

## Σχολική Εφημερίδα του 8<sup>ου</sup> Γυμνασίου & 6<sup>ου</sup>

ΤΕΥΧΟΣ 12  
Φθινοπωρινό 2023



ers  
ας  
και  
ει,  
σινότητος  
Αστικότητος  
ΥΑΜ ΕΑΡΟΣ ΤΥΑΥ ΕΠΟΒ

Ας ελπίσουμε ο ερχόμενος χρόνος να είναι φωτεινότερος, θετικότερος, εξωραϊσμένος από όλα τα «Φτάνει μας»! ΚΑΛΗ ΧΡΟΝΙΑ!!!

ΣΥΝΤΕΛΕΣΤΕΣ  
Τεύχους

$$\Phi_T A_N \in \mathcal{I} \dots$$


### Αθλητική Ημέρα 2023

Τρίτη 17 Οκτωβρίου 2023, ήταν η μέρα που οι τρεις τάξεις του 6ου Λυκείου Χαλανδρίου επισκεφτήκαμε το "THE WALL" Παλλήνης στο πλαίσιο της ημέρας αθλητισμού. Εκεί εκτός από τουρνουά ποδοσφαίρου και βόλεϊ πραγματοποιήθηκε εξάσκηση αναρρίχησης σε όλες τις πίστες αλλά και αθλήματα και δραστηριότητες όπως τραμπολίνο, μαθήματα ζούμπα κ.α.. Τα παιδιά που πήραν μέρος στους αγώνες αλλά και όσα συμμετείχαν στα αθλήματα, είπαν πως ήταν μια διασκεδαστική εμπειρία και πως σίγουρα θα ήθελαν να ξαναπάνε εκεί. Επιπρόσθετα, υπήρχε και χώρος για χαλάρωση και ξεκούραση, όπου, όσα παιδιά δεν επιθυμούσαν ή δεν μπορούσαν να πάρουν μέρος στα αθλήματα, είχαν τη δυνατότητα να καθίσουν, να φάνε φαγητό από την καντίνα και να μιλήσουν με τους φίλους τους.



Αθανασία Στεφάνου  
Γιώργος Μασούρας

### Γιορτή 28ης Οκτωβρίου

Τη φετινή χρονιά για τον εορτασμό της 28ης Οκτωβρίου μία ομάδα μαθητών, υπό την καθοδήγηση της κ. Σαντή και της κ. Χουντή οργάνωσε μία παράσταση για την εθνική μας γιορτή. Πιο συγκεκριμένα, μαθητές και μαθήτριες από την Α' και Β' τάξη του 6ου Λυκείου Χαλανδρίου

παρουσίασαν μια παράσταση που βασίστηκε στο θεατρικό κείμενο του Θωμά Μενεξέ, «Ήταν μια φορά ένας πόλεμος». Η παράσταση παισιώθηκε από αφήγηση, μία παρουσίαση powerpoint με φωτογραφικό υλικό της εποχής και δύο επίκαιρα τραγούδια («Ήρωες» και «Το Ακορντεόν»), που αποδόθηκαν με ηλεκτρική κιθάρα, πιάνο και κρουστά.

Στο τέλος της εκδήλωσης, ο διευθυντής απένειμε τα αριστεία και τα βραβεία προόδου των μαθητών και ανακοίνωσε τη σηματοφόρο και τους παραστάτες της παρέλασης. Η γιορτή έ ολοκληρώθηκε με τον εθνικό μας ύμνο και τη συγκίνηση τόσο των μαθητών όσο και των



καθηγητών.

Ήταν μια γιορτή που με σύντομο, εύληπτο και πρωτότυπο τρόπο πέρασε το μήνυμα της εθνικής επετείου, κέρδισε πολύ θετικά σχόλια από όλους την παρακολούθησαν και χάρισε στην ομάδα των μαθητών και μαθητριών που συμμετείχαν ευχάριστες και αστείες στιγμές από την περίοδο της προετοιμασίας.

Αντίστοιχα στο Γυμνάσιο η γιορτή ήταν μια πολύ όμορφη παρουσίαση μέσα από βίντεο και ταινίες, του χρονικού του έπους του '40. Οργανώθηκε και υλοποιήθηκε υπό την καθοδήγηση του διευθυντή κ. Γάλλου.

Χρύσα Βασιλοπούλου  
Νικολέτα Στεφάνου  
Ρόζα Μιχάλη



## Τα δεκαπενταμελή Λυκείου & Γυμνασίου και η γιορτή για την επέτειο του Πολυτεχνείου

Η παράδοση συνεχίζεται με επιτυχία...

Για άλλη μια φορά το 15μελές συμβούλιο του 6<sup>ου</sup> Λυκείου Χαλανδρίου κατάφερε να εκπλήξει ευχάριστα μαθητές και καθηγητές με τη γιορτή του Πολυτεχνείου. Το 15μελές είχε αναλάβει την οργάνωση για την επετειακή γιορτή και παρουσίασε μια θεατρική παράσταση, πλαισιωμένη από διάφορα ιστορικά αποσπάσματα, οπτικά και ηχητικά, καθώς και από απελευθερωτικά τραγούδια του Μάνου Λοΐζου και του Μίκη Θεοδωράκη («Ο δρόμος» και λοιπά). Η όρεξη και η εύθυμη διάθεση των μελών του 15μελούς, σε συνδυασμό με τον κόπο και τις συνεχείς πρόβες, είχε ως αποτέλεσμα μια γιορτή που με έναν ευχάριστο και διαδραστικό τρόπο άγγιζε την τελειότητα, προσφέροντας ορθή πληροφόρηση για τα γεγονότα.



Και το δεκαπενταμελές του Γυμνασίου έδωσε το παρόν στη γιορτή του πολυτεχνείου με μία διαδραστική και επίκαιρη «παράσταση» που κινιόταν ανάμεσα στο τότε και στο τώρα.



Ξεκίνησε με τα παιδιά να φωνάζουν «ΜΙΛΑ» σαν αντίδραση στην υποταγή και στην επιβεβλημένη σιωπή και τελείωσε σηκώνοντας ένα πανώ που ζωγραφιζόταν καθόλη τη διάρκεια της γιορτής με κυρίαρχη τη λέξη «ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ» και τραγουδώντας το «imagine» του John Lennon.

Ανδρέας Λίτινας & Φοίβη Κοντσαλούδη

<<Ποιος σκότωσε το σκύλο τα μεσάνυχτα;>>



Οι μαθητές της Γ' γυμνασίου στις 21 Νοεμβρίου 2023 παρακολούθησαν την εξαιρετική παράσταση «Ποιος σκότωσε τον σκύλο τα μεσάνυχτα;» σε σκηνοθεσία του Νικορέστη Χανιωτάκη, ενώ το έργο ανήκει στον Μαρκ Χάντον. Αυτή η παράσταση ευαισθητοποίησε μαθητές και καθηγητές, διότι έχει βαθύτατα νοήματα. Πιο συγκεκριμένα, έχει να κάνει με το ημερολόγιο του Κρίστοφερ Μπουν, ο οποίος είναι ένα αγόρι περίπου δεκαπέντε χρονών και πάσχει από αυτισμό. Ο Κρίστοφερ, ένας



εξαιρετικός μαθητής κλείνεται στο ημερολόγιό του με την υποστήριξη της αγαπημένης δασκάλας του.



Δυστυχώς, η οικογένειά του έχει προβλήματα και εκείνος προσπαθεί με κάθε δυνατό τρόπο να τα αντιμετωπίσει, ενώ ταυτόχρονα σκοπός του είναι να εξιχνιάσει ένα έγκλημα, παρόλο που ο πατέρας του διαφωνεί. Οι αδυναμίες του ήρωά μας είναι ότι δεν μπορεί να πει ψέματα και δε



δέχεται τους έντονους χαιρετισμούς. Το εκπληκτικό αυτό έργο μάς περνάει ένα πολύ σπουδαίο μήνυμα και αυτό είναι ότι πρέπει να δεχόμαστε όλους τους ανθρώπους με τα ελαττώματά τους, αλλά και να τους βοηθάμε να τα ξεπερνούν.

Ελπίδα Γεωργακίδου  
Χρύσα Κουτσοδόντη

### Επίσκεψη στην Πινακοθήκη Χατζηκυριάκου-Γκίκα

Την Τετάρτη 29 Νοεμβρίου 2023 δύο τμήματα της Α' Λυκείου επισκέφθηκαν την Πινακοθήκη Χατζηκυριάκου-Γκίκα, η οποία βρίσκεται στο κέντρο της Αθήνας και ανήκει στο Μουσείο Μπενάκη. Η επίσκεψη αυτή υλοποιήθηκε στο πλαίσιο του μαθήματος της Νεοελληνικής Λογοτεχνίας. Μπαίνοντας, λοιπόν, στον όμορφο αυτό χώρο πήγαμε απευθείας στην πρώτη αίθουσα, στην οποία μας ζήτησαν να αφήσουμε τα πράγματά μας. Μετά από περίπου δέκα λεπτά αναμονής,



εμφανίστηκαν δύο κυρίες, ιστορικοί τέχνης, οι οποίες μας εξήγησαν το εκπαιδευτικό πρόγραμμα που επρόκειτο να παρακολουθήσουμε. Πιο συγκεκριμένα, το πρόγραμμα σχετιζόταν με μεγάλες προσωπικότητες της γενιάς του '30, όπως τον Γιώργο Σεφέρη, τον Νίκο Εγγονόπουλο, τον Οδυσσέα Ελύτη, τον Γιάννη Ρίτσο και άλλους. Η πρώτη αίθουσα που επισκεφτήκαμε, ήταν αφιερωμένη στον Γιώργο Σεφέρη, καθώς φέτος κλείνουν εξήντα χρόνια από τη βράβευσή του με το Νόμπελ Λογοτεχνίας. Εκεί μάθαμε αρκετές πληροφορίες για τον λογοτέχνη και τη ζωή του, αλλά είδαμε και το Νόμπελ που του απονεμήθηκε τον Δεκέμβριο του 1963 στη Στοκχόλμη της Σουηδίας. Στη συνέχεια, επιστρέψαμε στην αίθουσα από όπου ξεκινήσαμε και μιλήσαμε για τη φωτογράφο Βούλα Παπαϊωάννου και τις στιγμές από τον Εμφύλιο Πόλεμο που απαθανάτισε με τον φακό της. Ακολουθώντας, ανεβήκαμε στον 1ο όροφο, όπου περιηγηθήκαμε και είδαμε πληθώρα έργων του Νίκου Εγγονόπουλου. Μάθαμε, επίσης, πολλές πληροφορίες για τη ζωή του, αλλά συγχρόνως γνωρίσαμε και τον τρόπο που ο ίδιος επέλεγε να ζωγραφίζει τα έργα του, τα οποία εκείνη την εποχή



δεν θεωρούνταν αποδεκτά. Έπειτα, ανεβήκαμε στον 2ο όροφο, όπου είδαμε το βραβείο Νόμπελ του Οδυσσέα Ελύτη, που του απονεμήθηκε το 1979, καθώς και χαρακτηριστικά έργα του χαρακτή και γλύπτη Μέμου Μακρή. Στο τέλος της περιήγησής μας στον 2ο όροφο, μας χώρισαν σε δύο ομάδες και όρισαν μια κριτική επιτροπή. Αυτό που



μας ανέθεσαν ήταν να βρούμε την απάντηση στο ερώτημα «Πότε η τέχνη ξεπερνά τα όρια του τόπου και του χρόνου;» μέσω ενός «debate». Αφού η κάθε ομάδα βρήκε ορισμένα επιχειρήματα και τα παρουσίασε, η κριτική επιτροπή κλήθηκε να αποφασίσει τον νικητή. Στη συνέχεια ανεβήκαμε στον 3ο όροφο, όπου στεγάζεται το πρωτοπόρο για την εποχή κατασκευής του σπίτι του καλλιτέχνη Νίκου Χατζηκυριάκου - Γκίκα. Κλείνοντας το πρόγραμμα, ανεβήκαμε στον 4ο και τελευταίο όροφο, που ήταν ο μεγαλύτερος σε όλο το κτήριο, ο οποίος στεγάζει το ατελιέ του ζωγράφου. Το ότι βρεθήκαμε σ' έναν τέτοιο χώρο ήταν μια ξεχωριστή και πρωτόγνωρη εμπειρία για όλους μας. Τέλος, κατεβήκαμε στο ισόγειο να πάρουμε τα πράγματά μας και γεμάτοι με την τονωτική ενέργεια της τέχνης, ξεκινήσαμε για την επιστροφή μας στο σχολείο.

Νικολέτα Στεφάνου

## Η ΕΚΔΡΟΜΗ ΤΗΣ ΠΝΥΚΑΣ ΑΠΟ ΤΗΝ Α ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ & ΤΗΝ Γ ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ

Στις 4/12/2023 η Α' Γυμνασίου και συγκεκριμένα τα τμήματα: Α1, Α2, Α3 επισκέφτηκαν τον λόφο της Πνύκας όπου πήραν τον ρόλο του αρχαίου Αθηναίου, έκαναν ένα παιχνίδι που είχε να κάνει με την εκκλησία του Δήμου και άλλες δράσεις. Τα υπόλοιπα τα «μαρτυρούν» οι παρακάτω φωτογραφίες.



Πάντως εγώ λάτρεψα την εμπειρία αυτή!!!

Νικόλας Δαμούλος



Και οι μαθητές και οι μαθήτριες της Γ' γυμνασίου επισκέφθηκαν την Πνύκα, ένα φανταστικό μέρος στην Αθήνα!

Η Πνύκα είναι η θέση όπου συγκαλούνταν η εκκλησία του Δήμου, δηλαδή η συνέλευση των Αθηναίων, στην Αρχαία Ελλάδα από τον 6ο μέχρι τον 4ο αιώνα π.Χ.

Στη διάρκεια της εκπαιδευτικής αυτής επίσκεψης, μάθαμε για την Αρχαία Ελλάδα, τα συμβούλια και τις συνελεύσεις των Αθηνών! Επιπλέον, συμμετείχαμε σε διάφορες δραστηριότητες όπως κυνήγι θησαυρού, αλλά και σε αναπαράσταση της συνέλευσης!!

Χρύστα Ουρανίτσα

## Ενημερωνόμαστε για το μέλλον...



Στο πλαίσιο του ερευνητικού προγράμματος «SMARTCITIES» το οποίο συντονίζει το ΕΠΙΣΕΥ/Εθνικό Μετσόβιο Πολυτεχνείο και συμμετέχει το Εθνικό Αστεροσκοπείο Αθηνών έχει αναπτυχθεί μία εκπαιδευτική δράση με στόχο την αύξηση της ευαισθητοποίησης των μαθητών και την ενίσχυση των δεξιοτήτων τους στη σκέψη, τον σχεδιασμό και τη χρήση εφαρμογών έξυπνης πόλης σε τοπικό επίπεδο, όπως για παράδειγμα σε μια πόλη ή στο σχολείο. Στο πλαίσιο της διάχυσης των αποτελεσμάτων του συγκεκριμένου



προγράμματος, τη Δευτέρα 11 Δεκεμβρίου 2023 στο 8ο Γυμνάσιο Χαλανδρίου πραγματοποιήθηκαν σχετικές παρουσιάσεις σε μαθητές της Β' Γυμνασίου.

Κατά τη διάρκεια των παρουσιάσεων οι μαθητές κατανόησαν τις εφαρμογές που χρησιμοποιούνται στις έξυπνες πόλεις, γνώρισαν μερικές από τις πιο γνωστές έξυπνες πόλεις στον κόσμο, συμμετείχαν σε διαδραστικό παιχνίδι, ενώ αναπτύχθηκε συζήτηση σχετικά με τις ιδέες για τη μετατροπή του σχολείου τους σε ένα έξυπνο σχολείο.

Περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τις έξυπνες πόλεις δίνονται στον σύνδεσμο <https://www.meteo.gr/smartcities/>, όπου ο επισκέπτης ενημερώνεται για τις εφαρμογές μέσω ενός επιμορφωτικού βίντεο, εμπεδώνει τη σχετική θεωρία μέσω παιχνιδιών δίνοντας έμφαση στην ομαδικότητα και τη συλλογική εργασία και προτείνονται και φύλλα εργασίας για τους μαθητές.



#### Λίστα έξυπνων εφαρμογών

- |                                                    |                                                                       |
|----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|
| 1. Σταθμοί Φόρτισης Αυτοκινήτων.                   | 9. Ενημέρωση για τα δρομολόγια και την κίνηση δημοτικής συγκοινωνίας. |
| 2. Περιβαλλοντολογικοί και Μετεωρολογικοί Σταθμοί. | 10. Ολοκληρωμένος με αισθητήρες κίνησης.                              |
| 3. Αισθητήρες Συνάθροισης Κοινού.                  | 11. Αναφορά ενημέρωσης και προβλημάτων στην πόλη.                     |
| 4. WiFi Hotspots.                                  | 12. Σύστημα έξυπνης ταξινόμησης.                                      |
| 5. Έξυπνοι κώδοι απορριμάτων και ανακύκλωσης.      | 13. Αυτόματο πότισμα.                                                 |
| 6. Έξυπνα υδρόμετρα και μετρητές ενέργειας.        | 14. Έλεγχος ασφάλειας και άμεσης επέμβασης σε σπύλημα.                |
| 7. Αισθητήρες στάθμευσης.                          | 15. Έλεγχος θέσης και διαθεσιμότητας δημόσιων τουαλετών.              |
| 8. Αισθητήρες κυκλοφορίας και ρύθμιση κυκλοφορίας. |                                                                       |

Οι παρουσιάσεις της εκπαιδευτικής δράσης πραγματοποιούνται από τον Δρ. Ιωάννη Κωλέτση, Ειδικό Τεχνικό Επιστήμονα - Περιβαλλοντολόγο του Ινστιτούτου Ερευνών Περιβάλλοντος και Βιώσιμης Ανάπτυξης του Εθνικού Αστεροσκοπείου Αθηνών.

Δήμητρα Αλεβίζου

## Ο εορτασμός της Παγκόσμιας Ημέρας Ατόμων με Αναπηρία.

Την Πέμπτη 7/12/2023 τιμήσαμε τα άτομα με αναπηρία. Παρουσιάστηκαν σε όλο το γυμνάσιο οι συνεντεύξεις που πήραν μαθητές του γυμνασίου από ανθρώπους με αναπηρία και στη συνέχεια προβλήθηκε η ταινία «οι Άθικτοι».

## Συνέντευξη από έναν παίκτη της Α.Ε.Κ. με αμαξίδιο στο μπάσκετ

στις 8 Δεκεμβρίου το 8ο Γυμνάσιο Χαλανδρίου



συμμετείχε σε εκδήλωση του Δικτύου Σημερινός Μαθητής Αυριανός Ενεργός Πολίτης του Κόσμου «ΣΗΜΑ ΑΕΤ» με αφορμή την Παγκόσμια ημέρα αναπηρίας. Αυτή η εκδήλωση πραγματοποιήθηκε στο 1ο ΕΠΑΛ

Αγίας Παρασκευής.

Το σχολείο αντιπροσώπευσε ο μαθητής Βασίλης Νικολάου και η φιλόλογος κυρία Σκουτέλη. Ήταν μια πάρα πολύ ενδιαφέρουσα εκδήλωση, διότι ακούσαμε πολλές εμπειρίες ατόμων με αναπηρία και συλλέξαμε αρκετές πληροφορίες από άλλα τα σχολεία που παρουσίαζαν, και φυσικά κάναμε και τη δική μας παρουσίαση. Είχαμε προετοιμάσει μία συνέντευξη από έναν παίκτη μπάσκετ της Α.Ε.Κ. με αμαξίδιο. Η παρουσίαση είχε εξαιρετική επιτυχία!

Εάν θέλετε να ακούσετε τη συνέντευξη, θα τη βρείτε εδώ: [ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ ΜΕ ΤΟΝ ΚΥΡΙΟ ΠΑΝΙΔΗ, ΑΘΛΗΤΗ ΤΗΣ ΑΕΚ ΜΕ ΑΜΑΞΙΔΙΟ ΣΤΟ ΜΠΑΣΚΕΤ](#)



## Συνέντευξη από κωφή φυσικοθεραπεύτρια



Με λένε Μαίρη, είμαι κωφή κι εργάζομαι ως φυσικοθεραπεύτρια, σε δημόσιο νοσοκομείο, τα τελευταία 28 χρόνια της ζωής μου. Στα 61 μου χρόνια, αυτό που με καθορίζει είναι η διαρκής προσπάθεια να πετύχω την καλύτερη εκδοχή του εαυτού μου.

### 1. Πιστεύετε ότι υπάρχουν υποδομές στη χώρα μας για άτομα με ειδικές ανάγκες;

Θα ήθελα να μπορώ να πω ναι. Ωστόσο, όλα δείχνουν πως οι όποιες προσπάθειες προς αυτή την κατεύθυνση γίνονται μόνο και μόνο για να έχουμε να λέμε ότι νοιαζόμαστε για τα άτομα με αναπηρία (Ανοίγω παρένθεση. Δεν υπάρχουν άτομα με ειδικές ανάγκες. Υπάρχουν άτομα με αναπηρίες. Την αναπηρία μας τη δημιουργεί η ίδια η κοινωνία κι όχι η πάθησή μας. Η κοινωνία, που δεν αφουγκράζεται τις ανάγκες μας και δεν φροντίζει για τη δημιουργία/παροχή όλων εκείνων των υποδομών που θα μας επιτρέπουν να ζούμε ανεξάρτητοι και ισότιμα με τα υπόλοιπα μέλη της κοινωνίας). Την απάντηση μπορείτε να τη δώσετε και μόνοι σας, παρατηρώντας δρόμους και πεζοδρόμια, για παράδειγμα. Ειδικές ράμπες για αμαξίδια, παραβιασμένες. Πεζοδρόμια, δύσκολα στη χρήση ακόμα και από αρτιμελείς κι ενώ φέρουν ειδική λωρίδα χρήσης για τυφλούς, στέλνουν τους τυφλούς πάνω σε δέντρα, στύλους ΔΕΗ, πινακίδες, και γενικά είναι ακατάλληλα για χρήση. Όποιος

ταξιδεύει στο εξωτερικό, συμβαίνει να βλέπει τόσα πολλά ΑμεΑ να κυκλοφορούν και σχηματίζει την εντύπωση ότι στις χώρες αυτές είναι πολύ μεγάλο το ποσοστό των ΑμεΑ και καθόλου δεν του περνάει απ' το μυαλό ότι στη χώρα μας, απλά, δεν μπορούν να κυκλοφορήσουν και ζουν στο περιθώριο της κοινωνίας.

### 2. Γεννηθήκατε με αυτό το πρόβλημα ή το αποκτήσατε κατά τη διάρκεια της ζωής σας; Μήπως θα θέλατε να σας πείτε την ιστορία ;

Γεννήθηκα ακούουσα, σε οικογένεια ακουόντων. Στην αρχή της έκτης δημοτικού, αρρώστησα πολύ βαρεια από κάποια ίωση (εικάζουν ότι ήταν μηνιγγίτιδα) κι όταν συνήλθα, μετά από πολύ καιρό, διαπίστωσα ότι είχα χάσει πλήρως την ακοή μου από το αριστερό αυτί. Μήνες μετά, ξύπνησα ένα πρωί, έχοντας χάσει στη διάρκεια της νύχτας την ακοή και στο δεξί αυτί. Σοκ....

### 3. Αντιμετωπίσατε δυσκολίες στη διάρκεια της ζωής σας, στα μαθητικά σας χρόνια είτε στη δουλειά σας επειδή είχατε το συγκεκριμένο πρόβλημα;

Πολλές. Στηριζόμουν στην χειλεανάγνωση και στον γραπτό λόγο κι αυτό ήταν δύσκολο, κουραστικό, ψυχοφθόρο. Έπρεπε όλες οι αισθήσεις μου να είναι πάντα σε επιφυλακή για να πιάσω την όποια πληροφορία και να επικοινωνήσω. Συνέχισα σε κανονικό γυμνάσιο/λύκειο. Τα κενά της πολιτείας προσπαθούσαν να τα καλύψουν συμμαθητές, συμφοιτητές, καθηγητές. Το πανεπιστήμιο, άλλος άθλος. Αλλά όσο περνούσαν τα χρόνια και συνήθιζα στην απώλεια ακοής, πήρε να βελτιώνεται η κατάσταση. Ανυπέρβλητα εμπόδια δεν μπορώ να πω ότι συνάντησα. Δυσκολίες, ναι. Ρατσισμό, ναι. Διάρκη αγώνα, ναι. Αλλά δεν επέτρεψα στα όποια εμπόδια να μου κλείσουν τον δρόμο. Ο αγώνας με την κώφωση ήταν δικός μου αγώνας. Ήταν το δικό μου στοίχημα ζωής.

### 4. Υπήρχε κάποιος που σας στήριζε ψυχολογικά στις δύσκολες στιγμές;

Ο εαυτός μου. Το μικρό παιδί που ήμουν. Σε όλες τις δυσκολίες, εκεί γυρνάω για να παίρνω δύναμη. Μακάρι να ευλογηθείτε να καταλάβετε το βαθύτερο νόημα αυτού που σας λέω.

#### **5. Νιώσατε ποτέ απομονωμένη εξαιτίας του ελλείμματος ακοής;**

Πολύ. Τα πρώτα χρόνια μετά την κώφωση σταμάτησα και να μιλάω. Μαζί με την ακοή ένιωθα ότι είχα χάσει την ταυτότητά μου, είχα χάσει εμένα. Δεν μπορούσα να συμμετάσχω σε συζητήσεις ομάδων (οικογένεια, φίλοι, συμμαθητές, συνάδελφοι), δεν μπορούσα να έχω ακουστική αντίληψη του κόσμου γύρω μου. Ένιωθα να ζω στο περιθώριο της ζωής.

#### **6. Οι φίλοι σας είναι άτομα με αναπηρία ή μπορεί να είναι και ακούντες;**

Είναι αστείο. Νόμιζα ότι ήμουν η μοναδική κωφή στον κόσμο. Στα χρόνια της φοιτητικής ζωής μου είχα την πρώτη συνάντηση με άλλους κωφούς. Οπότε, σε γενικές γραμμές, οι φίλοι και το περιβάλλον μου ήταν ακούντες. Σιγά σιγά άρχισα να κάνω γνωριμίες και με άλλους κωφούς κι έχω κάποιους καλούς φίλους. Ως φυσικοθεραπεύτρια πάλι, είχα πολλούς ασθενείς ΑμεΑ και με κάποιους απ' αυτούς καταλήξαμε φίλοι.

#### **7. Φοιτήσατε σε ειδικό σχολείο ή γενικής εκπαίδευσης;**

Στο δημοτικό άκουγα. Αλλά κι ως κωφή συνέχισα σε σχολείο γενικής εκπαίδευσης. Πρώτη και δευτέρα γυμνασίου πήγα εδώ στην Αθήνα. Μετά έφυγα για τον τόπο καταγωγής μου (επαρχία Μεσολογγίου) και τελείωσα εκεί γυμνάσιο και λύκειο γενικής κατεύθυνσης. Ξαναβρέθηκα για σπουδές στην Αθήνα, μετά διορίστηκα σε νοσοκομείο και παρέμεινα στην Αθήνα.

#### **8. Τι εμπόδια συναντήσατε στην ακαδημαϊκή και στην επαγγελματική ζωή σας;**

Μπορεί και να ήμουν τυχερή. Είχα συμμαθητές και συμφοιτητές που με νοιάζονταν και προσπαθούσαν να με βοηθήσουν. Μακάρι η πολιτεία να μου

παρείχε όλα τα μέσα που θα έκαναν την εκπαίδευση προσβάσιμη, στον βαθμό που να μπορούσα να παρακολουθώ τα πάντα στην αίθουσα διδασκαλίας, στα αμφιθέατρα, στα σεμινάρια. Όσο και να διάβαζα, το κενό απ' όσα λέγονταν σε διδασκαλία, ομιλίες, συζητήσεις, δεν καλύφθηκε ποτέ κι ακόμα και τώρα νιώθω το βάρος του, νιώθω ανεπαρκής. Στη δουλειά μου ήταν δύσκολα μέχρι να πάρω το βάπτισμα και να τους εκπαιδεύσω όλους στο τι σημαίνει κωφός. Έτσι, κάθε φορά που συναντούσα κάποιον για πρώτη φορά, ξεκινούσα: "είμαι εντελώς κωφή, διαβάζω τα χείλη, σας παρακαλώ να μιλάτε λίγο πιο αργά και καθαρά και πάντα να έχουμε οπτική επαφή". Δεν θ' ασχοληθώ με τις ελάχιστες εξαιρέσεις, που δεν τους καθόταν καλά όλο αυτό.

#### **9. Τι χρειάζεται να αλλάξει στην κοινωνία, ώστε τα άτομα με αναπηρία ακοής να νιώθουν ότι συμπεριλαμβάνονται;**

Υπότιτλοι και υπέρτιτλοι παντού. Μετατροπή της ομιλίας σε γραπτό λόγο σε ζωντανό χρόνο. Στο εξωτερικό αυτά είναι αυτονόητα. Γίνονται προσπάθειες προς αυτή την κατεύθυνση, αλλά είναι σταγόνα στον ωκεανό. Επίσης, παρουσία διερμηνέων νοηματικής γλώσσας για όσους κωφούς επέλεξαν την νοηματική γλώσσα ως μέσο επικοινωνίας. Σε ιατρικό επίπεδο, οικονομική ενίσχυση και ενθάρρυνση σε όσους κωφούς επιθυμούν να προχωρήσουν στην τοποθέτηση κοχλιακού εμφυτεύματος για αποκατάσταση ακοής. Λόγω υψηλού κόστους, τα κοχλιακά εμφυτεύματα γίνονται με το σταγονόμετρο.



Βασίλης Νικολάου & Δήμητρα Αλεβίζου

Ήξερες ότι ....



**Το ήξερες;...**

Ότι ένα χωριό στη Λακωνία, η Βαμβακού προσπαθεί να ξαναζωντανέψει χάρη στην πρόταση κάποιων νέων που κατάγονταν από αυτό και ήθελαν να το σώσουν από την αστικοποίηση; Αυτό το χωριό της Πελοποννήσου μέσα από μία επιχείρηση αναβίωσής του, έχει καταφέρει να επαναφέρει τον κόσμο πίσω στον τόπο καταγωγής του. Την προσπάθεια αυτή την υποστηρίζει οικονομικά το ίδρυμα Σταύρος Νιάρχος. Όμως με ποιον τρόπο γίνεται αυτό;

Το ίδρυμα βοηθάει το χωριό ιδρύοντας πολλές δημιουργικές εστίες, π.χ. νέο σχολείο, νέα αθλητικά κέντρα, νέα μέρη ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης για την τεχνολογία.

Όλα αυτά έχουν ως αποτέλεσμα την πνευματική άνθιση του χωριού και την εξάπλωση της φήμης του σε όλη την Ελλάδα.

Γιατί δεν το τσεκάρεις;

<https://www.vamvakourevival.org/>



**Βασίλης Νικολάου**

**Κωνσταντίνα Ιωάννου**





### **Μπάι μπάι... ξεκληρίστηκε ο Άγιος Βασίλης**

Όλα πάνε πολύ άσχημα για τον πολυαγαπημένο μας Άγιο Βασίλη, δεν ξέρω από πού να ξεκινήσω... Μετά από την οικονομική κρίση, προφανώς δεν πήγαιναν καλά οι δουλειές του. Αλλά ειδικά φέτος όλα του πάνε χάλια. Αρχικά δεν έχει αρκετά χρήματα για να συντηρήσει το εργοστάσιό του, όποτε μείωσε τα δώρα φέτος. Ήταν πολύ αυστηρός στην επιλογή των παιδιών, ποιος θα πάρει δώρο και ποιος όχι. Μετά από αυτό τα περισσότερα ζωτικά παραιτήθηκαν γιατί μείωσε τους μισθούς. Τώρα ο καημένος γεράκος τρέχει και δε φτάνει. Αφού έγιναν όλα αυτά, η γυναίκα του τον παράτησε γιατί ήταν πολύ γέρος πια και δεν τον έβλεπε τόσο πολύ με τις δουλειές στο εργοστάσιο. Το αποκορύφωμα όλων αυτών είναι ότι πήρε λίγα κιλά παραπάνω τελευταία, δεν του έκανε η στολή, είχε τελειώσει και το κόκκινο ύφασμα, οπότε έπρεπε να αυτοσχεδιάσει. Γι' αυτό πήρε τις στολές των ζωτικών που παραιτήθηκαν και έφτιαξε μια καινούργια, η οποία δεν ήταν η πατροπαράδοτη κόκκινη, αλλά πράσινη. Μετά από αυτά έπαθε και κατάθλιψη. Τον έβλεπε και ο Ρούντολφ τόσο στεναχωρημένο, όποτε στεναχωριόταν και αυτός με αποτέλεσμα να πάψει να είναι κόκκινη η μύτη του. Πολύ φοβόμαστε ότι φέτος ο Γκριντς μπορεί να καταφέρει να κλέψει τα Χριστούγεννα.

Είναι απεγνωσμένος ο Άγιος Βασίλης και ψάχνει για βοήθεια!!!

Όποιος μπορεί να βοηθήσει, να στείλει mail στο "helpagiosvasilis@gmail.com".

Μηναίς Φωσκολάκη



## Το Περιβάλλον σε φροντίζει... ΕΣΥ;



### ΠΟΙΗΣΗ ΚΑΙ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ ΤΑΙΡΙΑΖΟΥΝ;

Θεωρούμε ότι βοηθάμε το περιβάλλον, ότι το φροντίζουμε, ότι το σκεφτόμαστε...; Για εμάς δεν ξέρω, το έκανε πάντως ο Παύλος Π. Βρέλλης ποιητής, γλύπτης που δημιούργησε το Μουσείο κέρινων ομοιωμάτων στα Ιωάννινα, δίδαξε στο Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων και ήταν και γυμνασιάρχης μέχρι το 1981 διότι παραιτήθηκε για να ολοκληρώσει το 1995 το Μουσείο Ελληνικής Ιστορίας στο Μπιζάνι Ιωαννίνων!

Ένα από τα ποιήματα του :

Γυμνοί Κορμοί

<< Τα δέντρα στον κήπο, ξερές μνήμες σήμερα, και η πράσινη ελπίδα μου έφυγε χωρίς άνοιξης. Να καρτερώ; Δεν προφταίνω, γιατί στον κήπο θα φέρει η άνοιξη ανθούς και φύλλα και 'γω θα 'μαι στα φθινόπωρά μου. Πόσες-αλήθεια-θα μετρήσω άνοιξης στα δέντρα του κήπου;>>



Χρύστα Ουρανίτσα

### <<ΠΡΑΣΙΝΑ>> ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ;!

Μιας και πλησιάζουν τα Χριστούγεννα και έρχονται και οι γιορτές, ας μπούμε στο κλίμα αλλά με μια διαφορετική ιδέα! <<ΠΡΑΣΙΝΑ>> Χριστούγεννα!!! Τι είναι τα πράσινα Χριστούγεννα; Με τα <<Πράσινα>> Χριστούγεννα βοηθάμε τον πλανήτη μας και το περιβάλλον, κάνοντας απλές καθημερινές Χριστουγεννιάτικες αλλαγές!



ΑΣ ΔΩΣΟΥΜΕ ΚΑΠΟΙΕΣ ΠΟΥ ΘΑ ΧΡΗΣΙΜΕΥΑΝ ΓΙΑ ΤΑ ΦΕΤΙΝΑ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ :

Ας ξεκινήσουμε λιγοστεύοντας τα φωτάκια στο χριστουγεννιάτικο δέντρο, τα διακοσμητικά χριστουγεννιάτικα φωτάκια και αυτά που διακοσμούμε εξωτερικά στο σπίτι!

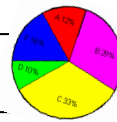
Ο Άγιος Βασίλης όταν θα έρθει θα μας αφήσει δώρα με πλαστικές σακουλές ή περιτυλίγματα. ΔΕΝ ΘΑ ΤΑ ΠΕΤΑΞΟΥΜΕ, αντιθέτως θα τα κρατήσουμε και είτε θα τα επαναχρησιμοποιήσουμε ή θα τα ανακυκλώσουμε!

Και ένα ακόμα, προτιμήστε φέτος ένα δέντρο σε γλάστρα αντί για πλαστικό ή κομμένο έλατο!

Τα φετινά Χριστούγεννα θα είναι διαφορετικά, θα είναι <<ΠΡΑΣΙΝΑ>> !

Σταματίνα Ουρανίτσα





## ΔΗΜΟΣΚΟΠΗΣΗ Οθόνες και Εφαρμογές

Μαθητές όλων των τάξεων του 8ου Γυμνασίου Χαλανδρίου συμπλήρωσαν ένα ερωτηματολόγιο σχετικά με τις Οθόνες και τις Εφαρμογές

### · Πόσες ώρες χρησιμοποιείς το κινητό σου τις καθημερινές;

Α' Γυμνασίου: 85.7% 1-3 ώρες, 14.3% 3-5 ώρες

Β' Γυμνασίου: 58% 1-3 ώρες, 22% 3-5 ώρες, 20% 5+ ώρες

Γ' Γυμνασίου: 35.7% 1-3 ώρες, 28.6% 3-5 ώρες, 35.7% 5+ ώρες

### · Πόσες ώρες την ημέρα χρησιμοποιείς το κινητό σου τα σαββατοκύριακα;

Α' Γυμνασίου: 47.6% 1-3 ώρες, 33.3% 3-5 ώρες, 19.1% 5+ ώρες.

Β' Γυμνασίου: 32.2% 1-3 ώρες, 25.8% 3-5 ώρες, 42% 5+ ώρες

Γ' Γυμνασίου: 14.4% 1-3 ώρες, 42.8% 3-5 ώρες, 42.8% 5+ ώρες

### · Τι χρησιμοποιείς περισσότερο;

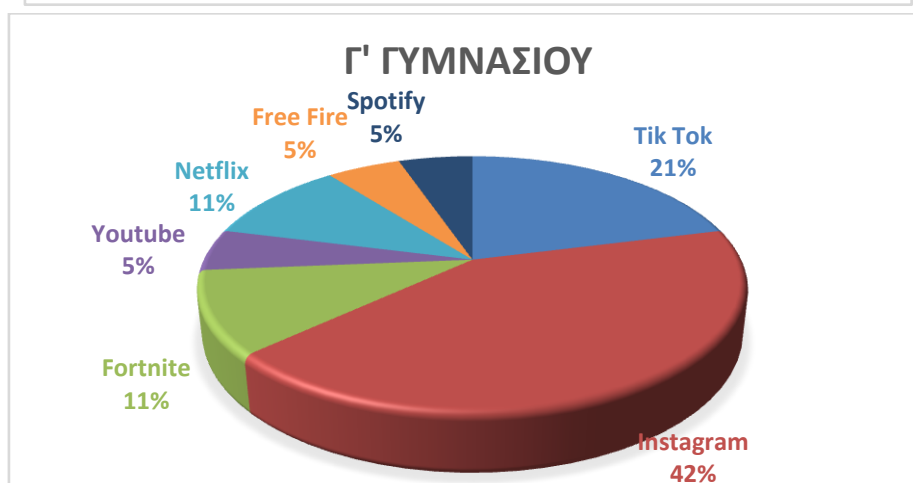
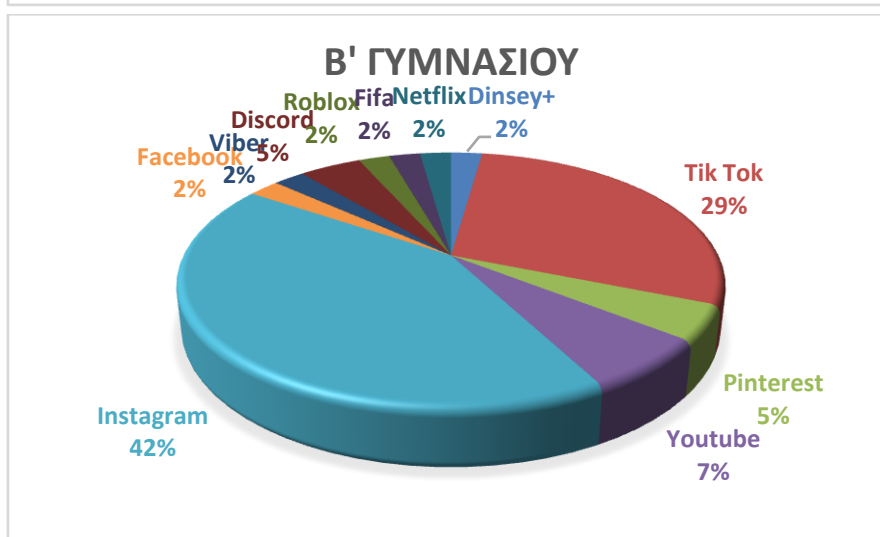
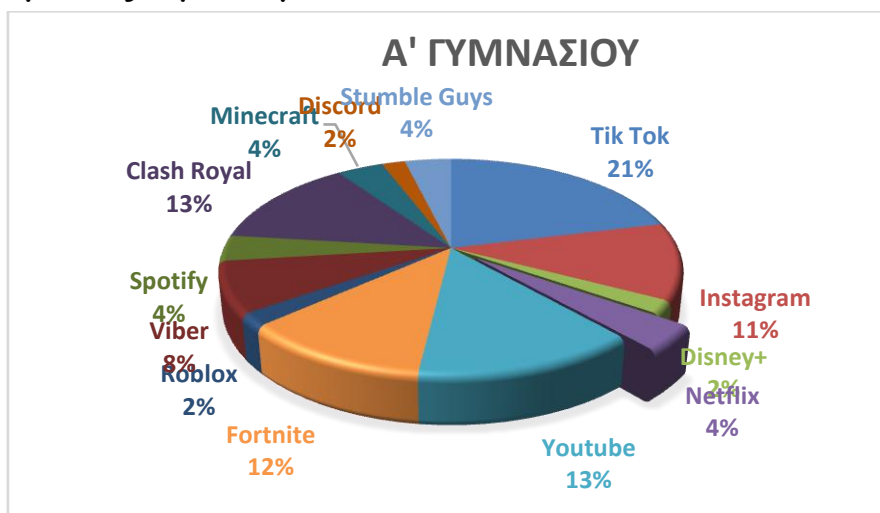
Α' Γυμνασίου: 85.7% κινητό, 14.3% υπολογιστή

Β' Γυμνασίου: 78.4% κινητό, 21.6% υπολογιστή

Γ' Γυμνασίου: 64.2% κινητό, 35.8% υπολογιστή



Ποια εφαρμογή χρησιμοποιείς περισσότερο;



Αναστασία Νικολάου

Χρύσα Βασιλοπούλου

Νικολέτα Στεφάνου

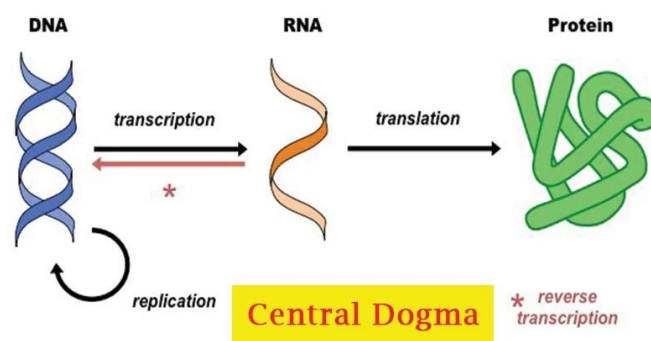




## “Introns” και ο λόγος ύπαρξής τους...

Αντιγραφή, μεταγραφή και μετάφραση... Αυτές οι τρεις διαδικασίες χαρακτηρίζονται από πολλούς επιστήμονες, και συγκεκριμένα από διάφορους βιολόγους, ως το: «Βασικό Δόγμα της Βιολογίας». Αν εξετάσουμε περαιτέρω σε τι στην ουσία συμβάλλουν αυτές οι διαδικασίες, θα ανακαλύψουμε μία πληθώρα από λόγους για τους οποίους οι βιοχημικοί αποδίδουν αυτόν τον χαρακτηρισμό των τριών παραπάνω διεργασιών, ενώ ταυτόχρονα θα ανακαλύψουμε και ένα από τα μεγαλύτερα μυστήρια που διακατέχουν το DNA και το RNA, στη σύνθεση των οποίων το βασικό δόγμα της βιολογίας κατέχει καταλυτικό ρόλο. Πρωτού, ωστόσο, μπορέσουμε να κατανοήσουμε τι ακριβώς είναι αυτό που οι επιστήμονες ακόμα πασχίζουν να ανακαλύψουν, είναι σημαντικό να μάθουμε κάποια βασικά χαρακτηριστικά των παραπάνω νουκλεοτιδίων, καθώς και τον τρόπο με τον οποίο διεξάγεται η μεταγραφή. (Η αντιγραφή και ιδίως η μετάφραση δεν θα μας απασχολήσουν, καθώς η μία από αυτές αποτελεί τμήμα της διαδικασίας της πρωτεϊνικής σύνθεσης και δεν αφορούν συνολικά στο περιεχόμενο αυτού του άρθρου).

Για αρχή, αξίζει να αναρωτηθούμε τι και ποια είναι τα νουκλεοτίδια που παρατηρούνται σε κάθε μορφή ζωής του πλανήτη μας. Τα μόρια αυτά διακρίνονται σε δύο υποκατηγορίες, το DNA (δεοξυριβονουκλεϊκό οξύ) και το RNA (ριβονουκλεϊκό οξύ), που με τη σειρά του διακρίνεται σε mRNA (messenger RNA), tRNA (transport RNA), rRNA (ribosome RNA). Από τα παραπάνω, θα μας απασχολήσουν μόνο το DNA και το mRNA. Τα νουκλεοτίδια αυτά αποτελούνται από τρία κύρια τμήματα: το DNA από δεοξυριβόζη (όπως φαίνεται και από το όνομα του: δεοξυριβονουκλεϊκό οξύ), μία φωσφορική ομάδα (PO<sub>4</sub><sup>-</sup>) και μία συμπληρωματική οργανική αζωτούχα βάση, ενώ το RNA αποτελείται από τα ίδια ακριβώς συστατικά, μόνο που αντί για δεοξυριβόζη περιέχει ριβόζη (όπως φαίνεται και από το όνομα του: ριβονουκλεϊκό οξύ). Και στα δύο μόρια η φωσφορική ομάδα ενώνεται με τη ριβόζη ή τη δεοξυριβόζη αντίστοιχα μέσω φωσφοδιεστερικών δεσμών, ενώ η αζωτούχα βάση ενώνεται με τη ζάχαρη μέσω N-γλυκοζιλικών δεσμών. Έτσι, σχηματίζεται μία μακριά αλυσίδα από νουκλεοτίδια, η οποία στην περίπτωση του DNA είναι δίκλωνη (αποτελείται από δύο αλυσίδες ενωμένες μεταξύ τους μέσω δεσμών υδρογόνου), εντούτοις στο RNA είναι μονόκλωνη (αποτελείται από μία αλυσίδα μόνο). Κάθε τρεις συμπληρωματικές βάσεις αποτελούν μία τριπλέτα, ενώ μία σειρά τριπλέτων αποτελούν τα γνωστά σε όλους μας γονίδια.



Τώρα που γνωρίζουμε κάποια βασικά χαρακτηριστικά του DNA και του RNA, μπορούμε να ξεκινήσουμε να μιλήσουμε για τη διαδικασία της μεταγραφής, η οποία λαμβάνει χώρα ακριβώς πριν τη μετάφραση. Όταν, λοιπόν, το κύτταρο επιθυμεί να ξεκινήσει την παραγωγή μίας πρωτεΐνης,



αρχίζει τη διαδικασία διασπώντας το δίκλωνο DNA σε δύο αλυσίδες στο σημείο όπου βρίσκεται το γονίδιο, το οποίο προγραμματίζει για αυτή την πρωτεΐνη. Στη συνέχεια, συμπληρωματικές βάσεις κατευθύνονται στο σημείο της διάσπασης και, εξαιτίας της έλξης μεταξύ τους, πηγαίνουν να συμπληρώσουν αντίστοιχα την κάθε βάση της antisense αλυσίδας του DNA, σχηματίζοντας έτσι μία δεύτερη sense αλυσίδα (δηλαδή μία αλυσίδα η οποία περιλαμβάνει τις τριπλέτες οι οποίες προγραμματίζουν για τα αμινοξέα της πρωτεΐνης). Στη συνέχεια, ένα ειδικό ένζυμο, η RNA πολυμεράση, ενώνει τα νουκλεοτίδια της mRNA αλυσίδας που προέκυψε, και η αλυσίδα αυτή διασπάται από την antisense αλυσίδα, επιτρέποντας έτσι στο διασπώμενο DNA να σχηματίσει και πάλι μία δίκλωνη αλυσίδα. Τέλος, το μόριο mRNA αρχίζει το ταξίδι του για ένα ριβόσωμα, όπου θα ξεκινήσει η διαδικασία της μετάφρασης και τα νουκλεοτίδια θα μεταφραστούν σε αμινοξέα, προκειμένου να σχηματίσουν τη ζητούμενη πρωτεΐνη.

Προτού, ωστόσο, εξαρχθεί το mRNA από κάποιον πυρηνικό πόρο, συγκεκριμένα τμήματα του, τα οποία ονομάζονται "Introns", αποσπώνται από το μόριό του, αφήνοντας πίσω τα χρήσιμα για τη μετάφραση Exons. Και εδώ φτάνουμε σε ένα αδιέξοδο, καθώς μέχρι σήμερα οι επιστήμονες δεν έχουν ανακαλύψει καταληκτικά ποιο ρόλο διαθέτουν αυτά τα συγκεκριμένα τμήματα σε όλη αυτήν τη διαδικασία. Μολονότι γνωρίζουμε πως δεν είναι άσκοπη η ύπαρξή τους, καθώς στην περίπτωση που ίσχυε αυτό, το τμήμα αυτό του mRNA δεν θα υφίστατο καν. Έτσι, βιολόγοι και βιοχημικοί έχουν σπεύσει να ανακαλύψουν τον λόγο ύπαρξης αυτού του παράξενου κομματιού του mRNA. Μία θεωρία υποστηρίζει πως τα Introns διαθέτουν καταλυτικό ρόλο στο πρωτεϊνικό ρεπερτόριο, το οποίο βελτιώνεται σημαντικά από τη διαδικασία, κατά την οποία τα Introns διαχωρίζονται από τα Exons, η οποία διαθέτει την ονομασία "alternative splicing". Πιο συγκεκριμένα, το alternative splicing συμβάλλει σημαντικά στη δομή των πρωτεϊνών, καθώς επιτρέπει ένα γονίδιο να προγραμματίζει για πολλαπλά αμινοξέα, γεγονός που υπηρετεί διάφορες πολύπλοκες κυτταρικές διεργασίες. Επιπρόσθετα, επηρεάζουν, επίσης, το gene expression, δηλαδή τον ρυθμό κατά τον οποίο τα γονίδια ενεργοποιούνται για να παραχθούν πρωτεΐνες.

Τελικά, τα Introns έχουν έναν ουδέτερο έως και αρνητικό ρόλο στα είδη όπου υφίστανται, καθώς η διάσπασή τους από το υπόλοιπο μόριο του mRNA συμβαίνει με τον λάθος τρόπο: το γονίδιο στο οποίο βρίσκονται μπορεί να υποστεί βλάβη ή ακόμα και να καταστραφεί. Τέτοιες περιπτώσεις λανθασμένης διάσπασης αποτελούν την αιτία διάφορων καρκίνων. Το μόνο σίγουρο είναι πως απαιτείται περαιτέρω έρευνα πάνω στο ζήτημα των Introns, προκειμένου να αποκτήσουμε μία καταληκτική απάντηση σχετικά με την πραγματική τους λειτουργία. Ωστόσο, μπορεί να μη γνωρίζουμε ακόμα ποιος ακριβώς είναι ο λόγος ύπαρξής τους, όμως μας έχουν διδάξει πως ακόμα και ύστερα από τόσα χρόνια μελέτης της βιολογίας, υπάρχουν ακόμα πολλές κρυφές πτυχές της, τις οποίες δεν έχουμε ανακαλύψει

Δημήτρης Καρράς

Πηγές:<https://news.ucsc.edu/2022/11/russ-origins-introns.html>

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4742320/>

<https://microbenotes.com/central-dogma-replication-transcription-translation/>

## ΣΤΟ ΚΥΜΑ ΤΗΣ ΕΜΠΝΕΥΣΗΣ



### “Ophelia”



Η “Ophelia” είναι πίνακας του Γερμανού καλλιτέχνη Friedrich Heyser. Ο συγκεκριμένος πίνακας χρονολογείται περίπου στο 1900. Ο ζωγράφος είναι καθαρά επηρεασμένος από το θεατρικό έργο του William Shakespeare, ‘Hamlet’ (1599-1601). Η γυναίκα που απεικονίζεται είναι μία από τις πρωταγωνίστριες στο έργο του Shakespeare η Ophelia, όπως ονομάζεται και ο πίνακας. Ο καλλιτέχνης παρουσιάζει τη γυναίκα μετά την αυτοκτονία της, αφού μαθαίνει πως ο αγαπημένος της σκοτώνει τον πατέρα της. Η φράση «όμορφος θάνατος» αντιπροσωπεύει αυτόν τον πίνακα απόλυτα, αφού ο καλλιτέχνης έχει καταφέρει να αποτυπώσει αυτή την αντίθεση ζωγραφίζοντας ένα όμορφο φυσικό τοπίο σε μια λίμνη με νούφαρα και άλλα στοιχεία της φύσης, ενώ ταυτόχρονα εστιάζει και στο νόημα που θέλει να περάσει, τον θάνατο από επιλογή.

Το συγκεκριμένο έργο επηρέασε και μετέπειτα καλλιτέχνες τόσο έντονα, ώστε υπάρχουν αρκετοί όμοιοι πίνακες με αυτόν. Προφανώς ο καθένας επηρεάζεται διαφορετικά και έχει μια άλλη ερμηνεία σε ότι αφορά στην τέχνη. Αυτή, άλλωστε, είναι και η μαγεία της τέχνης!

Ρόζα Μιχάλη



Η “οφηλία” του Milais



Η “Οφηλία του John William





## Τσίρκο

Σίγουρα όλοι έχουμε δει σε ταινίες ολόκληρες παραστάσεις τσίρκων με ζώα. Όλες οι παραστάσεις τέτοιου είδους είναι πολύ εντυπωσιακές και φαντασμαγορικές όμως έχουμε σκεφτεί κατά πόσο αυτό επηρεάζει τα ζώα;

Στα Τσίρκα βασανίζουν τα ζώα για να μάθουν ένα κόλπο ή ένα ακροβατικό. Οι συνέπειες και οι επιπτώσεις για τα ζώα αν κάνουν το οποιοδήποτε λάθος είναι απάνθρωπες και δεν έχουν όρια. Και σε συνδυασμό με την αιχμαλωσία τους σε μικρά κλουβιά για όλη τους την ζωή τα ζώα μέσα στα Τσίρκα τρελαίνονται.

Ευτυχώς πλέον το να γίνονται παραστάσεις στα Τσίρκα με ζώα είναι και με τον νόμο απαγορευμένο. Τώρα πλέον στις παραστάσεις των Τσίρκων συμμετέχουν μόνο άνθρωποι κάνοντας εξαιρετικά ακροβατικά και σόου.

Πώς είναι δυνατόν εμείς ως άνθρωποι να επιτρέπουμε η διασκέδασή μας να είναι βασισμένη στη δυστυχία άλλων οργανισμών. Δεν είναι απάνθρωπο τα ζώα να ταλαιπωρούνται και να βασανίζονται για να βγάλουν κάποιοι χρήματα και κάποιοι να διασκεδάζουν;



Δήμητρα Αλεβίζου



## Πού και Που ?



### Αναφιώτικα: Ένα «νησί» στο κέντρο της Αθήνας

Κάτω από τον επιβλητικό ιερό βράχο της Ακρόπολης, θεόσταλτο θαρρείς, «κουρνιάζει» μια γειτονιά στην καρδιά της Αθήνας, ανήμπορη να τιθασεύσει τη «μαγεία» που εκρήγνυται σα λάβα από τα σπλάχνα της, προσφέροντας μια χαραμάδα ξεγνοιασιάς στην τραχιά μουντάδα της πρωτεύουσας.



Πράσινα τοπία της διάσπαρτης από καλλιτεχνικά θαύματα φύσης αγκαλιάζουν αρμονικά τόσο τα ασβεστωμένα σπιτάκια με τα μπλε παραθυρόφυλλα και τους ανθοστόλιστους κήπους, όσο και τα πέτρινα γραφικά

σοκάκια, αποδεικνύοντας emphaticά πως αυτή η εικόνα δεν είναι αποκύημα της αχαλίνωτης παιδικής φαντασίας αποτυπωμένη με όλα τα χρώματα της κασετίνας σε μια κόλλα χαρτί... Από αυτή δεν αναδύεται με συχνότητα αναφιλητού το άρωμα από το γιασεμί, το βασιλικό και τις κατακόκκινες μπουκαμβίλιες. «Κάδρα» και μυρωδιές που δεν προέρχονται από κάποιο νησί του καταγάλανου Αιγαίου, αλλά από μια γραφική λιλιπούτεια συνοικία της Αθήνας, τα Αναφιώτικα...



Τζωρτζίνα Στουγιάννου  
Χρύσα Στουγιάννου

## ΙΛΙΑΔΑ

Στο Christmas Theater παρουσιάζεται το ομηρικό έπος της ΙΛΙΑΔΑΣ σε μια παράσταση με εντυπωσιακά σκηνικά, κοστούμια, ειδικά εφέ και βιντεοπροβολές. Τα παιδιά θα γνωρίσουν τους πρωταγωνιστές του έργου, θα μάθουν όσα οδήγησαν στην αρχή του Τρωικού πολέμου κι έπειτα θα παρακολουθήσουν την ιστορία της Ιλιάδας, που αρχίζει με τον θυμό του Αχιλλέα, τη διαμάχη του με τον Αγαμέμνονα και την αποχώρησή του από τη μάχη. Η παράσταση φτάνει μέχρι την καταστροφή της Τροίας, εξιστορώντας τη σύγκρουση των Ελλήνων με τους Τρώες, τον θάνατο του Πάτροκλου και τη μονομαχία του Αχιλλέα με τον Έκτορα που καταλήγει στον χαμό του τελευταίου, τον θάνατο του Αχιλλέα και τέλος την έλευση του Δούρειου Ίππου.

Σκηνοθεσία : Κάρμεν Ρουγγέρη



Μαρίνα Καλύβα

## LIFE AS A TEEN... ΕΦΗΒΟΣ ΕΙΜΑΙ ΚΑΙ...



### Τα ξωτικά των Social Media

Στην εποχή μας τα social media είναι ένα μεγάλο κομμάτι της καθημερινότητάς μας. Ενήλικες αλλά και έφηβοι περιηγούνται αρκετές ώρες στα μέσα μαζικής ενημέρωσης. Οι έφηβοι, καθώς δεν έχουν αναπτύξει ακόμα έναν δικό τους τρόπο σκέψης, επηρεάζονται πιο εύκολα από το περιεχόμενο των κοινωνικών δικτύων. Ειδικότερα, τα social media προβάλλουν συγκεκριμένα πρότυπα, τόσο ομορφιάς όσο και τρόπου ζωής. Οι έφηβοι υιοθετούν τις συνήθειες και την εμφάνιση των προτύπων τους, διότι θεωρούν ότι έτσι θα γίνει και η δική τους ζωή καλύτερη. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα, τα παιδιά να προσπαθούν να αλλάξουν την εμφάνιση και τα ενδιαφέροντά τους για να ενταχθούν στην εικονική πραγματικότητα. Οι παραπάνω συνήθειες μπορεί να τους προτρέψουν στη δημιουργία κάποιας διατροφικής ή ψυχικής διαταραχής καθώς και αλλαγής στη διάθεση και τη συμπεριφορά τους. Επιπλέον, δημιουργούνται αρκετές ανασφάλειες στους εφήβους που δεν τους επιτρέπουν να συμπεριφέρονται με τον πραγματικό τους εαυτό. Παρόλα αυτά, οι επιπτώσεις των social media μπορούν να μειωθούν αν περιορίσουμε τη χρήση τους ή αν τα αντιμετωπίσουμε κριτικά.

Αθανασία Στεφάνου και Χρύσα Βασιλοπούλου



Shoes speak louder than words



## Nike Dunk

Το Nike Dunk είναι μια σειρά παπουτσιών που κυκλοφόρησε από τη Nike το 1985. Το εμβληματικό αυτό μοντέλο μπάσκετ δημιουργήθηκε για το παρκέ αλλά αγαπήθηκε από την street κουλτούρα κι έτσι οδήγησε στη δημιουργία μιας παραλλαγής που χρησιμοποιείται για skateboard η οποία ονομαζόταν Nike SB Dunk.

Αρχικά, το παπούτσι ονομαζόταν College Color High. Σχεδιάστηκε από τον Peter Moore και πήρε στοιχεία από τα παπούτσια Air Jordan 1, Nike Terminator και Air Force 1. Το παπούτσι ήταν δημοφιλές, όταν κυκλοφόρησε για πρώτη φορά, λόγω των διαφορετικών χρωμάτων που κυκλοφόρησαν. Αυτά δημιουργήθηκαν για να αντιπροσωπεύουν τα διαφορετικά χρώματα των πανεπιστημίων και των ομάδων μπάσκετ τους.

Βασίλης Ανδρουλάκης





## ΤΑΙΝΙΟ-ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ



Εάν θέλεις να περάσεις τον χρόνο σου με μία οικογενειακή, ευχάριστη ταινία, σου έχω μια πρόταση.

Η ταινία «Forrest Gump» μιλάει για τη συγκινητική ιστορία ενός μικρού αγοριού "διαφορετικού" από τα άλλα.

Ο Forrest Gump, χωρίς να το καταλαβαίνει, παίρνει μέρος σε πολλά από τα σημαντικότερα γεγονότα της Αμερικής.

Μία ιστορία αγάπης, μία ωδή στη διαφορετικότητα και ένα συγκινητικό μήνυμα για τη δύναμη της ψυχής.

Την ιστορία του τη μεταδίδει σε πολλούς περαστικούς, πάνω σε ένα παγκάκι, περιμένοντας να πάρει ένα λεωφορείο ή μήπως όχι;

Με πρωταγωνιστή τον Tom Hanks, η ταινία αυτή έχει αγγίξει πολλές καρδιές, μικρών και μεγάλων θεατών.

Ορφέας Σεραϊδάρης

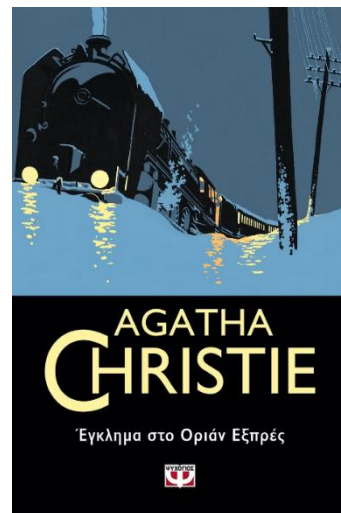
## Βιβλιοθήκη

### Έγκλημα στο Οριάν Εξπρές

Το "Έγκλημα στο Οριάν Εξπρές", γράφτηκε από την Agatha Christie και εκδόθηκε το 1934. Η ιστορία διαδραματίζεται στο φημισμένο Οριάν Εξπρές το οποίο, λίγο μετά τα μεσάνυχτα, ακινητοποιείται από μια χιονοθύελλα στη μέση του πουθενά. Το επόμενο πρωί, ένας από τους επιβάτες, ο Σάμιουελ Έντουαρντ Ράτσετ βρίσκεται μαχαιρωμένος στο κρεβάτι του. Ο δολοφόνος είναι κάποιος από τους συνταξιδιώτες του.

Ο Ηρακλής Πουαρό, παγιδευμένος στο τρένο, επιχειρεί να λύσει το μυστήριο. Μέσα στο τρένο υπάρχουν αρκετοί επιβάτες που είχαν λόγους να μισούν τον Ράτσετ. Ποιος από αυτούς όμως είναι ο δολοφόνος; Σχεδιάζει να ξαναχτυπήσει;

Χρύσα Βασιλοπούλου



## Ταξίδι στο κέντρο της γης

Ένα κείμενο που βρέθηκε σε μια παλιά βιβλιοθήκη γίνεται η αφορμή για να αρχίσει ένα φανταστικό ταξίδι προς το κέντρο της γης!

Παρά τους κινδύνους και τις περιπέτειες οι δύο ήρωες δεν πτοούνται. Στο τέλος, χάρη στην πυξίδα θα τα καταφέρουν, όμως θα δουν κάτι που δεν περιμένανε.

Το ταξίδι στο κέντρο της γης είναι γραμμένο από τον Ιούλιο Βερν και είναι από τη συλλογή βιβλίων, ' ' Τα κλασικά της Άγκυρας ' '.

Σπύρος Παπαγιαννόπουλος





1. [I WANNA BE ADORED- THE STONE ROSES](#)
2. [TAKE ON ME- A –HA](#)
3. [ASLEEP-THE SMITHS](#)
4. [LOVE MISUNDERSTOOD- MUCHOS PLUS](#)
5. [SACRIFICE- ELTON JOHN](#)
6. [SOMEBODY TO LOVE- QUEEN](#)
7. [SYSPICIOUS LOVE- ELVIS PRESLEY](#)
8. [SOMETHING TO BELIEVE IN- RAMONES](#)
9. [SWEET CHILD OF MINE- GUNS N'ROSES](#)
10. [START ME UP- THE ROLLING STONES](#)
11. [YOU GIVE LOVE A BAD NAME- BON JOVI](#)
12. [YOU NEVER CAN TELL-CHUCK BERRY](#)
13. [MORE THAN A WOMAN- BEE GEES](#)
14. [LAY ALL YOUR LOVE ON ME- ABBA](#)
15. [IN BETWEEN DAYS- THE CURE](#)
16. [HEAD OVER HEELS- TEARS FOR FEARS](#)
17. [GIRL AFRAID- THE SMITHS](#)
18. [ABOUT YOU- THE 1975](#)
19. [EVERYBODY WANTS TO RULE THE WORLD- TEARS FOR FEARS](#)
20. [YOU REALLY GOT ME- THE KINKS](#)

Αθανασία Στεφάνου



## ΣΚΑΛΩΤΙΚΕΣ ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ



**Ερώτηση 1η :** Τι υπάρχει 3 φορές το δευτερόλεπτο μια φορά το λεπτό και καμία τον αιώνα;

**ΣΩΣΤΗ ΑΠΑΝΤΗΣΗ :** Το γράμμα ε

**ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ :**

- 8% απάντησε « Ο άνθρωπος »
- 8% απάντησε « Το γράμμα ε »
- 12% απάντησε « Το γράμμα ο »
- 16% απάντησε « Το ρεύμα »
- 48% απάντησε « Δεν ξέρω »
- 4% απάντησε « Ο χρόνος »
- 4% απάντησε « Η στιγμή »



**Ερώτηση 2η :** Σε ένα ισόγειο κόκκινου σπιτιού υπάρχουν ένα πορτοκαλί τραπέζι , ένας πράσινος υπολογιστής , μια κίτρινη γάτα , ένα ροζ ψάρι , ένας μπλε άνθρωπος και ένα μοβ τηλέφωνο. Τι χρώμα έχουν οι σκάλες ;

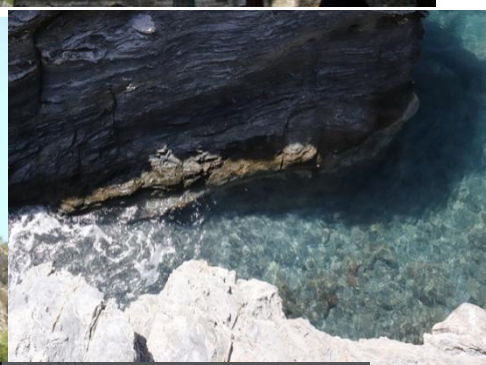
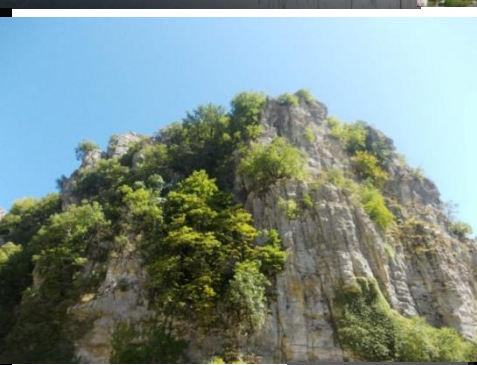
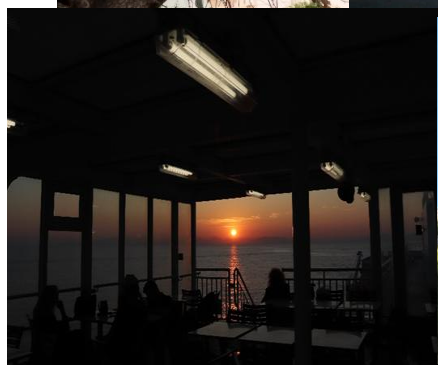
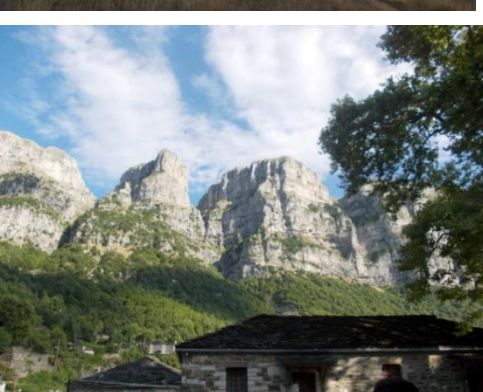
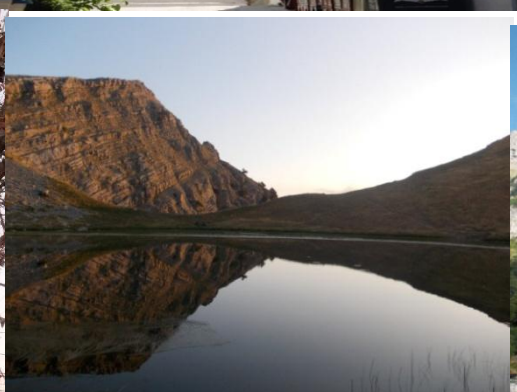
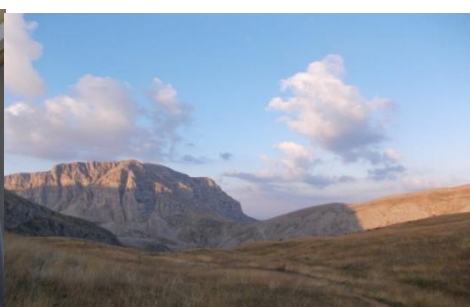
**ΣΩΣΤΗ ΑΠΑΝΤΗΣΗ :** Δεν έχει σκάλες

- 9% απάντησε «Κόκκινο»
- 9% απάντησε «Πορτοκάλι »
- 28% απάντησε τη σωστή απάντηση
- 14% απάντησε «Μωβ»
- 10 % απάντησε «Δεν ξέρω »
- 14% απάντησε « Δεν θυμάμαι »
- Από 4% τα παρακάτω χρώματα : άσπρες, καφέ, μαύρες

ΓΙΩΡΓΟΣ ΜΑΣΟΥΡΑΣ  
ΕΛΠΙΔΑ ΓΕΩΡΓΑΚΙΔΟΥ  
ΧΡΥΣΑ ΚΟΥΤΣΟΔΟΝΤΗ



ΚΛΙΚ!!



Λήδα Κοντσαλούδη  
Φοίβη Κοντσαλούδη  
Κωσταντίνος Ανδρουλάκης  
Ρόζα Μιχάλη





### Τάρανδος βραστός με μπύρα

Ο τάρανδος είναι ένα ζώο που οι περισσότεροι θεωρούν πως δεν είναι προς κατανάλωση, αλλά κάποιοι διαφωνούν με αυτήν την άποψη. Το κρέας του τάρανδου προτιμάται στις Σκανδιναβικές χώρες και στις Η.Π.Α. επειδή είναι ιδιαίτερα μαλακό, γευστικό και άπαχο.

Συστατικά:

- 300 γρ. τάρανδος κατεψυγμένος σε κύβους
- 100 γρ. χοιρινό κρέας με λίπος σε μπέικον ή σε κύβους
- $\frac{1}{2}$  κουταλάκι αλάτι
- 2 πρέζες πιπέρι
- 200 ml μπύρα

Εκτέλεση:

Σωτάρουμε το χοιρινό ή το μπέικον στο ελαιόλαδο μέχρι να πάρει ελαφρώς χρώμα και προσθέτουμε τον τάρανδο. Έπειτα, προσθέτουμε το αλάτι, το πιπέρι και τη μπύρα. Τέλος, το σκεπάζουμε και σιγοβράζουμε για μισή ώρα.



### Gingerbreadcookies

Τα διάσημα μπισκότα βουτύρου με λιωμένες καραμέλες. Μία γευστική, απλή και κλασική χριστουγεννιάτικη συνταγή και όχι μόνο, τα μπισκότα με τζίντζερ αρέσουν σε μικρούς και μεγάλους.

Συστατικά:

- 3 κούπες αλεύρι για όλες τις χρήσεις
- 1 πρέζα αλάτι
- 2 κ.γ τριμμένο τζίντζερ



2 κ.γ κανέλα  
μισή κούπα βούτυρο (σε θερμοκρασία δωματίου)  
μισή κούπα ζάχαρη  
1 αυγό  
2/3 της κούπας μελάσα η μέλι  
1 κ.γ βανίλια  
1/2 κ.γ μπέικιν πάουντερ  
1 κ.γ γαρύφαλλο και μοσχοκάρυδο  
Εκτέλεση:

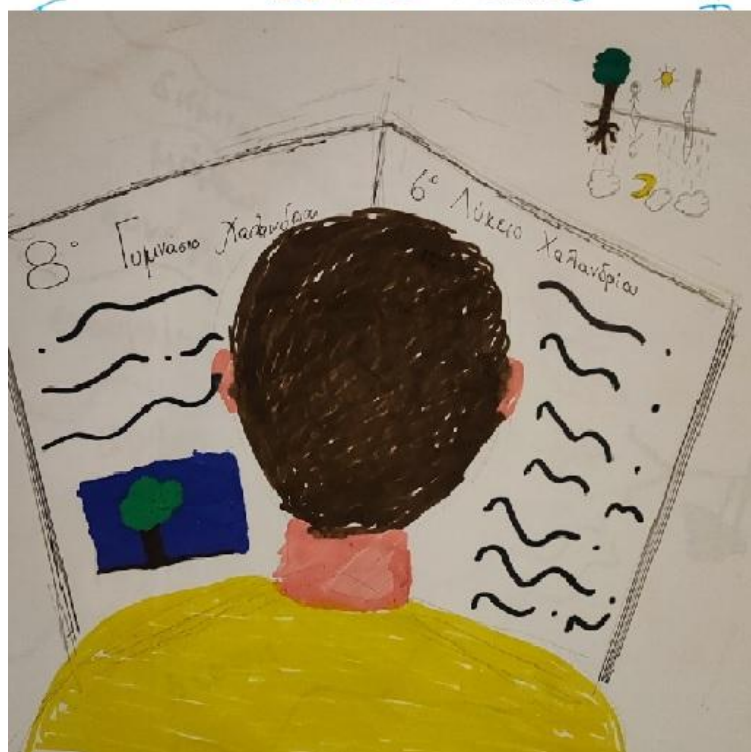
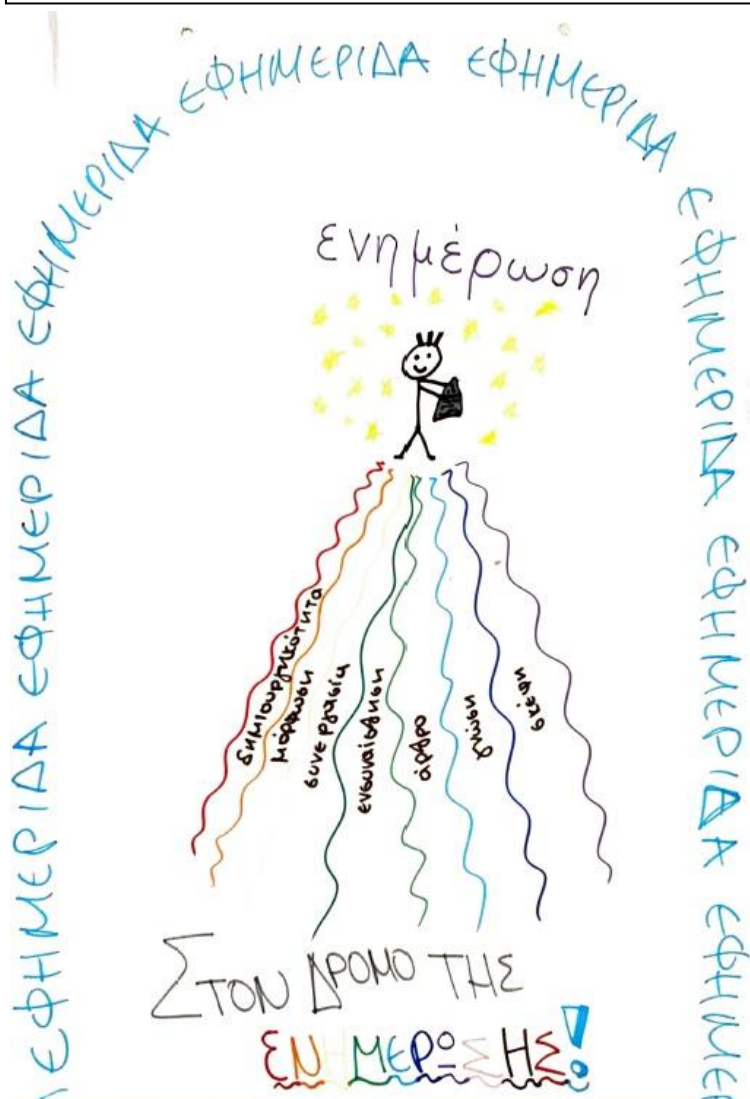
Για να φτιάξουμε τα μπισκότα αρχικά χτυπάμε το βούτυρο με τη ζάχαρη, προσθέτουμε το μέλι και το αυγό, συνεχίζουμε το χτύπημα, ανακατεύουμε το αλεύρι με τα μπαχαρικά, τη βανίλια και προσθέτουμε σιγά σιγά στο μείγμα. Έπειτα τυλίγουμε τη ζύμη και την αφήνουμε στο ψυγείο για τουλάχιστον τρεις ώρες ή όλη τη νύχτα.

Σε αλευρωμένη επιφάνεια ανοίγουμε τη ζύμη σε πάχος 2-3 εκ. και κόβουμε σε σχήματα με κουπ πατ ή φτιάχνουμε ένα δικό μας σχέδιο σε χαρτόνι και κόβουμε το περίγραμμα. Αν θέλουμε διακοσμούμε με καραμελίτσες, αλλιώς περιμένουμε να διακοσμήσουμε με γλάσο. Βάζουμε σε ταψί με λαδόκολλα και ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 180 C για 8-12 λεπτά. Τα βγάζουμε μαλακά και σκληραίνουν καθώς κρυώνουν. Για το γλάσο χτυπάμε τα ασπράδια σε μαρέγγα. Προσθέτουμε τη ζάχαρη, τη βανίλια και χτυπάμε. Χρωματίζουμε με χρώμα ζαχαροπλαστικής. Αν είναι πολύ υγρό το γλάσο, βάζουμε κι άλλη άχνη, αν είναι πολύ παχύ βάζουμε λίγο νερό. Διακοσμούμε τα μπισκότα με το γλάσο και το αφήνουμε να σκληρύνει.



Ζωή Πιτσικουλάκη  
Αλεξάνδρα Τούση  
Αφροδίτη Σολωμονίδου

## ΤΟ ΑΠΟΤΥΠΩΜΑ ΤΟΥ ΤΕΥΧΟΥΣ



## ΣΥΝΤΕΛΕΣΤΕΣ ΤΕΥΧΟΥΣ

### ΣΥΝΤΟΝΙΣΤΕΣ ΚΑΘΗΓΗΤΕΣ:

Ευαγγελία Μανώλογλου ΠΕ02

Φώτης Δανάσκος ΠΕ04

Νεκταρία Σκουτέλη ΠΕ02

Έφη Χουντή ΠΕ80

Δώρα Σαντή ΠΕ02



### ΣΥΝΤΑΚΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ:

**Α Γυμνασίου:** Ανδρουλάκης Βασίλης, Θεοδωρακοπούλου Μαρίνα, Δαμούλος Νικόλας, Ιωάννου Κωνσταντίνα, Καρέντζος Κωνσταντίνος, Νικολάου Βασίλης, Ουρανίτσα Σταματίνα, Σεραϊδάρης Ορφέας

**Β Γυμνασίου:** Αλεβίζου Δήμητρα, Καλύβα Μαρίνα, Μήταλα Νικολέτα, Παπαγιαννόπουλος Σπύρος, Παπουτσή Κατερίνα, Παρασκευόπουλος

Κωνσταντίνος, Πατσιώτης Κυριάκος, Πιτσικουλάκη Ζωή, Σολωμονίδου Αφροδίτη, Στουγιάννου Τζωρτζίνα, Τούση Αλεξάνδρα, Τσιάλαβος Άγγελος, Τσίρμπα Παναγιώτα, Φωσκολάκη Μηναΐς

**Γ Γυμνασίου** Ανδρουλάκης Κωνσταντίνος, Γεωργακίδου Ελπίδα, Κουτσοδόντη Χρύσα Ουρανίτσα Χρύστα

**Α Λυκείου:** Βασιλοπούλου Χρύσα, Μασούρας Γιώργος, Μιχάλη Ρόζα, Στεφάνου Αθανασία, Στεφάνου Νικολέτα, Στουγιάννου Χρύσα

**Β Λυκείου:** Καρράς Δημήτρης, Κοντσαλούδη Λήδα, Κοντσαλούδη Φοίβη, Λίτινας Ανδρέας, Ματσούκα Βασιλική, Νικολάου Αναστασία, Σταματάκη Ελένη

**ΣΚΙΤΣΟΓΡΑΦΟΙ/ ΖΩΓΡΑΦΟΙ:** Μίλτος Νεφρός (λογότυπο) & Ομαδικό (πρωτοσέλιδο & αποτύπωμα)



Και ως το επόμενο τεύχος...  
Καλή έναρξη του 2024 και καλή  
φώτιση σε όλους μας!!!  
Να χαμογελάτε και να  
σκεφτεστε!

