

Χανιώτικα νέα  
ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ 16 Ιουλίου 2016

# διαδρομές

ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΣ / ΤΕΧΝΕΣ / ΙΣΤΟΡΙΑ / ΒΙΒΛΙΑ / ΜΟΥΣΙΚΗ / ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ



ΣΤΑ ΠΑΛΙΑ ΧΑΝΙΑ

*Πηλανόδιοι*

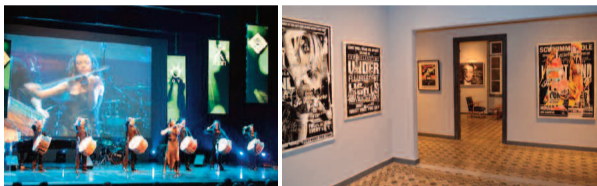
*Βιοπαηλαιστές*



diadromes@haniotika-nea.gr

## ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

σελ. 3~ Πολιτισμός

σελ. 4-5 ~ Πληνόδιοι  
Βιοπαλαιστές

σελ. 6-7 ~ Πολιτισμός



σελ. 8 ~ Παιδότοπος



σελ. 9 - 10 ~ Πολιτισμός

σελ. 11 ~ Βιβλία, αφορητή



σελ. 12 ~ Υγεία &amp; Βότανα

17/7

Μαρίνος,  
Μαρίνα

18/7

Αιμίλιος,  
Αιμιλιανή,  
Εμму,  
Αιμιλία

19/7

Γαρυφαλλιά,  
Γαριφαλιά,  
Μακρίνα

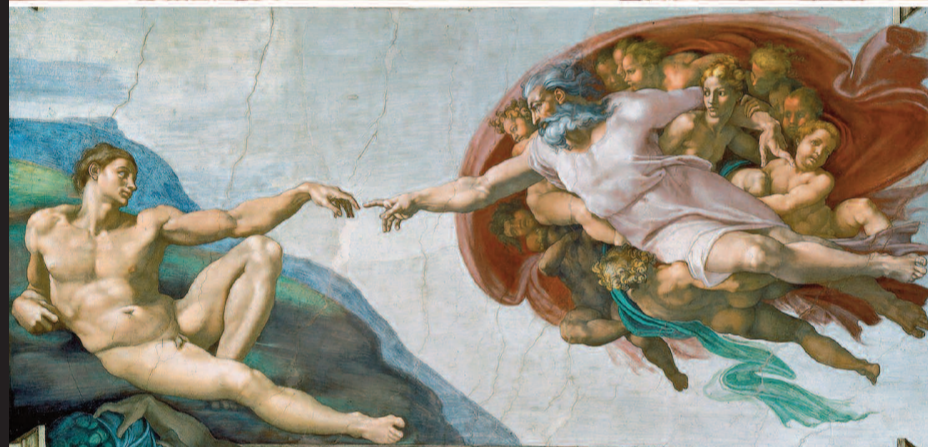
20/7

Ηλίας,  
Ηλιάννα,  
Λιάνα

21/7

Μαγδαληνή,  
Μαγδαλένα,  
Μαριλένα,  
Μαριαλένα,  
Μαρία Ελένη,  
Μαρκέλα,  
Μενέλαος

No.522

Φανταστικό  
μουσείο

Michelangelo Buonarroti, "Η Δημιουργία της Εύας" και "Η Δημιουργία του Αδάμ". 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

τη "Δημιουργία της Εύας" ο Μιχαήλ - Αγγελος επιλέγει μια πολύ λιτή λύση. Η πρώτη γυναίκα βγαίνει από την πλάτη του Αδάμ και η δημιουργία της δεν είναι πλέον ένα ανορθολογικό θαύμα όπως ήθελε ο Μεσαίωνας, ούτε μια καθαρά υλική πράξη όπως επέτασσε η Αναγέννηση, αλλά αντίθετα πηγάζει από μια ιδέα που είναι στο μυαλό του Θεού. Με το στόμα ανοικτό, εβρισκόμενη σε έκσταση και με κομμένη την ανάσα, έχει μια έκφραση έκπληξης και ενστικτώδους αφοσίωσης, όπως κάποιο πρωτόγονο ον αντιμέτωπο με ένα ανεξήγητο φαινόμενο.

Στην περίπτωση της "Δημιουργίας του Αδάμ", αντίθετα, έχουμε να κάνουμε με την πιο φημισμένη σύνθεση του Φλωρεντινού ζωγράφου από αυτόν τον κύκλο έργων. Τα χέρια του Θεού και του Αδάμ ενώνονται σε ένα άγγιγμα που εκπέμπει ηλεκτρική ενέργεια.

Ενώ στο σημείο αυτό πριν από τη συντήρηση του έργου υπήρχε ένα αδιόρατο πέπλο, ο καθαρισμός κατέστησε ευδιάκριτη την αντίληψη του Μιχαήλ - Αγγέλου για το χρώμα, που δεν είναι ρομαντική αλλά έχει

έναν δυναμισμό και δεν υπολείπεται σε τίποτα των εντόνων χρωμάτων των περιώνυμων εκπροσώπων της βενετσιάνικης σχολής.

Η κίνηση γίνεται από τα δεξιά προς τα αριστερά. Ο Αδάμ περιμένει το μαγνητικό κάλεσμα από τον Θεό για να σκωθεί, ξαπλωμένος, καθισμένος ανάλαφρα, όπως υποδηλώνει η θέση του δεξιού αγκώνα στο έδαφος και η χαλαρή στάση του αριστερού χεριού πάνω στο γόνατο. Ο Θεός δεν έχει πια ανθρώπινη όψη, αλλά ουράνια φύση.

Είναι ένα είδος ανθρωπομορφικού σύννεφου που πλέει σιγά προς την άγνη λωρίδα γης. Το εκτενές σώμα του, κυρίαρχο στον χώρο παισιώνεται από πνεύματα που είναι συγκεντρωμένα γύρω του και η ιπτάμενη αυτή συντροφιά περιβάλλεται από ένα στροβίλισμα του ανέμου και δημιουργεί ένα τεράστιο κέλυφος.

Πρόκειται εδώ για μια ακόμη μεταφορική, αλληγορική, χρήση του κελύφους αυτή τη φορά στην πραγματική του σημασία, όπως αυτό εμφανίζεται στους αρχαίους μύθους ως σύμβολο προστασίας και γονιμότητας.

**Μουσείο  
ΤΥΠΟΓΡΑΦΙΑΣ**  
Γιάννη & Ελένης Γαρεδάκη

Θερινό ωράριο λειτουργίας  
19/4 - 30/9  
Τρίτη, Τετάρτη, Πέμπτη, Κυριακή:  
10.00-16.00  
Παρασκευή: 11.00-19.00  
Δευτέρα & Σάββατο: Κλειστά

Δρομολόγιο Αστικού ΚΤΕΛ (13)  
Τρίτη έως Παρασκευή:  
Πλατεία Αγοράς: 10:40, 12:40,  
14:40, (17:30 μόνο Παρασκευή)  
ΒΙΟΠΑ: 11:00, 13:00, 15:00  
(17:45 μόνο Παρασκευή)  
Κυριακή 11:00, 13:00 από πλατεία  
Αγοράς 13:15 από ΒΙΟΠΑ



20 - 28 ΙΟΥΛΙΟΥ ΣΤΑ ΧΑΝΙΑ

## Διεθνές Φεστιβάλ Σύγχρονου Χορού

Στα Χανιά, για 6η συνεχή χρονιά, ο κόσμος του χορού δηλώνει "παρών" στη διοργάνωση του Διεθνούς Φεστιβάλ Σύγχρονου Χορού "Dance Days" που θα πραγματοποιηθεί από την Τετάρτη 20 έως την Πέμπτη 28 Ιουλίου.

Το πρόγραμμα του φεστιβάλ περιλαμβάνει δράσεις για κάθε ηλικία. Συμμετέχοντες καλλιτέχνες από την Ελλάδα και το εξωτερικό, νέοι και καταξιωμένοι χορογράφοι και χορευτές, θα συμπορευτούν, με παραστάσεις, σεμινάρια και παράλληλες δράσεις.

Πρόγραμμα Παραστάσεων:

• Τετάρτη 20.7 9μ.μ., Βενιζέλειο Ωδείο Χανίων Κινητήρας (GR), Το Δικό μου Ψάρι [παιδικό χοροθέατρο]. Εισιτήρια: 10 € κανονικό, 7 € μειωμένο, 5 € παιδικό.

• Πέμπτη 21.7 9:30μ.μ., Βενιζέλειο Ωδείο Χανίων cieLaroque/Helene Weinzierl (AT), Demo-crazy / how to peel an onion without crying. Εισιτήρια: 10 € κανονικό, 7 € μειωμένο.

• Παρασκευή 22.7 7 μ.μ., Παράλληλη δράση, Δημοτική Πινακοθήκη Χανίων, Παρουσίαση σεμιναρίου Αφροδίτης Αντύπα, "Ρεπερτόριο, Σύμβαση και Αυτοσχεδιασμός για παιδιά και εφήβους βασισμένο στο Rosa's Project Remix". Ελεύθερη είσοδος.

9:30μ.μ., Βενιζέλειο Ωδείο Χανίων Milan Tomasik & Co. (SK), Silver Blue.

Εισιτήρια: 10 € κανονικό, 7 € μειωμένο.

• Σάββατο 23.7 9:30μ.μ., Βενιζέλειο Ωδείο Χανίων

cia Mariantonia Oliver (ES), Las Muchas [παράσταση με Κυρίες 65+]

Εισιτήρια: 10 € κανονικό, 7 € μειωμένο, 5 € για μέλη Κ.Α.Π.Η.

• Κυριακή 24.7 Βραδιά Νέων Χορογράφων 9:30μ.μ., Βενιζέλειο Ωδείο Χανίων La Otra Familia (AT), All these places have their moments 10μ.μ. Κατερίνα Αρχοντάκη,

Semicolon[] 10:30μ.μ. Δανάη Δημητριάδη & Διονύσης Αλαμάνος, Uncia εισιτήρια: για 3 παραστάσεις 12 € κανονικό, 9 € μειωμένο, για 2 παραστάσεις 9 € κανονικό, 7 € μειωμένο, για 1 παράσταση 7 € κανονικό, 5 € μειωμένο.

• Δευτέρα 25.7 9:30μ.μ., Βενιζέλειο Ωδείο Χανίων κι όμΩς κινείται, Betelgez εισιτήρια: 10 € κανονικό, 7 € μειωμένο.

• Τρίτη 26.7 8μ.μ., Παράλληλη δράση, Υπόγεια Κρήνη - Σπλάντζα

Performance: "Shōnen", από την Ομάδα Σύγχρονου Χορού "Συν-Κίνηση" (Γιώργος Αναστασάκης, Ιουλία Ζαχαράκη). Είσοδος ελεύθερη.

9:30μ.μ., Βενιζέλειο Ωδείο Χανίων Roser Lopez Espinosa (ES), Hand to Hand εισιτήρια: 9 € κανονικό, 7 € μειωμένο.

10μ.μ., Παράλληλη δράση, Βενιζέλειο Ωδείο Χανίων (αυλή).

Μουσική και χορευτική διάδραση με τους Γιάννη Παπατζανή, Δημήτρη Σιδερά και Χριστίνα Σουγιουλτζή, είσοδος ελεύθερη.

• Τετάρτη 27.7 8μ.μ., Παράλληλη δράση, Δημοτική Πινακοθήκη Χανίων (αυλή)

Performance: "Εκείνο", Χριστίνα Σκουτέλα. Είσοδος ελεύθερη. 9:30μ.μ. Βενιζέλειο Ωδείο Χανίων, Βραδιά Ντουέτων Alma Libre co., Race to (g)race. 10μ.μ. Otro Lugar Danza (GR-ES), META - Εισιτήρια: για 2 παραστάσεις 9 € κανονικό, 7 € μειωμένο, για 1 παράσταση 7 € κανονικό, 5 € μειωμένο.

• Πέμπτη 28.7 9:30μ.μ., Βενιζέλειο Ωδείο Χανίων Φώτης Νικολάου - X-it (CY), A room to grow. 10.30 μ.μ. Πρόσχημα, A room (of her own) [πράξη 34].

Εισιτήρια: για 2 παραστάσεις 12 € κανονικό, 9 € μειωμένο, για 1 παράσταση 9 € κανονικό, 7 € μειωμένο.

Θα ακολουθήσει πάρτι λήξης.

Σημεία προώλησης εισιτηρίων: κατάστημα "Τυρκοιάζ", Τζανακάκη 21, Χανιά, κίσκι Δήμου, στην Αγορά Χανίων.

Για περισσότερες πληροφορίες:  
<http://dancedays.gr/>  
<https://www.facebook.com/DanceDaysChania/>

ΣΤΟ ΜΟΥΣΕΙΟ ΤΥΠΟΓΡΑΦΙΑΣ

## Χιουμοριστικές ιστορίες σε κρητική διάλεκτο

» Με μαντινάδες, φωτογραφίες και μουσικές

Τη θεατρική παράσταση "Ανεστορούμαι και ανεστορίζω" παρουσιάζουν τη Δευτέρα 18 Ιουλίου και ώρα 9:30μ.μ. στο Μουσείο Τυπογραφίας (ΒΙΟΠΑ, Σούδα) η ηθοποιός Μαρινέλλα Βλαχάκη και ο μουσικός Λεωνίδας Μαριδάκης.

Πρόκειται για δύο χιουμοριστικά διηγήματα του Γιώργη Γρ. Σταματάκη, γραμμένα στην κρητική διάλεκτο, τα

οποία αποδίδονται με ιδιαίτερο τρόπο, σε μορφή θεατρικού αναλογίου. Μαντινάδες, φωτογραφίες και μουσικές διανθίζουν τα κείμενα και τις παράδοξες ιστορίες των χωρικών. Σε ένα ταξίδι στα Καπετανιανά της Κρήτης του 1970 γνήριμες εικόνες από το κοντινό παρελθόν συναντούν την αστεία πλευρά της ζωής.

«Πόση αναστάτωση μπορεί να προ-

καλέσει στο απομακρυσμένο ορεινό χωριό ο δάσκαλος αν συμβεί να έχει αδύνατα πόδια;». «Πώς αντιδρούν οι Καπετανιανοί όταν αντικρίζουν για πρώτη φορά τουρίστα;».

Η παράσταση είχε ανέβει τον περασμένο Νοέμβριο από το ΔΗ.Π.Ε.Θ.Ε. Κρήτης με μεγάλη επιτυχία.

Ειδική τιμή εισιτηρίου: 4 ευρώ. Απαραίτητη η προκράτηση θέσεων.



ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΗΡΙΑ  
ΜΑΥΡΟΜΑΤΑΚΗ - ΜΗΤΕΡΑ

ΠΑΙΔΙΚΗ ΕΚΘΕΣΗ ΖΩΓΡΑΦΙΚΗΣ

ΣΤΟ ΠΑΛΙ ΤΖΑΜΙ (ΠΑΛΙΟ ΛΙΜΑΝΙ)

ΕΙΝΑΙ ΜΙΑ Η ΘΑΛΑΣΣΑ

Τα έσοδα θα διατεθούν για τη στήριξη της

ΕΛΕΠΑΠ

ΕΓΚΑΙΝΙΑ ΕΚΘΕΣΗΣ:  
ΚΥΡΙΑΚΗ 17 ΙΟΥΛΙΟΥ 2016  
ΣΤΙΣ 9:00 ΤΟ ΒΡΑΔΥ

ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΕΚΘΕΣΗΣ:  
17 ΙΟΥΛΙΟΥ - 19 ΙΟΥΛΙΟΥ  
ΩΡΕΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ:  
11:00 - 23:00

ΚΛΗΡΩΣΗ  
ΛΑΧΕΙΟΦΟΡΟΥ ΑΓΟΡΑΣ:  
ΤΡΙΤΗ 19 ΙΟΥΛΙΟΥ 2016  
ΣΤΙΣ 9:00 ΤΟ ΒΡΑΔΥ



ΧΟΡΗΓΟΙ



## ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΗ ΗΜΕΡΙΔΑ

Θέμα:

**"Επιστροφή στην κανονικότητα: Το παράδειγμα της Κύπρου και τι μπορεί να μας διδάξει."**

Ομιλητές:

Σπύρος Μακριδάκης, Πρύτανης Πανεπιστημίου Νεάπολης  
Ομότιμος καθηγητής INSEAD, Ειδικός σε οικονομικές προβλέψεις και στρατηγική.

**"Ο ρόλος των Startups στην εντερνετική εποχή μας"**

Αντώνης Μανιτάκης, Κοσμήτορας Σχολής Νομικών και Κοινωνικών Επιστημών Πανεπιστημίου Νεάπολης

Τέως Υπουργός, Συνταγματολόγος, Ομότιμος καθηγητής Α.Π.Θ.

**"Γιατί δεν προχωρούν οι μεταρρυθμίσεις στην Ελλάδα και προχώρησαν στην Κύπρο"**

Ανδρέας Χατζενοφώντος, Επίκουρος Καθηγητής Λογιστικής, Τραπεζικών και Χρηματοοικονομικών Πανεπιστημίου Νεάπολης  
**"Μη Εξυπηρετούμενα Δάνεια και η προοπτική οικονομικής ανάπτυξης"**

Πανεπιστήμιο  
Νεάπολης  
Πάφος

ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟ  
ΤΡΑΠΕΖΑ ΧΑΝΙΩΝ

ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΟ  
ΕΠΙΜΕΛΗΤΗΡΙΟ  
ΤΗΣ ΕΛΛΑΔΑΣ



Ένα σύγχρονο Πανεπιστήμιο  
σε μια πολιτιστική πρωτεύουσα!

**Χανιά - Δευτέρα 18 Ιουλίου 2016**

Ώρα: 19:00

**Αίθουσα Συνεδρίων Τράπεζας Χανίων**  
(Ελευθερίου Βενιζέλου 28-32)

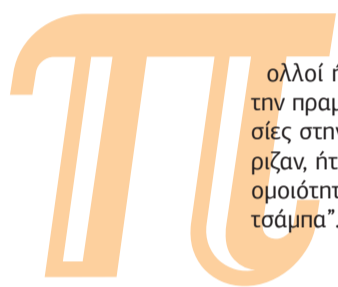
ΣΤΑ ΠΑΛΙΑ ΧΑΝΙΑ

# Πλανόδιοι βιοπαλαιστές



ΜΑΝΩΛΗΣ  
ΜΑΡΚΑΝΤΩΝΑΚΗΣ

**Πλανόδιοι μικροεπαγγελματίες, τελάληδες, μικροπωλητές, πραγματευτάδες, που περιπλανούνταν σε χωριά και γειτονιές, έχουν καθεί πια και μαζί μ' αυτούς μια ολόκληρη εποχή, που όπως θυμούνται οι παλιοί την χαρακτήριζε η ανθρωπιά, η "μπέσα" η αλληλεγγύη, ο σεβασμός και η αγάπη του κόσμου. Ο λόγος υπάρξης αυτών των ανθρώπων με τα λογής εμπρεύματά τους, εξαρτιώνταν από την εκάστοτε εποχή και τις ανάγκες της κοινωνίας. Ανασκαλεύοντας το χρονοντούλαπο της ιστορίας, ψάξαμε και βρήκαμε δύο ανθρώπους που για δεκαετίες κυκλοφορούσαν στον Νομό μας, τον γαλατά και τον πραγματευτή-έμπορα.**



Πολλοί ήταν οι πλανόδιοι πραγματευτάδες που διαλαλούσαν τα παλιά χρόνια την πραγματεία τους, σε χωριά και γειτονιές του νομού μας. Διαχρονικές παρουσίες στην πόλη μας, που έχουν μείνει χαραγμένες στη θύμηση όσων τους γνώριζαν, ήταν και τα αδελφία Τσούρδοι, ο Γιάννης και ο Θοδωρής, που λόγω της ομοιότητας τους, αν και δεν ήταν δίδυμοι τους αποκαλούσαν οι "Αδελφοί Κατσάμπα".

## Από το κασόνι στο καρότσι και στο κάρο με το άλογο

Όπως σημειώνει ο Γιάννης Τσούρδος: «Στις αρχές της δεκαετίας του 1950 ξεκίνησα μόνος μου, κουβαλούσα ένα κασόνι με διάφορα αντικείμενα, είδη κιγκαλερίας και γυρίζα στις γειτονιές. Το 1957 μαζί με τον αδελφό μου τον Θοδωρή, πήραμε ένα μεγάλο καρότσι που είχε ρόδες ποδηλάτου, αγοράζαμε διάφορα είδη από μαγαζιά της πόλης μας, και αρχίσαμε να πηγαίνουμε και στα κοντινά χωριά. Το 1958 που ο αδελφός μου πήγε φαντάρος και για δύο χρόνια μέχρι να απολυθεί τα έφερα πολύ δύσκολα, αφού ήταν σκέτο μαρτύριο να σπρώχνω μόνος μου το καρότσι και να γυρίζω στις γειτονιές και τα χωριά. Το 1960 και ενώ μόλις είχε απολυθεί ο αδελφός μου, στα Χανιά κυκλοφορούσε ένας παλιατζής με μια σούστα που την τράβαγε ένα άλογο, ο οποίος γύριζε στα χωριά και αγόραζε ότι έβρισκε, που στην συνέχεια τα πουλούσε. Λόγω όμως μια ασθένειάς του (βρογχίτιδα) οι γιατροί του είπαν να φύγει από τα Χανιά και να πάει να μείνει για κάποιο διάστημα για θεραπεία στη Αθήνα που έχει καλύτερο κλίμα. Επειδή όμως δεν είχε κάποιον να φροντίζει το άλογο αποφάσισε να το πουλήσει. Λόγω της γνωριμίας μας, μου είπε αν το θέλω να το πάρω εγώ. Εν τω μεταξύ σταματήσαμε να αγοράζουμε εμπορεύματα από δεύτερο χέρι και συνεργαστήκαμε με μεγάλες εισαγωγικές εταιρείες και αντιπροσωπείες των Αθηνών. Συμφωνήσαμε λοιπόν με τον παλιατζή το ποσό και από τότε μέχρι και το 2000 διατηρήσαμε με τον αδελφό μου στη σούστα. Προς το τέλος του 2000 ο αδελφός μου δεν μπορούσε άλλο και σταμάτησε να έρχεται μαζί μου».

### «Έρχονται οι αδελφοί Κατσάμπα...»

«Αν και με τον αδελφό μου δεν είμαστε δίδυμοι, αλλά μοιάζαμε σαν δύο σταγόνες νερό, μας κόλλησαν το παρατσούκλι "οι αδελφοί Κατσάμπα". Καθημερινά λοιπόν από νωρίς το πρωί μέχρι αργά το απόγευμα, γυρίζαμε τα χωριά των Χανίων, από το Κολυμπάρι και τα γύρω χωριά, μέχρι Βατόλακκο, Αλικιανό κ.λπ. Είχαμε ένα σάνταρ εβδομαδιαίο πρόγραμμα και ο κόσμος ήξερε ποια μέρα θα βρεθούμε στο χωριό του και μας περίμενε. Στη σούστα φορτώναμε από, τσικάλια, ταψιά πλαστικά βάζα, ποτήρια, ηπρούνια, γυαλικά, ουσιαστικά όλα τα είδη που χρειάζεται ένα σπίτι. Οχι μόνο πουλούσαμε τα είδη μας, μετρητοίς ή βερσέ, αλλά κάναμε και ανταλλαγές δίνοντας είδη που χρειαζόνταν οι νοικοκυρές και παίρναμε αυγά, κότες, μυζήθρα, λάδι κ.ά. Τα παλιά τότε χρόνια μπορεί ο κόσμος να ήταν φτωχός, αλλά η αγάπη, η αλληλεγγύη, η φιλοξενία περίσσευε απ' όλους. Αλλά χρόνια...», μας λέει ο κ. Γιάννης.

### Η σούστα και τα προβλήματά της..

«Η σούστα με το άλογο μάς έδωσε τη δυνατότητα να επισκεφτόμαστε περισσότερα και πιο μακρινά χωριά. Όμως τα προβλήματα και οι δυσκολίες δεν μας έλειπαν. Τα παλιά χρόνια όσοι θυμούνται, το χιόνι έκανε την εμφάνισή του και στα

πεδινά χωριά. Πολλές φορές τον χειμώνα είχαμε αναγκαστεί να σταματήσουμε και για ώρες ολόκληρες μέχρι να κοπάσει η χιονόπτωση ή να λιώσει λίγο το χιόνι για να μπορέσει να ξεκινήσει το άλογο, αφού πάνω στο χιόνι γλιστρούσε και δεν μπορούσε να κάνει βήμα. Πολλές φορές για να πάμε σε κάποιο χωριό αναγκαζόμαστε να περάσουμε μέσα από ποταμούς. Δεν ήταν και λίγες οι φορές που σπρώχναμε τη σούστα αφού αυτή είτε είχε κολλήσει στην κοίτη του ποταμού, είτε σε χωματόδρομους γεμάτους από λάσπη μετά από βροχή. Πέρασαμε πολύ δύσκολες καταστάσεις, αλλά αυτό το επάγγελμα είχαμε επιλέξει με τον αδελφό μου για να ζήσουμε».



Γιάννης Τσούρδος.

### Τίτλοι τέλους

«Το 2000 που σταμάτησε ο αδελφός μου αγόρασα ένα αυτοκίνητο κλούβα και συνέχισα να γυρίζω τα χωριά, μαζί με τον γιο μου, που είχε αποφασίσει να ακολουθήσει το επάγγελμα. Αυτό γινόταν μέχρι το 2015 και ενώ όλα είχαν μπει σε καλό ρυθμό, δυστυχώς τον έχασα ξαφνικά. Εξήντα χρόνια πάλεψα με αντιξοότητες, δυσκολίες, κούραση, καλές και κακές στιγμές, αλλά πάντα στο τέλος τα κατάφερα, γιατί υπήρχε υγεία. Δυστυχώς όμως η μοίρα στο τέλος είχε για μένα άλλα σχέδια».....



Τυπικό δείγμα κάρου εποχής

γαλατάς ήταν ο πρώτος πλανόδιος πωλητής που συναντούσε κάποιος, νωρίς το πρωί στις συνοικίες και τις γειτονιές της πόλης μας, ένα επάγγελμα που διατηρήθηκε μέχρι τα μέσα του 20ου αιώνα. Τον γαλατά, δεν τον συναντούσες στα χωριά, παρά μόνο στις μικρές και μεγάλες πόλεις. Στα χωριά σχεδόν όλες οι οικογένειες είχαν δικά τους ζώα και το έβρισκαν εύκολα.

Οι νοικοκυρές λοιπόν τα χρόνια εκείνα έβγαιναν το πρωί από τα σπίτια του με την κατασαρόλα στο χέρι, ενώ

άλλες πάλι άφηναν από βραδής στη εξώπορτα την κατασαρόλα ή το μπουκάλι για να το δει ο γαλατάς που θα περνούσε ώστε να τα γεμίσει. Ψάξαμε λοιπόν και βρήκαμε έναν από τους παλιούς γαλατάδες των Χανίων, τον Γιώργο Τσουβαλάκη ο οποίος από τα τέλη της δεκαετίας του 1950 αρχικά με τον γάιδαρο και στη συνέχεια με το ποδήλατο, ξυπνούσε τις γειτονιές κάθε πρωί φωνάζοντας «γαλατααααάς»...



## «Γράψε... αγρίμης»

«Βέβαια τα πρώτα χρόνια που δεν είχα ψυγείο να συντηρώ το γάλα, αρκετές φορές είχε χαλάσει και το πετούσα, ενώ και αρκετές φορές μου είχε πέσει το ποδήλατο και είχε κυθεί από τις γαλατιέρες. Θυμάμαι ακόμα ότι στις γειτονιές που πήγαιναν οι νοικοκυρές άφηναν συνήθως από βραδής τη κατασαρόλα στην εξώπορτα. Περνούσα λοιπόν κάθε πρωί και τη γέμιζα. Επειδή πληρωνόμουν κάθε τέλος της εβδομάδας και για να μη χάσω το λογαριασμό, σημείωνα κάθε μέρα με μολύβι πάνω στο τοίχο του σπιτιού, τι γάλα είχα αφήσει π.χ. έγγραφα μισό κιλό ή 500 γραμμάρια. Ομως πολλές φορές ξεχνούσα σε ποια σπίτια είχα αφήσει γάλα και δεν περνούσα να πληρωθώ, ενώ άλλες φορές όταν πλησίαζε το Πάσχα, οι νοικοκυριές καθάριζαν τα σπίτια και τις αυλές τους, άσπριζαν και τους τοίχους με αποτέλεσμα να σβήνουν αυτά που είχα γράψει. Τι χρήματα να ζητήσεις μετά. "Γράψε αγρίμης" όπως συνηθίζαμε να λέμε τότε. Ομως βρε παιδί μου παρά την κούραση τη ταλαιπωρία, αλλά και τις αρκετές ζημιές που μου είχαν συμβεί εκείνα τα χρόνια, όχι μόνο έβγαζα χρήματα, αλλά μου έμεναν και στη τσέπη. Τώρα δουλεύεις δεν δουλεύεις σου τα τρώει το κράτος και είσαι πάντα στο μείον».

## Αιτία για το τέλος... το Τσέρνομπιλ

«Για 25 χρόνια βρισκόμουν κάθε πρωί στις γειτονιές και στις συνοικίες των Χανίων πουλώντας γάλα. Το 1986 μετά την έκρηξη που σημειώθηκε στο πυρηνικό εργοστάσιο στο Τσέρνομπιλ και όταν οι επιστήμονες μίλησαν για ραδιενέργεια και μόλυνση στη ατμόσφαιρα, η δουλειά μου έκοψε σαν «μαχαίρι» και κανείς δεν ξαναγόρασε γάλα. Ετσι σταμάτησα οριστικά το επάγγελμα» μας αφηγείται ο κ. Γιώργος.



## Γαλατάς εξ ανάγκης..

«Στο χωριό είχα πρόβατα και κατσίκια και το γάλα τους το πουλούσα σε κάποιον γνωστό μου. Ομως επειδή μου το αγόραζε σε χαμηλή τιμή, είπα κάποια στιγμή να το εμπορευόμαι ο ίδιος. Ξεκίνησα λοιπόν με τον γάιδαρό μου φορτωμένο με γάλα, να κατεβαίνω στα Χανιά και να το πουλώ. Αυτό γινόταν τρία χρόνια πριν πάω φαντάρος, ενώ στο διάστημα αυτό είχα «καταλήσει» τρεις γαϊδάρους, αφού δεν άντεχαν το καθημερινό χωριό - πόλη, φορτωμένοι με πολλές οκάδες γάλα. Όταν απολύθηκα από τον στρατό αποφάσισα να ασχοληθώ με το επάγγελμα αυτό, αφού πρώτον δεν είχα άλλη επαγγελματική επιλογή, ενώ παράλληλα έβλεπα ότι κάνοντας τον γαλατά θα μπορούσα να ζήσω, γιατί οι εποχές τότε ήταν πολύ δύσκολες».

## Από το χωριό στην πόλη..

«Αποφάσισα να μείνω μόνιμα στην πόλη, ώστε να αποφύγω το συνεχές "πήγαινε - έλα" στο χωριό. Αγόρασα και ένα ποδήλατο και ξεκίνησα. Η δουλειά πήγαινε καλά και το δικό μου γάλα δεν μου έφτανε.

Τότε στα Χανιά ήταν περίπου 15 στάβλοι με ζώα, όπου από βραδής πήγαινα και αγόραζα το γάλα, κυρίως αγελαδινό, ενώ το πρόβειο το έπαιρνα από τα Περιβόλια.

Στο ποδήλατο φόρτωνα περίπου 100 οκάδες γάλα μέσα σε μεταλλικές γαλατιέρες, το οποίο συντηρούσα το βράδυ στον πάγο και κάθε πρωί στις 4 τα ξεμερώματα ξεκινούσα τη δουλειά.

Το ποδήλατο με τόσες οκάδες πάνω του, ήταν πάνβαρο και δεν μπορούσα να το οδηγήσω. Κάθιζα στη σέλλα μόνο όταν έβλεπα κατηφόρες ή καλές ισιάδες, τις περισσότερες βέβαια φορές το έσπρωχα.

Η δουλειά συνέχιζε να πηγαίνει καλά, ο κόσμος με είχε γνωρίσει και έδινα όλο και περισσότερο γάλα. Υπήρχαν μέρες που είχα πουλήσει μέχρι και 400 κιλά γάλα μέχρι το απόγευμα».



Σ.Σ.: Το επάγγελμα του γαλατά στον ελληνικό κινηματογράφο έχουν μεταφέρει και αποδώσει με μεγάλη επιτυχία ο Κώστας Χατζηχρήστος, ο Θανάσης Βέγγος αλλά και ο Γιάννης Γκιωνάκης, με πολλές κωμικοτραγικές καταστάσεις, όχι ασυνήθιστες την εποχή εκείνη.



## σερφ@ρίσματα

της ΜΑΡΙΑΣ ΜΥΣΤΑΚΙΔΟΥ

Terms of Service  
Didn't Read

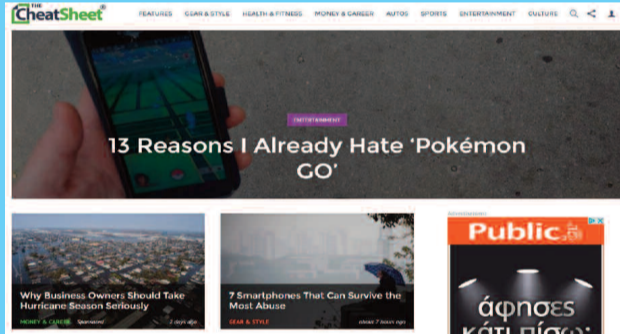
"I have read and agree to the Terms" is the biggest lie on the web. We aim to fix that.

We are a user rights initiative to raise and lower online terms &amp; privacy policies. From very good to very bad. Terms of services are often too long to read, but you have to agree to them. We hope that our ratings can help you get informed about your rights. Do not hesitate to click on a service below, to have more details! You can also get the ratings directly in your browser by installing our web browser add-on.

Download browser add-on

Να εγγραφεί κανείς  
ή να μην εγγραφεί...<https://tosdr.org>

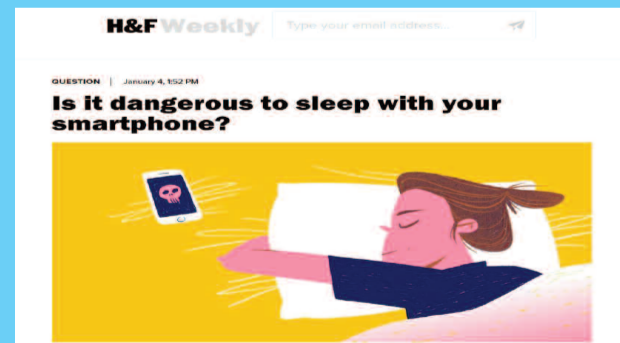
Ιδού η απορία. Διότι όπως πολύ σωστά γνωρίζετε, στον Ιστό υπάρχουν sites που για να χρησιμοποιήσετε τις υπηρεσίες τους πρέπει να «διαβάσετε και να συμφωνήσετε με τους όρους». Κάτι που -ας το παραδεχτούμε- ή το κάνουμε πλημμελώς ή δεν το κάνουμε καθόλου. Εδώ λοιπόν, υπάρχει ένας ιστότοπος που θα σας βοηθήσει να ξεκαθαρίσετε από την αρχή αν το site που σας ενδιαφέρει αξίζει τον κόπο ή θα σας... ταλαιπωρήσει μετά με τους όρους του. Τον ιστότοπο αυτό τον έχουν υμνήσει το Time, η γαλλική le monde, η Zeit και αρκετοί ακόμα κολοσσοί, οπότε δεν χάνετε τίποτα να του ρίξετε μια ματιά.



## “Λυσάρι”

[www.cheatsheet.com](http://www.cheatsheet.com)

Λοιπόν αυτό εδώ είναι ένα “λυσάρι” που απευθύνεται πρωτίστως σε άντρες, δευτερευόντως όμως σε όποιον ενδιαφέρεται να ρίξει μια ματιά σε άρθρα που λύνουν απορίες σχετικά με κάθε τι τρέχον. Ποιες είναι οι καλύτερες αμειβόμενες δουλειές, ποια είναι τα μοντέλα κινητών που αντέχουν τη μεγαλύτερη “κακομεταχείριση”, πέντε ασκήσεις για γραμμωμένα χέρια, τα σημάδια που αποδεικνύουν πως δεν αρέσει στην σύντροφό σας το ντύσιμό σας. Ναι, καλά καταλάβατε. Το cosmpolitan για άντρες, σε διαδικτυακή μορφή, είναι εδώ και περιμένει κάθε “πιστό” να προσέλθει και να ενημερωθεί για θέματα όπως η διατροφή, η γυμναστική, η μαγειρική, η εργασία, οι σχέσεις, το σπίτι και ό,τι τελωσπάντων ενδιαφέρει -συνήθως μια γυναίκα.



## Ελπίδες και φόβοι

[www.hopesandfears.com](http://www.hopesandfears.com)

Πόσο επικίνδυνο είναι να κοιμόμαστε δίπλα στο... τηλέφωνό μας; Πότε ο πόλεμος ήταν πιο “πολιτισμένος”; Μπορούν μεγάλες ομάδες ανθρώπων να έχουν κοινές μνήμες για κάτι που δεν συνέβη ποτέ στ’ αλήθεια; Ποιες πόλεις παγκοσμίως υποφέρουν από το χειρότερο κυκλοφοριακό; Η ιστορία των τρελών επιστημόνων ανά τους αιώνες. Αυτά και πολλά ακόμα είναι τα θέματα που πραγματεύεται ετούτος ο ιστότοπος. Με το όνομα “ελπίδες και φόβοι” αυτό το site παρουσιάζει θέματα διαχρονικά αλλά και αμιγώς σημερινά, όλα υπό το πρίσμα του προβληματισμού. Ρίξτε του μια ματιά.

Το 3ο φεστιβάλ Cretan World Music οργανώνεται στη γέφυρα του Κερίτη στον Αλικιανό Χανίων από τη μουσική της τζαζ Μαρία Μανουσάκη, στον τόπο καταγωγής της, την Τετάρτη 20 Ιουλίου στις 9 το βράδυ με την υποστήριξη του Πολιτιστικού Συλλόγου του Αλικιανού.

πως έκανε γνωστό η κα Μανουσάκη θα παρουσιαστούν τρία μουσικά σχήματα: DRUMVOICE - Πέτρος Κούρτης, Andreas Arnold κουνιέτο, Ζαχαρίας Σπυριδάκης τζαζ.

• Το σχήμα DRUMVOICE - Πέτρος Κούρτης αποτελεί «ένα συναρπαστικό και διαφορετικό grande show από 4 τυμπανιστές μία βιολονίστα και έναν πνευστό».

• Το Andreas Arnold κουνιέτο αποτελεί μία σχέση μεταξύ Φλαμένκο, τζαζ, Ισπανίας και Νέας Υόρκης.

• Ο φημισμένος λυράρης Ζαχαρίας Σπυριδάκης θα παρουσιάσει κρητική παραδοσιακή μουσική.

• Θα εμφανιστούν επίσης οι: Stephane



Olufsen piano, Maria Manousaki Violin, Tigran Sargsyan Armenian recorder, Electra Chrysofi Flamenco Dancing.

Το καθένα από τα γρουπ θα εμφανιστεί για 45 λεπτά, και η μουσική θα είναι μία μίξη από Μεσόγειο, (Ελλάδα - Ισπανία) με έντονες κρητικές μελωδίες και ρυθμούς, flamenco και Νεοϋορκέζικη jazz.

Το εισιτήριο κοστίζει 10 ευρώ.

Την επόμενη μέρα του φεστιβάλ θα πραγματοποιηθούν 2 σεμινάρια μουσικής με τον Κώστα Αναστασιάδη: “The harmony of rhythm for all the arts” και εισαγωγή στους ρυθμούς του Φλαμένκο με τους Andreas Arnold, Carlos Ronda Mas και Yota Baron.



ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΒΙΒΛΙΟΥ

“Για να μη χαθώ!”  
της Μαρίας Ορφανουδάκη

Η παρουσίαση του βιβλίου - λευκώματος της Μαρίας Ορφανουδάκη Μ.Ο. (χορηγίας “Χανιώτικα νέα”) “Για να μη χαθώ!” θα γίνει αύριο Κυριακή και ώρα 8:30μ.μ στο Λαμπράκειο Γυμνάσιο Βάμου.

Την εκδήλωση διοργανώνουν ο Δήμος Αποκορώνου με τον Πολιτιστικό Σύλλογο Βάμου “ο Πρίνος” και περιλαμβάνει έργα

ζωγραφικής επεξεργασμένα από τη Μαρία Ορφανουδάκη σε photo shop, έκθεση φωτογραφίας, ποίηση, μουσική της ίδιας κ.ά.

Την παρουσίαση θα κάνει ο δάσκαλος, λογοτέχνης Βαγγέλης Θ. Κακατσάκης και ο γενικός διευθυντής του Εθνικού Ιδρύματος Ερευνών και Μελετών “Ελευθέριος Κ. Βενιζέλος” Νικόλαος Παπαδάκης.

Πλημμύρισε Μίκη  
το Θέατρο της Ανατολικής Τάφρου

Με τους μαγικούς ήχους και τις μουσικές του Μίκη Θεοδωράκη, ταξίδεψαν την Πέμπτη, όσοι βρέθηκαν στο κατάμεστο Θέατρο της Ανατολικής Τάφρου.

Τραγούδια που αγαπήθηκαν από όλες τις γενιές, τραγούδια που συνεχίζουν να συγκινούν γέμισαν τον χώρο και τις καρδιές των θεατών, που συμμετείχαν ενεργά με χορό και τραγούδι.

Στις κερκίδες, άνθρωποι κάθε ηλικίας, ανάμεσά τους πολλά παιδιά, ακόμα και μωρά, έγιναν ένα με τις μουσικές, επιβεβαιώνοντας για ακόμα μια φορά πόσο διαχρονικός και επίκαιρος είναι ο Μίκης Θεοδωράκης.

Στο αφιέρωμα, που έγινε με αφορμή τα 91 χρόνια του συνθέτη, ερμήνευσαν ο μοναδικός Βασίλης Λέκκας, η Δέσποινα

Δρακάκη, ο πάντα υπέροχος Τάσος Ψαλιδάκης και η Βιργινία Ντοκάκη.

Το αφιέρωμα προλόγισε ο Δημήτρης Νικολακάκης, ενώ συμμετείχε και το φωνητικό σύνολο της τάξης τραγουδιού της Δέσποινας Δρακάκη.

Μ. Μυστ.  
Φωτ. Μπουζάκης

## “ΒΙΛΑ ΤΩΝ ΤΕΧΝΩΝ”

# Ένας νέος χώρος αφιερωμένος στην street art

ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΜΑΡΙΔΑΚΗΣ  
dmaridakis@yahoo.gr

Το δικό τους “σπίτι” απέκτησαν η street - art και το γκράφιτι στα Χανιά μέσα από τη δημιουργία της γκαλερί “Villa Des Arts” (Βίλα των Τεχνών) που εγκαινιάστηκε προχθές το βράδυ στο νεοκλασικό κτήριο στην οδό Νεάρχου 37.



Από αριστερά διακρίνονται ο κ. Stephane Valici με τη σύζυγό του, η πρόεδρος του Ελληνο-Γαλλικού Συλλόγου Στέλλα Κουτσουπάκη και ο καλλιτέχνης της street - art Onemizer.



μπνευστής του νέου χώρου είναι ο γκαλερίστας Stephane Valici ο οποίος μαζί με τη σύζυγό του φιλοδοξούν να φιλοξενήσουν στη γκαλερί διεθνώς καταξιωμένους καλλιτέχνες της street - art, μιας τέχνης που, όπως επισημαίνουν, δεν έχει τίποτα να ζηλέψει από τις παραδοσιακές μορφές καλλιτεχνικής έκφρασης.

Τα εγκαίνια του νέου χώρου τέχνης, στον οποίο παράλληλα λειτουργεί καφέ - αναγνωστήριο και βιβλιοπωλείο, πραγματοποιήθηκαν προχθές το βράδυ και συνδυάστηκαν με την εκδήλωση για την επέτειο της Γαλλικής Επανάστασης που διοργάνωσε ο Ελληνο-Γαλλικός Σύλλογος Χανίων.

Μιλώντας στις “διαδρομές” ο κ. Stephane Valici, ο οποίος διατηρεί επίσης γκαλερί στο Ντουμπάι, δήλωσε ερωτευμένος με την Κρήτη την οποία επισκέπτονται εδώ και χρόνια με τη σύζυγό του για διακοπές, ενώ δεν έκρυψε τον ενθουσιασμό του για το νεοκλασικό κτίσμα

που αποφάσισε να διαμορφώσει σε χώρο τέχνης.

«Αυτό που θέλουμε μέσα από τη γκαλερί είναι να δώσουμε έμφαση στην street - art, έργα γκράφιτι και ποπ - αρτ. Είναι κάτι που κάνουμε ήδη στην γκαλερί στο Ντουμπάι γιατί πιστεύουμε ότι η τέχνη του γκράφιτι και η street - art δεν υστερούν σε τίποτα από τις υπόλοιπες τέχνες».

Στο πλαίσιο αυτό, επεσήμανε ο κ. Valici, ο χώρος ήδη ξεκίνησε να φιλοξενεί έργα διεθνώς καταξιωμένων δημιουργών της street-art παρουσιάζοντας συγχρόνως την εξέλιξη που έχει σημειωθεί τα τελευταία χρόνια σε αυτό το πεδίο της τέχνης καθώς και διαφορετικές τεχνικές και τεχντροπίες.

Στα εγκαίνια του χώρου παραβρέθηκε, μεταξύ άλλων, και ο νέος Γάλ-

λος καλλιτέχνης της Onemizer ο οποίος παρουσίασε ζωντανά ένα μικρό δείγμα της δουλειάς του, εμπνευσμένο από την ελληνογαλλική φιλία.

«Ακόμα και στο Παρίσι παρότι η street - art υπάρχει πολλά χρόνια και έχει γίνει γνωστή δεν έχει γίνει ακόμα τόσο αποδεκτή.

Κι αυτό γιατί θεωρείτο υποκοιλούρα. Ωστόσο, τα τελευταία χρόνια έχει αναβαθμιστεί και νομίζω ότι και στην Ελλάδα μπορεί να γίνει γνωστή η καλλιτεχνική της πλευρά. Σε αυτή την κατεύθυνση βοηθάει η δημιουργία τέτοιων χώρων», δήλωσε ο Onemizer στις “διαδρομές”.

Στην ερώτησή μας αν με το να μπει η street - art σε γκαλερί υπάρχει ο κίνδυνος να χάσει κάτι από τη δύναμη και την αντισυμβατικότητα της, ο νεαρός Γάλλος καλλιτέχνης σχο-

λίωσε: «Δεν είναι απόλυτο αυτό. Δεν πιστεύω ότι χάνει τη δύναμη ή την ιδιαίτερη τεχνική της.

Αντίθετα με το να μπει στα “σαλόνια” και τις γκαλερί έγινε και πιο γνωστή και αποδεκτή, ενώ στον

δρόμο την προσπερνούσαν ή θεωρούσαν ότι υποβαθμίζει έναν χώρο. Επίσης, μέσα από τις γκαλερί, αυτή η τέχνη έρχεται σε επαφή με ένα πιο ευρύ κοινό και ίσως και πιο ψαγμένο».

### Διαχρονικά μηνύματα

Να σημειώσουμε ότι τα εγκαίνια του νέου χώρου τέχνης συνδυάστηκαν με την εκδήλωση για την επέτειο της Γαλλικής Επανάστασης που διοργάνωσε ο Ελληνο-Γαλλικός Σύλλογος Χανίων.

«Για όλο τον κόσμο αυτή η ημέρα συμβολίζει την κατάρριψη του συντηρητισμού και της καταπίεσης. Το μήνυμα “ελευθερία, ισότητα αδελφότητα” παραμένει επίκαιρο στις μέρες μας με την έξαρση του ρατσισμού, τα καταπιεστικά καθεστώτα που εξακολουθούν να υπάρχουν αλλά και το διαρκές αίτημα της αδελφοσύνης που έχει απόλυτη ανάγκη σήμερα η Ευρώπη», επεσήμανε, μεταξύ άλλων, η πρόεδρος του Συλλόγου Στέλλα Κουτσουπάκη.

**προπύλαια**  
κέντρο φροντιστηριακής εκπαίδευσης

Από το 1974 στον χώρο της εκπαίδευσης

**ΘΕΡΙΝΗ ΠΕΡΙΟΔΟΣ 2016**  
**Εγγραφές : Από 21 Ιουλίου**  
**Έναρξη Μαθημάτων : 28 Ιουλίου**

Α. ΠΑΠΑΝΔΡΕΟΥ 40 - ΧΑΝΙΑ ΤΗΛ: 2821041653 - Fax: 2821020059  
www.propylaia.gr - email: info@propylaia.gr - facebook: "προπύλαια"

**ambrosia plus**  
NATURAL HERBAL COSMETICS

**Εξειδικευμένο τμήμα με φυτικά βιολογικά καλλυντικά με βάση το λάδι ελιάς.**

Προϊόντα περιποίησης προσώπου- σώματος για όλους τους τύπους δέρματος

Ελαια

Χειροποίητα σαπούνια (με το κιλό ή έτοιμα κομμένα)

**Ότι καλύτερο έχει να προσφέρει η Ελληνική φύση και κυρίως η Κρητική γη.**

Extra παρθένο ελαιόλαδο

Ρακί

Κρασί

Μέλι

Αρωματικά φυτά

Δημιουργίες από ξύλο ελιάς

**Μπετόλο 47-49 (παράλληλο στενό από τα Στιβανάδια) Χανιά**  
**www.ambrosia-products.gr**

# παιδότοπος



Β' τάξη Δημ. Σχ. Καντάνου

## «Κεράσια, εδώ τα καλά κεράσια!»



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

**Φίλες, και φίλοι, καλό Σαββατοκύριακο!**

«Κεράσια, εδώ τα καλά κεράσια!». Στη διαπασών το φωνάζουν στην υπέροχη σχετική εργασία τους τα παιδιά της Β' τάξης του Δημ. Σχ. Καντάνου. Να 'ναι καλά ο δάσκαλός τους, ο γνωστός και από πολλές άλλες εργασίες μαθητών του, Μύρωνας Παναγιωτάκης που

μου την έστειλε. «Κεράσια, εδώ τα καλά κεράσια», μας λένε και με τα δείγματα απ' την εργασία τους που χώρεσαν στον σημερινό Παιδότοπο...

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



Ο Μάιος είναι ο μήνας των κερασιών. Δεν υπάρχει κάποιος που να μην τα λιγουρεύεται. Το πιο ωραίο όμως είναι να τα μαζεύει κατευθείαν από την κερασιά.

Οι κερασιές δεν είναι όμορφες μόνο με κεράσια αλλά κι όταν είναι ανθισμένες. Μάλιστα η Ιαπωνία είναι η χώρα των ανθισμένων κερασιών. Και στην Ελλάδα συναντούμε κερασιές. Βασιλίτσα των Κερασιών είναι η Εδεσσα. Πολλές κερασιές υπάρχουν και στο χωριό του κυρίου Μύρωνα, στο Βαβουλέδο...

Ο κύριος Μύρωνας φαίνεται πολύ νέος και φρέσκος επειδή κάθε χρόνο καταναλώνει πάρα πολλά κεράσια. Τα κεράσια μάς κάνουν να φαινόμεστε νέοι. Έχουν βιταμίνες και καθαρίζουν τον οργανισμό μας αφού κάνουμε συχνά... πιπί. Στολίζουν τις τούρτες και όλοι λιγουρεύονται σοκολατάκια γεμιστά με κεράσια σιροπιαστά. Ξαδερφάκι του κερασιού είναι το βύσσινο που κάνει δροσερή βυσσινάδα. Μπαίνουν σε φρουτοσαλάτες, γίνονται μαρμελάδα και βασιλιάς των γλυκών του κουταλιού είναι φυσικά το κεράσι.

Β' τάξη



**Η Στεφανία με τις φίλες και τους φίλους της στις κερασιές στα Φλώρια. Στο σχολείο μας το κεράσι νίκησε τη φρούλα.**

### “Μια κερασιά”

Εμένα ο παππούς μου έχει πολλές κερασιές, αλλά μια μέρα πήγαμε όλοι μαζί για να μαζέψουμε κεράσια. Μετά ο παππούς μου πήρε μια σκάλα και ανέβηκε για να μαζέψει κεράσια εγώ με την αδερφή μου ανεβήκαμε πάνω στις κερασιές και τρώγαμε κεράσια. Πιο μετά, πήραμε κάτι κλούβες για να μαζέψουμε κεράσια. Μία μέρα μετά πήγαμε σε μια άλλη κερασιά και μαζέψαμε κεράσια.

**Στεφανία**

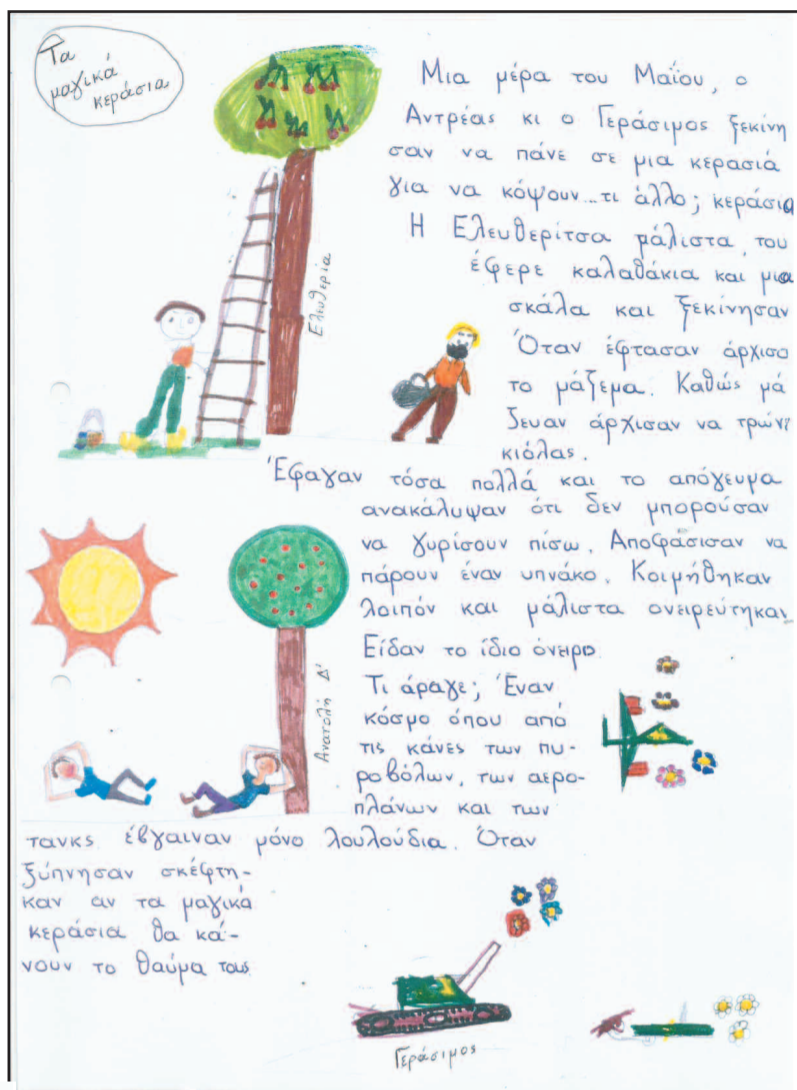


Κερασάκι μου καλό  
είσαι στρογγυλό και κόκκινο  
είσαι πανέμορφο  
και πολύ νόστιμο.

**Ελένη**



Β' τάξη Καντάνου 2015-2016



### Κερασοπληροφορίες και για τους μεγάλους:

Η κερασιά κατάγεται από τον Εύξεινο Πόντο και μάλιστα από την Κερασούντα. Στην Εορμή της έφερε ίσως ο Λούκουλος από ένα ταξίδι του εκεί ή από αποδημητικά πουλιά. Στην κερασιά αρέσει το αραιό-ημισορεινό κλίμα και στην Ελλάδα την συναντάμε σχεδόν παντού. Πιο πολύ όμως στην Πέλλα, Πιερία και Ημαθία.

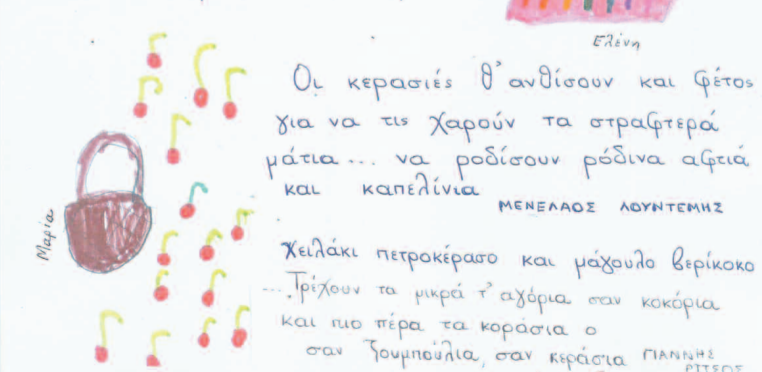
Όλοι αγαπούν τα κεράσια όταν αυτά είναι νόστιμα, φρέσκα και τραχανά. Η.Π.Α., Τουρκία, Γερμανία, Ιαπωνία είναι χώρες κερασιών.

Ποιήματα, εκφράσεις, τραγούδια, παροιμίες έχουν γεννηθεί και εμπνευστεί από τα κεράσια.

“Απ' το Μάη ως τα κεράσια...”

“Όπου ακούς πολλά κεράσια  
κράτα μικρό καλάθι...”

“Είναι το κερασάκι στην τούρτα...”



### Μια κερασιά”

Μου αρέσουν τα κεράσια, γιατί είναι ωραία όταν έχουν ζουμί όταν τα ζουλάω. Είναι πολύ υγιεινά και έχουν επίσης πολλές βιταμίνες, αλλά πρέπει να τα πλύνουμε προτού τα φάμε. Εγώ τα λιγουρεύομαι.

**Γεράσιμος**



ΣΤΟ Κ.Α.Μ.

## Ξεναγήσεις και Εκπαιδευτικές δράσεις

■ Στην έκθεση “Το καλοκαίρι του Κυρίου Le Corbusier”

Στο πλαίσιο της δέσμης εκδηλώσεων “Αναφορά στον ΕΛ/Le Corbusier - ΧΑΝΙΑ” ξεναγήσεις στην έκθεση “Το καλοκαίρι του Κυρίου Le Corbusier” θα πραγματοποιηθούν κατά τη διάρκεια του μηνός Ιουλίου στο ΚΑΜ.

Οι ξεναγήσεις θα γίνουν στις 18, 20, 25 και 27 Ιουλίου στις 7:30μ.μ. με ελεύθερη είσοδο για το κοινό.

Τις ξεναγήσεις θα κάνει η Αμαλία Κωτσάκη, δρ αρχιτέκτων, επ. καθηγήτρια στην Αρχιτεκτονική Σχολή του Πολυτεχνείου Κρήτης και επιστημονική - οργανωτική υπεύθυνη της δέσμης των εκδηλώσεων.

Η ξεναγήση θα περιλάβει γενικότερη ενημέρωση για το έργο του αρχιτέκτονα και τη σχέση του με τη Μεσόγειο και τους μύθους της Κρήτης, ειδικότερα μετά την πρόσφατη (συνδιάσκεψη της 11ης Ιουλίου στην Κωνσταντινούπολη) ένταξη 17 κτηρίων του στον κατάλογο μνημείων της UNESCO.

Οι ενδιαφερόμενοι/ες θα πρέπει να δηλώσουν τη συμμετοχή τους στο τηλ. 2821034200 εργάσιμες ημερες και ώρες. Θα τηρηθεί σειρά προτεραιότητας. Θέσεις περιορισμένες.

### ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΕΙΣ

Παράλληλα, τα παιδιά ανακαλύπτουν στο Κ.Α.Μ. τον Κύριο Le Corbusier μέσα από εκπαιδευτικές δράσεις που διοργανώνει η Κ.Ε.Π.Π.Ε.Δ.Η.Χ. - Κ.Α.Μ. και ο



Ελληνογαλλικός Σύλλογος Χανίων.

Στα τέσσερα αρχιτεκτονικά εργαστήρια για παιδιά σε επιμέλεια Δανάης Κουτσουπάκη τα παιδιά θα έλθουν σε επαφή με τη μοντέρνα αρχιτεκτονική και τον μεσογειακό τρόπο ζωής μέσα από το έργο του Le Corbusier.

Παράλληλα θα συμμετάσχουν σε διαγωνισμό ζωγραφικής - σχεδίου με θέμα “Το δικό μου μοντέρνο καλύβι στη θάλασσα”.

Τα σχέδια θα εκτεθούν στο Κ.Α.Μ. και τα βραβεία θα απονεμηθούν στην κατακτήτρια εκδήλωση, στο “κλείσιμο” της έκθεσης στις 27 Αυγούστου.

Τρίτη 26 Ιουλίου: 11π.μ. - 2μ.μ. ομάδα παιδιών 6-8 ετών και 5μ.μ. - 8μ.μ. ομάδα παιδιών 9-12 ετών. Εγγραφές μέχρι 22 Ιουλίου.

Παρασκευή 19 Αυγούστου: 11π.μ. - 2μ.μ. ομάδα παιδιών 6-8 ετών και 5μ.μ. - 8μ.μ. ομάδα παιδιών 9-12 ετών. Εγγραφές μέχρι 12 Αυγούστου.

Οι εγγραφές γίνονται τηλεφωνικά στο ΚΑΜ 2821034200 εργάσιμες ημέρες και ώρες 9π.μ. - 2μ.μ.

Περιορισμένος αριθμός θέσεων. Θα τηρηθεί σειρά προτεραιότητας.

ΣΤΟΝ ΚΙΝΗΜΑΤΟΓΡΑΦΟ “ΚΗΠΟ”

### Αριστοφάνη “Ειρήνη”



Η καινούργια παραγωγή του Κου-Κλο Θεάτρου Κρήτης, η “Ειρήνη” του Αριστοφάνη θα παρουσιαστεί τη Δευτέρα 18 Ιουλίου στον Δημοτικό Κινηματογράφο “ΚΗΠΟΣ” και ώρα 9μ.μ. Είσοδος 7 €. Άνεργοι, ΑΜΕΑ: 5 €.

Ο Τρυγαίος, ένας φτωχός αμπελουργός, ονειρεύεται να ξαναφέρει την Ειρήνη στους ανθρώπους. Παίρνει τη θαρραλέα απόφαση, να πετάξει στον Ολυμπο, εκεί, όπου την έχει φυλακίσει ο θεός Πόλεμος.

Με την πονηριά και την εξυπνάδα του, μαζί με τη βοήθεια των παιδιών, θα φέρει ξανά την Ειρήνη στον κόσμο. Ένα κωμικό κλοθέατρο διαφορετικό. Με την τεχνική του Black Light και μεγάλες κούκλες.

Ένα έργο για όλη την οικογένεια. Για ηλικίες από 2 έως 92 χρονών. Διασκευή: Ηλίας Αναγνωστάκης, Ανδρέας Μόσχος. Παίζουν: Αναγνωστάκης Γιώργος, Ειρήνη Σταυρουλάκη, Φραγκιαδούλης Αλέξανδρος.

ΑΠΟ ΤΟΥΣ ΧΑΝΑ ΖΟΟ

### Μουσικοθεατρική παράσταση

Μουσικοθεατρική παράσταση από τους ΧΑΝΑ ΖΟΟ θα δοθεί στα Χανιά αύριο Κυριακή στο Εθνικό Αθλητικό Κέντρο στις 9μ.μ. Η προώληση έχει ξεκινήσει από το GOODY'S Burger House. Η προώληση των εισιτηρίων είναι 9€, γενική είσοδος 11€ και η είσοδος είναι δωρεάν για παιδιά κάτω των 24 μηνών.

Θα παρευθύνουν όλοι οι ήρωες της Χοραλίας, ο Φαταούλας, ο Αστακός, η Αγελάδα και ο Βάτραχος. Φυσικά από την παρέα δεν λείπουν η Καμήλα, ο Σκαντζόχοιρος, η Κατσίκια, ο Ντρούλης Νερουλιάς χοντρούλης ο Ελέφαντας και όλη η θεότρελη παρέα που δημιούργησε τα προηγούμενα χρόνια ο αγαπημένος Μάνος Βαφειάδης και λάτρεψαν όλα τα Ελληνόπουλα.

ΣΤΗΝ ΑΓΙΑ

### “Μια τρελή ποντικοοικογένεια”

Ο Δήμος Χανίων μετά την παρουσίαση του θεατρικού μιούζικαλ με μαριονέτες της Ζωής Σκαλίδη “Μια τρελή ποντικοοικογένεια” που πραγματοποίησε στο Πολύκεντρο Σούδας, διοργανώνει μια ακόμη παράσταση στο προαύλιο του Ι.Ν. Αγίου Κωνσταντίνου στην Αγιά, τη Δευτέρα 18 Ιουλίου και ώρα 9μ.μ. Η είσοδος είναι ελεύθερη για το κοινό.

Μια παράξενη οικογένεια ζει σ' έναν ξεχασμένο σκουπιδότοπο. Τρελά ποντίκια (μαριονέτες) με διαφορετικό χαρακτήρα, ξεφυτρώνουν από παντού, παίζουν, τραγουδούν, χορεύουν, ερωτεύονται και ονειρεύονται.

Τα όνειρα των ποντικών τα φωτίζει η πανσέληνος, τα πλαισιώνουν πανέμορφα σκηνικά, τα συνοδεύει υπέροχη μουσική και κάνουν μικρούς και μεγάλους να ονειρεύονται...

ΣΤΟ Κ.Π.Δ. ΑΓ. ΙΩΑΝΝΗ

### Γνωριμία με το κόμικ

Στο Κέντρο παιδικής δημιουργίας Αγ. Ιωάννη του Δ.Ο.ΚΟΙ.Π.Π. Δήμου Χανίων τη Δευτέρα 18 Ιουλίου και ώρα 11π.μ. θα πραγματοποιηθεί η δράση με θέμα: “Ένας συνδετήρας: η ιστορία ενός συνδετήρα σε κόμικ”.

Ο κύβος των ιστοριών θα βοηθήσει τα παιδιά να μάθουν τα βασικά δομικά στοιχεία του κόμικ. Υπεύθυνη η σχολική σύμβουλος α' περιφέρειας Χανίων κα Ντούλια.

ΣΤΟ “BOHEME”

### Έκθεση φωτογραφίας

Έκθεση φωτογραφίας της Αθηνάς Γαλανάκη εγκαινιάζεται στο “Boheme” την Τετάρτη 20 Ιουλίου στις 9μ.μ. σε μία βραδιά όλο εκπλήξεις. Όπως αναφέρεται στο σχετικό δελτίο Τύπου, πρόκειται για «μία καλοκαιρινή φιλική συνεργασία, ανάμεσα σε δύο κυρίες, μία ερασιτέχνη φωτογράφο και μία σχεδιάστρια μόδας, που παίζοντας με φακούς και ρούχα σε βυθό, σε λιμάνια και βουνά, έφερε ένα αρμονικό και πρωτότυπο αποτέλεσμα...»

Αυτές τις ώρες χαράς και δημιουργίας σκέφτηκαν να μοιραστούν με τους φίλους τους, τους φίλους της φωτογραφίας, του χώρου της μόδας.»



ΣΤΗΝ ΑΝ. ΤΑΦΡΟ

### Παράσταση “Τα Ψηλά Βουνά”

Το θεατρικό έργο “Τα Ψηλά Βουνά” του Ζαχαρία Παπαντωνίου σε σκηνοθεσία του Βασίλη Μαυρογεωργίου θα παρουσιαστεί και σήμερα Σάββατο στο Θέατρο Ανατολικής Τάφρου και ώρα 9:30μ.μ.

Η παράσταση διατηρεί τον λόγο και τις εικόνες του βιβλίου αυτούσια, έτσι ώστε και αν ακόμα κάποιος δε γνωρίζει “Τα Ψηλά Βουνά”, φεύγοντας από την παράσταση, αισθάνεται ότι έχει διαβάσει το βιβλίο.

Τα σκηνικά της παράστασης εμπλουτίζονται με ψηφιακές προβολές υψηλής ανάλυσης από κινούμενα σχέδια (3D Animation), που βασίζονται

στις αυθεντικές εικόνες του βιβλίου όπως ακριβώς τις σχεδίασε ο Ζαχαρίας Παπαντωνίου.

Παίζουν: Αλέξανδρος Μπουρδούμης (αφηγητής, πατέρας, κυρ-Στέφανος, δάσκαλος, προεστός, γριά - Χάρμαινα) Μάνος Στεφανάκης (Φάνης), Δόβρης Θανάσης (Αντρέας) Ποιμενίδης Γρηγόρης (Φουντούλης, χωρικός) Μάρκου Κλεοπάτρα (Μάνα, Δήμος, Αφρόδω), Μεντζέλος Σωτήρης (Καλογιάννης), Φλατσούσης Παντελής (Δημητράκης), Χανιωτάκης Νικορέστης (Κωστάκης, Λάμπρος).

Τιμή Εισιτηρίων: 10 ευρώ.

ΣΤΟΝ ΠΡΟΜΑΧΩΝΑ SAN SALVATORE

## Chania Rock Festival 2016



Ένα από τα παλιότερα και σημαντικότερα ροκ φεστιβάλ στην Ελλάδα, το Chania Rock Festival, που ξεκίνησε το 2002, πραγματοποιείται φέτος για 10η φορά στην πόλη μας, σήμερα και αύριο στον Προμαχώνα San Salvatore.

θες, για πρώτη φορά, πραγματοποιήθηκε προφεστιβαλική μέρα με μουσικό διαγωνισμό από μαθητικά - φοιτητικά συγκροτήματα, αφιερωμένο στη μνήμη του Γιώργου Μανουσέλη και συναυλία.

Σύμφωνα με το πρόγραμμα, στη σκηνή του φεστιβάλ θα εμφανιστούν δέκα συγκροτήματα, οκτώ ξένα και δύο ελληνικά, που θα καλύψουν ένα ευρύ φάσμα της ροκ μουσικής.

Αναλυτικά, σήμερα Σάββατο, θα εμφανιστούν οι αγαπημένοι του ελληνικού κοινού, alternative rockers Therapy, οι Rotting Ch-

rist, οι Βρετανοί rockers, Cutting Crew, οι επίσης Βρετανοί, Praying Mantis καθώς και οι Έλληνες metallers Diviner.

Αύριο Κυριακή θα εμφανιστούν οι Γερμανοί Kreator, οι Αμερικάνοι Tyketto, το ελληνικό συγκρότημα Mystic Prophecy καθώς και οι Σουηδοί Crazy Lixx.

Εισιτήρια μπορεί το κοινό να αγοράσει στην πόρτα του φεστιβάλ, ενώ προπωλούνται στο Αβαλον, στο Monsterville και στο panadakis travel (μιας μέρας 29 ευρώ και το διήμερο 48 ευρώ).

22 - 24 ΙΟΥΛΙΟΥ ΣΤΗ ΓΑΥΔΟ

## “Φεστιβάλ της άμμου 2016”

Το δεύτερο φεστιβάλ της Άμμου θα πραγματοποιηθεί στο Σαρακηνικό της Γαύδου το τριήμερο 22, 23 & 24 Ιουλίου.

Το πρόγραμμα έχει ως εξής:  
**ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 22 ΙΟΥΛΙΟΥ**

5μ.μ. Συνάντηση γνωριμίας των συγγραφέων στο Σπίτι των Εξορίστων

7μ.μ. Βραδιά ποίησης - Ανάγνωση ποιημάτων στην άμμο.

9μ.μ. Μουσική με τον Κωστή Γκολέμη, τον Τάσο Μπενέα και τον Strange C

**ΣΑΒΒΑΤΟ 23 ΙΟΥΛΙΟΥ**

6μ.μ. Εκδόσεις Παράξενες Μέρες: Τρεις συγγραφείς παρουσιάζουν τα βιβλία τους και συζητούν με το κοινό, στο Σπίτι των

Εξορίστων

Τα βιβλία: “Εκεί που δεν το περιμένεις” του Αντώνη Τσιρικούδη.

“Ο Τσονγκλασέ απ’ το πρωί ψάχνει μαλλιά” της Σοφίας Καλογερίδου και “Παιδικά Νουάρ” της Αντρίανας Μίνου.

8μ.μ. Βραδιά διηγήματος - Ανάγνωση διηγημάτων στην άμμο - με τη μουσική του Κωστή Γκολέμη.

**ΚΥΡΙΑΚΗ 24 ΙΟΥΛΙΟΥ**

7μ.μ. Συνάντηση και ανοικτή συζήτηση στην άμμο για το φεστιβάλ.

Βραδιά αφήγησης - Αφήγηση παραμυθιού από τον ποιητή Νίκο Παλιεράκη.

9μ.μ. Θεατρική παράσταση “Η ωραία

Αθοκουτάλα”, από την ομάδα παραστατικών τεχνών Προ-ταση, θεατράκι Σαρακηνικού - Είσοδος ελεύθερη με προαιρετική συνεισφορά.

11μ.μ. Αποχαιρετιστήριο πάρτι στην άμμο.

## ΠΑΡΑΛΛΗΛΕΣ ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ

Εκθεση digital art Δημήτρη Τούλιου, στο Σπίτι των Εξορίστων. Ανοικτά όλη την ημέρα, είσοδος ελεύθερη.

Έκθεση φωτογραφίας με θέμα τη θάλασσα από την Ελληνική Φωτογραφική Εταιρεία Κρήτης - στο Σπίτι των Εξορίστων. Ανοικτά όλη την ημέρα, είσοδος ελεύθερη.

Περισσότερες πληροφορίες από τη σελίδα: Φεστιβάλ της Άμμου: [https:// sand-festival.wordpress.com/](https://sand-festival.wordpress.com/)

ΤΗΝ ΤΡΙΤΗ ΣΤΑ ΧΑΝΙΑ

## Αισχύλου “Ορέστεια”

Μια σφιχτή ομάδα 12 εκλεκτών ηθοποιών μοιράζεται όλους τους ρόλους της τριλογίας του Αισχύλου “Ορέστεια”, που θα παρουσιαστεί την Τρίτη 19 Ιουλίου, στις 9:15μ.μ., στο Θέατρο Ανατολικής Τάφρου. Με τα ελάχιστα δυνατά σκηνικά μέσα, αλλά με όλες τις δυναμικές της ατομικής, οικογενειακής, πολιτικής και κοινωνικής βίας, αφηγούνται τον κύκλο αίματος μιας οικογένειας ως τον ιστορικό κύκλο ενός έθνους που πρέπει να θυσιάσει τα παιδιά του προκειμένου να ξαναγεννηθεί. Όμως η αναγέννηση που βασίζεται σε πολιτικοκοινωνικά οράματα χωρίς τη γονιμο-

ποιτική ευλογία της οικογενειακής αγάπης δεν φέρνει απαραίτητα τη λύτρωση.

Μετάφραση: Δημήτρης Δημητριάδης  
Διασκευή, Σκηνοθεσία: Γιάννης Χουβαρδάς  
Σκηνικά: Εύα Μανιδάκη

Κοστούμια: Ιωάννα Τσάμη

Μουσική: Σταύρος Γασπαράτος

Ηθοποιοί: Κωνσταντίνος Μαρκουλάκης, Καριοφυλλιά Καραμπέτη, Νίκος Κουρής, Στεφανία Γουλιώτη, Νίκος Ψαρράς, Άλκηστις Πουλοπούλου, Δημήτρης Παπανικολάου, Ιερώνυμος Καλετσάνος, Κωνσταντίνος Αβαρικιώτης, Σύρμω Κεκέ, Χριστίνα Μαξούρη, Πολύδωρος Βογιατζής.

Είσοδος: 17 €

Φοιτητικό - Μαθητικό, Ανέργων: 12 €.

ΣΤΟΝ ΒΑΜΟ

## Τζαζ συναυλίες

Με δύο δυνατές τζαζ συναυλίες συνεχίζεται αυτό το Σαββατοκύριακο το Φεστιβάλ “Jazz in July” που πραγματοποιείται στο φιλόξενο αμφιθέατρο “β”, στον Βάμο.

Σήμερα, Σάββατο, στις 9μ.μ., στη σκηνή ανεβαίνουν οι “Grace Flowers Quintet”.

Οι μουσικοί: Φένια Παπαδόδημα -συνθέσεις, στίχοι, φωνή, αφήγηση, Δημήτρης Θεοχάρης -πίανο, Γιάννης Παπαδόπουλος -κοντραμπάσο, Λεωνίδας Σαραντόπουλος -φλάουτο, Νίκος Σιδηροκαστρίτης -τύμπανα, Έρη Σκυργιάννη -visuals.

Αύριο, Κυριακή, στις 9 μ.μ., τη σκηνή παίρνουν τρεις από τους σπουδαιότερους Έλληνες μουσικούς της jazz από καταβολής! Οι μουσικοί: Γιώργος Τρανταλίδης -τύμπανα, Γιώτης Σαμαράς -κιθάρα, Γιώργος Κοντραφούρης -hammond organ.

ΣΤΟ ΘΕΑΤΡΟ ΑΝ. ΤΑΦΡΟΥ

Εκδήλωση ενίσχυσης  
συσσιτίων Μπτρόπολης

Η Ιερά Μπτρόπολη Κυδωνίας και Αποκορώνου διοργανώνει συναυλία ενίσχυσης του κεντρικού συσσιτίου της Μπτρόπολης αύριο Κυριακή και ώρα 9μ.μ. στο θέατρο της Ανατολικής Τάφρου.

Συμμετέχουν η Φιλαρμονική μπάντα του Δήμου Χανίων, η στρατιωτική μπάντα της 5ης Μεραρχίας Κρητών, η Χορωδία Ενορίας Ζωοδόχου Πηγής Μουρνιών, η Χορωδία Ενορίας Αλικιανού και η Χορωδία της Αδελφότητας Μικρασιατών Ν. Χανίων “Αγ. Πολύκαρπος”.

Είσοδος 5 ευρώ.

ΘΕΑΤΡΙΚΗ ΠΑΡΑΣΤΑΣΗ

## “Απολογία Σωκράτη”

Το έργο του Πλάτωνα “Απολογία Σωκράτη”, στην αρχαία ελληνική γλώσσα, με ελληνικούς & αγγλικούς υπέρτιλους, θα παρουσιαστεί την Τετάρτη 20 Ιουλίου, στις 9μ.μ., στο θέατρο Ανατολικής Τάφρου.

Πρόκειται για μία θεατρική παράσταση αναπαράστασης της Δίκης του Σωκράτη του πολυβραβευμένου Δήμου Αβδελιώδη.

Σκηνοθεσία, Μετάφραση: Δήμος Αβδελιώδης.

Μακέτες, Κοστούμια: Αριστείδης Πατσόγλου.

Σχεδιασμός, κατασκευή, Κλεψύδρας: ΜΟΥΣΕΙΟ ΑΡΧΑΙΑΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, Κώστας Κοτσανάς. Μεταγραφή στην Αγγλική γλώσσα, επιμέλεια υποτιτλισμού: Αμαλία Κοντογιάννη. ΣΟΚΡΑΤΗΣ: Βασίλης Καραμπούλας. ΜΕΛΗΤΟΣ: Γιάννης Κολοί.

Κρατήσεις: 6933413060, 2310257218. Τιμές εισιτηρίων: Προώληση 12 € κανονικό & 10 € φοιτητικό - άνεργοι. Πόρτα 15 € κανονικό & 12 € φοιτητικό - άνεργοι.

ΣΤΟ “ΜΕΓΑΛΟ Ο”

## Θεατρική παράσταση

Το έργο του Μ. Χουρμούζη “Γρόσια θέλει...” θα παρουσιαστεί την Τετάρτη 20 Ιουλίου, στις 9:30μ.μ., στο “Μεγάλο Ο”.

Δραματουργική επεξεργασία και σκηνοθεσία: Μαρία Φραγκή.

Κοστούμια: Άννα Μαχαιριανάκη.

Παίζουν: Κώστας Τζουάνας, Γιώργος Ρουστέμης.

Τραγούδι: Κατερίνα Γραμματικάκη.

Τιμές εισιτηρίων: 10 ευρώ, μειωμένο 5 ευρώ.

ΣΤΟ ΕΝΕΤΙΚΟ ΛΙΜΑΝΙ

Συναυλία  
στρατιωτικής μουσικής

Συναυλία στρατιωτικής μουσικής από την V Μεραρχία Κρητών θα πραγματοποιηθεί την Παρασκευή 22 Ιουλίου στις 9 το βράδυ στην πλατεία πίσω από το τέμενος του Κιουτσούκ Χασάν (Γιαλί Τζαμισί).



## Αφορμή

ΓΙΑΝΝΗΣ ΚΑΛΟΓΕΡΟΠΟΥΛΟΣ

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

## Αριθμός 11

» Jonathan Coe (μτφρ. Άλκηστις Τριμπέρη, εκδόσεις Πόλις)

**Η Ρέιτσελ γύρισε τις σελίδες ως το "Τ" και βρήκε γρήγορα το Τι Ωραία Κομπάνα.**

**Βαρετή βρετανική κωμωδία, διάβασε, για μια παρέα μπίντικ που ταξιδεύουν στο Λοχ Νες για να φτιάξουν τη φιγούρα του τέρατος.**

**1962. Συνέχεια του Τι Ωραίο Πλιάτσικο! (1961); Όχι ακριβώς. Δύο ίδιοι ηθοποιοί.**

**\*Συνέχειες που δεν είναι πραγματικά συνέχειες. Συνέχειες όπου η σχέση με το πρωταρχικό είναι πλάγια, πονηρή.**

Ο Τζόνθαν Κόου, αγαπημένος του ελληνικού κοινού, επιστρέφει με το νέο του μυθιστόρημα Αριθμός 11, και φροντίζει να ορίσει με σαφήνεια τη σχέση του με το Τι Ωραίο Πλιάτσικο!: πλάγια, πονηρή. Η ιστορία, με ένα πλήθος πρωταγωνιστών, ξεκινά, λίγο μετά το 2000, από τη σχέση δύο κοριτσιών, της Ρέιτσελ και της Άλισον, για να φτάσει μέχρι σήμερα. Μετά από ένα διάλειμμα από το γνώριμο ύφος των μυθιστορημάτων του, με αντιπροσωπευτικότερα παραδείγματα αυτής της αλλαγής πλεύσης (το συγκλονιστικό) Σαν τη βροχή πριν πέσει και το (ελαφρύ) Expro58, επιστρέφει στη γνωστή συνταγή του πολιτικοκοινωνικού μυθιστορήματος που στηρίζεται στις ανθρώπινες σχέσεις, σχέσεις οικογενειακές, φιλικές, ερωτικές, με σκοπό να αποτυπώσει τη σύγχρονη του μυθιστορήματος βρετανική πραγματικότητα, που πλέον, και παρά τις τελευταίες εξελίξεις, διαθέτει πλήθος κοινών στοιχείων με την αντίστοιχη ευρωπαϊκή.

Η οικειότητα της επιστροφής σε ένα γνώριμο σύμπαν, ένας "παλιόφιλος" που διηγείται μια γνώριμου ύφους καινούργια ιστορία, είναι, έως ένα σημείο τουλάχιστον, ικανή να γοπεύσει τον υποψιασμένο αναγνώστη. Είναι όμως αρκετό αυτό το συναίσθημα; Έως ένα σημείο ναι, η αφηγηματική άνεση του Κόου, οι καλοσχηματι-



σμένοι και πειστικοί χαρακτήρες, η οξυδερκής ματιά του στη σύγχρονη εποχή, η ικανότητά του στους διαλόγους και στη διασταύρωση των επιμέρους ιστοριών, οι διακειμενικές αναφορές -όχι μόνο λογοτεχνικές- αποτελούν στοιχεία που χαρακτηρίζουν ένα σπουδαίο μυθιστόρημα.

Αποτελεί ευχή και κατάρτα για έναν δημιουργό η σύγκριση του κάθε έργου του με το σύνολο της εργογραφίας του, και στη συγκεκριμένη περίπτωση, και παρά το αρχικό αίσθημα ανακούφισης: ο παλιός καλός Κόου επέστρεψε, είναι αδύνατο να μην δημιουργηθούν συγκρίσεις με τα προηγούμενα μυθιστορήματά του, όπως το Τι ωραίο πλιάτσικο, Η λέσχη των τιποτένιων, ο Κλειστός Κύκλος, και βεβαίως -τη δική μου αξιέπαιστη αδυναμία- Το σπίτι του ύπνου. Και αυτή η σύγκριση αναδεικνύει κάποιες αδυναμίες στο παρόν.

Οφείλω να παραδεχτώ, πριν αναφερθώ στις αδυναμίες του μυθιστορήματος, πως με τους συγγραφείς -και όχι μόνο- που αγαπώ είμαι πιο αυστηρός, αλλά και να ξεκαθαρίσω πως οι συγκεκριμένες αδυναμίες το μόνο που θέτουν εν αμφιβόλω είναι ο χαρακτηρισμός του Αριθμού 11 ως αριστούργημα. Είναι μια διαδικασία ψειρίσματος.

Το εύρημα του εγκιβωτισμού του βιβλίου μέσα στο βιβλίο: η Ρέιτσελ αποφασίζει να γράψει ένα βιβλίο διηγούμενη την ιστορία της στα κεφάλαια που αποτελούν τον Αριθμό 11 το

αφηγηματικό πρόσωπο μετακινείται συχνά από το πρώτο στο τρίτο πρόσωπο, ενώ στο τέλος υπάρχει μια αφηγηματική ανατροπή· εύρημα που, παρότι τεχνικά στέκει και δεν ενοχλεί, εντούτοις δεν μοιάζει πραγματικά λειτουργικό στο τελικό αποτέλεσμα.

Η στροφή προς το αστυνομικό: αναζητώντας έναν τρόπο να κλείσει την αφήγηση ο Κόου καταφεύγει στη λύση της ενσωμάτωσης στοιχείων αστυνομικής λογοτεχνίας στο μυθιστόρημά του, οδηγώντας σε ένα κλείσιμο που μοιάζει κάπως αμήχανο και επιτηδευμένο.

Και μια παρατήρηση κάπως γενικότερη: ίσως επειδή είναι μια σύγχρονη της γενιάς μου πραγματικότητα, η αναφορά των συγγραφέων στα κοινωνικά δίκτυα και τα παιχνίδια τύπου Big Brother -ανάμεσα σε άλλα- μοιάζει λίγο βεβιασμένη, όχι καλά κωμωδία, γεμάτη εύκολα κλισέ και διαπιστώσεις προφανείς. Υπάρχουν βέβαια εξαιρέσεις σε αυτό, αν και λίγες προς το παρόν.

Αλλά ας κλείσω αυτό το κείμενο αναφερόμενος στις αρετές του μυθιστορήματος, αρετές δεδομένες όταν κανείς αναφέρεται σε έναν συγγραφέα όπως ο Κόου, όμως οι αρετές πρέπει να εξυμνούνται με κάθε ευκαιρία και να μην θεωρούνται στιγμή δεδομένες. Η ικανότητά του να εισάγει νέα πρόσωπα στη σκηνή, να τα συστήνει γρήγορα και στοχευμένα στον αναγνώστη, τοποθετώντας τα στο κοινωνικοπολιτικό περιβάλλον που ανήκουν, είτε λόγω ηλικίας, είτε λόγω τάξης, χωρίς να ανακόπτει τη δυναμική της αφήγησης, ενώ η εισαγωγή κάθε νέου προσώπου κατευθύνει την ιστορία σε νέα μονοπάτια. Και μιλώντας για την ιστορία, όπως έγκαιρα διευκρινίζει ο υπότιτλος του βιβλίου: Ιστορίες που μαρτυρούν τρέλα· αξίζει να αναφερθεί κανείς στην άνεση με την οποία ο Κόου δένει τις επιμέρους ιστορίες στον κορμό της κεντρικής αφήγησης, χωρίς να ξενίζουν, χωρίς να γίνονται αντιληπτές ως ανούσιες παρεκβάσεις.

Ο γνώριμος Κόου επέστρεψε και δεν θα απογοητεύσει τους πιστούς αναγνώστες του.

## Βιβλία

### Το χέρι του Θεού

Philip Kerr

μετάφραση: Γιώργος Μαραγκός

Εκδότης: Κέδρος

Η Λόντον Σίτι ετοιμάζεται να αγωνιστεί εναντίον του Ολυμπιακού για το Τσάμπιονς Λιγκ. Η θερμοκρασία είναι υψηλή, η ατμόσφαιρα τεταμένη. Καθώς η Ελλάδα φλέγεται, ο προπονητής Σκοτ Μάνσον είναι αναγκασμένος να τραβήξει τα λουριά στους παίκτες της ομάδας του. Οι εντολές του σαφείς: απαγορεύεται το ποτό, το ξενύχτι και η επαφή με γυναίκες. Η ομάδα πρέπει πάση θυσία να



μείνει συγκεντρωμένη, να παίξει καλά στο ματς του Πειραιά και να γυρίσει στο Λονδίνο αν να νενωμένη προκειμένου να ετοιμαστεί για τον κρίσιμο επόμενο αγώνα στην

έδρα της, το Σιλβερτσάου Ντοκ. Το πλάνο όμως του Σκοτ Μάνσον δεν θα μπορούσε να προβλέψει ένα μοιραίο γεγονός. Όταν το αστέρι της Σίτι καταρρέει στη διάρκεια του αγώνα με τον Ολυμπιακό, οι θεατές κι οι ποδοσφαιριστές των ομάδων παθαίνουν σοκ. Αραγε ο παίκτης πέθανε από καρδιακή προσβολή; Ή μήπως έχει συμβεί κάτι άλλο και ο θάνατος θα πρέπει να αποδοθεί σε σκευωρία; Καθώς οι ελληνικές αρχές ξεκινούν έρευνα για δολοφονία, ο Σκοτ Μάνσον καλείται να λύσει το μυστήριο, να ανακαλύψει γρήγορα την αλήθεια και να επαναφέρει την ομάδα στους κανονικούς της ρυθμούς.

### Αστείο κορίτσι

Νικ Χόρνμπυ

μετάφραση: Χίλντα Παπαδημητρίου

Εκδότης: Πατάκης

Η Μπάρμπαρα Πάρκερ είναι η Μις Μπλάκπουλ 1964, αλλά δε θέλει να γίνει βασίλισσα της ομορφιάς. Θέλει να κάνει τον κόσμο να γελάει, όπως το ίνδαμμά της, η Λούσυ Μπολ.

Έτσι αφήνει το επαρχιακό Μπλάκπουλ και την οικογένειά της για το Λονδίνο, όπου βρίσκει δουλειά στο τμήμα καλλυντικών ενός πολυκαταστήματος στο Κένσινγκτον. Μια τυχαία συνάντηση μ' έναν ατζέντη θα έχει ως αποτέλεσμα να αλλάξει το όνομά της και να πάει σε μια οντισιόν για μια καινούργια κωμική σειρά του BBC. Η ώρα της Σόφι



Στρώου έχει φτάσει. Το "Αστείο κορίτσι" είναι η ιστορία μιας τηλεοπτικής εκπομπής και των συντελεστών της: των σεναριογράφων Τόνου και Μπιλ, του παραγωγού Ντένις, ο οποίος είναι αφοσιωμένος στην ομάδα του γενικά και στη Σόφι ειδικότερα, και του Κλάιβ, του όμορφου συμπρωταγωνιστή της Σόφι. Καθώς προχωράει η δεκαετία του '60 και το βρετανικό τηλεοπτικό κοινό ερωτεύεται το σίριαλ της Σόφι, οι χαρές της ομαδικής δουλειάς αρχίζουν να φθίνουν: τίποτα δε μένει για πάντα καλό και τα μπερδέματα της αληθινής ζωής βρίσκουν πάντοτε τρόπο να παρεισφύρουν...

### Ο κόσμος με καλωσορίζει

Κώστας Μαυράκης

Εκδότης: Κέδρος



Ηρωες σε αναζήτηση, ήρωες σε άρνηση, αντιμέτωποι με την απώλεια, αμετανόητα εγκλωβισμένοι στο πριν και στο μετά της σχέσης, στο πριν και στο μετά του έρωτα.

Γυναίκες ψάχνουν κομμάτια του παζλ σε παλιά αρχοντικά. Υπάλληλοι ξενοδοχείου έρχονται αντιμέτωποι με μυστηριώδεις επισκέπτες. Πληγωμένες αεροσυστοιχίες κλείνονται σε αεροπλάνα. Συγγραφείς προσπαθούν να συναντήσουν την ηρωίδα τους. Καλλιτέχνες καίνε τα υπάρχοντά τους. Ποιητές αναζητούν την ιδανική λέξη. Καθρεφτισμένα οράματα στο νερό, όνειρα που εισβάλλουν στην πραγματικότητα, φωτογραφίες όπου εξαφανίζονται πρόσωπα, ραπτομηχανές που μιλάνε, καρτοτηλέφωνα που καλούν τους περαστικούς.

Οι δώδεκα ιστορίες του βιβλίου χτίζουν ένα σπονδυλωτό αφηγηματικό σύνολο με θέμα το παράδοξο, που παραδοκεί για να εισβάλει, συχνά με τρόπο αδιόρατο ή αμφίσημο, στη ζωή. Για να ταράξει τα νερά, να ανακατέψει ξανά την τράπουλα, να επιτρέψει τη μεταμόρφωση.

### Μπλε καστόρινα παπούτσια

Θανάσης Σκρουμπέλος

Εκδότης: Τόπος

Με αφορμή την αιματηρή προβοκάτσια του παρακράτους τον Νοέμβριο του 1964, κατά τον εορτασμό για την επέτειο ανατίναξης της γέφυρας του Γοργοπόταμου, ο Θανάσης Σκρουμπέλος στήνει μια τολμηρή τοιογραφία των σίξτις, με φόντο το μαγαζί "Χαβάν" στο Μεταξουργείο: κέντρο



τραβεστί, τόπο συνάντησης πρώην κιτών, αρχηγείο παρακρατικών συνωμοσιών, σήμα κατατεθέν μιας γειτονιάς, μικρογραφίας της Ελλάδας, χωρισμένης αυστηρά στα όρια μιας εξουσίας που καθόριζαν οι διεκδικήσεις των άτεγκτων αντιπάλων, Λαμπράκηδων και παρακράτους.

Με σπαρταριστούς χαρακτήρες, όπως τον γοπευτικό πρωταγωνιστή Τρίλια ή Γαζούρη ή Γόν ή Αλογο, τον κυρ-Χρήστο, πανίσχυρο αφεντικό της "Χαβάνς", τον μυστήριο, θεληματικό Μπόη, τον Μαλατούρα, την Αριστέα, τη Νένα, πλήθος δευτερεύοντες χαρακτήρες και πυκνή πλοκή που κόβει την ανάσα, το μυθιστόρημα ξετυλίγει με τέχνη μικρά, άγνωστα περιστατικά της εποχής και τις υπόγειες διαδρομές που τα συνδέουν με τα γνωστά πολιτικά γεγονότα..

ΓΙΑ ΕΝΙΣΧΥΣΗ ΤΗΣ ΕΛΕΠΑΠ

## Εικαστική έκθεση μαθητών

“Είναι μία η θάλασσα” τιτλοφορείται η φετινή εικαστική έκθεση των μαθητών των Εκπαιδευτηρίων Μαυροματάκη - “ΜΗΤΕΡΑ” που πραγματοποιείται στις 17, 18 και 19 Ιουλίου στο Γιαλί Τζαμιά στο παλιό λιμάνι Χανίων. Θέματα που έχουν πηγή έμπνευσης τη θάλασσα και τον κόσμο της συνιστούν το πολύχρωμο τοπίο της έκθεσης και αποτελούν τα ερεθίσματα για να αναπτυχθούν οι καλλιτεχνικές δεξιότητες των μικρών και μεγαλύτερων μαθητών (4 - 12 χρονών).

Τα έσοδα από τις πωλήσεις των έργων καθώς και από τη λαχειοφόρο αγορά που συνδιοργάνωσαν τα

Εκπαιδευτήρια Μαυροματάκη - “ΜΗΤΕΡΑ” με την ΕΛΕΠΑΠ Χανίων θα διατεθούν για τις ανάγκες των παιδιών της ΕΛΕΠΑΠ.

Η έκθεση θα διαρκέσει από 17 - 19 Ιουλίου και θα λειτουργεί απ’ τις 11π.μ. μέχρι τις 11μ.μ.

Τα εγκαίνια της έκθεσης θα πραγματοποιηθούν αύριο Κυριακή στις 9μ.μ.

Την Τρίτη 19 Ιουλίου στις 9μ.μ. θα διεξαχθεί η κλήρωση των δώρων της λαχειοφόρου αγοράς.

Επιμέλεια της έκθεσης: Κώστας Μανωλάκης και Βίλμα Μαυροματάκη.



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

## Βιότοπος - περιγραφή

**Μ**ια λατινική ονομασία του βοτάνου είναι *Ruta Graveolens* (Ρυτή η βαρύσομος) και ανήκει στην οικογένεια των Ρυτοειδών που περιλαμβάνει 40 περίπου είδη θάμνων. Στη χώρα μας το συναντούμε με τις ονομασίες Πήγανος, Απήγανος, Πεγάρι, Πηγάρι, Πηγουριά, Πήγαντο, Βρωμοπήγανος.

## Απήγανος

Είναι φυτό ποώδες και πολυετές. Έχει ένα κλώνο με μικρά φύλλα και ρίζα ρηχή. Βγάζει ένα σφαιρικό καρπό και άνθη μικρά πρασινοκίτρινα. Έχει δυνατή χαρακτηριστική μυρωδιά, για τον λόγο αυτό η παράδοση αναφέρει ότι δεν συμπαθούν το φυτό οι γάτες, οι σκύλοι και τα κακά πνεύματα.

Είναι γνωστή η φράση «σε εξορκίζω με τον απήγανο» που ο λαός μας το λέει όταν θέλει να αποκρούσει κάτι απaráδεκτο και ενοχλητικό. Φτάνει σε ύψος τους 80 πόντους. Οι μέλισσες και άλλα έντομα συρρέουν στα λουλούδια του φυτού για το νέκταρ. Το βότανο φύτεται σε ξηρά και ηλιόλουστα μέρη στη Νότια Ευρώπη, ιδίως στα Βαλκάνια. Δεν φυτρώνει εύκολα με σπόρο και για τον λόγο αυτό προτιμούν τα μοσχεύματα που φυτεύουν σε αφράτο και κοπρισμένο χώμα σε γλάστρα και όταν πιάσουν τα μεταφυτεύουν στον κήπο.

Ο απήγανος είναι γνωστό όχι μόνο σαν φαρμακευτικό χολαγωγό φυτό της λαϊκής ιατρικής αλλά και σαν ζωντανό βαρόμετρο. Στην ξηρασία τα φύλλα του είναι ζαρωμένα και διπλωμένα, ενώ όταν η υγρασία αυξάνεται στην ατμόσφαιρα τα φύλλα ξεδιπλώνουν και ανοίγουν.

### Ιστορικά στοιχεία

Από τα αρχαία χρόνια το καλλιεργούσαν στους κήπους, χρησιμοποιούμενο από τους γιατρούς της εποχής εκείνης κατά των νευρικών παθήσεων, της υστερίας, της επιληψίας, ως διουρητικό κατά της υδρωπικίας, ως εμμηναγωγό επί δυσμνήρροιας και αμηνόρροιας, πάντα βέβαια με εξαιρετική προσοχή γιατί γνώριζαν πόσο δραστικό είναι. Ο Διοσκουρίδης το χρησιμοποιούσε ως φάρμακο στις δυσκολίες της αναπνοής. Ο Πλίνιος το αναφέρει αποδίδοντας σε αυτό πολλές μυστηριώδεις ιδιότητες.

Ανάμεσα στις ιδιότητές του ανέφερε ότι το βότανο βοηθά στη διατήρηση της καλής όρασης (λόγω της ρουτίνης που περιέχει) και ότι ζωγράφος της εποχής του συνήθιζαν να το καταναλώνουν γιατί έκανε της όραση τους καθαρή και κοφτερή. Η δράση του ενάντια στα δηλητήρια το έκανε βασικό συστατικό στην παρασκευή του αντίδοτου του Μυθριδάτη.

Στην Παλαιστίνη το καλλιεργούσαν στα χρόνια του Χριστού για να το χρησιμοποιούν στις επιδημικές νόσους (μαζί με ξύδι, σκόρδο και θυμάρι). Ο απήγανος ήταν κάποτε σημαντικό βότανο σε όλες τις χώρες της Νότιας Ευρώπης. Ήταν συνηθισμένο φυτό στις αυλές των σπιτιών γιατί έκανε της όραση τους καθαρή και κοφτερή. Η δράση του ενάντια στα δηλητήρια το έκανε βασικό συστατικό στην παρασκευή του αντίδοτου του Μυθριδάτη.

γεύσης τους και των στομαχικών και εντερικών διαταραχών που ακολουθούσαν την υπερβολική κατανάλωση. Στην κινέζικη ιατρική χρησιμοποιείται εδώ και εκατοντάδες χρόνια για τα δαγκώματα των φιδιών και τα τσιμπήματα των εντόμων.

Στην Κρήτη το βότανο το ονόμαζαν Απήγανο ή Σεντέφι (εκ του τουρκικού σεντέφ). Τον Απήγανο το συνέλεξαν την πρωτομαγιά και έλεγαν ότι όποιος κρατεί πάνω του Απήγανο δεν τον πιάνουν τα μάγια. Το θεωρούσαν αποτρεπτικό του βάσκανου οφθαλμού και πάσης κακοποιού δυνάμεως. Ιδιαίτερα θεωρούσαν ότι προφύλασσε τα μωρά από την βασκανία· όπως λέγανε οι νεράιδες «Να κάτεχαν οι μανάδες είντα ξαζ' απήγανος» - και για τον λόγο αυτό οι μανάδες έραβαν στις σκουφίτσες των παιδιών σπόρους και φύλλα του Απήγανου. Απήγανο κοπανισμένο και ανακατεμένο με ρακή χρησιμοποιούσαν για εντριβές για όσους υπέφεραν από φταρμόριγο (θέρμες εκ βασκανίας). Τον χυμό του φυτού με ζάχαρη το έπιναν ως αντιαιμειβιαδικό και ελμινθοκτόνο. Τον χυμό τον θεωρούσαν αιματογωγό και εκρωτικό. Αφέψημα απήγανου με Μαγισιλόχορτο ή Καλάθρωπο και μαύριο κρασί χρησιμοποιούσαν για επαλείψεις κατά του εκζέματος. Κοπανισμένα φύλλα τα ανακάτευαν με ξύδι και τοποθετούσαν στα μπλιγγια για την κεφαλαγία.

### Συστατικά - χαρακτήρας

Ο Απήγανος περιέχει ένα αιθέριο έλαιο που περιλαμβάνει μία δεκάδα ουσιών (κετόνες, αλκοόλες, εστέρες, τερπένια).

Από αυτές η μεθυλονουκετόνη είναι η σημαντικότερη. Επιπλέον περιέχει ένα γλυκοσίδιο, τη ρουτίνη ή ρουτοσίδη η οποία έχει παρόμοια δράση με τη βιταμίνη Ρ.

### Ανθιση - συλλογή - χρησιμοποιούμενα μέρη

Το βότανο ανθίζει από Ιούνιο έως Αύγουστο. Για θεραπευτικούς σκοπούς χρησιμοποιούνται τα φύλλα του, τα οποία συλλέγονται Μάιο και Ιούνιο.



### Θεραπευτικές ιδιότητες και ενδείξεις:

Ο Απήγανος είναι ισχυρό φάρμακο και οι μικρές δόσεις είναι κανόνας.

Δρα ως αντισπασμωδικό, εμμηναγωγό και αντιβηχικό. Βοηθά αποτελεσματικά στη ρύθμιση του εμμηνορρυσιακού κύκλου, όπου χρησιμοποιείται για την επανέναρξη της ανεσταλμένης έμμηνης ροής. Λόγω της αντισπασμωδικής του δράσης χρησιμοποιείται για την χαλάρωση των λείων μυϊκών ινών, ιδιαίτερα του πεπτικού συστήματος όπου ανακουφίζει τον κολλικό πόνο και την ένταση των εντέρων.

Η ανακούφιση των σπασμών το κάνει χρήσιμο για το σταμάτημα του σπασμωδικού βήχα. Αυξάνει την περιφερειακή κυκλοφορία και μειώνει την αυξημένη αρτηριακή πίεση.

Το μάσημα των φρέσκων φύλλων ανακουφίζει από τους πονοκεφάλους που οφείλονται σε ένταση, τις ταχυπαλμίες και άλλα προβλήματα άγχους. Για τη ρύθμιση της περιόδου συνδυάζεται καλά με το Χαμαιλέριο και το Σενέκο το χρυσό.

### Παρασκευή και δοσολογία

Παρασκευάζεται ως έγχυμα. Ρίχνουμε σε ένα φλιτζάνι βραστό νερό σε 1-2 κουταλιές του τσαγιού ξηρό βότανο και το αφήνουμε 10-15 λεπτά. Το ρόφημα το πίνουμε έως τρεις φορές την ημέρα.

### Προφυλάξεις

Υπερβολικές δόσεις επηρεάζουν το κεντρικό νευρικό σύστημα και μπορούν να αποβούν μοιραίες.

Το έλαιο του βοτάνου είναι ισχυρό εκρωτικό και δεν επιτρέπεται η χρήση του κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης. Ο Πλίνιος απαγόρευε την χρήση του φυτού από τις γυναίκες.



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)