

# διαδρομές

ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΣ / ΤΕΧΝΕΣ / ΙΣΤΟΡΙΑ / ΒΙΒΛΙΑ / ΜΟΥΣΙΚΗ / ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ



diadromes@haniotika-nea.gr



ΕΛΙΑ ΚΟΥΜΛΗ

## editorial

Ο ρόλος της τέχνης ως διέξοδος, ακόμα και παρηγοριά, από τη δύσκολη καθημερινότητα της απομόνωσης, της μοναξιάς και της ματαίωσης που βιώνουν οι περισσότεροι συμπολίτες μας έχει αναδειχτεί ιδιαίτερα τον τελευταίο καιρό. Και οι άνθρωποι των τεχνών αφουγκράζονται την εποχή τους, καταγράφουν τον παλμό της και αφήνουν το δικό τους στίγμα, ακόμα και αν είναι από εκείνους

που πλήττονται βαθύτατα από τον οικονομικό αντίκτυπο της πανδημίας.

Η ζωγραφική, η φωτογραφία, η μουσική, ο κινηματογράφος και ο χορός βρίσκονται στο επίκεντρο του σημερινού μας αφιερώματος, όπου Χανιώτες των τεχνών εκφράζουν με τον δικό τους τρόπο ένα μήνυμα αισιοδοξίας για το αύριο.

## περιεχόμενα

σελ. 2 ~ Πολιτισμός - Αφορμή

σελ. 3 ~ Παιδότοπος

σελ. 4 - 5 ~ Μηνύματα αισιοδοξίας μέσα από την τέχνη

σελ. 6 ~ Υγεία & Βότανα

σελ. 7 ~ Πολιτισμός

σελ. 8 ~ Ιστορία της Ιατρικής



# παιδότοπος



ΓΙΟΡΤΗ ΠΑΙΔΙΚΟΥ ΒΙΒΛΙΟΥ

## Χωρεάνθηδων Ανθη

ΒΑΓΓΕΛΗΣ  
Θ. ΚΑΚΑΤΣΑΚΗΣ

kakatsakis@sch.gr



Καλοί μου φίλοι, καλό Σαββατοκύριακο!  
Στον απόηχο του μη εορτασμού στα σχολεία μας και όπου αλλού, εφέτος, λόγω κορωνοϊού προχθές 2 Απριλίου, της Παγκόσμιας Ημέρας Παιδικού Βιβλίου ο σημερινός Παιδότοπος. Σιγά που δεν θα γιόρταζε το Παιδικό Βιβλίο κατά που του αξίζει η στήλη. "Χωρεάνθηδων άνθη", λοιπόν ο τίτλος του αφιερώματος, που περιλαμβάνει ποιήματα για παιδιά της δασκάλας - ποιήτριας Ελένης Χωρεάνθη και του "φευγάτου" στον Επουράνιο Παρνασσό απ' το 1996 συζύγου της δασκάλου - ποιητή Κώστα Χωρεάνθη, διανθισμένα με ζωγραφιές της κόρης των Μάριον. Μια δασκαλική οικογένεια που έχει γράψει τη δική της ιστορία στον χώρο του παιδικού βιβλίου οι Χωρεάνθηδες.  
Ποιήματα - ζωγραφιές και ζωγραφιές - ποιήματα με θέμα την άνοιξη. Κατάπολλα τα ευχαριστώ που για την αποδοχή της πρότασης και τη συνεργασία, κυρία Ελένη!

Σας χαιρετώ με αγάπη όλους!  
Βαγγέλης Θ. Κακατσάκης, δάσκαλος

ΕΛΕΝΗ ΧΩΡΕΑΝΘΗ

### Έρθε η άνοιξη

Θεούλη μου, τι όμορφη που 'ναι η πλάση!  
Να μπόραγε η ματιά μου να χορτάσει με τούτη εδώ την άνοιξη πλημμύρα που ευωδιά τριγύρα μύρια μύρα...

Θεούλη μου, τι όμορφος που είν' ο κόσμος!  
Ανθοβολάει το κρίταμο κι ο δυόσμος, έχουν οι κήποι κι οι ροδώνες κοκκινίσει. κάμποι και πλάγια ως πέρα ροδαμίσει,

### Η χελιδονοφωλιά

Έρθαν τα χελιδόνια κι ο αγέρας χτες γέμισε με μιας τραγούδια και παιδιών φωνές.

Από κάτω απ' τα μπαλκόνια μια και δυο τα χελιδόνια άρχισαν δουλειές: κάνουν μαστοριές.

Άδειασαν τους αυρώνες, πήραν το νερό, δεν αφήκαν στο χωράφι φύλλο και φτερό.

\*\*\*

Έχω μια χαρά μεγάλη μέσα στην καρδιά. Στου σπιτιού μου το μπαλκόνι χτίζουνε φωλιά δυο τρελά πουλιά.

Όλη μέρα φτερουγούνε μες στη ρεματιά λάσπη κι άχυρα να βρούνε και μικρά φτερά γύρω στα νερά.

Πέρασε καιρός. Σωπάσαν. Κάποιο πρωινό τιτιβίσματα ακουστήκαν κι έστησαν χορό σ' όλο το χωριό.

Βγήκανε πουλάκια πέντε, τόσα δα σταχτιά δίχως φτερουγάκια μαύρα και χωρίς ουρά κι όλα τρυφερά.

Τι φωνούλες κάνουν τώρα μέσα στη φωλιά! Πέντε ράμφη τεντωμένα να βρουν λιχουδιά τόση φαμελιά!

ΚΩΣΤΑΣ ΧΩΡΕΑΝΘΗΣ

### Ηλιοβάδιση

Ηλιοβάδιση πλαγιά με τα φουντωτά πουρνάρια και τα δροσερά χορτάρια, σ' ανεβαίνουν τα παιδιά.

Και στους ίσκιους σκορπιστά τα κυκλάμινα σου ανθούνε, κρόκοι κι ανεμώνες ζούνε, προσωπάκια γελαστά.

Σαν παλάμη του Θεού ακουμπάς πάνω στη μέρα κι ανασαίνεις τον αγέρα του μεγάλου του ναού.

Ηλιοβάδιση πλαγιά, της βαθιάς χαράς περβόλι, του φωτός καθαρία σκόλη, σ' ανεβαίνουν τα παιδιά.

### Αρχαίος Αγεργμός

Έρθε ήρθε χελιδόνα φέρνει την καλή εποχή, φέρνει τον καλό καιρό, με την άσπρη την κοιλιά, με τη μαύρη τραχηλιά. Φέρε εσύ την αρμαθιά μέσ' από το πλούσιο σπίτι: του κρασιού το κύπελλο, του τυριού το κάνιστρο-παξιμάδι η χελιδόνα και κουκόψωμο δε διώχνει-φεύγουμε ή θα πάρουμε; Όμως κατιτί θα δώσεις-δε σ' αφήνουμε αλλιώς-ή τη θύρα παίρνουμε ή το παραθύρι ή τη γυναίκα που είναι μέσα. Είμαστε μικρά μικρά μα εύκολα την παίρνουμε. Κι αν κάτι δώσεις, κατιτί μεγάλο να μας φέρεις-άνοιγε άνοιγε τη θύρα στη χελιδόνα-γέροντες δεν είμαστε μα μικρά παιδιά.

\*\*\*

### Πρωινές χαρές

Άνθισαν πρωινές χαρές στις αυγούλας το μπαλκόνι. Λίγες ώρες λαμπερές - ήλιε μου, χρυσό στημόνι - είν' η ζωή τους - και νυχτώνει.

Δειλινό - καμήκος κρυφός - κλείνουνε τα πέταλά τους. Μα κρατάνε στάλα φως - ήλιε μου, με τους θανάτους - μες σ' αδύναμα κλωνιά τους.

Βλέπουν φωτεινό όνειρο άνοιξη μέσ' την ψυχή τους πώς στον κόσμο το κλωρό - ήλιε, με κουβάρια μίτους - γύρισε ξανά μαζί τους.

Οι χαρές οι λιόφωτες σε παιδιών μπαλκόνια αχτίδες. Έτσι ανθίζουν οι ματιές - ήλιε μου, με τις πλεξίδες - σ' όσα πρόσωπα κι αν είδες!

\*\*\*

### Ζωγραφιά

Ολόδροσα τα γιούλια γερμένα στα πεζούλια σκορπούνε ευωδιές. Μ' ολόδροσα χειλάκια κρυφά δίνουν φυλάκια μέσ' απ' τις φυλλωσιές.

Στη χλόη που πρασινίζει δροσούλα λαμπυρίζει κυλώντας απαλά. Ολάνθηστα τα κλώνια. Γλυκολαλούν τ' απδόνια κρυμμένα στα κλαδιά.

Οι μέλισσες βουίζουν, τα γιασεμιά μυρίζουν, ρουφούν γλυκούς χυμούς. Τ' αέρι καθώς πάει αγάλια ξεψυχάει στις λίμνης τους αφρούς



# Μηνύματα αισιοδοξίας μέσα από την Τέχνη



ΕΛΙΑ ΚΟΥΜΛΗ

**Εχει περάσει σχεδόν ένας μήνας από τη μέρα που το “σύστημα” άρχισε να «κατεβάζει έναν έναν τους διακόπτες», με αποτέλεσμα κάποιοι να βρεθούν στο περιθώριο της κοινωνικής δραστηριότητας, κλεισμένοι στην ασφάλεια του σπιτιού τους, εγκλωβισμένοι στην αβεβαιότητα για το εργασιακό τους μέλλον και στον φόβο που προκαλεί η ασθένεια.**

Από την άλλη πλευρά υπάρχουν και αυτοί που δίνουν τον καθημερινό τους αγώνα σε δύσκολες συνθήκες, με πολλαπλάσιο όγκο δουλειάς, υποχρεώσεων, πίεσης και τον φόβο ως υπενθύμιση του αόρατου εχθρού σε κάθε ανάσα που πλησιάζει, σε κάθε υποψία όχι αγγίγματος αλλά μοιρασιάς κάποιου αντικειμένου.

Την ίδια ώρα, όπως όλοι έχουμε διαπιστώσει, η Τέχνη λειτουργεί ως ανάχωμα ενάντια στον φόβο, τη θλίψη και την ανία, ενώ οι καλλιτέχνες, αφουγκραζόμενοι την εποχή τους, καταγράφουν τον παλμό της και αφήνουν το δικό τους στίγμα, ακόμα και αν είναι από εκείνους που πλήττονται βαθύτατα από τον οικονομικό αντίκτυπο της πανδημίας. Η ζωγραφική, η φωτογραφία, η μουσική, ο κινηματογράφος και ο χορός βρίσκονται στο επίκεντρο του σημερινού μας αφιερώματος, όπου Χανιώτες των τεχνών εκφράζουν με τον δικό τους τρόπο και τα δικά τους μέσα ένα μήνυμα αισιοδοξίας για το αύριο.



## Παρηγοριά και αισιοδοξία

Στις ζοφερές και δυσοίωνες μέρες της πανδημίας που ζούμε, όπου η γη χάνεται κάτω από τα πόδια μας κι όλες οι σταθερές μοιάζουν να εξαφανίζονται, το να αισιοδοξεί κανείς φαντάζει από ουτοπικό έως επικίνδυνο.

Άκουσα τις τελευταίες αυτές ημέρες της καραντίνας απίστευτα σχόλια για τις ευκαιρίες που έχουμε, να γνωρίζουμε καλύτερα τον εαυτό μας (ο οποίος μάλιστα θα μας εκπλήξει με τις αρετές του!), να γνωριστούμε με τους οικείους μας (φαίνονται καλοί άνθρωποι!), να τακτοποιήσουμε τα συρτάρια στη τσουλάπα μας, ν' ακούσουμε μουσική...

Άκουσα ακόμα ότι θα βγούμε δυνατότεροι από αυτή τη δοκιμασία (αλλά όχι όλοι), άκουσα ότι

η επιστήμη εργάζεται τώρα σκληρά για να κάνει πάλι το “θαύμα” της, άκουσα, άκουσα, άκουσα... Άλλο όμως παρηγοριά κι άλλο αισιοδοξία.

Καθώς κοιτάζω έξω από το παράθυρό μου και βλέπω την ανοιξιότικη ανθοφορία, που χωρίς κανέναν τη φροντίδα ή μέριμνα, δεν ξεχνά ποτέ το ραντεβού της με την αναγέννηση, νιώθω ότι κάτι μας έχει διαφύγει, σ' όλη αυτή την (παρα)φιλολογία της παρηγοριάς.

Ο ζόφος, είναι το καλύτερο φόντο για να πλαισιώσει κανείς μια βαθιά χαρά, που είναι πέρα και πάνω από οτιδήποτε και οποιονδήποτε.

Ακόμα κι απ' τον χρόνο.

Κι αν η τέχνη, καθώς λένε, μπορεί με κάποιον υπόγειο τρόπο και παρηγορεί, αυτό δεν το κάνει μέσω του λόγου (που μπορεί να είναι ψευδής) αλλά μέσω της εικόνας, που η πολυσημία της, είναι αψευδής και παντοτινός μάρτυρας της

αλήθειας της.

Γι' αυτό λοιπόν λιγοστεύω κι εγώ τα λόγια μου κι αισιοδοξώ μέσα από αυτή την φωτογραφία, που μπορεί να μη “λέει” τίποτα αλλά ίσως γι' αυτό τα λέει όλα.

Καλή δύναμη σε όλους.

**Μιχάλης Πολυχρονάκης  
φωτογράφος**

## Η μουσική είναι εδώ για να μας θυμίσει πως είμαστε άνθρωποι και πως υπάρχουμε μόνο όταν νιώθουμε, χαμογελάμε, επικοινωνούμε

Η αλήθεια είναι πως τον τελευταίο καιρό, με την πανδημία σε εξέλιξη, ζούμε κάτι που μας υπερβαίνει, κάτι που έχει σαρώσει τις ζωές μας, την αίσθησή μας για τον κόσμο. Εκεί που νομίζαμε πως λίγο πολύ τα έχουμε δει όλα, σε καιρό ειρήνης, διαπιστώνουμε πως έχει και άλλο. Αν δούμε από ψηλά αυτό που μας συμβαίνει, το παρόν μας μοιάζει πια περισσότερο με ένα βιβλίο φανταστικής λογοτεχνίας, με μια ταινία, ή με ένα τραγούδι. Και εδώ πρέπει να κρατηθούμε ψύχραιμοι, με υπομονή και προσδοκία πως κάποια στιγμή θα ξαναβρούμε την ισορροπία μας, τις ζωές μας και ολόκληρο τον εαυτό μας.

Με χαρά λοιπόν είδα, από την πρώτη στιγμή, τους συνάδελφους καλλιτέχνες από το χώρο του τραγουδιού να μοιράζονται γενναιόδωρα μέσα από τα σόσιαλ μίντια την τέχνη τους, δίνοντας το παρών και ένα μήνυμα ελπίδας. Με χιούμορ, με γλύκα, με λόγια κοφτερά και άλλοτε προβληματισμένα, με μια κιθάρα ή ένα πιάνο, πολύ απλά με μια κάμερα από το δωμάτιο του σπιτιού τους άρχισαν να μοιράζονται τα τραγούδια τους με το κοινό και τους χρήστες. «Κάθε φορά που τελειώνει ο κόσμος, να με κρατάς απ' το χέρι σφιχτά, να περπατάς πλάι μου στα συντρίμια, να με κοιτάς με τα μάτια κλειστά» σε



στίχους του Σταύρου Σταύρου, τραγουδάει ο Σταύρος Σιόλας συνοδεύοντας τον εαυτό του στο πιάνο σε ένα βίντεο που έβγαλε στο facebook και το τραγούδι μοιάζει να γράφτηκε αυτή

τη στιγμή για να χωρέσει όσα νιώθουμε.

Απομονωμένος με την οικογένεια του στο σπίτι του στον Βόλο, ο Αλκίνοος Ιωαννίδης δημοσιοποιεί ένα βίντεο με τις κόρες του να τον

συνοδεύουν τραγουδώντας με την κιθάρα του “Μαζί ξανά” στέλνοντας με την φρέσκια, τρυφερή μπαλάντα του ένα μήνυμα αισιοδοξίας. Μάλιστα το τραγούδι καταλήγει: «Θα περάσει, θα τελειώσει κάποια μέρα σαν κι αυτή, θα το πει ο κυριούλης έξι ώρα στην ΤV...», κάνοντας μια έμμεση αναφορά στον Σωτήρη Τσιόδρα.

Ο ευρηματικός τραγουδοποιός Σπύρος Γραμμένος αυτές τις μέρες διασκευάζει μια ολόκληρη σειρά από τραγούδια με μουσικούς που ο κάθε ένας παίζει από το σπίτι του... φτιάχνοντας την «παρέα της καραντίνας». Είναι δεκάδες, εκατοντάδες οι σχετικές αναρτήσεις από Έλληνες και ξένους καλλιτέχνες από όλο το φάσμα της μουσικής δημιουργίας.

Η μουσική μας μας παρηγορεί από τα μπαλκόνια, τις ταράτσες, απ' τα δωμάτια των σπιτιών και σπάζει την απομόνωση, τη φορτική φλυαρία της ΤV. Είναι εδώ για να μας θυμίσει πως είμαστε άνθρωποι και πως υπάρχουμε μόνο όταν νιώθουμε, χαμογελάμε, επικοινωνούμε. Όταν στεκόμαστε ο ένας πλάι στον άλλον με κάθε τρόπο.

**Λεωνίδας Μαριδάκης,  
μουσικός**

**Και να που σε μία στιγμή όλα αλλάζουν και συνειδητοποιούμε ότι τίποτα δεν είναι δεδομένο**



Τίτλος έργου: Δον Κικώτης (που θα 'θελα να ζει για πάντα στην κοινωνία των ανθρώπων), Λάδι σε καμβά, διαστάσεις έργου 1μ. Χ 1,5

Όπως αναφέρει πριν περίπου 100 χρόνια(!) στην "Ασκητική" ο Νίκος Καζαντζάκης: «...σκοπός της γης δεν είναι η ζωή, δεν είναι ο άνθρωπος. Έζησε χωρίς αυτά και θα ζήσει χωρίς αυτά. Είναι σπιθές εφήμερες της βίαιης περιστροφής της. Ας ενωθούμε, ας πιαστούμε σφιχτά, ας σμίξουμε τις καρδιές μας, ας δημιουργήσουμε εμείς, όσο βαστάει ακόμα η θερμοκρασία τούτης της γης, όσο δεν έρχονται σεισμοί, κατακλυσμοί, πάγοι, κομήτες, να μας εξαφανί-

σουν, ας δημιουργήσουμε έναν εγκέφαλο και μία καρδιά στη γη, ας δώσουμε ένα νόημα ανθρώπινο στον υπερανθρώπινο αγώνα!».

«Είναι ανάγκη να ρυθμίσουμε όλοι μαζί το περπάτημα και την καρδιά μας».

Και να λοιπόν που σε περίοδο κρίσης η τέχνη αποκτά την μεγαλύτερη αναγκαιότητα ύπαρξης.

**Αυγή Αμπελικάκη  
εικαστικός**

**Η χορογραφία της καθημερινότητας εν μέσω πανδημίας ή μία κρίση που ακόμη δεν έχει ανακαλύψει την ευκαιρία της**

Ο COVID-19 ήρθε να αλλάξει τα δεδομένα μας για τις σχέσεις, τη φύση, το περιβάλλον, τον εαυτό μας, τη ζωή! Φέρνει τον κίνδυνο της εσωστρέφειας, σπέρνει τον φόβο, τον πανικό, την καχυποψία, την σωματική απομάκρυνση και δίνει μια καλή δικαιολογία στη μοναξιά. Το «σώμα-κατοικία» μας, απειλείται, απολυμαίνεται, αποστειρώνεται, τιμωρείται...

Δεν αγγίζει και δεν αγγίζεται. Οι αισθήσεις μουδιασμένες, μυρίζουν και γεύονται αντισηψία... Η ψυχή μας ανυπόμονη να υποδεχτεί ό,τι της στέρσαν: τη ζεστασιά, την αγκαλιά, την επαφή! Ξαφνικά γίνονται τείχος μπροστά μας όσα μας λείπουν. Θυμόμαστε ότι έχουμε σώμα που πρέπει να φροντίζουμε. Πώς καταλαμβάνει αυτό το σώμα τον χώρο; Πώς απλώνεται; Ποιες είναι οι ποιότητες κίνησης που αντανακλούν την ψυχική του διάθεση; Πώς αυτό το σώμα ισορροπεί, ευθυγραμμίζεται, τρέχει, πηδά, πέφτει, δια-δρά, κατευθύνει και κατευθύνεται; Πού είναι χαμένη η σωματικότητα μας;

Ο χορός σαν τέχνη και σαν τρόπος ζωής επανεστιάζει το μυαλό μας, επαναποθετεί τα σώματα μας στον χώρο και στον χρόνο. Μας ταξιδεύει, μας κρατάει σε εγρήγορση,



μας τονίζει την ανάγκη να επιστρέψουμε στο ξεχασμένο σώμα μας. Να το προσεγγίσουμε με νοιάξιμο και να ανακαλύψουμε τη σοφία και τη χαρά που κρύβει μέσα του. Στον χορό, το σώμα δημιουργεί τέχνη και η τέχνη επικοινωνείται μέσα από αυτό.

Αυτή η κρίση ας γίνει η ευκαιρία να δούμε πέρα από εκεί που κοιτάμε.

**Σοφία Φαλιέρου,  
χορογράφος, κοινωνική  
λειτουργός, καλλιτεχνική  
διευθύντρια "Dance Days  
Chania"**

## Ο κινηματογράφος είναι μέσο δημιουργικής διαφυγής και απασχόλησης

Οι συνθήκες είναι ιδιαίτερες και σε αυτές καλούμαστε να ανταπεξέλθουμε όσο πιο δημιουργικά είναι δυνατόν. Ο χώρος του πολιτισμού είναι από αυτούς που ως δημιουργική βιομηχανία πλήττονται στο μέγιστο βαθμό και από αυτή την κρίση. Σε βαθμό επιβίωσης!

Είναι δεδομένο ότι όταν θα έρθει η επόμενη μέρα τα πράγματα θα έχουν αλλάξει και το θέμα είναι ποιες θα είναι τότε οι συνθήκες. Παρόλαυτα από την πρώτη στιγμή μικροί και μεγάλοι οργανισμοί παρέχουν ΔΩΡΕΑΝ πολιτιστικό περιεχόμενο δίνοντας την δυνατότητα δημιουργικής διαφυγής και απασχόλησης. Γιατί ο χώρος του πολιτισμού πέρα και πάνω από όλα είναι χώρος ελπίδας και προοπτικής.

Το Φεστιβάλ Κινηματογράφου Χανίων πιστό στην αρχή του ότι δρα και παρεμβαίνει καθημερινά συμπορευόμενο με τις όποιες συνθήκες από την πρώτη στιγμή είναι σχεδίασε και υλοποιεί δράσεις που του δίνουν την δυνατότητα να μένει σε επαφή με τους φίλους του, τους φίλους του κινηματογράφου αλλά και της εκπαίδευσης, ανοίγοντας ταυτόχρονα και νέα παράθυρα δημιουργικής επικοινωνίας.

Από την πρώτη στιγμή κληθήκαμε να διατηρήσουμε την επικοινωνία μας κα-



Από τα γυρίσματα του ντοκιμαντέρ "Encardia, η πέτρα που χορεύει" του Άγγελου Κοβότσου, μια ταινία που μιλάει στην καρδιά μας...

ταρχήν με τους φίλους μας -φίλους του κινηματογράφου- που επικοινωνούσαμε τακτικά με προβολές ταινιών.

Απαντήσαμε γρήγορα και από τους πρώτους σε επίπεδο χώρας. Δημιουργήσαμε την online κινηματογραφική

λέσχη cffcineclub#μένουμεσπίτι η οποία ξεκίνησε την Πέμπτη 19 Μαρτίου και από τότε κάθε βράδυ στις 9

ακριβώς προβάλλουμε από την σελίδα μας στο facebook <https://www.facebook.com/chaniafilmfestival> και το κανάλι μας στο Youtube ταινίες για μικρούς και μεγάλους.

Παράλληλα μπήκε σε λειτουργία η νέα σελίδα των εξ αποστάσεων εκπαιδευτικών προγραμμάτων του Φεστιβάλ Κινηματογράφου Χανίων καθώς και η σχετική πλατφόρμα σύγχρονης και ισόχρονης εκπαίδευσης που σχεδιάστηκαν για να εξυπηρετήσουν σταδιακά τις ανάγκες των εκπαιδευτικών προγραμμάτων του Φεστιβάλ. Παράλληλα ανοίξαμε και ένα ταχύρρυθμο εξ αποστάσεως εκπαιδευτικό πρόγραμμα προσαρμοσμένο στις συνθήκες των ημερών. [www.cff-e-edu.gr](http://www.cff-e-edu.gr)

Φυσικά όλα αυτά χωρίς καμιά οικονομική επιβάρυνση για τους συμμετέχοντες.

Στην ιστοσελίδα του Φεστιβάλ Κινηματογράφου Χανίων θα βρείτε τα παραπάνω αλλά και αρκετές ακόμα δημιουργικές προτάσεις που ετοιμάζουμε. <https://www.chaniafilmfestival.com/>

**Ματθαίος Φραντζεσκάκης  
Διευθυντής Φεστιβάλ Κινηματογράφου Χανίων**



Επιμέλεια:  
**ΣΑΚΗΣ ΚΟΥΒΑΤΣΟΣ**  
info@herb.gr

### Βιότοπος - περιγραφή

Η λατινική ονομασία του βοτάνου είναι *LINARIA vulgaris* (Λιναρία η κοινή) και ανήκει στην οικογένεια των Σκροφουλαριδών. Το συναντούμε με τις ονομασίες Χιλιομάννα, Περούκα, Βουκάμενος.

## Λιναρία η κοινή

Φύεται σε Ευρώπη και δυτική Ασία. Υπάρχουν περίπου 100 είδη του φυτού αλλά στη χώρα μας συναντούμε 15 από αυτά, όπως η Πελοποννησιακή, η Ελατινή, η Κυμβαλοειδής (η κοινή ονομασία της οποίας είναι Περούκα), η Μικρανθή, η Μικροκάλυξ, η ανακυκλωμένη, η Τρίφυλλη, η Αρουραία, η Άλπειος, η Χαλέπιος, η Ιταλική, η Κοινή, η Δαλματική και άλλες.

Στη χώρα μας φύεται σε Αρκαδία, Λακωνία και Κρήτη. Το βλέπουμε φυτρωμένο πάνω σε τοίχους, πέτρες, ανάμεσα στα σπαρτά. Σχεδόν όλες έχουν θεραπευτικές ιδιότητες αλλά η κοινή είναι περισσότερο φαρμακευτική.

Είναι φυτό ποώδες, πολύβλαστο, πολυετές που φτάνει σε ύψος από 60 έως 80 εκατοστά. Οι βλαστοί του είναι μακροί, σαν νήματα, διακλαδίζονται και ανακατεύονται μεταξύ τους. Φύλλα γραμμοειδή, με 4 έως 7 λοβούς αυγοειδείς, αμβλείς και στο άκρο ακιδωτούς.

Οι ποδίσκοι είναι φυτρωμένοι από τις μασχάλες, με ίσο μήκος ή και μακρύτεροι από το φύλλο. Τα κράσπεδα του κάλυκα λογοειδή με γραμμές σχεδόν σουβλερά και σχεδόν κατά το ένα τρίτο κοντύτερα από τη στεφάνη. Η στεφάνη ιώδης με υπερώα κίτρινη και πλήκτρο μάλλον κυρτό. Η κάψα σχεδόν σφαιρική. Τα σπέρματα είναι με ρυτίδες.

Άνθη κίτρινα με πορτοκαλί το πάνω τμήμα και με σπηρούνη. Τα άνθη είναι ερμαφρόδιτα (έχουν αρσενικά και θηλυκά όργανα) και γονιμοποιούνται από τις μέλισσες.

Οι ρίζες απλώνονται γρήγορα στα ευνοϊκά σημεία και το φυτό πολλαπλασιάζεται επίσης εύκολα με σπόρους. Οι σπόροι του φυτού ωριμάζουν Αύγουστο και Οκτώβριο.

Τα άνθη περιέχουν κίτρινη χρωστική που μπορεί να χρησιμοποιηθεί στη βαφή μάλλινων και διαφόρων άλλων υφασμάτων σε χρώμα κί-

τρινο, πορτοκαλί, πράσινο ή καφέ.

Τα φύλλα του φυτού είναι βρώσιμα. Η ελαφρά τοξικότητα των φύλλων με το βράσιμο εξουδετερώνεται.

Είναι μελισσοκομικό φυτό. Η είσοδος του άνθους είναι πάντα κλειστή και εμποδίζει την είσοδο εντόμων, μέχρι την στιγμή που μία μεγάλη μέλισσα το εντοπίζει και αποφασίζει να εισέλθει σε αυτό για να πάρει το νέκταρ.

### Ιστορικά στοιχεία:

Το βότανο χρησιμοποιήθηκε στη λαϊκή ιατρική εκατοντάδες χρόνια. Γνώριζαν την δράση του στο ήπαρ και το χρησιμοποιούσαν ευρέως ως διουρητικό στη θεραπεία του οιδήματος.

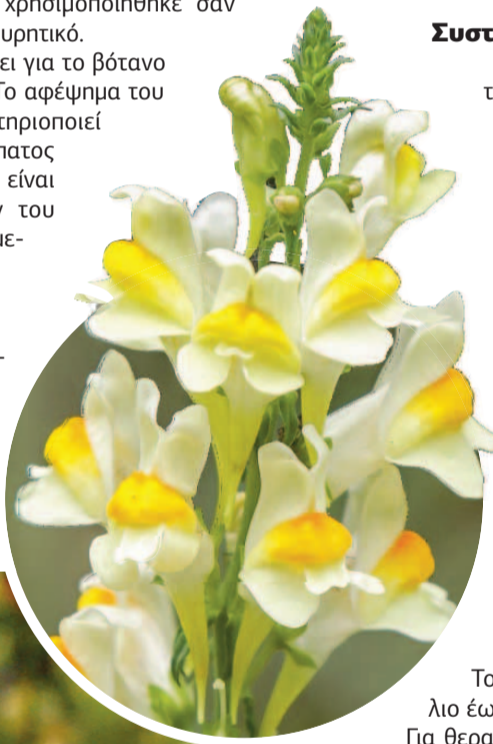
Έχει μακρά ιστορία φαρμακευτικής χρήσης για τον ίκτερο, τις δερματικές και εντερικές λοιμώξεις, το οίδημα και τις διαταραχές της χοληδόχου κύστης.

Στη λαϊκή ιατρική χρησιμοποιήθηκε σαν αποκαθαριστικό και διουρητικό.

Ο Γκέραντ αναφέρει για το βότανο χαρακτηριστικά ότι «Το αφέψημα του φυτού επαναδραστηριοποιεί την λειτουργία του ήπατος και της σπλήνας, ενώ είναι πολύ καλό εναντίον του ίκτερου που διαρκεί μεγάλο χρονικό διάστημα».

Για χρόνια οι γιατροί το χρησιμοποιούσαν ως βότανο επιλογής για την υδρωπικία.

Για πληγές, έλκη και εξανθήματα δέρματος έφτια-



χναν μία λεπτή πράσινη αλοιφή ως εξής: Ψιλόκοβαν το βότανο και στη συνέχεια το έβραζαν σε λαρδί μέχρι να γίνει τραγανό και να σχηματίσει αυτή την λεπτή πράσινη αλοιφή.

Το χρησιμοποιούσαν και ως εντομοκτόνο. Τα φύλλα του φυτού τα έβραζαν σε γάλα και αυτό που προέκυπε ήταν ένα αποτελεσματικό δηλητήριο ενάντια στις μύγες.

### Συστατικά - χαρακτήρας

Το βότανο (και ιδιαίτερα τα άνθη) περιέχει τους γλυκοζίτες Λιναρίν και Πετκολιναρίνη. Περιέχει ακόμη λιναροσίνη, Λιναροσίνη, Αντιρινική, τανίνες, κίτρινο οξύ και κίτρινες χρωστικές, σίδηρο, μαγνήσιο, ασβέστιο, βλέννα και ζάχαρη.

Το έγχυμα του βοτάνου έχει πικρή και δυσάρεστη γεύση που προέρχεται από την παρουσία ενός καυστικού αιθέριου ελαίου.

### Ανθιση - χρησιμοποιούμενα μέρη - συλλογή

Το φυτό ανθίζει από τον Ιούλιο έως τον Σεπτέμβριο.

Για θεραπευτικούς σκοπούς χρησιμοποιείται ολόκληρο το φυτό χωρίς τα μαρμένα μέρη της βάσης του. Συλλέγεται από Ιούνιο έως Σεπτέμβριο. Η ρίζα συλλέγεται από Σεπτέμβριο έως Δεκέμβριο.

### Θεραπευτικές ιδιότητες και ενδείξεις

Δρα ως αντιφλογιστικό, στυπτικό, καθαριστικό, διουρητικό, ηπατικό, οφθαλμικό και καθαριστικό βότανο. Οι ρίζες του είναι περισσότερο δραστηκές.

Εσωτερικά χρησιμοποιείται σε θεραπεία οιδήματος, ίκτερο, ασθένειες του ήπατος, της χοληδόχου κύστης και σε δερματικά προβλήματα.

Εξωτερικά χρησιμοποιείται σε αιμορροΐδες, δερματικά εξανθήματα, πληγές και κακοήθη έλκη.

Αλοιφή που παρασκευάζεται από τα άνθη βοηθά σε δερματικά εξανθήματα. Ο χυμός του φυτού σε αποσταγμένο νερό βοηθά στη θεραπεία της φλεγμονής των ματιών και στον καθαρισμό ελκωδών πληγών.

Χρησιμοποιείται ακόμη στη θεραπεία της διάρροιας και της κυστίτιδας.

Χρησιμοποιείται στην ομοιοπαθητική.

Σήμερα χρησιμοποιείται ακόμη σε αλοιφές για προβλήματα των αιμοφόρων αγγείων, όπως οι



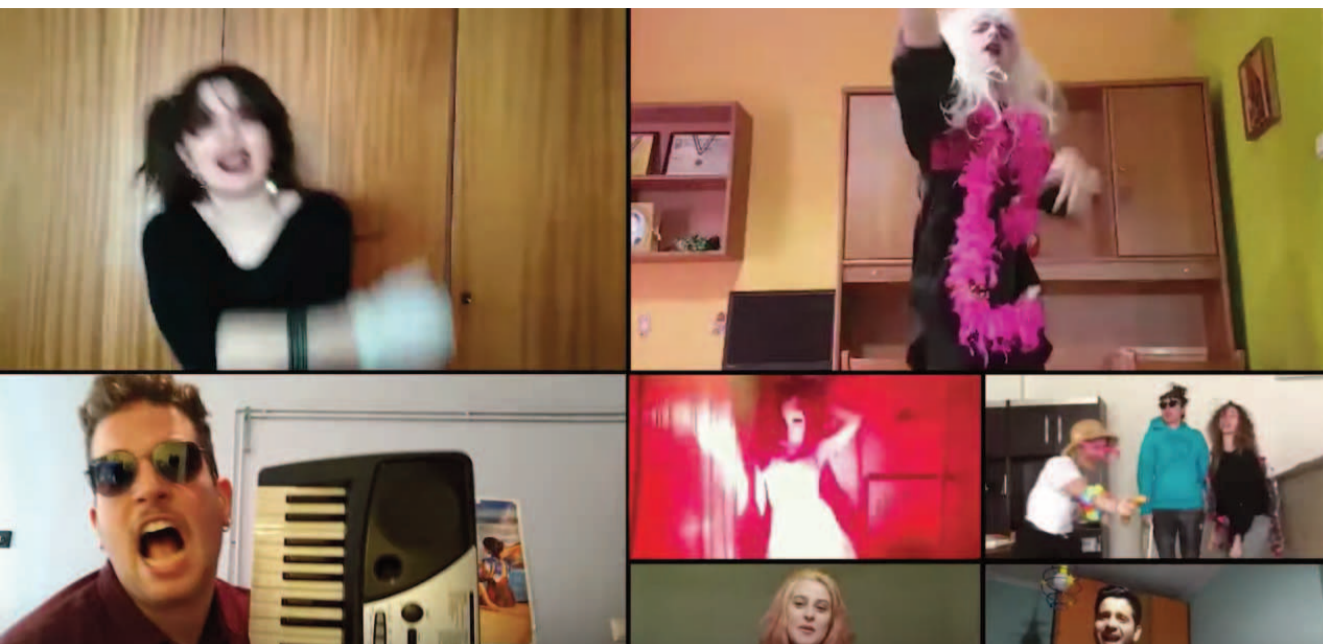
αιμορροΐδες.

### Παρασκευή και δοσολογία

Άνθη και φύλλα παρασκευάζονται ως έγχυμα ενώ η ρίζα ως αφέψημα.

### Προφυλάξεις

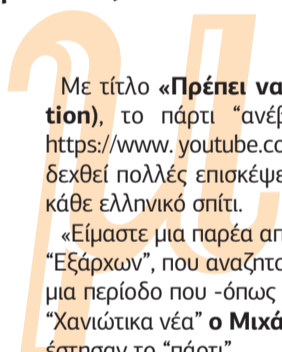
Η χρήση του βοτάνου θέλει προσοχή. Πρέπει να δίνεται μόνο από ιατρό ή έμπειρους βοτανολογούς. Δεν πρέπει να χορηγείται σε εγκύους. Η θεραπευτική δόση είναι κοντά στην δοσολογία που το βότανο παρουσιάζει ελαφρά τοξικότητα.



ΑΠΟ ΜΕΛΗ ΤΗΣ ΘΕΑΤΡΙΚΗΣ ΟΜΑΔΑΣ "ΕΞΑΡΧΩΝ"

# Χανιώτικο "πάρτι" σε... μέρες κορωνοϊού

**Τι κι αν ο κορωνοϊός έχει κλείσει τους Χανιώτες στο σπίτι; Τι κι αν οι παρέες έχουν σταματήσει να βρίσκονται; Τι κι αν οι περισσότερες καλλιτεχνικές δραστηριότητες έχουν "παγώσει"; Μέλη της θεατρικής ομάδας "Εξάρχων" έστησαν το δικό τους πάρτι στέλνοντας ένα μήνυμα αισιοδοξίας, περιμένοντας το αίσιο τέλος!**



Με τίτλο «**Πρέπει να κάνουμε πάρτι! (Quarantine edition)**», το πάρτι "ανέβηκε" στο Youtube στην διεύθυνση [https://www.youtube.com/watch?v=0c\\_VMjaBry4](https://www.youtube.com/watch?v=0c_VMjaBry4) έχοντας ήδη δεχθεί πολλές επισκέψεις, με στόχο να μεταφέρει το πάρτι σε κάθε ελληνικό σπίτι.

«Είμαστε μια παρέα από τα Χανιά, μέλη της θεατρικής ομάδας "Εξάρχων", που αναζητούσαμε να κάνουμε κάτι δημιουργικό σε μια περίοδο που -όπως όλοι- βαριόμαστε τρομερά», εξηγεί στα "Χανιώτικα νέα" ο **Μιχάλης Σαρρής**, ένας από τους νέους που έστησαν το "πάρτι".

«Ξυπνήσαμε ένα πρωί ακούσαμε το τραγούδι, σκεφτήκαμε πως ταιριάζει στην περίοδο και με απλό τρόπο χρησιμοποιώντας τα κινητά μας, γυρίσαμε το βίντεο, το οποίο με ένα γρήγορο μοντάζ

αναρτήθηκε στο Youtube», συμπληρώνει ο Μιχάλης.

Όσο για το πως διαχειρίζονται την καραντίνα νέοι άνθρωποι του καλλιτεχνικού χώρου, ο Μιχάλης μας απαντά: «Αρχίζουμε και μοιράζουμε σενάρια και τα διαβάζουμε με βιντεοκλήσεις. Περιμένουμε πώς και πώς το καλοκαίρι να ετοιμάσουμε τη θεατρική μας παράσταση!».

Ο κορωνοϊός "έπληξε" την παρέα τους; Ο Μιχάλης είναι ξεκάθαρος: «Όχι, σε καμία περίπτωση. Παραμένουμε σε επαφή, παραμένουμε δημιουργικοί κι αισιόδοξοι κι αυτό το μήνυμα στέλνουμε σε όλους τους συμπολίτες μας. Υπάρχουν τρόποι να περάσουμε καλά στο σπίτι πέρα από την τηλεόραση και τις ταινίες!».

Π. ΠΕΡ.



## Διαδικτυακά οι παραστάσεις του Εθνικού Θεάτρου

**ΑΠΕ - ΜΠΕ** » Με πρωτοβουλία των υπουργών Πολιτισμού και Αθλητισμού και Επικρατείας, Λίνας Μενδώνη και Κυριάκου Πιερρακάκη αντιστοίχως, και με την τεχνική υποστήριξη του υπουργείου Ψηφιακής Διακυβέρνησης, καθίσταται δυνατή η προβολή των παραστάσεων του Εθνικού Θεάτρου οι οποίες διακόπηκαν βιαίως λόγω των μέτρων για την αντιμετώπιση της πανδημίας του COVID -19.

Οι προβολές θα είναι δωρεάν διαθέσιμες για το κοινό, από τις σελίδες:

- του Εθνικού Θεάτρου (<https://www.n-t.gr>)
- του υπουργείου Πολιτισμού και Αθλητισμού (<https://www.culture.gr/el/SitePages/default.aspx>)
- του υπουργείου Ψηφιακής Διακυβέρνησης (<https://mindigital.gr>)

Το πρόγραμμα ξεκίνησε χθες και έχει ως εξής:

Μάκμπεθ: κάθε Παρασκευή, 21.00

Hotel Eternite: κάθε Κυριακή, 21.00

Χίλιες και μία Ιστορίες (παιδικό θέατρο): κάθε Σάββατο, 17.00 και Κυριακή, 12.00

Σημειώνεται ότι οι ψηφιακές προβολές ακολουθούν τους πραγματικούς χρόνους των παραστάσεων του Εθνικού Θεάτρου.

Ακόμη, το υπουργείο Ψηφιακής Διακυβέρνησης ανέλαβε τη δημιουργία πλατφόρμας διαδικτυακής προβολής του πολιτιστικού υλικού το οποίο έχει παραχθεί και παράγεται από τους εποπτευόμενους φορέων του ΥΠΠΟΑ, τις εφορείες αρχαιοτήτων και τα μουσεία του. Παράλληλα, η πλατφόρμα θα ενημερώνει για την παρουσίαση πολιτιστικών δρώμενων διεθνώς.

Η λειτουργία της πλατφόρμας του υπουργείου Πολιτισμού και Αθλητισμού, η οποία θα είναι έτοιμη πολύ σύντομα, αποτελεί το πρώτο σημαντικό βήμα της σύγχρονης πολιτιστικής ενημέρωσης, τη δημιουργία της οποίας επέβαλε το «Μένομε σπίτι».



## Σταγόνες Χανιώτικης Ιστορίας

ΑΓΓΗΣΙΛΑΟΣ Κ. ΑΛΙΓΙΖΑΚΗΣ\*

### "Ο Άγιος Γεώργιος"

«Νοσοκομείο σημαίνει πτωχοκομείο. Εκεί βρίσκεται καταφύγιο και παρηγοριά ο ασθενής και οι συγγενείς του, ο φτωχός και ο πλούσιος, ο Έλληνας και ο ξένος, ο νέος και ο ηλικιωμένος». Αυτή ήταν η άποψη ενός διακεκριμένου ιατρού, ο οποίος είχε υπηρετήσει σε διάφορα νοσοκομεία στην Ελλάδα και την Ευρώπη τις δεκαετίες 1970, 1980 και 1990.

Αναμφίβολα ένα δημόσιο νοσοκομείο, ειδικά σε μια μικρή επαρχιακή πόλη όπως είναι τα Χανιά, αποτελεί σημείο αναφοράς της ιατρικής και της κοινωνικής ζωής της πόλης. Η προσφορά του είναι διαχρονικά ανεκτίμητη από την πρώτη ημέρα της ίδρυσής του στα τέλη του 19ου αιώνα. Τότε το «Δημοτικό Νοσοκομείο Χανίων», όπως ονομαζόταν, είχε δυναμικότητα 40 κλινών. Τα χρόνια της Κρητικής Πολιτείας (1898-1913) και συγκεκριμένα στις 12-2-1905 ανοικοδομήθηκε νέο Νοσοκομείο δυναμικότητας 40 κλινών στην οδό Δραγούμη. Με την πάροδο του χρόνου προστέθηκαν τα εξής νέα τμήματα: Αφροδισίων Νοσημάτων 20 κλινών (1928, σε νέο κτίριο), Μαιευτική Κλινική 10 κλινών (1932), Τμήμα Λοιμωδών 10 κλινών (1938, νέο κτίριο) και νέο παράρτημα για τα γραφεία της Διοικήσεως, καθώς και Εξωτερικά Ιατρεία. Το 1948 κρατικοποιήθηκε και ονομάστηκε «Γενικό Κρατικό Νοσοκομείο Χανίων «Ο Άγιος Γεώργιος». Το 1958 με επιχορήγηση του κράτους και της Παγκρήτιας Ένωσης Αμερικής ανεγέρθηκε νέο κτήριο δυναμικότητας 100 κλινών και σταδιακά οι κλίνες αυξήθηκαν. Το νοσοκομείο μετονομάστηκε «Γενικό Νοσο-

κομείο Χανίων «Ο Άγιος Γεώργιος» και το 1986 πήρε το σημερινό του όνομα «Νομαρχιακό Γενικό Νοσοκομείο Χανίων «Ο Άγιος Γεώργιος», ενώ από το 2000 βρίσκεται στις σύγχρονες εγκαταστάσεις στις Μουρνιές με αυξημένη δυναμικότητα κλινών (450 κλίνες).

Όσοι ιατροί έχουν εργαστεί και εργάζονται σε αυτό το νοσοκομείο δεν ξεχνούν τα ατελείωτα βράδια των εφημεριών, τον μεγάλο φόρτο εργασίας και το άγχος της θεραπείας των ασθενών. Από την άλλη, θυμούνται πολλές ανθρώπινες ιστορίες με πρωταγωνιστές τους ασθενείς, το νοσηλευτικό προσωπικό και τους ιατρούς. Ενδεικτικά η μνήμη ανακαλεί την παραμονή Χριστουγέννων του έτους... στις δυο τα ξημερώματα όταν η ηλικιωμένη νοσηλεύτρια της βάρδιας κάλεσε τον εφημερεύοντα ιατρό για να κάνει αλλαγή σε έναν ετοιμοθάνατο ασθενή, ο οποίος ήταν τρόφιμος του Ψυχιατρείου ολομόναχος χωρίς συγγενείς και φίλους. Η αλλαγή έγινε και ο ασθενής «έφυγε» καθαρός με τη βοήθεια της νοσηλεύτριας. Νοσηλεύτριες ήταν και οι πρωταγωνίστριες στο Σταθμό Πρώτων Βοηθειών (σημερινά ΤΕΠ) όταν προσήλθαν πέντε πολυτραυματίες. Οι δυο εφημερεύοντες ιατροί δεν θα τα κατάφερναν χωρίς τη βοήθεια των δυο έμπειρων νοσηλευτριών, οι οποίες έβαλαν γοργά τους φλεβοκαθετήρες, πήραν πιέσεις και βοήθησαν στον καθαρισμό των τραυμάτων.

Σε πείσμα των χαλεπών καιρών για τη δημόσια υγεία στα ελ-



ληνικά νοσοκομεία γενικότερα και στον «Άγιο Γεώργιο» ειδικότερα, ο ασθενής έχει την καλύτερη δυνατή περίθαλψη χάρη στην αυταπάρνηση και στην ικανότητα του προσωπικού του. Ιατροί, νοσηλευτές-τριες, τραυματιοφορείς, συνεργεία καθαριότητας, καθώς και διοικητικό προσωπικό έδιναν και δίνουν καθημερινό αγώνα για την υγεία των πολιτών, με γνώμονα τον σεβασμό στην ανθρώπινη ζωή και στην προσωπικότητα του ασθενούς.

\* Ο κ. Αγγελίαος Κ. Αλιγιάκης είναι ιατρός ορθοπαιδικός, πολιτισμολόγος

### Βιβλιογραφία

[http://www.chaniahospital.gr/el\\_hist.jsp](http://www.chaniahospital.gr/el_hist.jsp), 20/3/2020.

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 1760



Παρέλαση κοριτσιών λυκείου κατά τον 2ο Παγκόσμιο Πόλεμο, στο Τόκιο της Ιαπωνίας.



Ανδρας που εφαρμόζει θερμότητα στο πόδι, μια θεραπευτική τεχνική που βασιζόταν στη χορήγηση θερμού αέρα στην πάσχουσα περιοχή. Επειδή η θερμοκρασία του αέρα μπορούσε να φτάσει και τους 190°C, συχνά προκαλούσαν ήπια ή και σοβαρά εγκαύματα (1902).



Μεταλλικός "πνεύμονας" αρνητικής πίεσης που χρησιμοποιούνταν για τη θεραπεία της παράλυσης των άκρων, κυρίως των παιδιών, που είχαν προσβληθεί από πολιομυελίτιδα. Σε πολλές περιπτώσεις, τα παιδιά περνούσαν μεγάλο μέρος της ζωής τους μέσα στο μεταλλικό μηχανήμα (επιδημία πολιομυελίτιδας, ΗΠΑ, δεκαετία του 1950).



Αγόρι σε πρώιμη αναπηρική καρέκλα, στα τέλη του 20ου αιώνα.



Ένα από τα πρώτα μηχανήματα ακτινογραφιών, στη Νέα Υόρκη της δεκαετίας του 1910.



Γραμμάτισμο της Δημοκρατίας της Γουινέας, στη Δυτική Αφρική, που απεικονίζει τον Ερρίκο Ντυνάν, ιδρυτή του Ερυθρού Σταυρού (1991).



Γυναίκες σε δρόμο του Λονδίνου το 1918, κατά τη διάρκεια της θανατηφόρου πανδημίας της "Ισπανικής γρίπης".



Φωτογραφία του Charles Eisenmann από τη Νέα Υόρκη του 1900, που απεικονίζει γυναίκα που κρατάει μωρό με υποπλασμένα άκρα.



Φορτό κουτί με διάφορα φαρμακευτικά σκευάσματα της εποχής, στη Νέα Υόρκη της περιόδου 1880-1900.