

Μαθητολόγια

ΣΥΝΤΑΚΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ
Οι μαθητές του σχολείου
ΚΟΥΤΣΟΝΙΚΑ ΝΑΝΑ
ΑΔΑΜΟΠΟΥΛΟΥ ΙΩΑΝΝΑ
ΜΑΝΑΝΑ ΜΑΡΙΑΝΝΑ



ΑΡΙΘΜΟΣ ΦΥΛΛΟΥ 7 - ΕΤΗΣΙΑ ΣΧΟΛΙΚΗ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ
ΕΤΟΣ ΙΔΡΥΣΗΣ 2017 - 6ο ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΛΑΜΙΑΣ
Τηλ. 22310 23591 - 22310 66634 - Υψηλάντη & Τσιριμώκου 2 Λαμία - www.6-gym-lamias.fth.sch.gr

ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ ΜΕ ΤΗ ΔΙΕΥΘΥΝΤΡΙΑ ΤΟΥ ΣΧΟΛΕΙΟΥ ΜΑΣ Κ. ΚΟΥΤΣΟΝΙΚΑ ΑΝΔΡΟΝΙΚΗ

Η διοίκηση σχολείου δεν θα πρέπει να είναι θέση εξουσίας, αλλά θέση ουσίας

Αγαπητή κυρία διευθύντρια σας ευχαριστούμε θερμά για το χρόνο που διαθέτετε να μας δεχτείτε στο φιλόξενο αυτό χώρο εργασίας σας, ώστε να συζητήσουμε και να σας γνωρίσουμε καλύτερα. Αρχικά θέλουμε να κάνετε μια σύντομη αυτοβιογραφική αναφορά.

Γεννήθηκα και μεγάλωσα στη Λαμία. Ο μπαμπάς μου ήταν Λαμιώτης, η μαμά μου ήταν Θεσσαλονικιά και το ήλω αυτό, γιατί ο τρόπος που σκεφτόταν με έκανε να σκέφτομαι και να λειτουργώ καθ' όλη τη διάρκεια της ζωής μου. Είχε μια άλλη νοοτροπία, μια άλλη κουλτούρα από ότι είχαμε εμείς εδώ στη Λαμία. Ως Θεσσαλονικιά με έκανε να σκέφτομαι τελείως διαφορετικά και να λειτουργώ τελείως διαφορετικά. Τέλειωσα το γυμνάσιο και το λύκειο εδώ στη Λαμία, το 4ο Λύκειο συγκεκριμένα και κατόπιν έφυγα για σπουδές στη Γαλλία, στο Παρίσι. Σπούδασα "Κοινωνιολογία" στο πανεπιστήμιο "X Nanterre". Το δεύτερο πτυχίο μου είναι στις Επιστήμες της Αγωγής. Διαθέτω μεταπτυχιακό τίτλο, μιλάω πολύ καλά δύο γλώσσες, γαλλικά και αγγλικά. Είμαι στην υπηρεσία πολλά χρόνια, 38 χρόνια και διευθύντρια στο συγκεκριμένο σχολείο 13 χρόνια. Είμαι μητέρα δύο παιδιών, δύο αγοριών. Έχουνε τελειώσει τις σπουδές τους τώρα. Ο μεγάλος έχει τελειώσει Πολυτεχνείο και ο μικρός μου γιος Αγγλική Φιλολογία.

Η διεύθυνση ενός σχολείου είναι αναμφισβήτητα μία σημαντική θέση ευθύνης. Ποια ήταν τα κίνητρα που σας ώθησαν στην επιθυμία να αναλάβετε τη θέση της διευθύντριας; Πιστεύετε πως είναι μία θέση εξουσίας ή ουσίας;

Ως νέα κι εγώ μαθήτρια και μετά διορισμένη καθηγήτρια στη Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση διαπίστωνα μέρα με τη μέρα πολλά κακώς κείμενα σε αυτή, πολλά άσχημα πράγματα. Πίστευα πως μπορώ να αλλάξω, αν όχι το εκπαιδευτικό σύστημα της χώρας μας,



τουλάχιστον ένα σχολείο. Βέβαια, αστεειεύομαι το ήλω αυτό... Δεν μπόρεσα και δεν μπορώ να αλλάξω το εκπαιδευτικό σύστημα στην Ελλάδα. Μπορώ όμως να προσφέρω σε ένα σχολείο, μπορώ να αλλάξω τον τρόπο που αυτό λειτουργεί. Ο διευθυντής μιας σχολικής μονάδας επωμίζεται έργο απαιτητικό και σύνθετο, το οποίο παραδοσιακά παραμένει κυρίως στην εξασφάλιση της ομαλής σχολικής λειτουργίας, στην εφαρμογή της εκπαιδευτικής νομοθεσίας και στην επίβλεψη της φοίτησης των μαθητών και του έργου του εκπαιδευτικού και διοικητικού προσωπικού. Στη σημερινή, όμως, ραγδαία αναπτυσσόμενη κοινωνία το σχολείο καλείται να αποκτήσει νέο πρόσωπο και να καταστεί δυναμικό, καινοτόμο και ανοικτό στη ζωή και την κοινωνία. Κατά συνέπεια, και ο διευθυντής του καλείται να ανταποκριθεί στην πρόκληση αυτή, να επιτελέσει πολυσύνθετο έργο και να αναλάβει -σε συνεργασία με εκπαιδευτικούς, μαθητές και φορείς της σχολικής ζωής- το βάρος της υλο-

ποίησης ενός τέτοιου σχολείου. Θεωρώντας, λοιπόν, ότι θα μπορούσα να αλλάξω κάποια πράγματα, γιατί είναι καλό να μην περιμένουμε από τους άλλους να κάνουν τις αλλαγές, αλλά οι ίδιοι να γίνουμε μέρος της αλλαγής, αποφάσισα να μω δυναμικά στον τίτλο της Διευθύντριας του σχολείου. Η έμφυτη ροιπότητά για αλλαγή ήταν το κίνητρό μου να αναλάβω ως διευθύντρια και να συνεχίσω σε αυτή τη θέση ακούραστη, παίρνοντας δύναμη από τη νέα γενιά.

Στο δεύτερο ερώτημά σας έχω την γνώμη πως η χάραξη εκπαιδευτικής πολιτικής, έστω και σε επίπεδο σχολικής μονάδας, ασκείται από θέση διοίκησης. Δεν θεωρώ πάντως σε καμία περίπτωση ότι είναι θέση εξουσίας αλλά θέση ουσίας.

Μπορείτε να μας εξηγήσετε σύντομα με τι ασχολείται ο διευθυντής/ η διευθύντρια ενός σχολείου και συγκεκριμένα του γυμνασίου;

Αν προβώ σε αναλυτική περιγραφή του

καθηκοντολογίου ενός διευθυντή σχολείου θα πάρει, πιστέψτε με, πολλές σελίδες. Θα σας αναφέρω μερικά καθήκοντα: κάνει το πρόγραμμα, κάνει τις αναμορφώσεις του προγράμματος, διαβάζει όλη τη νομοθεσία, ενημερώνει για τη νομοθεσία τόσο τους καθηγητές όσο και τους μαθητές στην πρωινή συγκέντρωση. Επίσης είναι υπεύθυνος-η για τον προγραμματισμό των εορτών, των περιπάτων, των εκδρομών, για τους συνοδούς καθηγητές. Οφείλει να ενημερώνει τους γονείς για κάθε θέμα, να συζητά με τον Σύλλογο Γονέων και Κηδεμόνων, όπως και με τους Συμβούλους Εκπαίδευσης. Επιπρόσθετα είναι επιφορτισμένος και με τις ώρες διδασκαλίας που προβλέπει ο νόμος και με όλες τις νέες αποφάσεις και τις εγκυκλίους που βγαίνουν κάθε φορά. Έρχεται σε επαφή με όλες τις δομές, με όλες τις υπηρεσίες, με τον Δήμο, με το Υπουργείο, με τα γραφεία της Δευτεροβάθμιας. Και φυσικά όλο και κάποιο παιδί θα αρρωστήσει ή θα σταλεί στο γραφείο μετά από κάβγα με κάποιο συμμαθητή του, όλο και κάποια ζημιά θα προκύψει. Πρέπει, τέλος, να εφοδιάσει το σχολείο με γραφική ύλη, πίνακες, Η/Υ, τα απαραίτητα φάρμακα για το σχολικό φαρμακείο και άλλα πολλά. Με λίγα λόγια ο διευθυντής μιας σχολικής μονάδας επιφορτίζεται με πολλοπλό ρόλο, όπως αυτό του εκπαιδευτικού, του μάνατζερ, του ψυχολόγου, του οικονομολόγου, του διαμεσολαβητή σε πολλά ζητήματα. Κάθε μέρα στο σχολείο, αγαπητά μου παιδιά, είναι διαφορετική. Ποτέ δεν ξέρεις τι θα συμβεί μέχρι την έβδομη ώρα και ίσως και μετά από αυτή!

Πόσο σας επηρεάζει η δουλειά σας στην υπόλοιπη καθημερινότητά σας;

Πάρα πολύ. Πολλά πράγματα που δεν προλαβαίνω να κάνω στο σχολείο τα αποπελώνω στο σπίτι. Αν συμβεί κάτι δυσάρεστο

..... συνέχεια στη σελίδα 2

Πως πιστεύετε ότι η πόλη μας μπορεί να γίνει τουριστικός προορισμός

Στην δημοσκοπήσή μας ρωτήσαμε συνολικά 35 άτομα, εκ των οποίων τα 30 δέχτηκαν να μας απαντήσουν. Οι απόψεις τους για το πώς θα γίνει η πόλη μας τουριστικός προορισμός είναι οι ακόλουθες:



Τσακάνη Ελισάβετ (Γ4), Μαργιώτη Χριστίνα (Γ2), Κοκκίνου Αικατερίνη(Γ2), Καφαρατζή Παναγιώτα (Γ2), Τσόγκα Ευαγγελία (Γ4)

Ο πόλεμος μέσα από τα μάτια των παιδιών

Ο πόλεμος ταλνίζει την ανθρωπότητα σε όλες τις χρονικές περιόδους. Δυστυχώς, στις μέρες μας, αυτός που στοιχίζει τη ζωή σε αθώους ανθρώπους είναι ο πόλεμος που συντελείται στην Παλαιστίνη.

Οι επιπτώσεις του πολέμου στη ζωή των παιδιών είναι έντονες και ανεξίτηλες, καθώς τους στερούν το δικαίωμα στο όνειρο. Πιο συγκεκριμένα, χάνουν τις οικογένειές τους ακόμη και τη ζωή τους. Επιπλέον, έρχονται αντιμέτωπα με αρρώστιες, υποσιτισμό και στέρση των βασικών αγαθών που απαιτούνται για τη διαβίωσή τους. Επίσης τα παιδιά τραυματίζονται ψυχικά εξαιτίας των

..... συνέχεια στη σελίδα 3

..... συνέχεια από τη σελίδα 1

στο σχολείο, το κουβαλάω για την υπόλοιπη μέρα μαζί μου. Πρέπει να σχεδιάσω και να σκεφτώ ζητήματα για την ομαλή λειτουργία του σχολείου. Αυτό γίνεται απογεύματα, Σαββατοκύριακα, ακόμα και μέσα στις διακοπές. Επηρεάζει, επομένως και την προσωπική μου ζωή. Και όταν συμβαίνει κάτι δυσάρεστο, εκεί την επηρεάζει σε άλλο επίπεδο, σε ψυχολογικό επίπεδο και την επηρεάζει, επειδή σας έχω πει πολλές φορές ότι για μένα είστε τα παιδιά μου. Δεν το λέω απλά για να το πω. Εδώ περνάτε περισσότερες ώρες από ότι περνάτε με τους γονείς σας. Βλέπετε ότι τους περισσότερους σας ξέρω με τα μικρά σας ονόματα. Είστε τα παιδιά μου, σας γνώθη και σαν παιδιά μου. Πολλές φορές λέω πως έχω τριακόσια παιδιά συν δύο.

Ένα κεντρικό σχολείο, όπως το 6ο Γυμνάσιο, είναι ένα πολυπληθές σχολείο. Κάθε χρόνο φοιτούν σε αυτό περίπου 300 παιδιά. Πολλοί επίσης είναι και οι καθηγητές όλων των ειδικοτήτων. Πώς θα αξιολογούσατε την σχέση σας με τους μαθητές και καθηγητές αντίστοιχα;

Πράγματι, ένα κεντρικό σχολείο, όπως το δικό μας, το 6ο Γυμνάσιο, είναι πολυπληθές. Πολλοί επίσης είναι και οι καθηγητές διαφόρων ειδικοτήτων. Η δημιουργία καλών διαπροσωπικών σχέσεων μεταξύ του Διευθυντή, των μαθητών, των εκπαιδευτικών, αλλά και των γονέων εξαρτάται από τον ίδιο τον Διευθυντή. Οφείλει να διαθέτει διοικητική κατάρτιση, ώστε να δημιουργεί ένα υγιές, φιλικό περιβάλλον για την ανάπτυξη άμεσης επικοινωνίας και συνεργασίας. Ένας από τους σημαντικότερους ρόλους του διευθυντή είναι ο επικοινωνιακός ρόλος. Θα πρέπει να αντιμετωπίζει τον κάθε εκπαιδευτικό με σοβαρότητα και ειλικρίνεια, να σέβεται την προσωπικότητά του, τις ιδέες του, τον χαρακτήρα του, να τον ενθαρρύνει, αντιμετωπίζοντας μαζί τα όποια προβλήματα με βασικό σκοπό πάντα τη βελτίωση της σχολικής μονάδας. Πιστεύω πως οι σχέσεις μου με τους καθηγητές του σχολείου είναι πολύ καλές.

Όσο για τους μαθητές, θεωρώ πως προσπαθώ να είμαι δίκαιη, ευγενική, να χρησιμοποιώ το διάλογο και να είμαι ψύχραιμη, όταν έρχομαι αντιμέτωπη με παραβατικές και απειθαρχες συμπεριφορές μαθητών. Η υπολοποίηση προγραμμάτων και δραστηριοτήτων που σχετίζονται με τη σχολική ζωή είναι προτεραιότητά μου, καθώς και η παροχή αρκετών ερεθισμάτων στους μαθητές για διάφορους τομείς όπως υγεία, περιβάλλον, τέχνη, πολιτισμό. Η συνεργασία, τέλος, σχολείου-οικογένειας θεωρείται απαραίτητη καθώς μέσω της συχνής επικοινωνίας πολλά προβλήματα λύνονται ταχύτατα. Οικογένεια και σχολείο χαρακτηρίζονται ως αλληλένδετοι κρίκοι, καθώς ο ένας συμπληρώνει τον άλλον με τον ίδιο στόχο την ανάπτυξη και κοινωνικοποίηση των παιδιών.

Γνωρίζουμε πως έχετε τα νιά της Διεύθυνσης πολλά χρόνια. Έχετε καταφέρει όλα αυτά τα χρόνια με ιδιαίτερη στρατηγική προσέγγιση αλλά και αγαστή συνεργασία τόσο με το προσωπικό, το Σύλλογο Γονέων αλλά και τα 15μελή συμβούλια να αλλάξετε την εικόνα του σχολείου μας. Πόσο εύκολη ή δύσκολη ήταν αυτή η μεταμόρφωση του σχολείου μας; Ποιες δραστηριότητες γίνονται αυτή τη στιγμή στο σχολείο;

Πράγματι, έχω τα νιά της Διεύθυνσης 13 ολόκληρα χρόνια. Ο ρόλος του διευθυντή σε ένα γυμνάσιο είναι όντως κρίσιμος για την επιτυχία και τη μεταμόρφωση του σχολείου. Ο διευθυντής πρέπει να είναι ένας καλός ηγέτης, ένας καλός εκπαιδευτικός και ένας προικισμένος αναμορφωτής. Σεβόμενη λοιπόν την παλαιότητα του σχολείου και τη γηραιότητα ότι είναι διατηρητέο, έγιναν πολλά με πολλή δουλειά και κόπο, λαμβάνοντας πρωτίστως την άδεια της αρχαιολογίας.

Σε αυτά τα πλαίσια δημιουργήθηκε αίθουσα Μουσικής και ένα δεύτερο εργαστήριο Πληροφορικής, καθώς υπήρχε μόνο ένα. Πλέον όλες οι αίθουσες διαθέτουν σύνδεση Internet και σε λίγο καιρό νέοι διαδραστικοί πίνακες θα είναι στη διάθεση καθηγητών και μαθητών. Το στέγαστρο στο προαύλιο του σχολείου, η μαρμάρινη σκάλα και τα πλακάκια στους διαδρόμους αποτελούν σημαντικές παρεμβάσεις στα πλαίσια συντήρησης και εκσυγχρονισμού του σχολείου. Επίσης έχουν πραγματοποιηθεί ποιοτικές εκδηλώσεις στο θέατρο της πόλης μας, όπως για τα 100 χρόνια του σχολείου μας, την πολυάριθμη Σύμπληξη του χθες και του σήμερα, τον έρωτα. Δεν πρέπει να ξεχάσω να αναφέρω την Τράπεζα αίματος που διαθέτει το σχολείο μας για καθηγητές, γονείς, μαθητές και για όποιον άλλον έχει ανάγκη από αίμα. Κάθε χρόνο πραγματοποιούμε εθελοντική αιμοδοσία με μεγάλη κατά κύριο λόγο συμμετοχή.

Ποια ήταν η πιο χαρούμενη στιγμή στην καριέρα σας και ποια η πιο δύσκολη; Πώς την αντιμετωπίσατε;

Δεν είναι μία, είναι πολλές οι χαρούμενες στιγμές. Χαίρομαι, όταν βλέπω παιδιά μας που βραβεύονται σε διαγωνισμούς, όταν βλέπω χαρούμενα, γελαστά πρόσωπα, γεμάτα ζωή

και ενέργεια, όταν εισάγονται σε σχολές που τόσο επιθυμούσαν. Πρέπει να αναφέρω και το ευχάριστο γεγονός της πανελληνιακής βράβευσης του σχολείου μας στο Μουσείο της Ακρόπολης με ένα βίντεο που είχαμε ετοιμάσει για την ιστορία του σχολείου μας. Επίσης το σχολείο μας με μεγάλη επιτυχία συμμετείχε σε πρόγραμμα Erasmus στο εξωτερικό, σε συνεργασία με 8 χώρες. Όλες αυτές ήταν χαρούμενες στιγμές αναμφισβήτητα.

Οι πιο δύσκολες στιγμές στη ζωή μου ήταν δύο, όταν χάσαμε δύο μαθητές του σχολείου μας και έπρεπε εγώ να εκφωνήσω τον επικήδειο λόγο. Το γεγονός ότι χάθηκαν δύο μαθητές μας ήταν, ό,τι χειρότερο έχω ζήσει. Σας το λέω και θλιβομαι βαθιά.

Η ειδικότητα σας σχετίζεται με το μάθημα της Κοινωνικής και Πολιτικής Αγωγής που διδάσκεται στο Γυμνάσιο. Αναζητώντας το βασικό σκοπό του μαθήματος βρήκαμε πως αποσκοπεί στην εμπλοκή των μαθητών σε διαδικασίες μέσω των οποίων θα αποκτήσουν γνώσεις, θα καλλιεργήσουν στάσεις και δεξιότητες, ώστε να γίνουν υπεύθυνοι, ενεργοί, δημοκρατικοί πολίτες, άνθρωποι με κριτική ικανότητα και δημιουργική δράση. Μετά από αρκετά χρόνια διδασκαλίας πιστεύετε πως έχετε εμψύσει αυτές τις δεξιότητες και τις στάσεις στους μαθητές σας; Είστε περήφανοι για αυτό;

Η Κοινωνική και Πολιτική Αγωγή έχει να κάνει με τη μελέτη της κοινωνικής συμπεριφοράς, της ανάπτυξής της, της οργάνωσης της κοινωνίας και των θεσμών της. Έχει ως στόχο της την ανάπτυξη κριτικής σκέψης και σεβασμού και ταυτόχρονα επιδιώκει να εμπνεύσει τη διάθεση για συμμετοχή στην κοινωνία. Πέρα από αυτά η απόκτηση δεξιοτήτων όπως η επικοινωνία, η συνεργασία και η λήψη ποικίλων αποφάσεων που αφορούν τη ζωή, το μέλλον, την επαγγελματική κατάρτιση των μαθητών αποτελεί βασικό στόχο. Συνοπτικά, θα έλεγα, πως το μάθημα συμβάλλει στην προετοιμασία των παιδιών για την ενεργό συμμετοχή τους στην κοινωνία και την πολιτική ζωή. Μετά από τόσα χρόνια διδασκαλίας ελπίζω και εύχομαι να έχω εμψύσει αυτές τις στάσεις και τις δεξιότητες στους μαθητές μου. Είμαι περήφανη για αυτά τα παιδιά που είναι οι σημερινοί δημοκρατικοί πολίτες.

Πώς μπορεί ένας μαθητής να πετύχει τους στόχους του και να πραγματοποιήσει τα περισσότερα όνειρά του;

Θεωρώ ότι πρέπει να έχει πρόγραμμα. Για μένα ένας πετυχημένος μαθητής είναι ένας μαθητής που είναι μέσα σε όλα. Όταν λέω μέσα σε όλα εννοώ στο διάβασμα του, στις υποχρεώσεις του, στην διασκέδασή του, στους φίλους του, να μην στερείται τίποτα. Όταν τα κάνεις όλα, τότε είσαι πετυχημένος.

Βέβαια, το εκπαιδευτικό μας σύστημα είναι παράδοξο, παράλογο. Η λήψη αποφάσεων ζωής, όπως η επιλογή επαγγέλματος στα 15, χωρίς την απαραίτητη πληροφόρηση, είναι αναποτελεσματική και πολλές φορές ατυχής. Κρατήστε όμως μια σταθερή ρότα στις προσπάθειές σας, στο διάβασμά σας και θα τα καταφέρετε, θα πετύχετε. Δεν είναι όμως όλη η ζωή μας συνδεδεμένη με τη σχολική επιτυχία. Γι' αυτό δε χρειάζεται να αγχώστε. Το άγχος είναι κακός σύμβουλος. Μειώνει την ικανότητα συγκέντρωσης, τη μνήμη και την αποδοτικότητα και φέρνει εν τέλει τα αντίθετα αποτελέσματα.

Ο ελεύθερος χρόνος σας είναι λιγοστός, προφανώς λόγω του φόρτου εργασίας σας. Θα θέλαμε να ξέρουμε τι είναι αυτό που σας ξεκουράζει ή σας διασκεδάζει, σας κάνει να ξεφεύγετε από τη ρουτίνα της καθημερινότητας;

Μου αρέσουν πολύ τα ταξίδια και έχω ταξιδέψει πολύ, σε πολλές χώρες. Μου αρέσει πολύ η καλή παρέα, μου αρέσει να βρίσκομαι με φίλους πάρα πολύ. Επίσης ένα πράγμα που με ξεκουράζει και το έχω σαν χόμπι είναι η μαγειρική και η ζαχαροπλαστική. Διαβάζω πολύ λογοτεχνικά βιβλία ξένων και ελληνικών συγγραφέων.

« Ποια καριέρα θα διαλέγατε, αν δεν ήσασταν εκπαιδευτικός και κατά συνέπεια διευθύντρια του σχολείου σας;

Ήθελα πολύ να σπουδάσω και να γίνω μαθηματικός. Σε μία συζήτηση, όμως, άκουσα την λέξη "Κοινωνιολογία". Τότε στην Ελλάδα η λέξη "Κοινωνιολογία" ήταν άγνωστη. Όταν επέστρεψα σπίτι μου, άνοιξα την εγκυκλοπαίδεια και διάβασα τι είναι η Κοινωνιολογία - internet τότε δεν υπήρχε. Τότε, λοιπόν, αποφάσισα ότι δεν θέλημ να σπουδάσω μαθηματικά αλλά "Κοινωνιολογία". Έτσι βρέθηκα στο αντίστοιχο Πανεπιστήμιο του εξωτερικού και συγκεκριμένα στο Παρίσι, όπου και σπούδασα. Τελειώνοντας, δεν είχε περάσει από το μυαλό μου ότι θα γίνω εκπαιδευτικός. Ήθελα πολύ να ασχοληθώ με τα κοινά και συγκεκριμένα να αναλάβω προγράμματα και να πραγματοποιήσω ποικίλες δράσεις στο δήμο για τη γυναίκα, τους ηλικιωμένους, το παιδί. Στην εκπαίδευση βρέθηκα ξαφνικά, όταν με προσέλαβαν αναπληρώτρια, και η εκπαιδευτική μου πορεία προσμετρά 38 ολόκληρα χρόνια. Παρόλα αυτά βρίσκω χρόνο και τρόπο και ασχολούμαι και με τα κοινά.

Είναι άραγε αυτό το τέλος μας;

Τα τελευταία χρόνια έχει παρατηρηθεί έντονα το φαινόμενο της κλιματικής αλλαγής να μαστίζει τον πλανήτη μας. Η μακροπρόθεσμη αλληλαγία του καιρού μπορεί να συμπεριλαμβάνει αυξημένες θερμοκρασίες, αλλαγές στα μοτίβα βροχής καθώς και άλλα πολλά κλιματικά φαινόμενα.

Η παγκόσμια ανατροπή του κλίματος έχει ορατές επιπτώσεις σε αρκετούς τομείς του πλανήτη. Οι υψηλές θερμοκρασίες που επικρατούν έχουν ως αποτέλεσμα το λιώσιμο των πάγων. Οι πάγοι λιώνουν με γρήγορους ρυθμούς, γεγονός που ανησυχεί την πλειοψηφία των επιστημόνων καθώς και όλο τον κόσμο. Σύμφωνα με μελέτες, δεν θα 'ναι λίγες οι περιοχές που θα αντιμετωπίσουν δυσκολίες αλλά ακόμα και το ενδεχόμενο κάποιες από αυτές να βυθιστούν. Επιπλέον, ένα ακόμα σπουδαίο πρόβλημα είναι οι πλημμύρες. Η συνεχής αύξηση των βροχοπτώσεων για μεγάλα χρονικά διαστήματα οδηγούν σε υπερχειλίσεις ποταμών, δημιουργώντας πλημμύρες. Επιπρόσθετα, οι κλιματικές μεταβολές είναι σύνθετες να επιδεδωθούν τη διάβρωση του εδάφους και να δημιουργούν κατολισθήσεις.

Παρόλα αυτά το περιβάλλον δεν είναι ο αποκλειστικός τομέας που απειλείται καθώς η υγεία τόσο η δική μας όσο των ζώων και των φυτών βρίσκονται εξίσου σε σοβαρό κίνδυνο. Πολλοί πιστεύουν ότι στο μέλλον το ποσοστό θνησιμότητας αλλά και οι ασθένειες θα κατέχουν υψηλές θέσεις. Συμπληρωματικά, τα παραπάνω προβλήματα επιδρούν επίσης αρνητικά και έχουν αρκετές συνέπειες στον τομέα της γεωγραφίας. Όπως και οι ίδιοι έχουμε παρατηρήσει η κλιματική περίοδος έχει πάρει παράταση. Για παράδειγμα, εύκολα μπορεί κανείς να βρει στην αγορά προϊόντα που δεν αρμόζουν στην παρούσα εποχή, γεγονός που ανησυχεί ιδιαίτερα τους γεωργούς.

Τέλος, αυτή η κατάσταση επηρεάζει σίγουρα σε μεγάλο βαθμό την ψυχολογία των ανθρώπων. Οι καταστροφές που προκαλούνται συνεχώς από τις κλιματικές αλλαγές είναι τρομερές και ανενανόρθωτες.

Είναι άραγε όλα αυτά μια «προοικονομία» ότι το τέλος μας είναι στο κοντινό μέλλον; Η σημερινή πραγματικότητα απαιτεί συντονισμένες προσπάθειες αλλά και αλληλεγγύη. Η κλιματική αλληλαγία δεν περιμένει! Απαιτεί την άμεση δράση όλων μας. Με κάθε πράξη που κάνουμε φέρνουμε την ελπίδα για ένα καλύτερο μέλλον. Ας συνεργαστούμε, ας δράσουμε και ας αναλάβουμε την ευθύνη μας για να προστατεύσουμε αυτόν τον πλανήτη που καλούμαστε όλοι να μοιραστούμε!

Αποστόλου Βασιλική (Γ1),
Οικονόμου Φωτεινή (Γ3), Πουρνάρα Νίκη (Γ3)

ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ: ΤΟ ΜΕΓΑΛΟ ΠΡΟΒΛΗΜΑ

Το πόσο σημαντική είναι η ψυχική υγεία για την ευτυχία αλλά και την ομαλή λειτουργία της κοινωνίας είναι πια δεδομένο και ζητούμενο στον σύγχρονο κόσμο. Όπως τις τελευταίες δεκαετίες οι ψυχικές διαταραχές έχουν αυξηθεί σημαντικά. Ένας στους δύο ανθρώπους στις χώρες του ΟΟΣΑ θα αντιμετωπίσει κάποιο πρόβλημα ψυχικής υγείας σε κάποια στιγμή της ζωής του.

Οι αιτίες ποικίλλουν. Αρχικά η φτώχεια, ο κοινωνικός και οικονομικός αποκλεισμός, οι ανισότητες, αλλά και οι μεγάλες κοινωνικές αλλαγές-όπως π.χ. η πανδημία του κορονοϊού- είναι παράγοντες που μπορεί να έχουν ισχυρό αντίκτυπο στην ψυχική υγεία. Επιπλέον η ολιόενα αυξανόμενη και συχνά εμμονική χρήση των social media συνδέεται με την συρρίκνωση των πραγματικών κοινωνικών σχέσεων. Η θόνη του κινητού προσφέρει ένα ψευδές αίσθημα ασφάλειας. Σύμφωνα με έρευνες χαρακτηριστική είναι η πτώση του μέσου αριθμού στενών φιλικών δεσμών, ιδίως στην εφηβική ηλικία, όπως και τα αυξανόμενα περιστατικά βίας μεταξύ ανηλίκων. Όλα τα παραπάνω εντείνουν το αίσθημα της μοναξιάς που μαζί με τις ατομικές δυσκολίες της ζωής- ανεργία, ξαφνική απώλεια, σοβαρή ασθένεια- δημιουργούν ένα εκρηκτικό μείγμα.

Τα μέσα για να πολεμήσουμε αυτή την κατάσταση είναι η αυτοεκτίμηση και η διεκδίκηση του σεβασμού και του θάρρους της γνώμης. Επίσης η κοινωνικότητα, οι κοινωνικές δραστηριότητες και η καλή παρέα, η ομαδικότητα, το αίσθημα ότι ανήκουμε σε ομάδες, η καλή διατροφή και ο καλός ύπνος είναι κάποια από τα όπλα μας.

Συνοψίζοντας, όλοι μας πρέπει να είμαστε ευαισθητοποιημένοι, να μη διατάζουμε να ζητάμε βοήθεια και να μην υποτιμούμε τις λύσεις που προσφέρονται για τα προβλήματα της ψυχικής υγείας. Ακόμα το ίδιο πρέπει να γίνεται στα σχολεία, στους χώρους εργασίας και στις υπόλοιπες κοινωνικές δομές.

Μπαρπαρούση Ζωή (B2), Μπαρπαρούση Ιόλη (B2)

Μέσα στη σκιά : Το κάπνισμα και οι σκοτεινές συνέπειές του στη νεολαία

Στον σύγχρονο κόσμο η νεολαία αντιμετωπίζει πολλές προκλήσεις. Μία από αυτές που για τους νέους ελλοχεύει σοβαρούς κινδύνους είναι το κάπνισμα. Ενώ πολλοί ενδέχεται να γνωρίζουν τις καταστροφικές επιπτώσεις του καπνίσματος στην υγεία, ελάχιστοι γνωρίζουν τις συνέπειές του στην σωματική και ψυχική υγεία των νέων.

Σύμφωνα με πρόσφατες μελέτες, το κάπνισμα επηρεάζει σημαντικά τη σωματική και ψυχολογική υγεία των νέων. Το κάπνισμα προκαλεί:

1. Βλάβη των αγγείων και της καρδιάς: Ο καπνός στενεύει τα αγγεία και δυσκολεύει την αιμάτωση, αυξάνοντας τον κίνδυνο εμφραγμάτων και εγκεφαλικών προβλημάτων.

2. Βλάβη του πνεύμονα: Ο καπνός προκαλεί βλάβη στα πνευμόνια, μειώνοντας την αναπνοή και προκαλώντας πνευμονικές παθήσεις.

3. Καρκινογένεση: Ο καπνός συνδέεται με την ανάπτυξη καρκίνου, όπως του πνεύμονα, του λάρυγγα και του στόματος.

Επίσης η εθιστική φύση του καπνίσματος έχει και επιπτώσεις στην ψυχολογική υγεία των νέων, δημιουργώντας έναν κύκλο εξάρτησης, δύσκολος να διακοπεί. Οδηγεί σε αυξημένο στρες και κατάθλιψη, επηρεάζει την εκπαιδευτική πορεία των εφήβων. Μελέτες έχουν δείξει ότι οι νέοι που καπνίζουν τείνουν να έχουν χαμηλότερη σχολική επίδοση, μειωμένες εξωσχολι-

κές δραστηριότητες και ελάχιστες κοινωνικές σχέσεις.

Παρά τις προσπάθειες πολλών κοινοτήτων και οργανισμών για την ενημέρωση και την εκπαίδευση των νέων σχετικά με τις επιπτώσεις του καπνίσματος, η νεορή ηλικία εξακολουθεί να διανύει μια περίοδο κατά την οποία πολλοί είναι ευάλωτοι στην πίεση από τους ομοίους τους, αναζητώντας την αναγνώριση μέσα από το κάπνισμα.

Επομένως η ανάγκη για συνεχή ενημέρωση και υποστήριξη παραμένει κρίσιμη. Είναι σημαντικό για τη νεολαία να ενημερωθεί και να εξοικειωθεί με τις συνέπειες της εθιστικής αυτής συνήθειας. Είναι σημαντικό να ενημερώνονται οι νέοι για τις επιπτώσεις του καπνίσματος και εμείς οι μεγαλύτεροι να προωθούμε την πρόληψη και την αποτροπή της χρήσης του καπνού. Οι κινητοποιήσεις της ιατρικής κοινότητας για συχνές εκστρατείες κατά του καπνίσματος, η ευαισθητοποίηση των γονέων και των εκπαιδευτικών μπορεί να δημιουργήσει ένα περιβάλλον όπου η υγιής συμπεριφορά να είναι προτεραιότητά τους.

Καθώς προχωρούμε προς το μέλλον, ας σταθούμε πηλαί- πηλαί με τη νεολαία, προστατεύοντάς τη από τις σκοτεινές συνέπειες του καπνίσματος και προσφέροντάς της το δώρο της ζωής, της σωματικής και ψυχικής ευημερίας που τους αξίζει!

Παπής Άγγελος (Γ3), Μπεσίρης Χρήστος (Γ3)



Η Ελλάδα μέσα από τα χωριά της

Οι περισσότεροι, αν όχι όλοι, κατάγονται από κάποιο χωριό. Η λέξη χωριό σε πολλούς φέρνει αναμνήσεις από το Πάσχα ή το καλοκαίρι, όταν ήταν παιδιά και έπαιζαν με ξαδέλφια και φίλους διάφορα παιχνίδια. Σε άλλους ανθρώπους βέβαια θυμίζει την προμία και την γαλήνη του παππού και της γιαγιάς, πετρόκιστα σπιτάκια στην πλαγιά του βουνού είτε δίπλα στην θάλασσα εκεί που κτυπά το κύμα.

Υπάρχουν πολλή τέτοια γραφικά χωριά στην Ελλάδα. Αη- ήλωσε η χώρα μας είναι γεμάτη επαρχιακούς τόπους . Κάποιοι από τους πιο γραφικούς είναι οι ακόλουθοι :

- Κορυφαία στην λίστα είναι τα Ζαγοροχώρια, γνωστά για την παραδοσιακή όψη που έχουν. Αποτελούνται από 46 οικισμούς και το υψόμετρό τους κυμαίνεται από 500 μέχρι 2500 μέτρα , ενώ η έκτασή τους 1053 τετραγωνικά χιλιόμετρα . Ένα γνωστό φυσικό αξιοθέατο είναι το φαράγγι του Βίκου του οποίου το νερό είναι πεντακάθαρο και πόσιμο . Η εικόνα, όταν σκέφτεται κάποιος τα Ζαγοροχώρια περιλαμβάνει σίγουρα κάποιο γεφύρι (υπάρχουν 60 περίπου).

- Μεγάλη φήμη έχουν αποκτήσει τα χωριά του Πηλίου όχι άδικα καθώς είναι ένας προορισμός που ο καθένας πρέπει να επισκεφθεί. Τα 24 αυτά χωριά έχουν υψόμετρο από 138 έως 1200 μέτρα, κάνοντάς τα να είναι ένα μέρος και για αυτούς που αγαπάνε την θάλασσα αλλά και για τους λάτρεις του βουνού. Τα σπιτάκια των κατοίκων κάνουν τα χωριά ιδιαίτερα, αφού είναι χτισμένα με πέτρα και η στέγη τους είναι φτιαγμένη από πέτρινες πλάκες, ένα υλικό άφθονο στην περιοχή και χρήσιμο για τον χειμώνα, ώστε το χιόνι που τα σκεπάζει, να μπορεί να γλιστράει μόνο του .

- Η Αρναία, η «αρχόντισσα της Χαλκιδικής», είναι ένα από τα πιο μεγάλα χωριά, . Έχει υψόμετρο 600 μέτρα και εί-

να χτισμένη στους πρόποδες του όρους Χολομώντα. Το χωριό έχει αρκετά μέρη να επισκεφτείς, όπως το Λαογραφικό Μουσείο και το Μουσείο Υφαντικής. Η Αρναία προσφέρεται για να την περπατήσεις, ακολουθώντας τους μεγαλύτερους δρόμους της ή τα λιθόστρωτα σοκάκια. Επίσης θα σου δώσει την ευκαιρία να απολαύσεις τα αναπαλαιωμένα της αρχοντικά και τα παλιά της σπίτια, τα οποία αντανakλούν την παραδοσιακή αρχιτεκτονική της Μακεδονίας, βασικά υλικά της οποίας είναι η πέτρα και το ξύλο.

- Η Άσος είναι ένα μικρό, πολύχρωμο χωριό της Κεφαλονιάς, στο βόρειο τμήμα της, που μοιάζει να «πατάει» πάνω σε μία στενή λωρίδα γης, πλάτους περίπου 50 μέτρων. Έχει πληθυσμό περίπου 90 κατοίκων και είναι η εικόνα που θα έφερνε ο καθένας στο μυαλό του, όταν σκέφτεται ένα ψαροχώρι. Στο μικρό αυτό ψαροχώρι μπορεί κανείς να κολλυμπήσει στα γαλαζοπράσινα νερά, να φάει φρέσκα ψάρια ή ακόμα να αγναντέψει την θάλασσα με τα καΐκια και τις βαρκούλες της.

Η ανάγκη λοιπόν να διατηρηθούν τα χωριά της Ελλάδας ζωντανά είναι μεγάλη, γιατί έτσι θα συντηρηθούν τα ήθη, τα έθιμα και η παράδοση της χώρας μας. Άνθρωποι του χωριού σημαίνει άνθρωποι με πάθος, ζεστασιά, φιλοξενία, άνθρωποι με μεγάλες αξίες, άφθαρτες στο χρόνο, που διατηρούν την παράδοση, τιμούν την κουλτούρα και την ντοπιολαλιά, εξυψώνουν τα ήθη και τα έθιμα. Στον « αφηλό» του κάθε πολιτισμού, λοιπόν, βρίσκεται πάντα μια χούφτα ανθρώπων του χωριού. Γι' αυτό και μόνο τους χρυσάμε ένα μεγάλο ευχαριστώ!

ΓΚΑΤΖΙΑ ΚΥΡΙΑΚΗ (B1), Γκατζιά Κυριακή(B1)

ΨΗΦΙΑΚΟΣ ΑΝΑΛΦΑΒΗΤΙΣΜΟΣ

Ο αιώνας μας, ο 21ος αιώνας, θεωρείται αναντίρρητα ο αιώνας της τεχνολογίας και της πληροφορίας. Και αυτό γίνεται παραδεκτό καθώς οι Νέες Τεχνολογίες, οι τεχνολογίες της Επικοινωνίας και της Πληροφορίας, έχουν γίνει αναπόσπαστο κομμάτι της ζωής μας και όλοι οι άνθρωποι είμαστε σε θέση να απολαμβάνουμε καθημερινά τα δώρα της τεχνολογίας. Ωστόσο, στις μέρες μας συμβαίνει κάτι απόλυτα παράδοξο. Αρκετοί άνθρωποι χαρακτηρίζονται από απόλυτη γνώση τεχνολογίας, ενώ κάποιοι άλλοι δηλώνουν απόλυτη άγνοια σε ό, τι έχει να κάνει με αυτή. Τότε γίνεται λόγος για το περίφημο « ψηφιακό χάσμα», το οποίο προκαλεί τόσο γνωστικές όσο και κοινωνικές ανισότητες.

Αν επιχειρούσαμε να ορίσουμε τον ψηφιακό αναλφαβητισμό θα λέγαμε πως είναι η αδυναμία του ανθρώπου να χρησιμοποιεί την ψηφιακή τεχνολογία και συνακόλουθα να ζει, να μορφώνεται και να εργάζεται σε μία κοινωνία, όπου η καθημερινή πρόσβαση σε ένα τεράστιο δίκτυο πληροφοριών κρίνεται απόλυτα αναγκαία.

Οι ψηφιακά αναλφάβητοι είναι άνθρωποι κάθε ηλικίας, αλλά και κοινωνικού και μορφωτικού επιπέδου. Αυτοί διακρίνονται σε ψηφιακά "αυτόχθονες" και ψηφιακά "μετανάστες". Οι πρώτοι είναι οι άνθρωποι που γεννήθηκαν στην ψηφιακή εποχή και αποτελούν φυσικούς ομιλητές της ψηφιακής γλώσσας. Αυτοί απέκτησαν τις κατάλληλες ψηφιακές δεξιότητες, χωρίς κόπο αλλά προσλαμβάνοντάς τις εύκολα. Αντίθετα ως "μετανάστες", ορίζονται εκείνοι οι άνθρωποι που δεν γεννήθηκαν στον ψηφιακό κόσμο, αλλά σε κάποια μεταγενέστερη φάση της ζωής και υιοθέτησαν κάποιες πτυχές της τεχνολογίας. Ειδικότερα η δεύτερη κατηγορία ανθρώπων διακρίνεται στους ψηφιακά και λειτουργικά αναλφάβητους. Ως οργανικά αναλφάβητοι λογίζονται εκείνοι που δεν διδάχθηκαν ποτέ μεθόδους χρήσης της τεχνολογίας και ως λειτουργικά εκείνοι οι συνάνθρωποί μας που προσπάθησαν να αποκτήσουν τεχνολογία αλλά δεν κατάφεραν ποτέ το σύνολο των ψηφιακών δεξιοτήτων.

Ωστόσο, ο ψηφιακός αναλφαβητισμός μπορεί να αντιμετωπιστεί με ποικίλους τρόπους. Αντίθετα, η εκπαίδευση είναι ο βασικότερος τρόπος αντιμετώπισης αυτού του προβλήματος. Οι εκπαιδευτικοί και τα εκπαιδευτικά ιδρύματα μπορούν να διδάξουν τις βασικές δεξιότητες που απαιτούνται για τη χρήση του υπολογιστή και του Διαδικτύου. Επιπρόσθετα, με την στήριξη από την κοινότητα μπορεί κανείς να βοηθηθεί στην αντιμετώπιση του ψηφιακού αναλφαβητισμού με την παροχή πρόσβασης σε υπολογιστές και διαδικτυο σε χαμηλότερο κόστος ή μέσω δωρεάν προγραμμάτων εκπαίδευσης. Με την αυτό-εκπαίδευση οι άνθρωποι μπορούν να χρησιμοποιήσουν τους διαθέσιμους διαδικτυακά πόρους, για να μάθουν βασικές δεξιότητες σχετικά με τον υπολογιστή και το διαδίκτυο. Επιπλέον, η χρήση τεχνολογικών λύσεων μπορεί επίσης να βοηθήσει στην αντιμετώπιση του ψηφιακού αναλφαβητισμού. Για παράδειγμα, οι εφαρμογές και τα λογισμικά μπορούν να σχεδιαστούν έτσι ώστε να είναι πιο φιλικά προς τον χρήστη και να απλοποιηθούν τη χρήση του υπολογιστή και του Διαδικτύου. Τέλος, η ευαισθητοποίηση είναι εξίσου σημαντική για την αντιμετώπιση του ψηφιακού αναλφαβητισμού. Οι άνθρωποι πρέπει να γνωρίζουν τη σημασία της χρήσης του υπολογιστή και του Διαδικτύου στη σημερινή κοινωνία και τα πλεονεκτήματα που μπορεί να προσφέρουν.

Ο αναλφαβητισμός κάθε μορφής ταυτίζεται με την άγνοια και η άγνοια είναι στέφηση ελευθερίας. Ας μην επιτρέψουμε να είμαστε αμαθείς σε κανέναν τομέα της ζωής μας, ειδικά στη σύγχρονη εποχή που υπάρχουν τα μέσα, ώστε ο άνθρωπος να διεκδικεί καθημερινά και αδιάκοπα, σε όποια ηλικία κι αν βρίσκεται σε όποια περιοχή κι αν κατοικεί. Ας δώσουμε στον εαυτό μας το δώρο της ψηφιακής καλλιέργειας, για να μπορούμε να ατενίζουμε διάπλατα τον κόσμο και μέσα από την περιήγηση στον κυβερνοχώρο.

**Νερόλη Ρόη (B3),
Ντούζγου Φωτεινή (B3)**

Ο ΠΟΛΕΜΟΣ ΜΕΣΑ ΑΠΟ ΤΑ ΜΑΤΙΑ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ

..... συνέχεια από τη σελίδα 1

φρικτών εικόνων που έχουν αντικρίσει. Τέλος, ζουν συνεχώς σε ένα καθεστώς φόβου, ανασφάλειας και αβεβαιότητας.

Σήμερα, μάλλον, που βρίσκεται σε εξέλιξη ο πόλεμος στην Παλαιστίνη, πολλές παιδικές μαρτυρίες αποκαλύπτουν το κακό που προκαλεί. Χαρακτηριστικό παράδειγμα ένα πεντάχρονο αγοράκι που περιγράφει: «Επесе το παράθυρο, δεν έχουμε νερό και ρεύμα», ενώ ο μικρός Ammar εξομολογείται: «Δεν έχουμε τίποτα. Βομβάρδισαν το σπίτι και το κατέστρεψαν». Το κοινό στοιχείο που ενώνει όλα αυτά τα παιδιά είναι η επιθυμία να σταματήσει ο πόλεμος.

Συνεπώς, τα τραύματα που προκαλεί ο πόλεμος στα παιδιά, είτε ψυχικά είτε σωματικά, είναι ανεπανόρθωτα. Για τον λόγο αυτό, θα πρέπει όλοι μας να συμβάλουμε ώστε να μη βιώσουν τον πόλεμο άλλες αθώες ψυχές.

Σολδάτου Μαριλίζα B4, Ανυφαντής Βασίλης B1

Εκδήλωση για τον σχολικό εκφοβισμό: «Μίλα μου τώρα»

Στις 29 Μαρτίου 2024 μαθητές του σχολείου μας παρευρέθηκαν στο Δημοτικό θέατρο της πόλης μας για την εκδήλωση που αφορούσε στον «Σχολικό εκφοβισμό» και είχε ως στόχο την ευαισθητοποίηση και κινητοποίηση των μαθητών και εκπαιδευτικών.

Την εκδήλωση διοργάνωσαν η Διεύθυνση Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Φθιώτιδας σε συνεργασία με το Δήμο Λαμιέων και το «Χαμόγελο του παιδιού». Τα παιδιά παρακολούθησαν την ταινία

μικρού μήκους « Οι σκέψεις της Νεφέλης» που διηγείται την ιστορία μιας έφηβης που βιώνει σχολικό εκφοβισμό.

Μετά την ταινία ακολούθησε διάλογος μεταξύ των παιδιών και των ψυχολόγων από το « Χαμόγελο του παιδιού» κατά τη διάρκεια του οποίου είχαν την ευκαιρία να μοιραστούν απόψεις και εμπειρίες σχετικές με το θέμα, να εκφράσουν τα συναισθήματά τους και να ενημερωθούν σχετικά με τους τρόπους πρόληψης και αντιμετώπισης του φαινομένου.



Εφηβεία: η μεγάλη έκρηξη!

Στις 5 Απριλίου 2024 πραγματοποιήθηκε εκδήλωση σχετική με τους εφήβους του σήμερα, υπό την αιγίδα του Δήμου Λαμιέων, στο Πολιτιστικό κέντρο του δήμου σε συνεργασία με τον Σύλλογο γονέων και κηδεμόνων του 1ου Δημοτικού σχολείου, του 1ου Γυμνασίου, του 6ου Γυμνασίου και του 1ου Γενικού Λυκείου Λαμίας. Στην εκδήλωση μίλησε η κ. Ανδρεοπούλου Σοφία, ψυχολόγος- παιδοψυχολόγος, για το πόσο δύσκολα περνούν σήμερα οι έφηβοι αλλά και οι γονείς τους, παρουσιάζοντας το βιβλίο της « Εφηβεία: Η μεγάλη έκρηξη! Και πώς θα επιβιώσετε ως γονείς». Ακολούθησε διάλογος του ακροατηρίου με την παιδοψυχολόγο κατά τη διάρκεια του οποίου είχαν την ευκαιρία να μοιραστούν απόψεις και εμπειρίες σχετικές με τους εφήβους.

Ασφάλεια στο διαδίκτυο (ομιλία)

Στις 14 Φεβρουαρίου 2024 όλη η Γ' τάξη του σχολείου μας ενημερώθηκε από ειδικό εκπρόσωπο της Ασφάλειας Λαμίας για θέματα bullying καθώς και για την ασφάλεια στο διαδίκτυο. Επισημάνθηκε, μεταξύ των άλλων, πως η ασφάλεια στο διαδίκτυο είναι πιο σημαντική από ποτέ, με τις απειλές να πληθαίνουν συνεχώς και τις παραβιάσεις δεδομένων να είναι πλέον καθημερινότητα. Δόθηκαν στους μαθητές κάποιες απλές συμβουλές, όπως να κρατούν μυστικό τον κωδικό πρόσβασης στο ηλεκτρονικό ταχυδρομείο από όλους, να μην συναντούν αγνώστους που τυχόν γνωρίσουν στο διαδίκτυο, να μην δίνουν προσωπικά τους στοιχεία (ηλεκτρονική διεύθυνση, διεύθυνση σπιτιού, αριθμό τηλεφώνου), να ζητούν από τους γονείς τους να εγκαταστήσουν σύστημα φίλτραρίσματος της ανεπιθύμητης αλληλογραφίας και να λαμβάνουν μόνο τα μηνύματα που αυτοί επιθυμούν. Ακολούθησε συζήτηση μεταξύ μαθητών και του υπευθύνου για τη σωστή πληροφορηση στο διαδίκτυο.



Καρναβάλι 2024

Η Αποκριά, που έρχεται μαζί με την άνοιξη με τη μεγάλη διάρκεια της και με τα τόσα έθιμα που αναβιώνουν σε κάθε γωνιά με τον ερχομό της, αποτελεί όχι μόνο για τους μικρούς αλλά και για τους μεγάλους περίοδο χαράς, διασκέδασης και γληντιού.

Την Κυριακή της Αποκριάς, 18 Μαρτίου 2024, ο Δήμος Λαμιέων και η Δημοτική Κοινωνική Επιχείρηση του Δήμου, σε συνεργασία με σχολεία, σχολές χορού, πολιτιστικούς και εθελοντικούς Συλλόγους αλλά και κάθε ενδιαφερόμενο φορέα, ετοίμασαν για όλους μας την καθιερωμένη παρέλαση αρμάτων με επίκαιρα, χιουμοριστικά θέματα και μαζί τους μεγάλη συμμετοχή καρναβαλιστών. Το σχολείο μας συμμετείχε στις καρναβαλικές εκδηλώσεις με το γκρουπ «Ratatouille», αποτελούμενο από αγόρια και κορίτσια. Κατέλαβε τελικά την 2η θέση στο χορευτικό κομμάτι και 2η θέση στην Οδό Αγαθμάτων που εκτυλίχθηκε στην οδό Ρήγα Φεραίου στην πόλη μας. Στο μεσοδιάστημα εξελίχθηκαν διάφορα δράματα, όπως το κυνήγι του χαμένου θησαυρού, στα οποία έδωσε δυναμικό παρόν και το σχολείο μας. Και του χρόνου παιδιά!!

Διδακτική επίσκεψη μαθητών στο Λαογραφικό μουσείο και στη Δημοτική Πινακοθήκη Λαμίας

Στις 22 Ιανουαρίου 2024 οι μαθητές του Β3 καθώς και του τμήματος ένταξης επισκέφθηκαν το Λαογραφικό Μουσείο που στεγάζεται σε ιδιόκτητο χώρο στην καρδιά της πόλης μας, στην οδό Καλύβα- Μπακογιάννη. Εκεί οι μαθητές είχαν μια ευχάριστη και άμεση γνωριμία με την τοπική ιστορία, τον ιδιαίτερο πολιτισμό, την καθημερινή ζωή και τις ποικίλες παραδόσεις της περιοχής. Είδαν από κοντά στον 1ο και 2ο εκθεσιακό χώρο τα μουσειακά αντικείμενα που αποκαλύπτουν την προβιομηχανική

κοινωνία και οικονομία, την γεωργική και κτηνοτροφική παραγωγή, τις άλλες παραδοσιακές επαγγελματικές ενασχολήσεις, την οικία, την ενδυμασία και το κόσμημα καθώς και την τέχνη της υφαντικής και τα διάφορα σκεύη.

Κατόπιν επισκέφθηκαν την Δημοτική Πινακοθήκη Λαμίας " Αλέκος Κοντόπουλος " στο κτήριο της οδού Αινιάνων 6-8 στο κέντρο της Λαμίας. Εκεί ξεναγήθηκαν από την Ιστορική Τέχνης και Έφορο της Δημοτικής Πινακοθήκης κ. Παπαευθυμίου Έφη στα έργα της μόνιμης συλλο-

γής του Λαμιώτη ζωγράφου Αλέκου Κοντόπουλου (1904-1975) που είναι αντιπροσωπευτικά όλων των καλλιτεχνικών φάσεων από τις οποίες διήλθε ο καλλιτέχνης στην προσπάθειά του να διαμορφώσει το προσωπικό του ζωγραφικό ιδίωμα. Στο τέλος μοιράστηκε στους μαθητές ένα συλλεκτικό τετράδιο- λεύκωμα που απεικονίζει τον ζωγραφικό κόσμο του μεγάλου Λαμιώτη ζωγράφου και καλεί τους μαθητές να σχολιάσουν ή να απαντήσουν σε ερωτήματα που αφορούν στα έργα του.

Εθελοντική αιμοδοσία στο 6ο Γυμνάσιο Λαμίας



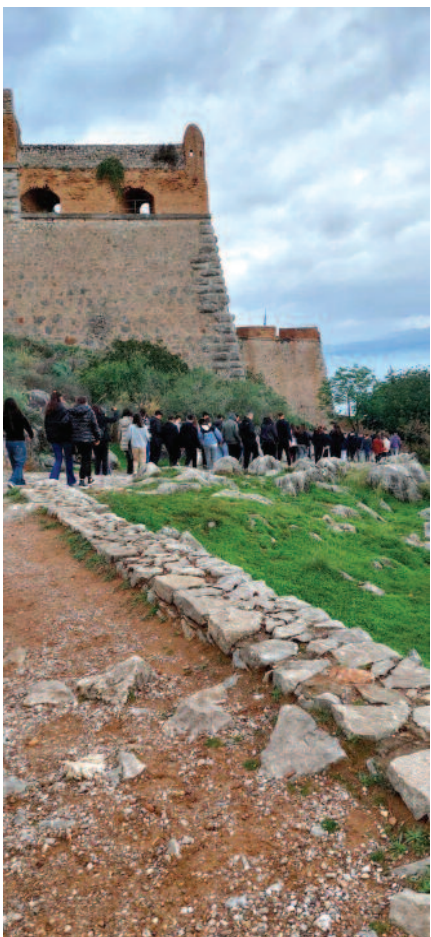
Με επιτυχία και αθρόα συμμετοχή πραγματοποιήθηκε και φέτος στις 3 Απριλίου 2024 η εθελοντική αιμοδοσία που διοργάνωσε από κοινού το 6ο Γυμνάσιο Λαμίας και ο σύλλογος Γονέων και Κηδεμόνων. Το σχολείο μας διαθέτει τράπεζα αίματος για τους μαθητές, κηδεμόνες, καθηγητές και όσους το έχουν ανάγκη. Η εθελοντική προσφορά αίματος αποτελεί μια πράξη αγάπης, ανθρωπισμού και απόδειξη κοινωνικής ευαισθησίας. Τα αποτελέσματά της σώζουν ζωές, διότι το αίμα ούτε παράγεται ούτε αντικαθίσταται, μόνο χαρίζεται! Η προσφορά των εθελοντών αιμοδοτών είναι πάνω από όλα ενέργεια ζωής για τον πάσχοντα άνθρωπο. Όλοι μας οφείλουμε να θυμόμαστε ότι υποψήφιος αιμοδότης είναι κάθε υγιής άνθρωπος, υποψήφιοι δέκτες είμαστε όλοι!



Στο Χημείο του σχολείου μας...

Στις 18 Απριλίου 2024 στο πλαίσιο του προγράμματος « Εικονικές Επιχειρήσεις» οι μαθητές του τμήματος Γ4 παρασκεύασαν στο Χημείο του σχολείου μας σαπούνια (κρεμοσαπύνο), αρώματα, καλλυντικές κρέμες καθώς και καραμέλες.

Τριήμερη εκδρομή στην Πελοπόννησο



Στο πλαίσιο του μαθήματος της Ιστορίας η Γ' τάξη πραγματοποίησε στις 26 έως στις 28 Νοεμβρίου 2023 τριήμερη εκδρομή στο Ναύπλιο.

Εκεί οι μαθητές είχαν την ευκαιρία να επισκεφτούν το κάστρο του Παλαμιδίου και να απολαύσουν την πανοραμική θέα της πόλης αλλά και όλου του Αργολικού κόλπου. Επίσης είδαν και το κελί όπου φυλακίστηκε ο Θεόδωρος Κολοκοτρώνης το 1833. Παράλληλα επισκέφθηκαν το Βουλευτικό (Παλιά Βουλή) και την πλατεία του Αγίου Σπυρίδωνα με τον ομώνυμο ναό όπου δολοφονήθηκε ο Ιωάννης Καποδίστριας. Κατόπιν περιηγήθηκαν στις Μικίνες, στον αρχαιολογικό χώρο καθώς και στο αρχαίο θέατρο της Επιδαύρου, διαπιστώνοντας από κοντά την μεγαλοπρέπεια και την σημασία όλων των μνημείων που ανήκουν στην ελληνική πολιτιστική κληρονομιά.

Επόμενη επίσκεψη ήταν στην Πυραμίδα του Ελληνικού στην περιοχή του Άργους. Υπολογίζεται ότι κατά προσέγγιση χτίστηκε τον 4ο αιώνα π.Χ. και είναι κατά 170 έτη αρχαιότερη της αιγυπτιακής πυραμίδας του Χέ-οπος.

Επόμενος σταθμός ήταν ο ιερός ναός της Ζωοδόχου Πηγής ή Παναγίας Κεφαλαριώτισσας που είναι χτισμένη σε ένα σπήλαιο του όρους Χάον. Το σπήλαιο αυτό το χρησιμοποιούσαν ως καταφύγιο και κρυφό σχολείο κατά τα χρόνια της τουρκοκρατίας.

Όλοι οι μαθητές διασκέδασαν, χόρεψαν, τραγούδησαν και επέστρεψαν στην Λαμία γεμάτοι εμπειρίες και ευχάριστες αναμνήσεις.

Εκπαιδευτική επίσκεψη στον μπαρουτόμυλο Μαυρίλου

Στις 24 Απριλίου 2024 οι μαθητές του Α2 και Α4 επισκέφθηκαν στη Δυτική Φθιώτιδα, στο χωριό Μαυρίλο, στις πηγές του Σπερχειού, έναν ανακαινισμένο μπαρουτόμυλο από τους 12 της περιοχής, που τροφοδοτούσε με μπαρούτι τον αγώνα των Ελλήνων ενάντια στους Τούρκους στα χρόνια της σκλαβιάς, μαθαίνοντας παράλληλα για τη λειτουργία και την παρασκευή της μπαρούτης. Επίσης είδαν την χειρόγραφη επιστολή - παραγγελία του Αθανάσιου Διάκου. Τέλος επισκέφθηκαν την εκκλησία του Αγίου Δημητρίου που χρονολογείται από τον 17ο αιώνα, καθώς και το λαογραφικό μουσείο.





Εκδρομή στους Δελφούς και το Γαλαξίδι

Στο πλαίσιο του πολιτιστικού προγράμματος «Μαθητο...λόγια» οι μικροί συντάκτες του σχολείου μας επισκέφτηκαν στις 17 Μαΐου 2024 τον αρχαιολογικό χώρο των Δελφών, είδαν από κοντά το αρχαίο θέατρο των Δελφών, το ναό του Απόλλωνα, την Κρυσταλλία πηγή και το θησαυρό των Αθηναίων. Στη συνέχεια επισκέφτηκαν το γραφικό παραθαλάσσιο χωριό της Φωκίδας, το Γαλαξίδι, όπου περπάτησαν στο όμορφο λιμάνι, θαυμάζοντας τα αρχοντικά του καθώς και τον ιερό ναό του Αγίου Νικολάου με το υπέροχο ξυλόγλυπτο τέμπλο του.

Εκδρομή στα Μετέωρα και στην πόλη των Τρικάλων

Στις 11 Απριλίου 2024 πραγματοποιήθηκε μονοήμερη εκδρομή όλου του σχολείου στην πόλη των Τρικάλων και στα Μετέωρα. Οι μαθητές επισκέφτηκαν την ιστορική μονή του Αγίου Στεφάνου των Αγίων Μετεώρων, γνωστή μεταξύ άλλων από το γεγονός ότι σε αυτή υπάρχει η τίμια Κάρα του Αγίου Χαραλάμπους. Θαύμασαν επίσης το μαγευτικό τοπίο καθώς και το σύμπλεγμα των τεράστιων παλαιολιθικών βράχων της περιοχής. Κατόπιν επισκέφτηκαν την πόλη των Τρικάλων, περπάτησαν πάνω στην πολύ όμορφη γέφυρα του Ληθαίου και γεύτηκαν τις τοπικές, παραδοσιακές συνταγές.



Εκπαιδευτική επίσκεψη στο αγρόκτημα «Αμφίκια»

Στις 14 Απριλίου 2024 οι μαθητές του Α1 και Α3 επισκέφτηκαν στην Αμφίκλεια το αγρόκτημα «Αμφίκια» και είδαν από κοντά τις διαδικασίες καλλιέργειας παραγωγής φυτών και εκτροφής ζώων. Τέλος επισκέφτηκαν το Μουσείο Άρτου στην κωμόπολη της Αμφίκλειας.

Περιβαλλοντική εκπαιδευτική επίσκεψη στην Ευρυτανία σε συνεργασία με το ΚΕ.ΠΕ.Α Καρπενησίου

Την Δευτέρα 8 Απριλίου 2024 τα τμήματα Β3, Β4 και μαθητές του τμήματος Ένταξης της Β΄ τάξης του σχολείου μας υλοποίησαν εκπαιδευτική επίσκεψη στην Ευρυτανία, όπου και συμμετείχαν στα προγράμματα «Τα ψηλά βουνά» και το «Το μαγικό μονοπάτι της ενσυνείδησης» του Κέντρου Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης Καρπενησίου. Ειδικότερα, οι μαθητές και οι μαθήτριες περιηγήθηκαν «βιωματικά» με συνεχείς δραστηριότητες σε δασικό μονοπάτι κοντά στο χωριό Γοριανάδες και μυήθηκαν με τις αισθήσεις τους στις ομορφιές και την ωφέλεια του δάσους υπό την ευγενική καθοδήγηση των στελεχών του ΚΕ.ΠΕ.Α Καρπενησίου κ. Κοπανάκη Μανώλη και Κούτρα Παναγιώτη. Στη συνέχεια επισκέφτηκαν το Μουσείο Εθνικής Αντίστασης στο χωριό Κορυσχάδες, ενώ γεύτηκαν και την τοπική κουζίνα. Η επίσκεψη έκλεισε στο Πάρκο Δραστηριοτήτων SALOON PARK με γλυκές γεύσεις και περιήγηση στον καταπράσινο χώρο, θαυμάζοντας ένα ζευγάρι ελαφιών!

Οι νέοι Έλληνες επιδεικνύουν αυξημένο ενδιαφέρον για σπουδές στο εξωτερικό λόγω των πολλών προκλήσεων και ευκαιριών που προσφέρονται εκεί. Πολλοί επιλέγουν να σπουδάσουν σε άλλες χώρες για να αποκτήσουν διεθνή εμπειρία και να αναζητήσουν μια πιο διαφοροποιημένη εκπαιδευτική διαδικασία. Ορισμένοι μπορεί να πιστεύουν ότι κάποιες συνθήκες στην Ελλάδα, όπως κοινωνικοί αλληλ και οικονομικοί παράγοντες, μπορεί να μην ευθυγραμμίζονται με τις εκπαιδευτικές τους φιλοδοξίες με αποτέλεσμα να καταφεύγουν στο εξωτερικό. Είναι σημαντικό λοιπόν να λαμβάνουμε υπόψη μας τα ατομικά κίνητρα.

Τι εφόδια όμως πρέπει να διαθέτουν οι νέοι για αυτή την ανεπανάληπτη ευκαιρία; Για να σπουδάσουν στο εξωτερικό, οι νέοι Έλληνες πρέπει να διαθέτουν ορισμένες απαραίτητες δεξιότητες. Καταρχήν, η γνώση της αγγλικής γλώσσας αποτελεί το θεμελιώδες πλεονέκτημα, καθώς η πλειονότητα των προγραμμάτων στο εξωτερικό διδάσκεται στα αγγλικά. Για αυτό η ικανότητα αυτή να επικοινωνούν αποτελεσματικά στα αγγλικά, είναι ουσιώδης για την επιτυχή πρόοδο στις σπουδές και την ενσωμάτωση στο περιβάλλον του πανεπιστημίου. Μετά από τις γνώσεις όμως ακολουθεί η ικανότητα να αντιμετωπίζουν τις προκλήσεις και τις αλλαγές που

«Η Αμερική είναι άραγε αρκετά μακριά;»

παρουσιάζει η ζωή στο εξωτερικό (ανεξαρτησία, αυτονομία, διαχείριση). Αυτές οι ικανότητες και στάσεις βοηθούν τους νέους Έλληνες να αξιοποιήσουν πλήρως τις ευκαιρίες που προσφέρονται σε άλλες χώρες και έτσι να επιτύχουν στις σπουδές τους.

Οι γονείς λοιπόν που έχουν παιδιά τα οποία επιθυμούν να σπουδάσουν στο εξωτερικό συχνά λαμβάνουν υπόψη παράγοντες όπως η ασφάλεια, η ακαδημαϊκή φήμη και οι οικονομικές επιπτώσεις. Μπορούν να προσφέρουν καθοδήγηση, να ερευνούν πανεπιστήμια, να συζητούν πιθανές προκλήσεις και να παρέχουν συναισθηματική υποστήριξη για να βοηθήσουν το παιδί τους να λάβει μια τεκμηριωμένη απόφαση. Η επικοινωνία και η κατανόηση είναι το σημαντικότερο για την πλοήγηση αυτής της σημαντικής επιλογής της ζωής τους. Παρόλα αυτά η διαδικτυακή προώθηση τα τελευταία χρόνια και η ενημέρωση από πανεπιστήμια και οργανισμούς στο εξωτερικό έχει κάνει τη διαδικασία αναζήτησης και επιλογής προγραμμάτων σπουδών πιο προσβάσιμη και πιο εύκολη για τους νέους.

Όστόσο η εμπειρία και η ευκαιρία αυτή δεν συνάδει πολλές φορές με την δικιά μας οπτική γι' αυτό προσπαθήσαμε ως μαθήτριες να ρωτήσουμε ένα παιδί που θέλει να φοιτήσει σε Πανεπιστήμιο του εξωτερικού και να μάθουμε το πώς και γιατί. Αυτό φαίνεται καλύτερα από το παρακάτω απόσπασμα της συνέντευξης από κάποιον που γνωρίζει την διαδικασία καλύτερα.

«Γιατί η νέα γενιά καταφεύγει τα τελευταία χρόνια στα πανεπιστήμια του εξωτερικού;»

«Το κομμάτι της τεχνολογίας (S.T.E.M.) είναι αυτό που προσελκύει περισσότερο την νέα γενιά λόγω των υψηλών πανεπιστημίων, τα οποία διαθέτουν έναν αρκετά εξελιγμένο εξοπλισμό και δίνουν την ευκαιρία σε φοιτητές να καθοδηγηθούν από σπουδαία μυαλά και ανθρώπους που έχουν βραβευτεί για την δικιά τους πορεία. Ένα τέτοιο πανεπιστήμιο είναι αυτό που τους βάζει να καταλάβουν σε υψηλότερο βαθμό το επάγγελμα που έχουν επιλέξει. Πέρα από αυτό ο νέος φοιτητής, εκτός από τις γνώσεις έχει και την ευκαιρία της επιλογής μιας πιο ικανοποιητικής δουλειάς μέσω μεγάλων εταιριών.

«Από την άλλη πλευρά η διαδικασία της

πραγματοποίησης αυτού του σκοπού δεν είναι πολλές φορές ψυχοφθόρα;»

«Στην Αμερική πραγματοποιούνται εξετάσεις (SAT:αντίστοιχες πανελλαδικές της Αμερικής) οι οποίες, αν και ήταν υποχρεωτικές πριν κάποια χρόνια, πλέον δεν είναι απαραίτητες. Παρόλα αυτά δεν είναι το μόνο κριτήριο σου ένα πανεπιστήμιο, καθώς ακολουθούν από πίσω συνεντεύξεις, βιογραφικά και άλλοι διαγωνισμοί. Αντίθετα η Αγγλία έχει το δικό της σύστημα (A-levels: επιλογή 3 μαθημάτων ανάλογα με το επάγγελμα που θα ακολουθήσει ο κάθε νέος) και στα κορυφαία πανεπιστήμια της αποζητούν το άριστο, ορίζοντας κυρίαρχο παράγοντα την βαθμολογία.

«Ευχαριστούμε πολύ»

Υπάρχουν πολλοί λόγοι για τους οποίους κάποιος θα ήταν εύλογο να σπουδάσει στο εξωτερικό. Καταρχάς, θα έχει την ευκαιρία να γνωρίσει μια νέα κουλτούρα, να κάνει φίλους από όλο τον κόσμο και να εξασκήσει μια ξένη γλώσσα. Επιπλέον, οι αξεχάστες εμπειρίες που θα αποκτήσει θα τον κάνουν πιο ανοιχτόμυαλο και θα αυξήσουν τις προοπτικές του για τη μελλοντική του καριέρα.

Κωστέλλη Ειρήνη (Γ2), Λιάκου Λυδία (Γ2), Κασίμπα Ηλέκτρα (Γ2)



Η ΓΗ ΜΑΣ, ΤΟ ΝΕΡΟ ΜΑΣ

Γιατί να νοιαζόμαστε για το νερό; Μοιραζόμαστε αυτόν τον πλανήτη. Νερό είναι κυρίως το 71%. Θα έπρεπε να υπάρχει άφθονο για όλους. Σωστά; Γιατί υπάρχει έλλειψη πόσιμου νερού; Ρώτα τον εαυτό σου, πόσο από το νερό είναι διαθέσιμο για να χρησιμοποιήσουμε; Από πού προέρχεται το νερό; Πού πηγαίνει; Γενικά υπάρχουν πολλά και διάφορα ερωτήματα που αφορούν το νερό. Είναι γεγονός ότι το νερό είναι το πολυτιμότερο αγαθό που έχει ο άνθρωπος. Χάρη σ' αυτό το υγρό στοιχείο διατηρείται η ζωή στον πλανήτη.

Οι ωφέλειές του είναι αμέτρητες. Πρώτα απ' όλα το νερό τρέφει τα φυτά και αυτά με τη σειρά τους μας δίνουν το απαραίτητο για τη ζωή μας οξυγόνο. Επίσης το χρησιμοποιούμε για τις οικιακές ανάγκες. Η συνολική ποσότητα των υδά-

των διατηρείται χάρη σ' ένα μοναδικό φαινόμενο, τον κύκλο του νερού στη φύση. Τα γλυκά ή φρέσκα νερά είναι πολύ σπουδαία για τις δραστηριότητες του ανθρώπου. Η έλλειψη του νερού σε πολλές περιοχές του πλανήτη μας είναι υπεύθυνη για το θάνατο πολλών συνανθρώπων μας, γιατί στην έλλειψη του οφείλεται η αδυναμία παραγωγής τροφίμων. Στην πραγματικότητα, ζωή χωρίς νερό δεν μπορεί να υπάρξει. Πάνω απ' όλα πρέπει να είμαστε οικολόγοι και να εκτιμούμε αυτό το πολύτιμο αγαθό.

ΑΡΓΥΡΙΟΥ ΔΗΜΗΤΡΗΣ Α1,
ΒΑΡΩΝΗ ΕΜΜΑΝΟΥΕΛΛΑ Α1, ΓΚΙΡΛΕΜΗ
ΑΝΔΡΙΑΝΑ Α1, ΓΚΙΡΛΕΜΗ ΑΝΘΗ Γ1,
ΛΟΖΟΥ ΓΕΩΡΓΙΑ Γ2

Η χρήση συμπληρωμάτων διατροφής και στεροειδών

Στον κόσμο της υγείας των εφήβων η χρήση συμπληρωμάτων και στεροειδών είναι ένα θέμα που προκαλεί ερωτηματικά. Αυτές οι ουσίες μπορούν να προσφέρουν οφέλη, όπως η κάλυψη θρεπτικών κενών ή η ενίσχυση της αθλητικής απόδοσης. Ωστόσο υπάρχουν σημαντικά πράγματα που κάποιος πρέπει να κάνει, πριν αρχίσει τη χρήση αυτών των ουσιών.

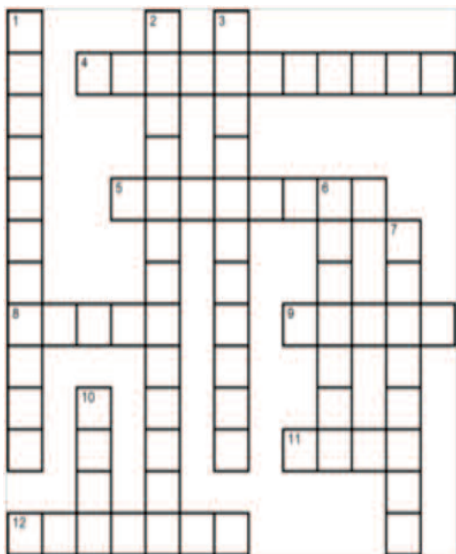
Τα συμπληρώματα διατροφής μπορεί να φαίνονται σαν μια εύκολη λύση, αλλά η χρήση τους μπορεί χωρίς καθοδήγηση να εμπεριέχει κινδύνους. Ενδέχεται να προκληθούν προβλήματα υγείας, όπως η βλάβη του ήπατος και η ανισορροπία ορμονών. Επιπλέον, δεν γνωρίζουμε πάντα τι μπορεί να συμβεί μακροπρόθεσμα λόγω έλλειψης εκτενούς έρευνας.

Σε ορισμένες περιπτώσεις, οι γιατροί μπορεί να συνταγογραφήσουν στεροειδή για θεραπευτικούς λόγους. Κι αυτό όμως εγκυμονεί κινδύνους. Οι έφηβοι πριν προβούν σε χρήση αυτών των ουσιών πρέπει να συμβουλευτούν έναν ειδικό. Το καλύτερο όμως είναι να ακολουθούν μία υγιεινή διατροφή, τακτική άσκηση και επαρκή ύπνο. Επιπλέον οι γονείς και οι προπονητές μπορούν να ενημερώσουν τα παιδιά για τους πιθανούς κινδύνους και τα οφέλη.

Τελικά, η απόφαση των εφήβων να χρησιμοποιήσουν συμπληρώματα ή στεροειδή απαιτεί προσεκτική σκέψη, καθώς οι κίνδυνοι για την υγεία τους είναι πολλοί.

Μακρής Άγγελος (Γ2), Καρράς Ιωάννης (Γ2), Μακρής Ιάσωνας (Β2)

ΣΤΑΥΡΟΛΕΞΙΟ



Κάθετα

- Ανώτερο στρώμα της ατμόσφαιρας
- Τατουάζ αλλά ελληνικά
- Το μεσαίο όνομα του Ντσοτογιέφσκι
- Η πρώτη πρωτεύουσα της Ελλάδας
- Η πράξη που εκτελούσαν οι πρώτοι υπολογιστές
- Σε τι μετράμε την ηλεκτρική δύναμη

Οριζόντια

- Συνώνυμο της ομηρέλιας
- Η χώρα με τον μικρότερο πληθυσμό στην Ευρώπη
- Υγροποιείται όταν συμπιεστεί δυνατά και σε χαμηλή θερμοκρασία
- Σε αυτόν χάνουμε το 1/3 της ζωής μας
- Κήλον (Ιμπρεσιονιστής ζωγράφος)
- Το ανθρώπινο σώμα έχει 27 δισ.

Λύσεις: 1 Θρόνος, 2 Ατμόσφαιρα, 3 Μιχαήλ, 4 Αθήνα, 5 Βασιλευσάνο, 6 Αύρα, 7 Πόρτλαντ, 8 Κέρμα, 9 Ίνδος, 10 Βολτ, 11 Μόβελ, 12 Κούρα

ΣΤΡΙΦΤΑΡΑ ΜΑΙΡΗ (Γ4), ΣΙΜΟΥ ΝΙΚΟΛΙΝΑ (Γ4), ΣΑΝΙΔΑ (Γ4)

ΤΑ ΕΠΤΑ ΘΑΥΜΑΤΑ ΤΟΥ ΚΟΣΜΟΥ

Τα επτά θαύματα του αρχαίου κόσμου αποτελούν έναν εκπληκτικό κατάλογο μοναδικών κατασκευών που αντιπροσώπευαν το αισθητικό, μηχανικό και πολιτιστικό υψηλό επίπεδο της αρχαιότητας. Αυτά τα θαύματα εκπροσωπούσαν την ανθρώπινη δημιουργικότητα και τη δύναμη της τεχνολογίας σε μία εποχή που οι δυνατότητες ήταν περιορισμένες.

1. Η Πυραμίδα του Χέοπα. Το μεγαλύτερο από τα τρία αιγυπτιακά χτίσματα του Χέοπα. Αυτή η πυραμίδα κοσμεύεται από 2,3 εκατομμύρια περίπου λαξευμένα πέτρινα μπλοκ, συμβολίζοντας την πολυτέλεια και την τεχνική ικανότητα της αρχαίας Αιγύπτου.

2. Ο Φάρος της Αλεξάνδρειας, ορόσημο για την αρχαία πόλη της Αλεξάνδρειας. Ο φάρος υπήρξε ένα εκθαμβωτικό μηχανικό επίτευγμα, αποπνέοντας φως που οδηγούσε τους ναυτικούς σε ασφαλή λιμάνια.

3. Οι Κρεμαστοί Κήποι της Βαβυλώνας. Αν και υπάρχει συζήτηση σχετικά με την ύπαρξή τους, θεωρούνται μια εντυπωσιακή αρχιτεκτονική δημιουργία με κήπους που κρέμονταν από τις πλακόστρωτες οροφές των βαβυλωνιακών πύργων.

4. Ο Ναός της Αρτέμιδος στην Έφεσο. Αυτός ο ναός, αφιερωμένος στην θεά του κυνηγιού ήταν γνωστός για την εντυπωσιακή του μορφή και τα υπέροχα γλυπτά του.

5. Το Μουσολείο της Αλικαρνασσού. Το μνημείο αυτό αποτελεί έναν από τους μεγαλύτερους τάφους της αρχαιότητας, επίδειξη της αιγυπτιακής και ελληνιστικής τέχνης.

6. Ο Ολυμπιακός Ναός του Ήφαιστου. Αυτός ο ναός που κτίστηκε στην ακρόπολη της Αθήνας, είναι ένα εξαιρετικό παράδειγμα της δωρικής αρχιτεκτονικής και είναι αφιερωμένος στο θεό του πυρός και των χειροτεχνιών.

7. Ο Κοινοστάσιος της Ρόδου. Αυτή η αγαλματένια γιγαντιαία μορφή αναπαριστά τον ήλιο και υπήρξε μια εντυπωσιακή δημιουργία της αρχαίας γλυπτικής.

Συνοψίζοντας, τα επτά θαύματα του αρχαίου κόσμου αναδεικνύουν την εκπληκτική δημιουργικότητα και την τεχνική ικανότητα των αρχαίων πολιτισμών. Αυτά τα αρχιτεκτονικά αριστουργήματα, από τις πυραμίδες της Γκίζας μέχρι τον ναό της Αρτέμιδος, αφήνουν μία ανεξίτηλη αξία στον χρόνο, συνδυάζοντας την πνευματική υψηλότητα με την αρχιτεκτονική έκληψη. Αυτά τα θαύματα προσφέρουν ένα ταξίδι στον πλούτο της αρχαίας κληρονομιάς, υπενθυμίζοντάς μας την δύναμη της ανθρώπινης δημιουργίας.

Γεροδύμος Θεοδώρης (Γ1),
Ζωμένος Αλέξανδρος (Γ1)

ΙΑΠΩΝΙΚΗ ΚΑΙ ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΗ ΓΑΣΤΡΟΝΟΜΙΑ: ΕΝΑΣ ΦΙΛΙΚΟΣ ΔΕΣΜΟΣ



Η Ιαπωνική κουζίνα είναι μία από τις πλέον διάσημες κουζίνες παγκοσμίως και έχει αποκτήσει μεγάλη δημοφιλία σε πολλές χώρες. Η Ιαπωνική κουζίνα φημίζεται για την υγιεινή και την εκπνευσμένη γεύση των πιάτων της.

Η βάση της Ιαπωνικής κουζίνας είναι το ρύζι, το οποίο συνοδεύεται από διάφορα παραδοσιακά συστατικά της όπως το ψάρι, θαλασσινά, λαχανικά και σόγια. Ένα από τα πιο διάσημα πιάτα της Ιαπωνικής κουζίνας είναι το "sushi", το οποίο αποτελείται από ρύζι που χτυπιέται με ξύδι και ζάχαρη και συνδυάζεται με ωμό ψάρι, θαλασσινά ή λαχανικά.

Η μεσογειακή ελληνική κουζίνα από την άλλη πλευρά, είναι παγκοσμίως αναγνωρισμένη για τις υγιεινές συνταγές της και τα απλά αλλά γευστικά φαγητά της. Τα ελληνικά πιάτα συχνά περιλαμβάνουν λαχανικά, ελαιόλαδο και φρέσκα βότανα όπως τον δυόσμο και την ρίγανη.

Η Ιαπωνική και η μεσογειακή, λοιπόν, ελληνική κουζίνα μπορούν να συνδυαστούν με εντυπωσιακό τρόπο. Η χρήση φρέσκων υλικών και αρωματικών, καθώς και οι υγιεινές συνταγές αποτελούν κοινό παρονομαστή ανάμεσα στις δύο αυτές κουζίνες.

Κάποια παραδείγματα της συνδυασμένης κουζίνας μπορεί να είναι το σουσι με λαχανικά και ελληνικό γιαούρτι, σαλάτες με σασίμι και φρέσκα ελληνικά βότανα, καθώς και μακαρόνια "ramen" με λαχανικά και ελαιόλαδο.

Η συνάρτηση των δύο κουζινών μπορεί να δημιουργήσει μια μοναδική γαστρονομική εμπειρία που συνδυάζει τις καλύτερες πτυχές και γεύσεις από τις δύο αυτές διαφορετικές παραδόσεις.

Δουράνου Μαρία (Β1)

«ΑΜΑΝ ΑΥΤΟΙ ΟΙ ΓΟΝΕΙΣ!»

Η εφηβεία είναι μια ιδιαίτερα κρίσιμη περίοδος, κατά την οποία η σχέση του νέου με τους γονείς του διαταράσσεται. Οι συγκρούσεις και οι αντιπαλότητες είναι αναπόφευκτες, καθώς από τη μια ο νέος αναζητά τη θέση του μέσα στον κόσμο και από την άλλη οι γονείς δεν είναι συχνά έτοιμοι να αντιμετωπίσουν με ωριμότητα και χωρίς ακρότητες και υπερβολές τα προβλήματα που προκύπτουν από αυτή τη νέα κατάσταση.

Δεν είναι λίγες οι φορές που γονείς και παιδιά έρχονται σε αντιπαράθεση μεταξύ τους, καθώς οι συνθήκες ζωής μεταξύ των δύο γενιών είναι διαφορετικές. Οι γονείς κατηγορούν πολλούς φορές τα παιδιά ότι είναι ανεύθυνα και επιπόλαια και ενδιαφέρονται μόνο για την διασκέδασή τους. Ακόμη, θεωρούν ότι έχουν απρεπή συμπεριφορά απέναντι στους μεγάλους, διότι εκφράζονται με αγένεια απέναντί τους. Παράλληλα, οι γονείς αντιμετωπίζουν τα παιδιά τους ως ανίκανα να αναλάβουν σοβαρές ευθύνες και δεν τους δείχνουν την απαιτούμενη εμπιστοσύνη. Αρνούνται να δεχθούν ότι τα παιδιά τους μεγαλώνουν, ωριμάζουν και γίνονται ανεξάρτητες προσωπικότητες, με αποτέλεσμα να τα επικρίνουν και να τα υποτιμούν, προβάλλοντας μια ωραιοποιημένη εικόνα της δικής τους γενιάς. Ας μην ξεχνάμε και το γεγονός ότι οι γονείς συχνά δεν έχουν τη διάθεση να ακούσουν τα προβλήματα των παιδιών τους και τα καταπιέζουν, επιθυμώντας να πραγματοποιήσουν δικά τους ανεκπλήρωτα όνειρα.

Αν και η συμπεριφορά αυτή των γονέων απέναντι στα παιδιά τους φαίνεται ιδιαίτερα αρνητική, είναι σαφές ότι δεν γίνεται κακοπραΐτητα. Οι μεγαλύτεροι αγωνιούν για το μέλλον των παιδιών τους και προσπαθούν μέσα από τις συμβουλές και τις επιπλήξεις να διαμορφώσουν σωστά τον χαρακτήρα τους. Για να καταφέρουν, όμως, να πετύχουν την ισορροπία στη σχέση τους με τα παιδιά τους πρέπει να δείχνουν αγάπη, κατανόηση και να κάνουν υποχωρήσεις. Είναι σημαντικό να σεβονται τις επιλογές των παιδιών τους και να απο-

δέχονται ότι τα παιδιά δεν είναι κτήμα τους, αλλά ανεξάρτητες προσωπικότητες. Επίσης, πρέπει να έχουν συμβουλευτικό και καθοδηγητικό ρόλο, χωρίς όμως να γίνονται αυταρχικοί και καταπιεστικοί, διαφορετικά οι συμβουλές τους θα αμφισβητούνται συνεχώς. Ακόμη είναι σημαντικό να αποτελούν σωστά πρότυπα για μίμηση, καλλιέργειας στα παιδιά τους θετικές αξίες, όπως η υπευθυνότητα και ο σεβασμός. Τέλος, οφείλουν να αναγνωρίσουν ότι ο κόσμος στον οποίο μεγαλώνουν τα παιδιά τους δεν είναι ο καλύτερος, ότι και η δική τους γενιά είχε κάνει λάθη και ότι σε ένα βαθμό ευθύνονται και οι ίδιοι για τα αδιέξοδα που αντιμετωπίζουν σήμερα οι νέοι.

Η ποιότητα των σχέσεων γονέων και εφήβων δεν εξαρτάται μόνο από τη στάση που θα κρατήσουν οι γονείς, αλλά και από τη συμπεριφορά των ίδιων των εφήβων. Οι έφηβοι πρέπει να αναγνωρίσουν ότι οι γονείς παρά τα λάθη τους αγαπούν τα παιδιά τους και νιώθουν υπεύθυνοι γι' αυτά, αλλά και να αποδεχθούν ότι κάποιες φορές η αυστηρότητα με την οποία τους αντιμετωπίζουν οι γονείς είναι δικαιολογημένη. Δικαιολογημένη είναι, επίσης, η ανησυχία και ο φόβος που πιθανόν νιώθουν για τους κινδύνους που απειλούν τα παιδιά τους. Έτσι, οι έφηβοι πρέπει να σταματήσουν να είναι συνεχώς εριστικοί και αρνητικοί απέναντι στους γονείς τους και να συνειδητοποιήσουν ότι έχουν ανάγκη από την εμπειρία των μεγαλύτερων για να προχωρήσουν στη ζωή.

Ας προσπαθήσουμε, λοιπόν, όλοι – γονείς και έφηβοι – να χτίσουμε μια σχέση αμοιβαίας εμπιστοσύνης και κατανόησης. Δεν είναι μια εύκολη υπόθεση, αλλά με προσπάθεια και θετική διάθεση από όλους θα καταφέρουμε στο τέλος να συμφιλιωθούμε!

Παναγιώτη Ασπμείνα (B3), Πανπά Αναστασία(B3), Πετράκη Αναστασία(B3), Πηλατιά Κορίνα(B3), Σιούτα Γεωργία(B3), Σιούτας Αχιλλέας (B3)

Η γωνιά της λαϊκής σοφίας

- 1 Άσκοπος ο νους, διπλός ο κόπος. (Λέγεται για κάτι που γίνεται χωρίς προγραμματισμό, σκέψη και προσοχή, για πρόσωπα που τα χαρακτηρίζει η απρονοησία)
- 2 Ακαμάτης νέος, γέρος διακονιάρης. (Λέγεται για αυτόν που αποφεύγει τον κόπο και τη δουλειά στα νιάτα του, ενώ στα γηρατειά του θα καταλήξει επαίτης, ζητιάνος)
- 3 Κάποιον δεν τον ήθελαν στο χωριό και αυτός ρωτούσε για του παπά το σπίτι. (Λέγεται για κάποιον που είναι ανεπιθύμητος κάπου)
- 4 Ο ξένος και ο ποταμός τον τόπο τους γυρεύουν. (Είναι μία ποιητική φράση που αναφέρεται σε μια ανθρώπινη ανάγκη να βρούμε τον τόπο μας στον κόσμο ή σε μια αναζήτηση για την πραγματική μας ταυτότητα.)
- 5 Ξένο γαϊδούρι καθαίλικες, μεσοστρατίς θα πεζέψεις. (Δεν μπορεί κανείς να στηρίξει για πολύ στη βοήθεια ή την υποστήριξη των άλλων)
- 6 Κατά το νιο και τ' άρματα. (τα διατιθέμενα μέσα είναι ανάλογα με τα προσόντα κάποιου.)

- 7 (Κι εμείς κακό χερόβολο κι αυτός κακό δεμάτι.(Όταν κάποιος είναι χειρότερος από άλλους)
- 8 Παλιός γαϊδαρός καινούρια περπατησιά. (Λέγεται για κάποιον που είναι δύσκολο να αποκτήσει νέες συνήθειες)
- 9 Η γίδα ψοφάει και την ουρά την έχει επάνω.(Όταν κάποιος άνθρωπος μέχρι το τέλος της ζωής του επιδεικνύει εγωϊστική συμπεριφορά.)
- 10 Όσο θέλεις δούλευε, όσα σου χρωστάει ο θεός θα σου δώσει. (Λέγεται, όταν θέλουμε να τονίσουμε και τον ρόλο της τύχης στην επιτυχία κάποιου.)
- 11 Εγώ γελάω με δώδεκα και οι δεκατρείς με μένα. (Λέγεται για όσους περιγελούν τους άλλους, ενώ οι ίδιοι είναι άξιοι για γέλια)
- 12 Δώδεκα Κοντογιανναίοι, δεκατρείς ταμπουράδες. (Λέγεται, όταν δεν υπάρχει ομόνοια μέσα σε μια οικογένεια.)
- 13 Άφησε ο Γιάννος την κλησιά και έπιασε το ζευγάρι. (Λέγεται για κάποιον που αναπάντεχα νοικοκυρεύεται ή φρονιμεύει.)

Σ. Κ.

Εκμετάλλευση παιδικών δικαιωμάτων

Η παιδική εργασία αναφέρεται στην εκμετάλλευση των παιδιών μέσω οποιασδήποτε μορφής εργασίας τους αφαιρεί το δικαίωμα από την εκπαίδευση και απαγορεύεται σε παγκόσμιο επίπεδο. Χάνουν νωρίς το παιδικό τους χαμόγελο και αναγκάζονται από την τρυφερότητα τους ηλικία να Για 100 εκατομμύρια παιδιά στον κόσμο, αυτή την χρονιά, δεν κύπησε το 2046 του σχολείου, διότι τα παιδιά δεν πηγαίνουν σχολείο, επειδή δουλεύουν. Πάνω από 246 εκατομμύρια παιδιά στον κόσμο εργάζονται και δυστυχώς, αντίθετα από ότι θα νόμιζαν πολλοί, το φαινόμενο των εργαζομένων παιδιών και των παιδιών που δεν πάνε σχολείο δεν είναι άγνωστο στην χώρα μας. Κάποια παιδιά δουλεύουν σε θορυβώδη και επικίνδυνα εργοστάσια, άλλα σε χωράφια από την αυγή ως το σούρουπο. Επίσης δουλεύουν σε σπίτια ως οικιακοί βοηθοί ή σε βιοτεχνίες. Ας μην ξεχνάμε τα ψυχολογικά τραύματα και την καθυστέρηση στην πνευματική και σωματική ανάπτυξη ενός παιδιού που δουλεύει. Τέλος κάθε χρόνο σε όλο τον κόσμο 22 χιλιάδες παιδιά πεθαίνουν από αιτίες που σχετίζονται με την εργασία.

Συνοψίζοντας, το πιο σημαντικό είναι να συνειδητοποιήσουμε ότι το φαινόμενο της παιδικής εργασίας πρέπει να αντιμετωπιστεί ως ένα παγκόσμιο κοινωνικό πρόβλημα, που έχει τις ρίζες του, όχι μόνο σε καταστάσεις οικονομικής ύφεσης αλλά και σε μία πραγματικότητα που γεννά νέα προβλήματα ή χειροτερεύει τα ήδη υπάρχοντα. Η εκμετάλλευση των παιδιών σήμερα ενώ απαγορεύεται από διεθνείς κι εθνικές συμβάσεις, ουσιαστικά παίρνει όλο και μεγαλύτερες διαστάσεις. Όσο μάλλον βαθιάει η σημερινή οικονομική και η κοινωνική κρίση, τόσο η κατάσταση των δικαιωμάτων των παιδιών παίρνει ανεξέλεγκτες διαστάσεις. Οφείλουν όλοι να ευαισθητοποιηθούν και να δραστηριοποιηθούν με κύριους πρωταγωνιστές τις ανθρωπιστικές οργανώσεις. Ας υπάρξει νομική κατοχύρωση της προστασίας των δικαιωμάτων του παιδιού σε όλα τα κράτη και αυστηρή εφαρμογή των νόμων αυτών. Δεν πρέπει να ξεχνάμε και τον επαναπροσδιορισμό των βασικών αξιών που καθοδηγούν τον άνθρωπο, την ανθρωπιά και την ηθική ολοκλήρωση.

Αδαμάκου Ελένη (B1), Αντωνιάδου Κατερίνα (B1)

Παιδιά με πέτρινα μάτια...

Η αύξηση της εγκληματικότητας των ανηλίκων

Σε καθημερινή βάση σημειώνονται στις μέρες μας εγκληματικές πράξεις με πρωταγωνιστές παιδιά και εφήβους. Η στατιστική αποτελεί θλιβερό μάρτυρα. Στους 202 ανέρχονται οι ανήλικοι που συνελήφθησαν για σωματικές βλάβες το 2022 έναντι 282 ανηλίκων το 2023. Αντίστοιχα, 15 ανήλικοι κατηγορήθηκαν για βιασμό το 2022 έναντι 25 ανηλίκων το 2023 και 732 ήταν οι κλοπές στις οποίες ενεπλάκησαν παιδιά το 2022 έναντι 1.237 το 2023! Μιλάμε λοιπόν για μια νέα πραγματικότητα η οποία εισβάλλει με βίαιο τρόπο στις ζωές των Ελλήνων και σε όλους τους θεσμούς και στα σχολεία μας και όπως έλεγε η Γαλλάτεια Καζαντζάκη χρόνια πίσω, «εικόνα σου είμαι κοινωνία και σου μοιάζω».

Είναι αλήθεια πως τα διάφορα περιστατικά προκαλούν ηθικό πανικό και είναι αλήθεια πως έχουμε αυξητική τάση στη βία και την εγκληματικότητα από και προς ανηλίκους, τουλάχιστον σε σχέση με παλιότερα. Ωστόσο, εκτός από το ποσοτικό μέγεθος υπάρχει και το ποιοτικό. Αυτό που σοκάρει περισσότερο πλέον στα περιστατικά είναι η αγριότητα. Αυτό σημαίνει ότι ακόμη κι όταν η βία μεταξύ των νέων δεν οδηγεί στον θάνατο, έχει μακροπρόθεσμες και συχνά μόνιμες συνέπειες τόσο στη σωματική όσο και στην ψυχική υγεία των εμπλεκόμενων νέων.

Η έκρηξη της βίας και της εγκληματικότητας στη χώρα μας εντοπίζεται στο έτος 2019 και στην αρχή της πανδημίας. Το 2020-2021, παρά το γεγονός ότι οι ανήλικοι έμειναν για μεγάλο διάστημα μέσα στο σπίτι μπροστά σε μια οθόνη υπολογιστή, δυστυχώς φαίνεται πως εθίστηκαν ακόμη περισσότερο και οι υποθέσεις βίας αυξήθηκαν ραγδαία, κυρίως σε αδικήματα όπως οι σωματικές βλάβες. Τα φαινόμενα αυτά βέβαια δεν αποτέλεσαν κεραιό εν αιθρία. Αντίθετα, ενισχύθηκαν ήδη υπάρχοντα σοβαρά προβλήματα στον πυρήνα των οικογενειών

με ανήλικα μέλη που εμφάνισαν παραβατική συμπεριφορά. Προβλήματα κοινωνικά, οικονομικά, ψυχικής υγείας, εξαρτήσεων από ουσίες, κ.λπ. Ο χώρος του σχολείου δεν θα μπορούσε να ξεφύγει από τη γενική εικόνα και θεωρείται ότι αποτελεί σε πλείστες περιπτώσεις ένα περιβάλλον βίας και φόβου για πολλούς μαθητές.

Στην έρευνα του οργανισμού «Χαμόγελο του Παιδιού» οι αριθμοί και πάλι χτυπούν «καμπανάκι».

- 1 στα 3 παιδιά, δηλαδή το 32,4% σε όλη τη χώρα, σε σύνομο Γεωγραφικών Περιφερειών και Σχολικών Βαθμίδων δηλώνουν πως έχουν δεχτεί σχολικό εκφοβισμό.

- 1 στα 6 παιδιά σε όλη την Ελλάδα, σε σύνολο Γεωγραφικών Περιφερειών και Σχολικών Βαθμίδων δηλώνουν ότι αισθάνονται πως το σχολείο τους δεν τους μαθαίνει να μην εκφοβίζουν τους συμμαθητές τους.

- Τα παιδιά που διατρέχουν μεγαλύτερο κίνδυνο να καταστούν θύματα εκφοβισμού και βίας από τους συμμαθητές τους είναι κατά κύριο λόγο, παιδιά που έχουν μεταναστεύσει στην Ελλάδα από άλλες χώρες, κορίτσια, παιδιά που βιώνουν υλική στερήση και παιδιά που διαβιώνουν σε μονογονεϊκό νοικοκυριό με μητέρα.

Το ερώτημα λοιπόν που ταλανίζει τον γράφοντα είναι: Και τώρα τι κάνουμε; Πρέπει το κράτος να δείξει τη σιδηρένια πυγμή του ώστε να πατάει το φαινόμενο; Η απάντηση για μένα είναι αρνητική. Πρέπει να κινηθούμε στην αντίθετη κατεύθυνση, να δώσουμε διέξοδο στα παιδιά αυτά με τα πέτρινα μάτια, με το σκληρό ανέκφραστο βλέμμα, έτσι ώστε να μπορέσουν να δουν τον άλλον άνθρωπο ως μια δυνατότητα να κάνουν τη ζωή τους καλύτερη. Μαζί. Αυτό θα πρέπει να χτίσουμε, την έννοια του καλού. Άλλωστε, η καλοσύνη είναι μίμηση θεού!

ΝΤΟΥΒΑΣ ΚΩΝ/ΟΣ (B3)



Διάβασμα Λογοτεχνικών βιβλίων και παιδιά: δύο έννοιες που σήμερα δεν ταιριάζουν...

Είναι αλήθεια πως στις μέρες μας η τεχνολογία έχει αναπτυχθεί πολύ. Κινητά τηλέφωνα, τηλεόραση, ηλεκτρονικά παιχνίδια... Όλα αυτά έχουν γίνει μέρος της καθημερινότητας κάθε ανθρώπου, ενήλικα, εφήβου και παιδιού. Όμως, δυστυχώς, τα εξεπληγμένα αυτά μέσα, αν και σε ορισμένες περιπτώσεις διευκολύνουν και κάνουν ενδιαφέρουσα τη ζωή παιδιών κι εφήβων, τους σπαταλούν πολύτιμο ημερήσιο δημιουργικό χρόνο, ο οποίος μπορεί να αξιοποιηθεί για το διάβασμα λογοτεχνικών βιβλίων. Γιατί όμως είναι σημαντικό το διάβασμα, ποια πλεονεκτήματα έχει και πώς πρέπει να πειστούν τα παιδιά και οι έφηβοι, που ασχολούνται με το κινητό τους και μόνο, να αρχίσουν να διαβάζουν;

Η ανάγνωση λογοτεχνικών βιβλίων προσφέρει πολλά οφέλη στους νέους ανθρώπους. Αρχικά, η ανάγνωση αναπτύσσει τη δημιουργικότητα και τη φαντασία. Πιο συγκεκριμένα, το βιβλίο είναι το μόνο «εργαλείο» που αποκωδικοποιεί σύμβολα σε εικόνες. Όπως η μουσική δημιουργεί εικόνες στο κεφάλι τους, έτσι και τα βιβλία με τη βοήθεια των συγγραφέων, γεννούν τις δικές τους εικόνες. Επιπρόσθετα, το διάβασμα βοηθάει τους νέους να βρουν μία σοβαρή αξιολόγηση, μία λογομαχία, να κάνουν σχέσεις αιτίας - αποτελέσματος και παραλληλισμούς, να πάρουν αποφάσεις, να αποφεύγουν λάθη ή να τα αντιμετωπίσουν. Εξάλλου, αν μπορούσαν να καταλάβουν τους τρόπους και τα αίτια συμπεριφοράς των χαρακτήρων ενός βιβλίου, θα καταφέρουν να κατανοήσουν και τον λόγο μιας παρόμοιας συμπεριφοράς των ανθρώπων στην πραγματική ζωή. Επιπλέον, η ανάγνωση προάγει την περιέργεια και την πολυμάθεια. Ένα βιβλίο μπορεί κάλλιστα να παρασύρει τον αναγνώστη του στον δικό του κόσμο. Ο αναγνώστης μπορεί να βυθιστεί σε οποιαδήποτε

ποτε κουλτούρα οποιασδήποτε εποχής και να συνεχίσει αβίαστα να μαθαίνει όλο και περισσότερα, επειδή δεν ξεκίνησε αυτό το μονοπάτι μόνος του, αλλά με συνοδοιπόρο το βιβλίο του. Ακόμα, η ανάγνωση μπορεί να βοηθήσει στην ψυχική κατάσταση των νέων. Συχνά, οι νέοι κατά τη διάρκεια της εφηβείας βιώνουν ανάμικτα συναισθήματα. Κάποιες φορές, τα παιδιά δεν αναγνωρίζουν τους εαυτούς τους και χάνουν τους στόχους της ζωής τους. Η ανάγνωση ενός βιβλίου μπορεί πραγματικά να αλλάξει ένα άτομο, να το προσδιορίσει σαν άνθρωπο και να το βοηθήσει να βρει τον σκοπό του πάλι. Συνεπώς, το διάβασμα λογοτεχνικών βιβλίων βελτιώνει την ψυχική και την πνευματική κατάσταση των παιδιών. Έχει όμως και πιο πρακτικά οφέλη.

Δεν είναι μόνο η προσφορά των λογοτεχνικών βιβλίων στο «ευ ζην» των παιδιών και των εφήβων, αλλά και η συνεισφορά της στην ακαδημαϊκή τους πορεία. Πρώτα απ' όλα, βοηθάει στην ανάπτυξη των δεξιοτήτων ανάγνωσης. Τα παιδιά ενθαρρύνονται να διαβάζουν εξωσχολικά βιβλία και ποιητικά λογοτεχνία, από πολύ νωρίς. Έτσι, διευρύνουν το λεξιλόγιό τους και τις γλωσσικές τους ικανότητες, ενώ έχουν περισσότερες πιθανότητες να διαρπάξουν ακαδημαϊκά, αργότερα στη ζωή τους. Επίσης, η λογοτεχνία αναπτύσσει τη συλλογιστική τους ικανότητα. Τα παιδιά και οι έφηβοι βλέπουν τα πράγματα μονόπλευρα, χωρίς να υπάρχουν άλλες οπτικές γωνίες. Αποδέχονται εύκολα πληροφορίες, συχνά χωρίς αμ-

φισβήτηση, γιατί ο συλλογισμός τους είναι λιγότερο ανεπτυγμένος απ' ό,τι ενός ανθρώπου ηλικίας 20 χρονών και μετά. Οι χαρακτηριστικές λογοτεχνικών βιβλίων βιώνουν θηϊκά διλήμματα και δύσκολες καταστάσεις, άγνωστες στα παιδιά και στους εφήβους. Η επαφή, λοιπόν, με τη λογοτεχνία αυξάνει τα επίπεδα συλλογισμού τους με βίαια και ευχάριστο τρόπο, ενώ αρχίζουν να σκέφτονται για τον κόσμο και πέρα από τα όρια του εαυτού τους. Τέλος, η λογοτεχνία ενισχύει τις κοινωνικές δεξιότητες και τη συναισθηματική ανάπτυξη των παιδιών και των εφήβων. Οι χαρακτηριστικές αξιολογών βιβλίων, αντιπροσωπεύουν, συχνά, διαφορετικά υπόβρατρα, εθνικότητες, κοινωνικές ομάδες και φυλές. Οι διαφορετικοί χαρακτήρες εκθέτουν τους αναγνώστες σε καταστάσεις και σε κόσμους, που δε θα μπορούσαν να βιώσουν υπό άλλες συνθήκες. Η λογοτεχνία αναπτύσσει και την ενσυναίσθηση των νέων, την ανοχή τους στο διαφορετικό και την κοινωνική τους συνείδηση και ευαισθητοποίηση. Η ποιητική λογοτεχνία, που μας κάνει να ταυτιζόμαστε με τους ήρωές της, γεννά πολυάριθμα, πρωτόγνωρα και ισχυρά συναισθήματα στους νέους αναγνώστες της, όπως πόνο, θυμό, απώλεια συγκίνησης, ακόμα και τα πρώτα ερωτικά σικριτίσματα. Ένας έφηβος δε βιώνει ανάλογα συναισθήματα στην καθημερινότητά του, επομένως, η ανάγνωση του δίνει την ευκαιρία να επεξεργαστεί ισχυρά συναισθήματα σε ασφαλές περιβάλλον. Με αυτόν τον τρόπο, ωριμάζει, προετοιμάζεται για δύσκολες μελλοντικές κα-

ταστάσεις και αναπτύσσει την συναισθηματική του ευφυΐα. Συνεπώς, η λογοτεχνία έχει πολλά πλεονεκτήματα και για αυτό τα παιδιά και έφηβοι που δε διαβάζουν, θα υστερούν χωρίς αυτή. Πώς, όμως, μπορούν να πειστούν για αυτό, χωρίς να θεωρούν το διάβασμα λογοτεχνικών βιβλίων αγγαρεία αλλήθι διασκέδαση;

Υπάρχουν, λοιπόν, κάποιες προτάσεις, έτσι ώστε οι νέοι να αρχίσουν να διαβάζουν. Αρχικά, πολλά λογοτεχνικά βιβλία προσαρμόζονται σε σειρές και ταινίες. Ένας τρόπος να προκληθεί το ενδιαφέρον των παιδιών είναι να παρακολουθήσουν πρώτα τη σειρά ή την ταινία και μετά να διαβάσουν το αντίστοιχο βιβλίο. Επίσης, οι έφηβοι που έχουν στη κατοχή τους ένα κινητό, μπορούν να κατεβάσουν ηλεκτρονικά βιβλία, και απλώς να τα ακούν, χαλαρώνοντας. Τέλος, ένας ακόμα καλός τρόπος για να πειστούν τα παιδιά να διαβάσουν λογοτεχνικά βιβλία, είναι να ζητήσουν από τους γονείς τους ή από τους φίλους τους να ντυθούν με τα κατάλληλα ρούχα που περιγράφει ο συγγραφέας και να παίξουν μία αγαπημένη τους σκηνή από το βιβλίο, σαν ένα μικρό θεατρικό. Η σύγχρονη και βιωματική προσέγγιση της λογοτεχνίας σίγουρα θα ενθαρρύνει το εφηβικό ενδιαφέρον.

Συμπερασματικά, το διάβασμα λογοτεχνικών βιβλίων είναι πολυπλευρα ωφέλιμο. Γι αυτό, πρέπει όλοι να κάνουν υπεράνθρωπες προσπάθειες για να εξαλειφθεί αυτή η άρνηση. Μόνο με αυτόν τον τρόπο θα βελτιωθούμε σαν άνθρωποι και θα επιστρέψει η ψυχική μας ηρεμία και η σταθερότητα που υπήρχε πριν από την εξέλιξη της τεχνολογίας!

Καρνάρου Ελένη (B1)

ΤΟ ΚΑΤΑΦΥΓΙΟ ΤΗΣ ΛΟΓΟΤΕΧΝΙΑΣ

Η διδακτική σημασία των αφηγηματικών έργων ανακαλύφθηκε σε πλήρεις πινακίδες σε κείμενα των Σουμερίων και της Βαβυλωνίας, που χρονολογούνται πολλούς αιώνες πριν από τους μύθους του Αισώπου. Οι μύθοι, που αρχικά μεταδόθηκαν προφορικά, έγιναν γνωστοί σε όλη τη Μεσόγειο χάρη στα ελληνικά χειρόγραφα των Αλεξανδρινών γραφέων, που τους χρησιμοποιούσαν στις καθημερινές τους εκπαιδευτικές δραστηριότητες. Επίσης, οι φιλόσοφοι (δηλαδή ο Πλάτωνας) εισήγαγαν μύθους στα ακαδημαϊκά μαθήματα: οι μαθητές μάθαιναν κανόνες γραμματικής και συντακτικού μέσα από τις ιστορίες, ενθαρρύνοντας τους μαθητές να δημιουργήσουν νέες ιστορίες. Οι μύθοι του Αισώπου θεωρούνταν χρήσιμα διδακτικά μέσα και στα μεσαιωνικά σχολεία για τη διδασκαλία των λατινικών και της ρητορικής.

Ακόμη και σήμερα, η λογοτεχνία – ως αναπόσπαστο μέρος του προγράμματος σπουδών του σχολείου – θα μπορούσε να είναι μια σημαντική εμπειρία στη ζωή των παιδιών με τους μύθους και τα παραμύθια να χρησιμοποιούνται ως κίνητρα διδασκαλίας τόσο σε ανθρωπιστικούς όσο και σε επιστημονικούς κλάδους. Οι εκπαιδευτικοί γνωρίζουν ότι όλες οι δημιουργικές και καλλιτεχνικές δραστηριότητες, συμπεριλαμβανομένης της λογοτεχνίας, – ενώ διασκεδάζουν ακροατές ή αναγνώστες – μπορούν να διαδραματίσουν θεμελιώδη ρόλο στη βελτίωση των γνώσεων των μαθητών, αλλά και

στην απόκτηση δεξιοτήτων καθημερινής ζωής, χρήσιμες για την αντιμετώπιση τυχών προβληματικών καταστάσεων.

Διαβάζοντας ή ακούγοντας ιστορίες, οι μαθητές ενισχύουν τη λεκτική τους ικανότητα και μαθαίνουν να εκφράζονται με ακρίβεια τις σκέψεις και τα συναισθήματά τους στις καθημερινές σχέσεις, κάνοντας εξάσκηση συγκεκριμένων δεξιοτήτων, όπως διαπραγμάτευση και συζήτηση.

Η λογοτεχνία όχι μόνο παρέχει νέες γνώσεις – εμπλουτίζοντας το λεξιλόγιο των παιδιών και ενισχύοντας τις επικοινωνιακές τους δεξιότητες – αλλά και εξασφαλίζει συναισθηματική υποστήριξη σε προβληματικές συνθήκες της ζωής. Ενθαρρύνοντας τα παιδιά να ξεπεράσουν τους φόβους και τις εσωτερικές συγκρούσεις, η λογοτεχνία μπορεί να επηρεάσει θετικά την κοινωνική τους συμπεριφορά.

Όταν οι γονείς ή οι δάσκαλοι δίνουν στα παιδιά ένα βιβλίο, συνήθως ελπίζουν ότι θα απορροφήσουν τις ηθικές αξίες που περιέχει. Στην πραγματικότητα, τα παραμύθια μπορούν να έχουν θετικά αποτελέσματα στην ανάπτυξη της προσωπικότητας, ικανοποιώντας όλες τις ψυχολογικές ανάγκες των παιδιών, όπως επαφή, ψυχαγωγία, και γνωστική αναζήτηση, καθώς στο τέλος πάντα κλείνουν με ένα επιμύθιο.

Αδαμάκου Ειρήνη (Γ1), Λινάρδου Ματίνα (Γ2)

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΚΟΥΖΙΝΑ

Τα τελευταία χρόνια η ελληνική κουζίνα γνωρίζει συνεχώς μεγαλύτερη αποδοχή διεθνώς. Υπάρχουν συγκεκριμένοι λόγοι για αυτό. Οι άνθρωποι μετά την στροφή τους στην υγιεινή διατροφή ανακάλυψαν ότι τα στοιχεία της μεσογειακής κουλτούρας και διατροφής βοηθούν στην διατήρηση της υγείας και της ευεξίας.

Αυτό έκανε τα ελληνικά προϊόντα περιζήτητα στο εξωτερικό, δημιουργώντας έτσι ένα προσοδοφόρο εξαγωγικό προϊόν. Πολλές διεθνείς κουζίνες άρχισαν να διαμορφώνουν τις συνταγές τους με τρόπους ώστε να περιλαμβάνουν συνεχώς περισσότερα υλικά από την Ελλάδα, εξερευνών-

τας όλο και περισσότερες περιοχές της, αναζητώντας την αυθεντικότητα των πρώτων υλών.

Επιπλέον πολλοί ξένοι που επισκέπτονται την χώρα μας ενθουσιάζονται από την ελληνική κουζίνα, αλλά και από την προοπτική να δοκιμάσουν τις συνταγές του τόπου μας, αναζητώντας ενδόμυχα μια σύνδεση με την αρχαία ελληνική κουζίνα, δηλαδή κάτι από το καθημερινό που θα τους φέρει σε επαφή με τον αρχαίο πολιτισμό της χώρας μας, τον οποίον θαυμάζουν υπερβολικά.

Λαμπροπούλου Μαρία Β2, Κατόγιαννου Έφη Β2, Σκαλιστήρα Ζωή Β3

Ο εθισμός στα βιντεοπαιχνίδια: μια κοινωνική πρόκληση για τους εφήβους

Στην εποχή της τεχνολογικής πρόοδου, οι έφηβοι βρίσκονται συχνά βυθισμένοι στο συναρπαστικό κόσμο των βιντεοπαιχνιδιών. Ωστόσο, η έντονη αφοσίωση σε αυτήν την ψηφιακή ψυχαγωγία, έχει αρχίσει να θεωρείται ένας προβληματικός εθισμός για τους νέους με επικίνδυνο αντίκτυπο στην ψυχική υγεία και την κοινωνική τους δραστηριότητα.

Ο εθισμός στα βιντεοπαιχνίδια αναδύεται, όταν η καθημερινότητα των εφήβων υφίσταται επιπτώσεις λόγω της υπερβολικής κατανάλωσης χρόνου σε αυτά. Συγκεκριμένα οι χρήστες κλέβουν πολύτιμο χρόνο από την μελέτη εκπαιδευτικού υλικού απαραίτητου για να εκπληρώσουν τις μαθητικές τους υποχρεώσεις, με αποτέλεσμα την αρνητική πορεία της επίδοσής τους στο σχολείο. Σε αυτό προστίθεται η ψυχική υγεία τους, η οποία υπερφορτώνεται, χωρίς να το κατανοούν οι ίδιοι, από συναισθήματα άγχους, στρες, επιθετικότητας και εμμονής. Είναι σε όλους γνωστό ότι το περιοχόμενο των παιχνιδιών αυτών έχει συνήθως βίαια θέματα με σκοπό την εξόντωση του αντιπάλου με οποιοδήποτε κόστος και με τρόπους που θυμίζουν ταινία τρόμου!

Όσο αφορά την σωματική τους υγεία, φαινόμενα όπως η σωματική κόπωση λόγω έλλειψης ύπνου, ο συχνός πονοκέφαλος και προβλήματα στην όραση είναι κάποια από αυτά τα οποία ειδικόι αποδίδουν στην έντονη χρήση των υπολογιστών. Ας μην ξεχνάμε εδώ την μειωμένη σωματική άσκηση ή ακόμα και την έλλειψη σε βιταμίνη D, απαραίτητη βιταμίνη για τον οργανισμό, λόγω της μη έκθεσης στον ήλιο, σε εξωτερικούς χώρους, καθώς όλο και περισσότερα παιδιά έχουν κάνει στην άκρη το παιχνίδι σε αίθουσες και πλατείες.

Ένα ακόμη ιδιαίτερα ανησυχητικό στοιχείο έχει να κάνει με την διαδικτυακή διάσπαση του θέματος και την κοινωνικοποίηση των παιδιών. Σε ιδιαίτερα εμμονικές καταστάσεις με νέους απόλυτα αφοσιωμένους στον κόσμο του videogame, υπάρχουν περιπτώσεις με σοβαρά προβλήματα απομόνωσης. Καθώς πολλά παιχνίδια επιτρέπουν τη σύνδεση με άλλους χρήστες, δημιουργείται μια κοινωνική συναστροφή απρόσωπη, χωρίς την

ανάγκη της φυσικής παρουσίας και αλληλεπίδρασης ανάμεσα σε φίλους και το χειρότερο χωρίς κανένα κριτήριο επιλογής προσωπικότητας, ηλικίας και κουλτούρας. Αρκεί το κοινό πάθος και ο στόχος της νίκης! Έτσι, η ανάγκη για αναγνώριση και επιβεβαίωση σε ένα εικονικό περιβάλλον μπορεί να οδηγήσει σε υπερβολική συμμετοχή, αποσπώντας την προσοχή από τον όμορφο πραγματικό κόσμο.

Στο πλαίσιο αυτό, είναι απαραίτητο να διατηρηθεί μια ισορροπημένη καθημερινότητα. Η παρέμβαση των γονέων των εκπαιδευτικών μπορεί να προστατεύσει από τον εθισμό με τη σωστή καθοδήγηση. Από την πλευρά του οικογενειακού περιβάλλοντος επιβάλλεται η χρήση του διαδικτύου με έλεγχο στα site που επισκέπτεται ο νέος και χρονικά όρια πάντα στον ελεύθερο χρόνο του παιδιού και όχι εις βάρος της μελέτης και των εξωσχολικών δραστηριοτήτων. Από την πλευρά της εκπαίδευσης είναι απαραίτητο να γίνεται η μεθοδευμένη και τεκμηριωμένη παρουσίαση αυτού του κοινωνικού προβλήματος της υπερβολικής δηλ. διαδικτυακής χρήσης, καθώς και η προετοιμασία νέων υποψηφίων χρηστών για την νέα ψηφιακή εποχή με ομιλίες από ειδικούς, από πρώην "χρήστες" ή ακόμη και από παιδοψυχολόγους.

Γενικά πρέπει να παραδεχτούμε ότι ο διαδικτυακός κόσμος είναι συναρπαστικός! Παρέχει γνώση, θέαμα, διασκέδαση ταχύτητα με το πάτημα ενός κουμπιού... Η αλόγιστη χρήση του όμως κρύβει σοβαρούς κινδύνους για την υγεία, την προσωπικότητα και την κοινωνικότητα ειδικά ενός νέου και άπειρου χρήστη, πόσο μάλλον ενός παιδιού που ακόμα δεν έχει καλά καλά εξερευνήσει τον πραγματικό κόσμο γύρω του και καλείται να διαχειριστεί ένα τεράστιο όγκο πληροφοριών της ειδικής πραγματικότητας. Τα βιντεοπαιχνίδια, αν και προσφέρουν ψυχαγωγία, η επιτήρηση και ο περιορισμός της χρήσης τους είναι βασικό εργαλείο για την αποφυγή του εθισμού και την διασφάλιση μιας υγιούς ανάπτυξης ενός εφήβου.

Γιδάρκου Άννα Μαρία (Γ1), Ποντίκα Ανδριάνα (Γ3), Παπαγιού Πατρίσια (Γ3)

10 Πράγματα που ίσως δεν γνώριζες για την Κίνα

Η Κίνα είναι μια χώρα που βρίσκεται στην Ασία, άρα και πολύ μακριά από την χώρα μας. Αυτό βέβαια δεν εμπόδισε τους Κινέζους να μας

σχετίσουν με εκείνους. Ο κινέζικος πολιτισμός, όπως και ο ελληνικός είναι ένας από τους αρχαιότερους που γνώρισε ποτέ η ανθρωπότητα. Οι Κινέζοι πριν από μερικούς αιώνες ήρθαν σε επαφή με την Ελλάδα και εντόπισαν όλα τους τα κοινά χαρακτηριστικά. Από τότε μας αποκαλούν σαν χώρα «Σι-λα». Επιπλέον οι άνθρωποι αυτοί έχουν την χώρα μας σε τεράστια εκτίμηση και μας θεωρούν τον «άλλο μεγάλο πολιτισμό».

1 Στην Κίνα κάθε χρόνος εκπροσωπείται ένα από τα 12 ζώα του ζωδιακού κύκλου. Για παράδειγμα από το Σάββατο 10 Φεβρουαρίου του 2024 ξεκίνησε το «έτος του δράκου».

2 Αν μπορούσαμε να συγκεντρώσουμε όλες τις σιδηροδρομικές γραμμές της Κίνας, θα πραγματοποιούσαμε τον γύρω της Γης έως και 2 φορές.

3 Το συστατικό-εργαλείο που «έδεσε» το Σινικό τοίχος είναι το πλεγμένο κολληώδες ρύζι.

4 Το Χονγκ Κονγκ έχει τους περισσότερους ουρανοξύστες από οποιαδήποτε άλλη χώρα του κόσμου με αριθμό που ξεπερνάει τους 2.000 ουρανοξύστες.

5 Η Κίνα φιλοξενεί ένα σύμπλεγμα αρχαίων πετρωμάτων που ονομάζεται Πέτρινο Δάσος του Shilin και από το 2007 έχει χαρα-

κτηριστεί παγκόσμια κληρονομιά από την UNESCO.

6 Χρειάστηκαν περίπου 97 χρόνια και 700.000 εργάτες για να κατασκευαστεί ο πα-

σίγνωστος Πήλινος Στρατός από τερακότα, ένα σύνολο περίπου 2.000 στρατιωτών από πηλό, χτισμένο για την φρούρηση του μασωλητού του πρώτου κινέζου αυτοκράτορα Τσιν Χουάνγκ.

7 Η Κινέζικη κουζίνα βασίζεται σε 4 μεγάλες παραδόσεις, οι οποίες είναι οι: «Τσουάν, Λου, Γιουέ, και Κουαγιάνγκ», που αντιπροσωπεύουν τις κουζίνες της βόρειας, νότιας, ανατολικής και δυτικής Κίνας αντίστοιχα.

8 Η σημαία της Κίνας είναι το σημαντικότερο εθνικό σύμβολο της λαϊκής δημοκρατίας της Κίνας. Το εμβληματικό και κυρίαρχο χρώμα της είναι το κόκκινο, το οποίο αντιπροσωπεύει την επανάσταση και το κινέζικο κομμουνιστικό σύστημα. Αντίθετα, τα κίτρινα αστέρια ταυτίζονται με τη σχέση που έχει ο λαός της Κίνας (που είναι τα τέσσερα μικρά αστέρια), με το κομμουνιστικό κόμμα, που εκπροσωπεί το μεγάλο αστέρι.

9 Ο εορτασμός της κινέζικης πρωτοχρονιάς διαρκεί 15 μέρες.

10 Το Σινικό τείχος είναι η μεγαλύτερη παγκοσμίως ανθρώπινη κατασκευή. Αρχίζει από τη θάλασσα, αλλά διασχίζει βουνά, ποτάμια, ερήμους, στέπες και κοιλάδες.

Κοτσιλίτη Μαρία Β2, Αυγεροπούλου Βαΐα Β2, Κοτσιλίτη Στέφη Γ2, Καραγιάννη Σταυρίνα Γ2, Νώντας Μωρίκης Γ3



Γνωρίζουν οι μέλισσες μαθηματικά;

Οι μέλισσες δεν φτιάχνουν μόνο μέλι, αλλά επίσης καταλαβαίνουν τα μαθηματικά και μπορούν να κάνουν βασικές αριθμητικές πράξεις, όπως η πρόσθεση και η αφαίρεση, χρησιμοποιώντας αυτή την ικανότητα για να λύσουν πρακτικά προβλήματα.

Μια βρετανική έρευνα πριν από λίγα χρόνια έφερε στο φως μια εκπληκτική δυνατότητα των μελισσών. Συγκεκριμένα οι επιστήμονες που έκαναν την έρευνα, ανακάλυψαν ότι οι μέλισσες μαθαίνουν να πετούν, ακολουθώντας τη συντομότερη δυνατή διαδρομή ανάμεσα στα λουλούδια που προηγουμένως έχουν ανακαλύψει με τυχαία σειρά. Το πρόβλημα αυτό είναι γνωστό στο χώρο των οικονομικών και των μαθηματικών ως "το πρόβλημα του περιοδεύοντος πωλητή". Ένας άνθρωπος (πωλητής) καλείται να βρει την συντομότερη διαδρομή ανάμεσα σε όλους τους προορισμούς που πρέπει να επισκεφθεί. Οι υπολογιστές λύνουν το πρόβλημα συγκρίνοντας το μήκος όλων των πιθανών διαδρομών. Το ίδιο κάνουν καθημερινά και οι μέλισσες, παρότι ο εγκέφαλός τους δεν ξεπερνά το κεφάλι μιας καρφίτσας, εξοικονομώντας ενέργεια και χρόνο, αφού βρίσκονται λιγότερη ώρα στον αέρα.

Οι μέλισσες μπορούν επίσης να κάνουν και βασικές αριθμητικές πράξεις, όπως η πρόσθεση και η αφαίρεση, χρησιμοποιώντας αυτή

την ικανότητα για να λύσουν πρακτικά προβλήματα.

Σε αυτό το συμπέρασμα κατέληξε μια άλλη, γαλλική αυτή τη φορά επιστημονική έρευνα, σύμφωνα με την οποία η κατανόηση βασικών μαθηματικών εννοιών είναι επιβίωση από τις μέλισσες, παρότι ο εγκέφαλός τους δεν έχει ούτε ένα εκατομμύριο νευρώνες, έναντι περίπου 86 δισεκατομμυρίων του ανθρώπινου εγκέφαλου. Τα αποτελέσματα των πειραμάτων αυτής της έρευνας οδήγησαν στο συμπέρασμα ότι οι μέλισσες καταλαβαίνουν την έννοια του μηδενός και μπορούν να διακρίνουν ανάμεσα σε δύο ομάδες αντικειμένων που είναι η μικρότερη, διευρύνοντας έτσι το μαθηματικό τους ρεπερτόριο.

Τέλος, από την αρχαιότητα υπήρχε η πεποίθηση ότι οι κηρήθρες αποτελούσαν τις πιο πρακτικές δομές της φύσης. Πριν από λίγα χρόνια όμως, ο μαθηματικός Τόμας Χέιτς, δημοσίευσε μια εργασία 19 σελίδων με μαθηματικές αποδείξεις που δείχνουν ότι από όλες τις πιθανές δομές, οι κηρήθρες χρησιμοποιούν το ελάχιστο ποσοστό σε κερί, απεικονίζοντας ένα τέλειο εξάγωνο.

Μαχαίρα Σοφία (Γ3)



ΠΑΡΑΞΕΝΑ ΠΡΑΓΜΑΤΑ ΠΟΥ ΛΕΝ ΓΝΩΡΙΖΑΤΕ

Γενικά ακούμε και βλέπουμε πολλά παράξενα πράγματα να συμβαίνουν καθημερινά σε όλο τον κόσμο. Φυσικά δεν αναφερόμαστε σε κάποια περίεργη εφεύρεση ή σε σιδηρόπλοια παρεμβαίνει ο άνθρωπος. Είναι εκείνα που μας εντυπωσιάζουν και μας αφήνουν έκπληκτους. Μερικά αφορούν τα φυσικά φαινόμενα, τη φύση, την ιστορία, τις επιστήμες, ακόμα και τους ανθρώπους. Σίγουρα μας φαίνονται απίστευτα, καθώς μας ήταν άγνωστα και ποτέ δεν φανταστήκαμε πως θα μπορούσαν να συμβαίνουν. Άρα ο κόσμος μας είναι γεμάτος εκπλήξεις και ανακαλύψεις για το μέλλον.

Τώρα θα σας οδηγήσω σε μερικά από αυτά:

Μπλε λάβα



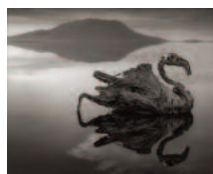
Την μπλε λάβα μπορείτε να τη δείτε μόνο στις φησαισιγενείς περιοχές της Ινδονησίας. Αξιοσημείωτο είναι ότι ξησπά και εξαπλώνεται τόσο γρήγορα και σε τόσο υψηλή θερμοκρασία που εξαιτίας αυτού γίνεται μπλε.

Δέντρα με χρώμα ουρανού τόξου



Έχετε αναρωτηθεί ότι υπάρχει ένα τέτοιο είδος δέντρου; Αυτά είναι συγκεκριμένοι πολύχρωμοι ευκάληπτοι που μπορείτε να τους συναντήσετε μόνο στα δάση της Αυστραλίας από κοντά.

Λίμνη ασβεστοποίησης



Ένα από τα πιο περίεργα και ανεξερεύνητα μέρη είναι η λίμνη Νάτρο της βόρειας Τανζανίας. Φήμες λένε ότι όποιο ζώο πέφτει σε αυτή, πεθαίνει και ασβεστοποιείται. Μπορείτε να φανταστείτε γιατί συμβαίνει αυτό;

Υπαρξη πειρατών ακόμη και σήμερα



Οι περισσότεροι άνθρωποι πιστεύουν πως οι πειρατές δεν υπήρχαν ή έχουν εξαφανιστεί. Ωστόσο, στην περιοχή της Νότιας Αφρικής μπορούμε να συναντήσουμε φιλές πειρατών παρόλο που δεν είναι αρκετά ενεργοί πλέον.

Ανάποδο ζώο και σκαρφάδιμα



Το ήξερες ότι η νεφελώδης λεοπάρδαλη σκαρφάδιμα και κρέμεται ανάποδα; Κι όμως φαίνεται πως αυτό το ζώο χρησιμοποιεί κυρίως την ευλιγισία και την μυώδη ουρά του για να σκαρφάδιμα και να κρέμεται.

Βίκινγκς και Χριστόφορος Κολόμβος



Σχεδόν όλοι γνωρίζουμε πως ο Χριστόφορος Κολόμβος ανακάλυψε την Αμερική. Όμως προηγήθηκε ο λαός των Βίκινγκς πριν από αυτόν. Μας έχει αποτυπωθεί αυτή η ιδέα επειδή η ανακάλυψη των Βίκινγκς δεν διαδόθηκε παγκοσμίως και μόνο λίγοι το ήξεραν.

Καρχαρίες vs φάλαινες



Σχεδόν πάντα αν βρισκόμαστε στις παραλίες της Καριβικής και ακούμε ότι υπάρχουν καρχαρίες κοντά, είναι λογικό να φοβόμαστε και δεν πηγαίνουμε βαθιά. Αλλά ακόμα και οι πιο δυνατοί και οι πιο μεγάλοι καρχαρίες όπως ο λευκός, αποφεύγει για την όρκα, ένα είδος φάλαινας που χαρακτηρίζεται ως φάλαινα δολοφόρος λόγω αυτής της συνήθειας.

Ο Χίτλερ θα ήταν ζωγράφος



Θυμόμαστε τα καταστροφικά γεγονότα του Β' Παγκοσμίου πολέμου και αυτό οφείλεται στο ότι ο Χίτλερ ήθελε να γίνει ζωγράφος από μικρός αλλά τον έδιωξαν από την έκθεση ζωγραφικής στη Βιέννη. Τότε ασχολήθηκε με την πολιτική και έγινε δικτάτορας.

Περίεργα φυτοφάγα ζώα



Ήξερες ότι οι καμηλοπαρδαλίες δεν τρέφονται με χόρτα; Αυτό οφείλεται στη δυσκολία με τον τεράστιο και μακρύ λαιμό τους να σκύψουν. Έτσι καταφεύγουν στα άφθονα φύλλα των δέντρων και στο νερό που έχουν για να επιβιώσουν.

Μεγαλύτερος και πιο εντυπωσιακός καταρράκτης δε γίνεται



Ο μεγαλύτερος καταρράκτης του κόσμου είναι στην Βενεζουέλα και ονομάζεται Angel Falls και έχει μήκος 1xλμ. Έχει ακουστεί πως ο ποταμός του συνεχίζει υπογείως εξαιτίας της πυκνής τροπικής βλάστησης.

Αφροδίτη Μακρή, Κασούμη Παναγιώτα (Α2)