

# διαδρομές

ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΣ / ΤΕΧΝΕΣ / ΙΣΤΟΡΙΑ / ΒΙΒΛΙΑ / ΜΟΥΣΙΚΗ / ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ  
ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ ANNA ΝΤΟΥΝΤΟΥΝΑΚΗ



Αμπελιτσιά:  
Το συμβοληματικό  
δέντρο της Κρήτης





diadromes@haniotika-nea.gr

ΕΛΙΑ ΚΟΥΜΗ

## editorial



1 παραδοσιακές κρητικές κατσούνες έχουν επανέλθει στην επικαιρότητα τον τελευταίο καιρό, λόγω της έντονης παρουσίας τους στις κινητοποιήσεις των αγροτών στην Αθήνα.

Η πρώτη ύλη -παραδοσιακά- για την κατασκευή της κατσούνας προέρχεται από ένα ενδημικό δέντρο της Κρήτης, την αμπελιτσιά, στην οποία είναι αφιερωμένο το σημερινό τεύχος των "διαδρομών".

Πρόκειται για ένα ορεινό δέντρο συνδεδεμένο με την κρητική παράδοση, ένα μοναδικό κομμάτι της φυσικής μας κληρονομιάς που πλέον κινδυνεύει λόγω της υπερβόσκησης, της εμπορευματοποίησης και των φυσικών καταστροφών. Για τις προσπάθειες προστασίας της αμπελιτσιάς αλλά και των παραδόσεων που συνδέονται με αυτήν, μας μιλούν οι υπεύθυνοι των προγραμμάτων διάσωσης που υλοποιούνται από το Μεσογειακό Αγρονομικό Ινστιτούτο Χανίων.

## ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

σελ. 3 ~ Πολιτισμός



σελ. 4 - 6 ~ Αμπελιτσιά: Το εμβληματικό δέντρο της Κρήτης



σελ. 7 - 8 ~ Πολιτισμός - Μαγικές Εικόνες &amp; Σερφαρίσματα



σελ. 9 ~ Συνέντευξη με την Άννα Ντουντουνάκη

σελ. 10 ~ Παιδότοπος

σελ. 11 ~ Αφορμή &amp; Βιβλία



σελ. 12 ~ Υγεία &amp; Βότανα

No.504

## Φανταστικό μουσείο



Michelangelo Buonarroti, "Η Κυμαία η Περσική και η Λιβυκή Σίβυλλα" Σκηνές από τη διακόσμηση της οροφής της Capella Sistina, 1508-1512, Ρώμη.

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

Η Κυμαία Σίβυλλα έχει τα χαρακτηριστικά γερασμένης γυναίκας σε μια κατασκευη γεμάτη μύες. Κοιτάζει με δυσπιστία το διφορούμενο μαντικό κείμενο και όλο της το σώμα ενστικτωδώς απομακρύνεται απ' αυτό με αποστροφή.

Η Περσική Σίβυλλα είναι μια γερασμένη, καμπουριασμένη γυναίκα με παραμορφωμένα χέρια και πόδια. Προσπαθεί μάταια να αποκρυπτογραφήσει το κείμενο απ' το προφητικό βιβλίο που κρατά κοντά στα μυωπικά της μάτια.

Ο μανδύας της καλύπτει το ζαρωμένο της σώμα.

Τέλος η Λιβυκή Σίβυλλα αναπαρίσταται ως νέα γυναίκα όπως κι η Δελφική, αλλά σε αντίθεση με αυτή δεν είναι ψυχικά εκ-

στασιασμένη. Ο σκοπός της λοξής της τοποθέτησης δεν είναι τελείως ξεκάθαρος. Ερμηνεύεται ως απαιτούμενη κίνηση για να σκώσει το βιβλίο από το πεζούλι και να αρχίσει την προφητεία της αλλά κατά την άποψη του Βαζαρί η έχει τελειώσει το έργο της, κλείνει το βιβλίο και είναι έτοιμη να σκωθεί, μια πιο πειστική ερμηνεία.

Εχοντας εκπληρώσει το καθήκον της σκωνεται με μια έκφραση παραίτησης.

Είναι αξιοσημείωτο ότι ο Μιχαήλ-Αγγελος για τις σπουδές των σωμάτων των Σιβύλλων χρησιμοποίησε ανδρικά μοντέλα, γεγονός που αναδεικνύει την τάση του Μιχαήλ-Αγγέλου προς μια ανώτερη ιδεατή ομορφιά που συνδυάζει ταυτόχρονα την ομορφιά και των δύο φύλων.

13/3

Λεάνδρος

14/3

Βενέδικτος,

Βενεδίκτη,

Βενεδικτίνη,

Μαθίλντη

15/3

Αγάπιος

16/3

Χριστόδουλος

17/3

Γερτρούδη,

Αλέξιος,

Αλεξία

18/3

Εδουάρδος

διαδρομές

στο

internet



www.haniotika-nea.gr



ΕΠΕΤΕΙΑΚΗ ΕΚΔΗΛΩΣΗ

# Τιμάται η Επανάσταση του Θερίσου

Με την ευκαιρία της επετείου της Επανάστασης του Θερίσου, θα πραγματοποιηθεί εκδήλωση σήμερα Σάββατο στις 11 το πρωί, στο Θέρισο.



Βουλγαράκη, αντιπεριφερειάρχη Χανίων.

Στην εκδήλωση θα συμμετέχουν παιδιά των Δημοτικών Σχολείων του τ. Δήμου Θερίσου για να τιμήσουν την επέτειο και θα γίνει παρασημοφόρηση Επαναστατικής Σημαίας Ατσιόπουλου. Η εκδήλωση θα κλείσει με επίσκεψη στο Μουσείο Θερίσου.

ΣΤΟ ΚΑΦΕ "ΚΗΠΟΣ"

## Διάλεξη για τον Δημόσιο Χώρο

Διάλεξη με θέμα "Η έννοια Δημόσιος Χώρος στην Ευρωπαϊκή Λογοτεχνία και Κοινωνιολογία" θα πραγματοποιηθεί την Τετάρτη 16 Μαρτίου στις 8:30μ.μ. στο Ιστορικό Καφέ "Κήπος". Ομιλητής θα είναι ο Μανώλης Ντουρουτάκης, Κοινωνιολογία - Πανεπιστήμιο Paris 5 - René Descartes, Διοίκηση Επιχειρήσεων - Πανεπιστήμιο Paris 1 - Panthéon Sorbonne. Την εκδήλωση διοργανώνει ο Ελληνογαλλικός Σύλλογος Χανίων, στο πλαίσιο της εβδομάδας γαλλοφωνίας.

ΕΚΔΗΛΩΣΗ ΣΤΟ ΤΕΕ

## "Ο καιρός στη ζωή και στη λογοτεχνία"

Εκδήλωση με θέμα "Ο καιρός στη ζωή και στη λογοτεχνία" διοργανώνει η Εταιρεία Εθελοντικής Προσφοράς Εκπαιδευτικών και Φίλων "Πολυδράση" την Τετάρτη 16 Μαρτίου στις 7:30μ.μ., στο Τεχνικό Επιμελητήριο Χανίων, Νεάρχου και Γιαμπουδάκη.

Θα μιλήσουν οι:

Μανώλης Λέκκας, μετεωρολόγος, τέως διευθυντής της Ε.Μ.Υ., "Η επίδραση του καιρού στο περιβάλλον και στη διαμόρφωση του πολιτισμού. Μύθοι και πραγματικότητα" και Σ.Ν. Φιλίππιδης, ομότιμος καθηγητής Παν. Κρήτης "Η Ανοιξη στη νεοελληνική ποίηση. 1910-1980".

Θα τραγουδήσει η Ζωή Κολλάρου - Μαρκαντωνάκη, μουσικός.

Ποιήματα θα διαβάσει η Ντένια Καραβασιλειάδη, φιλόλογος.

ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΕΙΣ ΒΙΒΛΙΩΝ

## "Η φαμέγια" της Αντωνίας Ζεβόλη - Νταουντάκη

Το βιβλίο της δικηγόρου Αντωνίας Ζεβόλη - Νταουντάκη με τίτλο "Η φαμέγια" θα παρουσιαστεί την Τετάρτη 16 Μαρτίου και ώρα 7:30μ.μ. στην αίθουσα εκδηλώσεων του πολιτιστικού κέντρου της Ιεράς Μητρόπολης Κυδωνίας και Αποκορώνου, Αντωνίου Γιάνναρη 2. Το βιβλίο αναφέρεται στην ιστορία μίας γυναίκας, της γιαγιάς της, η οποία γεννήθηκε σε ένα φτωχό ορεινό χωριό του Σελίνου, αρχές του 20ού αιώνα και τελείωσε τη ζωή της στην Αθήνα, διανύοντας με τον δικό της τρόπο όλα τα ιστορικά, κοινωνικά και πολιτικά γεγονότα της πολυτάραχης εκείνης εποχής. Το βιβλίο παρουσιάζουν η Αρχόντισσα Παπαδερνού - Ναναδάκη, φιλόλογος, πρόεδρος της Ι.Λ.Α.Ε.Κ. και ο Σταμάτης Αποστολάκης, δάσκαλος - λογογράφος. Αποσπάσματα του βιβλίου θα διαβάσει η Ρόζα Μοτάκη, δικηγόρος.

Χαιρετισμούς θα απευθύνουν ο πρόεδρος του Δικηγορικού Συλλόγου Χανίων Ιωάννης Δασκαλάκης και ο πρόεδρος του Συλλόγου Επιστημόνων Σελίνου Λουκάς Μπασιάς.

Την εκδήλωση διοργανώνουν ο Δικηγορικός Σύλλογος Χανίων και ο Σύλλογος Επιστημόνων Σελίνου - σε συνεργασία με το βιβλιοπωλείο Πετράκη και τις Εκδόσεις Γαβριηλίδη.

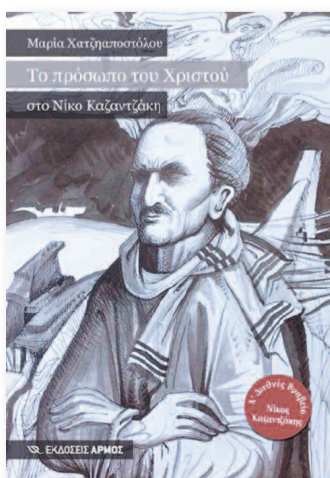


## "Το Πρόσωπο του Χριστού στον Νίκο Καζαντζάκη"

Το βιβλίο της θεολόγου Μαρίας Χατζηναποστόλου με τίτλο "Το Πρόσωπο του Χριστού στο Νίκο Καζαντζάκη" θα παρουσιαστεί την Παρασκευή 18 Μαρτίου και ώρα 8μ.μ. στο καφέ Κήπος, στον Δημοτικό Κήπο Χανίων.

Για το βιβλίο θα μιλήσουν ο δρ Κώστας Ζορμπάς, γενικός διευθυντής Ο.Α.Κ., ο Σήφης Μιχελογιάννης, υπεύθυνος τομέα Κρήτης ΔΕΦΝΚ, ο Χρυσόστομος Σταμούλης, καθηγητής Θεολογίας Α.Π.Θ., μουσικός και ο Γιάννης Σμαραγδής, σκηνοθέτης.

Την εκδήλωση διοργανώνουν η Ορθόδοξη Ακαδημία Κρήτης (Ο.Α.Κ.), η Διεθνής Εταιρεία Φίλων Νίκου Καζαντζάκη (ΔΕΦΝΚ) και οι εκδόσεις "Αρμός".



peugeot.gr

SERVICE  
**PEUGEOT  
ECOEXPERT**

**ΦΡΟΝΤΙΖΩ ΤΟ PEUGEOT ΜΟΥ  
ΜΟΝΟ ΣΤΟΥΣ ΕΙΔΙΚΟΥΣ!**

**PEUGEOT SERVICE ECOEXPERT**

**59€**

**ΜΕ ΔΩΡΟ  
ΤΗΝ ΟΔΙΚΗ ΒΟΗΘΕΙΑ ΓΙΑ ΕΝΑ ΕΤΟΣ**

**ΣΥΜΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΟΝΤΑΙ:**

- ΛΑΔΙΑ 10W40
- ΦΙΛΤΡΟ ΛΑΔΙΟΥ
- ΕΛΕΓΧΟΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ 15 ΣΗΜΕΙΩΝ
- ΕΛΕΓΧΟΣ - ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ ΤΕΧΝΙΚΩΝ ΑΝΑΒΑΘΜΙΣΕΩΝ

\*Η τιμή αφορά την τιμή ενοικίου ΤΣΠΑ 100000, εργασία και παρελθόντα. ΗΤΑ 23%. Το ειδικό Προσφορά ECOEXPERT δεν υποβάλλεται στη προπαραμεταποιημένη συντήρηση που Κατασκευαστής προοφέρνει σε αυτοκίνητα ηλικίας 5+ ετών και δεν υποβάλλεται με άλλες προσφορές και κινήσεις.

**Ι. ΜΥΛΩΝΑΚΗΣ ΑΕ**  
ΠΩΛΗΣΕΙΣ | SERVICE | ΑΝΤΑΛΛΑΚΤΙΚΑ  
4ο χλμ. Παλαιάς Ε.Ο. Χανίων - Καστελίου  
(Μακρής Τοίχος), Χανιά, Κρήτη  
Τηλ.: 2821023944 έως 2821023948  
[www.peugeot-mylonakis.gr](http://www.peugeot-mylonakis.gr)

**PEUGEOT  
PROFESSIONNEL**

Βρείτε μας στο **facebook**

[www.facebook.com/haniotika.nea](http://www.facebook.com/haniotika.nea)



ΔΗΜΗΤΡΗΣ  
ΜΑΡΙΔΑΚΗΣ

ΕΝΑΣ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΙΚΟΣ ΘΗΣΑΥΡΟΣ ΥΠΟ ΑΠΕΙΛΗ

# Αμπελιτσιιά: Το εμβληματικό δέντρο της Κρήτης



Αρτίβλαστα αμπελιτσιιάς (σπορόφυτα λίγων μηνών, στο φυτώριο Μ.Α.Ι.Χ.



Λεπτομέρεια του χαρακτηριστικού φλοιού του κορμού αμπελιτσιιάς.

**Μ** Κρήτη είναι γνωστή για τα ενδημικά βότανά της όπως τη μαλοτήρα και το δίκταμο. Αντίθετα ελάχιστοι -ακόμα και ντόπιοι- γνωρίζουν το μοναδικό ενδημικό δέντρο του νησιού. Ο λόγος για την περίφημη αμπελιτσιιά που έχει ταυτίσει το όνομά της με ένα προϊόν - σήμα κατατεθέν της Κρήτης, την παραδοσιακή κατσούνια.

Ένα δέντρο που αγαπά το ορεινό κλίμα των Λευκών Ορέων αλλά που δυστυχώς τα τελευταία χρόνια ο πληθυσμός του έχει μειωθεί με συνέπεια να έχει τεθεί υπό προστασία. Οι “διαδρομές” παρουσιάζουν σήμερα πτυχές του περιβαλλοντικού αυτού θησαυρού της Κρήτης αλλά και της τοπικής παράδοσης που είναι συνυφασμένη με το ξύλο της αμπελιτσιιάς.

από αυτά η αμπελιτσιιά και άλλα 5 “ξαδερφάκια” της). Στην Ευρώπη είναι ένας από τους δύο μόνο εκπροσώπους του γένους Zelkova - υπάρχει άλλο ένα συγγενές είδος στη Σικελία Ιταλίας. Επίσης, είναι ένα από τα περίπου 2.500 φυτικά είδη που θεωρούνται κινδυνεύοντα με εξαφάνιση με βάση τον Διεθνή Οργανισμό για τη Δια-

## ΣΠΑΝΙΑ ΚΑΙ ΜΟΝΑΔΙΚΗ

Από το 2014, το Μεσογειακό Αγρονομικό Ινστιτούτο Χανίων (Μ.Α.Ι.Χ.) συντονίζει σε όλη την Κρήτη ένα τριετές πρόγραμμα ειδικό για την αμπελιτσιιά, που υλοποιείται σε συνεργασία με τις Δ/σεις Δασών και τοπικούς φορείς.

Οι βιολόγοι Χριστίνα Φουρναράκη και Παναγιώτα Γώτσιου από τη Μονάδα Διατήρησης Μεσογειακών Φυτών (Μ.Α.Ι.Χ.) μίλησαν στις “διαδρομές” για τη σπουδαιότητα του προγράμματος καθώς η αμπελιτσιιά αποτελεί ένα σπάνιο και μοναδικό όπως τόνισαν είδος.

«Η αμπελιτσιιά δεν είναι δέντρο γνωστό σε πολλούς! Καθώς φύεται σε μεγάλα σχετικά υψόμετρα (από 800 έως και 1800μ.), μόνο λίγοι γνωρίζουν αυτό το δέντρο “από κοντά”, κυρίως βοσκοί. Παραδοσιακά, την εκτιμούσαν κυρίως για την ομορφιά και τη σκιά της (ψηλά δένδρα συνήθως υπάρχουν κοντά σε “μιτάτα”) και βέβαια για τη γνωστή ακόμη και σήμερα χρήση της στην κατασκευή του παραδοσιακού μπαστουνιού - κατσούνιας, κυρίως σε περιοχές της Δυτικής Κρήτης», σημείωσαν οι κυρίες Γώτσιου και Φουρναράκη και πρόσθεσαν ότι η σημαντικότητα της αμπελιτσιιάς έγκειται στο γεγονός ότι «είναι ένα μοναδικό κομμάτι της φυσικής μας κληρονομιάς που βρίσκεται μόνο στην Κρήτη και πουθενά αλλού στον κόσμο».

«Σε παγκόσμιο επίπεδο, ανήκει στο σπάνιο γένος Zelkova που έχει μόνο 6 είδη συνολικά με πολύ περιορισμένη γεωγραφική εξάπλωση (ένα



Η χαρακτηριστική πιο κοινά απαντούμενη θαμνώδης μορφή της αμπελιτσιιάς (λόγω βόσκησης).





Μετρήσεις για τις ανάγκες του έργου παρακολούθησης της ανάπτυξης της αμπελιτιάς στις πιλοτικές επιφάνειες.



Αμπελιτιές σε γλάστρες στο φυτώριο Μ.Α.Ι.Χ.

τήρηση της Φύσης (IUCN, 2012). Λόγω αυτής της σπανιότητάς της, περιλαμβάνεται και προστατεύεται από την ευρωπαϊκή και την εθνική νομοθεσία καθώς και από διεθνείς Συνθήκες όπως αυτή της Βέρνης».

Ενα ακόμα ξεχωριστό στοιχείο της αμπελιτιάς είναι η μακρά ιστορία της.

«Θα μπορούσε επίσης να είναι το εμβληματικό δέντρο της Κρήτης καθώς απαντάται σε όλους τους ορεινούς όγκους του νησιού σε μικρούς ή μεγάλους πληθυσμούς και είναι από τους πιο παλιούς "κατοίκους" του νησιού», σχολίασαν οι κυρίες Γώτσιου και Φουρναράκη και τόνισαν ότι έχουν εντοπιστεί απολιθώματα ηλικίας περίπου 8 εκατομμυρίων ετών από το πρόγονο (αρχέγονο) είδος της αμπελιτιάς στην περιοχή της Μακρυλιάς, στην ανατολική Κρήτη.

## «ΚΑΤΟΙΚΕΙ» ΣΤΑ ΟΡΕΙΝΑ

Η αμπελιτιά, σύμφωνα με τις επιστημονικές καταγραφές που υπάρχουν, φύτευται σε όλους τους ορεινούς όγκους της Κρήτης αλλά σχεδόν το 80% του συνολικού πληθυσμού του είδους εντοπίζεται στα Λευκά Όρη και κυρίως στις περιοχές: Ομαλό, Ποριά, Θέρισσο, Ζούρβα, οροπέδιο Νιάτου, Ιμβρο και Ελυγιά. Σε μικρότερους πληθυσμούς απαντάται στον Ψηλορείτη, τον Κέδρο, τη Δίκτη και τη Θρυπτή.

«Μέχρι πολύ πρόσφατα, δεν υπήρχαν στοιχεία για τα μεγέθη των πληθυσμών αμπελιτιάς στην Κρήτη - υπήρχαν μόνο αδρές εκτιμήσεις για την ύπαρξη μερικών εκατοντάδων ενήλικων δέντρων. Ομως, χάρη στην υλοποίηση δύο σημαντικών Ζετών εθνικών προγραμμάτων του

Υπουργείου Περιβάλλοντος που ολοκληρώθηκαν πρόσφατα (2013-2015), με χρηματοδότηση από εθνικούς πόρους και του ΕΣΠΑ 2007-2013, έγινε μια πρώτη συστηματική καταγραφή που επιτρέπει για μια πιο ακριβή εκτίμηση του μεγέθους των πληθυσμών του είδους: στην περιοχή των Λευκών Ορέων, εκτιμάται ότι υπάρχουν περίπου 16.000 δέντρα (ώριμα αναπαραγωγικά άτομα) και στο σύνολο της Κρήτης, περίπου 20.000 δέντρα. Ωστόσο, εκτιμάται ότι υπάρχουν πάνω από 300.000 άτομα αμπελιτιάς (ίσως και πολλά παραπάνω!) σε όλη την Κρήτη σε θαμνώδη μορφή, ύψους μέχρι 1,5μ., την πιο συνηθισμένη μορφή που συναντά κάποιος την αμπελιτιά στο βουνό! Αυτό συμβαίνει γιατί οι τρυφεροί βλαστοί της αμπελιτιάς βόσκονται έντονα την Άνοιξη και το Καλοκαίρι, όταν "ανεβαίνουν" τα κοπάδια ζώων στα ορεινά, και τα φυτά δεν προλαβαίνουν να αναπτυχθούν σε μορφή δέντρου. Επιπλέον, το είδος αναπαράγεται από φυσικού του πολύ εύκολα με παραβλαστήματα, σχηματίζοντας έτσι πυκνές συστάδες με φυτά σε θαμνώδη μορφή», επεσήμαναν οι κυρίες Γώτσιου και Φουρναράκη.

Ωστόσο -τόνισαν συνεχίζοντας- παρά τα παραπάνω μεγέθη πληθυσμών, οι μελέτες αξιολογούν, με βάση και τις υπάρχουσες και εκτιμώμενες απειλές, ότι η κατάσταση των φυσικών πληθυσμών είναι "μη ικανοποιητική-ανεπαρκής" και απαιτούνται κάποια διαχειριστικά μέτρα για να βελτιωθεί και να μην κινδυνέψει περαιτέρω το είδος.

## ΟΙ ΣΟΒΑΡΟΤΕΡΕΣ ΑΠΕΙΛΕΣ

Τι απειλεί όμως την αμπελιτιά; «Η αμπελιτιά



Ετήσια συνάντηση 2015 της ομάδας του έργου στο Μ.Α.Ι.Χ.

## Φυτεία αμπελιτιάς στον Ομαλό!

Λόγω του ότι η αμπελιτιά είναι προστατευόμενο είδος, το Μ.Α.Ι.Χ. έχει ξεκινήσει από το 2000 την προσπάθεια για τη λεγόμενη "εκτός τόπου" διατήρησή της, με τη συλλογή σπόρων από φυσικούς πληθυσμούς και τη φύλαξή τους στην τράπεζα σπόρων, καθώς και τη μελέτη για τις βέλτιστες συνθήκες που απαιτεί η φύτευσή τους.

Πρόσφατα, σε συνεργασία με το τμήμα Βιολογίας του Πανεπιστημίου Αθηνών και το Φορέα Διαχείρισης Λευκών Ορέων-Σαμαριάς, συμμετείχε στα δύο εθνικά προγράμματα για την "παρακολούθηση ειδών κοινοτικού ενδιαφέροντος" μεταξύ των οποίων και η αμπελιτιά.

Επίσης, από το 2014, το Μ.Α.Ι.Χ. συντονίζει σε όλη την Κρήτη ζετές πρόγραμμα ειδικό για την αμπελιτιά, που υλοποιείται σε συνεργασία με τις Διευθύνσεις Δασών και τοπικούς φορείς. Ειδικότερα στον Νομό Χανίων, το Μ.Α.Ι.Χ. συνεργάζεται στενά με τη Διεύθυνση Δασών και με τον Δήμο Πλατανιά, εκτάσεις του οποίου εντοπίζονται σε περιοχές κοντά στον Ομαλό, με φυσικούς πληθυσμούς αμπελιτιάς. Αυτό το πρόγραμμα έχει τίτλο "Επιτόπια και εκτός τόπου διατήρηση του είδους *Zelkova abelicea* στην Κρήτη, 2014-2016".

Η χρηματοδότηση είναι από το Πανεπιστήμιο του Φρίμπουργκ της Ελβετίας (Τμήμα Βιολογίας και Βοτανικός Κήπος), επιστήμονες του οποίου ειδικεύονται σε μελέτες για διάφορα φυτικά υπολειμματικά είδη σε όλο τον κόσμο, και επίσης, συμμετέχουν σε διεθνές πρόγραμμα του Botanic Gardens International (BGCI) για την προστασία και των υπολοίπων ειδών του γένους *Zelkova*. Φέτος είναι η τρίτη και τελευταία χρονιά υλοποίησης του παραπάνω έργου, αλλά είναι πολύ πιθανό να εγκριθεί και νέο τριετές πρόγραμμα - ως συνέχεια.

Οι κύριες δράσεις του έργου έχουν ως εξής:  
• Η "εντός τόπου" διατήρηση με συστηματική παρακολούθηση της ανάπτυξης της αμπελιτιάς και άλλων "ανταγωνιστικών" θαμνώδων και δεινυρώδων ειδών μέσα σε "πειραματικές" περιφράξεις επιλεγμένων μικρών εκτάσεων μέσης επιφάνειας 20 τ.μ. έκαστη. Μέχρι σήμερα, έχουν γίνει 15 τέτοιες επιφάνειες στα Λευκά Όρη, 4 στον Κέδρο και 6 στη Νότια Δίκτη.

• Η "εκτός τόπου" διατήρηση με τη συλλογή αγενούς και εγγενούς πολλαπλασιαστικού υλικού (παραφυάδων και σπόρων) από φυσικούς πληθυσμούς αμπελιτιάς στην Κρήτη. Μέρος της συλλογής σπόρων φυλάσσεται στην τράπεζα σπόρων του Μ.Α.Ι.Χ. για διατήρηση και μελέτες φύτευσης. Επίσης γίνεται πολλαπλασιασμός του είδους για μετέπειτα καλλιέργεια σε φυτώρια και φύτευση σε επιλεγμένες εκτάσεις κοντά σε φυσικούς πληθυσμούς. Προβλέπεται ότι τα φυτά που θα προέλθουν είτε από σπόρους είτε από μο-

σεύματα, θα είναι διαθέσιμα στις αντίστοιχες Δ/νσεις Δασών από περιοχές από τις οποίες προέρχεται το γενετικό υλικό και οι οποίες διαθέτουν την ανάλογη υποδομή (φυτώρια).

• Ιδιαίτερο ενδιαφέρον έχει ότι στο πλαίσιο αυτής της ομάδας δράσεων, ο Δήμος Πλατανιά παραχώρησε δημοτική έκταση περίπου 4 στρεμμάτων στο οροπέδιο Ομαλού, για τη δημιουργία φυτείας αμπελιτιάς.

«Έχει ήδη γίνει η περίφραξη και στις αρχές της άνοιξης φέτος, προβλέπεται η πρώτη μεταφύτευση φυταρίων προερχόμενων από γειτονικούς φυσικούς πληθυσμούς αμπελιτιάς με έξοδα του προγράμματος.

Στη συνέχεια, η συντήρηση και αξιοποίηση της καλλιέργειας θα είναι στην ευθύνη του Δήμου Πλατανιά. Ο χώρος αυτός θα μπορεί να είναι επισκέψιμος για το κοινό, για περιβαλλοντική εκπαίδευση, αλλά και αργότερα, όταν αναπτυχθούν τα φυτά, θα μπορεί να γίνεται ελεγχόμενη χρήση της ξυλείας για την κατασκευή "κατσούνας" πιστοποιημένης προέλευσης για αποφυγή χρήσης από κινδυνεύοντες φυσικούς πληθυσμούς», εξήγησαν σχετικά οι κυρίες Γώτσιου και Φουρναράκη.

• Τέλος, προβλέπονται δράσεις ευαισθητοποίησης και ενημέρωσης μέσα από τη διανομή ενημερωτικών εντύπων, δημοσιευμάτων, εκδηλώσεων εκδηλώσεις, ανακοινώσεων σε συνέδρια, κ.λπ. Στο πλαίσιο αυτό θα διοργανωθεί φέτος και μια ενημερωτική ημερίδα στο Μ.Α.Ι.Χ. για την παρουσίαση των αποτελεσμάτων του έργου και την ευαισθητοποίηση όλων των αρμόδιων φορέων, τοπικής αυτοδιοίκησης και πολιτών από όλη την Κρήτη.

Να σημειώσουμε ότι στην επιστημονική ομάδα παρακολούθησης του προγράμματος συμμετέχουν επιστήμονες του Μ.Α.Ι.Χ., των Δ/νσεων Δασών Κρήτης, του τμήματος Βιολογίας του Εθνικού Καποδιστριακού Παν/μιου Αθηνών (καθηγ. Κ. Θάνος), του Πανεπιστημίου του Φρίμπουργκ Ελβετίας, του Botanic Gardens Conservation International (BGCI) και του National Research Council (CNR) - Institute of Plant Genetics, Palermo.

Ο συνολικός προϋπολογισμός του προγράμματος ανέρχεται σε 120.000 ευρώ για τρία χρόνια, ενώ περίπου τα μισά χρήματα προβλέπονται για τις Δ/νσεις Δασών και την υλοποίηση των έργων περίφραξης των πειραματικών επιφανειών προς παρακολούθηση και τα άλλα μισά στο Μ.Α.Ι.Χ. για υλοποίηση και συντονισμό όλων των δράσεων.

Σε κάθε περίπτωση, επεσήμαναν καταλήγοντας οι κυρίες Γώτσιου και Φουρναράκη, είναι ανάγκη ο κόσμος και οι τοπικοί φορείς να γνωρίσουν αυτό το μοναδικό δέντρο και να καταλάβουν τη σπανιότητά και το ιστορικό "βάρος" εκατομμυρίων ετών που φέρει. «Μετά -σημείωσαν- θα είναι πιο εύκολο να γίνει συνείδηση η ανάγκη προστασίας του και διατήρησής του για τις επόμενες γενιές!».





Πιλοτική επιφάνεια αμπελιτσιάς στον Ξηροπόταμο Ομαλού Χανίων (Λευκά Ορη).



Εντυπωσιακός πληθυσμός αμπελιτσιάς στη θέση Πρωτολιτσά (1600μ. υψόμετρο!) κοντά στην Κάτω Σύμη Ηρακλείου (Νότια Δίκτη).



Η δρ βιολόγος Χριστίνα Φουρνάρη από το Μ.Α.Ι.Χ. που συμμετέχει στην επιστημονική ομάδα για την προστασία και ανάπτυξη της αμπελιτσιάς.



Η τοπική κοινωνία και οι φορείς γνωρίζοντας τη μοναδικότητα της αμπελιτσιάς θα μπορέσουν να συνεισφέρουν σημαντικά στη διάσωση του ξεχωριστού αυτού δέντρου, επεσήμανε, μεταξύ άλλων, η βιολόγος του Μ.Α.Ι.Χ. Παναγιώτα Γώτσιου.

έχει από φυσικού της πρόβλημα με την εγγενή αναπαραγωγή: συνήθως τα όποια μεγάλα δένδρα υπάρχουν, δεν παράγουν σπόρους κάθε χρονιά, υπάρχει ένας κύκλος 3-4 χρόνων. Αλλά και όταν υπάρχουν, λίγοι σπόροι του είδους βλαστίζουν και ακόμη πιο λίγα αρτίβλαστα μεγαλώνουν λόγω του συνδυασμού του αργού ρυθμού ανάπτυξής τους και της βόσκησης», σημείωσαν οι ερευνήτριες του Μ.Α.Ι.Χ. και διευκρίνισαν: «Η υπερβόσκηση εμποδίζει την ανάπτυξη των θαμνοειδών μορφών σε δένδρα. Αντίθετα μια βόσκηση πιο ήπιας έντασης σε κάποιες περιπτώσεις (π.χ. μόνο των περιφερειακών κλαδιών ενός θάμνου αμπελιτσιάς), μπορεί και να ευνοήσει την ανάπτυξη κεντρικών βλαστών προς την ανάπτυξη της δενδρωειδούς μορφής της αμπελιτσιάς, όπως άλλωστε κάτι ανάλογο συμβαίνει και με άλλα είδη, όπως σφενδάμια και πρίνους! Επίσης, βλαστοί των δένδρων χρησιμοποιούνται για την κατασκευή των παραδοσιακών μπαστουινιών (κατσούνες) και η εμπνευσμένη ζήτηση από τους τουρίστες, μπορεί να γίνει ιδιαίτερα απειλητική για ορισμένους φυσικούς πληθυσμούς του είδους. Και βέβαια σημαντικές απειλές που δεν πρέπει να υποτιμούμε είναι οι πυρκαγιές και η ξηρασία».

## Διασώζοντας την αμπελιτσιά και τις παραδόσεις



Η δασάρχης Χανίων Πολύμνια Σκλαβάκη τόνισε ότι στόχος των προσπαθειών είναι να διασωθεί η αμπελιτσιά αλλά και οι παραδόσεις που συνδέονται με αυτή.

Στο πλαίσιο των προσπαθειών που γίνονται για την προστασία και ανάπτυξη της αμπελιτσιάς, η Διεύθυνση Δασών Χανίων αφιέρωσε το ημερολόγιο που εξέδωσε για το 2016 στο μοναδικό ενδημικό δέντρο της Κρήτης. Ενα ημερολόγιο στο οποίο γίνεται ειδική αναφορά στον αείμνηστο καθηγητή Σπύρο Ντάφη που με ακάματο ενδιαφέρον για το σπάνιο αυτό εμβληματικό δέντρο της Κρήτης δραστηριοποιήθηκε έως το τέλος της ζωής του για την προστασία του με επιτόπιες επισκέψεις στον Ομαλό.

«Η έκδοση είναι αφιερωμένη στην αμπελιτσιά, αφενός γιατί θέλαμε να προβάλλουμε αυτό το είδος και αφετέρου για να τιμήσουμε τη μνήμη ενός μεγάλου απόντα, του καθηγητή μας Σπύρου Ντάφη», δήλωσε στις «διαδρομές» εμφανώς συγκινημένη η δασάρχης Χανίων Πολύμνια Σκλαβάκη και πρόσθεσε ότι ο Σπύρος Ντάφης υπήρξε ένας πρωτοπόρος της ελληνικής Δασοπονίας, μια εμβληματική μορφή ερευνητή και πάνω από όλα ένας εξαιρετικός δάσκαλος και άνθρωπος.

«Είχε ασχοληθεί ιδιαίτερα με την αμπελιτσιά και δεν έπαψε ποτέ να έχει επαφή με τους φοιτητές του και όλους τους «μάχιμους» δασολόγους μέχρι το τέλος της ζωής του. Είναι χαρακτηριστικό ότι πριν από 3 χρόνια, σε βαθύ πια γήρας, επισκέφθηκε τα Χανιά και πήγαμε μαζί στον Ομαλό. Είδε τις συστάδες της αμπελιτσιάς και μου μίλησε για το όραμά του να προστατευτεί το σπάνιο αυτό είδος αλλά και να διασωθεί συγχρόνως η πρακτική που είναι συνυφασμένη με την αμπελιτσιά. Η πρακτική κατασκευής της κρητικής κατσούνας», ανέφερε η κα Σκλαβάκη.

Πρόσθεσε δε ότι η πρόταση που πρόκειται να υλοποιηθεί στο πλαίσιο του προγράμματος που «τρέχει» το Μ.Α.Ι.Χ. σε συνεργασία με το Δασαρχείο και άλλους φορείς, για τη δημιουργία μιας φυτείας αμπελιτσιάς στην περιοχή του Ομαλού όπου θα καλλιεργείται αμπελιτσιά και θα διατίθεται για την κατασκευή κατσούνων, έβρισκε απόλυτα σύμφωνο τον Σπ. Ντάφη.

## Η τέχνη της κατσούνας

Το ξύλο της αμπελιτσιάς είναι συνυφασμένο με την παραδοσιακή πρακτική - κατασκευή της κρητικής κατσούνας. Μια παράδοση που κρατάει από παλιά και που πρόσφατα, μετά τις κινητοποιήσεις των αγροτών στην Αθήνα, ήρθε ξανά στο προσκήνιο.

Ο Γιάννης Κατάκης ή Κάτης από την Κάντανο, τον οποίο συναντήσαμε στο καφενείο που διατηρεί στο χωριό, είναι ένας από τους νεότερους συνεχιστές της παράδοσης της κατσούνας.

Όπως τόνισε, μιλώντας στις «διαδρομές», ξεκίνησε να κατασκευάζει κατσούνες πριν από περίπου 15 χρόνια αφού ως κτηνοτρόφος, η κατσούνα αποτελεί γι' αυτόν ένα εργαλείο δουλειάς. Λίγο μετά άρχισε να κατασκευάζει κατσούνες για φίλους, ενώ πλέον πουλάει κατσούνες συμπληρώνοντας με αυτό τον τρόπο το οικογενειακό εισόδημα.

«Τα ξύλα που κάνουν γι' αυτή τη δουλειά είναι διάφορα», σημείωσε απαντώντας σε σχετική ερώτησή μας: «Παλαιότερα χρησιμοποιούνταν κυρίως αμπελιτσιά. Τα μαγαζιά στα Χανιά μπορεί να πουλούσαν ακόμα και 5000 κομμάτια τον χρόνο. Αργότερα όμως απαγορεύτηκε η χρήση της. Ετσι πλέον χρησιμοποιείται η μαύρη μουρνιά -την οποία δουλεύω περισσότερο από όλα-, ένα άλλο δέντρο που το λέμε «λότο» και μοιάζει με αγριοκερασιά και βέβαια το πριναρί που είναι το καλύτερο από όλα αλλά δύσκολο να δουλευτεί».

Τι χαρακτηριστικά όμως πρέπει να έχουν τα ξύλα για να γίνουν κατσούνες; «Τα ξύλα αυτά χρειάζεται αφενός να γυρίζουν σχετικά εύκολα και αφετέρου να μην σπάνε. Η αμπελιτσιά για παράδειγμα είναι συμπαγές και στιβαρό ξύλο αλλά συγχρόνως γυρίζει εύκολα, είναι σαν το λάστιχο. Γι' αυτό είναι καλό», υπογράμμισε.

### ΔΥΣΚΟΛΙΕΣ ΚΑΙ ΜΥΣΤΙΚΑ

Μιλώντας για τη διαδικασία της κατασκευής μιας κατσούνας ο Γιάννης ανέφερε ότι χρειάζεται να προσεχθούν αρκετά σημεία για να είναι καλό το τελικό αποτέλεσμα: «Το πρώτο σημαντικό πράγμα είναι να κόψεις το ξύλο στη λίσση του φεγγαριού. «Στη γέμωση κόβει καρπό, στη λίσση το ξύλο και στον καιρό τον δύσκολο ψάξε να βρεις τον φίλο» λέγαν οι παλιοί. Αυτό, λοιπόν, είναι νόμος. Και το λέω από την πείρα μου. Θυμάμαι όταν άρχισα να φτιάχνω κατσούνες, από τη βιασύνη μου έκοβα κάποια ξύλα στη γέμωση του φεγγαριού και μετά τα έβλεπα να γεμίζουν τρύπες».

Τα ξύλα που θα κοπούν θα μείνουν κάποιες ημέρες -ανάλογα με το ξύλο και την εποχή- χωρίς να δουλευτούν για να φύγουν οι πολλοί χυμοί. Η διαδικασία



Ο Γιάννης Κατάκης ή Κάτης από τους νεότερους κατασκευαστές κρητικής κατσούνας μίλησε στις «διαδρομές» για τα μυστικά μιας τέχνης παλιάς και ιδιαίτερης αλλά και τον κόσμο που ζητά κατσούνες ως ενθύμιο από την Κρήτη.

αυτή το καλοκαίρι χρειάζεται λιγότερο χρόνο, ενώ τον χειμώνα μπορεί να απαιτηθεί ακόμα κι ένας μήνας.

«Μετά ανάβω φωτιά και αφού γίνουν κάρβουνα - ανθρακοβόλι, βάζω πάνω το ξύλο χωρίς να το ξεφλουδίσω για να μην καεί. Η φωτιά δίνει στο ξύλο μια ελαστικότητα αλλά χρειάζεται εμπειρία για να ξέρεις πότε θα τραβήξεις το ξύλο από τη φωτιά. Όταν γίνει αυτό, χρησιμοποιώ κάποια καλούπια, το γυρίζω με τα χέρια και μετά το δένω. Αυτή η φάση της διαδικασίας δεν είναι καμία σπουδαία τέχνη, αλλά αν το κάνει κάποιος που δεν ξέρει, θα το σπάσει το ξύλο», επεσήμανε ο Γιάννης και συμπλήρωσε ότι στο τελικό στάδιο πρέπει το ξύλο να «ζυγιαστεί», να ισιώσει και να ψηθεί με καμινέτο για να παραμείνει ίσιο.

Τον ρωτήσαμε πώς κοστολογεί τη δουλειά του: «Από τον χρόνο της κάθε κατσούνας κανονίζω και την τιμή της. Αν μια κατσούνα μου φάει ένα μεροκάματο τόσο θα τη δώσω. Ωστόσο, πρέπει να ξέρει κανείς ότι από τα 10 ξύλα που θα κοπούν τα 5 θα γίνουν κατσούνες. Τα άλλα θα σπάσουν».

Ο ίδιος μιλάει πάντως με σιγουριά για το αποτέλεσμα της δουλειάς του. Μια

κατσούνα δικής του κατασκευής, όπως λέει, είναι εγγυημένο ότι θα ζήσει για πολλά πολλά χρόνια: «Ανάλογα βέβαια και τη χρήση. Αν την πάρεις για βόλτες στο δάσος δεν θα σου χαλάσει ποτέ. Αρκεί να μην την αφήνεις έξω να γραίνεται. Αν δεν την προσέξεις, τότε το ξύλο θα στραβώσει, ότι ξύλο κι αν είναι».

Ποιοι όμως είναι οι αγοραστές της κατσούνας; «Δουλεύω πολύ με κτηνοτρόφους που τη χρησιμοποιούν στη δουλειά τους. Μου παραγγέλνουν από όλο τον νομό. Από εκεί και πέρα υπάρχουν οι τουρίστες αλλά και Έλληνες από όλη την Ελλάδα στους οποίους στέλνω παραγγελίες με το ταχυδρομείο!», σημείωσε ο Γιάννης, που είδε τη ζήτηση να αυξάνεται μετά τις πρόσφατες κινητοποιήσεις των αγροτών στην Αθήνα και τη δημοσιότητα που πήρε το παραδοσιακό εργαλείο των κτηνοτρόφων. «Εγινε πραγματικά πολύς λόγος και δέχθηκα πολλά τηλεφωνήματα και πολλές παραγγελίες. Οι πιο πολλοί πάντως δεν θέλουν να τη χρησιμοποιήσουν ως εργαλείο αλλά να τη βάλουν πάνω από το γραφείο τους για να τους θυμίζει την Κρήτη», σχολίασε.



ΣΤΑ ΧΑΝΙΑ

# Αποκριάτικες εκδηλώσεις για μικρούς και μεγάλους

Συνεχίζονται οι εκδηλώσεις για τις Απόκριες και την Καθαρά Δευτέρα που έχει ετοιμάσει ο Δήμος Χανίων, δίνοντας την ευκαιρία στους δημότες όλων των ηλικιών να διασκεδάσουν, ξεφεύγοντας από τους ρυθμούς της καθημερινότητας.

Το αναλυτικό πρόγραμμα έχει ως εξής:

Σήμερα Σάββατο, ώρα: 11.30π.μ.: Μουσική γιορτή με DJ και αποκριάτικα δρώμενα για μικρά παιδιά με τον κλόουν Ζιν - Ζιν και Φιστίκι, στον πεζόδρομο της οδού Μουσουρών.

Στις 4μ.μ.: Αποκριάτικο δρώμενο στο Γενικό Νοσοκομείο Χανίων - Παιδιατρική Κλινική για τα παιδιά, που νοσηλεύονται και δεν μπορούν να συμμετάσχουν στις εκδηλώσεις της Αποκριάς, με τον Κλόουν - γιατρό.

Αύριο Κυριακή: Το παιχνίδι - θεσμός της Αποκριάς, το "Μεγάλο Κυνήγι του Θησαυρού 2016".

Στις 6 μ.μ.: Πάρτι για μικρούς μασκαράδες με δωρεάν κεράσματα και πολλές εκπλήξεις:

- Χώρος εκδηλώσεων Δ.Ε. Ελ. Βενιζέλου (Κτήριο Δ.Ε.Υ.Α.Χ.) "Πάρτι - πάρτι ζωηρό άκρω εορταστικό".

- Πρώην Δημαρχείο Ακρωτηρίου "Απόκριες στο σχολείο των Μάγων".

- Κλειστό Γυμναστήριο Κλαδισού "Το Λούνα Παρκ της Γιορτής και της χαράς".

## ΣΤΟ Κ.Δ.ΑΠ. ΠΑΛΙΑΣ ΠΟΛΗΣ

Επίσης, το Κέντρο Δημιουργικής Απασχόλησης Παιδιών Παλιάς Πόλης (Κ.Δ.ΑΠ.) διοργανώνει για τους μικρούς του φίλους αποκριά-

τικη γιορτή, σήμερα Σάββατο και ώρα 12μ. Οι μικροί μας φίλοι θα διασκεδάσουν με: μουσική - χορό, εκπαιδευτικές - ψυχαγωγικές δραστηριότητες, αποκριάτικες κατασκευές και ζωγραφική προσώπου, με την εθελοντική συμμετοχή της νηπιαγωγού, Δανάης Βαρδάκη, και της βρεφονηπιοκόμου, Ειρήνης Καντεράκη.



## Εορτασμός της Καθαρής Δευτέρας

Την Καθαρά Δευτέρα στις 11π.μ., ο Δήμος Χανίων διοργανώνει εορταστική εκδήλωση για τα Κούλουμα στο άλσος των Αγίων Αποστόλων με το μουσικό σχήμα "Οκτάβα", παραδοσιακά κεράσματα, ξυλοπόδαρους για τα παιδιά, αναβίωση παραδοσιακών παιχνιδιών και κατασκευή χαρταετών από τους Προσκόπους Χανίων.

## ΣΤΟΝ ΔΗΜΟ ΠΛΑΤΑΝΙΑ

Με γιορτινή διάθεση ο Πολιτιστικός Σύλλογος

Κοντομαρί και ο Δήμος Πλατανιά διοργανώνουν εκδήλωση για τον εορτασμό της Καθαρής Δευτέρας στην παραλία του Πύργου Ψηλονέρου.

Η γιορτή απευθύνεται σε μικρούς και μεγάλους και θα ξεκινήσει στις 11 το πρωί, με παραδοσιακή μουσική, χορό και σαρακοσιανά εδέσματα.

Επίσης, ο Πολιτιστικός Σύλλογος Πλατανιά οργανώνει εκδήλωση στην αυλή του νηπιαγωγείου (παλιό δημοτικό), με ζωντανή μουσική, παραδοσιακά-νποτίσιμα εδέσματα και κύριο πιάτο τη

φασολάδα! Στην εκδήλωση μπορεί ο καθένας να φέρει και τα δικά του φαγητά, μιας και τα τραπέζια θα είναι στρωμένα από νωρίς.

Πλεονέκτημα της εκδήλωσης είναι και ο άπλετος - ελεύθερος ηλεκτροφόρων καλωδίων χώρος του παλιού γηπέδου Πλατανιά που βρίσκεται δίπλα, που θα επιτρέψει και το πέταγμα των χαρταετών, με φόντο μάλιστα το απέραντο γαλάζιο της θάλασσας. Αντίστοιχη εκδήλωση θα πραγματοποιηθεί και στον Σκινέ.

Η είσοδος και στις δύο εκδηλώσεις θα είναι ελεύθερη.

ΣΤΟ ΝΕΩΡΙΟ ΜΟΡΟ (Ι.Ο.Χ.)

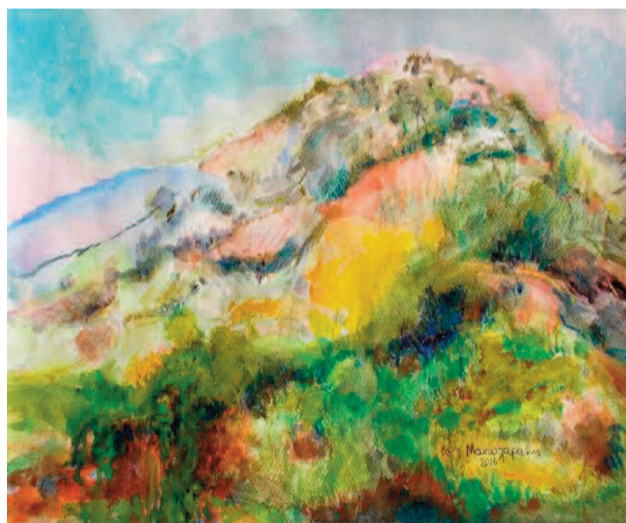
## Εικαστικά αποτυπώματα

Σειρά εκθέσεων και παράλληλων δράσεων θα παρουσιάσουν εικαστικοί στον Ιστοιολογικό Όμιλο Χανίων, Νεώριο Μόρο.

Όπως αναφέρεται στο σχετικό δελτίο Τύπου του Ιστοιολογικού Ομίλου Χανίων, «η ανάγκη τους να βρίσκονται και να συζητούν, μέσα σε ένα εικαστικό πλαίσιο, γέννησε και τη φυσική ανάγκη να εκθέσουν, να επικοινωνήσουν δηλαδή παραέξω από την εικαστική τους παρέα, τα δικά τους μηνύματα.

Μοιράστηκαν από μόνοι τους σε ομάδες τριών και τεσσάρων δημιουργών, ανάλογα με την εικαστική τους χημεία και από τις 22 Μαρτίου που θα πραγματοποιηθούν τα εγκαίνια της πρώτης έκθεσης, μέχρι και τα μέσα Ιουλίου 2016, θα αφήνουν στον χώρο του Νεωρίου Μόρο, του Ιστοιολογικού Ομίλου Χανίων, τα δικά τους εικαστικά αποτυπώματα».

Πιο συγκεκριμένα, 22 με 31 Μαρτίου θα εκθέσουν οι εικαστικοί Αλεξάκης Στέλιος, Μανωλαράκη Ελένη και Τσεμπελή Κατερίνα. Με τα λόγια των ιδίων, «ο Στέλιος Αλεξάκης θα παρουσιάσει τη σειρά έργων manga, που εκτέθηκε στο Τόκιο το 2010 και έχουν τυπωθεί σε μίνι κόμικ. Είναι εμπνευσμένα από τη σύγχρονη πολιτική και κοινωνική επικαι-



ρότητα, ενώ είναι εξίσου αποκαλυπτικά, όσο και κρυπτικά. Η Ελένη Μανωλαράκη μέσα από τη δουλειά της επανεκτιμά τη Φύση ως τη μόνη αστείρευτη πηγή έμπνευσης, παρατηρεί τη δυτική θεώρηση της Ζωής να έχει οδηγηθεί μάλλον σε αδιέξοδο και επιχειρεί να πιάσει το νήμα από την αρχή. Η Κατερίνα Τσεμπελή μάς θέτει σαν θέμα τη θηλυκή παρουσία, με εν δυνάμει πρωταγωνίστριες ιστοριών που ξέρουμε ή που δεν έχουν ακόμα ειπωθεί και/ή συμβεί. Δεσμευμένες ή Ελεύθερες δανείζουν τη μορφή τους».

Θα ακολουθήσουν, από 4 έως

13 Απριλίου οι εικαστικοί Ξενάκης Πέτρος, Περράκη Αγγαίρα και Ξενάκη Μαρία-Σοφία. 18 έως 27 Απριλίου οι Βολακάκη Ευαγγελία, Δασκαλάκης Κωστής, Αμπελικάκη Αυγή και Αμπελικάκη Κωνσταντίνα. 9 έως 18 Μαΐου θα εκθέσουν οι Μποβιάτσου Λαμπρινή, Σκυλουράκη Μιράντα και Χιωτάκη Αλίκη. 6 έως 15 Ιουνίου οι Πετσούρα Σύλβια, Ξενάκη Παγόνα και Είγια Ελληνα. 20 με 29 Ιουνίου οι Πετράκη Αναστασία, Μπραουδάκη Ρένα και Κουκουράκη Χριστίνα. 4 έως 13 Ιουλίου θα εκθέσουν οι Γιατρουδάκη Πόπη, Χατζηδάκη Πέπη και Μαρινάκη Ελένη.

ΑΠΟ ΤΟΝ ΣΥΛΛΟΓΟ "ΙΡΙΣ"

## Εκθεση εικαστικής δημιουργίας

Συνεχίζεται μέχρι και την Τετάρτη 16 Μαρτίου 2016 στον Ιστοιολογικό Όμιλο Χανίων (Νεώριο Μόρο), η Εκθεση εικαστικής δημιουργίας με τίτλο Γυναίκων Ιριδίσματα 2016 που διοργανώθηκε από τον Σύλλογο Γυναίκων Καλλιτεχνών Χανίων "ΙΡΙΣ" και τον ΙΟΧ, με έργα των Μελών του Συλλόγου. Στην Εκθεση που πραγματοποιείται με αφορμή τον Παγκόσμιο Εορτασμό της Ημέρας της Γυναίκας και τελεί υπό την αιγίδα του Διαπολιτισμικού Ευρωμεσογειακού Κέντρου UNESCO, παίρνουν μέρος οι καλλιτέχνιδες:

Ζωγραφική: Αντωνάκη Κατερίνα (ζωγραφική σε πέτρα), Γλαμπεδάκη Χρυσούλα, Καπνισάκη Αντιγόνη, Καρβούνη Αγάθη, Μανουσάκη Ευαγγελία, Μανωλάκη Νεκταρία, Μπακούση Γεωργία, Μπερτάκη Χρύσα, Μποντούρι Βαλεντίνα, Πιακή Αγγέλα (ζωγραφική σε μετάξι), Πολυχρονάκη Αντωνία, Φωτάκη Εφη, Φραγκεδάκη Ελενα (ζωγραφική - κολλάζ), Χαραλαμπίκη Εύα, Χατζιδάκη Ευαγγελία.  
Φωτογραφία: Καλαϊτζάκη Ρούλα, Κατσιφαράκη Ελευθερία, Σγουρού Αναστασία, Σημανδηράκη Άννα, Σημανδηράκη Ζαχαρένια, Στρατινάκη Κική.  
Αγιογραφία: Αρβανίτη - Χομπι-

τάκη Κική, Τσιλιμιγκάκη Κατερίνα.  
Χαρακτική: Κανιτσάκη - Κατσαρού Αθηνά.  
Παραδοσιακή φορεσιά: Κτιστάκη Δήμητρα  
Ορες επισκέψεων: Καθημερινά. Η Εκθεση θα κλείσει το βράδυ της Τετάρτης 16/3 με μουσική εκδήλωση.  
Είσοδος ελεύθερη.



KARIATIS

RISTORANTE  
& SUSHI BAR

Άρωμα  
από ιώδιο!

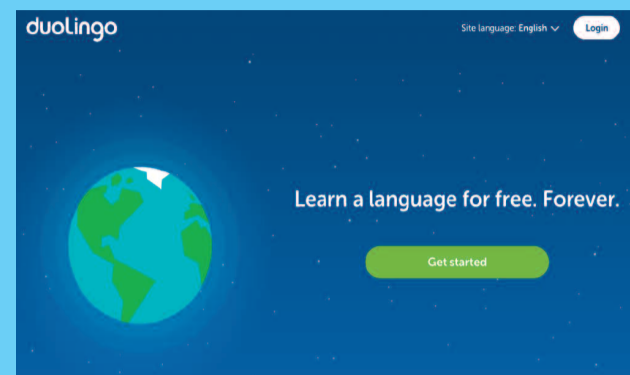
ΚΑΘΑΡΑ ΔΕΥΤΕΡΑ  
από τις 13:30 το μεσημέρι

ΠΛΑΤΕΙΑ ΚΑΤΕΧΑΚΗ 12  
ΤΗΛ. ΚΡΑΤΗΣΕΩΝ: 28210 55600



## σερφ@ρίσματα

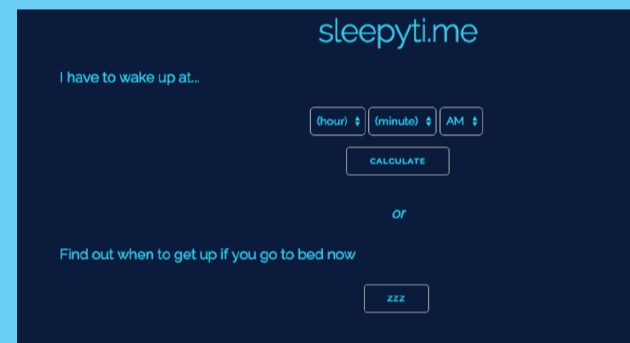
Της Μαρίας Μυστακίδου



## Ξένες γλώσσες δωρεάν

www.duolingo.com

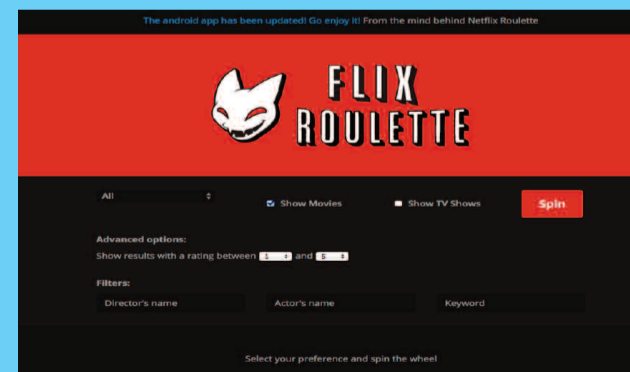
Είναι εύκολο, γρήγορο, και πάνω από όλα είναι εντελώς δωρεάν. Ο λόγος για το duolingo, ένα site που σας μαθαίνει, στους χρόνους που μπορείτε εσείς, την ξένη γλώσσα της επιλογής σας. Μέσα από έξυπνες ασκήσεις, μαθαίνετε χωρίς καλά-καλά να το καταλάβετε, τις βασικές αρχές της ξένης γλώσσας που πάντα θέλατε να μιλάτε και σιγά-σιγά μπορείτε να καταλαβαίνετε αλλά και να συννενοήστε σε αυτήν. Αν εκείνο που σας απέτρεπε από το να μάθετε μια ξένη γλώσσα ήταν ο -ανύπαρκτος- χρόνος και τα χρήματα, τώρα δεν έχετε καμία δικαιολογία. Με μερικά μόνο κλικ, μπορείτε να ξεκινήσετε ακόμα και σήμερα!



## Ο ύπνος και τα μυστικά του

http://sleepyti.me

Κοιμόμαστε σε "κύκλους". Και τις φορές που ξυπνάμε μουρτζούφληδες και κουρασμένοι, έχουμε ξυπνήσει προτού κάποιος από τους κύκλους του ύπνου ολοκληρωθεί. Όταν ξυπνάμε μέσα στη χαρά και την ευεξία πάλι, σημαίνει πολύ απλά ότι είτε κοιμηθήκαμε χωρίς διακοπές, είτε πως ακόμα και αν ξυπνήσαμε, αυτό έγινε στο ενδιάμεσο των κύκλων του ύπνου. Μπερδευτήκατε; Κανένα πρόβλημα. Ο ιστότοπος είναι εδώ για να σας τα εξηγήσει όλα. Εδώ, μπορείτε να πληκτρολογήσετε την ώρα που θέλετε να ξυπνήσετε, και το site θα σας δώσει εναλλακτικές του πότε πρέπει να κοιμηθείτε για να κάνετε τον καλύτερο δυνατό ύπνο. Αν σας έχουν ταραξεί οι αυπνίες, ή αν ξυπνάτε πιο κουρασμένοι από όταν πέσατε για ύπνο, τότε ίσως πρέπει να κάνετε μια επίσκεψη και εδώ...



## Για τους... αναποφάσιτους

http://netflixroulette.net

Εντάξει, έχει συμβεί σε όλους. Θέλουμε να δούμε κάτι (ταινία, σειρά) αλλά δεν ξέρουμε τι θέλουμε να δούμε... Για όλους τους αναποφάσιτους λοιπόν, υπάρχει αυτό το σωτήριο site που κάνει κάτι πολύ απλό, αλλά που μερικές φορές η απλότητά του αποδεικνύεται... μαγική. Τι κάνει; Διαλέγει για μας ταινίες ή σειρές, και αν μας αρέσει η επιλογή (υπάρχει μικρή περιήλψη σε κάθε επιλογή) κλικάρουμε και το παρακολουθούμε. Αν πάλι δεν μας αρέσει, απλά, ξαναβάζουμε τη "ρουλέτα" να γυρίσει. Μπορείτε επίσης να χρησιμοποιήσετε τα φίλτρα που σας παρέχει η υπηρεσία: δηλαδή να δώσετε μερικά στοιχεία στο site για να ψάξει κάτι σύμφωνο με τα γούστα σας: λέξη κλειδί, όνομα ηθοποιού κ.λπ.

## Μαγικές Εικόνες

Πάρχει ένα παλιό φωτογραφικό ανέκδοτο με πρωτόγονες φυλές που αρνούταν να φωτογραφηθούν φοβούμενοι ότι η φωτογραφική συσκευή θα τους κλέψει την ψυχή. Οι πολιτισμένοι τυχοδιώκτες όμως που γελούσαν με την αφέλεια και τη δεισιδαιμονία των αγρίων δεν συνειδητοποιούσαν ότι οι διαφωνούντες δεν είχαν καθόλου άδικο. Η φωτογραφική πράξη εμπειρεύει τη μαγεία. Οχι μαγεία με την έννοια της γοητείας που όλοι νιώθουμε μέσα από τη φωτογραφική διαδικασία, αλλά μαγεία αρχέγονη και τελετουργική, απ' αυτή που χρησιμοποιούμε για να ξορκίσουμε το κακό, να ισχυροποιηθούμε ή να κατακτήσουμε.



ΓΙΩΡΓΟΣ ΑΝΑΣΤΑΣΑΚΗΣ

φωτογράφος

Η φωτογραφία εφευρέθηκε και εξελίχθηκε τον 19ο αιώνα παράλληλα με την κορύφωση της αποικιοκρατίας. Οσοι ταξιδευτές επέστρεφαν από τα πέρατα των αυτοκρατοριών έφεραν μαζί τους εκτός από εμπορικές συμφωνίες και φωτογραφικά τρόπαια. Η κατάκτηση της αποικίας ολοκληρωνόταν με τη φωτογράφιση του τοπίου και του πληθυσμού της.

Το ίδιο συνέβη και με την κατάκτηση της Αμερικάνικης Αγρίας Δύσης. Ο τίτλος του λευκώματος του Timothy O' Sullivan Framing the West εκτός από την προφανή προσπάθεια να ενταχθεί το τοπίο στο φωτογραφικό κάδρο συμπαράδιδε την επιθυμία ελέγχου (frame/περιορίζω) του ανθρώπου πάνω στο αχανές και μεγαλειώδες τοπίο μέσω της φωτογραφίας.

Θα έλεγε κανείς ότι σε αυτά τα παραδείγματα δεν υπάρχει κάτι το μαγικό, αλλά ξεκάθαρα επιστημονικό, αφού η ισχυροποίηση επέρχεται μέσα από την κατανόηση. Ή μήπως όχι; Η επιστήμη απευθύνεται στην αναλυτική σκέψη, ενώ η μαγεία στο ασυνείδητο, χωρίς μάλιστα να αποκλείεται η συνύπαρξή τους.

Και πάλι πίσω στον 19ο αιώνα, ταυτόχρονα με τη φωτογραφία αναπτύχθηκε και η επιστήμη της αρχαιολογίας. Πέρα από το γεγονός ότι η φωτογραφία έχει

υπηρετήσει πολύ αποτελεσματικά αρχαιολογικές ανάγκες, οι δύο πρακτικές είναι συγγενικές λόγω μίας κοινής λειτουργίας. Και οι δύο αποσπούν ένα "εύρημα" από το περιβάλλον του και το επανατοποθετούν σε ένα νέο πλαίσιο προκειμένου να το αναδείξουν. Εν ολίγοις κάθε φωτογραφία λειτουργεί σαν ένα βάζο όπου στέκεται ένα άγαλμα. Τη στιγμή που ο φωτογράφος πατάει το κουμπί της φωτογραφικής συσκευής εμφυσά σημασία σε αυτό που αποτυπώνει καθιστώντας το σημαντικό. Αυτή η λειτουργία είναι τόσο ριζικά σφηνωμένη στο συλλογικό μας ασυνείδητο που καθίσταται απολύτως αόρατη.

Και όμως τη χρησιμοποιούμε διαρκώς και τελετουργούμε σε κάθε περίπτωση. Είτε ως παραγωγοί, είτε ως καταναλωτές των εικόνων. Ακόμη και όταν φωτογραφίζουμε τις λακούβες στους δρόμους και στέλνουμε τις φωτογραφίες στην εφημερίδα, ταυτόχρονα με την ελπίδα επίλυσης του προβλήματος προσπαθούμε να ξορκίσουμε τα κακώς κείμενα του πολιτισμού μας. Όταν μπροστά στην οθόνη του υπολογιστή μας κλικάρουμε τις φωτογραφίες αιμόφυρτων ανθρώπων από την τάδε σύρραξη ή τη δεινά καταστροφή, ενδόμυχα μακαρίζουμε τους εαυτούς μας που δεν είμαστε στη θέση τους και απολαμβάνουμε την ασφάλειά μας. Στον αντίποδα, οι εικόνες των διασημοτήτων στο δίκτυο, την τηλεόραση και τον Τύπο μας επανα-

λαμβάνουν διαρκώς πως είναι σημαντικά πρότυπα και αυτό επιτυγχάνεται από τη διαρκή ανακύκλωση της εικόνας τους. Τα πορτραίτα των ηγετών σε σπίτια, σχολεία και υπηρεσίες υπάρχουν για να επιβεβαιώνουν τη σταθερότητα και την ισχύ του κράτους.

Εμείς οι ίδιοι όταν φωτογραφιζόμαστε ενδύουμε τον εαυτό μας στο μαγικό μανδύα που μας μεταμορφώνει σε αυτό που θέλουμε να είμαστε, ή ακόμη καλύτερα, να φαινόμεστε (η ψυχανάλυση μάς λέει ότι: αποκούμε ολοκληρωμένη αντίληψη του εαυτού μας όταν για πρώτη φορά στη ζωή μας τον αναγνωρίζουμε στον καθρέφτη). Στην προσωπική μας ζωή φωτογραφίζουμε το αντικείμενο του πόθου μας φορτίζοντας τη φωτογραφία με όλη μας τη λαχτάρα κι αποθεώνουμε το πρόσωπο απέναντί μας. Ο καλλιτέχνης που γενικότερα φωτογραφίζει το όμορφο, το παράδοξο, τον κατ' αυτόν επικριτικό, ουσιαστικά συγκροτεί την ταυτότητά του και μέσα απ' αυτήν εκφράζεται ή επικοινωνεί.

Ανέκαθεν ο ρόλος της μαγείας ήταν να ικανοποιήσει μια σειρά από μικρές ανάγκες ή πιο σωστά, ανεπάρκειες. Μπορεί να μη μοιάζει κολακευτικό, αλλά ουσιαστικά είναι έμφυτο στην ανθρώπινη φύση.

Το ότι μέσα από τις εικόνες τελετουργούμε, χρειάζεται λίγο πρωτογονισμό για να το αναγνωρίσουμε.

ΣΤΑ ΧΑΝΙΑ

## Μουσική βραδιά με τη Γεωργία Νταγάκη

Μια μοναδική μουσική βραδιά με την Γεωργία Νταγάκη θα πραγματοποιηθεί σήμερα, Σάββατο 12 Μαρτίου στο Λίμνη Καφέ στην Αγία Κυθωνιάς.

ΣΤΟ ΗΡΑΚΛΕΙΟ

## Θεατρική παράσταση δημοσιογράφων της ΕΣΗΕΠΗΝ

Με τη στήριξη της Περιφέρειας Κρήτης και του δήμου Ηρακλείου, η θεατρική ομάδα δημοσιογράφων Ηρακλείου της ΕΣΗΕΠΗΝ θα παρουσιάσει το θεατρικό έργο του Ματέι Βισνιέκ "Εθνικότητα μου: Το χρώμα του ανέμου", σε σκηνοθεσία Γιώργου Αντωνάκη και μετάφραση από την Ερση Βασιλικιώτη. Οι παραστάσεις θα δοθούν από τις 13 έως 18

Μαρτίου στον Θεατρικό Σταθμό Ηρακλείου στις 9 το βράδυ, και αντί εισιτηρίου οι πολίτες που θα παρακολουθήσουν την παράσταση, όσοι επιθυμούν, μπορούν να προσφέρουν τρόφιμα μακράς διάρκειας που θα διατεθούν στα Κοινωνικά Παντοπωλεία της Περιφερειακής Ενότητας Ηρακλείου και του δήμου Ηρακλείου.





Του ΓΙΩΡΓΟΥ  
ΣΤΑΥΡΙΑΝΟΥΔΑΚΗ

Σε ιδιαίτερα δύσκολες, από κάθε άποψη, εποχές μια 21άχρονη κολυμβήτρια από τα Χανιά, με τις μεγάλες επιτυχίες που σημειώνει, στέλνει αισιόδοξα μηνύματα, δηλαδή ότι με θέληση και επιμονή μπορούν να δικαιωθούν οι προσπάθειες που καταβάλουμε σε όλους τους τομείς. Η Άννα Ντουντουνάκη, τριτοετής φοιτήτρια στη Νομική Σχολή Αθηνών, έπιασε πρόσφατα το όριο συμμετοχής στους Ολυμπιακούς Αγώνες του Ρίο στα 100μ. πεταλούδα και σημείωσε πανελλήνιο ρεκόρ στα 50μ. πεταλούδα, ενώ έχει εξασφαλίσει συμμετοχή στα δύο αυτά αγωνίσματα και στο ευρωπαϊκό πρωτάθλημα του Λονδίνου, που θα προηγηθεί.

ANNA ΝΤΟΥΝΤΟΥΝΑΚΗ

# Μηνύματα αισιοδοξίας οι μεγάλες της επιτυχίες στην κολύμβηση

Εφορμή τις σπουδαίες αυτές επιτυχίες, η Άννα Ντουντουνάκη μιλάει στις "διαδρομές" για τη μέχρι τώρα πορεία της, για τους στόχους και τις προσδοκίες της, για το μέλλον αλλά και τις δυσκολίες που καλείται να αντιμετωπίσει στην Ελλάδα του σήμερα.

**Πώς αισθάνεσαι που έχεις πετύχει αυτό το οποίο αποτελεί τον μεγαλύτερο στόχο κάθε αθλήτριας και κάθε αθλητή, δηλαδή τη συμμετοχή σε Ολυμπιακούς Αγώνες;**

Μεγάλη χαρά και ικανοποίηση είναι το πρώτο συναίσθημα. Επιτέλους δικαίωση μιας πολύχρονης και κοπιαστικής προσπάθειας είναι η πρώτη σκέψη. Πέρυσι στο παγκόσμιο πρωτάθλημα έφτασα πολύ κοντά στην επίτευξη του ορίου, αλλά κάποια λάθη που έκανα, μου το στέρψαν. Φέτος από την αρχή της σεζόν ήμουν αποφασισμένη να προσπαθήσω περισσότερο από κάθε άλλη χρονιά και τελικά σχετικά γρήγορα το πέτυχα. Θεωρώ πολύ μεγάλη τιμή για μένα να είμαι διαχρονικά η δεύτερη -μετά τη Τόνια Μαχαίρα- κολυμβήτρια από την Κρήτη που συμμετέχει σε Ολυμπιακούς Αγώνες.

**Τα τρία τελευταία χρόνια, παρά το γεγονός ότι έχεις αυξημένες φοιτητικές υποχρεώσεις, ακολουθείς σταθερά ανοδική πορεία και ειδικά η φετινή σεζόν είναι "φορτωμένη" διακρίσεις. Περίμενες κάτι τέτοιο όταν το καλοκαίρι του 2013 περνούσες στη Νομική Σχολή Αθηνών;**

Μετά τις πανελλήνιες εξετάσεις το 2013 αρχικός μου στόχος ήταν να επανέλθω στα προηγούμενα επίπεδα προπόνησης μου, καθώς στη Γ' Λυκείου προπονούμουν μόνο για συντήρηση μία ώρα κάθε μέρα υπό την επίβλεψη του κ. Κώστα Τζιλιάκη, ο οποίος με βοήθησε πάρα πολύ στο να καταφέρω να συνδυάσω σχολείο και πρωταθλητισμό. Συνεπώς θεωρούσα αρκετά δύσκολο να φτάσω στο επίπεδο που είμαι σήμερα, όχι γιατί δεν ήταν στις δυνατότητες μου, αλλά γιατί εκείνη την περίοδο είχα άλλες προτεραιότητες που έπρεπε να πετύχω.

**Έχεις μπροστά σου δύο σπουδαίες όσο και απαιτητικές όσον αφορά την προετοιμασία διοργανώσεις, αλλά και τα μαθήματα του β' εξαμήνου. Αισιοδοξεί ότι θα τα συνδυάσεις;**

Πάντα μου άρεσε να βάζω δύσκολους στόχους και να τους πετυχαίνω. Η Νομική Αθηνών είναι ένα από τα σπρίγγματά μου στο κολύμπι, αλλά ισχύει και το αντίστροφο. Οι επιτυχίες στη Σχολή μου δίνουν δύναμη και αυτοπεποίθηση και με ενθαρρύνουν όποτε κάτι δεν πηγαίνει καλά με την κολύμβηση. Θέλω να πιστεύω ότι θα μπορέσω να τα συνδυάσω και αυτό το εξάμηνο, όπως τα κατάφερα μέχρι τώρα. Αλλωστε το κολύμπι, παρά τις χαρές που μου προσφέρει, δεν είναι για πάντα, οπότε ο συνδυασμός είναι μονόδρομος.

Σε κάθε περίπτωση αξίζει όλοι να αγωνιστούμε για τα μεγάλα και τα δύσκολα, ειδικά τώρα που η χώρα μας αντιμετωπίζει δραματικές καταστάσεις. Αξίζει να αντισταθούμε στο βόλεμα, την παρακμή και την ευτέλεια.



**«Αξίζει όλοι να αγωνιστούμε για τα μεγάλα και τα δύσκολα, ειδικά τώρα που η χώρα μας αντιμετωπίζει δραματικές καταστάσεις»**

**Τι περιμένεις από τις συμμετοχές σου σε Λονδίνο και Ρίο;**

Όσο πετυχαίνω τους στόχους μου είναι λογικό να πιστεύω περισσότερο στον εαυτό μου και να στοχεύω υψηλότερα. Θα προσπαθήσω να διακριθώ και στο Λονδίνο και στο Ρίο. Πιστεύω ότι μπορώ να βελτιώσω σημαντικά τους χρόνους μου. Δεν κρίνω σκόπιμο να μιλήσω για επιδόσεις και θέσεις. Ποτέ δεν το κάνω αυτό. Θέλω απλά να είναι χωρίς προβλήματα η προετοιμασία μου, να είμαι καλά στους αγώνες και να μου βγουν χωρίς λάθη οι κούρσες. Αλλωστε οι μεγάλοι αγώνες, κρύβουν και μεγάλες εκπλήξεις.

**Ποιο είναι το καθημερινό πρόγραμμα μιας πρωταθλήτριας - φοιτήτριας;**

Για να συνδυάσω όσον το δυνατόν καλύτερα δραστηριότητες που αγαπώ ιδιαίτερα -στο χάος της Αθήνας- επέλεξα να προπονούμαι στο κολυμβητήριο των Ιλισίων και να μένω πολύ κοντά σε αυτό. Σχετικά κοντά είναι και η Νομική Αθηνών. Παρά ταύτα όμως -λόγω των πολύωρων και εντατικών προπονήσεων- δεν προλαβαίνω να παρακολουθώ όλα τα μαθήματα. Συνήθως τρεις φορές τη βδομάδα έχω πρωινή προπόνηση από τις 6:30 μέχρι τις 9. Μέχρι αργά το μεσημέρι παρακολουθώ μαθήματα της Νομι-

κής. Στις 4:30μ.μ. πρέπει να είμαι ξανά στο κολυμβητήριο για κολύμβηση και γυμναστήριο μέχρι τις 8 το βράδυ. Η μέρα τελειώνει είτε με διάβασμα, είτε με βόλτα με τις παρέες μου. Το Σάββατο έχουμε μια 4ωρη πρωινή προπόνηση και τη Κυριακή ρεπό.

**Πώς σε αντιμετωπίζουν στον Ποσειδώνα Ιλισίων, τι συμβολή έχει ο προπονητής σου, Μάρκος Μανταλούφας στις επιτυχίες σου όσο σε βοηθούν οι συχνές συμμετοχές σου σε μεγάλα μίτινγκ του εξωτερικού;**

Όσον αφορά τον Ποσειδώνα Ιλισίων, όπου έχω πάρει μεταγραφή με υποσχετική από

τον ΝΟΧ είμαι αρκετά ικανοποιημένη. Βέβαια χρειάστηκε στις αρχές κάποιο χρονικό διάστημα για να προσαρμοστώ, αλλά σχετικά γρήγορα απέκτησα καλές σχέσεις τόσο με τους συναθλητές μου, όσο και τους ανθρώπους της ομάδας.

Σχετικά με τον προπονητή μου τον κ. Μάρκο Μανταλούφα, είμαι νομίζω απόλυτα δικαιωμένη από την επιλογή μου. Πλέον έχουμε μάθει ο ένας τον άλλο και επικοινωνούμε καλύτερα. Σίγουρα μαζί με τους γονείς μου έχει τη μεγαλύτερη συμβολή στις επιτυχίες μου της τελευταίας διετίας. Η συμμετοχή μου σε μεγάλα μίτινγκ του εξωτερικού είναι πολύ σημαντική για μένα, διότι με γεμίζει εμπειρίες και παράλληλα μου δείχνει στοιχεία στα οποία υστερώ σε σχέση με άλλους υψηλού επιπέδου αθλητές και τα οποία πρέπει να διορθώσω. Επιπλέον μου αρέσει πολύ ο ανταγωνισμός με υψηλού επιπέδου αθλητές, διότι μου δίνει τη δυνατότητα να βελτιώνω συχνά τις επιδόσεις μου.

**Τι θυμάσαι περισσότερο από τα χρόνια που ήσουν στον Ν.Ο. Χανίων;**

Πέρασα πάνω από δέκα χρόνια στον ΝΟΧ, τα περισσότερα σαν αθλήτρια της συγχρονισμένης κολύμβησης, αλλά τα καλύτερα σαν αθλήτρια της κλασικής κολύμβησης που συνοδεύτηκαν και με μεγάλες επιτυχίες. Θυμάμαι με πολλή αγάπη όλα αυτά τα χρόνια, ενώ διατηρώ πολύ καλές αναμνήσεις από τους προπονητές και τους συναθλητές μου. Πολλές γνωριμίες και φιλίες από τα χρόνια στο ΝΟΧ συνεχίζονται μέχρι σήμερα. Πάνω από όλους όμως θα θυμάμαι πάντα τον αγαπημένο μου προπονητή κ. Κώστα Τζιλιάκη στον οποίο οφείλω παρά πολλά από όσα έχω πετύχει στην κολύμβηση, ενώ συνεχίζει να με στηρίζει.

**Θέλεις να προσθέσεις κάτι άλλο;**

Θέλω να παρακαλέσω τους αρμόδιους φορείς των Χανίων να με στηρίξουν και να μου δώσουν τη δυνατότητα να περάσω το 15ήμερο των εορτών του Πάσχα προπονούμενη στα Χανιά -εν όψει Λονδίνου και Ρίου- ανοίγοντας την 50άρα πισίνα τις μέρες αυτές. Ακόμη, θέλω να πω ότι, γενικότερα, η υποστήριξη που έχουμε από την πολιτεία δεν είναι η απαιτούμενη και όπως προαναφέρω, τόσο εγώ όσο και πολλοί άλλοι αθλητές-αθλήτριες στηρίζουμε μεγάλο μέρος της προετοιμασίας μας, ειδικά τις συμμετοχές σε μίτινγκ του εξωτερικού, στη... χορηγία των οικογενειών μας.

Η Άννα Ντουντουνάκη γεννήθηκε στα Χανιά, στις 9/9/1995, άρχισε τον αθλητισμό στον Ν.Ο. Χανίων, σε ηλικία 6 ετών, με συγχρονισμένη κολύμβηση, όπου είχε σημαντικές διακρίσεις και ήταν μέλος της εθνικής ομάδας. Από το 2010 συνεχίζει, επίσης με επιτυχία, στην κολύμβηση και το Καλοκαίρι του 2013 μετά την είσοδο της στη Νομική, παίρνει μεταγραφή, με υποσχετική, στον ΚΟΠΙ. Από τις αρχές του 2015 και μετά κυριαρχεί σε πανελλήνιο επίπεδο γυναικών και στις τρεις αποστάσεις της πεταλούδας, πιάνει το όριο για το ευρωπαϊκό στο Καζάν (όπου έχει πολύ καλή παρουσία) και φέτος έδειξε από νωρίς τις... άγριες διαθέσεις της, για να έχει τελικά την κορυφαία διάκριση, το όριο για το Ρίο, στο μίτινγκ της Αμβέρσας, ενώ πριν μια βδομάδα πέτυχε το πανελλήνιο ρεκόρ, στους χειμερινούς αγώνες όπεν.

Εξω από τις πισίνες, της αρέσει ιδιαίτερα το πιάνο (έχει πολυετείς σπουδές στο Ωδείο Χανίων), οι ξένες γλώσσες (μιλάει Αγγλικά, Γαλλικά, Ισπανικά) και τα ταξίδια (έχει επισκεφθεί πολλές χώρες σε Αμερική, Ασία, Αφρική και Ευρώπη).



# παιδότοπος



ΕΔΩ ΚΑΛΥΒΕΣ

## Όλοι καλεσμένοι στο καρναβάλι μας



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

**Καλοί μου φίλοι,  
καλές Αποκριές και καλή Σαρακοστή!**

Ανοικτό κάλεσμα να βρεθούμε όλοι αύριο, τελευταία Κυριακή της Αποκριάς, στις Καλύβες για να ζήσουμε την ατμόσφαιρα του ξεχωριστού Καλυβιανού Καρναβαλιού, που συνεχίζει για 62(!) χρονιά να πορεύεται ακάθεκτα στα πολιτιστικά πράγματα του τόπου, απευθύνουν μέσα από τη σημερινή σελίδα του Παιδότοπου έξι (6) Καλυβιανάκια, μαθητές του Γυμνασίου Βάμου. Να 'ναι καλά η και εκλεκτή συνεργάτις της εφημερί-

δας μας καθηγήτρια Πληροφορικής του "ενδόξου πάλα ποτέ, αλλά και νυν και αι" Σχολείου, γέννημα-θρέμμα Καλυβιανή Ειρήνη Καλαϊτζάκη, που συντόνισε την ομάδα, ανταποκρινόμενη στη σχετική πρότασή μου. Θεσμός, όχι μόνο για τον Αποκόρωνα αλλά και για τα Χανιά ως περιφερειακή ενότητα το Καλυβιανό Καρναβάλι, "ένα καρναβάλι με τα όλα του", όπως επισημαίνει ένα από τα παιδιά που μας μιλούν γι' αυτό.

Σας χαιρετώ με αγάπη όλους!

**Βαγγέλης Θ. Κακατσάκης**  
δάσκαλος

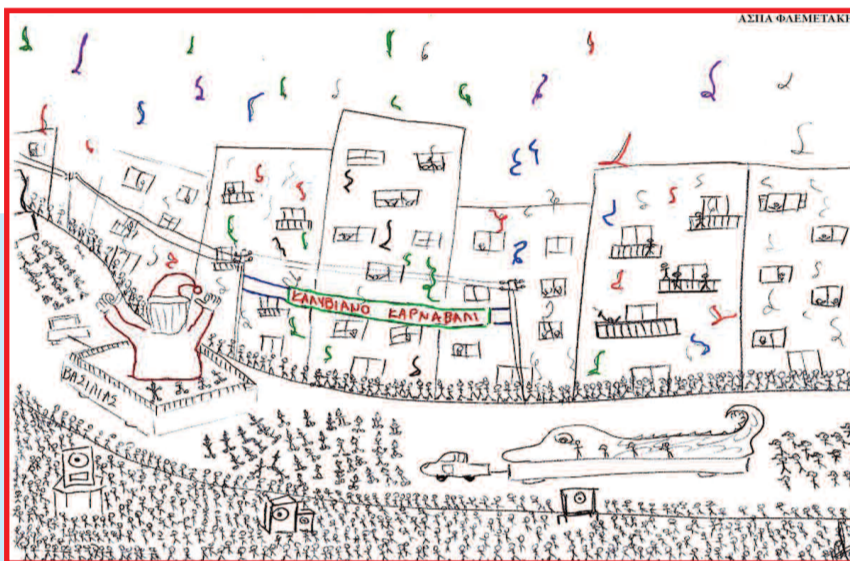
Καρναβάλι των Καλυβών. Μια μέρα που δεν πρέπει κανείς να χάσει. Μικροί και μεγάλοι κάθε χρόνο διασκεδάζουν, παίζουν, χορεύουν και φορούν πρωτότυπες στολές. Ξεκίνησε το 1954 και έφτασε μέχρι τις μέρες μας. Αρχικά οι καρναβαλιστές έφτιαχναν μόνοι τους τις στολές τους. Τώρα πια πλαισιώνουν τα άρματα και σε ομάδες, διακωμωδούν διάφορες καταστάσεις. Συμμετέχουν άνθρωποι από τα γύρω χωριά κάνοντας το καρναβάλι πολύ πλούσιο. Περιμένω με ανυπομονησία κάθε χρόνο τη μέρα αυτή για να πάρω και εγώ μέρος και να γίνω πλήρωμα ενός άρματος, ζώντας αυτή την καταπληκτική εμπειρία. Είναι αξιοζήλευτο πως ένα χωριό τώρα και πολλά χρόνια, δημιουργεί ένα τόσο εντυπωσιακό καρναβάλι. Συστήνω στον καθένα να συμμετέχει, να ντυθεί και να διασκεδάσει. Το Καλυβιανό Καρναβάλι είναι ξεχωριστό και φαντασμαγορικό.

**Ελένη Κουκαλάκη, Α2**

Γιατί να πάτε φέτος στο Καλυβιανό καρναβάλι; Μα υπάρχουν πολλοί λόγοι. Κατ' αρχάς γιατί το Καλυβιανό καρναβάλι είναι ένα από τα πιο κεφάλαια του νομού Χανίων. Ένα από τα καλύτερα διοργανωμένα καρναβάλια. Εξαιρετικό, με παρουσιαστή στην πλατεία του χωριού και μεγάφωνα κατά μήκος των δρόμων του, για να ακούγεται η επιλεγμένη μουσική και να ανεβαίνει το κέφι με την περιγραφή των αρμάτων. Τα άρματα παρελαύνουν με τη σειρά τους και δεν μπερδεύονται, με αποτέλεσμα να είναι πολύ ευχάριστο στα μάτια του κάθε ντόπιου και επισκέπτη. Πεινάσατε; Κανένα πρόβλημα αφού υπάρχουν στημένο πάγκο για φαγητό που μπορείτε να επισκεφτείτε όποια στιγμή θελήσετε.

Πολύ ευφάνταστα και εντυπωσιακά άρματα, ιδέες ντόπιων που παίρνουν σάρκα και οστά με ευγενικές χορηγίες για τα υλικά και μπόλικη χειρωνακτική εργασία ώστε να πάρουν σχήμα και να μεταμορφωθούν σε αξιοθαύμαστα άρματα. Με λίγα λόγια... ένα καρναβάλι με τα όλα του.

**Παναγιώτης Καζάνης, Β2**



Το Καλυβιανό καρναβάλι ένα από τα λίγα που έχουν αντέξει στο χρόνο και συνεχίζει ακόμα και σήμερα, μετά από 62 ολόκληρα χρόνια την αδιάλειπτη πορεία του. Οι προετοιμασίες του αρχίζουν αρκετό καιρό πριν, έτσι ώστε όλα να είναι έτοιμα για την μεγάλη μέρα. Ωστόσο το χωριό βρίσκεται μέσα στο αποκριάτικο κλίμα πολύ πριν την ημέρα της παρέλασης. Έχει προηγηθεί η εκλογή της βασίλισσας, του βασιλιά καθώς και αποκριάτικα πάρτι που αποτελούν τους "πρόδρομους" του καρναβαλιού. Το Καλυβιανό καρναβάλι διοργανώνει ο Πολιτιστικός Σύλλογος Καλυβών "Μανόλης Ραυτόπουλος" σε συνεργασία με τον Δήμο Αποκορώνου, τους τοπικούς συλλόγους, φορείς και καταστηματάρχες. Τέλος σημαντική είναι και η παρουσία των καρναβαλιστών οι οποίοι με τον ενθουσιασμό τους και το κέφι τους καταφέρνουν κάθε χρόνο να ξεσηκώνουν τον κόσμο κάνοντας αισθητή την παρουσία τους.

**Εμμανουέλα Δρακουλάκη, Γ1**

Τη δεκαετία του '50 πραγματοποιήθηκε στις Καλύβες το πρώτο καρναβάλι. Από τότε η παρέλαση των αρμάτων και των μεταμφιεσμένων γίνεται την τελευταία Κυριακή της Αποκριάς. Το καρναβάλι σκορπίζει κέφι και χαρά σε όσους έχουν την τύχη να βρεθούν στις Καλύβες. Κύλησαν πολλά χρόνια και το καρναβάλι παρά τις δοκιμασίες που πέρασε μέσα στον χρόνο, στάθηκε όρθιο. Συμμετέχουν πλέον νέοι από όλο τον Δήμο Αποκορώνου λαμβάνοντας μέρος σε όποιο άρμα επιθυμούν. Τα άρματα κάθε χρόνο φτάνουν τα 20 και είναι όλα εξίσου εντυπωσιακά. Συνεχιστές του Καλυβιανού καρναβαλιού είναι ο Πολιτιστικός Σύλλογος Καλυβών.

**Εμμανουέλα Αναστασάκη, Γ1**

Το Καλυβιανό Καρναβάλι είναι ένας θεσμός που έχει καθιερωθεί εδώ και 62 χρόνια στις Καλύβες και κάνει μικρούς και μεγάλους να το περιμένουν κάθε χρόνο με ανυπομονησία. Οι προετοιμασίες αρχίζουν πολλές μέρες πριν και όλοι βοηθούν στην κατασκευή των αρμάτων. Καινούργια άρματα παίρνουν σάρκα και οστά από νέες ιδέες και εντυπωσιάζουν όσους παρακολουθούν αλλά και τους ίδιους τους κατασκευαστές. Ιδέες πρωτότυπες, με φαντασία, εμπνευσμένες από ό,τι μπορεί να σκεφτεί ο άνθρωπος τους. Η εκλογή της βασίλισσας και του βασιλιά αποτελούν μοναδικές προκαρναβαλικές εκδηλώσεις. Γυναίκες και άντρες όλων των ηλικιών διαγωνίζονται για τη θέση της βασίλισσας και του βασιλιά του καρναβαλιού χαρίζοντας απλόχερα το γέλιο στους παρευρισκόμενους. Το Καλυβιανό καρναβάλι είναι ένα έθιμο που ελπίζω να μείνει ζωντανό για πολλά χρόνια ακόμη καθώς δίνει μια διαφορετική νύτα στους καιρούς που ζούμε.

**Σοφία Δρουβαλάκη, Γ1**



Εδώ και 62 χρόνια διοργανώνεται το Καλυβιανό Καρναβάλι με μεγάλη επιτυχία. Φέτος, στις 13 του Μάρτη, μαζί με τη συνοδεία της μουσικής και των αρμάτων θα σκορπίσει παντού κέφι και χαρά. Η εκλογή του βασιλιά πραγματοποιήθηκε στις 3 Μαρτίου και της βασίλισσας του καρναβαλιού στις 5 Μαρτίου σε ξεχωριστές καρναβαλικές εκδηλώσεις. Το Καλυβιανό καρναβάλι, παρά τις δυσκολίες που πέρασε από το 1954, κατάφερε να μείνει όρθιο και να φτάσει μέχρι τις μέρες μας. Στόχος του να σκορπίσει τη χαρά και να κάνει τον κόσμο να διασκεδάσει και να ξεχνιέται από τα προβλήματά του. Κάθε χρόνο μασκαρεμένοι ξεχνούνται στους δρόμους, άρματα παρελαύνουν και πολύς κόσμος παρακολουθεί. Φέτος υπάρχει μεγάλη συμμετοχή καρναβαλιστών και πολλά άρματα από τις Καλύβες, τους Αρμένους, το Ξηροστέρνι, τα Μεγάλα Χωράφια, τον Βάμο και το Γαβαλοχώρι. Ταυρομάχοι, Σπανιόλες, Μπιπίους, Νεκροί-Αθάνατοι, Σούζου Μούζου Μοντελάκια και πολλά άλλα. Ελάτε όλοι... με τους φίλους σας, την οικογένειά σας ή ακόμα και μόνοι σας.

**Καλλιόπη Ματζοράκη, Α2**





## Αφορμή

ΓΙΑΝΝΗΣ ΚΑΛΟΓΕΡΟΠΟΥΛΟΣ

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

## Αυτόματα

» Κώστας Περούλης (εκδόσεις Αντίποδες)

Πολλοί που είχαν γλυτώσει απ' το βοτρυτί στις αρχές του μήνα, μόλις μια βδομάδα πριν ξεκινήσει ο τρύγος που άνοιξε ξαφνικά ο ουρανός κι έβρεξε δυο μερόνυχτα στους 30 βαθμούς Κελσίου και σκάσαν οι ρόγες από την υγρασία, φοβήθηκαν και πήγαν και μάζεψαν άκαιρα μην κολλήσουν. Χάθηκαν δεκαπέντε χιλιάδες τόνοι σε δυο νύχτες.

Τα Αυτόματα του Κώστα Περούλη είναι μια συλλογή δέκα διηγημάτων, σχετικά μικρών σε έκταση, στον θεματικό πυρήνα καθενός εκ των οποίων βρίσκεται και ένα επάγγελμα. Οι ήρωες προσδιορίζονται απόλυτα μέσα από αυτό, το επάγγελμά τους είναι ο -μοναδικός- τρόπος τους να αντιλαμβάνονται και να κινούνται στον κόσμο, να προσλαμβάνουν και να ερμηνεύουν την πραγματικότητα.

Παρατήρηση πρώτη. Ο θεματικός ιστός που συνδέει τις ιστορίες δικαιολογεί απόλυτα την ύπαρξη της συλλογής αυτής. Στοίχιο που συχνά παραλείπεται με αποτέλεσμα η

πλειονότητα των συλλογών διηγημάτων που κυκλοφορούν να είναι ατάκτως σχηματισμένες, θραύσματα μιας κάποιας τυχαιότητας και όχι αποτελέσματα στοχευμένης εργασίας εκ μέρους του δημιουργού ή/και του εκδότη τους.

Παρατήρηση δεύτερη. Η έρευνα. Στοίχιο που επίσης λείπει από τη -σύγχρονη- ελληνική πεζογραφία. Συγγραφείς που από την απόσταση του γραφείου τους συνθέτουν αυθαίρετα την πραγματικότητα του έξω κόσμου, με μια αστεία δικαιολογία περί ποιητικότητας ή έμπνευσης και με αποτέλεσμα μια καρικατούρα που όχι μόνο δεν πείθει αλλά ενοχλεί τον αναγνώστη.

Παρατήρηση τρίτη. Η γλώσσα. Λειτουργική και

όχι μέσο φτηνού και κενού εντυπωσιασμού. Διηγήματα που δεν αρκούνται σε μια ενδιαφέρουσα κεντρική ιδέα αλλά στοχεύουν σε κάτι μεγαλύτερο, δουλεμένα -με τη βοήθεια της επιμέλειας πιθανόν- με την αρχή -την απαράβατη αρχή της μικρής φόρμας- πως κάθε λέξη πρέπει να είναι απαραίτητη για το οικοδόμημα, αλλιώς πρέπει να αφαιρεθεί, ως περιττή.

Ο συνδυασμός των τριών αυτών παρατηρήσεων είναι ικανός, πιστεύω, να δείξει το επίτευγμα του Περούλη, ο οποίος καταφέρνει να πετύχει αυτό που φαίνεται να είναι ο στόχος του, να μιλήσει έξω από τον κόσμο που άξονα δέκα ήρωες που προσδιορίζονται από το επάγγελμά τους, δίκως να θέλει να ωραιοποιήσει ή ευθέως να κατακρίνει, με μια ιδιότυπη συμπάθεια για τους ανθρώπους αυτούς, τα μέρη μιας μηχανής που λειτουργεί με συγκεκριμένους, αυστηρούς και συχνά ασφικτικούς κανόνες, που κινούνται ανάμεσα στην επιβίωση και την επιβεβαίωση. Και καταφέρνει να το κάνει με έναν τρόπο, που τουλάχιστον πείθει πως είναι, αυθεντικός.

Εκείνο που δεν θα έπρεπε να παραλείψει κάποιος, σε ένα κείμενο για τα Αυτόματα, είναι η κοινωνικοπολιτική διάσταση των διηγημάτων.

Αλλωστε το δεδομένο πολιτικοοικονομικό σύστημα καθορίζει απόλυτα την καθημερινότητα των ανθρώπων, όχι μόνο εντός των σελίδων και γι' αυτό η συλλογή στο σύνολό της απονέμει αυτόν τον -μακάρι να μην ήταν έτσι- ρεαλισμό, επιτυγχάνοντας να συλλάβει ένα από τα πλέον αντιπροσωπευτικά χαρακτηριστικά της εποχής, αίσθηση που εντείνεται από την επιμονή του συγγραφέα να φωτίσει αποκλειστικά και μόνο τη συγκεκριμένη πτυχή των πρώων του, αποσιωπώντας ή υπονοώντας την απουσία οποιουδήποτε άλλου συναισθηματικού ενδιαφέροντος.



## ΣΤΟ ΘΕΑΤΡΟ "ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΒΛΗΣΙΔΗΣ" Εκεί σε βρίσκει η ποίηση...

Η θεατρική ομάδα "Σκηνή Χωρίς Όρια", με αφορμή την παγκόσμια μέρα της ποίησης, παρουσιάζει την παράσταση: "Εκεί σε βρίσκει η ποίηση" το Σάββατο 19 Μαρτίου στις 9μ.μ. και την Κυριακή 20 Μαρτίου στις 7μ.μ. και στις 9μ.μ. στο θέατρο Βλησιδής.

Ανθρωποι μέσα στην καθημερινότητά τους "συναντούν" Έλληνες ποιητές και κινούνται, δονούνται, παίζουν, συγκρούονται, δημιουργούν με αφορμή τα ποιήματά τους.

Πρόκειται για μια παράσταση σε αφηγηματική γραμμή, που όταν ο πεζός λόγος αδυνατεί να περιγράψει συναισθήματα, τη σκυτάλη παίρνει η ποίηση...

Η Στέλλα Σκορδαρά, υπογράφει την διδασκαλία και σκηνοθεσία της παράστασης.

Η ομάδα "Σκηνή Χωρίς Όρια" είναι μια νέα ομάδα που "γεννήθηκε" από την ανάγκη της δημιουργικής έκφρασης μέσα από το θέατρο, την αναγκαιότητα της μαθητείας πάνω στο θέ-

ατρο. Αγαπά τους πειρατισμούς και τις νεωτερικές ιδέες και, μέσα σε εποχή κρίσης, πιστεύει πως το θέατρο είναι από τις ελάχιστες αξίες που μπορούν ακόμα να εμπνεύσουν, να ταξιδέψουν, να "θεραπεύσουν" τον θεατή, αλλά και τους ίδιους τους εμπλεκόμενους σε κάθε δρώμενο.

Τα περισσότερα μέλη της "Σκηνής Χωρίς Όρια" υπήρξαν σπουδαστές της πειραματικής σκηνής ΔΗ.ΠΕ.ΘΕ.Κ.

Η Στέλλα Σκορδαρά είναι σκηνοθέτις, ηθοποιός, δασκάλα θεατρικού παιχνιδιού. Είναι απόφοιτος της σχολής Καζάκου, και το μεταπτυχιακό της, από τη σχολή Jacques Lecoq στο Παρίσι, αφορά το σωματικό θέατρο. Είσοδος ελεύθερη.

Για όσους θεατές επιθυμούν να συνεισφέρουν, στην είσοδο του θεάτρου θα υπάρχει κουτί ενίσχυσης του "Ορίζοντα".

Συνδιοργάνωση: Κ.Ε.Π.ΠΕ.ΔΗ.Χ. - Κ.Α.Μ.

## Βιβλία

### Το μεγάλο σπίτι

Σαρίφ Μαζνταλάνι

Εκδόσεις: Καστανιώτη



Στα τέλη του 19ου αιώνα στον Λίβανο, ο Ουακίμ Νασάρ, μετά από κάποια περιέργα γεγονότα, αναγκάζεται να εγκαταλείψει το χωριό του. Με ό,τι χρήματα του έχουν απομείνει, αποφασίζει να εισαγάγει την

καλλιέργεια του πορτοκαλιού σε μια περιοχή όπου ως τώρα καλλιεργούνταν μονάχα ελιές και μουριές. Το παράτολμο εγχείρημά του πετυχαίνει. Στη συνέχεια φτιάχνει μια μεγάλη οικογένεια και χτίζει το περιβόητο Μεγάλο Σπίτι, σύμβολο της επιτυχίας και της δύναμής του. Αποκτά τον σεβασμό των κατοίκων της περιοχής, καθώς, εκτός από δυναμικός, είναι δίκαιος, μεγαλόψυχος και βοηθά όσο περισσότερο μπορεί τους ανθρώπους γύρω του. Τα χρόνια όμως της ευημερίας και της οικογενειακής ευτυχίας θα τα διαδεχτούν τα σκοτεινά χρόνια του πολέμου, που θα αλλάξουν τα πάντα.

Μέσα από μια εκθαμβωτική αφήγηση, ο Σαρίφ Μαζνταλάνι ζωντανεύει ένα συναρπαστικό οικογενειακό έπος, περιγράφοντας με απaráμιλλα χρώματα την άνοδο, το απόγειο και την παρακμή της φάμιλίας των Νασάρ, της οποίας τα μέλη δεν θα χάσουν ποτέ την ελπίδα τους και θα δικαιωθούν από τον χρόνο. Χάρη σε αυτό το μυθιστόρημα, ο Μαζνταλάνι χαρακτηρίστηκε ως ο "Προυστ του Λιβάνου".

### Ψίθυροι του Βαρδάρη

Σοφία Βόικου

Εκδόσεις: Ψυχογιός



Η Σαλονίκη, η πόλη των τριών θεών, των χριστιανών, των μουσουλμάνων και των Εβραίων, προσπαθεί να βρει την ταυτότητά της στην αυγή του εικοστού αιώνα. Αύγουστος 1917.

Η πόλη καίγεται συθέμελα. Ο πλούσιος Μεχμέτ εφέντης σώζει τη ζωή μιας χριστιανής, της Σοφίας. Την ερωτεύεται παράφορα, παντρεύεται όμως μια άλλη γυναίκα. Η Ζοζεφίνα και το πολυτελές πορνείο της γίνονται μάρτυρες μιας μάζωξης λαών από όλα τα μέρη του κόσμου που θα κληθούν να χύσουν το αίμα τους σε έναν καταστροφικό πόλεμο. Η Εσρά, μια τσιγγάνα που η γέννησή της χάνεται στον χρόνο, κινείται αθόρυβα και υπογείως στην πόλη και παρεμβαίνει στις ανθρώπινες ζωές. Μια επιστολή, πολλά χρόνια αργότερα, φέρνει στο φως επτασφράγιστα μουσικά που σημάδεψαν τη μοίρα όλων αυτών που κάποτε σεργιάνισαν στους δρόμους της Θεσσαλονίκης.

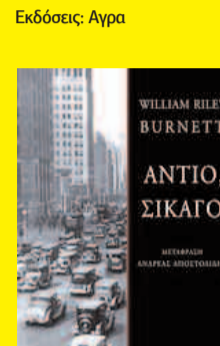
### Αντίο, Σικάγο

1928: Το τέλος

μίας εποχής

William Riley Burnett

Εκδόσεις: Αγρα



ΣΙΚΑΓΟ 1928. Ένας μελαγχολικός αστυνομικός ιταλικής καταγωγής μαθαίνει ότι η γυναίκα του, που έχει φύγει από καιρό χωρίς να αφήσει διεύθυνση, βρέθηκε νεκρή στη λίμνη, πιθανώς μετά από μια υπερβολική δόση. Θα μάθει πολλά άλλα, μέσω ενός παλιού συμμαθητή του που πήρε τον στραβό δρόμο: Οι αστυνόμοι, οι πολιτικοί που αγοράζουν κι εξαγοράζονται, οι διεφθαρμένοι δικηγόροι, η αναδιόργάνωση των πορνείων, ο υπόκοσμος των Ιταλών, Ιρλανδών και Πολωνών, οι χαμέντοι γκάνγκστερ - ενώ μια απλή βεντέτα καταλήγει σε μια πραγματική νύχτα του Αγίου Βαρθολομαίου.

Το μυθιστόρημα αναπτύσσεται με σύντομες σκηνές, όπου σε πρώτο πλάνο μπαίνουν οι ζωές δευτερευόντων χαρακτήρων ενώ οι διάφοροι πρωταγωνιστές ποτέ δεν συναντώνται στην πραγματικότητα.

Ο άνθρωπος που κινεί τα νήματα στον υπόκοσμο εμφανίζεται ελάχιστα και ποτέ δεν κατονομάζεται: όμως οι προσεκτικοί αναγνώστες δεν θα δυσκολευτούν να αναγνωρίσουν πίσω από τον "μεγάλο" τον περίφημο Αλ Καπόνε...

Η έκδοση συνοδεύεται από ένα κείμενο του Ανδρέα Αποστολίδη για τον Μπερνέτ και Εργοβιογραφία.

### Πειραιώτες

Διονύσης Χαριτόπουλος

Εκδόσεις: Τόπος



Ηρθαν πρόσφυγες από παντού. Γύρω από το έρημο αρχαίο λιμάνι μαζεύτηκαν πρώτα Υδραίοι, Χιώτες, Μανιάτες, Κρητικοί, μετά Θρακιώτες, Πόντιοι, Νησιώτες, Μακεδόνες, Ρουμελιώτες,

Πελοποννήσιοι, Θεσσαλοί, Ηπειρώτες και έφτιαξαν μια νέα ράτσα, λιμανίσιατους Πειραιώτες. Μικρές ιστορίες από τη ζωή των Πειραιωτών στις δεκαετίες '50 και '60. Η σκληρή ζωή του λιμανιού, οι κάθε λογής χαρακτήρες, η ζωή με το ένα πόδι στη στεριά και το άλλο στη θάλασσα, η ανοιχτή ματιά των λιμανισίων, η μεταναστεύση, οι ιδιότυποι και περιθωριακοί τύποι, το ρεμπέτικο, οι συμμορίες και η κρατική βία, περνούν από τις σελίδες του βιβλίου και καταγράφονται με σκληρό χιούμορ.





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

## Βιότοπος - περιγραφή

Λατινική ονομασία του βοτάνου είναι *Melilotus officinalis* (Μελίλωτος ο φαρμακευτικός). Ανήκει στην οικογένεια των Ψυχάνθων. Φύεται σε όλη την Ευρώπη και τη Βόρειο Ασία.

## Μελίλωτος ο φαρμακευτικός

Το συναντούμε σε υγρούς τόπους στη Λειβαδιά, Ελευσίνα, Λαύριο, Κόρινθο, Ναύπλιο, Αίγινα, Κυκλάδες, Κρήτη και Επτανόσα. Στη χώρα μας συναντούμε εννέα είδη του και δύο παραλλαγές.

Ο ινδικός, κοινώς νυχάκι ή τριφύλλι της πιτσιλιάς, ο ιταλικός ο οποίος είναι πιθανότατα ο κάλλιτος του Διοσκουρίδη, ο λευκός που λέγεται και άγριο τριφύλλι, ο μεσσηνιακός που πιθανόν είναι ο ήμερος λωτός του Διοσκουρίδη και λέγεται κοινώς τριφύλλι, ο φαρμακευτικός που ονομάζεται στη Ζάκυνθο νυχάκι, ο σπειρόμενος στα λιβάδια για κτηνοτροφία κ.ά.

Είναι φυτό ποώδες μονοετές ή διετές, που φτάνει σε ύψος μέχρι τα 130 εκατοστά. Τα στελέχη είναι πολυκλαδισμένα, εύρωστα, όρθια και φέρουν φύλλα που χωρίζονται σε τρία φυλλάκια. Κάθε φυλλάριο έχει σχήμα οβάλ ή λογχοειδές και μήκος ένα έως δύο εκατοστά και είναι οδοντωτά. Η ταξιανθία του είναι ένα μακρύ όμορφο τσαμπί, με ζωηρό κίτρινο χρώμα, στις μασχάλες των φύλλων. Τα κίτρινα άνθη έχουν μήκος 3 έως 5 χιλιοστά. Τα άνθη είναι ερμαφρόδιτα (έχουν και αρσενικά και θηλυκά όργανα) και γονιμοποιούνται από τις μέλισσες και τα έντομα.

Ο καρπός είναι λοβός, μικρός, λείος, ωσειδής και αμβλύς. Οι σπόροι του είναι ωσειδείς 1-2 μέσα στο λοβό.

Το όνομα του βοτάνου προέρχεται από τις λέξεις μέλι και λωτός και είναι ιδιαίτερα αρεστό στις μέλισσες.

### Ιστορικά στοιχεία

Το βότανο είναι γνωστό από την αρχαιότητα. Το αναφέρει ο Νίκανδρος τον 2 π.Χ. αιώνα.

Το αναφέρουν επίσης ο Διοσκουρίδης και ο Πλίνιος. Χρησιμοποιούσαν από την αρχαιότητα τα αποξηραμένα φύλλα του φυτού ως αποτελεσματικό εντομοαπωθητικό.

Το έγχυμα του φυτού έχει χρησιμοποιηθεί στη λαϊκή ιατρική σε προβλήματα αϋπνίας, νευρικών εντάσεων, νευραλγίες, έντονους παλμούς, κίρσους, επώδυνη συμφορητική εμμηνορροία, πρόληψη θρομβώσεων, μετεωρισμό και εντερικές διαταραχές. Εξωτερικά το χρησιμοποιούσαν σε φλεγμονές ματιών, ρευματικούς πόνους, διογκωμένες αρθρώσεις, μώλωπες και ερυσίπελας (φλεγμονή δέρματος και ιστών που βρίσκονται κάτω από αυτό).

Ο Κούλπεπερ το 1615 σε γραπτά του αναφέρει ότι αν τοποθετηθεί υπό μορφή κομπρέσας, μαλακώνει όλα τα σκληρά αποστήματα και πρηξίματα στα μάτια και άλλα μέρη του σώματος. Στην αρχαία Ελλάδα τον χρησιμοποιούσαν υπό μορφή εμπλάστρων για την αποβολή τοξινών και την ελάττωση των πρηξιμάτων. Στη λαϊκή ιατρική της Γαλλίας το χρησιμοποιούσαν σαν αντιδιαρροϊκό, αντισπασμωδικό και οφθαλμολογικό μέσο. Στην Κίνα το χρησιμοποιούσαν ενάντια στην μηνιγγίτιδα και στη Βουλγαρία παράγουν από αυτό υποτασικά σκευάσματα. Εκτός από την φαρμακευτική του χρήση, το χρησιμοποιούσαν για να δώσουν άρωμα σε ορισμένα τυριά, μπίρα ή λικέρ, πράγμα που γίνεται ακόμη και σήμερα.

### Συστατικά - χαρακτήρας

Είναι αρωματικό φυτό. Περιέχει ένα γλυκοσίδιο, το μελιτωσίδιο, το οποίο όταν ξεραθεί παράγει κουμαρίνη η οποία δίνει στο φυτό την ευχάριστη μυρωδιά του φρεσκοκομμένου σανού. Ο μισοστεγνωμένος ή ζυμωμένος μελί-



λωτος παράγει δικουμαρόλη με ισχυρές αντιπηκτικές ιδιότητες. Τα άνθη περιέχουν φλαβονικά γλυκοκονικά, αιθέρια έλαια, γλοιώδεις και ρετινιδικές ουσίες, χολίνη και τανίνη.

### Ανθιση - συλλογή - χρησιμοποιούμενα μέρη

Το φυτό ανθίζει το καλοκαίρι και τα μέρη που χρησιμοποιούνται για θεραπευτικούς σκοπούς είναι οι ανθισμένες του κορυφές. Τα άνθη του μαζεύονται από τον Ιούλιο έως το Σεπτέμβριο.

### Θεραπευτικές ιδιότητες και ενδείξεις

Ο μελίλωτος δρα ως μαλακτικό, αρωματικό, σπασμολυτικό, αντιθρομβωτικό και διουρητικό. Στην φαρμακευτική τον χρησιμοποιούν ως διορθωτικό γεύσης και αρωματικό.

Στη βοτανολογία χρησιμοποιείται εναντίον του βρογχικού κατάρρου και για το πλύσιμο των ματιών γιατί είναι στυπτικός και αντιφλογιστικός.

Είναι τονωτικό των φλεβών γιατί αυξάνει την αντοχή των αγγείων και βελτιώνει την κυκλοφορία του αίματος.

Η χρήση του φυτού βοηθά επίσης στη μείωση του κινδύνου φλεβίτιδας και θρόμβωσης. Οι

κουμαρίνες που περιέχει το βότανο, όταν αποξηραθεί μετατρέπονται σε δικουμαρόλη η οποία είναι ισχυρό αντιπηκτικό.

Βοηθά στην αντιμετώπιση κίρσων και αιμορροϊδων αλλά πρέπει να ληφθεί για μεγάλο χρονικό διάστημα προκειμένου να έχει αποτελέσματα.

Συνίσταται σε κολικούς (πλύσεις) και ηπατικές παθήσεις.

Εξωτερικά χρησιμοποιείται ως κατάπλασμα σε πληγές, πρηξίματα και σπυριά (καλόγερους).

### Παρασκευή και δοσολογία

Για το έγχυμα (15 λεπτά) ή το αφέψημα του βοτάνου χρησιμοποιούμε 2-2,5 γραμμάρια για ένα φλιτζάνι νερό. Πίνουμε το πολύ 2 φλιτζάνια την ημέρα. Για εξωτερική χρήση χρησιμοποιούμε 10 γραμμάρια για 1 λίτρο νερό. Η ποικιλία του μελίλωτου του λευκού έχει τις ίδιες θεραπευτικές ιδιότητες αλλά είναι πιο ισχυρός από τον φαρμακευτικό. Για τον λόγο αυτό οι δόσεις πρέπει να είναι μικρότερες.

### Προφυλάξεις

Τα φρέσκα φύλλα είναι αρκετά ασφαλή για χρήση. Τα αποξηραμένα φύλλα έχουν μία τοξικότητα η οποία είναι πιθανόν να οφείλεται στην παρουσία της κουμαρίνης, η ουσία που δίνει στο αποξηραμένο βότανο τη μυρωδιά του νέου άχυρου, και αν το βότανο ληφθεί εσωτερικά μπορεί να αποτρέψει την πήξη του αίματος.

Πρέπει κατά τη διάρκεια της θεραπείας να τηρούνται αυστηρά οι καθορισμένες δόσεις. Απαγορεύεται η χρήση του αν έχουμε πρόβλημα πήξης του αίματος ή αν παίρνουμε βαρφαρίνη ή άλλα φάρμακα που αραιώνουν το αίμα.



Υ.Γ: Όλα τα προηγούμενα άρθρα της στήλης μπορούμε να τα βρούμε στη διεύθυνση [www.herb.gr](http://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 [skounatsos11@gmail.com](mailto:skounatsos11@gmail.com)