



Υπερσιβηρικός Σιδηρόδρομος | σελ 5



Ομάδα Ψηφιδωτού | σελ 6

Ο ΠΑΡΘΕΝΩΝΑΣ ΚΑΙ
Η ΙΣΤΟΡΙΑ ΤΟΥ ΣΕΛ.2 |
ΑΡΑΝ ΧΑΤΖΑΤΟΥΡΙΑΝ
ΣΕΛ.3 | ΠΟΙΗΜΑΤΑ ΣΕΛ.4
| ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ
ΣΕΛ.8-9 | ΜΑΓΕΙΡΙΚΗ:
ΧΤΑΠΟΔΙ ΣΤΟ ΞΥΔΙ
ΣΕΛ.10 ΧΤΑΠΟΔΙ ΤΑ 3
ΠΟΤΗΡΙΑ ΣΕΛ.11 | ΣΤΑΥ-
ΡΟΛΕΞΟ ΣΕΛ.12

ΕΚΔΟΣΗ: Θ.Ε.Ψ.Υ.Π.Α.
ΕΤΟΣ 11^ο - 2016
ΙΟΥΛΙΟΣ - ΑΥΓΟΥΣΤΟΣ

ΔΙΑΝΕΜΕΤΑΙ ΔΩΡΕΑΝ

102

Η ΦΩΝΗ ΜΑΣ



Η ΔΙΜΗΝΙΑΙΑ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ ΤΩΝ ΦΙΛΟΣΕΝΟΥΜΕΝΩΝ ΑΤΟΜΩΝ ΣΤΙΣ ΔΟΜΕΣ ΤΗΣ ΘΕΣΣΑΛΙΚΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ - ΠΕΡΙΘΑΛΨΗΣ - ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ

Το παλιό Ελληνικό καλοκαίρι

Θωμάς Β. Καραγκούνης και η υπόλοιπη συντακτική ομάδα

Οι ράθυμες κάριες πάνω στα καλώδια της ΔΕΗ κρῶ-
ζουν απρόθυμα. Οι θεριστάδες με τα ιδρωμένα ρούχα
τους υπό μάλλης βγάζουν τα ψάθινα καπέλα τους για
να πάρουν αέρα. Οι σερβιτόροι στις συνοικιακές και
κεντρικές καφετέριες σερβίρουν παγωμένες λεμο-
νάδες και παγωτά, φέτες καρπουζιών στο ένα χέρι
και στο άλλο το τρανζιστοράκι. Ότο-στοπ για να προ-
λάβουμε το τελευταίο πλοίο για τα νησιά.

Οι τουρίστες γεμίζουν τις παραλίες των νησιών και
όχι μόνο, για να απολαύσουν αυτό που στερούνται
στην πατρίδα τους τον περισσότερο χρόνο, τον ήλιο.
Οι νοικοκυρές απλώνουν τα ασπρόρουχα στην βερά-
ντα, κάνοντας κους κους, ενώ οι μανάβηδες διαλα-
λούν τηνπραμάτεια τους δυνατά, σχεδόν τραγουδι-
στά. Διαβάτες αποσπερνοί επισκέπτονται τακτικά τα
ξωκλήσια στα βουνά, στους κάμπους και τα νησιά.

Τον Ιούνιο θερίζουν τα σιτάρια γιαυτό και ονομάζε-
ται και θεριστής, απολαμβάνοντας τον κόπο τους μιας
ολόκληρης χρονιάς, φτιάχνοντας έτσι το ευλογημένο
ψωμί. Οι μαθητές μετά από το στρεσάρισμα μιας χρο-
νιάς απολαμβάνουν τις διακοπές τους πάνω σε αιώ-
ρες ατενίζοντας τον ορίζοντα με απορία.

Ο ζεστός μήνας Ιούλιος μας φέρνει τα γιορτάσια του
Αη-Λιά και της Αγίας Μαρίας, καθώς και τα σύκα και
τα άλλα οπωροφόρα.

Τον Αυγούστο αρχίζουν τα μελτέμια και η μεγάλη
γιορτή της Παναγίας, που αποκαλείται και το Πάσχα
του καλοκαιριού. Αρχίζει ο τρύγος και τα σταφύλια
μεταφέρονται με φορτηγά στο πατητήρι, για να μας
δώσουν τον οίνο τον εκλεκτό.

Το τωρινό καλοκαίρι δεν απέχει πολύ από το παλιό. Σήμερα όμως οι καφετέριες σερβίρουν
φρεντουτσίνο και φρένο εσπρέσο, το τρανζιστοράκι έγινε κινητό τηλέφωνο, ενώ σπάνια βλέ-
πουμε να κάνουν οτοστόπ. Οι μανάβηδες γίναν σούπερ μάρκετ και οι μαθητές κάθονται πλέ-
ον στις ξαπλώστρες που πληρώνουν στην παραλία. Τα παλιά φέριμποτ, γίναν σύγχρονα, ενώ
προστέθηκαν τα δελφίνια και τα καταμαράν. Πάντα η γιορτή της Παναγίας είναι μεγάλη γιορ-
τή, όμως αυτόματα σημαίνει πλέον και το τέλος του καλοκαιριού...

Ιδιότητα: ΘΕΣΣ ΑΛΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΠΕΡΙΘΑΛΨΗΣ-ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ
ΑΓ. ΟΡΟΥΣ 6 Α', ΛΑΡΙΣΑ Τ.Κ. 41335, Τηλ. 2410-627363, 670880, Fax: 2410-670880
Συντάκτες: όλοι οι φιλοξενούμενοι στις Δομές της Θ.Ε.Ψ.Υ.Π.Α.:

Κέντρο Ημέρας "ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΚΑΠΡΙΝΗΣ", Οικοτροφείο Λαρίσης "ΟΡΦΕΑΣ", Ξενώνας Λαρίσης "ΜΕΛΑ-
ΜΠΟΥΣ", Οικοτροφείο Τυρνάβου "ΑΝΤΙΦΩΝ", Οικοτροφείο Λαρίσης "ΑΓΙΑ ΑΝΝΑ", Οικοτροφείο
Λαρίσης "ΤΙΜΙΟΣ ΣΤΑΥΡΟΣ", Οικοτροφείο Φαρσάλων "ΕΣΤΙΑ", Οικοτροφείο Καρδίτσας "ΓΑΛΗΝΟΣ",
Οικοτροφείο Τρικάλων "ΑΣΚΛΗΠΙΟΣ", 01 - 02 - 03 - 04 Διαμερίσματα Λαρίσης.

Επισκευθείτε το νέο ανανεωμένο site της Θ.Ε.Ψ.Υ.Π.Α. στο www.thepsypa.gr

Παρθενώνας και η ιστορία του



Επιμέλεια: Δήμητρα Δόβρη - Χρήστος Τσαντήλας

Μετά τα Περσικά η Αθήνα αναδείχτηκε σε σπουδαία πόλη διαθέτοντας ισχυρό ναυτικό. Θεσπίστηκε η Δηλιακή συμμαχία, και τα χρήματα που πρόσφεραν οι πόλεις φυλάσσονταν στη Δήλο. Αργότερα όμως μεταφέρθηκαν στην Αθήνα και ο Περικλής χρησιμοποίησε μέρος των χρημάτων αυτών για την ανέγερση του Παρθενώνα. Ο Παρθενώνας χτίστηκε πάνω σε προηγούμενο ναό της Αθηνάς, ο οποίος καταστράφηκε από τους Πέρσες κατά τη διάρκεια των Περσικών πολέμων. Άρχισε να κτίζεται το 447 π.Χ. και οι οικοδομικές εργασίες τέλειωσαν μόλις σε εννιά (9) χρόνια (χρόνος ρεκόρ για την εποχή) δηλαδή το 438 π.Χ. Από το 438 ξεκίνησαν τα έργα διακόσμησης και τελείωσαν το 432 π.Χ. Αρχιτέκτονες του ναού ήταν ο Ικτίνος και ο Καλλικράτης, ενώ την ευθύνη για τη διακόσμηση και τη γενική επίβλεψη του έργου είχε ο γλύπτης Φειδίας.

Η πρώτη καταστροφή του ναού έγινε το 267 μ.Χ. από τους Έρουλους, οι οποίοι κατέλαβαν την Αθήνα και πυρόλησαν τον Παρθενώνα. Το 529 μ.Χ. ο αυτοκράτορας του Βυζαντίου Ιουστινιανός διατάζει το κλείσιμο των φιλοσοφικών σχολών της αρχαιότητας. Ο Χριστιανισμός επιβάλλεται και ο Παρθενώνας γίνεται εκκλησία της του Θεού Σοφίας. Το 1205 μ.Χ. οι Φράγκοι καταλαμβάνουν την Αθήνα και ο Παρθενώνας γίνεται ο καθεδρικός ναός τους.

Το 1456 μ.Χ. ο Τούρκος Ομάρ Τουραχάν, στρατηγός του Μωάμεθ, κυριεύει την Αθήνα και ο Παρθενώνας μετατρέπεται σε τζαμί. Το 1687 ο βενετσιάνικος στρατός με το Μοροζίνι πολιορκεί τους Τούρκους που βρίσκονταν

στην Ακρόπολη. Μια οβίδα έπεσε στον Παρθενώνα, που χρησιμοποιούταν ως πυριτιδαποθήκη και προκάλεσε έκρηξη με αποτέλεσμα την ανατίναξη του κτιρίου, μεγάλα τμήματα του οποίου καταστράφηκαν ή εκσφενδονίστηκαν. Ο Μοροζίνι τελικά κυρίευσε την Ακρόπολη και στην προσπάθειά του να κλέψει κάποια γλυπτά προκάλεσε κι άλλες ζημιές. Τον επόμενο χρόνο ο Μοροζίνι εγκατέλειψε την Αθήνα και επέστρεψαν οι Τούρκοι.

Το 1801 μ.Χ. ο Thomas Bruce, κόμης του Έλγιν, πρεσβευτής της Αγγλίας στην Υψηλή Πύλη, κατάφερε να αποσπάσει από το Σουλτάνο φερμάνι με το οποίο του δινόταν η άδεια να αφαιρέσει, ό,τι αρχαιότητα ήθελε. Έτσι ο Έλγιν απέσπασε από την Ακρόπολη διάφορα γλυπτά. Στην προσπάθειά του να αρπάξει όσο περισσότερα μπορούσε, προκάλεσε και μεγάλες ζημιές.

Κατά τη διάρκεια της επανάστασης του 1821 η Ακρόπολη απελευθερώνεται στην αρχή από τους Έλληνες, όμως θα πολιορκηθούν αργότερα από το στρατό του Κιουταχή πασά. Το 1827 οι Τούρκοι κυριεύουν την Ακρόπολη και φεύγουν οριστικά το 1833. Αρχίζει η απομάκρυνση των ερειπίων του οικισμού που είχε σχηματιστεί με τον καιρό πάνω στον ιερό βράχο. Το 1885 ξεκινούν οι ανασκαφές που θα φέρουν στο φως όσα είχαν θάψει οι Αθηναίοι μετά την περσική καταστροφή του 480 π.Χ. Το 1898 αρχίζει η προσπάθεια για την αναστήλωση των μνημείων που συνεχίζεται μέχρι τις μέρες μας.

Πηγή: <http://users.sch.gr/ipap/Ellinikos%20Politismos/parthenonas/Parthenonas.htm>

Αράμ Χατσατουριάν

Επιμέλεια: Γιώργος Φλώρος

Ο συνθέτης Αράμ Χατσατουριάν, αρμενικής καταγωγής (6 Ιουνίου 1903 - 1 Μαΐου 1978), θεωρείται μαζί με τον Σεργκέι Προκόφιεφ και τον Ντιμίτρι Σοστακόβιτς, ένας από τους τρεις «τιτάνες» της σοβιετικής μουσικής. Τα έργα του Χατσατουριάν είναι επηρεασμένα από την κλασική ευρωπαϊκή μουσική και την αρμενική λαϊκή μουσική. Μερικά από τα πιο γνωστά έργα του είναι τα μπαλέτα «Γκαϊανέ» (1942) και ο «Σπάρτακος» (1956).

ΟΓεννήθηκε στην Τιφλίδα της τότε Ρωσικής Αυτοκρατορίας. Εγκαταστάθηκε στη Μόσχα από το 1920, όπου και μαθήτευσε σε διάφορους μουσικοδιδάσκαλους στη περίφημη σχολή Γκνέσιν. Σπούδασε βιολοντσέλο και σύνθεση και πολύ γρήγορα άρχισε να διακρίνεται. Στη συνέχεια φοίτησε στο Ωδείο Μόσχας (1929-1934) υπό τους Μιασκόφσκη και Λιτίνσκη. Οι συνθέσεις του «τρίο για φλάουτο, βιολί και πιάνο» και «Πρώτη συμφωνία» απέδειξαν την ιδιοφυΐα του και την ικανότητά του στην εκμετάλλευση λαϊκών μελωδιών. Από το 1934 σύνθεσε τρεις συμφωνίες για πιάνο, βιολοντσέλο και ορχήστρα, τη «Δεύτερη συμφωνία» (1943), μουσική για μπαλέτο και το έργο για χορωδία και ορχήστρα «Ποίημα για τον Στάλιν», (για τη συμπλήρωση των 25 χρόνων από τη μπολσεβική επανάσταση), καθώς και μουσική για θεατρικά και κινηματογραφικά έργα.

Από το 1951 άρχισε να διδάσκει στο Ωδείο της Μόσχας και να ασχολείται με τη διεύθυνση ορχήστρας. Αφιερώθηκε ιδιαίτερα στην ανάπτυξη της αρμενικής μουσικής καθώς θεωρήθηκε αυθεντία της τουρκμενικής και αζερμπαϊτζανικής μουσικής. Τιμήθηκε με πολλά βραβεία ρωσικά (μεταξύ των οποίων δύο φορές με το βραβείο Στάλιν) καθώς και ευρωπαϊκά.

Το ύφος της μουσικής του, έχει έντονο ανατολίτικο χρώμα, πράγμα που οφείλεται στην επιρροή του από την αρμενική παράδοση, την οποία μελέτησε πολύ προσεκτικά.



Επίσης, επηρεάστηκε και από τις νέες τάσεις που είχαν αρχίσει να εμφανίζονται στην υπόλοιπη Ευρώπη, καταφέροντας να τις αξιοποιήσει με πολύ μέτρο και σε συνδυασμό με τη μουσική παράδοση.

Γενικά τα έργα του Χατσατουριάν διακρίνονται για τη χρωματική αρμονία αλλά και την παραδοξότητα που μερικές φορές φθάνει σε μονοτονία.

Στη χρήση όμως των οργάνων «σόλο» έναντι της ορχήστρας ακολούθησε τη παράδοση των Αλεξάντερ Μποροντίν και Αλεξάντερ Γκλαζούνοφ. Ο Χατσατουριάν συνέθεσε και τον εθνικό ύμνο της Σοβιετικής Σοσιαλιστικής Δημοκρατίας της Αρμενίας.

Το 1954 ονομάστηκε «Καλλιτέχνης του Λαού της Σοβιετικής Ένωσης» και πέντε χρόνια μετά έλαβε και το 2ο βραβείο Λένιν.

Πηγές:

https://gr.rbth.com/multimedia/video/2013/05/06/35_xronia_apo_ton_thanato_toy_aram_xatsatoyrian_21989
https://el.wikipedia.org/wiki/Αράμ_Χατσατουριάν

Ποιήματα

Επιμέλεια: Νατάσα Ακρίβου



Άγιος Κοσμάς ο Αιτωλός

του Αναστ. Μεταξά

Ο Άγιος Κοσμάς ο Αιτωλός
ο μεγάλος λογοτέχνης!
Ο Άγιος που προετοιμάζε την
Ανάσταση του Γένους!
Αυτός πάντοτε πήγαινε καμαρωτός!
Πολλοί, πού δεν τον καταλάβαιναν,
τον έλεγαν τρελό,
κι όμως, αυτός εδίδασκεν, την
θεολογίαν και την Ελληνικήν
Γραμματολογίαν,
Στα παιδιά και τους νέους -
κάτι που ήτανε σωστό -,
Με γλαφυρό ύφος
και χωρίς πολυλογία!
Οι Τούρκοι τον εμίσησαν
γιαυτό και τον ετιμώρησαν,
Μα η πατρίδα μας,
τον έκανε αθάνατο ήρωα!

21/8/14
Φάρσαλα

Νίτσε

του Αναστ. Μεταξά

Ο καημένος ο Νίτσε,
αν και διωκόμενος ήταν καλός!
Ποτέ δεν έκλεψε, άλλον συγγραφέα
και ήταν σεμνός!
Το καλύτερο του έργο,
ήταν ο μυστικισμός!
Κι άλλο αξιόλογο του έργο
ήταν ο μηδενισμός!
Σπουδαίο επίσης έργο του, ήταν ο
Ζαρατούστρας, γι' αυτό
μην αμφιβάλουμε,
ότι δεν έγραφε καλά.
Στο τέλος, της ζωής του, αρρώστησε
ψυχοπαθολογικά, αλλά εσκότωσε,
τον κακό σατανά, στα μούτρα!
Και ποτέ, μην γίνετε decandant!

10 /12 / 14
Φάρσαλα

Γκαμπριέλε Γκαρσία Μάρκες

του Αναστ. Μεταξά

Γκαμπριέλε μεγάλη συγγραφέα!
Κι εσείς αναστηθήκατε. . !
Μετά την ανάσταση σας,
μας επικοινωνήσατε !
Αυτά ν' ακούν οι άθεοι !
δεν νικηθήκατε !
Το έργον σας, περίφημον και καλόν,
και απεδείχθηκεν πολύ ηθικόν!...
Στα ιερά πάθη, του Κυρίου
πεθάνατε! Η Κολομβία σας
τιμάει πάντοτε ,
ήρωα αθάνατε!
Ο Θεός σας έσωσεν!

19 /4 / 14
Φάρσαλα



ΥΠΕΡΣΙΒΗΡΙΚΟΣ ΣΙΔΗΡΟΔΡΟΜΟΣ

Επιμέλεια: Δήμητρα Δόβρη – Χρήστος Τσαντήλας

Ο υπερσιβηρικός σιδηρόδρομος είναι ο άξονας που συνδέει την Μόσχα και την Ευρωπαϊκή Ρωσία, με την Άπω Ανατολή, τη Μογγολία, την Κίνα και τη θάλασσα της Ιαπωνίας. Ο κλασικός υπερσιβηρικός φτάνει από τη Μόσχα στο Βλαδιβοστόκ μέσω της νότιας Σιβηρίας. Κατασκευάστηκε το 1891 και τελείωσε το 1916, από τον τσάρο Αλέξανδρο, ο οποίος ήθελε να ενώσει τη Ρωσία με τις ακτές του Ειρηνικού. Η απόσταση είναι 9.288 χιλιόμετρα και για να κάνει κάποιος τη διαδρομή χρειάζεται 7 ημέρες.

Εκτός από τον κλασικό υπερσιβηρικό υπάρχουν ακόμα ο υπερματζουριακός και ο υπερμογγολιακός που έχουν προορισμό και οι δύο το Πεκίνο. Ο πρώτος συμπορεύεται με τον υπερσιβηρικό, μέχρι την πόλη Τσίτα και συνεχίζει νοτιοανατολικά προς το Πεκίνο. Ο δεύτερος συμβαδίζει με τον υπερσιβηρικό μέχρι την πόλη Ουλάν Ούντε, περνάει μέσα από την Μογγολία και καταλήγει και αυτός στο Πεκίνο.

«Ελάχιστοι είναι οι επισκέπτες που κάνουν, με τη μία, ολόκληρο το ταξίδι, από τη Μόσχα έως το Βλαδιβοστόκ. Αυτοί που το επιχειρούν πρέπει να είναι προετοιμασμένοι, πνευματικά και ψυχολογικά. Δεν είναι εύκολο πράγμα μία ολόκληρη εβδομάδα σε τρένο. Εμείς, από την πλευρά μας παρέχουμε ότι είναι δυνατό για να κάνουμε το ταξίδι ευχάριστο», αναφέρει μία από τις γυναίκες ελεγκτές του υπερσιβηρικού.

«Μπορεί κανείς να μάθει πολλά για τη Ρωσία διασχίζοντας την χώρα από τη Μόσχα ως το Βλαδιβοστόκ. Θα έχει την ευκαιρία να γνωρίσει άλλους επιβάτες, ιδιαίτερα Ρώσους. Συζητώντας μαζί τους, καταλαβαίνει πολλά για το δικό μας τρόπο ζωής και την περριφημη «μυστηριώδη ρωσική ψυχή», λέει ένας από τους επιβάτες.

Στην πρώτη και στη δεύτερη θέση, υπάρχουν κουπέ δύο ή τεσσάρων ατόμων τα οποία επιλέγουν κυρίως οι ξένοι τουρίστες και οι επιχειρηματίες, που προτιμούν τα ρωσικά τρένα από τα αεροπλάνα. Οι πιο αποφασισμένοι ταξιδιώτες επιλέγουν την τρίτη θέση: το «platzkart». Ανοιχτό βαγόνι με κάθε είδους επιβάτες, για ταξίδι με «ανοιχτούς ορίζοντες». Όλα τα τρένα έχουν και εστιατόριο όπου μπορεί να φάει κανείς και να πει ό,τι τραβάει η όρεξή του, απλά τα μενού είναι σχεδόν πάντα στη γλώσσα της χώρας στην οποία ταξιδεύει κανείς!

Στο τμήμα της Ευρωπαϊκής Ρωσίας από τη Μόσχα μέχρι τα Ουράλια όρη οι πόλεις Καζάν και Εκατερίνεμπουργκ είναι οι σημαντικότερες πόλεις, ενώ μετά συναντά κανείς το Ομσκ και το Ιρκούτσκ. Το Ιρκούτσκ το λένε «το Παρίσι της Σιβηρίας» και είναι δίπλα στη λίμνη Βαϊκάλη την πιο αρχαία λίμνη σε όλο τον κόσμο. Η λίμνη Βαϊκάλη, το γαλάζιο μάτι της Σιβηρίας είναι επίσης και η πιο βαθιά λίμνη στον κόσμο, ενώ μέσα στη λίμνη υπάρχουν πολλά μικρά νησιά, το μεγαλύτερο από τα οποία είναι το Ολχόν. Στη συνέχεια ο σιδηρόδρομος είναι συνεχίζει νότια προς την Μογγολία, είτε συνεχίζει ανατολικά προς τον Ειρηνικό και την Ματζουρίας.

Πηγές:

<http://www.lifo.gr/now/life/36529>

https://el.wikipedia.org/wiki/Υπερσιβηρικός_σιδηρόδρομος

http://www.huffingtonpost.gr/travelstoriesfrommyworldcom/10-_12_b_8664358.html

Η ομάδα ψηφιδωτού

Όλη η συντακτική ομάδα

Στην ομάδα ψηφιδωτού οι συμμετέχοντες μαθητεύουν κάτω από τις οδηγίες του εικαστικού Πάρη Μακρή. Η ομάδα ξεκίνησε πέρσι και μέχρι σήμερα έχει παρουσιάσει σημαντικό έργο.

Η ομάδα τις εφημερίδας συνομίλησε με τους συμμετέχοντες όπως και με τον εκπαιδευτή. Αρχικά μίλησε με τον εκπαιδευτή κ. Μακρή:

«Το ψηφιδωτό είναι μία εικαστική τέχνη, η οποία ξεκίνησε από πάρα πολύ παλιά και συγκεκριμένα από τη Μεσοποταμία. Εντοιχίζανε τους τοίχους από τα δημόσια κτίρια χρωματιστά τούβλα ή με πολύτιμες πέτρες και φτιάχναν διάφορα σχήματα και έργα τέχνης. Σαν τέχνη άνηθε στην Ελληνιστική περίοδο και ιδιαίτερα στη Μακεδονία. Οι Μακεδόνες ψηφοθέτες ήταν ονομαστοί. Στη συνέχεια την τέχνη αυτή την κληρονόμησε το Βυζάντιο. Εκείνη την εποχή έχουμε πολύ σπουδαία έργα στη Ραβέννα της Ιταλίας. Η τέχνη αυτή εξαπλώθηκε και εξελίχθηκε φυσικά και στην υπόλοιπη Ευρώπη. Αποτέλεσμα της εξέλιξης αυτής είναι τα βιτρώ. Στα νησιά του Αιγαίου δημιουργήθηκε μία μοναδική μορφή ψηφιδωτού, το βοτσαλωτό, το οποίο γίνεται με βότσαλα.

Ένα ψηφιδωτό είναι μεγαλύτερης αισθητικής, καλλιτεχνικής και χρηματικής αξίας, όσο πιο λεπτομερές είναι. Τεχνικές για το ψηφιδωτό υπάρχουν πολλές. Οι ψηφίδες που μπορούν να είναι από διάφορα υλικά συνήθως κολλούνται πάνω σε μια σκληρή επιφάνεια (ξύλο, πέτρα), ενώ μπορεί να γίνει και απευθείας πάνω σε τοίχο. Οι ψηφίδες μπορούν να γίνουν από γυαλί, που είναι και ακριβότερες, από πέτρα, από μάρμαρο, αλλά και από χαλίκι, ζυμάρι, πηλό, CD, γυαλιά, πλακάκια, ξύλο και πολλά άλλα υλικά. Υπάρχουν τα ψηφιδωτά, αλλά και τα μωσαϊκά. Τα πρώτα γίνονται κάθετα, στον τοίχο, ενώ τα δεύτερα γίνονται κάτω στο δάπεδο. Υπάρχουν επίσης δύο διαφορετικές τεχνικές ψηφιδωτού που έχουν να κάνουν με το υπόστρωμα. Στην πρώτη, το άμεσο, κολλάμε τις ψηφίδες απευθείας πάνω στο αντικείμενο, ενώ στην δεύτερη, το

έμμεσο, κολλάμε τις ψηφίδες πάνω σε μία πλαστική σήτα που στη συνέχεια την κολλάμε κάπου αλλού.

Η συνδετική ουσία που χρησιμοποιούμε για να ενώσουμε τα υλικά διαφοροποιείται ανάλογα με την ψηφίδα και την επιφάνεια που θα τοποθετηθεί. Στο πάτωμα για παράδειγμα χρησιμοποιούμε τσιμέντο, ενώ στα φορητά ατλακόλ. Μόλις κολλήσουμε όλες τις ψηφίδες περνάμε έναν αρμόστοκο, πολύ υγρό, που γεμίζει τα κενά. Ο αρμόστοκος μπορεί να είναι σε διάφορα χρώματα, ανάλογα με την κατασκευή. Οι ψηφοθέτες σήμερα αναμιγνύουν διάφορα υλικά και φτιάχνουν μοντέρνα ψηφιδωτά, δημιουργώντας μικτές τεχνικές.

Με την ομάδα του Κέντρου Ημέρας έχουμε ξεκινήσει από πέρσι, και φτιάξαμε φορητά ψηφιδωτά με ξύλινες ψηφίδες. Κόβαμε τις ψηφίδες, τις χρωματίζαμε με ότι χρώματα θέλαμε και τις κολλούσαμε, ακολουθώντας ένα σχέδιο. Μετά περάσαμε σε ψηφιδωτά που γίνανε πάνω σε αντικείμενα, όπως βάζα, πιάτα και άλλα. Μετά αλλάξαμε υλικό και χρησιμοποιήσαμε χαλικάκι και βότσαλο. Τους τελευταίους έξι μήνες δουλεύουμε ψηφιδωτό με πλακάκια. Είναι φθηνό και πολύ εντυπωσιακό υλικό.

Η ομάδα έχει χωριστεί σε αρμοδιότητες. Υπάρχουν οι ψηφοθέτες ή αυτοί που θα στρώσουν την κόλλα, ενώ ανά διαστήματα αλλάζουν οι ρόλοι. Στην τελευταία φάση του αρμού δουλεύουν όλοι μαζί. Το σχέδιο το διαλέγει όλη η ομάδα από την αρχή. Μία διαδικασία που γίνεται επίσης στην αρχή είναι το σπάσιμο των πλακιδίων, και η δημιουργία ανομοιομορφων ψηφίδων. Πολλές φορές στο τελείωμα ενός έργου χρειάζεται να σπάσουμε, με ειδική τανάλια, κάποια κομμάτια που θα γεμίσουν τα κενά.»





Στη συνέχεια μίλησε με δύο συμμετέχοντες οι οποίοι είπαν:

«Μου αρέσει πάρα πολύ η ομάδα. Ηρεμώ και αισθάνομαι ότι δημιουργώ. Δεν αισθάνομαι πουθενά να δυσκολεύομαι, άλλωστε ο ένας βοηθάει τον άλλο στην ομάδα. Με τα περισσότερα παιδιά στην ομάδα γνωριζόμαστε από παλιά, ενώ ο εκπαιδευτής είναι πολύ καλός και μας βοηθάει όλους. Είμαι στην ομάδα από την αρχή λειτουργίας της και αισθάνομαι ότι έχω γίνει καλύτερη με τα χέρια μου. Το αστέρι και το πουλί είναι τα αγαπημένα μου έργα.»

«Είμαι στην ομάδα από την αρχή. Μου αρέσει που είμαι σε αυτήν την ομάδα, αφού μου αρέσει να δημιουργώ καλλιτεχνήματα με τα χέρια μου, όπως και χαίρομαι γιατί έμαθα πολλά είδη ψηφιδωτού. Δεν έχω δυσκολευτεί γενικά, εκτός από το τελείωμα ενός έργου, όπου πρέπει να βρούμε ή να κατασκευάσουμε τα μικρά κομμάτια που θα γεμίσουν τα τελευταία κενά. Η συνεργασία με τα υπόλοιπα παιδιά της ομάδας είναι εξαιρετική, μαθαίνουμε και κάνουμε πολύ πλάκα. Το καλύτερο παιδί από όλους είναι ο εκπαιδευτής μας! Το έργο που μου άρεσε πιο πολύ είναι τα τραπέζια.»



Ολυμπιακοί Αγώνες

Επιμέλεια: Γιώργος Φλώρος

Οι Ολυμπιακοί Αγώνες είναι αθλητική διοργάνωση πολλών αγωνισμάτων που γίνεται κάθε τέσσερα χρόνια. Η καταγωγή των αγώνων είναι η Αρχαία Ελλάδα. Ο πρώτος καταγεγραμμένος εορτασμός των Ολυμπιακών Αγώνων στην αρχαιότητα ήταν στην Ολυμπία, το 776 π.Χ. Τότε οι Αγώνες ήταν μόνο τοπικοί και διεξαγόταν μόνο ένα αγώνισμα, η κούρσα του σταδίου. Από το 776 π.Χ. και μετά οι Αγώνες, σιγά-σιγά, έγιναν πιο σημαντικοί σε ολόκληρη την αρχαία Ελλάδα φτάνοντας στο απόγειο τους κατά τον πέμπτο και έκτο αιώνα π.Χ. Οι Ολυμπιακοί είχαν επίσης θρησκευτική σημασία αφού γίνονταν προς τιμή του θεού Δία, του οποίου το τεράστιο άγαλμα στεκόταν στην Ολυμπία. Ο αριθμός των αγωνισμάτων έγινε είκοσι και ο εορτασμός γινόταν στην διάρκεια μερικών ημερών. Οι νικητές των αγώνων θαυμάζονταν και γίνονταν αθάνατοι μέσα από ποιήματα και αγάλματα. Το έπαθλο για τους νικητές ήταν ένα στεφάνι από κλαδιά ελιάς. Αρχαία αγωνίσματα ήταν ο δρόμος, το πένταθλο, το άλμα, ο δίσκος, το ακόντιο, η πάλη, η πυγμαχία, το παγκράτιο, οι αρματοδρομίες και τα ιππικά αγωνίσματα.

Η αναβίωση των αρχαίων Ολυμπιακών Αγώνων

«Η ιδέα της αναβίωσης των Ολυμπιακών Αγώνων δεν ήταν μια παραξενιά της φαντασίας, αλλά το λογικό αποτέλεσμα μιας μεγάλης κίνησης. Ο 19ος αιώνας είδε παντού την αναγέννηση του ενδιαφέροντος για τη φυσική άσκηση [...] Ταυτόχρονα, οι μεγάλες εφευρέσεις, ο σιδηρόδρομος και ο τηλεγράφος εκμηδενίζουν τις αποστάσεις και οι άνθρωποι αρχίζουν να ζουν ένα νέο τρόπο ζωής, τα έθνη έρχονται σε επαφή και μαθαίνουν να γνωρίζονται καλύτερα και αμέσως ανακαλύπτουν τη χαρά της σύγκρισης μεταξύ τους* και εκείνο που κατάφερνε η μια φυλή ήθελε να προσπαθήσει και η άλλη. Οι παγκόσμιες εκθέσεις συγκέντρωσαν στο ίδιο σημείο της γήινης σφαίρας τα προϊόντα των πιο απομακρυσμένων χωρών, τα φιλολογικά ή επιστημονικά συνέδρια έφεραν κοντά τις πιο διαφορετικές πνευματικές δυνάμεις. Πώς λοιπόν να μην επιθυμήσουν να συναντηθούν και οι αθλητές τη στιγμή που η άμιλλα είναι το κύριο θεμέλιο του αθλητισμού και σχεδόν ο ίδιος ο λόγος ύπαρξής της;»

[
Barónος Pierre de Coubertin, στο Beck, Ch. (εκδ.), Οι Ολυμπιακοί Αγώνες, 776 π.Χ.-1896, Αθήνα, 1896, σελ. 7].

Οι Ολυμπιακοί Αγώνες του 1896 γνωστοί και ως Αγώνες της 1ης Ολυμπιάδας, ήταν η πρώτη διεθνής αθλητική διοργάνωση Ολυμπιακών Αγώνων μετά την αναβίωσή τους στη σύγχρονη εποχή. Διοργανώθηκε στην Αθήνα από τις 25 Μαρτίου έως τις 3 Απριλίου 1896. Αν και ο αριθμός των αθλητών που πήραν μέρος ήταν μικρός, παρ'όλα αυτά η συμμετοχή ήταν η μεγαλύτερη μέχρι τότε σε αθλητική διοργάνωση. Οι Αγώνες είχαν μεγάλη επιτυχία και υπήρξε μεγάλη συμμετοχή του ελληνικού κοινού, ιδιαίτερα στο Παναθηναϊκό Στάδιο, το μοναδικό Ολυμπιακό στάδιο που χρησιμοποιήθηκε κατά τον 19ο αιώνα. Σημαντική στιγμή για τους Έλληνες ήταν η νίκη του Σπύρου Λούη στον μαραθώνιο.



Οι Θερινοί Ολυμπιακοί Αγώνες

Πίνακας με τον αριθμό των χωρών και αθλητών που συμμετείχαν και τον αριθμό αγωνισμάτων και αθλημάτων που διεξήχθησαν ανά Ολυμπιάδα. Τα έτη 1916, 1940 και 1944 οι Ολυμπιακοί Αγώνες ματαιώθηκαν λόγω των παγκοσμίων πολέμων αλλά υπολογίζονται κανονικά στην αρίθμηση σύμφωνα με τα ισχύοντα από τη ΔΟΕ.

α/α	Διοργάνωση	Χώρες	Αθλητές	Αγωνίσματα	Αθλήματα
I	Αθήνα 1896	14	241	43	9
II	Παρίσι 1900	24	997	95	18
III	Σεντ Λουίς 1904	12	651	91	17
IV	Λονδίνο 1908	22	2.008	110	22
V	Στοκκόλμη 1912	28	2.407	102	14
VI	Βερολίνο 1916				
VII	Αμβέρσα 1920	29	2.626	154	14
VIII	Παρίσι 1924	44	3.089	126	17
IX	Άμστερνταμ 1928	46	2.883	109	14
X	Λος Άντζελες 1932	37	1.332	117	14
XI	Βερολίνο 1936	49	3.963	129	19
XII	Τόκιο 1940				
XIII	Λονδίνο 1944				
XIV	Λονδίνο 1948	59	4.104	136	17
XV	Ελσίνκι 1952	69	4.955	149	17
XVI	Μελβούρνη 1956	72	3.314	145	17
XVII	Ρώμη 1960	83	5.338	150	17
XVIII	Τόκιο 1964	93	5.151	163	19
XIX	Μεξικό 1968	112	5.516	172	20
XX	Μόναχο 1972	121	7.134	195	23
XXI	Μόντρεαλ 1976	92	6.084	198	21
XXII	Μόσχα 1980	80	5.179	203	21
XXIII	Λος Άντζελες 1984	140	6.829	221	23
XXIV	Σεούλ 1988	159	8.391	237	25
XXV	Βαρκελώνη 1992	169	9.356	257	28
XXVI	Ατλάντα 1996	197	10.318	271	26
XXVII	Σύδνεϋ 2000	199	10.651	300	28
XXVIII	Αθήνα 2004	201	10.625	301	28
XXIX	Πεκίνο 2008	204	10.942	302	28
XXX	Λονδίνο 2012	204	10.820	302	26
XXXI	Ρίο Ντε Τζανέιρο 2016				
XXXII	Τόκιο 2020				

Οι Θερινοί Ολυμπιακοί Αγώνες 2016

Οι Θερινοί Ολυμπιακοί Αγώνες 2016, θα είναι μία διεθνής αθλητική διοργάνωση που θα λάβει χώρα στο Ρίο ντε Τζανέιρο της Βραζιλίας, από τις 5 έως τις 21 Αυγούστου του 2016. Περισσότεροι από 10.500 αθλητές από 206 χώρες αναμένεται να συμμετέχουν στους αγώνες, με δύο νεοεισελθούσες χώρες, το Κόσοβο και το Νότιο Σουδάν.

Με 306 σύνολα μεταλλίων, οι αγώνες θα εμπεριέχουν 28 ολυμπιακά αθλήματα. Αυτές οι αθλητικές εκδηλώσεις θα λάβουν χώρα σε 33 χώρους στην πόλη υποδοχής και σε 5 χώρους στις πόλεις του Σάο Πάολο (μεγαλύτερη πόλη της Βραζιλίας), Μπέλο Οριζόντε, Σαλβαδόρ, Μπραζιλία (πρωτεύουσα της Βραζιλίας), και Μανάους.

Αναλυτικά τα 28 αγωνίσματα: Τοξοβολία, Στίβος, Υγρός Στίβος (Κολύμβηση, Υδατοσφαίριση, Συγχρονισμένη Κολύμβηση, Καταδύσεις), Μπάντμιντον, Μπάσκετ, Πυγμαχία, Κανόε Καγιάκ (Σπριντ - Σλάλομ), Ποδηλασία (Ορεινή, ΒΜΧ, Πίστας, Δρόμου), Ιππασία, Ξιφασκία, Γκολφ, Γυμναστική (Ενόργανη, Ρυθμική, Τραμπολίνο), Χάντμπολ, Χόκεϊ επί χόρτου, Τζούντο, Μοντέρνο Πένταθλο, Κωπηλασία, Ράγκμπι, Ιστιοπλοΐα, Ποδόσφαιρο, Σκοποβολή, Πιναγκ Πονγκ, Τάε-Κβο-Ντο, Τρίαθλο, Τένις, Βόλεϊ (Σάλας, Μπιτς Βόλεϊ), Άρση Βαρών, Πάλη.

Το Ρίο θα γίνει η πρώτη νοτιοαμερικανική πόλη που φιλοξενεί τους Θερινούς Ολυμπιακούς Αγώνες. Αυτοί θα είναι επίσης οι πρώτοι αγώνες που θα πραγματοποιηθούν σε μια πορτογαλόφωνη χώρα, οι πρώτοι που θα πραγματοποιηθούν κατά τη διάρκεια της χειμερινής περιόδου στη διοργανώτρια χώρα, οι πρώτοι από το 1968 που θα πραγματοποιηθούν στη Λατινική Αμερική, και οι πρώτοι από το 2000, που θα διεξαχθούν στο νότιο ημισφαίριο.

Ειδικοί σε θέματα δημόσιας υγείας έκαναν έκκληση για την αναβολή των Ολυμπιακών Αγώνων του Ρίο λόγω του κινδύνου εξάπλωσης του ιού Ζίκα. Παρ' όλα αυτά, η οργανωτική επιτροπή των Αγώνων επιβεβαίωσε πως η διοργάνωση θα διεξαχθεί κανονικά.

Χταπόδι στο ξύδι

Επιμέλεια: Ασπασία Καπετανοπούλου

Πηγή: <http://www.tlife.gr/RecipeView/FN/0-135-368.html>

Υλικά

1 χταπόδι περίπου 1 κιλό

Για το βράσιμο

½ φλιτζάνι ξύδι

1 κ.γ κόκκοι πιπεριού

1 κ.γ. κόκκοι μπαχαρί

2 δαφνόφυλλα

Για το μαρινάρισμα

1/3 του φλιτζανιού ξύδι

½ κ.γ θυμάρι ξερό

½ κ.γ ρίγανη

Αλάτι, Πιπέρι

Για το σερβίρισμα

Ελαιόλαδο

Μαϊντανός φρέσκος ψιλοκομμένος



Εκτέλεση

Βάζουμε το χταπόδι χωρίς καθόλου νερό στην κατσαρόλα να βγάλει τα υγρά του. Αφού βγάλει τα ζουμιά του προσθέτουμε το ξύδι και τα μπαχαρικά. Αφήνουμε το χταπόδι να μαλακώσει καλά σε μέτρια προς χαμηλή φωτιά. Κόβουμε το χταπόδι κομμάτια και αλατίζουμε αν

χρηαστεί. Βάζουμε το χταπόδι σε μπολ μαζί με το ξύδι, το πιπέρι και τα υπόλοιπα αρωματικά εκτός από το λάδι και τον μαϊντανό. Αφήνουμε στο ψυγείο για τουλάχιστον μια μέρα να ποτίσει στο ξύδι. Σερβίρουμε με ελαιόλαδο και φρέσκο ψιλοκομμένο μαϊντανό.

Χταπόδι τα 3 ποτήρια

Επιμέλεια: Ασπασία Καπετανοπούλου

Υλικά

1 ποτήρι λάδι

1 ποτήρι ξύδι ή κόκκινο κρασί

1 ποτήρι χυμό πορτοκάλι

Δεντρολίβανο

1 χταπόδι χτυπημένο και γουλιασμένο



Εκτέλεση

Τα ρίχνετε όλα σε μια κατσαρόλα και σε μέτρια-δυνατή φωτιά. Το αφήνουμε περίπου 1 ώρα να βράσει μέχρι να

μαλακώσει το χταπόδι και να μείνει με λίγο ζουμάκι. Τρώγεται σαν μεζές και τελειώνει αμέσως.

ΣΤΑ ΥΡΟ ΛΕΞ Ο

ΛΥΣΗ



Η Θ.Ε.Ψ.Υ.Π.Α. προσφέρει τη βοήθειά της, γραμματειακή υποστήριξη, ώστε η επιθυμία των φιλοξενούμενων ατόμων στις δομές της να γίνει πραγματικότητα. Επισημαίνουμε ότι τα κείμενα δημοσιεύονται αυτούσια όπως δημιουργούνται από τους συντάκτες τους χωρίς διορθώσεις ή τροποποιήσεις. Η άποψη των συντακτών δεν είναι απαραίτητα και η άποψη της Θ.Ε.Ψ.Υ.Π.Α. Μπορείτε να αποστείλετε κείμενα ή φωτογραφίες για να δημοσιευθούν στην εφημερίδα μας στην παρακάτω διεύθυνση, υπ 'όψη "Η ΦΩΝΗ ΜΑΣ":

Αγίου Όρους 6Α, 413 35, Λάρισσα
T/F: 2410 627363
www.thepsypa.gr, thepsip1@otenet.gr

Αν επιθυμείτε να λαμβάνετε την εφημερίδα της Θ.Ε.Ψ.Υ.Π.Α. "Η ΦΩΝΗ ΜΑΣ" στο χώρο σας, συμπληρώστε το κουπόνι που βλέπετε και αποστείλετε το στην διεύθυνση:

Αγίου Όρους 6Α, 413 35, Λάρισσα

Όνομα:

Επώνυμο:

Διεύθυνση:

Πόλη:

ΤΚ:

Η ΔΙΗΜΕΡΙΑ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ ΤΩΝ ΦΙΛΟΞΕΝΟΥΜΕΝΩΝ ΑΤΟΜΩΝ ΕΤΙΣ ΔΟΜΕΣ ΤΗΣ ΘΕΣΣΑΛΙΚΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ - ΠΕΡΙΦΑΛΨΗΣ - ΑΤΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ