

ΧΡΥΣΙΩΤΙΚΑ ΝΕΑ

ΟΜΗΡΟΥ 34 - Ν. ΗΡΑΚΛΕΙΟ 141 21



ΤΡΙΜΗΝΙΑΙΟ ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΟ ΔΕΛΤΙΟ ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΤΩΝ ΑΠΑΝΤΑΧΟΥ ΧΡΥΣΙΩΤΩΝ ΕΥΡΥΤΑΝΙΑΣ " Η ΠΑΝΑΓΙΑ "

Περίοδος Α'

Ετος 3^ο

Αριθμός Φύλλου 8

Α' ΤΡΙΜΗΝΟ 1997

Ο ΧΟΡΟΣ ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ

Αγαπητοί συγχωριανοί και φίλοι του Συλλόγου μας, ο ετήσιος χορός μας θα γίνει την Παρασκευή 7 Φεβρουαρίου στο κέντρο "ΑΜΠΕΛΟΦΥΛΛΟ", Λέλας Καραγιάννη και Σαμοθράκης 3 στην Κυψέλη.

Το άνετο περιβάλλον και το πλούσιο καλλιτεχνικό πρόγραμμα είναι εγγύηση για ένα αντάμωμα, όπου οι Χρυσιώτες και οι φίλοι τους θα διασκεδάσουν, θα χορέψουν και θα τραγουδήσουν μέχρι το πρωί.

Σας περιμένουμε όλους
Το Δ.Σ.

ΕΥΧΕΣ

Το Διοικητικό Συμβούλιο και η Εξελεγκτική επιτροπή του Συλλόγου σας εύχονται
ΧΡΟΝΙΑ ΠΟΛΛΑ και το 1997 να σας φέρει
Υγεία, Ευτυχία και Ειρήνη.

Ο Πρόεδρος και το Κοινοτικό Συμβούλιο της
Χρύσας εύχεται **ΧΡΟΝΙΑ ΠΟΛΛΑ** σε όλους
και ευτυχισμένο το 1997.

ΤΟ ΤΕΜΠΛΟ ΤΗΣ ΠΑΝΑΓΙΑΣ

Σας υπενθυμίζουμε ότι ο αριθμός λογαριασμού που έχει ανοιχτεί για την συγκέντρωση χρημάτων για την αναπαλαίωση και σωτηρία του τείμπλου της Παναγίας είναι "Εμπορική Τράπεζα 013/40-576-479".

Μέχρι σήμερα 3-1-97 έχει συγκεντρωθεί το ποσό των 115.000 δραμιών

ΤΑ ΗΘΗ ΚΑΙ ΤΑ ΕΘΙΜΑ ΠΟΥ ΖΩΝΤΑΝΕΥΟΥΝ ΤΗΝ ΜΕΓΑΛΗ ΜΑΣ ΚΛΗΡΟΝΟΜΙΑ

Του Ιερέως Σταύρου Δ. Μαρούλη

Ο λαός είναι η πρώτη πηγή δημιουργίας των εθίμων. Μέσα σε σ' αυτά καθρεφτίζεται η προσωπικότητα και η ατομικότητα του λαού που τα δημιουργήσε. Θα μπορούσε να πει κανείς ότι είναι η προίκα της μιας γενιάς προς την άλλη, για να κρατιέται ο λαός σε μια ενότητα χωρίς την οποίαν δεν έχει μέλλον.

Η Ελλάδα πανάρχαια μήτρα πολιτισμού και πνευματικών ιδεών, σταυροδρόμι υψηλών ιδανικών, ποτέ δεν έμεινε χωρίς πνευματικότητα, και έξω από το εργαστήρι της ιστορίας. Χωρίς να το θέλει όμως η μεγάλη ηθική και πνευματικής της κληρονομιά δοκιμάστηκε πολλές φορές αλλά χωρίς ποτέ να χάσει την συνοχή της.

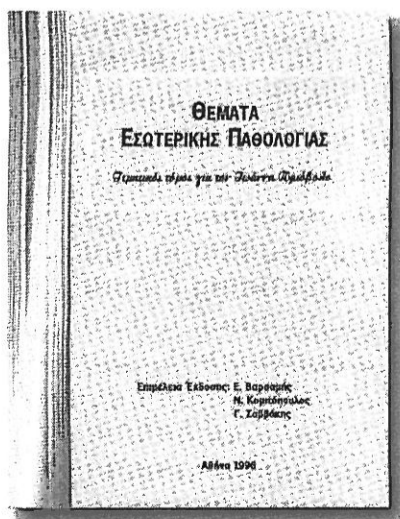
Ο λαός μας σε κάθε ιστορική θύελλα και κάθε ιδεολογικό κατακλυσμό που ήρθε απ' έξω έβαζε τα δυνατά του να κρατήσει την πνευματική του κληρονομιά ανέγγιχτη και κατόρθωνε να φέρνει τα ξενόφερτα στα μέτρα του και να τα βάζει σε δικά του καλούπια. Να γιατί ο Αιγύπτιος ιερέας είχε "Έλληνες αεί παίδες εισίν".

Ο τελευταίος παγκόσμιος πόλεμος και οι τρομερές τεχνολογικές εξελίξεις που είχαν σαν αποτέλεσμα το ξερίζωμα των κατοίκων της υπαίθρου και το ανθρώπινο ανακάτωμα μέσα στα τερατώδη κατασκευάσματα των πόλεων, ξεγύμνωσαν πνευματικά το λαό μας και τον απεμάκρυναν απ' τα βιωμάτά του. Στην ψυχή του μπήκαν οι δαίμονες που γέννησε η μηχανή και μάταια ψάχνει εκεί στο σκοτάδι να βρεί τον εαυτό του. Έτσι τώρα βλέπουμε πόσο μόνοι μείναμε μέσα στις σημερινές μελαγχολικές πολυκατοικίες, που βογγάνε ωστόσο από κόσμο, η σκέψη μας γυρίζει νοσταλγικά στα χωριά μας που οι άνθρωποι ήταν πολύ κοντά ο ένας στον άλλον και τους έδενε η γειτονιά, η στέρηση των πολυτελών αγαθών, τα ήθη και τα έθιμα. Τα έθιμα που ζέσταιναν την ψυχή μας και μας κρατούσαν ριζομένους στον τόπο του γεννηθήκαμε. Στον τόπο τον πατρογονικό που στη ράχη του βάσταξε τόσες γενιές οι οποίες αν και από τα βάθη της ιστο-

συνέχεια στη σελ. 2

ΤΙΜΗΤΙΚΗ ΕΚΔΗΛΩΣΗ

για τον επίκουρο καθηγητή Παθολογίας κ. Ιωάννη Πριόβολο.



Με την ευκαιρία της έκδοσης τόμου με τίτλο "Θέματα Εσωτερικής Παθολογίας" πραγματοποιήθηκε στην Αθήνα στις 10 Δεκεμβρίου λαμπρή εκδήλωση προς τιμήν του συγχωριανού μας επίκουρου καθηγητή παθολογίας κ. Ιωάννη Πριόβολου.

Την εκδήλωση οργάνωσε η Β' Παθολογική κλινική και το Δ.Σ. του Κωνσταντοπούλειου Νοσοκομείου "Αγία Όλγα".

Παραβρέθηκε πλήθος κόσμου: Καθηγητές Ιατρικής, παλιοί μαθητές του κ. Πριόβολου, συνεργάτες φίλοι του καθώς και συμπατριώτες του Ευρυτάνες.

Ολοι όσοι πήραν το λόγο αναφέρθηκαν με τα καλλίτερα λόγια στον επιστήμονα, τον ιατρό μα προπαντός στον άνθρωπο Ιωάννη Πριόβολο, που προσέφερε τις υπηρεσίες του επί σειρά ετών στον πάσχοντα συνάνθρωπό του.

Χαιρετισμό απύθυνε και ο συγγραφέας Αντώνης Σαμαράκης με τηλεγραφημά του το οποίο μεταξύ των άλλων ανέφερε: "Φίλε Γιάννη, λόγοι ανεξάρτητοι της θελησεώς μου δεν μου επέτρεψαν να βρίσκομαι απόψε κοντά σου"..... Τόνισε δε ο εξαίρετος συγγραφέας τις αρετές του κ. Πριόβολου ως ιατρού και ανθρώπου.

Ο Δήμαρχος Καρπενησίου συμπατριώτης και μαθητής του Ιωάννη Πριόβολου, παίρνοντας το λόγο, μίλησε για την κοινή τους καταγωγή και εξήρε τα προτερήματα και τις αρετές του Δασκάλου του.

Η εκδήλωση ολοκληρώθηκε με διάλεξη του κ. Ιωάννη Πριόβολου με θέμα "Παρελθόν, Παρόν και μέλλον της Παθολογίας".

Η εφημερίδα μας εύχεται στον Γιάννη Πριόβολο να συνεχίσει για πολλά χρόνια ακόμη να προσφέρει τις πολύτιμες γνώσεις του και την πλούσια εμπειρία του στο κοινωνικό σύνολο.

ΙΩΑΝΝΗΣ ΠΡΙΟΒΟΛΟΣ

Γεννήθηκε στη Χρύσω Ευρυτανίας το Νοέμβριο του 1921.

Αριστούχος απόφοιτος του Γυμνασίου Καρπενησίου το 1939.

Το 1940 εισήχθη στην Ιατρική Σχολή του Πανεπιστημίου Αθηνών.

συνέχεια στη σελ. 2

θρωπο Ιωάννη Πριόβολο, που προσέφερε τις υπηρεσίες του επί σειρά ετών στον πάσχοντα συνάνθρωπό του.

ΤΙΜΗΤΙΚΗ ΕΚΔΗΛΩΣΗ
για τον επίκουρο καθηγητή Παθολογίας
κ. Ιωάννη Πριόβολο.

Διακοπή της φοίτησης του την άνοιξη του 1942 εξαιτίας της αναστολής της λειτουργίας του Πανεπιστημίου Αθηνών μέχρι το 1944 λόγω της Γερμανο-Ιταλικής κατοχής.

Επανάληψη των σπουδών του στο Πανεπιστήμιο Αθηνών τον Οκτώβριο του 1945

Από τον Οκτώβριο του 1945 μέχρι τον Οκτώβριο του 1950 υπηρέτησε παράλληλα με τις σπουδές του στην Ιατρική σχολή, ως εσωτερικός υποβοηθός στη Β' Παθολογική Κλινική του Πανεπιστημίου Αθηνών (Ιπποκράτειο Νοσοκομείο), διευθυνόμενη από τους καθηγητές Βλαδίμηρο Μπένση αρχικά και Αρκάδιο Γούτα κατόπιν.

Ελαβε το πτυχίο της Ιατρικής το 1950

Από τον Οκτώβριο του 1950 μέχρι το Φεβρουάριο του 1953 εσωτερικός βοηθός στη Β' Παθολογική Κλινική.

Το 1953 έλαβε την ειδικότητα της Παθολογίας

Από το Μάρτιο του 1953 μέχρι το Μάρτιο του 1957 υπηρέτησε ως Πανεπιστημιακός βοηθός.

Το 1955 ανακηρύχθηκε Διδάκτωρ της Ιατρικής Σχολής του Πανεπιστημίου Αθηνών με το βαθμό "Άριστα" αφού εκπόνησε Διατριβή με τίτλο: "Ο προσδιορισμός της προθρομβίνης και των επιταχυντικών παραγόντων της πήξεως ως μέθοδος ελέγχου της ηπατικής λειτουργίας"

Το 1957 έλαβε την ειδικότητα της Καρδιολογίας.

Από τον Ιανουάριο του 1958 μέχρι τον Δεκέμβριο του 1961 υπηρέτησε ως Πανεπιστημιακός Επιμελητής.

Το 1961 ολοκλήρωσε την εκπόνηση Διατριβής για Υψηλότητα με τίτλο: "Πειραματική μελέτη επί του θρομβοπλαστικού παράγοντος, ποικίλης προελεύσεως ιστικών εκχυλισμάτων υφ' υμών παρασκευασθέντων" και διορίστηκε Υφηγητής της Β' Παθολογικής κλινικής του Πανεπιστημίου Αθηνών.

Από το 1965 μέχρι το 1985 υπηρέτησε ως Διευθυντής της Παθολογικής Κλινικής του Νοσοκομείου Νέας Ιωνίας "Αγία Ολγα"

Καθόλη τη διάρκεια της Πανεπιστημιακής και Νοσοκομειακής του σταδιοδρομίας προσέφερε διδακτικό έργο σε φοιτητές της Ιατρικής, σε πτυχιούχους Ιατρούς ειδικευόμενους στη Παθολογία καθώς και στη Σχολή Επισκεπτριών Αδελφών.

Υπήρξε μέλος της Ιατρικής Εταιρείας Αθηνών, της Βιολογικής Εταιρείας, της Καρδιολογικής Εταιρείας, της Αιματολογικής Εταιρείας (εκ των ιδρυτικών μελών) και της Διεθνούς Αιματολογικής Εταιρείας.

Εκπόνησε μόνος ή με άλλους συνεργάτες του άνω των 100 εργασιών οι οποίες δημοσιεύθηκαν σε επιστημονικά περιοδικά ή ανακοινώθηκαν σε Ελληνικά ή Διεθνή Συνέδρια.

Υπήρξε επί δέκα και πλέον έτη μέλος της εξεταστικής επιτροπής για τη χορήγηση ειδικότητας Παθολογίας.

Το 1984 ήταν υποψήφιος πρόεδρος στις εκλογές του Ιατρικού Συλλόγου Αθηνών.

Κατά την περίοδο 1985 μέχρι το 1989 υπήρξε πρόεδρος του Κεντρικού Συμβουλίου Υγείας (ΚΕΣΥ), πρόεδρος του Δ.Σ. του Νοσοκομείου "Ευαγγελισμός" και πρόεδρος του Δ.Σ. του Νοσοκομείου "Ανδρέας Συγγρός"

Από το Σεπτέμβριο του 1995 μέχρι σήμερα είναι πάλι πρόεδρος του Δ.Σ. του Νοσοκομείου "Ευαγγελισμός".

ΤΑ ΗΘΗ ΚΑΙ ΤΑ ΕΘΙΜΑ ΠΟΥ ΖΩΝΤΑΝΕΥΟΥΝ
ΤΗΝ ΜΕΓΑΛΗ ΜΑΣ ΚΛΗΡΟΝΟΜΙΑ
Του Ιερέως Σταύρου Δ. Μαρούλη

ρίας πάλαιψαν σκληρά μ' όλα τα στοιχεία, δεν γονάτισαν και άντεξαν στο χρόνο για να παραδώσουν σε μας ανέγγιχτη και πάντοτε ανανεωμένη την εθνική μας κληρονομιά.

Μπροστά σ' αυτό το χρέος που έχουμε και μείς σήμερα προς τα παιδιά μας, τους νέους που ακολουθούν, ας διατηρήσουμε τα έθιμά μας, την γλώσσα μας, που πολλοί ντρέπονται να την χρησιμοποιούν, την παραδοσή μας σε κάθε εκδήλωση, στο γάμο, στη γιορτή, στο πανηγύρι, σε κάθε γλέντι και προπαντός στη μουσική μας παράδοση που αποτελεί τον ανεκτίμητο πλούτο της πατρίδας μας ολόκληρης και όχι μόνο του τόπου μας και της γενέτειράς μας. Προπαντός όμως να διατηρήσουμε εκείνη την μεγάλη αγάπη και τον μεταξύ μας δεσμό που μας διακρίνει, στο βαθμό που να μας ζηλεύουν για την ενότητά μας και την πρόοδο. Και να λογίζεται ο καθένας μας ότι η αγάπη κτίζει διπλά από το φουσκωμένο προτοφάκι. Πάντα τούτα για το καλό και την πρόοδο όλων μας και προς δόξαν του μεγάλου ονόματος που λέγεται ΧΡΥΣΩ.

ΑΓΡΑΦΑ ΚΑΙ ΚΑΡΠΕΝΗΣΙ

Άγραφα και Καρπενήσι
δεν ξεχνά όποιος γνωρίσει,
θα χαρεί σ' αυτά τα μέρη
μυρωμένο καλοκαίρι

Έχει όμορφα κορίτσια
λυγερά σαν κυπαρίσσια,
όλο λεβεντιά και χάρη
που πετούν από καμάρι.

Στο ποτάμι όταν πλένουν
σύννεφα χρυσά διαβαίνουν,
που περνούν και ψιχαλίζουν
και στον ήλιο καθρεφτίζουν.

Στις πηγές και στα λουλούδια
τα πουλιά ψάλλουν τραγούδια,
πέρδικες το λεν κι αηδόνια
στα ροδανθισμένα κλώνια.

Γιδοπρόβατα κοπάδια
μέσ' στα χλοερά λειβάδεια,
παίζει ο κότσυφας φλογέρα
και χορεύει στον αιθέρα.

Από το βιβλίο "Μιλούμε για πολιτισμό"
Του Δημήτρη Κολλημένου
Καρπενήσι

ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΤΗΣ ΕΠΑΡΧΙΑΣ

Τα παιδιά της επαρχίας πληρώνουν πάντα τα λάθη κάποιων άλλων.

Τα νιάτα του τόπου μας το μέλλον, του χωριού μας. Οι ελπίδες μας. Όμως γρήγορα αντικρίζουμε τη φρικτική πραγματικότητα. Τα παιδιά αυτά είναι στερημένα και αργά ή γρήγορα ένα μεγάλο μέρος από αυτά αναγκάζεται να συμβιβαστεί με τη μοίρα του.

Οι σπουδές πρέπει να σταματήσουν, τα χωράφια απαιτούν χέρια μα πάνω απ' όλα στη δύσκολη αυτή εποχή οι οικογένειες χρειάζονται τα χρήματα. Έτσι τα παιδιά αναγκάζονται έμμεσα ή άμεσα να παραγκωνίσουν το σχολείο επιλέγοντας αυτόματα το μέλλον το δικό τους και ίσως των παιδιών τους. Ένας ακόμη άνθρωπος στο δρόμο μιας καταδίκης που συγκλίνουν όλα: η έλλειψη κατάλληλης υποδομής, οι προτροπές και από την ίδια την οικογένεια, η κακή λειτουργία του σχολείου κ.λ.π.

Ο νέος ακόμη κι αν καταφέρει να ανταποκριθεί στις απαιτήσεις και να σπουδάσει θα βρεθεί μπροστά σ' έναν απροσπέλαστο τοίχο. Η επαρχία δεν έχει τόση ανάγκη από σπουδές όσο από χέρια, κι έτσι η μοναδική λύση μοιάζει η απομάκρυνση από το χωριό για τα αστικά κέντρα. Το ίδιο βεβαίως συμβαίνει και με πολλούς άλλους

που δεν επέλεξαν να συνεχίσουν το σχολείο κάτω από αυτές τις συνθήκες. Τα χωράφια θέλουν πολλή δουλειά μα το κυριότερο η δουλειά τους δεν έχει οικονομικό αντίκρουσμα. Έτσι οι φτωχές επιγραφές των πόλεων φαντάζουν πολλές φορές σαν τη μοναδική λύση. Εκεί θα αποτελέσουν τα φτηνά εργατικά χέρια. Κάτι πρέπει να αλλάξει όμως. Τα παιδιά αυτά έχουν τη δυνατότητα να ζήσουν ευτυχισμένα παιδικά χρόνια γιατί ζούν κοντά στη φύση. Δεν μπορούν όμως να το συνδιάσουν με τις κατάλληλες βάσεις για μια ήρεμη ζωή στα επόμενα στάδια της ζωής τους. Και για ποιά ευτυχισμένα παιδικά χρόνια μπορούμε να μιλάμε όταν το παιδί έχει να αντιμετωπίσει την υπέρμετρα αστηρή ηθική της επαρχιακής κοινωνίας;

Οι καιροί που διανύουμε είναι δύσκολοι και έχουν μεγάλες απαιτήσεις. Τα παιδιά είναι οι ελπίδες μας για έναν καλύτερο κόσμο, για ένα πιο καλό αύριο.

Γι' αυτό πρέπει να είναι κυριότερή μας επένδυση η παιδεία τους. Η κατάλληλη συμπεριφορά απεναντί τους είναι υποχρεωσή μας.

Α. Πετράκη

 **ΠΡΑΤΗΡΙΟ**
ΥΓΡΩΝ ΚΑΥΣΙΜΩΝ
Θωμάς Χορρόβας
2ο ΧΛΜ. ΕΠ. ΟΔΟΥ ΚΑΡΠΕΝΗΣΙΟΥ-ΠΡΟΥΣΟΥ
ΤΗΛ.: 22.298 - ΚΑΡΠΕΝΗΣΙ

ΕΥΛΟΥΡΓΙΚΕΣ ΕΡΓΑΣΙΑΙ
ΕΠΙΠΛΑ ΚΟΥΖΙΝΑΣ
ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ Κ. ΜΑΝΤΗΣ
ΝΕΑ ΕΥΡΥΤΑΝΙΑ ΛΑΜΙΑΣ
ΤΗΛ. (0231) 34146 - 29372

ΚΩΣΤΑΣ ΜΠΕΤΧΑΒΑΣ
ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΟΙ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΙ
ΞΕΝΟΔΟΧΕΙΩΝ - ΕΣΤΙΑΤΟΡΙΩΝ - BAR
ΕΙΣΑΓΩΓΕΣ ΕΞΑΓΩΓΕΣ
ΚΕΝΤΡΙΚΟ: Αγ. Παρασκευής 40 - Περιστερί
Τηλ.: 5712740-5720373-5745010-5758811
Fax. 5750590 - Telex. 214249 SECA GR
ΥΠΟ/ΜΑ: Στουρνάρη 67 - Αθήνα - Τηλ.: 5236962

Η ΓΕΝΙΚΗ ΣΥΝΕΛΕΥΣΗ ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΜΑΣ

Πραγματοποιήθηκε στις 10 Νοεμβρίου η Γενική Συνέλευση του Συλλόγου μας, στην οποία παραβρέθηκαν πολλοί συγχωριανοί μας. Πρόεδρος της Γ.Σ. εκλέχτηκε ο κ. Γιάννης Κρυστάλλης και Γραμματέας ο κ. Νίκος Καράνης. Στη συνέχεια το λόγο πήρε ο πρόεδρος του απερχομένου Δ.Σ. κ. Γρηγόρης Τριανταφύλλου ο οποίος προέβη στον απολογισμό του έργου του Δ.Σ. για την διετία '94-'96 λέγοντας μεταξύ άλλων τα εξής: "Κοινό σημείο αναφοράς όλων μας είναι το χωριό μας, η όμορφη Χρύσω. Οι ισχυροί δεσμοί μας με το χωριό αποτελούν συνδυαστικούς κρίκους που μας ενώνουν σ' ένα κοινό σκοπό: να προσπαθούμε το καλύτερο για το χωριό μας, ο καθένας χωριστά αλλά και όλοι μαζί μέσω του Συλλόγου μας. Ο Σύλλογος που όλοι αγκαλιάσατε χρόνια τώρα και υποστηρίζατε πασχίζει με τις μικρές του δυνάμεις να προσφέρει στο χωριό. Βεβαίως οι δυνατότητές του είναι περιορισμένες και σε καμιά περίπτωση δεν μπορεί και δεν είναι στόχος του άλλωστε, να υποκαταστήσει την πολιτεία και τις υποχρεώσεις της απέναντι στο χωριό μας.

Ο ρόλος του περιορίζεται σε μικρές παρεμβάσεις που σκοπό έχουν να αντιμετωπίσουν άμεσα προβλήματα μικρού οικονομικού κόστους.

Η σημαντικότερη προσφορά του Συλλόγου κατά τη γνώμη μου είναι η σύσφιξη των σχέσεων μεταξύ των συγχωριανών μέσω των εκδηλώσεων που οργανώνει (χορός) και των δραστηριοτήτων που αναπτύσσει (εφημερίδα)".

Παρακάτω αναφέρονται τα έργα που έγιναν από το Δ.Σ. στη διάρκεια της δίχρονης θητείας του.

Εκδόθηκαν ημερολόγια για τα έτη 1995 και 1996.

2. Πραγματοποιήθηκαν με επιτυχία 2 χοροί.

3. Αγοράστηκαν δώρα την πρωτοχρονιά και βιβλία το Πάσχα για τους μαθητές του Δημοτικού Σχολείου.

4. Χρηματοδοτήθηκε η διάνοιξη ποδοσφαιρικού γηπέδου στο χοροστάσιο.

Πραγματοποίησε πολιτιστική εκδήλωση το κα-

λοκαίρι του '95 στο χωριό.

6. Επεδίωξε και πέτυχε συναντήσεις με κυβερνητικούς φορείς (Θωμάς - Σαλαγιάννης - Μπένος - Τσιγαρίδας) για τα διάφορα προβλήματα του χωριού και για την παραμονή του Δασκάλου του Σχολείου, αλλά χωρίς να υπάρξει ανταπόκριση.

7. Ανοίχτηκε τραπεζικός λογαριασμός για την συγκέντρωση χρημάτων για την αναπαλαίωση και σωτηρία του τέμπλου της Παναγίας.

8. Χρηματοδότησε την αναπαλαίωση του γκρεμισμένου τμήματος της στοάς του παλαιού οστεοφυλακίου και τοποθέτησε σιδερένια πόρτα.

Αγόρασε μπασκέτα και καθίσματα για τις κούνιες της παιδικής χαράς.

10. Χρηματοδότησε την ανακατασκευή του τοίχου από το οστεοφυλάκιο μέχρι τη σκάλα προς Παναγία και του τοίχου στον Άγιο Γεώργιο μήκους 53 μέτρων.

11. Χρηματοδότησε τον καθαρισμό του χωριού.

12. Εξέδωσε τα "Χρυσιώτικα Νέα" που από το πρώτο φύλλο κυκλοφορίας τους τα αγκαλιάσατε με πολύ αγάπη.

Στη συνέχεια αναγνώστηκε η έκθεση της Εξελεγκτικής επιτροπής και αφού εγκρίθηκαν από την Συνέλευση τα πεπραγμένα υπήρξε μια γόνιμη συζήτηση με τη διατύπωση διαφόρων αποψεων.

Ακολούθησαν οι υποψηφιότητες για το Δ.Σ. και την Ε.Ε. και αυτή τη φορά υπήρξε ένα παρήγορο και αισιόδοξο μήνυμα για την συνέχιση του Συλλόγου με την ύπαρξη 9 υποψηφίων.

Οι Εκλεγέντες συνήλθαν σε σώμα στην πρώτη συνεδρίαση του νέου Δ.Σ. ως εξής:

Πρόεδρος - Υπεύθυνος έκδοσης εφημερίδας

Γρηγόρης Δ. Τριανταφύλλου Τηλ. 2774497

Αντιπρόεδρος:

Αντώνης Θ. Καρανίκας Τηλ. 2406777

Γ. Γραμματέας:

Ιωάννα Καραθάνου Τηλ. 6921815

Ταμίας:

Παναγιώτης Αυγέρης Τηλ. 8236562

Υπεύθυνος δημοσίων σχέσεων:

Χαράλαμπος Δ. Μπετχαβάς Τηλ. 6929045

Υπεύθυνος Εκδηλώσεων:

Δημήτρης Ντότσικας Τηλ. 8317595

Υπεύθυνος έκδοσης εφημερίδας:

Στέργιος Πετράκης Τηλ. 2776295

ΨΗΣΤΑΡΙΑ - ΟΙΝΟΜΑΓΕΙΡΕΙΟ "ΤΟ ΠΑΝΟΡΑΜΑ"

Λειτουργεί μεσημέρι - βράδυ, άνετο περιβάλλον, εκλεκτή κουζίνα

Αφοι Χ. & Κ. ΑΡΚΟΥΜΑΝΗ ο.ε.

Ρήγα Φεραίου 18 36100 Καρπενήσι
Τηλ. (0237) 25.976 Οικ. (0237) 25203-25407

ΕΝΑΣ ΠΑΛΙΟΣ ΘΕΣΜΟΣ ΠΟΥ ΚΑΤΑΡΓΗΘΗΚΕ

ΠΡΟΣΩΠΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

Τα παλιά χρόνια που τα λεφτά ήταν λίγα και οι κοινότητες δεν είχαν κρατικές επιχορηγήσεις, είχε εφαρμοστεί με νόμο η προσωπική εργασία των κατοίκων.

Κάθε κάτοικος που ήταν ενήλικος, εξαιρουμένων των υπερηλίκων, ήταν υποχρεωμένος να εργαστεί δωρεάν δέκα ημέρες το χρόνο σε έργα της κοινότητας, όταν διαταχτεί από τον Πρόεδρο.

Τα έργα που γίνονταν ήταν η συντήρηση των βατών δρόμων (αμαξιτοί δεν υπήρχαν) προς τις άλλες κοινότητες ή μέσα στο χωριό για κοινωφελή σκοπό.

Οι κάτοικοι πρόθυμοι έτρεχαν, άνδρες και γυναίκες, στην προσωπική εργασία, πρώτον γιατί έφτιαχναν τους δρόμους που περνούσαν και δεύτερον ήταν μια συγκέντρωση - εκδήλωση για τους νέους που έβρισκαν την ευκαιρία να εκδηλωθούν, να αστείευτούν, περπατώντας στο δρόμο ή ακόμα και δουλεύοντας.

Γέμιζε ο τόπος φωνές, αστεία, πειράγματα, τραγούδια, ιστορίες καθ' οδόν από παλαιότερους για συμβάντα σε ορισμένα σημεία της διαδρομής, για νεράιδες και στοιχειά κοντά στους βράχους, στα ποτάμια και τα γεφύρια.

Πολλές φορές πήγαιναν και μικρότεροι σε ηλικία χωρίς ο νόμος να τους πιάνει, εθελοντές, για να ζήσουν όλο αυτό το πανηγύρι.

Τουλάχιστον στο χωριό θα άνοιγαν τους δρόμους προς Άγιο Δημήτριο, προς Δάφνη, προς Μαυρομμάτα, προς Κερασοχώρι δύο φορές το χρόνο.

Ο πρόεδρος κατάρτιζε τα συνεργεία που θα πήγαιναν την ημέρα της προσωπικής εργασίας και αν οποιοσδήποτε αρνούταν την εκτέλεση έργου, μπορούσε να τον στέλει στο Δημόσιο Ταμείο με πρόστιμο την αξία του εργατικού ημερομισθίου υπέρ των εσόδων της κοινότητας.

Πολλοί νέοι άλλαζαν συνεργείο ανάλογα που θα πήγαινε η καλή τους ή η κοπέλα που ενδιαφερόταν και δούλευαν σκληρά για να τους δείξουν τις ικανότητές τους για να τους προτιμήσουν από τους άλλους.

Δεν είναι πολλά χρόνια που καταργήθηκε αυτός ο θεσμός και έπαψε η προσωπική εργασία να είναι μια ωφέλιμη και χαρούμενη εκδήλωση.

Τα γράφω αυτά για την νεολαία, γιατί οι μεγαλύτεροι τα ζήσαν και ίσως τους δοθεί η ευκαιρία να τα αναπολήσουν, να ξαναθυμηθούν παλιές ιστορίες.

ΧΡΥΣΙΩΤΙΚΑ ΝΕΑ

Ιδιοκτήτης-Εκδότης
Σύλλογος των απανταχού
Χρυσιωτών Ευρυτανίας

"Η ΠΑΝΑΓΙΑ"

Υπεύθυνος Έκδοσης
Γρηγόρης Δ. Τριανταφύλλου
Ομήρου 34 - 141 21 Ν.
Ηράκλειο
Τηλ. (01)-2774497

Συντάσσεται από την παρακάτω συντακτική επιτροπή:
Καραθάνου Φ. Ιωάννα
Καρανίκας Θ. Αντώνιος
Κρυστάλλη Ι. Αλεξάνδρα
Μπετχαβάς Δ. Χαράλαμπος
Τριανταφύλλου Δ. Γρηγόρης

Συνδρομές
Ετήσια Δρχ. 1000

ΨΗΣΤΑΡΙΑ ΤΑΒΕΡΝΑ

"ΤΟ ΚΑΤΑΦΥΓΙΟ ΤΩΝ ΚΥΝΗΓΩΝ"

**ΜΠΕΣΑΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ
ΔΑΦΝΗ ΕΥΡΥΤΑΝΙΑΣ**

**ΧΡΗΣΙΜΕΣ
ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ**

ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΚΑΙ ΥΓΕΙΑ

Γράφει ο ιατρός Δ. Αναγνωστάκης



Πρακτικές Οδηγίες

- ✓ Μάθετε ότι τα ψάρια και τα πουλερικά παχαίνουν λιγότερο απ' όσο το κρέας και τα αλλαντικά.
- ✓ Προτιμάτε τα φαγητά που είναι φτιαγμένα στη σχάρα ή στο φούρνο.
- ✓ Αποφεύγετε τα τηγανητά ψάρια. Αν τα τηγανίζετε, φροντίστε να χρησιμοποιείτε ελαιόλαδο ή φυτικά λάδια, όπως π.χ. καλαμποκέλαιο, ηλιανθέλαιο, σογιέλαιο ή μαργαρίνες διαίτης, αντί για βούτυρο ή λίπος.
- ✓ Φροντίστε να περιορίσετε τα παχιά γαλακτομικά προϊόντα (όπως π.χ. βούτυρο, κρέμα, μαλακά τυριά, παγωτά, γάλα).
- ✓ Το άπαχο γιαούρτι, τα άπαχα τυριά οι μαργαρίνες διαίτης και το αποβουτυρωμένο γάλα είναι προτιμότερα.
- ✓ Εξασφαλίστε καθημερινά στο διαιτολόγιό σας τροφές πλούσιες σε φυτικές ίνες, τρώγοντας πολλά φρούτα και λαχανικά.
- ✓ Φροντίστε να τα τρώτε ωμά ή λίγο μαγειρευμένα, διότι έτσι εξασφαλίζετε μια μεγάλη ποικιλία από απαραίτητες βιταμίνες.
- ✓ Αποφύγετε τις τροφές που είναι πλούσιες σε ζωικά λίπη και χοληστερίνη, όπως είναι τα παχιά κρέατα, τα εντόσθια, το συκώτι, τ' αυγά, τα μυαλά.

Βρέφη και Λιπαρά

Πολλές μητέρες, που γνωρίζουν ότι μια φτωχή σε λίπη διατροφή συμβάλλει στην αποτροπή των καρδιοπαθειών, ρωτούν αν θα πρέπει να περιορίσουν τα λίπη από το διαιτολόγιο των παιδιών τους, από τους πρώτους, κιόλας μήνες της ζωής τους.

Σύμφωνα με την Αμερικανική Ακαδημία Παιδιάτρων, τα λίπη δεν πρέπει να λείπουν από την καθημερινή διατροφή των βρεφών, τουλάχιστον τον πρώτο χρόνο της ζωής τους. Το πλήρες γάλα περιέχει 3% λιπαρά και τα βρέφη που διατρέφονται με γάλα, το οποίο περιέχει 2% λιπαρά, δεν αναπτύσσονται κανονικά, ακόμα κι αν η λήψη τους λίπους μειώνεται μόνο κατά το ένα τρίτο.

Όταν τα μωρά συμπληρώσουν τους πρώτους δώδεκα μήνες της ζωής τους, το καθημερινό διαιτολόγιό τους πρέπει να είναι ποικίλο. Τα παιδιά, στην οικογένεια των οποίων υπάρχουν περιστατικά καρδιοπαθειών, θα πρέπει να εξετάζονται για να διαπιστωθούν τα επίπεδα χοληστερίνης στο αίμα τους ώστε να ακολουθούν μια περιορισμένη σε λίπη διατροφή, αλλά πάντα κάτω από την αυστηρή επίβλεψη του παιδίατρο, σε περίπτωση που η χοληστερίνη τους είναι υψηλή.

Τα παιδιά χρειάζονται τα λίπη για να αναπτυχθούν. Πριν από τον Β' Παγκόσμιο πόλεμο, τα παιδιά στην Ιαπωνία που ακολουθούσαν ένα φτωχό σε λίπη διαιτολόγιο, δεν αναπτύσσονταν κανονικά. Τα τελευταία χρόνια, όμως που το διαιτολόγιό τους εμπλουτίστηκε με λίπη, το ανάστημά τους είναι υψηλότερο.

Ένα φτωχό σε λίπη διαιτολόγιο, μπορεί να προκαλέσει ανεπάρκεια των θρεπτικών ουσιών, που είναι απαραίτητες για την ανάπτυξη του παιδιού, γιατί περιορίζει το κρέας, τα αυγά και τα γαλακτομικά προϊόντα - πλούσιες πηγές πρωτεϊνών, τις οποίες χρειάζονται τα βρέφη. Το κρέας περιέχει ακόμα και σίδηρο, ενώ τα γαλακτομικά προϊόντα δίνουν το ασβέστιο συστατικά ζωικά για τη σωματική ανάπτυξη των παιδιών.

Μάσηση και Αδυνάτισμα

Αν μασάτε καλά και αργά αργά την τροφή σας, χάνετε βάρος! Μην ξαφνιαστείτε. Έτσι είναι. Στις αρχές του αιώνα, σε διαλέξεις που έδινε στα Πανεπιστήμια Χάρβαρντ, Γέιλ και Τζον Χόπκινς, ο διαιτολόγος Οράτιος Φλέτσερ διέτυπωνε μια παράδοξη θεωρία. Υποστήριζε ότι ο άνθρωπος θα μπορούσε να ζήσει περισσότερα χρόνια, αν μασούσε πολύ καλά την τροφή τους, πριν την καταπιεί.

Ο Οράτιος Φλέτσερ πρόβαλε το επιχείρημα, ότι αν μόρια στερεάς τροφής περνούσαν αχώνευτα στο παχύ έντερο, θα υφίσταντο ζύμωση με τα βακτηρίδια και θα σχημάτιζαν δηλητήρια. Τα δηλητήρια αυτά θα τα απορροφούσε το αίμα, και το νήμα της ζωής θα κοβόταν.

Η θεωρία του Φλέτσερ, ήταν βέβαια λανθασμένη. Το στομάχι και τα έντερα περιέχουν χημικές ουσίες, που ονομάζονται ένζυμα. Τα ένζυμα αυτά διασπών τις τροφές τόσο αποτελεσματικά, ώστε δεν έχει καμιά σημασία αν η τροφή είναι καλά μασημένη ή όχι.

Όμως μια έρευνα της ιατρικής σχολής του Πανεπιστημίου της Αλαμπάμα απέδειξε ότι, αν το παρατεταμένο μάσημα της τροφής δεν συμβάλλει στην επιμήκυνση της ζωής, βοηθά, εντούτοις, στην απώλεια βάρους. Πώς; Μα απλούστατα, περιορίζοντας την ποσότητα του φαγητού που τρώτε.

Σας έτυχε ποτέ να απολαύσετε με την ησυχία σας την μπριζόλα και τη σαλάτα σας και να ανακαλύψετε ότι δεν έχετε καμιά διάθεση για επιδόρπιο; Αυτό συμβαίνει επειδή πρέπει να περάσουν είκοσι λεπτά μετά το γεύμα, για να αρχίζετε να νιώθετε ότι χορτάσατε. Αν αφιερώνετε πολύ χρόνο στο μάσημα της τροφής και αφήνετε το πηρούνη σας μετά από κάθε μπουκιά, θα αρχίσετε να νιώθετε χορτάτος, πριν καταναλώσετε μεγάλη ποσότητα φαγητού. Αν πάλι καταβροχθίσετε το φαγητό σας μέσα σε λίγα λεπτά, θα εξακολουθήσετε να νιώθετε πεινασμένος και θα θέλετε να φάτε κι άλλο.

Ίνες και Λίπη

Υπάρχουν δυο ειδών φυτικές ίνες: οι διαλυτές και οι αδιάλυτες. Και τα δύο είδη συμβάλλουν στη μείωση της χοληστερίνης. Οι διαλυτές ίνες περνούν μέσα από τα έντερα, όπου διασπώνται για να σχηματίσουν λιπαρά οξέα, τα οποία μειώνουν τη χοληστερίνη που παράγει το συκώτι.

Οι αδιάλυτες ίνες μειώνουν τη χοληστερίνη, περιορίζοντας τα λίπη μέσα στα έντερα και αποτρέποντας ένα μέρος τους να απορροφηθεί.

Θα πρέπει, πάντως, να σημειωθεί ότι οι ίνες δεν μειώνουν τη χοληστερίνη σημαντικά, αν παράλληλα δεν περιορίσει κανείς την ποσότητα και του φαγητού και του λίπους. Το άτομο που έχει υιοθετήσει ένα πλούσιο σε λίπη διαιτολόγιο, δεν πρόκειται να βοηθηθεί από τις φυτικές ίνες, γιατί η μεγάλη ποσότητα λίπους που παίρνει με τη διατροφή του δεν μπορεί να επηρεαστεί από την παρουσία των ινών. Το συκώτι θα εξακολουθεί να παράγει λίπος, όταν το διαιτολόγιό σας περιέχει περισσότερες θερμίδες απ' ό,τι χρειάζεται ο οργανισμός σας.

Η διαδικασία της πέψης

Υπάρχουν ορισμένα άτομα που μασάνε πολύ την τροφή τους, κάνουν ώρες να

Στο χωριό μας άνοιξε προ εξαμήνου το κάτωθι κατάστημα
**ΨΗΣΤΑΡΙΑ - ΠΑΝΤΟΠΩΛΕΙΟ
"ΤΟ ΚΑΤΑΦΥΓΙΟ"**
Στο κατάστημά μας θα βρείτε φαγητά της ώρας και
πλήρη εξυπηρέτηση
ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ ΑΡΚΟΥΜΑΝΗΣ
ΑΓΙΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ Τηλ. 0237-31755, 31250
Θα σας περιμένουμε να σας εξυπηρετήσουμε

Η ΓΛΥΚΙΑ ΠΛΕΥΡΑ ΤΗΣ ΖΩΗΣ
Η φίρμα Rammo εκτελεί παραγγελίες γενεθλίων, γάμων,
πάρτυ κλπ. Υπάρχει ζωγραφική, παγωτά, γλυκά με την
καλύτερη ποιότητα
ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΕΙΑ ΑΦΟΙ ΡΑΜΜΟΥ
Καταστήματα
ΠΛ. ΠΑΡΚΟΥ - ΤΗΛ. 38867 - ΛΑΜΙΑ - ΤΟΥΡΜΑΝ 4
ΤΗΛ. 31867 ΛΑΜΙΑ -
ΠΑΤΡΟΚΛΟΥ 45 - ΤΗΛ. 46050 - ΛΑΜΙΑ
ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ - ΚΑΤΑΣΤΗΜΑ
ΚΑΡΠΕΝΗΣΙΟΥ 20 - ΤΗΛ. 22913 - ΛΑΜΙΑ

ΚΙΝΗΤΗ ΤΗΛΕΦΩΝΙΑ
ΑΡΙΘΜΟΜΗΧΑΝΕΣ - ΤΑΜΕΙΑΚΕΣ ΜΗΧΑΝΕΣ -
ΓΡΑΦΟΜΗΧΑΝΕΣ - ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΟΙ ΖΥΓΟΙ - ΑΥΤΟΜΑΤΟΙ
ΤΗΛΕΦΩΝΗΤΕΣ - ΦΗΛΕΦΩΝΑ - FAX - ΦΩΤΟΑΝΤΙΓΡΑΦΙΚΑ -
ΤΗΛΕΦΩΝΙΚΑ ΚΕΝΤΡΑ
ΠΑΝ. ΑΡΚΟΥΜΑΝΗΣ
ΘΕΡΜΙΣΤΟΚΛΕΟΥΣ 12 - ΛΑΜΙΑΣ (ΑΠΛΑ ΣΤΗΝ ΤΡΑΠ. ΠΙΣΤΕΥΣΕ)
ΤΗΛΕΦ. 0231-29294 - 31355 - FAX. 0231 43963
SERVICE ΚΑΘΕ ΤΥΠΟΥ ΜΗΧΑΝΗΣ

**Carpin
mode**

ΒΑΣΩ & ΧΡΗΣΤΟΣ ΧΑΛΚΙΑΣ
ΚΑΡΠΕΝΗΣΙ - ΤΗΛ. 0237-25710

**ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΕΙΟ
ΚΩΝ/ΝΟΥ Π. ΚΑΡΑΝΙΚΑ**
ΑΜΠΕΛΟΝΑΣ ΠΑΡΙΣΗΣ ΤΗΛ. 0492-32482
ΔΕΧΟΜΑΣΤΕ ΠΑΡΑΓΓΕΛΙΕΣ
ΤΟΥΡΤΕΣ - ΓΛΥΚΑ - ΠΑΓΩΝΑ
ΟΛΑ ΠΑΡΑΓΩΓΗΣ ΜΑΣ

**ΣΝΑΚ ΜΠΑΡ - ΨΗΣΤΑΡΙΑ
"ΤΑ ΦΙΛΑΡΑΚΙΑ"**
ΠΑΝΑΓ. ΚΑΡΑΝΗΣ - ΑΛΕΞ.
ΜΟΥΤΣΕΛΟΣ
ΒΟΥΡΤΕΛΑ 1 - ΠΑΓΚΡΑΤΙ ΛΑΜΙΑΣ
ΤΗΛ. 0331 - 45814

τελειώσουν το φαγητό τους, αλλά υποστηρίζουν ότι με τον τρόπο αυτόν τρώνε λιγότερη ποσότητα.

Είναι γεγονός ότι τρώμε μέχρι να νιώσουμε ότι χορτάσαμε, πράγμα που συμβαίνει είκοσι λεπτά μετά το κατέβασμα της πρώτης μπουκιάς.

Όσο πιο πολλή ώρα μασάμε την τροφή μας, τόσο λιγότερο φαγητό θα έχουμε καταναλώσει, όταν θα έχουν συμπληρωθεί τα είκοσι αυτά λεπτά.

Στο σημείο αυτό ίσως, δεν θα θέλουμε πια να φάμε άλλο, γιατί θα έχουμε χορτάσει.

Δυο στοιχεία δίνουν το αίσθημα του κορεσμού. Το ένα είναι τα λίπη, που περιλαμβάνει το φαγητό μας και το δεύτερο, οι υδατάνθρακες.

Όταν τα λίπη περνούν από το στομάχι στα έντερα, τα έντερα παράγουν μια ορμόνη που κάνει τη χοληδόχο κύστη να συσπάται και να εκκρίνει χολή στα έντερα, για να προκαλέσει την πέψη των λιπών. Είκοσι λεπτά μετά την πρώτη μπουκιά, ο εγκέφαλος παράγει την ίδια ορμόνη, με αποτέλεσμα να νιώθουμε χορτάτοι.

Μετά την κατανάλωση υδατανθράκων, τα επίπεδα σακχάρου στο αίμα αρχίζουν να ανεβαίνουν. Όταν ανέβουν αρκετά, το πάγκρεας απελευθερώνει ινσουλίνη στο αίμα, που επίσης εισέρχεται στο υγρό που περιβάλλει τον εγκέφαλο και τον νωτιαίο μυελό, αναγκάζοντας τον υποθάλαμο του εγκεφάλου να μας δώσει μήνυμα ότι χορτάσαμε και ότι πρέπει να σταματήσουμε να τρώμε.

Το διαιτολόγιο της υγιούς εγκύου

Παραθέτουμε ένα διαιτολόγιο που μπορεί να ακολουθηθεί από μια υγιή εγκυμονούσα.

Πρωινό:

Φρέσκα, ώριμα φρούτα εποχής ή χυμός φρούτων.

2) 150-200 γραμμάρια, φρέσκο παραδοσιακό γιαούρτι.

Εάν θέλετε, συμπληρώνετε ξηρά φρούτα (σταφίδες μαύρες, δαμάσκηνα, σύκα, χουρμάδες κ.α.)

Τα ξηρά φρούτα σας βοηθούν στην κινητικότητα του εντέρου και στην προμήθεια σιδήρου, ασβεστίου και άλλων πολύτιμων μετάλλων και βιταμινών.

Μεσημεριανό:

Ένα πιάτο ποικιλία ωμών σαλατικών εποχής (τουλάχιστον 3-4 είδη: τομάτα, αγγούρι, πιπεριά, καρότο, μαρούλι, λάχανο, κ.α.)

Ενα πιάτο ατμόβραστα λαχανικά ή ζαρζαβατικά.

ή πατάτες (μαγειρεμένες κατά προτίμηση με τα φλούδια, βραστές ή ψητές) ή σκούρα μακαρόνια ή χωριάτικο τραχανά ή χυλοπίτες ή κάστανα.

Τα άμυλα (3) καλό είναι να μην τρώγονται σε μεγάλες ποσότητες γιατί δίνουν πολλές θερμίδες. Είναι όμως απαραίτητα, διότι παρέχουν χρήσιμα στοιχεία στον οργανισμό, ενέργεια, ακόμα και αμινοξέα υψηλής βιολογικής αξίας, σε μικρές όμως ποσότητες.

Απογευματινό:

Χυμός καρότου ή πορτοκαλιού και 1 φέτα μαύρο

πιτυρούχο ψωμί με τυρί ανάλατο (50-80 γραμμάρια).

Βραδινό:

Φρούτο (προαιρετικά)

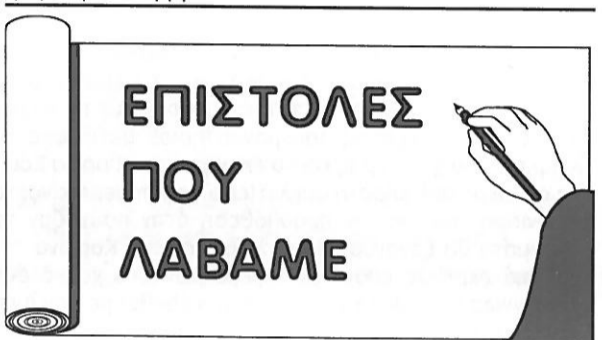
Σαλάτα ποικιλία

και (ή) κρέας ψητό (150-180 γραμ.) 1 έως 2 φορές την εβδομάδα ή ψάρι (ψητό-βραστό 200-250 γραμ.) 2 φορές την εβδομάδα ή 2 αυγά μελάτα ή ποσέ (έως 4 φορές την εβδομάδα) ή ξηροί καρποί ανάλατοι άψητοι (100-160 γραμ.) (2-3 φορές την εβδομάδα).

Τρώγοντας σωστά μια μέλλουσα μητέρα θα έχει:

- Εγκυμοσύνη χωρίς επιπλοκές
- Τοκετό χωρίς επιπλοκές
- Εμβρυο σωστά αναπτυσσόμενο, τόσο σωματικά όσο και διανοητικά.

- Ένα παιδί γεμάτο ευεξία και με σωστές βάσεις για καλή σωματική και διανοητική ανάπτυξη. Αλλά εκτός από τη σωστή διατροφή της εγκύου που οπωσδήποτε είναι ένας σημαντικός και καθοριστικός παράγοντας, υπάρχουν και άλλοι παράγοντες που πρέπει να ληφθούν σοβαρά υπόψη, για να 'χουμε τα καλύτερα δυνατά αποτελέσματα, τόσο για την έγκυο όσο και για το κυοφορούμενο έμβρυο.



ΦΙΛΟΠΡΟΟΔΟΣ ΕΝΩΣΙΣ ΤΩΝ
ΑΠΑΝΤΑΧΟΥ ΚΕΡΑΣΟΧΩΡΙΤΩΝ
ΕΥΡΥΤΑΝΙΑΣ "Ο Κ. ΒΕΛΗΣ"
οδός Γαμβέττα - 12
Αθήνα 106 77

Αθήνα 20 Απριλίου 1996

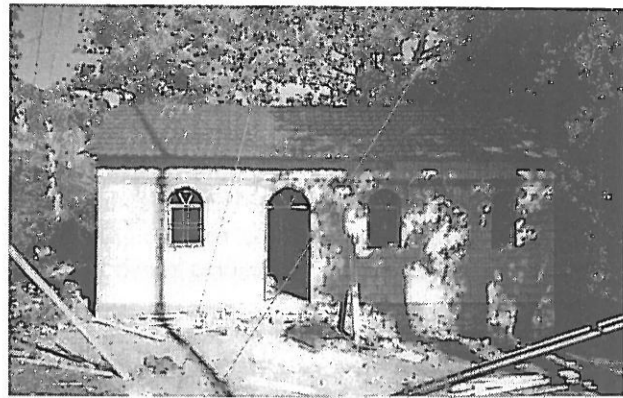
ΠΡΟΣ

Την Εφημερίδα ΧΡΥΣΙΩΤΙΚΑ ΝΕΑ
(όργανο του Συλλόγου ΑΠΑΝ. ΧΡΥΣΙΩΤΩΝ "Η
ΠΑΝΑΓΙΑ"
οδός Ομήρου 34 Ν. Ηράκλειο 141 21

Αγαπητοί μας συμπατριώτες
σας ευχαριστούμε θερμότατα, για τα αγνά
πατριωτικά - Ευρυτανικά σας αισθήματα,
αποστέλλοντας στον Σύλλογο μας ανελλιπώς,
το Φύλλο της Εφημερίδας σας και
ενημερώντάς μας, πάνω σε όλα τα
προβλήματα της αγαπητής μας ιδιαίτερης
πατρίδας της Ευρυτανίας.

Με τιμή και Πατριωτικούς χαιρετισμούς
Ο ΓΡΑΜ/ΤΕΑΣ Ο ΠΡΟΕΔΡΟΣ
Παύλος Ντάλλας Κων. Θεοδωρόπουλος

Ο Προφήτης Ηλίας



Χτίστηκε το Εκκλησάκι του Αϊ - Λιά. Έτσι πραγματοποιήθηκε το όραμα των Χρυσιωτών που θέλαν να το ξαναδοούν χτισμένο, να στέκεται επιβλητικό στην κορυφή του ομώνυμου λόφου.

Όλα ξεκίνησαν πριν λίγα χρόνια, όταν με πρωτοβουλία του Αείμνηστου Λουκά Καρανίκα και μερικών χωριανών που συγκέντρωσαν χρήματα για την διάνοξη του δρόμου. Η Νομαρχία έστειλε μηχανήματα, έφτιαξε το δρόμο δωρεάν και τώρα γίναν όλα πιο εύκολα για να χτιστεί το εκκλησάκι.

Τα χρήματα που ήταν για το δρόμο και έμειναν, η οικονομική συνεισφορά και πάλι κάποιων Χρυσιωτών και Αγιοδημητριωτών, βοήθησαν να περατωθούν οι πρώτες εργασίες μέχρι την στέγη και την τοποθέτηση κουφωμάτων. Αξίζει να αναφέρουμε ότι οι περισσότεροι εργάτες δούλεψαν δωρεάν. Αν υπάρξουν προσφορές όπως φέτος ελπίζουμε του χρόνου να τελειώσει. Ο Αϊ-Λιάς ας βοηθήσει όσους προσέφεραν και δούλεψαν για το χτισμό του.
Νίκος Μαρούλης

Ψηφιακά τηλέφωνα

Ψηφιακά τηλέφωνα άρχισε να παραχωρεί ο ΟΤΕ στους συνδρομητές τους παλιούς και νέους από τις 20 Οκτωβρίου και στην Ευρυτανία.

Η νέα τεχνολογία παρέχει διάφορες πρόσθετες εξυπηρετήσεις και στους πλέον απαιτητικούς συνδρομητές, και διευκολύνουν κατά τον καλύτερο τρόπο τις όποιες επιλογές τους.

Στα τοπικά τηλεφωνήματα κάθε τρία λεπτά θα πέφτει πρόσθετη μονάδα.

Νίκος Μαρούλης

Γεώργιος Τ. Μαντής

Οικοδομικές εργασίες

Τηλ.: 0441-73460 Καρδίτσα

Τα Χρυσιώτικα νέα δεν έχουν άλλους οικονομικούς πόρους, για να εκδίδεται η εφημερίδα τακτικά, στείλτε τη συνδρομή σας. Η διεύθυνση του ταμίας μας είναι:
Αυγέρης Παναγιώτης
Ιουλιανού 77 Αθήνα 104 39

ΟΒΕΛΙΣΤΗΡΙΟ - ΤΑΒΕΡΝΑ
"ΤΟ ΡΑΝΤΕΒΟΥ"
ΣΤΑΥΡΟΣ ΜΑΡΟΥΛΗΣ
ΚΑΡΑΪΣΚΑΚΗ 87 ΛΑΜΙΑ ΤΗΛ.: 42-064

ΚΡΕΟΠΩΛΕΙΟ - ΨΗΣΤΑΡΙΑ - ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΛΟΥΚΑΝΙΚΩΝ
"ΤΟ ΚΕΝΤΡΟΝ"

Στο κατάστημά μας θα βρείτε
τα παραγωγής μας φημισμένα λουκάνικα "ΤΣΩΝΟΥ"
ΠΑΝ. ΤΣΩΝΟΣ & ΣΙΑ Ο.Ε.
Αγ. Γεωργίου Λαμίας - 48ον χιλ. Ε.Ο. Λαμίας - Καρπενησίου
Τ.Κ. 350 17 - ΤΗΛ. (0236) 31221 - 310000

ΝΕΑ ΑΠΟ ΤΟ ΧΩΡΙΟ

Στον κεντρικό δρόμο συνεχίστηκαν οι εργασίες αλλά καθυστερούν λόγω του άσχημου καιρού. Ο εργολάβος έδειξε πραγματικό ενδιαφέρον αφού λόγω των διανοίξεων άρχισαν οι καταπτώσεις χωμάτων και ελάτων που έκλειναν το δρόμο. Με τη συμβολή του εργολάβου ο δρόμος άνοιξε κάθε πρωί, ακόμη και τις Κυριακές. Τον ευχαριστούμε και ελπίζουμε να συνεχίσει με τον ίδιο ζήλο. Έχει ακόμη λίγες διανοίξεις, τα αυλάκια και να πέσει η μελίστρα.

Ας ελπίσουμε ότι ο δρόμος θα διατηρηθεί λίγα χρόνια καλός, καλλίτερος από ότι ήταν, αφού νέα χρηματοδότηση δεν φαίνεται στον ορίζοντα.

Στρώθηκε το τμήμα από την Σκαυδά καριά, προς τα αλώνια, μέχρι τις καριές με τσιμέντο από την Κοινότητα. Τα πηγαία νερά που υπήρχαν στις καριές διοχετεύτηκαν υπόγεια προς τον οχετό του λαγκαδιού. Ομόρφηνε όλη η περιοχή που είναι και το κέντρο του χωριού.

Από τις ισχυρές βροχοπτώσεις που σημειώθηκαν, έγιναν μεγάλες ζημιές στο επάνω υδραγωγείο. Κόπηκαν οι σωλήνες στο ρέμα μπροστά από τις υδροματεύσεις. Παρ' ολίγο να

γκρεμιστούν. Η Κοινότητα για να λύσει το πρόβλημα και επειδή όπως γνωρίζουμε όλοι το υδραγωγείο θολώνει στις μεγάλες βροχές, τοποθέτησε σύστημα με το οποίο μπαίνει μόνο το καθαρό νερό από την επάνω υδρομάστευση το δε άλλο κόβεται έξω και μπορεί με τη βάνα να μπαίνει σε περίπτωση ανάγκης (καλοκαίρι). Ακόμη έγινε προσπάθεια να εμπλουτιστεί το δίκτυο από τις πηγές Διλάγγαδα - Πικροχόρτι και το έργο το ανέλαβε η Ευρυτανία Α.Ε. για μελέτη.

Μια μέρα ήλθε στο χωριό ο σχολικός σύμβουλος Κων/νος Κρουστάλλης. Συζητώντας στο καφενείο σαν παλιοί συνάδελφοι με τον Χαράλαμπο Μπετχαβά ρώτησε για την ιστορία του λόφου Πυργάκι που δεσπόζει στο χωριό. Του είπε ότι γνώριζε και τον ρώτησε αν ανεβαίνει. Του είπε πως η σύντομη πλευρά είναι δύσβατη και δεν υπάρχουν πόροι, ούτε και από τον σύλλογο για να ανοιχτεί δρόμος.

Κοιτάζοντας προς τα πάνω και οραματιζόμενος είπε ότι υπάρχει κάποιο πρόγραμμα και όταν θα πάει στο Καρπενήσι θα ρωτήσει και θα πάρει τηλέφωνο.

Πράγματι το τηλέφωνο ήλθε γρήγορα και ο

φορέας ήταν το Δασαρχείο. Ήλθε αμέσως στο χωριό ο Δασάρχης κ. Καραγιώργος με το επιτελείο του, συζήτησε το θέμα, έστειλε το χάρτα, το αποκλάδευσε από την δυτική πλευρά και ξαναήλθε να κάνει μελέτη και έφτιαξε διάβαση από την ανατολική πλευρά που είναι ομαλό.

Οι εργασίες θα συνεχιστούν τον καινούργιο χρόνο. Ευχαριστούμε τους δύο παράγοντες γιατί χωρίς αυτούς και ειδικά τον σύμβουλο δεν θα ξεκινούσε το έργο. Και αφού είναι δικό τους ας μην το ξεχάσουν την καινούργια χρονιά.

Έγινε το ταβάνι του Αγίου Νικολάου από τους Γιάννη Κορέντζελο και Γιώργο Ντότσικα δωρεάν. Έκαναν άριστη εργασία και τους ευχαριστούμε θερμά εκ μέρους όλων των χωρινών για την προσφορά τους και τους ευχόμεθα ο Άγιος Νικόλαος να τους έχει υπό την σκέπη του.

Το σχολείο λειτουργεί και φέτος με δέκα μαθητές.

Στις 28 Οκτωβρίου έγινε σχολική εορτή, με ποιήματα και τραγούδια των μαθητών και δοξολογία.

Ο ΑΓΙΟΣ ΣΕΡΑΦΕΙΜ ΚΟΡΩΝΑΣ ΚΑΙ ΤΟ ΧΩΡΙΟ ΧΡΥΣΩ

Τελέστηκε και φέτος η λειτουργία στις 4 Δεκεμβρίου στη μνήμη του Αγίου Σεραφεΐμ Κορώνας. Παρ' όλο τον άσχημο καιρό, έτρεξαν όλοι να έλθουν στη λειτουργία.

Γνωρίζουμε όλοι ότι η μεγάλη τελετή γίνεται την πρώτη Κυριακή μετά της Παναγίας, για να βρισκόμαστε όλοι στο χωριό. Τότε έρχονται και τα ΑΓΙΑ λείψανα του Αγίου που τα μεταφέρουν οι καλόγεροι της Κορώνας.

Ο Άγιος Σεραφεΐμ γεννήθηκε στην Πεζούλα Καρδίτσας και εμόνασε στο μοναστήρι της Κορώνας. Γρήγορα όμως ανέβηκε την ιεραρχία και έγινε επίσκοπος Φαναρίου και Νεοχωριού. Το 1601 στην επανάσταση του Διονυσίου του Σκυλασόφου συνελήφθη, βασανίστηκε και θανατώθηκε. Την Αγία κεφαλή προσπάθησαν οι Χριστιανοί να την πάρουν στα Τρίκαλα, αλλά όταν έγιναν αντιληπτοί από τους φρουρούς την πέταξαν στον ποταμό Πηνειό. Το νερό την παρέσυρε και την μετέφερε αρκετά κάτω σε κάτι καλάμια. Ένας ψαράς που φύλαγε δίχτυα την νύχτα στην περιοχή, είδε να βγαίνει φως από εκείνο το μέρος. Την άλλη μέρα διηγήθηκε το γεγονός σε φίλο του, ψαρά, και το επόμενο βράδυ έμειναν και οι δυο να παρατηρήσουν το γεγονός. Το φαινόμενο επαναλήφθη. Φοβισμένοι πήγαν όταν έφεξε και βρήκαν το κεφάλι του Αγίου. Το μετέφεραν στο Μοναστήρι Δούσικο Τρικάλων όπου και το έθαψαν. Έτσι το Δούσικο δημιούργησε την κάρα του Αγίου. Αργότερα όμως η Κορώνα ζήτησε να δοθεί η ΑΓΙΑ ΚΑΡΑ και λένε ότι η διαφορά λύθηκε με θαυματουργό τρόπο. Αποφάσισαν να βάλουν πάν σ' ένα μουλάρι την κάρα και να το αφήσουν ελεύθερο σε ίση απόσταση. Το μουλάρι τράβηξε κατ' ευθείαν στο μοναστήρι της Κορώνας και στάθηκε στην πόρτα. Ο Άγιος διάλεξε τον τόπο του. Έτσι λύθηκε η διαφορά.

Η Αγία κάρα όμως είχε θαυματουργικές ιδιότητες. Γρήγορα οι Αγραφιώτες που πίστευαν στον τοπικό τους Άγιο, άρχισαν να βλέπουν να θαυματοργεί. Ανεκρηύχθει Άγιος από το Πατριαρχείο και τον τιμά όλη η Δυτική Θεσσαλία και η Ευρυτανία.

Επειδή όμως οι Τούρκοι που τον είχαν θανατώσει έβλεπαν συνεχώς θαύματα και την πίστη των Χριστιανών στον Άγιο θέλησαν να πάρουν και να καταστρέψουν τα λείψανα. Τότε ο ηγούμενος του μοναστηριού μετέφερε τα λείψανα στο χωριό μας και τα έκρυψαν στα βράχια Σουΐλα σε μικρή απλησίαστη σπηλιά (εκεί που σήμερα είναι το εικονισμά του) με την προϋπόθεση όταν ηρούχαζαν τα πράγματα θα ξαναγύριζαν τα λείψανα στην Κορώνα.

Ποιά ακριβώς εποχή μεταφέρθηκαν στο χωριό δεν είναι γνωστό. Έτσι το χωριό μας συνεδέθη με τον Άγιο που τον θεωρεί προστάτη του. Πάντα ερχόταν ο ηγούμενος με την Κάρα στο χωριό δυο και τρεις φορές το χρόνο.

Σε κάθε δύσκολη στιγμή του χωριού, αρρώστιες, ακρίδες κ.λπ. προσκαλούνταν και τους έσωζε.

Δεν υπάρχει οικογένεια στο χωριό που να μην έχει όνομα Σεραφεΐμ. Ήταν η δεύτερη πατρίδα του Αγίου.

Και φτάνουμε στον τελευταίο ηγούμενο που από μικρό παιδί μόναζε στην Κορώνα, τον πατέρα Ιάκωβο (Κουτρούμπα). Γνώστης όλων των ιστορικών, θέλησε το 1946 να κάνει την εκκλησία του Αγίου στη Σπηλιά που είναι πάνω από το εικονισμα. Κάλεσε τους χωριανούς να δουλέψουν εθελοντικά και αφού ισοπέδωσαν, κουβαλούσαν πέτρες. Τότε έπεσε η ιδέα να γίνει μια υπαίθρια λειτουργία στη

σπηλιά. Ορίστηκε 14η Σεπτεμβρίου 1946 ημέρα του Σταυρού. Έγινε η λειτουργία. Στις 13-9-46 το βράδυ σκοτώθηκε οι πατέρας μου στο Καρπενήσι σε αυτοκινητιστικό

δυστύχημα. Ο θάνατος του πατέρα μου (ο ηγούμενος έμενε στο σπίτι μας), η εμφάνιση τμήματος ανταρτών και αποσπασμάτων Χωροφυλακής ανάγκασε τον ηγούμενο να φύγει για την Κορώνα. Μετά το 1950 γέρος πια δεν ξαναήλθε.

Από μικρό παιδί που έζησα τα γεγονότα είχα συλλάβει την ιδέα να φτιάξω κάποτε αυτό το ναό.

Συνταξιούχος πια το 1991 αρχίζω την εργασία στο ίδιο μέρος που είχε διαλέξει ο ηγούμενος. Με βοήθησαν και πιστοί και έστησα το σημερινό καινούργιο ναό.

Το έργο έγινε, έγιναν θυρανοξία, έρχονται τα κειμήλια κάθε χρόνο, γιορτάζουμε το δικό μας Άγιο προστάτη. Ας έχουμε όλοι μας την ευλογία του Αγίου Σεραφεΐμ.

Χαράλ. Μπετχαβάς

Η περιπέτεια της κάρας του Αγίου Σεραφεΐμ μνησθήκε και από την λαϊκή μούσα:

Καλόγερο τον Σεραφεΐμ οι Τούρκοι τον παράειδαν, στο μοναστήρι ασκήτευε το λένε της Κορώνας. Είς κυπαρίσσινο κλαδί τον κρέμασαν τον δόλιο και το κλαδί ξεράθηκε, το κυπαρίσσι ανθίζει χλωρή είναι η ρίζα του, χλωρή κ' η κορυφή του. Τού ρίζαν το κεφάλι του μ' άλλα κλεφτών κεφάλια Τσοπάνης στον αφέντη του στα Τρίκαλα πηγαίνει ακοίμητ' απ' τον τον ουρανό φώς στα κεφάλια βλέπει, το είπε στον αφέντη του κι' αυτός του είπε - σύρε κεφάλι πούβρης λαμπερό στην εκκλησία να φέρης. Την νύχτα πάγει, κάθησε, βλέπει το φως να φέγγη. Κατα μεσής η κεφαλή του Σεραφεΐμ φωτίζει, ξαμόνει στα πολλά μαλλιά, και πέρνει το κεφάλι. Γιανίτσαροι τον απαντούν θέλουν να του το πάρουν, τρέχει αυτός, τον κυνηγούν, στην Σαλαμπριά εφτάσαν. Είς το ποτάμι πέταξε τσοπάνης το κεφάλι, γυρίζει στον αφέντη του λέγει το κάμωμά του. Οι δύο πηγαίνουν δια νυκτός στο σιγαλό ποτάμι, είδαν λαμπάδα στα νερά, και το κεφάλι βρήκαν, στον Ντούσκο στ' Ασπροπόταμο, στην εκκλησία το θέτουν. Οι Αγραφιώταις άρχοντες κι' αυτοί στην Πόλι στέλνουν, το ζήτησαν, το πήρανε, έχουν το στη Κορώνα, και το πανηγυρίζουν σαν κάρα του αγίου. Οι δύο οι γιανίτσαροι είνε ζωγραφισμένοι στο άγιο το κόνισμα μαζί με τον τσοπάνη. Από πανούκλα ο άγιος χάραις, χωριά γιατρεύει, με το καμάκι την βαρεί και την πατεί στα πόδια. Passow, "Τραγούδια Ρωμαϊκά"



ΚΑΒΑ
ΠΟΤΩΝ - ΑΝΑΨΥΚΤΙΚΩΝ
ΧΥΜΩΝ- ΜΠΥΡΕΣ ΑΝΑΨΥΚΤΙΚΑ
ΠΟΤΑ - ΑΛΕΥΡΑ - ΧΑΡΤΙΚΑ
Αντιπροσωπείες - Δισανομές
ΜΑΚΗΣ ΠΟΛΥΧΡΟΝΗΣ
Δ. ΦΡΑΓΚΙΣΤΑ ΤΗΛ.: 95318

Μιλτιάδης Θεοδωρόπουλος
Μηχανικός Τοπογράφος
Πωλούνται Διαμερίσματα
Τηλ.: 0237-21010 Καρπενήσι
01-7779109 Αθήνα

ΕΞΑΤΜΙΣΕΙΣ
ΠΑΝΤΟΣ ΤΥΠΟΥ ΑΥΤΟΚΙΝΗΤΩΝ
ΠΟΛΥΧΡΟΝΗΣ
ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ
ΤΑΪΓΕΤΟΥ 42 - ΚΟΛΙΑΤΣΟΥ
ΤΗΛ. 20.23.193

ΙΣΤΟΡΙΚΕΣ ΡΙΖΕΣ

Κατά την διάρκεια της τουρκοκρατίας η Ευρυτανία μαστιζόταν από την ληστεία, φαινόμενο που εκλείφθηκε οριστικά στα μέσα του αιώνα μας. Οι κάτοικοί της, εκτός από τους αρματωλούς, είχαν επιστρατεύσει όλα τα μέσα εναντίον τους ακόμη και τον αφορισμό. Ενώ όπως αναφέρει ο Rouquenville οι Έλληνες δεν ορωδούσαν προ της ψευδορκίας έτρεμαν τον αφορισμό. Χαρακτηριστικό παράδειγμα είναι η παρακάτω Ευρυτανική παράδοση (Λαογραφία Τομ. ΙΒ): "Ένας δεσπότης κατά την καθιερωμένη περιοδεία του περνάει από ένα χωριό. Κάποιος είχε κλέψει μια γίδα και ο νοικοκύρης ζήτησε από τον ιεράρχη να αφορίσει τον αδικητή. Βγάζει ο δεσπότης αφορισμό στην εκκλησία. "Όποιος έκλεψε την γίδα του τάδε, αφορισμένος νάναι και να μην λειώση". Ένας από τους χωριάτες πετάγεται και λέει του δεσπότη: Αφέτη δεσπότη δεν αφοράς (αφορίζεις) και τα δικά μου τα πετσώματα (σόλες) να μην λειώνουν". (12)

Η παραπάνω παράδοση δείχνει και τον βαθμό εξασθλίωσης που επικρατούσε στον πληθυσμό που δεν σταματούσε να πληρώνει συνέχεια Τούρκους, αρματωλούς και κλέφτες. Η οικονομική καταπίεση έπαιξε ένα μεγάλο ρόλο στο ξεσπάσμα και την προετοιμασία των συνθηκών για την επανάσταση. Ασχετα αν οι ελπίδες που δημιούργησε αυτή κατέρευσαν πολύ γρήγορα.

Χαρακτηριστική, της νοστορπιάς των ληστών, είναι και η παρακάτω ιστορία: "Μιά ομάδα κλεφτών έπιασε ένα διαβάτη και τον βασάνισαν για να του πάρουν λύτρα. Τον τυραννούσαν ζητώντας του γρόσια και φλουριά. Αυτός τους έλεγε: "Λυπηθήτε με τον ταλαίπωρο, για την αγάπη του Ιησού Χριστού και της Παναγίας της Προυσιώτισσας, γιατί εγώ δεν έχω πλούτο και γρόσια".

Οι κλέφτες του απαντούσαν: "Εμείς Χριστό και Παναγία εδώ στα βουνά δεν ξέρουμε μόνο φέρε την εξαγορά, τα οκτακόσια γρόσια (Σ.Γ. τόσο είχαν εκτιμήσει την ζωή του θύματός τους), για να γλυτώσεις τη ζωή σου" (24)

Ο ληστικός βίος ασκούσε γοητεία στους ορεινούς πληθυσμούς που έβλεπαν σ' αυτόν μια διαφυγή από την εξασθλίωση.

Οι μανάδες εύχονταν στα παιδιά τους να γίνουν ληστές. "Πότε θα μεγαλώσει, να φορέσει τα γαντζούδια, να γίνει κλέφτης για να δει προκοπή η μάνα που το γέννησε" (24). Αναρωτιόταν με αγωνία, η δόλια μάνα, μέσα στην απελπιστική κατάσταση που ανάθρεφε τα παιδιά της.

Και όταν κάποιος προσπαθούσε, με πατριωτικές συμβουλές, να συνετίσει τους ληστές να μην καταδυναστεύουν τους ταλαίπωρους χωρικούς, αν δεν εισέπρατε την οργή τους εισέπρατε την πλήρη άγνοια της ιστορίας της πατρίδας τους όπως η παρακάτω ιστορία μας αναφέρει. "Ο Κούμας, γνώρισε προσωπικά τον Νίκο Τσάρα και τον παπαευθύμη Βλαχάβα. Όταν θέλησε να θυμώσει στον πρώτο ότι μοιάζει με τον Αχιλλέα άκουσε με άγριο τόνο "Τι Αχιλλέα λες και τέτοια παραμύθια; Σκότωσε πολλούς το τουφέκι του Αχιλλέα;"(24)

Μια ιδέα του προεπαναστατικού Καρπενησιού (Κερενής) μας δίνει ο Τούρκος Εβλιά Τσελεμπί που ταξίδεψε στην Ελλάδα από το 1667 έως το 1770.

Ο Τσελεμπί στο χρονικό του "Ταξίδι στην Ελλάδα", αναφέρει τα παρακάτω για το Καρπενήσι: "Πρόκειται για επαρχία του νομού Ναυπάκτου (νέμπαχτης), έχει δικαστή, νομάρχη (Σαντζακμπέη) - Σημ. γράφοντας, παράδοξο μια και όπως λέει ανήκει στον νομό της Ναυπάκτου - και πολιτικό διοικητή.

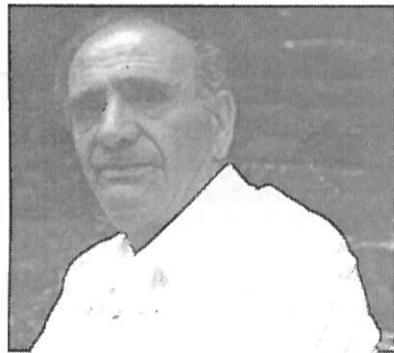
Είναι επίσης έδρα Διαχειριστού, αρχηγού γενιτσάρων (Σερντάρη), αγορονόμου, εισπράκτορα κεφαλικού φόρου (Χαράτς αγασί). Δικαστής είναι ένας από τους άρχοντες (Ντεριμπέηδες) της πόλης. Υπάρχουν πολλοί θεολόγοι.

Η πόλη ολόκληρη βρίσκεται μέσα στην εξοχή και στα αμπέλια. Αποτελείται από μαχαλάδες και έχει πολυύορφα καλοχτισμένα αρχοντόσπιτα (Σεράγια).

συνέχεια στο επόμενο τεύχος

ΚΟΙΝΩΝΙΚΑ

ΔΗΜΟΣΘΕΝΗΣ ΓΡ. ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΟΥ



Βρισκόμουν στη γεννέτειρά σου Χρύσω όταν έφτασε εκεί το θλιβερό άγγελμα του θανάτου σου. Πάγωσε όλους

μας η είδηση και όλοι θυμηθήκαμε το καλοκαίρι που ήσουν κοντά μας κι ήταν η τελευταία φορά που πατούσες τα χώματα που σε μεγάλωσαν.

Γεννήθηκες στη Χρύσω το 1914, γόνος παλιάς και ιστορικής οικογένειας, ένα από τα πολλά παιδιά της οικογένειας.

Μεγάλωσες, στρατεύτηκες, πήρες μέρος στο

Αλβανικό έπος το 1940, έλαβες μέρος στην Εθνική Αντίσταση, ξαναστρατεύτηκες, τραυματίστηκες στη μάχη του Ουρανού.

Αγωνίστηκες μαζί με τα αδέρφια σου για τη ζωή και ιδίως τη 10ετία 40-50. Ασχολήθηκες με το εμπόριο και τη γεωργία. Παντρεύτηκες την εκλεκτή συντρόφισσά σου Φωτεινή Τσούμα από τη Φραγγίστα και ευτύχισες να έχεις δυο εκλεκτά παιδιά τη Σούλα υπάλληλο του Υπουργείου Ασφαλείας και το Γρηγόρη Καθηγητή μαθηματικών.

Τους είδες και τους δύο αποκατεστημένους πριν φύγεις. Δημιούργησες και άφησες εκλεκτά παιδιά όπως ήσαν και συ ο ίδιος.

Από το 1966 ήσουν στην Αθήνα, εργάστηκες σκληρά και δημιούργησες. Άνθρωπος εργατικός, τίμιος είχες την εκτίμηση όλων, σ' όποιο χώρο κι αν εργάστηκες, όπου κι ανα πέρασες. Φίλος Αληθινός.

Ο άνθρωπος βέβαια δεν είναι αθάνατος. Θα σε θέλαμε όμως όλοι κοντά μας. Μας έφυγες όμως, αλλά δεν πρόκειται να σε λησμονήσουμε.

Ας είναι ελαφρό το χώμα της Αττικής γης που σε σκέπασε φίλε ΔΗΜΟΣΘΕΝΗ.

Χ.. Μπεχταβάς



ΓΕΝΝΗΣΕΙΣ

Το ζεύγος του Κων/νου Π. Τάκη και η Στέλλα Δ. Μουτσέλου απέκτησε το πρώτο τους παιδί, ένα υγιειστάτο αγοράκι.

Τους ευτυχείς γονείς και παπούδες ευχόμαστε να τους ζήσει.

ΑΡΡΑΒΩΝΕΣ

Έγιναν στο χωριό οι αρραβώνες της Βιργινίας Θ. Καρανή με τον Κων/νο Γκαλιμάνη από την Δάφνη. Ακολούθησε γλέντι που έλαβε μέρος όλο το χωριό.

Μετά τα στέφανα ακολούθησε γλέντι σε κοσμικό κέντρο στο οποίο διασκέδασαν οι συγγενείς, οι φίλοι και χωριανοί τους ευχόμαστε να ζήσουν ευτυχισμένοι.

ΓΑΜΟΙ

Στις 7 Δεκεμβρίου στον Άγιο Αντρέα Λαμπρινής ο αντιπρόεδρος του Συλλόγου μας και μέλος της συντακτικής επιτροπής των "Χρυσιάτικων Νέων" Αντώνης Καρανίκας παντρεύτηκε την εκλεκτή της καρδιάς του Αρτεμη Λαζαρίδου.

Τους ευχόμαστε να ζήσουν ευτυχισμένοι.

ΚΗΔΕΙΕΣ

Πέθανε στην Αθήνα στις 23 Οκτωβρίου ο Δημοσθένης Γ. Τριανταφύλλου σε ηλικία 82 ετών.

Τους οικείους του συλλυπούμαστε θερμά.

Πέθανε στο Καρπενήσι ο Κων/νος Πολονύφτης σύζυγος της Γιαννούλας Κ. Μαρούλη. Ο γνωστός μπαρμπα Κώστας, ο ταξιτζής που πάντα πρόσχαρο θα τον εύρισκες στο Καρπενήσι. Τους οικείους του συλλυπούμαστε θερμά.

ΜΝΗΜΟΣΗΝΑ

Έγινε το ετήσιο μνημόσηνο του Δημητρίου Μαρούλη στη Χρύσω. Ευχόμαστε ο θεός να τον αναπαύσει.

Έγινε το ετήσιο μνημόσηνο του Ηλία Μαρούλη. Ευχόμαστε καλή ανάπαυση.

Έγινε στην Αθήνα την 1η Δεκεμβρίου το 40ήμερο μνημόσηνο του Δημοσθένη Τριανταφύλλου. Ευχόμαστε ο θεός να τον αναπαύσει.

ΝΕΚΡΟΛΟΓΙΣ

ΧΡΗΣΤΟ Γ. ΘΑΛΛΑΣ

Όταν κατηφόρησε η θλιβερή είδηση από το Βελούχι, ότι ο Χρήστος δε ζει πια, λύπησε όλους όσους γνώριζαν αυτόν τον άκακο άνθρωπο.

Γεννημένος στη Χρύσω το 1921 από αγροτική οικογένεια, μεγάλωσε μαζί με τα αδέρφια του ασχολούμενος σαν κτηνοτρόφος. Στρατεύτηκε το 1946 και βρέθηκε μέσα στον εμφύλιο για 4 χρόνια. Έχασε την περίοδο εκείνη δύο αδέρφια, αδελφό και αδελφή που σκοτώθηκαν στη μάχη του Καρπενησιού. Γύρισε από στρατιώτης και παντρεύτηκε τη Γεωργία Η. Ζαγκότση με την οποία απέκτησε τρεις κόρες και ένα γιού. Δημιούργησε μια εξαιρετική οικογένεια που εκτιμάται από όλους. Πάντρεψε τα τέσσερα παιδιά του και ευτύχισε να δει πολλά εγγόνια. Την τελευταία εικοσαετία είχε εγκατασταθεί στο Καρπενήσι. Δεν ήθελε παρά τα χρόνια του να εγκαταλήψει τα πρόβατα. Ίσως έννοιωθε ελεύθερος σαν τον αετό του Βελουχιού. Πόσες φορές δεν γλύτωσε από τα βόλια των μαχών της Κόνιτσας, του Γράμμου γιατί τον σεβάστηκαν κι ήρθε η κακιά ώρα να χαθεί στο Βελούχι, στον τόπο που αγαπούσε, που έβγαине κάθε καλοκαίρι, που πατούσε όλες τις διάβες και τα μονοπάτια. Κι όμως η βάσκανος μοίρα θέλησε να του κόψει το διάβα της ζωής του. Και μια μέρα έπεσε από τους βράχους που κάθε μέρα διάβαινε και έμεινε στον τόπο. Άφησε τα πρόβατα να βελάζουν, τους δικούς του να θρηνούν και τους φίλους που τον γνώρισαν να κλαίνε.

Ήταν αληθινός άνθρωπος χωρίς κακία. Φίλε Χρήστο δεν θα σε ξεχάσουμε ποτέ.

Χ. Μπετχαβάς

ΚΑΦΕΓΑΛΑΚΤΟΠΩΛΕΙΟΝ

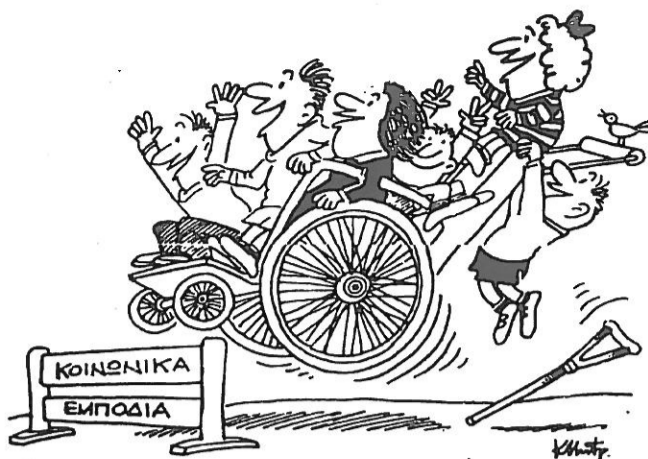
"Η ΑΡΟΣΙΑ"

ΓΡΗΓΟΡΗΣ ΜΑΡΟΥΛΗΣ
Κύπρου & Σόλωνος 19
Τηλ.: 42146 - ΛΑΜΙΑ

ΟΤΑΝ ΞΕΧΝΑΣ ΤΟ
ΧΩΡΙΟ ΣΟΥ ΕΙΝΑΙ ΣΑ
ΝΑ ΞΕΧΝΑΣ ΤΟΝ ΙΔΙΟ

Γεώργιος Μπέσας

Πωλούνται Παγόςκυρα
Δάφνη Ευρυτανίας
Τηλ.: 0237-31158



Παιδιά με Ειδικές Ανάγκες

...έχουν κι αυτά δικαίωμα

στην αγάπη, τη γνώση, τη δημιουργία

Φραγκίσκος Κουνάνης

Γεννήθηκε στο Γαλάτσι το 1949. Εκπαιδευτικός, τεχνολόγος - μηχανικός Δομικών Έργων, τελείωσε τη ΣΕΛΕΤΕ και έκανε μεταπτυχιακές σπουδές στη Γαλλία. Υποψήφιος Δημοτικός Σύμβουλος, είναι σήμερα Γεν. Γραμματέας της "Αθλητικής Ένωσης Γαλατσίου". Ο ΦΡΑΓΚΙΣΚΟΣ ΚΟΥΝΑΝΗΣ μιλά στα ΧΡΥΣΙΩΤΙΚΑ ΝΕΑ για τα παιδιά με ειδικές ανάγκες όχι σαν ειδικός αλλά ως εκπαιδευτικός, αφοσιωμένος σ' αυτά πάνω από 15 χρόνια.

ΧΡΗΣΙΩΤΙΚΑ ΝΕΑ: Κύριε Κουνάνη, μιλάμε για άτομα με ειδικές ανάγκες. Ξεκινώντας την κουβέντα μας, θα ήθελα να τα προσδιορίσουμε για να καταλάβουμε για τί είδους ειδικές ανάγκες μιλάμε.

Φ.Κ.: Καταρχήν θα ήθελα να ευχαριστήσω θερμά την εφημερίδα σας για την φιλοξενία, γιατί μου δίνει την ευκαιρία να θίξω ένα τόσο σοβαρό θέμα. Θα ήθελα παράλληλα να πω ότι τα ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΕΙΔΙΚΕΣ ΑΝΑΓΚΕΣ δεν αποτελούν μια ομάδα που χρειάζεται ειδική μεταχείριση. Πρόκειται απλώς για ανθρώπους που έχουν διαφορετικές ανάγκες από όλους εμάς. Ας δούμε όμως ποια είναι αυτά τα άτομα:

- Παραπληγικοί
- Χρόνιες παθήσεις (βρίσκονται στο κρεβάτι)
- Ατομα με σύνδρομο Μονταύ (ένα είδος μογγολισμού)
- Ατομα με σιδηροπενική αναιμία
- Νεφροπαθείς
- Ατομα με αυτισμό
- Βαριές μορφές δυσλεξίας

Χ.Ν.: Να εντοπίσουμε όμως, κύριε Κουνάνη, το θέμα στο Γαλάτσι. Από την εμπειρία σας και από τα στοιχεία που έχετε συλλέξει πόσα άτομα με ειδικές ανάγκες βρίσκονται στη περιοχή σας;

Φ.Κ.: Συνολικά στο Γαλάτσι γνωρίζω ότι 100 άτομα περίπου έχουν ειδικές ανάγκες. Πιστεύω όμως ότι υπάρχουν περισσότερα από 100. Η "φοβία" όμως και η "ντροπή" της οικογένειάς τους δεν αφήνει να γίνει γνωστή η περίπτωση τους.

Χ.Ν.: Πόσα από αυτά τα άτομα είναι παιδιά;

Φ.Κ.: Τα 60 περίπου από τα 100 είναι παιδιά και νέοι άνθρωποι.

Πόσα από αυτά τα 60 νέα παιδιά μπορούν να ανεξαρτοποιηθούν, μπορούν δηλαδή να αυτοεξυπηρετούνται χωρίς τη βοήθεια των γύρω τους;

Φ.Κ.: Από τα 60 παιδιά, είναι σίγουρο ότι τα 20-25 μπορούν να ανεξαρτοποιηθούν. Μπορούν να ζήσουν και να εργαστούν φυσιολογικά όπως όλοι μας. Έχουμε μάλιστα παράδειγμα: 3 νέοι άνθρωποι εργάζονται στο Δήμο Γαλατσίου. Η προσφορά μάλιστα αυτών των ατόμων είναι -πολλές φορές- μεγαλύτερη από των "υγιών" ατόμων.

Χ.Ν.: Αναφέρατε προηγουμένα κάποιες "ντροπές" και "φοβίες" των οικογενειών που έχουν παιδιά με διαφορετικές ανάγκες. Τι έχετε να πείτε σ' αυτές τις οικογένειες;

Φ.Κ.: Καταρχήν ξέρω, γιατί το βλέπω καθημερινά, ότι οι γονείς και οι οικογένειες που έχουν αυτά τα παιδιά, τους διοχετεύουν πολλή αγάπη. Κι η αγάπη είναι το πρώτο και πιο σημαντικό που μπορούν να τους προσφέρουν. Σε σπίτια που έχω μπει η μάνα κι ο πατέρας δείχνουν την αγάπη τους "όπως η σπουργιτίνα στο σπουργίτι τους". Κάνουν όμως ένα λάθος. Δεν αφήνουν το παιδί τους να βγει, να περπατήσει. Και βέβαια μιλάω για τις περιπτώσεις που μπορούν να βγουν. Παρακαλώ λοιπόν, τους γονείς να αφήσουν τα παιδιά τους να βγουν. Να πάνε μια βόλτα, να πάνε σ' ένα παιδικό σταθμό ή στο σχολείο. Κι όταν χρειάζονται ειδικά σχολεία να πάνε σ' αυτά. Γιατί χρειάζονται κοινωνικές επαφές με άλλα παιδιά, με άλλους ανθρώπους. Δεν υπάρχει λόγος να "κρύβουν" τα παιδιά τους. Τα παιδιά αυτά είναι ΠΑΙΔΙΑ όπως όλα. Είναι άνθρωποι με διαφορετικές μεν ανάγκες, αλλά με τα ίδια ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ.

Χ.Ν.: Πρακτικά πως μεταφράζονται οι ειδικές ανάγκες αυτών των ατόμων. Τι χρειάζονται δηλαδή αυτά τα παιδιά, για να κάνουν πιο άνετη την καθημερινή τους ζωή και να ανεξαρτοποιηθούν;

Φ.Κ.: Τα πράγματα που διευκολύνουν τη ζωή τους και βοηθούν στην ανεξαρτοποίηση, θα μπορούσαμε να πούμε ότι χωρίζονται σε δύο τομείς: ορισμένα πράγματα που θα βοηθήσουν τη λειτουργία τους στο χώρο που ζουν και άλλα που βοηθούν στην άνετη κίνησή τους στους δημόσιους χώρους: στους δρόμους, στο πάρκο, στα καταστήματα...

Στο σπίτι πρέπει να προσαρμοστούν ορισμένα πράγματα στο κατάλληλο ύψος: οι διακόπτες, τα χερούλια της πόρτας και των παραθύρων. Χρειάζονται ειδικά είδη υγιεινής και τραπέζια καθώς και αντιολισθητικούς τάπητες. Πολύ βασικό επίσης είναι, το σπίτι να διαθέτει ανοιχτούς χώρους, που δεν θα εμποδίζουν τις κινήσεις τους καθώς και φωτεινά χρώματα. Στους ανθρώπους αυτούς αρέσουν τα χρώματα.

Στους εξωτερικούς χώρους να υπάρχουν ράμπες ειδικές στα πεζοδρόμια - ιδιαίτερα για τα καροτσάκια - τηλεφωνικοί θάλαμοι σε μεγαλύτερη συχνότητα καθώς και ειδικές μπάρες, ιδιαίτερα στα πολυκαταστήματα.

Όλα αυτά είναι αναγκαία για να κάνουμε πιο άνετη τη ζωή αυτών των ανθρώπων, για να μπορέσουν τελικά να ενταχθούν στην κοινότητά μας. Δεν αποτελούν ΠΟΛΥΤΕΛΕΙΑ αλλά ΑΝΑΓΚΗ.

Μήπως έχετε στο σπίτι σας κάποιο άτομο, με ΕΙΔΙΚΕΣ ΑΝΑΓΚΕΣ;

Τότε, συμπληρώστε το παρακάτω Ερωτηματολόγιο και στείλτε το - σήμερα κιόλας - στη Διεύθυνση: κ. ΦΡΑΓΚΙΣΚΟ ΚΟΥΝΑΝΗ

Καλαμών 36

111 47 ΓΑΛΑΤΣΙ, Τηλ.: 29.23.785

ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΑΤΟΜΟΥ ΜΕ ΕΙΔΙΚΕΣ ΑΝΑΓΚΕΣ

α) ΦΥΛΟ: Άνδρας/Άγόρι Γυναίκα/Κορίτσι

β) ΗΛΙΚΙΑ: 1-10 11-16 17-22

23-30 31-40 Άνω των 40

γ) Διεύθυνση Κατοικίας:.....

.....τηλ.

Ποιο είναι το πρόβλημα που έχει; (Μία απάντηση)

- Ανάπηρος πολέμου.....
- Ψυχολογικές Διαταραχές.....
- Νοητική Υστέρηση (Σύνδρομο Down κλπ.).....
- Μερική ή Ολική Τύφλωση.....
- Ολική Κώφωση.....
- Βαρηκόσια.....
- Παραπληγία (κατάκοιτο).....
- Τετραπληγία (κατάκοιτο).....
- Κινητικές Δυσκολίες.....
- Είναι Ανάπηρο, αλλά χρησιμοποιεί αναπηρικό καροτσάκι.....
- Είναι αυτιστικό.....
- Πολλαπλές Διαταραχές.....
- Του Λείπουν Μέλη του Σώματος.....
- Νεφρική Ανεπάρκεια.....
- Μεσογειακή Αναιμία.....
- Τι άλλο;.....

ΜΗΝ ΚΡΥΒΕΤΕ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ

ΤΑ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΕΙΔΙΚΕΣ ΑΝΑΓΚΕΣ

Οι καιροί άλλαξαν. Βγάλτε στο φως τα Α.Μ.Ε.Α. Δώστε τους Μόρφωση, Επαγγελ. Κατάρτιση, Χαρά και Απασχόληση

Τα Δικαιώματα των Α.Μ.Ε.Α.

Κάθε άτομο με Ειδικές Ανάγκες (ΑΜΕΑ) δικαιούται:

1. Οικονομικό Επίδομα από το Κράτος (Μηνιαίο, Διμηνιαίο ή Ετήσιο, ανάλογα με την περίπτωση).
2. Σύνταξη (Εφόσον η αναπηρία του ξεπερνά το 67%).
3. Αυτοκίνητο (IX χωρίς δασμούς)
4. Οικονομική Ενίσχυση από το Κράτος για την Αγορά 1ης Κατοικίας (σε ποσοστό πάνω από 50% της αξίας της).
5. Αφορολόγητα Εσοδα (μέχρι 1,5 εκατομμύρια το χρόνο).
6. "Ελευθέρας" (σε ορισμένα Συγκοινωνιακά Μέσα).
7. Δωρεάν Κατασκήνωση (επί 20-30 μέρες το χρόνο).
8. Εισαγωγή στα ΑΕΙ & ΤΕΙ άνευ εξετάσεων (το δικαίωμα αυτό μπορεί να δοθεί στον ίδιο ή ακόμη σε άτομο με 1ο βαθμό συγγένειας μαζί του).
9. Πρόσληψη στο Δημόσιο και σε Δήμους ή σε ιδιωτικές Επιχειρήσεις (σε ποσοστό 5% και 10% αντίστοιχα).

Περισσότερες πληροφορίες: 29.23.785 και 21.33.413 κ. Φραγκίσκο Κουνάνη

Χρυσιώτες και φίλοι μας επαγγελματίες. Διαφημιστείτε μέσα από την εφημερίδα του Συλλόγου μας.

Γεώργιος Τάκης
ΨΗΣΤΑΡΙΑ
ΠΑΡΑΔΕΙΣΟΣ
Τηλ. 696.406
ΩΡΑΙΟΚΑΣΤΡΟ - ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

ΕΠΙΣΚΕΥΕΣ ΕΓΧΡΩΜΩΝ TV - VIDEO

ΠΑΡΑΛΙΑ ΑΥΛΙΔΟΣ (ΜΟΡΦΑ)

Τηλ. κινητό: 094 47.86.51

κ. Σπύρον

Τηλ. Αθήνας: 59.03.098