωσε η μαθήτρια Ναταλία - Λυδία Παπαδαντωνάκη. Σύμφωνα με τη Χρύσα Πετράκη «οι χειρονομίες ήταν ανάλογες με τα συναισθήματα που ήθελαν να εκφράσουν οι μορφές και αυτές προκαλούσαν το έντονο ενδιαφέρον μας».

Κοινή διαπίστωση ήταν πως όλα τα έργα της έκθεσης αποτελούν μια προσωπική αφήγηση του ζωγράφου καθώς φανερώνουν πως βλέπει και πως αντιλαμβάνεται ο καλλιτέχνης τον κόσμο και τους ανθρώπους: «Οι μορφές αποκαλύπτουν τον εσωτερικό κόσμο της φιγούρας, αλλά και του ίδιου του καλλιτέχνη», τόνισε συμπερασματικά η Ναταλία - Λυδία Παπαδαντωνάκη.

Στη βιωματική δράση συμμετέχουν 45 μαθητές από τα πέντε τμήματα της Α΄ Γυμνασίου, του 5ου Γυμνασίου Χανίων. Υπεύθυνη είναι η καθηγήτρια Αλεξάνδρα Κουρουτάκη. Στην ιστοσελίδα του σχολείου <http://5gym-chanion.chan.sch.gr/> έχουν αναρτηθεί πληροφορίες για τις δράσεις που υλοποιήθηκαν στα πλαίσια του Project: δύο βιωματικά εργαστήρια με θέμα τη ζωγραφική αλλά και ένα video clip με θέμα «Μεσόγειος, η θάλασσα της καρδιάς μας», όπου οι στίχοι, η μελοποίηση, η ερμηνεία και η σκηνοθεσία είναι πρωτότυπο έργο των μαθητών του σχολείου.

ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΒΙΒΛΙΟΥ ΣΤΗ ΔΗΜΟΤΙΚΗ ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ

“Κρήτη - Τουρκοκρητικοί, η ομορφιά της μνήμης”

Το βιβλίο “Κρήτη - Τουρκοκρητικοί, η ομορφιά της μνήμης”, θα παρουσιάσουν ο Δήμος Χανίων, το Κέντρο Μικρασιατικών και Ποντιακών Ερευνών και οι εκδόσεις “Ερεισμα” την Τετάρτη 23 Απριλίου, στις 8μ.μ., στη Δημοτική Βιβλιοθήκη. Την παρουσίαση θα κάνουν ο εκδότης και ιστορικός ερευνητής Χρήστος Μαχαιρίδης και η φιλόλογος Ρούλα Βουράκη.

Όπως αναφέρεται σε σχετική ανακοίνωση, το βιβλίο εκδόθηκε για πρώτη φορά στην Κωνσταντινούπολη το 2007, από το Ίδρυμα Ανταλλαγέντων Λωζάννης, με εισαγωγή και επιμέλεια της Μουφιντέ Πεκίν και κυκλοφορεί στα ελληνικά από τις εκδόσεις ΕΡΕΙΣΜΑ σε μετάφραση του Θανάση Τσίμμη. Την εκδήλωση θα τιμήσουν με την παρουσία τους ο γενικός



γραμματέας του Ιδρύματος Σεφέρ Γκιουβέντς και αντιπροσωπία Τουρκοκρητικών. Μετά την παρουσίαση του βιβλίου θα προβληθεί οπτικοακουστικό υλικό από τη θεματολογία του βιβλίου το οποίο σε μορφή DVD συνοδεύει την έκδοση και οπτικοποιεί την ομορφιά της μνήμης.

Τη Δευτέρα 28 Απριλίου το βιβλίο θα παρουσιαστεί στον Σύλλογο Κωνσταντινουπολιτών στην Καλλιθέα, Δημοσθένους 117, στις 7 μ.μ., από τον Χρήστο

Μαχαιρίδη και τον Γιώργο Λιμαντζάκη, τουρκολόγο και ιστορικό.

Την Παρασκευή 9 Μαΐου το βιβλίο θα παρουσιαστεί στην Κωνσταντινούπολη, στο Σιμανόγλειο Μέγαρο του Γενικού Προξενείου της Ελλάδος (Istiklal Caddesi No 60), στις 7μ.μ. από τον καθηγητή φιλολογίας Τζεβάτ Τσαπάν και τον Χρήστο Μαχαιρίδη.

ΜΑΘΗΤΙΚΟΣ ΔΙΑΓΩΝΙΣΜΟΣ

“Ιστορικές μαρτυρίες για τη Μάχη της Κρήτης”

Σε εξέλιξη βρίσκεται από το Γ.Α.Κ. - Ιστορικό Αρχείο Κρήτης μαθητικός διαγωνισμός καταγραφής ιστορικών μαρτυριών για τη Μάχη της Κρήτης το 1941, την καθημερινή ζωή και την αντίσταση του Κρητικού Λαού την περίοδο 1941 - 45.

Τα απομαγνητοφωνημένα κείμενα των μαρτυριών για τον εφετνό Διαγωνισμό, συνοδευόμενα CD/ROM που θα περιέχει τη συνέντευξη σε ήχο ή και σε εικόνα θα παραδίδονται ή θα αποστέλλονται στο Ιστορικό Αρχείο Κρήτης (Ιωάννου Σφακιανάκη 20, 73134 Χανιά) έως τις 30-4-14 (με σφραγίδα ταχυδρομείου). Στους νικητές που Διαγωνισμού θα επιδοθεί τιμητικό δίπλωμα και βιβλίο.

Όπως αναφέρεται σε πρόσφατη ανακοίνωση του Ιστορικού Αρχείου Κρήτης για τον σκοπό του διαγωνισμού, «συγκροτείται επταμελής Επιτροπή αξιολόγησης των μαθητικών εργασιών αποτελούμενη από έναν εκπρόσωπο της Περιφερειακής Ενότητας Χανίων, έναν της Α/θμιας Εκπαίδευσης, έναν της Β/θμιας Εκπαίδευσης, έναν του Συνδέσμου Φιλολόγων Χανίων, τους δύο Σχολικούς Συμβούλους των Φιλολόγων και έναν εκπρόσωπο του Ιστορικού Αρχείου Κρήτης. Οι τρεις καλύτερες μαρτυρίες, που θα επιλεγούν

από κάθε κατηγορία, δηλαδή α) μαθητές δημοτικού, β) μαθητές γυμνασίου, γ) μαθητές λυκείου θα βραβευτούν σε ειδική εκδήλωση, που θα ενταχθεί στο επίσημο πρόγραμμα των εκδηλώσεων για τη Μάχη της Κρήτης.

Δίδεται η ευκαιρία στους μαθητές με το κίνητρο της ευγενούς άμιλλας να συλλέξουν μαρτυρίες από ανθρώπους που έζησαν εκείνη την εποχή και μ' αυτόν τον τρόπο και να γνωρίσουν δημιουργικά και ενδελεχώς εκείνη την ιστορική περίοδο. Οι εργασίες των μαθητών θα φανερώσουν πόσο μεθοδικά είνουν οργανώσει τις συνεντεύξεις τους, ώστε να φέρουν το καλύτερο αποτέλεσμα. Τα κείμενα που θα υποβληθούν στον διαγωνισμό καμία σχέση δεν πρέπει να έχουν με τις λογοτεχνικές μαρτυρίες, το λογοτεχνικό διήγημα ή τη λογοτεχνική μυθοπλασία. Πριν από κάθε κείμενο - μαρτυρία θα πρέπει απαραίτητα να αναγράφονται σε ξεχωριστή σελίδα το ονοματεπώνυμο του αφηγητή ή της αφηγήτριας που έδωσε τη μαρτυρία, η ημερομηνία και ο τόπος γέννησής του/της, η διεύθυνση κατοικίας του/της, η οικογενειακή του/της κατάσταση, η ημερομηνία διεξαγωγής της συνέντευξης και αν είναι εφικτό η μαρτυρία να συνοδεύεται με φωτογραφία του πληροφορητή».

ΕΩΣ ΤΙΣ 20 ΑΥΓΟΥΣΤΟΥ 2014

Υποβολή εργασιών για το “Εν Χανίοις”

Την έκδοση του 8ου τόμου του “Εν Χανίοις” μέσα στο 2014 ενέκρινε το δημοτικό συμβούλιο Χανίων και όρισε τη Συντακτική Επιτροπή και την Επιμελήτρια της έκδοσης.

Οι εργασίες που θα περιληφθούν στο “Εν Χανίοις” θα πρέπει να είναι πρωτότυπες και μη δημοσιευμένες σε οποιοδήποτε έντυπο ή ηλεκτρονικό μέσο, να αναφέρονται στην Ιστορία, Ανθρωπιστικές Επιστήμες, Τέχνες και Λαογραφία της Κρήτης γενικά, και των Χανίων ειδικότερα, και να είναι βιβλιογραφικά πλήρως τεκμηριωμένες. Τα κείμενα θα πρέπει να υποβληθούν αποκλειστικά σε ηλεκτρονική μορφή (cd) και σε μια εκτύπωση, να είναι γραμμένα σε γραμματοσειρά New Times Roman 12 στίγμων, με 1,5 διάστιχο και σε έκταση το πολύ έως 20 σελίδες μεγέθους Α4 (επιπλέον 5 σελίδες για το οπτικό υλικό, σημειώσεις, παραπομπές, πηγές και βιβλιογραφία).

Προσκαλούνται οι ενδιαφερόμενοι συγγραφείς να παραδώσουν ή να αποστείλουν τις εργασίες τους για δημοσίευση στον τόμο, στο γραφείο της προϊσταμένης της Δημοτικής Βιβλιοθήκης Χανίων, με την ένδειξη “Για την έκδοση Εν Χανίοις 2014”, ή στην ηλεκτρονική διεύθυνση της Επιμελήτριας έκδοσης kallistii@yahoo.gr το αργότερο έως τις 20 Αυγούστου 2014. Σημειώνεται ότι δεν είναι δυνατόν να δοθεί παράταση χρόνου για την υποβολή των κειμένων και εργασίες που θα παραληφθούν μετά την ημερομηνία αυτή δεν θα γίνουν δεκτές. Τα κείμενα θα τεθούν υπ' όψη της Συντακτικής Επιτροπής, η οποία και αποφασίζει για τη δημοσίευσή τους. Η υποβολή εργασίας συνεπάγεται και την αποδοχή των αποφάσεων της Επιτροπής, οι οποίες είναι τελεσίδικες. Εργασίες, δημοσιεύσιμες ή μη, δεν επιστρέφονται.

Βιβλία

Ο φερετζές και το πηλήκιο

Το πολιτικό μυθιστόρημα της ελληνικής τηλεόρασης

Πάυλος Τσίμας

Εκδότης: Μεταίχμιο

Στη μεταπολεμική Ελλάδα, από ένα καπρίτσιο της Ιστορίας, η τηλεόραση ήταν πάντοτε ένα πεδίο που γεννούσε πολιτικές κρίσεις. Η τηλεόραση στην Ελλάδα γεννήθηκε με καισαρική μετά από έναν μακρύ και επώδυνο τοκετό. Αλλά γιατί; Γιατί χρειάστηκαν 30 περίπου χρόνια από την πρώτη συστηματική εκπομπή τηλεοπτικού σήματος στη Βρετανία μέχρι το νέο μέσο να εμφανιστεί και στην Ελλάδα; Την ιστορία, τις διακυμάνσεις και τις στροφές αυτής της μακράς και περιπετειώδους σχέσης τηλεόρασης και πολιτικής στην Ελλάδα, προσπάθησα να καταγράψω.

Ξεκίνησα πριν από χρόνια να συλλέγω υλικό, από περιέργεια, να προσπαθώ να βρω μια εξήγηση στο μυστήριο... Αλλά καθώς συγκέντρωνα, σιγά - σιγά, τις ψηφίδες του υλικού, άρχισα να νιώθω ότι αυτό που ξεδιπλωνόταν εμπρός στα μάτια μου ήταν ένα συναρπαστικό - νομίζω, πάντως σίγουρα αποκαλυπτικό - πολιτικό μυθιστόρημα.

Ο μαύρος άγγελος

Αντόνιο Ταμπούκι

Εκδότης: Άγρα

«Οι άγγελοι είναι απαιτητικά όντα, ιδιαίτερα εκείνα της ράτσας που το βιβλίο αυτό πραγματεύεται. Δεν έχουν απαλά πούπουλα, έχουν ένα τρίχωμα, που σιμ-πάει», γράφει στο σύντομο σημείωμα με το οποίο προλογίζει τον Μαύρο άγ-γελο ο Αντόνιο Ταμπούκι. Ο ίδιος αγαπούσε ιδιαίτερα αυτές τις έξι “μαύρες”, σχεδόν γοθτικές ιστορίες, με τους παράξενους τίτλους και τα φαντάσματα που τις κα-



τοικούν, ίσως επειδή ορισμένα από τα θέματα που περισσότερο απασχόλησαν τη λογοτεχνία του -το παρελθόν που επιστρέφει πάντα ακάλεστο, οι ενοχές που βασανίζουν αλλά δεν διορθώνουν ποτέ τίποτα, η επίμονη δύναμη των ανομολόγητων επιθυμιών, η σκοτεινή παρουσία ενός πανταχού παρόντος κακού, η διπλή όψη των πραγμάτων, το αζεδιάλυτο μυστήριο της ανθρώπινης ύπαρξης, η απροσδιόριστη μαγεία της ποίησης- εδώ δίνονται με μια διάχυτη απαισιοδοξία αλλά και μια μυστηριώδη δύναμη και ομορφιά, από αυτές που μόνο η μεγάλη λογοτεχνία μπορεί να προσφέρει.

Ιστορίες Βιβλίων

Συλλογικό έργο

Εκδότης: Καστανιώτης

Ενα προς ένα τα διηγήματα αυτού του τόμου -είκοσι τέσσερα στον αριθμό, όσα και τα γράμματα της ελληνικής αλφαβήτου- ανιχνεύουν τις διαφορετικές εκφράσεις της συνύπαρξής μας με τα βιβλία, διερευνούν τις αλληλεπιδράσεις της χάρτινης και της σάρκινης ζωής, τα σημεία εκείνα όπου ενώνεται η ανθρώπινη πράξη με την αναγνωστική εμπειρία. Είκοσι τέσσερις Έλληνες συγγραφείς μάς αποκαλύπτουν

ένα απολαυστικό βιβλιοφιλικό πανόραμα, μας ξεναγούν σε ένα βιβλίο για τα βιβλία και μας μυούν στα μυστικά και στην τέρψη της ανάγνωσης. Λευτέρης Γιαννακουδάκης, Ελένη Γκίκα, Αλέξανδρος Γραμματικός, Σταμάτης Δαγδελένης, Ελπιδοφόρος Ιντζέμπελης, Στέργια Κάββαλου, Μαρία Καρδάτου, Κατερίνα Καριζώνη, Μαρία Κέντρου - Αγαθοπούλου, Μαρία Κουγιουμτζή, Νίκος Κουνενής, Ελενα Μαρούτσου, Βαγγέλης Μπέκας, Μαρία Ξυλούρη, Ευθύμιος Γ. Σακκάς, Θανάσης Σκρουμπέλος, Αλέξης Β. Σταυράτης, Κωνσταντίνα Τασσοπούλου, Βάσια Τζανακάρη, Γιάννης Φαρσάρης, Φίλιππος Φιλίππου, Δημήτρης Χατζηκωνσταντίνου, Σπήλιος Χριστόπουλος, Νίκος Χρυσός.

Ματωμένη

μαργαρίτα

Kristina Ohlsson

Εκδότης: Μεταίχμιο

Μια έφηβη πέφτει θύμα επίθεσης και βιασμού την παραμονή της Γιορτής του Μεσοκαλοκαιριού. Δεκαπέντε χρόνια μετά, ένας άντρας σκοτώνεται σε τροχαίο και τον εγκαταλείπουν στο οδόστρωμα. Δεν έχει πάνω του κανένα στοιχείο ταυτότητας, κανείς δεν τον δηλώνει αγνοούμενο ούτε καταζητείται



από την αστυνομία. Ταυτόχρονα ένας παπάς και η γυναίκα του βρίσκονται νεκροί - προφανώς είναι αυτοκτονία. Η Φριεντρίκα Μπέργκιμαν, μαζί με την ομάδα του Αλεξ Ρεστ, αναλαμβάνουν τις φαινομενικά ασύνδετες μεταξύ τους υποθέσεις.

Οι έρευνες οδηγούν σε ένα δίκτυο δουλεμπορίου που φτάνει ως την Μπανγκόκ.

Καθώς ο αστυνομία ξεσκεπάζει την υποκρισία που καλύπτει τη λειτουργία του δικτύου, θα βρει ίχνη που οδηγούν σ' ένα έγκλημα της δεκαετίας του 1980 που δεν καταγγέλθηκε ποτέ...

ΕΛΕΝΗ
ΦΟΥΝΤΟΥΛΑΚΗ

Το αληθινό μήνυμα της “Ανάστασης”, της Αναγέννησης, μέσα από τις προσωπικές τους ιστορίες, μεταφέρουν στις “διαδρομές” του Μ. Σαββάτου, τρεις άνθρωποι που μιλούν για τη δύναμη της θέλησης και της πίστης. Είτε πρόκειται για τη σκληρή μάχη με τον καρκίνο, τα ναρκωτικά ή τα αποκαϊδία μιας καταστροφικής φωτιάς, οι τρεις πρωταγωνιστές των ιστοριών μας διηγούνται πώς μέσα από τον δικό τους “Γολγοθά” κατάφεραν να βγουν νικητές, κρατώντας ισχυρό το μήνυμα της ελπίδας και της ζωής.

Η δύναμη της θέλησης

Η ιστορία του 34χρονου Στέλιου Καραντινάκη που σπουδάζει στα Χανιά ξεκινάει πριν δέκα χρόνια κάπου στη νότια Κρήτη. Τα οικογενειακά προβλήματα στη δύσκολη εφηβεία με την ευαισθησία που χαρακτηρίζει αυτήν την ηλικία, οδηγούν τον 15χρονο Στέλιο τότε, ο οποίος πήγαινε στην Α' Λυκείου, να μπει στον “σκληρό” κόσμο των ναρκωτικών. «Όποιος γίνεται χρήστης ναρκωτικών, δεν σπκώνεται μια μέρα και λέει “σήμερα θα πιω ναρκωτικά”, κάποια πράγματα τον οδηγούν μέχρι εκεί. Έτσι έγινε και με μένα. Όταν κάποιος στο περιβάλλον που ζει είναι ευαίσθητος σε κάποια πράγματα και δεν του αρέσει αυτό που περνάει, ψάχνει τρόπους να κάνει την επανάστασή του, να αντιδράσει, να φύγει. Και όταν έρθουν τα ναρκωτικά κάποια στιγμή, εκείνος είναι ευάλωτος να πει όχι. Για άλλους είναι και ένας τρόπος να τραβήξουν το ενδιαφέρον ή ένας τρόπος να μην σκέφτονται τίποτα. Βέβαια όλα αυτά είναι παραμύθια που σου πουλάνε: ότι δήθεν τα ναρκωτικά σε βοηθάνε να έχεις αυτοπεποίθηση, να μπορείς να αντιμετωπίσεις κάποια πράγματα, ότι όλα θα είναι καλύτερα στη ζωή σου», μας λέει.

“Πέφτοντας” στη δίνη των ναρκωτικών, το χασίς ήταν μόνο αρχή. Στη συνέχεια ήρθαν η κοκαΐνη, τα παραισθησιογόνα χάπια, κι έπειτα η ηρωίνη που κράτησε για δέκα χρόνια, από το 2001 μέχρι το 2011. «Στην αρχή όλα ξεκινάνε με όμορφο συναίσθημα, έτσι σε κάνουν να πιστεύεις. Σε αυτά τα δέκα χρόνια χρήσης υπάρχουν πολλά πράγματα άσχημα τα οποία έζησα, όμως δεν θέλω να τα ξεχάσω, ήταν ένα “μάθημα ζωής”. Οι δυσκολες στιγμές ήταν πάρα πολλές. Οι πιο έντονες ήταν όταν θέλεις να σηκωθείς από το κρεβάτι και δεν μπορείς γιατί νιώθεις πόνους, νιώθεις άρρωστος, αν δεν πεις ναρκωτικά δεν μπορείς να κάνεις τίποτα. Τα λεφτά που κερδίζεις από τη δουλειά σου, τα “τρως” όλα εκεί. Όταν η απόγνωση του να θες να πάρεις ναρκωτικά σε οδηγεί να κλέψεις ή να πάρεις χρήματα πουλώντας ένα παραμύθι. Αυτό όμως που με ταρακούνησε περισσότερο ήταν όταν λόγω ναρκωτικών βρέθηκα στη φυλακή... εκεί έμεινα για δεκαπέντε μήνες μέχρι να γίνει το δικαστήριο. Φόβος, ανασφάλεια, οργή ήταν τα συναισθήματα εκείνης της περιόδου...».

ΤΟ ΚΕΘΕΑ

Μέσα από τη φυλακή ο Στέλιος έρχεται σε επαφή με το Κέντρο Θεραπείας Εξαρτημένων Ατόμων ΚΕΘΕΑ, μπαίνει στις ομάδες του Προγράμματος, παρακολουθεί τις δράσεις και μετά από δεκατέσσερις μήνες καταφέρνει να ολοκληρώσει την κύρια φάση της θεραπείας. «Εαν δεν γνώριζα το ΚΕΘΕΑ, θα είχα χάσει τη ζωή μου. Τώρα έχω περάσει στη β' φάση, έχοντας τελειώσει την Κοινότητα. Πάντα με δυσκόλευε να νιώθω πράγματα και να “ακουμπάω” το συναίσθημά μου, στο ΚΕΘΕΑ οι σύμβουλοι με βοήθησαν μέσα από ψυχολογικές δοκιμασίες να το αντιμετωπίσω και να μην το αποφεύγω. Δεν θα ξεχάσω ποτέ το θεραπευτικό κομμάτι “της λάντζας” που με έφερε αντιμέτωπο με τον ίδιο μου τον εαυτό. Αυτό ήταν το πιο δύσκολο, που με ταρακούνησε, με έκανε να θυμώσω, να απογορευτώ, σε στιγμές έντασης, να θέλω να κλάψω... Αυτό κράτησε για μέρες... Επρεπε να κοιτάξω τον εαυτό μου στον καθρέπτη. Κι αυτό ήταν το πιο δύσκολο. Είχα δοκιμάσει πολλούς τρόπους να ξεφύγω από τα ναρκωτικά και μόνος μου, αλλά το ΚΕΘΕΑ υπήρξε καθοριστικός παράγοντας» ανέφερε ο Στέλιος.

Μέσα στους 35 μήνες που ο Στέλιος μετρά μακριά από τα ναρκωτικά, θέλησε να δώσει μια ακόμη μάχη, και να εκπληρώσει ένα όνειρο που είχε μείνει ανεκπλήρωτο: να τελειώσει το σχολείο και να δώσει πανελλήνιες εξετάσεις. «Για δύο χρόνια έμενα από απουσίες! Μπαίνοντας στο πρόγραμμα του ΚΕΘΕΑ παρακολούθησα το σχολείο, τελείωσα τη Β' Λυκείου με την παρότρυνση των εκπαιδευτικών συμβούλων που μας έλεγαν ότι εάν θες πραγματικά να αλλάξεις, χρειάζεται και γνώση. Έτσι τελειώνοντας την Κοινότητα, αποφάσισα να πάω στο νυχτερινό Λύκειο και να τελειώσω τη Γ' Λυκείου. Δούλευα το πρωί και σχολούσα στις τέσσερις το μεσημέρι. Και αμέσως μετά, πήγαινα και παρακολουθούσα τα μαθήματα του νυχτερινού Λυκείου».

Δίνει Πανελλήνιες και καταφέρνει να περάσει Μηχανικός Περιβάλλοντος στο Τμήμα Ορυκτών Πόρων και Περιβάλλοντος, στο ΤΕΙ στα Χανιά. Σήμερα βρίσκεται στο β' εξάμηνο των σπουδών του. Παράλληλα ψάχνει να βρει και μια δουλειά. Σε μια προσπάθεια να προσφέρει, ο Στέλιος το τελευταίο διάστημα γράφτηκε και ως εθελοντής στους Γιατρούς του Κόσμου. «Για να κυνηγήσεις τα όνειρα σου, χρειάζεται θέληση, γνώση και συνεχής προσπάθεια» μας λέει.

Τον ρωτάμε ποια είναι τα όνειρα του για το μέλλον: «το πιο τρελό μου όνειρο είναι να ταξιδέψω σε όλον τον κόσμο και να φτάσω μέχρι την Ανταρκτική. Αφού τελειώσω φυσικά τη Σχολή μου, γιατί μέσα από εκεί, ακολουθούνται όλα μου τα όνειρα. Θέλω να κάνω ταξίδια, θέλω να κάνω οικογένεια, θέλω να μείνω “καθαρός”. Πολλά είναι αυτά που θέλω. Η ζωή είναι ωραία, με τα καλά και τα κακά της. Το θέμα είναι πού επιλέγει ο καθένας να μένει. Και ο καθένας πρέπει να αναζητήσει τη δύναμη μέσα του».

ΜΕΣΑ ΑΠΟ ΠΡΟΣΩΠΙΚΕΣ ΙΣΤΟΡΙΕΣ ΤΡΙΩΝ ΑΝΘΡΩΠΩΝ

Μήνυμα ζωής



«Η ζωή είναι ωραία, με τα καλά και τα κακά της. Το θέμα είναι πού επιλέγει ο καθένας να μένει. Και ο καθένας πρέπει να αναζητήσει τη δύναμη μέσα του» μας λέει ο Στέλιος Καραντινάκης.

Το θαύμα της ζωής

Σαν ένα... θαύμα μοιάζει η ιστορία της δύσκολης περιπέτειας υγείας που έζησε πριν λίγα χρόνια η Μαρία Ζουμπουλάκη, από το γειτονικό Ρέθυμνο, η οποία μας διηγείται πώς από μια λάθος ιατρική διάγνωση όταν ήταν έγκυος στον 6ο μήνα, ανακάλυψε ότι βρίσκεται στο τελευταίο στάδιο λεμφώματος (μορφή καρκίνου), τη μεταμόσχευση μυελού των οστών και την μάχη με τη δύσκολη νόσο που ακολούθησε, κρατώντας την μακριά από το νεογέννητο παιδί της για 1,5 χρόνο... μέχρι να βγει νικήτρια της ζωής. «Είχα πάρα πολλούς λόγους να παλέψω για να ζήσω και αυτό έκανα και θα συνεχίσω να κάνω μέχρι τα βαθιά μου γεράματα! Να ζω!» τονίζει καθώς μας λέει τη δική της, ιδιαίτερη ιστορία...

«Όλα ξεκίνησαν στα μέσα του 8ου μήνα της κύησης μου. Υπήρξε μια έντονη διόγκωση των μαστών και μετά από προτροπή των γιατρών του Γ.Ν.Ρ. απευθύνθηκα στο ΠΕΠΑΓΝΗ όπου λανθασμένα διέγνωσαν μαστίτιδα. Ένωθα να με κυριεύει ο φόβος γιατί διαισθανόμουν ότι ήταν κάτι πολύ πιο σοβαρό. Γεννήθηκε το μωρό αρχές του 8ου μήνα υγιέστατο αν και χρειάστηκε να μπει στη μονάδα νεογνών για προληπτικούς λόγους. Παίρνοντας εξιτήριο από το ΠΕΠΑΓΝΗ, η διόγκωση συνεχιζόταν, το ίδιο και οι αφόρητοι πόνοι. Περνούσαν οι μέρες και έφτασε η στιγμή να σαραντίσω το μωρό μου. Εκείνη ήταν η μέρα που καθόρισε τη συνέχεια της ζωής μου. Τηλεφώνησε στη μητέρα μου ένας γνωστός μας γιατρός ο οποίος της είπε αν θα μπορούσε να με δει γιατί είχε μάθει για την κατάστασή μου. Και έτσι έγινε, ήρθε με είδε και της είπε να φύγουμε άμεσα στην Αθήνα γιατί έχουν πραγματικά πολύ άρρωστη».

«Πηγαίνοντας στην Αθήνα και βλέποντας οι γιατροί την εξαιρετικά δύσκολη κατάσταση της υγείας μου, εξήγησαν στους γονείς μου ότι έπασχα από λέμφωμα στο τελευταίο στάδιο και ότι είχαμε αργήσει πολύ να πάμε. Ήταν θέμα ημερών να συμβεί το μοιραίο και θα ήταν προτιμότερο να με πάρουν σπίτι γιατί δεν υπήρχε ελπίδα. Το ίδιο βράδυ ο πατέρας μου μαζί με το σύζυγο μου, πήγαν στο μοναστήρι του Αγίου Εφραίμ στη Νέα Μάκρη. Εμειναν εκεί έξω όλο το βράδυ και παρακαλούσαν για ένα σημάδι. Και το όνειρο του πατέρα μου το έλεγε καθαρά "Θέλεις να έρθω σαν γιατρός; Θα έρθω! Μην στεναχωριέσαι η κόρη σου θα γίνει καλά!". Την επομένη το πρωί και πριν επιστρέψουν από το μοναστήρι, με επισκέφθηκε κάποιος γιατρός που δεν είχαμε ξαναδεί και μου είπε "Ηρθα να σου πω πως θα γίνεις καλά". Ρωτήσαμε τους γιατρούς που με παρακολουθούσαν και δεν είχαν στείλει κανέναν γιατρό από καμία ειδικότητα. Όταν λίγες ώρες αργότερα ο πατέρας μου, μας περιέγραφε το όνειρό του ξέσπασα σε κλάματα. Από εκείνη τη στιγμή δεν ένιωσα ξανά φόβο. Ηξερα ότι θα ζήσω, ήμουν σίγουρη» μας λέει συγκινημένη η Μαρία.

Η ΜΕΤΑΜΟΣΧΕΥΣΗ

Ακολούθησαν οι χημειοθεραπείες και οι ακτινοθεραπείες ενώ η Μαρία υπεβλήθη σε μεταμόσχευση μυελού των οστών. «Ξεκινήσαμε δειλά τις χημειοθεραπείες, αρχικά δεν ανταποκρινόμουν αλλά βρέθηκε το κατάλληλο σχήμα και όλα πήγαιναν κατ' ευχήν. Ταυτόχρονα υποβλήθηκα σε ακτινοθεραπείες στους λεμφαδένες των μαστών καθώς και σε ακτινοθεραπείες στο ΚΝΣ (Κεντρικό Νευρικό Σύστημα). Ακολούθησε η αυτόλογη μεταμόσχευση μυελού των οστών» μας διηγείται.

Όλα αυτά την κράτησαν μακριά από το παιδί της για 1,5 χρόνο. «Τον άφησα 40 ημερών και τον είδα όταν ήταν ήδη 5 μηνών. Η πρώτη επίσκεψή μου κράτησε 2 μέρες και τα συναισθήματα μου, αρχικά απέραντη χαρά που τον κρατούσα ξανά στην αγκαλιά μου και λύπη γιατί έπρεπε σύντομα να ξαναφύγω. Κατά τη διάρκεια της νοσηλείας μου υπήρξαν στιγμές απογοήτευσης γιατί δεν άντεχα άλλο τους πόνους, δεν άντεχα άλλο τόσο καιρό μακριά από το παιδί μου. Ενα "γιατί" με βασάνιζε για μεγάλο χρονικό διάστημα. Και η απάντηση ήρθε μόνη της: Κάθε τι που μας συμβαίνει από το πιο μικρό μέχρι το πιο μεγάλο, γίνεται για κάποιο λόγο. Πιστεύω ότι η δική μου δοκιμασία και το δικό μου θαύμα με έκανε να πιστέψω ακόμη πιο βαθιά και μαζί με μένα πίστεψαν και πολλοί άλλοι γύρω μου. Και εύχομαι να υπάρξουν άνθρωποι που διαβάζοντας την περιπέτεια μου να πάρουν θάρρος και δύναμη, να αποκτήσουν πίστη στο Θεό και τον εαυτό τους. Να καταλάβουν ότι έχουν πάρα πολλούς λόγους για να ζουν, χρειάζεται απλά να ψάξουν να τους βρουν» μας λέει.

Τη ρωτάμε ποια σκέψη της έδινε δύναμη καθώς περνούσε όλη αυτήν την δοκιμασία. «Για μένα ο γιος μου και η οικογένειά μου ήταν τα ισχυρότερα κίνητρα, αλλά και όλοι οι άνθρωποι, γνωστοί και μη, ήταν δίπλα μου, προσεύχονταν και μου έδειχναν συνεχώς την αγάπη τους. Έχουν περάσει κοντά 5 χρόνια από την περιπέτεια μου αυτή και αισθάνομαι δυνατή, νιώθω καλά και χαμογελάω. Είχα πάρα πολλούς λόγους να παλέψω για να ζήσω και αυτό έκανα και θα συνεχίσω να κάνω μέχρι τα βαθιά μου γεράματα! Να ζω!».



«Είχα πάρα πολλούς λόγους να παλέψω για να ζήσω και αυτό έκανα και θα συνεχίσω να κάνω μέχρι τα βαθιά μου γεράματα! Να ζω!» μας λέει η Μαρία Ζουμπουλάκη.

Αναγέννηση από τα καμένα

Μια καταστροφική πυρκαγιά που ξεκίνησε από... καλώδιο στους Λάκκους το 2003 και για 24ώρες κατέκαιγε ελαιώνες τεσσάρων αιώνων στα Σκορδαλού καταστρέφοντας ό,τι η φύση είχε προσφέρει απλόχερα και οι άνθρωποι με κόπο δημιουργήσει! Κατέκαψε όχι μόνο όλη την περιουσία της οικογένειας του Πέτρου Μαρινάκη αλλά λόγω της ολικής καταστροφής των περιουσιών της περιοχής, οδήγησε την οικογένεια των τεσσάρων αδερφών να κλείσουν και το ελαιουργείο που διατηρούσαν. Η φωτιά στο πέρασμά της έκανε στάχτη συνολικά εξήντα χιλιάδες ελαιόδεντρα ενετικής περιόδου και μερικούς από τους αρχαιότερους ελαιώνες της Ευρώπης που χάθηκαν μέσα σε μια ημέρα. Μαζί με αυτά χάθηκαν και 150-200 στρέμματα της οικογένειας Μαρινάκη που όπως και δεκάδες άλλοι πληγέντες, βρέθηκε τότε μπροστά στο μεγάλο δίλημμα: ή παρατάμε την καμμένη γη ή θα την "ξαναζωντανέψουμε".

«Μέσα σε μια ημέρα, όλοι οι κόποι μας μηδενίστηκαν. Η φωτιά ξεκίνησε στις 7 το πρωί στις 22 Οκτωβρίου του 2003 και σταμάτησε την επομένη το πρωί. Ό,τι ο πατέρας μου για χρόνια με κοπιώδεις προσπάθειες είχε φυτέψει, χάθηκε. Το ελαιουργείο έκλεισε και αυτό που μας απέμεινε ήταν μόνο τα μηχανήματα» μας λέει ο Πέτρος Μαρινάκης, ένα από τα τέσσερα αδέρφια της οικογένειας.

«Αυτό που σκέφτηκα ήταν πώς θα αξιοποιήσουμε την περιουσία αυτή, την γονική περιουσία του πατέρα μου. Τότε εγώ εργαζόμουν παράλληλα στον τουριστικό κλάδο και τους χειμώνες δούλευα το ελαιουργείο μαζί με τα αδέρφια μου. Βλέπαμε τη φωτιά να κατακαίει τα δέντρα, την περιουσία μας και το μόνο που νοιώθαμε εκείνες τις ώρες ήταν απέραντη λύπη και απερίγραπτη συγκίνηση γιατί όσα είχαν δημιουργήσει γενιές και γενιές, οι πρόγονοι μας, χάθηκαν σε μια στιγμή. Κι εμείς δεν μπορούσαμε να κάνουμε τίποτα, διότι οι νότιοι άνεμοι που φυσούσαν ήταν εντάσεως 11 Μποφόρ. Σε όλη αυτήν την ιστορία, γι' αυτόν που στεναχωριόμουν περισσότερο ήταν ο πατέρας μου... Ξέρεις τι είναι να κάνεις κάθε χρόνο 7-8 τόνους λάδι και μετά τη φωτιά αφού δεν είχαμε πια τίποτα, να αγοράζεις το λάδι σου;» θυμάται ο κ. Μαρινάκης.

ΠΑΛΙ ΑΠΟ ΤΗΝ ΑΡΧΗ...

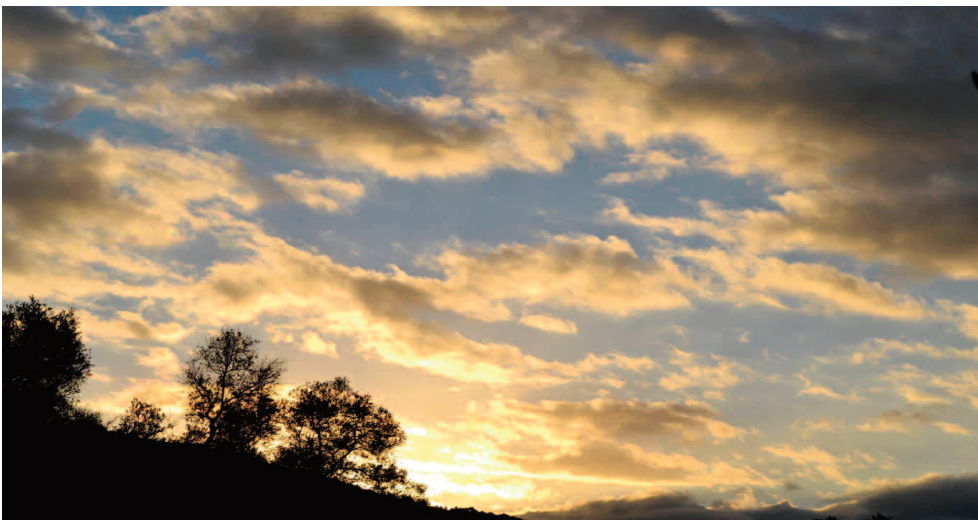
Ο άνθρωπος έχει απίστευτες δυνάμεις μέσα του και ό,τι και να συμβεί βρίσκει τη δύναμη και ξεκινάει πάλι από την αρχή, προχωράει, μας λέει. «Προσαρμόστηκα γρήγορα στα νεότερα δεδομένα και προσπαθώντας να έχω σωστή κρίση, σκέφτηκα πώς θα χειριστώ αυτήν την κατάσταση που είχε δημιουργηθεί. Ετσι σκέφτηκα, επειδή αγαπούσα και πίστευα πάρα πολύ στη διασύνδεση του τουρισμού με τον πρωτογενή τομέα, να δημιουργήσω ένα Βοτανικό Πάρκο, ένα Κήπο που θα μπορεί ο κόσμος να επισκέπτεται και να γνωρίζει τι παράγεται στον τόπο αυτό, που θα αναδείξει τη χλωρίδα της Κρήτης, δίνοντας αξία στη γη μας».

Με σπουδές στο hospitality management ο Πέτρος Μαρινάκης, αποφάσισε να θέσει σε εφαρμογή το σχέδιό του. «Στην αρχή έχοντας την υποστήριξη των αδερφών μου, προκειμένου να βρω πόρους, μετά από μεγάλο κόπο, γιατί εδώ δεν τα ήθελε κανένας, πούλησα τα μηχανήματα του ελαιουργείου στην Αίγυπτο. Αμα θέλει κανείς να κάνει κάτι, δεν τον σταματάει κανείς... Έτσι έβγαλα τα πρώτα χρήματα για να ξεκινήσω, με απίστευτες ώρες προσωπικής δουλειάς, και αφού μελέτησα το κλίμα, βρήκα όλα τα φυτά, φρουτόδεντρα, βότανα και τα φύτεψα. Από μάνγκο, παπάγια μέχρι μπλιές και καστανιές» ανέφερε και πρόσθεσε: «Από την Άνοιξη του 2004, δουλεύαμε ασταμάτητα, νυχθημερόν και τα τέσσερα αδέρφια πηγαίνοντας παράλληλα και στις δουλιές μας, διότι αυτό που προσπαθούσαμε να κάνουμε δεν είχε έσοδα. Ήταν ένα "πηγάδι" που ρίχναμε χρήματα. Ετσι κατάφερα να φυτέψω φυτά από όλον τον κόσμο στη γη μας. Το 2009 θέσαμε σε λειτουργία το εστιατόριο και η επισκεψιμότητα του Πάρκου ξεκίνησε δυναμικά το 2010 και κάθε χρόνο αυξάνεται κατά 20%. Πέρυσι μπήκαν περίπου 25.000 κόσμοι». Ουσιαστικά, επτά χρόνια μετά την καταστροφική φωτιά του 2003, η καμμένη κάποτε γη της οικογένειας Μαρινάκη άρχισε να ξαναδίνει καρπούς...

«Το μόνο που μπορεί να βοηθήσει κάποιον είναι το όραμα. Να κάνει πραγματικότητα αυτό που έχει φανταστεί μέσα στο μυαλό του και να ακολουθήσει το ένστικτο του, αυτά που έχει ονειρευτεί», τόνισε. Σήμερα στο Βοτανικό Πάρκο Κρήτης, ο επισκέπτης, περπατώντας σε ένα καταπράσινο περιβάλλον γνωρίζει περισσότερα από 150 είδη φρουτόδεντρων, δεκάδες βότανα, φαρμακευτικά και καλλωπιστικά φυτά. Και απολαμβάνει το μεγαλείο της Κρητικής γης, που ξανά γεννήθηκε από τα καμμένα...



«Ο άνθρωπος έχει απίστευτες δυνάμεις μέσα του και ό,τι και να συμβεί, βρίσκει τη δύναμη και ξεκινάει πάλι από την αρχή, προχωράει», μας λέει ο Πέτρος Μαρινάκης.



ΚΩΣΤΑΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΙΔΗΣ

Θρησκευτικότητα και κινηματογράφος

Θρησκεία και ιστορία, εξουσία και πολιτική, τέχνες, επιστήμες και φαντασία, είναι τα μονοπάτια πάνω στα οποία εξελίσσονται οι κοινωνίες που επαναστατούν, οργίζονται και απελπίζονται.

κινηματογράφος, αναπόφευκτα, ανικνεύει, καταγράφει και μέσα από μια διαδικασία άλλοτε απλοϊκή, άλλοτε πιο περίπλοκη και κάποτε αμιγώς προπαγανδιστική, διαπραγματεύεται τη θρησκευτικότητα και τη μεταφυσική, σε όλη τη διάρκεια της ιστορίας του. Τα 'Πάθη' συνοδεύουν και τροφοδοτούν τον κινηματογράφο από το ξεκίνημά του κιόλας -πρώτη απεικόνιση στα 1898- όταν ο Φρανκ Ράσελ υποδύεται τον Χριστό στη μεγάλη οθόνη, για πρώτη φορά, στην ταινία μικρού μήκους του Χένρι Βίνσεντ, «**The Passion Play Of Oberammergau**».

Το 1927 ο Σεσίλ ΝτεΜίλ στο «**Ο Βασιλεύς Των Βασιλέων**», χρησιμοποιεί ως αφορμή την τελευταία περίοδο της ζωής του Χριστού, για την κατασκευή ενός υπερθεάματος. Ακολουθεί μια σειρά αμφισβητούμενων -σε ό,τι αφορά τη γνησιότητα της θρησκευτικότητάς τους- υπερπαραγωγών όπως: «**Κβο Βάντις**» (Μέλβιν Λιρόι, 1951), «**Ο Χιτών**» (Χένρι Κόστερ, 1953), «**Βαραββάς**» (Ρίτσαρντ Φλέτσερ, 1961), «**Ο μεγάλος Ψαράς**» (Φρανκ Μπόρζατς, 1959), ταινίες που βασίστηκαν στην Παλαιά Διαθήκη, ωστόσο, διανθίστηκαν με αρκετά μυθολογικά στοιχεία, προκειμένου να δημιουργηθούν οι κατάλληλοι διάδρομοι εξυπηρέτησης των εκάστοτε αναγκών.

Ο κύκλος της ζωής και του θανάτου, η μετά θάνατο συνέχεια, αλλά και το χάος, οι τελετουργίες, οι συνωμοσίες, οι σταυροφορίες και το πνεύμα του κακού, όλα είναι αποτυπωμένα σε χιλιόμετρα φιλμ, σε όλα τα μήκη και πλάτη του πλανήτη και της εκάστοτε εθνικής κινηματογραφίας.

Είναι ζητήματα διαχρονικά, που στιγμάτισαν όχι μόνο την κοινότητα της παγκόσμιας κινηματογραφίας, «**Μπεν Χουρ**», (Γουίλιαμ Γουάιλερ, 1959), «**Γκάντι**» (Ρίτσαρντ Ατέμπορο, 1982) κ.ά., αλλά ταυτόχρονα, σηματοδεύτηκαν και ως ορόσημα της παγκόσμιας ιστορίας.

Άλλοτε προκαλώντας το θρησκευτικό συναίσθημα «**Το Μωρό Της Ρόζμαρι**»



Μπεν Χουρ (1959), Γουίλιαμ Γουάιλερ.



Ο Μεγάλος Ψαράς (1959), του Φρανκ Μπόρζατς (αφίσα ταινίας).



Το Όνομα του Ρόδου (1986), του Ζαν-Ζακ Ανό.



The Passion Play Of Oberammergau (1898), του Χένρι Βίνσεντ.



Ιησούς Χριστός - Σούπερ Σταρ (1973), του Νόρμα Τζούισον.

(Ρομάν Πολάνσκι, 1968), «**Εξορκιστής**» (Γουίλιαμ Φρίνκιν, 1973), «**Στίγματα**» (Ρούπερτ Γουέινραϊτ, 1999), «**Το Τέλος Του Κόσμου**» (Πίτερ Χάιμς, 1999) και κάποιες άλλες στιγμές δοκιμάζοντας τις εσχατολογικές αντοχές του κοινού, «**Ο Εκλεκτός**» (Άλμπερτ & Άλεν Χιούγκς, 2010), «**Το Ευλογημένο Παιδί**» (Τσακ Ράσελ, 2000), οι ταινίες που περιέχουν ή υπαινίσσονται θρησκευτικές αναφορές, συνήθως ταυτίζονται με τη ροή και τις 'ανάγκες' των καιρών και των εποχών.

«Τα Πάθη και η Ανάσταση του Χριστού είναι η ψυχή του αμερικανικού κινηματογράφου», είχε πει κάποτε ο μεγαλοπαραγωγός Τζακ Γουόρνερ.

Από τα: «**Ο Χιτών**» (Χένρι Κόστερ, 1953), «**Ο Δημήτριος Και Οι Μονομάχοι**» (Ντέλμπερ Ντέιβς, 1954) και «**Δέκα Εντολές**» (Σεσίλ ΝτεΜίλ, 1956), έως τα «**Τα Πάθη Του Χριστού**» (Μελ Γκίμσον, 2004), οι θρησκευτικές ταινίες αποτελούν ένα ξεχωριστό είδος στην κινηματογραφική ιστορία. Η θεματολογία τους στρέφεται κυρίως γύρω από τα Πάθη του Χριστού, αλλά και από τη ζωή των αγίων ή την ιστορικά καταγεγραμμένη πορεία του απανταχού Χριστιανισμού. Στην ατέλειωτη κινηματογραφική θέαση, τα αριστουργήματα του είδους εναλλάσσονται ακατάπαυστα με καρικατούρες δεισιδαιμονίας, θρησκοληψίας και φανατισμού.

Στον αντίποδα του Χόλιγουντ, στην Ευρώπη, το 1964 ο Παζολίνι γυρίζει την ταινία «**Κατά Ματθαίον Ευαγγέλιο**», περιγράφοντας σπονδυλωτά την Εβδομάδα των Παθών, με τυπικό σεβασμό στο κείμενο, με μια ωστόσο πιο σύγχρονη και προσωπική αίσθηση της ιερότητας. Οι 'επίσημοι' θρησκευτικοί πόλεμοι -ή διαφορετικά, Σταυροφορίες- αλλά και η διαπολική εξουσίας/θρησκείας, σε βάρος πάντα των αδύναμων κοινωνικών τάξεων, καταγράφονται με ταινίες όπως «**Το όνομα του Ρόδου**» (Ζαν Ζακ Ανό, 1986) και αρκετά αργότερα «**Οι Πεφωτισμένοι**» (Ρον Χάουαρντ, 2009) και διαπραγματεύονται με πολλαπλούς τρόπους τον μυστικισμό, αναδεικνύοντας τις εκκωφαντικές συγκρούσεις των δυνάμεων που ανέκαθεν, στην ιστορία του ανθρώπινου γένους, αναζητούσαν ηγεμονία και κυριαρχία.

Οι θρησκευτικές «αντιπαλότητες» μεταφέρθηκαν και στον αμερικανικό κινηματογράφο, στον αέναο κύκλο αντιπαράθεσης Ανατολής - Δύσης: Οι «καλοί» και «επικονικοί» χριστιανοί Αμερικανοί ηγέτες, που επιδιώκουν τη δημοκρατία σε βασανισμένους λαούς, αντιμετωπίζουν αδίστακτους μουσουλμάνους τρομοκράτες, ακόμα και στα ίδια τους τα εδάφη, «**Η Ώρα Του Γερακιού**» (Ζόζεφ Ζίτο, 1985). Η προσωπικότητα του 'The Dude' -της ταινίας «**Ο Μεγάλος Λεμπόφσκι**» (Τζόελ & Ίθαν Κοέν, 1998)- του Τζεφ Λεμπόφσκι, προσά-



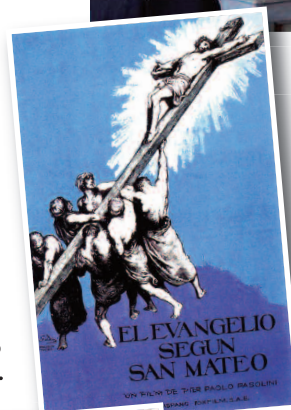
Ο Βασιλεύς Των Βασιλέων (1927), του Σεσίλ ΝτεΜίλ.



Ο Εξορκιστής (1973), του Γουίλιαμ Φρίνκιν.



Πίστευε και Γέλα (2008), του Λάρι Τσαρλς.



Κατά Ματθαίον Ευαγγέλιο (1964), του Πιέρ Πάολο Παζολίνι.



Το Μωρό της Ρόζμαρι (1968), του Ρομάν Πολάνσκι (αφίσα ταινίας).

πτει το έναυσμα για την ίδρυση μιας νέας θρησκείας, του 'Dudeism'.

Θρησκείες, αιρέσεις και μικρόκοσμοι, που οι κινηματογραφικοί φακός λαίμαργα εξε-

ρευνά, αναπαράγει και εκτοξεύει στη λευκή οθόνη.

Από τη μορμονική κοινότητα με τα σκοτεινά μυστικά, στην ανθρώπινη απλότητα και πρωτόγνωρη αγνότητα, «**Witness**» (Πίτερ Γουέιρ, 1985).

Η θρησκεία, ασφαλώς, βρίσκεται και στο επίκεντρο των ντοκιμαντέρ, εκεί όπου ανάμεσα σε τόνους κινηματογραφημένου υλικού, καταγράφει όχι μόνο την ιστορική πτυχή της φιλοσοφίας και των θρησκευτικών κινήσεων, αλλά ενίοτε εκφράζεται και με μια διαφορετική εκδοχή, γεμάτη χιούμορ και κυνικότητα, στην πιο καυστική μορφή προσέγγισης, «**Πίστευε Και Γέλα**» (Λάρι Τσαρλς, 2008).

Τέλος, με μια πιο φιλελεύθερη ματιά σε ό,τι αφορά τα ήθη, έθιμα και τη χριστιανική καθημερινότητα, το μιούζικαλ απο-

τελεί την πλέον παράδοση -για τους πιστούς- πλατφόρμα έκφρασης, σε ό,τι αφορά την αποδοχή της θρησκευτικότητας, κάπου ανάμεσα στα κανάλια της ροκ οπερέτας «**Ιησούς Χριστός Σούπερ Σταρ**» (Νόρμαν Τζούισον, 1973)...

Για τον σκηνοθέτη Λάρι Τσαρλς, η θρησκεία, είναι η μεγαλύτερη μυθολογία που έχει ειπωθεί ποτέ. Τι πιστεύεις, γιατί το πιστεύεις, γιατί νιώθεις την ανάγκη να το πιστέψεις; Γιατί... γιατί... γιατί... θεμελιώδη φιλοσοφικά ερωτήματα... Μπορούμε να είμαστε καλοί χωρίς Θεό; Χμμμ δε μένει παρά να το δοκιμάσουμε...



Του **ΔΗΜΗΤΡΗ
ΜΑΡΤΙΑΚΗ**

«Κακές κριτικές που είχαν νόημα, με έχουν βοηθήσει κάποιες φορές πάρα πολύ. Ήταν σαν να μου άνοιξαν έναν ολόκληρο κόσμο. Κι αυτό διότι βρέθηκε κάποιος και μου είπε “αυτό το τραγούδι δεν λέγεται έτσι” εξηγώντας το γιατί. Εκτιμώ, λοιπόν, πολύ τους ανθρώπους που ήταν ειλικρινείς απέναντί μου γιατί αυτό με έχει βοηθήσει». Η Σαβίνα Γιαννάτου από τις ερμηνείες της σε τραγούδια της Μεσογείου μέχρι του Μάνου Χατζιδάκι, άλλοτε με “πειραγμένες” μουσικές προσεγγίσεις κι άλλοτε με κλασικές, έχει ένα μοναδικό τρόπο να ταξιδεύει το κοινό στη μαγεία της τέχνης της.

ΣΑΒΙΝΑ ΓΙΑΝΝΑΤΟΥ:

«Οι κακές κριτικές με έχουν βοηθήσει»

Για τέχνη που θα έχουν την ευκαιρία να απολαύσουν σύντομα οι Χανιώτες στις δύο συναυλίες που θα δώσει η σπουδαία αυτή ερμηνεύτρια, μαζί με την πιανίστα Ευγενία Καρλαύτη, στις 24 - 25 Απριλίου στη Δημοτική Πινακοθήκη Χανίων, παρουσιάζοντας τραγούδια της Πλάτωνος και του Χατζιδάκι, αλλά και παραδοσιακά τραγούδια από όλο τον κόσμο διασκευασμένα για πιάνο. Παράλληλα, την Τετάρτη, 23 Απριλίου, οι δύο καλλιτέχνες θα συμμετέχουν, σχολιάζοντας μουσικά, στην παρουσίαση της νέας ποιητικής συλλογής του Λεωνίδα Κακάρογλου “Μνήμη σχεδόν πλήρης”.

Είσαι από τους καλλιτέχνες, Σαβίνα, που χαρακτηρίζεται για την αυτοσχεδιαστική διάθεση και τον πειραματισμό. Μια προσέγγιση που μοιάζει να περιέχει τόσο το στοιχείο της έρευνας όσο και του παιχνιδιού. Τι τροφοδοτεί αυτή την αναζήτηση από μέρους σου;

Όταν ξεκίνησα να αυτοσχεδιάζω το '91 - '92 σίγουρα είχα πολύ περισσότερο την αίσθηση του ψαξίματος των ορίων μου. Από ένα σημείο και μετά όμως δεν είναι τόσο το ψάξιμο, καθώς έχει συγκεντρωθεί ένα ηχητικό υλικό κι έχει φτιαχτεί ένας κώδικας που χαρακτηρίζει αυτόν που αυτοσχεδιάζει. Αυτό το υλικό περιέχει τα χρώματα και τα υλικά σου και αυτό σημαίνει ότι από κάποια στιγμή και μετά χρησιμοποιείς αυτά τα υλικά για να φτιάξεις καινούργια πράγματα. Σαν να χτίζεις έναν κόσμο με υλικά που έχεις προηγουμένως φτιάξει. Για να το πω διαφορετικά, είναι σαν μια γλώσσα. Μπορεί να ξεκινήσεις από το μηδέν για να πεις μια ιστορία αλλά τη γλώσσα την έχεις. Τώρα λοιπόν για εμένα η γλώσσα έχει φτιαχτεί, διαλέγω από τις λέξεις που μπορεί να μην είναι καινούργιες αλλά οι ιστορίες που λέω είναι καινούργιες.

Σ' όλη αυτή την αναζήτηση δεν υπάρχει κι ένα είδος ρίσκου; Σε ρωτάω γι' αυτό, διότι αντίθετα με εσένα πολλοί συνάδελφοί σου προτιμούν να μένουν στα σίγουρα, σε μια μανιέρα που τους εξασφαλίζει την επιτυχία και την αποδοχή.

Μανιέρες έχουμε όλοι. Ίσως εγώ να έχω περισσότερες μανιέρες αλλά πάντως έχω μανιέρες, όπως και τρόπους, δρόμους και πράγματα που με βολεύουν. Δεν γίνεται αλλιώς. Και όσο μεγαλώνεις “καλουπώνεσαι” με κάποιο τρόπο και οι άλλοι το αποδέχονται, το περιμένουν από εσένα, οπότε κι εσύ το συνεχίζεις. Πάντα βέβαια με μια διάθεση δημιουργική.

Χωρίς να αποφεύγεις δηλαδή τους “κόντρα” ρόλους;

Τα τραγούδια όντως τα βλέπω σαν ρόλους. Για παράδειγμα κάναμε ένα καινούργιο δίσκο με τραγούδια που αφορούν τη Θεσσαλονίκη και θα βγει το Φθινόπωρο όπου ο παραγωγός ξαφνιάστηκε κάποια στιγμή με έναν ήχο φωνής καθώς δεν με αναγνώριζε. Εγώ δεν είχα συναισθήσει ότι αυτό ήταν κάπως διαφορετικό. Μου αρέσει όμως αυτό και το θεωρώ αυτονόητο ότι θα μπω σε έναν άλλο ρόλο.

Σαν ερμηνεύτρια θα δέχεσαι υλικό και τραγούδια από δημιουργούς που θέλουν να τους χαρίσεις τη φωνή σου. Ποιο είναι το κριτήριο για να διαλέξεις ή να απορρίψεις κάτι;

Θα σου πω κάτι που δεν είναι καθόλου καλό. Δεν ακούω σχεδόν τίποτα. Έχω όλη την καλή διάθεση αλλά τελικά ακούω ελάχιστα πράγματα κι αφού κάποιος έχει επιμείνει πολύ. Δεν ξέρω γιατί. Σίγουρα πάντως είναι λάθος, διότι πολλές φορές μπορεί να υπάρχουν αριστουργήματα κι εγώ να μην τα ακούσω. Αν παρατηρήσεις δε, τα τελευταία χρόνια λέω παλαιότερα πράγματα. Από εκεί και πέρα με κάποιους δημιουργούς όπως ο Μαμαγκάκης δεν υπήρχε θέμα να διαλέξω, ό,τι και να έγραφε θα το έλεγα. Φυσικά αν κάτι δεν μου άρεσε το έλεγα όπως κάνω πάντα. Γενικά όμως με τους συνθέτες που ήδη γνωρίζεις, ξέρεις πού βαδίζεις και δεν μπαίνει θέμα να διαλέξεις υλικό. Ξέρεις αν σου κάνει κάποιος ή δεν σου κάνει.

Υπάρχουν και ρόλοι - τραγούδια που δεν θέλεις να μπεις αν και μπορείς;

Βεβαίως. Είχα μια συζήτηση πρόσφατα για κάποια ποπ τραγούδια. Ήταν ωραία για ποπ τραγούδια και πες ότι τα λέω και τα λέω και ωραία. Πώς όμως θα τα υποστηρίξω; Τι θα κάνω; Θα αλλάξω πορεία; Όταν δηλαδή καταλαβαίνεις ότι δεν μπορείς να υποστηρίξεις κάτι δεν το κάνεις παρά μόνο αν πεις ότι αλλάζω δρόμο...



«Μπορεί να ξεκινήσεις από το μηδέν για να πεις μια ιστορία αλλιώς τη γλώσσα την έχεις. Τώρα λοιπόν για εμένα η γλώσσα έχει φτιαχτεί, διαλέγω από τις λέξεις που μπορεί να μην είναι καινούργιες αλλιώς οι ιστορίες που λέω είναι καινούργιες».

ΣΤΗ ΔΗΜΟΤΙΚΗ ΠΙΝΑΚΟΘΗΚΗ ΧΑΝΙΩΝ

Ποίηση, θέατρο και μουσική

Με παράλληλες εκδηλώσεις ποίησης, θεάτρου και μουσικής συνεχίζεται η έκθεση του Δημήτρη Ανδρεδάκη: “Ανθρωπομετρικές” στη Δημοτική Πινακοθήκη.

Όπως αναφέρεται σε σχετική ανακοίνωση, η Δημοτική Πινακοθήκη Χανίων και ο Σύλλογος Φίλων της Πινακοθήκης, στο πλαίσιο της έκθεσης, οργανώνει σειρά εκδηλώσεων όπου η τέχνη της ζωγραφικής συναντά την τέχνη της ποίησης, του τραγουδιού, της μουσικής και του θεάτρου.

Συγκεκριμένα:

- Την Τετάρτη 23 Απριλίου, στις 8 το βράδυ ο ποιητής Λεωνίδας Κακάρογλου παρουσιάζει την τελευταία ποιητική συλλογή του με τίτλο “Μνήμη σχεδόν πλήρης”, με ομιλητές τον Ηλία Καφάογλου (συγγραφέας) και τον Παναγιώτη Ορφανίδη (δημοσιογράφος). Θα διαβάσουν η Γιώτα Φέστα (ηθοποιός) και ο Μιχάλης Βιρβιδάκης (ηθοποιός). Επίσης θα τραγουδίσει η Σαβίνα Γιαννάτου και θα παίξει πιάνο η Ευγενία Καρλαύτη.
- Την Πέμπτη 24 και την Παρασκευή 25 Απριλίου στις 8:30μ.μ. θα γίνει συναυλία με την Σαβίνα Γιαννάτου να τραγουδάει και την Ευγενία Καρλαύτη να παίζει πιάνο.
- Το Σάββατο 26 και την Κυριακή 27 Απριλίου στις 8:30μ.μ. θα παιχτεί το θεατρικό μονόπρακτο του Ακη Δήμου “Η αναγνώριση” με την ηθοποιό Γιώτα Φέστα.

Αυτό που λέμε καλή ερμηνεία τι προϋποθέτει για εσένα; Να μπορείς να υπερασπιστείς ένα τραγούδι όπως είπες και πριν;

Να το υπερασπιστείς όχι μόνο τεχνικά αλλά και το ύφος του τραγουδιού. Από εκεί και πέρα μπορεί να έχω ένα τραγούδι με μια πολύ ωραία μελωδία αλλά ο στίχος να με πετάει έξω, να με κάνει να ντρέπομαι.

Στίχους που κάποιος τους θεωρούν θαυμάσιους, περιγράφουν με ένα τέτοιο τρόπο τα πράγματα, που εμένα με κάνουν να αισθάνομαι ότι εκτίθεται. Χρειάζεται λοιπόν να ταυτίζεσαι με τον στίχο. Να μην έχεις θέματα να λύσεις. Να μπορείς να το υποστηρίξεις ολόκληρο το τραγούδι και τη μελωδία αλλά και το

περιεχόμενο. Μπορώ βέβαια να πω και κάτι που δεν αναγνωρίζω τον εαυτό μου μέσα, αλλά δεν θα βγω να το πω έξω στον κόσμο. Πέρα από τον στίχο πάντως είναι η αρμονία και η μελωδία που παίζουν μεγάλο ρόλο. Είναι σημαντικό να μην αισθάνομαι ότι επαναλαμβάνουν μια συνταγή.

Κι αυτό που λέμε καταξίωση για ένα τραγουδιστή; Τι είναι; Η απήκηση που μπορεί να προσδώσει σε ένα τραγούδι ή πρέπει να περιμένουμε να μιλήσει και ο χρόνος γι' αυτό;

Πέρα από τον χρόνο είναι να αισθάνεσαι την αποδοχή του κόσμου. Αυτό είναι κάτι που το βλέπεις και το νιώθεις. Είναι ο τρόπος που σε αντιμετωπίζει ο άλλος, είτε είναι ένας είτε είναι εκατό. Περνώντας δηλαδή σιγά-σιγά ο χρόνος νιώθεις ότι αυτό που έχεις κάνει σημαίνει κάτι για τον άλλο.

Και η αναγνώριση των συναδέλφων;

Είναι και τα δύο. Καμία φορά για εμένα ήταν πιο σημαντική η αποδοχή των συναδέλφων. Δεδομένου βέβαια ότι καταλαβαίνεις πότε κάποιος σου κάνει αυστηρή ή κακή κριτική αλλά με καλή πρόθεση και πότε το κάνει αυτό από ιδιοτέλεια. Πάντως κακές κριτικές που είχαν νόημα με έχουν βοηθήσει κάποιες φορές πάρα πολύ. Ήταν σαν να μου άνοιξαν έναν ολόκληρο κόσμο. Κι αυτό διότι βρέθηκε κάποιος και μου είπε «αυτό το τραγούδι δεν λέγεται έτσι» εξηγώντας το γιατί. Εκτιμώ, λοιπόν, πολύ τους ανθρώπους που ήταν ειλικρινείς απέναντί μου γιατί αυτό με έχει βοηθήσει.

Σε έχουμε δει αρκετές φορές να τραγουδάς για κάποιο κοινωνικό σκοπό. Αισθάνεσαι την ανάγκη στις μέρες που ζούμε να γίνεις πιο παρεμβατική απέναντι στα πράγματα;

Κατ' αρχήν προσωπικά κρίνω ότι δεν το έχω κάνει πολλές φορές αυτό. Θωρώ ότι θα μπορούσα πολύ περισσότερες. Ωστόσο, από παλιά θεωρούσα ότι δεν είμαι πολιτικοποιημένη και ότι έχω την τάση να αποφεύγω αυτά τα θέματα. Έχουν λοιπόν υπάρξει φορές που έχω μείνει εκτός. Κι αυτό γιατί αισθάνομαι ότι τα πράγματα έχουν πολλών ειδών ερμηνείες. Είναι δηλαδή φορές που δεν καταλαβαίνω απόλυτα τα πράγματα, υπάρχει ένα “ναι μεν αλλά”. Τότε δεν μπορώ να μπω σε κάτι. Από εκεί και πέρα νιώθω ότι όσο είμαι μέσα στα πράγματα είμαι. Δεν μπορώ να κάνω κάτι άλλο.

παιδότοπος



ΣΤ' ΤΑΞΗ ΤΟΥ ΔΗΜ. ΣΧ. ΚΟΛΥΜΒΑΡΙΟΥ

Πάσχα, η γιορτή της χαράς και της αγάπης



Επιμέλεια:
**ΒΑΓΓΕΛΗΣ
ΚΑΚΑΤΣΑΚΗΣ**
Kakatsakis@sch.gr

Καλοί μου φίλοι, Χριστός Ανέστη!

Στην κεντρική θέση του σημερινού πασχαλινού "Παιδότοπου" το ποίημα του Διονυσίου Σολωμού "Η Ημέρα της Λαμπρής". Γύρω απ' αυτό οι πασχαλινές εργασίες (ποιήματα, μαντινάδες, "σκέφτομαι και γράφω" και ζωγραφιές) που μας έστειλαν τα παιδιά της Στ' τάξης του Δημ. Σχ. Κολυμβαρίου με ταχυδρόμο τον και καλό μου φίλο απ' τα παλιά διευθυντή τους Δημήτρη Χαμπλάκη. Έχουν τον δικό τους τρόπο τα παιδιά να φωνάζουν τη χαρά τους για την ημέρα της Λαμπρής!

**Καλή Ανάσταση σε όλους!
Β.Θ.Κ.**



Η Ημέρα της Λαμπρής

1. Καθαρώτατον ήλιο επρομνούσε της αυγής το δροσάτο, ύστερο αστέρι, σύγγεφο, καταχνιά δεν απερνούσε τ' ουρανού σε κανένα από τα μέρη και από κεί κινημένο αργοφυσούσε τόσο γλυκά στο πρόσωπο τ' αέρι, που λες και λέει μες της καρδιάς τα φύλλα γλυκιά η ζωή και ο θάνατος μαυρίλα.
2. Χριστός Ανέστη! Νέοι, γέροι και κόρες, όλοι, μικροί μεγάλοι, ετοιμαστήτε μέσα στις εκκλησιές τες δαφνοφόρες με το φως της χαράς συμμαζωχθήτε ανοίξετε αγκαλιές ειρηνοφόρες ομπροστά στους Αγίους και φιληθήτε, φιληθήτε γλυκά κείλη με κείλη, πέστε Χριστός Ανέστη, εχθροί και φίλοι.
3. Δάφνες εις κάθε πλάκα έχουν οι τάφοι και βρέφη ωραία στην αγκαλιά οι μανάδες γλυκόφωνα, κοιτώντας τις ζωγραφισμένες εικόνες, ψάλλουν οι ψαλτάδες λάμπει το σήμι, λάμπει το χρυσάφι από το φως που χύνουνε οι λαμπάδες κάθε πρόσωπο λάμπει απ' τ' αγιοκέρι, απού κρατούνε οι Χριστιανοί στο χέρι.

Διονύσιος Σολωμός



Εφτασε το Πάσχα

Εφτασε το Πάσχα σουβλίζουμε τα αρνάκια, πηγαίνουμε εκκλησία και ανάβουμε κεράκια.

Εφτασε το Πάσχα, βάφουμε τ' αβγά, ψήνουμε τα κρέατα και τρώμε με χαρά.

Μαζευόμαστε μαζί φίλοι συγγενείς να χαρούμε και να πιούμε όλα τα καλά της γης.

Κλείνουν τα σχολεία, τσουγκρίζουμε τ' αβγά χτυπάνε οι καμπάνες και πάμε εκκλησιά.

Καλή Ανάσταση παιδιά σας εύχομαι χρόνια πολλά και καλή πρόοδο με αγάπη και χαρά.

**Ιωάννα Χάσκο
Στ2 Δημ. Σχ.
Κολυμβαρίου**



Μαντινάδες

Οταν μέρες στ' Ανάστασης ανάψεις το κερί σου κάθε ακτίνα μια χαρά να γίνει στη ζωή σου.

Ηθελα μες στις φούχτες μου χαρές χιλιάδες να 'χα να τσι μοιράσω απλόχερα στους φίλους μου το Πάσχα.

Οσες κροτίδες πέφτουνε του Πάσχα την ημέρα, τόσες ευχές σας εύχομαι να 'χετε κάθε μέρα.

Και εφέτος την Ανάσταση ευχή καρδιάς θα κάνω η μοίρα να σκορπά χαρές να περπατάς επάνω.

Γιάννης Κατσιφαράκης

Πάσχα στο χωριό

Πάσχα στο χωριό με τ' αβγά και τις λαμπάδες έξω απ' το καμπαναριό με μαμάδες και μπαμπάδες.

Πάσχα στο χωριό, Πάσχα και στην πόλη, αλλά Λαμπή μες στο χωριό δεν έχει η υδρόγειος όλη.

**Ευτυχία Φωτοδημητράκη
Στ2 Δημ. Σχ. Κολυμβαρίου**

Το κάψιμο του Ιούδα

Το βράδυ του Μ. Σαββάτου πολλοί άνθρωποι πηγαίνουν στην εκκλησία για να γιορτάσουν την Ανάσταση του Χριστού. Βέβαια κάθε τόπος έχει τα δικά του ήθη και έθιμα. Αλλα διατηρούνται ακόμη και σήμερα και άλλα έχουν ξεχαστεί με το πέρασμα των χρόνων.

Στο χωριό μου, την Καλυδωνία, το έθιμο διατηρείται ακόμα και γίνεται κάθε χρόνο.

Τη Μ. Παρασκευή το πρωί, νέοι του χωριού κουβαλούν με τα τρακτέρ αρκετά κλαδιά δέντρων κυ-

ρίως ξερά και τα τοποθετούν στον χώρο έξω απ' την εκκλησία, φτιάχνοντας έναν σωρό πολύ ψηλό.

Στη συνέχεια φτιάχνουν ένα ομοίωμα του Ιούδα σε μεγάλες διαστάσεις, από παλιά ρούχα που τα έχουν γεμίσει με άχυρα και το τοποθετούν κρεμασμένο πάνω από τον σωρό με τα ξύλα.

Έχουν και τον νου τους βέβαια μήπως έρθουν από διάφορα χωριά να τον κλέψουν...

Το βράδυ της Ανάστασης, την ώρα που ο παπάς βγαίνει έξω απ' την εκκλησία και ψέλνει το "Χρι-

στός Ανέστη", βάζουν φωτιά στον σωρό με τα ξύλα. Ο Ιούδας καίγεται αμέσως και έτσι τον τιμωρούν για την προδοσία που έκανε.

Το κάψιμο του Ιούδα συνοδεύουν και πολύχρωμες φωτοβολίδες, που κάνουν τη νύχτα - μέρα.

Δεν λείπουν επίσης και οι παραδοσιακές κρητικές μπαλωτές.

**Καλή Ανάσταση
Μαρία - Βασιλική Τσιουμηρή
Στ1 Δημ. Σχ. Κολυμβαρίου**



Μεγάλο Σάββατο σήμερα, η τελευταία μέρα της Μεγάλης Βδομάδας και της Σαρακοστής. Το μόνο Σάββατο που ακολουθείται αυστηρή νηστεία σύμφωνα με την Ορθόδοξη παράδοση, ακόμα και από το λάδι. Από το βράδυ όμως του συγκεκριμένου Σαββάτου όπως και την ημέρα του Πάσχα, αρχίζουν σημαντικές παρεκκλίσεις οι οποίες χρειάζονται μία ιδιαίτερη προσέγγιση.

Διατροφή του Πάσχα

Τι πρέπει να προσέξουμε στο πασχαλινό τραπέζι;

αλήθεια είναι ότι το πασχαλινό τραπέζι είναι μια από τις πιο όμορφες οικογενειακές συγκεντρώσεις, ιδιαίτερα όταν συνδυάζεται με εκδρομή στο χωριό και σουβλιστό αρνάκι ή κατσικάκι. Η ημέρα, όταν υπάρχουν οι προϋποθέσεις, μπορεί να αφήσει πανέμορφες αναμνήσεις στο μυαλό των μικρών παιδιών, αλλά και των ενήλικων.

Παρ' όλ' αυτά, τα περιστατικά εισαγωγής στο νοσοκομείο με καρδιαγγειακά ή γαστρεντερικά προβλήματα, ιδιαίτερα τη δεύτερη μέρα του Πάσχα, είναι αρκετά αυξημένα. Αν το αναλογιστεί κανείς, είναι πολύ λογικό. Φανταστείτε πόσο απότομη αλλαγή είναι για τον οργανισμό μετά τις 40 μέρες της αυστηρής νηστείας να αρχίζει να τρώει ξανά τροφές πλούσιες σε πρωτεΐνες και κορεσμένο λίπος. Ο οργανισμός λοιπόν χρειάζεται ένα χρονικό περιθώριο για να μπορέσει να ξαναδεχτεί τις αυξημένες ποσότητες πρωτεϊνών και λιπαρών που καταναλώνονται την ημέρα του Πάσχα.

Η ομαλή προσαρμογή του οργανισμού από τα νηστήσιμα φαγητά στα πασχαλινά, ξεκινά το βράδυ του Μεγάλου Σαββάτου με τη μαγειρίτσα ή τα όποια παραδοσιακά κρητικά εδέσματα. Ένα πιάτο σούπα με μια σαλάτα είναι ένα πολύ ωραίο ξεκίνημα. Η μαγειρίτσα δεν είναι άμοιρη θερμίδων ούτε λιπαρών. Οπότε ένας τρόπος για να αποφύγετε την υπερβολή είναι να φτιάξετε μαγειρίτσα με κοτόπουλο και χωρίς πολλά εντόσθια.

Την ημέρα του Πάσχα, συστήνεται να φάτε ένα ελαφρύ πρωινό και να μην μείνετε νηστικοί μέχρι πασχαλιάτικο τραπέζι. Δεν είναι άσχημο να προτιμήσετε για πρωινό ένα κομμάτι τσουρέκι ή 1 - 2 πασχαλινά κουλουράκια μαζί με ένα φρούτο ή έναν χυμό. Καλύτερα το πρωί, παρά μαζί με το μεσημεριανό. Αν έχετε ξυπνήσει νωρίς και υπάρχει και περιθώριο για σνακ, συστήνεται πάλι ένα φρούτο.

Στο πασχαλιάτικο γεύμα καλό είναι να ξεκινήσετε με μια σαλάτα. Όσον αφορά το κρέας προτιμήσετε κατσίκι αντί για αρνί και όσο μπορείτε αφαιρέστε την πέτσα και το ορατό λίπος. Για να αποφύγετε την υπερ-

βολική κατανάλωση κρέατος, συνδυάστε και λίγο άμυλο όπως πατάτα, ψωμί, παξιμάδι ή 1-2 χορτάρια καλτσουνάκια φούρνου. 1-2 ποτήρια κρασί δεν είναι πρόβλημα. Το απόγευμα με τον καφέ καλύτερα να προτιμήσετε φρούτο. Αν θέλετε όμως γλυκό, ένα κομμάτι τσουρέκι ή ένα κουλουράκι, δεν είναι θέμα. Τέλος, το βράδυ, για να συνέρθετε από την υπερφαιγική τάση του μεσημεριού και τα διάφορα θέματα δυσπεψίας που μπορεί να παρουσιάσουν συστήνεται ένα ελαφρύ γεύμα, όπως μια σαλάτα, μια χορτόσουπα, γιουρτζι με φρούτο ή γάλα με φρυγανιά.

Τα άτομα με θέματα υγείας, όπως το αυξημένο ουρικό και τα καρδιαγγειακά προβλήματα, πρέπει να είναι ιδιαίτερα προσεκτικά εκείνη την ημέρα.

Μην σας πιάνει πανικός για τα κιλά

Το ότι ξεφύγατε λίγο τις ημέρες του Πάσχα δεν σημαίνει ότι ήρθε η συντέλεια του κόσμου. Όλα διορθώνονται και τακτοποιούνται. Πρέπει να εκτιμήσετε την ανάγκη σας να βρεθείτε μαζί με αγαπημένα πρόσωπα γύρω από το εορταστικό τραπέζι και να περάσετε μερικές όμορφες στιγμές μαζί τους. Το εορταστικό τραπέζι, όπως και να το κάνουμε, αποτελεί κομμάτι της κουλτούρας μας και το νόστιμο φαγητό, όντως, επιδρά θετικά στη διάθεσή μας. Αυτό βέβαια δεν σημαίνει ότι πρέπει να φτάσουμε στο άλλο άκρο.

Υπάρχουν διάφορες έρευνες που μελέτησαν τη συμπεριφορά ατόμων στις γιορτές. Σε μία από αυτές είχαν 2 ομάδες, τα άτομα που είχαν επιτυχώς χάσει κάποια κιλά και τα άτομα φυσιολογικού βάρους. Η μελέτη, αν και με λίγους ασθενείς, είδε ότι τα άτομα που είχαν χάσει βάρος, ήταν πιο επιρρεπή στο να χάσουν τον έλεγχο στις γιορτές συγκριτικά με αυτά που είχαν φυσιολογικό βάρος. Εννοείται ότι χρειάζονται έρευνες με περισσότερα άτομα, αλλά και μόνο από αυτά τα ευρήματα μπορούν να εξηγηθούν κάποιες συμπεριφορές.



Καλό είναι επίσης να ελευθερωθούμε από τις ενοχές που μας κυριεύουν, όταν τρώμε κάτι διαφορετικό αυτές τις ιδιαίτερες μέρες. Το ερώτημα στη συγκεκριμένη περίπτωση βέβαια, είναι σε τι ποσότητα το φάγαμε και πόσο ελέγξαμε τη διατροφή μέσα στην ημέρα, αλλά και τις προηγούμενες μέρες. Όλα είναι θέμα στρατηγικής. Και το σημαντικότερο: Να κοιτάζουμε να χαρούμε τις στιγμές με τους δικούς μας.

Συμπερασματικά

Αποτελεί κλασικό μότο, αλλά είναι απαραίτητο. Η ζωή θέλει μέτρο, που σημαίνει ότι και στο φαγητό αν υπάρχει μέτρο, τότε μπορούμε και απολαμβάνουμε και τις στιγμές μας πιο καλά. Πέρα από το φαγητό, ας κοιτάξουμε να απολαύσουμε τις όμορφες οικογενειακές στιγμές γύρω από το τραπέζι και ας μην τις επισκιάσουμε με καταστάσεις που μπορεί να προκληθούν λόγω της αυξημένης κατανάλωσης φαγητού. Ας μάθουμε να σεβόμαστε τη ζωή και το σώμα μας. Αυτές τις μέρες, με όλα τα προβλήματα που υπάρχουν, έχουμε ανάγκη από όμορφες στιγμές και ουσιαστικές. Το φαγητό δεν είναι το παν. Άλλα έχουν σημασία. Τα φαγητά αποτελούν ένα μέρος των όμορφων στιγμών.

Εύχομαι Καλή Ανάσταση σε όλους σας!

Βιβλιογραφία:

- Ψιλάκης Νίκος, Ψιλάκη Μαρία (2001) Κρητική Παραδοσιακή Κουζίνα, Το θαύμα της κρητικής διατροφής, Εκδόσεις Καρμάνωρ, Ηράκλειο
- Phelan S et al (2008) Holiday weight management by successful weight losers and normal weight individuals, Journal of consulting and clinical Psychology, 76 (30), pp 442-448



Του ΓΙΩΡΓΟΥ
ΣΤΑΥΡΙΑΝΟΥΔΑΚΗ

Γ.Σ. ΕΛΕΥΘΕΡΙΟΣ ΒΕΝΙΖΕΛΟΣ

Θετικά και τα πρώτα φρετινά δείγματα από την ακαδημία



Τους καθιερωμένους εσωτερικούς αγώνες παιδιών που αποτελούν την ακαδημία στίβου διοργάνωσε πρόσφατα ο Γ.Σ. Ελευθέριος Βενιζέλος και τα συμπεράσματα από τους υπεύθυνους του συλλόγου είναι θετικά, αφού τ' αποτελέσματα και η γενικότερη παρουσία αθλητών και αθλητριών που προορίζονται για να στελεχώσουν στην πορεία τις αγωνιστικές ομάδες, κρίνονται κάτι παραπάνω από θετικά.

Οι αγώνες διεξήχθησαν σε δυο... δόσεις και πρώτα αγωνίστηκαν, στα πολύαθλα, τα ηλικιακά μεγαλύτερα παιδιά (12-13 ετών, μαθητές-τριες Στ' Δημοτικού και Α' Γυμνασίου), δηλαδή οι κατηγορίες παμπαίδων - παγκορασίδων Β'.

Ακολούθησε η διοργάνωση των μικρών αθλητών και αθλητριών (8-11 ετών, μαθητές-τριες Β'-Ε' τάξης Δημοτικού), αυτών που αποτελούν τις κατηγορίες μίνι παμπαίδων - παγκορασίδων και προπονούνται στα τρία γκρουπ ακαδημιών τα οποία λειτουργούν (σε Ε.Σ. Χανίων, Αμπεριά και Γαλατά). Να σημειωθεί ότι για τα παιδιά της Δ' και Ε' τάξης λειτούργησε και ως κριτήριο για τη συγκρότηση της ομάδας που θα πάρει μέρος στο παγκρήτιο πρωτάθλημα μίνι.

Με τη βοήθεια προπονητών της Ακαδημίας, αλλά και των ηλικιακά μεγαλύτερων τμημάτων, οι αγώνες διεξήχθησαν χωρίς προβλήματα και όλοι οι μετέχοντες έδειξαν να απολαμβάνουν

την ευκαιρία να ξεφύγουν από τη... ρουτίνα των προπονήσεων.

Στη συνέχεια δημοσιεύονται οι πρώτοι-τες των δυο κατηγοριών και μια σύντομη δήλωση του υπεύθυνου προπονητή της ακαδημίας του Γ.Σ. Ελευθέριος Βενιζέλος, Τάσου Βόλτση, ενώ οι φωτογραφίες είναι από απονομές, αλλά και αγώνες των δυο κατηγοριών.

ΠΟΛΥΑΘΛΑ ΠΠ-ΠΚ Β'

Κάθε παιδί πήρε μέρος σε τρία αγωνίσματα, δηλαδή ένα δρομικό (60μ. ή 60μ. εμπόδια ή 1000μ.), ένα αλτικό (μήκος ή ύψος), ένα ριπτικό (μπαλάκι ή σφαίρα) και η συνολική βαθμολογία των πρώτων ήταν η παρακάτω.

Παγκορασίδες Β': Τσατσαρώνη Τόνια (έτος γεν. 2001) 43β, Μαράκη Αντωνία (2002) 41, Μπομπολάκη Εμμανουέλα (2002) 41, Τζόνσον

Νοράγια (2001) 40.

Στα 60μ. κέρδισε η Τζόνσον (8.33), στα 60μ. εμπόδια η Μπουντάκη Μυρτώ (έτος γεν. 2002- με χρόνο 12.72), στα 1.000μ η Μπλιαρά Μαρία (2001 - 3.51.32), στο μήκος η Τσατσαρώνη (4.50μ.), στο ύψος η Σπαράκη Αγγελική (2002 - 1.30μ.), στο μπαλάκι η Μπομπολάκη (37.50μ.) και στη σφαίρα η Χειλαδάκη Μυρτώ (2002 - 5.36μ.).

Παμπαίδες Β': Μπενάκης Δημήτρης (2001) 37β, Τζολάκης Κωνσταντίνος (2002) 32, ενώ 3οι -με 31β- ήταν οι Αρτεμάκης Γιώργος (2002), Καρταράκης Γρηγόρης (2002) και Τιχομιρόβ Θωδωρής (2001).

Στα 60μ. κέρδισε ο Μπενάκης (8.22), στα 60μ. εμπόδια ο Μαθιέλης Αλέξανδρος (2002-16.73), στα 1.000μ. ο Παπαπλιάκης Ηλίας (2002-3.55.47), στο ύψος ο Τζολάκης (1.38μ.), στο μήκος ο Μπενάκης (4.36μ.) και στο μπαλάκι ο

Τζολάκης (44.50μ).

ΜΙΝΙ ΠΠ-ΠΚ

Β' ΤΑΞΗ

50μ.

Κορίτσια: Κουρκουνάκη Παυλίνα 8.64, Αργυροπούλου Τζωρτζίνα 8.66, Μπονάτου Σταυρούλα 8.90. **Αγόρια:** Παπαφράγκος Δημήτρης 8.97, Μπιστάκης Αναστάσιος 8.99, Σούνας Γιάννης 9.07

Μπαλάκι

Κορίτσια: Καννέλη Νεκταρία 13.10μ., Λουτζακλή Ρεβέκκα 7.70, Ζερβουδάκη Κωνσταντίνα 7.70. **Αγόρια:** Παπαπάνος Αντώνης 22.70μ, Μαλαμαδάκης Γιώργος 16.20, Μπασούνας Νίκος 13.70.

Μήκος

Κορίτσια: Βλαστάκη Παρασκευή 2.80μ, Ντακογιάννη Κατερίνα 2.60, Κατσούλη Κορίνα 2.60.

Γ' ΤΑΞΗ

50μ

Κορίτσια: Σταφυλαράκη Αγγελίνα 8.38, Σακελλάρη Χαρισία 8.42, Σκουλούδη Αθηνά 9.08. **Αγόρια:** Τσίκος Αργύρης 8.33, Καλανδράνης Θανάσης 8.35, Λυκούδης Νικόλαος 8.41.

Μπαλάκι

Κορίτσια: Τζατζιμάκη Αφροδίτη 17.30μ, Νικολουδάκη Ελπίδα 17/10, Τσιτονάκη Τόνια 12.90. **Αγόρια:** Πουμπλιάκης Αποστόλης 29μ, Πενταράκης Ανδρέας 28.20, Χατζάκης Γιάννης 26.20.

Μήκος

Κορίτσια: Μανούσκα Αθηνά 2.50μ, Σακελλάρη Εμμανουέλα 2.40, Σκουλούδη Ειρήνη





2.40. Αγόρια: Σαχπαζίδης Ιωάννης 3.35μ, Πατεράκης Θέμις 3.30, Θεοδοσάκης Νίκος 3.20.

Δ' ΤΑΞΗ

50μ.

Κορίτσια: Σημαντηράκη Ειρήνη 7.63, Ιερωνυμάκη Ισμήνη 8.25, Στρατάκη Γεωργία 8.27. Αγόρια: Σαρρής Μάνος 8.06, Παπαδάκης Αντώνης 8.32, Ντακογιάννης Μάριος 8.67.

600μ.

Κορίτσια: Νιαυραδάκη Κατερίνα 2.16.8, Γιανναράκη Μυρτώ 2.34.6, Μαλαμά Χριστίνα 2.44.0. Αγόρια: Μπούλακας Μάριος 2.30.7, 2ος Κοκολάκης Δημήτρης 2.40.8.

Μπαλάκι

Κορίτσια: Σπαράκη Σοφία 21.10μ, Καζάκου

Μαρία 18.70, Τζατζιμάκη Σοφία 13.40. Αγόρια: Δασκαλάκης Θωδωρής 26.20μ., Χειλαδάκης Κωνσταντίνος 22.10, Κάβουρας Σωτήρης 19.70.

Μήκος

Κορίτσια: Κοτζαμικάλη Αναστασία 3.70μ., Οικονομίδου Ελένη 3.10, Πετράκη Ζωή 3μ, Δασκαλάκη Ειρήνη 3μ, Πρασάκη Μιχαέλα 3μ. Αγόρια: Ηλιάδης Φώτης 3.30μ, Γεωργουσάκης Γιάννης 3.10, Καλαγάνης Μιχάλης 2.70.

Υψος

Κορίτσια: Σαρηνανώλη Αντωνία 1μ.

Ε' ΤΑΞΗ

50μ

Κορίτσια: Κατσούλη Έλενα 7.40, Γανίδη Αθανασία 7.41, Weich Μαρία 7.86. Αγόρια: Ντου-



τουνάκης Γιάννης 7.76, Νερατζάκης Ιάσωνας 8.37, Καντεράκης Στέφανος 8.43, Καρράς Αργύρης 8.43.

600μ

Κορίτσια: Μπικήκου Μαρία 2.18.1, Τζανακάκη Λυδία 2.22.0, Σπαράκη Χαρά 2.23.7. Αγόρια: Καλλιβερέτακης Μιχάλης 2.04.9, Καφαντάρης Στέφανος 2.12.2.

Μπαλάκι

Κορίτσια: Σκουλούδη Χριστίνα 24.80μ, Τσουρουνάκη Σοφία 22.10, Πουμπλάκη Γεωργία 20.10. Αγόρια: Κοκκινάκης Νίκος 35.40μ, Μπου-

ζάκης Κωνσταντίνος 34.30, Τσοντάκης Ηλίας 27.60.

Μήκος

Κορίτσια: Κληματσάκη Κατερίνα 3.60μ, Πετράκη Φραντζέσκα 3.50, Τριανταφύλλου Αθηνά 3.30. Αγόρια: Θεοδοσίου Εμμανουήλ 4.30μ, Μητρόπουλος Ηλίας 3.90, Καφεσάκης Μανούσος 3.40.

Υψος

Κορίτσια: 1η Τζομπανάκη Αργυρώ 1.05μ. Αγόρια: Κουβεδάκης Γιώργος 1.15μ, 2ος Μαθιουδάκης Σπύρος 0,95μ.



ΤΑΣΟΣ ΒΟΛΤΣΗΣ

«Τα τελευταία χρόνια διοργανώνουμε, την άνοιξη, το μίνι πρωτάθλημα για μαθητές και μαθήτριες Β' - Ε' τάξης Δημοτικού και τα πολυάθλα παμπαίδων - παγκορασίδων Β', δηλαδή για παιδιά της Στ' Δημοτικού και της Α' Γυμνασίου, τα οποία και αποτελούν το προαγωνιστικό τμήμα του συλλόγου μας. Στην πρώτη κατηγορία οι συμμετοχές ήταν περίπου 170, ενώ στη δεύτερη ξεπέρασαν τις 80. Για τους αθλητές και τις αθλήτριες της Δ' και Ε' τάξης Δημοτικού, που ανήκουν στη μίνι κατηγορία, οι αγώνες ήταν οι προκριματικοί εν όψει του παγκρήτιου πρωταθλήματος μίνι παμπαίδων - παγκορασίδων, το οποίο θα γίνει στο Ηράκλειο, στις 3 Μαΐου. Σε αυτούς ο "Ελευθέριος Βενιζέλος", όπως

και οι άλλοι σύλλογοι του νησιού μας, θα εκπροσωπηθεί από 4 αγόρια και τέσσερα κορίτσια σε 5 αγωνίσματα (50μ., 600μ., ύψος, μήκος και μπαλάκι), έχοντας στόχο μια καλή εμφάνιση, σε μια διοργάνωση που πέρυσι πήρε 7 κύπελλα, σε σύνολο 10 που απονεμήθηκαν.

Με την ευκαιρία, θέλω να ευχαριστήσω τους συναδέλφους προπονητές στην Ακαδημία, που είναι οι Βίκυ Γεωργαντά, Σταυρούλα Παπαφιλιάκη, Κατερίνα Νοτάκη, Ελευθερία Κουφογιαννάκη (έχει την ευθύνη της ακαδημίας στη Ν. Κυδωνίας, η οποία προπονείται στο γήπεδο του Ιδομενέα Γαλατά), την Ειρήνη Ηλιάκη (έχει την



ευθύνη της ακαδημίας στην Αμπεριά, ενώ είναι και στο προαγωνιστικό) και τον Στέλιο Παντελιδάκη (και αυτός είναι στο προαγωνιστικό τμήμα), τόσο για την πολύ καλή συνεργασία που έχουμε, όσο και για τη συμβολή τους στη διοργάνωση των δυο αγώνων.

Ακόμη, εκ μέρους του τμήματος στίβου, ευχαριστώ τους γονείς των παιδιών για τη στήριξη και την εμπιστοσύνη που δείχνουν στον σύλλογό μας, όλους όσους βοήθησαν στις δυο διοργανώσεις και βέβαια στους χορηγούς μας, για την υποστήριξή τους».



Επιμέλεια:
ΣΑΚΗΣ ΚΟΥΒΑΤΣΟΣ
info@herb.gr

Συνταγές με βότανα

Μερικές ασθένειες όπως η δυσκοιλιότητα και το κρυολόγημα αντιμετωπίζονται ικανοποιητικά ή ακόμα και θεραπεύονται με τη χρήση φυτών. Πολλές άλλες ασθένειες απαιτούν τη συνηθισμένη ιατρική αντιμετώπιση, αν και σε τις περιπτώσεις μία θεραπεία μπορεί να υποβοηθηθεί με τα κατάλληλα αφεψήματα που βελτιώνουν την κυκλοφορία του αίματος και αυξάνουν την απομάκρυνση τοξικών ουσιών. Σε κάθε περίπτωση όμως πριν τα χρησιμοποιήσετε πρέπει να συμβουλευέστε τον γιατρό σας. Θα αναφερθούμε σήμερα σε συνταγές που λαμβάνουμε ως ροφήματα ή ως καταπλάσματα αναλόγως του προβλήματος που αντιμετωπίζουμε.



Φιλιπέντουλα



Σημύδα



Δρυς



Γλυκάνισσο



Πλάνταγο



Μοηλόχα

Ρευματισμοί

Αυτή η πολύ διαδεδομένη πάθηση, δεν μπορεί να θεραπευθεί εκτός και αν ήπαρ, νεφρά και έντερο λειτουργούν φυσιολογικά. Για τον λόγο αυτό είναι πάντα χρήσιμο κάθε φαρμακευτική αγωγή να συνοδεύεται από ένα αφέψημα με ελαφρά διουρητική δράση.

Για τις γυναίκες ένα καλό μίγμα είναι το εξής: Φιλιπέντουλα 20%, Σημύδα 20%, ίλεξ ο οξύφυλλος 20%, φύλλα Καστανιάς 20%, φύλλα Πλαντάγου 10% και φλοιό Κανέλλας 10%. Βράζουμε δύο κουταλιές της σούπας από αυτό το μίγμα για 5 λεπτά σε ένα λίτρο νερό. Σουρώνουμε και πίνουμε ένα φλιτζάνι κάθε μισή ώρα το πρωί.

Για τους άνδρες ένα ενδιαφέρον μίγμα είναι το εξής: Φράξιμος 20%, Τίλιο 20%, Άρκευθο 20%, ρίζα Μαϊτανού 20%, φύλλα Τουσσιλάγκου 10% και Θυμαρί 10%.

Προσθέτουμε ένα λίτρο βραστό νερό σε δύο κουταλιές από αυτό το μίγμα και το αφήνουμε να σταθεί. Σουρώνουμε και πίνουμε ένα φλιτζάνι κάθε μισή ώρα το πρωί.

Για ένα καλό βραδινό ύπνο, θα βοηθηθείτε με ένα ποδόλουτρο που κάνουμε αναμιγνύοντας σε ίσες ποσότητες αλεύρι Σιναπιού, αλεύρι Λιναριού και Τσουκνίδα. Προσθέτουμε σε 4 κουταλιές της σούπας από το μίγμα αυτό, δύο λίτρα νερού θερμοκρασίας 50 βαθμών Κελσίου. Περιμένουμε για 10 λεπτά και κατόπιν προσθέτουμε 2-3 λίτρα νερό θερμοκρασίας 40 βαθμών Κελσίου και κάνουμε το ποδόλουτρο μας.

Αϋνία

Όσοι έχουν δυσκολία να αποκοιμηθούν, ή να ξανακοιμηθούν σε περίπτωση που ξυπνήσουν, μπορούν να πίνουν αργά το απόγευμα ένα από τα δύο εγχύματα που ακολουθούν.

Έγχυμα Α: Μελισσόχορτο 30%, Μαντζουράνα 30%, κοπανισμένο Γλυκάνισσο 20%, Βαλεριάνα 20%.

Έγχυμα Β: Άνθη Πορτοκαλιάς 20%, άνθη Λεβάντας 20%, φύλλα Κράταιγου 30%, Γλυκόριζα 30%.

Προσθέτουμε μισό λίτρο βραστό νερό σε μία κουταλιά της σούπας από το μίγμα και το αφήνουμε να σταθεί για 10 λεπτά. Σουρώνουμε και

πίνουμε αργά το απόγευμα.

Βοηθά επίσης το ποδόλουτρο με φλοιό Δρυός 30%, Θυμαρί 30%, Άρνικα 20%, Τίλιο 20%. Βράζουμε 5 κουταλιές της σούπας από το μίγμα για λίγα λεπτά μέσα σε 2 λίτρα νερό. Το αφήνουμε να σταθεί για 10 λεπτά, σουρώνουμε και προσθέτουμε ένα με δύο λίτρα κρύου νερού. Να τρώτε ελαφρά και νωρίς το απόγευμα, κατά προτίμηση ζεστό φαγητό και όχι αργότερα από τις 7 μ.μ.

Βρογχίτιδα (βήχας)

Το κρυολόγημα είναι εύκολο να θεραπευθεί εάν αντιμετωπισθεί έγκαιρα. Ένα καλό έγχυμα είναι το ακόλουθο: Ρίζα γλυκόριζας 20%, άνθη Τουσσιλάγκου 20%, άνθη Μολόχας 20%, Θυμαρί 20%, αλεσμένο Γλυκάνισσο 20%. Βάζουμε δύο κουταλιές της σούπας από το μίγμα σε μισό λίτρο βραστό νερό και το αφήνουμε σκεπασμένο για 10 λεπτά. Σουρώνουμε, προσθέτουμε σαν γλυκαντικό μέλι ή αν θέλουμε μερικές σταγόνες κονιάκ ή τσικουδιάς αν το επιθυμείτε. Το πίνουμε πρωί, μεσημέρι και βράδυ αλλά όχι περισσότερο από τρεις φορές την ημέρα. Η θεραπεία μπορεί να επιταχυνθεί με έμπλαστρο από αλεύρι Λιναρόσπορου. Αυτό φτιάχνεται με ένα λίτρο βραστό νερό στο οποίο βάζουμε 250 γραμμάρια λιναρόσπορο. Το βράζουμε μέχρι να δέσει και κατόπιν προσθέτουμε σε αυτό μία πρέζα φύλλα Θυμαριού και Μέντας. Τρώτε πολλά φρούτα και ιδιαίτερα πορτοκάλια και λεμόνια.

Ακμή

Η άνοιξη είναι η κατάλληλη εποχή για θεραπείες καθαρισμού, που απαλλάσσουν το σώμα από κάθε περιττή ουσία. Ένα από τα ροφήματα για μία ανοιξιάτικη θεραπεία είναι το εξής: Φλοιός ράμνου Φράγκουλα 30%, άγιος πανσές 30%, φύλλα Σημύδας 20%, Φιλιπέντουλα 20%. Ρίχνουμε μία μεγάλη κουταλιά από το μίγμα σε μισό λίτρο βραστό νερό. Το αφήνουμε σκεπασμένο για 10 λεπτά και το σουρώνουμε. Πίνουμε 1 με 2 φλιτζάνια τις απογευματινές και βραδινές ώρες. Συμπληρώνουμε τα γεύματα με σαλάτες από ραπάνια, πικραλίδα, κάρδαμο ή νεροκάρδαμο. Να ντύνεστε ζεστά.