

Χανιώτικα νέα
ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ 22 Μαρτίου 2014

διαδρομές

ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΣ / ΒΙΒΛΙΑ / ΘΕΑΤΡΟ / ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ / ΥΓΕΙΑ /
ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ ΜΙΧΑΛΗΣ ΧΟΪΠΕΛ



• • ΣΤΗΝ ΕΠΑΡΧΙΑ ΤΩΝ ΧΑΝΙΩΝ

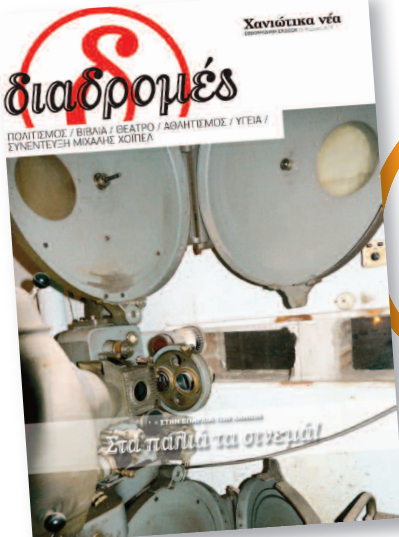
Στα παλιλά τα σινεμά!

diadromes@haniotika-nea.gr



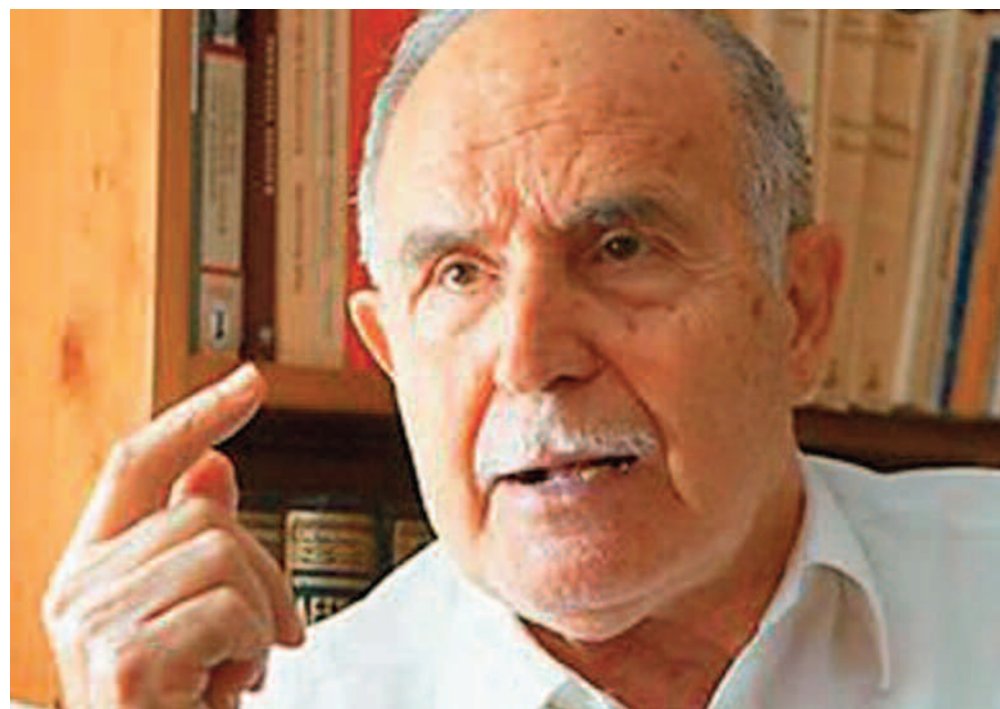
ΕΛΙΑ ΚΟΥΜΛΗ

editorial



Ξεβόδος από τη δύσκολη καθημερινότητα αλλά και μοναδική ψυχαγωγία σε μια εποχή που δεν υπήρχε τηλεόραση, ο κινηματογράφος άνθισε στην επαρχία της Κρήτης τις δεκαετίες του '50, '60 και '70 με τις αίθουσες να γεμίζουν και τις ταινίες να προβάλλονται ενίοτε και από τις 9 το πρωί!

Οι "διαδρομές" μίλησαν με ιδιοκτήτες και εργαζόμενους σε τρία επαρχιακά σινεμά στο Καστέλι, τις Βουκολιές και τις Καλύβες και μεταφέρουν τις εμπειρίες τους από τα παλιά τα σινεμά...



ΝΤΙΝΟΣ ΧΡΙΣΤΙΑΝΟΠΟΥΛΟΣ:

«Αηλυτο
το μυστήριο
της ποίησης»

Με αφορμή τη χθεσινή Παγκόσμια Ημέρα της Ποίησης, την πρώτη μέρα της Άνοιξης και τα 83α γενέθλιά του, ο ποιητής Ντίνος Χριστιανόπουλος, δηλώνει και πάλι... "Εναντίον" και των γιορτών.

«Κανθώδες το ερώτημα και δεν νομίζω να δύναται κανείς να δώσει τη σωστή απάντηση. Ίσως, θα μπορούσα να πω ότι δίνει έκφραση στην ψυχική ανάγκη μιας μερίδας ανθρώπων που λέγονται ποιητές. Ίσως και σε ορισμένους από τους αναγνώστες τους. Είναι απίθανο μυστήριο αυτό της ποίησης... Εμένα, πάντα μου άρεσαν, μου αρέσουν πολύ οι λέξεις... Δεν μπορώ όμως να διεισδύσω σ' αυτό το μυστήριο που λέγεται ποίηση... Μπορεί όμως η ποίηση («δεν ξέρω εγώ από καθεστώτα- που λέει ο Αναγνωστάκης») να αναστείλει πολέμους, να δώσει λύση σ' αυτή την κρίση που βιώνουμε; Δεν νομίζω...» δηλώνει στο ΑΠΕ-ΜΠΕ.

Καταβεβλημένος από την πρόσφατη, νέα περιπέτεια της υγείας του, παραμένει πάντα στο ισόγειο διαμέρισμά του στις Σαραντά Εκκλησιές της Θεσσαλονίκης, περιβεβλημένος από... ποιητές. Ο Καβάφης κι ο Τσιτσάνης σε κάδρα στον τοίχο πάνω από το γραφείο του. Λίγα μέτρα πιο κάτω, η οδός Κωνσταντίνου Καβάφη, νοτιότερα η οδός Γεωργίου Βιζυηνού...

«Ανοσιές..., για τους εκδότες. Ίσως και για κάποιους ποιητές...» σχολιάζει για τη μέρα της ποίησης. Οσο για την ημέρα των γενεθλίων του; (γεννήθηκε στις 20 Μαρτίου του 1931): «Η μητέρα μου δεν ήθελε να μου γιορτάζει τα γενέθλια όταν ήμουν παιδί... Πίστευε πως τα γενέθλια μας φέρνουν πιο κοντά στον θάνατο. Μας χτυπούν το καμπανάκι... Ε, έτσι έμαθα κι εγώ να μην τα γιορτάζω».

Δεν γράφει -εδώ και χρόνια- ποίηση.

Είναι νεανικό φαινόμενο η ποίηση; Παύει η δυνατότητα "ποιητικής παραγωγής" με την πάροδο των χρόνων;

«Εχετε δίκαιο. Υπάρχει αναλογία της

(ερωτικής) ποίησης με το βίωμα. Γράφεις με το βίωμα, όχι με τις αναμνήσεις του. Αλλά, ο Καβάφης έλεγε πως η ποίηση είναι καρπός γερωντικός...».

«Η εποχή σιγά-σιγά χειροτερεύει. Ήδη, οι νεότεροι ποιητές, εμένα προσωπικά δεν με ικανοποιούν. Κάτι έχει χαλάσει παντού, σε όλα. Έχει χαλάσει η ίδια η ουσία της ζωής μας. Δεν υπάρχει πλέον ατομική έκφραση που να σε πείθει... Λόγια παρμένα από τα σλόγκαν των εφημερίδων. Ο καθένας γράφει, ότι μπορείς να φανταστείς με την πεποίθηση πως εκφράζει τον εαυτό του, ενώ δεν εκφράζει παρά μόνο την πληθιότητα ή τη μετριότητα του. Την μετριότητα της ζωής που βιώνει» έλεγε πριν από λίγα χρόνια.

«Εγκαταλείπω την ποίηση δε θα πει προδοσία/ Βρίσκει κανείς τόσους τρόπους να επιμεληθεί την καταστροφή του» έγραψε, εξάλλου από τα 1956. Στα 25 του χρόνια.

Η ποίηση είναι στους δρόμους γράφει σ' έναν τοίχο... Συμφωνείτε;

«Σ' έναν άλλο τοίχο γράφει τον δικό μου στίχο ("Τα πρόβατα απήργησαν/ ζητούν καλύτερες συνθήκες σφαγής"), δεν το έσβησαν ακόμη... Μπορεί όμως και να είναι στον δρόμο. Να έχουν δίκαιο. Εγώ όμως βρίσκομαι εδώ μέσα...»

Ελπίζει να αναρρώσει σύντομα. Να βγει.

«Και μόλις τα καταφέρω, μού ετοιμάζουν ήδη μια διάλεξη για το έργο του Τσιτσάνη. Και θα ακολουθήσει μια συναυλία με την "Παρέα του Τσιτσάνη" (το μουσικό συγκρότημα που ίδρυσε από το 1998 με το Νίκο Στρουθοπούλο).

Βίκυ Χαρισσοπούλου

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

σελ. 3 ~ φωτοαναδρομές



σελ. 4 - 7 ~ σινεμά, πολιτισμός, σερφαρίσματα



σελ. 8 - 9 ~ Στα παλιά τα σινεμά!



σελ. 10 ~ Συνέντευξη με τον Μιχάλη Χόιπελ

σελ. 11 ~ Βιβλία



σελ. 12 ~ παιδότοπος

σελ. 13 ~ Συμβολή της οικογένειας στη διατροφή του εφήβου

σελ. 14 - 15 ~ Ο ΣΦΠΧ βελτίωσε την περυσινή θριαμβευτική του πορεία

σελ. 16 ~ υγεία & βότανα

22/3

ΔΡΟΣΟΣ

ΔΡΟΣΟΥΛΑ

25/3

ΕΥΑΓΓΕΛΟΣ,

ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ

26/3

ΣΥΛΑΣ

27/3

ΛΥΔΙΑ

ΧΑΝΙΩΤΙΚΑ ΝΕΑ Α.Ε.

ΙΔΡΥΤΗΣ:

Γιάννης Γαρεδάκης

ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΕΚΔΟΣΗΣ:

Έλια Κουμλή

ΡΕΠΟΡΤΑΖ:

Γιώργος Δρακάκης
Γιώργος Κώνστας
Γιάννης Λυβιάκης
Δημήτρης Μαριδάκης
Μανώλης Μαρκαντωνάκης
Γιάνα Μαρουλοσπράκη
Γιώργος Σταυριανουδάκης
Ελένη Φουντουλάκη

ΣΥΝΕΡΓΑΤΕΣ:

Δημήτρης Δαμασκινός
Βαγγέλης Κακατοσάκης
Γιάννης Κατσανεβάκης
Σάκης Κουβάτσος
Χριστίνα Μακρατζάκη
Μανώλης Μανουσάκης
Μιχάλης Χατζηδάκης

ΣΧΕΔΙΑΣΗ:

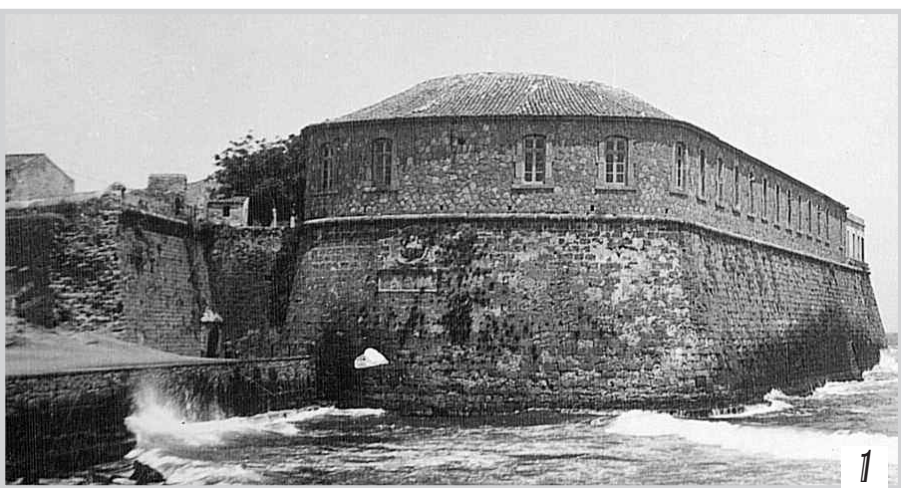
Νίκος Κοσμάδακης

ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΟ:

Γεωργία Αδικημενάκη
Δέσποινα Βάλλα
Νίκη Ξυφανταράκη
Ελένη Σταυρίδη

ΔΙΟΡΘΩΣΗ:

Βαγγέλης Βεργανελάκης
Νεκτάριος Κακατοσάκης



1



2



3

No. 463

ΑΝΑΤΟΛΙΚΟΣ ΜΥΧΟΣ - ΛΙΒΙΕΡΕΣ - ΧΙΟΝΕΣ

Όπως αναφέραμε και την προηγούμενη βδομάδα, η ανατολική περιοχή του λιμανιού που κάποτε θεωρούνταν υποβαθμισμένη και κακόφημη, έχει τη δική της ιστορία και συμμετοχή στην ανάπτυξη της πόλης μας. Μέχρι τη δημιουργία της Κρητικής Πολιτείας η περιοχή αυτή ήταν αμιγώς μουσουλμανική με έντονα βιοτεχνικό χαρακτήρα στην παραλιακή ζώνη. Στον χώρο που τη δεκαετία του '20 δημιουργήθηκε η Σχολή Χωροφυλακής, στρατωνίζονταν τους πρώτους αιώνες της τουρκοκρατίας η "Αλγερινή Φρουρά" (Τζετζαέρ κολου στα τουρκικά) που έδωσε και μια από τις ονομασίες που ακουγόνταν παλιότερα στην περιοχή. Στον ίδιο χώρο δημιουργήθηκε την αιγυπτιακότητα το πρώτο στρατιωτικό νοσοκομείο των Χανίων, το οποίο επεκτάθηκε την τουρκοκρατία. Η Σχολή χωροφυλακής χρησιμοποίησε αυτό το κτίσμα, πρόσθεσε όμως και ένα μεγαλύτερο, πάνω ακριβώς στον προμαχώνα Μοσενίγο, που αρχιτεκτονικά θύμιζε πολύ τα σχολικά κτήρια της οδού Κοραή. Τα κτήρια αυτά υπέστησαν πολλές ζημιές από τους γερμανικούς βομβαρδισμούς κι αργότερα κατεδαφίστηκαν, ενώ η Σχολή μεταφέρθηκε στη Σούδα. Η Σχολή έδωσε νέα ονομασία στην περιοχή αυτή, ενώ παράλληλα διατηρούνταν (και ως ένα βαθμό διατηρούνται ακόμα) οι ονομασίες "Λιβιέρες" (από το Ριβιέρα) και "Χιόνες" (αγνώστου ετύμου) που αφορούσαν κυρίως τα νεώρια (Ταρσανάδες) και τον περιγυρό τους. Επί Κρητικής Πολιτείας συγκεντρώθηκαν εδώ κοντά οι οικοί ανοχής της πόλης (που επίσης άφησαν τη δική τους ονομασία στην περιοχή) ενώ μετά την ανταλλαγή των πληθυσμών το 1923 πολλές πρώην μουσουλμανικές ιδιοκτησίες δόθηκαν σε Μικρασιάτες πρόσφυγες. Άλλες πάλι κρατήθηκαν από την Εθνική Τράπεζα και πωλήθηκαν τη δεκαετία του '30 σε διάφορους ιδιώτες. Βέβαια η φήμη της περιοχής αποθάρρυνε την εγκατάσταση εκεί μεσαίων ή ευκατάστατων "νοικοκυραίων", η συνοικία διατήρησε σχεδόν αλώβητο τον αρχιτεκτονικό της χαρακτήρα μέχρι τη Μάχη της Κρήτης λόγω και της ανέχειας των κατοίκων της. Από τότε όμως άλλαξαν πολλά. Οι καταστροφές από τους βομβαρδισμούς έδωσαν το πρόσχημα για μαζικές κατεδαφίσεις κυρίως κατά μήκος των κεντρικών οδών (Καλλεργών, Επιμενίδου, Σήφακα, Ριανού) αλλαγές στις οικοδομικές γραμμές με αναδασμό των οικοπέδων κι εφαρμογή του νέου ρυμοτομικού σχεδίου Δοξιάδη μετά το 1947. Η οδός Επιμενίδου καθώς και το ανατολικότερο τμήμα της Καλλεργών (είναι η συνέχειά της) ήταν ένας στενός δρόμος. Μόλις χωρούσε να περάσει η σουστά του μπάρμπα Παφίτη που οι παλιοί γειτόνοι θυμούνται να περνά απαραίτητως το μεσημέρι στις 12 η ώρα! Πρώτη διαπλάτυνση έγινε το 1939, πολύ πριν επικρατήσουν οι απόψεις για ρυμοτόμηση και αύξηση του πλάτους του δρόμου στο υπερδιπλάσιο του αρχικού του: Ο Ηπειρώτης φούρναρης Γιαννές αγόρασε από την Εθνική τράπεζα 7 παλιά συνεχόμενα τριώροφα, τα κατεδάφισε κι έκτισε

στη θέση τους ένα μεγάλο ισόγειο φούρνο, τραβώντας όμως την πρόσοψή του 3 μέτρα από την παλιά οικοδομική γραμμή. Το σχέδιο Δοξιάδη εφάρμοσε το ίδιο εύρος και στον υπόλοιπο δρόμο μεταπολεμικά. Απέναντι βρισκόταν ο παλιός τούρκικος φούρνος, σ' ένα κτίσμα που σήμερα σώζεται εντελώς αλλοιωμένο, ενώ λίγο δυτικότερα, εκεί περίπου που βρίσκεται το κτήριο Χανιωτάκη σήμερα, ήταν το καφενείο του μπάρμπα Νικόλα Αλαμάνου, ενός Ζακυνθινού που αγαπούσε με πάθος το τραγούδι αλλά είχε στην ιδιοκτησία του και κάποια "σπίτια" εκεί κοντά... Δίπλα, πίσω από ψηλό μαντρότοιχο είχαν οι Γερμανοί την Κατοχή αποθήκες και μαγειρεία, κάποιες φορές μάλιστα πετούσαν από μια τρύπα στη γωνιά τρόφιμα ή αποφάγια που τους περισσεύαν για να τα μαζέψουν τα πεινασμένα φτωχόπαιδα της γειτονιάς... Μετά το 1950 διανοίχτηκε εκεί η οδός Σαρπηδόνας ενώνοντας την Επιμενίδου με την προκυμαία, όπου σήμερα τα "2 Λουξ".

Ηρθε όμως η ώρα των φωτογραφιών:

Η **πρώτη**, τραβηγμένη κάπου το 1930 δείχνει το νέο κτήριο της Σχολής Χωροφυλακής στον προμαχώνα Μοσενίγο.

Η **δεύτερη**, από τη διαδικτυακή παρουσίαση του γερμανικού μουσείου Deutsches Historisches Museum, τραβηγμένη αμέσως μετά την κατάληψη της Κρήτης το 1941, το ίδιο κτήριο μετά τους βομβαρδισμούς. Αν και ήταν στόχος των ιταλικών αεροπλάνων από την 1η Νοεμβρίου του 1940, κτυπήθηκε μόνο από τις βόμβες των Γερμανών που του προξένησαν τις ζημιές που βλέπουμε εδώ. Οι ιταλικές βόμβες έπληξαν παρακείμενο καφενείο και είχαν θύματα τους θαμώνες του... Η Σχολή κατεδαφίστηκε το τέλος της Κατοχής.

Η **τρίτη** που επίσης έχει τραβηχτεί κάπου το 1930, δείχνει την τουρκική πύλη της άμμου (Κουμ Καπί) και το δρόμο που ξεκινούσε κάθετα και οδηγούσε δυτικά. Σήμερα αυτός ο δρόμος δεν υπάρχει και τα νέα οικοδομικά τετράγωνα έχουν μετατοπιστεί ανατολικότερα.

Η **τέταρτη**, τραβηγμένη από Γερμανό το 1943 (το άλμπουμ του είναι στο αρχείο μου) δείχνει την περιοχή που σήμερα βρίσκεται το ξενοδοχείο Porto Veneziano. Διακρίνονται βιοτεχνικά κτίσματα και η αλλαγή της οικοδομικής γραμμής που επεκτείνεται προς τη θάλασσα. Η γειτονιά λεγόταν και "Τα τρία σαπουναριά". Τα κτίσματα αυτά, αν και δεν είχαν καταστραφεί σε βαθμό μη αναστρέψιμο, σαρώθηκαν ολοκληρωτικά αργότερα.

Η **πέμπτη**, από το Deutsches Historisches Museum, όπως και όλες οι υπόλοιπες του σημερινού δημοσιεύματος, δείχνει την ίδια περιοχή από δυτικότερα.

Η **έκτη** δείχνει την πλευρά του Κουμ Καπί μέσα από το ρήγμα του τείχους στο τέρμα της Επιμενίδου. Η τομή του τείχους φαίνεται να έχει κάπως διαμορφωθεί, σήμερα το ρήγμα έχει διευρυνθεί.



Του: ΜΑΝΩΛΗ ΜΑΝΟΥΣΣΑΚΑ

Η **έβδομη** δείχνει τον χώρο μπροστά στα νεώρια του Μορο με τα επιταγμένα από τους Γερμανούς υποζύγια και τους αγωγιάτες τους. Τα ίδια υποζύγια διακρίνονται και στην προηγούμενη φωτογραφία. Στο βάθος το βομβαρδισμένο σπίτι βρισκόταν στη θέση της σημερινής ψαροταβέρνας "Αντιγόνη". Η **όγδοη** τέλος δείχνει βομβόπληκτους "τρωγλοδύτες" να έχουν βρει προσωρινά κατάλυμα στα καταφύγια που είχαν σκαφτεί πάνω στο γειτονικό βενετσιάνικο τείχος. Εκεί παρέμειναν για αρκετά χρόνια μέχρι να μεταστεγαστούν. Ξενίζει η παρουσία Έλληνα χωροφύλακα εκείνες τις δύσκολες μέρες...



4



5



6



7



8

Κινηματογράφος



“Νεμπράσκα”

Ο Γούντι, ηλικιωμένος άνδρας που ζει στη Μοντάνα, δηλώνει συμμετοχή σε διαγωνισμό που οργανώνει μια εταιρία, πιστεύοντας πως κερδίζει ένα εκατομμύριο δολάρια. Στην πραγματικότητα, όμως, το ποσό δεν αποτελεί το κέρδος του, αλλά απλώς, ένα διαφημιστικό τρικ...



“Η ΚΛΕΦΤΡΑ ΤΩΝ ΒΙΒΛΙΩΝ”

ΑΤΤΙΚΟΝ ΣΥΤΑ

Τηλ.: 2821027717, www.cineattikon.gr

έως ΤΕΤΑΡΤΗ 26/3

εκτός 24 και 25/3

“Η ΚΛΕΦΤΡΑ ΤΩΝ ΒΙΒΛΙΩΝ”

ΑΙΘΟΥΣΑ Α' Προβολή: 7.45 μ.μ.

“ΦΡΑΝΚΕΝΣΤΑΪΝ”

Προβολή: 10.15 μ.μ.

“Ο Κος ΠΙΜΠΟΝΤΙ ΚΑΙ Ο ΣΕΡΜΑΝ”

Σαββατοκύριακο: 6.15 στα ελληνικά

έως ΤΕΤΑΡΤΗ 26/3

“Ο ΕΓΩΙΣΤΗΣ ΓΙΓΑΝΤΑΣ”

ΑΙΘΟΥΣΑ Β'

Προβολές: 8.30 @ 10.30 μ.μ.

24 @ 25/3

16ο Φεστιβάλ Ντοκιμαντέρ Θεσσαλονίκης - Εικόνες του 21ου αιώνα

Εναρξη 7 μ.μ.



“ΦΡΑΝΚΕΝΣΤΑΪΝ”

ΕΛΛΗΝΙΣ

Τηλ.: 2821051850 - 1

“ΜΙΑ ΧΕΙΜΩΝΙΑΤΙΚΗ ΙΣΤΟΡΙΑ”

ΑΙΘ. 4 Καθημερινά: 8.30 και 10.30 μ.μ.

“300: Η ΑΝΟΔΟΣ ΤΗΣ ΑΥΤΟΚΡΑΤΟΡΙΑΣ”

ΑΙΘ. 1 Καθημερινά: 7.15 και 10.45 μ.μ. (ψηφιακή προβολή)

“ΒΑΡΒΙΕ: Η ΠΡΙΓΚΗΠΙΣΣΑ ΤΩΝ ΜΑΡΓΑΡΙΤΑΡΙΩΝ”

ΑΙΘ. 2 Σαββατοκύριακο: 5 μ.μ.

“300: Η ΑΝΟΔΟΣ ΤΗΣ ΑΥΤΟΚΡΑΤΟΡΙΑΣ”

ΑΙΘ. 2 Καθημερινά: 8.30 και 10.30 μ.μ. (3D)

“NON STOP”

ΑΙΘ. 1 Καθημερινά: 9 μ.μ.

“THE LEGO MOVIE”

ΑΙΘ. 1 στα Ελληνικά 6.30 μ.μ. (3D)

“ΝΕΜΠΡΑΣΚΑ”

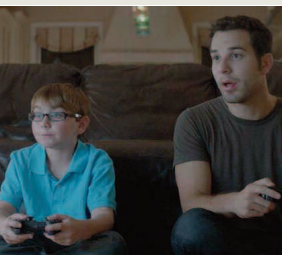
ΑΙΘ. 3 Καθημερινά: 8.30 και 10.30 μ.μ.

“ΕΓΩ, Ο ΑΠΑΙΣΙΟΤΑΤΟΣ”

ΑΙΘ. 4 Σαββατοκύριακο: 6.30 μ.μ.

“ΨΥΧΡΑ ΚΑΙ ΑΝΑΠΟΔΑ”

ΑΙΘ. 5 Σαββατοκύριακο: 6.30 μ.μ.



“CAVEMAN”



“THE LEGO MOVIE”



“Ο ΕΓΩΙΣΤΗΣ ΓΙΓΑΝΤΑΣ”

STER CINEMAS
(ΜΕΓΑ ΠΛΑΣΕ)

Τηλ.: 2821057757-8-9

“CAVEMAN”

ΔΕΥΤΕΡΑ 24/3 7.15 μ.μ.

“Η ΤΑΙΝΙΑ LEGO” (3D)

ΑΙΘ. 1 Έως Κυριακή @ Τρίτη, Τετάρτη: 6 μ.μ.

“ΡΗΙΛΟΜΕΝΑ”

ΑΙΘ. 2 Έως Κυριακή @ Τρίτη, Τετάρτη: 8.30 μ.μ.

“300: Η ΑΝΟΔΟΣ ΤΗΣ ΑΥΤΟΚΡΑΤΟΡΙΑΣ”

ΑΙΘ. 1 Έως Κυριακή @ Τρίτη, Τετάρτη: 8 μ.μ. 3D και 10 μ.μ.

ΑΙΘ. 2 Δευτέρα: 8 @ 10 μ.μ.

“DALLAS BUYERS CLUB”

ΑΙΘ. 2 Έως Κυριακή @ Τρίτη, Τετάρτη: 10.30 μ.μ.

“ROBOCOP”

ΑΙΘ. 3 Καθημερινά: 9.30 μ.μ.

“ΜΙΚΡΑ ΑΓΓΛΙΑ”

ΑΙΘ. 3 Καθημερινά: 6.30 μ.μ.

“ΒΑΡΒΙΕ: Η ΠΡΙΓΚΗΠΙΣΣΑ ΤΩΝ ΜΑΡΓΑΡΙΤΑΡΙΩΝ”

ΑΙΘ. 2 Καθημερινά: 6.15 μ.μ.

ΘΕΑΤΡΙΚΗ ΠΑΡΑΣΤΑΣΗ

“Οι δώδεκα ένορκοι”

Συνεχίζονται σήμερα και αύριο στις 9μ.μ. στο Βενιζέλειο Ωδείο οι παραστάσεις του έργου “Οι δώδεκα ένορκοι” του Reginald Rose που παρουσιάζει η Θεατρική Ομάδα του Δικηγορικού Συλλόγου Χανίων, σε σκηνοθεσία Δημήτρη Καλογεράκη.



Μυθόθεση εκτυλίσσεται στην αίθουσα συσκέψεων των ενόρκων του Κακούργιοδικείου της κομητείας μιας Ανατολικής Πολιτείας των Ηνωμένων Πολιτών στις αρχές της δεκαετίας του 1950.

Στο έργο παίζουν: Πρόεδρος Δικαστηρίου: Αγάπη Μικρού, στους ρόλους των ενόρκων: Νίκος Γιακουμάκης, Σταύρος Λιμαντζάκης, Γιώργος Βεργάκης, Κώστας Γκαζής, Μανώλης

Βασιλοδημητράκης, Μπάμπης Ζολινδάκης, Κυριάκος Τζεϊράνης, Γιάννης Μανουσάκης, Γιώργος Αμανάκης, Δήμος Χαριτάκης, Μίμης Πετράκης, Γιώργος Κορτσாலιουδάκης, Κλητήρας ο

Παναγιώτης Βαγιωνάκης. Απόσπασμα από το έργο του William Shakespeare “Ο έμπορος της Βενετίας” Ευαγγελία Νικάκη. Σκηνικά - κοστούμια Βάλια Μαργαρίτη, Κατασκευή σκηνικών Διο-

νύσης Τερέκωφ, Φωτισμός - ήχος Γιάννης Γιαννικάκης. Τιμή προσκλήσεως 5 €. Τα έσοδα των παραστάσεων θα διατεθούν για φιλανθρωπικούς σκοπούς.

ΠΑΡΑΣΤΑΣΗ ΠΑΡΑΣΤΑΣΕΩΝ

“Ένα αλλιώτικο καλοκαίρι” στο θέατρο “Κυδωνία”

Μέχρι την Κυριακή των Βαΐων, 13 Απριλίου συνεχίζονται οι παραστάσεις του έργου του δημοφιλούς Βρετανού συγγραφέα Μάικ Κένι, “Ένα αλλιώτικο καλοκαίρι”, σε σκηνοθεσία Μιχάλη Βιρβιδάκη, που παρουσιάζει η Εταιρεία Θεάτρου “Μνήμη” στο Θέατρο “Κυδωνία”.

Παραστάσεις δίδονται κάθε Παρασκευή (βραδινή) στις 9:30μ.μ., Σάββατο (απογευματινή) στις 6:30μ.μ., και Κυριακή (πρωινή) στις 11:30μ.μ. Επίσης δίδονται ξεχωριστές παραστάσεις για σχολεία, μετά από συνεννόηση, στα τηλέφωνα 2821092395 και 6973005570.

Πρόκειται για ένα ποιητικό αριστούργημα γραμμένο για παιδιά, αλλά που θα μπορούσαν με ευχαρίστηση να το παρακολουθήσουν και θεατές μεγαλύτερης ηλικίας λόγω της απαρámιλλης ευαισθησίας και ωριμότητας της γραφής του. Το έργο του Μάικ Κένι ανεβαίνει σε μετάφραση Κωστή Σκαλιόρα, σκηνοθεσία Μιχάλη Βιρβιδάκη, σκηνικά - κοστούμια Ξανθής Κόντου, μουσική Νίκου Βίττη, φωτισμούς Μαρίας Μπαλαντίνου και με βοηθό σκηνοθέτη τον Βικέντιο Μπλογιαννάκη. Τους ρόλους ερμηνεύουν οι ηθοποιοί Ελπίδα Ζαμπετάκη και Μιχάλης Βιρβιδάκης.

Τιμές εισιτηρίων: 10 ευρώ (για ενήλικους) και 5 ευρώ (για παιδιά).



ΣΤΟ Τ.Ε.Ε.

Κινηματογραφική προβολή από την “Πολυδράση”

Με την ταινία “Ostrov” (Το νησί) (2007) σε σκηνοθεσία Πάβελ Λούνγκιν συνεχίζεται το αφιέρωμα στον ρωσικό κινηματογράφο που διοργανώνει η “Πολυδράση” και η Εκπαιδευτική Εταιρία, την Παρασκευή 28 Μαρτίου στις 8:30μ.μ. στο Τ.Ε.Ε..

Πρωταγωνιστούν: Πιότρ Μαμόνοφ, Βίκτορ Σουκχορούκοφ, Ντμίτρι Ντούτζεφ.

Κάπου στη βόρεια Ρωσία σ' ένα μικρό ρωσικό ορθόδοξο μοναστήρι ζει ένας ασυνήθιστος άνθρωπος, του οποίου η εκκεντρική συμπεριφορά μπερδεύει τους συναδέλφους του μοναχούς, ενώ όσοι επισκέπτονται το νησί πιστεύουν ότι ο άνθρωπος αυτός έχει τη δύναμη να θεραπεύει, να εξορκίζει τους δαίμονες και να προβλέπει το μέλλον. Η ταινία είναι μια παραβολή που συνδυάζει τη σοβιετική καθημερινότητα με την ορθόδοξη μοναστική πολιτεία. Μια ταινία για την πίστη και τη λύτρωση.



ΚΙΝΗΜΑΤΟΓΡΑΦΙΚΗ ΛΕΣΧΗ

“Η μοναξιά ενός δρομέα μεγάλων αποστάσεων”

Η ταινία “Η μοναξιά ενός δρομέα μεγάλων αποστάσεων” (The Loneliness of the Long-Distance Runner), 1962 θα προβληθεί τη Δευτέρα 24 Μαρτίου στις 9μ.μ. στην Κινηματογραφική Λέσχη Φίλων του Θεάτρου Κυδωνία.

Σκηνοθεσία: Tony Richardson
Διευθυντής φωτογραφίας: Walter Lassally.

Παίζουν: Tom Courteney, Michael Redgrave.

Ο Κόλιν, ένας επαναστατημένος έφηβος, συλλαμβάνεται για διάρρηξη και κλείνεται σε αναμορφωτήριο. Εκεί, προσελκύει την προσοχή του διευθυντή χάρη στο ταλέντο του ως δρομέας μεγάλων αποστάσεων. Επιλέγεται να τρέξει στον μαραθώνιο που διοργανώνει το ίδρυμα, αλλά φτάνοντας

μπροστά στο νήμα του τερματισμού, σταματάει στερώντας συνειδητά τη νίκη από το σχολείο του, αφηφώντας και προκαλώντας τις αρχές του αναμορφωτηρίου - και ολόκληρη την κοινωνική δομή, τελικά.

Ο Σίλιτου ανήκε στους επονομαζόμενους Βρετανούς Angry Young Men, και το διήγημα προέρχεται από την ομώνυμη συλλογή του 1959.

ΣΤΟ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ

Αφιέρωμα στον Δομήνικο Θεοτοκόπουλο

Αφιέρωμα στο μεγάλο Κρητικό ζωγράφο, Δομήνικο Θεοτοκόπουλο με αφορμή τη συμπλήρωση των 400 χρόνων από το θάνατό του, διοργανώνουν την Κυριακή, 23 Μαρτίου στις 6μ.μ. στο Πνευματικό Κέντρο Χανίων, η Περιφερειακή Ενότητα Χανίων, οι σχολικοί σύμβουλοι Φιλολόγων Ν. Χανίων, Παναγιώτης Παρασκευάς και Ιωάννα Α. Ραμουτσάκη, σε συνεργασία με τα σχολεία παιδαγωγικής τους αρμοδιότητας και με το Γραφείο Σχολικών Δραστηριοτήτων της Δ/θμιας Δ/σης Ν. Χανίων.



Υπεύθυνοι καθηγητές: Βερνάρδου Μαριάννα, Καρτσωνάκη Ελένη, Χασιώτου Κωνσταντίνα, Κυριακάκη Γεωργία, Μαχαίρας Ηλίας, Ξανθουδάκης Νεκτάριος.

• 19:30-20:15: Ιωάννα Α. Ραμουτσάκη, σχολική σύμβουλος Φιλολόγων: "Ποίηση και Ζωγραφική: Καζαντζάκης - Θεοτοκόπουλος: μια άλλη ανάγνωση των Τερτσίνων"

• 20:15-20:45: Παρουσίαση αποσπάσματος από την κινηματογραφική ταινία "Στους δρόμους του Δομήνικου Θεοτοκόπουλου" του σκηνοθέτη Λευτέρη Χαρωνίτη.

• 20. 45-21.00: Υμνοι από τη χορωδία του Του Γενικού Λυκείου Χανίων.

Συμμετέχουν οι μαθητές: Αριστινίδα Αμαλία, Βουράκη Μάγια, Γκίκα Ελένη, Γκογκολάουρι Αλέξανδρος, Γουίμς Πέτρος, Δασκαλάκη Ελένη, Δασκαλογρηγοράκη Μαρία, Κούρα Μαρία, Κατζούνη Ιωάννα, Κουφιδάκη Δέσποινα, Κουκλάκη Πελαγία, Μπερτσουλάκη Κορίνα, Κυρικλάκη Λίλιαν, Μαντά Μαίρη, Μαρακάκη Αλεξάνδρα, Μαυροδημητράκη Ραφαέλα, Μάρκο Κωνσταντίνα, Μακράκη Στέλλα, Μετούσι Εύη, Μαυρές Ελευθέριος, Ματίλντα Ούκα, Ντανατοΐδη Ντιάνα, Ρενιέρη Ρούλα, Πρωιμάκη Κωστούλα, Σαργέντη Ελένη, Τσίτα Κωνσταντίνα, Τζεμανάκη Μαίρη, Χωραφάκη Κατερίνα.

Υπεύθυνος καθηγητής για τη χορωδία: Παπουτσάκης Γεώργιος.

Συντονισμός Εκδήλωσης: Κατερίνα Ζομπανάκη, προϊσταμένη του Τμήματος Δια Βίου Μάθησης, Παιδείας & Απασχόλησης.

Το πρόγραμμα αναλυτικά έχει ως εξής:
• 18.00-18.25: 5ο Γυμνάσιο Χανίων: Αφιέρωμα στον Δομήνικο Θεοτοκόπουλο στο πλαίσιο της Βιωματικής Δράσης Α΄ Γυμνασίου με θέμα: "Το Άγχος στην εφηβεία και ο αγχολυτικός ρόλος της Τέχνης στο σχολείο μας. Μελέτη Περιπτώσεων στη Μουσική και στη Ζωγραφική".

Παρουσιάζουν οι μαθητές: Μπασιά Αμαλία, Παπαδαντωνάκη Ναταλία Λυδία, Λέσι Κριστίνα, Πετράκη Χρυσή, Φωτάκη Χριστίνα, Κουκλάκη Ουρανία, Τσίγκου Ελευθερία, Νικολίτσια Μάσιμο.

Υπεύθυνη καθηγήτρια: Κουρουτάκη Αλεξάνδρα.

• 18.25-19.30: Το Γενικό Λύκειο Χανίων: "Παρουσίαση του Ημερολογίου του σχολείου για το έτος 2014, αφιερωμένου στον Δομήνικο Θεοτοκόπουλο".

Μαθητές που δημιούργησαν έργα τα οποία εμπνεύστηκαν από τη ζωγραφική του Θεοτοκόπουλου: Αμαλία Αριστινίδα, Δωροθέα Σταθάκη, Κωνσταντίνος Καβρός, Κωνσταντίνα Καμπέρη, Κωνσταντίνος Μελάκης, Κωστούλα Πρωιμάκη, Ολγα Φραγκομιχελάκη, Πελαγία Κουκλάκη.

Παρουσιάζουν οι μαθητές: Νεφέλη Τζαγκαράκη, Μανόλης Ρενιέρης, Αλεξάνδρα Μαρακάκη, Αλέξανδρος Σταθάκης, Πελαγία Κουκλάκη, Σπύρος Μπλεμπιδάκης, Κωστούλα Πρωιμάκη, Πάνος Παρασκάκης, Μικαέλα Φραγκονικολάκη, Αργυρώ Ρενιέρη, Κατερίνα Χωραφάκη, Γιώργος Σφυράκης, Χαρά Ανδρινοπούλου, Αμαλία Αριστινίδα, Κορίνα Μπερτσουλάκη, Ιωάννα Κατζούνη, Δέσποινα Κουφιδάκη, Εύη Μπιδράκη, Δωροθέα Σταθάκη, Κωνσταντίνος Καβρός, Αλίκη Μαστοράκη.

ΕΚΔΗΛΩΣΗ ΣΤΟΝ "ΧΡΥΣΟΣΤΟΜΟ"

Ιστορικές προσεγγίσεις για την κατοχή και την απελευθέρωση

■ Στο πλαίσιο της φωτογραφικής έκθεσης της Βούλας Παπαϊωάννου που συνεχίζεται στην αίθουσα του "Χρυσόστομου"



"Κατοχή - απελευθέρωση - ανασυγκρότηση. Μια ιστορική προσέγγιση" είναι το θέμα της εκδήλωσης που πραγματοποιείται αύριο Κυριακή στις 7 μ.μ. στο κτήριο του Φιλολογικού Συλλόγου: "Ο Χρυσόστομος". Εισηγήσεις στην εκδήλωση θα κάνουν οι:

α) Γιώργος Μαργαρίτης, καθηγητής Σύγχρονης Ιστορίας στο ΑΠΘ.
β) Γιάννης Σκαλιδάκης, ιστορικός - Πάντειο Πανεπιστήμιο.

γ) Βασίλης Μανουσάκης, υποψήφιος διδάκτορας στο ΑΠΘ.

Τη συζήτηση που θα ακολουθήσει θα συντονίσει η Diana Becker (Ντιάνα Μπέκερ).

Η εκδήλωση πραγματοποιείται στο πλαίσιο της φωτογραφικής έκ-

θεσης της Βούλας Παπαϊωάννου που συνεχίζεται στην αίθουσα εκθέσεων του "Χρυσόστομου" και θα διαρκέσει έως το Σάββατο 5 Απριλίου.

Καθημερινά μπορούν να την επισκεπτόνται ιδιώτες, φιλότεχνοι και σχολεία από: Δευτέρα έως Παρασκευή, το πρωί 11π.μ.-1μ.μ. και το απόγευμα 6:30μ.μ.-9μ.μ., ενώ θα παραμένει ανοικτή για το κοινό και το Σάββατο πρωί 11π.μ.-1μ.μ..

Τις εκδηλώσεις συνδιοργανώνουν οι: Φιλολογικός Σύλλογος "Χρυσόστομος", Πολιτιστικός Σύλλογος "Οι φίλοι των γραμμάτων", εφημερίδα "Χανιώτικα νέα", Μουσείο Μπενάκη.

ΓΙΑ ΤΟ ΛΑΦΟΝΗΣΙ

Παγκρήτιος διαγωνισμός μαντινάδας και ρίμας

Παγκρήτιο Διαγωνισμό Μαντινάδας - Ρίμας - Ριζιτικού με θέμα "Το Ιστορικό Λαφονήσι" προκηρύσσει ο Δήμος Κισιάμου σε συνεργασία με τον Σύλλογο Στιχουργών Ν. Χανίων.

Οι διαγωνιζόμενοι μπορούν να συμμετέχουν με μία έως τρεις μαντινάδες τους, αδημοσίευτες, μία ρίμα, η οποία δεν θα ξεπερνά τις 10 μαντινάδες ή ένα ριζιτικό, όλα σχετικά με το θέμα του διαγωνισμού.

Δακτυλογραφημένα τα έργα πρέπει να αποστέλλονται σε πέντε αντίτυπα υπογεγραμμένα με ψευδώνυμο.

Μέσα στο φάκελο αποστολής θα εσωκλείεται μικρότερος φάκελος, ο οποίος θα περιέχει τα πλήρη στοιχεία του διαγωνιζόμενου (όνομα, επώνυμο, διεύθυνση, αριθμό τηλεφώνου).

Οι εργασίες θα γίνονται δεκτές έως 31 Μαΐου 2014, στην Ταχ. Διεύθυνση: Σύλλογος Στιχουργών Ν. Χανίων, Δημοτική Ενότητα Ελ. Βενιζέλου, Υπ' όψιν κ. Θανάση Πατεράκη, Τ.Κ. 73 300 ΧΑΝΙΑ, (Για το Διαγωνισμό ΛΑΦΟΝΗΣΙ).

Περισσότερες πληροφορίες στα τηλέφωνα: 2821086319 - 6932124264.

ΣΤΙΣ 24 ΜΑΡΤΙΟΥ

Η Κρατική Ορχήστρα Αθηνών στο Πνευματικό Κέντρο

Συναυλία από μέλη της Κρατικής Ορχήστρας Αθηνών και τους συμμετέχοντες στο τριήμερο workshop εγχόρδων που πραγματοποιήθηκε στο Μουσικό Σχολείο, θα δοθεί τη Δευτέρα 24 Μαρτίου στις 8μ.μ. στο Πνευματικό Κέντρο Χανίων.

Η Συναυλία διοργανώνεται από την Περιφερειακή Ενότητα Χανίων και το Μουσικό Σχολείο Χανίων στο πλαίσιο της δράσης Κρατική Ορχήστρα Αθηνών & Μουσικά Σχολεία Κρήτης: "Δικαίωμα στη Μουσική!" και τελεί υπό την αιγίδα της Περιφερειακής Διεύθυνσης Εκπαίδευσης Κρήτης.

ΣΤΟ ΗΡΑΚΛΕΙΟ

Συνομιλία με την ποίηση τεσσάρων Κρητών ποιητών

Με αφορμή την παγκόσμια ημέρα ποίησης (21 Μαρτίου) το Κέντρο Κρητικής Λογοτεχνίας οργανώνει εκδήλωση - συνομιλία (για) με την ποίηση τεσσάρων Κρητών ποιητών: του (+) Κωστή Φραγκούλη (Λασιθί), της Ρέας Γαλανάκη (Ηράκλειο), του Χρίστου Ρουμελιωτάκη (Ρέθυμνο) και του Ιωσήφ Βεντούρα (Χανιά), τη Δευτέρα 24 Μαρτίου, στις 6:15μ.μ., στην αίθουσα Ανδρόγεω του Δήμου Ηρακλείου.

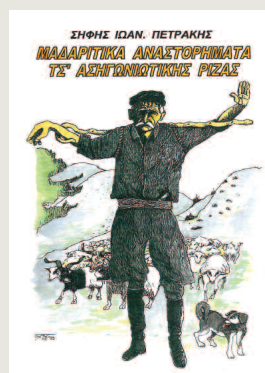
ΣΤΗΝ ΑΘΗΝΑ

Παρουσίαση βιβλίου του Σήφη Πετράκη

Παρουσίαση του βιβλίου του Σήφη Πετράκη "Μαδαρίτικα αναστορήματα τσ' Ασηγωνιώτικης ρίζας" διοργανώνει η Παγκρήτια Ένωση την Τετάρτη 26 Μαρτίου στις 7 το απόγευμα στην αίθουσα του Δικηγορικού Συλλόγου στην οδό Ακαδημίας.

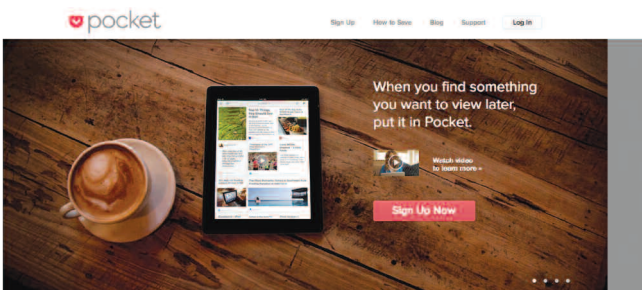
Το βιβλίο θα παρουσιάσουν ο κ. Γιώργος Πρασιανάκης, δικηγόρος, πρόεδρος του παραρτήματος Αττικής του Ιδρύματος Ελευθέριος Βενιζέλος και ο Ανδρέας Κούνδουρος, δικηγόρος.

Συντονιστής θα είναι ο πρόεδρος της Παγκρητίου Ένωσης κ. Γιώργος Μαριδάκης.



Σερφαρίσματα

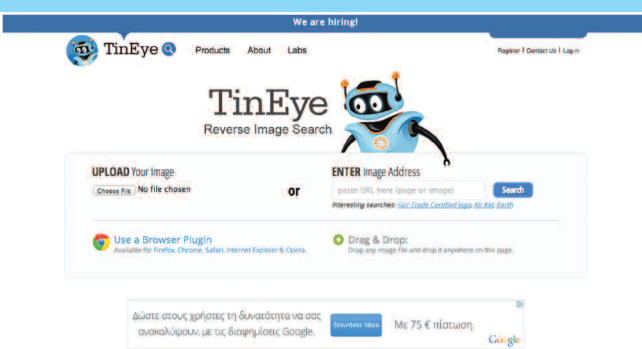
Της **ΜΑΡΙΑΣ ΜΥΣΤΑΚΙΔΟΥ**



Τα αφήνει για... αργότερα

<https://getpocket.com>

Συμβαίνει σε όλους και συμβαίνει συνέχεια: Σερφάρουμε, βρίσκουμε ειδήσεις, θέματα, νέα, κ.λπ. που θέλουμε να διαβάσουμε, ή να δούμε, αλλά δεν προλαβαίνουμε να το κάνουμε τη στιγμή εκείνη. Οπότε βγαίνουμε από τη σελίδα και το πιθανότερο είναι να μην θυμηθούμε να ξαναμπούμε. Έτσι, πολλά πραγματικά ενδιαφέροντα πράγματα μα... ξεφεύγουν, απλά και μόνο επειδή τα ξεχνάμε. Για να μην χάνετε, όλα όσα θέλετε να δείτε λοιπόν, δοκιμάστε αυτή την υπηρεσία που υπόσχεται να "φυλάξει" για μετά, τις σελίδες που σας έκαναν κλικ. Η διαδικασία είναι απλή, εγγράφεστε, τσεκάρτε αυτό που σας γυάλισε, εκείνο καταχωρείται, και μετά μπορείτε να το επαναφέρετε στο pc, το tablet, το έξυπνό σας τηλέφωνο ή όπου προτιμάτε, χωρίς καν να χρειάζεται σύνδεση στο ίντερνετ. Βάλτε το στα αγαπημένα σας!



Βρίσκει την προέλευση

www.tineye.com

Αν βρήκατε κάποια φωτογραφία σε sites και blogs και θέλετε να ξέρετε από πού την πήραν, ποιά είναι η προέλευσή της, τότε δοκιμάστε το συγκεκριμένο site. Εδώ, είτε ανεβάζοντας την φωτο, είτε βάζοντας το url της σελίδας που τη βρήκατε, θα μάθετε από πού κρατάει η σκούφια της. Ακόμα θα μαθαίνετε αν υπάρχει η ίδια "πόζα" σε καλύτερη ανάλυση, ή παραπλήσιες "πόζες" που πιθανώς να σας "κάνουν" περισσότερο. Δείτε το.



Ταπετσαρίες

<http://wallbase.net>

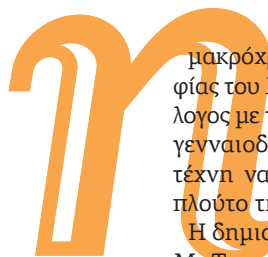
Βαριέστε να βλέπετε κάθε φορά το ίδιο wallpaper στα μηχανήματά σας; Κανένα πρόβλημα. Εδώ θα βρείτε χιλιάδες εικόνες για να αλλάξετε τις... ταπετσαρίες σας, ώστε και να ανανεώνετε, και να μην βαριέστε και να έχετε κάθε φορά ό,τι ταιριάζει με τη διάθεσή σας. Η υπηρεσία δεν έχει μακριές λίστες με κατηγορίες, όπως πιθανώς να περίμενε κάποιος από site αυτού του είδους, έχει όμως μια πανίσχυρη μηχανή αναζήτησης που θα βρει εκείνο που ζητάτε σε χρόνο μηδέν.

ΣΤΗΝ ΑΙΘΟΥΣΑ ΤΕΧΝΗΣ "ΜΥΛΩΝΟΓΙΑΝΝΗ"

Εικαστική έκθεση

του Μανώλη Τσιριντουλάκη

Έκθεση ζωγραφικής και γλυπτικής του Μανώλη Τσιριντουλάκη εγκαινιάζεται σήμερα **Σάββατο από 7 έως 10 το βράδυ, στην Αίθουσα Τέχνης "Β. Μυλωνογιάννη" στην οδό Χαρ. Τρικούπη 14 στα Χανιά.**



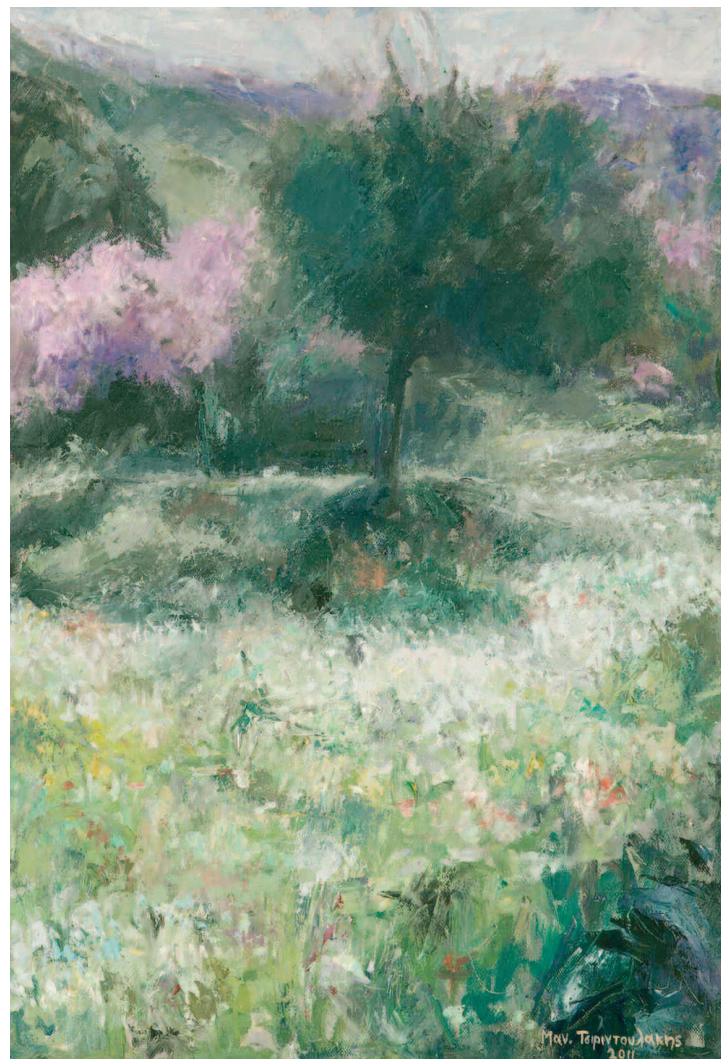
μακρόχρονη εξερεύνηση της τοπιογραφίας του Μανώλη Τσιριντουλάκη και ο διάλογος με το ελληνικό φως, αναδεικνύουν τη γενναιοδωρία της ικανότητας του καλλιτέχνη να αποδίδει την ομορφιά και τον πλούτο της Ελληνικής γης.

Η δημιουργική δραστηριότητα όμως του Μ. Τσιριντουλάκη επεκτείνεται και στον χώρο της γλυπτικής αναπτύσσοντας πρωτοποριακές προσεγγίσεις μέσα από καινотόμες φόρμες και υλικά.

Ο Μανώλης Τσιριντουλάκης γεννήθηκε στα Χανιά το 1953. Τα πρώτα του μαθήματα τα πήρε από τον δάσκαλό του Α. Πετρουλάκη. Σπούδασε μαθηματικά στο Πανεπιστήμιο Αθηνών και παρακολούθησε μαθήματα ζωγραφικής στο εργαστήρι του Ν. Στέφου. Από το 1989 ασχολείται και με τη γλυπτική. Είναι μέλος το Επιμελητηρίου Εικαστικών Τεχνών Ελλάδος.

Έχει παρουσιάσει τη δουλειά του σε γκαλερί στην Αθήνα και έχει λάβει μέρος σε πολλές ομαδικές εκθέσεις.

Η έκθεση θα διαρκέσει έως 9 Απριλίου και θα είναι ανοικτή για το κοινό 11-1 το πρωί και 6-9 το απόγευμα καθημερινά, εκτός Κυριακής.



ΑΠΟ ΤΗ ΔΗΜΟΤΙΚΗ ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ

Πρόσκληση Εθελοντών

Η Δημοτική Βιβλιοθήκη Χανίων και το Future Library, υποστηρικτής των Δημοσίων και Δημοτικών Βιβλιοθηκών της Ελλάδας, διοργανώνει και φέτος, από τις 15 Ιουνίου μέχρι τις 15 Σεπτεμβρίου την Καλοκαιρινή Εκστρατεία Ανάγνωσης, Δημιουργικότητας και Κοινωνίας για παιδιά, στον χώρο των Παιδικών -Εφηβικών Βιβλιοθηκών του Δήμου Χανίων. Όσοι επιθυμούν να γίνουν εθελοντές στην Εκστρατεία μπορούν να υποβάλουν αιτήσεις μέχρι τις 10 Απριλίου. Περισσότερες πληροφορίες δίνονται από την υπεύθυνη της Καλοκαιρινής Εκστρατείας και προϊσταμένη των Δημοτικών Βιβλιοθηκών Χανίων, κα Χουδαλάκη Βιβή, στο τηλέφωνο 2821 3 41662 και στην ηλεκτρονική διεύθυνση: library@chania.gr,

ή οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να συμπληρώσουν ηλεκτρονικά τη φόρμα μέσα από την παρακάτω διεύθυνση: <https://docs.google.com/forms/d/1InS4afxmzmvLBUyO7aWw-ZwxnC9WkMTk42Qf7ySpKE8/viewform>

ΣΤΟ ΩΔΕΙΟ ΜΑΝΙΟΥΔΑΚΗΣ

Παρουσίαση μουσικού προγράμματος Sibelius

Το Ωδείο Ιωάννης Μανιουδάκης στο πλαίσιο των δέκα χρόνων λειτουργίας και μουσικής καλλιτεχνικής δραστηριότητας, οργανώνει στην αίθουσα εκδηλώσεων του Ωδείου, το Σάββατο 22 Μαρτίου, και ώρα 2:30μ.μ. μουσική παρουσίαση (project) για τους σπουδαστές της Α1 και Β' Αρμονίας, με θέμα "Εισαγωγή στη χρήση και την πρακτική επεξεργασία του μουσικού προγράμματος Sibelius" με εισηγήτρια τη Βέρα Βολακάκη, καθηγήτρια θεωρη-

τικών και μουσικής προπαιδείας.

Η παρουσίαση που αφορά το μουσικό πρόγραμμα Sibelius περιλαμβάνει: α) Γενικά εισαγωγικά στοιχεία του προγράμματος β) Εναρμόνιση και παρουσίαση δεδομένων θεμάτων αρμονίας (η εναρμόνιση έγινε από τους σπουδαστές της Α1 και Β' Αρμονίας) και γ) Εναρμόνιση δεδομένης μελωδίας σε θέμα πανελληνίων εξετάσεων.

Η είσοδος είναι ελεύθερη.



ΣΤΟΝ "ΚΗΠΟ"

Παρουσίαση ιστορικού μυθιστορήματος

Παρουσίαση του ιστορικού μυθιστορήματος του Μιχάλη Τζανάκη "Χαμένες ζωές", εκδόσεις "Πανέκτυπον", θα πραγματοποιηθεί την Τρίτη 25 Μαρτίου στις 7:30μ.μ. στο ιστορικό καφέ "Κήπος". Για το βιβλίο θα μιλήσει η Ελίζα Μακρίδου - Καμπουράκη, καθηγήτρια φιλόλογος. Αποσπάσματα θα διαβάσει η Μαρία Κρέτση, φιλόλογος.

ΠΡΟΒΟΛΕΣ ΣΤΑ ΧΑΝΙΑ

Ιστορίες ζωής από το Φεστιβάλ Ντοκιμαντέρ Θεσσαλονίκης

Δεκαπέντε ταινίες με μοναδικές ιστορίες ζωής, από το 16ο Φεστιβάλ Ντοκιμαντέρ Θεσσαλονίκης, θα προβληθούν στις 24 και 25 Μαρτίου στα Χανιά, λίγο μετά το κλείσιμο της αυλαίας του Φεστιβάλ στη Θεσσαλονίκη.

Οι προβολές θα γίνουν στον κινηματογράφο "Αττικόν" σε καθημερινούς ρυθμούς φεστιβάλ από τις 7 το απόγευμα έως τις 12 το βράδυ.

Η διοργάνωση στα Χανιά γίνεται από την μηνιαία εφημερίδα "Πυξίδα της Πόλης" και την νεοσύστατη κινηματογραφική λέσχη cine-ιστορίες.

Επιμέλεια προγράμματος - επιλογή ταινιών : Ματθαίος Φραντζεσκάκης.

ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

Δευτέρα 24 Μαρτίου 2014

7μ.μ. - 8μ.μ.: "Λούπες - επτά φορές να πέφτεις, οκτώ να σηκώνεσαι".

8μ.μ. - 8:30μ.μ.: "Bref".

8:30μ.μ. - 8:45 μ.μ. Διάλειμμα.

8:45 μ.μ. - 8:55μ.μ.: "Unplugged".

9μ.μ. - 10:20μ.μ.: "pilgrIMAGE: προσκύνημα στην εικόνα".

10:20μ.μ. - 10:35μ.μ.: Διάλειμμα

10:30 μ.μ. - 12μ.: "Μαθαίνω την Αμερική".

Λούπες - επτά φορές να πέφτεις, οκτώ να σηκώνεσαι

Σκηνοθεσία: Γιώργος Χρ. Ζέρβας. Σενάριο: Γιώργος Χρ. Ζέρβας, Βαγγέλης Παπαδάκης. Διεύθυνση Φωτογραφίας: Μοντάζ, Ήχος, Παραγωγή: Γιώργος Χρ. Ζέρβας. Παραγωγή: Γιώργος Ζέρβας Film Productions. DigiBeta Color-B&W, Ελλάδα, 62', 2014.

Ο 86χρονος Λεωνίδας Λάμπρου έζησε και ζει μια σχεδόν κανονική ζωή στο Ναύπλιο. Κανονική, γιατί δεν διέφερε ουσιαστικά από τις ζωές πολυάριθμων Ελλήνων. Σχεδόν κανονική, γιατί κάποια δραματικά γεγονότα σηματοδοτούν μέχρι σήμερα τη ζωή του. Μέσα από την καθημερινότητα του, αλλά και από κινηματογραφικές ταινίες που ο ίδιος είχε τραβήξει με μια ερασιτεχνική κάμερα Super 8mm και ξαναβλέπει μετά από σαράντα τόσα χρόνια, αναδεικνύονται στιγμές από το παρελθόν του, από τη ζωή στη γενέθλια πόλη του, από γεγονότα ιστορικά που τον καθόρισαν.

<http://vimeo.com/86907204>

Bref

Σκηνοθεσία: Χριστίνα Πιτούλη. Σενάριο: Χριστίνα Πιτούλη, Ana Pozo. Διεύθυνση Φωτογραφίας: Ana Pozo, Carlos Munoz Gomez-Quintero. Μοντάζ: Ana Pozo, Χριστίνα Πιτούλη, Juan Monsalve. Ήχος, Παραγωγή: Χριστίνα Πιτούλη. Παραγωγή: MKO Metges del Mon Catalunya, Spain. HDCam Έγχρωμο, Ελλάδα-Ισπανία, 30', 2013

Μέσα από συζητήσεις με μετανάστες από την Αφρική που ζουν στην Ισπανία, το ντοκιμαντέρ προσεγγίζει το θέμα της κλειτοριδεκτομής. Οι αντικρουόμενες απόψεις και εμπειρίες τους αποκαλύπτουν την πολυπλοκότητα αυτού του αμφιλεγόμενου ζητήματος, στον πυρήνα του οποίου τα όρια της πολιτιστικής κληρονομιάς και αυτά των ανθρώπινων δικαιωμάτων συναντιούνται.

Unplugged

Σκηνοθεσία: Τζώρτζης Γρηγοράκης. Διεύθυνση Φωτογραφίας: Matthias Pilz. Μοντάζ, Ήχος: Κενάν Ακάου. Παραγωγή: Τζώρτζης Γρηγοράκης. Παραγωγή: Plenary Sessions. Συμπαγωγή: Tom Talent Entertainment. HDCam Έγχρωμο, Ελλάδα-Ελβετία, 10', 2013.

Τι σημαίνει "unplugged"; Τι σχέση δημιουργεί μεταξύ των μουσικών και του κοινού; Για ποιο λόγο δημιουργούν οι καλλιτέχνες μουσική; Το ντοκιμαντέρ εξερευνά τη live unplugged μουσική σκηνή, στο πλαίσιο του Zermatt Music Festival, του μοναδικού φεστιβάλ unplugged μουσικής στην Ευρώπη. Παρουσιάζονται διεθνούς φήμης καλλιτέχνες (Skunk Anansie, Morcheeba κ.ά.) καθώς επίσης και νέα ταλέντα της ευρωπαϊκής σκηνής σ' ένα εκπληκτικό περιβάλλον, στη μαγευτική φύση των Ελβετικών Άλπεων.

pilgrIMAGE: προσκύνημα στην εικόνα

Σκηνοθεσία: Πίτερ Ουιντόνικ, Μίρα Μπερτ-Ουιντόνικ. Διεύθυνση Φωτογραφίας: Peter Wintonick, Mira Burt - Wintonick. Μοντάζ: Catherine Legault. Ήχος: Peter Wintonick, Mira Burt - Wintonick. Μουσική: Florencia Di Concilio. Παραγωγή: Peter Wintonick, Francis Miquet. Παραγωγή: Necessary Illusions, Canada. ProRes Έγχρωμο, Καναδάς, 82', 2008.

Σ' αυτό το road movie με θέμα το σινεμά, ο Πίτερ Ουιντόνικ ταξιδεύει σ' όλον τον κόσμο παρέα με την εικοσάχρονη κόρη του Μίρα που ασχολείται με τα μίντια. Ταξιδεύουν στην ιστορία του κινηματογράφου και στο μέλλον των μίντια, εξετάζοντας το πώς διαφορετικές γενιές δημιουργούν βλέπουν, χρησιμοποιούν ή κατασκευάζουν ταινίες, τις εικόνες, τον ήχο και τα μίντια.

Μαθαίνω την Αμερική

Σκηνοθεσία: Ζαν-Μισέλ Ντισάρ, Γκίτε Πενγκ. Διεύθυνση Φωτογραφίας: Jean-Michel Dissard, Andrew Freiband. Μοντάζ: Alison Shurman. Μουσική: Naim Amor. Παραγωγή: Jean Michel-Dissard, Gitte Peng. Παραγωγή: I Learn America LLC., USA. HD Cam Έγχρωμο, ΗΠΑ, 92', 2013.

Στην Αμερική, ένα στα τέσσερα παιδιά είναι γόνος μεταναστών. Ήρθαν για να μείνουν και είναι το μέλλον της χώρας. Το πώς θα τους καλωσορίσει αυτή η χώρα θα καθορίσει τη φύση της διαρκώς αναδυόμενης ταυτότητάς τους στα επόμενα χρόνια. Στο Διεθνές Λύκειο του Λαφαγιέ, ένα δημόσιο λύκειο του Μπρούκλιν για άρτι αφιχθέντες μετανάστες απ' όλον τον κόσμο, πέντε έφηβοι βάζουν τα δυνατά τους να μάθουν αγγλικά, να προσαρμοστούν σε οικογένειες που δεν έχουν δει για χρόνια, και να δημιουργήσουν ένα δικό τους μέλλον ενώ ενηλικιώνονται σε μια ξένη γη.

Τρίτη 25 Μαρτίου 2014

7μ.μ. - 7:25μ.μ.: "Χρυσό δάσος".

7:30μ.μ. - 7:50μ.μ.: "Κοινωνικό Ωδείο - Notes".

7:50μ.μ. - 8:20μ.μ.: "Οπτική γωνία: Το χρώμα".

8:20μ.μ. - 8:30μ.μ.: Διάλειμμα.

8:30μ.μ. - 10:20μ.μ.: "Καλάβρυτα - Άνθρωποι και σκιές".

10:20μ.μ. - 10:30μ.μ.: Διάλειμμα.

10:30μ.μ. - 11:25μ.μ.: "Χωρίς ανάσα - Relentless".

11:25μ.μ. - 12:10μ.μ.: "10000 νύχτες".

Χρυσό δάσος

Σκηνοθεσία: Στρατής Βογιατζής. Σενάριο: Αλεξάνδρα Σαλίμπα, Θεοδωρή Αρμάος. Διεύθυνση Φωτογραφίας: Στρατής Βογιατζής, Θέκλα Μαλάμου. Μοντάζ: Θεοδωρή Αρμάος. Ήχος: Θέκλα Μαλάμου. Μουσική: Γιάννης Χρηστίδης. Παραγωγή: Στρατής Βογιατζής. Παραγωγή: Θέτις - The Caravan Project. DCP Έγχρωμο, Ελλάδα, 24', 2014.

Ο Γιώργος Καλύβας είναι ένας γεωργός που δεν έκανε οικογένεια αλλά "έκανε" δέντρα, που λάτρεψε τη πατρογονική του γη και ζει μόνος του μέσα στο αρχέγονο δάσος των Σκουριών, καλλιεργώντας με αφοσίωση τις καρυδιές, τις καστανιές και φροντίζοντας τα μελιόσσια του. Η μοίρα του Γιώργου είναι αλληλένδετη με τη μοίρα του δάσους, το οποίο κινδυνεύει λόγω του ορυκτού πλούτου που κρύβεται στο υπέδαφός του. Η πρόθεση μιας πολυεθνικής να κατασκευάσει ένα ορυχείο χρυσού μέσα στο δάσος των Σκουριών, μερικά μέτρα από το κτήμα του Γιώργου, έχει δημιουργήσει μια άνιση μάχη και έχει πολλαπλασιάσει γι' αυτόν το μέγεθος της μοναξιάς και της απόγνωσης.

Κοινωνικό Ωδείο - Notes

Σκηνοθεσία, Σενάριο: Θέκλα Μαλάμου, Αλεξάνδρα Σαλίμπα. Διεύθυνση Φωτογραφίας: Θέκλα Μαλάμου. Μοντάζ: Ιωάννα Πογιαντζή. Ήχος: Γιάννης Γιαννακόπουλος. Παραγωγή: The Caravan Project. DCP Έγχρωμο, Ελλάδα, 19', 2014

Το Κοινωνικό Ωδείο είναι μια συλλογικότητα μουσικών στην Αθήνα που έχει στόχο να προσφέρει δωρεάν μαθήματα μουσικής σ' όσους επιθυμούν να μάθουν μουσική και δεν έχουν την οικονομική δυνατότητα. Στο Ωδείο διδάσκουν 66 καθηγητές και φοιτούν 100 μαθητές διαφόρων ηλικιών. Ένα εγχείρημα που βασίζεται στην αλληλεγγύη και τη συνεργατικότητα, αποκτάει δύναμη αλληλεγγύη και λειτουργεί με κανόνες διαφορετικούς από αυτούς που ξέραμε ως τώρα.

<http://www.youtube.com/watch?v=XJUJSMupazE>

Το χρώμα

Σκηνοθεσία, Σενάριο: Σταύρος Ψυλλάκης. Διεύθυνση Φωτογραφίας: Αλέκος Γιάνναρος. Μοντάζ:



ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΕΣ ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ ΧΑΝΙΑ
Κινηματογράφος ΑΤΤΙΚΟΝ
24-25 Μαρτίου 2014, 19:00 - 24:00

Σταύρος Ψυλλάκης, Γιώργος Πατεράκης. Ήχος: Κώστας Κουτελιδάκης. Παραγωγή: Νίκος Πανουσόπουλος, Λένα Αναστασιάδου. Παραγωγή: Δημόσια Τηλεόραση. Συμπαγωγή: Σταύρος Ψυλλάκης, DigiBeta Έγχρωμο-Ασπρόμαυρο, Ελλάδα, 29', 2014.

«Δεν υπάρχει σύγκριση ασπρόμαυρου και έγχρωμου, αλλά νομίζω έχω ανάγκη το χρώμα στη ζωή μου έτσι κι αλλιώς». Ο Στράτος Καλαφάτης, φωτογράφος από την Καβάλα που ζει στη Θεσσαλονίκη, παρουσιάζει τη δουλειά του σ' ένα ντοκιμαντέρ της σειράς "Οπτική γωνία". Ο τρόπος που επιλέγει να φωτίζει με φλας τα πρόσωπα δημιουργεί συχνά μια σχεδόν εξωπραγματική σχέση αντικειμένου και περιβάλλοντος. Το στοιχείο αυτό αναδεικνύεται περισσότερο με τη χρήση του χρώματος και της ειδικής επεξεργασίας στην εμφάνιση των φιλμ, δημιουργώντας μια χρωματική παλέτα, η οποία ακροβατεί ανάμεσα στο πραγματικό και σε κάτι που είναι επινοημένο ή φανταστικό.

Καλάβρυτα - Άνθρωποι και Σκιές

Σκηνοθεσία, Σενάριο: Ηλίας Γιαννακάκης. Διεύθυνση Φωτογραφίας: Claudio Bolivar. Μοντάζ: Δώρα Μασκαλαβάνου. Ήχος: Γιώργος Πόταγας. Παραγωγή: Ηλίας Γιαννακάκης. DigiBeta Έγχρωμο-Ασπρόμαυρο, Ελλάδα, 112', 2014.

Καλάβρυτα. Δεκέμβριος 1943. Ένας αφανισμός. Εκτέλεση ολόκληρου του ανδρικού πληθυσμού από 14 χρονών και πάνω. Πυρπόληση όλων των σπιτιών. Και απέμειναν οι μανάδες. Με τα μικρά τότε παιδιά τους. Τα οποία σήμερα είναι ηλικιωμένοι άνθρωποι. Δεν είναι μονάχα η μνήμη της καταστροφής και του αίματος που τους έχει στοιχειώσει. Είναι τα ερωτήματα που βαραίνουν ακόμα περισσότερο. Θα είχαμε αποφύγει την καταστροφή αν οι αντάρτες δε σκότωναν τους Γερμανούς; Τι σημαίνει η λέξη αντίποινα; Και τι η λέξη καταστροφή; Γιατί εμείς; Περισσότερο από ένα ιστορικό ντοκιμαντέρ πάνω στη φρίκη, μια ταινία συλλογικό πορτρέτο των επιζώντων που προσπαθούν, 70 χρόνια τώρα, να καταλάβουν ποιοι είναι και τι πραγματικά τους συνέβη.

Relentless

Σκηνοθεσία: Δημήτρης Στατήρης.

Σενάριο: Δημήτρης Στατήρης, Paolo Robaudi, Roberto Barbierato. Διεύθυνση Φωτογραφίας: Roberto Barbierato. Μοντάζ: Δημήτρης Στατήρης, Annalisa Schillaci, 24 Steps. Ήχος: Paolo Benvenuti, Simone Paolo Oliviero. Μουσική: La Crus, Doppia I & Ville, Paine Quadrelli. Παραγωγή: Δημήτρης Στατήρης, Luca Jaeggli. Παραγωγή: RSI Radiotelevisione Svizzera, Switzerland. HDCam Έγχρωμο, 53', 2013

Η ζωή έδειξε το σκληρό της πρόσωπο στον Τζάκομπε Φραγκομένι. Πέρασε την παιδική του ηλικία στα ζοφερά περίχωρα του Μιλάνου, σ' ένα βάνουσο περιβάλλον, μ' έναν αλκοολικό πατέρα που χτυπούσε τη γυναίκα και τα παιδιά του. Ο Τζάκομπε δεν αργεί να πάρει τον δρόμο των ναρκωτικών. Αλλά ο Τζάκομπε δεν είναι τυχαίος. Ξεκινάει μόνος του τη μάχη της απεξάρτησης μέσω της πυγμαχίας, στην οποία στρέφεται για να χάσει βάρος, κατά τα λεγόμενά του. Χάρη στην αφοσίωση και τη στοργή του πρώτου του προπονητή, Οτάβιο Τάτσι, ο "Τζάκο" χτίζει μια λαμπρή καριέρα.

10000 νύχτες

Σκηνοθεσία, Σενάριο: Κώστας Ανέστης. Διεύθυνση Φωτογραφίας: Τάσος Νικολάου, Κώστας Καρπίδας, Κώστας Αμυγαλιώτης, Κώστας Καψαλάς. Μοντάζ: Αθανασία Ξαφάρα. Ήχος: Κώστας Αναγνώστου, Γιάννης Εμφιετζίδης. Μουσική: Γιώργος Πολύζος. Παραγωγή: Γιώργος Λάγδαρης. Παραγωγή: Lagdaris Productions. BetaSP Έγχρωμο, Ελλάδα, 50', 2013.

Το 1981, δύο επαγγελματίες μουσικοί, ο Σπύρος Ποδόρας και ο Χρίστος Τόλος, μετά από το κλείσιμο χώρων ζωντανής μουσικής στη Πλάκα, ανοίγουν στον Βόλο, που ακόμη ζει σε αργούς, επαρχιακούς ρυθμούς, το "Καφέ Σαντάν": ένα μπαρ με ζωντανή ροκ μουσική που γίνεται τόπος καλλιτεχνικής έκφρασης ανθρώπων με ανησυχίες και ελεύθερο πνεύμα, αλλάζει τον τρόπο ζωής της νεολαίας στην πόλη και αποκτά τη δική του μυθολογία.

Το 2009, το κτήριο που στεγάζει το "Σαντάν" δίνεται αντιπαροχή και οδηγείται σε κατεδάφιση.

Οι τελευταίες βραδιές είναι γεμάτες ζωντανή μουσική, συναντήσεις παλιών θαμώνων και νέων επισκεπτών, αναμνήσεις και ροκ ιστορίες.

ΓΙΩΡΓΟΣ
ΚΩΝΣΤΑΣΕΛΕΝΗ
ΦΟΥΝΤΟΥΛΑΚΗ

Από το γέλιο και τη συγκίνηση, στο χειροκρότημα και στις αποδοκίμασιες για τον κινηματογραφιστή-χασάπη που εξαφάνιζε πλάνα της ταινίας. Από την προβολή συνοδεία κωροφυλακής στα αυστηρώς ακατάλληλα και τις θρησκευτικές ταινίες. Οι κινηματογράφοι στην επαρχία των Χανίων άνθισαν μετά τη δεκαετία του '50 και έσβησαν ήσυχα "πιεσμένοι" από την τηλεόραση και το video τη δεκαετία του '80. Βρήκαμε ιδιοκτήτες και εργαζόμενους σε τρία σινεμά και τους ζητήσαμε να μοιραστούν μαζί μας τις ξεχωριστές και μοναδικές στιγμές που ένιωσαν μπροστά από τα ταμεία, πίσω από τις μηχανές προβολής, στις κινηματογραφικές αίθουσες.

ΣΤΗΝ ΕΠΑΡΧΙΑ ΤΩΝ ΧΑΝΙΩΝ

Στα παιλιιά τα σινεμά!



«Με αυτή τη μηχανή γίνονταν οι προβολές» μας λέει ο κ. Γ. Σταματάκης.

“ΑΣΤΟΡ” ΣΤΟ ΚΑΣΤΕΛΙ ΚΙΣΑΜΟΥ

Από τον Ξανθόπουλο... στο Έλ Πάσο

Η μηχανή προβολής παραμένει ανεκμεταλλή εδώ και 24 χρόνια, τα καθίσματα όμως έχουν το ίδιο ζωηρό καφέ χρώμα και μια ολιγόλεπτη επίσκεψη στην αίθουσα δεν μπορεί παρά να γεννά αναμνήσεις. Ολόκληρες γενιές ανατράφηκαν στο σινεμά “Αστωρ” στο Καστέλι Κισάμου. Το σινεμά που για 33 χρόνια ψυχαγωγούσε όλη την Κίσαμο. Εκεί είναι το άντρο του Γιάννη Σταματάκη, πιο γνωστού και

ως “Σταματόγιαννη”. Του ανθρώπου που έκοβε τα εισιτήρια, που έτρεχε μέσα στην αίθουσα για να δει αν όλα είναι καλά, που φόρτωνε τις μπομπίνες, που έκανε την προβολή.

Το σινεμά πρωτολειτούργησε το κτήριο με πρώτη σκέψη να κάνει δύο καταστήματα, όμως πολύ γρήγορα αποφάσισε να κάνει κινηματογράφο. «Πάντα κατέβαζα ιδέες, ήμουν τολ-

μηρός. Και δεν είναι μόνο το σινεμά. Στη συνέχεια έκανα και κτηματομεσιτικό γραφείο και studio ηχογράφησης» λέει ο κ. Σταματάκης. Τα πρώτα χρόνια δεν δούλευε ο ίδιος το σινεμά. Το νοίκιαζε στον Πολάκη από τα Χανιά μέχρι και το 1967. Τότε τελείωσε το συμβόλαιό τους και ο κ. Σταματάκης χρεώθηκε σε τράπεζες και έδωσε 265.000 δρχ. για μηχανή προβολής, καθίσματα και την πλήρη ανακαίνιση του χώρου.

«Επικρατούσε το αδιαχώρητο στο σινεμά. Η λέξη “χαμός” δεν είναι ικανή να περιγράψει τι συνέβαινε. Τις Κυριακές παίζαμε από τις 2 το μεσημέρι μέχρι το βράδυ».

ΟΛΑ ΓΙΑ ΤΟΝ ΞΑΝΘΟΠΟΥΛΟ

Εκατοντάδες οι ταινίες για τις οποίες έγινε... διαδήλωση έξω από τα ταμεία του κινηματογράφου. Σε μια εποχή που δεν υπήρχαν πολλές και προσιτές ευκαιρίες για διασκέδαση για τον πολύ κόσμο, ο κινηματογράφος ήταν μια διέξοδος. «Τι να πρωτοθυμηθώ; Ο πανικός που επικράτησε στην “Σφραγίδα του Θεού” με τον Ξανθόπουλο; Στο “Μονομαχία στο Ελ. Πάσο”; Τρεις φορές την ημέρα το έπαιζα» λέει. Ήταν τόσο επιδραστικός τότε ο κινηματογράφος και τόσο αληθινός στα μάτια του πολύ κόσμου που πολύ θυμούνται θεατές να σκύβουν ή να πέφτουν στο πάτωμα του σινεμά για να αποφύγουν το αεροπλάνο της ταινίας που φαινόταν έτοιμο να συντριβεί από τους αιθέρες της μεγάλης οθόνης... στην Κίσαμο.

Υπήρχαν βέβαια και άλλα απρόοπτα. Ο ύπνος δύο ανθρώπων μέσα στην αίθουσα με το ροχαλτό τους να ενοχλεί τους υπόλοιπους ή του θεατή

που ξεχάσθηκε στα πίσω καθίσματα, το σινεμά έκλεισε και αυτός περίμενε το πρωί για να βγει έξω.

«Όλα αυτά μέχρι το 1970. Τότε με το να βγει η τηλεόραση έπεσε η κίνηση κατά 50%. Στις αρχές της δεκαετίας του '80 έρχεται το video, άλλο 20% κάτω στην κίνηση. Έκλεισα τον Αύγουστο του 1990. Τότε ήταν η τελευταία μου προβολή. Δεν έβγαине το μεροκάματο. Δεν έβγαине για χρόνια βέβαια αλλά κάναμε προσπάθεια με κάθε τρόπο να τον κρατήσουμε ανοικτό. Δεν το μπορέσαμε» αναφέρει.

ΘΡΗΣΚΕΥΤΙΚΟ ΣΙΝΕΜΑ ΑΛΛΑ ΚΑΙ...

Το σινεμά “Αστωρ” είχε και θεματικές ενότητες. Το Πάσχα έπαιζε θρησκευτικές ταινίες. «Κάθε Μεγάλη Παρασκευή ξεκινούσα τις προβολές από τις 9 το πρωί. Ταινίες με θρησκευτικό περιεχόμενο, για τα πάθη του Ιησού, τα ιστορικά γεγονότα της σταύρωσης, βίο των αγίων. Πολύ μεγάλη κίνηση» λέει ο ιδιοκτήτης. Στα μέσα της δεκαετίας του '80 έγινε κάτι τολμηρό για τα... ήθη της περιοχής καθώς στο σινεμά προβάλλονταν και ταινίες ερωτικού περιεχομένου. Μετά από παρέμβαση του τότε μητροπολίτη Ειρηναίου στον κ. Σταματάκη πάντως, οι ταινίες αυτές περιορίστηκαν και στη συνέχεια σταμάτησαν.

ΟΙ ΤΖΑΜΠΑΤΖΗΔΕΣ

Ο κινηματογράφος λειτουργούσε και το καλοκαίρι ως θερινός. Πάνω από τη συρρόμενη οροφή του μαζεύονταν κάθε βράδυ 20-30 παιδιά. «Φτωχάκια ήταν, λέω δεν πειράζει άστα τα παιδιά, και τζάμπα τα έβαζα όταν δεν είχα κόσμο.

Μια μέρα έρχεται την ώρα της προβολής μια κυρία και μου κάνει παράπονο ότι τα παιδιά από πάνω πετούσαν χαλικάκια στην κόρη της

που ήταν μέσα στο σινεμά. Ανεβαίνω στην οροφή και αρπάζω τον πιο ζωηρό. Φορούσε σακάκι και όπως τον έπιασα κάνει μια κίνηση βγάζει το σακάκι και τρέχει. Μου έμεινε το σακάκι και βρήκα μέσα τη μαθητική του ταυτότητα.

Τηλεφωνώ στον γυμνασιάρχη τότε και του λέω τα παράπονα μου, ότι δεν μπορώ να κάνω προβολές εξαιτίας ορισμένων μαθητών. Του λέω ότι έχω και την ταυτότητα μαθητή του. Ο γυμνασιάρχης με κάλεσε να πάω την επομένη με την ταυτότητα στο σχολείο. Τη νύκτα δεν κοιμήθηκα. Σκεφτόμουν ότι αν πάω θα καταστρέψω το παιδί και αποφασίζω να μην πάω. Με παίρνει τηλέφωνο ο γυμνασιάρχης να ρωτήσει γιατί δεν πήγα. «Το μετάνιωσα» του λέω. «Δεν θέλω να το καταστρέψω το παιδί». Ήταν δύσκολες εποχές τότε. Πέρασαν χρόνια, 15-20, και μια μέρα ένας άντρας με βλέπει να βγαίνω από την τράπεζα και μου κάνει νόημα. Δεν τον αναγνωρίζω ούτε όταν τον είδα από κοντά. Ήταν ο μαθητής. Είχε φύγει στην Αυστραλία και γύρισε πίσω στην Κρήτη και έφτιαξε ένα ξενοδοχείο στο Μάλεμο. Με ευχαρίστησε που δεν τον “έδωσα” και από τότε, όποτε τύχει πίνουμε ένα καφέ μαζί».

Από τη σκηνή του “Αστωρ” έχουν περάσει δεκάδες θεατρικοί θίασοι. «Μόνο η Βουγιουκλάκη δεν έχει τύχει να έλθει. Στον Βόγλη μου έσπασαν τη τζαμαρία, στον Βερλέκη μαζεύτηκαν όλες οι γυναίκες της Κισάμου, την Καίτη Παπανίκα την έφερε 3-4 φορές, όταν ήλθε και ο Σταυρίδης. Μου είχαν πει πρόσεξε μην πει κανείς τίποτα από κάτω για τον Ολυμπιακό γιατί θα αποχωρήσει... ήταν φανατικός και είχα το νου μου στους πισσιρικάδες μην του πετάξει κανείς καμιά κουβέντα και διαλύσει η παράσταση... εποχές και αυτές» καταλήγει ο παλιός κινηματογραφιστής.



Μπορεί το σινεμά να είναι κλειστό εδώ και 24 χρόνια. Όμως ακόμα και τώρα, μια επίσκεψη στη μεγάλη του αίθουσα αρκεί για να φέρει αναμνήσεις.



Γνωστοί ηθοποιοί (Ν. Βερλέκης, Σ. Αλιμπέρτη, Ε. Φιλίνη) με τον Γ. Σταματάκη σε μια θεατρική παράσταση στην Κίσαμο.

“ΑΚΡΟΠΟΛ” ΣΤΙΣ ΒΟΥΚΟΛΙΕΣ

Σινεμά ο... Παράδεισος

“Σινεμά ο παράδεισος”. Κάτι από την ταινία του Τσιντράρο θυμίζει η ιστορία του κινηματογράφου “Ακροπόλ” στις Βουκολιές στα μέσα της δεκαετίας του '70. Ένας από τους πρώτους κινηματογράφους της ευρύτερης περιοχής με δεκάδες κόσμο να παρακολουθούν τις δύο προβολές κάθε Τετάρτη και Κυριακή ακόμη κι όταν οι ταινίες είχαν περάσει από... λογοκρισία λόγω πολιτεύματος.

Το πολιτικό σχόλιο ή το φιλί της οθόνης που αφαιρείται μετά την λογοκρισία από την κόπια της κάθε ταινίας, το φιλί που περιμένουν αλλά δεν βλέπουν οι θεατές προκαλούσε έντονες αποδοκιμασίες φωνάζοντας... «Χασάπνη» όπως μας περιγράφει ο Γιώργος Καλαϊτζάκης που 14χρονος μαθητής τότε, ήταν ο μικρός χειριστής της ταινίας στο κινηματογράφο “Ακροπόλ”.

Μιλώντας στις “διαδρομές” ο κ. Καλαϊτζάκης “ξετύλιξε” εικόνες και σκηνές που εξελίσσονταν γύρω από την κινηματογραφική αίθουσα μέσα από την οθόνη της οποίας οι κάτοικοι της περιοχής ζούσαν τα όνειρά τους, αλλά και για τη σημασία της 7ης Τέχνης στην κουλτούρα μιας επαρχιακής πόλης, μέσα από την απλή καθημερινότητά της.

Ο κινηματογράφος λειτούργησε στις Βουκολιές, στην είσοδο του χωριού λίγο μετά τα μέσα της δεκαετίας προς τα τέλη του '75 από την οικογένεια Γερεουδάκη. Λειτουργούσε χειμώνα και καλοκαίρι μέχρι το 1983, όπως μας είπε ο κ. Καλαϊτζάκης.

«Ήταν από τους πιο σύγχρονους κινηματογράφους της εποχής και ανταγωνιζόταν αυτούς των Χανίων καθώς είχε ειδικό εξοπλισμό για τον ήχο, αναδιπλούμενα καθίσματα πολυτελείας κ.ά.. Το Σαββατοκύριακο προβάλλονταν οι πρώτες ελληνικές ταινίες όπως ο “Αστραπόγιαννος”, ταινίες με τη Βουγιουκλάκη όπως “Υπολοχαγός Νατάσα” ενώ την Τετάρτη γινόταν ο “χαμός” με τις προβολές ξένων ταινιών γουέστερν. Είχε πάρα πολύ κόσμο, γιατί δεν υπήρχε τηλεόραση και ο κόσμος τότε αγάπησε τον κινηματογράφο που ήταν πάνω στο ξεκίνημά του» ανέφερε ο κ. Καλαϊτζάκης.

«Εγώ ήμουν τότε μαθητής 14χρονών και επειδή μου άρεσε ο κινηματογράφος, πήγαινα εκεί, έβλεπα τις ταινίες και βοηθούσα τον χειριστή που οι ιδιοκτήτες έφερναν από τα Χανιά για να δουλεύει τη μηχανή του κινηματογράφου. Διότι δεν ήταν εύκολο να το κάνει ο καθένας αφού ο μηχανισμός δούλευε με σπινθήρες από κάρβουνα. Μέχρι που μια μέρα που συνέβη κάτι ζόρικο, χρειάστηκε να δουλέψω μόνος μου ως παιδί τη μηχανή του κινηματογράφου και επειδή τα κατάφερα, με κράτησαν να δουλεύω εγώ τη μηχανή.

Έτσι άρχισα να δουλεύω τη μηχανή στο “Ακροπόλ” μέχρι το 1980 περίπου που έφυγα φαντάρος».

ΤΑ ΕΥΤΡΑΠΕΛΑ

«Επειδή η μηχανή του κινηματογράφου δούλευε με σπινθήρες από κάρβουνα, τα οποία κρατούσαν μέχρι το τέλος της ταινίας και μετά τελείωναν, έπρεπε να προσέχει ο χειριστής για να το αντικαθιστά. Οπότε έπρεπε να παρακολουθούμε το κάτοπτρο και το φως που περνούσε πέφτοντας πάνω στην οθόνη. Τα κάρβουνα εάν δεν ήταν ακριβώς, χαλούσε η εικόνα, σκούρηνε, άλλες φορές θόλωνε.

Εάν δεν το παρακολουθούσε ο χειριστής της μηχανής και ξεχνιότανε, αυτό γινόταν συχνά και θόλωνε η εικόνα με αποτέλεσμα οι θεατές να μην βλέπουνε. Έτσι πολλές φορές γινόταν φασαρίες και φώναζαν αποδοκιμαστικά “Χασάπνη” απευθυνόμενοι προς το χειριστή.

Αυτό είχε συμβεί και σε μένα κάποιες φορές. Το ίδιο γινόταν εάν η ταινία ήταν πολυχρησιμοποιημένη και έσπαγε, πάλι προκαλούσε πολλές φωνές διαμαρτυρίας.

Όσο για τα λογοκριμένα... διότι οι ταινίες που έρχονταν ήταν έτσι κι αλλιώς ήδη λογοκριμένες τότε, πάλι οι θεατές το καταλαβαίνανε από τις σκηνές που είχαν “κοπέι” άτσαλα. Γιατί πρώτα τις έβλεπε στην Αθήνα μια Επιτροπή που έκοβε τις “απαγορευμένες” σκηνές, αυτές δηλαδή που εκείνοι θεωρούσαν ότι δεν πρέπει να παιχτούν και μας έστελναν την ταινία... “κομμένη”. Ο κόσμος αντιδρούσε γιατί φαί-



Κάτι από την ταινία του Τσιντράρο θυμίζει η ιστορία του κινηματογράφου “Ακροπόλ” στις Βουκολιές στα μέσα της δεκαετίας του '70. Ένας από τους πρώτους κινηματογράφους της ευρύτερης περιοχής με δεκάδες κόσμο να παρακολουθούν τις δύο προβολές κάθε Τετάρτη και Κυριακή ακόμη κι όταν οι ταινίες είχαν περάσει από... λογοκρισία λόγω πολιτεύματος. Οι φωτογραφίες από τα εγκαίνια του κινηματογράφου.

νόταν ότι ήταν λογοκριμένο από το κόψιμο...

Το επιφώνημα “έεεε Χασάπνη”, “έδινε και έπαιρνε” σε αισθηματικές αλλά και πολιτικές ταινίες».

Τα πράγματα άρχισαν να αλλάζουν, καθώς επήλθε η ραγδαία τεχνολογική εξέλιξη του 20ού αιώνα, που οδήγησε στο κλείσιμο του κινηματογράφου “Ακροπόλ”. «Μετά που ξεκίνησε η τηλεόραση, όπως ήταν λογικό ο κινηματογράφος άρχισε να έχει λιγότερο κόσμο» σημείωσε.

Ο κινηματογράφος “Ακροπόλ” στις Βουκολιές εδώ και χρόνια παραμένει κλειστός, αφήνοντας αναμνήσεις στους παλαιότερους που περνούν ως περαστικοί από το δρόμο και την ελπίδα στους νεότερους της περιοχής ότι ίσως κάποτε το παλιό σινεμά θα μπορούσε να ξαναλειτουργήσει...

“ΚΟΡΩΝΙΔΑ” ΣΤΙΣ ΚΑΛΥΒΕΣ

Προβολή συνοδεία χωροφύλακα

«Ωραία χρόνια, όμορφες αναμνήσεις, μεγάλωσα μέσα στο σινεμά» είναι τα λόγια του Κώστα Γαβριλάκη. Σε ηλικία 11 ετών πρωτοπήκε στο σινεμά που βρίσκεται στο κεντρικό δρόμο των Καλυβών που ξεκίνησε να λειτουργεί στα 1963-64. Το σινεμά δεν είχε επίσημο όνομα. Ατυπα όπως θυμούνται μερικοί κάτοικοι της περιοχής το έλεγαν “Κορωνίδα” ή “Ιπποκορώνιον”.

«Τον είχαν ξεκινήσει δύο θείοι μου οι Δημήτρης και Ιωάννης Γαβριλάκης. Ήταν ο πρώτος μόνιμος που ξεκίνησε στην περιοχή. «Καθόμουν στο ταμείο τότε ή στον έλεγχο για τα σπασμένα δοντάκια στις μπομπίνες. Κόβαμε την ταινία όταν ήταν πολύ χαλασμένη και τη φτιάχναμε με τα χέρια μας» εξηγεί ο κ. Κώστας. Παρόλες τις προσπάθειες πολλές ταινίες είχαν τόσο χάλια ποιότητα που οι ζημιές ήταν καθημερινές. «Θυμάμαι να παίζουμε τον “Μασίστα”, μια ιταλική ταινία φαντασία. Θα έσπαζε 15 φορές μέσα στη προβολή. Χαμός από κάτω φασαρία, σφουρίγματα, διαμαρτυρίες, “τα λεφτά μας πίσω”, τι να κάνουμε και εμείς. Νομίζετε ότι ήταν εύκολο πράγμα;».

Το σινεμά για την εποχή ήταν σημείο αναφοράς για όλο τον δυτικό Αποκόρωνα. «Γίνονταν το ντυφοπάζαρο εδώ. Έρχονταν οι νεαροί να κάνουν

το... καμάκι τους, έδιναν ραντεβού τα ζευγαράκια. Και το καλοκαίρι άδειαζε όλος ο κινηματογράφος από τα καθίσματα και πήγαινε στο πίσω μέρος προς τη θάλασσα και γινόταν... θερινός!».

ΑΥΣΤΗΡΩΣ ΑΚΑΤΑΛΛΗΛΟΝ

Με τα ήθη να είναι πολύ αυστηρά και την πολιτική λογοκρισία παρούσα, κάθε προβολή προκαλούσε το ενδιαφέρον όχι μόνο των σινεφίλ αλλά και της χωροφυλακής. «Υπήρχαν τα αυστηρώς ακατάλληλα έργα και τότε ερχόταν η αστυνομία από τους Αρμένους και έκανε έλεγχο μη τυχόν μπει κάποιος ανήλικος μέσα. Και μην φαντάζεστε τίποτα σοβαρό. Αυστηρώς ακατάλληλο είχε χαρακτηριστεί π.χ. το “Κόκκινα Φανάρια” η κλασική ταινία του ελληνικού κινηματογράφου! Επίσης όλες οι ταινίες που είχαν να κάνουν με γκανγκστερ της Αμερικής. Ούτε εμένα δεν με άφηναν να μω μέσα που δούλευα στο σινεμά γιατί ήμουν μικρός. Μόνο κρυφοκοίταζα από το κουβούκλιο της μηχανής! Επίσης επί χούντας προβάλλαμε υποχρεωτικά και τα επίκαιρα με τους λόγους του Πατακού και του Παπαδόπουλου» αναφέρει ο κ. Γαβριλάκης.

Όμως ο περισσότερος κόσμος επέλεγε το σινεμά για διασκέδαση. Για να γελάσει, να συγκι-



Τίποτα δεν θυμίζει εξωτερικά ο χώρος όπου για χρόνια λειτουργούσε ως σινεμά στις Καλύβες.

νηθεί, να ξεχαστεί για λίγο. «Οι ταινίες με τον Ξανθόπουλο ήταν μια μυσταγωγία. Τελείωνε η ταινία και ο κόσμος έφευγε με ηρπασμένα τα μάτια από το κλάμα. Συγκίνηση, κλάματα. Αυτές τις παίζαμε και δύο φορές την ημέρα! Τόση απή-

χηση. Εμεινα εκεί μέχρι που τελείωσα το Γυμνάσιο το 1971. Στη συνέχεια έφυγα για την Αθήνα. Ο κινηματογράφος λειτούργησε μέχρι τα μέσα της δεκαετίας του '80 όταν και έκλεισε οριστικά» καταλήγει ο συνομιλητής μας.



Του **ΔΗΜΗΤΡΗ
ΜΑΡΙΔΑΚΗ**

«Η μουσική είναι μια εμπειρία. Δεν χρειάζονται ιδιαίτερες διανοητικές ικανότητες για να την καταλάβει και να την απολαύσει κανείς. Από εκεί και πέρα η κλασική μουσική έχει κάτι που μοιάζει με τη θάλασσα. Όπως στη θάλασσα χρειάζεται κανείς να ξέρει κολύμπι έτσι και στη μουσική όσο περισσότερες γνώσεις έχεις, τόσο περισσότερο βαθιά μπορείς να πας».

ΜΙΧΑΛΗΣ ΧΟΪΠΕΛ:

«Η μουσική είναι εμπειρία»

25χρονος βιρτουόζος του βιολοντσέλου Μιχάλης Χοΐπελ, παρά το νεαρό της ηλικίας του, κουβαλάει ήδη στις αποσκευές του σημαντικές συνεργασίες με ορχήστρες της Ελλάδας και του εξωτερικού. Τον συναντήσαμε πριν από λίγες ημέρες στα Χανιά σε μια σύμπραξη επί σκηνής με τον Χανιώτη μουσικό Νίκο Περάκη. Ο ίδιος, μιλώντας στις "διαδρομές", εξομολογήθηκε ότι δεν χάνει ποτέ την ευκαιρία να επιστρέψει στην Ελλάδα -από τη Γερμανία όπου έχει εγκατασταθεί τα τελευταία 7 χρόνια- για να συνεργαστεί με Έλληνες μουσικούς. Στην Ελλάδα άλλωστε, όπως σημειώνει κατά τη διάρκεια της κουβέντας μας, συναντάς αρκετά ενδιαφέροντες καλλιτέχνες που παλεύουν μόνοι τους και κάτω από αντίξοες συνθήκες, πράγμα που τους δίνει μια άλλου είδους δύναμη...

Η Ελλάδα δεν έχει μεγάλη παράδοση στην κλασική μουσική. Εσύ πώς ασχολήθηκες με αυτό το είδος;

Θα έλεγα κατά τύχη όπως τυχαία ανακάλυψα το βιολοντσέλο. Οι γονείς μου δεν είναι μουσικοί -που συνήθως αυτό αποτελεί μια αιτία για να ασχοληθεί κάποιος- ωστόσο είναι καλλιτέχνες. Η μητέρα μου είναι χορεύτρια και χορογράφος και ο πατέρας μου ζωγράφος.

Με αυτή την έννοια υπήρχε ένα καλλιτεχνικό κλίμα και ερεθίσματα μέσα στο σπίτι και σίγουρα υπήρχαν ακούσματα μουσικά και κλασικής μουσικής λόγω του χορού. Θυμάμαι λοιπόν ότι όταν ήμουν μικρός η μητέρα μου μου είχε χαρίσει ένα βιβλίο που λέγονταν τα όργανα της ορχήστρας και συνοδεύονταν από μια κασέτα που άκουγες τα διάφορα όργανα και παράλληλα διάβαζες για τα χαρακτηριστικά του οργάνου.

Επίσης, για κάθε όργανο υπήρχε στο βιβλίο μια εικόνα με ένα ζωάκι που έπαιζε. Τότε άκουσα από την κασέτα το βιολοντσέλο, είδα τη ζωγραφιά που έπαιζε το όργανο μια τίγρη και είπα στους γονείς μου ότι αυτό θέλω να μάθω. Έτσι ξεκίνησε η σχέση μου με την κλασική μουσική και το βιολοντσέλο και δεν σταμάτησε από τότε...

Το γεγονός πάντως ότι η ελληνική κοινωνία δεν είναι ιδιαίτερα εξοικειωμένη με αυτό το είδος της μουσικής δεν κρύβει μια μεγαλύτερη μοναξιά;

Η μουσική γενικότερα είναι ένα μοναχικό "σπορ". Όπως όταν γεννιόμαστε και όταν πεθαίνουμε, έτσι και όταν δημιουργούμε είμαστε μόνοι μας. Από εκεί και πέρα υπάρχουν θυσίες που κάνει κάποιος όταν θέλει να προχωρήσει σε κάτι.

Για παράδειγμα όταν ήμουν μικρός υπήρχαν Σαββατοκύριακα που δεν πήγαινα στο σινεμά γιατί ήθελα να μελετήσω βιολοντσέλο. Ωστόσο, δεν υπήρχε κάποιο είδος αποξένωσης. Τα παιδιά στο σχολείο το έβρισκαν πολύ ενδιαφέρον ότι έπαιζα αυτό το όργανο και ήμουν πάντοτε πρώτος σε όλες τις γιορτές του σχολείου. Οπότε η όποια απομόνωση ήταν ηθελμένη από μέρους μου και είχε να κάνει με το δημιουργικό κομμάτι.

Βέβαια επειδή η χώρα δεν έχει αυτή την παράδοση που είπαμε, όταν πλέον αποφασίσει κανείς ότι θέλει να κάνει κλασική μουσική πρέπει να φύγει έξω αν θέλει να φτάσει σε ένα επίπεδο. Ετσι αναγκάστηκα κι εγώ να φύγω στα 17 μου για τη Γερμανία και από τότε έμεινα...

Πολλές φορές στην Ελλάδα ακούς ανθρώπους να αντιμετωπίζουν την κλασική μουσική με ένα δέος, σαν να είναι κάτι που είναι απρόσιτο, σε αντίθεση με το τραγούδι και τη λαϊκή μουσική με τα οποία υπάρχει μεγάλη οικειότητα, τα απολαμβάνει ο κόσμος και τα μοιράζεται. Ποια είναι η δικιά σου άποψη;

Η κλασική μουσική είναι κάτι σοβαρό όπως είναι κάτι σοβαρό και η παραδοσιακή μουσική όταν την κάνει κανείς σωστά. Βέ-



«Η μουσική γενικότερα είναι ένα μοναχικό "σπορ". Όπως όταν γεννιόμαστε και όταν πεθαίνουμε, έτσι και όταν δημιουργούμε είμαστε μόνοι μας. Από εκεί και πέρα υπάρχουν θυσίες που κάνει κάποιος όταν θέλει να προχωρήσει σε κάτι»

βαια κατά τη γνώμη μου η κλασική μουσική περνάει μια κρίση στην Ελλάδα και στον υπόλοιπο κόσμο, επειδή θεωρείται ότι ανήκει σε μια άλλη εποχή ή ότι είναι κάτι ξένο. Ωστόσο, αυτό δεν ισχύει. Η κλασική μουσική είναι μια ζωντανή παράδοση που ακόμα γράφονται έργα και βέβαια όταν μιλάμε για κλασική μουσική περιλαμβάνονται και σύγχρονοι μουσικοί όπως ο Ξενάκης κ.ά..

Η κλασική μουσική με άλλα λόγια δεν περιέχει μόνο ένα πράγμα. Έχει μια τεράστια παράδοση, με διαφορετικές μορφές, κομμάτια και εποχές, κι είναι αδύνατον κάποιος να μην βρει κάτι που να του αρέσει.

Τις πρωτοβουλίες που έχουν αναλάβει τελευταία κάποιες ορχήστρες που παίζουν σε πλατείες, γειτονιές κ.λπ. βγαίνοντας από τα στενά όρια των καθιερωμένων συναυλιακών χώρων πώς τις βλέπεις;

Το "άνοιγμα" αυτό που λέτε, θεωρώ ότι θα έπρεπε να είχε γίνει από καιρό. Βέβαια πάντοτε με σκέψη. Δεν πρέπει να χαμηλώσουμε την ποιότητα νομίζοντας ότι με αυτό τον τρόπο θα γίνει η κλασική μουσική αρεστή στο κοινό.

Προσωπικά όσες φορές έπαιξα σε ένα κοινό κάτι που θα μπορούσε να θεωρηθεί ως "ξένο" άκουσμα, διαπίστωσα ότι εφόσον το είχα φτιάξει και το είχα φροντίσει καλά, είχε επιτυχία. Νομίζω λοιπόν ότι όταν προσπαθούν οι κλασικοί μουσικοί να κάνουν κάτι τέτοιο, το μόνο που χρειάζεται είναι να το πιστεύουν, να το κάνουν με σεβασμό και να έχουν επίγνωση της ευθύνης τους απέναντι στη μουσική και το κοινό. Από εκεί και πέρα το πράγμα πηγαίνει από μόνο του...

Λένε πολλοί ότι η κλασική μουσική χρειάζεται παιδεία για να επικοινωνήσει κανείς με την ουσία της. Άλλοι υποστηρίζουν ότι το μόνο που χρειάζεται είναι να έχει κανείς "ανοικτά" αυτιά και ψυχή για να νιώσει αυτό που ακούει. Εσύ τι πιστεύεις;

Η μουσική είναι ουσιαστικά μια εμπειρία. Δεν χρειάζονται ιδιαίτερες διανοητικές ικανότητες για να την καταλάβει και να την απολαύσει κανείς. Από εκεί και πέρα η κλασική μουσική έχει κάτι που μοιάζει με τη θάλασσα. Τη θάλασσα για να την απολαύσει κανείς το μόνο που έχει να κάνει είναι να βγάλει τα ρούχα του και να βουτήξει. Όπως όμως και στη θάλασσα χρειάζεται κανείς να ξέρει κολύμπι, έτσι και στη μουσική όσο περισσότερες γνώσεις έχεις, τόσο περισσότερο βαθιά μπορείς να πας. Πάντως, κατά βάση, η μουσική είναι εμπειρία και δεν χρειάζεται ιδιαίτερες γνώσεις. Ο καθένας μπορεί να την απολαύσει εξίσου με κάποιον που έχει διαβάσει κ.λπ..

Ζεις και εργάζεσαι τα τελευταία 7 χρόνια στο εξωτερικό. Τι διαφορές έχεις συναντήσει με την Ελλάδα ως προς την αντιμετώπιση της μουσικής;

Η βασική διαφορά στο εξωτερικό είναι ότι οι άνθρωποι έχουν μια μεγαλύτερη επαφή. Αυτό σημαίνει πρακτικά ότι όταν γίνεται κάτι πιο πρωτοποριακό, σύγχρονο ή δύσκολο, υπάρχει ένα ευρύ κοινό που πηγαίνει και το ακούει, σε αντίθεση με την Ελλάδα που συνήθως το ακροατήριο αυτό είναι μικρό.

Αυτό έγκειται και στην παιδεία του λαού αλλά και στους θεσμούς, όπως το Υπουργείο Πολιτισμού, τα Πανεπιστήμια κ.λπ., οι οποίοι λειτουργούν ανεξάρτητα από το τι συμβαίνει πολιτικά.

Από την άλλη στην Ελλάδα αυτό που παρατηρώ είναι ότι επειδή οι νέοι δίνουν ένα καθημερινό αγώνα -μη γνωρίζοντας τι θα τους ξημερώσει αύριο- συναντάς αρκετά ενδιαφέροντα άτομα τα οποία παλεύουν μόνο τους πράγμα που τους δίνει μια άλλου είδους δύναμη. Ο συνδυασμός αυτών των δύο στοιχείων, του καθημερινού δηλαδή αγώνα με τις σωστές βάσεις και θεσμούς, θα έδινε πραγματικά πολύ καλά αποτελέσματα, όπως άλλωστε βλέπουμε και από τους Έλληνες που πηγαίνουν στο εξωτερικό και διαπρέπουν.

Τι νομίζεις ότι λείπει από την Ελλάδα για να βγουν νέοι καλοί μουσικοί; Φταίει η πολιτική, φταίει η παιδεία;

Η πολιτική έχει σχέση με όλα. Από εκεί και πέρα είναι θέμα παιδείας και συνείδησης. Δηλαδή οι άνθρωποι, οι μουσικοί, να έχουν συνείδηση της τέχνης τους. Στην Ελλάδα πάντως τα πράγματα λειτουργούν με πρωτοβουλίες λίγων ανθρώνων, κινούνται από μειοψηφίες.

Ποιο πιστεύεις ότι θα είναι το αποτύπωμα της κρίσης σε ό,τι αφορά τη μουσική; Βλέπουμε για παράδειγμα η ορχήστρα της ΕΡΤ να κλείνει, η Ορχήστρα των Χρωμάτων να διαλύεται κ.λπ.. Στενεύει ο ορίζοντας για τους μουσικούς της μουσικής που υπηρετείς;

Για να πω την αλήθεια εγώ είμαι αισιόδοξος. Νομίζω ότι μέσω της κρίσης θα καταστραφεί η -κατά κάποιο τρόπο- "ρουτίνα" των μουσικών. Κατανοώ βεβαίως ότι είναι δύσκολα για τους μουσικούς αυτή την εποχή, αλλά νομίζω ότι αυτό τελικά θα τους σπρώξει όλους να γίνουν πιο δημιουργικοί, να σκεφτούν νέα πράγματα και να φέρουν τη μουσική πιο κοντά στον κόσμο. Θα τους κινητοποιήσει, δηλαδή, δημιουργικά. Ηδη έχουν γίνει κάποιες πρώτες κινήσεις αυτού του είδους όπως οι Kyklos Ensemble που συμμετέχουν πολύ ποιοτικοί μουσικοί από τους μουσικούς της πρώην Ορχήστρας Χρωμάτων και της ΕΡΤ οι οποίοι πηγαίνουν και σε περιέργους χώρους και παίζουν.

Αυτό είναι ένα από τα θετικά της κρίσης και πιστεύω ότι θα υπάρξουν κι άλλες τέτοιες περιπτώσεις.

ΜΕΓΑΛΗ ΔΙΑΚΡΙΣΗ ΓΙΑ ΤΗ ΣΟΦΙΑ ΜΑΝΤΟΥΒΑΛΟΥ

Ελληνική υποψηφιότητα για το βραβείο “Χανς Κρίστιαν Άντερσεν”

ΑΠΕ-ΜΠΕ

Το διεθνές βραβείο “Χανς Κρίστιαν Άντερσεν” λέγεται και “μικρό Νόμπελ”. Είναι η ύψιστη τιμή για τους συγγραφείς παιδικής λογοτεχνίας. Και φέτος ανάμεσα στους υποψήφιους είναι μια Ελληνίδα συγγραφέας, που έχει διαγράψει τη δική της, διακριτή πορεία στην παιδική λογοτεχνία: Η Σοφία Μαντουβάλου.



Το ΑΠΕ-ΜΠΕ βρέθηκε με τη Σοφία στο κέντρο της Αθήνας, για μια χαλαρή συζήτηση, που άρχισε με την τυπική ερώτηση: «Τι σημαίνει για σένα αυτή η τιμή».

«Δεν μπορώ να κρύψω ότι η υποψηφιότητα για ένα διεθνές βραβείο, όπως είναι το Χανς Κρίστιαν Άντερ-

Το “παραμυθοποιείο της Σοφίας”

Η παραμυθία είναι παρηγοριά, λέει η Σοφία και εξηγεί ότι τα παιδιά «μέσα από τα παραμύθια πηγαίνουν μια εκδρομή στη ζωή, χέρι - χέρι με τη φαντασία. Κάθε ένα βιβλίο είναι ένα μικρό κομματάκι της πραγματικότητας. Ντυμένο με όνειρο και φαντασία, για να φτιάξεις μιαν άλλη πραγματικότητα. Την επιθυμητή πραγματικότητα. Την ουτοπία του συγγραφέα. Την ουτοπία της καθημερινότητας».

Η Σοφία Μαντουβάλου έχει μακρά πορεία στην εκπαιδευτική τηλεόραση και έχει βραβευτεί για το πρώτο ψηφιακό αλφαβητάρι, το “ένα γράμμα μια ιστορία”. Ένα μέρος από τη δημιουργικότητά της, την έχει διοχετεύσει στο... παραμυθοποιείο της.

«Τι είναι αυτό;» ερωτάται. «Είναι ένας πολυχώρος. Ένας χώρος στο μυαλό, όπου οι ιδέες μπαίνουν, πετάω τις άχρηστες, παραμένουν αυτές που αξιολογώ ως σπουδαίες και εκεί δουλεύονται οι ιστορίες και τα παραμύθια και τα βιβλία που γράφω». Είναι όμως και ένας συγκεκριμένος χώρος στο σπίτι της Σοφίας, όπου χωρούν βιβλία, ζωγραφιές παιδιών, κάθε είδους αναμνηστικό αντικείμενο. «Κάθε φορά που πιάνω πάτο μπαίνω στο παραμυθοποιείο και τα αγγίζω, τα ξεφυλλίζω, ανοίγω τα κουτιά μου και ανεβαίνω. Λέω, εδώ είμαστε για καινούργια όνειρα. Για να αναζητήσουμε την ουτοπία της καθημερινότητας».

Η Σοφία βρήκε λοιπόν καινούργια όνειρα στο παραμυθοποιείο της, τα έκανε φτερά και πέταξε μέχρι την κορυφή της παιδικής λογοτεχνίας, με την υποψηφιότητα για το διεθνές βραβείο Χανς Κρίστιαν Άντερσεν. Την ευχαριστούν μικρά και μεγάλα παιδιά, για την αναζήτηση της «ουτοπίας της καθημερινότητας». Κι εύχονται όλοι μαζί της για την υποψηφιότητα, ελπίζοντας και στη βράβευσή της.



σεν, μου έδωσε πάρα πολλή χαρά. Δεν το περίμενα» μας λέει η Σοφία Μαντουβάλου και προσθέτει με το χαρακτηριστικό χιούμορ της, ότι δεν περίμενε μια τέτοια υποψηφιότητα τώρα. «Περίμενα να μεγαλώσω λίγο ακόμα...».

Η Σοφία ύστερα από 70 βιβλία στα 30 και πλέον χρόνια της συγγραφικής πορείας της, πιστεύει ότι η τιμή για έναν άνθρωπο που γράφει για τα παιδιά έρχεται από τα ίδια τα παιδιά. «Όταν πηγαίνεις στα σχολεία και αστράφτουν τα μάτια τους, γιατί επικοινωνούν μαζί σου... νιώθεις ότι έχεις βρει το alter ego σου. Που καταλαβαίνουν αυτό που θες να πεις, που λυτρώνονται, που αλλάζουν οπτική για ένα θέμα, που μοιράζονται μαζί σου την αισθητική σου για τον κόσμο. Μοιράζονται το όνειρο που κρύβεις μέσα στο βιβλίο. Αυτό είναι η μεγαλύτερη χαρά».

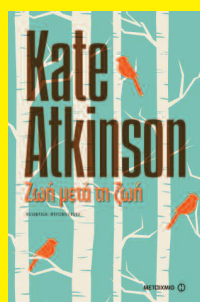
Ζωή μετά τη ζωή

Kate Atkinson

Εκδότης: Μεταίχμιο

Τι θα γινόταν αν είχες τη δυνατότητα να ζεις τη ζωή σου ξανά και ξανά μέχρι να μην έχεις κανένα λόγο για να μετανιώσεις; Μέχρι να καταφέρεις να τα κάνεις όλα σωστά;

1910, σ' ένα προάστιο του Λονδίνου, ένα μωρό γεννιέται πρόωρα. Λόγω σφοδρής χιονοθύελλας, ο γιατρός δεν προλαβαίνει να φτάσει εγκαίρως και το μωρό πεθαίνει. Τι θα γινόταν αν τα είχε καταφέρει; Τι θα γινόταν αν υπήρχε η δυνατότητα για μια δεύτερη και μια τρίτη και μια τέταρτη ζωή; Θα κατάφερνες να σώσεις την ανθρωπότητα από το ανα-



πόφευκτο πεπρωμένο της; Ή δεν θα έμπαινες καν στον κόπο; Ξεκινώντας από το 1910 και φτάνοντας ως το 1967, ο αναγνώστης παρακολουθεί με κομμένη την ανάσα τη ζωή μιας γυναίκας, της Ούρσουλας Τοντ, η οποία ανατρέπεται και αλλάζει συνεχώς πορεία, καθώς εξελίσσεται παράλληλα με τα σημαντικότερα γεγονότα του περασμένου αιώνα. Ένα πρωτότυπο, πολυεπίπεδο και συγκινητικό μυθιστόρημα, μια έξοχη αποτύπωση του πρόσφατου παρελθόντος, ένας φόρος τιμής στην ίδια τη φύση του ανθρώπου.

Τα λόγια και τα χρόνια, 1963-2013, Τα τραγούδια

του Μάνου Ελευθερίου

Εκδότης: Μεταίχμιο

1963-2013. Πενήντα χρόνια τραγούδια. Οι στίχοι των τραγουδιών που έγραψε ο Μάνος Ελευθερίου, μελοποίησαν σημαντικοί παλαιότεροι και νέοι συνθέτες κι ερμήνευσαν αγαπημένοι τραγουδιστές.



“Οι ελεύθεροι κι ωραίοι” κι αμέτρητα άλλα τραγούδια που, όπως όλα τα σπουδαία έργα, κερδίζουν με τον καιρό τη μεγαλύτερη αναγνώριση, περνώντας στον χώρο της ανωνυμίας των δημιουργών τους, σαν τα δημοτικά και τα λαϊκά τραγούδια.

Γιατί από εκεί, από τα ηρωικά δημοτικά τραγούδια και τ' αθάνατα λαϊκά, έρχεται ως στιχουργός ο Μάνος Ελευθερίου. Ένας άνθρωπος που μας έμαθε να τραγουδάμε τα “Μαλαγατένια λόγια” και “Θα σε ξανάβρω στους μπαξέδες” και “Στων αγγέλων τα μπουζούκια”. Λόγια που τραγουδήσαμε, που τραγουδιούνται και θα τραγουδιούνται. Οι στίχοι-ποιήματα είναι κατανεμημένοι χρονολογικά και ανά δισκογραφική δουλειά και διανθίζονται από επιπλέον πληροφορίες για τους συντελεστές των δίσκων.

Βιβλία

Το τελευταίο αίνιγμα

Μαρίσα Πέσι

Εκδότης: Διόπτρα

Μια βροχερή νύχτα του Οκτώβρη, η νεαρή και πανέμορφη Άσλεϊ Κορντόβα βρίσκεται νεκρή σε μια εγκαταλελειμμένη αποθήκη του νότιου Μανχάταν.

Αν και ο θάνατός της αποδίδεται σε αυτοκτονία, ο βετεράνος ρεπόρτερ ΜακΓκραθ υποψιάζεται πως η αλήθεια είναι διαφορετική. Καθώς ερευνά τις αλλόκοτες συνθήκες που περιέβαλλαν τόσο τη ζωή όσο και το θάνατο της Άσλεϊ, ο ΜακΓκραθ έρχεται πρόσωπο με πρόσωπο με την παρακαταθήκη του πατέρα της, του θρυλικού, ερμηίτη σκηνοθέτη καλτ ταινιών, Στάνισλας Κορντόβα. Για τον ΜακΓκραθ, ένας ακόμα θάνατος συνδεδεμένος με αυτή την οικογένεια που φαίνεται καταραμένη, φαντάζει ως κάτι παραπάνω από μια απλή σύμπτωση.



Πείτε μου πώς είναι το δέντρο

Κώστας Ακριβός

Εκδότης: Καστανιώτης

«Πείτε μου πώς είναι το δέντρο, πείτε μου πώς είναι η δικαιοσύνη, μη μου πείτε πώς είναι η αξιοπρέπεια». Πείτε τους πώς είναι το δέντρο, διότι η φυλακή, σαν αχόρταγος βρικόλακας, ρουφάει σιγά-σιγά τις αναμνήσεις απ' τον έξω κόσμο. Πείτε τους πώς είναι η δικαιοσύνη, διότι εκεί όπου βρίσκονται, ανάμεσα σε τέσσερις βρωμερούς τοίχους ή απέναντι απ' το εκτελεστικό απόσπασμα, έχει γίνει ποταπή γελοιογραφία, μια πομπώδης απομίμηση, το ίδιο το προσωπίο του εξευτελισμού. Μην τους λέτε όμως τι είναι αξιοπρέπεια, διότι την γνωρίζουν πολύ καλά,



μαζί της κοιμούνται και μαζί της ξυπνούν, έχουν φάει στο τραπέζι της ή της έχουν προσφέρει την πείνα τους κι, ανάμεσα στο ένα και στο άλλο, αντιμετώπι με δεσμοφύλακες και δημίους, σφίγγοντας τα χείλια και τα δόντια την ώρα των ακραίων βασανιστηρίων, τούτοι οι άνθρωποι επαναπροσδιόρισαν την ανθρώπινη αξιοπρέπεια στα μέρη όπου, σύμφωνα με τον κήρυκα των εγκλημάτων, θα έπρεπε εντέλει να την χάσουν. Αυτό το βιβλίο του Μάρκος Άννα παρουσιάζεται ως αναμνήσεις μιας ζωής, αλλά είναι πολύ περισσότερο από κάτι τέτοιο, όχι μόνον επειδή ο συγγραφέας απορρίπτει όλους και έναν-έναν τους πειρασμούς να κοιταχτεί ικανοποιημένος στον καθρέφτη, αλλά, κυρίως, επειδή τον σπάει, ώστε, στα πάμπολλα κομμάτια του, να καθρεφτιστούν τα πρόσωπα των συντρόφων του στη δυστυχία. Το εγώ, εδώ, είναι πάντα εμείς.

παιδότοπος



1ο ΝΗΠΙΑΓΩΓΕΙΟ ΚΟΥΝΟΥΠΙΔΙΑΝΩΝ

Ταξίδι στην εποχή της Επανάστασης του 1821



Επιμέλεια:
ΒΑΓΓΕΛΗΣ ΚΑΚΑΤΣΑΚΗΣ
Kakatsakis@sch.gr

Καλοί μου φίλοι, καλό Σαββατοκύριακο!

Να ταξιδέψουμε κι εμείς με τη φαντασία μας στην εποχή της Επανάστασης του 1821, μας καλούν, με τον δικό τους τρόπο, τρεις μέρες πριν από την εθνική μας γιορτή της 25ης Μαρτίου, τα παιδιά του 1ου Νηπιαγωγείου Κουνουπιδιανών, στον σημερινό Παιδότοπο. Να ξετυλίξουμε κι εμείς το κουβάρι της Ιστορίας, μέσω της ζωγραφικής και της ποίησης. Να γνωρίσουμε κι εμείς, όπως γνώρισαν κι αυτά, καπετάνιους και πλοία εκείνης της περιόδου, σαν τον Κανάρη και την ναυαρχίδα του, για παράδειγμα, αλλά όχι

μόνο... Όλα ξεκίνησαν από μια επίσκεψη στο Ναυτικό Μουσείο και ολοκληρώθηκαν στην τάξη τους μας λένε στο ομορφογραμμένο σημειώμα τους οι δασκάλες των παιδιών. τι να προσθέσω εγώ σ' αυτά;

Τίποτ' άλλο παρά τα συγχαρητήριά μου, τόσο στις ίδιες όσο και στη μουσειοπαιδαγωγό, για τη δουλειά τους...

Σας χαιρετώ με αγάπη όλους!
Β.Θ.Κ.

Όταν το μάθημα γίνεται παιχνίδι...

Την Πέμπτη 6 Μαρτίου επισκεφθήκαμε το Ναυτικό Μουσείο Χανίων για να "ταξιδέψουμε" με τα πλοία άλλων εποχών! Ένα ταξίδι στο οποίο το μαγικό ραβδάκι της φαντασίας, μεταμόρφωσε τους μικρούς μαθητές και μαθήτριες του Νηπιαγωγείου μας σε εξερευνητές, ναύτες και καπετάνιους άλλων εποχών.

Όταν το σχολείο βγαίνει από τις τάξεις έξω στην κοινωνία και το μάθημα γίνεται περιπέτεια και παιχνίδι, τα παιδιά κερδίζουν γνώσεις και χαρά!

"Ταξιδέψαμε" στην εποχή της επανάστασης του 1821, γνωρίσαμε πυρπολτές, καπετάνιους και καπετάνισσες της περιόδου εκείνης και βρισκοντας κομμάτια ενός πολεμικού πλοίου, το συναρμολογήσαμε.

Οδηγήσαμε το "καράβι" του μουσείου και ζωγραφίσαμε στο φιλόξενο περιβάλλον του, υποβρύχια που μας μοίρασε η μουσειοπαιδαγωγός κα Βασιλική Γεωργιά, η οποία, με διάφορα παιχνίδια, οδήγησε τα παιδιά σε όλο αυτό το υπέροχο ταξίδι στην ιστορία.

Επιστρέφοντας στο Νηπιαγωγείο, αρχίσαμε να ξετυλίγουμε το κουβάρι της Ιστορίας με βοηθούς τη ζωγραφική, την ποίηση και το τραγούδι. Με τους πίνακες "το κρυφό Σχολειό" του Γύζη, "την πυρπόληση της τουρκικής Ναυαρχίδας" του Βολανάκη, "τον όρκο των αγωνιστών" του Βρυζάκη, το "Θούριο" του Ρήγα, "το θυμωμένο καράβι" του Ζαχ. Παπαντωνίου και τον "Κανάρη" του Αλέξ. Πάλλη μιλήσαμε για άλλη μια φορά για την Επανάσταση του 1821.

Κι όσο κι αν φαίνεται χιλιοεπιωμένα κι όσο κι αν φαίνονται μακρινά, όταν βλέπουμε τις ζωγραφιές των παιδιών, νοιώθουμε πως τα παιδιά μας πρέπει να διδάσκονται την Ιστορία του τόπου τους για να μάθουν να τον αγαπούν και να νοιώθουν περήφανα για τους προγόνους τους. Και μέσα απ' όλα και πάνω απ' όλα να μαθαίνουν για έννοιες πανανθρώπινες όπως "η Ελευθερία" και "η Ειρήνη" τόσο των λαών όσο και του κάθε ατόμου ξεχωριστά!

Οι Νηπιαγωγοί του 1ου Νηπιαγωγείου Κουνουπιδιανών:
Καραγιαννίδου Δέσποινα, Λιάσκου Ιωάννα, Καποδίστρια Αγγελική, Τσιώνια Αθηνά, Δουρμούσογλου Πόπη και Τσάμπρα Αναστασία

Το θυμωμένο καράβι

Σαν το σύννεφο τρέχει, σαν ίσκιος διαβαίνει. Τα πανιά του φουσκώνουν στο πρώτο αγεράκι. Κάπου πρέπει να χιμήξει, καθώς το γεράκι. Τ' είναι κείνο στη θάλασσα την αφρισμένη;

Να 'τανε τάχα πλεούμενο; Να 'ναι καράβι; Τρομαγμένα τα κύματα φεύγουν μπροστά του. Μια σπκώνεται ορθό, μια βυθίζεται κάτω, Μια πηδάει στον αφρό κι απ' τον ήλιο ανάβει.

Πες αλήθεια, της θάλασσας είσαι στοιχειό; Ποιαν εκδίκηση τρέχεις απόψε να πάρεις; Στο τιμόνι ποιον έχεις; Και μου 'πε: - Ο Κανάρης με πηγαίνει στη Χιό!

Ζαχαρίας Παπαντωνίου



25η Μαρτίου

Βροντά κι η πλάση σήμερα χαρούμενη ξυπνά, φουσκώνουνε τα πέλαγα, ψηλώνουν τα βουνά. Παντού τραγούδια και χαρές σε πόλεις και χωριά. Εικοσιπέντε του Μαρτίου. Γιορτάζ' η Λευτεριά.

Ξυπνούνε τα Καλάβρυτα, το χάνι της Γραβιάς, τα καριοφίλια ανοίγουνε τον τάφο της σκλαβιάς. Κρήτη, Μοριάς και Ρούμελη και Σούλι και Ψαρά Γιορτάστε τη, τη Λεβεντιά ακόμα μια φορά.

Στην Αλαμάνα σήμερα ο Διάκος πάλι ορθός και ξαναστήθη απ' την αρχή στο Ζάλογγο χορός. Στα Δερβενάκια γίγαντας ο Γέρος του Μοριά. Χαρείτε το! Φωνάξτε το! ΖΗΤΩ! η Λευτεριά!

Χάρης Σακελλαρίου



Θούριος

Ως πότε παλληκάρια, θα ζούμε στα στενά, μονάχοι σαν λιοντάρια, στες ράχες στα βουνά; Κάλλιο είναι μιας ώρας ελεύθερη ζωή, παρά σαράντα χρόνους, σκλαβιά και φυλακή.

ΝΤΟΥΛΟ
ΒΑΣΙΛΙΑ
Νεφέλη
Δοξαμ
ΓΖΕΙΝΤΙ
ΚΙΧΑΕΤΑ
ΚΑΝΑΡΗΣ

Κανάρης

Όλη η Βουλή των προεστών στο μόλο συναγμένη είπε πως όξω στη στεριά τους Τούρκους θα προσμένει. Τότε έβγαλα το φέσι και να μιλήσω θάρρεψα προβάλλοντας στη μέση: «Τίποτα, αρχόντοι, δε φελά, μονάχα το καράβι!». Σα μ' άκουσε ένα απ' τα τρανά καλπάκια μας, ανάβει και το φαρμάκι χύνει: «Ποιος είναι αυτός και πώς τον λεν, που συμβουλές μας δίνει;» Να τα Ψαρά πως χάθηκαν. Κι εγώ φωτιά στο χέρι πήρα και πέρα τράβηξα κατά της Χιος τα μέρη, κι είπα από εκεί -δε βάσταξα- με κείλια πικραμένα: «Να! πώς με λεν εμένα!»

Αλεξ. Πάλλης





Η συμβοή της οικογένειας στη διατροφή του εφήβου

Τα χρόνια της εφηβείας, αδιαπραγμάτευτα, είναι μία έντονη περίοδος τόσο για τον ίδιο τον έφηβο, όσο και για την οικογένειά του. Στο παρελθόν είχα διαβάσει μία φράση όπου χαρακτήριζε την εφηβεία ως την περιπετειώδη διαδρομή του εφήβου, το ταξίδι ανακάλυψης και εξερεύνησης του ίδιου του εαυτού του, η οποία ξεκινά από την παιδική ηλικία και καταλήγει στην ενηλικίωση.

Αν σκεφτούμε όλες τις αλλαγές σωματικές και ψυχικές που πραγματοποιούνται εκείνη την περίοδο, όντως θα συμφωνήσουμε ότι είναι ένα ταξίδι συνεχούς αναζήτησης και εξερεύνησης.

Πιο επιστημονικά, στηριζόμενοι στις σωματικές αλλαγές, μπορούμε να ορίσουμε την εφηβεία ως την περίοδο της ζωής του ανθρώπου που ξεκινάει με την ήβη και φτάνει μέχρι την ενηλικίωση, όπου και ολοκληρώνεται η ανάπτυξη - ωρίμαση του οργανισμού.

Σε τι διαφέρει η εφηβεία από την παιδική ηλικία;

Η εφηβεία, συγκριτικά με την παιδική ηλικία χαρακτηρίζεται από:

- πιο γρήγορο και έντονο ρυθμό ανάπτυξης.
- σεξουαλική ανάπτυξη.
- αύξηση του βάρους και του ύψους.
- αλλαγές σύστασης σώματος.
- αλλαγές σκελετικής ανάπτυξης.

Ας τα δούμε όμως λίγο πιο συγκεκριμένα.

Σωματική Ανάπτυξη

- Τα περισσότερα όργανα διπλασιάζονται σε μέγεθος.
- Ο έφηβος θα αυξήσει το ύψος του κατά 20% του τελικού του ύψους που θα έχει ως ενήλικος.
- Το βάρος αυξάνεται κατά 50%.

Σύσταση Σώματος

- Τα κορίτσια αποκτούν περισσότερο λίπος, ενώ τα αγόρια την ίδια περίοδο διπλασιάζουν τον μυϊκό τους ιστό.
- Στο τέλος της εφηβείας τα κορίτσια έχουν λίπος περίπου 23%, ενώ τα αγόρια περίπου 12%.

Σκελετική Ανάπτυξη

- Περίπου το 40% της συνολικής οστικής μάζας αποκτάται κατά την εφηβεία.
- Οι διαστάσεις των οστών αλλάζουν.
- Υπάρχουν διαφοροποιήσεις στην αύξηση της οστικής μάζας και της οστικής πυκνότητας ανάλογα με:
 - την ηλικία.
 - το φύλλο.
 - σκελετική περιοχή.

Ψυχική Ανάπτυξη

- Έντονες Συναισθηματικές Αλλαγές.
- Φάση συνειδητοποίησης και προσδιορισμού του εαυτού τους.
- Ανάπτυξη προσωπικού συστήματος αξιών.
- Τάση αυτονομίας και ανεξαρτητοποίησης από την οικογένεια.
- Ανάγκη αναγνώρισης και ένταξης σε ένα κοινωνικό σύνολο.
- Εξοικείωση με το σώμα τους.
- Άγχος όσον αφορά τις αλλαγές που παρατηρούνται
 - Διαμόρφωση εικόνας σώματος.
 - Μεγάλες και θεαματικές αλλαγές ως προς τα ενδιαφέροντά τους.

ΠΟΙΟΙ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΕΠΗΡΕΑΖΟΥΝ ΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΤΟΥ ΕΦΗΒΟΥ;

- Οικογένεια: δομή, συνήθειες κ.λπ..
- Φίλοι.
- Συναισθηματική του κατάσταση.
- Δραστηριότητα.
- Διαφήμιση.

- Σωματικά πρότυπα - Εικόνα σώματος.
- Προσωπικές εμπειρίες.
- Γεύση και εμφάνιση τροφίμων.
- Ευκολία παρασκευής - διαθεσιμότητας τροφίμων.
- Ο έφηβος θέλει να αποφασίσει ο ίδιος τι θα τρώει και τι δεν θα τρώει.
- Οι διαιτητικές του προτιμήσεις δείχνουν την επιθυμία του να ενταχθεί σε ένα κοινωνικό σύνολο.
- Ο έφηβος χρησιμοποιεί τη διατροφή για να καλύψει τις ψυχο-κοινωνικές του ανάγκες.
- Υπάρχει τάση να μην θέλει να φάει σπύρι.
- Προτιμά να γευματίζει έξω ή να ετοιμάζει μόνος του τα γεύματά του.

ΠΩΣ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΠΡΟΣΕΓΓΙΖΕΙ ΤΟ ΘΕΜΑ Η ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ;

A. Κατ' αρχήν οι γονείς πρέπει να έχουν στο νου τους ότι:

- ο έφηβος έχει τάσεις αυτονομίας και ανεξαρτητοποίησης αλλά ταυτόχρονα είναι συναισθηματικά δεμένος με τους γονείς.
- μπορεί να θέλει να ανεξαρτητοποιηθεί, αλλά ταυτόχρονα έχει συναισθηματική ανάγκη κάποιου:
 - να τον φροντίζει
 - να αναλαμβάνει ευθύνες

B. Να αποτελεί παράδειγμα

Προσπαθήστε να μείνετε συνεπείς στις σωστές διατροφικές συνήθειες. Μπορεί ο έφηβος με τις πράξεις του και τα λόγια του να μην σας το δείχνει, αλλά αυτός σας παρακολουθεί. Μην χάνετε την ευκαιρία να συζητάτε μαζί του και να του εξηγήσετε τον λόγο για τον οποίο επιλέγετε κάποια τρόφιμα. Στην επιβολή μπορεί να αντιδράσει, όταν όμως γνωρίζει τον λόγο για τον οποίο επιλέγετε κάτι, αυτό μέσα στο μυαλό του θα το δουλεύει. Για ένα διάστημα αυτός μπορεί να επαναστατήσει, εσείς όμως καλό είναι τους βασικούς κανόνες υγιεινής διατροφής να τους εφαρμόζετε στον εαυτό σας πρώτα από όλα.

Γ. Φροντίστε να έχετε τα υγιεινά τρόφιμα σε εύκολη πρόσβαση

Είναι προτιμότερο στο τραπέζι να υπάρχει ένα μπολ με φρούτα, παρά ένα μπολ με σοκολατένια μπισκοτάκια. Σκεφτείτε τους εαυτούς σας. Πού θα στραφείτε πιο εύκολα όταν πεινάτε; Σε ένα ζουμερό κέικ που είναι νόστιμο και κόβεται εύκολα ή σε φρούτα που μπορεί να χρειάζονται και καθάρισμα.

Δ. Κανείς δεν απαγόρευσε το γλυκό

Το γλυκό εν μέρει το επιθυμούμε όλοι, και καλώς ή κακώς η έκθεσή μας σε αυτό είναι πολύ συχνή. Ο έφηβος πρέπει να εκπαιδευτεί στο πότε να τρώει γλυκό και τι είδους γλυκό να επιλέγει. Σε αυτό το κομμάτι μπορεί να συμβάλει η οικογένεια με την παρασκευή υγιεινών γλυκών.



E. Μην είστε επικριτικοί με την εικόνα σώματος τρίτων

Οι έφηβοι εκείνη την περίοδο είναι υπερβολικά πολύ ευαίσθητοι με την εικόνα σώματος που έχουν. Τα κορίτσια βομβαρδίζονται από τα πολύ αδύνατα πρότυπα και τα αγόρια από τα πολύ μυώδη σώματα. Αν σκεφτούμε το γεγονός ότι η εικόνα σώματος συμβάλλει σημαντικά στην αυτοπεποίθησή τους και στο να νιώθουν αποδεκτοί, συνειδητοποιήστε πόσο πολύ προσεκτικοί πρέπει να είστε εσείς στις κουβέντες σας. Το πιο σωστό είναι να εστιάζετε στα σωστά κιλά του παιδιού σας για την ηλικία του και το σώμα και μην το συγκρίνετε με άλλα παιδιά. Προσπαθήστε να βγάλετε από το μυαλό των παιδιών σας την εικόνα που λανσάρουν τα περιοδικά και η μόδα και βοηθήστε το να εστιάσουν στο υγιές βάρος.

ΣΤ. Γυμναστείτε μαζί με το παιδί σας

Η γυμναστική είναι πολύ σημαντική για την σωστή ανάπτυξη του εφήβου. Τα τελευταία χρόνια όμως του Λυκείου, με την πίεση των πανελληνίων ο έφηβος δεν έχει πολύ χρόνο για δραστηριότητα. Αν πιέζεται τόσο, ώστε να μην προλαβαίνει να πάει γυμναστήριο, επιδιώξτε να βγαίνετε μαζί του για βόλτα. Με αυτόν τον τρόπο και θα τον βάλετε να κινηθεί, αλλά και θα σας ανοίξει την καρδιά του για πράγματα που θα τον απασχολούν.

H. Μιλήστε τους για τους κινδύνους του αλκοόλ

Οι έφηβοι γενικά πίνουν:

- για να γιορτάσουν.
- για να βρεθούν με φίλους.
- γιατί τους αρέσει η γεύση.
- επειδή το κάνουν οι φίλοι τους.
- για να βελτιώσουν την ψυχολογία τους όταν:
 - είναι στενοχωρημένοι.
 - νιώθουν μοναξιά ή ανία.
- επειδή η κατανάλωση αλκοόλ εντάσσεται στην γενικότερη επιθυμία να δηλώσουν την αυτονομία τους.

Ποιες είναι όμως οι συνέπειες του αλκοόλ στους εφήβους;

- Δηλητηρίαση από αλκοόλ.
- Αν ένας έφηβος καταναλώνει αλκοόλ από μικρή ηλικία έχει αυξημένες πιθανότητες να κάνει κατάχρηση και ως ενήλικος.
 - Το πότο συνήθως συνοδεύεται με τη χρήση και άλλων εθιστικών ουσιών, όπως το τσιγάρο και τα ναρκωτικά.
 - Η χρόνια κατάχρηση αλκοόλ, και όχι τόσο η πρόσφατη κατανάλωση, σχετίζεται με τις βλάβες που μπορεί να προκαλέσει η κατανάλωσή του στον οργανισμό (εγκέφαλο, συκώτι, καρδιά, πάγκρεας, ανοσοποιητικό σύστημα).
 - Οι ιστοί των νέων είναι πολύ ευαίσθητοι στο αλκοόλ

Θ. Τι είναι αυτό που πρέπει να καταλάβει ο έφηβος και στο οποίο μπορεί να βοηθήσει η οικογένεια;

- Οτι δεν αρκεί μόνο το υγιές βάρος αλλά πρέπει να αποκτήσει σωστές διατροφικές συνήθειες.
 - Σωστό πρωινό και σνακ.
 - Τρία κυρίως γεύματα και 2 σνακ.
 - Φρούτα - λαχανικά.
 - Ολικής αλέσεως δημητριακά και όσπρια.
 - Καλά λιπαρά, όπως το ελαιόλαδο, οι ελιές, τα ψάρια, το ταχίνι, το αβοκάντο και οι ξηροί καρποί.
 - Με προσοχή τα τρόφιμα με κορεσμένα λιπαρά, όπως το κρέας, και το γάλα με τα προϊόντα του.
 - Αβγό 3-4 φορές την εβδομάδα.
 - Μειωμένη κατανάλωση σε τρόφιμα πλούσια σε ζάχαρη, αλάτι και επικίνδυνα λίπος.
 - Αποφυγή αλκοόλ κ ενεργειακών ποτών.
 - Να μην χρησιμοποιεί το φαγητό ως λύση στα προβλήματά του.
 - Να αποφεύγει επικίνδυνες δίαιτες.
 - Τακτική φυσική δραστηριότητα.
 - Καθημερινό καλό ύπνο.



ΠΑΓΚΡΗΤΙΟ ΒΟΛΕΪ ΠΑΙΔΩΝ

Ο ΣΦΠΧ Βελτίωσε την περυσινή θριαμβευτική του πορεία

Του ΓΙΩΡΓΟΥ
ΣΤΑΥΡΙΑΝΟΥΔΑΚΗ

Για δεύτερη συνεχόμενη χρονιά ο ΣΦΠΧ αναδείχθηκε πρωταθλητής Κρήτης στο βόλεϊ παιδων, έχοντας ακόμη καλύτερη παρουσία, αφού εκτός από το αήττητο, φέτος ολοκλήρωσε τη σεζόν χωρίς να χάσει ούτε σετ.

Η χανιώτικη ομάδα, στηριζόμενη και πάλι στον ίδιο βασικό κορμό, δεν συνάντησε δυσκολίες να πάρει την "κούπα" και έδωσε μεγαλύτερο βάρος να κρατήσει το μηδέν "παθητικό" στα σετ, κάτι που δεν είχε καταφέρει πέρυσι.

Δύο είναι τα χαρακτηριστικά στοιχεία για το σωματείο του νομού μας.

Το ένα έχει να κάνει με το γεγονός ότι η βασική ομάδα παιδων κατέκτησε, με μόλις μια προσθήκη αθλητή και το πρωτάθλημα των εφήβων (και στις δυο κατηγορίες, εφόσον δεν συμπέσουν οι ημερομηνίες, θα πάρει μέρος στα προκριματικά των αντίστοιχων πανελληνίων διοργανώσεων).

Το δεύτερο αξιοσημείωτο είναι ότι τα περισσότερα παιδιά συμπλήρωσαν 5 παγκρήτιους τίτλους τα τελευταία τέσσερα χρόνια, αφού εκτός από τους δυο φετινούς, πέρυσι πήραν ακόμη δυο (σε παιδιά και παμπαίκες), ενώ με τη φανέλα του



OAX κατέκτησαν τη σεζόν 2010-11 (οπότε ήταν η πρώτη χρονιά που "μαζεύτηκε η συγκεκριμένη φουρνιά") αυτόν των παμπαίδων.

Βέβαια ο προαναφερόμενος αριθμός ενδέχεται να αυξηθεί, αφού ο ΣΦΠΧ θα εκπροσωπηθεί και στην παγκρήτια διοργάνωση των "μικρών" (που

αρχίζει σήμερα), έχοντας στη σύνθεσή του και παίκτες της ομάδας παιδων.

Ακολουθεί μια σύντομη παρουσίαση των παικτών της

ομάδας και της πορείας μέχρι τον τίτλο, ενώ την άποψή τους και για τη διάκριση αυτή μας είπαν οι προπονητές τους -από τη χρονιά που ήταν παμπαίκες-

Δήμος Μπουρμπάκης, αλλά και ο άνθρωπος ο οποίος βρίσκεται κοντά σε αυτά τα παιδιά από το ξεκίνημά τους στον χώρο του βόλεϊ, ο Γιάννης Ξανθάκης.

ΔΗΜΟΣ ΜΠΟΥΡΜΠΑΚΗΣ

«Η αλήθεια είναι ότι είχαμε πολύ καλύτερη ομάδα και δεν δυσκολευτήκαμε να κατακτήσουμε τον τίτλο, παρά το γεγονός ότι σε γενικές γραμμές δεν πιάσαμε σπουδαία απόδοση. Σχεδόν από την αρχή της διοργάνωσης ο στόχος μας ήταν να μη χάσουμε κάποιο ματς και στην πορεία προστέθηκε να μην έχουμε ούτε απώλεια σετ, κάτι που λειτουργήσε ως κίνητρο ειδικά στους τελευταίους αγώνες.

Πιο δύσκολο θεωρώ το παιχνίδι της πρεμιέρας, στο Ρέθυμνο με το Αρκάδι, όχι τόσο από άποψη δυναμικότητας του αντιπάλου, όσο γιατί εμείς δεν είμαστε έτοιμοι, δεν είχε ακόμη μονταριστεί η ομάδα. Επίσης, στο εντός έδρας παιχνίδι με τη ΓΕΗ κινδυνεύσαμε να χάσουμε το 1ο σετ, αφού μετά το 18-12 χαλαρώσαμε και έτσι οι αντίπαλοι βρέθηκαν με σετ μπολ, αλλά τελικά καταφέραμε να το πάρουμε, έστω και με 27-25.

Σίγουρα η συγκεκριμένη ομάδα έχει ποιότητα και για τον λόγο αυτό ξεχωρίζει στα παγκρήτια πρωταθλήματα. Βρέθηκε μαζί μια πολύ καλή "φουρνιά" παικτών και παίζουν σχεδόν 5 χρόνια, με αποτέλεσμα να είναι πιο έτοιμοι και πιο έμπειροι ακόμη και από ομάδες με ηλικιακά μεγαλύτερους αθλητές.

Αυτό που θέλουμε για τη συνέχεια είναι να έχουμε μια καλή παρουσία στα προκριματικά του πανελληνίου πρωταθλήματος. Μακάρι να οριστεί πιο νωρίς η αντίστοιχη των εφήβων, ώστε να παίξουμε τρία δυνατά παιχνίδια και να προετοιμαστούμε καλύτερα, αλλά σε κάθε περίπτωση θα προσπαθήσουμε να μην έχουμε τυπική παρουσία στην πανελλήνια διοργάνωση, κάτι που νομίζω ότι μπορούμε να το κάνουμε.

Για τη νέα σεζόν, η ομάδα θα έχει δυο... απώλειες λόγω ηλικίας. Θα συνεχίσουν όλοι οι "97άρηδες" συν ακόμη 5-6 παιδιά πιο μικρής ηλικίας, που όμως θα είναι καλύτερα και πιο έμπειρα. Ξέρουμε ότι δεν γίνεται συνέχεια να βγάζεις μαζεμένα πολλά παιδιά που θα ξεχωρίζουν, όπως επίσης ότι δεν έχουν όλα την ίδια καλή εξέλιξη. Δεν μπορούμε λοιπόν να μιλάμε για συνεχόμενους τίτλους, κάποια στιγμή θα κάνουμε "κοιλιά" ή θα βρεθεί μια καλύτερη ομάδα από εμάς, όμως αυτό που έχει σημασία είναι να δουλεύουμε όσο καλύτερα γίνεται και να φέρνουμε όσα πιο πολλά μικρά παιδιά μπορούμε στον χώρο του βόλεϊ και του αθλητισμού, γενικότερα, κάτι που σίγουρα δεν είναι και πολύ εύκολο».



ΓΙΑΝΝΗΣ ΞΑΝΘΑΚΗΣ

«Οι διακρίσεις των τελευταίων χρόνων από τα συγκεκριμένα παιδιά είναι η φυσιολογική, πιστεύω, πορεία μιας πολύ καλής ομάδας, ο βασικός κορμός της οποίας άρχισε να παίζει βόλεϊ πριν περίπου 5 χρόνια, στους παμπαίκες του OAX και συνεχίζει, με μικρές προσθαφάσεις, μέχρι τώρα.

Όπως συνέβη και πέρυσι, πήραμε την 1η θέση χωρίς να συναντήσουμε αντίσταση και είναι ενδεικτικό της υπεροχής το γεγονός ότι οι ίδιοι παίκτες κατέκτησαν και το πρωτάθλημα των εφήβων.

Αυτό που περιμένουμε πλέον, είναι κάποια στιγμή να βοηθήσουν την ανδρική μας ομάδα, όσο μπορεί ο καθένας και αυτό βέβαια θα το καθορίσουν οι ίδιοι, ανάλογα τη διάθεση και την όρεξη που θα δείξουν. Πιστεύω ότι η φετινή πορεία του ΣΦΠΧ στην Α2 εθνική και η θετική κατάληξη που όλοι ευχόμαστε να έχει, θα παίξει σημαντικό ρόλο στο κομμάτι αυτό, γιατί όλα τα παιδιά αγαπούν το βόλεϊ, ενώ έχουν και ικανότητες. Αν και στο άθλημά μας υπάρχει πρόβλημα στο να "μαζέψεις" αγόρια, έχουμε καταφέρει να διατηρούμε μια, συγκριτικά, καλή ποιοτικά και ποσοτικά ακαδημία και εφόσον τα παιδιά δουλέψουν στις προπονήσεις, θα μπορεί η ομάδα και τα επόμενα χρόνια να έχει καλή παρουσία στις μικρές ηλικίες. Με την ευκαιρία, θέλω να συγχαρώ όλους τους παίκτες μας για τη νέα τους επιτυχία, όπως και τον προπονητή τους, τον Δήμο Μπουρμπάκη, αλλά και να ευχαριστήσω τον Νίκο Σπανουδάκη, για την πολύτιμη προσφορά του και στους μικρούς».





Γιώργος Σπανουδάκης

Ημερομηνία γεν:
26/9/1996
Θέση: Πασαδόρος



Σπύρος Σταφυλαράκης

Ημερομηνία γεν:
21/4/1997
Θέση: Κεντρικός



Γιώργος Μιχελάκης

Ημερομηνία γεν:
27/5/1997
Θέση: Ακραίος



Χρήστος Καστρινάκης

Ημερομηνία γεν:
16/7/1997
Θέση: Κεντρικός



Δημήτρης Χατζηδημητρίου

Ημερομηνία γεν:
9/8/1997
Θέση: Ακραίος



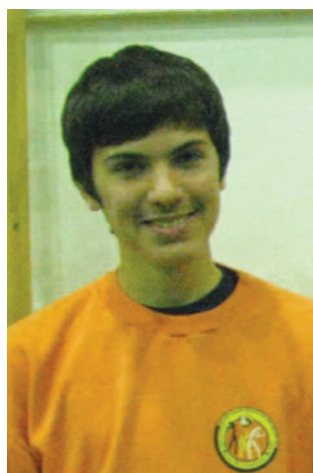
Γιάννης Σάμιος

Ημερομηνία γεν:
7/10/1997
Θέση: Διαγώνιος



Μανώλης Τζουβαδάκης

Ημερομηνία γεν:
8/9/1996
Θέση: Ακραίος



Μανώλης Ίτσιος

Ημερομηνία γεν:
12/12/1997
Θέση: Πασαδόρος



Νίκος Καστρινάκης

Ημερομηνία γεν:
20/7/2000
Θέση: Ακραίος



Θωμάς Μαρινάκης

Ημερομηνία γεν:
10/4/2000
Θέση: Ακραίος



Λυμπέρης Μαρινάκης

Ημερομηνία γεν:
29/7/1998
Θέση: Κεντρικός



Μανώλης Ψωματάκης

Ημερομηνία γεν:
10/1/1999
Θέση: Διαγώνιος

Η ΠΟΡΕΙΑ ΠΡΟΣ ΤΟΝ ΤΙΤΛΟ

Ίδιο ήταν το σύστημα διεξαγωγής και στο φετινό πρωτάθλημα. Πήραν μέρος 5 ομάδες, που έπαιξαν από 8 συνολικά παιχνίδια (σε δυο γύρους) και μετά την ολοκλήρωση της 10ης αγωνιστικής, η πρώτη της τελικής βαθμολογίας κατέκτησε τον τίτλο. Ο ΣΦΠΧ άρχισε τη σεζόν (23/11/2013) με νίκη... στα χαρτιά, αφού η ΓΕΙ παραιτήθηκε από τον αγώνα στα Χανιά, ενώ την επόμενη αγωνι-

στική έπαιξε (30/11) στο Ρέθυμνο και νίκησε εύκολα (αν εξαιρέσουμε το 3ο σετ) 3-0 το Αρκάδι και την 3η αγωνιστική (7/12) κέρδισε στο κλ. Χανίων με το ίδιο σκορ τη ΓΕΗ (που ήταν, θεωρητικά, ο πιο δύσκολος αντίπαλος και από την οποία κινδύνευσε να έχει απώλεια σετ, αφού στο 1ο βρέθηκε να χάνει 23-24). Ακολούθησε το ρεπό του και στο φινάλε του α' γύρου σημείωσε (11/1/2014) ακόμη μια νίκη, επί της

Άθλεσης, στο Ηράκλειο, με 3-0 σετ. Με νίκη 3-0 στην Ιεράπετρα άρχισε (18/1) τον β' γύρο και την 7η αγωνιστική (25/1) κερδίζοντας στο κλ. Χανίων το Αρκάδι με 3-0, του αρκούσε 1 σετ στο επόμενο ματς για να πάρει τον τίτλο. Πράγματι την 8η αγωνιστική (1/2) "σφράγισε" και μαθηματικά την κατάκτηση του τίτλου, παίρνοντας όμως ακόμη δυο βαθμούς στο Ηράκλειο, "κόντρα" στη ΓΕΗ, την 9η ήταν η σειρά

του να κάνει ρεπό και ολοκλήρωσε τις υποχρεώσεις του κερδίζοντας (22/2) στα Χανιά με 3-0 σετ την Άθλεση. Ετσι "έκλεισε" τη σεζόν αήττητος και χωρίς να χάσει ούτε σετ.

Τελική βαθμολογία (σε 8 αγώνες): ΣΦΠΧ 16 (24-0 σετ), ΓΕΗ 14 (18-10), ΓΕΙ 10 (9-16), Αρκάδι 10 (13-15), Άθλεση 8 (1-24). ΓΕΙ και Αρκάδι έχουν από ένα μηδενισμό.



Τη σεζόν 2010-11 ο ΟΑΧ αναδείχθηκε πρωταθλητής Κρήτης στους παρμαίδες αγωνιζόμενος με τους: Σπανουδάκη, Μιχελάκη, Σταροδούμπσεβ, Σφυρή, Καλαθάκη, Εμμ. Τζουβαδάκη, Μάλμο, Βακαλόπουλο, Χατζηδημητρίου, Σαμπρή, Σάμιο, Ίτσιο, Γ. Τζουβαδάκη, Κερανάκη, Στειακάκη.



Η 12άδα του ΣΦΠΧ που κατέκτησε τον περυσινό τίτλο (αήττητη, χάνοντας όμως 3 σετ), στην οποία μετείχαν και 5 αθλητές οι οποίοι δεν συνέχισαν φέτος και ήταν οι: Άγγελος Σφυρής (1997), Κώστας Παπαδάκης (1995), Βασίλης Μάλμος (1996), Γιάννης Σαμπρής (1996), Μανώλης Λίτσι (1995).



Επιμέλεια:
ΣΑΚΗΣ ΚΟΥΒΑΤΣΟΣ
info@herb.gr

Περικές 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 περιπτώσεις μία θεραπεία μπορεί να υποβοηθηθεί με τα κατάλληλα αφεψήματα που βελτιώνουν την κυκλοφορία του αίματος και αυξάνουν την απομάκρυνση τοξικών ουσιών.

Συνταγές με βότανα

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.

Δυσφορία

Η δυσφορία είναι συνήθως φυσικής, νευρικής ή οργανικής προέλευσης. Όταν η δυσφορία είναι δυνατή και επίμονη, θα πρέπει να καταφύγουμε στον γιατρό. Μικρονοχλήσεις και μικροδυσφορίες όμως μπορούν να εξαφανιστούν με το εξής αφέψημα που αποτελείται από φύλλα κράταιγου, άνθη λεβάντας, φύλλα μελισσόχορτου, υπέριχο και άνθη ζαμπούκου. Η αναλογία των βοτάνων είναι σε ίσα μέρη μεταξύ τους.

Προσθέτουμε ένα φλιτζάνι βραστό νερό σε μία κουταλιά μίγματος και το αφήνουμε σκεπασμένο για 10 λεπτά. Σουρώνουμε και πίνουμε πριν το γεύμα.

Πολύ καλά αποτελέσματα στην αντιμετώπιση αυτών των μικρονοχλήσεων έχουμε και όταν κάνουμε ποδόλουτρο ή λουτρό χεριών με το ακόλουθο μίγμα. Ανθέμις η κομψή (ρωμαϊκό χαμομήλι) 40% και φύλλα δενδρομολόχας 60%. Βάζουμε δύο λίτρα βραστό νερό σε δύο φούστες του μίγματος και το αφήνουμε σκεπασμένο για 5 λεπτά. Σουρώνουμε και προσθέτουμε κρύο νερό μέχρι η θερμοκρασία του να φτάσει τους 40 βαθμούς. Στα γεύματα να τρώτε λίγο. Συμπληρώστε το φαγητό σας με αμύγδαλα, σταφίδα, μαϊντανό και χυμό από μαύρα φραγκοστάφυλα.

Εγκαύματα

Σε περίπτωση εγκαύματος ζητούμε την βοήθεια γιατρού που θα εκτιμήσει τη βα-

ρύτητα του εγκαύματος και θα αρχίσει την θεραπευτική αγωγή. Το ακόλουθο μίγμα μπορεί να χρησιμοποιηθεί για τοπικές επαλείψεις. Αλχεμίλα 40%, φύλλα πλαντάγου 20%, σανίκουλα 20%, άνθη καλέντουλας 20%.

Βάζουμε 5 κουταλιές του μίγματος σε ένα λίτρο βραστό νερό και το αφήνουμε να κρυώσει. Στη συνέχεια κάνουμε τις τοπικές επαλείψεις στο έγκαυμα.

Ήπαρ και χοληδόχος κύστη

Διαταραχές από το ήπαρ και τη χοληδόχο κύστη δεν είναι πάντοτε συμπτώματα μιας ασθένειας, αλλά μάλλον ενδείξεις παροδικής δυσπεψίας ορισμένων τροφών, ιδιαίτερα όταν ο οργανισμός είναι εξασθενημένος. Ένα χρήσιμο και συνηθισμένο αφέψημα είναι το ακόλουθο. Φύλλα μπόλντου 30%, αγριμόνιο 30%, ράμνος φραγκούλα 20%, άκορος 20%. Βράζουμε μία κουταλιά της σούπας του μίγματος σε μισό λίτρο νερό για 10 λεπτά. Το αφέψημα διατηρείται για τουλάχιστον 48 ώρες και πρέπει να το πίνετε πριν και μετά τα γεύματα.

Σε περίπτωση ατονίας της χοληδόχου κύστεως, θα πρέπει για μία εβδομάδα να πίνετε το εξής αφέψημα. Ερυθραία το κενταύριο 20%, αρτεμισία η κοινή 20%, δυόσμος 20%, γλυκόριζα 30%, δενδρολίβανο 10%.

Ρίχνουμε ένα φλιτζάνι καυτό νερό σε ένα κουταλάκι του γλυκού του μίγματος. Το σκεπάζουμε για 10 λεπτά. Στη συνέχεια το σουρώνουμε και το πίνουμε με μικρές γουλιές. Αποφεύγουμε τα τηγανισμένα φαγητά, τα αυγά, τα ζυμαρικά και τη σοκολάτα. Να τρώτε φρυγανιές αντί ψωμί, λαχανικά και φρούτα. Το κρέας να το ψήνετε στη σάρα.



Κράταιγος - καρποί



Αγριμόνιο.

Ερεθισμός και κόυραση ματιών

Όλα τα φάρμακα από βότανα που προορίζονται για τα μάτια πρέπει να εφαρμόζονται σαν κομπρέσες πάνω σε κλειστά βλέφαρα. Η υπερβολική πίεση και θερμοκρασία πρέπει να αποφεύγονται. Το κατάπλασμα γίνεται με τα ακόλουθα βότανα. Ευφρασία 20%, κοπανισμένος μάραθος 20%, ερυθραία το κενταύριο 20%, σανίκουλο 20%, βερόνικα 20%. Προσθέτουμε ένα φλιτζάνι βραστό νερό σε μια κουταλιά του γλυκού του μίγματος. Το αφήνουμε σκεπασμένο για 10 λεπτά το σουρώνουμε και κάνουμε τις κομπρέσες. Κατά τη διατροφή αποφεύγουμε την πολλή ζάχαρη, τον καφέ και το κρέας. Κόβουμε τσιγάρο και οιονοπνευματούχα ποτά.

Νυκτερινοί ιδρώτες και νευρική εξάντληση

Για να αποφεύγουμε αυτές τις διαταραχές πίνουμε το εξής αφέψημα μετά τα γεύματα. Φύλλα φράουλας 20%, φύλλα καρυδιάς 30%, φύλλα τσουκνίδας 20%, φύλλα φασκόμπλου 30%.

Προσθέτουμε ένα φλιτζάνι βραστό νερό σε ένα κουταλάκι του γλυκού του μίγματος. Το αφήνουμε σκεπασμένο για 10 λεπτά, σουρώνουμε, το γλυκαίνουμε με μέλι και το πίνουμε.

Επίσης είναι ωφέλιμο να κάνετε ποδόλουτρο και λουτρό των χεριών με το εξής μίγμα. Φλοιός δρυός 20%, ρίζα τορμεντίλλας 20%, φύλλα ευκάλυπτου 20%, φύλλα αμαμπλίδας 20%, φύλλα καρυδιάς 20%.

Βράστε 5 κουταλιές της σούπας του μίγματος σε 2 λίτρα νερού για 5 λεπτά. Σουρώστε και προσθέστε ένα με δύο λίτρα κρύου νερού.



Ερυθραία
το κενταύριο



Δενδρομολόχα.



Καλέντουλα.

Υ.Σ.: Όλα τα προηγούμενα άρθρα της στήλης μπορούμε να τα βρούμε στη διεύθυνση www.herb.gr.

Επίσης αν κάποιος φίλος αναγνώστης γνωρίζει οποιαδήποτε θεραπευτική ιδιότητα βοτάνου του τόπου μας που δεν είναι ευρέως γνωστή ή έχει κάποιο ερώτημα μπορεί να το απευθύνει στην ηλεκτρονική διεύθυνση info@herb.gr