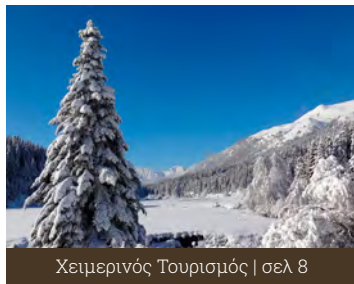




Ομάδα Πηλοπλαστικής! | σελ 6



Χειμερινός Τουρισμός | σελ 8

ΕΥΡΩΠΑΪΚΟΣ ΔΙΑΦΩΤΙΣΜΟΣ ΣΕΛ 2 | ΞΑΛΑΜ: ΠΙΣΤΗ ή ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΟ ΣΥΜΦΕΡΟΝ ΣΕΛ 3 | ΠΟΙΗΜΑΤΑ ΣΕΛ 4 | ΙΤΑΛΟΙ ΣΥΝΘΕΤΕΣ ΣΕΛ 5 | ΣΥΝΤΑΓΕΣ ΑΠΟ ΛΑΤΙΝΙΚΗ ΑΜΕΡΙΚΗ ΣΕΛ 10 | ΣΤΑΥΡΟΛΕΞΟ ΣΕΛ 12

ΕΚΔΟΣΗ: Θ.Ε.Ψ.Υ.Π.Α. ΕΤΟΣ 11<sup>ο</sup> - 2016 ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ - ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΣ

99

ΔΙΑΝΕΜΕΤΑΙ ΔΩΡΕΑΝ

# Η ΦΩΝΗ ΜΑΣ



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

## Αλκυονίδες Μέρες

Θωμάς Β. Καραγκούνης, Επιμέλεια: Ασπασία Καπετανοπούλου

Οι Αλκυονίδες μέρες διαρκούν από τις δώδεκα έως τις είκοσι Ιανουαρίου και είναι ένα καλοκαιρινό διάλειμμα μέσα στο χειμώνα. Μυθολογικά υπάρχουν πολύ όμορφες ιστορίες για το φαινόμενο αυτό...

Ο Δίας ερωτεύτηκε την Αλκυόνη για την απείρου κάλλους ομορφιά της, αλλά αυτήν δεν ενέδωσε. Ο Δίας τότε την μεταμόρφωσε σε πουλί, την Αλκυόνα. Όταν όμως γεννούσε τα αυγά της στην καρδιά του χειμώνα αυτά καταστρέφονταν. Έτσι ο Δίας την λυπήθηκε και τις έδωσε δώδεκα ηλιόλουστες μέρες ώστε να γεννάει και να τα κλωσά.

Ένας άλλος μύθος λέει ότι η Αλκυόνη ζούσε στα ακρογιάλια της θάλασσας με τον άντρα της, τον Κήυκα, και αισθάνονταν τόσο πολύ αγαπημένοι και ευτυχισμένοι, ώστε παρομοίαζαν τους εαυτούς τους με το ζευγάρι των θεών, το Δία και την Ήρα. Για την ασέβειά τους αυτή ο Δίας οργίστηκε τόσο πολύ που μεταμόρφωσε τον Κήυκα σε όρνιο. Οι θεοί του Ολύμπου λυπήθηκαν την Αλκυόνη και τη μεταμόρφωσαν στο

θαλασσοπούλι, την Αλκυόνα, που μοιάζει να ψάχνει στις θάλασσες για να βρει το χαμένο της σύζυγο. Η δυστυχία της όμως δε σταμάτησε εδώ. Αντίθετα απ' τα άλλα πουλιά η Αλκυόνα γεννούσε μες στη βαρχειμωνιά, οπότε τα μανιασμένα κύματα της θάλασσας της άρπαζαν τα αυγά ή τα νεογέννητα πουλάκια. Και πάλι ο Δίας την λυπήθηκε και της έδωσε τις ζεστές αυτές μέρες του χειμώνα.

Η φύση από την άλλη μας δείχνει ότι όλα είναι μια εναλλαγή καταστάσεων: καλών και κακών, καλοκαιρίας (χειμώνας) και καλοκαιρίας (καλοκαίρι). Όλα αυτά μας δείχνουν ότι ζούμε σε ένα θαύμα που ονομάζουμε «ζωή». Οι Αλκυονίδες Μέρες μεταφέρουν ένα πολύ αισιόδοξο μήνυμα, ότι ακόμα και στη «βαρχειμωνιά» θα υπάρχουν περιστάσεις που θα μας δίνουν δύναμη και θάρρος, όσο δύσκολα κι αν είναι τα πράγματα, ώστε αισιόδοξοι πια να περιμένουμε την «καλοκαιρία» και τον ερχομό της «άνοιξης», κυριολεκτικά και μεταφορικά.

Πηγή: [niriagogoi2011kastor.blogspot.com](http://niriagogoi2011kastor.blogspot.com)

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 "ΜΕΛΑΜΠΟΥΣ", 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](http://www.thepsypa.gr)

# Ο Ευρωπαϊκός Διαφωτισμός

Επιμέλεια: Θωμάς Καραγκούνης, Γιώργος Φλώρος

Αν πρέπει να δώσουμε ένα ορισμό για το Διαφωτισμό, μπορούμε να πούμε απολογιστικά ότι πρόκειται για την ιδεολογική, πνευματική και πολιτιστική κίνηση που επέβαλε τον ορθολογισμό και τις νέες μεθόδους στην επιστήμη.



Στόχος του διαφωτιστικού κινήματος ήταν η απελευθέρωση του νου από τη νηπιακή εξάρτησή του, η απαλλαγή από τις δεισιδαιμονίες και κάθε μορφής προλήψεις, από τη μισαλλοδοξία των εκκλησιαστικών ιερατειών, την εξουσία των ευγενών και το θρησκευτικό σκοταδισμό, που παρεμπόδιζαν τη γνώση και την ελευθερία.

Οι ρίζες του κινήματος του Διαφωτισμού καλύπτουν μεγάλο μέρος του 17ου αιώνα. Περισσότερο η φιλοσοφία που αναπτύχθηκε στον 17ο αιώνα ονομάζεται από πολλούς ιστορικούς ως η «Εποχή του Ρασιοναλισμού». Η Ένδοξη Επανάσταση το 1688 στην Αγγλία σηματοδοτεί την αρχή του τέλους για την απόλυτη μοναρχία στην Ευρώπη, ενώ παράλληλα προς τα τέλη του 17ου αιώνα εκδίδονται τα πρώτα γραπτά του Διαφωτισμού.

Το κίνημα του Διαφωτισμού ήταν ουσιαστικά επακόλουθο της Επιστημονικής επανάστασης του 17ου αιώνα, που με τη σειρά της προκλήθηκε από τις ανακαλύψεις του Κοπέρνικου τον 16ο αιώνα, και στη συνέχεια του Γαλιλαίου όσον αφορά τους ουρανούς και τις κινήσεις των πλανητών.

Βασικός φορέας των νέων ιδεών που έφερε ο Διαφωτισμός ήταν η ανερχόμενη αστική τάξη που μέχρι εκείνη την εποχή παρέμενε αποκλεισμένη από το σύστημα της

απολυταρχίας. Ανάμεσα στους σημαντικούς εκφραστές του Διαφωτισμού τοποθετούνται ο Βολταίρος και ο Μοντεσκιέ. Οι Διαφωτιστές Ντενί Ντιντερό, Ζαν λε Ροντ ντ' Αλαμπέρ και Ζαν Ζακ Ρουσσώ συγκρότησαν το ιδεολογικό υπόβαθρο του Διαφωτισμού στην Εγκυκλοπαίδεια. Παράλληλα ο Ζαν Ζακ Ρουσσώ διατύπωνε τη θεωρία του Κοινωνικού Συμβολαίου, προτρέποντας σε μια Ευρώπη που θα υποστήριζε τα δικαιώματα του ανθρώπου.

Η διαπίστωση ότι η Γη κινείται γύρω από τον Ήλιο και όχι το αντίστροφο έθεσε υπό αμφισβήτηση πολλές ιδέες που ως τότε θεωρούνταν δεδομένες, διδάσκονταν στα πανεπιστήμια και τα σχολεία και προστατεύονταν από την Εκκλησία. Ακόμα περισσότερο, η ανακάλυψη κηλίδων στον Ήλιο και κρατήρων στη Σελήνη έδωσε τέλος στην εικόνα μιας τέλειας πλάσης. Αντίστροφα, στον μικρόκοσμο, οι παρατηρήσεις του Ολλανδού Άντον φον Λέβενχουκ, που χρησιμοποιώντας το μικροσκόπιο διαπίστωσε πως υπάρχουν μικροβιακές μορφές ζωής, συμπλήρωσε την εικόνα της ατέλειας της φύσης και δημιούργησε ερωτήματα σχετικά με την τελεολογία της. Η διδασκαλία της Εκκλησίας, μαζί με την αριστοτελική λογική, ήρθαν σε αντίφαση με τις πειραματικές παρατηρήσεις του πραγματικού κόσμου. Οι επιστήμονες των ερχόμενων γενεών δεν θα εμπιστεύονταν πλέον τυφλά ούτε την Εκκλησία, ούτε τον Αριστοτέλη.

Μία σημαντική αλλαγή στο κίνημα του Διαφωτισμού σε σχέση με τον προηγούμενο αιώνα, τον 17ο, έχει τις ρίζες της στη Γαλλία, με τους Εγκυκλοπαιδιστές. Αυτό το κίνημα παίρνει ως θεμέλιο την ιδέα ότι υπάρχει μια επιστημονική και ηθική αρχιτεκτονική της γνώσης, μια κατασκευή της οποίας η πραγματοποίηση είναι ένα μέσο απελευθέρωσης του ανθρώπου. Ο φιλόσοφος Ντενί Ντιντερό και ο μαθηματικός Ζαν Ντ' Αλαμπέρ εξέδωσαν το 1751 την Εγκυκλοπαίδεια ή Λεξικό αλφαβητικά ταξινομημένο των τεχνών και των επαγγελμάτων (γαλλ. Encyclopédie ou Dictionnaire raisonné des arts et métiers).

Όποια και αν ήταν η συμβολική δύναμη του έργου των δύο αυτών Εγκυκλοπαιδιστών, η διάδοση της γνώσης δεν είναι κατόρθωμα μόνο δικό τους: η διαδικασία της διάδοσης νέων ιδεών διευρύνθηκε από την τεχνική πρόοδο της διάδοσης των πληροφοριών, καθώς από το βιβλίο πέρασαν στην εφημερίδα και από εκεί στον τύπο. Τα πρώτα περιοδικά εμφανίστηκαν στην Ιταλία στα τέλη του 17ου αιώνα και γρήγορα εξαπλώθηκαν και στην υπόλοιπη Ευρώπη. Οι εφημερίδες και η αλληλογραφία μεταξύ των διανοούμενων επέτρεψαν πιο γρήγορες αλλαγές, εγκαινιάζοντας μια ενιαία πολιτιστική ενότητα.



# ΙΣΛΑΜ

## πίστη ή οικονομικό συμφέρον;

- Κωστακόπουλος Ιωάννης, Οικοτροφείο Ασκληπιός της Θ.Ε.Ψ.Υ.Π.Α. Αποστολή Πουλιάρη Κωνσταντία

Το Ισλάμ είναι ιδεολογία θρησκευτική που θεωρεί «άπιστους», όποιον δεν συμφωνεί με την πίστη τους. Αντίθετη σε οτιδήποτε κοσμικό, που θέλει κράτος θρησκευτικό και παγκόσμια επέκταση. Οργανώσεις όπως οι Ταλιμπάν, η Μπόκο Χάραμ και η Αλκάντα θέλουν να ενωθούν και να αλλάξουν την πίστη σε όλο τον πλανήτη.

Όμως που βρίσκονται τα λεφτά για όλα αυτά που κάνουν;

Η απάντηση είναι από τα πετρέλαια που παίρνουν από τους «άπιστους», που πουλάνε στις ίδιες τις εταιρείες πολύ φτηνά. Άρα στο κεφάλαιο συμφέρει ο πόλεμος, γιατί αγοράζουν φθηνό πετρέλαιο και πωλούν ακριβά τα όπλα.

Άλλωστε τι είναι πόλεμος; Η συνέχεια του καπιταλισμού με άλλα μέσα.



Πηγές:  
<https://el.wikipedia.org/wiki/Διαφωτισμός>,  
<http://users.sch.gr/gkritikos/fl/1688-1789.htm>

# Ποιήματα

---

## Το Χελιδόνι

Ανώνυμος

Ένα χελιδόνι φεύγει και με κρατάει από  
το χέρι  
και με πάει πολύ ψηλά γιατί θέλει να με  
δει ξανά.

## Χρόνια Πολλά

Βάσω Φαρμάκη

Μια τουλίπα χαρίζω στο Σταύρο με όλη  
την καρδιά μου  
και του δίνω δυο φιλιά και του λέω  
Χρόνια Πολλά

## Ο Γελωτοποιός του Βασιλιά

Αναστ. Μεταξά (3/2/2015)

Στα όνειρα μας είδαμε τον γελωτοποιό του Βασιλιά,  
να τραγουδάει τραγούδια στο διαμαντένιο Μεγαλειότατο,  
να χτυπούν τα κουδουνάκια του γαλάν-γαλάν,  
και να φέρνει τη χαρά σε όλους στο ρουμπινένιο παλάτι!

Στο τέλος των τραγουδιών ο λαμπρός Μεγαλειότατος  
ευχήθηκε στο γελωτοποιό-μπαράβο με ευχή:

«Πρώτα ο Θεός»

«Ο Θεός σώζει»

του είπε!...

# Ιταλοί συνθέτες της όπερας

Επιμέλεια: Γιώργος Φλώρος, Θωμάς Β. Καραγκούνης

## Francesco Cavalli



Ο Francesco Cavalli (14 Φεβρουαρίου 1602 – 14 Ιανουαρίου 1676) ήταν ένας από τους δημοφιλέστερους Ιταλούς συνθέτες της όπερας μπαρόκ. Γεννήθηκε στην πόλη Crema της Λομβαρδίας, και ξεκίνησε ως σοπράνο στην Βασιλική του Αγίου Μάρκου στην Βενετία το 1616, υπό τον Claudio Monteverdi. Ξεκίνησε να παίζει εκκλησιαστικό όργανο το 1639 και έφτασε να γίνει ο μαέστρος της εκκλησίας το 1668. Την πρώτη του όπερα την έγραψε το 1639 (Le nozze di Teti e di Peleo).

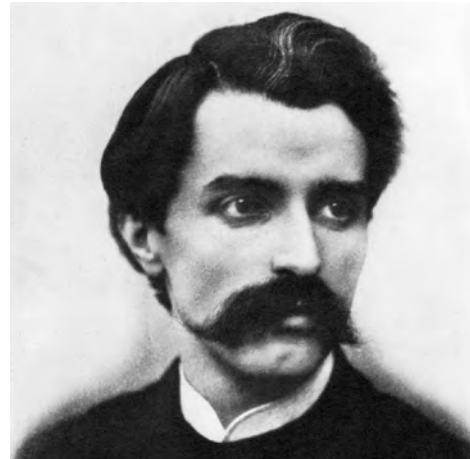
Επηρέασε την άνοδο της λαϊκής όπερας στα μέσα του 17ου αιώνα στη Βενετία. Από την άποψη του στυλ, εύκολα καταλαβαίνει κανείς, καθώς γράφει ο Τζορτζ Λούμις στην «Ιντερνάσιοναλ Χέραλντ Τρίμπιουν», γιατί οι όπερες του Καβάλι είναι τόσο δημοφιλείς. Προσέφερε δράματα με ωραίο θέαμα, ωραία μουσική και απρόσκοπτη ροή. Η πλοκή περιείχε δραματικούς και κωμικούς χαρακτήρες, ενώ οι εναλλαγές ανάμεσα στα δύο, το σοβαρό και το κωμικό ήταν συχνό. Η προσθήκη, κατά διαστήματα, αγοραίας γλώσσας προσέδιδε μια επιπλέον τολμηρή διάσταση -κάτι που ο δάσκαλος του Monteverdi δεν είχε τολμήσει. Στην όπερα «Ιάσων» ο Cavalli δεν δίστασε να ξεδιπλώσει την ιστορία του Ιάσωνα και της Μήδειας, με έναν τρόπο κωμικοτραγικό.

Ο Cavalli έγραψε σαράντα μία όπερες, με θέματα που αντλούσε από την αρχαία Ελληνική και Ρωμαϊκή ιστορία και μυθολογία. Σήμερα σώζονται οι είκοσι επτά από αυτές στην Εθνική Βιβλιοθήκη Marciana στη Βενετία. Τα τελευταία 8 χρόνια της ζωής του σταμάτησε να γράφει όπερες και άρχισε να γράφει ρέκβιεμ. Το ρέκβιεμ σε οκτώ μέρη πιθανότατα γράφτηκε για την δική του κηδεία.

Πηγές:

[https://en.wikipedia.org/wiki/Francesco\\_Cavalli](https://en.wikipedia.org/wiki/Francesco_Cavalli),  
<http://www.kathimerini.gr/221157/article/politismos/arxeio-politismoy/to-ploysio-ypedafos-ths-operas-mparok>

## Alfredo Catalani



Ο Alfredo Catalani (19 Ιουνίου 1854 – 7 Αυγούστου 1893) ήταν Ιταλός συνθέτης της όπερας, γνωστός κυρίως για τις όπερές του Λορελάι (1890) και La Wally (1892). Η La Wally, σε λιμπρέτο του Λουίτζι Ιλλίκα, περιέχει την πιο διάσημη άρια του Catalani, την «Ebben? Ne andrò lontana».

Ο Catalani γεννήθηκε στη Λούκκα και φοίτησε στο Ωδείο του Μιλάνου υπό τον Αντόνιο Μπατσίνι.

Παρά την αυξανόμενη επιρροή του βερισμού στην όπερα κατά τη δεκαετία 1880-1890 ο Catalani επέλεξε να συνθέσει με έναν πιο παραδοσιακό τρόπο. Ως αποτέλεσμα τα έργα του έχουν σε μεγάλο βαθμό χάσει τη θέση τους στο σύγχρονο ρεπερτόριο, ακόμα και σε σχέση με τα έργα των Μασνέ και Πουτσίνι, τα οποία πλησιάζουν ως προς το ύφος τα δικά του.

Η σημερινή φήμη του Catalani οφείλεται σχεδόν αποκλειστικά σε ένα και μόνο έργο (τη La Wally). Το 1954 η Μαρία Κάλλας, στον κολοφώνα της δόξας της, ηχογράφησε την διάσημη άρια του έργου, την «Ebben? Ne andrò lontana».

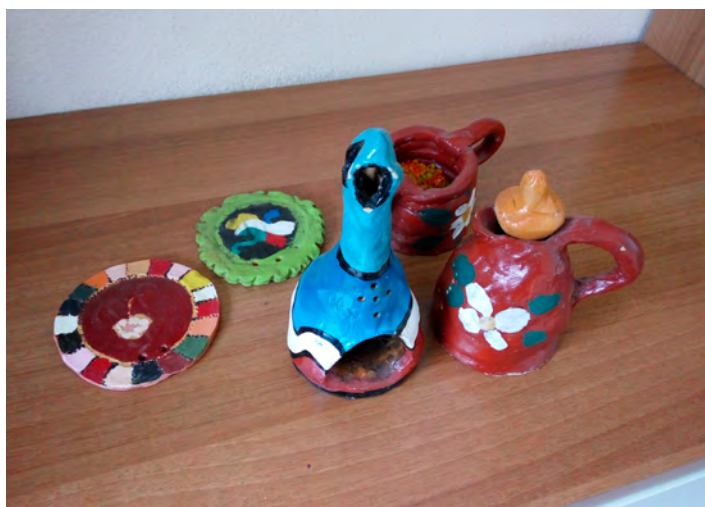
Πηγές:

<http://revisioningcallas.blogspot.gr/2010/07/callas-in-la-wally.html>,  
[https://el.wikipedia.org/wiki/Αλφρέντο\\_Καταλάνι](https://el.wikipedia.org/wiki/Αλφρέντο_Καταλάνι)

# Η ομάδα πηλοπλαστικής

Η συντακτική ομάδα

Η ομάδα πηλοπλαστικής αποτελείται από 6 μέλη τα οποία μαθητεύουν κάτω από τις οδηγίες του εικαστικού Πάρη Μακρή στην κατασκευή αντικειμένων από πηλό. Η ομάδα ξεκίνησε την λειτουργία της τον περασμένο Οκτώβριο 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:

**Κύριε Μακρή η ομάδα της πηλοπλαστικής είναι καινούργια;**

«Η ομάδα της πηλοπλαστικής με τη μορφή που έχει σήμερα είναι καινούργια. Παρόλα αυτά υπήρχε παλαιότερα η ομάδα κατασκευών που μέσα στις δραστηριότητες της ήταν και η κατασκευή αντικειμένων με πηλό»

**Ο πηλός είναι ένας ή υπάρχουν ποιότητες;**

«Υπάρχουν διαφορετικά είδη φυσικού πηλού, ενώ υπάρχει και τεχνητός πηλός. Ο φυσικός πηλός είναι ανάλογος με το χρώμα, ο λευκός, ο γκρι, ο καφέ, ο κόκκινος. Το κάθε χρώμα είναι και μία διαφορετική ποιότητα, ενώ χρειάζονται και διαφορετικό χρόνο ψησίματος. Γενικά ο πηλός για να ψηθεί θέλει θερμοκρασίες πάνω από 500 βαθμούς, ενώ μπορεί να περάσει περισσότερες φορές από το φούρνο, όπου και διαφοροποιείται η θερμοκρασία. Περισσότερες φορές θα περάσει ένα αντικείμενο από το φούρνο, διότι μπορεί να προστεθούν υλικά, όπως χρώμα, σμάλτο, γυαλί ή άλλα υλικά που χρησιμοποιούν οι αγγειοπλάστες. Ένα παράδειγμα τεχνητού πηλού είναι το φίμο. Υπάρχει επίσης ο πηλός που δεν χρειάζεται ψήσιμο, αφού ψήνεται στον αέρα»

**Τα παιδιά δουλεύουν με όλους τους τύπους του πηλού;**  
«Η ομάδα έχει δουλέψει με φίμο και φυσικό πηλό»

**Τα αντικείμενα που κατασκευάζουν περνάνε τόσες πολλές φορές από το φούρνο;**

«Όχι. Τα υλικά που χρησιμοποιούμε μετά το πρώτο ψήσιμο δεν το απαιτούν. Δεν χρησιμοποιούμε σμάλτα λαδομπογιές, λόγω της έντονης οσμής, που έχουν. Χρησιμοποιούμε πλαστικά χρώματα ή τα περνάμε με ειδικό σπρέι για να γυαλίσουν.»

**Είναι εύκολη η διαδικασία κατασκευής ενός αγγείου;**

«Για να κατασκευάσει κάποιος ένα αγγείο είναι αρκετά δύσκολη διαδικασία. Ο χειρισμός του τροχού είναι αυτό που το κάνει δύσκολο. Η ομάδα κατασκευάζει απλά αγγεία ή αντικείμενα χρησιμοποιώντας τεχνικές που μαθαίνουμε από την Ελληνική παράδοση, όπως και από την παράδοση χωρών της Αφρικής ή της Ασίας που ακόμη και σήμερα οι άνθρωποι δεν χρησιμοποιούν τον τροχό στην πηλοπλαστική.»

**Ποιες είναι αυτές οι τεχνικές;**

«Τα παιδιά της ομάδας έχουν δουλέψει με την τσιμπητή τεχνική και την τεχνική με το μακαρόνι, ενώ μελετάμε τις διάφορες τεχνικές άλλων χωρών για να τις εφαρμόσουμε.»



**Στη συνέχεια η ομάδα μίλησε με δύο από τους συμμετέχοντες.**

«Πλάθουμε τον πηλό, φτιάχνουμε κουμπάρδες, βατραχάκια και άλλα αντικείμενα. Πρώτα παρακολουθούμε ένα εισαγωγικό βίντεο, ώστε να δούμε την τεχνική που χρησιμοποιείται. Στη συνέχεια με τη βοήθεια του εκπαιδευτή προχωράμε στην κατασκευή. Μου αρέσει αυτή η δραστηριότητα γιατί βελτιώνομαι στα χέρια. Στην αρχή δυσκολεύτηκα πάρα πολύ. Θυμάμαι πόσο παιδευτήκα σε ένα από τα πρώτα έργα, το βατραχάκι. Τα πήγα περίφημα στην κατασκευή του κουμπάρά. Ο εκπαιδευτής μας είναι καλός με πολλές γνώσεις συνεργάσιμος και πολύ μεταδοτικός!»

«Είναι η πιο καλή ομάδα! Αισθάνομαι πολύ ευχαριστημένη όταν με τα χέρια μου δίνω σχήμα στον πυλό. Κανένα αντικείμενο δεν με δυσκόλεψε! Η ομάδα διαρκεί 1,5 ώρα κάθε Πέμπτη και περιμένω κάθε φορά με αγωνία να ξεκινήσει. Ο εκπαιδευτής μας είναι καλός, δεν μας μαλώνει ποτέ και πάντα μας βοηθάει. Το πιο ωραίο έργο μου ήταν το βάζο που δεν είναι ακόμα έτοιμο. Με όλα τα παιδιά της ομάδας συνεργάζομαι άψογα. Βοηθάμε ο ένας τον άλλο, γελάμε πολύ και φεύγουμε πάντα πολύ ευχαριστημένοι!»

# Χειμερινός Τουρισμός στη Θεσσαλία

Επιμέλεια: Δήμητρα Δόβρη, Χρήστος Τσαντήλας

## Περτούλι Τρικάλων

Το χιονοδρομικό κέντρο στο Περτούλι Τρικάλων είναι ένα από τα πιο προσβάσιμα της χώρας. Η απόστασή του είναι μόλις 45' από την πόλη των Τρικάλων, ανάμεσα από την Ελάτη και το Περτούλι.

Οι πίστες του είναι κατάλληλες για έμπειρους αλλά και άπειρους σκιέρ. Διαθέτει δύο σαλέ, ένα στη βάση και ένα στην κορυφή του. Τα δύο λιφτ στο Χιονοδρομικό Κέντρο Περτουλίου εξυπηρετούν τους χιλιάδες χειμερινούς επισκέπτες του, καθιστώντας την πρόσβαση σε οποιαδήποτε πίστα μια εύκολη υπόθεση.

Όντας πολύ κοντά στην πόλη των Τρικάλων, και δίπλα από τα φημισμένα χωριά Περτούλι και Ελάτη, το Χιονοδρομικό Κέντρο του Περτουλίου συνδυάζει την αίγλη ενός σύγχρονου χιονοδρομικού κέντρου και τη διασκέδαση στην ευρύτερη περιοχή με τα πολλά αξιοθέατα.

Σήμερα το Περτούλι αποτελεί πόλο έλξης για κάθε Έλληνα αλλά και ξένους επισκέπτες. Στην περιοχή υπάρχουν ξενώνες και ξενοδοχεία, παραδοσιακά δωμάτια με τζάκι και άλλες επιλογές όπως και εστιατόρια και παραδοσιακές ταβέρνες για φαγητό και διασκέδαση.

Πιο κάτω αναφέρονται κάποιες χρήσιμες πληροφορίες σε αυτούς που θα ασχοληθούν έντονα με τις χειμερινές δραστηριότητες:

- Το Βουνό Κερκέτιο ή Κόζιακας όπως θα το έχετε ακούσει βρίσκεται στην περιοχή Λιβάδια Περτουλίου σε υψόμετρο 1170 μέτρων και μέχρι τα 1370 μέτρα. Η πίστα αντοχής φτάνει τα 4740 μέτρα και δεν διαθέτει σήμανση.
- Υπάρχει μια παιδική πίστα κατάβασης με μήκος 350 μέτρα και με διαφορεικό ύψος τα 50 μέτρα.
- Υπάρχει μια πίστα κατάβασης για αρχάριους με μήκος τα 100 μέτρα και με διαφορεικό ύψος τα 10 μέτρα.
- Υπάρχουν δύο πίστες κατάβασης για προχωρημένους οι οποίες είναι συνολικής απόστασης 350 μέτρων με διαφορεικό ύψος τα 200 μέτρα.
- Ο αριθμός των αναβατήρων είναι πέντε συνολικά και αφορούν εναέρια μεταφορά με σκι, εναέρια μεταφορά με καθίσματα, δύο συρόμενοι αναβατήρες και ένας παιδικός.
- Η λειτουργία του χιονοδρομικού κέντρου είναι από τις 10.00 π.μ. μέχρι 16.00 μ.μ. συμπεριλαμβανομένου Σαββατοκύριακα και αργίες.

- Στο χιονοδρομικό κέντρο λειτουργούν σχολές σκι, ενοικίαση σκι και καταστήματα με είδη εξυπηρέτησης για τις χειμερινές δραστηριότητες.
- Διατίθεται Ορειβατικό καταφύγιο - ξενώνας (δηλαδή με δυνατότητα φιλοξενίας συγκεκριμένου αριθμού ατόμων) σε υψόμετρο 1760 μέτρων.
- Πληροφορίες μπορείτε να πάρετε στο τηλέφωνο 24340-91385.

Πηγή: <http://www.pertouli.net/index.php?menu=1&pageid=1>





## Χάνια Πηλίου

Το χιονοδρομικό κέντρο του Πηλίου δημιουργήθηκε από τον ΕΟΣ Βόλου το 1967. Η τοποθεσία του χιονοδρομικού ονομάζεται Αγριόλευκες χάρη στο δάσος από αγριόλευκες που το περιβάλλει. Παράλληλα, είναι ένα μεγάλο «μπαλκόνι» με θέα στο απέραντο γαλάζιο του Αιγαίου. Πρέπει να είναι το μοναδικό χιονοδρομικό στον κόσμο που βρίσκεται τόσο κοντά στη θάλασσα. Είναι πολύ δημοφιλές γιατί βρίσκεται σε ένα από τα ομορφότερα βουνά της Ελλάδας, με πολύ καλή πρόσβαση και σε περιοχή με μεγάλη τουριστική υποδομή.

Ένα από τα μεγάλα ατού του Πηλίου είναι οι πολύ πετυχημένες εκδηλώσεις νυχτερινού σκι που πραγματοποιούνται κάθε Σάββατο βράδυ. Μάλιστα, είναι από τα πρώτα χιονοδρομικά που καθιέρωσαν το νυχτερινό σκι στη χώρα μας.

Στα Χάνια θα βρείτε αρκετά καταλύματα, εστιατόρια, ταβέρνες και καφετέριες. Μην παραλείψετε να δοκιμάσετε την φασολάδα και το παραδοσιακό σπεντζοφάϊ! Πιο κάτω αναφέρονται κάποιες χρήσιμες πληροφορίες σε αυτούς που θα ασχοληθούν έντονα με τις χειμερινές δραστηριότητες:

- Το χιονοδρομικό κέντρο εκτείνεται σε υψόμετρο 1170 μέτρων και μέχρι τα 1471 μέτρα.
- Υπάρχουν 5 αναβατήρες, 3 εναέριοι και 2 συρόμενοι.
- Συνολικά υπάρχουν 7 πίστες, 3 μέτριας δυσκολίας, 3 εύκολες και 1 πολύ εύκολη.
- Πίστα Πυλώνες: Κόκκινη πίστα μήκους 500μ. Βρίσκεται ακριβώς κάτω και δεξιά της μονοθέσιας καρέκλας που ξεκινά πάνω από το καταφύγιο και φτάνει στην κορυφή Αγριόλευκες. Είναι πολύ δύσκολη, γιατί πέρα από την κλίση της είναι και ιδιαίτερα στενή.
- Πίστα Θέτις: Από τις πιο δύσκολες πίστες του κέντρου (κόκκινη), με μήκος μόλις 400μ.
- Πίστα Ιάσων: Κόκκινη πίστα με μήκος 350μ. Βρίσκεται στα αριστερά της «Θέτιδος». Και οι δύο αυτές πίστες ξεκινούν από την κορυφή του διθέσιου εναέριου αναβατήρα.
- Πίστα Φαλκονέρα: Κόκκινη πίστα μήκους 635μ. Επί της ουσίας, πρόκειται για την προέκταση των πιστών Θέτις και Ιάσων.
- Πίστα Πανόραμα: Είναι η μεγαλύτερη πίστα του χιονοδρομικού με μήκος 1.045μ. Ξεκινά από την κορυφή του χιονοδρομικού και καταλήγει στη βάση του διθέσιου αναβατήρα. Κατά την άποψή μας, είναι και η πιο αξιόλογη πίστα του Πηλίου. Πρόκειται για εύκολη στην αρχή πίστα. Όμως, μην ξεγελαστείτε. Στο μέσον της και για περίπου 300μ. εξελίσσεται σε πολύ δύσκολη (μαύρη), ενώ στα τελευταία 400μ. είναι δύσκολη (κόκκινη). Μάλιστα, στα πρώτα 400μ. υπάρχει και ένας συρόμενος ανα-

βατήρας που εξυπηρετεί αυτό το κομμάτι. Θα μπορούσαμε λοιπόν να πούμε ότι υπάρχει μια ξεχωριστή πίστα μέσα στην πίστα Πανόραμα.

- Πίστα Κένταυρος: Πρόκειται για την καινούργια πίστα του Πηλίου που προαναφέραμε. Έχει μήκος 600μ. και είναι εύκολη (μπλε). Βρίσκεται στα αριστερά της πιστας Πανόραμα. Ξεκινά από τη βάση του συρόμενου αναβατήρα και καταλήγει στη βάση του διθέσιου εναέριου.
- Πίστα Αρχαρίων: Το λέει και το όνομα, μόνο για τους αρχάριους της σχολής σκι. Το μήκος της φτάνει τα 250μ. και βρίσκεται δίπλα στο σαλέ.
- Χιονοδιάδρομοι: Στο Πήλιο υπάρχουν πολλοί χιονοδιάδρομοι που ενώνουν τις πίστες μεταξύ τους, καθώς και το σαλέ και τα πάρκινγκ με τους αναβατήρες.
- Το σύνολο σε μήκος των πιστών φτάνει τα 4 χιλιόμετρα.
- Το χιονοδρομικό κέντρο λειτουργεί από τα μέσα Δεκεμβρίου έως και τα τέλη Απριλίου.
- Πληροφορίες μπορείτε να πάρετε στο τηλέφωνο 24280 73719

Πηγή: [http://www.meteo.gr/meteoplus/skiCenter-info.cfm?skiCenter\\_id=4](http://www.meteo.gr/meteoplus/skiCenter-info.cfm?skiCenter_id=4)



# Τσίλι κον Κάρνε

## (Chilli con Carne)

Επιμέλεια: Ασπασία Καπετανοπούλου, Νατάσα Ακρίβου

Πηγή: <http://www.athinorama.gr/umami/food/recipes/?id=2003791>

### Υλικά

600 γρ. μοσχαρίσιο κιμά,  
κομμένο μία φορά  
2 κουτιά κόκκινα φασόλια  
4 ώριμες ντομάτες  
1 μεγάλο κρεμμύδι, ψιλοκομμένο  
2 σκ. σκόρδο, ψιλοκομμένο  
1 φρέσκια καυτερή πιπεριά  
ψιλοκομμένη ή 2 ξερά τσίλι

1 κ.γ. κύμινο σε σκόνη  
1κ. γ. ρίγανη  
1 κ.γ. σπόρους κόλιανδρου,  
1/3 κ.γ. σκόνη τσίλι  
1/3 κ.γ. γαρύφαλλο τριμμένο  
1/3 κ.γ. ζάχαρη  
4 κ. σ. ελαιόλαδο  
Αλάτι



### Εκτέλεση

Αδειάζουμε τα φασόλια από το κουτί, τα ξεπλένουμε και τα στραγγίζουμε. Σε ένα μεγάλο, βαθύ τηγάνι ζεσταίνουμε το ελαιόλαδο και σοτάρουμε το κρεμμύδι για 5'. Προσθέτουμε τον κιμά, την πιπεριά και το σκόρδο και συνεχίζουμε το σοτάρισμα, ενώ συγχρόνως ανακατεύουμε με σπάτουλα μέχρι να ροδίσει, για 8-10 λεπτά ακόμα. Ρίχνουμε τη ντομάτα και όλα τα μπαχαρικά. Προσθέτουμε αλάτι, σκεπάζουμε και αφή-

νουμε σε χαμηλή φωτιά για 1 ώρα και 15-30 λεπτά, μέχρι να πιει τη σάλτσα. Αν χρειαστεί προσθέτουμε λίγο νερό. Προσθέτουμε τα φασόλια 15 λεπτά πριν τελειώσει το φαγητό. Σερβίρουμε σκέτο, με ζεστές tortillas ή συνοδεύουμε με λευκό ρύζι. Πρόκειται για ένα καυτερό φαγητό. Αν το θέλετε πιο ήπιο, χρησιμοποιήστε λιγότερη πιπεριά και δοκιμάστε κατά τη διάρκεια του ψησίματος, πριν προσθέσετε σκόνη τσίλι.

# Σούπα Πατάτας από τις Άνδεις (Locro de Papas)

Επιμέλεια: Ασπασία Καπετανοπούλου, Νατάσα Ακρίβου

Πηγή: <http://www.athinorama.gr/umami/food/recipes/?id=2003791>

## Υλικά

½ κουταλάκι τσίλι σε σκόνη  
1 φλιτζάνι ψιλοκομμένο κρεμμύδι  
2 κουταλιές φυτικό λάδι  
½ κουταλάκι κύμινο  
2 ¼ κουταλάκι αλάτι  
¾ του κουταλιού μαύρο πιπέρι

1 ½ κιλό ψημένες σε αλουμινοχαρτο πατάτες  
7 φλιτζάνια νερό  
1 φλιτζάνι γάλα  
2 ώριμα αβοκάντο  
1 ¼ φλιτζάνι μαλακό, ανάλατο ανθότυρο



## Εκτέλεση

Ξεφλουδίζουμε τις πατάτες και τις κόβουμε σε κύβους. Ζεσταίνουμε το λάδι με το τσίλι, σε χαμηλή φωτιά μέχρι το λάδι αποκτήσει ένα χαρακτηριστικό πορτοκαλί χρώμα. Δυναμώνουμε τη φωτιά και ρίχνουμε το κρεμμύδι και τις μισές πατάτες (τις υπόλοιπες τις αφήνουμε σ' ένα σκεύος με νερό) για 5 λεπτά μέχρι να μαλακώσουν. Προσθέτουμε το κύμινο, το αλάτι και το πιπέρι και μαγειρεύουμε ανακατεύοντας για 1 λεπτό. Προσθέτουμε το νερό σκεπάζουμε την κατσαρόλα και μαγειρεύουμε για 25-30 λεπτά μέχρι να μαλακώσουν οι πατάτες. Με μια

ξύλινη κουτάλα τις λιώνουμε μέσα στο ζουμί της κατσαρόλας. Ρίχνουμε μέσα τις υπόλοιπες πατάτες και μαγειρεύουμε με σκεπασμένη κατσαρόλα για άλλα 20 λεπτά. Προσθέτουμε το γάλα και το τυρί, δυναμώνουμε τη φωτιά μέχρι να πάρει βράση και ανακατεύουμε. Βγάζουμε την κατσαρόλα από τη φωτιά και αλατοπιπερώνουμε. Καθαρίζουμε τα αβοκάντο, τα κόβουμε στη μέση και εν συνεχεία τα κόβουμε σε κυβάκια. Σερβίρουμε τη σούπα σε μεγάλα μπολ και βάζουμε στην επιφάνεια τους κύβους του αβοκάντο.

# ΣΤΑ ΥΡΟ ΔΕΞ Ο

ΟΡΘΕΡΙΑ Ο ΛΑΡΤΕ ΤΗΣ ΜΠΡΟΣΩΠΙΑΣ  
 ΤΟ ΟΝΟΜΑ ΤΟΥ ΣΥΝΟΔΟΥ ΝΤΑΞΕΝ  
 ΕΥΧΟΛΟΓΕΣ  
 ΤΟ ΟΝΟΜΑ ΤΗΣ ΡΑΛΙΝΟΥ  
 ΕΥΦΡΑΝΙΑ  
 ΖΕΣΤΑΝΟ... ΛΑΜΒΑ  
 ΟΜΗΡΟΥΣ ΜΠΡΑΙ  
 Η ΕΜΕΡΑ  
 ΠΡΟΣΟΧΗ ΔΙΑ ΤΗΝ... ΠΡΟΣΟΧΗ  
 ΚΑΛΕ... Η ΑΚΟΥΣΤΙΚΗ...  
 ΜΑΚΡΙΑ...  
 ΓΕΡΜΑΝΟΣ...  
 ΚΑΛΟΚΑΡΙΝΟ...  
 ΜΑΡΙΑ...  
 ΔΕΙΛΟ... ΔΙΑ...  
 ΠΑΛΟΝ...  
 Ο ΗΓΕΤΗΣ...  
 Η ΑΡΧΙΔΙΕΚΕΤΗ...  
 ΑΝΤΙΕΤΟ...  
 ΤΑΛΑΝΤΟ...  
 ΕΙΣΕ...  
 ΤΟ ΟΥΡΑ...  
 ΚΡΑΝΙΟ...  
 ΤΜΑΧΑ...  
 Η ΝΟΥ...  
 ΤΟ ΕΡΕΘΙΣ...  
 ΜΕΡΟΣ...  
 ΤΕΤΟ...  
 ΑΚΟΛΟΥΘ...  
 ΤΟ ΕΥΧΟΛ...  
 ΤΗ ΒΑΡΒ...  
 ΑΕΡΤΟ...  
 Ο ΚΑΘΕ...  
 ΚΥΝΟΣ...  
 ΚΥΝΟΣ...  
 ΚΥΝΟΣ...  
 ΜΕΡΟΣ...  
 ΑΠΟ...  
 ΑΠΟ...  
 ΤΗ ΒΑΡΒ...  
 ΑΕΡΤΟ...  
 Ο ΚΑΘΕ...  
 ΚΥΝΟΣ...  
 ΚΥΝΟΣ...  
 ΜΕΡΟΣ...  
 ΑΠΟ...  
 ΑΠΟ...  
 ΤΗ ΒΑΡΒ...

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  
 Τ/Φ: 2410 627363  
[www.thepsypa.gr](http://www.thepsypa.gr), [thepsip1@otenet.gr](mailto: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 - ΠΕΡΙΦΑΛΗΣ - ΑΤΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ