

The New Village Times

ΓΙΑ ΝΑ ΜΑΘΑΙΝΕΤΕ ΤΕΛΕΥΤΑΙΟΙ ΟΣΑ ΟΙ ΜΑΘΗΤΕΣ ΓΝΩΡΙΖΟΥΝ ΠΡΟ ΠΟΛΛΟΥ



Φωτογραφία: Μιχάλης Κάλπης

Τετάρτη 11 Μαΐου 2016

Αριθμός Φύλλου 01

Διανέμεται ΔΩΡΕΑΝ

Συντάσσεται από ομάδα μαθητών που συμμετέχουν σε πρόγραμμα έκδοσης μαθητικού εντύπου στο ΓΕΛ Νεοχωρίου

Λαμπρός Εορτασμός του Πολιούχου του Νεοχωρίου Αγίου Ιωάννη του Θεολόγου

Πλήθος κόσμου συμμετείχε στη λιτανεία - Χοροί στο προαύλιο της εκκλησίας έκλεισαν την βραδιά

Ο τόπος μας

Γράφει για τη Γουριά ο μαθητής Πέτρος Ζόγκαϊ

Διαβάστε στη σελίδα 2

Γράφουν για την Κατοχή οι μαθήτριες Κωνσταντίνα Ρόμπολα και Αρτεμισία Τίτα

Διαβάστε στη σελίδα 3

Ελληνίδα θέλει να κάνει ευθανασία...

Γράφει ο μαθητής της Β' τάξης Σ.Ζ.

Το όνομά της είναι Κική Τσακίρη. Πάσχει από Πλάγια Μυοατροφική Σκλήρυνση και από το 2000 είναι καθηλωμένη σε αναπηρικό καροτσάκι. Έχει ζητήσει από τον Πρόεδρο της Δημοκρατίας να της επιτραπεί να προχωρήσει σε ευθανασία, χωρίς επιτυχία όμως.

Η συνέχεια στη σελίδα 2

Ελληνικό εμβόλιο νικά τη σκλήρυνση κατά πλάκας...

Γράφουν οι μαθήτριες Κωνσταντίνα Ρόμπολα Αρτεμισία Τίτα

...στη σελίδα 2

Διαβάσαμε και μας άρεσαν...

Επιλέγουν οι μαθήτριες Γεωργία Καρατζογιάννη Στάμου Μιγκένα Ρόδε ...στη σελίδα 4

Στις 7 και 8 Μαΐου το Νεοχώρι γιόρτασε την μνήμη του Αγίου Ιωάννη του Θεολόγου, Πολιούχου του χωριού.

Το απόγευμα του Σαββάτου έγινε ο Εσπερινός στην εκκλησία και ακολούθησε η Λιτανεία της εικόνας του Αγίου.

Την Πομπή της Λιτανείας συνόδευσαν πλήθος κόσμου καθώς και η φιλαρμονική του Δήμου μας, μαθητές των Δημοτικών Σχολείων, το μικρό χορευτικό του Συλλόγου Γυναϊκών Νεοχωρίου και η Χορευτική Ομάδα «Ελένη Γαντζούδη» του Λυκείου Νεοχωρίου.

Μετά την επιστροφή της Εικόνας και την ολοκλήρωση του Εσπερινού, τα δύο χορευτικά παρουσίασαν παραδοσιακούς χορούς στο προαύλιο της εκκλησίας.



Η λογοτεχνική γωνιά μας...

Γράφει η μαθήτρια Δήμητρα Περαρή ...στη σελίδα 2

Η δραστηριότητα της Χορευτικής Ομάδας του Σχολείου μας

...στη σελίδα 4

Αθλητικά

Γράφει ο μαθητής Θανάσης Κάλπης

Άλλο ένα πρωτάθλημα της ΕΠΣ Αιτωλοακαρνανίας έφτασε στο τέλος του, ένα πρωτάθλημα γεμάτο καλές και κακές στιγμές με αποκορύφωμα τον αιφνίδιο χαμό του ποδοσφαιριστή της ΑΕ Οινιαδών Τριφιάτη Θεοδωρή. Κάποιες ομάδες τα πήγαν αρκετά καλά και κάποιες άλλες δεν τα κατάφεραν.

Η Α' κατηγορία ήταν όλο εκπλήξεις καθώς στην κανονική διάρκεια του πρωταθλήματος η ομάδα που τερμάτισε πρώτη ήταν αυτή του Ν. Θέρμιου Απόλλωνα αλλά στους τελικούς των πρώτων τεσσάρων ομάδων η ομάδα του Ναυπακτιακού Αστέρα...

...η συνέχεια στη σελίδα 3

Στον κόσμο του Facebook...

Γράφει η μαθήτρια Ξανθή Γούργαρη

Κυκλοφόρησε στο facebook ένα «παιχνίδι» για να γίνει πιο όμορφη και γεμάτη η καθημερινότητά μας με τραγούδια και μελωδίες. Ένας χρήστης ανεβάζει ένα τραγούδι και αναθέτει σε όσους κάνουν "like" ένα γράμμα της αλφαβήτου ώστε να ψάξουν καλλιτέχνη ή συγκρότημα από αυτό το αρχικό γράμμα και να ανεβάσουν και αυτοί ένα τραγούδι.

Αυτό συνεχίζεται με σκοπό να γεμίσει όλη η αρχική σελίδα του facebook με τραγούδια αντί για φωτογραφίες που ανεβαίνουν συνήθως.

Είναι μια διασκεδαστική επινόηση που απαιτεί ευρηματικότητα και προκαλεί γέλιο.

Διατροφή, όραση και τύφλωση: Προσθετικές ουσίες στα φαγητά που βλάπτουν τα μάτια

Γράφουν οι μαθήτριες Κωνσταντίνα Ρόμπολα Αρτεμισία Τίτα

Είναι αναμφίβολο ότι στα φαγητά μας υπάρχουν πολλές ουσίες οι οποίες σχετίζονται με νοσηρές επιδράσεις στην υγεία μας. Υπάρχει ένας πολύ μεγάλος αριθμός προσθετικών, χρωστικών και συντηρητικών ουσιών, όπως και άλλων, που βελτιώνουν τη γεύση, οι οποίες προστίθενται στα τρόφιμα που αγοράζουμε και στα έτοιμα επεξεργασμένα φαγητά που προμηθευόμαστε από διάφορες πηγές.

Οι έρευνες που αφορούν τις επιδράσεις των διαφόρων προσθετικών συστατικών της διατροφής, συνεχίζονται με αμείωτο ρυθμό.

Η συνέχεια στη σελίδα 3

Η συνταγή μας: φτιάξτε soft cookies σοκολάτας

Γράφει η μαθήτρια Ιουλίνα Καλατζή

Και για τους λάτρεις της μαγειρικής, soft cookies σοκολάτας με κομματάκια σοκολάτας! Μια εύκολη, πεντανόστιμη και πάνω από όλα οικονομική συνταγή για μικρούς και μεγάλους, από τον Άκη Πετρετζίκη!

Η συνέχεια στη σελίδα 3

Συμβουλές για σωστό μακιγιάζ...

Γράφουν οι μαθήτριες Μαρία Αποστολάτου Θεοδώρα Κονταρή

...στη σελίδα 4



Σκίτσάρει ο μαθητής Σπύρος Δίπλας

Βιβλιοπαρουσίαση

Γράφει η μαθήτρια
Δήμητρα Περαρή

Το επουράνιο σχέδιο από την Ισαμπέλ
Αγιέντε

Η Ισαμπέλ Αγιέντε (Isabel Allende), Χιλιανή μυθιστοριογράφος, στο πέμπτο της έργο (1991) δημιουργεί τον πρωταγωνιστή της στα μέσα του 20ού αιώνα στον κόσμο των λατινοαμερικανών μεταναστών στην Καλιφόρνια.

Ο Γκρέγκορι Ρήβς Λοιτόν, είναι ο πρωταγωνιστής ενός επικού και προσωπικού μυθιστορήματος.

Η αφήγηση ξεκινάει από την γέννηση του Γκρέγκορι και τελειώνει όταν έχει περάσει την ηλικία των 50 και τότε αποκαλύπτει τα μυστικά της ψυχής του.

Ένας άνθρωπος που βιώνει τον ρατσισμό, τις δεισδαμονίες, τις αντιθέσεις στην αφθονία και στην φτώχεια, τον πόλεμο στον Βιετνάμ και τον πόθο για την αναζήτηση του πραγματικού έρωτα.

Ένα βιβλίο που σε κρατάει σε αγωνία σε κάθε του σελίδα χάρη στα εξαιρετικά λογοτεχνικά χαρίσματα της συγγραφέως. Θα ήταν απαραίτητη όμως μια αναφορά για την άψογη μετάφραση της κ. Κλαίτης Σωτηριάδου.



Μίνως Ζώτος

Γράφει η μαθήτρια
Δήμητρα Περαρή



Τελείωσε το δημοτικό σχολείο στη γενέτειρά του, το Σχολαρχείο στο Αιτωλικό και το Γυμνάσιο στο Μεσολόγγι.

Το 1922 γράφτηκε στη Νομική Σχολή του Πανεπιστημίου Αθηνών και διορίστηκε βοηθός ταμία στο Δήμο Αθηναίων. Δεν ολοκλήρωσε ποτέ τις σπουδές του, καθώς σύντομα αφοσιώθηκε στην ποίηση και την ξέφρενη ζωή.

Το 1928 γνωρίστηκε με τη Μαρία Πολυδούρη που στάθηκε ο έρωτας της ζωής του.

Το φθινόπωρο του 1932 επέστρεψε στο χωριό του και παρά τις προσπάθειές του να ξαναβρεί τις δυνάμεις του πέθανε τον Δεκέμβριο του ίδιου χρόνου από φυματίωση, σε ηλικία μόλις εικοσιεφτά ετών.

Πρωτοεμφανίστηκε στο χώρο της ποίησης το 1923

Ένας ποιητής από το Νιοχώρι Παραχελωνίδος

στις σελίδες του περιοδικού Μούσα και αργότερα σε πολλά άλλα περιοδικά.

Συνολικά εξέδωσε δύο ποιητικές συλλογές και δημοσίευσε λίγα κριτικά άρθρα και ποιητικές μεταφράσεις. Η τελευταία του συλλογή με τίτλο Σουρντίνα εκδόθηκε μετά τον θάνατό του σε συλλογική έκδοση τα Άπαντα.

Το ποιητικό του έργο τοποθετείται χρονικά στους νεότερους εκπροσώπους της ελληνικής μεσοπολεμικής ποίησης και εμφανίζει επιρροές από τα ρεύματα του νεορομαντισμού και του νεοσυμβολισμού και από ποιητές όπως ο Μαλακάσης και ο Καρυωτάκης. Η γραφή του είναι έντονα λυρική και συχνά ρομαντικής υφής.

Η Γουριά

Γράφει ο μαθητής
Πέτρος Ζόγκαϊ

Ο Άγιος Νικόλαος αποτελεί την εκκλησία του χωριού. Χτίστηκε το 1887 και ανοικοδομήθηκε το 2011. Ο ναός βασίζεται στα

πρότυπα του ρυθμού της Βασιλικής, είναι, δηλαδή, ένα επίμηκες κτίριο που διαίρειται εσωτερικά σε κλίτη ή μοίρες ή δρόμους, όπως ονομάζονται. Τα κλίτη των βασιλικών ήταν τρία, πέντε, επτά, μέχρι και εννέα. Στην προκείμενη περίπτωση τα κλίτη ήταν τρία. Το μεσαίο κλίτος ήταν και το πιο ευρύχωρο. Μετά την ανοικοδόμηση τα κλίτη συγχωνεύτηκαν σε ένα. Στο εσωτερικό το κτίριο είναι διακοσμημένο με περίτεχνες αγιογραφίες της μακεδονικής σχολής.



Ο Άι Γιώργης όπως αποκαλείται είναι ένα από τα πιο γνωστά εξωκκλήσια της Γουριάς. Χτίστηκε το 1922. Και αυτός ο ναός βασίζεται στα πρότυπα του ρυθμού της βασιλικής με μόνη εξαίρεση την ύπαρξη μόνο ενός κλίτους. Οι αγιογραφίες του ναού βασίζονται στην κρητική σχολή και προκαλούν το δέος των θεατών τους.

Η Μονή των Αγίων Ταξιαρχών συνιστά ένα από τα πιο όμορφα θρησκευτικά αξιοθέατα ολόκληρης της Αιτωλοακαρνανίας. Δεν γνωρίζουμε την ακριβή χρονολογία κατά την οποία χτίστηκε ο ναός. Υποθέτουμε ότι υπήρχε από τις αρχές του 19ου αιώνα. Και αυτό το οικοδόμημα βασίζεται στα πρότυπα του ρυθμού της βασιλικής. Οι αγιογραφίες, μετά την ανοικοδόμηση του ναού, καταστράφηκαν. Ωστόσο είχε αναφερθεί ένα περίπλοκο γεγονός που σχετίζεται με τις αγιογραφίες του ναού. Ο μύθος λέει ότι "Κατά την περίοδο της τουρκοκρατίας οι Τούρκοι κατέστρεψαν τις αγιογραφίες του ναού. Την νύχτα, όμως, μέσα από τους συντριμμασμένους τοίχους αναδύονταν ξανά οι ίδιες αγιογραφίες. Οι στρατιώτες συνεχίζαν να καταστρέφουν τις εικόνες, αλλά αυτές αναδύονταν ξανά και ξανά. Μετά από πολυάριθμες προσπάθειες οι Τούρκοι κατάλαβαν πως ήταν αδύνατο ένας άνθρωπος να καταστρέψει αυτές τις εικόνες και παρατήθηκαν."

Στριμωμένη ανάμεσα στον Αχελώο και την λιμνοθάλασσα του Αιτωλικού, στο νοτιοδυτικό τμήμα του νομού, 24 χιλιόμετρα βορειοδυτικά του Μεσολογγίου τοποθετείται η Γουριά, ένας τόπος φιλόξενος που χαρακτηρίζεται από τον πλούσιο πολιτισμικό χαρακτήρα της. Ο πεδινός αυτός οικισμός, με υψόμετρο 15 μέτρων, υπάγεται διοικητικά στον δήμο της Ιεράς Πόλεως του Μεσολογγίου.

Χαρακτηριστικά μνημεία αυτού του τόπου αποτελούν κατά κύριο λόγο οι εκκλησίες και τα εξωκκλήσια.

Ως μνημεία ανυπέβλητης ομορφιάς μπορούν να χαρακτηριστούν και τα περιβαλλοντικά τοπία.

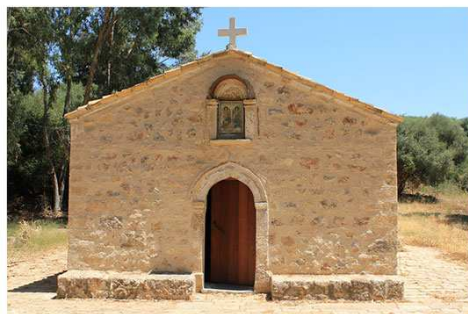
Ένα από τα σημαντικότερα περιβαλλοντικά μνημεία είναι ο Αχελώος. Γιος του Ωκεανού και της Γαίας ή της Τηθύος ο Αχελώος, κατά την αρχαιότητα, θαυμάζοταν ως θεός όλων των τρεχούμενων υδάτων. Διανύοντας μια διαδρομή περίπου 220 χιλιομέτρων, αποτελεί τον δεύτερο σε μήκος ποταμό της χώρας. Το μέσο πλάτος του φτάνει τα 25 μέτρα και στις εκβολές του τα 90 μέτρα τοποθετώντας τον στην θέση του πλατύτερου ποταμού της χώρας. Εν κατακλείδι οι εκβολές του Αχελώου μαζί με τις εκβολές του Ευήνου και τις λιμνοθάλασσες Μεσολογγίου, Αιτωλικού και Κλείσοβας αποτελούν ένα από τα πιο σημαντικά οικοσυστήματα της Ελλάδας και έχουν ενταχθεί στο ευρωπαϊκό δίκτυο προστατευόμενων περιοχών Natura 2000.

Τέλος τα δύο άλση που βρίσκονται στο βορειότερο και νοτιότερο τμήμα του χωριού κατέχουν και αυτά με την σειρά τους μία σημαντική θέση σε αυτή τη λίστα. Τα μικρά αυτά δάση δημιουργούνται χάρη στην ανάπτυξη των ευθύκωμων πλατύφυλλων βελανιδιών. Καθώς τα δέντρα ανθίζουν, οι δύο λόφοι φαίνονται σαν να καλύπτονται από δύο κατα-

πράσινα χαλιά. Εκτός αυτού, τα άλση σε συνδυασμό με το ηλιοβασιλέμα συνθέτουν ένα απίστευτο τοπίο ασυναγώνιστης ομορφιάς.

Στην Γουριά μπορεί κανείς να συναντήσει και λαογραφικά μνημεία. Χαρακτηριστικό παράδειγμα αποτελεί ο ανεμόμυλος της Γουριάς. Ο μύλος αυτός χρησιμοποιήθηκε και για την άλεση του σίτου, αλλά αποτέλεσε και προτύργιο της επανάστασης στην Γουριά. Υπάρχουν πολλές ιστορίες γύρω από αυτόν τον μύλο με κυριότερη αυτή των τριών μωλωνάδων.

"Κάποτε σε αυτόν τον μύλο είχαν εμφανιστεί πέντε κλέφτες οι οποίοι είχαν απαιτήσει τα έσοδα και τις προμήθειες του μύλου. Οι τρεις μωλωνάδες αρνήθηκαν με αποτέλεσμα να τους σκοτώσουν. Από εκείνη την ημέρα έως σήμερα ο μύλος δεν ξαναχρησιμοποιήθηκε".



Ελληνίδα θέλει να κάνει ευθανασία...

...συνέχεια από την 1η σελίδα

Η προαναφερθείσα είναι μητέρα τριών παιδιών, εξειδικευμένη στα θέματα του Κοινωνικού Ταμείου της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Όπως δηλώνει, η καθημερινότητά της είναι "μια χαρά χάλια" καθώς από το 2000 που τη "χτύπησε" η νόσος κάνει καθημερινά περίπου 30 αναρροφήσεις, διαδικασία εξαιρετικά επώδυνη. Ο θάνατος των κινητικών νευρώνων που έχει υποστεί καθιστά αδύνατο για τον εγκέφαλό της να ελέγξει τους μύες ή να στείλει μηνύματα. Έτσι, καθημερινά η νόσος αναπτύσσεται μέχρι να φτάσει στο τελευταίο στάδιο που είναι η μηχανική υποστήριξη αναπνοής.

Δυστυχώς η ίδια αναφέρει: "Στην Ελλάδα ως ασθενείς ALS είμαστε ανύπαρκτοι, δε

μας παρέχεται καμιά νοσηλευτική φροντίδα." Επίσης, η ίδια δηλώνει πως είναι υπέρ της ευθανασίας και αν είχε την οικονομική άνεση θα πήγαινε σε μια από τις τέσσερις χώρες της Ευρώπης που επιτρέπεται η ευθανασία (Ελβετία, Ολλανδία, Βέλγιο, Λουξεμβούργο), ώστε να τελειώσει το μαρτύριό της. Υποστηρίζει αυτή τη θέση της προσθέτοντας ότι ο άνθρωπος πρέπει να είναι ελεύθερος να ορίζει τη ζωή και το θάνατό του και να έχει δικαίωμα σε έναν αξιοπρεπή θάνατο.

Παρόλα αυτά, τέλος, στο Πανεπιστήμιο Κρήτης ανακάλυψαν τις νευροτροφίνες, ουσία που υπόσχεται θεραπεία της ALS, δίνοντας ελπίδες σε όλους τους ασθενείς της προκειμένης νόσου.

Ελληνικό το πρώτο εμβόλιο για την σκλήρυνση κατά πλάκας

Γράφουν οι μαθήτριες
Κωνσταντίνα Ρόμπολα
Αρτεμισία Τίτα



Την ελληνική υπογραφή θα φέρει το πρώτο εμβόλιο κατά της σκλήρυνσης κατά πλάκας σύμφωνα με όλες τις ενδείξεις!

Μια πολυδάπανη προσπάθεια αρκετών ετών, με τη συνεργασία του Πανεπιστημίου Πατρών και της μεγαλύτερης ελληνικής φαρμακοβιομηχανίας, φαίνεται πως αποδίδει καρπούς.

Ο καθηγητής Χημείας του Πανεπιστημίου Πατρών Γιάννης Μασσούκας και η ομάδα του πήραν την πρώτη παγκόσμια πατέντα για το εμβόλιο, που φιλοδοξεί να θεραπεύσει εκατοντάδες χιλιάδες ανθρώπους που

πάσχουν από σκλήρυνση κατά πλάκας. Ο αντίκτυπος της νέας ιατρικής μεθόδου είναι δύσκολο να αποτιμηθεί αυτή τη στιγμή. Τις κλινικές δοκιμές έχει αναλάβει στην Αυστραλία η διεθνώς αναγνωρισμένη ερευνητρια Βάσω Αποστολοπούλου.

Η διάθεση του εμβολίου που λειτουργεί θεραπευτικά, εκτιμάται πως είναι πλέον ζήτημα χρόνου.

Για ακόμη μια φορά νιώθουμε υπερήφανοι ως Έλληνες, καθώς ακόμα και στα χρόνια της μεγάλης κρίσης, πρωτοπορούμε και επιτυγχάνουμε παγκόσμιες πρωτίες σε όλους τους τομείς!

The New Village Times

Η σχολική εφημερίδα του ΓΕΛ Νεοχωρίου

Η σχολική εφημερίδα εκδόθηκε στο πλαίσιο προγράμματος σχολικών δραστηριοτήτων που υλοποιήθηκε με τη βοήθεια των εκπαιδευτικών του σχολείου Κώστα Κατσαρού και Δημήτρη Ραϊζή.

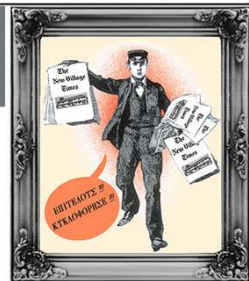
Συμμετείχαν οι μαθητές:

Ασπρονάρα Ηλιάννα, Δίτλας Σπυρίδων, Ευθυμίου Πολυτίμη, Ζαπάνη Παρασκευή, Ζευγίτης Χρήστος, Ζόγκαϊ Ειρήνη, Ζυγιάτης Σπυρίδων, Θεοδωράκη

Ιωάννα, Κάλλης Αθανάσιος, Κάλπης Αθανάσιος, Κάλπης Μιχαήλ, Καρατζογιάννη-Στάμου Γεωργία, Μανέτα Αντωνία, Περαρή Δήμητρα, Ράπτη Κωνσταντίνα, Ράπτης Δημήτριος, Ροδότης Αντώνιος, Ρόδε Μιγκένα, Ρόμπολα Κωνσταντίνα, Σμιτζής Νικόλαος, Στελιάκη Μαρία, Συρμιτζέλη Ιφιγένεια, Τίτα Άρτεμις, Τόμας Δημήτριος, Τσαπραλής Νικόλαος, Τσιρώνη Μαρία, Χρήστος Κλεοπάτρα, Χρυσικού Βασιλική.

Η Συντονιστική Επιτροπή αποτελούνταν από τις μαθήτριες: Αποστολάτου Μαρία, Βαλτογιάννη Ευανθία, Βαμβακά Αικατερίνη, Γούργαρη Εανθή, Καλαντζή Ιουλίτσα, Κονταρή Θεοδώρα, Ντάνου Μαρία, Ράπτη Χαρίκλεια και Χρυσικού Ευαγγελία.

Η εφημερίδα τυπώθηκε σε 300 αντίτυπα και μοιράστηκε ΔΩΡΕΑΝ.



Η Κατοχή

Γράφουν οι μαθήτριες
Ρόμπολα Κωνσταντίνα και
Τίτα Αρτεμισία

Το κυριότερο μέρος του σημερινού χωριού είναι χτισμένο πάνω σε μικρό λόφο που οι πρόποδες αγγίζουν τη δεξιά όχθη του Αχελώου, γνωστού κι ως Ασπροπόταμου, που είναι ο δεύτερος σε μήκος ποταμός της Ελλάδας. Στο σημείο αυτό το ποτάμι στενεύει περισσότερο και σχηματίζει κάποιο φυσικό πόρο που διευκολύνει τη διάβαση του.

Είναι πολύ πλούσιο χωριό διότι περιβάλλεται από κάμπο που έχει όλων των ειδών τα αγαθά -κυρίως όσπρια και εσπεριδοειδή.

Ενωριακός ναός του χωριού είναι ο Άγιος Δημήτριος, που στέκεται σχεδόν στην μέση του χωριού, στο μέρος που στεκόταν και προεπαναστατικά και καταστράφηκε προφανώς από τους κατακτητές γιατί ανοικοδομήθηκε όπως φαίνεται από πλάκα χρονολογημένη την 25/3/1849. Ο ναός ξαναχτίστηκε μετά από 100 χρόνια (1945-1950) ομοίωσής με τον παλιό αλλά με μεγαλύτερες διαστάσεις.

Δίπλα στο ναό, βρίσκεται πύργος που χτίστηκε μάλλον με σκοπό να ελέγχει τη στενωπή και τη διέλευση του Αχελώου στο συγκεκριμένο σημείο.

Ο πύργος πήρε το όνομά του από την κυρα-Βασιλική, την διάσημη ευνοούμενη του Αλή πασά. Η κυβέρνηση του Καποδίστρια της παραχώρησε τον πύργο για κατοικία το 1830. Έμεινε εκεί μέχρι το 1834, οπότε πέθανε από δυσεντερία και τάφηκε στο Αιτωλικό.

Παλαιότερα ο πύργος ονομαζόταν πύργος

της Θεοδώρας. Σύμφωνα με την παράδοση τον έχτισε η Θεοδώρα, γυναίκα του Δεσπότη Μιχαήλ Β΄ της Ηπείρου, η οποία έγινε από την εκκλησία οσία.

Παρά το «Κούλια» που είναι τουρκική λέξη και το «κυρα-Βασιλική» που παραπέμπει σε νεότερη ιστορία, ο πύργος είναι Βυζαντινός.

Κατά πάσα πιθανότητα κτίστηκε από τους Βυζαντινούς του Δεσποτάτου της Ηπείρου τον 14ο αιώνα, μετά την εκδίωξη των Φράγκων από την περιοχή.

Ο πύργος κρίθηκε διατηρητέο μνημείο το 1975, με απόφαση του υπουργού πολιτισμού κ. Δ. Νιάνια.

Στους νοτίους πρόποδες του λοφώδους Κατσά, κάτω από δυο ψηλούς βαθύσκυτους πλάτανους, δυο χιλιόμετρα περίπου δυτικά του χωριού, βρίσκεται το εκκλησάκι της Μεταμόρφωσης του Σωτήρος.

Το εκκλησάκι γιορτάζει στις 6 Αυγούστου και γίνεται πανηγύρι από την προηγούμενη ημέρα.

Το ότι κάποτε και τούτο το εξωκλήσι ήταν μονή, μαρτυρείται από το ότι βορινά του στην υπώρεια του Κατσά υπάρχουν ερείπια, που λέγονται ακόμα «κελιά». Το δάπεδό του δείχνει πως πρέπει να κτίστηκε σε δυο φάσεις, ενώ το 1983 συμπληρώθηκε με πρόναο. Στην βορινή πλευρά του τοίχου, πάνω από την κλειστή τώρα πόρτα, υπάρχει ενεπίγραφη πλάκα με χρονολογία 1742.

Στην άκρη του χωριού, δυτικότερα πάνω σε κατάφυτο από πεύκα λόφο ύψους 35

εκεί», που ειπώθηκε από κάποιους περαστικούς που εν συνεχεία έκαναν κατοχή εκεί. Άλλη εκδοχή σχετίζεται με το πεδινό της περιοχής (κατωχώρι). Πάντως το σημερινό της όνομα το είχε κατά το Μεσαίωνα και αποτελούσε ένα από τα προπύργια της μεσαιωνικής πόλης Αχελώος (ο ποταμός τότε λεγόταν Άστρος) ή ακόμα και του Αγγελοκάστρου.



μέτρων, βρίσκεται το εκκλησάκι της Ζωοδόχου Πηγής.

Η εικόνα της Παναγίας ή Ζωοδόχου Πηγής φέρνει την εξής αφιερωμένη επιγραφή «1781, Σεπτεμβρίου 29. Δέησις του δούλου του Θεού Δημητρίου Βάλλβη υπέρ αφέσεως των αμαρτιών αυτού», ενώ η εικόνα του Χριστού «Άγιασον, Κύριε τους αγαπώντας την ευπρέπεια του οίκου σου και των δούλων σου Χριστιανών Ιερομόναχων, διότι επιμέλεια αυτών ηυπρετίσθη ούτος ο Ιερός Ναός και καθ' έκαστην καλλωπίζεται εις άφειση των αμαρτιών και εις ζωήν αιώων. 1781 έτος και του ευτελους Ιωάννου

Αναγνώστη Σκουτέρη, εξ Ιθάκης». Αν κρίνουμε από την κοινή χρονολογία 1781 των ενεπιγράφων αφιερωτικών εικόνων, θα νομίζαμε ίσως ότι η μονή θα 'χε μόλις τότε χτιστεί, ενώ πραγματικά τότε ξανακτίστηκε, πιθανώς σε παλιότερο μοναστικό ναό, αφού προγενέστερο κατά έξι έτη έγγραφο μαρτυρεί ως κτήματα του μοναστηρίου τον Κοτσιλάρη και τον Τσέροντα με έγγραφα «άτερ εισί Βενετικά και μετά ταύτα Σουλτανικά». Αυτά σημαίνουν ότι κτίστηκε αιώνας πριν το 1781, αφού η κατάκτηση της Ακαρνανίας από τους Τούρκους έγινε από το 1449. (με στοιχεία από την wikipedia.org)

Διατροφή...

Φτιάξτε soft cookies σοκολάτας

Γράφει η μαθήτρια
Ιουλίτσα Καλατζή

Θα χρησιμοποιήσουμε:

225 γρ. κουβερτούρας σε μικρά κομμάτια
35 γρ. αλεύρι
30 γρ. βούτυρο
1/4 κουταλάκι του γλυκού μπέικιν πάουντερ
1/4 κουταλάκι του γλυκού αλάτι
2 βγάλα
175 γρ. κρυσταλλική ζάχαρη
100 γρ. δάκρυα σοκολάτας ή extra κουβερτούρα σε μικρά κυβάκια
50 γρ. καρύδια ή άλλους ξηρούς καρπούς σε κομμάτια

Για καλύτερο αποτέλεσμα μπορείτε να αναμειξετε σοκολάτες χρησιμοποιώντας λευκή, γαλακτος και κουβερτούρα.

Εκτέλεση

Λιώνουμε το βούτυρο με τη σοκολάτα σε μπεν μαρί ή στο φούρνο μικροκυμάτων για 1-1,5 λεπτά. Καλό είναι να σκεπάσουμε το μπολ με μεμβράνη για να λιώσει ομοιόμορφα η σοκολάτα αλλά και για να μην λερώνουμε το φούρνο.

Σε ένα μπολ ανακατεύουμε το αλεύρι με το μπέικιν πάουντερ και το αλάτι. Χτυπάμε στο μίξερ τα αυγά με τη ζάχαρη για περισσότερο από 5 λεπτά, μέχρι να σχηματίσει το μίγμα «κορδόνια», να πήξει δηλαδή τόσο πολύ που όταν σηκώνουμε πάνω το μίξερ να τρέχει το μείγμα σαν κορδόνι μέσα στο μπολ και να περνά λίγος χρόνος μέχρι να ενωθεί ξανά στο υπόλοιπο μείγμα.

Όταν ενσωματωθεί η σοκολάτα στο μείγμα με τα βγάλα, το βγάζουμε από το μίξερ και ενσωματώνουμε με μια σπάτουλα με απαλές κινήσεις το μείγμα με το αλεύρι, το αλάτι και το μπέικιν. Θέλω να μην φύγει ο αέρας που έχουμε προσθέσει στα αυγά, για να είναι τα μπισκότα μας όσο πιο αφράτα γίνεται.

Τέλος, προσθέτουμε την extra σοκολάτα (100 γρ.) και τους ξηρούς καρπούς. Καλό είναι η ζύμη να μην είναι ζεστή και λιώσει την σοκολάτα.

Όταν γίνει μια ελαφριά ζύμη έχουμε δύο τρόπους να συνεχίσουμε:

Με βάση τον πρώτο τρόπο, μπορούμε να

...συνέχεια από
την 1η σελίδα

βάλουμε τη ζύμη στο ψυγείο για να πήξει. Ύστερα την πλάθουμε σε μπατονέ με πάχος 4 εκ, την τυλίγουμε σε μια μεμβράνη σε ρολό και τη βάζουμε στο ψυγείο ή στην κατάψυξη. Στην κατάψυξη διατηρείται για έναν μήνα. Στο ψυγείο για 2-3 μέρες. Όταν θέλουμε να ψήσουμε, κόβουμε με ένα κοφτερό μαχαίρι μπισκότα πάχους 1 εκ. και τα βάζουμε σε ένα ταψί που είχαμε στρώσει με αντικολητική λαδόκολλα.

Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 180 βαθμούς για 9-10 λεπτά (όχι παραπάνω). Θέλουμε τα μπισκότα μας να είναι μαλακά, γι αυτό τα βγάζουμε μαζί με τη λαδόκολλα και τα αφήνουμε να κρυσώσουν.

Ο δεύτερος τρόπος είναι να ψήσουμε κατευθείαν τα μπισκότα μας. Με ένα μεγάλο κουτάλι ή με ένα κουτάλι του παγωτού, παίρνουμε μείγμα από τη ζύμη μας και το βάζουμε πάνω σε ένα ταψί στο οποίο έχουμε απλώσει μια λαδόκολλα. Ψήνουμε με τον ίδιο τρόπο όπως και στην πρώτη εκδοχή.

ΑΘΛΗΤΙΚΑ

Γράφει ο μαθητής
Θανάσης Κάλλης

...συνέχεια από
την 1η σελίδα

...ήταν αυτή που σημείωσε τους περισσότερους βαθμούς και στέφτηκε πρωταθλήτρια για τη σεζόν 2015-16 και θα αγωνιστεί στα play off για την άνοδο στην Γ΄ εθνική όπου εκεί θα αντιμετωπίσει την ομάδα του Τηλυκράτη, τον Αμβρακία Κωστακίων και τον Αστέρα Ιτέας.

Στην Β΄ κατηγορία, από τον Γ΄ όμιλο πρωταθλήτης ήταν ο Άρης Αιτωλικού ο οποίος πήρε και την απευθείας άνοδο στην Α΄ κατηγορία ενώ η ομάδα του Αετού Σταμνάς που τερμάτισε στην δεύτερη θέση έπαιξε μπαράζ ανόδου με την ομάδα του Αμβρακικού Λουτρού η οποία βγήκε νικήτρια και πανηγύρισε την άνοδο στην Α΄ κατηγορία. Από τον Β΄ όμιλο η ομάδα που πανηγύρισε το πρωτάθλημα και την άνοδο στην Α΄ κατηγορία ήταν αυτή της Θύελλας Παραβό-

Γράφουν οι μαθήτριες
Κωνσταντίνα Ρόμπολα
Αρτεμισία Τίτα

Η ροή των δεδομένων και πληροφοριών που προκύπτουν είναι μεγάλη. Η προσεκτική ανάλυσή τους, θα συμβάλει ίσως στην πρόληψη και μείωση του αριθμού ασθενειών που σχετίζονται με την ύπαρξη τοξικών ουσιών στην καθημερινή μας διατροφή. Έρευνα από το πανεπιστήμιο του Hiroasaki στην Ιαπωνία, έκρουσε τον κώδωνα του κινδύνου για μια ουσία, που χρησιμοποιείται ευρέως στην Ασιατική και Κινεζική μαγειρική και η οποία σχετίζεται με την τύφλωση. Η ουσία αυτή, η οποία βελτιώνει τη γεύση των φαγητών Κινεζικής και Ασιατικής προέλευσης, είναι το μονονιτρικό άλας του γλουταμινικού οξέος (MSG). Οι Γαπωνέζοι ερευνητές χρησιμοποίησαν σε πειραματόζωα, υψηλές δόσεις του MSG, διαμέσου της διατροφής τους. Τα αποτελέσματα τούς έδειξαν ότι ο αμφιβληστροειδής χιτώνας των ματιών των ζώων, είχε υποστεί βλάβες με σημαντική λέπτυνση, της τάξης του 75%, των νευρικών απολήξεων, που είναι υπεύθυνες για την όραση. Οι καταστροφικές βλάβες στις νευρικές απολήξεις του αμφιβληστροειδούς χιτώνα, οδήγησαν σε ουσιαστική μείωση της όρασης των ζώων. Ανάλογες βλάβες, σε μικρότερο βαθμό, παρατηρήθηκαν και σε ζώα στα οποία είχαν

Διατροφή, όραση και τύφλωση: Προσθετικές ουσίες στα φαγητά που βλάπτουν τα μάτια

...συνέχεια από
την 1η σελίδα

δοθεί και χαμηλότερες ποσότητες του MSG. Το γλουταμινικό οξύ, είναι ένα αμινοξύ το οποίο έχει δράση νευροδιαβιβαστή στον οργανισμό. Σε άλλα πειράματα που έγιναν, αποδείχθηκε ότι όταν εγχυθεί κατ' ευθείαν στο μάτι, προκαλεί βλάβες στα νεύρα. Στα πειράματα, βρέθηκε να υπάρχει σε ψηλές συγκεντρώσεις μέσα στο υαλοειδές υγρό του οφθαλμού το οποίο εμποδίζει και τον αμφιβληστροειδή χιτώνα, ο οποίος είναι υπεύθυνος για τη λήψη και μεταβίβαση των οπτικών μηνυμάτων. Σύμφωνα με τους ερευνητές, είναι η πρώτη φορά που πειράματα δείχνουν ότι φαγητά που το περιέχουν, προκαλούν βλάβες στα μάτια και στην όραση. Το MSG από τη διατροφή, συγκεντρώνεται στον αμφιβληστροειδή χιτώνα, καταστρέφει τις νευρικές απολήξεις, μειώνει την ικανότητα του ματιού να μεταβιβάσει τα οπτικά μηνύματα και έτσι μειώνει την όραση και μπορεί να οδηγήσει στην τύφλωση.

Αυτά πιθανόν να είναι μέρος της εξήγησης του γεγονότος ότι στην ανατολική Ασία παρατηρούνται με ψηλή συχνότητα ασθένειες των ματιών και τύφλωση με γλαυκώμα, χωρίς να υπάρχει αυξημένη πίεση μέσα στο μάτι. Πράγματι στην ανατολική Ασία και στην Κίνα το MSG χρησιμοποιείται ευρέως για τη βελτίωση της γεύσης της διατροφής. Εκτός από το γεγονός ότι υπάρχουν άτομα που προσθέτουν πολύ MSG στο φαγητό τους, η ουσία αυτή μπορεί διαχρονικά, σε μερικές δεκαετίες, να προκαλέσει ανάλογα δυσάρεστα για την όραση αποτελέσματα. Συμπερασματικά, θα τονίσουμε το γεγονός ότι δεν είναι γνωστό με τα σημερινά δεδομένα σε ποιες συγκεντρώσεις το MSG προκαλεί βλάβη της όρασης στον άνθρωπο. Η υπερβολική κατανάλωση μπορεί να οδηγήσει σε προβλήματα. Ο κίνδυνος για προβλήματα στην όραση πιθανόν να είναι ακόμη μεγαλύτερος σε άτομα που ήδη έχουν προβλήματα όρασης λόγω παθήσεων του αμφιβληστροειδούς χιτώνα των ματιών τους.



Κοπή πίτας για το 2016

Γράφει η Ξανθή Γούργαρη

Τις καλύτερες εντυπώσεις άφησε η γιορτή για την κοπή της πίτας της Χορευτικής Ομάδας του σχολείου μας, που πραγματοποιήθηκε στις 16 Ιανουαρίου και ώρα 6 το απόγευμα στην αίθουσα εκδηλώσεων του Δημορχείου Ολιναδών στο Νεοχώρι. Καθηγητές και μαθητές, συμμετείχαν στη γιορτή που περιελάμβανε πολύ χορό αλλά και πλούσιο γεύμα με φαγητά και αναψυκτικά που έφεραν τα μέλη.



Korn pitas 2016

Το φλουρί της βασιλόπιτας κέρδισε η Κωνσταντίνα Ρόμπολα στην οποία δόθηκε ένα συμβολικό δώρο.

Τις λεπτομέρειες πραγματοποίησης της γιορτής, φρόντισαν οι μαθητές Γιάννης Πλαστήρας και Παναγιώτης Κούτρας.

Με αφορμή το γεγονός, συγκεντρώσαμε φωτογραφικό υλικό και βίντεο με δηλώσεις και τις θερμότερες ευχές όλων αλλά και υλικό από τους χορούς από όλη την Ελλάδα που χόρεψαν καθηγητές και μαθητές.

Ήταν μια υπέροχη γιορτή και ευχαριστούμε όλους όσους τίμησαν με την προσφορά αλλά και την παρουσία τους εκείνη την ημέρα. Ελπίζουμε να οργανωθούν κι άλλες τέτοιες εκδηλώσεις από το χορευτικό μας όμιλο.

Στη γιορτή του χορευτικού μας παραβρέθηκαν και οι καθηγητές του σχολείου Βασιλική Καφετζή, Παναγιώτης Καζάνας, και Βασίλης Θεοδώρου.

Η Χορευτική Ομάδα "Ελένη Γαντζούδη" στον Εορτασμό του Πολιούχου του Νεοχωρίου

Γράφει ο μαθητής Σπύρος Ζυγιάτης

Η χορευτική ομάδα "Ελένη Γαντζούδη", με υπεύθυνο τον καθηγητή Κωνσταντίνο Κατσαρό, εκπροσώπησε το σχολείο μας στις Εορταστικές εκδηλώσεις για τη μνή-

μη του Αγίου Ιωάννου του Θεολόγου, το διήμερο 7 και 8 Μαΐου.

Τα παιδιά του χορευτικού, ντυμένα με παραδοσιακές φορεσιές της Ζακύνθου, συνόδεψαν την εικόνα στην περιφορά της στο κέντρο του Νεοχωρίου.

Στη συνέχεια, μετά το τέλος της Λειτουργίας, πραγματοποιήθηκε μια μικρή εκδήλωση στο προαύλιο της εκκλησίας στην οποία η Χορευτική μας Ομάδα παρουσίασε πρόγραμμα με χορούς από τη Ζακύνθο.

Έτσι τελείωσε η βραδιά με τα παιδιά να κάνουν μια υπέροχη εμφάνιση και να αφήνουν πολύ καλές εντυπώσεις στο κοινό που παρέμεινε μέχρι αργά.



Η εφηβεία είναι μια ηλικιακή φάση στην οποία συμβαίνουν πάρα πολλά. Σίγουρα πρόκειται για μια δύσκολη ηλικία. Η αύξηση συγκεκριμένων ορμονών σημαίνει αφύπνιση της σεξουαλικότητας ενώ η ανάπτυξη του σώματος γίνεται με ραγδαίο ρυθμό και συχνά προκαλεί στους εφήβους αμηχανία αλλά και απογοήτευση. Μπορεί κανείς να ισχυρισθεί ότι τα νέα παιδιά δεν έχουν λόγο να αγχώνονται καθώς δεν έχουν τις έννοιες της ενήλικης ζωής. Δεν είναι όμως έτσι. Ποιοι είναι οι παράγοντες που προκαλούν άγχος στην εφηβική ηλικία;

Η συμπεριφορά των εφήβων καθορίζεται από τις ορμόνες που προκαλούν κυκλοθυμισμό συχνά ανεξήγητο. Ο έφηβος προβληματίζεται αλλά και αναστατώνεται από τις εξάρσεις της διάθεσής του και από τα σκαμπανεβάσματα μεταξύ υπερβίεσης και θλίψης. Αυτή η παράξενη διάθεση έχει αντίκτυπο και στους γύρω του προκαλώντας άγχος και ανησυχία στους γονείς. Στην εφηβική ηλικία αρχίζει να σχηματίζεται και μια πρώτη μορφή της ενήλικης ταυτότητας του ανθρώπου. Ο έφηβος πειραματίζεται, δοκιμάζει, προβάει διάφορα στυλ στη μουσική, στο ντύσιμο, στο χτένισμα, στη συμπεριφορά. Συχνά, διακατέχεται από έντονη ανησυχία, προβληματι-

σμούς και άγχος για το μέλλον που πολλές φορές είναι δικαιολογημένο και άλλοτε ενσχύεται από την αγωνία των γύρω του, γονιών, καθηγητών, συμμαθητών κτλ. Κατά τη διάρκεια αυτής της περιόδου συνήθως οι έφηβοι ασχολούνται με πολλά πράγματα και βρίσκονται διαρκώς κάτω από την πίεση της αξιολόγησης καθώς συμμετέχουν διαρκώς σε τεστ, διαγωνίσματα, εξετάσεις ξένων γλωσσών, αθλητικούς αγώνες και άλλες παρόμοιες ενέργειες και δραστηριότητες που απαιτούν υψηλές επιδόσεις. Αυτό το κунήνι των επιδόσεων και των υψηλών βαθμών έρχεται στο αποκορύφωμά του στις τελικές εξετάσεις στο τέλος του λυκείου.



14η συνάντηση μαθητιών χορευτιών Αιτωλοακαρνανίας

Συγκλονιστική εμφάνιση του χορευτικού μας στη Ναύπακτο...

Γράφει η μαθήτρια Ξανθή Γούργαρη

Εντύπωση προκάλεσε η εμφάνιση της χορευτικής ομάδας του ΓΕΛ Νεοχωρίου "Ελένη Γαντζούδη" στη 14η συνάντηση μαθητικών χορευτικών ομίλων Αιτωλοακαρνανίας. Η εκδήλωση πραγματοποιήθηκε στην Παπαχαράλαμπειο αίθουσα στη Ναύπακτο στις 17 Απριλίου.

Το πρωί της Κυριακής μικροί και μεγάλοι παραβρέθηκαν στην συνάντηση αυτή που μαθητές 10 γυμνασίων και λυκείων του νομού έδωσαν τον καλύτερο τους εαυτό ώστε να επιτευχθεί ένα όμορφο αποτέλεσμα.

Φυσικά το καλύτερο το άφησαν για το τέλος! Το χορευτικό μας για μια ακόμα φορά εξέπληξε το κοινό με την εμφάνισή του. Το πρόγραμμα που παρουσιάσαμε ήταν χοροί από την περιοχή της Ζακύνθου, με την παραδοσιακή φορεσιά του νησιού και συγκεκριμένα το αλφαβητάρι της αγάπης, ο πικραμένος, οι ημέρες της εβδομάδας, ο κουνηγός, η άμοιρη, λεβαντίτικος σμυρτός και ο μεγάλος ζακυνθινός.

Το εντυπωσιακό στην εμφάνιση αυτή ήταν ότι δύο τραγούδια τα τραγούδησαν α καπέλα τα παιδιά αλλά και ο χορός της άμοιρης που είχε ταυτόχρονα και κωμικό χαρακτήρα προκαλώντας γέλιο στο κοινό.

Στο τέλος της εκδήλωσης, αφού όλοι οι μαθητές δέχθηκαν συγχαρητήρια, ακολούθησε γεύ-

μα που ήταν προσφορά του δήμου Ναυπακτίας.

Θέλουμε να ευχαριστήσουμε θερμά λυτόν τους υπεύθυνους για τη φιλοξενία, τον καθηγητή και Κωνσταντίνο Κατσαρό που μας προετοίμασε για όλο αυτό, τον κύριο Γιώργο Παυλάκη και το onairnews.gr για τη δημοσιογραφική κάλυψη (φωτογραφικό υλικό και βίντεο) αλλά κυρίως ένα μεγάλο ευχαριστώ στην μητέρα του καθηγητή μας κυρία Ολυμπία που έφτιαξε τις στολές μας με μεράκι και στην σύζυγο του την κυρία Μίνα η οποία φρόντισε να διατηρηθούν καθαρές!!!

Είμαστε όλοι υπερήφανοι γι' αυτή μας την εμφάνιση, ευχόμαστε να έχουμε πάντα επιτυχίες και να είμαστε δεμένοι ώστε να φτάσουμε στην κορυφή...



14η συνάντηση μαθητιών χορευτιών Αιτωλοακαρνανίας

Τρίτη του Πάσχα το γλεντήσαμε...

Γράφει η μαθήτρια Ευαγγελία Χρυσικού



Τρίτη μέρα του Πάσχα, μαζευτήκαμε παλιοί και νέοι της χορευτικής ομάδας "Ελένη Γαντζούδη" για να βραβεύσουμε τα παιδιά που συμμετείχαν στο 14ο φεστιβάλ παραδοσιακών χορών που πραγματοποιήθηκε στη Ναύπακτο.

Παρακολουθήσαμε το βίντεο του προγράμματος που χόρεψαν τα παιδιά και στη συνέχεια ο υπεύθυνος της χορευτικής ομάδας κ. Κώστας Κατσαρός παρέδωσε τα αναμνηστικά δωμάτια συμμετοχής. Η εκδήλωση περιελάμβανε επίσης πολύ χορό και έκλεισε με υπέροχο μπουφέ.

Εφηβεία...

Γράφει η ψυχολόγος, Δρ Καλλιόπη Εμμανουηλίδου
Επέλεξε η μαθήτρια Ρόδε Μιγκένα

Βασική πηγή άγχους στην εφηβική ηλικία αποτελούν και οι ανθρώπινες σχέσεις. Ο έφηβος έρχεται σε σύγκρουση με τους γονείς του, προσπαθώντας να κερδίσει πρόνομα και ανεξαρτησία ενώ συνειδητοποιεί ότι θα εξαρτάται για πολύ καιρό ακόμη από αυτούς. Οι σχέσεις πάλι με το άλλο φύλο γίνονται πιο απαιτητικές ενώ εμφανίζεται και ο παρόνομος της σεξουαλικότητας που περιπλέκει τα πράγματα και επιβαρύνει τον έφηβο με αγωνία αλλά και με ευθύνη. Γενικότερα και οι κοινωνικές σχέσεις ανησυχούν τους εφήβους καθώς η κοινωνική ζωή αποκτά μεγάλη σημασία γι' αυτούς. Κάτι ακόμα που προκαλεί ανησυχία στους

εφήβους είναι και το ίδιο τους το σώμα. Καθώς αναπτύσσεται αποκτά μεγάλη σημασία γι' αυτούς. Τριχοφυΐα, καμπύλες, καινούργιες διαστάσεις. Για πολλούς έφηβους η μορφή που παίρνει το σώμα τους είναι απογοητευτική καθώς συγκρίνουν την εικόνα τους με διάφορα πρότυπα και νιώθουν ανεπαρκείς. Οι έφηβοι περνάει πολλά ώρα μπροστά στον καθρέφτη και τα συναισθήματα άγχους για την εξωτερική τους εμφάνιση είναι πολύ συνηθισμένα και πολλές φορές οδηγούν σε μειωμένη αυτοεκτίμηση αλλά και σε επικίνδυνες διατροφικές ακρότητες.

Συμβουλές μακιγιαζ...

Γράφουν οι μαθήτριες
Μαρία Αποστολάτου
Θεοδώρα Κονταρή

Όλοι γνωρίζουμε βασικά βήματα μακιγιαζ. Πολ- λές φορές όμως γίνονται λάθη που οφείλονται στη λανθασμένη χρήση των πινέλων.

Υπάρχουν πολλά και διαφορετικά είδη πινέλων και μπορεί πολύ εύκολα να μπερδευτούμε εάν δεν γνωρίζουμε την ακριβή τους χρήση. Γι αυτό το λόγο θα σας δώσουμε μερικές χρήσιμες συμβουλές για την αποφυγή αυτών των λαθών καθώς και ορισμένα χρήσιμα μυστικά.

1. Τα μεγάλα και πυκνά πινέλα χρησιμοποιούνται για οτιδήποτε είναι σε μορφή σκόνης.
2. Τα πυκνά και κυκλικά προς τα πάνω πινέλα, είναι κατάλληλα για το ρουζ.

3. Το πινέλο «βεντάλια» (λεπτό πινελάκι) χρησιμοποιείται για τη λάμψη.
4. Σφουγγαράκι beauty blender χρησιμοποιείται μετά την τοποθέτηση του make-up, ταμπουαριστά για πιο φυσικό αποτέλεσμα.
5. Τα μικρά και λεπτά πινελάκια είναι κατάλληλα για τα μάτια.

Μικρά μυστικά

Καλό θα ήταν πριν τη χρήση οποιουδήποτε προϊόντος make up να πραγματοποιείται ένας τυπικός καθαρισμός και έπειτα ενυδάτωση του προσώπου για την προστασία της επιδερμίδας. Η ίδια διαδικασία επαναλαμβάνεται και μετά το ντεμακιγιαζ. Πάντα ενυδατώνουμε τα χείλη χρησιμοποιώντας lip balm πριν από τη χρήση οποιουδήποτε κραγιόν.

Ενημέρωση και αξιοπρεπής ψυχαγωγία

Επέλεξε η μαθήτρια
Γεωργία Καρατζογιάννη Στάμου

Ο ρόλος της δημόσιας τηλεόρασης τοποθετείται ακριβώς εδώ: ένα ανάχωμα στην ασυδοσία. Θα μπορούσε επιγραμματικά να οριστεί έτσι: έγκυρη ενημέρωση και αξιοπρεπής ψυχαγωγία.

Ως μέσον η τηλεόραση έχει τεράστια δύναμη. Αυτό είναι και το τρωτό σημείο. Μπαιίνει σε όλα τα σπίτια, αλλά για να την ανοίξουν πρέπει να αρέσει. Να αρέσει σε ποιους και γιατί; Η αναζήτηση του μέσου όρου είναι το πρώτο ολισθήμα.

Οι διαπιστώσεις είναι εύκολες εμπειρικά. Τα εμπορικά κανάλια στην αναζήτηση πελατείας γίνονται απίστευτα ελαστικά. Μ' αυτόν τον τρόπο συντε-

λείται η διανοητική ερήμωση του κόσμου. Κυρίως κατά τις καμικές χειμωνιάτικες νύχτες στις εσχατιές της χώρας, όταν αυτός ο ανυπερσπίστος κόσμος δεν έχει άλλη καταφυγή. Τόσο απλά, αλλά και τόσο δύσκολα. Τα πρότυπα που δίνει η τηλεόραση έχουν εξαιρετική ισχύ. Επηρεάζουν όχι μόνο συμπεριφορές αλλά και νοοτροπίες. Μια έξυπνη αρχή θα έπρεπε να τη χρησιμοποιούσε έζυπτα. Όχι προς ίδιον συμφέρον βέβαια, αλλά για την προκοπή αυτού του τόπου. Έτσι ώστε τα λεγόμενα «χαράτσια» να μην είναι επί ματαίω.

Από τον Θανάση Βαλιτώ (ethnos.gr)