

Χανιώτικα νέα

ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ 24 Φεβρουαρίου 2018

διαδρομές

ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΣ / ΤΕΧΝΕΣ / ΙΣΤΟΡΙΑ / ΒΙΒΛΙΑ / ΜΟΥΣΙΚΗ / ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ



ΜΕΣΑ ΑΠΟ ΤΗ ΔΡΑΣΗ: “ΧΟΡΕΥΩ ΑΡΑ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΩ”

Δίνοντας “ρυθμό”
σε σχολεία των Χανίων



ΕΛΙΑ ΚΟΥΜΛΗ

diadromes@haniotika-nea.gr

editorial



Δέκα επαγγελματίες χορευτές και 100 μαθητές από 5 σχολεία του Νομού μας θα βρεθούν σήμερα στις 7 απόγευμα στη σκηνή του Θεάτρου "Μίκης Θεοδωράκης" στο Παλιό Τελωνείο για μια παράσταση σύγχρονου χορού που είναι το αποτέλεσμα ενός προγράμματος ("Dancing to Connect" ή "Χορεύω, άρα επικοινωνώ") του Ιδρύματος Ωνάση που για δέκα ημέρες ακολούθησαν στις αίθουσες των σχολείων!

«Οι μαθητές απελευθερώνουν δυνάμεις, εξελίσσονται, εκφράζουν τα συναισθήματά τους ελεύθερα και διευρύνουν τους ορίζοντές τους» μέσα από την Τέχνη του χορού, ενώ ακολουθώντας το συγκεκριμένο πρόγραμμα, τα παιδιά συνεργάστηκαν και συνειδητοποίησαν ότι τίποτα δεν είναι αδύνατο να συμβεί όταν πολύ το θέλεις και δουλέψεις γι' αυτό...

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

24/2

Θεόδωρος,
Θεοδώρα

25/2

Ρήγας
Ρεγγίνα,
Λωξάνδρα,
Ρωξάνη
Ορθούλα
Άξιος,
Άξια

26/2

Ανατολή
Πορφύριος,
Πορφυρία,
Σεβαστιανός,

28/2

Κύρα,
Μαριάννα

1/3

Ευδοκία,
Παράσχος,
Πάρης,
Χαρίσιος

2/3

Ευθαλία

σελ. 3 - Πολιτισμός

σελ. 4 - 5 ~ Δίνοντας "ρυθμό"
σε σχολεία των Χανίων

σελ. 6 ~ Πολιτισμός

σελ. 7 ~ Παιδότοπος

σελ. 8 ~ Υγεία & Βότανα

σελ. 9 ~ Ιστορία της Ιατρικής

σελ. 10 ~ Αφορμή, Βιβλία



ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΒΙΒΛΙΟΥ ΣΤΗ ΧΑΛΕΠΑ

"Κρήτη. Το νησί των προσαρμογών"

Παρουσίαση του βιβλίου του Δρ Ιστορίας Μάνου Περάκη με τίτλο «Κρήτη. Το νησί των προσαρμογών. Οικονομία και κοινωνία τον 19ο αιώνα (1830-1913)», θα πραγματοποιηθεί την Δευτέρα 26 Φεβρουαρίου και ώρα 7 μ.μ. στην Αίθουσα «Σταύρος Σ. Νιάρχος» του Μεγάρου Μητροπολίτης Ειρηναίος Γαλανάκης, στη Χαλέπα Χανίων.

Το βιβλίο αποτελεί συνέκδοση του Εθνικού Ιδρύματος Ερευνών και Μελετών «Ελευθέριος Κ. Βενιζέλος», της Εταιρίας Κρητικών Ιστορικών Μελετών και των εκδόσεων Ασίτη.

Πρόκειται για πρωτότυπη δημοσίευση, η οποία εστιάζει στους τομείς της κοινωνίας και της οικονομίας και στις σπουδαίες μεταβολές που γνώρισαν κατά τη διάρκεια του 19ου αιώνα και ειδικότερα την περίοδο 1830-1913. Τα βασικά ερωτήματα, μεταξύ πολλών που θέτει ο συγγραφέας, είναι εάν και κατά πόσο η Κρήτη, το νησί με την κομβική θέση στη λεκάνη της ανατολικής Μεσογείου, επηρεάστηκε από την παγκόσμια/ευρωπαϊκή οικονομία και εάν και κάτω από ποιους όρους επιτεύχθηκε η επιβίωση των Κρητών στο μεταβαλλόμενο παγκόσμιο οικονομικό πλαίσιο του 19ου αιώνα. Με τη συστηματική χρήση πλήθους δημοσιευμένων και δημοσιευμένων πηγών και

την κριτική προσέγγισή τους ο Μάνος Περάκης κατορθώνει να ανασυνθέσει μία πολύπλευρη απεικόνιση των κοινωνικών και οικονομικών εξελίξεων του 19ου αιώνα στην Κρήτη, στο νησί των προσαρμογών, όπως ο ίδιος χαρακτηριστικά το ονομάζει.

Στην παρουσίαση, που διοργανώνεται από το Εθνικό Ίδρυμα «Ελευθέριος Κ. Βενιζέλος», θα μιλήσουν για το βιβλίο οι: Γιάννης Κοκκινάκης, επίκουρος καθηγητής του Τμήματος Ιστορίας και Αρχαιολογίας του Πανεπιστημίου Κρήτης, Άρης Τσαντηρόπουλος, επίκουρος καθηγητής Τμήματος Φιλοσοφικών και Κοινωνικών Σπουδών του Πανεπιστημίου Κρήτης, Στέλλα Αλιγιζάκη, φιλόλογος-ιστορικός, ενώ αντιφώνηση θα κάνει ο συγγραφέας. Την εκδήλωση θα συντονίζει η Αργυρώ Βατσάκη, Ιστορικός, Υπεύθυνη Ερευνητικών Προγραμμάτων Ιδρύματος.

"ΟΠΩΣ ΚΑΙ ΑΝ ΕΡΘΕΙ
ΑΥΤΟ ΤΟ ΒΡΑΔΥ"

Παρουσίαση της συλλογής διηγημάτων του Διονύση Μαρίνου: «Όπως και αν έρθει

αυτό το βράδυ», οργανώνουν οι εκδόσεις Μελάκι και το βιβλιοπωλείο "Το βιβλίο" τη Δευτέρα 26 Φεβρουαρίου στις 7.30 μ.μ. στο χώρο του βιβλιοπωλείου (Πλατεία Κολοκοτρώνη 29, Χανιά).

Ο συγγραφέας θα συνομιλήσει για το βιβλίο με τον ποιητή Λεωνίδα Κακάρογλου.

"ΣΗΜΕΙΟ ΜΗΔΕΝ"

Παρουσίαση του βιβλίου της Κωνσταντίνης Χαριτάκη «Σημείο Μηδέν» οργανώνουν η Περιφερειακή Ενότητα Χανίων και οι Εκδόσεις Ραδάμανθους την Τετάρτη 28 Φεβρουαρίου στις 7.30 μ.μ. στην αίθουσα του Δ.Σ. του Πνευματικού Κέντρου.

Η εκδήλωση περιλαμβάνει προβολή video, παρεμβάσεις και συζήτηση για το βιβλίο, αφήγηση και μουσικές εκπλήξεις.

Για το βιβλίο θα μιλήσουν:

•Μαρία Καλουδάκη, Φιλολόγος

•Κυριάκος Κώτσογλου, Μηχανικός Παραγωγής & Διοίκησης, MSc, PhD, Περιφερειακός Σύμβουλος Κρήτης, Εντεταλμένος Σύμβουλος Ηλεκτρονικής Διακυβέρνησης, Γενικός Διευθυντής του Ομίλου Επιχειρήσεων Caldera-E. Κρομμυδάκης

•Χρήστος Τσαντής, Συγγραφέας, Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας

•Κωνσταντίνα Χαριτάκη, Συγγραφέας του βιβλίου, Μηχανολόγος - Μηχανικός Διαβάσει ο ηθοποιός: Λευτέρης Λαμπράκης

Συμμετέχουν οι μουσικοί: Γιάννης Γομπάκης, Βιολί - Μαντολίνο,

Κυριάκος Μπερτάκης, Λαούτο

τεύχος 767
Εβδομαδιαίο Πολιτιστικό Ενθετο
της εφημερίδας "Χανιώτικα Νέα"

ΙΔΙΟΚΤΗΣΙΑ: ΧΑΝΙΩΤΙΚΑ ΝΕΑ -
ΕΚΤΥΠΩΤΙΚΗ Α.Ε.

ΙΔΡΥΤΗΣ: Γιάννης Ε. Γαρεδάκης
ΕΚΔΟΤΗΣ: Μανώλης Α. Γαρεδάκης
ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ:
Παρασκευάς Ν. Περάκης
ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ ΕΚΔΟΣΗΣ
"ΔΙΑΔΡΟΜΩΝ":
Ελευθερία Μ. Κουμή

ΔΗΜΟΣΙΟΓΡΑΦΙΚΗ ΟΜΑΔΑ:
Γιώργος Δρακάκης, Γιώργος
Κώνστας, Γιάννης Λυβιάκης,
Δημήτρης Μαριδάκης, Γιάννα
Μαρουλοσφάκη, Βασιλική
Τωμαδάκη, Ελένη Φουντουλάκη

ΣΕΛΙΔΟΠΟΙΗΣΗ:
Δέσποινα Βάλλα, Νίκη Ξυφανταράκη,
Ελένη Σταυρίδη
ΔΙΟΡΘΩΣΕΙΣ:
Νεκτάριος Κακατσάκης
ΠΙΣΤΕΤΕΣ: Hussein Rajaitikhar,
Γιάννης Περάκης,

Γιώργος Στεφανάκης
ΣΥΝΤΑΞΗ: Εμπορικό Κέντρο
"Ερμής" (Μπουνιαλή 11-19)
τηλ. 28210 51.003 - 6,
fax 28210 51.007
e-mail: info@haniotika-nea.gr

ΓΡΑΦΕΙΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ:
Καραϊσκάκη 49, τηλ. 28210 70.563 -
6 fax 28210 91.900
Διαφημιστικό Τμήμα:
Εύα Κουμή τηλ.: 2821070.563 - 6
e-mail: ads@haniotika-nea.gr

ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΕΪΣΤΕ
μαζί μας στο

diadromes@haniotika-nea.gr

ΣΕ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΚΑΙ Κ.Α.Μ.

Μουσικές παραστάσεις

Μουσική παράσταση με τίτλο: «Μούσες, Νύμφες και Ερινύες» θα δώσουν οι Vamos Ensemble και η Ιωάννα Φόρτη την Τετάρτη 28 Φεβρουαρίου στις 9 μ.μ. στο Πνευματικό Κέντρο Χανίων.

Όπως αναφέρεται σε σχετική ανακοίνωση, «οι Vamos Ensemble και η Ιωάννα Φόρτη μέσα από την παράσταση «Μούσες, Νύμφες και Ερινύες» επιχειρούν να φωτίσουν τα χαρακτηριστικά της έννοιας «Γυναίκα» μέσα στην Ιστορία. Την Γυναίκα μορφή, σύμβολο, ιδέα, που εδώ και αιώνες απασχολεί τη Λογοτεχνία, τις Τέχνες, τη Μουσική, την Επιστήμη.

Μια παράσταση με μουσικές και τραγούδια, από διαφορετικές εποχές και κουλτούρες, μαζί με εικόνες και κείμενα, μέσα από τη καλλιτεχνική ματιά των Vamos Ensemble». Το «Vamos Ensemble» είναι ένα σύνολο ερασιτεχνών και επαγγελματιών μουσικών με κοινές καλλιτεχνικές αναζητήσεις και αγάπη για τη μουσική και τη σύμπραξη. Πρωτοεμφανίστηκε στα Χανιά πριν από τέσσερα χρόνια και έχει ήδη μια πολύ σημαντική παρουσία στη μουσική σκηνή της Κρήτης. Είναι ένα δεκαοκταμελές σχήμα με όψη και σύνθεση συμφωνικής ορχήστρας που έχει τη δυνατότητα να προσεγγίζει ιδιώματα και να ερμηνεύει μουσικές από όλον τον κόσμο μέσα από τον πολύ ιδιαίτερο «προσωπικό» του ήχο. Η Ιωάννα Φόρτη, από τις πλέον έμπειρες και ευέλικτες Ελληνίδες τραγουδίστριες, έχει διακριθεί σε ένα ασυνήθιστα ευρύ ρεπερτόριο, που περιλαμβάνει όπερα, οπερέτα, μπαρόκ, λόγια, έντεχνη και λαϊκή ελληνική μουσική, μιούζικαλ και άλλα. Η γνωριμία της με τον Μίκη Θεοδωράκη το 2000 σηματοδότησε το ξεκίνημα μιας καριέρας που περιλαμβάνει εμφανίσεις σε μεγάλα θέατρα σε Ελλάδα,

Νέα Υόρκη, Λονδίνο, Γερμανία (Carnegie Hall, Queen Elisabeth Hall, Neuköllner Oper Berlin, Ηρώδειο, Επίδαυρο, Μέγαρο Μουσικής, κ.λπ.), συνεργασίες με τους σημαντικότερους έλληνες συνθέτες, μαέστρους, τραγουδιστές και σκηνοθέτες, ηχογραφήσεις και δισκογραφία. Έχει διατελέσει μέλος της χορωδίας της ΕΡΤ και σολίστ της Εθνικής Λυρικής Σκηνής. Οι μουσικοί του «Vamos Ensemble» είναι: Έντμοντ Αλέξης – βιολί, Πέτρος Δούναβης – βιολί, Ισαβέλλα Σταυρίδου – βιολί, Tjarda Terpstra – βιολί, Έλενα Ορμυλιώτου – βιολί, Χριστίνα Πασχάλη – βιολί, Όλγα Παπαδημητρίου – βιολί, Γιώργος Βοναπάρτης – βιολί, Κατερίνα Σαραντινού – τσέλο, Μάνος Ζγουρίδης – τσέλο, Κώστας Κεχράκος – κοντραμπάσο, Πρόδρομος Καραδελόγγου – μαντολίνο, ούτι, κιθάρα, τραγούδι, Νίκος Φραγκιαδάκης – πιάνο, Theo Kraaijvanger – εufώνιο, Γιώργος Σταθόπουλος – τρομπόνι, Κώστας Κανέλλος – κλαρινέτο, Θανάσης Παπαθανασίου – κόρνο, μεταλλόφωνο, διεύθυνση ορχήστρας, Κυριάκος Αλεξίου – κρουστά.

Επιμέλεια οργάνωσης: Νίκος Φραγκιαδάκης
Καλλιτεχνική επιμέλεια & επιμέλεια προγράμματος: Κώστας Κεχράκος
Ενορχήστρωση & σχεδιασμός αφίσας: Θανάσης Παπαθανασίου.

Τιμή εισιτηρίου: 10 €

Προώληση εισιτηρίων: Βιβλιοπωλείο Πετράκη & Mikro Cafe

Κρατήσεις: στο τηλέφωνο 697 321 5114



Οι Vamos Ensemble θα εμφανιστούν στο Πνευματικό Κέντρο.

“ΩΔΗ ΣΤΗΝ ΑΓΑΠΗ”

Μουσικολογοτεχνική βραδιά, με τίτλο: “Ωδή στην αγάπη” συνδιοργανώνουν ο

Δήμος Χανίων, η ΚΕΠΠΕΔΗΧ-ΚΑΜ και η Ένωση Πνευματικών Δημιουργών Χανίων την Τετάρτη 28 Φεβρουαρίου στις 7 μ.μ. στο Κέντρο Αρχιτεκτονικής της Μεσογείου (Μεγάλο Αρσενάρι).

Όπως αναφέρεται σε σχετική ανακοίνωση, θα αποδοθούν σχετικά λογοτεχνικά κείμενα Μελών της ΕΠΔΧ από την κ. Άννα Μακράκη – Καρέλα, τ. Διευθύντρια της ΕΡΑ Χανίων, αλλά και ανάλογα τραγούδια.

Συμμετέχουν οι μουσικοί: Στέλιος Γαζιώτης (πλήκτρα), Γιάννης Τζαγκαράκης (μπουζούκι), Χαράλαμπος Ανδρεαδάκης (βιολί, κιθάρα) και η Ζαχαρένια Σημανδράκη (τραγούδι).

Θα υπάρχει παράλληλη προβολή διαφανειών με ζευγάρια της Μυθολογίας, Ιστορίας, Λογοτεχνίας, Μουσικής κ.α., όπως απεικονίζονται σε έργα διασήμων ζωγράφων της Αναγέννησης, μπαρόκ, ροκοκό, κλπ.

Η εκδήλωση τελεί υπό την αιγίδα του Διαπολιτισμικού Ευρωμεσογειακού Κέντρου UNESCO. Είσοδος ελεύθερη.



Η “Ωδη στην Αγάπη” θα πραγματοποιηθεί στο Κ.Α.Μ.

ΣΤΙΣ 2 ΜΑΡΤΙΟΥ

Στον “Κήπο” ο Στ. Κραουνάκης

Με τις ξεχωριστές του μελωδίες που μένουν ανεξίτηλες, στην ψυχή και το πάντα πληθωρικό του ταμπεραμέντο, ο μοναδικός Σταμάτης Κραουνάκης θα εμφανιστεί για μια και μόνο βραδιά στο ιστορικό καφέ «Κήπος» στα Χανιά την Παρασκευή 2 Μαρτίου, στις 21.30.

Με την χαρακτηριστικά αστραφτερή φωνή του που καθηλώνει την μαγική ρομαντική και ερωτική χροιά του ο Σταμάτης Κραουνάκης θα δονήσει με τις μουσικές και τα τραγούδια του όσους έχουν την χαρά να τον ακούσουν στο ιστορικό καφέ «Κήπος».

Μαζί του στο πιάνο Βασίλης Ντρουμπογιάννης και κιθάρα-μπουζούκι ο Βάιος Πράπας.



DOMME
CHANIA-MYKONOS

ΚΥΡΙΑΚΗ
25/02

ΕΝΑΡΞΗ 21:00

ΤΗΛ ΚΡΑΤΗΣΕΩΝ: 698 825 5011

ΨΑΡΑΝΤΩΝΗΣ
LIVE

ΔΡΑΣΕΙΣ ΣΤΟ ΚΛΕΙΣΙΜΟ ΤΗΣ ΟΜΑΔΙΚΗΣ ΕΚΘΕΣΗΣ

“Πρόσωπα και προσωπεία του 21ου αιώνα”

Με σειρά δράσεων θα κλείσει την Κυριακή 25 Φεβρουαρίου η ομαδική έκθεση: «Πρόσωπα και Προσωπεία του 21ου αιώνα» που πραγματοποιείται στο Κέντρο Αρχιτεκτονικής Μεσογείου (ΚΑΜ).

Όπως αναφέρεται σε σχετική ανακοίνωση, «οι καλλιτέχνες που συμμετέχουν σας καλούν να εξερευνήσετε μαζί τους το θεατό και αθέατο πρόσωπο της κοινωνίας και του ανθρώπου. Μια σειρά από ανοικτά εργαστήρια για όλους σας περιμένουν να γίνεται πρωταγωνιστές και δημιουργοί.

Από τις 11 το πρωί ως τη 1.30 το μεσημέρι και από τις 5.00 ως τις 7.30 το απόγευμα θα γίνουν τα ακόλουθα εργαστήρια :

•«Ο άλλος εγώ» με τη Στέλλα Δρυγιαννάκη : Με κλωστές, νήματα και παστέλ σε χαρτί θα κεντήσουμε το πρόσωπο του άλλου.

•«Το πρόσωπο μέσα από τα απορρίματα» με την Δήμητρα Χριστινάκη : Αντικείμενα που θεωρούμε σκουπίδια συνθέτουν το πρόσωπο της καταναλωτικής κοινωνίας .

•«Ο μικρός κολιόνε» με τον Κοσμά Λιλικάκη : Φιγούρες ενός λαϊκού ήρωα που θα πλά-

σουμε με τη φαντασία μας και απλά υλικά θα πλημμυρίσουν το ΚΑΜ.

•«Γίνε ο καθρέπτης μου» με την Μαρία Τσουνάκη : Ζωγραφίζουμε και τυπώνουμε το πορτρέτο του άλλου που είναι ο καθρέπτης μας. Μια εικαστική δράση σε ζευγάρια.

•«Το πρόσωπο στη πέτρα» με τη Λαμπρινή Μποβιάτσου. Με τη τεχνική του φροτάζ τα πρόσωπα ξεπηδούν από τις πέτρες και ζωστανεύουν στα χαρτιά.

•«STOP MARE MORTUM» Δημιουργούμε μέσα από ένα απλό οβάλ σχήμα ένα πορτρέτο αφιερωμένο στα θύματα των πολέμων και της προσφυγιάς, με διάφορα υλικά πάνω σε χαρτί.

Οι δράσεις θα γίνονται παράλληλα μέσα στον εκθεσιακό χώρο του ΚΑΜ και απευθύνονται σε όλες τις ηλικίες.

Η συμμετοχή είναι ελεύθερη και ο καθένας θα μπορεί να πάρει ότι δημιουργεί».

Διοργάνωση : Σύλλογος καλλιτεχνών για την προώθηση της τέχνης κατΑΡΤι, Δήμος Χανίων και ΚΕΠΠΕΔΗΧ – ΚΑΜ



ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΜΑΡΙΑΔΑΚΗΣ



Βιβλία και τσάντες μπαίνουν στην άκρη. Οι αίθουσες, το προαύλιο και οι διάδρομοι του σχολείου μετατρέπονται σε μια γιγαντιαία χορευτική σκηνή. Ακούγεται δυνατά μουσική. Ένας επαγγελματίας χορευτής δίνει κατευθύνσεις και τα παιδιά αυτοσχεδιάζουν. Μιλούν με το σώμα και εξομολογούνται πράγματα που -ίσως- δεν είχαν ειπωθεί ποτέ μέχρι σήμερα.



Οι χορευτές Ελενα Σταυροπούλου, Νικολέτα Καρμίρη, Αντώνης Στρούζας, Άρης Παπαδόπουλος, Κάντυ Καρρά, Δημόκριτος Σπφάκης, Μάρθα Πασακοπούλου, Αλέξανδρος Λασκαράτος, Γιάννης Νικολαΐδης, Ανδρονίκη Μαραθάκη, με την υπεύθυνη των εκπαιδευτικών προγραμμάτων της Στέγης του Ιδρύματος Ωνάση Μυρτώ Λάβδα.

ΜΕΣΑ ΑΠΟ ΤΗ ΔΡΑΣΗ: “ΧΟΡΕΥΩ ΑΡΑ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΩ”

Δίνοντας “ρυθμό” σε σχολεία των Χανίων

Ο λόγος για το πρόγραμμα “Dancing to Connect” ή “Χορεύω, άρα επικοινωνώ” που εδώ και περίπου 10 μέρες βρίσκεται σε εξέλιξη σε 5 σχολεία των Νομού Χανίων: το 1ο Γυμνάσιο, το Γυμνάσιο Βρυσών, το Γυμνάσιο και το ΓΕΛ Βουκολίων, το ΓΕΛ Σούδας και το 2ο ΕΠΑΛ.

Ενα πρόγραμμα της Στέγης Γραμμάτων και Τεχνών του Ιδρύματος Ωνάση που ξεκίνησε πριν από 6 χρόνια με αφετηρία μια συνεργασία με την ομάδα “Battery Dance” της Νέας Υόρκης. Από τότε επαγγελματίες χορευτές - δάσκαλοι χορού έχουν επισκεφθεί δεκάδες σχολεία στην Πάτρα, τα Ιωάννινα, τα Τρίκαλα την Κομοτηνή και την Αθήνα για να μοιραστούν με τα παιδιά τη μαγεία του σύγχρονου χορού. Τη μαγεία της επικοινωνίας.

Οι “διαδρομές” συνάντησαν τα μέλη της δημιουργικής αυτής ομάδας λίγο πριν ολοκληρωθεί το πρόγραμμα στα Χανιά. Ο χρόνος μετρούσε ήδη αντίστροφα καθώς απόψε, στις 7 το απόγευμα, οι 100 μαθητές από τα σχολεία των Χανίων που συμμετείχαν στο “Dancing to Connect” θα μοιραστούν την ίδια σκηνή με τους 10 επαγγελματίες χορευτές που τους καθοδήγησαν για να παρουσιάσουν στο Θέατρο “Μίκης Θεοδωράκης” (Παλιό Τελωνείο), με ελεύθερη είσοδο για το κοινό, μια παράσταση σύγχρονου χορού. Μια παράσταση που θα ανέβει και στην Αθήνα στην κεντρική σκηνή της Στέγης, στις 11 Μαρτίου, στις 7 το απόγευμα, όπου οι μαθητές από τα Χανιά θα συμπράξουν με παιδιά από σχολεία της Αθήνας.

ρουν μέρος. Κάθε ομάδα την αναλαμβάνει ένα ζευγάρι επαγγελματιών χορευτών και δουλεύει μαζί τους για διάστημα 10 ημερών.

γράφματος όπου μαθαίνουμε ότι τα παιδιά συνεχίζουν να συναντιούνται και να χορεύουν.

Ο ΧΟΡΟΣ ΕΙΝΑΙ ΜΕΣΑ ΜΑΣ

Ρωτώ τους συνομιλητές μου αν είναι εύκολο να χορέψουν παιδιά που δεν έχουν σχέση με το χορό. Χαμογελούν. «Το σώμα μεταφέρει πολλές πληροφορίες και επικοινωνεί πράγματα γρηγορότερα από ό,τι η γλώσσα. Αμεσα και λει-

τουργικά, φέρνοντας συγχρόνως στην επιφάνεια πράγματα που είναι καλά κρυμμένα μέσα μας. Αν δεν υπήρχε αυτή η αμεσότητα στον χορό, το πρόγραμμα δεν θα μπορούσε να περπατήσει. Συνεπώς, όλοι είμαστε καταπληκτικοί αυτοσχεδιαστές αρκεί να μας δοθεί λίγος χώρος», μου απαντά η χορεύτρια Ανδρονίκη Μαραθάκη εκφράζοντας την άποψη της ομάδας.

Πώς όμως μπορεί να συνδυαστεί ο σύγχρονος χορός με τους παραδοσιακούς που γνωρίζουν τα περισσότερα παιδιά στα σχολεία της περιφέρειας; «Τα παιδιά έρχονται σε επαφή με απτές πρακτικές και εργαλεία του χορού που μπορείς να τα χρησιμοποιήσεις γενικότερα και συγχρόνως γίνονται και παιχνίδι», σχολιάζει ο Γιάννης,

ΚΥΝΗΓΟΝΤΑΣ ΟΝΕΙΡΑ

Στην κουβέντα μας μπαίνει η χορεύτρια Κάντυ Καρρά υπογραμμίζοντας πως μία από τις βασικές πτυχές του προγράμματος είναι ότι δίνει στα παιδιά την ευκαιρία να πιστέψουν ότι τίποτα δεν είναι αδύνατο: «Φανταστείτε ότι μιλάμε για 20 ανθρώπους που δεν γνωρίζουν χορό, δεν γνωρίζονται καλά μεταξύ τους και δεν γνωρίζουν κι εμάς. Κι όμως αυτή η ομάδα θα δουλέψει και θα κάνει μια παράσταση στη Στέγη. Πέρα, λοιπόν, από το αν θα τον αγαπήσουν μέσα από αυτή τη διαδικασία το χορό, τα παιδιά μαθαίνουν ότι μπορούν να κυνηγήσουν τα όνειρά τους».

Η παράσταση αποτελεί ουσιαστικά ένα μέσο κι όχι αυτοσκοπό, λέει ο χορευτής Γιάννης Νικολαΐδης. «Για εμένα είναι πολύ σημαντικοί οι μηχανισμοί που ενεργοποιούνται καθώς στήνεται η ομάδα. Η επικοινωνία, το δέσιμο, η σχέση και η επαφή. Μάλιστα, σε πολλές ομάδες αυτά τα στοιχεία παραμένουν λειτουργικά και ζωντανά για μεγάλο διάστημα και μετά το τέλος του προ-



Οι αίθουσες των σχολείων μετατρέπονται σε χορευτικές σκηνές δίνοντας τη δυνατότητα στα παιδιά να αισθανθούν περισσότερο “δικό” τους το σχολείο.

Είναι ιδιαίτερα σημαντικό ότι η συμμετοχή στο πρόγραμμα δεν είναι υποχρεωτική και οι ομάδες των 20 ατόμων ανά σχολείο δημιουργούνται από παιδιά που εκφράζουν την επιθυμία να πα-



Μέσα από το χορό τα παιδιά έχουν την ευκαιρία να εκφράσουν συναισθήματα και σκέψεις.

ενώ η χορεύτρια Μάρθα Πασακοπούλου φωτίζει μια άλλη διάσταση: «Τα παιδιά που ζουν στην ενδοχώρα δουλεύουν διαφορετικά το σώμα τους. Δουλεύουν στα χωράφια, δουλεύουν με τα ζώα. Χρησιμοποιούν δηλαδή το σώμα τους και αυτό καλλιεργεί μια σωματικότητα που είναι πολύ χρήσιμη στον χορό».

Άλλωστε, όπως παρατηρεί ο χορευτής Αρης Παπαδόπουλος απαντώντας στην απορία μου, το στοιχείο του αυτοσχεδιασμού υπάρχει μέσα και στις παραδοσιακές φόρμες. «Συζητώντας για παράδειγμα με τα παιδιά στις Βουκολιές, μου εξηγούσαν πως μέσα στον μαλεβιζιώτη υπάρχει ένα μεγάλο πεδίο ελευθερίας και αυτοσχεδιασμού. Οπότε αντιλαμβάνονται κι αυτά ότι τα πράγματα που δουλεύουμε υπάρχουν κι αλλού».

ΜΕΤΑΜΟΡΦΩΣΕΙΣ

Η επίδραση του προγράμματος στον τρόπο που τα παιδιά βλέπουν τον εαυτό τους, τους συμμαθητές τους αλλά και το ίδιο το σχολείο είναι μεγάλη. Είναι χαρακτηριστικό, όπως λέει η χορεύτρια Ελενα Σταυροπούλου, ότι τα ίδια τα παιδιά αναφέρονται σε αυτή την αλλαγή: «Μού έχουν πει ήδη κάποια παιδιά στο 2ο ΕΠΑΛ ότι βλέπουν πλέον με άλλο μάτι τον χώρο του σχολείου, έναν χώρο που μέχρι πριν λίγες ημέρες φάνταζε αδιάφορος. Το σχολείο έχει μεταμορφωθεί στα μάτια τους σε χώρο δημιουργίας».

Την ίδια στιγμή το πρόγραμμα δίνει τη δυνατότητα σε πολλούς «κακούς» μαθητές να δείξουν ένα άλλο πρόσωπο και να μεταμορφωθούν από παρίες σε πρωταγωνιστές. Η εμπειρία του χορευτή Δημόκριτου Σπφάκη από το 1ο Γυμνάσιο είναι ενδεικτική: «Εμείς έχουμε 5-6 μαθητές που όπως μας λένε οι καθηγητές κάθε μέρα παίρνουν ωριαίες αποβολές. Κι όμως μέσα στο πρόγραμμα αυτά

τα παιδιά έχουν δείξει ένα τελείως διαφορετικό πρόσωπο, αφήνοντας τους εκπαιδευτικούς με ανοικτό το στόμα. Το σίγουρο είναι ότι υπάρχουν πολλοί διαφορετικοί τρόποι για να προσεγγίσεις ένα παιδί, κάτι που δυστυχώς δεν γίνεται μέσα στα σχολεία».

Ένα τέτοιο παιδί ήταν ο επαγγελματίας σήμερα χορευτής Αντώνης Στρούζας που δείχνει να γνωρίζει καλά τι σημαίνει να κυνηγάς το όνειρό σου ακόμα κι όταν όλα γύρω σου μοιάζουν να πηγαίνουν «κόντρα»: «Κι εγώ ήμουν ένας μαθητής του 9,8 με άριστα το 20. Ήμουν ένα παιδί τρελαμένο με την κίνηση και τον αθλητισμό. Κι όμως κανένας καθηγητής μου δεν το είχε προσέξει αυτό και το μόνο που μου έλεγαν ήταν ότι είμαι «άχρηστος». Κι όμως εγώ πίστευα σε αυτό που ήθελα και τα κατάφερα. Με αυτό θέλω να πω ότι υπάρχουν άνθρωποι που δυστυχώς δεν τους δίνεται η ευκαιρία να εκφραστούν με άλλους τρόπους. Το πρόγραμμα, λοιπόν, έρχεται να δώσει μια τέτοια ευκαιρία».

ΜΑΘΗΜΑ ΓΙΑ ΟΛΟΥΣ

Όσο κι αν φαντάζει περίεργο οι επαγγελματίες χορευτές θεωρούν ότι όσο κερδισμένα βγαίνουν τα παιδιά μέσα από αυτή τη διαδικασία άλλο τόσο βγαίνουν κι αυτοί. «Μπορεί να κατέχουμε κάποια εργαλεία ή να έχουμε δουλέψει σε άλλη κλίμακα, ωστόσο, το κέρδος είναι η επικοινωνία», αναφέρει η Κάντυ και ο Αντώνης συμπληρώνει: «Τα παιδιά δεν τα βλέπουμε σαν μη χορευτές. Ο καθένας έχει την κίνηση μέσα του. Συνεπώς δεν θεωρώ τον εαυτό μου κάτι παραπάνω από αυτούς, ούτε επειδή είμαι χορευτής ανήκω σε κάποια άλλη κατηγορία. Απεναντίας πολλές φορές βλέπουμε παιδιά να είναι πολύ πιο δημιουργικά από ό,τι είμαστε εμείς».

Η ώρα πέρασε. Η ομάδα έπρεπε να πάει να ξεκουραστεί. Αποχαιρέτησα τους Ελενα Σταυροπούλου, Νικολέτα Καρμίρη, Αντώνη Στρούζα, Αρη Παπαδόπουλο, Κάντυ Καρρά, Δημόκριτο Σπφάκη, Μάρθα Πασακοπούλου, Αλέξανδρο Λασκαράτο, Γιάννη Νικολαΐδη, Ανδρονίκη Μαραθάκη και Μυρτώ Λάβδα ανανεώνοντας το ραντεβού μας για σήμερα το απόγευμα στο Θέατρο «Μίκης Θεοδωράκης» όπου θα βρεθούν επί σκηνής με τους μαθητές τους για να μοιραστούν μαζί με το κοινό λίγη από τη μαγεία της χορευτικής τέχνης και επικοινωνίας...



Το πρόγραμμα θα μπορούσε να ιδωθεί κι ως ένα μάθημα συνεργασίας και καλλιέργειας του πνεύματος της ομαδικότητας.

Συνέργειες

Να σημειώσουμε ότι πρόγραμμα «Dancing to Connect» στα Χανιά υλοποιείται από τη Στέγη Γραμμάτων και Τεχνών του Ιδρύματος Ωνάση, με την υποστήριξη της Περιφέρειας των ΗΠΑ στην Αθήνα, σε συνδιοργάνωση με την Περιφέρεια Κρήτης.

Όπως επεσήμανε ο θεματικός αντιπεριφερειάρχης Ανάπτυξης Δημήτρης Μιχελογιάννης, μιλώντας στις «διαδρομές», πολύτιμη για την υλοποίηση του προγράμματος ήταν η συνεργασία των Δήμων Χανίων, Αποκορώνου και Πλατανιά και της Διεύθυνσης Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Ν. Χανίων, αλλά και τοπικών επιχειρήσεων, όπως το ΚΤΕΛ, η ANEK, η ΕΤΑΝΑΠ κ.ά., που συνέδραμαν την προσπάθεια.

Υπογράμμισε ακόμα τη δυνατότητα που δίνει το πρόγραμμα για την ενεργοποίηση του Θεάτρου «Μίκης Θεοδωράκης» και άλλων χώρων στο πλαίσιο της αποψινής παράστασης αλλά και την ανάγκη και σημασία που έχει να προωθούνται δράσεις σύγχρονου πολιτισμού, πλαισιώνοντας προσπάθειες όπως αυτές του Dance Days Festival, του Κινηματογραφικού Φεστιβάλ Χανίων, των εκδηλώσεων που πραγματοποιούνται στην αυγουσιάτικη πανσέληνο στη αρχαία Απτέρα και στη Ρόκκα κ.ά.



Ο αυτοσχεδιασμός είναι κυρίαρχο στοιχείο στα ξεχωριστά αυτά μαθήματα χορού.

Μοιρασμένοι σε ζευγάρια οι επαγγελματίες χορευτές αναλαμβάνουν να δουλέψουν με ομάδες παιδιών από διαφορετικές τάξεις και ηλικίες που όμως μοιράζονται την αγάπη και το ενδιαφέρον για τον χορό.

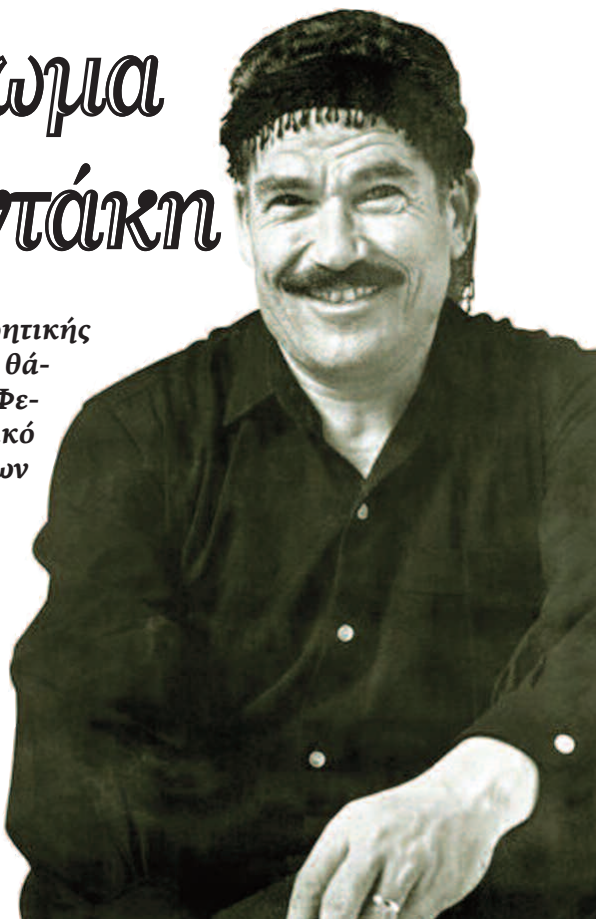


ΣΗΜΕΡΑ ΣΤΗ ΝΕΑ ΧΩΡΑ

Επετειακό αφιέρωμα στον Κώστα Μουντάκη

Επετειακό αφιέρωμα στον Πρωτομάστορα της Κρητικής μουσικής Κώστα Μουντάκη, 27 χρόνια από τον θάνατό του, θα πραγματοποιηθεί το Σάββατο 24 Φεβρουαρίου στις 7 το απόγευμα στο Πολιτιστικό Κέντρο «Κωνσταντινουπολειάδα» της Ενορίας Αγίων Κωνσταντίνου και Ελένης Νέας Χώρας.

Για την ζωή και το έργο του Κώστα Μουντάκη θα μιλήσει η μουσικολόγος, καθηγήτρια μουσικής μέσης εκπαίδευσης κα Άννα-Μαρία Γιαννακοδήμου ενώ θα ακολουθήσει συναυλία από μαθητές και συνεργάτες του Μουντάκη όπως Δημήτρης Βακάκης, Νεκτάριος Κλωστράκης, Ιάκωβος Πατεράκης, Κυριάκος Σταυριανουδάκης και Αλέκος Φανουράκης. Ριζίτικα θα αποδώσει ο Βαγγέλης Κοπάσης. Το οπτικοακουστικό υλικό που θα προβληθεί έχει παραχωρηθεί από τον παραγωγό Γιώργο Σγουράκη. Τον συντονισμό της εκδήλωσης θα έχει η τ. Διευθύντρια της ΕΡΑ Χανίων Άννα Μακράκη-Καρέλα.



ΑΠΟ ΤΟΝ "ΘΕΑΤΡΙΚΟ ΚΥΚΛΟ"

“Το υπόμνημα”

Πέντε παραστάσεις του έργου του Βάτσαβ Χάβελ: «Το Υπόμνημα» ανεβάζει στις 24 και 25 Φεβρουαρίου και από 2 έως 4 Μαρτίου στις 9 μ.μ. στο θέατρο “Δημ. Βλυσίδης” στο Κουμ Καπί ο “Θεατρικός Κύκλος” στη μνήμη του Μαν. Πουλή.

Όπως αναφέρεται σε σχετική ανακοίνωση, «ένα περίπου χρόνο μετά το θάνατο του Μανόλη Πουλή, η θεατρική του ομάδα: “Θεατρικός Κύκλος” ανεβάζει σε συνδιοργάνωση με τον Δήμο και την ΚΕΠΠΕΔΗΧ-ΚΑΜ το θεατρικό έργο του Βάτσαβ Χάβελ «Το υπόμνημα» (ή αλλιώς MEMORANDUM=Μνημόνιο). Γραμμένο το 1964 στην Τσεχοσλοβακία, είναι μια καυστική σάτιρα της γραφειοκρατίας, προφητική των γεγονότων της εποχής, που κορυφώθηκαν με την άνοιξη της Πράγας και τον Μάιο του 68 στο Παρίσι. Έργο διαχρονικό και ιδιαίτερα επίκαιρο την εποχή της κατάρρευσης των καθεστώτων του λεγόμενου υπαρκτού σοσιαλισμού, της παγκοσμιοποίησης, της Νέας Τάξης πραγμάτων και των Μνημονίων... Βασισμένο σε σκηνοθετικές οδηγίες του ίδιου του Μανόλη Πουλή, η ομάδα το αφιερώνει στη μνήμη του. Στόχος των συντελεστών είναι να ψυχαγωγήσουν και να προβληματίσουν για τον παραλογισμό, στον οποίο βασίζονται η οργάνωση της κοινωνίας μας και οι διάφορες μορφές εξουσίας».

Η είσοδος είναι ελεύθερη.

Τηλέφωνο κρατήσεων 698 693 03 57



ΣΤΟ Κ.Α.Μ.

“Μποέμ”

Η όπερα “Μποέμ” του Giacomo Puccini θα προβληθεί σε ζωντανή μετάδοση από τη Metropolitan Opera της Νέας Υόρκης στο ΚΑΜ το Σάββατο 24 Φεβρουαρίου στις 7.30 μ.μ. Είσοδος: 15 €- 10 €

ΣΤΗΝ Ο.Α.Κ.

Εορτάζεται η Κυριακή της Ορθοδοξίας

Για μια ακόμη χρονιά η Κυριακή της Ορθοδοξίας θα εορταστεί στην Ορθόδοξο Ακαδημία Κρήτης (ΟΑΚ). Όπως αναφέρεται σε σχετική ανακοίνωση, η Κυριακή της Ορθοδοξίας έχει καθιερωθεί από ετών ως επίσημη εορτή της Ορθοδόξου Ακαδημίας Κρήτης.

Την Κυριακή 25 Φεβρουαρίου μετά την Αρχιερατική Θεία Λειτουργία στην Ιερά Μονή Γωνιάς, προεξάρχοντας του Σεβασμ. Μητροπολίτου Κισάμου και Σελίνου κ. Αμφιλοχίου και τη λιτάνευση των ιερών εικόνων, θα ακολουθήσει η καθιερωμένη επίσημη εορτή του Ιδρύματος, με ομιλητή τον κ. Αλέξανδρο Παπαδερό, πρ. Γενικό Διευθυντή της ΟΑΚ, με θέμα: “Κυριακή της Ορθοδοξίας στην Ιερά Μονή Γωνιάς και στην Ορθόδοξο Ακαδημία Κρήτης. Οι 50 εορτασμοί. Μνήμη – Ευχαριστία – Ευχή».

ΚΑΙ ΕΚΘΕΣΗ ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΑΣ

Επίσης, στο πλαίσιο των εορταστικών εκδηλώσεων για τη συμπλήρωση 50 χρόνων από τα εγκαίνια της Ορθοδόξου Ακαδημίας Κρήτης θα πραγματοποιηθεί, στις εγκαταστάσεις του Ιδρύματος, έκθεση φωτογραφίας με φωτογραφικό υλικό από το Αρχείο του Ιδρύματος.



ΑΠΟ ΤΟ ΜΟΥΣΕΙΟ ΤΥΠΟΓΡΑΦΙΑΣ

Τέταρτος διεθνής διαγωνισμός αφίσας

Το μοναδικό στην Ελλάδα “Μουσείο Τυπογραφίας” προκηρύσσει τον 4ο διεθνή διαγωνισμό αφίσας με θέμα την Τυπογραφία. Οι συμμετοχές αφορούν κυρίως επαγγελματίες και σπουδαστές των γραφικών και εικαστικών τεχνών, αλλά και ερασιτέχνες που μπορούν να μετουσιώσουν τις ιδέες τους σε αφίσα. Οι τριάντα αφίσες που θα διακριθούν από την κριτική επιτροπή θα παρουσιαστούν σε έκθεση που θα φιλοξενηθεί στο αμφιθέατρο του Μουσείου Τυπογραφίας μέχρι τον επόμενο διαγωνισμό. Στόχος του διαγωνισμού αυτού είναι να

συνδέσει το παρόν και το μέλλον των γραφικών τεχνών με την Τυπογραφία και την ιστορία της. Περισσότερες πληροφορίες και ερεθίσματα για την Τυπογραφία και την ιστορία της μπορείτε να βρείτε στην ιστοσελίδα του Μουσείου www.typosography-museum.gr, όπου υπάρχει -εκτός του ενημερωτικού και φωτογραφικού υλικού- και εικονική περιήγηση στο μεγαλύτερο μέρος του Μουσείου.

Οι τρεις πρώτες αφίσες που θα διακριθούν θα αποτελέσουν κεντρικό τμήμα της έκθεσης και οι δημιουργοί τους θα λάβουν σημαντικά χρηματικά έπαθλα:

- 1.000 ευρώ ο πρώτος νικητής.
- 700 ευρώ ο δεύτερος νικητής.
- 500 ευρώ ο τρίτος νικητής.

Στην έκθεση, που θα εγκαινιαστεί το Σάββατο 23 Ιουνίου 2018, στις 7:30 μ.μ., θα παρουσιαστούν τα τριάντα καλύτερα έργα και οι δημιουργοί τους θα λάβουν τιμητικές διακρίσεις.

παιδότοπος



**ΒΑΓΓΕΛΗΣ
Θ. ΚΑΚΑΤΣΑΚΗΣ**
kakatsakis@sch.gr

Δ2 ΤΑΞΗ 9ου ΔΗΜ. ΣΧ. ΧΑΝΙΩΝ

Για την ελιά την "τιμημένη"...



Καλοί μου φίλοι, καλό Σαββατοκυριακοδεύτερο!
Για την ελιά, την ελιά την "τιμημένη" ο λόγος από τα παιδιά της Δ2 τάξης στον σημερινό Παιδότοπο. Δυο στροφές από το γνωστό και στους παππούδες και στις γιαγιάδες τους ποίημα του Κωστή Παλαμά για το "τιμημένο" δέντρο στη μέση της σελίδας. Οι δικές τους εργασίες, τα κείμενά τους και οι ζωγραφιές τους, αλλά και μια ομιλητική φωτογραφία γύρω-γύρω. Οι ομαδικές εργασίες που έκαναν στην τάξη τους στο στάδιο της έκφρασης, όταν τέλειωσαν την ενότητα για την ελιά και το λάδι στο μάθημα της Γλώσσας. Ειλικρινά δεν έχω λογία να εκφράσω τον

θαυμασμό μου γι' αυτές, αλλά κυρίως, για τον τρόπο που έχουν μάθει να δουλεύουν στην τάξη χρησιμοποιώντας το "κεφάλι" τους την "καρδιά" τους και το "χέρι" τους τα τρία "h" των Αγγλων (head, heart, hand) δηλαδή. Από καρδιάς τα συγχαρητήριά μου και στα ίδια προπάντων όμως στη γνωστή και από άλλες εργασίες μαθητών της δασκάλας τους, Αντωνίας Αθανασάκη - Γαλανάκη!

**Σας χαιρετώ με αγάπη όλους
Βαγγέλης Θ. Κακατσάκης
δάσκαλος**

Η θεά Αθηνά και ο Ποσειδώνας ήθελαν να δώσουν τ' όνομά τους στην Αττική. Ο Ποσειδώνας τους πρόσφερε αλμυρό νερό, ενώ η Αθηνά τους έδωσε την ελιά. Οι πολίτες διάλεξαν την ελιά γιατί κατάλαβαν πως ήταν πολύ χρήσιμη. Σήμερα η εκκλησία μας ευλογεί το σιτάρι και το λάδι και είναι απαραίτητο στο μυστήριο της βάφτισης και στο ευχέλαιο, ενώ χρόνια τώρα καίγεται στα καντηλάκια.

**Κατερίνα Σπανουδάκη
Χρυσή - Νεφέλη Ανασταάκη
Ξανθήνη Καλαϊτζάκη**



Οπου κι αν λάχω κατοικία
δε μ' απολείπουν οι καρποί
ώς τα βαθιά μου γηρατεία
δε βρίσκω στη δουλειά ντροπή
μ' έχει ο Θεός ευλογημένη,
κι είμαι γεμάτη προκοπή
είμ' η ελιά η τιμημένη.

Εδώ στον ίσκιό μ' αποκάτου
ήρθ' ο Χριστός ν' αναπαυθεί,
κι ακούσπκ' η γλυκιά λαλιά του
λίγο προτού να σταυρωθεί
το δάκρυ του, δροσιά αγιασμένη,
έχει στη ρίζα μου κυθεί
είμ' η ελιά η τιμημένη.

Κωστής Παλαμάς



Η φροντίδα και η καλλιέργεια της ελιάς είναι η βασικότερη εργασία των γεωργών της Κρήτης. Ο περισσότερος πληθυσμός των χωριών της, ασχολείται με αυτή. Στη διάρκεια των χειμερινών μηνών οι αγρότες πρέπει να συλλέξουν τον καρπό της, εργασία που είναι ιδιαίτερα κουραστική από όσο καταλάβαμε. Οσο λάδι περισσέψει, οι καλλιεργητές το εξάγουν σε άλλες χώρες αφού δεν ευδοκίμει παρά μόνο στη Μεσόγειο. «Το λιόλαδο θέλει να βγει... ίδρω πολύ και κόπο, μα 'ναι τροφή και γιατρικό... σται πόνους των ανθρώπων».

**Σταύρος Μπουζουνιεράκης
Αλέξανδρος Ματαράγκας
Στέφανος Κοκολογιάννης**

Το βασικότερο συστατικό στη διατροφή μας είναι το λάδι. Το λάδι το χρησιμοποιούμε στις σαλάτες, στα λαδερά, στα κοκκινιστά, στα φαγητά φούρνου, στα τηγανιτά και στα περισσότερα γλυκά. Τις ίδιες τις ελιές τις τρώμε ως ξιδάτες, παστές, λεμονάτες, νερατζάτες και συνοδεύουν καταπληκτικά τις σαλάτες και όλα τα φαγητά μας.

«Αμα 'χω 'γω στο σπίτι μου.. κρασί, ψωμί και λάδι
Ρήγας με τη γυναίκα μου... κοιμούμαι κάθε βράδυ»

**Πάρης Παπαγρηγοράκης
Άγγελος Κοντογιάννης
Γιάννης Ζαμπέτης**



Το λάδι έχει τεράστια θρεπτική και θεραπευτική δύναμη, βοηθάει την υγεία μας και νοστιμίζει τα φαγητά μας. Με αυτό φτιάχνουμε καλλυντικές κρέμες και σαπούνια.

«Δίνω γεύση στο φαί σου, βιταμίνες στο κορμί σου τη σαλάτα νοστιμίζω και υγεία σου χαρίζω. Τί είναι;».

**Περογαμβράκης Εμμανουήλ
Μαρκαντωνάκης Θανάσης
Παπουτσάκης Μανώλης**



Το στεφάνι από κλαδί ελιάς, ο κότινος, σύμβολο ειρήνης και ελευθερίας, ήταν από την αρχαιότητα το έπαθλο για τους ολυμπιονίκες, μαζί με λίγο λάδι. Στους Ολυμπιακούς αγώνες του 2004, στην Αθήνα, η ελιά στεφάνωσε ξανά τους παγκόσμιους πρωταθλητές, διακόσμησε τις ανθοδέσμες τους, πρωταγωνίστησε στην αφίσα των αγώνων αλλά και στη δάδα, που τότε ήταν ένα έργο τέχνης που σχηματιζόταν από φύλλα ελιάς.

**Εμμανουέλα Βολικάκη
Ελένη Πολυχρονάκη
Αντρέας Κακούρης**



Υπάρχουν πολλοί πίνακες γλυπτά και αγγεία που έχουν σχέση με την ελιά. Σε ένα μελανόμορφο αγγείο έχουμε δει την Αθηνά να δωρίζει στην Αθήνα ένα δέντρο ελιάς και σε ένα άλλο αμφορέα το ράβδισμα και το μάζεμα. Ζωγράφοι όπως ο Βανγκόγκ έχουν κάνει πολλούς πίνακες με δέντρα και κλαδιά ελιάς. Επίσης, γλύπτες και κατασκευαστές κοσμημάτων έχουν εμπνευστεί απ' αυτήν.

**Γιώργος Παπαμανουσάκης
Μανώλης Γεωργιακάκης
Γιάννης Φραγκιουδάκης**



Εδώ και δύο μήνες περίπου ασχοληθήκαμε με το λάδι και την ελιά. Εκτός από την ενότητα στο μάθημα της γλώσσας διαβάσαμε ποιήματα, βιβλία και μύθους γι' αυτήν. Επίσης βρήκαμε σχετικές μαντινάδες και αινίγματα όπως: «Τη βρίσκεις καμιά φορά στο πιάτο ή σε μάγουλο δροσάτο». Είδαμε πολλούς ζωγραφικούς πίνακες, γλυπτά, αγγεία, νομίσματα και αφίσες με θέμα την ελιά. Επειτα ζωγραφίσαμε ελιές και φτιάξαμε σουπλά με κολλάζ από φύλλα ελιάς. Μαζέψαμε τις ελιές από τα δέντρα που βρίσκονται στην αυλή του σχολείου μας, τις παστώσαμε και τις φάγαμε ύστερα από 3-4 βδομάδες, μαζί με τυρί, ψωμί, παξιμάδι και ντομάτα. Τέλος, φτιάξαμε υπέροχα λαδοκούλουρα. Από όλο αυτό το πρόγραμμα καταλάβαμε ότι πράγματι η ελιά είναι το πιο χρήσιμο φυτό στη ζωή του ανθρώπου.

**Αφροδίτη Καρκαβάτσου
Βασιλική Κορωνάκη
Ειρήνη Γελασάκη**





Επιμέλεια:
ΣΑΚΗΣ ΚΟΥΒΑΤΣΟΣ
info@herb.gr

Βιότοπος - περιγραφή

Ματινική ονομασία του βοτάνου είναι *Urtica dioica* (Κνιδή η δίοικος). Την συναντούμε με τις ονομασίες τσουκνίδα, αγκινίδα, ακαληφή, ούρτικη κ.α. Φύεται σε κατοικήσιμες περιοχές, σε ακαλλιέργητα εδάφη, σε φράκτες, σε κοπρισμένα εδάφη πλούσια σε άζωτο, κοντά σε ζώα.

Τσουκνίδα

Είναι φυτό πολυετές που μπορεί να φτάσει τα 120 εκατοστά. Έχει ίσιο κορμό, φύλλα ωοειδή με πριονωτά χείλη που βγαίνουν αντίθετα το ένα από το άλλο. Τα φύλλα και ο κορμός του φυτού είναι σκεπασμένα με λεπτές τρίχες οι οποίες στη βάση τους έχουν μία μικρή κύστη γεμάτη με ερεθιστικό υγρό. Αν έρθει το δέρμα μας σε επαφή με τις τρίχες αυτές προκαλείται τσούξιμο, ερεθισμός και πρήξιμο. Άμεση ανακούφιση προκαλεί στο ερεθισμένο μέρος αν το τρίψουμε με φύλλα μολόχας που συνήθως φύεται δίπλα στην τσουκνίδα. Τα άνθη του φυτού είναι βρίσκονται στη μασάλη των φύλλων και είναι αρσενικά και θηλυκά. Τα θηλυκά άνθη έχουν σχήμα σφαιριδίου.

Ιστορικά στοιχεία

Γνωστό βότανο από την αρχαιότητα. Ο Ιπποκράτης τοποθετεί την τσουκνίδα ανάμεσα στα φυτά πανάκεια, αυτά δηλαδή που κάνουν για όλες τις ασθένειες. Σήμερα, 2500 χιλιάδες χρόνια μετά, κανείς δεν μπορεί να αμφισβητήσει την άποψη αυτή.

Το λατινικό της όνομα *urtica* το πήρε από τον Πλίνιο, εξαιτίας του καψίματος και της φαγούρας που τη διακρίνει.

Οι Ρωμαίοι στρατιώτες, για να αντιμετωπίσουν τους ψυχρούς χειμώνες κατά τη διάρκεια των εκστρατειών τους, τρίβονταν με τσουκνίδες. Οι αρχαίοι Έλληνες ωστόσο τις έτρωγαν ενώ γνώριζαν βέβαια και τις θεραπευτικές της ιδιότητες.

Συνιστώμενο φάρμακο για πολλές παθήσεις τη βρίσκουμε και στο Γαλλικό ενώ για τη δράση της υπάρχουν αναφορές ακόμα και στον Αριστοφάνη και τον Ησίοδο.

Ο Απίκιος συμβούλευε μερικούς αιώνες πριν: «Όταν ο ήλιος βρίσκεται στον Κριό, κόψε θηλυκές τσουκνίδες για να τις χρησιμοποιείς για φάρμακο».

Ο Πετρώνιος, συγγραφέας σύγχρονος του Νέρωνα, έγραφε ότι για να επανακτήσουν οι άνδρες τη χαμένη τους σεξουαλικότητα, θα έπρεπε κάποιος να τους μαστιγώσει με μια δέσμη από τσουκνίδες στον αφαλό, τα νεφρά και τα οπίσθια.

Οι Ινδιάνοι χρησιμοποιούσαν την τσουκνίδα για την θεραπεία της ακμής, της διάρροια και για τις λοιμώξεις του ουροποιητικού συστήματος.

Από τους ινώδεις βλαστούς του φυτού γίνεται κλωστή για καλής ποιότητας ύφασμα. Στις αρχές του 19ου αιώνα είχαν γίνει προσπάθειες για την χρησιμοποιηθούν οι ίνες της τσουκνίδας για την αντικατάσταση των βαμβακερών υφασμάτων. Παλαιότερα

τους ινώδεις βλαστούς, τους χρησιμοποιούσαν για την κατασκευή χορδών και δικτυών για το ψάρεμα.

Στη Μακεδονία, με τσουκνίδες φτιάχνουν νοστιμότατο τσουκνιδόπιλαφο, στην Ιταλία μαγειρεύεται με ριζότο και άφθονο τυρί πεκορίνο. Επίσης είναι πολύ νόστιμες αν φαγωθούν ομελέτα με ελάχιστο βούτυρο.

Το συστατικό της τσουκνίδας που προκαλεί φαγούρα και κάψιμο καταστρέφεται με το βράσιμο ή το ψήσιμο.

Στην Κρήτη, όπως και πολλά άλλα χόρτα, η τσουκνίδα ήταν ένα θεραπευτικό φαγητό, σε εποχές φτώχειας και πολέμων. Δεν κόστιζε, αφθονούσε στους αγρούς και υπήρχαν πολλοί γευστικοί τρόποι παρασκευής της. Οι νοικοκυρές την ετοιμάζαν βραστή, με αγνό παρθένο ελαιόλαδο και λεμόνι, την χρησιμοποιούσαν σε πίτες και κρητικά καλλιτσούνια, την πρόσθεταν στα τσιγαριστά χόρτα ή παρασκεύαζαν πομάδα (πέστο) με ελαιόλαδο. Επίσης, στο παραδοσιακό σφουγγάτο της Κρήτης, που στην ουσία είναι η σύγχρονη ομελέτα με χόρτα ή λαχανικά εποχής.

Συστατικά - χαρακτήρας

Τα φύλλα της τσουκνίδας περιέχουν μυρμηκικό οξύ, χλωροφύλλη, σεροτονίνη, ακετυλοχολίνη, γλυκοκινόνες, και τανίνες. Είναι καλή πηγή βιταμίνης Α, C και E, βιταμίνης Β1, Β2, Β3 και Β5. Επίσης είναι καλή πηγή ασβεστίου, σιδήρου, φολικού οξέος, κάλιου, μαγγάνιου, μαγνήσιου, φωσφόρου, σεληνίου και ψευδάργυρου.

Η απουσία οξαλικού οξέος, την κάνει κατάλληλη για άτομα που πάσχουν από αναιμία, γιατί χωρίς το οξαλικό απορροφάται μεγαλύτερη ποσότητα σιδήρου.

Ανθισι - χρησιμοποιούμενα μέρη - συλλογή

Ανθίζει από τον Ιφεβρουάριο μέχρι τον Ιούλιο. Για θεραπευτικούς σκοπούς χρησιμοποιούνται τα φύλλα, τα άνθη και οι ρίζες του φυτού.

Συλλέγονται τα νεαρά φύλλα του φυτού. Τα παλαιότερα αναπτύσσουν σωματίδια που ονομάζονται κυστολιθικά και μπορούν να δράσουν ερεθιστικά για τα νεφρά.

Θεραπευτικές ιδιότητες και ενδείξεις

Το βότανο δρα ως αντιασθματικό,



ζεμα και ωφελεί σε όλες τις μορφές αυτής της πάθησης, ιδιαίτερα στο νευρικό έκζεμα. Για την θεραπεία του εκζέματος η τσουκνίδα συνδυάζεται πολύ καλά με τη σκροφουλάρια και το άρκτηο.

Ακόμη, η τσουκνίδα έχει διουρητική δράση και προάγει την καλή λειτουργία των νεφρών. Μπορεί επίσης να βοηθήσει στην αποβολή πετρών από αυτά ή να θεραπεύσει τις ουρολιθώξεις και την υπερπλασία του προστάτη, αν είναι σε αρχικό στάδιο.

Βοηθά σε προβλήματα ήπατος, τη βρογχίτιδα και αυξάνει το γάλα στις γυναίκες που θηλάζουν. Οι πλύσεις των μαλλιών με λουσίων που φτιάχνουμε από την ρίζα του φυτού σταματά την τριχόπτωση και την πιτυρίδα.

Η τσουκνίδα συντελεί στην καλύτερη λειτουργία του μεταβολισμού και κατά συνέπεια στη διατήρηση του κανονικού βάρους. Τέλος δρα θετικά σε προβλήματα σεξουαλικής ανικανότητας σε άνδρες και γυναίκες και σε προβλήματα υπέρτασης.

Με εξωτερική χρήση, ανακουφίζει τους ασθενείς που πάσχουν από αρθρίτιδα, ποδάγρα, νευραλγίες, τενοντίτιδες, ισχιαλγία και γενικότερα πόνους των αρθρώσεων. Επίσης μπορεί να βοηθήσει στην επούλωση των πληγών, εγκαυμάτων, στα τσιμπήματα των εντόμων και στις αιμορροΐδες.

Είναι άριστο αποτοξινωτικό, τονωτικό και θεραπευτικό σαλατικό. Το έγχυμα του βοτάνου είναι εύγευστο και δροσιστικό.

Παρασκευή και δοσολογία

Το μίγμα γίνεται από ίσα μέρη βοτάνων και παρασκευάζεται ως έγχυμα. Ρίχνουμε ένα φλιτζάνι νερό σε 1-3 κουταλάκια του τσαγιού

ξηρό βότανο το σκεπάζουμε και το αφήνουμε 10 λεπτά. Σουρώνουμε και πίνουμε τρεις φορές την ημέρα.

Σε κατάπλασμα η τσουκνίδα χρησιμοποιείται για τις αρθρίτιδες, τους πόνους των αρθρώσεων, την ποδάγρα, τις εξαρθρώσεις, τις νευραλγίες, τις τενοντίτιδες και την ισχιαλγία.

Προφυλάξεις

Δεν χρησιμοποιούμε το βότανο αν παίρνουμε φάρμακα για σακχαρώδη διαβήτη, υπέρταση ή αντικαταθλιπτικά. Δεν το χρησιμοποιούμε κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης.

αντιρευματικό, στυπτικό, διουρητικό, γαλακταγωγό, αιμοστατικό, υπογλυκαιμικό, αγχολυτικό και τονωτικό.

Η τσουκνίδα συλλέγεται όταν είναι ανθισμένη και έχει ένα από τα ευρύτερα φάσματα εφαρμογής ανάμεσα στα βότανα. Ενισχύει και τονώνει όλο το σώμα.

Η περιεκτικότητά της σε σεκρετίνη, βοηθά στη διατήρηση της ευγλυκαιμίας στους διαβητικούς, αφού διεγείρει το πάγκρεας. Η ισταμίνη της προσδίδει ισχυρή αντιφλεγμονώδη δράση, ικανή να ανακουφίσει τα συμπτώματα φλεγμονωδών νοσημάτων.

Οι τσουκνίδες παίρνουν τα μέταλλα, συμπεριλαμβανομένου του σιδήρου από το χώμα και αποτελούν καλό τονωτικό για την αναιμία. Η περιεκτικότητά του φυτού σε βιταμίνη C εξασφαλίζει την απορρόφηση του σιδήρου από το σώμα.

Καθαρίζει το ουρικό οξύ από τον οργανισμό και έτσι ανακουφίζουν την ποδάγρα και την αρθρίτιδα, ενώ με τις στυπτικές ιδιότητες που έχει σταματά τη αιμορραγία.

Είναι ειδικό ίαμα για το παιδικό έκ-

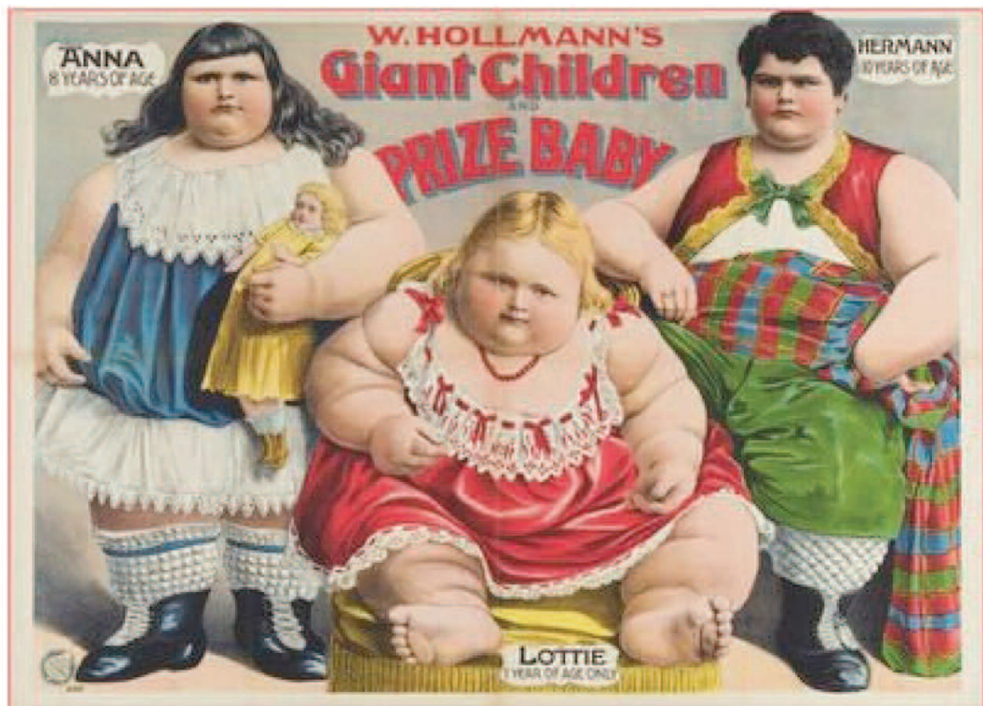
Οι ιατρικές πρακτικές συνοδεύουν τον άνθρωπο από τη στιγμή που έκανε τα πρώτα του βήματα στη γη. Ο δρόμος που ακολούθησε η ιατρική στο πέρασμα του χρόνου, είναι γεμάτος από εκπληκτικές ιστορίες αυτοσχεδιασμού, άγνοιας, απάτης, πάθους ή και λάθους.



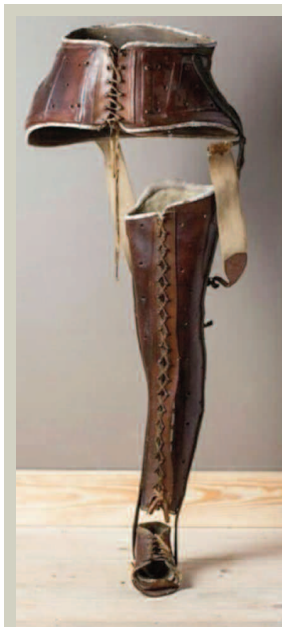
ΓΙΑΝΝΗΣ
ΣΤΕΦΑΝΟΓΙΑΝΝΗΣ
M.Sc.

Ιστορία της Ιατρικής: Ένα απίθανο ταξίδι στον χρόνο

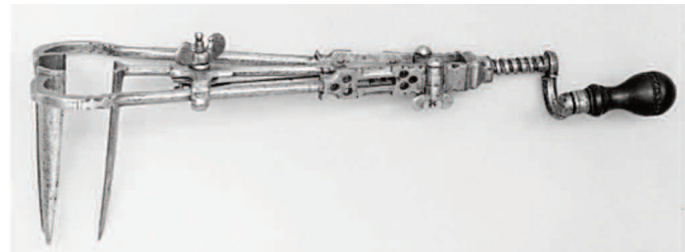
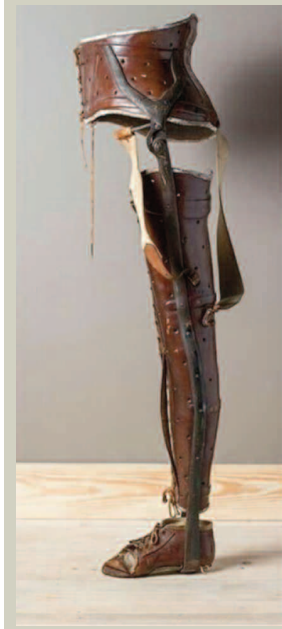
μέρος 67ο



«Τα παιδιά-γίγαντες του Hollmann»: Η Άννα 8 ετών, η Λότι 1 έτους και ο Χέρμαν 10 ετών, σε αφίσα του 1902, έδιναν παραστάσεις σε θιάσους με μόνο αξιοθέατο «τα πάχη τους - τα κάλλη τους»...



➤ Προσθετικό μέλος που «φορέθηκε» στην Αγγλία στα μέσα του 19ου αιώνα.



➤ Κολπικός διαστολέας, γυναικολογικό εργαλείο για την επίσκοπηση του κόλπου, στην Αμερική του 17ου αιώνα...



➤ Ο Nikolai Kobelkoff γεννήθηκε το 1851 στη Σιβηρία ως το 14ο παιδί φυσιολογικών γονέων. Είχε παντελώς υποπλασμένα άκρα και έδινε επί χρόνια παραστάσεις σε θιάσους, επιδεικνύοντας πλήθος δεξιοτήτων. Παντρεύτηκε μια γυναίκα από τη Βιέννη, με την οποία έκανε 11 φυσιολογικά παιδιά...



➤ Ακίνητοποιημένοι ασθενείς, έτοιμος για χειρουργική επέμβαση στα μάτια, σε πίνακα του 1583 στη Γερμανία.



➤ Κουτί πρώτων βοηθειών, που χρησιμοποιούνταν από τους γιατρούς κατά τη διάρκεια του Αμερικανικού εμφυλίου πολέμου (1861-1865).



Φορητό ακτινολογικό μηχάνημα, που χρησιμοποιήθηκε στα νοσοκομεία της Αγγλίας τη δεκαετία του 1940.



➤ Ο προσωπικός θάλαμος πίεσης του πρωθυπουργού της Αγγλίας Ουίνστον Τσόρτσιλ, ο οποίος δημιουργήθηκε λίγο μετά τον πόλεμο για να τον βοηθήσει να προσαρμοστεί και να αντέξει αεροπορικές πτήσεις μεγάλου ύψους.

FAT IS FATAL
Fat is fatal to Health, Comfort, Happiness and often fatal to Life
Let me send you a free trial treatment FREE OF CHARGE
You can get rid of your fat safely, surely and quickly

What my treatment has accomplished in hundreds of cases. It will help you! Try it!
E. A. Richards, Mayor of Holly Hill, Fla., says: Your treatment cured me permanently, it has been two years since I stopped taking it and have not regained a pound.
Rev. Mary Kimball, 112 So. Jackson St., Janesville, Wis., says: Have tested and proven the merits of your reduction remedies, none of my garments fit me; they seem made for another woman.
SPECIAL FREE OFFER I have had such wonderful success with my method of reducing superfluous fat that I have decided to offer for a limited time—free trial treatments. Hundreds of testimonials on file shows that my treatment takes off fat at the rate of 5 to 7 pounds a week and what is more, that the fat does not return when treatment is finished.

➤ «Το πάχος είναι θανατηφόρο για την υγεία, την άνεση και την ευτυχία σας. Η θεραπεία μας έχει αποδώσει σε εκατοντάδες περιπτώσεις». Μια ακόμη υποσχόμενη πατέντα αδυνατίσματος των αρχών του 20ου αιώνα...



Αφορμή

ΓΙΑΝΝΗΣ ΚΑΛΟΓΕΡΟΠΟΥΛΟΣ

yannis.kalo@gmail.com • no14me.blogspot.gr/

Όταν η Βία πλησιάζει

» Malcolm MacKay (μτφρ. Αλκισίς Τριμπέρη, εκδόσεις Πόλις)

Ζεις τη ζωή σου κρατώντας μεγάλα μυστικά και αυτά καταλήγουν να σε καθορίζουν. Το ότι ξαφνικά τα αποκαλύπτεις σε κάποιον είναι αγχωτικό. Συνέχισε· σταματάς και διακινδυνεύεις να μην αρχίσεις ποτέ ξανά.

Πέρασαν σχεδόν τρία χρόνια απ' όταν διάβασα το πρώτο μέρος της τριλογίας του Μάλκολμ Μακέι Ο αναγκαίος θάνατος του Λιούις Γουίντερ, και τελειώνοντάς το ευχήθηκα, απόρροια της αναγνωστικής απόλαυσης, να εκδοθούν και τα υπόλοιπα δύο, όχι τόσο για να δω την κατάλληλη της ιστορίας του επαγγελματία εκτελεστή συμβολαίων θανάτου Κάλουμ Μακλίν, όσο γιατί η αφηγηματική ικανότητα του Μακέι, με τις κοφτές προτάσεις, τον στακάτο ρυθμό και τη διαρκή δευτεροπρόσωπη απεύθυνση στον αναγνώστη με είχαν κερδίσει. Θα ήταν, βέβαια, ψέμα να ισχυριστώ πως η αφηγηματική ικανότητα του Σκοτσέζου συγγραφέα θα μπορούσε να είναι από μόνη της αρκετή, το μυθιστόρημα διέθετε και τις υπόλοιπες αρετές του είδους, δράση, μια σκοτεινή πόλη, τη Γλασκώβη στην προκειμένη περίπτωση, πειστικούς χαρακτήρες, ανατροπές και σασπένς. Η ευχή μου πραγματοποιήθηκε. Τώρα ήταν η σειρά του τρίτου και τελευταίου μέρους.



Ένας στυλίστας της γραφής, όπως ο Μακέι, δύσκολα σε απογοητεύει. Λίγες μόνο προτάσεις είναι αρκετές για να επανέλθεις στη Γλασκώβη των συμμοριών, παρότι έχει περάσει τόσο καιρός από την τελευταία βόλτα σου εκεί. Το ίδιο συνέβη και αυτή τη φορά. Ο Κάλουμ Μακλίν στον δρόμο για μία ακόμα δουλειά, μια τελευταία δουλειά. Αυτό είναι μυστικό όμως. Είναι κάτι που τα αφεντικά του δεν γνωρίζουν. Εκείνος είναι αποφασισμένος· ν' αφήσει πίσω του τη Γλασκώβη, να εξαφανιστεί από εργοδότες και εχθρούς, να ζήσει μια ζωή κανονική. Κι αυτή είναι η πλέον απαιτητική δουλειά της καριέρας του.

Η Γλασκώβη του Μακέι αντανάκλα τη ζωή του Κάλουμ Μακλίν, σκοτεινή και ήσυχη, φαινομενικά ήσυχη. Δεν αποτελεί, και πώς θα μπορούσε άλλωστε, έναν τουριστικό οδηγό της βιομηχανικής πόλης. Ο συγγραφέας δεν έχει σκοπό να διαφημίσει την πόλη, είναι μία πόλη όπως όλες οι μεγάλες πόλεις, με τα μυστικά της, με τις συμμορίες να επιχειρούν να αποκτήσουν όσο το δυνατόν μεγαλύτερο έλεγχο και να διευρύνουν τη ζώνη επιρροής τους, ταυτόχρονα όμως αποτελεί την πόλη που τον ενέπνευσε ως σκηνικό για την ιστορία του, γεγονός γοητευτικό.

Ένα συχνό μειονέκτημα της αστυνομικής λογοτεχνίας είναι η αγιοποίηση του ήρωα· ο καλός επιθεωρητής, ο κοινωνικός τιμωρός, ο δολοφόνος εκδικητής. Αυτό είναι κάτι που δεν λειτουργεί, που κάνει μη ρεαλιστικό το περιβάλλον δράσης, περισσότερο και από ένα ακραίο σενάριο. Ο Μακέι δεν πέφτει στην παγίδα αυτή, όλοι οι ήρωές του είναι ατελείς και απλώς φλερτάρουν με τη συμπάθεια του αναγνώστη σε έναν διαγωνισμό εσωτερικό. Γεννημένος το 1982, ο Μακέι θεωρείται από πολλούς ο αδιαμφισβήτητος διάδοχος του Ίαν Ράνκιν στη σκοτσέζικη λογοτεχνία, και εγώ δεν έχω κανένα λόγο να διατυπώσω οποιαδήποτε ένσταση σ' αυτόν τον ισχυρισμό.

ΑΠΟ ΤΗ ΣΚΗΝΗ ΧΩΡΙΣ ΟΡΙΑ

Βιωματικό σεμινάριο
ορθοφωνίας και φωνητικής

Βιωματικό σεμινάριο Ορθοφωνίας και Φωνητικής με τη Στέλλα Σκορδαρα διοργανώνει η "Σκηνή χωρίς όρια" την Κυριακή 25 Φεβρουαρίου και 4 Μαρτίου 10:00 με 13:00.

Όπως αναφέρεται στο σχετικό Δ.Τ., το σεμινάριο απευθύνεται σε όλους όσους θέλουν να γνωρίσουν πώς να χρησιμοποιούν τη φωνή τους σωστά και πως ν' αντιμετωπίσουν προβλήματα στις φωνητικές τους χορδές που εκδηλώνονται συνήθως με τη μορφή δυσφωνίας βραχνάδας και έντονου πόνου.

Με εισιτήριο τη Στέλλα Σκορδαρα σεμινάριο θα δώσει την ευκαιρία στους συμμετέχοντες ν' ανακαλύψουν το κέντρο της φωνής τους, να βελτιώσουν τον

όγκο και την χροιά της, ν' αναγνωρίσουν το σώμα τους ως κλειδί αναπαραγωγής ήχου, να μάθουν ν' αναπνέουν σωστά, ν' απευθύνουν τη φωνή τους και να διαχειρίζονται την ένταση της.

Θα δουλευτούν επίσης βασικές αρχές εκφοράς του λόγου, φωνητικοί αυτοσχεδιασμοί και τεχνικές μασάζ στις φωνητικές χορδές οι οποίες όχι μόνο βοηθούν σε συμπτώματα κρυολογήματος, βραχνάδας, φαρυγγίτιδας, αλλά και μπορούν να συμβάλλουν δραστικά στη θεραπεία κάλων στις φωνητικές χορδές.

Για περισσότερες πληροφορίες οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να επικοινωνήσουν με το 6942558301 ή στη σελίδα στο facebook: Σκηνή Χωρίς Όρια.

ΑΠΟ ΤΗΝ ΜΑΡΙΑ ΕΥΘΥΜΙΟΥ

Διαλέξεις για την επανάσταση του '21

Το Πνευματικό Κέντρο Χανίων ανακοίνωσε τη διοργάνωση τριών τριών διαλέξεων με θέμα: «Η Επανάσταση του 21: ένα δύσκολο εγχείρημα μιας περίπλοκης κοινωνίας» και ομιλήτρια την Καθηγήτρια του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών, κ. Μαρία Ευθυμίου.

Οι διαλέξεις θα πραγματοποιηθούν στο αμφιθέατρο «Πολυχρόνης Πολυχρονίδης» του Π.Κ. Χανίων, κατά τις εξής ημέρες και ώρες:

- Παρασκευή 2 Μαρτίου 2018, ώρες 6.00 μ.μ. – 9.00 μ.μ.
 - Σάββατο 3 Μαρτίου 2018, ώρες 6.00 μ.μ. – 9.00 μ.μ.
 - Κυριακή 4 Μαρτίου 2018, ώρες 10.00 π.μ. – 1.00 μ.μ.
- Οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να δηλώνουν τη συμμετοχή τους, από τη Δευτέρα 12 Φεβρουαρίου 2018 έως και την Πέμπτη 1 Μαρτίου 2018 και ώρες, 10 π.μ. – 2.00 μ.μ., στο Πνευματικό Κέντρο Χανίων. Συνδρομή ανά άτομο: 5 ευρώ.

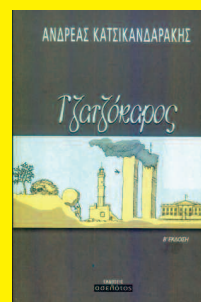
Βιβλία

Τζατζόκαρος

Ανδρέας Κατσικανδαράκης

Εκδόσεις: "Οσέλοτος"

Στην πολυπλοκότητα της ζωής, καθένας μας χαράζει τον δικό του δρόμο, καθώς είμαστε όλοι συντελεστές της Ιστορίας και παίζουμε τους ρόλους μας. Κινούμαστε ή



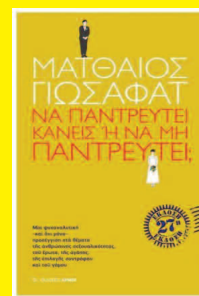
αποτυγχάνουμε να κινηθούμε σύμφωνα με τα ρεύματά της και όλοι αφήνουμε το στίγμα μας, θετικό ή αρνητικό. Και θα είναι θετικό, αρκεί να χρησιμοποιούμε σωστά τα εφόδια που υπάρχουν στη φαρέτρα μας και αν σκεφτόμαστε πολυδιάστατα, πέρα από απλοϊκές συνταγές και εύκολες απαντήσεις. Διότι ο άνθρωπος είναι προσαρμοστικός, πολυμήχανος, δημιουργός και μπορεί να δίνει λύσεις. Έχει την υποχρέωση να παραδώσει σε καλύτερη κατάσταση ό,τι του δόθηκε. Γιατί όλα είναι δανεικά κι εμείς οι διαχειριστές, για λίγο, για τόσο δα. Άσχετα αν έχουμε την ψευδαίσθηση στον κόσμο της σχετικότητας όπου πορευόμαστε, ότι ο χρόνος είναι απεριόριστος. ... Και όταν, εκείνες τις στιγμές, τα ελάχιστα δευτερόλεπτα της μετάβασης, της επιστροφής από την ύπαρξη στην ανυπαρξία, μέσα σε ομιχλώδες τοπίο, θα περνάνε φευγαλέα από το μυαλό και τα μάτια, όπως σε ταινία κινηματογραφική, όλα όσα ζήσαμε, όσα φανταστήκαμε και ό,τι ονειρευτήκαμε, όλα μπερδεμένα, ένα κουβάρι όνειρα και ζωή μαζί, άντε να βγάλεις άκρη πού είναι η αλήθεια και πού το ψέμα...

Να παντρευτεί
κανείς ή να μην
παντρευτεί

Ματθαίος Γωσάφας

Εκδόσεις: "ΑΡΜΟΣ"

Ο γάμος ή η συντροφικότητα είναι ίσως η μόνη σχέση όπου μπορεί κανείς να ζήσει βαθιές συναισθηματικές και συχνά παιδικές ανάγκες. Όπως είναι η ανάγκη για αγάπη, για τρυφερότητα, για να μωρουδίζει



κανείς, να αφήνεται, να εξαρτάται. Όλα αυτά έξω στη ζωή δεν μπορούμε να τα κάνουμε, γιατί δεν γίνεται. Η ενήλικη ζωή και η κοινωνία είναι κανονισμένη αλλιώς. Οπότε, όλες αυτές οι βαθιές, παιδικές, έντονες ανάγκες που έχουμε όλοι οι άνθρωποι, μερικοί παραπάνω, μερικοί λιγότερο, ικανοποιούνται στον γάμο. Ικανοποιούνται όμως; Το βιβλίο αυτό στηρίζεται στη πείρα του συγγραφέα ως ψυχιάτρου, παιδοψυχιάτρου, ψυχαναλυτή – ψυχοθεραπευτή και κυρίως στην προσωπική του εμπειρία βραχείας ή μακρότερης εμπειρίας με περισσότερα από έξι χιλιάδες ζευγάρια, που παρακολουθούσε.

Λίγες και μία
νύχτες

Ισίδωρος Ζουργός

Εκδόσεις: "Πατάκης"

Την άνοιξη του 1909, ο έκπτωτος σουλτάνος Αβδούλ Χαμίτ ο Β΄ εξορίζεται στη Θεσσαλονίκη και μένει εγκλειστος σε μια εντυπωσιακή έπαυλη. Εκεί, σύμφωνα με το μυθιστόρημα, θα διηγείται για λίγες νύχτες σ' ένα μικρό κορίτσι τη ζωή του. Ένα εντεκάχρονο όμως αγόρι κρυφακούει... Εβδομήντα χρόνια μετά, θα υπάρχει ακόμη μια νύχτα, μάλλον μια ζωή ολόκληρη σε μία μόνο νύχτα. Άλλωστε στον 20ό αιώνα αργούσε συχνά να ξημερώσει. Το Λίγες και μία νύχτες, με άξονα την ερωτική ιστορία που φωλιάζει στην καρδιά της αφήγησης, εξιστορεί μια περιπέτεια για το κυνήγι του πλούτου και την αναζήτηση της ευτυχίας. Το βιβλίο αναπλάθει μια μαγευτική συνοικία έξω από τα τείχη της Θεσσαλονίκης, αυτή των Εξοχών, που έσβησε για πάντα. Είναι ακόμη μια γραφή για τα σπίτια, φτωχικά και πλούσια, για το μέσα και το έξω τους, για τους τοίκους και τα έπιπλα όπου υφαίνονται οι ανάσες ζώντων και θεθνεύτων. Το Λίγες και μία νύχτες εμπεριέχει ακόμη κατά κάποιον τρόπο τον σχολιασμό του, διερωτάται πίσω από την κουίττα για τα άγονα χωράφια της γραφής, τα εργαστήριά της, τις αστοχίες και τα πάθη της, είναι με άλλα λόγια το κοίταγμα του ίδιου του μυθιστορήματος στον καθρέφτη. Πέρα όμως και πάνω απ' όλα είναι ένα βιβλίο για την ανήκεστο βλάβη της ύπαρξης, αυτήν που προκάλεσε ο πιο δημεγέρτης αιώνας, ο εικοστός.

Ξεκινήστε από
το γιατί

Sinek Simon

Μετάφραση: Γεωργούλια Κωνσταντίνα

Εκδότης: Κλειδάριθμος

Ένα βιβλίο για όσους θέλουν να εμπνεύσουν τους άλλους... και για όσους θέλουν κάποιον να τους εμπνεύσει. Ο Σ.Σ. ηγείται ενός κινήματος που έχει στόχο να οικοδομήσει έναν κόσμο στον οποίο οι περισσότεροι από εμάς θα αντλούμε έμπνευση από τη δουλειά που κάνουμε. Εκατομμύρια άνθρωποι έχουν ήδη παρακολουθήσει την ομιλία του για το πόσο σημαντικό είναι να γνωρίζουμε τον λόγο για τον οποίο κάνουμε ό,τι κάνουμε. Στο βιβλίο του Ξεκινήστε από το Γιατί, ο Σίνεκ ηγείται αυτή την ιδέα ακόμα παραπέρα. Κάθε άτομο ή εταιρεία μπορεί να εξηγήσει τι κάνει. Ορισμένοι μπορούν να εξηγήσουν σε τι διαφέρουν ή είναι καλύτεροι, αλλά ελάχιστοι μπορούν να εκφράσουν με σαφήνεια το γιατί.

