

Απρίλιος 2005 - Τεύχος 25ο



ΛΑΜΔΑ

Περιοδικό της Ηρακλίας

ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ ΧΑΤΖΗΝΙΚΟΛΑΚΗ





ΑΡΧΑΙΟΛΟΓΙΚΟ ΜΟΥΣΕΙΟ ΒΕΡΟΙΑΣ
ΜΙΑ ΜΑΤΙΑ ...ΕΝΤΟΣ!



**ΓΙΩΡΓΟΣ
ΧΑΤΖΑΡΑΣ**



Δημόσια Κεντρική Βιβλιοθήκη

Συζήτηση



παύλος

40 χρόνια έγκυρη ενημέρωση

ΛΑΟΣ

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ ΤΟΥ ΝΟΜΟΥ ΗΜΑΘΙΑΣ



Κάθε μέρα
η εφημερίδα ΛΑΟΣ σας ενημερώνει
έγκυρα και υπεύθυνα
με ειδήσεις, ρεπορτάζ, επικαιρότητα
από την πολιτική, οικονομική, αθλητική
και κοινωνική ζωή του τόπου σας.

Βενιζέλου 10, Τηλ. 23310 65025, 66913, 160, Fax. 23310 66979 ΒΕΡΟΙΑ

roberto cavalli
timewear



Κοσμηματοπωλείο

ΓΑΒΡΙΗΛΙΔΗΣ

1924

Κεντρική Βερούια 12 Βερούια

Είναι και εθνική υπόθεση

Δύο χιλιάδες χρόνια, περίπου, η Ορθοδοξία άντεξε τις παντοειδείς επιθέσεις που υπέστη μέσα και έξω από τους κόλπους του χριστιανισμού. Και όποτε χρειάστηκε έκανε μόνη της την αυτοκάθαρση που έπρεπε. Μητροπολίτες καθαιρέθηκαν, Πατριάρχες παραιτήθηκαν αλλά η Εκκλησία σαν σύμβολο και σαν ιδέα συνέχισε να υπάρχει και να επιτελεί το θεάρεστο έργο της. Σίγουρα, δεν είναι καθόλου ευχάριστα όσα αποκαλύπτονται ή καταγγέλλονται ότι συμβαίνουν στα ανώτερα και ανώτατα στρώματα της Ελληνικής Εκκλησίας και του Πατριαρχείου των Ιεροσολύμων. Από παλαιωτάτων χρόνων ήταν γνωστό ότι οι δύο αυτές Εκκλησίες λειτουργούσαν ως συγκοινωνούντα δοχεία και κατ' αυτόν τον τρόπο διατηρήθηκε η ελληνικότητα των Αγίων Τόπων. Τώρα, μια ιστορία εκατοντάδων χρόνων κινδυνεύει να χαθεί από την απληστία και την απερισκεψία κάποιων ιερωμένων και μη. Η Ελληνική Πολιτεία έχει χρέος πλέον να παρέμβει φανερά και αποφασιστικά, γιατί το θέμα δεν είναι μόνο θρησκευτικό αλλά και εθνικό.

Οι εκδότες

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

6. Μια κοντινή ματιά στο χθες
Αρχαιολογικό Μουσείο
10. Οικογένεια Χατζηνικολάκη ή Κόρτη
16. Ταξί με γυναίκες στο τιμόνι
20. Παύλος Παυλίδης
Συνέντευξη με τον Βεροιώτη των "Ξύλινων Σπαθιών"
26. 100 χρόνια προσφοράς της "Φιλοπτώχου" Βέροιας
28. Οδοιπορικό στη Ν. Ινδία
36. Γιώργος Χατζάρας
... περί ποδοσφαίρου
42. Το κρασί και το αμπέλι στη Λατρεία
46. Κατακράτηση υγρών
Ο άγνωστος "εχθρός"
50. Χρονογράφημα
52. Βιβλίο



ΙΔΙΟΚΤΗΣΙΑ
ΑΦΟΙ ΠΑΤΣΙΚΑ Ε.Ε.
ΕΚΔΟΤΙΚΗ ΔΗΜΟΣΙΟΓΡΑΦΙΚΗ ΒΕΡΟΙΑ
Ελ. Βενιζέλου 10 59100 Βέροια
Τηλ. 23310 66913-61160, Fax 23310 66677
e-mail: laosver@otenet.gr

ΕΚΔΟΤΗΣ - ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ
Μιχάλης Ζ. Πατσίκας

ΣΥΝΕΚΔΟΤΗΣ - Δ/ΝΤΗΣ ΣΥΝΤΑΞΗΣ
Αναστάσιος Ζ. Πατσίκας

ΑΡΧΙΣΥΝΤΑΞΙΑ
Σοφία Γκαγκούση
Κώστας Παναγιωτίδης

ΣΥΝΤΑΚΤΕΣ - ΣΥΝΕΡΓΑΤΕΣ
(στο τεύχος αυτό)
Γιώργος Ντελιόπουλος
Αγαθή Σαββίδου
Βασίλης Βόλκος
Έλσα Φανάρα
Αθανάσιος Τόπης
Νίκος Μανουδής
Χαρούλα Ουσουλιτζόγλου-Γεωργιάδη

ΜΑΡΚΕΤΙΝΓΚ & ΔΙΑΦΗΜΙΣΗ
Βασίλης Βόλκος

Δ/ΝΣΗ ΕΜΠΟΡΙΚΟΥ ΤΜΗΜΑΤΟΣ-
ΛΟΓΙΣΤΗΡΙΟ
Ράνια Τζουνοπούλου - Δάμψη

ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΔΙΑΝΟΜΗΣ - ΣΥΝΔΡΟΜΗΤΗΣ
Γιώργος Κύρτσος

ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΟ
Εύη Ζημαντάκου

ΓΡΑΦΕΙΟ ΑΘΗΝΩΝ
Δημήτρης Πατσίκας
(τηλ. 210 8319026)

ΔΙΑΧΩΡΙΣΜΟΙ - ΦΙΛΜ
ΜΟΝΤΑΖ - ΕΚΤΥΠΩΣΗ - ΒΙΒΛΙΟΔΕΣΙΑ
«ΦΙΛΙΠΠΟΣ» Εκδοτική Β. Ελλάδος

Απαγορεύεται η μερική ή ολική αντιγραφή ή οποιαδήποτε αναπαραγωγή τμήματος ή ολόγου του περιοδικού χωρίς την άδεια του εκδότη.

ΛΑΜΔΑ
ΕΛ. ΒΕΝΙΖΕΛΟΥ 10
59100
ΒΕΡΟΙΑ
ΗΜΑΘΙΑΣ
Κωδικός 5474



LINDBERG^{COM}

ΟΠΤΙΚΑ ΣΑΒΒΑΪΔΗ

ΒΕΡΟΙΑ - ΝΑΟΥΣΑ - ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

Νέο κατάστημα στον πεζόδρομο
όσια Κεντρική Βιβλιοθήκη Βέροιας

Ιπποκράτους 27, τηλ. 2331073550



ΑΜΜΙΑΠΑ
ΡΑΜΟΝΟΥ
ΠΕΤΡΩΝΙ
ΑΝΩΦΗΣΙ
ΤΩ ΕΛΥΤΗΣ
ΑΝΔΡΙΜΝΕ
ΑΣ ΧΑΡΙΝ



Αρχαιολογικό Μουσείο Βέροιας

Του Κώστα Παναγιωτίδη

Μια... κοντινή ματιά στο χθες

Μπορεί να έχουν περάσει χιλιάδες χρόνια από τη δημιουργία τους, ωστόσο οι πέτρες αυτές φαντάζουν ακόμη και σήμερα ζεστές, οικείες. Τα βλέμματα των αγαλμάτων έχουν κάτι από τις προσδοκίες και τα οράματα του σήμερα.

Για έναν τόσο κοντινό, κι όμως τόσο άγνωστο τόπο, ο λόγος: Για το Αρχαιολογικό Μουσείο της Βέροιας.

Ένα χώρο που δεν έχει τίποτε να ζηλέψει από αντίστοιχους της υπόλοιπης Ελλάδας, κι αν ακόμα δεν έχει να επιδείξει κάποιο παγκόσμια μοναδικό έργο τέχνης. (Ηνίοχος Δελφών, Καρυάτιδες.)

Μπαίνοντας κιόλας, νιώθεις την ιστορία του τόπου να σε τυλίγει. Νιώθεις τα βλέμματα των αγαλμάτων, των προτομών, ακούς τις φωνές αυτών που σκεπάστηκαν από τις επιτύμβιες στήλες. Καταλαβαίνεις με μιας ότι ο τόπος μας είναι Μακεδονία, ακόμα κι αν φέρει ανάγλυφα τα δείγματα των κατακτητών -που όμως δεν κάνουν τίποτε άλλο από το να αναπαράγουν το ελληνικό πνεύμα.

Θεοί, περήφανες νεανικές κορμωστασιές, ο έρωτας, φιλόσοφοι, ανδρόγυνα, παιδικές φιγούρες, ακόμη και η αγριεμένη Μέδουσα, στέκουν εκεί ασάλευτα και σε καλωσορίζουν στο χτες. Ένα χτες που κι αν ακόμα χάνεται στο χρόνο, είναι τόσο οικείο που νομίζεις ότι δεν το χωρίζει παρά μια ανάσα από το σήμερα.

Η Πράξη Απελευθέρωσης των Δούλων, του 235 π.Χ, θα σου δείξει ότι οι ελληνικές αξίες της ελευθερίας και της δικαιοσύνης είχαν από τότε ριζώσει στον τόπο. Η Δημοκρατία ήταν πράξη, στη Βέροια του τότε.

Αφού απολαύσεις το σύντομο οδοιπορικό στο χρόνο και βγεις πάλι στο σήμερα, ένα πράγμα είναι σίγουρο:

Ότι την επόμενη φορά που θα περιδιαβείς την πόλη, θα σε συνοδεύει το εκφραστικό βλέμμα του Όλγανου, του ποτάμιου Θεού του τόπου μας, που συνεχίζει να στοιχειώνει και να προστατεύει στοργικά απ' το χρόνο και τη λησμονιά τις αδερφές του, τη Βέροια και τη Μιέζα.





Στις συλλογές του Μουσείου περιλαμβάνονται

Ελληνιστική και ρωμαϊκή γλυπτική, ολόγλυφη και ανάγλυφη (επιτύμβια ανάγλυφα, επιτύμβιοι και τιμητικοί βωμοί, πορτρέτα, τραπεζοφόρα, αγάλματα από την πόλη της Βέροιας αλλά και του υπόλοιπου νομού). Ελληνιστική κεραμική και κοροπλαστική από τα νεκροταφεία της Βέροιας.

Ελληνιστική και ρωμαϊκή αρχιτεκτονική (κίονες, επιστύλια, βάσεις κίονων κ.τ.λ.). Εκτίθενται στο προαύλιο.

Επιγραφική (από τη Βέροια και τη γύρω περιοχή).

Λίγα ευρήματα από Βεργίνα (Αιγές) και από την περιοχή Κοπανού (Μιέζα).

Τα σημαντικότερα εκθέματα του Μουσείου

Επιτύμβια στήλη του Πατερίνου. Ψηλή ανθεμωτή στήλη με ανάγλυφη παράσταση του νεκρού Πατερίνου, γιου του Αντιγόνου, που στέκεται όρθιος στο κέντρο. Έργο του τέλους του 2ου αιώνα π.Χ., καλό δείγμα του τοπικού εργαστηρίου γλυπτικής.

Κεφαλή Μέδουσας. Υπερμεγέθης κεφαλή που ήταν προσαρμοσμένη στη Β.Α. πύλη των τειχών της Βέροιας. Ο προορισμός της ήταν αποτρεπτικός, δηλαδή να αποθαρρύνει τους εχθρούς της πόλης. Χρονολογείται στο πρώτο μισό του 2ου αιώνα π.Χ.

Ερυθρόμορφος κωδωνόσχημος κρατήρας ρυθμού Κερτς. Στην κύρια όψη του φέρει παράσταση σχετική με τον κύκλο της Αφροδίτης και του Διονύσου. Μέσο 4ου αιώνα π.Χ.

Χάλκινη υδρία-κάλπιν, 370-360 π.Χ. Χρησιμοποιήθηκε ως τεφροδόχο αγγείο και βρέθηκε σε κιβωτιόσχημο τάφο της Βέροιας.

Χρυσά κοσμήματα από γυναικεία ταφή, 2ος αιώνας π.Χ. Ζεύγος χρυσών ενωτίων, χρυσό δακτυλίδι και χρυσό περιδέραιο με κρίκους από χρυσό και κορναλίνη.

Προτομή Όλγανου. Προτομή του ποτάμιου θεού Όλγανου, γιου του μυθικού Βέρητα και αδελφού της Μιέζας και της Βέροιας. Ωραίο πορτρέτο του 2ου μισού του 2ου αιώνα μ.Χ. Βρέθηκε στον Κοπανό Νάουσας.

Μαρμάρινο τραπεζοφόρο, 2ος αιώνας μ.Χ. Μαρμάρινο στήριγμα τραπεζιού με ανάγλυφη παράσταση του Δία, ο οποίος με μορφή αετού απαγάγει τον Γανυμήδη.

Γυμνασιαρχικός Νόμος. Σημαντικό επιγραφικό κείμενο του πρώτου μισού του 2ου αιώνα π.Χ. Πρόκειται για εσωτερικό κανονισμό του γυμνασίου της Βέροιας και αναφέρεται στις υποχρεώσεις των νέων που γυμνάζονταν εκεί.



ΝΕΟ SPORTAGE

Δεν είναι ένα ακόμη ΟΥΔΙΡΕΜΕΝΟ αυτοκίνητο
είναι το... δικό σου αυτοκίνητο!

Απόκτησέ το τώρα μόνο με

€ 26.700

και

- 5 χρόνια εγγύηση
- 5 χρόνια δωρεάν service
- 5 χρόνια δωρεάν οδική βοήθεια



2.0lt - 2.7lt - 2.0lt turbo diesel - έως 175hp - επιλεκτική τετρακίνηση

ΓΑΒΡΙΗΛΙΔΗΣ Γ. & ΣΙΑ Ο.Ε.Ε.

Θεσ/νίκης 184 - Βέροια

Τηλ. 23310 20406, 73737, Fax: 23310 71678



Το νέο σας αυτοκίνητο



Οικογένεια Χατζηνικολάκη ή Κόρτη

λ10

Του Γιώργου Ντελιόπουλου

Δημόσια Κεντρική Βιβλιοθήκη Βέροιας

Μέσα στην καρδιά του ημαθιώτικου κάμπου, το Ρουμλούκι, βρίσκεται το Κεφαλοχώρι, παλιό όνομα Ποζιαρίτες, που είναι η γεννέτειρά μου.

Ένα χωριό όπως όλα, που οι κάτοικοί του έζησαν για αιώνες κολίγοι των Τούρκων και πάλεψαν σκληρά με ένα ανήμερο θηρίο, τον ποταμό Αλιάκμονα. Όμως, στα μέσα του 19ου αιώνα όλα θα αλλάξουν για τους κατοίκους του χωριού. Σαν ευλογία Θεού εμφανίστηκε ο προύχοντας της Βέροιας, ο Ιωάννης Μαλακούσης και αγοράζει ένα μεγάλο μέρος από τα κτήματα του Τούρκου Μπέη, τα οποία δίνει προίκα στην κόρη του την Ευδοξία (ή Μαριγώ;) που παντρεύτηκε τον βαθύπλουτο Ναουσαίο Γρηγόρη Λόγγο ή Γαλάκη. Λίγο αργότερα αγοράζει από τον ίδιο μπέη κτήματα για τη δεύτερη κόρη, την Ευθυμία, που παντρεύτηκε τον Βεροιώτη Γιατρό Στέργιο Μάρκου και το 1884 αγοράζει καλλιεργήσιμη γη και οικόπεδο για τον Στέφανο Μ. Χατζηνικολάκη που παντρεύεται την τρίτη κόρη, την Ευανθία. Ο Στέφανος Χατζηνικολάκης ήταν ο μόνος γαμπρός του Ιωάννη Μαλακούση που καλλιεργήσε ο ίδιος τη γη, αποκτώντας την αγάπη και τη συμπάθεια των κατοίκων του χωριού.

Στα κτήματα, το "τσιφλίκι" του Κόρτη όπως τον γνωρίσαμε εμείς στο χωριό, εργάστηκε και ο μακαρίτης ο πατέρας μου από το 1926-1934. Τον Κόρτη όμως τον γνωρίσαμε και εμείς οι νεότεροι που γεννηθήκαμε στη δεκαετία του '30. Τον θυμάμαι πάνω στ' άλογο το αλτσέθ'κο με το ρεπούπλικο και την γραβάτα, μια εικόνα που δεν λησμονιέται. Γύριζε στα κτήματά του που ήταν σε διάφορες τοποθεσίες. Πολλά από τα κτήματα τα έδινε στους χωριανούς, συνεταιρικά - μεσιακά ή τριτάκια και άλλα τα καλλιεργούσε ο ίδιος με εργάτες και υπαλλήλους πάντα από το χωριό. Ήταν άνθρωπος εργατικός, δίκαιος, τίμιος, θεοσεβής.

Πολλά από τα αγροτικά προϊόντα τα μετέφερε στη Βέροια ο πατέρα μου με τα κάρρα που είχε στο κονάκι. Το κονάκι ήταν ένα οργανωμένο αγροτόσπιτο με μεγάλους σταύλους, αχυράνα, φούρνο και χαγιάτια. Όλοι οι ηλικιωμένοι του χωριού εργάστηκαν στο τσιφλίκι και όλοι είχαν να πουν μια καλή κουβέντα για τον Κόρτη.

Ο αιωνόβιος Χατζηνικολάκης έχει τη δική του ιστορική διαδρομή. Δεν ήταν σπουδαγμένος, όμως, ο βίος του, η ζωή του, υπήρξε ένα παράδειγμα και μας άφησε πολλά στοιχεία τα οποία είχε την σοφία να τα γράψει στο ιδιόχειρο ημερολόγιο της ζωής του. Ένα ημερολόγιο που το έχουν οι απόγονοί του σαν ιστορικό οικογενειακό απόκτημα. Πριν δέκα χρόνια περίπου που ασχολήθηκα με τις τρεις οικογένειες του χωριού μου, ο εγγονός του Στέφανος Θεμ. Χατζηνικολάκης μου έδωσε το ημερολόγιο αυτό. Για μια ακόμα φορά θέλω να ευχαριστήσω τον ίδιο και όλη την οικογένειά του.



1935. Ο Στεφ. Μερκ. Χατζηνικολάκης (1860-1964) και η δεύτερη σύζυγός του Ελένη Χατζηνικολάκη, το γένος Τσιούπελη (1865-1938).

(Φωτ. αρχείο Στέφανου Θεμ. Χατζηνικολάκη, Βέροια)

Αριστερά: 1909. Οικογένεια Στέφανου Χατζηνικολάκη. Ο Στέφανος Μερκ. Χατζηνικολάκης με τη σύζυγό του Ελένη, το γένος Τσιούπελη και τα παιδιά, Αναστασία, Ασπασία, Μανώλης, Νικόλαος, Θεμιστοκλής, Αμαλία, Ιφιγένεια, Μαρίκα και Φιλούλα.

(Φωτ. αρχείο Στέφανου Θεμ. Χατζηνικολάκη, Βέροια)

Το ημερολόγιο αποτελείται από 14 δακτυλογραφημένες σελίδες, έχω όμως σε φωτοτυπία και το χειρόγραφο σε γλώσσα "αρχαϊζουσα". Πολλά σημεία του είναι εντελώς οικογενειακά θέματα. Αυτό το σέβονται και δεν θα δουν το φως της δημοσιότητας. Σε πολλά σημεία θα χρησιμοποιήσω αυτούσια τα γραφόμενά του.

Γεννήθηκε στη Βέροια το 1860, ήταν γιος του Μερ-



Το φυλάκιο του Νηματουργείου. Από εδώ περνούσαν εργάτες, μηχανικοί και προπαντός ο λευκός χρυσός, το νήμα, για την Ελλάδα και τα Βαλκάνια.
(Φωτ. αρχείο Γεωργίου Ντελιόπουλου)



Ένα ακόμη απομεινάρι της αρχιτεκτονικής του '30 είναι το σπίτι του Κόρτη, στο χωριό Μυλοβό.
(Φωτ. αρχείο Γεωργίου Ντελιόπουλου)

κουρίου Χατζηνικολάκη και της Ανθίας το γένος Κεχαγιόγλου. Από μικρός εργάστηκε στο κατάστημα του πατέρα του που ήταν στο κέντρο της πόλης. Το 1881 ανοίγει το δικό του κατάστημα με συνεταίρο το θείο του Αθανάσιο Νάτσικα. Στο εμπορικό κατάστημα υπήρχαν ψάθες, τσαρούχια, τριχιές και δημητριακά.

Το 1884 παντρεύεται την τρίτη κόρη του άρχοντα της Βέροιας την Ευανθία.

Στο ημερολόγιό του διαβάζουμε:

"Ο μακαρίτης πεθερός μου Ιωάννης Μαλακούσης με ηγάπα πολύ και κατά το διάστημα ολίγων μηνών είχε την καλοσύνη να με κάμει κτηματίαν του γεωργικού κλάδου. Ηγοράσαμεν το χωριό Ποζιαιρίτες (σήμερα Κεφαλοχώρι) αντί 7,5 χιλιάδων λιρών χρυσών Τουρκίας Με την πρώτη σύζυγόν μου μακαρίτισσα Ευανθία Ιωάν. Μαλακούση, έζησα μόνον δύο έτη, απεκτήσαμε ένα χαριτωμένο παιδί το οποίο εβάπτισε ο ιατρός, μακαρίτης Νικόλαος Αντωνιάδης, ονομάσας αυτόν Μερκουράκη".

Η μοίρα όμως τον σημάδεψε... Πεθαίνει το παιδί του δύο ετών και σε μερικές ημέρες και η σύζυγός του Ευανθία.

Στο ημερολόγιο σημειώνει: "Μετά τον θάνατο του τέκνου μου και της συζύγου μου Ευανθίας, ανεχώρησα εκ Βεροίας και μετέβην δια θαλάσσης εις την Μικράν Ασίαν, εις πόλιν Σμύρνην, έχων συνοδόν τον μακαρίτην Μιχαήλ Φραγκοράφτην όστις με παρηγορούσε εις όλον τον δρόμον του ταξιδιού μου. Επισκέφθην κατόπιν Παλαιάς Φώκεας και Νέας Φώκεας έμειναν εις Νέας Φώκεας 15 ημέρας αγοράσας μυλόπετρες και εφόρτωσα ολόκληρον πλοίον δια τον λιμένα της Θεσσαλονίκης. Από Σμύρνη ηγόρασα επίσης από εργοστάσια, ωραία σύκα, σάκκους 250, ολίγον ελαιόλαδον (είδος βουτύρου) κ.λ.π. Τα εφόρτωσα εις ατμόπλοιον "Σεμίραμις" δια Θεσσαλονίκην, όπου εφτάσαμεν εις Θεσσαλονίκην υγιείς. Το ταξίδιόν μας ήτο πολύ ευχάριστον αλλά και πολύ συγκινητικόν. Όλα τα εμπορεύματα εφόρτωσα εις καϊκία δια το μέρος του ποταμού Καρσμάκς - Λουδία, διότι τραίνον δεν υπήρχε ακόμη. Μετά παρέλευσιν ολίγων ετών είχε και πάλιν την καλοσύνην και αγάπην ο μακαρίτης πρώην πεθερός μου Ιωάν. Μαλακούσης να μας κάμει και με έτερα γεωργικά κτήματα. Ηγοράσαμε κτήμα Καλυβίων και κτήμα Μυλοβού".

- Είναι πολλά τα σημεία του ημερολογίου που μας φωτίζουν για πολύ σπουδαίες πληροφορίες ύπως τα ποταμόπλοια του Λουδία, αλλά και του Αλιάκμονα:

"Κατά την εποχήν εκείνην (1888) εκάμαμεν τρία πλοία μικρά και εργάζοντο από Θεσσαλονίκην μέχρι του χωριού Μυλοβού. Δια του ποταμού Αλιάκμονα εφορτώναμεν εκ Θεσσαλονίκης πετρέλαια, ζάχαρη και διάφορα άλλα είδη και εκείθεν πάλιν εφορτώναμεν σιτηρά δια τον λιμένα Θεσσαλονίκης. Όλα τα εμπορεύματα δια την πόλιν Βέροιαν εφορτώναμεν με αμάξια διότι τραίνον ακόμη δεν είχε γίνει, η μεταφορά πολύ δύσκολος. Το έτος 1890-95 έγινεν η συγκοινωνία τραίνου (σιδηρόδρομος) Θεσσαλονίκη - Μοναστήρι...".

Το 1889 παντρεύεται την κόρη του Αναστασίου Τσιούπελη την Ελένη. Με την Ελένη απέκτησε ένδεκα παιδιά...

Σύμφωνα με το ιδιόχειρο ημερολόγιό του, ο Στέφανος Χατζηνικολάκης αλλάζει προσανατολισμό:

Κατά το έτος 1890 ηγορήσαμεν τον μύλον του μακαρίτη Κώστα Χατζηαντωνίου (άλλοτε Χατζηακρίβου) καθώς και τα μερίδια των γαμβρών των Ιω... και Ιωάννου Α. Πρωτοψάλτου. Είς τον μύλον εργάσθην πολλά έτη, η δε παραγωγή ήτο 40 σάκκοι άλευρον καθαρόν των 50 οκάδων εις 24 ώρας. Επειδή όμως η παραγωγή μας δεν επαρκούσε, εσκέφθημεν οι αδελφοί να κάμωμεν μεγαλύτερον αλευρόμυλον του νέου συστήματος και να έχει παραγωγή 24 ωρών άνω των 120-150 σάκκων άλευρον. Εσκέφθην οι αδελφοί Στέφανος, Κωστάκης, Θωμάς και Εμμανουήλ και αποφασίσαμεν να γίνει το έργον. Μετά παρελευσιν 15-20 ημερών ήρχισε η εργασία... Διατί επαύσαμεν την εργασίαν της οικοδομής του μύλου; Φίλος τις εκ Ναούσης, υιός του μακαρίτη Κύρτση, διήρχετο ημέραν τινά εκ του μέρους της οικοδομής. Με ερώτησε τί θα κάμετε εδώ κύριε Χατζηνικολάκη; Του απήντησα ότι θα κάμωμεν κύριε Κύρτση έναν μεγαλύτερον μύλον. Είς απάντησιν δε, μου είπεν ότι μύλον έχετε διατί δεν κάμετε ένα μικρόν Νηματουργεϊόν; Εγώ εστάθην και ήκουσα με μεγάλην προσοχήν την πρότασίν του, κατόπιν ο κύριος Κύρτσης με τον φύλακά του (Καβάση) ανεχώρησεν δια την πατριδαν του Νάουσα...

Αλήθεια, στις μέρες μας υπάρχουν άνθρωποι που δίνουν τέτοιες συμβουλές; πρέπει να πούμε πως ο Κύρτσης είχε Νηματουργεϊόν στη Νάουσα...

Μετά παρελευσιν δύο ημερών έπαυσα τους τεχνίτας (μαστόρους) και το έργον της οικοδομής έμεινεν άνευ ενέργειας.

Για την κατασκευή του Νηματουργεϊού υπήρξε κάποια διαφωνία με τους αδελφούς του. Όμως ο Στέφανος Χατζηνικολάκης συνέχισε το έργο του. Συμφώνησε τεχνίτες, πετράδες από τα Βουδενά και ταυτόχρονα παρήγγειλε στη Βιέννη την κινητήρια μηχανή "Τορπίνα" που στοίχισε πάνω από 500.000 λίρες.

Το έτος 1905-1906 ετέθη ο θεμέλιος λίθος του Νηματουργεϊού. Κατά την περίοδο των εργασιών παρήγγειλε και τα μηχανήματα του εργοστασίου στην Αγγλία και το έτος 1909 έγιναν τα εγκαίνια του εργοστασίου, του οποίου η παραγωγή είχε φτάσει τα 200 πακέτα νήματος την ημέρα με 120-130 άτομα. Ο Στέφανος Χατζηνικολάκης, στα δύσκολα χρόνια της σκλαβιάς υπήρξε άτομο υπολήψιμο από την τοπική κοινωνία αλλά και από τις τουρκικές αρχές της Βέροιας.

Στο ημερολόγιό του σημειώνει:

"Το έτος 1905 εξελέγην Δήμαρχος, της Γενικής Διοίκησης Βέροιας (των ηλικιωμένων Οθωμανών). Δεν ενέκρινον τότε Έλληνα Δήμαρχον (ένεκα των κομμάτων παλαιών και νέων Οθωμανών) και μετά πολλών παρακλήσεων των νέων Βέηδων εδέχθην να μένω Σύμβουλος του Δήμου υπέρ και έπραξα. Κατόπιν, μαζί με τον Δήμαρχον Χαηλή Βέην και με τους συμβούλους Χατζηγεωργίου και Γιουνάν Σαλφατιή



Κτήμα Κεφαλοχωρίου (Ποζιαρίτες). Ζωντανές μνήμες από την πλούσια δραστηριότητα του Στέφανου Χατζηνικολάκη η Κόρτη, όπως τον γνωρίσαμε στο Κεφαλοχώρι. Κτίστηκε το 1933. Όλα τα οικοδομικά υλικά τα μετέφερε ο μακαρίτης πατέρας μου από τη Βέροια με το κάρο.
(Φωτ. αρχείο Γεωργίου Ντελιόπουλου)



Ένα αιώνιο μνημείο της φύσης είναι το ποτάμι δίπλα ακριβώς από το εργοστάσιο-νηματοργεϊό Χατζηνικολάκη. Χάρη σ' αυτό γύριζαν οι στρόβιλοι και πιο πάνω οι μυλόπετρες. Τα πέτρινα και ξύλινα γεφύρια κοσμούσαν κάποτε αυτό το ευλογημένο ποτάμι.
(Φωτ. αρχείο Γεωργίου Ντελιόπουλου)

μετέβημεν εις Θεσσαλονικην προς υποδοχήν του Βασιλέως Σουλτάν Μουράτ. Κατά τα έτη 1900-1911 εργάσθην μαζί με τον μακαρίτην Δ. Ζορμπάν, επίτροπο εις την Μονήν του Τιμίου Προδρόμου εις εποχήν Πατριάρχου Ιωακείμ Κωνσταντινουπόλεως επί μίαν ολόκληρον δεκαετίαν, αφήσαντες κινητήν και ακίνητην περιουσίαν άνω των 1.500 λιρών, ζώα μεγάλα άνω των 50, αιγοπροβάτα 900, 3-4 μαγαζιά

κ.λ.π. Επειδή πλέον εξεπλήρωσα το καθήκον μου προς την πατρίδα μου έπαυσα πλέον, προς ησυχίαν μου, εργάζομαι δε τώρα μόνο εις την γεωργικήν μου εργασίαν. Κατά την εποχήν της ανεγέρσεως του Σχολείου "Νέον Γυμνάσιον Βέροιας" επί του μακαριστού Αρχιερέως Απουτόλου Μητροπολίτου Βέροιας, προσέφερον (δια το ζηλευτόν εις άπαντας Γυμνάσιον) μικράν δωρεάν 54 λίρας (πεντήκοντα τέσσαρας) και εξεπληρώθην ο πόθος μου τον οποίον επεθύμουν, να ιδω εν τη πατρίδι μου τέλειον Γυμνάσιον που τιμά όλους τους Βεροιώεις".

Πυρκαγιές και πλημμύρες της Βέροιας

Μέσα από το προσωπικό του ημερολόγιό μας πληροφοροει και για κάποια συμβάντα εκείνης της περιόδου:

"Κατά το διάστημα της ζωής μου είδον εν τη πατρίδι μου Βέροια δύο φοβεράς πυρκαϊάς, πρώτον του έτους 1864 μεγάλην πυρκαϊάν ήτις απετέφρωσε το ήμισυ της πόλεως και του έτους 1872 ετέρα πυρκαϊά αποτέφρωσε όλην την αγοράν και μετά πολλούς κόπους κατορθώσαμεν να σώσωμεν το μαγαζί μας με διάφορα εμπορεύματα

9 Δεκεμβρίου 1935: Μεγάλην θεομηγνίαν, πλημμύρα εν Βεροία πρωτοφανής εν τη ζωή μου. Ο ποταμός Τριπάταμος επλημμύρισε τόσο πολύ ώστε από το εργοστάσιο Σωσιδη μέχρι εργοστάσιο Χατζηνικολάκη παρέσυρε 8 γέφυρας πέτρινες και ξύλινες, από αρχαιοτάτων χρόνων. Έπεσαν 2 μύλοι... Εντός του εργοστασίου το ύδωρ ανήλθεν εις 1,80 μέτρα, εσκέπασε όλα τα μηχανήματα, ευτυχώς όμως τα μηχανήματα δεν εβλάβησαν. Η ζημία του εργοστασίου ήτο πολύ μεγάλη, εξόδευσε η εταιρεία άνω των ενάμιση εκατομμυρίων δραχμών.

Από την άλλη πλευρά της πόλεως μας (Πολλά Κυπαρίσσια) παρέσυρε το ύδωρ πολλές οικίας και μεγάλας ζημίας εις τον μύλον Στεργίου Μάρκου, Λαδόμυλους, γέφυρας κ.λ.π. Τα νερά Βεροίας, Ναού-

σης, Βοδενών, Αλιάκμονος και Κρασοπούλι (Μελίκης) ενώθησαν όλα και έφεραν μεγάλην καταστροφήν εις τα χωριά Κουλούρα, Διαβατόν, Γιάντσιστα, Αγία Μαρίνα και μεγάλην καταστροφήν εις όλην την γεωργίαν, καθώς και πολλά ζώα. Εις το χωρίον Κεφαλοχώρι (Ποζιάριτας) πέραν του αναχώματος η ζημία ανέρχεται εις 75% της εσοδείας.

Όλοι οι ποταμοί οι οποίοι διήλθον εις το χωρίον Κεφαλοχώρι (πέραν του αναχώματος) ήτο ολόκληρος θάλασσα, που παρέσυρε και επνίγησαν 350 πρόβατα του Γρηγορίου Λόγγου. Μεγάλην καταστροφήν εις την γεωργίαν των πρώιμων σίτου, κρίθης, βρώμης. Οι γεωργοί όλοι είχαν απελπισθεί, ευτυχώς όμως με θάρρος και επιμονή έσπειραν διάφορα είδη όψιμα, αραβόσιτον, βαμβάκι, σουσάμια, κέχρον και ούτω δεν εστερήθησαν από ψωμί".

Έτσι περίπου κλείνει η ζωή και ο βίος του Στέφανου Χατζηνικολάκη. Για τον τρίτο γαμπρό του Ιωάννη Μαλακούση είναι πολύ λίγα τα στοιχεία που έχω συλλέξει από ηλικιωμένους του χωριού μου. Ήταν ο μόνος από τους τρεις γαμπρούς του Ιωάννη Μαλακούση που δεν είχε άμεση σχέση με το χωριό του. Τα τελευταία 40 χρόνια ασχολήθηκε ο εγγονός του Γιούλης, όταν κάηκε ο αλευρόμυλος στη Βέροια και μετά. Όμως δεν τα είχε πάει και τόσο καλά με την γεωργία.

Η αδελφή του Δανάη (ο Γιούλης και η Δανάη ήταν παιδιά του Μιχάλη Μάρκου) χάρισε στην κοινότητά μας στο Κεφαλοχώρι ένα οικόπεδο στην καρδιά του χωριού 7 στρέμματα για να κτιστεί Πολιτιστικό, Πνευματικό, Κέντρο Λαογραφίας με το όνομά της. Ο γνωστός Βεροιώτης γιατρός Σταύρος Κ. Πολυζωίδης στο βιβλίο που έχει εκδώσει το 2002, "Η Ιατρική ιτη Βέροια", έκδοση του Ιατρικού Συλλόγου Ημαθίας, μέσα στη θαυμάσια συλλεκτική εργασία έχει και το βιογραφικό του γιατρού Στεργίου Μάρκου. Είναι νομίζω ό,τι καλύτερο ως στοιχείο για να κλείσει την ιστορία των μεγάλων αστών της Ημαθίας. **λ**



Τρία χρόνια το έχτιζαν 22 μάστοροι και πόσοι εργάτες αυτό το πέτρινο κτίριο. Το 1906 ειψάλη αγιασμός και ετέθη ο θεμέλιος λίθος του νηματοργείου που εγκαινιάσθηκε τρία χρόνια μετά, το 1909. (Φωτ. αρχείο Γεωργίου Ντελιόπουλου)



Κοσμηματοποιείο

ΓΑΒΡΙΗΛΙΔΗΣ

1924

TAXI

γυναίκες

...στο τιμόνι

Της Αγαθής Σαββίδου



Η γυναικεία φωνή από το κέντρο των "Ράδιο ταξί"
ακούγεται κοφτά, με ρυθμό, ανάμεσα σε παράσιτα και
ήχους τηλεφώνου από γραμμές που καλούν.
"Πρώτο Ωρολογίου, πρώτο Βενιζέλου, πρώτο Κίμωνος..."
Η απάντηση ακούγεται στον ίδιο κωδικό τόνο.
Και αυτή η φωνή, είναι γυναικεία. Η οδηγός που δέχεται
την κλήση ξεκινάει από την πιάτσα και κατευθύνεται στην
οδό και τον αριθμό, από όπου ο πελάτης κάλεσε ταξί.
Πάμε για δουλειά...

Πριν από αρκετά χρόνια ελάχιστες ήταν οι γυναίκες που έπιαναν τιμόνι στο δικό τους αυτοκίνητο για να κάνουν τις δουλειές τους, τα ψώνια τους, ή τη βόλτα τους. Ακόμη πιο λίγες ήταν αυτές που από το "τιμόνι" έβγαζαν μεροκάματο. Ποιος δε θυμάται τη Δέσποινα Στυλιανοπούλου στην περίφημη "Ταξιτζού", παλιά καλή ελληνική ταινία που μας έκανε πολλούς από μας να γελάσουμε ή να συγκινηθούμε.

Στις μέρες μας βέβαια η εικόνα της "ταξιτζούς" δεν είναι καθόλου ασυνήθιστη, αν και ακόμη υπάρχουν κάποιοι που ... στέλνουν τις γυναίκες οδηγούς "σπίτι να πλύνουν πιάτα". Οι γυναίκες ιδιοκτήτριες ή οδηγοί ταξί όμως είναι γεγονός, είναι συνειδητοί επαγγελματίες, ζουν τις ίδιες καταστάσεις και αντιμετωπίζουν τα ίδια προβλήματα με τους άντρες συναδέλφους τους.

Αυτή τη στιγμή στη Βέροια έξι γυναίκες εξασφαλίζουν ή υποστηρίζουν το οικογενειακό εισόδημα ως οδηγοί ταξί.

Ένα απόγευμα Πέμπτης, τις συναντήσαμε στο γραφείο του κέντρου των "Ράδιο Ταξί" της Βέροιας. Ιδιοκτήτριες των αυτοκινήτων οι περισσότερες, συνέχισαν τη δουλειά του πατέρα, ή του συζύγου. Μερικές μάλιστα προέρχονται από οικογένειες αυτοκινητιστών. Η κυρία Καίτη Γκίκα, ήταν η πρώτη που μπήκε στη δουλειά αρχές της δεκαετίας του '80. Όπως μας λέει, το διάλεξε η ίδια. Η δουλειά της άρεσε, αγόρασε ταξί. Αυτή τη στιγμή και ο σύζυγός της, που παλιά ήταν οδηγός φορτηγού, αποφάσισε να επεκτείνει την οικογενειακή επιχείρηση με την αγορά ενός ακόμη αυτοκινήτου. Τώρα, δουλεύουν και οι δύο. Αποφεύγει να μιλήσει πολύ. Τόσα χρόνια, στο τιμόνι "... έχουν δει πολλά τα μάτια μας" λέει. Η ίδια νιώθει πολύ περήφανη που λίγο μετά τα 60 της χρόνια, δουλεύει όλες τις ώρες της

ημέρας, ακόμα και τη νύχτα, έχει μεγαλώσει τρία παιδιά και χαιρέται τα επτά της εγγόνια.

Δύο περίπου χρόνια αργότερα μπήκε στη δουλειά η Πόπη Ελευθεριάδου και μερικούς μήνες αργότερα η Δάφνη Λίλια. Από οικογένειες ταξιτζήδων και οι δύο, συνεχίζουν τη δουλειά των γονιών τους. Η Πόπη παραδέχεται ότι το ταξί δεν ήταν το όνειρο της ζωής της όταν ξεκίνησε, σήμερα όμως είναι από τους επαγγελματίες που δύσκολα θα άφηναν τη δουλειά. "Είναι ένα επάγγελμα σαν όλα τα άλλα. Άλλωστε τώρα δεν υπάρχουν αντρικά και γυναικεία επαγγέλματα" σχολιάζει.

Από τις καινούργιες στις "πιάτσες" η Αθηνά Χριστοφορίδου, εργάζεται συνήθως πρωινές ώρες, αφού έχει ταυτόχρονα να φροντίσει για τα δύο της παιδιά, το σπίτι και να ανταποκριθεί στις υποχρεώσεις της οικογένειας. "Οδηγούσα το φορτηγό του πατέρα μου από τα 15, έχω συνηθίσει" δηλώνει η Αθηνά.

Η νεότερη της παρέας, η Δανάη Βαρβέρη έχει τη μικρότερη θητεία στο επάγγελμα. Φροντίζει τη μικρή της Νεφέλη και δουλεύει το ταξί της οικογένει-



ας, μέχρι να ολοκληρώσει τη στρατιωτική του θητεία ο σύζυγός της. "Μετά θα δούμε τι θα γίνει" λέει η ίδια.

Δυναμική παρουσία στην παρέα, η Σέβη Τσέου, πρώην οδηγός νταλίκας, είναι η μόνη υπάλληλος οδηγός. Στη Βέροια έχει το δικό της μερίδιο διασημότητας από τη συμμετοχή της στο ριάλιτυ "Mission", για το οποίο επελέγη τελείως συμπτωματικά όπως δηλώνει η ίδια. "Απλώς συμπλήρωσα στην αίτηση μαζί με τα στοιχεία μου, το επάγγελμα και μεταξύ των χόμπι μου το μποξ". Η αλήθεια είναι ότι το περίεργο θα ήταν να μην επιλεγεί... Το φιλί που της δίνει ο μικρός της Αλέξανδρος, μας βεβαιώνει το πόσο περήφανος είναι για τη μαμά του.

Με τους άντρες συναδέλφους οι σχέσεις είναι άριστες. Ισοτίμες, συναδελφικές, χωρίς αμφισβητήσεις. Οι περισσότεροι μάλιστα - όπως γίνεται με κάθε συνάδελφο που μπαίνει στη δουλειά - μας βοήθη-



σαν καθοριστικά στην αρχή μέχρι να συνηθίσουμε, δηλώνουν οι ίδιες.

Συμβαίνει άραγε το ίδιο και με όσους από μας μπαίνουν σε ταξί και ανακαλύπτουν ότι στο τιμόνι βρίσκεται γυναίκα; Με μερικούς μάλλον όχι, ειδικά την πρώτη φορά. "Σε δρομολόγιο έξω από την πόλη, ο πελάτης είχε φορέσει ζώνη ασφαλείας, είχε γαντζωθεί από τη χειρολαβή και ένοιωθα ότι ήταν πολύ σφιγμένος, κατάλαβα ότι θα προτιμούσε άντρα οδηγό. Μετά το πρώτο δεκάλεπτο, χαλάρωσε, πιάσαμε κουβέντα και μου ομολόγησε ευγενέστατα ότι έκανε λάθος" θυμάται με χαμόγελο η Δάφνη.

"Υπήρξαν περιπτώσεις που, ενώ ήμουν πρώτη στην πιάσσα, ο πελάτης προτιμούσε το αυτοκίνητο του δεύτερου συναδέλφου, και επειδή αυτό δεν επιτρέπεται καταλάβαινα ότι δυσανασχετούσε" λέει η Πόπη.

Η αλήθεια είναι ότι κάποιοι δυσανασχτούνται όταν καλέσουν ταξί με οδηγό γυναίκα. Οι περισσότεροι είναι άντρες. Ίσως γιατί αισθάνονται άβολα για το ότι τους εξυπηρετεί γυναίκα. Αντίθετα οι γυναίκες αισθάνονται πολύ πιο άνετα, ευχαριστιούνται να κάνουν το δρομολόγιό τους με γυναίκα οδηγό και σχεδόν πάντα τη συγχαίρουν.

Αν και η Βέροια και η περιοχή είναι κατά κανόνα ήσυχος τόπος, δεν λείπουν και τα δυσάρεστα περιστατικά. Η κάθε μια από τις κυρίες της παρέας μας έχουν αντιμετωπίσει κάτι, ευτυχώς όχι ακραίο. Κι αυτό έχει να κάνει συνήθως με παρενόχληση. Ποια δουλειά όμως δεν τα έχει αυτά; Λένε οι ίδιες. Δεν ανησυχούν όμως, το κέντρο του ράδιο ταξί είναι σε συνεχή επικοινωνία με όλα τα αυτοκίνητα και γνωρίζει ανά πάσα στιγμή πού βρίσκεται το καθένα.

Οι γυναίκες οδηγοί ταξί είναι οι γυναίκες της διπλανής πόρτας, είναι οι συγγενείς μας, οι φίλες μας. "Στη δουλειά είναι οι συνειδητές επαγγελματίες, οι συνάδελφοι με κύριο χαρακτηριστικό τους τη συνέπεια" δηλώνει ο πρόεδρος του Σωματίου Ιδιοκτητών Ταξί κ. Α. Γραμματικόπουλος.

Είναι το 37, το 91, το 72, το 66, το 19, το 80...

Θα είναι και περισσότερες... λ



Μετά τα "ξύλινα σπαθιά" κι "αφού λοιπόν ξεχάστηκε"
στοιμάζει "άλλη μια μέρα" στη μουσική του διαδρομή

ΠΑΥΛΟΣ ΠΑΥΛΙΔΗΣ

η μουσική είναι
για μένα καταφύγιο

Της Σοφίας Γκαγκούση
Φωτογραφίες: Πέπη Λουλακάκη



Βιβλιοθήκη Βένου
Δημόσιο Κέντρο

Παύλος Παυλίδης, "Μωρά στη Φωτιά" και "Ξύλινα Σπαθιά" είναι συνώνυμα και άρρηκτα δεμένα με την ελληνική μουσική σκηνή.

Αυτοδίδακτος μουσικός, ο βεροιώτης Παύλος Παυλίδης, γεννημένος το 1964, ξεκίνησε τη 10ετία του '80 τη μουσική του πορεία από τη Βέροια με το συγκρότημα "Μωρά στη Φωτιά" που έσπησε με δύο φίλους του, τα αδέρφια Γιώργο και Στέλιο Παπαϊωάννου. Μετά το Λύκειο, πέρασε στη Νομική Θεσσαλονίκης αλλά δεν έδωσε ούτε ένα μάθημα. Το βελάκι της ζωής έδειχνε προς άλλη κατεύθυνση. Ο δρόμος τον έβγαλε στο Παρίσι έχοντας στη βαλίτσα του ήδη το πρώτο δίσκο με τα "Μωρά στη Φωτιά". Στο Παρίσι πήγε για βόλτα αλλά έμεινε για κάποια χρόνια που αποδείχθηκαν πολύ δημιουργικά γι' αυτόν. Εκεί κατάφερε να δουλέψει ως μουσικός και σιγά - σιγά έκανε ένα home studio στο οποίο οργάνωσε και έγραψε τα τραγούδια του πρώτου δίσκου που έκανε με τα "Ξύλινα Σπαθιά", το ελληνικό ροκ συγκρότημα που από το 1993, μέχρι πέρυσι, κατέκτησε μια σημαντική θέση στην καρδιά και στις μουσικές ανησυχίες της νεολαίας.

"Από το χώρο του ροκ προερχόμουν οπότε σ' αυτόν συνέχισα" λέει.

Ήθελες κάτι να ταρακουνήσεις ή να δηλώσεις με τη μουσική σου και τα τραγούδια σου;

Όχι, δεν είχα τέτοια ανάγκη, απλώς είχα κάνει κάποια κομμάτια που άρεσαν σ' εμένα και πίστεψα ότι μπορούν να έχουν τύχη. Τα στήριξε και ο κόσμος, το κοινό αυτού του ελληνόφωνου ροκ. Νομίζω πως στην εποχή τους τα "Ξύλινα Σπαθιά" είχαν κάτι να πουν, είχαν προσωπικό ήχο και στίχο που ήταν καθαριστικός και για μας και για το κοινό μας. Όλοι οι δίσκοι γινόταν χρυσοί ή πλατινένιοι και έτσι έγινε το επάγγελμά μου.

Τι κοινό άκουγε τα "Ξύλινα Σπαθιά";

Κυρίως η νεολαία... Και έφηβοι και μεγαλύτεροι. Επειδή τα "Ξύλινα Σπαθιά" δεν ήταν το καθαρόαιμο ροκ που είχαν συνηθίσει να ακούνε, το κοινό ξεκαθάρισε προς το τέλος κι άρχισαν να μας ακούνε και μεγαλύτερες ηλικίες που παρακολουθούσαν την πορεία μας περισσότερο, παρά για να διασκεδάσουν ή να ξεσαλώσουν.

Αντιλαμβάνοσούν τι γινόταν τότε, τι σήμαιναν όλα αυτά και πόσο μπορούσατε να επηρεάσετε το κοινό;

Από τη στιγμή που είσαι εντάξει με τον εαυτό σου, που σε εκφράζουν απόλυτα αυτά που λες και ξέρεις πως είναι αυτό το πράγμα που αγαπάς να κάνεις, το τελευταίο πράγμα που σε νοιάζει είναι το πόσο στ' αλήθεια επηρεάζεις ή όχι... Αυτό, υποτίθεται πως είναι ξεκάθαρο την ώρα που γράφεις το κομμάτι. Αν δεν έχεις συνείδηση του τι λες, δεν πιστεύω ότι η επιτυχία σου μπορεί να διαρκέσει... Θα στραφεί ίσως και εναντίον σου κάποια στιγμή. Ξεκινώντας από τους στίχους πάντοτε, αισθανόμουν Ο.Κ. μ' αυτό που κάνω. Αν είχα ένα παιδί θα μου άρεσε να τα ακούσει αυτά, τα λόγια τουλάχιστον.

“ Η μουσική ήταν και είναι για μένα καταφύγιο. Δεν ξέρω πως θα ήταν αν δεν έγραφα τραγούδια και να βλέπω τον εαυτό μου να προχωράει... Να γίνεσαι όσο γίνεται καλύτερος και ακριβής. Να μη χρειάζεται πολλά λόγια για να πεις κάτι βαθύ και σίγουρα να αντιδράς στη ρηχότητα της εποχής...”



Τί είναι αυτό που σε κάνει να αντιδράς στις μέρες μας, με "όπλο" τη μουσική σου;

Η ρηχότητα... Νομίζω ότι η εποχή έχει σκίσει σε σχέση μ' αυτό. Ποτέ δεν ήταν έτσι τα πράγματα. Πριν από 10 χρόνια ακούγαμε τα σκυλάδικα και λέγαμε "Ο.Κ. πιάσαμε πάτο πια, χειρότερα δεν γίνεται". Απ' ότι φαίνεται όμως γίνονται πολύ χειρότερα. Έχω πάψει πια να σκέφτομαι... Ας βγούνε κι αυτά τα ριάλιτυ, να γελοιοποιηθούν όλοι αυτοί οι άνθρωποι. Δυστυχώς, κάποια παιδάκια θα καούν, κάποια είναι ήδη καμένα και μόνο που πηγαίνουν να συμμετέχουν στον εξευτελισμό... Για το μόνο που μπορείς να ελπίζεις είναι ότι η νεολαία και πάλι, με κάποιον τρόπο θα πει: "Φτάνει, αρκετά, είστε γελοίιο!.. Αυτό που κάνει η TV είναι στ' αλήθεια επικίνδυνο".

Όμως βλέπεις πού ανεβαίνουν οι ακροαματικότητες.

Μα πουλάει!.. Αυτό είναι στην ουσία κάτι σαν οφθαλμολαγνεία.

Έχουν οι νέοι, στον αντίποδα, κάπου αλλού να στηριχθούν ή κάτι άλλο να επιλέξουν;

Υπάρχουν καταπληκτικές μουσικές, παγκόσμια, καταπληκτικές ταινίες με σπουδαία μηνύματα, στην τελευταία δεκαετία συμβαίνουν σημαντικά πράγματα. Πρέπει να κάνουμε, ο καθένας, ό,τι μπορεί.

Αν είχες ένα παιδί τί θα του έλεγες για όλα αυτά;

Αυτά ακριβώς που σου είπα και τα πιστεύω. Είναι τεράστια η ευθύνη των γονιών... Η τηλεόραση σήμερα σε κάνει να πιστεύεις ότι αυτό που βλέπεις είναι η πραγματικότητα. Όμως αυτό δεν είναι πραγματικότητα. Είναι αυτές οι κλίκες που μαζεύονται και θησαυρίζουν με τον εξευτελισμό των άλλων. Εγώ πιστεύω ότι αυτοί είναι μειονότητα. Από κει και πέρα υπάρχουν πολλοί άνθρωποι που αξιοπρεπώς ζουν και αντίστοιχα διδάσκουν και τα παιδιά τους να το κάνουν. Είναι γελοίο, ας πούμε, να βλέπεις τον Ρουβά να γίνεται εθνικός ήρωας, όταν συμμετέχει σ' ένα διαγωνισμό που είναι ο ορισμός της ρηχότητας και αφήνει τον κόσμο να πλατσουρίζει... Δεν τον σπρώχνει να ταξιδέψει.

Τί σε ανησυχεί σήμερα στα νέα παιδιά;

Το μόνο που με ανησυχεί είναι να μην τους καταπιεί το Internet. Ελπίζω να μην βουλιάζουν σε μια εικονική πραγματικότητα. Κατά τα άλλα νομίζω πως είναι πολύ πιο ανοιχτά μυαλά και πολύ λιγότερο κομπλεξαρισμένοι απ' ότι η δικιά μου γενιά.

Το σχολείο τί μερίδιο έχει, τί σου άφησε εσένα; (Γέλιο). Εγώ δεν έχω παράπονο από τους δασκά-



λους που είχα. Ας πούμε, τα παιδιά που έμοιαζε να νοιάζονται για τη λογοτεχνία ή είχαν αναζητήσεις, δεν ένοιωσα να μας ελλειψαν οι κουβέντες ή η προτροπή από δασκάλους. Αυτό που μου έμεινε όμως πιο πολύ είναι το γέλιο, τα φιλαράκια μου. Και επειδή το πατρικό μου είναι στου Παπάγου, στο Άλσος, έπρεπε να πηγαίνω με το ποδήλατό μου κάθε μέρα 4-5 χλμ., μέχρι να φτάσω στο Ρολόι, στο Γυμνάσιο ή σ' αυτό που έγινε τώρα Δημαρχείο (ήταν ωραίο σχολείο). Θυμάμαι ατέλειωτες διαδρομές με το ποδήλατο, με το φίλο μου το Δάνο τον Πασχαλίδη... Καμμιά φορά δεν είχαμε δύο ποδήλατα και πηγαίναμε με ένα. Θυμάμαι τις τούμπες, το γέλιο και το φρεβάρισμα με τη σόλα.

Κρατάς τις φιλίες σου στη Βέροια;

Επειδή λείπω αρκετά, δεν μπορώ να πω ότι έχω πολλούς φίλους που συναντώ. Έχω χάσει την επαφή. Οι φίλοι μου ξέρουν όμως... είναι φίλοι μου!

Πιστεύεις στη φιλία;

Και βέβαια πιστεύω, και βέβαια υπάρχει... Απλώς με κάποιους ανθρώπους είσαι πιο κοντά, σε δένουν πράγματα. Ας πούμε τον αγαπητό μου φίλο τον Γιώργο τον Σιαμπάνη, που είναι και δάσκαλός μου στην ουσία, στα πρώτα βήματά μου στη μουσική. Μου έμαθε και τι είναι αξιοπρέπεια σε πάρα πολλούς τομείς.

Τί είναι αξιοπρέπεια;

Να μην προδίδεις τον εαυτό σου και τις αρχές σου, στο βαθμό που μπορείς.

“**Οι αναμνήσεις μου από τη Βέροια είναι και ονειρικές και εφιαλτικές. Δεν μπορεί να ήταν όλα ρόδινα. Αλλά νομίζω πως έχω καταφέρει να συγκρατήσω πολλές εικόνες και πολλές απ' αυτές είναι στα τραγούδια μου... Ο πρώτος μου έρωτας, η Μαρία, η γειτονιά του Άλσους Παπάγου, τα παιχνίδια στο δάσος. Ομορφιά! Έχω πολύ μεγάλη νοσταλγία. Σκεφτόμουνα, αν περάσουν λίγο ακόμα τα χρόνια, να γράψω ένα σενάριο για όλα αυτά που έζησα, αλλά, όταν είδα την ταινία του Αβδελιώτη "Το δέντρο που πληγώναμε", είπα ότι δεν έχω κανένα λόγο, αυτό ακριβώς έζησα και το έκανε αυτός ο κύριος υπέροχα. Είναι ποίημα αυτό που έκανε.”**



Η νέα σου προσωπική δισκογραφική δουλειά "Αφού λοιπόν ξεχάστηκα" που κυκλοφόρησε πρόσφατα έχει άλλο ύφος, είναι πιο απαλά κομμάτια, πιο μπαλάντες...

Ναι. Αρχικά είναι ακουστικός αυτός ο δίσκος κι αυτό κάνει αμέσως μια διαφορά. Έχει ένα ενιαίο ύφος που είναι όμως περισσότερο νοσταλγία παρά θλίψη. Βέβαια και στους δίσκους με τα "Ξύλινα Σπαθιά" υπάρχουν πάντα ένα - δυο κομμάτια τέτοιου ύφους, αλλά ήθελα να κάνω κάποια στιγμή ένα δίσκο που να είναι όλος έτσι.

Ήταν μια ανάγκη σου να χαλαρώσεις ή μια παρένθεση;

Ναι!. Και τα δύο και είναι σίγουρα μια παρένθεση γιατί ο επόμενος δίσκος που ετοιμάζω ("Άλλη μια μέρα") και θα κυκλοφορήσει το φθινόπωρο θα είναι πιο ζωηρός, πιο έντονος και στο ηχόχρωμα και στο ύφος, θα έχει πιο γρήγορες ταχύτητες, πιο ζωηρά κομμάτια... Τον τελευταίο δίσκο "Αφού λοιπόν ξεχάστηκα" τον ήθελα, γιατί, μετά από 10 χρόνια στο πάλλο καταλαβαίνεις για τι ένταση πρόκειται. Τον "θόρυβο" τον χόρτασα, ήθελα να κάνω μια παύση και μου έκανε καλό. Θα επιστρέψω με μεγαλύτερη όρεξη σε πιο θορυβώδη και αστικά τοπία.

Ο χρόνος και η ωριμότητα που συνήθως κουβαλάει πάνω του, τί ρόλο παίζει στη ζωή σου, στον τρόπο που σκέφτεσαι ή συμπεριφέρεσαι;

Σίγουρα κάποια στιγμή συμβαίνουν πράγματα στη ζωή σου που σε ωριμάζουν. Καμμιά φορά είναι η σκληρότητα των βιωμάτων που μας αναγκάζει να "χαμπαριάσουμε" μερικά πράγματα αλλά ταυτόχρονα, για μένα, η ενασχόληση με τη στιχουργία ήταν αρκετά καθοριστική στον τρόπο που σκέφτομαι και ζω... Όταν βέβαια βάλεις σαν αρχή να αντιστοιχείς σ' αυτά που λες. Γιατί αν δεν αντιστοιχείς, θα το πληρώσεις, θα σε τιμωρήσει ο ίδιος σου ο εαυτός. Δεν είναι πάντα εύκολο αλλά αξίζει τον κόπο.

Πού έχει να εμπιστευθεί και να στηριχθεί κανείς σ' αυτόν το τόπο σήμερα, με τα όσα "σκάνδαλα" συμβαίνουν στους βασικότερους τομείς της κοινωνίας;

Διαλέγεις τους ανθρώπους που θα κάνεις παρέα, διαλέγεις τους φίλους σου, διαλέγεις το δρόμο σου και πορεύεσαι. Αν τώρα, κάποιοι που κατέχουν εξουσίες ή οι πολιτικοί, έχουν στ' αλήθεια και καλές προθέσεις ως το αποδείξουν. Πάντως έχουμε κάθε δικαίωμα να παραπονούμαστε μ' αυτά που βλέπουμε.

Αισθάνεσαι ασφαλής στην καθημερινότητά σου ως πολίτης, σε μια χώρα που φαίνεται επιρρεπής στην έλλειψη οργάνωσης και συντονισμού;

Πιστεύεις ότι στη Γερμανία, ας πούμε, ζουν 50 εκατ. ευτυχισμένων ανθρώπων επειδή όλα δουλεύουν ρολόι και είναι οργανωμένο το κράτος; Δεν το είδα αυτό. Πιο πολύ στα καλά τους αισθάνονται εδώ πέρα οι άνθρωποι.

Υπάρχει κάποια συνταγή ευτυχίας;

Ούτε καν ξέρω τι είναι η ευτυχία... Μάλλον ευτυχία είναι το να αναζητάς την ευτυχία ή να μην παραιτηθείς απ' το να την αναζητάς. Όπως λένε, το ταξίδι της αναζήτησης είναι πιο απολαυστικό από το να φτάσεις στον προορισμό. Και δεν πιστεύω ότι είναι κάτι διαρκές... Είναι όπως η νύχτα και η μέρα. Δεν μπορεί να είναι συνέχεια ημέρα, θα βαρεθείς. Η ζωή ξέρει νομίζω, ξέρει καλύτερα. Αρκεί να έχουμε τα εφόδια και να μην χάνουμε το στόχο. ②





Εκατό χρόνια ζωής συμπληρώνει το Σωματείο Φιλοπτώχως Αδελφότης Κυριών Βέροιας. Το 1905 τότε που το Μακεδονικό ζήτημα βρισκόταν σε όξυνση εκλεκτές κυρίες της Βέροιας αποφάσισαν να ιδρύσουν το συγκεκριμένο Σωματείο.

Διπλός ήταν τότε ο σκοπός του εκείνα τα δύσκολα χρόνια της σκλαβιάς. Ο σκοπός ήταν εθνικός και φιλανθρωπικός. Οι κυρίες του Σωματείου έπλεκαν τσουράπια για τους αγωνιστές, προσέφεραν φάρμακα και βοήθεια στους βεροιώτες που υπέφεραν.

Η παράδοση αυτή της παράλληλης προσφοράς, του φιλανθρωπικού και εθνικού έργου συνεχίστηκε και στα χρόνια που ακολούθησαν και συνεχίζεται αδιάκοπα μέχρι σήμερα.

Οι κυρίες της Φιλοπτώχου ήταν πάντα και είναι μέχρι σήμερα στην πρώτη γραμμή της προσφοράς προς τους πάσχοντες συμπολίτες. Φτωχοί, άρρωστοι και απροστάτευτοι γέροντες και παιδιά βρΐσκουν καθημερινά ανοιχτή την πόρτα της Φιλοπτώχου.

ΦΙΛΟΠΤΩΧΟΣ ΑΔΕΛΦΟΤΗΣ ΚΥΡΙΩΝ ΒΕΡΟΙΑΣ

100 χρόνια εθελοντικής προσφοράς

Στην οδό Κωττουνίου και Καρακωστή ετοιμάζεται το συσσίτιο προς τους ανήμπορους συνανθρώπους μας, οι οποίοι εκτός από το ζεστό φαγητό βρίσκουν ένα ζεστό χαμόγελο και μια μεγάλη αγάπη και φροντίδα από τις Κυρίες της Φιλοπτώχου, που έχουν κάνει το δύσκολο αυτό έργο τρόπο ζωής τους.

"Είναι πλούσιο το κοινωνικό έργο που συντελείται καθημερινά από την Φιλόπτωχο. Εξήντα πέντε άτομα σιτίζονται κάθε μέρα και τους προσφέρεται περιθαλψη και φροντίδα, στην ιδιόκτητη εστία", υπογραμμίζει η Πρόεδρος κ. Ευαγγελία Παπαχαραλάμπους και προσθέτει: "Δεν αρνιόμαστε να βοηθήσουμε ακόμη και άτομα νεαρής ηλικίας, απόρους φοιτητές, μητέρες με μικρά παιδιά. Κάθε χρόνο, τα Χριστούγεννα και το Πάσχα, γίνεται διανομή δεμάτων με τρόφιμα και χρήματα σε τριακόσιες άπορες οικογένειες που η επιλογή τους γίνεται με ακριβοδίκαια κριτήρια. Εξάλλου, από το κληροδότημα Αναστασίου και Αικατερίνης Κάππου, κάθε χρόνο στις 17 Ιανουαρίου μοιράζεται το ποσό των δύο εκατομμυρίων δραχμών σε άπορες οικογένειες της πόλης μας. Επίσης στο πλαίσιο του φιλανθρωπικού έργου ενισχύουμε με χρηματικά ποσά και τρόφιμα κάθε μήνα συμπολίτες μας".

Οι κυρίες της Φιλοπτώχου δίνουν καθημερινά εδώ και χρόνια τον καλύτερό τους εαυτό, γιατί όπως είπε και η κ. Τούλα Δαβόρα, υπεύθυνη τροφοδοσίας, "χρειάζεται πολύ δουλειά, αλλά πάνω απ' όλα πρέπει να έχεις όρεξη και αγάπη γι' αυτό που κάνεις και να το προσφέρεις με ζεστασιά στον συνάνθρωπό σου. Η πόρτα μας είναι ανοιχτή καθημερινά για να προσφέρουμε φαγητό, ρούχα και ό,τι άλλο έχουν ανάγκη οι συμπολίτες μας. Είναι ιδιαίτερα συγκινητική η ευαισθησία του κόσμου που εδώ και χρόνια προσφέρει βοήθεια. Είμαστε ένα ίδρυμα που συντηρείται από δωρεές, από την ευαισθησία και την αγάπη των συνανθρώπων μας και γι' αυτό εδώ και εκατό χρόνια λειτουργεί χωρίς καμία διακοπή".

Οι κυρίες της Φιλοπτώχου δίνουν το καθημερινό παρών τους στην εστία, δουλεύουν άοκνα, χωρίς να υπολογίζουν την κόυραση και τον κόπο, αλλά νοιώθουν ιδιαίτερα ικανοποιημένες και χαρούμενες, όταν βλέπουν τους συμπολίτες τους που τους προσφέρουν βοήθεια να λένε μια καλή κουβέντα για την αξιόλογη και σημαντική προσφορά της Φιλοπτώχου.

Το μυστικό της επιτυχία είναι η συλλογική δουλειά και η άφογη συνεργασία μεταξύ των κυριών. **Λ**





Η Ινδία

του ποητισμού
& της φτώχειας
της θεομηνίας
& της ανθρωπιάς



Η "ιερή αγελάδα" διακοσμημένη με γιρλάντες και κουδούνια, θεωρείται το υποζύγιο του Θεού "Σίβας".



Ινδουιστής σαντού (άγιος άνθρωπος), οπαδός του "Σίβα" θεού της δημιουργίας και της καταστροφής, αποδίδει πούτζα (λατρεία) στην Kumbakouam.

Το αεροπλάνο από Αθήνα, μέσω Μπαχρέι, προσγειώνεται νωρίς το πρωί στο αεροδρόμιο της Μαδράς (Τσεννάι ονομάζεται από το 1997) ανήμερα των Χριστουγέννων. Ο ήλιος ολοκόκκινος ανατέλλει από τον Ινδικό ωκεανό σαν μια τεράστια φλεγόμενη μπάλα. Το Τσεννάι έχει ξυπνήσει και η κίνηση στους δρόμους είναι πυκνή. Το Τσεννάι, χτισμένο στον κόλπο της Βεγγάλης, είναι η μεγαλύτερη πόλη της Νότιας Ινδίας με πληθυσμό 8.000.000. εδώ κατοικεί η φυλή "Ταμίλ". Είναι μια όμορφη και ήρεμη πόλη με εντυπωσιακά

ινδοσαρακηνά κτίρια και βικτοριανές επαύλεις. Το κέντρο της πόλης ένα ατέλειωτο πανηγύρι. Άντρες με την παραδοσιακή τους φορεσιά διαλαλούν έξω από τα μικρομάγαζα τιςπραμάτιες τους: λαχανικά, τροπικά φρούτα, μπαχαρικά, τσάι, καφέ, ενώ οι γυναίκες φορώντας τα πολύχρωμα "σάρι" λικνίζονται, κουβαλώντας στο κεφάλι τους τους τεράστιους μπόγους.

Τα κυριότερα αξιοθέατα της πόλης ανάγονται στην περίοδο της Βρετανικής αποικιοκρατίας, όπως το Κάστρο του Αγίου Γεωργίου, ο Καθεδρικός Ναός του Αποστόλου Θωμά (όπου βρίσκεται και ο τάφος του), το Κυβερνη-

τικό Μουσείο.

Η παραλιακή λεωφόρος Marina Drive, μια παραλία 5 χιλιομέτρων είναι τόπος συνάντησης και ανάπαυλας των ντόπιων κατοίκων. Εδώ χτυπά η καρδιά του Τσεννάι κάθε απόγευμα. Καταπράσινα πάρκα, παιδότοποι, χώροι άθλησης που σφύζουν από ζωή. Ο ουρανός γεμίζει με πολύχρωμους χαρταετούς, ενώ χιλιάδες παιδιά τσαλαβουτούν στη θάλασσα και χαίρονται τα κύματα.

Στο κέντρο μιας κυκλικής, ανθοστόλιστης πλατείας δεσπόζει το άγαλμα του "Μαχάτμα Γκάντι" του εθνικού ήρωα και αναμορφωτή της νεότερης Ινδίας.

Ξημέρωσε η 26η Δεκεμβρίου. Τί-

Ο ελέφαντας, μετεμψύχωση του "Σίβα", πλένεται και ετοιμάζεται για την τελετή.

Υδάτινοι δρόμοι περνούν μέσα από οργιώδη βλάστηση και ενώνουν την παραλία με το εσωτερικό της χώρας στην επαρχία Κέραλα, της Ν. Ινδίας.





Αγορά φρούτων, μπαχαρικών και χρωμάτων στο Τσενάι.



Υπαιθρια αγορά πώλησης λουλουδιών.

Ψαράδες με τα κινέζικα δίχτυα στην παραλία του Κοτσίν της Ν. Ινδίας.





Τελετή για την Πανσέληνο με προσφορές στην Τανζορε.

ποτε δεν προμήνυε την καταστροφή που θα ακολουθούσε. Στις 6.28 τοπική ώρα Ινδίας, ένας υποθαλάσσιος σεισμός των 9 Ρίχτερ συγκλόνισε τη Σουμάτρα και ολόκληρη την Ινδονησία. Όμως στην Ινδία ίσα που έγινε αντιληπτός. Ξεκίνησε λοιπόν με ενθουσιασμό να ανακαλύψουμε τους παραθαλάσσιους, λαξευτούς, ανάγλυφους ναούς και την οργιώδη ζούγκλα της παράκτιας περιοχής.

Σε απόσταση 70 χιλιομέτρων νότια του Τσεννάι βρίσκεται η παραθαλάσσια πόλη Μαχαμπαλιπούραμ. Εκεί στέκει αιώνες τώρα ο ναός "η κάθοδος του Γάγγη" που απεικονίζει με θαυμαστή λεπτομέρεια το μύθο της καθόδου του Γάγγη από τον ουρανό. Είναι

το πιο μεγάλο σε διαστάσεις και το πιο εντυπωσιακό ανάγλυφο που έχει γίνει ποτέ στον κόσμο.

Φθάνοντας στην είσοδο του ναού αντιληφθήκαμε μια αναστάτωση και μια ανησυχία στους επισκέπτες που είχαν στήσει τις κάμερες και φωτογράφιζαν τα αξιοθέατα. Η αναστάτωση γίνεται φυγή και πανικός. Δεν είχαμε αντιληφθεί ακόμη τίποτε, όταν μας πλησίασε ένας αστυνομικός τρομοκρατημένος και μου ανακοίνωσε πως πρέπει να φύγουμε γρήγορα γιατί έρχεται "τσουνάμι". Μόλις που προλάβαμε να τραβήξουμε δύο, τρεις φωτογραφίες.

Στην αρχή δεν πολυκαταλάβαμε τι σημαίνει "τσουνάμι" και ήμασταν ψύχραιμοι. Όταν όμως μπήκαμε

Ιερό προσκύνημα των Ινδουιστών στο Ναό Airatesvara στην πόλη KumbaKonaμ της Ν. Ινδίας.



Το επάγγελμα του νερούλα συνεχίζεται ακόμη και σήμερα στην Ινδία.





Γυναίκες και άνδρες με τις παραδοσιακές του φορεσιές κουβαλούν στο κεφάλι τους τα προς το ζην.



Παραδοσιακός ράφτης στην κλειστή αγορά του Μαντουράι.

Υπαίθριο μαγειρείο με παραδοσιακά ινδικά φαγητά για τους ντόπιους στο Trichy.



ρική Βιβλ

την Β



Υπομονετικός ο ταξιτζής περιμένει τους πελάτες στο Τσενάι.

στον κεντρικό δρόμο και είδαμε τις σκηνές πανικού που επικρατούσαν μας κυριέυσε ο φόβος. Άνθρωποι, κάθε ηλικίας, προσπαθούσαν με κάθε μέσο να απομακρυνθούν από την παραλία προς το εσωτερικό της χώρας. Παιδιά έκλαιγαν και τσίριζαν. Ηλικιωμένοι χτυπιόταν να σώσουν τα παιδιά τους χρησιμοποιώντας ό,τι μεταφορικό μέσο έβρισκαν: κάρα, ποδήλατα, μηχανάκια, βοϊδάμαξες, φορτηγά, αυτοκίνητα. Ακόμη και σκαπτικά μηχανήματα επιστρατεύτηκαν για τη φυγή. Νέοι και νέες προσπαθούσαν να σώσουν τα λιγοστά τους υπάρχοντα.

Μια λαοθάλασσα είχε πλημμυρίσει τον κεντρικό δρόμο. Ξυπόλητοι Ινδοί, με τα παιδιά τους ανεβασμένα στις πλάτες τους να τρέχουν, αγρότες να παρατούν τις δουλειές τους και να το βάζουν στα πόδια, μπλοκαρίσματα, κορναρίσματα και ο φόβος ζωγραφισμένος στα πρόσωπα όλων. Σκηνές πανικού και τρόμου. Σκηνές βγαλμένες από την "Κόλαση του Δάντη". Γνώριζαν ότι η καταστροφή ερχόταν, έφθανε.

Και ήρθε με το φονικό τσουνάμι που μόνο στη Ν. Ινδία άφησε πίσω του 50.000 νεκρούς, χιλιάδες άστε-

Σκηνές πανικού, αμέσως μετά το σεισμό, από τη φυγή προς το εσωτερικό της χώρας των κατοίκων των παραλιακών περιοχών, λίγο πριν το Τσουνάμι χτυπήσει τη Ν.Δ. Ινδία.






Οι βοϊδάμαξες είναι συχνό μεταφορικό μέσο στους δρόμους της Ινδίας.



Ινδοί μεταφέρουν τους επισκέπτες στο ναό Jain Saint με τα 500 σκαλοπάτια στο Mahabali.

Ένα τμήμα ενός τεράστιου ανάγλυφου πάνω σε βράχο από το Ναό "Κάθοδος του Γάγγη" στη Μεχαμπαλιπούραμ της Ν.Δ. Ινδίας.

γους, αμέτρητους αγνοούμενους, πολλά ορφανά, που με τα παιδικά, αθώα, τρομαγμένα ματάκια τους αναρωτιόταν: Γιατί; Γιατί; Γιατί; Τα μανιασμένα κύματα κατάπιαν ό,τι βρήκαν μπροστά τους, αφήνοντας ανοιχτές πληγές που θα χρειαστούν χρόνια για να επουλωθούν. Ήταν μια από τις μεγαλύτερες θεομηνίες που βίωσε η ανθρωπότητα τα τελευταία χρόνια, λίγες μέρες πριν μας αποχαιρετήσει για πάντα το 2004. 



Χαρακτηριστικά σπιτάκια ενός χωριού στη Ν. Ινδία.

Με φιλική διάθεση και ζεστά χαμόγελα μας υποδέχθηκαν οι φιλόξενοι Ινδοί στο φτωχικό τους.



ΓΙΩΡΓΟΣ ΧΑΤΖΑΡΑΣ

Του Βασίλη Βόλκου



“Οι ομάδες δεν χρειάζονται μόνο χρήματα αλλά και μυαλό... Η Βέροια έχει μέλλον αν σκεφθεί σωστά και λογικά”

Δεν νομίζουμε ότι χρειάζονται ιδιαίτερες συστάσεις για τον Γιώργο Χατζάρα που εκτός από μία λαμπρή ποδοσφαιρική καριέρα με την φανέλα της Βέροιας, συνεχίζει σήμερα ως προπονητής, με μία αξιοζήλευτη ανοδική παρουσία.

Ξεκίνησε από την Βεργίνα, πήγε στον Αετό Σκύδρας, στη Βέροια και καταξιώθηκε στον πάγκο του Αιγάλεω που το πήρε από την Γ' Εθνική και το οδήγησε στα ευρωπαϊκά σαλόνια.

Δημοσία Κεντρική Βιβλιοθήκη Βέροιας

Ο Γιώργος Χατζάρας θυμάται για το "Α" την πορεία του στο χώρο του ποδοσφαίρου. "Το ποδόσφαιρο το ξεκίνησα 10 ετών, το 1963, στην ομάδα του Άρη Θεσσαλονίκης. Εκεί ανδρώθηκα, εκεί έκανα τα πρώτα μου ποδοσφαιρικά βήματα.

Επαγγελματίας σε ηλικία 17 χρονών έπαιξα μπάλα στον Άρη μέχρι το 1975, υπήρξα στέλεχος της μεγάλης Εθνικής Ελπίδων, με τους Μαύρο, Αρδίζογλου, Φοιρό, Δράμπη, Αναστασιάδη, τον συχωρεμένο Γιάννη Κυράστα, Καρούλια, Σαργκάνη, κ.α. Στην συνέχεια ήρθα το 1975, τον Αύγουστο, στη Βέροια όπου ολοκληρώθηκα σαν ποδοσφαιριστής, αφού έπαιξα 8 συνεχή χρόνια. Τότε είχαμε την καλή ομάδα και εγώ ήμουν μαζί με άλλους ο σύνδεσμος των παλαιών παικτών με τους καινούργιους. Διαδεχθήκαμε τους Κουσουλάκη, Μασάδη, Μιχαηλίδη, Γαιτάνο, Τερζή, Τσιρέλα και συνεχίσαμε με τους Υφαντίδη, Σιούτη, Λιόλιο, Παπατζικό, Τοπαλίδη, Πουρσανίδη ο οποίος για μένα ήταν το μεγαλύτερο ταλέντο που πέρασε από την Βέροια. Τότε λοιπόν κατορθώσαμε μέσα σε δύο σαιζόν να ανεβάσουμε την Βέροια στην Α' Εθνική κατηγορία και μάλιστα ήτανε από τις καλύτερες επαρχιακές ομάδες την εποχή εκείνη. Όμως με την γνωστή ιστορία της δωροδοκίας με το Αιγάλεω μας αφαίρεσαν 10 βαθμούς και η ομάδα υποβιβάσθηκε... Ήταν η χειρότερη ποδοσφαιρική σαιζόν, εγώ ζήτησα να φύγω, όπως και άλλοι παίκτες. Τότε άρχισαν και τα οικονομικά προβλήματα στην ομάδα, δεν υπήρχε και στοιβαρή Διοίκηση και τελικά σε νεαρή ηλικία στα 30 μου χρόνια εγκατέλειψα το ποδόσφαιρο. Έπαιξα συνολικά 13 χρόνια επαγγελματικό ποδόσφαιρο.



Από αριστερά όρθιοι:
Γ. Χατζάρας, Κ. Κεφαλίδης, Γ. Σιούτης
Κάτω: Χρ. Υφαντίδης, Τ. Παπατζίκος.

Στην Βετία αυτή τι θυμάσαι περισσότερο;

Τότε είχαμε την τύχη να είναι στην ομάδα μία στοιβαρή διοίκηση του κ. Λάκη Πασχαλίδη, η οποία έδωσε πραγματικά οντότητα στην ομάδα και ήταν μεγάλο πλήγμα που έφυγε, που απομακρύνθηκε νωρίς για πολλούς και διάφορους λόγους. Πιστεύω ότι οι ομάδες φτιάχνονται πρώτα από τις Διοικήσεις που θα επιλέξουν τους προπονητές, τους παίκτες και θα χαράξουν την φιλοσοφία της ομάδος. Αυτό που βλέπω εγώ είναι ότι κατά δεκαετίες παρουσιάζεται κάποιος σοβαρός παράγοντας, με οικονομική επιφάνεια, κάνει μία πορεία και χάνεται.

Ευχάριστη παρουσία ήταν επίσης η διοίκηση με τον κ. Αντώνη Αλεξιάδη που συμμαζέψε κάποια πράγματα και έδωσε στην ομάδα και πάλι αξία. Όπως και ο κ. Βασ. Τσαμηήτρος που προσέφερε πάρα πολλά στην Βέροια, αλλά επειδή είχε κακούς συμβουλάτορες απομακρύνθηκε πολύ πικραμένος.

Όταν συνεργάστηκα εγώ μαζί του στην 8η αγωνιστική, η ομάδα είχε μόνο ένα γκολ και μόλις ένα βαθμό. Πήρα μία προίκα που μόνο ένας τρελός θα την έπαιρνε. Για μένα μέτρησε περισσότερο το συναίσθημα και προσπάθησα να συμμαζέψουμε τα ασυμμάζευτα. Και όντως, είχε συμμαζευτεί η ομάδα, αλλά για μία ακόμη φορά

ο περίγυρος που δεν βλέπει την πραγματικότητα και ιδίως όταν είσαι ντόπιος. Γιατί εγώ δεν είμαι από την Βέροια αλλά αισθάνομαι σαν Βεροιώτης. Όμως το κακό δεν αργεί να έλθει. Εάν με άκουγε εκείνη την εποχή ο κ. Τσαμηήτρος ίσως η Βέροια να μεγαλουργούσε ακόμη και σήμερα. Δυστυχώς τα πράγματα δεν τα βλέπουμε με ψυχραιμία, αλλά μετά, όταν περνάει λίγος καιρός... Αλλά τότε είναι πολύ αργά. Δεν μετάνιωσα ποτέ που είχα πάρει την Βέροια, γιατί μου έδωσε την ευκαιρία να γίνω γνωστός στο Πανελλήνιο, το εκτιμώ αυτό και ευχαριστώ τον κ. Τσαμηήτρο, όπως και αυτός εκτιμάει την συνεργασία που είχαμε οι δυο μας. Ήταν ένας άν-



Ο Γιώργος Χατζάρας και ο Θωμάς Μητρόπουλος, το μεγάλο "αφεντικό" του Αιγάλεω.

θρωπος ο οποίος προσέφερε πολλά στην ομάδα και αν έκανε λάθη τα έκανε από υπερβολική αγάπη για την Βεροια, τότε που η Βεροια ήταν πολύ πιο μπροστά από τις άλλες επαρχιακές ομάδες.

Αγωνίζονται σήμερα οι παίκτες για τη φανέλα;

Για μένα υπάρχει αγάπη πόσο ισχυρή είναι μία ΠΑΕ οικονομικά και αυτό φαίνεται και σε Πανελλήνια βάση, γιατί σήμερα υπάρχουν σύλλογοι που δεν υπήρχαν ούτε καν σε σφραγίδα και αυτή την στιγμή πρωταγωνιστούν μάλιστα στην Α' Εθνική. Κάποιος ρομαντισμός έχει μείνει μόνο σε ορισμένες μεγάλες ομάδες, από κει και μετά δεν υπάρχει τίποτα. Πριν λίγα χρόνια ήταν ο κανόνας, τώρα υπάρχουν μόνο εξαιρέσεις.

Ένα άλλο σοβαρό θέμα είναι ότι παρότι υπάρχουν στην πόλη μας ακαδημίες και πολλές ομάδες, δεν βλέπουμε να βγαίνουν ταλέντα, ενώ κάποτε η Βεροια ήταν πρώτη στο μεταγραφικό παζάρι...

Για μένα είναι το μεγαλύτερο μας πρόβλημα στο ποδόσφαιρο. Όχι μόνο στην περιοχή μας, αλλά επειδή εμείς είχαμε στο παρελθόν μία αναγέννηση του ποδοσφαίρου με τις ομάδες της Βεροιας. Η Νάουσα η ομάδα με τα σπουδαία ταλέντα, η Α.Ε.Π. Βεροιας με μία εξαιρετική φουρνιά, με τους συλλόγους αυτούς να βρίσκονται στην ανάπτυξη τους και σε υψηλές κατηγορίες. Αυτή την στιγμή η

επαρχία έχει μαραζώσει, η Ημαθία έχει μαραζώσει, γιατί δεν είχαν προνοήσει οι άνθρωποι αυτοί που είχαν τις ομάδες αυτές στα χέρια τους, να δούνε το αύριο και το αύριο δεν σταματά. Η Βεροια δεν είναι για ένα χρόνο αλλά θα υπάρχει όσο υπάρχει ποδόσφαιρο. Θα κοιτάς ποιο είναι το μέλλον και πώς μπορώ να φθάσω σε κάποιο επίπεδο, να σταθεροποιηθώ και να δω τι μπορώ να κερδίσω, ανάλογα με το ποδοσφαιρικό μέγεθος που έχω.

Παίζει ρόλο που σήμερα αυτές οι ομάδες είναι σε μικρές κατηγορίες;

Είναι σε χαμηλές κατηγορίες γιατί αυτή την στιγμή το "ταλέντο" θα είχε μεγαλύτερη αξία όταν θα έφευγε από την Ακαδημία και θα έπαιζε σε μία ομάδα Α' Εθνικής. Τότε η αξία του παίκτη θα πήγαινε 100 φορές επάνω. Όταν όμως οι ομάδες είναι σε χαμηλό επίπεδο και ο ανταγωνισμός είναι χαμηλός, τότε το "ταλέντο" αυτό δεν μπορεί να πουληθεί με υψηλή τιμή, ούτε καν σε βλέπουν.

Πρέπει οπωσδήποτε να υπάρχει μία ομάδα σε υψηλή κατηγορία για να μπορέσει αυτά τα "ταλέντα" να τα προβάλλει και να τα δώσει τις προοπτικές που θα ανεβάσουν και την τιμή τους.

Αυτή τη στιγμή η Βεροια είναι από τις λίγες ομάδες όχι μόνο της Γ' Εθνικής αλλά και των άλλων κατηγοριών που δεν έχει οικονομικό πρόβλημα, βοηθάει αυτό να προχωρήσει και να κερδίσει κατηγορίες;

Εγώ επειδή είμαι σκληρός και λέω τα πράγματα με το όνομα τους, η Βεροια μπορεί να είναι οικονομικός γίγαντας, αλλά σε μυαλό είναι νάνος. Και ότι αυτό εξυπακούεται... Δεν μπορεί να έχεις μία τέτοια οικονομική ικανότητα και να κάνεις τόσες βλακειές και δεν έχω τίποτα να χαϊδέψω κανενός τα αυτιά, ούτε το παίζω ποδοσφαιροπατέρας, αλλά λέω την αλήθεια. Η Βεροια έπρεπε ήδη να έχει σχεδιάσει το μέλλον της, αφού έχει τέτοια οικονομική δυνατότητα, να μην παίρνει ποδοσφαιριστές οι οποίοι επιζητούν την ποδοσφαιρική τους σύνταξη στην ομάδα, να επιλέξει τα καλύτερα ταλέντα και να έχει υπομονή να κτίσει την ομάδα, ώστε να υπάρχει και τα επόμενα χρόνια. Το μοντέλο αυτό το έχουν εφαρμόσει πολλές ομάδες και έχουν ήδη εξαφανισθεί από τον ποδοσφαιρικό χάρτη. Τα δεδομένα έχουν αλλάξει, ναι μεν ο κ. Αρβανιτιδης είναι οικονομική δύναμη, θα πρέπει όμως η Βεροια να έχει μία τέτοια δομή και να σχεδιασθεί με τέτοιο μυαλό ώστε να ζει στο μέλλον και χωρίς τον κ. Αρβανιτιδη. Γιατί αύριο μεθαύριο η Διοίκηση φεύγει, η ομάδα όμως θα υπάρχει. Αυτό





Ο Γιώργος Χατζάρας δέχεται αναμνηστική πλακέτα από τον βουλευτή κ. Β. Μείμαριδη.

το μοντέλο το έχουμε δει, δεν θέλουμε τέτοιο μοντέλο. Τώρα το ποδόσφαιρο κτιζεται διαφορετικά. Έτσι έπαθαν μεγάλη ζημιά, μεγάλες ομάδες όπως ο Άρης, η Α.Ε.Κ, ο ΠΑΟΚ και άλλοι σύλλογοι. Αυτή την στιγμή η Βέροια έχει χρήματα, δεν έχει μυαλό.

Μίλησε μας τώρα για την δική σου προπονητική καριέρα στο Αιγάλεω παλαιότερα και σήμερα στον Άρη;

Πριν από το Αιγάλεω υπήρχε μία άλλη πιο σοβαρή δουλειά που όμως δεν δόθηκε τόση δημοσιότητα και αφορά την ομάδα της Σκύδρας. Μαζί με τον Σήφη Μωυσιδη, με νέα παιδιά, την οδήγησα στην Γ' Εθνική όπου μεγαλοურγούσε. Γιατί για την Σκύδρα ήταν σαν να έπαιζε στο κύπελλο ΟΥΕΦΑ. Πήγα μετά στο Αιγάλεω γιατί ήμουν πικραμένος από τα γεγονότα που συνέβησαν στην Βέροια. Εγώ είμαι φύσει εγωιστής και γνωρίζω τις ικανότητες μου, άλλοι δεν τις γνώριζαν. Προσπάθησα να αποδείξω ότι παίρνοντας ένα τίποτα προσπάθησα να το κάνω μεγάλο, έχοντας και την διοικητική βούληση της ομάδος. Αυτό κάναμε στο Αιγάλεω που πιστεύω ότι είναι η πιο υγιής ομάδα. Να φαντασθείτε όταν πήγα υπήρχαν παίκτες με ένα εκατομμύριο συμβόλαιο και αυτή την στιγμή πουλήθηκε ποδοσφαιριστής στο εξωτερικό με 1,5 εκ. ευρώ και με συμβόλαιο απίστευτο 500.000 ευρώ το χρόνο να παίρνει ο παίκτης. Αυτό δείχνει ότι το προϊόν που πήρες έκανε δουλειά το αξιοποίησες κατάλληλα και δημιούργησες έσοδα. Δέστε, το Αιγάλεω δεν

είχε οικονομική δυνατότητα τεράστια, είχε όμως πολύ μυαλό και υπομονή και δούλεψε σε βάθος χρόνου. Έτσι όταν έχει χρήμα και μυαλό αυτά τα πράγματα να τα κάνει πολύ πιο γρήγορα και αυτό είναι ένα μήνυμα που το στέλνω και στον κ. Αρβανιτίδη, ο οποίος έχει τα χρήματα, αλλά πρέπει να υπάρχει και το μυαλό. Εγώ έκατσα 5 χρόνια στο Αιγάλεω και έφυγα μόνος μου, μπορούσα να καθίσω άλλα 10 χρόνια αλλά δεν ήθελα.

Μετά το Αιγάλεω το όνομά σου "έπαιξε" σε μεγάλες ομάδες: Παναθηναϊκό, Ολυμπιακό... Είχες σκεφθεί να πάς σε μία τέτοια ομάδα;

Όταν έμεινα ελεύθερος ήθελα να ξεκουραστώ για ένα διάστημα, όμως επηρεάσθηκα πάρα πολύ

από την Διοίκηση του Άρη, παρότι πήρα μία ομάδα διαλυμένη ενώ είχα μία πετυχημένη πορεία. Αυτό που έκανα φέτος δεν έχει ξαναγίνει. Πήρα ένα τίποτα, ενώ άφησα μία ομάδα από Ευρώπη και μάλιστα πέρασε στους ομίλους. Είχα πει όμως ότι θα πάρω μία ομάδα, θα δουλέψω για πέντε χρόνια και ότι βγει. Δεν με πείραζε σε όποια κατηγορία και να ήταν. Εγώ κάνω και πάλι μία προπονητική παλικαριά.

Το περσινό θρίαμβο της Εθνικής ομάδας τον βρίσκεις φυσιολογικό;

Εντάξει τώρα, μην τρελαθούμε... Είναι αφύσικο, έγινε μία εξαίρεση και καταγράφηκε και πήρε τόση μεγάλη δημοσιότητα από τον Τύπο. Ήταν μία έκπληξη πρώτου μεγέθους. Κάναμε βήματα τεράστια, αλλά δεν ήμασταν μία χώρα με το πετυχημένο πρωτάθλημα. Ευτυχώς που πολλοί παίκτες της Εθνικής αγωνίζονται σε καλύτερα ευρωπαϊκά πρωταθλήματα και έχουν καλύτερες εμπειρίες. Σαν ποδοσφαιρική αξία δεν υπάρχει μεγάλη διαφορά, αλλά υπάρχει οργανωτική. Νομίζω πώς ήμασταν ευτυχείς που προλάβαμε και το ζήσαμε. Ίσως κάποιες άλλες γενιές να προλάβουν, ίσως...

Τελειώνοντας θέλω να πω ότι αυτή την οικονομική άνεση που έχει σήμερα η Βέροια πρέπει να την επιστρέψει αγωνιστικά. Η Βέροια έχει μέλλον αν σκεφθεί σωστά και λογικά. **λ**



9 Shades of stunning color

Platinum
Grey



Topaz
Topaz



Pacific
Blue



Aquamarine
Green Turquoise



Jade
Light Green



Amazon
Green Amazon



Emerald
Dark Green



India
Hazel



Introducing New Indigo

Violet



SofLens®

Natural
Colors

BAUSCH
& LOMB



ΤΟ ΚΡΑΣΪ

& ΤΟ ΑΜΠΈΛΙ

Του Νίκου Μανούδη*

Η παρουσία του κρασιού στη λατρεία είναι τόσο παλιά όσο και οι θρησκευτικές αναζητήσεις του ανθρώπου. Αναφερόμαστε για τους λαούς και τις θρησκείες της λεκάνης της Μεσογείου όπου το αμπέλι καλλιεργείται από τους προϊστορικούς χρόνους.

ΣΤΗΝ ΤΕΛΕΤΟΥΡΓΙΑ

Στις πρωτόγονες μορφές θρησκείας το αμπέλι και περισσότερο το κρασί εμφανίζονται και σαν τοτεμικό είδος αλλά και σαν μέσο ένωσης του πιστού με το τοτέμ* του. Το βρίσκουμε στην τοτεμική μετάληψη όπου όσα μέλη συμμετέχουν σ' αυτή δημιουργούν την έννοια της ίδιας "κοινωνίας" που ορίζει τα μέλη της θρησκευτικής ομάδας και μεταφέρει τη δύναμη του τοτέμ στους κοινωνούντες πιστούς, πάντα μετά μια περίοδο αυστηρής αποχής και κάθαρσης.

Με αφετηρία αυτή συνεχιζεται και αναπτύσσεται η χρήση του κρασιού σε όλες τις σωτηριακές θρησκείες. Έτσι το συναντάμε και σαν θεότητα αλλά και σαν λατρευτικό μέσο στην αρχαία Ελλάδα όπου συστηματοποιείται με τη λατρεία του Διόνυσου και στις γειτονικές περιοχές, όπου συμμετέχει σε όλες τις τελετουργίες των μυητικών μυστηρίων. Ο μάντης Τειρεσίαις λέει στις ΒΑΚΧΕΣ του Ευριπίδη

... ούτος θεοίσι σπένδεται θεός γεγώς

ώστε δια τούτον τ' αγαθ' ανθρώπους έχειν.

... θεός είναι ο οίνος και στους θεούς προσφέρεται σπονδή

ώστε να διασφαλίζει τα αγαθά στους ανθρώπους. Στην Ιλιάδα αναφέρεται σε πολλά σημεία στις θυσίες και σπονδές αλλά και σε ταφικές τελετές όπως μετά την καύση του σώματος του Έκτορα "πήραν και σβήσαν με φλογόμαυρο κρασί τη θράκα πρώτα" (Ραψ. Ω μψ Καζαντζάκη - Κακριδή).

Ο λόγος αυτής της στενής σχέσης κρασιού και λατρείας ίσως βρίσκεται στις ιδιότητες της αμπέλου ως ανθεκτικού φυτού αλλά κυρίως στις ιδιότητες του χυμού του σταφυλιού και στη συνέχεια στο κρασί. Συμβολικά το κόκκινο χρώμα παραπέμπει στο χρώμα αίματος θυσίας, η μετατροπή του μύστου σε κρασί στην μετατροπή του ανθρώπου σε θεό. Επίσης υποδεικνύει κανόνες μέτρου και ήθους αφού η επιδραση του στον άνθρωπο σε μικρές ποσότητες τον απελευθερώνει από τα γήινα δεσμά, ενώ αντίθετα τον συντριβει στο πνεύμα του κακού όταν υπερκαταναλώνεται.

Στην Παλιά διαθήκη αναφέρεται 155 φορές όπου επιμένει αρκετά και στις αρνητικές συνέπειες, ξεκινώντας από το μεθύσι του Νώε λίγο μετά το τέλος του κατακλυσμού (Και ήρχισεν ο Νώε να είναι γεωργός και εφύτευσεν αμπελώνα και έπιεν εκ του οίνου

Είναι γνωστό ότι ο χριστιανισμός με την εξάπλωση του ήρθε σε επαφή και αφομοίωσε πολλά τελετουργικά στοιχεία των παλαιότερων θρησκειών. Έτσι η τοτεμική "κοινωνία" γίνεται Θεία Κοινωνία και το κρασί καθιεγιάζεται κατά την Θεία λειτουργία σε αίμα του Κυρίου. Η Θεία Μετάληψη όμως και με κρασί παραμένει μόνο στην Ορθόδοξη Εκκλησία ενώ στην Δυτική για να αποφευχθούν οι αρνητικές συνέπειες της οινοποσίας επιτρέπεται από τον 12ο αιώνα μόνο στους κληρικούς. Ίσως για το λόγο αυτό συνεχιζεται με επιμονή σε όλη την Δυση η αναζήτηση του Άγιου Δισκοπότηρου.

Εκτός όμως από τη χρήση του στην Μετάληψη το κρασί χρησιμοποιείται στην θρησκεία μας και στις ταφικές τελετές ανάλογα με τα Ομηρικά χρόνια. Και κατά την στιγμή της κηδείας, λίγο πριν την ταφή και στα τρισάγια και στην ανακομιδή των λειψάνων όπου πλένονται τα οστά με κρασί. Στην εκκλησία μας υπάρχει και ο προστάτης άγιος των αμπελουργών, αμπελουργός και ο ίδιος, (ιστορείται με κλαδευτήρι στο χέρι), ο Αγ. Τρύφωνας που γιορτάζει την 1η Φεβρουαρίου. Κατά τη διάρκεια της θείας λειτουργίας διαβάζονται οι παρακλήσεις του αγίου για να προστατευθούν τα κλίματα από μια σειρά ασθενειών ενώ στα προαύλια των εκκλησιών πολλές φορές η γιορτή συνοδεύεται από κουρμπάκι (θυσίες ζώων και κοινό γεύμα) απομεινάρι παγανιστικών εθίμων.

Έτσι στην Χριστιανική λατρεία το κρασί είναι απαραίτητο στοιχείο. Η ανάγκη αυτή δημιούργησε κατά καιρούς και παράδοξα συνεπακόλουθα (οικονομικά, επιστημονικά). Τα μοναστήρια σε ανατολή και δύση καλλιεργούν αμπέλια και παράγουν κρασί, έτσι παράλληλα βάζουν τις βάσεις της αμπελουργίας, της οινολογίας και της απόσταξης. Το κρασί στα

μοναστήρια δεν ήταν βέβαια μόνο για τη χρήση στην λατρεία αλλά αποτελούσε και βασικό στοιχείο της διατροφής των μοναχών αλλά και της υγιεινής (ως αντισηπτικό πληγών, δυναμωτικό και καθάρισμα δοντιών - πλυνοδόντιον). Η καλλιέργεια αμπέλου της Σαντορίνης υπέστη μεγάλη καταστροφή και έφερε βαθιά οικονομική κρίση όχι από κακοκαιρία ή από ασθένειες αλλά από την Οχτωβριανή Επανάσταση του 1917 στην Ρωσία, αφού οι τόννοι σαντορινίου κρασιού που έρρεαν προς την Ορθόδοξη Ρωσική εκκλησία σταμάτησαν λόγω του κομμουνισμού. Πέρα απ'αυτά η επιλογή του κρασιού που θα χρησιμοποιηθεί στην λατρεία είναι και αυτό ένα ζητούμενο που έχει τις εμπορικές ανταγωνιστικές του συνέπειες. Προτιμάται κρασί αρωματικό και γλυκό. Έτσι με-

στη ΛΑΤΡΕΙΑ

και εμεθύσθη και εγυμνώθη εν τη σκηνή αυτού Γένεσις Θ 20) ενώ στην Καινή μόνο 10 φορές όπου το κρασί ταυτίζεται με την ευεργετική δράση του θείου επί του ανθρώπου. Δεν είναι μόνο η κορυφαία σκηνή του Μυστικού Δείπνου όπου ο Ιησούς Κοινωνεί με τους Μαθητές του "Πίετε εξ αυτού πάντες τούτο εστί το αίμα Μου" αλλά και ο εν Κανά γάμος όπου το ύδωρ με θαύμα μετατρέπεται σε κρασί και η παραβολή του καλού Σαμαρείτη όπου για να γιατρευτούν οι πληγές χρησιμοποιούνται έλαιον και οίνος.

Προτιμάται κρασί αρωματικό και γλυκό. Έτσι με-

τά την κυριαρχία της Μαυροδάφνης αρχίζει η κυριαρχία του Βινσάντο στην εκκλησία μας. Ανάλογο πρόβλημα αντιμετωπίζει και η Καθολική εκκλησία όπου έχει μετρηθεί ότι για τις ανάγκες της εκκλησίας καταναλώνονται περίπου δέκα εκατομμύρια λίτρα αρωματικής Μαλβαζιάς. Από τα δέκα όμως εκατομμύρια έχει υπολογισθεί (δημοσιογραφικά) ότι μόνο το ένα εκατομμύριο λίτρα καταναλώνεται για ιερούς σκοπούς ενώ τα υπόλοιπα μάλλον κάποιους άλλους ευφραίνουν. Το σχετικό άρθρο αναφέρει στις ιερές γουλιές προστίθενται και οι ανιέρεις από τους καντηλιανάφτες, επιστάτες, κληρικούς.

Αντίθετα με τον Χριστιανισμό στο Ισλάμ το κρασί όχι μόνο δεν συμμετέχει στην λατρεία αλλά απαγορεύεται να πίνεται από τους πιστούς. Φαινομενικά όμως στο Κοράνι υπάρχει μια αντιφατικότητα ως προς την απαγόρευση της οινοποισίας. Αρχικά η κατανάλωση οινοπνευματωδών και η μέθη απλώς καταδικάζονταν, αργότερα θεωρήθηκαν μεγάλη αμαρτία (κάμπιρα). Η σούρα (κεφάλαιο) 16/67 μάλιστα επιτρέπει την οινοποισία λέγοντας ότι την τροφή μας την κερδίζουμε από από τους καρπούς των χουρμαδιών και τ'άμπελια. Ωστόσο στη σούρα 2/219 διαβάζουμε πως όσον αφορά τα οινοπνευματώδη και τα τυχερά παιχνίδια είναι και τα δυο τους μεγάλα κακά αλλά έχουν και κάποια χρησιμότητα για τον άνθρωπο. Όμως η αμαρτία που κρύβουν είναι μεγαλύτερη από την χρησιμότητα τους. Στη σούρα 5/90-91 η απαγόρευση εμφανίζεται ακόμη πιο σαφής τα οινοπνευματώδη, τα τυχερά παιχνίδια η ειδωλολατρεία και η μαντεία είναι έργα του σατανά. Να τα αποφεύγεις για να είσαι ευτυχισμένος. Οι περισσότεροι σχολιαστές του Κορανίου συμφωνούν ότι η απόλυτη απαγόρευση (5/90-91) γράφτηκε χρονικά μετά την καταδίκη (2/219) και επομένως υπερισχύει. Ενώ η άποψη ότι το οινοπνευματώδες αποτελεί αγαθό (16/67) γράφτηκε κατά την περίοδο που ο Μωάμεθ βρισκόταν στην Μέκκα και ακόμη επέτρεπε την κατανάλωση κρασιού από του πιστούς του. Με το τέλος της αποικιοκρατίας σε κάθε μουσουλμανικό κράτος ο ισλαμικός νόμος (Σαρία) εφαρμόζεται κατά περίπτωση. Κάπου με απόλυτες απαγορεύσεις και κάπου με περιορισμό. Και βέβαια οι απόλυτες απαγορεύσεις οδηγούν και σε απόλυτες παραβιάσεις.

Το αμπέλι και το κρασί ήταν αγαπημένα θέματα για τους καλλιτέχνες της αρχαιότητας. Απεικονίζονται διάφορες παραστάσεις σε αγγεία και στην

ΣΤΗ ΣΥΜΒΟΛΙΚΗ

Μακεδονία σε κοσμήματα και σε κρατήρες. Πέρα όμως από το δια-

κοσμητικό τους χαρακτήρα δεν είχαν κανένα συμβολικό χαρακτήρα. Αντίθετα στην παλαιοχριστιανική

τέχνη δεν απεικονίζονται συχνά θέματα από την αγροτική ζωή γιατί οι χριστιανοί τα συνδέουν με την παγανιστική λατρεία και τα μέσα έκφρασης της. Επειδή όμως οι καλλιτέχνες δεν μπορούν να αποδεδειχθούν αμέσως από το παρελθόν της ελληνορωμαϊκής αρχαιότητας, εντάσσουν τα θέματα αυτά στη νέα θρησκεία το Χριστιανισμό και τους δίνουν νέο συμβολικό περιεχόμενο. Οι καλλιτέχνες της εποχής αυτής χρησιμοποιούν τις αγροτικές εργασίες σαν παραπληρωματικά θέματα ειδικότερα σε αναφορά με χωρία της Αγία Γραφής ή άλλων θρησκευτικών κειμένων, που έχουν αλληγορική σημασία όπως επίσης ως εικονογραφικά μοτίβα παράστασης των μηνών και των εποχών του έτους.

Μερικά θέματα που συνδέονται με το αμπέλι και έχουν χριστιανικό συμβολικό περιεχόμενο στην παλαιοχριστιανική τέχνη είναι τα εξής:

Η παράσταση όπου νέα προσκομίζει σταφύλια στο ψηφιδωτό της ευχαριστιακής αίθουσας της πρωτοχριστιανικής εκκλησίας της Ακυληίας, αντανακλά στην λατρευτική πράξη που κορυφώνεται στην ευλογία των ευχαριστιακών ειδών ανάμεσα στο εκκλησίασμα κατά την θεία λειτουργία. Εκφράζει τον θρίαμβο της Θείας Ευχαριστίας.

Το σταφύλι (ο βότρυς) είναι σύμβολο της Θείας Μετάληψης του Χριστού που είναι ο μέγας βότρυς, ο λόγος ο υπέρ ημών θλιβείς, το αίμα της σταφυλής (Κλήμης Αλεξ.)

Το πτηνό ή τα πτηνά που ραμφίζουν σταφύλια συμβολίζουν τους πιστούς οι οποίοι κοινωνούν των αχράντων μυστηρίων.

Η άμπελος συμβολίζει επίσης το Χριστό " Εγώ εμί η άμπελος..."

Πολύ συχνά χρησιμοποιείται το θέμα της αμπέλου που φυτρώνει από κρατήρα μόνη ή ανάμεσα σε δυο ζώα, παγώνια ή ελάφια. Τα παγώνια είναι σύμβολα αθανασίας. Το θέμα αυτό που εκφράζει την παραδείσια ευδαιμονία μέσω της Θείας Ευχαριστίας απαντά σε διάφορες παραλλαγές σε ψηφιδωτά δαπέδου του κυρίως ναού, του ιερού βήματος, σε αγιές τράπεζες και σε θωράκια.

Η κληματίδα που περιβάλλει τον Σταυρό συμβολίζει τον παράδεισο με το δέντρο της ζωής. ②

* Τοτέμ είναι ζώο, άγριο συνήθως ή μέρος αυτού, μάπα, καρδιά ή φυτό ή αντικείμενο που έχει ζωή κατά μαγικό τρόπο, το οποίο τιμάται από ένα άτομο ή από ομάδα που πιστεύουν ότι τους συνδέει με αυτό συγγένεια.

* Ο Ν. Μανούδης είναι χημικός και Πρόεδρος του Ομίλου Φίλων Οίνου & Πνεύματος Ν. Ηρακλίας

H O T E L

AIGES

MELATHRON



Μια ξενοδοχειακή μονάδα ★ ★ ★ ★ αστερών
που διαθέτει όλες τις υψηλές προδιαγραφές,
πολυτέλεια, ανέσεις, εξυπηρέτηση

Ένα ξενοδοχείο που θα μαγέψει τις αισθήσεις σας

Καφέ - Ζαχαροπλαστείο ELIT

Εστιατόριο ΚΗΠΟΙ ΤΟΥ ΜΙΔΑ

Αίθουσα χορών, γάμων, δεξιώσεων & συνεδρίων



Νέα Περιφερειακή Οδός Βέροιας Νάουσας

Τηλ. Κέντρο: 23310 77777 Fax: 23310 77770

e-mail: info@aigsmelathron.gr www.aigsmelathron.gr

κατακράτηση υγρών



ο άγνωστος “εχθρός”

Του Αθανάσιου Τόπη
διαιτολόγου-διατροφολόγου

M

ερικές φορές ο δείκτης της ζυγαριάς δεν μετακινείται προς τα κάτω, ενώ κάνουμε φιλότιμες προσπάθειες δίαιτας. Πολλές φορές μπορεί να παρατηρήσουμε μια ξαφνική αύξηση του βάρους μας ή να νιώθουμε πολύ φουσκωμένοι, ενώ δεν έχουμε φάει υπερβολικά τις προηγούμενες μέρες. Αυτά τα παραδείγματα είναι ενδεικτικά της κατάστασης που χαρακτηρίζεται ως κατακράτηση υγρών. Δηλαδή ο οργανισμός κρατά περισσότερα υγρά από όσα χρειάζεται. Παρακάτω θα μάθουμε γιατί συμβαίνει αυτή η κατακράτηση υγρών και πως μπορούμε να την αντιμετωπίσουμε.

Γενικά στοιχεία για το ισοζύγιο νερού και μεταλλικών στοιχείων στο σώμα

Η περιεκτικότητα του ανθρώπινου οργανισμού σε νερό και μεταλλικά άλατα εξαρτάται από την ηλικία, το φύλο και τη σωματική διάπλαση. Γενικά, ένα παχύσαρκο άτομο έχει λιγότερο νερό στον οργανισμό του σε σύγκριση με ένα λιπόσαρκο άτομο. Για τον ίδιο λόγο οι άνδρες έχουν μεγαλύτερη ποσότη-

τα νερού στο σώμα τους σε σύγκριση με τις γυναίκες, αφού έχουν μικρότερη περιεκτικότητα σε λίπος. Σε φυσιολογικά άτομα, το ποσό του νερού που προστίθεται στον οργανισμό πρέπει να είναι ίσο με το αποβαλλόμενο ποσό. Η πρόσληψη νερού επιτυγχάνεται με:

α) την εξωγενή πρόσληψη νερού στη φυσική του μορφή

β) με τις προσλαμβανόμενες τροφές. Για παράδειγμα το κρέας περιέχει κατά 70% νερό, ενώ τα φρούτα και τα λαχανικά κατά 95%

γ) με την οξειδωση (καύση) των θρεπτικών συστατικών των τροφών. Δηλαδή από την διάσπαση ενός γραμμαρίου λίπους παράγεται 1ml νερού, ενώ από τη διάσπαση ενός γραμμαρίου υδατανθράκων ή πρωτεϊνών παράγονται 0,5 ml νερού.

Οι κύριοι παράγοντες που ρυθμίζουν το ισοζύγιο του νερού του οργανισμού είναι: το αίσθημα της δίψας, η αντιδιουρητική ορμόνη που παράγεται στον εγκέφαλο, οι νεφροί και η ορμόνη αλδοστερόνη που παράγεται στους νεφρούς. Τα κύρια μεταλλικά στοιχεία στον οργανισμό είναι το νάτριο και το κά-

λιο. Το νάτριο είναι το στοιχείο που υπάρχει και στο αλάτι το οποίο ευθύνεται για την κατακράτηση των υγρών στο σώμα και η πρόσληψη του είναι περίπου 6-12 γραμμάρια την ημέρα. Το κάλιο δρα αντίθετα από το νάτριο και η πρόσληψή του είναι περίπου 1,43-6,54 γραμμάρια την ημέρα.

Στη συνέχεια θα αναφερθούν οι κυριότερες αιτίες που προκαλούν κατακράτηση υγρών σε ένα φυσιολογικό οργανισμό, δηλαδή χωρίς άλλα προβλήματα υγείας, όπως καρδιακή ή νεφρική ανεπάρκεια.

Ο ρόλος του προεμμηνορρυσιακού συνδρόμου

Το φαινόμενο της κατακράτησης υγρών είναι συχότερο στις γυναίκες, οι οποίες το βιώνουν τουλάχιστον μια φορά το μήνα. Αυτό συμβαίνει επειδή η κατακράτηση υγρών αποτελεί τυπικό σύμπτωμα του προεμμηνορρυσιακού συνδρόμου. Κατά την αναμονή της περιόδου (δύο με τρεις μέρες πριν) και κατά τη διάρκεια αυτής λόγω των διακυμάνσεων των ορμονών εμφανίζεται το πρόβλημα της κατακράτησης. Οι διακυμάνσεις αυτές και ιδιαίτερα τα υψηλά επίπεδα οιστρογόνων, επηρεάζουν την ισορροπία των υγρών του οργανισμού με αποτέλεσμα οι νεφροί να κατακρατούν περισσότερο νάτριο και στη συνέχεια κατακρατούν και περισσότερο νερό προκειμένου να επανέλθει η ισορροπία.

Τα συμπτώματα της κατακράτησης των υγρών είναι η ξαφνική αύξηση βάρους (ένα με τρία κιλά), το πρήξιμο και ο πόνος στο στήθος, το πρήξιμο στα πόδια και την κοιλιά. Αυτές οι ενοχλήσεις είναι ολόκληρα παροδικές και με το τέλος της περιόδου το βάρος θα επανέλθει στο φυσιολογικό και το πρήξιμο θα υποχωρήσει. Χρειάζεται όμως προσοχή στις βουλιμικές τάσεις που εμφανίζονται στο διάστημα αυτό. Η υπερκατανάλωση φαγητού και κυρίως γλυκών την περίοδο αυτή μπορεί να οδηγήσει σε πραγματική και μόνιμη αύξηση του σωματικού βάρους.

Ο ρόλος των ορμονικών μεταβολών

Οι ορμονικές διαταραχές επηρεάζουν την ισορροπία των υγρών και των μεταλλικών αλάτων στον οργανισμό με αποτέλεσμα να κατακρατούνται περισσότερα υγρά από το φυσιολογικό. Οι διαταραχές αυτές μπορεί να σχετίζονται με προβλήματα στην λειτουργία του θυρεοειδούς, με προβλήματα των επινεφριδίων ή το σύνδρομο πολυκυστικών ωοθηκών.

Η κατακράτηση υγρών είναι επίσης πολύ συχνή στην εγκυμοσύνη. Στην περίπτωση αυτή οφείλεται στην αύξηση της παραγωγής της ορμόνης αλδοστερόνης και έχει ως σκοπό την πλήρωση της αμνιακής κοιλότητας με υγρά και την διευκόλυνση της ανταλλαγής ουσιών ανάμεσα στη μητέρα και το έμ-



βρυο.

Επιπλέον στην εγκυμοσύνη φυσιολογικά υπάρχει συνεχής και υπέρμετρη αύξηση των οιστρογόνων και η τάση να παραμένουν στάσιμα μέσα στους ιστούς τα υγρά που κατακρατούνται. Έτσι οι έγκυες έχουν συχνά πρησμένα δάκτυλα χεριών ή πόδια και κυρίως αστραγάλους. Αμέσως μετά τον τοκετό τα νεφρά αρχίζουν να υπερλειτουργούν με αποτέλεσμα τη γρήγορη απομάκρυνση των περιττών κιλών.

Ο ρόλος της διατροφής

Η διατροφή και ειδικότερα η περιεκτικότητα των τροφών σε αλάτι και μεταλλικά άλατα παίζουν σημαντικό ρόλο στη κατακράτηση υγρών. Τι μπορείτε να κάνετε:

- Μειώστε το αλάτι κατά την παρασκευή του φαγητού και αποφύγετε το επιπλέον αλάτι στο τραπέζι. Στις γυναίκες συνιστάται να μειώνουν το αλάτι τουλάχιστον μία εβδομάδα πριν την έναρξη της περιόδου.

- Χρησιμοποιείτε φρέσκα μυρωδικά, όπως είναι ο άνηθος, ο μαϊντανός και το σκόρδο για να κάνετε το φαγητό πιο εύγεστο. Αυτά έχουν επιπλέον αντιοξειδωτικές ουσίες που προστατεύουν από τα καρδιαγγειακά νοσήματα, τον καρκίνο και γενικότερα δρουν ενάντια στη γήρανση.

- Αποφύγετε τροφές με υψηλή περιεκτικότητα σε αλάτι, όπως είναι: τα καπνιστά, το ζαμπόν, τα λουκάνικα, το μπέικον, οι ξηροί καρποί, τα τουρσιά, η κέτσαπ, η μουστάρδα, οι σάλτσες, ο τόνος σε λάδι, οι κύβοι κρέατος, οι διάφοροι έτοιμοι ζωμοί και τα σνακ όπως πατατάκια και ποπ-κορν. Γενικά τα τρόφιμα με συντηρητικά, συσκευασμένα ή επεξεργασμένα είναι κατά κανόνα πλούσια σε αλάτι ή σε νάτριο.

- Προτιμήστε τροφές που είναι πλούσιες σε κάλιο και σε μαγνήσιο, όπως: μπανάνες, πατάτες, ρύζι, ζυμαρικά, λαχανικά και φρούτα.



- Μερικά από τα φρούτα και τα λαχανικά έχουν φυσική διουρητική δράση ή είναι πλούσια σε νερό με αποτέλεσμα να βοηθούν στην αντιμετώπιση της κατακράτησης υγρών. Τέτοια είναι: το καρπούζι, το αγγούρι, οι φράουλες και το σέλινο.

- Μια σημαντική πηγή από την οποία παίρνουμε αλάτι είναι το ψωμί. Για το λόγο αυτό φροντίστε να το καταναλώνετε με μέτρο.

- Χρησιμοποιείστε εναλλακτικά υποκατάστατα αλατιού. Ούτε τα υποκατάστατα μπορείτε να τα καταναλώνετε ελεύθερα σε ποσότητα, σε σύγκριση με το κλασικό σκεύασμα αλατιού, αλλά έχουν το πλεονέκτημα ότι έχουν λιγότερο νάτριο και μερικές φορές είναι πλούσια σε κάλιο με αποτέλεσμα να κάνουν σε μικρότερο βαθμό κατακράτηση υγρών.

Ο ρόλος της κακής κυκλοφορίας του αίματος

Ορισμένες φορές η κατακράτηση υγρών και το πρήξιμο που παρατηρείται χαρακτηριστικά

στα πόδια είναι ενδεικτικό της κακής κυκλοφορίας του αίματος και της λέμφου. Παρατηρείται κυρίως στα κάτω άκρα και ιδιαίτερα στους αστραγάλους, συνήθως μετά από παρατεταμένη ακινησία ή πολύωρη ορθοστάσια.

Πως μπορείτε να ανακουφιστείτε:

- Αποφύγετε την ακινησία και την ορθοστάσια. Εάν αυτό δεν είναι εφικτό κάντε περιοδικά μια μικρή βόλτα ή ανασηκωθείτε μερικές φορές στις μύτες των ποδιών. Οι ασκήσεις αυτές θα δραστηριοποιήσουν τους μύες της περιοχής και με τη σύσπασή τους θα διευκολυνθεί η κυκλοφορία του αίματος.

- Τοποθετήστε τα πόδια σας ψηλά σε περιοδικά διαστήματα κατά τη διάρκεια της ημέρας ή στο τέλος αυτής. Για παράδειγμα, βάλτε τα πόδια σας ψηλότερα με μαξιλάρια την ώρα που βλέπετε τηλεόραση καθισμένοι στον καναπέ.

- Χρησιμοποιήστε τις ειδικές κάλτσες και καλσόν που υπάρχουν στα φαρμακεία που βοηθούν την κυκλοφορία του αίματος και κάντε μικρής διάρκειας μασάζ με κρύο νερό κατά την διάρκεια του μπάνιου στα πόδια σας.


Ο ρόλος των φαρμάκων

Η κατακράτηση υγρών είναι μια συνηθισμένη παρενέργεια των αντισυλληπτικών. Αυτό συμβαίνει επειδή τα χάπια αυτά περιέχουν και οιστρογόνα που δρουν με τον ίδιο με τον ίδιο τρόπο όπως οι φυσιολογικές ορμόνες. Η κατακράτηση υγρών όμως δεν συμβαίνει απαραίτητα σε κάθε γυναίκα που λαμβάνει αντισυλληπτικά. Συνήθως το φαινόμενο παρατηρείται κατά την έναρξη της χρήσης των χαπιών και με την μακροχρόνια λήψη (άνω των τριών μηνών) σταδια-

κά η ενόχληση μειώνεται και τελικά εξαφανίζεται.

Πολλά φάρμακα που ευθύνονται για την κατακράτηση υγρών είναι τα αγχολυτικά, η κορτιζόνη, τα οπιούχα και γενικά φάρμακα που επηρεάζουν το ισοζύγιο του ύδατος και των μεταλλικών αλάτων. Σε κάθε περίπτωση δεν πρέπει να διακόπτετε τα φάρμακα από μόνη σας. Θα πρέπει όμως να συμβουλευέστε τον ιατρό σας, ο οποίος θα ρυθμίσει κατάλληλα τη δόση του φαρμάκου, θα σας δώσει οδηγίες για την σωστή αντιμετώπιση του προβλήματος και θα διερευνήσει μήπως η κατακράτηση οφείλεται σε κάποια άλλη αιτία πέρα από τα συγκεκριμένα φάρμακα.

Ο ρόλος της πρόσληψης νερού

Η αντίληψη ότι η περιορισμένη πρόσληψη νερού είναι τρόπος για να μην κάνει ένας οργανισμός κατακράτηση υγρών είναι λανθασμένη. Εάν η πρόσληψη του νερού είναι μειωμένη ο οργανισμός αντιδρά με την κατακράτηση περισσότερου νερού από αυτό που έχει ήδη. Επομένως η καλύτερη λύση για την μείωση του φαινομένου της κατακράτησης είναι η πρόσληψη περισσότερου νερού. Χρειάζεται να πίνετε τουλάχιστον ενάμιση με δύο λίτρα νερό την ημέρα. Με τον τρόπο αυτό βοηθάτε στην καλή λειτουργία των νεφρών που ευθύνονται κυρίως για την αποβολή του πλεονάζοντος νερού και νατρίου. Σε φυσιολογικά άτομα, η αντιμετώπιση της κατακράτησης υγρών αντιμετωπίζεται αποτελεσματικά με τη διατροφή και την πρόσληψη νερού. Εάν όμως το πρόβλημα είναι ιδιαίτερα έντονο καλύτερα να συμβουλευθείτε κάποιον ειδικό (γιατρό, διαιτολόγο). 



Ε Π Ι Π Λ Ο
Δοβλέρτουλου

ΕΚΘΕΣΗ: 7ο ΧΛΜ ΒΕΡΟΙΑΣ - ΝΑΟΥΣΑ,

ΤΗΛ.: 23310 93.003, FAX: 93.422

ΚΑΤΑΣΤΗΜΑ: ΠΙΝΔΟΥ 17, ΒΕΡΟΙΑ

ΤΗΛ.: 23310 60.376



Δημόσια Κεντρική Βιβλιοθήκη Βεροίας

Εμπορικός ο τίτλος που επέλεξα, θα μπορούσε να "παίξει" και σε φτηνιάρικη Επιθεώρηση που ανεβάζει κάποιου σύγχρονο μπουλουκι για να κόνει τουρνέ σε πόλεις και χωριά και να διασκεδάσει τους φανατικούς τηλεθεατές της Ανίτα Πάνια ή της Τατιάνας (μία είναι η Τατιάνα εν Ελλάδι, επίθετο δεν χρειάζεται...)

Αυτό βεβαίως, είναι η μία όψη του νομίσματος. Υπάρχει και η άλλη, που θέλει τον τίτλο μου αληθινό και επίκαιρο, όσο αληθινό είναι ότι με δι-
 αβάζετε αυτή τη στιγμή κι όσο επίκαιρη είναι και θα είναι η φτώχεια στην τσέπη μας και εν-
 νότε στο μυαλό μας.



Κι ας τα πάρουμε τα πράγμα-
 τα με τη σειρά. Στο ελαφρύ.
 Μη ζαλιστούμε κιόλας...Γιατί,
 από μόνη της, η συζήτηση για
 τα εισοδήματα σε σχέση με τις υποχρεώσεις, φέρνει
 μια ζαλάδα, όπως και να κάνουμε. Κι αρχίζεις ν' α-
 ναρωτιέσαι γιατί νοιάθεις ιλιγγούς. Κι οι γιατροί αρχί-

χει και το άλλο οικογενειακό εισόδημα του μονόμιθου με πεντακάσια ή με επτακάσια ευρώ...

Έχουμε και λέμε, λοιπόν, υπολογίζοντας κατά προσέγ-
 γιση μέσο όρο εξόδων. Κοινόχρηστα (χειμωνιάτικα):
 100 Ε. Για ΟΤΕ ανα μήνα: 50 Ε. ΔΕΗ ανα μήνα: 50 Ε. Κι-
 νητά; Που τα βάζετε τα κινητά; Τετραμελής οικογένει-
 α, χρειάζεται περίπου 200 Ε για τα τέσσερα κινητά. Ε-
 νοίκιο ή δόση για το σπίτι που αγοράστηκε με δάνειο:
 300 Ε (και λίγα σας βάζω). Αγγλικά, μουσικές, υπολογι-
 στές, φροντιστήρια άλλα 300 τουλάχιστον για την δω-
 ρεάν Παιδεία. Αν έχετε και κανένα παλιό καταναλωτι-
 κό, υπολογίστε 150-200 ευρώπouλα το μήνα αν είσα-
 στε συνεπείς. Έξοδα αυτοκινήτου ή δύο αυτοκινήτων;
 Χαρτζιλίκι των παιδιών ανα μήνα υπολογίστε τουλάχι-
 στον 150 Ε εφ' όσον μένουν ακόμη μαζί σας. Αν σπου-
 δάζει το ένα παιδί εκτός πόλεως υπολογίστε 500 Ε το
 λιγότερο κι αν το άλλο ετοιμάζεται για εισαγωγικές,
 προσευχηθείτε και σεις κι ο ξομολόγος σας μήπως και
 σας "κάτσει" κανένα θάυμα. Αν σπουδάζουν και τα δύο
 σε διαφορετικές πόλεις, τότε μην υπολογίζετε ποσό,
 μόνο υπολογίστε... σε ποιο νοσοκομείο θα διακομιστεί-
 τε μετά το εγκεφαλικό!

Ο λαός ευρώ δεν έχει και χαρά σ'τον που το έχει!

Της Χαρούλας Ουσουλιτζόγλου - Γεωργιάδου



ζουν να σε φάχουν για αυχενικά και για παθήσεις του λαβύρινθου των αυτιών. Ενώ το πρώτο πράγ-
 μι που θάπρεπε να σε ρωτήσουν,
 είναι πόσα και πού τα χρωστάς.
 Για να κάνουν διάγνωση ορθή και
 να σε σηκώσουν σε θέση ορθία!
 Καλώς ή κακώς, μάθαμε να ζούμε
 καταναλωτικά κι αυτό δεν ξεμα-
 θαίνεται εύκολα. Πριν από αρκετά
 χρόνια, καλοκαιράκι, συμμετέχο-
 ντας σε μια συζήτηση μεταξύ φί-
 λων για τα κακά οικονομικά και
 τον ελλειμματικό οικογενειακό
 προϋπολογισμό, ρώτησα αφελώς:

-Δεν μου λες βρε Μαρικάκι, έχεις κέτσαπ στο ψυγείο;
 -Έχω. Την θέλουν για τα κρέατα τα παιδιά.
 -Και από πότε, ρε Μαρικάκι, την μάθαμε εμείς την κέ-
 τσαπ και δεν μπορούμε να την αντικαταστήσουμε με
 μια ωραία σπιτική σάλτσα; Ζέχνει ο τόπος από ντομά-
 τες και τα βιβλία μαγειρικής από συνταγές. Φτιάξε,
 βάλε και στα βάζα και κράτα την για όλο το χειμώνα.
 -Άλλη νοστιμιά έχει το έτοιμο. Την σπιτική, δεν θα την
 φάνε τα παιδιά. Κάνεις σα να μη ξέρεις...
 Η αλήθεια είναι ότι ήξερα. Αυτό όμως που δεν ήξερα
 και δεν υποφιαζόμουν, είναι το ζόρι που θα τραβού-
 σαμε με το ειρώ.
 Ας ζουμάrouμε στον κορβανά μιας μέσης οικογένειας.
 Εργάζονται και οι δύο και παίρνουν από ένα χιλιάρικο
 καθαρά. Τουτέστιν, οικογενειακό εισόδημα δύο χιλιάρι-
 κα. Για πολλούς, ζηλητού. Διότι μη ξεχνάμε ότι υπάρ-

Μπορεί να συμφωνείτε ή να διαφωνείτε με
 τα νούμερα που παραθέτω. Μπορεί να
 προσθέσετε ή να αφαιρέσετε ότι σας φαίνε-
 ται υπερβολικά μεγάλο ή μικρό. Δεν μπορεί-
 τε να διαφωνήσετε όμως με ολόκληρη την α-
 ληθεια. Δηλαδή, ότι εκτός από όλα αυτά,
 χρειαζόμαστε τροφή, ένδυση και υπόδηση. Χρειαζόμα-
 στε και κανένα σινεμαδάκι, έναν καφέ σε καφετέρια, έ-
 να κρασάκι σε ταβερνάκι, μικρο-κοινωνικές υποχρεώ-
 σεις και...τα τσιγάρα; Καπνίζετε; Σας εισηγούμαι πά-
 ραυτα, στροφή προς την Υγιεινή Ζωή. Ελαφρύ φαγη-
 τό. Κρέας μία φορά την εβδομάδα γιατί αυξάνει χολη-
 στερίνη και τριγλυκερίδια Βάδισμα και όχι οδήγηση.
 Τέρμα το τσιγάρο. Ύπνο νωρίς για να μην καίει ρεύμα
 η τηλεόραση και να μη σας σκανδαλίζουν οι διάφορες
 νυχτερινές προτάσεις διασκέδασης και ζενουπιού. Πα-
 ράλληλα όμως θα πρέπει να συνειδητοποιήσετε ότι
 δεν θα λύσετε εσείς, σήμερα, το δημογραφικό...Όλα κι
 όλα.

Κι εκτός απ' όλα αυτά, αντί να βάζετε "έναν τίγρη στη
 μηχανή σας" -όπως έλεγε εκείνη η παλιά διαφήμιση-
 και να καταξοδεύεστε, βάλτε μια γιαγιά στο σπίτι σας.
 Την μάνα σας, την πεθερά σας, ό,τι πιο συμβατό με τα
 νεύρα σας. Το καλύτερο είναι να έχει περάσει Κυτοχή.
 Ξυπνήστε της εκείνες τις μνήμες και αφήστε την να κά-
 νει κουμάντο στο σπίτι σας, στο ψυγείο και στην τσέ-
 πη σας. Αφού γράψαμε στο Δημοτικό τόσες Εκθέσεις,
 με τίτλο "Φασουλι το φασούλι γεμίζει το σακούλι" που
 δεν κατάφεραν να μας κάνουν "συνταγές" και τοιγκού-
 νηδες, ίσως καταφέρει να μας συμμαζέψει η προ του
 πολέμου γενιά.
 Μάλιστα, αν θέλετε να την "φτιάξετε" καμποσο, βάζε-
 τέ της στο βίντεο παλιές ταινίες με τον Πρέκα και τα
 άλλα παλικάρια του Αλβανικού Έπους και να δείτε για
 πότε θα θυμηθεί όλες τις συνταγές με ρυζάλευρο, κα-
 λαμπιοκάλευρο και κυπριασμένες φακές και φάβα.
 Βλέπτετε εσείς άλλη λύση στα οικονομικά μας αδιέξοδα;
 Εδώ, ούτε ο Αλογοσκούφης δεν βλέπει.



Νέο SEAT Altea.
Νικητής με 5 αστέρια
στα crash tests του Euro NCAP.



Στα πρόσφατα crash tests του Euro NCAP, που γίνονται κάτω από αυστηρότατες προδιαγραφές, το νέο SEAT Altea απέσπασε την ανώτερη διάκριση, με 5 αστέρια στη συνολική αντοχή σε εμπρόσθια και πλαϊνή σύγκρουση, 4 αστέρια στην παιδική προστασία και 3 αστέρια στην ασφάλεια των πεζών. Με δεδομένο πως κανένα αυτοκίνητο, μέχρι σήμερα, δεν έχει πάρει υψηλότερη διάκριση απ' αυτήν, αποδεικνύεται πως το SEAT Altea είναι ένα πρωτοποριακό compact μεσαίο οικογενειακό αυτοκίνητο που συνδυάζει την αισθητική με τη μέγιστη παροχή ασφάλειας. Με 6 αερόσακους στάνταρντ, πλευρικές μπάρες ασφαλείας, πλήρως γαλβανισμένο αμάξωμα, σύστημα Isofix και ζώνες ασφαλείας τριών σημείων, το νέο SEAT Altea θα μεταφέρει εσάς και την οικογένειά σας όπου θέλετε με τη μέγιστη ασφάλεια.

με **48** άτοκες δόσεις

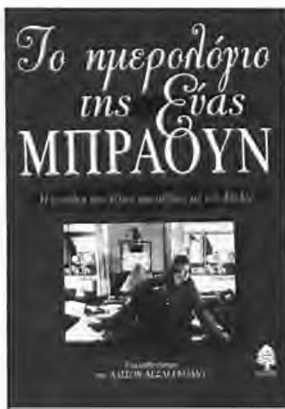
Περάστε τις διαχωριστικές γραμμές.



seat.gr

SEAT LINE 800-11-80000 (Πληροφορίες χωρίς χρέωση)

Ε.Ι. ΕΚΑΤΟΣ ΕΠΙΣΗΜΟΣ ΔΙΑΝΟΜΕΑΣ ΝΟΜΟΥ ΗΜΑΘΙΑΣ
20 χλμ Π.Ε.Ο. Βέροιας - Θεσ/νίκης • Βέροια • Τηλ. 23310 72840-1-2
email:ekatos@otenet.gr



“Το ημερολόγιο της Εύας Μπράουν”
της Άλισον Λέσλι Γκολντ
Εκδόσεις ΚΕΔΡΟΣ

Η ερωτική σχέση της Εύας Άννα Πάσολα Μπράουν με τον Αδόλφο Χίτλερ, μοιάζει να είναι επίκαιρη για μια φορά ακόμα, αυτό το μήνα, με την προβολή της ταινίας “Η πτώση” στους ελληνικούς κινηματογράφους.

Στην ταινία του Όλιβερ Χέρσμπιγκεφ πρωταγωνιστεί ο Χίτλερ τις ημέρες της ήττας του. Μέσα από τα μάτια της Άλισον Λέσλι Γκολντ, πρωταγωνιστεί η γνωριμία

και η σχέση του Χίτλερ με την Εύα Μπράουν, τη “νεαρά υπάλληλο με τα ωραία πόδια” που τον γοήτευσε, που έζησε ένα παράφορο πάθος μαζί της, ένα πάθος καταστροφικό και για την ίδια, αφού, με το τέλος του Β’ Παγκόσμιου Πολέμου, δεν θα διατάσει να αυτοκτονήσει μαζί του.

Το βιβλίο είναι βασισμένο σε αποσπάσματα από το ημερολόγιο της Μπράουν, με μια τολμηρή σκανδαλιστική ματιά στην κρυφή ερωτική ζωή του Χίτλερ και της Φροϊλάιν Εβι, όπως την αποκαλούσε.



“Ο άνεμος κουβάρι”
Του Διονύση Χαριτόπουλου
Εκδόσεις ΕΛΛΗΝΙΚΑ ΓΡΑΜΜΑΤΑ

Τη Μαλβίνα Καραλή δεν την ξεχνάς εύκολα... Έφυγε νέα και γεμάτη ζωή από τη ζωή που την ξεπροβόδιζε με πόνο αλλά και με ένα γλυκό χαμόγελο.

Για τη ζωή που έζησε μαζί της μέχρι το τέλος, γράφει ο άντρας της, ο αφέντης - άντρας όπως το ήθελε, συγγραφέας Διονύσης Χαριτόπουλος στον “άνεμο κουβάρι”.

Δεν χρειάζονται περισσότερες λέξεις. Ανάμεσα σε σχέδια του Δ. Μυταρά, στις σελίδες του βιβλίου ξεκουβαριάζονται από τον άνεμο της σχέσης τους, στιγμές, συναισθήματα και αλήθειες.



“Εδώ είναι το ταξίδι”
Του Νίκου Πορτοκάλογλου
Εκδόσεις ΙΑΝΟΣ

Στίχοι που έχουν γραφτεί από το 1976 μέχρι πρόσφατα, αλλά και κείμενα, συνεντεύξεις και φωτογραφίες, περιλαμβάνονται στο βιβλίο του Νίκου Πορτοκάλογλου “Εδώ είναι το ταξίδι”, που έρχεται 25 χρόνια μετά την κυκλοφορία του πρώτου του δίσκου... Ένα περιπετειώδες ταξίδι - πορεία από τους “Φατιμέ” μέχρι σήμερα...



“Ο άνθρωπος από το πουθενά”
του Αλεξάνταρ Χέμον
Εκδόσεις ΨΥΧΟΓΙΟΣ

Το 1992, όταν ξεσπά ο πόλεμος στο Σαράγεβο, ένας νέος άντρας,

ο Γιόζεφ Πρόνεκ εγκαθίσταται στην Αμερική και παρακολουθεί τα γεγονότα από την τηλεόραση. Μένει στο Σικάγο, σαν αυτοεξοριστος και πρόσφυγας και από τη θέση του παρατηρητή προσπαθεί να επιβιώσει σ’ έναν κόσμο αφιλόξενο. Με εναλλαγές παρελθόντος και παρόντος, εξιστορεί τη ζωή του, από τα παιδικά του χρόνια, την υπερπροστατευτική γιαγιά του, το ροκ συγκρότημα που είχε φτιάξει, τον πρώτο του έρωτα, μέχρι τη συμμετοχή του στη Νεολαία του Κόμματος και τη συνάντησή του με τον Τζορτζ Μπους. Οι περιπλανήσεις του στις αναμνήσεις, στις εμπειρίες που έχει βιώσει, μοιάζουν με παζλ που πρέπει να φτιάξει για να βρει τον εαυτό του, για να διαπιστώσει τι σημαίνει να είσαι ο άνθρωπος απ’ το πουθενά.

**“Παραμύθια της Πελοποννήσου”
της Ζωής Σπυροπούλου
Εκδόσεις ΚΕΔΡΟΣ**



Στην εποχή που ο εσωτερικός κόσμος του παιδιού είναι κενός κι έχει ανάγκη να πληρωθεί, το παραμύθι, με αντικείμενα και τα φαινόμενα του κόσμου που περιβάλλει το παιδί, του καλλιεργεί την ανάγκη να σχοληθεί και να γνωρίσει τον εξωτερικό κόσμο... Σημαντικότερη ακόμη

προσφορά του παραμυθιού στο παιδί είναι ότι μαθαίνει να εκφράζεται γλωσσικά, να μιλάει... Από την άλλη μεριά, το μαθαίνει να ακούει, να είναι προσεκτικός ακροατής... Η σημασία της παραμυθιακής αφήγησης είναι διαχρονική. Η ποιητική της σκέψη και η νοηματική της λειτουργία είναι ανεκτίμητες, γράφει μεταξύ άλλων εισαγωγή του βιβλίου της η συγγραφέας.

Η Ζωή Σπυροπούλου είναι σχολική σύμβουλος στην Αθήνα με πολύχρονη κοινωνική και εκπαιδευτική προσφορά. Πεζογράφος, συγγραφέας διηγημάτων, μυθιστορημάτων, λαογραφικών συλλογών, θεατρικών κειμένων, άρθρων και δοκιμίων, έχει γράψει συνολικά 30 βιβλία. Ασχολείται επίσης με την επιμέλεια λογοτεχνικών βιβλίων. Από το 1976 συνεργάζεται με εφημερίδες και περιοδικά, με χρονογραφήματα, μελέτες και άρθρα λογοτεχνικού και εκπαιδευτικού προβληματισμού. Έχει παρουσιάσει εισηγήσεις σε διεθνή συνέδρια που αφορούν την εκπαίδευση, τη γλώσσα, τη λογοτεχνία, το θέατρο και την ισότητα των δύο φύλων. Έχει λάβει μέρος σε πλήθος πολιτιστικών εκδηλώσεων σε σχολεία, σωματεία, δήμους και βιβλιοθήκες σε όλη την Ελλάδα. Είναι επίσης υπεύθυνη επιμελήτρια δύο καινοτόμων σειρών εκπαιδευτικών βιβλίων.

Υπήρξε μέλος της Συντακτικής Ομάδας Πρωτοβουλίας της "Επιθεώρησης Παιδικής Λογοτεχνίας", όπου περιέχονται μεταφράσεις και άρθρα της. Είναι επίσης μέλος πολλών λογοτεχνικών σωματείων.



**“Μήπως είμαι τρελός;”
Του Θεόδωρου Μπαλλή
Εκδόσεις ΕΛΛΗΝΙΚΑ ΓΡΑΜΜΑΤΑ**

Κατάθλιψη, κρίσεις πανικού, κοινωνική φοβία, ψυχαναγκαστικές νευρώσεις, ψυχογενής ανορεξία, μετατραυματικό στρες, παραλήρημα ζηλοτυπίας, αλτσχάιμερ, μοναξιά και άλλες ψυχικές παθήσεις συμπληρώνουν τις 16 ιστορίες που διαπραγματεύεται το βιβλίο. Ο συγγραφέας που είναι επίκουρος καθηγητής του ΑΠΘ με ειδικότητα νευρολόγου - ψυχίατρο, γράφει για δεκάξι περιπτώσεις ψυχικών παθήσεων από τις πιο συνηθισμένες που συνάντησε κατά την άσκηση του επαγγέλματός του. Ο αναγνώστης μαθαίνει πολλά για την ψυχική νόσο αλλά και για τις σημαντικές θεραπευτικές δυνατότητες που υπάρχουν σήμερα. Έτσι, μέσα από τη γνώση γνωρίζει τη φύση της ασθένειας και μπορεί να την αντιμετωπίσει χωρίς φόβο και προκατάληψη.



ΟΛΥΜΠΙΑΔΑ
ΕΣΤΙΑΤΟΡΙΟ - ΤΑΒΕΡΝΑ

Restaurant
ΒΕΡΓΙΝΑ ΗΜΑΘΙΑΣ

*Το εστιατόριο "Ολυμπιάδα" βρίσκεται στην καρδιά της Βεργίνας Ημαθίας,
δίπλα στους αρχαιολογικούς τάφους του Φιλίππου.
Είναι μια πρόκληση για τους επισκέπτες αυτών αφού σέβεται την πατροπαράδοτη
ελληνική κουζίνα και την προσφέρει στους φιλοξενούμενους της
με τα πιο φυσικά και αγνά υλικά.*

Αναγνωστόπουλος Θωμάς
Κιν. 6947 182046 Τηλ. 23310 92432 - Fax: 23310 92232
e-mail: olympiadamakiss@in.gr

