



ΕΛΤΑ  
Hellenic Post

ΕΝΤΥΠΟ ΚΛΕΙΣΤΟ ΑΡ. ΑΔΕΙΑΣ 3655 ΚΕΜΠΑΘ  
ΚΩΔΙΚΟΣ 3586

# ΚΕΡΑΣΟΒΟ

ΠΕΡΙΟΔΙΚΗ ΕΚΔΟΣΗ ΤΗΣ ΑΔΕΛΦΟΤΗΤΑΣ ΑΓΙΑΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ ΚΟΝΙΤΣΑΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ

ΓΡΑΦΕΙΑ: Κ. ΦΛΩΡΗ 3-5, 113 62 ΑΘΗΝΑ ● ΤΗΛ. - FAX: 210 - 88.27.296,  
www.kerasovo.gr - e-mail: tziuma@otenet.gr

ΤΕΥΧΟΣ 106 ● ΑΠΡΙΛΙΟΣ - ΜΑΪΟΣ - ΙΟΥΝΙΟΣ 2008



Ο Πρόεδρος της Δημοκρατίας κ. Κάρολος Παπούλιας βράβευσε στις 26 Μαΐου 2008 τον συγχωριανό μας κ. Γιώργο Στρατσίανη με τον Χρυσό Σταυρό του Τάγματος του Φοίνικα, για τη συμβολή του στην αναστήλωση του Σταδίου της Αρχαίας Μεσσήνης.



Ο Αρχιεπίσκοπος Αμερικής κ. Δημήτριος αugsχαιρεί τον συγχωριανό μας και σπουδαίο καλλιτέχνη κ. Νίκο Φιλιππίδη, γιατί αναδείχθηκε πρώτος στο Παναμερικό Φολκλωρικό Φεστιβάλ.

## Ο ΞΕΝΩΝΑΣ ΣΤΟ ΧΩΡΙΟ ΛΕΙΤΟΥΡΓΕΙ ΜΕ ΝΕΑ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ

Το ΔΣ της Αδελφότητας αποφάσισε να ενοικιάσει τον Ξενώνα και την Ταβέρνα στο χωριό στην κ. Στέλλα Δάτσι-κα (σύζυγο του κ. Γιάννη Χρ. Κουκού-μη) καθώς ήταν αυτοί που αποδέχτη-καν τους όρους που έθεσαν τα μέλη του ΔΣ και έδειξαν διάθεση να αξιοποι-ήσουν κατά τον καλύτερο τρόπο τον Ξενώνα.

Οι όροι που συμφωνήθηκαν έχουν ως εξής:

1. Ο Ξενώνας, η Ταβέρνα και το Κρε-

οπωλείο θα ανακαινιστούν πλήρως, με έξοδα του ενοικιαστή.

2. Οι μετατροπές που θα γίνουν θα έχουν την έγκριση του ΔΣ.

3. Θα λειτουργούν όλο το χρόνο.

4. Η Ταβέρνα θα έχει οικογενειακό περιβάλλον και πλήρες μενού.

5. Τα δωμάτια του Ξενώνα να διαθέ-τουν πάτωμα, μόνωση, εξαερισμό, τη-λεόραση, ψυγείο και εσωτερικό τηλέ-φωνο. Η διακόσμησή τους να είναι σύμφωνη με την παράδοση του τόπου.

6. Το Κρεοπωλείο θα διαθέτει τα προϊόντα που απαιτούνται.

7. Ο περιβάλλον χώρος να είναι καθα-

ρός και ευπρεπής (όχι πλαστικές καρέ-κλες ή χώρος αποθήκης).

8. Να καταβληθεί κάθε νόμιμη προ-σπάθεια από τον ενοικιαστή, ώστε ο Ξενώνας να ενταχθεί σε επιδοτούμενο πρόγραμμα της ΕΕ. Μέρος των χρη-μάτων αυτών να διατεθούν για την κα-τασκευή της στέγης με παραδοσιακό τρόπο (πλάκα).

9. Το ενοίκιο ορίζεται στα 600 ευρώ μηνιαίως και με αύξηση 5% ανά δύο χρόνια. Το ενοικιοστάσιο θα έχει διάρ-κεια 20 χρόνια.

Το ΔΣ

## «ΚΕΡΑΣΟΒΟ»

Ιδιοκτησία: Αδελφότητα Αγίας Παρασκευής Κόνιτσας Ιωαννίνων

Εκδότης: **Δημήτρης Τέλλης, Πρόεδρος Αδελφότητας**

Κ. Φλώρη 3-5, 113 62 Αθήνα

### Διοικητικό Συμβούλιο

Πρόεδρος: Δημήτρης Τέλλης: 2108642240-6976067198

Αντιπρόεδρος: Μαρίκα Γαλάνη: 210 2921341

Γραμματέας: Βασίλης Πασιάς: 6976639816

Ταμίας: Ελένη Σιάφη: 2109934768-6976003886

Δημόσιες Σχέσεις: Κώστας Χαρισιάδης: 2104652901-6948962944

Έφορος: Θανάσης Σκαλωμένος: 2102616814-6975766625

Μέλος: Αντώνης Γκούτσιος: 2102311255

Συντακτική Επιτροπή Περιοδικού:

Δημήτρης Τέλλης, Κώστας Χαρισιάδης, Βασίλης Πασιάς

Επιτροπή Πολιτιστικών:

Κώστας Χαρισιάδης, Μαρίκα Γαλάνη, Ελένη Σιάφη

Εκπρόσωπος στην Πανηπειρωτική: Κώστας Χαρισιάδης

Θερμή παράκληση σε όσους μας στέλνουν εργασίες για δημοσίευση, τα κείμενα να είναι δακτυλογραφημένα ή με καθαρό γραφικό χαρακτήρα και μόνο από τη μία πλευρά της κόλλας. Γρα-πτά δημοσιευμένα ή μη δεν επιστρέφο-

νται. Ανώνυμες επιστολές και κείμενα δεν δημοσιεύονται.

Τα ενυπόγραφα άρθρα δεν σημαίνει ότι εκφράζουν και τις απόψεις του Δ.Σ. της Αδελφότητας ή της Σύνταξης.

### ΕΤΗΣΙΕΣ ΣΥΝΔΡΟΜΕΣ

ΕΥΡΩ 20 - ΔΟΛ. ΗΠΑ 25 - ΑΥΣΤΡΑΛΙΑΣ 30

ΕΜΒΑΣΜΑΤΑ: Αδελφότητα Αγίας Παρασκευής Κονίτσας

Κ. Φλώρη 3 - 5, 113 62 Αθήνα, τηλ. / fax: 210 88.27.296

Αρ. Λογαριασμού: EYROBANK: 0026 - 0236 - 33 - 0100353475

**ΕΚΔΟΤΙΚΗ ΠΑΡΑΓΩΓΗ: Ηπειρωτικές Εκδόσεις «Πέτρα»**

Οικονόμου 32, 106 83 Αθήνα,

τηλ.: 210 - 82.33.830 - Fax: 210 - 82.38.468

### ΣΥΝΔΡΟΜΕΣ

ΒΑΪΛΑΣ ΠΑΥΛΟΣ	20
ΒΑΪΛΑΣ ΗΛΙΑΣ	20
ΓΙΑΝΝΟΥ ΒΑΣΙΛΗΣ	30
ΓΑΛΑΝΗΣ Π. ΚΩΣΤΑΣ	100
ΓΕΛΑΔΑΡΗ-ΜΗΛΙΑΓΚΟΥ ΑΓΓΕΛΙΚΗ	25
ΓΕΛΑΔΑΡΗ-ΤΕΛΜΗ ΟΛΓΑ	25
ΓΕΛΑΔΑΡΗΣ ΠΑΝΤΕΛΗΣ	20
ΓΚΟΥΤΣΗ-ΚΑΛΤΣΑ ΔΗΜΗΤΡΑ	35
ΓΚΟΥΤΣΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ (ΛΑΜΙΑ)	30
ΓΚΟΥΤΣΗΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ (ΛΑΜΙΑ)	30
ΖΑΜΑΝΗΣ ΑΝΔΡΕΑΣ	50
ΖΗΚΑΣ ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΗΣ	20
ΚΑΝΑΒΟΣ ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ	20
ΚΑΝΑΒΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	20
ΚΑΝΑΒΟΣ ΚΩΣΤΑΣ	20
ΚΑΡΑΓΙΑΝΝΗΣ ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ	20
ΚΑΡΑΓΙΑΝΝΗΣ ΠΑΝΤΕΛΗΣ	20
ΚΟΥΚΟΥΜΗΣ ΚΩΣΤΑΣ	40
ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΙΔΗΣ ΕΥΑΓΓΕΛΟΣ	20
ΚΩΤΟΥΛΑΣ ΒΑΣΙΛΗΣ	20
ΜΟΥΤΑΦΗ ΣΟΦΙΑ	20
ΝΑΚΟΣ ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ	20
ΝΑΚΟΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ	20
ΝΑΚΟΣ ΘΩΜΑΣ	20
ΝΑΚΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ	20
ΝΑΚΟΣ ΠΑΣΧΑΛΗΣ	20
ΝΑΚΟΣ ΣΠΥΡΟΣ	20
ΝΑΚΟΣ ΧΡΗΣΤΟΣ	20
ΝΤΑΓΚΟΒΑΝΟΣ ΙΩΑΝΝΗΣ	20
ΝΤΑΓΚΟΒΑΝΟΣ ΞΕΝΟΦΩΝ	20
ΠΑΠΑΓΕΩΡΓΙΟΥ ΙΦΙΓΕΝΕΙΑ	20
ΠΑΡΡΑΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ	20
ΣΕΛΤΣΙΩΤΗΣ ΝΙΚΟΣ	50
ΣΙΩΜΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	20
ΣΚΟΥΤΕΡΗ-ΛΑΜΙΤΣΗ ΜΑΡΙΑ	50 ΔΟΛ.
ΣΤΡΑΤΣΙΑΝΗ ΕΛΕΝΗ	30
ΤΖΙΜΟΤΟΛΗΣ ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ	20
ΤΖΙΜΟΤΟΛΗΣ ΚΩΝ/ΝΟΣ	20
ΤΣΙΑΤΣΙΟΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ	20
ΤΣΙΑΤΣΙΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	20
ΤΣΙΑΤΣΙΟΣ ΕΥΑΓΓΕΛΟΣ	20
ΤΣΙΑΤΣΙΟΣ ΗΛΙΑΣ	20
ΤΣΙΑΤΣΙΟΣ ΘΩΜΑΣ	20

## ΕΙΚΟΣΑΗΜΕΡΟ ΕΚΔΗΛΩΣΕΩΝ (ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΕΣ, ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΕΣ, ΨΥΧΑΓΩΓΙΚΕΣ, ΑΘΛΗΤΙΚΕΣ) ΑΠΟ 25 ΙΟΥΛΙΟΥ ΕΩΣ 15 ΑΥΓΟΥΣΤΟΥ 2008

### ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ

**25 Ιουλίου, Παρασκευή:** Την παραμονή του πανηγυριού, το βράδυ, στην Πλατεία του Ξενώνα, ο οποίος λειτουργεί με νέα Διεύθυνση (Γιάννης και Στέλλα Κουκούμη), η ζυγιά του ωιρτουόζου Κερασοβίτη Νίκου Φιλίππιδη, θα ανοίξει με γλέντι το εικοσαήμερο.

**26 Ιουλίου, Σάββατο:** Το πρωί στο εξωκλήσι της προστάτιδας Αγίας Παρασκευής, μετά την καθιερωμένη Θεία Λειτουργία και αφού έχουμε δεχθεί την ευλογία της, στο προαύλιο του ναού, η ζυγιά του Νίκου, με τα παραδοσιακά νουμπέτια και τα παραδοσιακά μας ακούσματα θα ομορφύνουν την καθάρια ατμόσφαιρα από κοντά το κλιμάκιο του χορευτικού μας και από λίγο, όλοι να μπούμε στο χορό.

Το απόγευμα στο μεσοχώρι, με τη συνοδεία της ζυγιάς του Νίκου, κάτω από την παχιά σκιά του πλατάνου, τα χορευτικά τουβ Κερασόβου και των Καλαρρυτιών Ιωαννίνων «Η Πίνδος» με χορούς Κερασοβίτικους και Μακεδονικούς - Θρακιώτικους, αντίστοιχα, θα ξετυλίξουν το πέπλο της παράδοσης.

**Πρόγραμμα βραδιάς:** Από 7.30-10.30 μ.μ., μετά το πρόγραμμα των χορευτικών, χορός για όλους ΔΩΡΕΑΝ.

Από 10.30-12.30: μετακίνηση της ζυγιάς στην Πλατεία του Ξενώνα και χορός ΔΩΡΕΑΝ, προσφορά της Αδελφότητας της Αθήνας.

### ΚΕΡΑΣΟΒΙΤΙΚΑ 2008

Από τις 12.30 και μετά, χορός με πληρωμή στα όργανα.

**3 Αυγούστου, Κυριακή:** «Η ΔΟΞΑ ΤΗΣ ΠΕΤΡΑΣ», ώρα 7.30 μ.μ. Πολιτιστική εκδήλωση αφιερωμένη στον λιθοξόο, κτίστη, πελεκάνο, Ηπειρώτη μάστορα, υπό την αιγίδα της Εταιρείας Ηπειρωτών Συγγραφέων και Λογοτεχνών, με πρόεδρο τον εκλεκτό όμορο συμπατριώτη κ. Τέντα, της Αδελφότητας της Αθήνας και του Συνεταιρισμού του Κερασόβου.

Συμμετέχουν ομιλητές, καθηγητές Πανεπιστημίου και το κλιμάκιο της παραδοσιακής χορωδίας της Πανηπειρωτικής. Το πρόγραμμα περιλαμβάνει ιδιαίτερη αναφορά, τιμής ένεκεν, στον δικό μας καλλιτέχνη - μάστορα, σμιλευτή της πέτρας Γούσια Στρατσιάνη, πρόσφατα τιμηθέντα από τον Πρόεδρο της Ελληνικής Δημοκρατίας, ως σημαντική προσωπικότητα της ελληνικής παράδοσης.

**4-5 Αυγούστου, Δευτέρα-Τρίτη:** Πραγματοποίηση διήμερης εκδρομής - επίσκεψης στη Βεργία, Βέροια, Έδεσσα, Νάουσα. Συμμετοχή κατ' άτομο (μετακίνηση, διαμονή στον Ξενώνα Παναγίας Σουμελά) 30+10=40 ευρώ. Το φαγητό το επιβαρύνεται ο καθένας.

6 Αυγούστου, Τετάρτη: Έκθεση παλαιάς φωτογραφίας στην αίθουσα του Πολιτιστικού Συλλόγου, στο Σχολείο, με θέμα: πρόσωπα και τοπία του Κερα-

σόβου, τα οποία θα αποτυπώσουν οικογενειακές και ιστορικές στιγμές της παράδοσης και του χωριού μας.

7 Αυγούστου, Πέμπτη: Οι μικροί ζωγραφίζουν, εκφράζοντας με το χρώμα, τον αγνό φυσικό τους κόσμο.

**10 Αυγούστου, Κυριακή:** Πρόσκληση για αιμοδοσία στο Σχολείο, μετά την απόλυση της εκκλησίας. Σκέψου, με το δικό σου αίμα, σώζεις έναν συνάνθρωπό σου, ο οποίος υποφέρει. Αυτή είναι μεγάλη πράξη αλtruισμού.

**11-12 Αυγούστου, Δευτέρα - Τρίτη:** Οργανωμένη ανάβαση στον Σμόλικα, με μαγική διανυκτέρευση κάτω από την μύτη του Σμόλικα και παρέα τον έναστρο ουρανό.

**15 Αυγούστου, Παρασκευή:** Χορός στο Μεσοχώρι - Απονομές.

**ΣΗΜΕΙΩΣΗ:** Ένα βράδυ από 6-10 Αυγούστου, οι «Ενεργοί Πολίτες της Σαλαμίνας», πιστοί στην αγάπη τους για το Κερασόβο και στη λαϊκή παράδοση, θα παρουσιάσουν ελαφρολαϊκό πρόγραμμα ψυχαγωγίας, αφιλοκερδώς για τους Κερασοβίτες και τους φίλους μας. Η εκδήλωση θα πραγματοποιηθεί στην Πλατεία του Ξενώνα, ώρα 9.30 μ.μ.

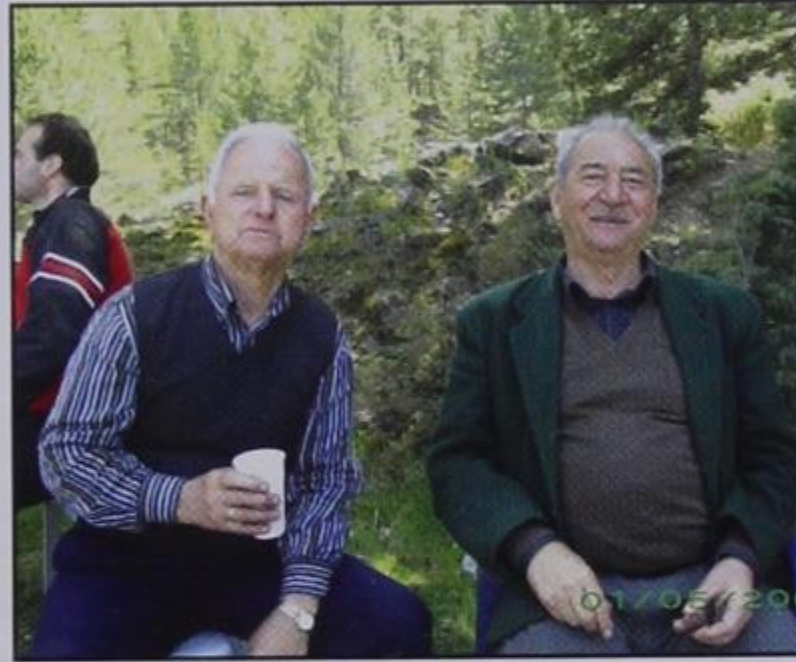
**Ενδιάμεσα στα πρωινά:** Πρωτάθλημα ΤΑΒΛΙ, για ενήλικες.

**ΧΩΡΟΙ ΑΘΛΗΣΗΣ:** Αίθουσα πινγκ-πονγκ, γήπεδο μπάσκετ, γήπεδο mini soccer 5X5, όλοι στο Σχολείο.

# ΠΑΣΧΑΛΙΑΤΙΚΑ ΣΤΙΓΜΙΟΤΥΠΑ ΑΠΟ ΤΟ ΧΩΡΙΟ



ΠΡΩΤΟΜΑΓΙΑΤΙΚΑ ΣΤΙΓΜΙΟΤΥΠΑ ΑΠΟ ΤΟ ΧΩΡΙΟ



Φίλοι μ' καλωσορίσατε και 'γω καλώς σας βρήκα  
κι αύριο καλές αντάμωσες, καλώς ν' ανταμωθούμε!

## Σκέψεις και προτάσεις για το ζωντάνεμα του χωριού μας

**Ζ**ούμε σε μια εποχή όπου πολλά δεδομένα έχουν αλλάξει σε σχέση με τις προηγούμενες δεκαετίες στις οποίες το ρεύμα της αστυφιλίας ήταν ασυγκράτητο. Η υποβαθμισμένη ποιότητα ζωής στα χωριά, οι πολλές επαγγελματικές ευκαιρίες και προοπτικές στις πόλεις και η λανθασμένες πολιτικές του κράτους οδήγησαν στην ερήμωση των χωριών και από την άλλη δημιουργήθηκαν πόλεις - τέρατα. Ποιος μπορεί να ισχυριστεί σήμερα ότι η Αθήνα προσφέρει τις συνθήκες για μια ποιότητα ζωής που έχει ανάγκη ο μέσος άνθρωπος; Η ακρίβεια, το κυκλοφοριακό, η ρύπανση, η πυκνή δόμηση και η εγκληματικότητα είναι προβλήματα που χρόνο με το χρόνο χειροτερεύουν. Τα προβλήματα αυτά έχουν ήδη αρχίσει να κάνουν την παρουσία τους και στις μεγάλες επαρχιακές πόλεις.

Βέβαια η επιστροφή του ενεργού πληθυσμού στην επαρχία χωρίς την παρέμβαση της πολιτείας ώστε να δημιουργηθούν θέσεις εργασίας είναι αδύνατη. Μήπως όμως μπορούμε να κάνουμε κάτι ώστε οι συνταξιούχοι που είναι ένα σημαντικό μεγάλο αριθμός να επιστρέψουν στα χωριά αν όχι όλο το χρόνο τουλάχιστον τους 7-8 μήνες;

Το δικό μας χωριό μπορεί να τα καταφέρει. Χρειάζονται όμως να ληφθούν κάποια μέτρα τα οποία είναι απαραίτητα.

Άμεση προτεραιότητα είναι η υλοποίηση των έργων από το δημοτικό πρόγραμμα «ΘΗΣΕΑΣ» ύψους 600.000 ευρώ, όπως έχουν περιγραφεί σε προηγούμενο τεύχος. Τα έργα αυτά θα αλλάξουν την όψη του χωριού προς το καλύτερο.

Ένα μεγάλο πρόβλημα που ταλανίζει για χρόνια την Κόνιτσα και τα χωριά της κυρίως είναι η υπολειτουργία του Κέντρου Υγείας. Λειτουργεί υποτυπωδώς με κάποιους αγροτικούς γιατρούς και με γιατρούς ειδικευμένους που το επι-

σκέπτονται περιοδικά από τα Γιάννενα. Όπως είναι αυτονόητο αυτές δεν είναι συνθήκες για να καλύψουν τις ανάγκες του πληθυσμού και μάλιστα του χωριού μας που απέχει 27 χλμ. και συνδέεται με συγκοινωνία δυο φορές την εβδομάδα. Είναι λοιπόν επιτακτική ανάγκη για την επάνδρωση του Κέντρου Υγείας Κόνιτσας με τις βασικές ειδικότητες και με πλήρες ωράριο γιατί πρέπει κάποιος να καταλάβουν ότι όσοι μένουν και στηρίζουν τα χωριά μας δεν είναι πολίτες δεύτερης κατηγορίας. Η κάλυψη των υγειονομικών αναγκών του πληθυσμού και μάλιστα των περιοχών που είναι απομακρυσμένες από τα αστικά κέντρα είναι πρωτεύουσας σημασίας.

Η επάνδρωση του Κέντρου Υγείας και η ενίσχυση του σημαντικού θεσμού «Βοήθεια στο Σπίτι» θα ενδυναμώσει τα επιχειρήματα όσων επιθυμούν επιστρέψουν στα χωριά.

Για τους λόγους αυτούς, το ΔΣ της Αδελφότητας Αθηνών επισκέφθηκε τον Δήμαρχο Κόνιτσας κ. Χαρ. Εξάρχου στις 29-4-2008 και του κατέθεσε το παρακάτω υπόμνημα, με τα αιτήματα που αφορούν σημαντικά έργα στο χωριό μας.

1. Να επιταχύνετε τα έργα στο χωριό μας από το πρόγραμμα «ΘΗΣΕΑΣ», όπως έχουν εγκριθεί από το Δημοτικό σας Συμβούλιο.

2. Να εντάξετε το ταχύτερο δυνατό το χωριό μας στο πρόγραμμα «ΒΟΗΘΕΙΑ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ».

3. Να εντάξετε το χωριό μας σε

αναπτυξιακά προγράμματα από το Δ' ΚΠΣ.

4. Να καταβάλετε κάθε προσπάθεια, ώστε να στελεχωθεί το Κέντρο Υγείας Κόνιτσας με ειδικευμένους γιατρούς, ώστε να μην αναγκάζονται οι κάτοικοι των χωριών μας να προστρέχουν σε νοσοκομεία των Ιωαννίνων για περιστατικά που θα μπορούσαν να διεκπεραιωθούν στο Κέντρο Υγείας Κόνιτσας.

5. Η περισυλλογή των απορριμμάτων να γίνεται την περίοδο του Πάσχα, αλλά και κατά τους μήνες Ιούλιο - Αύγουστο δυο φορές την εβδομάδα, αντί μιας που γίνεται σήμερα.

Χρειάζεται να γίνει συντονισμένη προσπάθεια για την τουριστική προβολή του χωριού μας το οποίο στον τομέα αυτό έχει μείνει πολύ πίσω παρά το ότι διαθέτει τα αξιοθέατα για να προβάλλει. Δεν θα γίνουμε βέβαια Ζαγοροχώρια αλλά είναι κρίμα τα διάφορα περιοδικά, η τηλεόραση ή το διαδίκτυο να κάνουν αφιερώματα στην περιοχή και το χωριό μας να μην αναφέρεται.

Τέλος, όπως αναφέρθηκε και στο προηγούμενο τεύχος, οι μόνιμοι κάτοικοι του χωριού και κυρίως όσοι ζουν μόνοι, έχουν ανάγκη από κάποιες πρωτοβουλίες που θα τους βγάλουν από τη μοναξιά και θα τους κάνουν να νιώσουν ότι δεν ζουν στο περιθώριο και ξεχασμένοι. Και πρωτοβουλίες προς αυτή την κατεύθυνση μπορούν να ληφθούν από τους φορείς του χωριού.

Δημ. Τέλλης

### ΑΔΕΛΦΟΤΗΤΑ ΚΙΑΤΟΥ

Όποιος ενδιαφέρεται να αποκτήσει τον καινούργιο τηλεφωνικό κατάλογο των Κερασοβιτών ή να δώσει τη συνδρομή του για το Περιοδικό μας και την Αδελφότητα Κιάτου, ας επικοινωνήσει τηλεφωνικά με την Πρόεδρο της Αδελφότητας Κιάτου κ. Μαρία Εξάρχου-Νάκου στα τηλ.: 27420 - 25693 και κιν. 697.67.62.910.

## ΠΕΡΗΦΑΝΑ Ή ΝΤΡΟΠΙΑΣΜΕΝΑ ΓΗΡΑΤΕΙΑ;

**Σ**ας έχω εξομολογηθεί πως το χαρτί πάντα υπήρξε από τους καλύτερους φίλους μου και τώρα ειδικά που είμαι μια προβληματισμένη και ανυπάκουη έφηβη. Ένας από τους προβληματισμούς μου είναι η τρίτη ηλικία, τα περήφανα γηρατειά.

Βλέποντας τη σημερινή συμπεριφορά προς αυτούς τους ανθρώπους θλίβομαι έως και που φανατίζομαι. Με το να βλέπουμε ηλικιωμένους να παραμελούνται και να υπολογίζονται μονάχα σαν πορτοφόλι, νομίζω πως όλοι θα έπρεπε να νιώσουμε άβολα. Είναι τραγικό να τους επισκεπτόμαστε μονάχα όταν θέλουμε κάποια οικονομική στήριξη από το υστέρημά τους και καθε πρώτη του μηνός για την αφαίμαξη της σύνταξης. Και είναι ακόμη πιο θλιβερό να παίζουμε πινγκ-πονγκ για το ποιος θα γηροκομήσει τελικά τον πατέρα ή τη μητέρα.

Υπάρχουν υποχρεώσεις, έχει αλλάξει η σημερινή κοινωνία; δεν αντιλέγω, αλλά όμως δεν είναι δύσκολο, όπως προγραμματίζουμε άλλα πράγματα στη ζωή μας, να προγραμματίσουμε και αυτό, να τους αφιερώσουμε λίγο χρόνο, παρά να τους πετάμε σε μια γωνία και να κανονίζουμε ρουσφέτια με τον χάρο για να έρθει νωρίτερα. Όμως πρέπει να σκεφτούμε ότι το μόνο που ζητάνε τα γεροντάκια είναι μια καλή κουβέντα από τα παιδιά που μεγάλωσαν με αγάπη, αυτοθυσία, κόπο, βάσανα, στέρηση και λαχτάρα.

Οι μεγαλύτερες ηλικίες, που γνώρισαν τα χρόνια του πολέμου, για να μεγαλώσουν τα παιδιά τους δούλεψαν σκληρά, ζητιάνεψαν, ταπεινώθηκαν, πείνασαν για να φάνε τα παιδιά τους και να ζήσουν, να διαπρέψουν, να γίνουν λεφτάδες με ωραία αυτοκίνητα, που σε πολλά από αυτά τα γεροντάκια να μην έχουν μπει μέσα για μια βόλτα. Πρέπει τα γηρατειά να τα σεβόμαστε, γιατί είναι μια δύσκολη ηλικία, αυτό που τα κάνει όμως περισσότερο δυσβάστακτα είναι αυτά που αντιμετωπίζουν χάρη σ' εμάς, από τις πράξεις μας. Έτσι δικαιολογημένα τα γηρατειά ο καθένας τα ταυτίζει με απομόνωση, μοναξιά, απελπισία, όμως αυτό είναι τρομερό, γιατί στο χέρι μας είναι να τους κάνουμε να ευτυχίσουν ή να δυστυχίσουν.

Το χθες δεν ξανάρχεται, το αύριο δεν είναι σίγουρο, μόνο το σήμερα είναι δικό μας και αν χρονοτριβούμε το χάνουμε και αυτό. Η αντιμετώπιση των γηρατειών είναι μία πληγή ανοιχτή ως τώρα, που κάποτε όμως πρέπει να κλείσει· τί λέτε, θα βοηθήσουμε;

ΜΑΧΗ

## ΧΟΡΕΥΤΙΚΗ ΕΚΔΗΛΩΣΗ ΜΕ ΕΘΙΜΑ ΚΑΙ ΤΡΑΓΟΥΔΙΑ ΑΠΟ ΤΟ ΚΕΡΑΣΟΒΟ

**Τ**ην τιμητική τους είχαν την Κυριακή 13 Απριλίου 2008 στη Μυτιλήνη οι χοροί και τα τραγούδια του Κερασόβου, κατά τη διάρκεια του 3ου Φεστιβάλ Παραδοσιακών Χορών Πανεπιστημιακών Χορευτικών, μίας διήμερης χορευτικής εκδήλωσης υψηλής στάθμης, που λαμβάνει χώρα κάθε χρόνο στο Δημοτικό Θέατρο της πόλης της Μυτιλήνης. Το φεστιβάλ διοργανώνεται από τον Φοιτητικό Χορευτικό Σύλλογο «ΟΡΦΕΑΣ» του τοπικού Πανεπιστημίου Αιγαίου και σε αυτό συμμετέχουν τα καλύτερα πανεπιστημιακά συγκροτήματα της χώρας, όσο και οι σπουδαιότερες ντόπιες χορευτικές ομάδες της Λέσβου, οι δε εκδηλώσεις του τυγχάνουν ευρείας κάλυψης από τον τοπικό έντυπο και ηλεκτρονικό τύπο της Λέσβου. Ειδικά φέτος το γεγονός κάλυψε εκτενώς και το λαογραφικού περιεχομένου περιοδικό «ΧΟΡΕΥΩ», που τυγχάνει ευρείας απήχησης στους κόλπους των χορευτικών συγκροτημάτων ανά την Ελλάδα.

Την πρωτοβουλία της παρουσίασης των κερασοβίτικων τραγουδιών είχε ένα από τα συγκροτήματα που συμμετείχαν στις εκδηλώσεις, ο Χορευτικός Τομέας του Ε.Μ.Πολυτεχνείου, που στο διάστημα 20 λεπτών πρόγραμμά του επέλεξε να παρουσιάσει έθιμα, χορούς και τραγούδια της Άνοιξης, της Πασχαλιάς και του γλεντιού από το Κεράσοβο και τα γύρω Μαστοροχώρια. Κεντρικό ρόλο στο πρόγραμμα είχαν τα ομαδικά τραγούδια, όπως λ.χ. η «Αρχοντοπούλα», με την οποία έγινε η είσοδος της ομάδας στη σκηνή, όσο κυρίως το χαριτωμένο έθιμο των καλάντων του Λαζάρου με τα πολύχρωμα περιστρεφόμενα «χελιδόνια» και το ανθοστόλιστο καλάθι με τον σταυρό. Ιδιαίτερη εντύπωση έκανε επίσης και το επιβλητικό τραγούδι της Λαμπρής «Σήμερα Δέσπω Πασχαλιά», με άντρες και γυναίκες σε ξεχωριστό κύκλο να παίρνουν διαδοχικά τα λόγια του αργόσυρτου αυτού τραγουδιού. Ακολούθησαν, τέλος, και άλλα τραγούδια από τα γειτονικά Μαστοροχώρια για να κλείσει ο χορός με οργανικούς σκοπούς, τον «Κωσταντάκη», το τοπικό τσάμικο και έναν χορό από την Καστάνιανη, τον «Θυληκωτό».

Η λεβεντιά των χορών καθώς και η δωρικότητα που αποπνέουν, κατά κοινή ομολογία, κέντρισε το ενδιαφέρον του κοινού, το οποίο έχοντας γεμίσει ασφυκτικά το Δημοτικό Θέατρο της πόλης, χάρισε απλόχερα και επανειλημμένα το χειροκρότημά του για τα τραγούδια της τόσο απομακρυσμένης για αυτούς - τους νησιώτες - περιοχής. Άλλωστε, ήταν σίγουρα η πρώτη φορά που έβλεπαν κάτι σχετικό με τη λαογραφία, την ιστορία και τον πολιτισμό της περιοχής των Μαστοροχωρίων της Κόνιτσας. Αξιοσημείωτο ήταν επίσης και το ενδιαφέρον που επέδειξαν και οι υπόλοιπες χορευτικές ομάδες που συμμετείχαν στο φεστιβάλ (Πανεπιστήμιο Αθηνών, Πανεπιστήμιο Αιγαίου κ.ά.), γιατί τα συγκεκριμένα δρώμενα και τραγούδια έχουν καθαρά τοπικό χαρακτήρα και είναι παντελώς άγνωστα στο ευρύ κοινό. Ελπίζουμε σύντομα να εντάξουν και εκείνα στις παραστάσεις τους συγκεκριμένους χορούς, ώστε η πλούσια παράδοση των χωριών μας να βγει από την αφάνεια και να γίνει ευρύτερα γνωστή. Ήδη τα πρώτα μηνύματα είναι ενθαρρυντικά. Είδομεν.

Υ.Γ. Ο Χορευτικός Τομέας του Ε.Μ.Πολυτεχνείου επιθυμεί να εκφράσει τις θερμές του ευχαριστίες στην Αδελφότητα Αγίας Παρασκευής και ιδιαίτερα στο μέλος της κα Βάιλα Μαριάνθη για την πολύτιμη βοήθειά τους επί της διδασκαλίας των Κερασοβίτικων τραγουδιών, χορών και εθίμων, που αναβίωσαν στην συγκεκριμένη εκδήλωση. Να είστε πάντοτε καλά και να διατηρείτε με τον ίδιο ωραίο τρόπο ζωντανή και ακμαία την πλούσια παράδοση του χωριού σας.

ΖΙΩΓΑΣ ΒΑΣΙΛΗΣ

# «Μια ζωή δουλεύω την πέτρα»

## 71χρονος με τα εργαλεία του ζωντανεύει την Αρχαία Μεσσήνη

«Την πέτρα πρώτα απ' όλα την κοιτάς, πιάνεις το "πρόσωπό" της, διαλέγεις το κομμάτι που θα φαίνεται, το "κούτελό" της. Πρέπει να είναι όσο γίνεται πιο λεία, η επιφάνειά της να μη χρειάζεται πολύ σκάψιμο, για να ακουμπήσει όμορφα η μία δίπλα στην άλλη. Μετά πρέπει να βρεις τη φόρμα της, να υπολογίσεις πως αυτή που έχεις στα χέρια σου θα κολλήσει στο σημείο που εσύ θες...».

**Ε**ίναι ήδη 71 ετών, έχει βγει χρόνια τώρα στη σύνταξη, αλλά τα χέρια του δεν μπορούν να αποχωριστούν το καλέμι, το βελόνι και τον ματρακά - τα εργαλεία του. Παραδοσιακός τεχνίτης της πέτρας για περισσότερο από μισό αιώνα πια, ο κ. Γιώργος Στρατσιάνης βραβεύτηκε την περασμένη Δευτέρα στο Προεδρικό Μέγαρο, με τον Χρυσό Σταυρό του Τάγματος του Φοίνικα, από τον Πρόεδρο της Δημοκρατίας για την προσφορά του στην αναστήλωση του ωδείου και του σταδίου της Αρχαίας Μεσσήνης. Ο κ. Στρατσιάνης είχε βρεθεί τυχαία εκεί το 1986, για ιδιωτική εργασία σε κατοικία της περιοχής. «Έφορος Αρχαιοτήτων απ' την Αρχαία Ολυμπία ήρθε να με δει να δουλεύω. "Ωραίες ξερολιθιές!", μου είπε, μόλις είδε τι εφτιαχνα. Με κάλεσε τότε να δουλέψω και στην Αρχαία Μεσσήνη...» θυμάται. Έκτοτε ο κ. Στρατσιάνης έκανε υπόθεση οικογενειακή το ζωντάνεμα της ιστορίας της Μεσσηνίας. Με τους δυο γιους του, Χρήστο και Γιάννη, πιστούς από παιδιά στα χνάρια του πατέρα τους κι έναν εργάτη γερανού για τις...ασήκωτες ντόπιες, βουνήσιες πέτρες, μαστορεύουν απ' το 1986 στο φιλόδοξο έργο ανάδειξης της ανασκαφής.

«Είκοσι τρία χρόνια τώρα, πάμε κι ερχόμαστε εκεί κάτω. Το πρώτο που κάναμε ήταν η αναστήλωση και η διαμόρφωση της ετοιμόρροπης κρήνης κλεψύδρας. Στην πορεία, περιφράξαμε και διαμορφώσαμε και την αυλή στο Αρχαιολογικό Μουσείο του Μαυροματίου, που ήταν ένα χωράφι σκέτο στην αρχή. Έπειτα αναστηλώσαμε και το ωδείο...» περιγράφει. Τα τέσσερα τελευταία χρόνια, η οικογένεια Στρατσιάνη αφοσιώθηκε αποκλει-



«Βλέπαμε τα σημάδια του αρχαίου τεχνίτη κι αναρωτιόμασταν γιατί το έκανε έτσι; Άρα πρέπει και εμείς να τον ακολουθήσουμε..., λέγαμε. Από τα ίχνη αυτά καταλαβαίναμε πόσο ύψος είχαν τα καθίσματα, αν χρειάζεται να σκάψουμε ή όχι και άλλες λεπτομέρειες» σημειώνει ο κ. Γιώργος Στρατσιάνης.

στικά στο αρχαίο στάδιο. «Βλέπαμε τα σημάδια του αρχαίου τεχνίτη κι αναρωτιόμασταν γιατί το έκανε έτσι; Άρα πρέπει και εμείς να τον ακολουθήσουμε...» λέγαμε. Απ' τα ίχνη αυτά καταλαβαίναμε πόσο ύψος είχαν τα καθίσματα, αν χρειά-

ζεται να σκάψουμε ή όχι κι άλλες λεπτομέρειες» σημειώνει.

### Μάχη για τη διάσωση

Για τρία χρόνια έδωσε μάχη με το συνεργείο του να περισώσει τα αυθεντικά λίθινα εδώλια. «Όλα τους ήταν κατεστραμμένα, από επισκευ-



## ΒΡΑΒΕΥΤΗΚΕ με τον Χρυσό Σταυρό του Τάγματος του Φοίνικα, από τον Πρόεδρο της Δημοκρατίας για την προσφορά του

ές κατά τη ρωμαϊκή εποχή και νεώτερες ζημιές, ή μετατοπισμένα. Φέτος βάλαμε και νέα κομμάτια πέτρας στη θέση των σπασμένων. Σήμερα πλέον το στάδιο έχει και πάλι στη θέση τους κατά 90% τα δικά του κομμάτια. Θα μείνει πίσω και για άλλους αιώνες, είναι ιστορία ολόκληρη, γι' αυτό και είμαι περήφανος που πρόσφερα κι εγώ λίγο με την τέχνη μου. Δεν βρίσκεις τέτοια ευκαιρία εύκολα σήμερα, να συνεχίσεις ένα αρχαίο έργο! Μέχρι και καλέμι αρχαίου μαστορά βρήκαμε κάτω από σκαλοπάτι και συγκινηθήκαμε!».

### Λαξευτής από κούνια

Με καταγωγή από οικογένεια μαστόρων από το Κεράσοβο Κονίτσης Ιωαννίνων, για τον κ. Στρασιάνη το επαγγελματικό μέλλον του ήταν προδιαγεγραμμένο ήδη από την...κούνια του. «Το 95% των αντρών στο χωριό μου δούλευαν

ως τεχνίτες πέτρας, το ίδιο και ο πατέρας, ο παππούς μου και πάει λέγοντας. Αυτό κάνω κι εγώ από τα 17 μου. Μια ζωή πέτρες πελεκώ! Απ' το 1954 έως σήμερα έχω φτιάξει εκκλησίες, βίλες και σπίτια, σχεδόν σε όλη την Ελλάδα. Και πού δεν έχω πάει με τα μπουλούκια των μαστόρων, για να δουλέψω! Άφηνα τη γυναίκα και τα τρία παιδιά μου στο χωριό και πήγαινα...» λέει με καμάρι. «Είναι από τις δυσκολότερες δουλειές. Την προτιμώ, όμως, από ένα γραφείο ή μαγαζί-"τρύπα" κι αν μη βγάζω πάνω από 650 ευρώ τον μήνα ως σύνταξη. Τόνοι πέτρας πρέπει να δουλευτούν, πρώτα οι μεγάλες, οι βαριές, με λοστάρια: αν χρειαστεί, θα δουλέψω ως και δέκα ώρες την ημέρα, οκτώωρο το λιγότερο. Πάντα, όμως, υπάρχει όρεξη, για μένα η πέτρα είναι η ζωή μου η ίδια! Το τούβλο το παίρνεις έτοιμο κι απλά το κολλάς. Στην πέ-

τρα, αντίθετα, ειδικά στην άγρια, μπορείς κάτι παραπάνω κι εσύ να δώσεις: απ' το σχήμα της μέχρι το προσωπικό στοιχείο πάνω της...».

### Ανοικτό στο κοινό το στάδιο της Αρχαίας Μεσσήνης

Ήδη επισκέψιμο για το κοινό είναι το αναστηλωμένο στάδιο της Αρχαίας Μεσσήνης, που χρονολογείται στον 3ο αιώνα π.Χ. Υπό την επίβλεψη κι ευθύνη της ανασκαφής από την Εταιρεία Μεσσηνιακών Αρχαιολογικών Σπουδών, με επικεφαλής τον καθηγητή κ. Πέτρο Θέμελη. Σε περίπου δύο μήνες από σήμερα θα μπορούν να δοθούν και για περαιτέρω αξιοποίηση οι 18 κερκίδες του, με συνολικά 20 σειρές εδωλίων και 3.500 καθίσματα.

**Πέτρος Στεφανής**  
ΑΝΑΔΗΜΟΣΙΕΥΣΗ ΑΠΟ  
ΤΗΝ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ «ΤΑ ΝΕΑ»  
29 Μαΐου 2008

## Δραματικά περιστατικά από τα χρόνια του Εμφυλίου

### Γράφει ο Απόστολος Αποστόλου

Αυτά που περάσαμε στη ζωή μας να τα θυμούνται εκείνοι που τα ξέχασαν και να τα μάθουν οι νεότεροι πώς ήταν η ζωή τότε.

Η αγορά του χωριού μας Κεράσοβο ήταν στην Κόνιτσα, διότι μετά τον πόλεμο δεν υπήρχαν στο χωριό μαγαζιά. Έτσι αναγκαζόμασταν να πάμε στην Κόνιτσα για να ψωνίσουμε τρόφιμα και άλλα είδη. Η συγκοινωνία γίνονταν με τα στρατιωτικά αυτοκίνητα.

Κάποια φορά είχαμε πάει αρκετοί Κερασοβίτες και στον γυρισμό μπήκαμε όλοι σ' ένα αυτοκίνητο. Φτάνοντας στη γέφυρα ΜΠΕΛΙ κάναμε όλα τα αυτοκίνητα στάση. Πρώτο ήταν το δικό μας αυτοκίνητο με όλους τους Κερασοβίτες.

Στη θέση που λέγεται Νταμπακόμηλο, το αυτοκίνητο πάτησε νάρκη. Το τί έγινε δεν περιγράφεται. Σκοτώθηκαν πολλοί Κερασοβίτες. Εκεί σκοτώθηκε ο Χρήστος Σκαλωμένος (πατέρας του Θανάση), ο Δημήτριος Γκουντούλης

(πατέρας του Κώστα), η Πάτρα του Γιάννη Πασιά, η Κυράτσω της Ντούλινας (τραυματίστηκε βαριά και μετά πέθανε) και δύο στρατιώτες. Τραυματίστηκε, της κόπηκε το πόδι, η Μήτσαϊνα Βαγγελάκου (Δέσποινα Τζίνα).

Εγώ, ο Απόστολος Αποστόλου, ήμουνα πολύ τυχερός. Στο ΜΠΕΛΙ που κάναμε στάση άλλαξα αυτοκίνητο κι έτσι γλίτωσα. Τους σκοτωμένους τους πήγαν στο χωριό Κεράσοβο, τους τραυματίες στο νοσοκομείο στην Κόνιτσα.

Στο χωριό έγινε θρήνος μεγάλος από όσους έχασαν αγαπημένα τους πρόσωπα.

Για εκδίκηση, ο Στρατός πήρε αυστηρά μέτρα. Κάθε πρωί μάζευε τους χωριανούς που είχαν παιδιά αντάρτες, τους έβαζαν μπροστά στον αυτοκινητόδρομο βάρη, για ανιχνευτές του δρόμου, και μετά ξεκινούσαν φάλαγγα τα αυτοκίνητα. Αυτό γινόταν κάθε μέρα. Και εμάς τους άντρες μάς έδωσαν όπλα να φυλάγομε σκοπιά το βράδυ. Είχαμε απελπιστεί οικονομικά και δεν ξέραμε τί

να κάνουμε. Πιάνουμε και λέμε στους αρμόδιους στρατιωτικούς για τα οικονομικά μας, ότι έχουμε οικογένειες, ούτε τσιγάρα δεν έχουμε να φουμάρουμε. Μας λένε, ελάτε στον ταγματάρχη να τα πείτε. Το αποτέλεσμα ήταν να μας κλείσουν στην καλύβα του Νικόλα Κότινα κι η σκοπιά συνεχίζονταν. Αλλά εμείς το βρήκαμε να δραπετεύσουμε και να πάμε σε διάφορα χωριά των Ιωαννίνων να εργαστούμε, να φυλάξουμε τις οικογένειές μας.

Αφού τελείωσε ο Εμφύλιος άνοιξαν οι δουλειές και δουλεύαμε. Ο στρατός μάζευε όλα τα χωριά και φτιάχναμε τους δρόμους, παντού φτιάχναμε καλή συγκοινωνία και τα οικονομικά μας έφτιαξαν.

Πολλά γίνονται στον τόπο μας. Κι ένα για τους Κερασοβίτες, που πήγαμε στην πόλη, δουλέψαμε σκληρά σαν παλικάρια, ευδοκιμήσαμε, φτιάξαμε σπίτια. Εύγε σε όλους τους χωριανούς μας.

**Από μένα τον παπού**  
**Απόστολο Αποστόλου**

## ΤΟ ΜΥΣΤΙΚΟ ΔΡΩΜΕΝΟ «ΑΣΤΡΟ ΤΟΥ ΑΛΩΝΙΟΥ» ΣΤΗΝ ΑΓΙΑ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ-ΚΕΡΑΣΟΒΟ ΚΟΝΙΤΣΑΣ

Ο Εμφύλιος διατάραξε την κοινωνική διαστρωμάτωση του ελληνικού πληθυσμού, με άμεσες τις συνέπειες στον λαϊκό πολιτισμό. Οι φυγάδες στις Λαϊκές Δημοκρατίες και οι μέτοκοι στις μεγαλουπόλεις δεν είχαν άμεση επαφή με τον γενέθλιο τόπο.

Μετά την πολύμοχθη και εν πολλοίς μαρτυρική οικονομική και πολιτική αποκατάσταση στο εσωτερικό, λειτούργησε η ληθουργούσα μνήμη με τη σύσταση φιλοπρόοδων συλλόγων, για να περισωθεί ό,τι η γενιά του χαλασμού μπόρεσε να συγκρατήσει ως βιωμένο παρελθόν.

Φυσικά η απώλεια είναι εμφανέστατη στις επαγγελματικές γλώσσες και τα μυστικά δρώμενα, από τα Μάγια μέχρι τις ιεροκρύφτες αγροτικές τελετές.

Ο Μαατρόνλου της Φούρκας συνδέεται με το «Άστρο του Αλωνιού» της Αγίας Παρασκευής, το παλιό Κεράσοβο, γιατί η υμνωδία της γης - Γαίας είναι εμφανής σε όλες τις εκδηλώσεις: ζωής - θανάτου - ανάστασης. Το σχετικό τελεστικό το έζησα όντας μαθητής της έκτης τάξης του δημοτικού.

Ήταν αρχές Ιουνίου όταν η Φωτίτσα Εξάρχου, μια ευγενική ύπαρξη με μακροχρόνιο φωτισμό στην Αίγυπτο, κάλεσε πολλά κορίτσια σε αλώνι, στην άκρη του χωριού, πάνω από τον μύλο που σώζεται, κοντά στο ποτάμι Βουρκοπόταμος.

Ήταν όλες περίπου 18 χρονών. Στάθηκαν πλάι-πλάι και κάλυψαν ολότρογυρα το αλώνι.

Στο μέσο στάθηκε η Φωτίτσα με έξι κορίτσια, μικρότερα από μένα. Σχημάτισαν χορό. Ακριβώς στη μέση, κάτω στη γη, τοποθέτησαν εικόνα της Αγίας Παρασκευής, που είναι η αγία των βουών, της Πίνδου η αγία, πολιούχος του χωριού, με το ομαδικό πολυφωνικό τραγούδι:

*Στολίστρες μου καλές στολίστρες  
στολίσατε καλά τη νύφη.*

*Αυτή βουνά θέλ' να διαβεί  
της παίρνει πέπλα το κλαδί...*

Και στόλισαν την καταγής εικόνα με κλαδιά δρυός, βαλανίδι ξερό και άνθη της εποχής. Τη ράντισαν με θειάφι. Αμέσως άρχισε ο εξωτερικός κύκλος τον χορό με το τραγούδι:

*Στον Άδη θα κατέβω  
και στον Παράδεισο...*

Είχα καλή εποπτεία. Με είχε βάλει η Φωτίτσα σε μαυρολίθαρο, έξω από τον κύκλο, με αυστηρό λόγο: «Ένα μονάχα παιδί πρέπει να μας δει. Αν μιλήσει για όσα δει θα πεθάνουν οι γονείς του». Η επιλογή δεν ήταν τυχαία, είμουνα ξένος.

Αν και είχα φοβηθεί, κατέγραψα στη μνήμη το δρώμενο, γιατί με είχε συνεπάρει.

Όταν το τραγούδι έφτασε στον στίχο:

*Θα πάω να σαϊτέψω...*

τα έξι μικρά κορίτσια πλησίασαν την εικόνα της Αγίας Παρασκευής και αποφλοίωσαν πάνω της ξερό καλαμπόκι. Έγινε σιωπή. Ακούστηκε η Φωτίτσα, με ιερή προσαγή:

*Του Αλωνιού μας το αστέρι  
βροχές πολλές να φέρει.*

*Κίνα του δένδρου περισσότερά  
με της νύχτας τα φτερά.*

Ξανάρχισε ο χορός που κυκλικά όλες πλησίασαν την εικόνα. Και σαν έσμιξε ο μικρός με τον μεγάλο κύκλο, η Φωτίτσα δεήθηκε γονατιστή στην εικόνα:

*Άνασσα Κηρασοβία  
λύσε κάθε φαρμακία  
Αγία μου Παρασκευή  
σώσε κόρη και παιδί.*

Ξαναχόρεψαν. Με φωνές τώρα ασυντόνιστες και χτυπώντας με τα πόδια τη γη σχεδόν έκραζαν:

*Μα Γα, Μα Γα, γέννα!*

*Ύσον-Ύσον ουρανέ...*

Μετά η Φωτίτσα πήρε την εικόνα και συνοδευόμενη από τα έξι κορίτσια, πήγαν στον κοντινό αύλακα, την έπλυναν και την στόλισαν με την πράσινη ποδιά που ήταν ζωσμένη η πιο μικρή.

Όταν γρήγορα γύρισαν μπήκαν στην κορφή του χορού. Πρώτη η Φωτίτσα Εξάρχου που είχε σημαία την εικόνα. Ξανάρχισαν σε έναν κύκλο, όλες μαζί, τον χορό με το ίδιο τραγούδι:

*Στον Άδη θα κατέβω...*

Στα Γιάννινα, μαθητής στο Γυμνάσιο, φιλοξενήσαμε για μέρες τη Φωτίτσα, πριν χάσει από ιατρική φιλανθρωπία τον μοναχογιό της Αλκιβιάδη. Τότε κατέγραψα τους στίχους με τη

δική της ερμηνεία για το δρώμενο:

«Όλα γίνονταν για να έχει ο τόπος νερό και να λυτρωθεί ο κόσμος από τη μάστιγα της μαγείας. Τον γυναικείο χορό με τις φωνές τον λέμε Σοβά».

Δεν θέλησε να μου μιλήσει για την «Κηρασοβία»! Κάποια πιθανή εξήγηση, όταν ήμουν φοιτητής, μου έδωσε μύστης δάσκαλος στηριγμένος στου Λύγκου τη μεγάλη ιστορία.

Η θέση της Αγίας Παρασκευής ευνοούσε τη λειτουργία Μαντείου Καθαρηρίου Ύδατος, για την αποτροπή κάθε κακού. Δηλαδή αποσοβούσε κάθε επιρροή της Κηρ\*, θεάς του ολέθρου, η οποία δρούσε μαγικά.

Ήταν η Κηρασοβία επώνυμη ιέρεια ή τοπική θεά του αρχαίου μαντείου, με βάση λειτουργίας, το Καθαρήριο Ύδωρ, όπως σε άλλα Ηπειρωτικά μαντεία. Ξόρκιζε το μαγικό, το αιφνίδιο κακό.

Γι' αυτό και η παλιά ονομασία του χωριού: Κεράσοβο, ίσως ήταν Κηρασοβία (Κηρ + σοβώ) ή Κηράσσοβο, που φαίνεται πιο πειστικά στην παράγωγη λέξη: Κηρασοβίτης. Κήρα + σοβητής. Ο θεουργός που διώχνει μακριά την Κήρα. Την Ολόη. Και την κατάρα, ισοδύναμη με τα κακά Μάγια, που ίσως γίνονταν και αυτά σε άλλο ποτάμι εκεί κοντά: τον Κακόλακκο! Η μνήμη είναι πάντα ισχυρή στη λαϊκή συνείδηση...

**ΝΙΚΟΣ Α. ΤΕΝΤΑΣ**

(Ο ποιητής Ν. Τέντας είναι πρόεδρος της Εταιρίας Λογοτεχνών και Συγγραφέων Ηπείρου)

(Αναδημοσίευση από το περιοδικό «ΚΟΝΙΤΣΑ»)

\* Σύμφωνα με τη μυθολογία, η θεά Κηρ ήταν κόρη της Νύχτας και ήταν αυτή που έφερνε τη δυστυχία στους ανθρώπους. Αδέρφια της ήταν η Απάτη, το Γέρας, η Έριδα, οι τέσσερις Εσπερίδες, οι τρεις Μοίρες, ο Μόρος (Πεπρωμένο), ο Μώμος (Χλευασμός), η Νέμεσις (Τιμωρία), η Οιζύς (Αθλιότητα), τα Όνειρα, η Φιλότης (Ερωτική Απόλαυση) και τα δίδυμα αδέρφια Ύπνος και Θάνατος.

## ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ ΤΟΥ ΓΙΩΡΓΟΥ ΔΑΓΚΟΒΑΝΟΥ ΓΙΑ ΤΟΝ ΣΥΝΕΤΑΙΡΙΣΜΟ

1. Αναλαμβάνουμε με τη δικαστική αυτή απόφαση, μεγάλες ευθύνες και υποχρεώσεις ως Κερασοβίτες συγχωριανοί που είμαστε, για να φέρουμε σε τάξη και σωστό δρόμο τη λειτουργία του Αναγκαστικού Συνεταιρισμού του χωριού μας, ο οποίος έχει ιδρυθεί μετά από δύσκολους και μεγάλους αγώνες των προγόνων μας. Πάππων και πατέρων μας.

2. Είναι πράγματι πολύ θλιβερά και δυσάρεστα τα όσα έχουν συμβεί στο χωριό μας, κατά τη Γενική Συνέλευση των μελών του Συνεταιρισμού μας, την ώρα της εκλογής του νέου Συμβουλίου, με αποτέλεσμα να ματαιωθούν οι εκλογές και ο Συνεταιρισμός να μείνει μέχρι σήμερα ακέφαλος, αδιοίκητος, με τεράστιες συνέπειες, τουλάχιστον στην οικονομική διαχείριση αυτού.

### 3. ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ:

Εμείς, η πενταμελής (5) διορισμένη Επιτροπή πρέπει με αίσθημα μεγάλης ευθύνης να προάγουμε επάξια, γρήγορα και σωστά τα όσα ορίζει η Δικαστική Απόφαση. Να φανούμε στα μάτια των συγχωριανών μας άξιοι της ΤΙΜΗΣ που μας έγινε, για να περαιώσουμε αυτό το έργο, το τόσο κρίσιμο και σπουδαίο, δηλαδή της παράδοσης-παραλαβής της διαχείρισης του Συνεταιρισμού και της διενέργειας των αρχαιρεσιών προς ανάδειξη νέου Διοικητικού Συμβουλίου από τα μέλη των Συνεταιρισμών μας, ύστερα από κλήση σε Γενική Συνέλευση των μελών, εντός της ταχθείσας προθεσμίας των 5 μηνών.

### Γι' αυτό προτείνω τα κάτωθι

και παρακαλώ να καταχωρηθούν στα Πρακτικά της Συνεδρίασης αυτής, ΟΛΑ και όχι περίληψη αυτών.

α) Να γίνει καταγραφή των παραδιδόμενων βιβλίων «Ταμείου» Διαχείρισης του Συνεταιρισμού μας όλων των ετών.

β) Όλα τα σχετικά στοιχεία (φάκελοι, κλασέρ, αποδείξεις, μπλοκ κ.λπ.) που αφορούν οικονομικές διαχειρίσεις από προηγούμενη Δι-

οίκηση (Τσούμπανου).

γ) Όλα τα βιβλία «Πρακτικών» του Συνεταιρισμού από προηγούμενη Διοίκηση.

δ) Όλες τις τυχόν γενόμενες Ελεγκτικές πράξεις από όργανα της Αγροτικής Τράπεζας ή άλλης αρμόδιας Ελεγκτικής Αρχής, π.χ. Περιφέρεια, Νομαρχία, Υπουργείο Γεωργίας.

ε) Κάθε άλλο στοιχείο που αφορά στη λειτουργία και οικονομική διαχείριση του Συνεταιρισμού μας.

στ) Όλο το «Αρχείο» του Συνεταιρισμού μας.

ζ) Όλα τα αντικείμενα που διαθέτει, π.χ. γραφείο, καρέκλες, ντουλάπες, είδη υδραυλικών εγκαταστάσεων, πόσιμου νερού, όσο και του αρδευτικού δικτύου.

θ) Τέλος, ό,τι άλλο ήθελε κριθεί σκόπιμο και σωστό.

**ΣΗΜΕΙΩΝΕΤΑΙ** πάντως ότι όλα τα ανωτέρω θα παραληφθούν με κάθε νόμιμη **ΕΠΙΦΥΛΑΞΗ**, γιατί φρονούμε ότι πρέπει πρωτίστως να γίνει ένας πιο εξειδικευμένος, ενδελεχής κυρίως έλεγχος από αρμόδια όργανα - Ελεγκτές, που γνωρίζουν καλώς το αντικείμενο, προς άρση πάσης αμφιβολίας- αμφισβήτησης των γενομένων πράξεων. Αυτό θα συμβάλλει πάρα πολύ στην ομόνοια, σύμπνοια και αγάπη όλων των

μελών του Συνεταιρισμού, που τόσα χρόνια έλειπε, γι' αυτό και οι έριδες μεταξύ μας, κυρίως αφ' ότου έχει καταργηθεί το ΕΠΟΠΤΙΚΟ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ του Συνεταιρισμού μας. Ποιο αρμόδιο όργανο θα είναι αυτό, που θα μας το υποδείξει η Εποπτεύουσα Αγροτική Τράπεζα και η Συνομοσπονδία των Αγροτικών Συνεταιρισμών Ιωαννίνων;

Τέλος, σημειώνω τούτο, ότι αν δεν είναι αρμοδιότητά μας η παράδοση-παραλαβή των Συνεταιρισμών μας, αλλά **ΜΟΝΟ** η διενέργεια των εκλογών στον Συνεταιρισμό μας, τα ανωτέρω γραφέντα να γίνουν απαραίτητα από το νέο ΔΣ που θα εκλεγεί από τις εκλογές, ύστερα από Γενική Συνέλευση των μελών.

Απαραίτητα κρίνεται σκόπιμο και ορθό και σωστό, οι εκλογές αυτές να γίνουν τον μήνα Αύγουστο, που είναι όλα τα μέλη του Συνεταιρισμού στο χωριό μας, **ΟΧΙ** τον Οκτώβριο που είναι μόνο οι ντόπιοι εκεί.

**Οι εκλογές για την ανάδειξη του νέου ΔΣ του Συνεταιρισμού θα γίνουν στο χωριό στις 3 Αυγούστου 2008.**

## ΤΟ ΠΡΟΣΩΡΙΝΟ Δ.Σ. ΤΟΥ ΣΥΝΕΤΑΙΡΙΣΜΟΥ

Το Μονομελές Πρωτοδικείο Ιωαννίνων στις 21 Μαΐου 2008 έβγαλε απόφαση, με την οποία ορίζει τα μέλη του προσωρινού ΔΣ του Συνεταιρισμού Κοινής Χορτονομής του χωριού. Σύμφωνα με την απόφαση, τα μέλη του είναι: Δημήτριος Στρατσίανης του Θεοδώρου, Δημήτριος Σκαλωμένος του Αθανασίου, Απόστολος Χαρισιάδης του Ιωάννη, Δημήτριος Κωταδήμος τπυ Χρήστου και Γεώργιος Δαγκοβάνος του Ιωάννη. Αναπληρωματικά μέλη ορίζει τους Ναπολέοντα Παναγιώτου του Χρήστου και Ανθούλα Γαλάνη του Ανδρέα.

Το Δικαστήριο τούς εξουσιοδοτεί, αφού συγκροτηθούν σε σώμα, να συγκαλέσουν Γενική Συνέλευση των μελών του Συνεταιρισμού, προκειμένου σε προθεσμία 5 μηνών να εκλεγεί η Διοίκησή του. Έχουν ακόμη υποχρέωση να επιμεληθούν υποθέσεις του Συνεταιρισμού, που έχουν επείγοντα χαρακτήρα.

Οι παραπάνω, αφού συνεδρίασαν, συνήλθαν σε σώμα και κατέλαβαν τις εξής θέσεις:

**ΠΡΟΕΔΡΟΣ:** Γιώργος Δαγκοβάνος, **ΑΝΤΙΠΡΟΕΔΡΟΣ:** Δημήτριος Κωταδήμος, **ΤΑΜΙΑΣ:** Δημήτριος Σκαλωμένος, **ΜΕΛΗ:** Δημήτριος Στρατσίανης, Απόστολος Χαρισιάδης. **ΑΝΑΠΛΗΡΩΜΑΤΙΚΑ ΜΕΛΗ:** Δημήτριος Στρατσίανης, Ανθούλα Γαλάνη.

## ΕΠΕΤΕΙΑΚΟ ΑΦΙΕΡΩΜΑ: ΤΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΑΘΗΝΩΝ

### 170 χρόνια λειτουργίας και προσφοράς

Γράφει ο Τάκης Σαμαράς

Το Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών (Ε.Κ.Π.Α.) τη χρονιά που μας πέρασε (2007), συμπλήρωσε 170 χρόνια λειτουργίας και προσφοράς. Λόγω της επετείου αυτής, καλό θα είναι να κάνουμε ένα μικρό ταξίδι στην ιστορία του, με λίγα λόγια, τα πρώτα αυτού του ανωτάτου εκπαιδευτικού ιδρύματος της χώρας μας.

Επίσημα η Επέτειος αυτή γιορτάστηκε στις 3 Μαΐου του 2007 στη Μεγάλη αίθουσα Τελετών του Ε.Κ.Π.Α.

Στο ανώτατο αυτό εκπαιδευτικό Ίδρυμα έχουν φοιτήσει και αποφοιτήσει πάρα πολλά παιδιά του χωριού μας, γινόμενα άριστοι και καλοί επιστήμονες, έκαστο βέβαια, στον κλάδο του και την ειδικότητα που έχει επιλέξει για τις σπουδές του. Είναι όμως βέβαιο, πως πολλοί από τους γονείς αυτών των παιδιών δεν γνωρίζουν την ιστορία του Ιδρύματος αυτού, γι' αυτό κρίθηκε καλό να την μάθουν, πέραν του γεγονότος ότι, όλοι μας, ως Έλληνες θα έπρεπε να γνωρίζουμε την ιστορία του, κυρίως οι πεπαιδευμένοι.

Το Ίδρυμα αυτό ιδρύθηκε από τον Βαυαρό Όθωνα, βασιλιά της Ελλάδος στις 3 Μαΐου του 1837, μόλις 7 χρόνια από την ίδρυση του Ελληνικού κράτους. Ονομάστηκε, προς τιμήν του βασιλιά «Οθώνειον Πανεπιστήμιον».

Η ίδρυσή του φανερώνει – αναδεικνύει – τη σπουδαιότητα της αποστολής του, ιδίως εκείνα τα δύσκολα πρώτα χρόνια του νεοσύστατου ελληνικού κράτους.

Στην Αθήνα της εποχής εκείνης με τους λίγους κατοίκους, ελάχιστα ήταν τα κτίρια που περιστοίχιζαν τον ιερό βράχο της Ακροπόλεως, περί 800 τον αριθμό. Ένα από αυτά στην Πλάκα, στην οδό Θόλου (σήμερα μουσείο της ιστορίας του Πανεπιστημίου Αθηνών) ήταν κτίριο τριώροφο, 1816 τεκτονικών πήξεων, που μισθώνεται από τον ιδιοκτήτη του αρχιτέκτονα Κλεάνθη, από το κράτος για να



**Η πρόσοψη του Εθνικού Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών.**

στεγαστεί εκεί το πρώτο Ανώτατο Εκπαιδευτικό Ίδρυμα της αναγέννησης Ελλάδας. Στις 3 κατάλληλα διαρρυθμισμένες αίθουσές του, εναλλάσσονταν οι 29 πρώτοι καθηγητές των 4 πρώτων σχολών του ιδρύματος, που ήταν, της Θεολογικής, της Νομικής, της Ιατρικής και της ενιαίας τότε Φιλοσοφικής – Φυσικομαθηματικής – που ονομάζονταν Σχολή Γενικών Επιστημών. Πρώτος πρύτανης διορίστηκε ο καθηγητής της ιστορίας Κων/νος Σχινάς.

Επειδή δεν διέθετε τους απαραίτητους χώρους για την διδασκαλία, ύστερα από έρανο, στον οποίο η συμμετοχή των πολιτικών ήταν συγκινητική αλλά και από ευγενείς χορηγίες ευεργετών, συγκεντρώθηκε ένα ποσό που επέτρεψε την αναγκαία μεταστέγασή του. Έτσι στις 2 Ιουλίου του 1839, σε πανηγυρική τελετή, ο Όθων, έθεσε το θεμέλιο λίθο του κτιρίου της οδού Πανεπιστημίου 30, το σχεδιασμό του οποίου ανέλαβε ο Δανός αρχιτέκτονας Χριστιανός Χάνσεν.

Δύο χρόνια αργότερα, το 1841 άρχισαν οι παραδόσεις των μαθημάτων στο νέο κτίριο ενώ συνεχίζονταν οι εργασίες της επέκτασής του. Το 1862, όταν έγινε η έξωση του βασιλιά Όθωνα από την Ελλάδα, το ίδρυμα μετονομάστηκε από «Οθώνειο» σε «Εθνικό Πανεπιστήμιο».

Το 1911, σύμφωνα με τη διαθήκη του Μεγάλου Ηπειρώτη ευεργέτη Ιωάννη Δόμπολη ιδρύθηκε το επονομαζόμενο Καποδιστριακό Πανεπιστή-

μιο, στο οποίο υπήχθησαν, η Θεολογική, η Νομική και η Φιλοσοφική, ενώ οι άλλες δυο Σχολές δηλ. η Ιατρική και η Φυσικομαθηματική παρέμειναν στο Εθνικό Πανεπιστήμιο.

Τα δυο αυτά ιδρύματα, αρχικά είχαν ξεχωριστή νομική υπόσταση, αλλά κοινή Διοίκηση. Το 1932 συνενώθηκαν σ' ένα και το ίδρυμα λαμβάνει τώρα την νέα μορφή που διατηρεί και μέχρι σήμερα με την ονομασία Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών.

Στα 170 χρόνια της λειτουργία του, το Ίδρυμα Πανεπιστήμιο Αθηνών, υπήρξε το μεγαλύτερο φυτώριο επιστημόνων της χώρας μας, οι οποίοι και στελέχωσαν, κατά κύριο λόγο, την κρατική μηχανή του Νεοελληνικού κράτους, αλλά και της Κύπρου, ενώ πολλοί πτυχιούχοι μας, διέπρεψαν στην αλλοδαπή και στον ακαδημαϊκό και όχι μόνο χώρο.

Το Πανεπιστήμιο Αθηνών, μέσα στα 170 χρόνια, γιγαντώθηκε και αναπτύχθηκε σε όλη σχεδόν την έκταση της ευρύτερης πόλης των Αθηνών.

Συμπέρασμα: Όταν το 1837 ο Όθων θέλησε να βοηθήσει το Έθνος, που μόλις είχε ελευθερωθεί, ν' ανεύρει και να σμιλεύσει την ταυτότητά του που του άρμοζε, διέγινωσε αρχικώς την ανάγκη της ίδρυσης του Πανεπιστημίου μας. Σ' αυτή την αποστολή, κατά τον 19ο αιώνα, το ίδρυμα αποδείχτηκε όντως πρωτοπόρο, αντάξιο των προσδοκιών του ιδρυτή του. Αλλά και στη συνέχεια, κατά τον 20ο αιώνα επαλήθευσε, με την εκπαιδευτική, την ερευνητική, την πολιτιστική και κοινωνική του προσφορά, τις ελπίδες ενός ολόκληρου λαού.

Σήμερα, στο λυκαυγές του 21ου αιώνα, 170 χρόνια μετά την ίδρυση του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών, το έργο του εξακολουθεί να είναι περισσότερο από σημαντικό, σε πείσμα όσων φοβούνταν ή πίστευαν ότι ο θεσμός του Πανεπιστημίου, της Universitas, θα μπορούσε να αποδυναμωθεί.

## ΓΙΝΕ ΚΑΙ ΣΥ ΕΘΕΛΟΝΤΗΣ ΑΙΜΟΔΟΤΗΣ, ΜΠΟΡΕΙΣ!

Ένα μεγάλο ευχαριστώ στο ΔΣ Αθηνών για την προσφορά αίματος μίας (1) φιάλης στη θεία Καλίτσα Λ. Τέλλη, μετά από τηλεφωνική επικοινωνία που είχα με τον πρόεδρο Δημήτρη Τέλλη.

Ευχαριστώ θερμά τους ελάχιστους (11 μόλις τον αριθμό) που πρόσφεραν το αίμα τους το καλοκαίρι στο χωριό, για να υπάρχει η Τράπεζα Αίματος, που καλύπτει τις ανάγκες των προβλημάτων υγείας που παρουσιάζονται στους Κερασοβίτες.

Και επειδή το αίμα δεν μπορούμε να το αγοράσουμε από το φαρμακείο,

όποια στιγμή το χρειαζόμαστε, μόνο μέσα από την προσφορά αγάπης και τον εθελοντισμό μπορούμε να το αποκτήσουμε. Θέλω να σας ζητήσω να ανταποκριθείτε όλοι όσοι είστε υγιείς και σε ηλικία από 18 έως 60 χρόνων, να επικοινωνήσετε τηλεφωνικά με τον πρόεδρο Αθηνών και όσοι έχετε ως τόπο διαμονής το Κιάτο και την ευρύτερη περιοχή της Κορινθίας, τηλεφωνείστε σε μένα.

Έχω ζητήσει από το Νοσοκομείο Κορίνθου να ενημερωθώ σχετικά με την εθελοντική αιμοδοσία και όταν ανέφερα πως είμαστε περίπου 80 οικογένειες στην Αδελφότητα Κιάτου, ο υπεύθυνος από το Νοσοκομείο μου είπε πως μπορούμε να ιδρύσουμε δική μας Τράπεζα Αίματος στο Νοσοκομείο Κορίνθου. Επειδή όμως τα πράγματα δεν είναι απλά, δεν πρέπει να ενθουσιαζόμαστε με τον αριθμό των μελών, αλλά με τον αριθμό των εθελοντών. Πόσοι απ' όλους μας θα ανταποκριθούν σ' αυτό το κάλεσμα; Πόσοι από εμάς έχουν στο μυαλό τους το «ό,τι ακούς στη γειτονιά σου, περίμενέ το στη γωνιά σου;»

**ΜΑΡΙΑ ΕΞΑΡΧΟΥ - ΝΑΚΟΥ**

**POOLCENTER**  
ΚΑΤΑΣΚΕΥΗ & ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ ΠΙΣΙΝΑΣ  
ΕΠΙΠΛΑ ΚΗΠΟΥ - ΔΙΑΓΩΝΙΟΣ  
Έκθεση 78ο χλμ. Π.Ε.Ο.Α.Κ.  
Ισθμός Κορίνθου  
Τηλ.: 2741 0 74074 - 6944 515444  
<http://www.pisines.gr>

**ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΓΕΡΜΑΝΙΚΗΣ ΓΛΩΣΣΑΣ**  
**DEUTSCHES SPRACHINSTITUT**  
**EULENSPIEGEL**  
**ΔΙΠΛΩΜΑΤΑ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟΥ ΓΚΑΙΤΕ**  
Διεύθυνση: **ΓΚΟΝΤΟΥ ΜΑΡΙΑ**  
Πτυχιούχος Γερμανικής Φιλολογίας  
Πανεπιστημίου Αθηνών  
**Φιλοκτήτου 96 - ΙΛΙΟΝ**  
Τηλ./Fax: 210 - 26.28.091, 25.86.298

**ΤΕΧΝΙΚΟ ΓΡΑΦΕΙΟ**  
ΜΕΛΕΤΕΣ - ΕΠΙΒΛΕΨΕΙΣ - ΚΑΤΑΣΚΕΥΕΣ  
ΑΔΕΙΕΣ ΟΙΚΟΔΟΜΩΝ - ΤΟΠΟΓΡΑΦΙΚΑ  
**Ι. ΒΙΤΤΩΡΑΤΟΥ - ΣΚΑΛΩΜΕΝΟΥ**  
**ΠΟΛΙΤΙΚΟΣ ΜΗΧΑΝΙΚΟΣ Ε.Μ.Π.**  
ΓΡΑΦΕΙΑ: ΑΝ. ΜΟΥΣΤΑΚΑΤΟΥ 4  
ΑΧΑΡΝΑΙ - ΤΗΛ.: 210 - 24.45.870  
ΟΙΚΙΑ: ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ 17, ΙΛΙΟΝ  
ΤΗΛ.: 210 - 26.26.817, 6977 - 234.329

**ΚΤΗΜΑΤΟΜΕΣΙΤΙΚΗ ΑΝΑΒΥΣΣΟΥ**  
*Οικόπεδα - Βίλες - Κτήματα*  
*Χρήστος Κων/νου Χατζηϊωαννίδης*  
Κινητό: 6944 223132  
*Λεωφ. Αναβύσσου - Σαρωνίδας:*  
2291 0 41987  
*Μ. Αλεξάνδρου 29 - Ανάβυσσος -*  
Τηλ: 2291 0 39260

**ΝΤΑΚΟΒΑΝΟΣ ΚΩΝ/ΝΟΣ**  
**ΠΤΥΧΙΟΥΧΟΣ ΤΕΙ ΛΟΓΙΣΤΙΚΗΣ**  
**Αναλαμβάνω**  
Φορολογικές Δηλώσεις, Βιβλία Εσόδων -  
Εξόδων - Α.Π.Δ. (Οικονομικά Ένσημα)  
Τηλ.: 210 - 86.22.211, 6978 - 896.021

**ΒΑΣΙΛΗΣ Δ. ΠΑΣΙΑΣ**  
**ΧΕΙΡΟΥΡΓΟΣ ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΟΣ**  
Ελπίδος 7 - Εμπορικό Κέντρο «Ηλιοτρόπιο»  
Δέχεται: 9-12.30 π.μ. & 5.30-9.30 μ.μ  
Τηλ. Ιατρείου: 210 - 60.81.758  
Οικίας: 210 - 60.02.264

**ΜΑΡΙΑ ΠΑΠΑΚΩΣΤΑ - ΝΤΑΓΚΟΥΒΑΝΟΥ**  
**ΠΑΙΔΙΑΤΡΟΣ**  
Χίου 14 - Περιστερί, τηλ.: 210 - 57.39.804

**Λ. ΠΑΠΑΚΩΣΤΑ - ΓΕΝΕΙΑΤΑΚΗ**  
**ΧΕΙΡΟΥΡΓΟΣ ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΟΣ**  
Παναγή Τσαλδάρη & Ζήνωνος 1 - Περιστερί  
Τηλ. Ιατρείου: 210 - 57.42.295, 6973 - 029.101

**ΚΡΑΣΙ - ΤΣΙΠΟΥΡΟ**  
**ΚΤΗΜΑ ΤΖΙΝΑ**  
**ΝΕΚΤΑΡΙΟΣ Π. ΣΤΕΦΑΝΙΔΗΣ**  
  
ΤΗΛ.: 22310 - 79090  
6973 608436

13ο ΧΛΜ ΛΑΜΙΑΣ - ΚΑΡΠΕΝΗΣΙΟΥ  
ΛΙΑΝΟΚΛΑΔΙ ΛΑΜΙΑΣ

## ΘΕΜΑΤΑ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ ΚΑΙ ΥΓΕΙΑΣ

### Τα γλυκά στη διατροφή των παιδιών και πώς θα τα αντιμετωπίσετε

**Η** ζάχαρη και οι γλυκαντικές ουσίες δεν βρίσκονται μόνο στα γλυκά και σε πολλά είδη της καθημερινής διατροφής των παιδιών, όπως γαλακτοκομικά προϊόντα, χυμοί, αναψυκτικά, σάλτσες, πίτσες, κορν φλέικς, φρυγανιές, τσίχλες και άλλα. Επειδή λοιπόν η ζάχαρη αποτελεί τον κύριο κορμό διατροφής των μικροβίων (που φυσιολογικά υπάρχουν στο στοματικό περιβάλλον), αυτά τα μικρόβια μετά την κατανάλωσή της πολλαπλασιάζονται, απεκκρίνοντας οξέα, τα οποία και καταστρέφουν τα δόντια μας και δημιουργούν τερηδόνες (τρύπες).

Εύλογα ο καθένας θα μπορούσε να αναρωτηθεί: «Για να προστατεύσουμε λοιπόν τα δόντια μας, θα πρέπει να απορρίψουμε εντελώς τα γλυκά και τη ζάχαρη από το διαιτολόγιό μας;». Όχι βέβαια, άλλωστε κάθε τέτοια προσπάθεια και απαγόρευση στα παιδιά, μάλλον θεωρείται μάταιη, αφού τα παιδιά θα βρουν γρήγορα νέες διεξόδους.

Η λύση είναι απλή και επιβεβαιωμένη: Θα δίνεται καθημερινά (εάν επιθυμεί το παιδί σας) ένα γλυκό μετά το κυρίως γεύμα του και μετά θα βουρτσίζει τα δόντια του. Αυτό δεν επιβάλλεται μόνο για να έχουν γερά δόντια τα παιδιά μας, αλλά τους γίνεται και μια σημαντική διατροφική συνήθεια για τη σωστή τους ανάπτυξη, αφού τρώγοντας γλυκά μεταξύ των γευμάτων, κόβεται η όρεξή τους και δεν τρώνε το κυρίως γεύμα τους. Επίσης τρώγοντας γλυκό μεταξύ των γευμάτων θα φάνε μεγαλύτερη ποσότητα

### Τσάι του βουνού

**Α**νήκει στην οικογένεια των χειλανθών και στο γένος Σιδηρίτις. Στην Ελλάδα υπάρχουν περίπου 17 ποικιλίες. Το τσάι που βρίσκουμε στην Πίνδο (sidiritis alhoa), καθώς και στον Άθω και στη Σαμοθράκη, ονομάζεται κοινώς τσάι βλάχικο.

Είναι πολυετής πόα, με ύψος μέχρι 40 cm. Είναι φυτά προσαρμοσμένα για να επιβιώνουν σε βραχώδεις περιοχές με υψόμετρο άνω των 1000 μ. Το είδος είναι ανθεκτικό σε ξηρασία και χαμηλές θερμοκρασίες.

Παρουσιάζει πολλές ευεργετικές ιδιότητες, που οφείλονται στα συστατικά του αιθέριου ελαίου του. Το μέρος του φυτού που συλλέγεται είναι τα άνθη μαζί με τα 5-6 εκ. βλαστού. Οι ανθοφόροι βλαστοί ξεραίνονται για να διατηρηθούν μεγάλο χρονικό διάστημα.

Κατά την αρχαιότητα ο Διοσκουρίδης το χρησιμοποιούσε ως θεραπευτικό των πληγών και πιστεύεται ότι είναι ευεργετικό για τα αιμοφόρα αγγεία της καρδιάς. Έχει πεπτικές θερμαντικές τονωτικές και αποτοξινωτικές ιδιότητες. Συνιστάται κατά των κρυολογημάτων, των ασθενειών του αναπνευστικού συστήματος και του ουροποιητικού. Το αφέψημα με λεμόνι και μέλι είναι αντισηπτικό και μαλακώνει τον λαιμό.

Το ενδιαφέρον των ερευνητών έχει προκαλέσει το τσάι του βουνού, γιατί περιέχει πολυφαινόλες που παρέχουν προστασία από την οστεοπόρωση. Σ' αυτό το στάδιο γίνονται πειράματα, για να διερευνηθεί ο μηχανισμός δράσης του. Μελέτες υποδεικνύουν τα προληπτικά οφέλη του έναντι του ενδεχόμενου εμφάνισης καταρράκτη, θρόμβων και υπέρτασης.

Το τσάι δεν εμφανίζει διεγερτική δράση, άρα μπορεί να καταναλωθεί και το βράδυ χωρίς να επηρεάσει τον ύπνο. Αυτό που πρέπει να προσεχθεί είναι να μην συλλέγεται ανώριμο, γιατί χάνει τις ευεργετικές του ιδιότητες. Το χειρότερο είναι η εκκρίζωση του φυτού κατά τη συλλογή του.

Ένα ελπιδοφόρο νέο είναι ότι μπορεί να γίνει συστηματική καλλιέργειά του. Είμαστε τυχεροί, γιατί στα βουνά μας ευδοκίμει άφθονο.

**ΔΕΣΠΟΙΝΑ Π. ΤΖΙΝΑ**

από ό,τι αν κατανάλωναν γλυκό μετά το γεύμα. Έτσι μειώνουμε την πιθανότητα ανάπτυξης παχυσαρκίας και σαγχαρώδη διαβήτη.

Έτσι, αν τα παιδιά σας τρώνε γλυκά μόνο μετά το πρωινό ή το μεσημεριανό τους γεύμα και έπειτα βουρτσίζουμε τα δόντια τους, εξασφαλίζουμε ένα υγιές στόμα, χωρίς να τους στερούμε τις μικρές τους απολαύσεις.

**Β**έβαια, απαραίτητη προϋπόθεση είναι τα παιδιά να βλέ-

πουν, να τηρούν το πρόγραμμα αυτό και οι γονείς και φυσικά να μην παρεμβαίνουν οι παππούδες και οι γιαγιάδες, λέγοντας «έλα φάε ένα γλυκό, μια φορά δεν πειράζει». Το παιδί θα πρέπει να καταλάβει ότι αυτό είναι μέρος της διατροφής του και όχι τιμωρία. Όχι μόνο γιατί θα έχει γερά δόντια, αλλά γιατί θα έχει έναν υγιή οργανισμό, που θα έχει μάθει να διατρέφεται σωστά.

**ΒΑΣΙΛΗΣ ΠΑΣΙΑΣ**  
Οδοντίατρος

## Κεράσια, ο κόκκινος θησαυρός

**Τ**α κεράσια είναι ένα φρούτο πολύ αγαπητό σε μικρούς και μεγάλους. Το γεγονός ότι το βρίσκουμε διαθέσιμο για μικρό χρονικό διάστημα το κάνει ακόμη πιο ζηλευτό. Τα κεράσια έχουν σχήμα σφαιρικό, χρώμα κόκκινο διαφορετικής απόχρωσης ανάλογα με την ποικιλία, φλούδα λεία και γυαλιστερή και χυμώδη γλυκιά σάρκα.

Η κερασιά ανήκει στο γένος προύνος, στην οικογένεια ροδίδες, στην τάξη ροδώδη και είναι αγγειόσπερμο δικότυλο φυτό. Έχει πολλές ποικιλίες, οι πιο γνωστές είναι η κερασιά Βοδενών, η πετροκερασιά, η Ναπολέων και η κερασιά Ρουπκόβου.

Πιθανός τόπος καταγωγής των κερασιών θεωρούνταν, από τους αρχαίους Έλληνες, η Κερασούντα της Μικράς Ασίας. Ο ρωμαίος στρατηγός Λούκουλος τα ανακάλυψε και τα έφερε στην Ιταλία.

Τα κεράσια είναι ένα φρούτο πολύ νόστιμο, το οποίο όμως απολαμβάνουμε λίγες εβδομάδες το χρόνο εφόσον τα βιολογικά και χημικά βελτιωτικά δεν μπόρεσαν να αλλάξουν τη φυσική πορεία ωρίμανσής τους.

### Οφέλη στην υγεία

Τα κεράσια είναι πλούσια σε βιταμίνες, ιχνοστοιχεία και φυτικές ίνες και ταυτόχρονα έχουν λίγες θερμίδες. Ένα κεράσι αποδίδει 4 θερμίδες και μια μερίδα (100 γρ.) κερασιών 33 θερμίδες.

Τα κεράσια θα πρέπει να καταναλώνονται από τους μαθητές και ιδιαίτερα κατά την εξεταστική περίοδο γιατί μειώνουν αισθητά την πνευματική κόπωση.

Το έντονο χαρακτηριστικό κόκκινο χρώμα των κερασιών οφείλεται σε μια ομάδα χημικών ουσιών, τις ανθοκυανίνες. Έρευνες έχουν δείξει ότι αυτές συμβάλλουν στην εξουδετέρωση καρκινογόνων ουσιών. Μια άλλη δράση των ανθοκυανινών είναι ότι αυξάνουν κατά 50% την παραγωγή της ινσουλίνης από το πάγκρεας, δηλαδή βοηθούν στην πρόληψη του σαχαρώδους διαβήτη.

Τα κεράσια βοηθούν στην αντιμετώπιση της δυσκοιλιότητας, αφού περιέχουν μεγάλες ποσότητες οργανικών οξέων και φυτικών ινών. Επίσης, η διουρητική τους δράση τα καθιστά σύμμαχους της καλής λειτουργίας του ουροποιητικού συστήματος.

Τα κεράσια είναι πλούσια σε κάποιες φυτοχημικές ουσίες, τις φυτοστερόλες, και βοηθούν στη μείωση της χοληστερόλης.

Άλλα οφέλη των κερασιών στην υγεία μας είναι η πρόληψη της δημιουργίας πλάκας στα δόντια, άρα και της τερηδόνας. Μια άλλη έρευνα δείχνει ότι άτομα που καταναλώναν 227 γρ. κερασιών ή την αντίστοιχη ποσότητα χυμού κερασιού την ημέρα είχαν σημαντικά πλεονεκτήματα όσον αφορά την πρόληψη της ουρικής αρθρίτιδας. Επίσης, σημαντική είναι η ανακουφιστική τους δράση στους ρευματικούς πόνους και η αντισηπτική τους δράση ενάντια σε φλεγμονές και λοιμώξεις.

Εν κατακλείδι, τα αγαπημένα μας κεράσια, εκτός από τη γευστική ικανοποίηση που μας δίνουν, μας εφοδιάζουν με χρήσιμα θρεπτικά συστατικά για τη θωράκιση της υγείας και επιπρόσθετα είναι πολύ καλή επιλογή για άτομα που κάνουν δίαιτα, αφού έχουν μικρή θερμιδική απόδοση, και ταυτόχρονα δημιουργούν το αίσθημα του κορεσμού.

## Κ Ο Ι Ν Ω Ν Ι Κ Α

### ΓΕΝΝΗΣΕΙΣ

Στις 16-5-2008 γεννήθηκε το αγοράκι των **Βασίλη Τσούκα** και **Αρετής Ν. Κοταδήμου**.

*Να τους ζήσει και να το χαρούν όπως επιθυμούν!*

### ΒΑΠΤΙΣΕΙΣ

Την Κυριακή 22 Ιουνίου 2008, ο **Ανδρέας Δημ. Σαμαράς** και η σύζυγός του **Βάλια**, βάπτισαν τον γιο τους στον Ιερό Ναό Μεταμόρφωσης του Σωτήρος στα Γλυκά Νερά Αττικής. Το όνομα του νεοφώτιστου **Μάριος**.

*Να τους ζήσει ο νεοφώτιστος!*

### ΓΑΜΟΙ

- Στις 3 Μαΐου 2008 παντρεύτηκε η **Χρυσούλα Σπ. Τσιάτσιου** τον αγαπημένο της **Γιώργο Σταματόπουλο** στο Πανόραμα Βούλας.

- Στις 21 Ιουνίου 2008 ο **Σπύρος Ν. Γαλάνης** παντρεύτηκε την αγαπημένη του **Δήμητρα Λεμπέση** στο Ιερό Ναό Προφήτη Ηλία στα Βουνάρια Κορώνης.

*Ευχόμαστε βίον ανθόσπαρτον στα νιόπαντρα ζευγάρια!*

### ΘΑΝΑΤΟΙ

- Στις 2 Απριλίου 2008 απεβίωσε η αγαπητή **Καλλίτσα Λάμπρου Τέλλη** και κηδεύτηκε στο Μαρούσι Αττικής. Ο σύζυγός της ευχαριστεί θερμά όσους παραβρέθηκαν στην κηδεία της.

- Στις 30 Απριλίου 2008 απεβίωσε στο Κιάτο ο **Διονύσης Βάιλας**, σε ηλικία 89 ετών. Η Αδελφότητα Κερασοβιτών Κιάτου, αντί στεφάνου, κατέθεσε συμβολικά το ποσό των 50 ευρώ στο «Χαμόγελο του Παιδιού».

- Στις 22 Ιουνίου 2008 απεβίωσε και ετάφη στο χωριό ο **Χρήστος Κουκούμης**.

*Θερμά συλλυπητήρια στους οικείους τους.*

### ΕΠΙΤΥΧΙΕΣ

- Ο **Ανδρέας Δημ. Σαμαράς** προήχθη σε Διευθυντή Τραπεζής και ανέλαβε καθήκοντα στο Υποκατάστημα της Εμπορικής στη Νέα Σμύρνη. Είναι ο νεότερος διευθυντής στη θέση αυτή.

*Τον συγχαίρουμε και του ευχόμαστε κάθε επιτυχία στα νέα του καθήκοντα.*

- Αποφοίτησε η **Τζίνα Ιωάννα του Παντελή** από το ΤΕΙ Αθηνών από το Τμήμα Προσχολικής Αγωγής.

*Την συγχαίρουμε και της ευχόμαστε καλή σταδιοδρομία.*



**Τα Διοικητικά Συμβούλια των Αδελφοτήτων Αθηνών «ΤΟ ΚΕΡΑΣΟΒΟ»,  
Κιάτου «ΤΟ ΖΑΡΚΑΔΙ» και Ιωαννίνων «Ο ΣΜΟΛΙΚΑΣ»  
εύχονται σε κάθε Κερασοβίτη  
ΚΑΛΟ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ ΚΑΙ ΚΑΛΗ ΑΝΤΑΜΩΣΗ ΣΤΟ ΧΩΡΙΟ ΜΑΣ!**