



Μαθητική Ματιά

ΗΓΕΤΗΣ ΣΤΗ ΔΕΥΤΕΡΟΒΑΘΜΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ



Έρευνα



Online &
Εκπαίδευση εξ αποστάσεως



Περιβαλλοντική Συνείδηση



Έρευνα



Δεσμός με την Κοινωνία



ΟΛΥΜΠΙΟΝ
ΓΥΜΝΑΣΙΟ - ΛΥΚΕΙΟ

ΕΜΕΙΣ

Χαιρετισμός Γενικής Διευθύντριας	σελ. 3
Χαιρετισμός Γενικού Διευθυντή	σελ. 3
Χαιρετισμός Ακαδημαϊκού Διευθυντή	σελ. 4

ΚΟΙΝΩΝΙΑ

Συνεντεύξεις	σελ. 5-13
--------------------	-----------

ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΑΝΑΔΡΟΜΗ	σελ. 14-16
-------------------------	------------

ΘΡΗΣΚΕΥΤΙΚΗ ΔΙΑΔΡΟΜΗ.....	σελ. 17-18
---------------------------	------------

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΜΥΘΟΛΟΓΙΑ.....	σελ. 19-22
-------------------------	------------

ΑΓΓΛΟΦΩΝΙΑ	σελ. 23-31
------------------	------------

ΑΘΛΗΤΙΚΑ	σελ. 32-35
----------------	------------

ΖΩΗ ΚΑΙ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ	σελ. 36
--------------------------	---------

ΕΝ ΜΕΣΩ ΠΑΝΔΗΜΙΑΣ	σελ. 37-44
-------------------------	------------

ΕΠΙΣΤΗΜΗ	σελ. 45-46
----------------	------------

ΛΕΞΙΛΟΓΙΚΑ	σελ. 47
------------------	---------

ΣΚΕΨΕΙΣ - ΑΠΟΨΕΙΣ - ΣΧΟΛΙΑ	σελ. 48-50
----------------------------------	------------

ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΚΑΙ ΥΓΕΙΑ	σελ. 51-52
--------------------------	------------

ΜΑΓΕΙΡΙΚΗ - ΣΥΝΤΑΓΕΣ	σελ. 53
----------------------------	---------

ΜΑΘΗΤΙΚΕΣ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΕΣ	σελ. 54-62
-----------------------------	------------

Χαιρετισμός της Διευθύντριας κας Μαρίας Κρητικού

Ως Διευθύντρια του Γυμνασίου-Λυκείου ΟΛΥΜΠΙΟΝ αισθάνομαι ιδιαίτερη χαρά, για την φετινή έκδοση της ηλεκτρονικής εφημερίδας του Σχολείου μας παρ' όλες τις δυσκολίες που είχαμε να αντιμετωπίσουμε λόγω της πανδημίας του Covid-19. Η έκδοση αυτή έγινε κατορθωτή με την πρόθυμη συνεργασία τόσο των μαθητών όσο και των καθηγητών του σχολείου μας.

Ευχαριστώ όλους τους μαθητές και καθηγητές για τη συμμετοχή και τη συνεργασία με σκοπό τη δημιουργία του υλικού και των θεμάτων που έχουν συμπεριληφθεί στην ηλεκτρονική μας εφημερίδα. Έχω την πεποίθηση ότι η παρούσα έκδοση αποτελεί μια εποικοδομητική συνεργασία για την ανάπτυξη της δημιουργικότητας των παιδιών, για την ανάδειξη θεμάτων και προβληματισμών των μαθητών μας. Η θεματολογία της ηλεκτρονικής μας εφημερίδας εστιάζει στη δημιουργικότητα των μαθητών με την παρακίνηση και καθοδήγηση των καθηγητών του σχολείου μας.

Με αυτές τις πρωτοβουλίες καλλιεργούνται υψηλές προσδοκίες στους μαθητές και τις μαθήτριες, εμπλουτίζουν τις γνώσεις τους με ευχάριστο και δημιουργικό τρόπο, αναπτύσσοντας γνώσεις, δεξιότητες, στάσεις και φαντασία.

Στις συνθήκες της πανδημίας που όλοι βιώσαμε, οι εκπαιδευτικοί αντιλαμβάνονται πόσο δύσκολο ήταν να

κρατήσουν το ενδιαφέρον των μαθητών εφαρμόζοντας την εξ αποστάσεως εκπαίδευση. Το πλούσιο υλικό της εφημερίδας αποδεικνύει ότι οι καθηγητές μας τα κατάφεραν με αξιοθαύμαστο τρόπο. Ιδιαίτέρως, τους ευχαριστώ για τις εθελοντικές προσπάθειες, το θερμό ενδιαφέρον και την υποδειγματική καθοδήγηση των μαθητών μας.

Θερμά συγχαρητήρια αξίζουν και στα παιδιά που μετείχαν με τις εργασίες και το υλικό σε αυτή την πρωτοβουλία. Τα προτρέπω να συνεχίσουν με τον ίδιο ζήλο σε όλη την εκπαιδευτική διαδικασία για να αποκομίσουν αργότερα τους πλούσιους καρπούς της πολύμοχθης προσπάθειάς τους.



Χαιρετισμός του Διευθυντή κ. Γιώργου Κρητικού

Με χαρά και ικανοποίηση χαιρετώ τη 13η έκδοση της μαθητικής εφημερίδας του σχολείου μας «Μαθητική Ματιά», η οποία αποτελεί σημαντική μαρτυρία για την ποιότητα του εκπαιδευτικού έργου, που επιτελείται στο Γυμνάσιο-Λύκειο ΟΛΥΜΠΙΟΝ, παρ' όλες τις δύσκολες καταστάσεις που έχουμε όλοι βιώσει, λόγω της πανδημίας του Covid-19.

Το Γυμνάσιο - Λύκειο ΟΛΥΜΠΙΟΝ αναλογιζόμενο την ευθύνη που έχει επωμισθεί και την αγωνία των μαθητών για το μέλλον τους καθώς και τις ανησυχίες των γονέων/κηδεμόνων για την εκπαίδευση των παιδιών τους, ανέλαβε και έφερε εις πέρας το δύσκολο αυτό έργο, εφαρμόζοντας άμεσα την εξ αποστάσεως εκπαίδευση για όλες τις τάξεις του Σχολείου. Το εγχείρημα αυτό δεν θα γινόταν κατορθωτό, αν η όλη προσπάθεια δεν αγκαλιάζονταν με ζήλο και υπευθυνότητα από όλο το διδακτικό και διοικητικό προσωπικό του Σχολείου, προκειμένου να συνεχίσουν οι μαθητές απρόσκοπτα τα μαθήματά τους και το Σχολείο να συνεχίσει να λειτουργεί κανονικά, χωρίς να στερεί στους μαθητές τα καθορισμένα εκπαιδευτικά πλαίσια του Υπουργείου Παιδείας, Πολιτισμού, Αθλητισμού και Νεολαίας,

τόσο στην ύλη των μαθημάτων όσο και στο γνωστικό επίπεδο. Συγχαίρω, θερμά, όλους τους μαθητές και όλες τις μαθήτριές μας, που με τις δημιουργικές εργασίες τους εμπλούτισαν το υλικό της παρούσας έκδοσης. Συγχαίρω, επίσης, τους καθηγητές καθοδηγητές και συμπαραστάτες τους, γιατί εργάστηκαν με θετική διάθεση και επιμελήθηκαν την έκδοση της εφημερίδας.



Χαιρετισμός του Ακαδημαϊκού Διευθυντή κ. Λεωνίδα Νεοκλέους

Εκφράζω τα θερμά μου συγχαρητήρια σε όλες και όλους τους εμπλεκόμενους για την υλοποίηση της δημιουργίας του 13ου Τεύχους της μαθητικής Ηλεκτρονικής Εφημερίδας του Γυμνασίου-Λυκείου ΟΛΥΜΠΙΟΝ. Το ενδιαφέρον των Καθηγητών και η διάθεσή τους για προσφορά ενεργοποίησαν τους μαθητές του Σχολείου μας για να συμμετάσχουν με τις δημιουργικές τους εργασίες στην έκδοση της εφημερίδας, παρά τις δυσκολίες που είχαν να αντιμετωπίσουν λόγω της Πανδημίας του Covid-19.

Όλο αυτό το χρονικό διάστημα οι καθηγητές με υπομονή και επιμονή προχώρησαν στην εφαρμογή της εξ αποστάσεως υποστήριξης. Επιπρόσθετα, υπήρξε μεγάλη η προσπάθεια των εκπαιδευτικών να υποστηρίξουν κάθε παιδί ξεχωριστά και να καταφέρουν να διατηρήσουν συνεχή επικοινωνία μαζί τους. Στους μαθητές μας, θέλω να εκφράσω τα θερμά μου συγχαρητήρια για την υπομονή και την προσπάθειά τους να προσαρμοστούν στις συνθήκες της υποχρεωτικής παραμονής στο σπίτι, λόγω της Πανδημίας, αλλά και τις ευχαριστίες μου για το ενδιαφέρον που επέδειξαν ως προς τη δημιουργία υλικού για να συμπεριληφθεί στη δική τους σχολική εφημερίδα. Εύχομαι από καρδιάς, γρήγορα να επιστρέψουμε ασφαλείς στην κανονικότητα που όλοι γνωρίζουμε, σε όλους τους τομείς της καθημερινότητάς μας.

Επίσης, είναι στο χέρι των Καθηγητών και των μαθητών, να συνεχίσει η μεταξύ τους επικοινωνία, για να είναι σε θέση να χρησιμοποιούν τα εργαλεία της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης, αυτά που έμαθαν να χρησιμοποιούν τις μέρες αυτές, έτσι ώστε να αναδειχθεί και η αποτελεσματικότητά τους στην εκπαιδευτική διαδικασία.

Τέλος, εύχομαι, αυτή η δοκιμασία να είναι η αρχή για αντίστοιχες συνεργατικές δράσεις, όπως η δημιουργία της Ηλεκτρονικής Εφημερίδας, να αναπτυχθούν και για άλλα θέματα ενδιαφέροντος, με αποτέλεσμα η σχολική μας κοινότητα να αποκτήσει μια ταυτότητα συνεργατικής μάθησης και δημιουργίας.



ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΕΙΣ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΤΗΤΩΝ ΣΤΟΝ ΡΑΔΙΟΦΩΝΙΚΟ ΣΤΑΘΜΟ ΤΟΥ ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ - ΛΥΚΕΙΟΥ ΟΛΥΜΠΙΩΝ “ALL RADIO”

Συνέντευξη Δρ. Αδάμου Αδάμου, τέως Προέδρου της Βουλής των Αντιπροσώπων στον Ραδιοφωνικό σταθμό του ΟΛΥΜΠΙΩΝ “ALL RADIO”

1. Το μετανιώνετε που γίνετε γιατρός, θα θέλατε να ακολουθήσετε το δικό σας όνειρο ή τελικά τα πράγματα κατέληξαν ορθά;

Το ένστικτο του πατέρα μου δεν λάθεψε. Ήταν ένας άνθρωπος αγράμματος, απόφοιτος του Δημοτικού, της πέμπτης τάξης του Δημοτικού. Δεν το μετάνιωσα που έγινα γιατρός, το αποδεικνύει άλλωστε η πορεία μου και η καριέρα μου στον τομέα της ιατρικής.

2. Υπήρχε μια στιγμή μέσα σε αυτά τα 42 χρόνια που σας στιγμάτισε;

Πολλά πράγματα ένα και δύο. Όταν θα φτάσετε και εσείς με το καλό στην ηλικία τη δική μου θα έχετε πολλά να θυμάστε. Πολλές φορές τα ξεχνάς, τα περνάς, σε σοκάρουν, σε ταρακουνούν και ψυχολογικά και κοινωνικά όπως θέλετε πείτε το, αλλά στο τέλος της ημέρας έχουμε την ικανότητα να καταχωνιάσουμε πράγματα μέσα μας, τα οποία καμιά φορά, αυτό που λες στο υποσυνείδητο και καμιά φορά αυτά βγαίνουν από πάνω και μπορεί να σου δημιουργήσουν το άγχος, τις ανασφάλειες και όλα αυτά. Τα περιστατικά ήταν πάρα πολλά. Εκείνο το οποίο με χάραξε κιόλας έτσι βαθιά ήταν η εισβολή του 1974 που όντας τελειόφοιτος της ιατρικής τότε, ήρθα στην Κύπρο να κάνω διακοπές. Έγινε ο πόλεμος και βρέθηκα στην πρώτη γραμμή. Με αγνοούμενο έναν αδερφό που δεν ξέραμε που είναι, ήταν κληρωτός εκείνος και εγώ είχα πάει στράτευση, παρότι ήμουν τελειόφοιτος της ιατρικής. Στην αρχή, μου είχαν πει να στελεχώσω τα πρόχειρα νοσοκομεία για τους τραυματίες, εν τούτοις τους έδωσα το απολυτήριό μου και είδαν από ποιες δυνάμεις υπηρέτησα στην εθνική φρουρά. Μου είπαν ότι ανήκω στα ειδικά σώματα και ότι πρέπει να

πάω στην πρώτη γραμμή. Αυτές ήταν οι δυνάμεις με τις οποίες βρέθηκα στην πρώτη γραμμή μαζί με άλλους φυσικά συστρατιώτες στην Κερύνεια. Μετά μας άλλαξαν, υποχωρήσαμε, ήρθαμε κάτω μας έβαλαν αλλου. Βλέποντας τον τόπο σου να καταστρέφεται και να βλέπεις τους ανθρώπους σου να πεθαίνουν αβοήθητοι ή πολλές φορές να εκτελούνται εν ψυχρώ από τη βαναυσότητα που έχουν οι πόλεμοι είναι κάτι, πιστέψτε με, που σε χαράζει ανεξίτηλα και θα το κουβαλάς μαζί σου. Δεν είναι εύκολο να το ξεχάσεις αυτό το πράγμα, παρότι έχει πολλά πράγματα που θα μπορούσα να αναφερθώ, εν τούτοις θεωρώ ότι το πιο σημαντικό για εμένα ήταν αυτό.

3. Κύριε Αδάμου, με την ειδικότητά σας, ως γιατρός, φαντάζομαι πως έχει τύχει πολλές φορές να κρέμεται η ζωή ενός ανθρώπου από τα χέρια σας. Σήμερα, με τη θέση στην οποία βρίσκεστε θα μπορούσαμε να πούμε ότι κρέμεται η ζωή ενός κράτους από τις αποφάσεις που λαμβάνετε στη βουλή;

Ωραίος ο συσχετισμός σου με αυτά τα δύο! Φυσικά σαν ορολογίες έρχονται να είναι όμοιες, ενώ η ουσία δεν είναι αυτή. Θεωρώ τον αγώνα που κάνει κάθε γιατρός για να μην χαθεί οποιαδήποτε ανθρώπινη ζωή καθόλου αμελητέα. Όλοι οι γιατροί ορκίζονται με τον όρκο του Ιπποκράτη, όπως γνωρίζετε πολύ καλά, καθώς ο όρκος εκείνος λέει ότι θα κάνεις οτιδήποτε περνά από την επιστήμη σου, τις γνώσεις σου, από το χέρι σου, προκειμένου να θεραπεύσεις τον άρρωστο που έχεις απέναντι σου. Εγώ όπως σας έχω αναφέρει προηγουμένως, έχω κάνει μια ειδικότητα η οποία είναι η ειδικότητα της ογκολογίας, η οποία είναι μια πολύ δύσκολη ειδικότητα γιατί φέρει το βαρύ φορτίο του θανάτου, αν σκεφτείτε ότι ένας αρκετός σημαντικός αριθμός ασθενών χάνει τη ζωή του από την ασθένεια αυτή παρά τις σύγχρονες εξελίξεις που υπάρχουν σε αυτή την αρρώστια. Δεν μπορώ να σας εξηγήσω το συναίσθημα κάποιου γιατρού που

χάνει τον ασθενή του. Μπορώ να μιλήσω υποκειμενικά για μένα και πως ένιωθα εγώ. Αυτή η ασθένεια είναι χρόνια και επειδή δένεσαι με τον ασθενή και την οικογένειά του στο τέλος της ημέρας κερδίζεις εσύ ένα τίμημα πορείας και αυτό το έχω βιώσει εκατοντάδες φορές στην καριέρα μου και είναι κάτι το οποίο με πλήγωνε πάντα βαθιά, όταν έχανα νέους ανθρώπους αλλά και μεγάλους ανθρώπους με τους οποίους κατά κάποιο τρόπο είχαμε αποκτήσει μια οικειότητα, προσωπική και οικογενειακή σχέση. Αυτός ήταν και ο λόγος που ασχολήθηκα με την πολιτική. Σε μία περίπτωση που εργαζόμουν στο γραφείο μου και έβλεπα τους ασθενείς μια μέρα έπαθα καρδιακό επεισόδιο την ώρα που εξέταζα τον άρρωστο αυτά ήταν τα συνεπακόλουθα, οι επιπτώσεις του άγχους και του στρες που κουβαλάς για τη δουλειά. Έτσι, οδηγήθηκα στην πολιτική από το 2001. Φέτος αισίως κλείνω 20 χρόνια. Η φετινή χρονιά είναι σημαδιακή, αφού αποτελεί το τέλος της θητείας μου σαν πρόεδρος της βουλής και νομίζω ότι ολοκληρώνω και την κοινοβουλευτική ενασχόλησή μου στο κοινοβουλευτικό έργο.

Προσπάθησα όλα αυτά τα χρόνια μέσα από τη θέση που είχα και μέσα από τις γνώσεις που είχα αλλά και τη μόρφωση που πήρα σε διάφορα θέματα να προσφέρω στην κοινωνία το μέγιστο δυνατόν. Φυσικά με βοήθησε πάρα πολύ και η θέση μου σαν ευρωβουλευτής, υπηρετώντας το ευρωπαϊκό κοινοβούλιο, επιτελώντας και εκεί ένα σπουδαίο έργο, το οποίο εκτιμήθηκε από το ευρωπαϊκό κοινοβούλιο σε πανευρωπαϊκό επίπεδο. Είμαι περήφανος για όσα πέτυχα όπως να δημιουργήσω ειδικές ομάδες που να ασχολούνται με τον καρκίνο κάτι που συνεχίζει και ο συνάδελφος ο Λουκάς Φουρλάς που είναι ευρωβουλευτής.

Το ευρωπαϊκό κοινοβούλιο, παιδιά, είναι ένα σχολείο, έχεις να κάνεις με διαφορετικούς πολιτικούς πολιτισμούς, διαφορετικές γλώσσες, διαφορετικούς ανθρώπους, διαφορετικές κουλτούρες και πρέπει να μάθεις να παντρεύεις και να συμβιβάζεις διάφορα πράγματα, προκειμένου να καταλήγεις σε ένα αποτέλεσμα που στο τέλος της ημέρας θα εξυπηρετεί τον πολίτη.

(Απόσπασμα της συνέντευξης)

Ζέτα Λαδοπούλου Δ'1
Κωνσταντίνα Ευσταθίου Δ'1
Νικόλας Παρπούνας Δ'3



Συνέντευξη στον κ. Νίκο Χριστοδουλίδη, Υπουργό Εξωτερικών

ΕΡ.: Η πολιτική ήταν στο πλάνο σας από τα παιδικά σας χρόνια ή ήρθε στην πορεία;

Από πάντα ήθελα να σπουδάσω πολιτικές επιστήμες , όχι για να ενταχθώ στην πολιτική, αλλά γιατί μου άρεσε παρόλο που η οικογένειά μου δεν είχε σχέση με την πολιτική. Τελικά, σπούδασα πολιτικές επιστήμες και οικονομικά, έτσι ώστε να έχω περισσότερες ευκαιρίες για δουλειά, κάνοντας μεταπτυχιακό και διδακτορικές σπουδές. Μου αρέσει πολύ και να διδάσκω. Τελικά έκανα αίτηση στο Υπουργείο Εξωτερικών για οικονομικούς λόγους και εκεί γνωρίζω και τη σύζυγό μου. Είναι σημαντικό ο καθένας να σπουδάζει αυτό που πραγματικά θέλει.

ΕΡ.: Ποια είναι η σχέση σας με την οικογένειά σας;

Η οικογένεια είναι ό,τι πιο σημαντικό έχω και πάντα θα την έχω στο μυαλό μου. Πάντα συμβουλευώ τις 4 κόρες μου αλλά νιώθω ενοχές, γιατί θα ήθελα να ξοδεύω περισσότερο χρόνο με αυτές. Είναι γεγονός, ότι οι πιο αυστηροί μου κριτές είναι οι κόρες μου και η σύζυγός μου. Μέσα από τις παρεμβάσεις τους κατανοώ τη διαφορετική οπτική γωνία που προσεγγίζουν τα συμβάντα.

ΕΡ.: Ποιος είναι ο μεγαλύτερος σας φόβος;

Θέματα υγείας που δεν έχουν να κάνουν με εμένα, αλλά με τα αγαπημένα μου πρόσωπα.

(Απόσπασμα της Συνέντευξης)

Ζέτα Λαδοπούλου Δ'1

Άρτεμις Γρηγοριάδου Δ'3

Νικόλας Παρπούνας Δ'3



Συνέντευξη στον κ. Κωνσταντίνο Πετρίδη, Υπουργό Οικονομικών

Αν υπάρξει και τρίτο κύμα πανδημίας, υπάρχουν αρκετά αποθέματα για να στηρίξουν τους ανθρώπους, οι οποίοι το έχουν ανάγκη;

Φαίνεται να υπάρχει μία σταθεροποίηση, η οποία θα διαρκέσει, ελπίζουμε με κάποια πτώση και όχι αυξητική τάση, μέχρι τους εμβολιασμούς και την τελική ανοσία του 60-70% του κόσμου, είτε μέσω του εμβολιασμού, είτε επειδή αρρώστησε, άρα δεν νομίζω ότι θα καταλαγιάσει και θα έρθει τρίτο κύμα και πλέον επειδή υπάρχει ένας χρονικός ορίζοντας, αυτός ο μήνας, Απρίλιος, είναι ο πιο καθοριστικός.

Σε πόσο καιρό πιστεύετε πως θα έρθει η οικονομία στην κανονική της ροή;

Η οικονομία θα καλύψει το χαμένο έδαφος πιστεύω μεταξύ του 1ου και 2ου τριμήνου του 2022. Για να είμαι πιο ακριβής με τους αριθμούς είχαμε ύφεση 5,1% το 2020, προβλέπουμε μία ανάπτυξη 3,5 - 4,0% το 2021, άρα και μία 3,5% το 2022.

Όταν μάθατε πως μπαίνουμε σε lockdown ποια ήταν η πρώτη σας ανησυχία;

Η πρώτη μου ανησυχία ήταν πως αρχικά δεν μπορούσαμε να υπολογίσουμε τις επιπτώσεις του lockdown, όσον αφορά την οικονομία από επαγγελματικής άποψης. Ήταν δύσκολο όχι μόνο για εμένα ή για την κυβέρνηση αλλά και σε ευρωπαϊκό επίπεδο. Κάναμε συναντήσεις το Euro group και κανείς δεν γνώριζε πώς να το χειριστούμε. Οι αρχικές εκτιμήσεις που έκαναν στην Ε.Ε. ήταν εντελώς λανθασμένες. Είχαμε να αντιμετωπίσουμε κάτι τελείως διαφορετικό, σιγά σιγά όμως η οικονομική πολιτική έπρεπε να ανταποκριθεί με ένα εντελώς διαφορετικό τρόπο απ' ότι οι προηγούμενες κρίσεις, γιατί ήταν και πολύ διαφορετικά τα αίτια.

(Απόσπασμα της συνέντευξης)

Βικτώρια Σαββίδου Δ' 3
Πάυλος Κουτσόφτα Δ' 1
Νικόλας Παρπούνας Δ' 3



1. Κύριε Τρύφωνος, είστε ένας άνθρωπος πολυπράγμων. Σας βλέπουμε αυτό τον καιρό να τρέχετε ραδιοφωνική εκπομπή, τηλεοπτική εκπομπή το “Τετ-α-Τετ” και δύο τηλεπαιχνίδια, τον Αδύναμο Κρίκο στην Ελλάδα και το “Chase” στην Κύπρο. Πώς χειρίζεστε όλο αυτό το πρόγραμμα και το άγχος σας;

Είναι ένα τρελό πρόγραμμα η αλήθεια, ειδικά όταν είναι και τα γυρίσματα της Ελλάδας, που πρέπει να πάω και να έρθω με το αεροπλάνο που πέρσι ήταν πιο εύκολο, γιατί ήταν σαν το λεωφορείο, αλλά φέτος με τον κορωνοϊό είναι πολύ πιο δύσκολα τα πράγματα. Νιώθω να σας πω την αλήθεια πάντα τέλος Αυγούστου, αρχές του Σεπτεμβρίου, ότι ξεκινάω ένα spread που όμως είναι μαραθώνιος και ξαφνικά γίνονται όλα τόσο γρήγορα και φτάνω στις καλοκαιρινές διακοπές σαν να είμαι στο fast forward. Επίσης, πολλές φορές μου λένε συμμαθητές, συμμαθήτριες που συναντιόμαστε, ή άλλος κόσμος, μα δε σου φαίνεται η ηλικία σου, λέω πού να μου φανεί; Αφού τρέχω, τρέχω, τρέχω, σταματάει ο χρόνος.

2. Αν σας βάζαμε να επιλέξετε μεταξύ ραδιοφώνου και τηλεόρασης, ποιο θα επιλέγατε και γιατί;

Το ραδιόφωνο είναι μεγάλη αγάπη. Η τηλεόραση φυσικά σε βάζει σε άλλη κατηγορία και είναι άλλα τα μεγέθη, αλλά αν με ρωτήσεις τι θα ήθελα να κάνω ας πούμε μέχρι τα 65-70 μου θα σου έλεγα ραδιόφωνο. Το ραδιόφωνο ποτέ μα ποτέ δεν με κουράζει. Η τηλεόραση είναι κουραστική, αλλά έχει κι αυτή τη μεγάλη ανταμοιβή σε αναγνωσιμότητα και στην αγάπη του κόσμου.

3. Στο «Τετ-α-Τετ» είχατε την ευκαιρία να γνωρίσετε και να πάρετε συνέντευξη από πολλές και μεγάλες προσωπικότητες. Μπορείτε να επιλέξετε μια συνέντευξη που ξεχωρίσατε περισσότερο;

Στο Τετ-α-Τετ αυτό ήταν το σκεπτικό, να μπορέσω να φέρω στον κόσμο και φυσικά να έχω και εγώ την τιμή και τη χαρά να γνωρίσω αυτές τις προσωπικότητες, όπως έλεγε ο Φρέντυ Γερμανός, η δημοσιογραφία σε πάει παντού. Λοιπόν, τί να πω; Πόσο απόλαυσα τη συνέντευξη με την Ελένη Γλύκατζη- Αρβελέρ, τον τέως βασιλιά της Ελλάδος που εντυπωσίασε πολύ τον κόσμο, γιατί είχαν να τον δουν πάρα πολλά χρόνια, γιατί ήταν ο τέως βασιλιάς των Ελλήνων. Δεν θα ξεχάσω επίσης την τελευταία συνέντευξη του Κωνσταντίνου Μητσotάκη, του πρώην Έλληνα πρωθυπουργού. Εγώ νιώθω ότι το “Τετ-α-Τετ” είναι ένα δεύτερο πανεπιστήμιο. Διότι όταν βρίσκεσαι με αυτούς τους ανθρώπους και μιλάς με αυτούς κάτι σου μένει και πάντα κάτι μαθαίνεις και από τους καλλιτέχνες. Το ότι δέχτηκε η Μαρινέλλα να μου δώσει συνέντευξη μετά από 30 χρόνια που είχε να δώσει τηλεοπτική συνέντευξη στην Ελλάδα. Επίσης ήταν ένα μεγάλο σχολείο, γιατί η Μαρινέλλα είναι το Ελληνικό τραγούδι. Έκανα συνέντευξη στον Ευγένιο Τριβιζά, που φαντάζομαι έχετε βιβλία του, δηλαδή είναι ανεκτίμητη αξία. Είναι αυτή η διαφήμιση που λέει της κάρτας ανεκτίμητη αξία. Είναι ανεκτίμητη αξία να γνωρίζεις αυτούς τους ανθρώπους και να μιλάς μαζί τους έστω και 1 ώρα ή να έχεις και μετά μαζί τους μια σχέση, αφού έχετε γνωριστεί μέσα από μία συνέντευξη.

(Απόσπασμα της συνέντευξης)

Κωνσταντής Ζορνάς Δ'1
Ορέστης Χατζηστυλιανού Δ'3
Ορέστης Χατζηστυλιανού Δ'3



**Συνέντευξη στον Δρ Χατζηφιλίππου- Αναισθησιολόγο του
Γενικού Νοσοκομείου Αμμοχώστου-Αναφοράς**

-Δρ Χατζηφιλίππου, εργάζεστε στο Γενικό Νοσοκομείο Αμμοχώστου, δηλαδή στο Νοσοκομείο Αναφοράς για τον κορωνοϊό. Θα ήθελα να σας κάνω κάποιες ερωτήσεις.

-Βεβαίως, ευχαρίστως.

- Ωραία. Πώς νιώθετε για την κατάσταση του κορωνοϊού τώρα;

-Η κατάσταση του κορωνοϊού στην Κύπρο είναι ... μπορώ να πω υπό κάποιο έλεγχο, γιατί έχουμε αποκτήσει πολλή εμπειρία μέσα στα νοσοκομεία ως προς τον τρόπο που πρέπει να χειριζόμαστε την ασθένεια. Παραμένει, όμως, ένας πολύ σοβαρά επιθετικός ιός, ο οποίος προσβάλλει πολλά συστήματα του σώματος του ανθρώπου και μπορώ να πω ότι είμαστε συνέχεια σε εγρήγορση, για να αντιμετωπίσουμε το κάθε τι. Νιώθω ότι σαν γιατρός έχω περισσότερες εμπειρίες τώρα από ό,τι είχα πριν ένα χρόνο, γι' αυτό μπορώ να αντιμετωπίσω με καλύτερο τρόπο τους ασθενείς μου.

-Πώς πιστεύετε ότι μας βρήκε το ξέσπασμα της πανδημίας;

Το ξέσπασμα της πανδημίας παρ' όλα τα λεγόμενα μας βρήκε σχετικά απροετοίμαστους. Τα νοσοκομεία μας δεν είχαν προετοιμαστεί κατάλληλα για να «δεχτούν» τον ιό, τους ασθενείς του ιού. Όμως, μέσα σε μικρό χρονικό διάστημα το σύστημα ανταποκρίθηκε και μπορέσαμε να αντιμετωπίσουμε με πολύ μεγάλη επιτυχία το πρώτο κύμα, το οποίο μπορώ να πω ήταν και το πιο αδύνατο κύμα που είχαμε...

-Πώς πάνε τα πράγματα τώρα; Προς το καλύτερο ή το χειρότερο;

Οι αριθμοί μιλούν από μόνοι τους. Υπάρχουν διάφορες μεταλλάξεις, οι οποίες έχουν επιβαρύνει πολύ το σύστημα υγείας. Τα νοσοκομεία έχουν υπερφορτωθεί, το νοσηλευτικό και ιατρικό προσωπικό έχει κουραστεί. Περιμένουμε ότι με τον εμβολιασμό όσο το δυνατόν πιο μεγάλου ποσοστού του πληθυσμού μας, θα μειωθεί και ο φόρτος εργασίας ή ο φόρτος των εισαγωγών αυτών των περιστατικών.

-Ο ιός είναι επιθετικός στο σύστημα ενός νέου ανθρώπου;

Ο ιός είναι επιθετικός στα συστήματα όλων των ανθρώπων αλλά ένας νέος άνθρωπος, ο οποίος είναι υγιής και δεν έχει φθορά το σώμα του από διάφορες ασθένειες μπορεί να αντιμετωπίσει με επιτυχή τρόπο τον ιό, γι' αυτό και δεν έχουμε τόσα πολλά θύματα σε μικρότερες ηλικίες.

-Πώς πιστεύετε ότι αντιμετωπίζουν οι Κύπριοι πολίτες την κατάσταση;

Το πρώτο κύμα το αντιμετώπισαν πολύ καλά. Μετά, ειδικά από τον Οκτώβρη, τον Νοέμβρη ο κόσμος άρχισε να κουράζεται, άρχισαν να μπαίνουν οι διάφορες καχυποψίες όσον αφορά διάφορα θέματα που εμπεριέχονται στην πανδημία. Υπάρχουν πολλοί πιστοί ακόλουθοι των μέσων κοινωνικής δικτύωσης, οι οποίοι δυστυχώς λαμβάνουν λανθασμένες πληροφορίες, επηρεάζονται πάρα πολλοί Κύπριοι απ' αυτά, επηρεάζονται πάρα πολύ από τις ανεξέλεγκτες πληροφορίες που δίνονται στις ειδήσεις. Με αποτέλεσμα τίποτα να μην φιλτράρεται και δυστυχώς καταλήγουμε να έχουμε περισσότερους αυξημένους αριθμούς κρουσμάτων. Φυσικά, αυτό έχει να κάνει και με την ιδιοσυγκρασία του κόσμου. Σε άλλες επαρχίες το αντιμετωπίζουν πιο σοβαρά, σε άλλες το αντιμετωπίζουν πολύ πιο ελαφρά. - Υπάρχει και το θέμα των ηλικιών. Οι νέοι άνθρωποι δεν δίνουν βαρύτητα στην ασθένεια, το αντιμετωπίζουν πιο ελαφρά απ' ότι ο περισσότερος κόσμος, εξού και το γεγονός ότι έχουμε πολλές περιοχές με μεγάλες εστίες μόλυνσης.

-Πώς εξελίσσονται τα πράγματα στις άλλες χώρες με την πανδημία, αν γνωρίζετε;

Στις υπόλοιπες χώρες, ειδικά στην Ευρώπη, παρ' όλα τα μέτρα που είχαν λάβει βρέθηκαν όλα τα συστήματα υγείας απροετοίμαστα, δεν μπορούσαν να δεχτούν τον φόρτο εργασίας. Φτάναμε σε σημείο να επιλέξουν ποιος ασθενής θα ζήσει ή θα πεθάνει. Σιγά σιγά όμως με τα εμβόλια-τα οποία είναι η μόνη λύση -έχουν αρχίσει να μειώνονται οι αριθμοί των εισαγωγών και των θανάτων στα νοσοκομεία. Γι' αυτό μπορώ να σου πω ότι παρ' όλα τα θέματα στην Κύπρο, είμαστε αρκετά καλά συγκριτικά με τις υπόλοιπες χώρες της Ευρώπης.

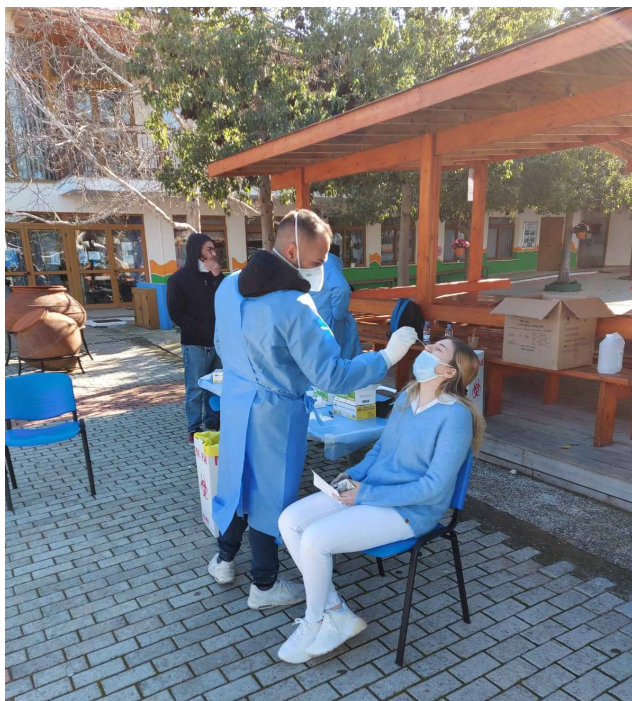
-Πώς βλέπετε το μέλλον της πανδημίας;

Πιστεύω ότι τώρα είμαστε στην κορύφωση της πανδημίας και ότι με τον εμβολιασμό όσο το δυνατόν μεγαλύτερου ποσοστού ανθρώπων στον πληθυσμό, θα μειωθεί και θα κρατηθεί σε μικρά επίπεδα ο ιός. Έτσι, θέλουμε μια καλύτερη εικόνα μέσα στο καλοκαίρι.

-Ωραία, σας ευχαριστώ πολύ.

Παρακαλώ

Τη συνέντευξη πήρε ο γιός του Δρ Χατζηφιλίππου, **Στάθης Χατζηφιλίππου του Στ' 4 στις 07/04/2021**



Συνέντευξη στον κ. Λούη Πατσαλίδη

Πώς αισθάνεστε που ο κόσμος αγκάλιασε για άλλη μια χρόνια τόσο θερμά την εκπομπή σας;

Νιώθω όπως αισθάνεται ο καθένας που επιβραβεύεται για αυτό που κάνει. Δεν έχει καμιά διαφορά. Είτε έχει να κάνει με την τηλεόραση είτε με οποιαδήποτε άλλη δουλειά, από τη στιγμή που ο τρόπος που επιβραβεύεσαι μεταφράζεται στην αγάπη του κόσμου. Εννοείται, πως αυτό με κάνει ιδιαίτερα χαρούμενο.

Πόσος χρόνος χρειάζεται ώστε να μαζευτεί το υλικό και να προετοιμαστεί η εκπομπή;

Είναι μια διαδικασία η οποία δε σταματά ποτέ. Από τη στιγμή που τελειώνει το γύρισμα της μιας εκπομπής ξεκινά η δουλειά για την επόμενη. Είμαστε μια ομάδα που μένουμε όλοι ενωμένοι από το ξεκίνημα, μοιραζόμαστε τη δουλειά και αυτό το κάνει πιο εύκολο. Είναι όμως, πάρα πολλές ώρες δουλειάς και απαιτείται συνεχής εγρήγορση, να βλέπεις, να παρατηρείς και να ακούς ό,τι γίνεται γύρω σου.

Πόσο εύκολο είναι να διατηρηθούν οι ισορροπίες στη σάτιρα;

Ζούμε σε μια εποχή που δυστυχώς ό,τι πεις και ό,τι κάνεις υπόκειται σε σχολιασμό και είναι πολύ δύσκολο για το πότε μπορεί κάποιον να τον προσβάλει ή όχι. Η σάτιρα είναι εκεί για να καυτηριάσει τα κακώς έχοντα με χιουμοριστικό τρόπο. Μερικές φορές, μπορεί να χρειαστεί να ξεπεράσεις αυτή τη λεπτή γραμμή για να δώσεις το μήνυμα, το οποίο θέλεις να δώσεις, πάντα όμως με σεβασμό.

Σας έχει τύχει να παρεξηγηθείτε με συγκεκριμένα άτομα εξαιτίας κάποιου σχολίου που έχετε κάνει απέναντί τους ;

Όχι, διότι τα άτομα που σατιρίζω ξέρουν ότι δεν το κάνω επί σκοπού ούτε για να τους θίξω ή να μειώσω τη δουλειά τους. Γι' αυτό εξάλλου και οι περισσότεροι είναι φίλοι μου.

Νιώσατε ποτέ ότι το έχετε παρακάνει με συγκεκριμένα αστεία;

Να το παράκανα όχι, αλλά πολλές φορές έχει τύχει να αναθεωρήσω πράγματα και να πω ότι ήμουν λίγο υπερβολικός και πως κουράστηκα με ένα συγκεκριμένο είδος σάτιρας. Ίσως, να τα τροποποιούσα ή να τα διατύπωνα διαφορετικά.

Υπάρχουν φορές που θα βγείτε εκτός σεναρίου και θα αυτοσχεδιάσετε ;

Το πιο ωραίο και μαγικό πράγμα στη σάτιρα είναι να μπορείς να βγεις εκτός σεναρίου και να αυτοσχεδιάσεις. Τυχαίνει πολλές φορές στην τηλεόραση, βλέποντας ένα βίντεο να φύγω εκτός κειμένου και να επανέλθω μετά. Αυτό συμβαίνει όμως, περισσότερο στις παραστάσεις.

Κάνετε συχνά χιούμορ σε δύσκολες καταστάσεις που βιώνετε;

Ακατάχνωτα! Δε θα μπορούσα να λειτουργήσω αλλιώς.

Τι συμβουλή θα δίνετε στους νέους που σας παρακολουθούν και θα θέλουν να ασχοληθούν με το δικό σας επάγγελμα;

Ότι δεν είναι εύκολο, ότι έχει πολλή δουλειά, πολλές ώρες μελέτης και αφοσίωσης. Ποτέ δεν πρέπει να πεις ότι «εδώ είμαι έφτασα», δεν πρέπει ποτέ να φτάσεις στην Ιθάκη, πρέπει συνέχεια να την ψάχνεις για να βελτιώνεσαι.

(Απόσπασμα συνέντευξης)

Ραφαηλία Πατσαλίδη Α΄ 2



Συνέντευξη σε νοσηλεύτρια που δουλεύει σε Μονάδα Εντατικής Θεραπείας κατά τη διάρκεια της Πανδημίας του Κορωνοϊού

1. Όταν εμφανίστηκε για πρώτη φορά ο κορωνοϊός στη χώρα μας, πώς αντιδράσατε σαν νοσηλευτικό προσωπικό στο νοσοκομείο;

Ήταν κάτι άγνωστο για εμάς τους επαγγελματίες υγείας, δουλεύαμε κάτω από άγνωστες και πρωτόγνωρες συνθήκες, αλλά δεν πανικοβληθήκαμε. Έπρεπε να είμαστε συγκεντρωμένοι και να κάνουμε τη δουλειά μας, όσο πιο σωστά γίνεται.

2. Ποια συναισθήματα βιώνετε καθημερινά δουλεύοντας στην εντατική αντιμετωπίζοντας τον κορωνοϊό;

Τα συναισθήματα που βιώνουμε είναι έντονα. Υπάρχει αρκετή θέληση για να βοηθήσουμε τους ασθενείς, άγχος, πίεση και υπερηφάνια που μπορούμε να βοηθούμε σε αυτές τις δύσκολες συνθήκες.

3. Πώς αισθάνεστε, όταν βλέπετε αρρώστους να υποφέρουν από συμπτώματα κορωνοϊού;

Αισθανόμαστε λύπη και πιο έντονο το συναίσθημα να θέλουμε να βοηθήσουμε τον συνάνθρωπό μας που περνάει δύσκολα.

4. Πώς νιώθετε όταν βοηθάτε αρρώστους;

Νιώθουμε ψυχική ικανοποίηση, λύπη και αγωνία για το αν θα τα πάει καλά στο μέλλον ο ασθενής.

5. Αντέχετε ψυχικά να έρχεστε καθημερινά αντιμέτωποι με τα προβλήματα των ασθενών;

Μαθαίνουμε με τον καιρό να μην παίρνουμε τον πόνο του ασθενή προσωπικά, για να μπορούμε να παραμείνουμε δυνατοί και να βοηθάμε όσο πιο πολλούς ασθενείς μπορούμε.

6. Δεν δυσκολεύεστε εσείς που δουλεύετε με βάρδιες κάθε μέρα;

Διαλέγοντας το επάγγελμα του νοσηλευτή γνωρίζεις ότι θα δουλεύεις με βάρδιες και είναι κάτι που το συνηθίζεις. Είναι πιο δύσκολο στις αργίες, όταν όλη η οικογένειά σου είναι στο σπίτι, ενώ εσύ πρέπει να πας στη δουλειά.

7. Μπορείτε να ελέγχετε όλους τους ασθενείς την ίδια στιγμή;

Στην εντατική σε κάθε νοσηλευτή αντιστοιχούν δύο με τρεις ασθενείς, έτσι ώστε να τους προσφέρουμε όλα όσα χρειάζονται.

8. Πόσοι περίπου ασθενείς υπάρχουν στην εντατική με κορωνοϊό;

Στην εντατική υπάρχουν 24 διαθέσιμα κρεβάτια που μπορούν να δεχτούν ασθενείς με κορωνοϊό.

9. Ποιο μήνυμα θα θέλατε να δώσετε για αυτή τη δύσκολη περίοδο που ζούμε;

Πρέπει να παραμείνουμε αισιόδοξοι, να κάνουμε ακόμα λίγη υπομονή και ελπίζουμε πως σύντομα θα περάσει.

10. Ποιες ανάγκες μπορεί να έχει ένας ασθενής με κορωνοϊό;

Ένας ασθενής με κορωνοϊό εκτός από τις σωματικές του ανάγκες (φροντίδα σώματος, αντιμετώπιση πυρετού, αντιμετώπιση αναπνευστικής δυσχέρειας κ.ά.) έχει και ανάγκη να επικοινωνήσει με τους συγγενείς του, να αντιμετωπίσει τον φόβο, την αγωνία και τον πόνο. Είναι δύσκολο να τους επισκεφθούν οι συγγενείς τους και έτσι αναλαμβάνουμε εμείς οι νοσηλευτές να τους ενημερώνουμε και να συζητάμε μαζί τους για οτιδήποτε τους απασχολεί.

Η ακροστιχίδα της «Ελευθερίας»

Ενωμένοι σαν μια γροθιά εμείς της Κύπρου τα παιδιά
 Λευτεριά θέλουμε να βασιλεύσει ξανά στην πατρίδα μας τη γλυκιά!
 Επιστροφή ζητούμε στων προγόνων μας τη δοξασμένη γη. Να
 Υψώσουμε ξανά ένδοξη, γαλανόλευκη σημαία ελληνική!
 Θέλουμε να υπάρξει ειρήνη, ευτυχία και ξεγνοιασιά, να ζούμε
 Ελεύθεροι στις όμορφες πόλεις της Κύπρου μας και στα χωριά.
 Ρίγος θα νιώσουμε να μας διαπερνά όταν καταφέρουμε το
 Ιερό χώμα από τη σκλαβωμένη Κύπρο να φιλήσουμε ξανά!
 Άγια μέρα, γιορτινή, αυτή που θα έρθει και τ' όμορφο νησί μας θα ελευθερωθεί!

Γεωργία Τήλλυρου Γ'4

Διακόσια χρόνια μετά από τη σκλαβιά

Πέρασαν διακόσια χρόνια
 από την επανάσταση του εικοσιένα.
 Κι όμως η ανάμνηση παρέμεινε αιώνια.
 Πολλοί ήταν που βοήθησαν στα δύσκολα
 τα χρόνια
 κι οι Τούρκοι ανησύχησαν και τους
 έτριξαν τα δόντια.

Η Κύπρος συμμετείχε σε όλους τους
 αγώνες
 πέρασαν όμως από τότε δύο ολόκληροι
 αιώνες.
 Ήρωες θαμμένοι στα μνήματα
 στέλνουν ακόμη και σήμερα ηρωικά
 μηνύματα.
 Ήρωες που θυσιάστηκαν
 και πέθαναν, σφαγιάστηκαν.
 Ποτέ δεν τους ξεχνάμε
 και παντοτινά θα τους τιμάμε.

Το αίμα τους που ποτάμι χύθηκε
 δε χάθηκε στη θάλασσα μοιραία.
 Και όσοι κι αν σκοτώθηκαν
 δεν έπεσε η αυλαία.
 Έλεγε ο Φεραίος «Τι ωφελεί να ζήσεις
 και να'σαι στη σκλαβιά;»
 Τους σκότωσαν τους έθαψαν
 μα δε χάθηκε η λαλιά.

Αντώνης Σκέντερ Α'1
 Συμμετοχή στον Διαγωνισμό Ι.Μ.
 Ταμασού και Ορεινής

Ελληνική Επανάσταση! Από τους λαμπρότερους σταθμούς της ιστορικής μας πορείας ως Έλληνοχριστιανοί! Ένας μόνο λαός, δαυίδιος στο ανάστημα, αλλά με ακέραιη, στεντόρεια ψυχή, ακλόνητα πιστός και βαθιά φιλοπάτρης, κατάφερε να ανακτήσει την ελευθερία του, μετά από μια μακροπερίοδη μαρτυρική δουλεία. Είναι θαυμαστό το πώς η γιγαντώσων σαν τον Γολιάθ Οθωμανική Αυτοκρατορία έπεσε κυρίως με τη σφεντόνα της Εκκλησίας.

Παρόλο που ο σκοπός και τα μέσα της είναι ειρηνοποιά, πρωτοστάτησε στον αγώνα παντοιοτρόπως, ακριβώς για να καταπαύσει τις βιαιοπραγίες των μισοχρίστων!

Γαλουχημένος ο Ελληνισμός στην Εκκλησία, νίκησε σε ψυχικό μεγαλείο την Αυτοκρατορία της Ημισελήνου, φιλώντας το Ευαγγέλιο και τον Σταυρό, ορκιζόμενος αγώνα «υπέρ πίστεως και πατρίδος». Το επαναστατικό πνεύμα του Χριστού εναντίον της αδικίας και δουλείας καθοδήγησε τους Έλληνες, έσπασε τις αλυσίδες της σκλαβιάς! Μιμούμενοι τον Χριστό, χάλασαν τα σχέδια αυτών που κατάντησαν τον Οίκο Του «Οίκο ληστών»! Αυτών που μετέτρεψαν τους τίμιους σε κλέφτες και Αρματολούς, σε ληστές που δεν λήστευαν τίποτα παραπάνω από αυτά που δίκαια τους ανήκαν!

Δεν ήταν αυτοί άξια μέλη της Εκκλησίας; Πλάι σ' αυτούς, ορθώνονται και κάποιοι άλλοι, καταξιωμένοι με φωτοστέφανο, οι Νεομάρτυρες! Μήπως όλοι αυτοί δεν ήταν οι πρώτοι επαναστάτες;

Το θρυλικό 1821 ο διαφωτιστής Αδαμάντιος Κοραής, εισηγείται τη θέση που έπρεπε να λάβει η Εκκλησία στο νεοσύστατο κράτος, αναγνωρίζοντας ως μητρικό το έργο της. Πράγματι, ο θρησκευτικός βίος στα επαναστατικά χρόνια βοήθησε πολύ. Λύγισε τους Έλληνες, όχι από εξαθλίωση, αλλά από θεία εξύμνηση! Καθιερώθηκε να τελούνται συχνά θρησκευτικές τελετές όπως ο αγιασμός και η θεία Λειτουργία, μεταδίδοντας θεία δύναμη και στήριξη στους ραγιάδες, που κυρίευε ο φόβος τις ψυχές τους και κυρίως στους αγωνιστές! Αν ζούσε ο Μακρυγιάννης κι ο Κολοκοτρώνης, θα μας έδειχναν τα τριμμένα τους γόνατα, από τις ποτισμένες με δάκρυα, ιδρώτα και αίματα μετάνοιές τους μπροστά στην Υπέρμαχο Στρατηγό!

Επίσης, εντυπωσιάζει και η ενεργητική προσφορά του μοναχισμού στον αγώνα. Επικεφαλείς, δύο δυναμικές προσωπικότητες που πρόθυμα αυτοθυσιάστηκαν για την ελευθερία, ο Ησαΐας Σαλώνων και ο Αθανάσιος Διάκος. Ξεχωριστή θέση εθνεγέρτη κατέχει και ο μοναχός Κοσμάς Αιτωλός, αν και έζησε χρόνια

πριν την επανάσταση. Ίδρυσε όμως πάνω από διακόσια σχολεία και με τα προφητικά κηρύγματά του κρατούσε όρθιο και ορθό το εθνικό και θρησκευτικό φρόνημα του λαού, ικανό να επαναστατήσει και να ελευθερωθεί.

Επιπρόσθετα, «την ψυχή» αλλά και την «οικονομία» της Φιλικής Εταιρείας αποτέλεσαν μοναχοί, ιερείς και ιεράρχες. Πολέμησαν το «αναγκαίο κακό» με θυμιατήρι, με γιαταγάνι, με «άργυρο» από αφιλάργυρους μοναχούς! Αξιοθαύμαστο είναι το ότι έπαιρναν χρυσά κοσμήματα και αντικείμενα, τα έλιωναν και έφτιαχναν σφαίρες, συμβολή που υπερεκτίμησαν οι ιδρυτές της Φιλικής Εταιρείας. Εξίσου ηρωικά, ο Παλαιών Πατρών Γερμανός τόλμησε να ψάλλει το «Αναστήτωσαν οι Έλληνες» δίνοντας θάρρος στους στρατιώτες, αλλά υποφέροντας βαριές συνέπειες.

Παράλληλα, η Εκκλησία, διαισθανόμενη τον κίνδυνο αφανισμού της ελληνικής συνείδησης, έδρασε και μορφωτικά. Εκτός του ότι έκτιζε και συντηρούσε σχολεία, ενίσχυε την παιδεία και με τα «κρυφά σκολειά». Κάτω από το ράσο έκρυβαν βιβλία φωτισμένα προς φωτισμό πολλών. Τα δύο τρίτα των δασκάλων της σκλαβιάς ήταν ρασοφόροι. Παρόλο που αργότερα οι πολεμικές συνθήκες περιόρισαν τα έσοδα και εισφορές της στα σχολεία,

με θέληση και επιμονή στήριξε την υλικοτεχνική υποδομή τους. Με εμμονή, λοιπόν, στην πίστη στον Θεό, καλλιεργήθηκε το χριστιανικό ήθος αλλά και προβλήθηκε η γλώσσα και η εθνική ταυτότητα του λαού, πυροδοτώντας τον πόθο της απελευθέρωσης.

Επομένως, καθώς αυτήν τη χρονιά γιορτάζουμε με περηφάνια τα διακόσια χρόνια από την Επανάσταση του 1821, επιβάλλεται να επισημανθεί, ότι η φερέλπιδη Εκκλησία, σαν άλλη Κιβωτός, είναι αυτή που έσωσε τον Ελληνικό λαό από την σκλαβιά τετρακόσιων χρόνων! Πηγή έμπνευσής της, ο Ευαγγελισμός της Θεοτόκου, που λύτρωσε τον κόσμο από τη δουλεία της αμαρτίας! Όπως είπε και ο σοφός νομομαθής Νικόλας Σαρίπολος στη Β' Εθνοσυνέλευση του 1864, «Εσώθημεν δια της Εκκλησίας»!

Ελισάβετ Χριστοφίδου Δ' 1

Πήρε το Γ' Βραβείο στον φετινό Παγκύπριο Διαγωνισμό της Ιεράς Αρχιεπισκοπής Κύπρου

Είναι αλήθεια ότι οι επεμβάσεις του Θεού στην ιστορία της ανθρωπότητας και πιο ειδικά του έθνους μας είναι αναρίθμητες, φανερές μα κυρίως αφανείς.

Οι θαυματουργικές ενέργειες του Θεού, διαμέσου της Παναγίας μας, κατά την Ελληνική Επανάσταση του 1821, ήταν ένα αγαστό μείγμα πίστης του λαού στον Θεό και εμψυχωτικής βοήθειας της Παναγίας μας:

Στα δύσκολα χρόνια της σκλαβιάς, οι Έλληνες παρά τις δυσκολίες δεν έχασαν το κουράγιο τους. Άντεξαν τον τουρκικό ζυγό και προσπάθησαν με όλες τους τις δυνάμεις να διατηρήσουν το εθνικό τους φρόνημα, τη γλώσσα και τη θρησκεία τους. Όλη την περίοδο της σκλαβιάς οι Έλληνες μοιράζονταν με την Παναγία τα συναισθήματά τους, τη λύπη τους και τη λαχτάρα για την ελευθερία. Στις γιορτές της Παναγίας πήγαιναν σε ξωκλήσια και μοναστήρια ψέλνοντας το τροπάριο «τη Υπερμάχω Στρατηγώ τα νικητήρια» ανυψώνοντας το ηθικό τους.

Ο διδάσκαλος του Γένους Κοσμάς Αιτωλός, μιλούσε στους υπόδουλους Έλληνες για την Παναγία και τους προέτρεπε να απευθύνονται σ' αυτή, για να της πουν τα βάσανά τους και να ζητήσουν την προστασία της.

Οι οπλαρχηγοί και οι καπεταναίοι του μεγάλου αγώνα προσέτρεχαν στην Παναγία όπως μαρτυρούν αναφορές στα απομνημονεύματα πολλών από αυτούς. Η Παναγία υπήρξε πηγή εμψύωσης και θάρρους στις κρίσιμες στιγμές. Υπάρχουν πολλές ιστορίες και

μαρτυρίες όπως για παράδειγμα οι ακόλουθες:

Ο Θεόδωρος Κολοκοτρώνης αναφέρει στα απομνημονεύματά του ότι πολλοί αγωνιστές δείλιαζαν μπροστά στην προοπτική της μάχης της Τριπολιτσάς. Τότε μπήκε στην εκκλησία της Παναγίας στο Χρυσοβίτσι, έκανε τον σταυρό του και φίλησε την εικόνα της λέγοντας δακρυσμένος «Παναγιά μου, βοήθησε και τούτη τη φορά τους Έλληνες να ψυχωθούν». Στη συνέχεια βγήκε από την εκκλησία και βροντοφώναξε στα παλικάρια του την πασίγνωστη φράση: «Ο Θεός υπέγραψε τη λευτεριά της Ελλάδος και δεν θα πάρει πίσω την υπογραφή Του». Επίσης, ο στρατηγός Μακρυγιάννης στα Απομνημονεύματά του κάνει πολλές αναφορές στην Παναγία.

Ο ναός της Παναγίας της Τήνου κτίστηκε σε σημείο όπου βρέθηκε εικόνα της Παναγίας, κατά τη θρησκευτική παράδοση μετά από σχετικά οράματα της μοναχής Αγίας Πελαγίας. Η εικόνα ανακαλύφθηκε μετά από ανασκαφές στις 30 Ιανουαρίου 1823. Η είδηση της εύρεσης της εικόνας, κατά την περίοδο

της επανάστασης θεωρήθηκε καλός οιωνός και το νησί επισκέφτηκαν για αυτό τον λόγο ο Μιαούλης, ο Κολοκοτρώνης, ο Νικηταράς και ο Μακρυγιάννης, για να προσκυνήσουν. Ακόμα, υπάρχουν πολλά μοναστήρια στον Μωριά, τη Ρούμελη, αλλά και τη Θεσσαλία, την Ήπειρο και τη Μακεδονία, που διατηρούν ως σήμερα τάματα αγωνιστών και οπλαρχηγών του 1821. Αυτό φανερώνει ότι το θρησκευτικό αίσθημα αλλά και η αγάπη που ένιωθαν οι αγωνιστές του 1821 για την Παναγία ήταν πολύ μεγάλη και αποτελούσε αποκούμπι τους κατά τις κρίσιμες και δύσκολες στιγμές του μεγάλου αγώνα τους.

Βιβλιογραφία:

- <https://www.historical-quest.com/arxeio/sygxroni-istoria/351-h-panagia-sti-neoelliniki-paradosi-1821.html>
- https://el.wikipedia.org/wiki/Παναγία_Τήνου

Ευστάθιος Βισβίκης ΣΤ' 4

Πριν από μερικά χρόνια, είχα την τιμή να παρακολουθήσω ένα σεμινάριο με τίτλο «Εκπαιδεύοντας το μυαλό μου». Παρόλο που δεν ενέπιπτα στα ηλικιακά πλαίσια και ξεχώριζα μεταξύ των παρευρισκόμενων, η μητέρα μου ήθελε πολύ να το παρακολουθήσουμε. Η αγαπημένη Μιράντα Σιδερά έκλεισε το σεμινάριο με το εξής: «Μια φορά, υπήρχαν δύο αγγελάκια. Το ένα καθότανε όλη μέρα σε ένα σύννεφο και το άλλο συνεχώς πηγαινοερχότανε. Μια μέρα το πολυάσχολο αγγελάκι αποφάσισε να ρωτήσει το άλλο:

- Γιατί όλη μέρα κάθεσαι και δεν κάνεις τίποτα; Δεν βαριέσαι;
- Βαριέμαι, αλλά δυστυχώς δεν έχω δουλειά.
- Ποια είναι η δουλειά που σου έχει ανατεθεί;
- Η δουλειά που μου έχει ανατεθεί είναι να μεταφέρω τα «ευχαριστώ» των ανθρώπων στον Θεό. Η δική σου δουλειά ποια είναι και όλη μέρα πηγαινοέρχεσαι;
- Η δική μου δουλειά είναι να μεταφέρω τα «θέλω» των ανθρώπων στον Θεό.

Θυμάμαι τότε μας είχε ζητήσει να της υποσχεθούμε πως δεν θα ξεχνούσαμε να ευχαριστούμε πού και πού τον Θεό, για να έχει δουλειά το αγγελάκι και να μην βαριέται...

Και τώρα στο σήμερα. Ένας αόρατος ιός απειλεί την ανθρωπότητα! Τώρα και αν δεν θα σταματά λεπτό να πηγαινοέρχεται το αγγελάκι των «θέλω»! Είναι αλήθεια απειλή όμως ή ευλογία; Ίσως είναι ένας τρόπος, για να παραμερίσουμε το εγώ μας και να συνειδητοποιήσουμε πόσο μικροί και ανήμποροι είμαστε σε αυτόν τον κόσμο. Όλοι βρισκόμαστε σπίτι φοβούμενοι να μετακινηθούμε. Όλοι βρισκόμαστε σε μία φάση στασιμότητας. Πολλοί πεθαίνουν και άλλοι τόσοι φοβούνται μήπως βρει και αυτούς ο θάνατος. Και η γη γυρίζει. Συνεχίζει τον κύκλο της. Ίσως πιο ευτυχισμένη από ποτέ. Γιατί εμείς,

ο μεγαλύτερος εχθρός της δεν είμαστε εκεί έξω να την καταστρέφουμε. Ίσως όλη αυτή η κατάσταση να είναι μια Θεόσταλη ευλογία. Ο κόσμος δεν είχε ποτέ την ευκαιρία να κάνει ένα διάλλειμα, να σταματήσει τόσο απότομα την σκληρή καθημερινότητα. Και τώρα η γη έχει την ευκαιρία να επουλώσει τις πληγές που ανοίξαμε. Και εμείς ερχόμαστε αντιμέτωποι με τα λάθη μας. Τα λάθη που ποτέ δεν πήραμε σοβαρά. Τα λάθη που τώρα φαίνεται να είναι ο μεγαλύτερος εχθρός μας. Κρυμμένοι στον φόβο, στην ταραχή. Άνθρωποι πεθαίνουν. Άλλοι γιορτάζουν. Μόνοι. Κανένας να τους αποχαιρετήσει. Κανένας να τους επισκεφθεί. Τόσο καιρό ζούσαμε θεωρώντας δεδομένα τα πράγματα που τώρα στερούμαστε. Ας πάμε πίσω λίγες εβδομάδες, λίγους μήνες. Τι κάναμε, τι συζητούσαμε, ποιες ήταν οι αιτίες των τσακωμών μας. Ας έρθουμε τώρα στο σήμερα. Ας κοιτάξουμε τι έχει όντως αξία. Μέσα σε αυτές τις μέρες άνθρωποι ήρθαν αντιμέτωποι με τη μοναξιά. Τι θα πει όμως κανείς με τον εαυτό του; Άλλοι ήρθαν αντιμέτωποι με την οικογένειά τους. Με τα παιδιά τους. Κι όταν επιτέλους κοίταξαν τα παιδιά και έζησαν μαζί τους, φανερώθηκαν τα λάθη τους. Τα λάθη που ποτέ δεν βρήκαν τον χρόνο να κοιτάξουν. Τα λάθη που κληρονόμησαν από αυτούς. Όλοι εμείς ως άνθρωποι αυτές τις μέρες πρέπει να κάνουμε κάτι περισσότερο από το να «μείνουμε σπίτι». Πρέπει να «μείνουμε σπίτι και να συλλογιστούμε». Να κοιτάξουμε τον εαυτό μας και να δούμε τα λάθη μας, να δούμε τι άνθρωποι είμαστε. Και τότε θα κατανοήσουμε τι πραγματικά θέλουμε, τι πραγματικά αξίζει στη ζωή μας.

Μόλις τελειώσει αυτή η πανδημία τίποτα δεν θα είναι το ίδιο. Κυρίως διότι θα μετρούμε απώλειες. Και οι απώλειες θα είναι αυξημένες, αν δε σταματήσουμε να κοιτάμε τα πράγματα τόσο επιπόλαια. Η επιπολαιότητά μας

σκοτώνει ανθρώπους. Ανθρώπους που ανήκουν κυρίως σε ευπαθείς ομάδες. Αυτή η οπτική όμως θα είναι πολύ διαφορετική, αν μέσα στα εκατομμύρια κρούσματα βρισκόταν ένα δικό σου πρόσωπο. Ο παππούς, η γιαγιά μας. Ο Θεός είναι μεγάλος. Ας ταπεινωθούμε. Ας μετανοήσουμε. Ας ζητήσουμε τη βοήθειά Του. Ας Τον ευχαριστήσουμε. Δε θα αρνηθεί. Οφείλουμε, όμως, να κατανοήσουμε πόσο μικροί και ασήμαντοι είμαστε εμείς. Πόσο ανήμποροι να αντιμετωπίσουμε τον αόρατο αυτό εχθρό. Δεν έχει σημασία εάν είμαστε μικροί, μεγάλοι, πλούσιοι ή φτωχοί. Όλοι το ίδιο ανήμποροι είμαστε. Όλοι το ίδιο σημαντικοί μπροστά στον παντοδύναμο Θεό. Ίσως αυτή να είναι η απάντηση. Ίσως αυτή να είναι η λύση. Ίσως πάλι να είναι μια δοκιμασία που στάλθηκε από τον Θεό, για να μάθουμε να μην θεωρούμε τίποτα δεδομένο. Να μάθουμε να εκτιμάμε και το πιο ασήμαντο. Για να κοιτάξουμε επιτέλους κατάματα τα λάθη που τόσο καιρό αποφεύγαμε. Κι αυτό ας μας γίνει μάθημα, όταν ξαναβγούμε εκεί έξω. Γιατί κανείς δεν έχει μεγαλύτερη αξία από κανένα άλλο σε αυτόν τον κόσμο. Γιατί η γη θα συνεχίζει να γυρίζει ακόμη και χωρίς εμάς. Γιατί η αγάπη είναι σημαντικότερη από την υπερηφάνεια μας. Κι αν δεν το καταλάβουμε τώρα, το επόμενο μάθημα ίσως είναι ακόμα δυσκολότερο. Στα μάτια του Θεού είμαστε ίσοι. Είμαστε παιδιά Του, πλασμένα κατ' εικόνα και καθ' ομοίωση. Ας ταπεινωθούμε λοιπόν, ας μετανοήσουμε, ας προσευχηθούμε να πάνε όλα κατ' ευχήν. Και το κυριότερο να μην ξεχνάμε να ευχαριστούμε τον Θεό. Για να έχει δουλειά το αγγελάκι και να μην βαριέται.

Ορθόδοξη ασκητική ζωή: από τη Βαβέλ του υπερκαταναλωτισμού, στην Εδέμ της ολιγάρκειας, από την ικανοποίηση των παθών στην υλοποίηση των αρετών, από τον εγωκεντρισμό στον θεανθρωποκεντρισμό, από την ανάγκη στην ελευθερία, από τη φιληδονία στην αληθινή αγάπη

Η συνειδητοποίηση του ανθρώπου ότι είναι άσκοπο να εγκλωβίζεται στην κατανάλωση μπορεί να τον οδηγήσει στον περιορισμό και τερματισμό της σπάταλης ζωής του, στην απομάκρυνση από τη φιλαργυρία, την πλεονεξία και τη φιληδονία. Ο άνθρωπος που στερείται, είναι αυτός που πιο εύκολα μπορεί να περιορίσει τις δικές του επιθυμίες. Επίσης, πιο εύκολα αναγνωρίζει την αξία, αλλά και τα δικαιώματα του συνανθρώπου του. Ο ασκητής εγκαταλείπει τον κόσμο όχι τοπικά αλλά ως τρόπο σκέψης. Με την ακτημοσύνη αποδεσμεύεται από τον υλικό κόσμο.

Ο άνθρωπος, όμως, που θέτει ως στόχο της ζωής του την απόκτηση υλικών χάνει την πνευματική του διάσταση και την προοπτική της αιωνιότητας. Όσο ο άνθρωπος απολαμβάνει ασταμάτητα, τόσο περισσότερο η ψυχή αποδυναμώνεται, γίνεται προβληματική και χωρίς επιθυμία για καλές πράξεις. Αντίθετα, ο άνθρωπος με την εγκράτεια, οδηγείται στην αρετή.

Ένα παράδειγμα είναι η νηστεία που μας μαθαίνει την εγκράτεια και την ολιγάρκεια. Ο άνθρωπος που δεν ζει με εγκράτεια, δεν έχει μάθει να περιορίζει τις επιθυμίες του. Η επιθυμία του ανθρώπου για συνεχείς απολαύσεις τον οδηγεί σε πνευματική σύγχυση η οποία μπορεί να περάσει, εάν ο άνθρωπος αλλάξει τρόπο ζωής και υιοθετήσει σε αυτή την ολιγάρκεια, την εγκράτεια, την ακτημοσύνη.

Η υπακοή και η έλλειψη υπερηφάνειας και εγωισμού δίνουν στον άνθρωπο χαρά. Απλοποιούν τη ζωή και την κάνουν μη εγωκεντρική. Ο ορθόδοξος ασκητισμός είναι ο δρόμος που οδηγεί τον άνθρωπο στην πραγματική και ουσιαστική πνευματική ελευθερία.

Τη Μεγάλη Εβδομάδα, καλούμαστε να προχωρήσουμε σε νηστεία και εγκράτεια, αφού συγχωρήσουμε ο ένας τον άλλον. Η λέξη συγχώρηση προέρχεται από το ρήμα συγχωρώ δηλαδή συν-χωρώ και σημαίνει χωρώ μαζί με τον άλλο. Για να μπορώ όμως να χωρώ μαζί με τον άλλο στον ίδιο χώρο, θα πρέπει να έχω νικήσει τον εγωισμό μου και να αποδέχομαι τους συνανθρώπους μου με αγάπη, συμπόνια και κατανόηση. Μόνο έτσι μπορεί ο άνθρωπος να πετύχει το ολοκληρωτικό δόσιμο στον Θεό. Η αγάπη προς τον Θεό και η αγάπη προς τον συνάνθρωπο, αλληλοπεριχωρούνται. Η αγάπη αυτή

εκφράζεται με λόγια, σκέψεις και πράξεις αγάπης. Πράξεις όπως ο εκκλησιασμός, το άναμμα του κεριού, το θυμιάτισμα στο σπίτι, η προσευχή, η ταπεινή φροντίδα του εαυτού μας και η προσφορά βοήθειας στον συνάνθρωπο.

Η άσκηση που όλοι καλούμαστε να υιοθετήσουμε στη ζωή μας τη Μεγάλη Εβδομάδα δεν είναι μόνο διανοητική ενασχόληση με τον Θεό. Είναι άσκηση τόσο πνευματική όσο και σωματική. Συνδυάζει την προσευχή, όπως για παράδειγμα, χρησιμοποιώντας το κομποσχοίνι αλλά και τη σωματική άσκηση, όπως για παράδειγμα οι μετάνοιες. Με τον τρόπο αυτό συμμετέχουμε ψυχή τε και σώματι στα Θεία.

Όταν ο Θεός τελείωσε τη δημιουργία του κόσμου ο άνθρωπος τη δέχθηκε ως θεία δωρεά, ως ευλογία. Η Ελλάδα αλλά και η Κύπρος με τις πολλές φυσικές ομορφιές, αγιάσθηκαν από πλήθος οσίων ασκητών, που κατασκήνωσαν σε αυτές και με τη βοήθειά της ομορφιάς αυτής ανέβηκαν πνευματικά και ενώθηκαν με τον Χριστό. Δυστυχώς, όμως, ο σύγχρονος άνθρωπος αυτή την ομορφιά την εκμεταλλεύτηκε και την καταδυνάστευσε, για να ικανοποιήσει τα πάθη του και τις επιθυμίες του. Αποτέλεσμα αυτής της εκμετάλλευσης είναι η διαταραχή της σχέσεως του ανθρώπου με τη φύση και η δημιουργία μεγάλων οικολογικών προβλημάτων. Η φυσική μόλυνση και καταστροφή του περιβάλλοντος αντανακλά την εσωτερική μόλυνση και πνευματική αλλοίωση του ανθρώπου. Σχετίζεται με διάφορα χαρακτηριστικά του ανθρώπου όπως η πλεονεξία, η απληστία, η φιληδονία.

Είναι λοιπόν καιρός ο άνθρωπος να αναθεωρήσει τις προτεραιότητές του και αυτό λαμβάνοντας υπόψη δύο σημαντικά γεγονότα της περιόδου που διανύουμε. Της περιόδου της πανδημίας του κορωνοϊού, η οποία μάς ανάγκασε να περιοριστούμε υλικά και μάς έδωσε ταυτόχρονα την ευκαιρία να αναπτυχθούμε πνευματικά και να επαναπροσδιορίσουμε τις ανάγκες μας, καθώς και την περίοδο του Πάσχα, που μάς δίνει την ευκαιρία να επιστρέψουμε στον Θεό, να μετανοήσουμε και να μάθουμε να ζούμε με βάση την ορθόδοξη άσκηση.

Ευστάθιος Βισβίκης ΣΤ΄ 4

Φαντάζομαι ότι είμαι ο Οδυσσέας και μονολογώ για τις περιπέτειές μου...

...Δέκα χρόνια πολεμούσα στην Τροία με τους συντρόφους μου και κάθε μέρα, ζούσα την αγωνία, αν θα τα καταφέρω να επιζήσω. Έχασα πολλούς από τους συντρόφους μου στον πόλεμο και πάντα είχα την ελπίδα ότι θα τα καταφέρω να επιστρέψω στην πατρίδα και στην οικογένειά μου.

Όταν τελείωσε ο πόλεμος και κατάφερα να αρχίσω επιτέλους το ταξίδι της επιστροφής, ένιωθα ανακούφιση που τελείωσε ο πόλεμος και ενθουσιασμό που θα έβλεπα ξανά την πατρίδα μου αλλά και την οικογένειά μου.

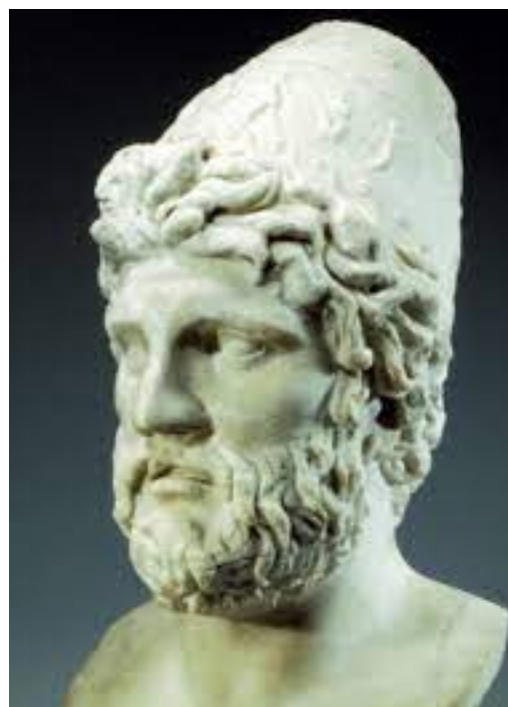
Ξεκίνησα το ταξίδι με μεγάλη χαρά όμως από την αρχή είχαμε βάσανα και δυσκολίες. Μετά που έχασα όλους μου τους συντρόφους κατάφερα να φτάσω στο νησί μου μετά από δέκα χρόνια ταλαιπωρίας.

Η πιο τρομακτική μου περιπέτεια ήταν στη χώρα των Κυκλώπων. Ένιωσα φρίκη όταν ο Κύκλωπας Πολύφημος έφαγε ζωντανούς μερικούς από τους συντρόφους μου! Όταν παγιδευτήκαμε στην σπηλιά του, ένιωσα απελπισία, γιατί ένιωθα πως αν δεν φεύγαμε θα μας έτρωγε όλους. Είχα, όμως, αυτοπεποίθηση ότι θα έβρισκα τη λύση, για να γλιτώσουμε. Έτσι, κρυφτήκαμε κάτω από τις κοιλιές των προβάτων και καταφέραμε να ελευθερωθούμε.

Πριν τελικά τα καταφέρω να φτάσω στο νησί μου, πέρασα από το νησί της Καλυψώς. Παρόλο που με φρόντισε, εγώ ένιωθα νοσταλγία για τον τόπο μου και για την οικογένειά μου. Οι θεοί άκουσαν τις προσευχές μου και είδαν τη λύπη μου και έτσι με άφησαν να γυρίσω στο νησί μου..

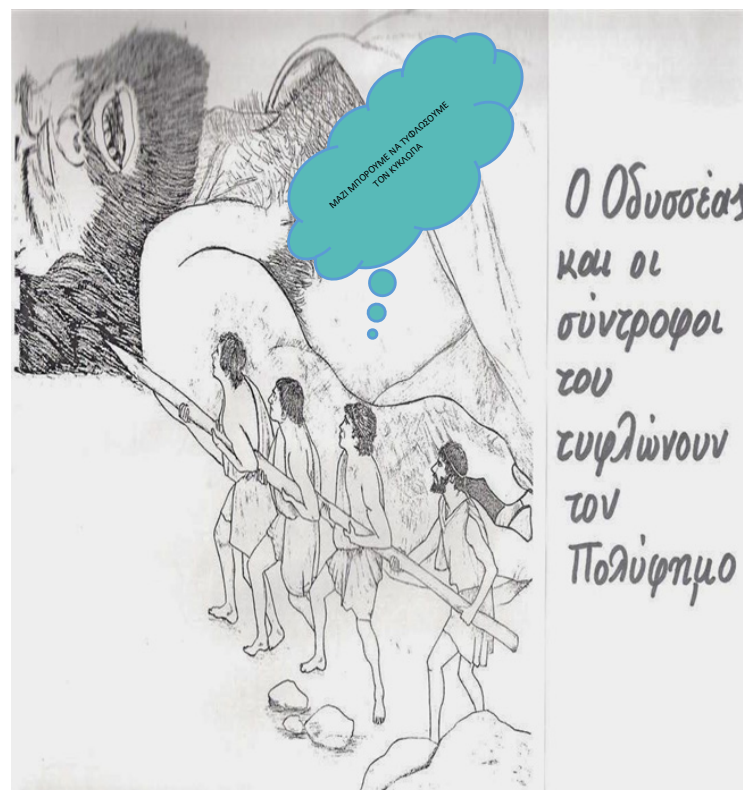
Από τότε ήμουν ο πιο ευτυχισμένος άνθρωπος του κόσμου...!

Τερέζα Μαρία Ιακωβίδου Α' 4



ΠΕΡΙΠΕΤΕΙΕΣ ΟΔΥΣΣΕΑ





Ποιος είναι ο Τεύκρος και πώς βοηθά στην εξέλιξη της πλοκής του έργου “Ελένη”.

Είναι ένας ήρωας ταλαιπωρημένος που βιώνει πολλά συναισθήματα. Ο φόβος μήπως συλληφθεί από τους Αιγύπτιους ο ενθουσιασμός και το ξάφνιασμα, όταν βλέπει την Ελένη είναι μερικά από αυτά. Ο Τεύκρος είναι ένα τραγικό πρόσωπο γιατί αγνοεί ότι η Ελένη που έχει μπροστά του είναι η πραγματική Ελένη. Άρα ίσως είναι κι ένας ήρωας που προκαλεί γέλιο εκτός από την πραγματικότητα που τον χαρακτηρίζει. Συμπερασματικά, θεωρώ πως έχει ενδιαφέρον ο ρόλος του Τεύκρου, γιατί ο ηθοποιός έχει δύσκολο έργο να διατελέσει με πολλές ψυχολογικές μεταπτώσεις. Από την άλλη πλευρά είναι το πρόσωπο που δίνει σημαντικές πληροφορίες στην Ελένη, αφού την ενημερώνει πως ο Μενέλαος ζει.

Αλέξανδρος Κάκκουρας Γ΄2

Έχοντας υπόψη σας την τύχη της Ελένης αλλά και τη σύγχρονη εποχή, πιστεύετε τελικά πώς η εξωτερική ομορφιά είναι ευχή ή κατάρα για έναν άνθρωπο; Είναι προνόμιο ή μειονέκτημα;

Η εξωτερική ομορφιά είναι ευχή για έναν άνθρωπο. Είναι πλεονέκτημα να είναι κανείς όμορφος και να ξεχωρίζει για την ομορφιά του.

Αντίθετα, η Ωραία Ελένη του Ευριπίδη, υπέφερε πολύ λόγω της εξωτερικής της εμφάνισης, αφού τη θεωρούσαν άτιμη και αιτία του Τρωϊκού Πολέμου και των σκοτωμών του. Η ομορφιά, όμως, δεν είναι ντροπή και ούτε αιτία για καταστροφές.

Ο κάθε άνθρωπος είναι μοναδικός. Ο καθένας από εμάς έχει μοναδική ομορφιά. Όλοι οι άνθρωποι ζούμε πότε καλά και πότε δύσκολα. Η ομορφιά δεν είναι η αιτία, ούτε για τα καλά που περνούμε, ούτε για τα δύσκολα, ούτε για τις χαρές μας και ούτε για τις λύπες μας.

Η ομορφιά, λοιπόν, για μένα είναι ευλογία και όχι κατάρα για έναν άνθρωπο.

Μάριος Ορφανίδης Γ΄2



My perfect neighbourhood

My neighbourhood is great and I love living there but I think that if we made some changes, my neighbourhood would be even better. For this reason, I have got a few ideas.

I think we should have a bigger Internet café because I love playing video games. Moreover, it would also be fun to have a Sports Centre with a swimming pool so everyone can go there to play sports or swim. Furthermore, I would like my neighbourhood to have a playground with a football field because people enjoy this sport. If we have a bicycle lane too, we will ride our bikes around the neighbourhood and there will be less traffic on the roads. Lastly, I would also like a park with a lot of big trees. This will make my neighbourhood look nicer.



If my neighbourhood had all these things, it would be the most perfect place in the world. So why not change it a bit?



Dimitris Iakovou A' 2

Robot teacher

In some countries especially in Japan, they have created a robot teacher. It can be a walking machine with an iron head and a round body with two feet and with a pair of eyes, or it may look like an iron doll. It moves around and gives out the lesson to students. Is this the way to the future? Can we replace human teachers with robots?

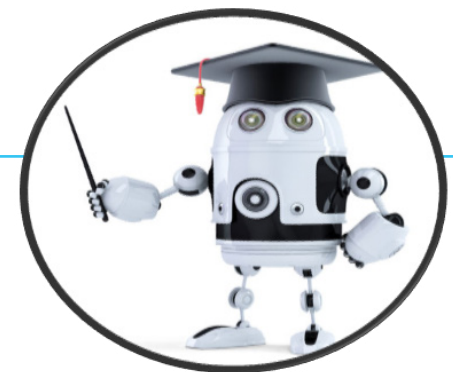
The specialist says a robot is better than

no teacher at all where you cannot have human teachers. Also, a robot doesn't get tired or stressed, or shouts at students. He speaks, maybe asks questions and wants an answer back only.

On the other hand, a robot will not know you by your name. It has no feelings and cannot help students that need special help. Furthermore, it will not help students to develop social skills, and students cannot follow the good example

set by a good teacher. Humans need to feel and if you take that away from young people, they will feel confused.

Maybe a robot teacher is a good thing when you are older. But at my age, having a robot teacher is not a very good idea. We need to feel human after all.



Constantinos Aravis B' 1

The best place I have ever visited

Do you want to visit a city that is naturally beautiful but also has a lot of technology to offer? Then you should visit California, USA. I went there last winter for Christmas with my family. Our holidays lasted two weeks and every day was amazing.

Everything was great. There are a lot of big buildings in California and some of them were covered in snow as it was very cold. There are beaches and enough shops to buy different clothes and souvenirs every day. Another thing I liked was the sunset. When you are

at a very high spot, it is like being right next to the sun. I also loved the fact that there are a lot of people who live in California but come from Spain or Africa. There's no racism there.

My favorite place was the mountain that has the "Hollywood" sign on it because you can go camping there and see all of California from the top. The view is fantastic!

There are just so many fun and exciting things to do there. I can't wait to go back!



Marios Savva D' 4

Which item do teenagers need the most – a mobile phone or a computer?

Both mobile phones and computers are important and make our lives easier but teenagers have different opinions about them. Some of them prefer using mobile phones while others prefer using computers.

Let's start with the mobile phones. There are many things you can do with them. For example, you can talk to family and friends and see them at the same time through video call. You can send text messages and photos, send emails, play games, download music and watch films. Also, you can look things up on the Internet, read online magazines and

go onto Facebook and Instagram.

And what about computers? You can do almost everything the same way as you do it by using mobile phones. However, if you use a computer, you can also do your homework and projects for school easily. Another thing is that a computer has a bigger screen.

If you ask me, I prefer my mobile phone because it is the one I use the most. But, it is very important for every teenager to have a computer too, so they can do the things that they can't do with the help of a mobile phone.



Nektarios Nikolaou B' 1

Short Story Time

Greg looked at the sky and wondered if they should turn back. The sky began to darken and the wind started to blow stronger. Greg and his friends regretted not checking the weather forecast before! They found themselves in a boat, trapped in the middle of the ocean.

All of a sudden wild big waves started to hit the boat and dense hail started to hit them violently. They were trying to protect themselves by covering their heads. The storm lasted for only five minutes. These were the worst five minutes of their lives...

Or so they thought...Their relief lasted for only a few seconds before they had to face a bigger and even more serious problem.

Two enormous white sharks surrounded their boat and started attacking them. They were so terrified that in order to distract them, they threw every single item they had in the sea. They were so determined to save their lives that they didn't even notice the luxurious yacht approaching them. Luckily, the enormous yacht scared the sharks

away. The crew threw them a rope to tie their boat.

It was unbelievable! From one moment to another, instead of being a shark's supper they ended up partying in the luxurious yacht drinking champagne.

Vasiliki Herakleous D' 2

Top 10 News Stories that Shocked the World

1	On April 14th 1912, the Titanic collided with an iceberg and sank on her maiden voyage. Of the 2,208 people aboard ship only 712 survived.	
2	On May 19th 1536, Anne Boleyn, became the first English queen to be publicly executed. Her death is so familiar that it is hard to imagine how shocking it would have been.	
3	350 years ago the Great Fire of London, destroyed more than 65,000 homes and 13,000 buildings including the Royal Exchange and the original St Paul's Cathedral.	
4	On 12 April 1961, Soviet cosmonaut Yuri Gagarin became the first human to journey into space, making a 108-minute orbital flight in his Vostok 1 spacecraft.	
5	In 1922, British archaeologist Howard Carter and his team found the intact tomb of an Egyptian pharaoh of the 18th Dynasty, Tutankhamun.	

6	Arguably one of the most remarkable moments in history, in 1661 the body of Oliver Cromwell was exhumed from Westminster Abbey to be 'executed' for treason.	
7	On August 6th 1945, America dropped a nuclear bomb on the Japanese city of Hiroshima, killing around 135,000 people.	
8	WW1 was arguably the first truly global conflict and claimed the lives of more than nine million soldiers and an unknown number of civilians.	
9	For almost 30 years the Berlin Wall separated Germany's communist east from the US-friendly west.	
10	In 1692, some men and women were found guilty of witchcraft and executed in the small religious community of Salem, Massachusetts, in northeastern America.	
Bibliography: historyextra.com		
Angelina Tomazou Ε' 2		

10 Ways You Can Protect The Environment

1) Use Reusable Bags

Plastic grocery-type bags that get thrown out end up in landfills or in other parts of the environment. These can suffocate animals who get stuck in them or animals may mistake them for food.

**2) Recycle**

Recycling is such a simple thing to do. It saves energy, it also reduces greenhouse gas emissions, which helps to tackle climate change. Recycling helps conserve important raw materials and protects natural habitats for the future.

**3) Save Electricity**

Use energy-efficient light bulbs instead of regular bulbs. They last longer, which will save you a bit of money. Turn off lights, the TV, and other appliances when you are not using them. Lower your air conditioning or heat when it's not necessary. This is especially true for between seasons. Open your windows in the early fall or layering your clothes in the early fall.

4) Save Water

Water is wasted more frequently than we can see. Turn off the faucet as you are brushing your teeth. Don't turn your shower on until you're ready to get in and wash your hair. Limit your water usage as you wash the dishes.

5) Use products that are environmentally favourable.

Products that are free of dyes, flavours, preservatives and fragrances and are never tested on animals will make you feel great about saving the environment.

6) Inspire others

Share your love of the natural world with those around you, encourage your family and friends to take part in outdoor activities.

7) Don't throw trash on the ground

If you throw rubbish on the ground it pollutes the air and makes earth look bad.

**8) Upcycle more**

Get creative with your useless or unwanted items by upcycling—basically, turning trash into treasure. Creating something new such as artwork, toys or jewelry is both satisfying and one of the best ways to protect the environment. Not only does it keep items out of the trash, it can prevent having to purchase new items, which require lots of resources to produce.

9) Buy local

While we're on the topic of shopping, it's important to think about the path your stuff takes just to get to you. All that packaging, combined with the fuel needed for delivery, really takes a toll on the environment. Instead, check out your local farmers market for fresh, package-free food; try eating at a farm-to-table restaurant; and buy from local artists, clothing makers, and retailers before you click for that two-day shipping.

10) Reuse

Simply reusing old items can help protect the environment. Glass containers can be used for storing food or other items, cereal bags can be used in place of Ziploc bags, and old or unused items can be sold in a yard sale; it's about finding alternative uses for items so that waste can be reduced.

Bibliography: www.fastweb.com

Marilia Hadjimichael C' 4



A Person I Admire~~~~~ DR Denis Mukwege



One of the people that I admire.

1. I especially admire Denis Mukwege.
2. I saw his article online a few years ago and I became interested and started researching him on the internet.
3. I believe that he is the most kindhearted person in the whole world because he helps women who had been raped and treats their injuries. He is a gynecological surgeon and he built "the Panzi hospital" where women can give birth, be treated and live to raise their children in a safe place in the Congo.



Why do I admire him?

1. First, I admire him so much because he helps a lot of people without wanting anything in return.
2. Secondly, he gives everything he can to people who need help as he needed in the past. He has transformed his house into a hospital and has performed surgeries in his living room, all to help these unfortunate women, all free of charge.



How has Denis influenced my life?

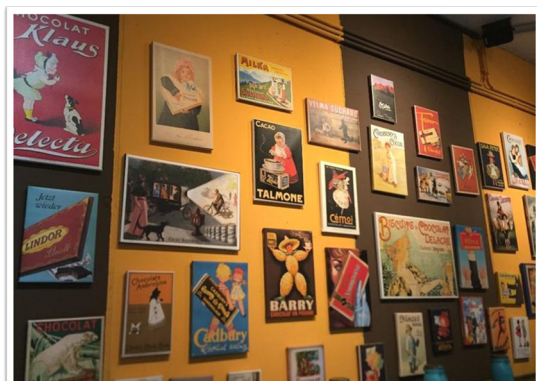
- Denis Mukwege has influenced my life for the better.
- He has made me understand that I should not expect anything in return when helping others.
- I would like one day to become like him and do something special to help other people.



Vasiliki Hadjikypry C' 3



Vienna's chocolate museum is a big place that it has chocolate everywhere! The museum has got 2 floors. On the first floor, you can buy and make your own chocolate. On the second floor, you can see statues and sculptures of chocolate.



Vienna's Chocolate Museum Is amazing because you can create you own chocolate, take lessons and buy some fresh chocolate!



I would recommend for EVERYONE to visit this museum!

Elias Olympios A' 2

Toe Wrestling

Toe Wrestling was invented by four drinkers in Ye Olde Royal Oak Inn in Wetton, Staffordshire in 1974. Pete Cheetham, Eddie Stansfield, Pete Dean, and Mick Dawson created toe wrestling. A rule board was produced by the signwriters at the Yorkshire Evening Post



The rules and how the game/sport is played

- The players must take off their shoes and socks as the game is played with bare feet.
- It is common courtesy for each player to remove the other player's shoes and socks.
- The players must link toes and each player's foot must touch flat on the other person's foot.
- The opponents proceed to attempt to pin (capture or trap) the other's foot for three seconds while avoiding the same.
- There are 3 rounds played on a best 2 out of 3 basis.
- Rounds are played first with the right foot, then left, and right again if necessary.



My opinion about this very weird and interesting sport...

- I find this sport interesting because I believe that is difficult to have to use your toe to pin (capture) someone else's toe.
- I also believe that is a very weird sport because you must touch someone else's toes.

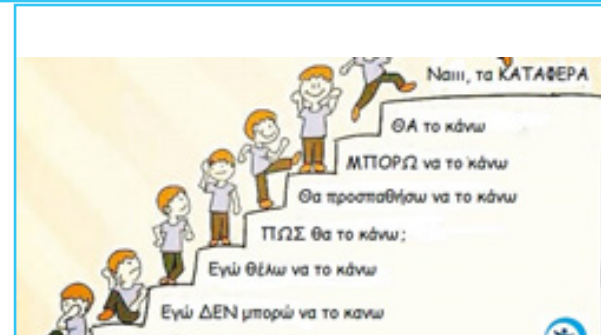
I find that really disgusting!



Elpida Tsielepa B' 2

Αυτοπεποίθηση και αθλητισμός

Πώς ενισχύεται η αυτοπεποίθηση των εφήβων μέσα από τα διάφορα σπορ και τον αθλητισμό;



Σημαντικές τεχνικές που ενισχύουν την αυτοπεποίθηση των εφήβων μέσω του αθλητισμού είναι οι εξής:

- **Αυτοδιάλογος:** Το άτομο αναφέρει λέξεις ή σκέψεις θετικής φύσης που τον οδηγούν σε θετικά συναισθήματα. Για παράδειγμα, λέξεις όπως «μπορώ», «πάμε», «θα τα καταφέρω» κλπ., βοηθούν το άτομο να τονώσει την αυτοπεποίθησή του, αλλά και να διατηρήσει τη συγκέντρωσή του ή να βελτιώσει τη διάθεσή του.
- **Δύσκολες ασκήσεις προπόνησης:** όσο υψηλότερο είναι το επίπεδο της προπόνησης, τόσο περισσότερη προσπάθεια θα καταβάλλει ο κάθε αθλητής, για να βελτιωθεί. Επομένως, όταν το άτομο νιώσει ότι βγάζει εις πέρας ένα δύσκολο και απαιτητικό πρόγραμμα, τότε δημιουργούνται ευχάριστα συναισθήματα που αναπτύσσουν ακόμα περισσότερο την αυτοπεποίθηση.
- **Ενθάρρυνση από προπονητές/γονείς:** είναι πολύ σημαντικό να υπάρχει ένα υγιές περιβάλλον στον περίγυρο του κάθε εφήβου, αφού η θετική ανατροφοδότηση συμβάλλει στο να σκέφτονται τα παιδιά θετικά και να μην το βάζουν κάτω. «Πιστεύεις στον εαυτό σου ή στον αντίπαλο;». Μια τέτοια ερώτηση θα κινητοποιήσει το παιδί και θα το κάνει να πιστέψει περισσότερο στον εαυτό του και τις δυνατότητές του.
- **Αντιμετώπιση αποτυχίας:** είναι σημαντικό να μάθουν τα παιδιά να επιτρέπουν στον εαυτό τους να αποτύχουν και ταυτόχρονα να νιώθουν ότι τους το επιτρέπουν και οι γύρω τους. Η διαχείριση μιας ήττας είναι που θα τα διδάξει να κοιτάζουν μπροστά και να νιώθουν καλά με τον εαυτό τους για την προσπάθεια που κατέβαλλαν.

Η ανάπτυξη της αυτοπεποίθησης είναι μια συνεχής διαδικασία που ξεκινά από την παιδική ηλικία και συνεχίζει και στην ενήλικη ζωή του ατόμου. Το στάδιο της εφηβείας είναι ένας σημαντικός σταθμός στη ζωή του κάθε ατόμου, στο οποίο χρειάζεται το άτομο να είναι σωματικά και ψυχολογικά έτοιμο να αντιμετωπίσει τις δυσκολίες που μπορεί να προκύψουν ανά πάσα στιγμή. Γι' αυτό θα πρέπει να υπάρξουν γερές βάσεις από νωρίς και αυτό μπορεί να επιτευχθεί μέσω του αθλητισμού και της εκγύμνασης.



Κωνσταντίνα Μαντουρίδου Ε' 2



Συχνό, δυστυχώς, φαινόμενο είναι η βία στα γήπεδα. Πόσες φορές ακούσαμε για βία σε έναν αγώνα ποδοσφαίρου, μεταξύ των οπαδών; Το φαινόμενο αυτό προκαλεί ταραχή και κακό σε άτομα, τα οποία δυστυχώς δεν εμπλέκονται καν με το τί γίνεται. Άτομα τα οποία πήγαν να παρακολουθήσουν απλά το παιχνίδι αλλά έφυγαν είτε σωματικά είτε ψυχολογικά τραυματισμένοι.

Παράγοντες του φαινομένου αυτού είναι οι εξής:

Πολλές φορές, δυστυχώς, ο αθλητικός τύπος και τα μέσα μαζικής ενημέρωσης εξάπτουν τον φανατισμό και ενθαρρύνουν τη βίαιη συμπεριφορά σε σχέση με τον αθλητισμό.

Ακόμα, η μανία των ανθρώπων για τη νίκη δημιουργεί ένα πολύ ανταγωνιστικό περιβάλλον, με αποτέλεσμα τον φανατισμό.

Επίσης, οι πιεστικές συνθήκες ζωής της πόλης αποτελούν παράγοντα της δυσάρεστης αυτής κατάστασης. Οι άνθρωποι λόγω του άγχους και της πίεσης των συνθηκών που επικρατούν, θέλουν κάπου να ξεσπάσουν, οπότε βρίσκουν αφορμή να ασκήσουν βία στα γήπεδα. Μπορούμε να πούμε ότι είναι για κάποιους ένας τρόπος εκτόνωσης. Επιπρόσθετα, παίζουν ρόλο οι διαιτητές, οι οποίοι με την συμπεριφορά τους κάποιες φορές έχουν σκοπό να ξεσηκώσουν το πλήθος.

Τρόποι αντιμετώπισης της βίας:

Αν και οι καταστάσεις που δημιουργούνται στα γήπεδα είναι πολύ ακραίες, κάποιες φορές, υπάρχουν τρόποι, για να αντιμετωπιστεί το φαινόμενο αυτό. Αρχικά, θα πρέπει να υπάρχουν αυστηρές ποινές έναντι των παραγόντων που προωθούν τον φανατισμό. Οι ποινές αυτές θα μπορούσαν να είναι πρόστιμα ή ακόμη και ποινή φυλάκισης, αν η κατάσταση είναι πολύ ακραία.

Ακόμη, θα πρέπει να γίνεται αυστηρός σωματικός έλεγχος των οπαδών, πριν την είσοδο τους στο γήπεδο, για τυχόν αντικείμενα τα οποία μπορούν να θεωρηθούν επικίνδυνα.



Συνέπειες:

Λογικό είναι όταν ένα άτομο γίνεται αυτόπτης μάρτυρας ή πέφτει θύμα βίαιου περιστατικού στο γήπεδο, αυτό να επιφέρει σοβαρές επιπτώσεις τόσο στη σωματική όσο και στην ψυχική του υγεία. Δεν είναι λίγες οι φορές που η βία στα γήπεδα στοίχισε ανθρώπινες ζωές και προκάλεσε σοβαρούς τραυματισμούς, αφού τα γήπεδα μετατρέπονται πολλές φορές σε ρίνγκ μονομαχίας. Οι οπαδοί, αθλητές ή ακόμα και διαιτητές χάνουν τον έλεγχό τους και καταφεύγουν σε πολύ βίαιες πράξεις, οι οποίες μπορεί να στοιχίσουν τη ζωή κάποιου συνανθρώπου τους. Επιπλέον, καταρρακώνεται η αξιοπρέπεια των θυμάτων και πολλοί πάσχουν από ψυχολογικά προβλήματα για την υπόλοιπη τους ζωή.



Βικτώρια Σαββίδου Δ΄3

Οι μικροί αθλητές στην περίοδο της καραντίνας

Ο κορωνοϊός σε εμάς τα παιδιά στέρησε πολλά και ένα από αυτά είναι η επαφή μας με τον αθλητισμό. Κλειστήκαμε σπίτι χωρίς φίλους, μπροστά από μια οθόνη και δεν είχαμε το δικαίωμα να πάμε για προπόνηση έτσι ώστε να διασκεδάσουμε και να ξεδώσουμε ή να εκτονωθούμε.

Το κάθε παιδί μέσα από την προπόνηση προσπαθεί να γίνει καλύτερο, βάζει στόχους και βελτιώνεται. Άρα, χωρίς την προπόνηση και τον αγώνα έρχεται η βαρεμάρα, η απόγνωση και πολλά περιττά κιλά.

Σε καμία περίπτωση η διαδικτυακή προπόνηση δεν μπορεί να εξισωθεί με την διά ζώσης επαφή που είχαμε με τους προπονητές και τους συναθλητές μας, κυρίως όσον αφορά τα ομαδικά αθλήματα.

Υπήρχαν παιδιά που στόχευαν να πάρουν υποτροφίες μέσω του αθλητισμού και να πετύχουν τα όνειρά τους, αλλά η καραντίνα δυστυχώς τους το στέρησε.

Καταλήγουμε λοιπόν στο συμπέρασμα, ότι ο κορωνοϊός είναι ένα μεγάλο πλήγμα για τα παιδιά που ασχολούνται με τον αθλητισμό και οι συνέπειες θα φανούν στην επομένη γενιά αθλητών. Ελπίζουμε βέβαια ότι σύντομα όλο αυτό θα τελειώσει και θα μπορέσουμε να αναπληρώσουμε τις χαμένες ώρες και να επιστρέψουμε κανονικά στην καθημερινότητα και στη ρουτίνα μας που τελικά μετά από τόσο καιρό συνειδητοποιούμε ότι μας έλειψε πολύ!

Άγγελος Βύντρα Α΄2





Η συμβολή των μαθηματικών στο ποδόσφαιρο !

Ας εξετάσουμε πως ένα σχολικό μάθημα συνδέεται έντονα με κάτι που λίγο - πολύ όλοι ασχολούμαστε. Για παράδειγμα με τον αθλητισμό. Η απάντηση είναι απλή. Αυτό επιτυγχάνεται μέσω των στατιστικών, κάτι που παρατηρείται σε κάθε λογής άθλημα. Στο τένις δίνεται μεγαλύτερη έμφαση στις πιθανότητες και τα ποσοστά νίκης κάθε τενίστα πριν το παιχνίδι, στο μπάσκετ στην καταμέτρηση πόντων, ριμπάουντ, λει απ, κλεψιμάτων και ασίστ. Στο ποδόσφαιρο, όμως, που είναι το πιο δημοφιλές άθλημα με τους περισσότερους οπαδούς τι συμβαίνει ; Στον τομέα του ποδοσφαίρου, η συνεισφορά αυτή είναι κάτι παραπάνω από σημαντική για τους θεατές και καταλυτική για τους παίκτες. Με σύμμαχο την τεχνολογία, η οποία συνεχώς εξελίσσεται, το έργο του να μάθει κάποιος τα στατιστικά ενός παιχνιδιού ή ειδικότερα ενός παίκτη γίνεται συνεχώς όλο και πιο απλοϊκό. Στις μέρες μας, υπάρχουν διάφορα μέσα από τα οποία κάποιος μπορεί να προμηθευτεί αυτές τις γνώσεις, όπως για παράδειγμα το ίντερνετ που οδηγεί σε εξειδικευμένες εφαρμογές και ιστοσελίδες. Τα στατιστικά, όμως, εκτός από τους οπαδούς βοηθούν και τους παίκτες. Αυτό έδειξε τουλάχιστον η δανικής προελεύσεως ομάδα, Μίντιλαντ, η οποία πρωτοπόρησε στον τομέα αυτό. Συγκεκριμένα, στο ημίχρονο του παιχνιδιού, αντί οι παίκτες να ακούν συμβουλές για τον τρόπο βελτίωσης του παιχνιδιού τους, βλέπουν εκτενέστερα τους τομείς που πρέπει να δώσουν περισσότερη έμφαση, μέσω των στατιστικών. Σε αυτό βοηθούν και αλλά μέλη της ομάδας. Με τον τρόπο αυτό, οι ποδοσφαιριστές βελτιώνονται στα σημεία που χρειάζεται, κάτι που τους γλιτώνει από κάποια πιθανή αλλαγή.

Επιπρόσθετα, τα στατιστικά λειτουργούν και ως ένα μέσο “γνωριμίας” μιας και, αν μια ομάδα ενδιαφέρεται για έναν παίκτη, το πρώτο πράγμα που θα κοιτάξει είναι τα στατιστικά του, στατιστικά που αλλάζουν ανάλογα τη θέση. Λόγου χάρη, αν η περίπτωση αφορά επιθετικό, τότε οι ομάδες θα εστιάσουν στα γκολ και τις ασίστ του, αν αμυντικό, στο ποσοστό ευστοχίας του σε μεταβιβάσεις και τα αμυντικά του καθήκοντα. Τέλος, αν πρόκειται για τερματοφύλακα, στο πόσες φορές κατάφερε να διατηρήσει ανέπαφη την εστία του. Με τη σειρά του αυτό βοηθά και στην ψυχολογία των αθλητών. Γνωρίζοντας κάποιος ότι διαθέτει καλά στατιστικά, συνεχίζει να αγωνίζεται και να δίνει την πιο αποδοτική πτυχή του εαυτού του με σκοπό να συνεχίσει να τα έχει, κάτι που κάνει καλό τόσο σε ατομικό (αθλητή) όσο και σε συλλογικό επίπεδο (ομάδα).

Στον αντίποδα τώρα, ας μην παραλείψουμε και κάποια αρνητικά που προκαλούνται λόγω της ύπαρξης των στατιστικών. Αρνητικά όπως για παράδειγμα, οι αριθμοί, οι οποίοι εκτός από τα θετικά φανερώνουν και τα αρνητικά ενός παίκτη. Όσο αποκαλύπτουν την ανοδική του πορεία, άλλο τόσο το κάνουν και στην αντίθετη περίπτωση, δηλαδή την καθοδική, κάτι που πολλές φορές προκαλεί προβλήματα. Η αποχή ενός επιθετικού από το γκολ ή ενός αμυντικού από την ανέπαφη εστία οδηγεί στην κριτική, κάτι που διαστρεβλώνει την εικόνα των ποδοσφαιριστών και σε καμία περίπτωση δεν τους βοηθά να ανακάμψουν. Επιπλέον, λόγω της πληθώρας των ανθρώπων που καταγράφουν τα στατιστικά αυτά, πολλές φορές προκαλούνται λάθη. Λάθη τα οποία

οδηγούν στην παραπληροφόρηση των αναγνωστών ή και θεατών. Η ψεύτικη αυτή μεταφορά της είδησης οδηγεί τον οπαδό στα να διαμορφώσει λανθασμένη εικόνα για τα όσα αντικρίζει, κάτι που τις περισσότερες φορές μεταφέρεται και σε άλλους λόγω της επικοινωνίας και του διαλόγου.

Συμπερασματικά, τα στατιστικά οδηγούν ομάδες στην υποβάθμιση. Σε περίπτωση ισοβαθμίας στις τελευταίες θέσεις, προκειμένου να γίνει γνωστό ποια ομάδα θα υποβιβαστεί, οι αρμόδιοι ανατρέχουν στα στατιστικά της σεζόν κάθε ομάδας. Αυτά περιλαμβάνουν, τέρματα που έχουν δεχθεί και σκοράρει αντίστοιχα, νίκες και ήττες. Μπορεί να θεωρηθεί και θετικό αυτό, αλλά αν αναλογιστεί κανείς ότι τις πλείστες φορές ομάδες οι οποίες βάση εικόνας και ποιότητας ποδοσφαίρου δεν αξίζουν να παραμείνουν στην κατηγορία, εν τέλει το επιτυγχάνουν εξαιτίας ενός στατιστικού δείκτη, καταλήγουμε στο ότι δεν είναι και κάτι θετικό, γιατί έτσι υποβαθμίζεται η συλλογική ποιότητα ποδοσφαίρου του πρωταθλήματος. Αναμφίβολα, υπάρχουν και θετικές αλλά και αρνητικές πτυχές επί αυτού, αλλά σίγουρα η ύπαρξη των μαθηματικών και ειδικότερα των στατιστικών στον κλάδο αυτό είναι κάτι που έχει βοηθήσει πολύ, και έπεται συνέχεια, λόγω του ότι η τεχνολογία εξελίσσεται συνεχώς όπως και η επέκταση των στατιστικών σε όλο και περισσότερες παραμέτρους ενός αθλητικού αγώνα ή αθλητή. Τα στατιστικά αναντίρρητα αποτελούν ένα σημαντικό κομμάτι του σύγχρονου αθλητισμού αλλά είναι η πηγή από την οποία ξεκινούν διάφορες “διαμάχες” και αντίλογοι.

Νικόλαος Κοτσώνης ΣΤ΄6

Η καταστροφή που επιφέρει ο άνθρωπος στο Φυσικό Περιβάλλον

Περιβαλλοντικά προβλήματα ονομάζονται οι διαταραχές στη γήινη βιόσφαιρα και στο φυσικό περιβάλλον, οι οποίες συνηθίζεται να αποδίδονται στην ανθρώπινη δραστηριότητα. Στον βαθμό που τα οικολογικά προβλήματα απειλούν την επιβίωση ενός πληθυσμού, οδηγούν σε μία οικολογική κρίση. Στα περιβαλλοντικά προβλήματα συγκαταλέγονται η περιβαλλοντική ρύπανση, η κλιματική αλλαγή, η τρύπα του όζοντος, η αποδάσωση, η ερημοποίηση, η εξαφάνιση βιολογικών ειδών, η όξινη βροχή κ.λπ. Κάθε χρόνο, οι περιβαλλοντικοί κίνδυνοι, όπως η μόλυνση του περιβάλλοντος, το παθητικό κάπνισμα, το μολυσμένο νερό, η έλλειψη αποχέτευσης και η ευρύτερη ανεπαρκής υγιεινή, καταστρέφουν τις ζωές 1,7 εκατομμυρίων παιδιών κάτω των πέντε ετών κάθε χρόνο. Γενικά ως μόλυνση χαρακτηρίζεται η οποιαδήποτε παρουσία παθογόνων μικροβίων είτε σε αντικείμενα κοινής χρήσης είτε ειδικότερα στην επιφάνεια ενός ζωντανού οργανισμού ή και την διείσδυσή τους εντός αυτού. Μερικές φορές, γίνεται λόγος για τη μόλυνση του περιβάλλοντος, ενώ συνήθως εννοείται η ρύπανση. Αν ωστόσο, μεταξύ των ρύπων υπάρχουν και παθογόνοι μικροοργανισμοί τότε και μόνο, γίνεται λόγος για μόλυνση. Η μόλυνση της ατμόσφαιρας με τις αναθυμιάσεις από τις βιομηχανίες, τα εργοστάσια, τα καυσαέρια από τα τροχοφόρα δηλητηριάζουν τη φύση και χειροτερεύουν τις συνθήκες ζωής του ανθρωπίνου είδους.

Σταύρος Κούρουκλος Β'1

Ποιος νοιάζεται

Όπου σταθείς, όπου βρεθείς
εκεί θα 'ναι το ξέρεις, θα τα δεις
μα δε θα κάτσεις να συλλογιστείς
αμέσως θα τα προσπεράσεις δίχως να ντραπείς.
Εξάλλου ποιος νοιάζεται.

Με κάθε σου σκουπίδι ένα πουλί πεθαίνει
κι ένα άλλο σταματάει ν' ανασαίνει.
Εσύ προχωράς και ανεβαίνεις
μα όταν σε ρωτάνε λες πως καλό είναι να σωπαίνεις
Εξάλλου ποιος νοιάζεται.

Δεν έχεις θάρρος να μιλήσεις
κι έτσι απλά τους άλλους θα ακολουθήσεις
τους ανθρώπους να αλλάξεις λες δεν μπορείς
μα μετά έκπληκτος κάθεσαι και απορείς.
Εξάλλου ποιος νοιάζεται.

Νομίζουν όλοι πως κάποιος θα 'ρθει
σαν από μηχανής θεός κι η φύση θα σωθεί
κι όμως καταστρέφοντας αυτήν
παίζουν, αλλά χάνουν τη ζωή.
Εξάλλου ποιος νοιάζεται.

Ανδρεάνα Κυπριανού, Β' 2

Σκέψεις και συναισθήματα κατά την περίοδο της πανδημίας COVID-19, η οποία συμπίπτει με τη χρονιά που είμαι τελειόφοιτος/η Σχολική Χρονιά 2020-2021

Α. Σοφία Στροφύλλα ΣΤ'4

Όλα ξεκίνησαν τον Οκτώβρη του 2019. Μαζί με τα καγκουρό που καίγονταν στην Αυστραλία, ακούγαμε και για μια πανδημία που κλυδώνιζε την Κίνα. Δεν φανταζόμασταν ποτέ πως αυτή η πανδημία θα ήταν μακρόβια και παγκόσμιας εμβέλειας. Δεν φανταζόμασταν επίσης ποτέ πως από εκεί που το κύριο θέμα συζήτησης ήταν η παγκοσμιοποίηση και το προσφυγικό, θα καταλήγαμε να συζητάμε για ένα μήνυμα που θα έπρεπε να στείλουμε προκειμένου να πάρουμε μια δόση οξυγόνου. Όπως και το να μετράμε από την πλήξη του εγκλεισμού πόσα πλακάκια έχει το πάτωμα και πόσα κομμάτια ψηφιδωτού το μπάνιο.

Όλα αυτά όμως έφυγαν, διότι μας περίμενε ένα καλοκαίρι γεμάτο εμπειρίες το οποίο θα μας ξεκούραζε από την ξεκούραση. Κι έτσι οι μέρες και οι μήνες πέρασαν κι εμείς επιστρέψαμε στην κανονικότητά μας. Μέχρι που το δεύτερο κύμα του ιού μας χτύπησε το κουδούνι, κι εμείς με ενθουσιασμό, λες και περιμέναμε κάποιον φίλο που είχαμε καλέσει, κάναμε το λάθος και ανοίξαμε την πόρτα του σπιτιού μας. Τον Νοέμβρη λουπόν του ίδιου έτους, όπως γρήγορα ανοίξαμε την πόρτα μας, άλλο τόσο γρήγορα την κλείσαμε. Και μαζί με εκείνη, κλειστήκαμε κι εμείς στον εαυτό μας, τις σκέψεις και τις αναμνήσεις της κάποτε ελεύθερης ζωής μας. Και κάπως έτσι, οι αγκαλιές άρχισαν να εκλείπουν και το face time να γίνεται ο καλύτερός μας φίλος...

Παρ' όλ' αυτά, με σχολεία κλειστά και μυαλά (ακόμη) ανοιχτά, συνεχίζουμε να ελπίζουμε πως οι καλύτερες μέρες θα έρθουν, κι αν δεν έρθουν, θα τις φέρουμε εμείς. Κι έτσι εύκολα όπως ανοίξαμε την πόρτα μας στον ιό, έτσι εύκολα θα την κλείσουμε και το μόνο ανοιχτό που θα μείνει, θα είναι μια καρδιά που περιμένει αγάπη, δύο χέρια που λαχταρούν μια αγκαλιά κι ένα χαμόγελο αγλαό.

Β. Ευαγγελία Μαγουλιάνου ΣΤ'4

Μετά από τόσους μήνες εγκλεισμού και απομόνωσης σε ένα σπίτι, μετά από τόσους μήνες μακριά από τη συνηθισμένη καθημερινότητα, θα μπορούσα πλέον με μεγάλη ευκολία, να πω πως ο αντίκτυπος της καραντίνας είναι τεράστιος στην ψυχική υγεία του ατόμου και ειδικότερα των νέων.

Ως έφηβη, η καθημερινότητά μου ήταν γεμάτη. Σχολείο, φροντιστήριο, νυχτερινή ζωή, αγκαλιές, φιλιά. Μια μέρα, όμως, ξαφνικά όλα πάγωσαν. Τέλος τα σχολεία, τέλος οι εξόδοι, τέλος οι αγκαλιές και τα φιλιά. Πλέον, η μαμά πριν φύγω από το σπίτι δεν φωνάζει «Ζακέτα να πάρεις, θα κρυώσεις» αλλά «Μάσκα να πάρεις, θα κολλήσεις». Πλέον ζω μόνιμα με ένα άγχος να προσέχω συνεχώς, να κρατάω αποστάσεις και με έναν διαρκή προβληματισμό ότι αν κολλήσω θα προκαλέσω κακό και στην οικογένειά μου άθελά μου, αφού θα χρειαστεί να απέχουν από την εργασία τους όλοι για 14 ολόκληρες μέρες. Από τη στιγμή που θα πατήσω το πόδι μου έξω από την πόρτα του σπιτιού μου αρχίζουν οι φωνές στο υποσυνείδητό μου να μου λένε: «ΜΗΝ ΑΓΚΑΛΙΑΣΕΙΣ ΚΑΝΕΝΑΝ, ΜΗΝ ΠΛΗΣΙΑΣΕΙΣ ΤΟΝ ΔΙΠΛΑ ΣΟΥ, ΤΡΑΒΑ ΤΗΝ ΚΑΡΕΚΛΑ ΣΟΥ ΠΙΟ ΜΑΚΡΙΑ, ΜΗΝ ΦΙΛΗΣΕΙΣ ΤΙΣ ΦΙΛΕΣ ΣΟΥ». Όλη αυτή η κατάσταση με έχει φτάσει στο σημείο να μην μπορώ να εκδηλώσω τα συναισθήματά μου, με μια αγκαλιά, σε στιγμές που τα λόγια δεν χωράνε. Και αν με ρωτάτε, αυτό ίσως είναι το μεγαλύτερο τραύμα που μου δημιούργησε η υφιστάμενη κατάσταση!

Γ. Μαρίνος Χαραλάμπους ΣΤ'6

Λόγω του κυκεώνα που προκλήθηκε στην ανθρωπότητα τον τελευταίο χρόνο, όλες οι συντεταγμένες στη ζωή ενός ανθρώπου, και συγκεκριμένα ενός μαθητή της Τρίτης Λυκείου, έχουν διαμορφωθεί αναλόγως. Πλέον, η ξεκούραση είναι μηδαμινή και ελάχιστη. Με στόχο την προστασία μας από τον ιό του Covid-19, οδηγηθήκαμε στην εξ αποστάσεως εκπαίδευση κάτι που μας στέρησε σίγουρα τη διαζώσης επαφή μας με συμμαθητές και καθηγητές. Λόγω του ιού αυτού τα «πιο ωραία χρόνια της ζωής μας» εξανεμίστηκαν μπροστά από μια οθόνη, μέσω διαδικτυακής μόρφωσης χάνοντας ευκαιρίες διασκέδασης με φίλους σε εξωτερικούς χώρους, που θα έκαναν αυτή τη σχολική χρονιά πιο διασκεδαστική για εμάς γεμίζοντάς την με αναμνήσεις.

Χάνοντας επαφή με την φυσική άσκηση και ώρες συνεύρεσης με τους φίλους και συμμαθητές μας, η «περιβόητη» Τρίτη Λυκείου που όλοι περιμέναμε, ισοπέδωσε όλες τις προσδοκίες μου. Αυτό όμως δεν με πτοεί, αφού συνεχίζω με την ελπίδα ότι σύντομα θα βρεθεί μια λύση και συνεχίζω να αγωνίζομαι για το καλύτερο δυνατό αποτέλεσμα που μπορεί να επιτύχω δημιουργώντας μια αλλιώςτική αλλά αξέχαστη χρονιά ως τελειόφοιτος του Γυμνασίου-Λυκείου Ολύμπιον.



Δ. Ευστάθιος Βισβίκης ΣΤ' 4

Κατά τη διάρκεια της δύσκολης και πρωτόγνωρης περιόδου της πανδημίας που όλοι βιώνουμε, τα συναισθήματα και οι σκέψεις μου πέρασαν και περνούν από διάφορα στάδια. Κατά τη διάρκεια της πρώτης περιόδου, οι πληροφορίες για την ταχύτατη διάδοση και εξάπλωση του απειλητικού ιού, οι αριθμοί θανάτων, η αβεβαιότητα, τα μέτρα κοινωνικής αποστασιοποίησης και υποχρεωτικού εγκλεισμού, μου προκάλεσαν φόβο. Φόβο και αγωνία για την υγεία της οικογένειάς μου, του παππού και της γιαγιάς μου, των φίλων μου. Η παρατεταμένη διάρκεια των περιοριστικών μέτρων, ο φόβος της ασθένειας, η ανία, η συνεχής ροή δυσάρεστων ειδήσεων, η έλλειψη άμεσης επαφής με τους συμμαθητές, φίλους και καθηγητές μου, μου προκαλούσαν λύπη και ερωτηματικά που σχετίζονταν με το πόσο αυτό θα διαρκούσε, πότε θα τελείωνε, πώς θα τελείωνε, δηλαδή με ποιο τρόπο η ιατρική και η επιστήμη γενικότερα θα αντιμετώπιζαν την πανδημία. Οι τραγικές εικόνες από την Ιταλία και τη Νέα Υόρκη θα μου μείνουν βαθιά χαραγμένες στην ψυχή. Στη Νέα Υόρκη μετέτρεψαν σε νεκροταφείο ένα ολόκληρο νησί, ενώ στην Ιταλία οι εικόνες με τα στρατιωτικά οχήματα να συλλέγουν πτώματα μου φαίνονταν ως να ζούσαμε σε κινηματογραφική ταινία.

Προσωπικά είχα αλλάξει σχολείο και κλάδο και μόλις που πρόλαβα να γνωρίσω τους συμμαθητές μου και τους καθηγητές μου. Κατέβαλα μεγάλη δύναμη και προσπάθεια ώστε να καταφέρω να καλύψω μεγάλο όγκο ύλης

μέσω των διαδικτυακών μαθημάτων. Με πολλή προσπάθεια και με την τεράστια βοήθεια των καθηγητών μου τα κατάφερα. Επομένως, για μένα η περίοδος αυτή ήταν γεμάτη από αλλαγές.

Σταδιακά και ενώ συνεχώς αναρωτιόμουν πότε θα έμπαινε η ζωή μας ξανά σε κανονικό ρυθμό, ήρθε το καλοκαίρι που ήταν κάπως πιο ήρεμο. Ασχολήθηκα με καταδύσεις και έβαλα τους στόχους για τη νέα χρονιά. Δεν πίστευα ποτέ ότι και η τελευταία μου χρονιά στο σχολείο θα ήταν γεμάτη από συναισθηματικά σκαμπανεβάσματα. Με μάσκες, αποστάσεις, κλείσιμο και πάλι των σχολείων, άνοιγμα των σχολείων, με την αγωνία για τα εμβόλια και ένα σωρό άλλα γεγονότα γεμάτα από αβεβαιότητα. Μία χρονιά Τρίτης Λυκείου εντελώς παράξενη. Χωρίς εκδρομές, χωρίς παρελάσεις, χωρίς πάρτι, χωρίς συναντήσεις με τους φίλους μου.

Σταδιακά, αναθεώρησα τις σκέψεις μου και αποφάσισα να δομήσω την καθημερινότητά μου με τρόπο που να με βοηθήσει να εξοπλιστώ με όσο περισσότερα εφόδια για το μέλλον. Έτσι ώστε η περίοδος αυτή να μην είναι χαμένη αλλά να την αξιοποιήσω στο έπακρον. Με διάφορα σεμινάρια και μαθήματα μέσω του διαδικτύου, με θετική σκέψη. Και κυρίως με εμπιστοσύνη ότι η ανθρωπότητα και η επιστήμη στο τέλος θα επικρατήσουν αυτού του μικροσκοπικού κομματιού RNA, του νέου κορωνοϊού, που έχει φέρει την καταστροφή σε όλο τον πλανήτη.

Ε. Ιφιγένεια Κιαγιά ΣΤ' 2

Το να είσαι τελειόφοιτος από πάντα ήταν ένα πολύ σπουδαίο αλλά και αγχώδες γεγονός. Η λέξη τελειόφοιτος απευθείας παραπέμπει σε καινούργια μεγάλα πράγματα που θα έρθουν σύντομα. Η λέξη τελειόφοιτος, όμως, στο 2021 δεν σημαίνει το ίδιο πράγμα για εμάς. Η λέξη τελειόφοιτος φέτος ταυτίζεται με τη λέξη Πανδημία και πιστέψτε με δεν είναι καθόλου ωραίο αίσθημα. Πανδημία, εξετάσεις, άγχος και αποδοτικότητα ήταν μια από τις μεγαλύτερες προκλήσεις της ζωής μας... όμως όπως φαίνεται τα καταφέρνουμε όλοι μας με πολλή υπομονή, θέληση και πίστη!

Και θα συνεχίσουμε να τα καταφέρνουμε όσο σκούρα και αν γίνουν τα πράγματα. Μπορεί να περάσαμε δύσκολα με τα lockdowns και τα διαδικτυακά μαθήματα αλλά αυτό μας έβγαλε σίγουρα πιο δυνατούς. Δεν θα ήθελα να αλλάξω με τίποτα την κάθε εμπειρία που έζησα αυτό τον χρόνο.



Κορωνοϊός στην Κύπρο

Τα κρούσματα πληθαίνουν τζ οι θάνατοι αυξάνουν
Ο Πλάστης να μας λυπηθεί Χριστούγεννα που φτάνουν

Οι γέροι μας παραμιλούν τζ αντί για τες συντάξεις
Για τους ιούς μαθαίνουν τζαι για τες μεταλλάξεις

Του κόσμου οι πλείστες οι δουλειές επιάν την κατηφόρα
Τα μέτρα για τον κορωνοϊό εν πιο θανατηφόρα

Η μούττη μας εσάπισεν, τα νεύρα μας εσπάσαν
Πάλε καλά που έχουμεν προς το παρόν την μάσαν

Γιατί τζαι τούτην παίζεται να την απαγορεύσουν
Το πάχος τζαι η λοίμωξη δεν πρέπει να συμπέσουν

Η μούττη μας εν κότσινη, πείτε με λαφαζάνη
Που τα πολλά τα rapid tests εγίνηκεν βαζάνιν

Που τες εννιά τζοιτάζουμεν παντές τζ είμαστεν κότες
Ένεν ζωή να μεν μπορείς να φκαίνεις πότε πότες

Τζ αν κόψεις πας σε κίνηση η ώρα εννιά τζαι κάρτο
Καρτέρι θα σου στήσουνε το τρακοσιάρι κλάφ' το

Άτε να μεν παραλαλώ, αφού εν για το καλό μας
Είπα να κάμω χωραττό να κρύψω τον καμό μας

Το γέλιο τζαι το χάχανον με μέτρο εν υγεία
Εν το δικό μου εμβόλιο σε τούντην πανδημία

Άννα Μαρία Χατζηπαναγή Α'1

Οι Επιπτώσεις της Πανδημίας COVID-19 στην Παγκόσμια και Κυπριακή Οικονομία

Η Πανδημία της Νόσου COVID-19

Η πανδημία της νόσου COVID-19 είναι μια τρέχουσα πανδημία που προκλήθηκε από τον κορωνοϊό SARS-CoV-2 και αναγνωρίστηκε για πρώτη φορά στην πόλη Ουχάν, πρωτεύουσα της επαρχίας Χουπέι της Κίνας, τον Δεκέμβριο του 2019. Έως και σήμερα (4 Απριλίου 2021) έχουν επιβεβαιωθεί πάνω από 113 εκατομμύρια κρούσματα σε 215 χώρες και περιοχές, έχουν σημειωθεί περισσότεροι από 2.51 εκατομμύρια θάνατοι που οφείλονται στη νόσο ενώ έχουν ανακάμψει περισσότεροι από 89 εκατομμύρια άνθρωποι.

Η Ευρωπαϊκή Ένωση συστήνει το Ταμείο Ανάκαμψης

Στις 23 Απριλίου 2020, οι ηγέτες της Ευρωπαϊκής Ένωσης (ΕΕ) αποφάσισαν να επεξεργαστούν τη σύσταση ταμείου ανάκαμψης με σκοπό να μετριαστούν οι επιπτώσεις της κρίσης. Κάλεσαν την Ευρωπαϊκή Επιτροπή να καταρτίσει επείγοντως πρόταση, στην οποία θα διευκρινίζεται, μεταξύ άλλων, η σχέση μεταξύ του ταμείου και του μακροπρόθεσμου προϋπολογισμού της ΕΕ. Η πρόταση, ένα σχέδιο ανάκαμψης για την Ευρώπη, παρουσιάστηκε από την Ευρωπαϊκή Επιτροπή στις 27 Μαΐου 2020.

Στις 21 Ιουλίου, οι ηγέτες της ΕΕ συμφώνησαν σχετικά με την προσπάθεια ανάκαμψης, το Next Generation EU, για να μπορέσει η ΕΕ να αντιμετωπίσει την κρίση που προκάλεσε η πανδημία. Παράλληλα, με τη δέσμη ανάκαμψης, οι ηγέτες της ΕΕ συμφώνησαν μακροπρόθεσμο προϋπολογισμό της ΕΕ ύψους 1 074,3 δισ. € για την περίοδο 2021-2027. Μεταξύ άλλων, ο προϋπολογισμός θα στηρίξει τις επενδύσεις στην ψηφιακή και την πράσινη μετάβαση (Green Deal) και τις επενδύσεις στην ανθεκτικότητα. Μαζί με τα ήδη υπάρχοντα κονδύλια ύψους 540 δισ. ευρώ για τα τρία δίκτυα ασφαλείας (για τους εργαζόμενους, τις επιχειρήσεις και τα κράτη μέλη), η συνολική δέσμη μέτρων για την

ανάκαμψη της ΕΕ ανέρχεται σε 2 364,3 δισ. ευρώ. Στις 11 Φεβρουαρίου 2021, το Συμβούλιο εξέδωσε τον κανονισμό για τη θέσπιση του μηχανισμού ανάκαμψης και ανθεκτικότητας. Το μέσο αυτό, το οποίο βρίσκεται στο επίκεντρο του «Next Generation EU», θα παράσχει στα κράτη μέλη στήριξη ύψους 672,5 δισ. €, για να τα βοηθήσει να αντιμετωπίσουν τις οικονομικές και κοινωνικές επιπτώσεις της πανδημίας COVID-19.

Οι Επιπτώσεις της COVID-19 στην Παγκόσμια Οικονομία

Η παγκόσμια οικονομία έως το τέλος του 2021 αναμένεται να παρουσιάσει απώλειες 10 τρισ. δολαρίων εξαιτίας της πανδημίας της COVID-19. Και βέβαια οι απώλειες αυτές θα είναι ιδιαίτερα έντονες στις πιο φτωχές χώρες του κόσμου που αναδεικνύονται πάντα σε τέτοιες περιπτώσεις στους μεγαλύτερους χαμένους. Αυτό συμβαίνει, επειδή οι αναπτυσσόμενες χώρες έχουν περιορισμένο δημοσιονομικό χώρο, περιορισμούς στη δυνατότητα αποπληρωμών και ανεπαρκή διεθνή βοήθεια. Το γεγονός αυτό έχει επισημανθεί κατά τη Διάσκεψη του ΟΗΕ για το Εμπόριο και την Ανάπτυξη, κατά τη διάρκεια της οποίας σημειώθηκε ότι υπάρχουν σημάδια ότι η πανδημία θα αφήσει άλματα κάποια από τα προβλήματα που ταλάνιζαν ήδη την παγκόσμια οικονομία πριν από την πανδημική κρίση. Επιπλέον, η ανισότητα, το χρέος και έλλειψη επενδύσεων θα επιδεινωθούν σε πολλές χώρες.

Στο πλαίσιο της τελευταίας έκθεσης που αφορά το εμπόριο, η UNCTAD (The United Nations Conference on Trade and Development, Διάσκεψη των Ηνωμένων Εθνών για το Εμπόριο και την Ανάπτυξη (UNCTAD) επεσήμανε ότι η παγκόσμια οικονομία αναμένεται να αναπτυχθεί έως 4,7% αυτή τη χρονιά, από 4,3% που προέβλεπε πριν από έξι μήνες, ακολουθώντας τις αναθεωρήσεις που έκαναν και άλλοι φορείς, όπως το Διεθνές Νομισματικό Ταμείο (ΔΝΤ)

αλλά και ο Οργανισμός Οικονομικής Συνεργασίας και Ανάπτυξης, (ΟΟΣΑ). Στην τελευταία του έκθεση που δημοσιεύθηκε τον Ιανουάριο, το ΔΝΤ προέβλεψε πως η παγκόσμια οικονομία θα αναπτυχθεί 5,5% την τρέχουσα χρονιά και 4,2% το 2022.

Οι λόγοι που ο ρυθμός ανάπτυξης της παγκόσμιας οικονομίας αναθεωρήθηκε προς τα άνω είναι η πρόοδος των εμβολιασμών στις ΗΠΑ, καθώς επίσης και η επίδραση που θα έχει το πακέτο στήριξης της οικονομίας ύψους 1,9 τρισ. δολαρίων που προωθεί η κυβέρνηση του Τζο Μπάιντεν. Παρόλα αυτά, σύμφωνα με την UNCTAD, έως το τέλος του 2021 η παγκόσμια οικονομία θα μετρά απώλειες άνω των 10 τρισ. δολαρίων και θα είναι αρκετά μικρότερη σε σύγκριση με το μέγεθος που θα είχε εάν συνέχιζε να κινείται στα επίπεδα πριν από το ξέσπασμα της πανδημίας, εάν δεν είχε μεσολαβήσει η πανδημία.

Σύμφωνα με οικονομικές εκτιμήσεις διεθνών οργανισμών, η έγκαιρη δράση των κεντρικών τραπεζών, ώστε να αποφευχθεί ενδεχόμενη οικονομική κατάρρευση, τα πακέτα στήριξης που προώθησαν τα υπουργεία Οικονομικών σε διάφορες χώρες, η ανάκαμψη στις τιμές των εμπορευμάτων αλλά και η αναπάντεχα γρήγορη ανάπτυξη των εμβολίων συνέβαλαν στο να μην υπάρξουν έντονες αποπληθωριστικές πιέσεις.

Πρόσφατη έκθεση της Παγκόσμιας Τράπεζας προβλέπει ότι η πανδημία του SARS-CoV-2 οδηγεί την παγκόσμια οικονομία σε μία χαμένη δεκαετία με υποτονική ανάπτυξη, στη μεγαλύτερη οικονομική ύφεση από τον Δεύτερο Παγκόσμιο Πόλεμο. Η ίδια έκθεση αναφέρει: «Αν η ιστορία αποτελεί οδηγό, αν δεν υπάρξουν ουσιαστικές και αποτελεσματικές μεταρρυθμίσεις, η παγκόσμια οικονομία κινείται προς μία δεκαετία απογοητευτικών ρυθμών ανάπτυξης».

Υπογραμμίζει επίσης ότι οι οικονομικές προοπτικές είχαν ήδη εξασθενήσει πριν από την πανδημία, λόγω της γήρανσης του πληθυσμού και της χαμηλής αύξησης της παραγωγικότητας, ενώ η παγκόσμια έξαρση της πανδημίας θα επιδεινώσει πιθανότατα την τάση αυτή. Σύμφωνα με την Παγκόσμια Τράπεζα, υπάρχουν δύο κύριοι λόγοι σύμφωνα με τους οποίους η πανδημία μπορεί να κρατήσει χαμηλά την ανάπτυξη μακροπρόθεσμα:

- Οι αβεβαιότητες και οι ασθενείς προσδοκίες για την ανάπτυξη μπορεί να αποθαρρύνουν τις εταιρείες, για να προβούν σε νέες επενδύσεις.
- Η επιμονή της ανεργίας και το κλείσιμο των σχολείων παγκοσμίως θα οδηγήσουν σε απώλεια γνώσεων και δεξιοτήτων στην αγορά εργασίας.

Παράλληλα, η Παγκόσμια Τράπεζα στέλνει και ένα αισιόδοξο μήνυμα πως υπάρχουν μέτρα που μπορούν να ληφθούν για να αμβλυνθούν ή να αναστραφούν οι οικονομικές ζημιές από την πανδημία. Στα μέτρα αυτά περιλαμβάνονται οι δαπάνες για υποδομές, η στήριξη της γυναικείας απασχόλησης και η διαφοροποίηση της οικονομίας, ώστε να μη στηρίζεται υπερβολικά σε συγκεκριμένους κλάδους.

Η Πορεία της Οικονομίας στην Κύπρο ως Επακόλουθο της Πανδημίας

Όπως σε όλο τον πλανήτη, έτσι και στην Κύπρο, η εκδήλωση της πανδημίας της COVID-19 επέφερε μεγάλες ανατροπές. Αρχικά, υπήρξε μεγάλη ανησυχία για τη δημόσια υγεία και τις αντοχές του συστήματος υγείας. Σε αυτόν τον τομέα, με τα μέτρα που λήφθηκαν και λαμβάνονται, η κατάσταση είναι φαίνεται να βρίσκεται υπό έλεγχο. Στη συνέχεια, λόγω του lockdown, υπήρξε παροπλισμός ολόκληρης της οικονομίας, με πρώτα θύματα τους κλάδους των αερομεταφορών και του τουρισμού. Όμως, οι επιπτώσεις ήταν διαδοχικές και επεκτάθηκαν σε όλο το φάσμα της οικονομίας.

Σήμερα, η εικόνα δεν είναι ακόμα καθαρή. Από τη μία το κράτος και τα δημόσια οικονομικά είναι εξαιρετικά πιεσμένα λόγω της πολύμηνης στήριξης που προσφέρθηκε σε επιχειρήσεις και εργαζόμενους, ενώ ο ιδιωτικός τομέας είναι βαριά επηρεασμένος από την υπολειτουργία των προηγούμενων μηνών. Επομένως, οι εκτιμήσεις για το 2021 δεν είναι αισιόδοξες, αφού θα είναι πολύ δύσκολο να καλυφθούν οι ζημιές που δημιουργήθηκαν, ειδικά στους τομείς που επηρεάστηκαν περισσότερο. Ήδη, η πρόβλεψη για το ΑΕΠ της χώρας ανεβάζει την ύφεση γύρω στο 7%, ενώ το δημοσιονομικό έλλειμμα αναμένεται να αυξηθεί πολύ και το δημόσιο χρέος θα ανέλθει σε επίπεδα ρεκόρ, στο 120% του ΑΕΠ. Αρνητική φαίνεται να είναι η εικόνα και στην ιδιωτική οικονομία, όπου οι περισσότερες επιχειρήσεις θα βρεθούν αντιμέτωπες με ζημιές, λόγω μείωσης εργασιών. Σημαντικό είναι να τονιστεί ότι η Κύπρος, ως εξωστρεφής οικονομία, δεν επηρεάζεται μόνο από τον έλεγχο της πανδημίας εντός της χώρας, αλλά και από το τι γίνεται στο εξωτερικό.

Βλέποντας με Ελπίδα το Μέλλον

Η τρέχουσα πανδημία αποτελεί μια από τις σημαντικότερες απειλές στη σύγχρονη ιστορία της ανθρωπότητας, αλλά με την έγκριση όλο και περισσότερων αποτελεσματικών και ασφαλών εμβολίων και το μαζικό εμβολιασμό του πληθυσμού μπορούμε πιστεύω να είμαστε αισιόδοχοι για την αντιμετώπιση της πανδημίας.

Στον πόλεμο κατά του ιού τα συστήματα υγείας και οι επιστημονικοί φορείς κάθε χώρας χάραξαν τη στρατηγική αντιμετώπισης της νόσου σε εθνικό επίπεδο, λαμβάνοντας υπόψη τις ιδιαιτερότητες της χώρας τους, την υλικοτεχνική υποδομή, τις εφεδρείες του συστήματος υγείας της και τη διαρκώς μεταβαλλόμενη επιδημιολογική καμπύλη.

Με την ελπίδα ότι θα υπάρξουν θετικότερες εξελίξεις για την πανδημία

στο άμεσο διάστημα, με τον εμβολιασμό του πληθυσμού, ίσως να μπορεί να υπάρξει αναστροφή της πορείας της οικονομίας και να μπορέσουν τα κράτη και οι κοινωνίες να επιστρέψουν σε μια νέα κανονικότητα σύντομα.

Αν συγκρίνουμε την πανδημία της COVID-19 με ανάλογες στον παρελθόν, εύκολα βλέπουμε μία μεγάλη διαφορά. Μια διαφορά η οποία αφορά στην αντιμετώπισή της μέσω της μεγάλης ταχύτητας αντίδρασης της επιστημονικής κοινότητας. Αν επομένως αυτή την ταχύτητα ακολουθήσει και η οικονομία μέσω αποδοτικών μέτρων και των γρήγορων αντανakλαστικών των κρατών, θα μπορέσει ο κόσμος ξανά να ακολουθήσει μία νέα δυναμική πορεία, η οποία όμως θα πρέπει να βασίζεται σε μία νέα θεώρηση του κόσμου, του περιβάλλοντος, των συνηθειών των ανθρώπων και των προτεραιοτήτων του.

Βιβλιογραφία

• https://el.wikipedia.org/wiki/Πανδημία_COVID-19

• <https://www.consilium.europa.eu/el/policies/coronavirus/covid-19-economy/>

• <https://www.kathimerini.gr/economy/561299815/apoleies-10-tris-dolarion-stin-pagkosmia-oikonomia/>

• <https://www.efsyn.gr/node/275776>

• https://www2.deloitte.com/content/dam/Deloitte/cy/Documents/finance/publications/CMC%20interview_Economy%20Today_October%202020.pdf

Συναισθήματα πανδημίας

Τελικά, τι μάθαμε από όλη αυτή την κατάσταση που ζήσαμε και ζούμε λόγω της πανδημίας; Σκέφτομαι πολλές φορές αν θα μπορούσε η ζωή μας να «ελαττώσει στροφές» και να ζούμε λίγο πιο χαλαρά, χωρίς τόση πίεση. Χρειαζόταν ο εγκλεισμός για να εκτιμήσουμε το περπάτημα στη φύση, για να διαπιστώσουμε πόσο σημαντική ήταν τελικά αυτή η ανάσα οξυγόνου που πήραμε;

Ζούμε μόνιμα σε μια ταχύρρυθμη καθημερινότητα που δεν μας αφήνει χρόνο να πάρουμε μια ανάσα. Πρωινό ξύπνημα – σχολείο – σπίτι – φαγητό – διάβασμα – δραστηριότητες και επανάληψη ξανά και ξανά. Πώς μπορεί αυτό να θεωρείται «κανονικότητα»; Πώς μπορεί αυτό να θεωρείται υγιές, που αν και 15 χρονών, καταντούμε μικρογραφίες των ενηλίκων, πνιγμένοι στο άγχος και την απόγνωση...

Έπρεπε να ζήσουμε μια πανδημία για να διαπιστώσουμε πως αν δεν αλλάξουμε στάση ζωής, δεν θα μπορέσουμε ποτέ να αλλάξουμε αυτό τον κόσμο για να τον κάνουμε καλύτερο.

Πίστη εν καιρώ πανδημίας

Φέτος με την πανδημία που έπληξε τον πλανήτη ο άνθρωπος ταλαιπωρήθηκε, ο εγκλεισμός έχει επηρεάσει τον συναισθηματικό και ψυχολογικό κόσμο του καθενός μας, ο πλανήτης παλεύει με μια ασθένεια καταγράφοντας καθημερινά αμέτρητους θανάτους σε παγκόσμιο επίπεδο.

Επομένως, είναι σημαντικό σε αυτές τις κρίσιμες στιγμές ο άνθρωπος να βρει ένα στήριγμα ένα χέρι βοήθειας από το οποίο να μπορέσει να καταπιαστεί σε στιγμές απόγνωσης .

Η πίστη υπήρξε πάντοτε ένα δυνατό μέσο το οποίο μπορεί να χρησιμοποιήσει ο άνθρωπος για να ενδυναμωθεί τόσο σε συναισθηματικό αλλά και σε ψυχολογικό επίπεδο.

Συνεπώς η στροφή προς την πίστη αλλά και την εκκλησία αποτελεί αδήριτη ανάγκη του ανθρώπου .

Η πίστη τον τελευταίο καιρό έχει κλονιστεί, αφού ο άνθρωπος έχει μάθει να στηρίζεται μόνο στις δικές του δυνάμεις και να διακατέχεται από ένα πνεύμα παντοδυναμίας.

Η πανδημία, όμως, έχει αναθεωρήσει όλα αυτά , τις αξίες της ζωής, την παντοδυναμία του ανθρώπου και γενικά οτιδήποτε θεωρούσαμε μέχρι τώρα δεδομένο αναιρείται, η πίστη ενδυναμώνεται και ο άνθρωπος θέλοντας ένα στήριγμα στρέφεται προς τον Θεό, αφού τώρα αντιλαμβάνεται ότι δεν μπορεί να τα καταφέρει, μόνο στηριγμένος στις δικές του δυνάμεις.

Βασιλική Ηρακλέους Δ΄ 2

Όλγα Αγκαστινιώτη ΣΤ΄ 1

Πώς οι καταστάσεις σε αλλάζουν ...

Άνοιξε το παράθυρο πήρε βαθιές ανάσες, μέτρησε μέχρι το δέκα. Ένωσε τον παγωμένο αέρα να μπαίνει στους πνεύμονές της και άρχισε να νιώθει πιο ήρεμη. Δεν άντεχε να μένει άλλο στο σπίτι. Ήθελε την καθημερινότητα που εδώ και ένα χρόνο έχασε!

Οι φωνές των παιδιών από το σαλόνι την έκαναν να κλείσει βιαστικά το παράθυρο! Έπρεπε να στρώσει γρήγορα το τραπέζι. Σε δέκα λεπτά ο Νίκος θα ήταν στο σπίτι για μεσημεριανό. Με γρήγορες κινήσεις τελείωσε τη σαλάτα.

- Μαμά, μαμά, η Μαρία πήρε τη μάσκα μου.

- Αντρέα, ελάτε να με βοηθήσετε να στρώσουμε το τραπέζι. Ο μπαμπάς θα έρθει σε λίγο και δεν προλαβαίνω.

Ευτυχώς τα παιδιά ήταν υπάκουα σήμερα. Τους είχε υποσχεθεί να βγουν στον κήπο για παιχνίδι το απόγευμα. Ο μόνος παιχνιδότοπος που πήγαιναν εδώ και ένα χρόνο, ο μόνος χώρος που μπορούσαν να παίξουν. Η αυλή του σπιτιού.

Άκουσε το αυτοκίνητο του Νίκου και έβγαλε το φαγητό από τον φούρνο. Μόλις τον είδε, κατάλαβε από το ύφος του ότι κάτι δεν πήγαινε καλά. Δεν ήθελε όμως να τον ρωτήσει μπροστά στα παιδιά.

Μόλις έμειναν μόνοι, η Σοφία, δεν άντεξε άλλο ήθελε να μάθει τι συνέβαινε.

- Νίκο, έχει γίνει κάτι στην δουλειά; Σε βλέπω σκεφτικό και στεναχωρημένο.

Γύρισε, την κοίταξε και γύρισε πάλι το κεφάλι στην εφημερίδα που διάβαζε. Τον τελευταίο καιρό αυτό έκανε συνήθως. Δεν της έδινε καθόλου σημασία. Λες και αυτή έφταιγε που έμενε στο σπίτι να προσέχει τα παιδιά. Λες και αυτή έφταιγε που δεν μπορούσε να προσφέρει χρηματικά.

Έχασε την δουλειά της εδώ και έξι μήνες. Με την πανδημία που μαστίζει ολόκληρο τον κόσμο πολλές εταιρείες δεν άντεξαν και έκλεισαν. Έτσι και αυτή που δούλευε η Σοφία. Στην αρχή δούλευε από το σπίτι, γιατί έπρεπε να

προσέχει και τα παιδιά που και αυτά εκπαιδεύονταν με εξ αποστάσεως εκπαίδευση. Ένα πρωί, όμως, ο προσωπάρχης την πήρε τηλέφωνο και της ανακοίνωσε την απόφαση της εταιρείας. Θα έδιωχναν το πενήντα τις εκατό από τους υπαλλήλους. Θα έδιωχναν τους υπαλλήλους που δεν είχαν πολλά χρόνια υπηρεσίας. Μέσα σε αυτούς ήταν και η Σοφία.

Από τότε άρχισε ο Γολγοθάς της! Άρχισαν οι καυγάδες μέσα στο σπίτι. Όλοι περίμεναν από εκείνη τα πάντα. Όλα έπρεπε να περνούν από τα δικά της χέρια. Ο Νίκος είχε γίνει αυταρχικός και το χειρότερο, όταν δούλευε από το σπίτι, ήθελε απόλυτη ησυχία και όχι μόνο! Τον καφέ του στην ώρα του, το φρούτο του, το φαγητό του ... Πολλές ήταν οι φορές που έκανε επίθεση στην Σοφία << Όλη μέρα εσύ είσαι στο σπίτι, δεν δουλεύεις, για να έχεις και απαιτήσεις >> της έλεγε. Κάτι τέτοιες στιγμές η νεαρή γυναίκα ήθελε να βγει να βρει τις φίλες της να μιλήσουν να βγάλει τον πόνο από μέσα της. Αλλά έλα που δεν μπορούσε. Απαγορεύονταν οι επαφές! Απαγορεύονταν οι εξόδοι! Απαγορεύονταν τα πάντα!

Πόσο εύκολα μπορούσε να αλλάξει ένας άνθρωπος ζώντας κάτω από τέτοιες συνθήκες! Πόσο εύκολα μπορούσε να διαλυθεί μια οικογένεια! Η Σοφία ένιωθε εγκλωβισμένη στους τέσσερις τοίχους του σπιτιού της. Να κάνει κάθε μέρα τα ίδια και τα ίδια ...

- Σου φωνάζω και δεν απαντάς!

- Συγγνώμη Νίκο δεν σε άκουσα.

- Μήπως έχεις πάρει χρήματα από το πορτοφόλι μου χωρίς να με ρωτήσεις;

- Φυσικά και όχι! Ούτε καν ξέρω που είναι το πορτοφόλι σου.

- Ελπίζω να μου λες αλήθεια, διότι δεν ξέρω και εγώ τι θα γίνει!

Η Σοφία βλέποντας τον Νίκο να φεύγει ένιωθε τα μάτια της να βουρκώνουν. Αυτό της έλειπε να την έβγαζε και κλέφτρα. Όπως πάντα καχύποπτος.

Το απόγευμα ευτυχώς πέρασε ήσυχα με τα παιδιά στον κήπο. Χωρίς καυγάδες,

χωρίς φωνές. Μόνο το γέλιο τους ακουγόταν. Αυτό έδινε δύναμη στην Σοφία και γέμιζε το κενό που ένιωθε τους τελευταίους μήνες.

Στις ειδήσεις ανακοινώθηκαν και πάλι δυσάρεστα νέα για την πανδημία του κορονοϊού 3 νεκροί και 637 νέα κρούσματα. Η κατάσταση χειροτέρευε μέρα με τη μέρα. Όπως όλα έδειχναν θα πήγαιναν σε δεύτερο <<lockdown>>. Αυτό γέμισε θλίψη τη Σοφία.

- Τώρα σίγουρα θα μας κάνουν μείωση.

- Τι λες Νίκο; Σας έχουν πει για μείωση;

- Δεν καταλαβαίνεις πόσο σοβαρά είναι τα πράγματα; Μα πώς να καταλάβεις αφού δεν δουλεύεις! Αϊ παράτα με και εσύ!

Η Σοφία σαν άγαλμα έμεινε να κοιτάζει και πάλι την πλάτη του που έφευγε. Πάλι αυτή έφταιγε; Πόσο είχε αλλάξει ο άνθρωπος που αγάπησε, που ερωτεύτηκε, που παντρεύτηκε...

Ο καιρός περνούσε αργά και βασανιστικά για τη Σοφία. Αυτή χωρίς καθόλου εισόδημα έκανε ό,τι εξοικονόμηση μπορούσε, για να μην ζητά συνεχώς χρήματα από τον σύζυγό της. Δεν ήθελε να ακούει συνέχεια το <<μην έχεις απαιτήσεις>>, <<είσαι όλη μέρα σπίτι>>, <<μόνο να ζητάς ξέρεις>>. Μέρα με τη μέρα ένιωθε να απογοητεύεται όλο και περισσότερο.

Τα χειρότερα, όμως, ξεκίνησαν όταν μια μέρα ο Νίκος μπήκε στο σπίτι ουρλιάζοντας! Είχαν έρθει οι λογαριασμοί της Α.Η.Κ και της υδατοπρομήθειας. Πραγματικά, πρώτη φορά τον έβλεπε έτσι. Της έριχνε την ευθύνη για την αύξηση στα ποσά και απειλούσε ότι δεν θα τα πλήρωνε και ας τους τα έκοβαν. Η Σοφία που ένιωθε την αδικία να την πλημμύριζε, του αντιμίλησε και τότε αυτός γύρισε το χέρι του και την κτύπησε τόσο δυνατά που αυτή έπεσε λιπόθυμη στο πάτωμα. Αυτό ήταν τελείωσαν όλα. Αυτός ο άνθρωπος έπρεπε να φύγει από την ζωή της.

Όχι! Δεν γινόταν να φύγει, τα παιδιά, τι θα έλεγε στα παιδιά της;

Τι θα έλεγε στους γονείς της; Τι θα έλεγε στους δικούς του γονείς; Δεν είχε δικαίωμα να πληγώσει τους ανθρώπους που αγαπούσε όσο τίποτα άλλο. Θα έκανε υπομονή. Η Σοφία κάθε μέρα άλλαζε γνώμη τη μία μέρα έλεγε δεν πήγαινε άλλο θα χώριζε. Την άλλη ότι θα έκανε υπομονή. Όλα ήταν μπερδεμένα στο μυαλό της. Ένιωθε ότι βρισκόταν εγκλωβισμένη σε ένα κλουβί και κανένας δεν μπορούσε να τη βοηθήσει. Μίλησε στο τηλέφωνο με τη μητέρα της που της είπε ότι όλες οι οικογένειες έχουν προβλήματα, αλλά δεν χωρίζουν και να κάνουν υπομονή. Μίλησε και με τη Μαρία, φίλη της από το Δημοτικό, που της είπε να στείλει τον Νίκο στους γονείς του και να μην ανεχτεί ξανά, ούτε σωματική αλλά ούτε λεκτική βία. Την πίεζε ακόμα, να τον καταγγείλει στην αστυνομία. Αντί να τη βοηθήσουν οι συμβουλές των δικών τις ανθρώπων την μπερδέψαν περισσότερο. Πέρασαν δύο βδομάδες από τη μέρα που ο Νίκος είχε για πρώτη φορά χαστουκίσει την Σοφία. Ευτυχώς δεν το ξαναδοκίμασε! Φυσικά, η σχέση τους δεν ξαναέφτιαξε ήταν σαν δύο ξένοι στο ίδιο

σπίτι. Η Σοφία περνούσε όσο πιο πολύ χρόνο μπορούσε με τα παιδιά και αυτός τις περισσότερες ώρες έλειπε στη δουλειά. Ευτυχώς, δεν του είχαν μειώσει τον μισθό και ηρέμησε λίγο. Δούλευε, όμως, περισσότερες ώρες χωρίς να χρεώνει την εταιρεία, για να τον βλέπουν με καλό μάτι.

Ένα πρωινό καθώς η Σοφία σιδέρωνε τράβηξε την προσοχή της ο τίτλος στην οθόνη της τηλεόρασης <<η αποξένωση ζευγαριών και η βία στην οικογένεια εν μέσω πανδημίας>>. Δυνάμωσε τον ήχο και άρχισε να παρακολουθεί.

Πόσες αλήθειες ακούστηκαν σ' αυτή την εκπομπή! Ραγδαία αύξηση στην ψυχολογική και σωματική βία, αύξηση διαζυγίων, αύξηση ανέργων και τόσα άλλα. Η Σοφία ένιωσε ανακουφισμένη και όχι, γιατί αυτή περνούσε ρόδινα στη ζωή της, αλλά γιατί και άλλες γυναίκες περνούσαν τα ίδια και δεν ήταν η μόνη. Πολλοί έπαιρναν τηλέφωνο στην εκπομπή και ζητούσαν βοήθεια από τους ειδικούς που προσπαθούσαν με τις συμβουλές τους να δώσουν λύσεις στα προβλήματα των τηλεθεατών.

Η Σοφία το πήρε απόφαση έπρεπε να πείσει τον Νίκο να πάνε μαζί σε ένα σύμβουλο γάμου ή σε κάποιο ψυχολόγο. Σίγουρα θα υπήρχε μια λύση και γι' αυτούς. Έπρεπε να σώσουν τον γάμο τους. Ένιωθε ότι ο Νίκος την αγαπούσε ακόμα, αλλά οι καταστάσεις τον απομάκρυναν και δεν τον άφηναν να της το δείξει. Ο εγκλεισμός, να μην μπορείς να βγεις με την οικογένειά σου ή τους φίλους σου να διασκεδάσεις, να είσαι συνέχεια με τον φόβο ότι κάποια στιγμή θα χτυπήσει και τη δική σου πόρτα και ο κορνονοϊός, να είσαι συνεχώς με την έγνοια ότι μπορεί να χάσεις τη δουλειά σου ή να μειωθεί ο μισθός σου, όλα αυτά σκεφτόταν η Σοφία και δικαιολογούσε μέχρι σήμερα τις αντιδράσεις του Νίκου. Όλα αυτά την έκαναν να πιστεύει ότι μόλις τελείωνε η πανδημία θα γυρνούσαν στην παλιά όμορφη ζωή τους.

Συχνά έρχονταν στο μυαλό της, οι εκδρομές και τα ταξίδια που έκαναν. Τα μεγάλα εορταστικά πάρτι με τους συγγενείς και τους φίλους. Όχι, δεν θα άφηνε κανένα κορνονοϊό, καμία πανδημία να της χαλάσει

ό,τι πιο πολύτιμο είχε, την οικογένειά της. Η Σοφία πείσμωνε, δεν θα τα έβαζε κάτω.

Δυσκολεύτηκε να πείσει τον Νίκο να πάνε σε κάποιο ειδικό. Ήταν ανένδοτος. Όταν, όμως, τον απείλησε ότι θα έφευγε από το σπίτι με τα παιδιά αυτός άλλαξε αμέσως γνώμη. Ο Νίκος ήταν ένας πολύ καλός πατέρας, λάτρευε τα παιδιά του.

Πέρασε ένας μήνας και είχαν ήδη κάνει τρεις επισκέψεις στον ψυχολόγο. Φεύγοντας από το τρίτο ραντεβού, ο Νίκος έπιασε την Σοφία από το χέρι. Η Σοφία ξαφνιάστηκε αλλά δεν το έδειξε, γύρισε το κεφάλι και του χαμογέλασε. - Συγγνώμη Σοφία, συγγνώμη για όλα!

Αυτό ήταν αρκετό για τη Σοφία. Το κενό που ένιωθε τόσο καιρό γέμισε ξανά με ευτυχία. Πίστεψε ξανά στον εαυτό της, αλλά πάνω από όλα πίστεψε ξανά στον άντρα που αγάπησε και παντρεύτηκε.

Η αγάπη νικά κάθε πανδημία και κάθε κακό σε κάθε οικογένεια!

Γεώργιος Αλεξάνδρου Α΄ 1

Πίστη και επιστήμη: αλληλοαποκλειόμενα ή αλληλοσυμπληρούμενα

Η πίστη και επιστήμη, είναι δύο βασικές εκδηλώσεις του ανθρώπινου πνεύματος. Κινούνται σε διαφορετικά επίπεδα παράλληλα ή τεμνόμενα.

Κατ' αρχή λέγοντας πίστη εννοούμε την εμπιστοσύνη σε κάποιον ή σε κάτι που στηρίζεται σε αξιόπιστες μαρτυρίες. Η χριστιανική πίστη είναι απόλυτη, για τις αλήθειες που διδάσκει η Εκκλησία. Είναι μία σχέση πιστού και Θεού που διακατέχεται από ανεπιφύλακτη εμπιστοσύνη όμοια με τη σχέση παιδιού και γονιού. Το περιεχόμενο της χριστιανικής πίστης είναι τα «δόγματα», που πηγάζουν από την Αγία Γραφή και την Ιερά Παράδοση και περιέχονται συνοπτικά στο Σύμβολο της Πίστεως.

Επιστήμη ονομάζεται η συστηματική μελέτη και έρευνα φαινομένων, γεγονότων και αντικειμένων που σχετίζονται με τον άνθρωπο και το φυσικό κόσμο ως ψυχοβιολογική οντότητα. Βασικό κίνητρο της Επιστήμης είναι η έμφυτη ανάγκη του ανθρώπου, για τη γνώση της αλήθειας. Οι καθιερωμένες μέθοδοι της είναι η παρατήρηση, το πείραμα και ο μαθηματικός λογισμός.

Η σχέση Πίστης και Επιστήμης είναι διαλεκτική, επειδή έχουν κοινή αφετηρία την πνευματική υπόσταση του ανθρώπου, στοχεύουν την κατάκτηση της αλήθειας και την εξασφάλιση της ευτυχίας του. Η κάθε μια περιορίζεται στον χώρο της αρμοδιότητάς της.

Ένα σημαντικό θέμα, για το οποίο εξέφρασαν τις απόψεις τους, η Χριστιανική Πίστη και η Επιστήμη, είναι το πώς δημιουργήθηκε ο άνθρωπος πάνω στη Γη.

Η μεν Χριστιανική Πίστη αποδίδει τη δημιουργία του ανθρώπου στον Θεό. Ο Θεός, όπως δημιούργησε τον ουρανό, τη γη, το σύμπαν, τη στεριά και τη θάλασσα, τα φυτά και τα δέντρα, άφησε για τέλος το τελειότερό του δημιούργημα τον άνθρωπο. Τον έφτιαξε με χώμα και νερό, καθ' ομοίωση και κατ' εικόνα Θεού. Θεωρείται, το τελειότερο δημιούργημα του Θεού, επειδή του έδωσε τις δυνατότητες να γίνει χρήσιμος και ευτυχισμένος στον κήπο Εδέμ.

Η Επιστήμη, έχει μια διαφορετική άποψη για το πώς δημιουργήθηκε ο άνθρωπος στη Γη. Η επιστήμη πιστεύει ότι προερχόμαστε από έναν πρόγονο που δεν ήταν ούτε πίθηκος αλλά ούτε και άνθρωπος πριν από εκατομμύρια χρόνια, όπου έχουν εξελιχθεί πολλά είδη ανθρώπων. Ορισμένα παραδείγματα είναι ο Homo habilis, ο Homo erectus και ο Homo neanderthalensis. Όλα τα πιο πάνω είδη εξαφανίστηκαν σε διαφορετικές εποχές αφήνοντας μας να μοιραζόμαστε τον πλανήτη με μερικά άλλα πρωτεύοντα μόνο.

Άρα, βλέποντας τις δύο πιο πάνω απόψεις φτάνουμε στο συμπέρασμα ότι η Χριστιανική Πίστη και Επιστήμη, αν και ασχολήθηκαν με το πιο πάνω θέμα και οι δύο εξ αυτών εντούτοις δεν συγκρούονται μεταξύ τους, γιατί η κάθε μία ερευνά κάτι διαφορετικό. Η επιστήμη ερευνά τον αισθητό, τον φυσικό κόσμο ενώ η Θρησκεία τον υπεραισθητό κόσμο. Η επιστήμη ερευνά το πώς έγινε ο κόσμος ενώ η θρησκεία το ποιος και γιατί δημιούργησε τον κόσμο.

Εφόσον, λοιπόν, απαντούν σε διαφορετικά ερωτήματα δεν δικαιολογείται σύγκρουση αλλά μάλλον συνεργασία.

Αντρέας Δημητρίου Ε΄2

Εθνικό Μουσείο Φυσικής Ιστορίας, Ουάσιγκτον

Ένα μουσείο που θα ήθελα πολύ να επισκεφτώ είναι το Εθνικό Μουσείο Φυσικής Ιστορίας που βρίσκεται στην Ουάσιγκτον. Θεωρείται το δημοφιλέστερο μουσείο φυσικής ιστορίας του κόσμου και βρίσκεται πολύ κοντά στον Λευκό Οίκο. Είναι κομμάτι του Ινστιτούτου Σμιθσόνιαν και ιδρύθηκε το 1910. Στεγάζει πάνω από 126 εκατομμύρια εκθέματα -πανίδα και χλωρίδα, απολιθώματα κ.λπ, αλλά και αρχαία αντικείμενα και ανθρώπινα εργαλεία.

Υπάρχει κάτι για όλους σε αυτό το παγκοσμίου φήμης μουσείο. Φυσική ιστορία απευθύνεται σε όλες τις ηλικίες και υπάρχουν τόσα πολλά αντικείμενα που δεν μπορείς να τα δείς όλα αυτά, ενδεχομένως, σε μία επίσκεψη. Τα εκθέματα των δεινοσαύρων έχουν πολύ ενδιαφέρον για τα παιδιά. Είναι ιδιαίτερα διασκεδαστικό να εξερευνήσεις την οικογένεια Hall of Θηλαστικά , καθώς και το Sant Ωκεανό Hall. Στη συνέχεια, υπάρχει η κινηματογράφηση και το τοπίο στις ταινίες IMAX που είναι τόσο εντυπωσιακό που θα ήθελες να είχες τον χρόνο να τα δεις όλα.



Άννα Μαρία Χατζηπαναγή Α΄1

Σχέση των αρχαίων ελληνικών με τις κυπριακές λέξεις!!

Κυπριακές λέξεις με αρχαία ελληνική ρίζα:

1. Μιτά=μαζί. Από το **μετ'εμού** που σημαίνει «μαζί μου»
2. Οκνίω=τεμπέλης. Από την αρχαία ελληνική λέξη **όκνος** που σημαίνει «δισταγμός»
3. Αρμάζομαι=παντρεύομαι. Από την αρχαία ελληνική λέξη **αρμάζω** που σημαίνει «ταιριάζω, δεσμεύω με γάμο»
4. Συντυχάνω=μιλώ. Από την αρχαία ελληνική λέξη **συντυγχάνω** που σημαίνει «συναντώ κάποιον και του μιλώ»
5. Όρνιθα=κότα. Από την αρχαία ελληνική λέξη **όρνις** που σημαίνει «μεγάλο πουλί»
6. Θωρώ=βλέπω. Από την αρχαία ελληνική λέξη **ορώ** που σημαίνει «βλέπω»
7. Στρούθος = σπουργίτι. Από την αρχαία ελληνική λέξη **στρουθίον** που σημαίνει «σπουργίτης»
8. Καμμώ=κλείνω τα μάτια, κοιμάμαι. Από την αρχαία ελληνική λέξη **καμμύω** που σημαίνει «κλείνω τα μάτια μου»
9. Πέμπω= στέλνω. Από την αρχαία ελληνική λέξη **πέμπω** που σημαίνει «στέλνω, μεταφέρω»
10. Ξιπάζομαι=ξαφνιάζομαι. Από την αρχαία ελληνική λέξη **ξιπάζω** που σημαίνει «τρομάζω»
11. Βολίτζι=ξύλινο δοκάρι . Από την αρχαία ελληνική λέξη **βολώ-βάλλω** που σημαίνει «τοποθετώ»
12. Αππίδι=αχλάδι. Από την αρχαία ελληνική λέξη **αππιθιά** που σημαίνει «αχλαδιά»
13. Ανάρκα=αραιά. Από την αρχαία ελληνική λέξη **αραιός** που σημαίνει «αυτόν που έχει κενά διαστήματα»

Τερέζα Μαρία Ιακωβίδου Α'4

Μαρία Κιτρομηλίδου Α'4

Η ΑΞΙΑ ΤΗΣ ΦΙΛΙΑΣ ΣΤΙΣ ΜΕΡΕΣ ΜΑΣ

Life is better
with friends :)

Με όλα αυτά που ζούμε σήμερα η σημαντικότητα της φιλίας θεωρώ πως είναι σχεδόν απαραίτητη για έναν έφηβο. Το να έχεις ένα αληθινό φίλο δίπλα σου θα σου δώσει μεγάλη χαρά και ευχαρίστηση για να προχωρήσεις μπροστά και να μην τα παρατάς. Είναι οι άνθρωποι που έχουμε εμείς επιλέξει να είναι δίπλα μας στα εύκολα και στα δύσκολα και δεν μας τους «επέβαλε» το γενεαλογικό μας δέντρο, που συχνά συμβαίνει να είναι άνθρωποι που δεν ταιριάζουμε καθόλου και δεν μοιραζόμαστε αισθήματα κατανόησης και αγάπης. Η φιλία εξελίσσεται παράλληλα με την ανάπτυξη του ατόμου. Όσο μεγαλώνουμε τόσο μαθαίνουμε την αξία της φιλίας.

Παρόλα αυτά, και τα παιδιά από πολύ μικρή ηλικία, μπαίνουν στο νόημα της φιλίας και ας μην καταλαβαίνουν την πραγματική της υπόσταση. Εκείνος ο φίλος θα σε βοηθά στα δύσκολα και στα εύκολα και θα σου δίνει δύναμη και θάρρος να προχωρήσεις και να μην τα παρατήσεις. Θα έχεις κάποιο για να ξεσκάσεις να του πεις τι νιώθεις και τι σε πιέζει κι αυτός με τη σειρά του θα σε βοηθήσει και θα σου πει τη γνώμη του. Θα μπορείς να πηγαίνεις βόλτες μαζί του, να γελάς με τα αστεία που κάνει. Έτσι, εσύ θα νιώθεις καλύτερα και θα το χρειάζεσαι αυτό. Ακόμη, θα νιώθεις πως έχεις έναν άνθρωπο δίπλα σου να σε υποστηρίξει.

Ο φίλος με λίγα λόγια θα σου γεμίσει τη ζωή σου με χρώμα και θα καταλάβεις την αξία του φίλου σου που είναι δίπλα σου κάθε μέρα και κάθε στιγμή και σε βοηθά.

Ιωάννα Αντωνίου Β'1

Μύθοι του Αισώπου

Ο Λαγός και η Χελώνα

Μια φορά και έναν καιρό ήταν ένας λαγός και μια χελώνα. Ο λαγός ήταν γρήγορος και τα έκανε όλα γρήγορα αλλά βιαστικά. Η χελώνα όμως από την άλλη, ήταν αργή σε όλα αλλά είχε καθαρό μυαλό. Μια μέρα ο λαγός της είπε να κάνουν αγώνα δρόμου, σίγουρος πως θα την κερδίσει. Έτσι ξεκίνησαν. Ο λαγός όμως κάθισε κάτω από ένα δέντρο, έφαγε καρότα και κοιμήθηκε. Η χελώνα συνέχισε τον δρόμο της και πέρασε τον λαγό που τον πήρε ο ύπνος και στο τέλος βγήκε πρώτη ενώ ο λαγός δεύτερος.

Ηθικό δίδαγμα: Δεν αρκεί να είναι κάποιος γρήγορος αλλά σωστός και έξυπνος.

Γιώργος Τσελέπας Α'4

Το Λιοντάρι και το Ποντίκι

Μια φορά και έναν καιρό ήταν ένα δυνατό λιοντάρι που ήταν ο βασιλιάς της Ζούγκλας. Μια μέρα αφού τελείωσε το γεύμα του, κοιμήθηκε και ένα μικρό σκανταλιάρικο ποντικάκι πήγε στην πλάτη του και χοροπηδούσε για να διασκεδάσει. Έτσι, το λιοντάρι ξύπνησε και ουρλιάζοντας πήρε στα χέρια του το ποντίκι που δεν πρόλαβε να ξεφύγει και του λέει με θυμό: «Ποιος τολμά να με ξυπνάει;» Το ποντίκι φοβισμένο του απαντά: « Σε παρακαλώ βασιλιά μου, μην με φας, κάνε μου τη χάρη και άφησέ με να φύγω και θα σου το ανταποδώσω κάποια μέρα». Το λιοντάρι μόλις άκουσε το ποντίκι να του λέει πως αν το αφήσει θα του το ανταποδώσει, γέλασε πολύ και του είπε: « Καλά, θα σε αφήσω, κρίμα να κρατάω ένα τόσο μικρό και αστείο ποντικάκι σαν εσένα». Μια μέρα λοιπόν, ενώ περπατούσε το λιοντάρι, κάποιοι κυνηγοί του έστησαν παγίδα και έπεσε μέσα και άρχισε να φωνάζει από τον πόνο. Τυχαία περνούσε το ποντικάκι από εκεί και όταν είδε το λιοντάρι του είπε: «Μην ανησυχείς, θα σε βοηθήσω εγώ γιατί εσύ μου χάρισες τη ζωή». Τότε το ποντίκι ροκάνισε σιγά - σιγά τα σχοινιά της παγίδας και έσωσε το λιοντάρι. Το λιοντάρι ευχαρίστησε το μικρό ποντίκι που το βοήθησε να ελευθερωθεί και το ποντικάκι ηδούσε ελεύθερα στην πλάτη του λιονταριού και στο τέλος έγιναν οι καλύτεροι φίλοι.

Ηθικό δίδαγμα: Δεν πρέπει να υποτιμούμε ποτέ τις ικανότητες ή τη χρησιμότητα κάποιου, γιατί όλοι έχουν ικανότητες και είναι χρήσιμοι μέσα στην κοινωνία, όπως το μικρό «αδύναμο» ποντικάκι σε σχέση με το «παντοδύναμο» λιοντάρι.

Μάριος Σαββίδης Α'4
Αντώνης Φωτιάδης Α'4

8η Μαρτίου, σκέψεις για τη γυναίκα...

Όνομα και (όχι) πράγμα, όπως πολλοί νομίζουν.

Ένα λεπτεπίλεπτο αερικό που αν θέλει γίνεται και κοφτερό μαχαίρι. Αν θέλει βάφει τα μαλλιά της κόκκινα, κίτρινα, πράσινα, μπλε, αν θέλει τα ξυρίζει, αν θέλει τα κάνει ράστα, αν θέλει τα κάνει τατουάζ σε όλο της το σώμα, θα κάνει, αν θέλει τρύπες σε όλο της το σώμα. Αν θέλει θα φοράει παντελόνι, μίνι φούστα, φόρεμα, κελεμπία, μπούργκα, στολή βατραχανθρώπου. Αν θέλει θα τρώει τα νύχια της, θα κάθεται χύμα αντί για σταυροπόδι, θα φοράει τακούνια, αρβύλες, αθλητικά, σανδάλια. Αν θέλει θα παίρνει κιλά και αν θέλει θα χάνει. Αν θέλει να ψηφίζει, θα ψηφίζει. Αν θέλει να μιλάει, να φωνάζει, να γκρινιάζει και πάλι θα το κάνει. Αν θέλει, θα είναι μοντέλο, αστροναύτης, βουλευτής, μηχανικός αυτοκινήτων, μοδίστρα, γραμματέας, υδραυλικός, αν θέλει θα είναι διευθύντρια τράπεζας και πρόεδρος του κόσμου. Αν την χτυπήσεις, θα σε χτυπήσει. Αν την πληγώσεις, θα σε πληγώσει. Γιατί;

Γιατί είναι ΑΝΘΡΩΠΟΣ και έχει ό,τι δικαίωμα έχουν και οι άνδρες. Έχει δικαίωμα να λέει την άποψή της και να μετράει η γνώμη της το ίδιο. Έχει δικαίωμα να φοράει ό,τι γουστάρει χωρίς να δίνει λογαριασμό σε κανέναν και χωρίς να φοβάται ότι θα βγει και θα της σφυρίζουν ή θα της κάνουν χειρονομίες ή θα την κοιτάνε. Έχει δικαίωμα να μη φοβάται τα βράδια που γυρνάει σπίτι της, επειδή είναι πιο αδύναμη σωματικά από

έναν άνδρα. Έχει δικαίωμα να ξεσπάει όταν δεν είναι καλά χωρίς να της λένε “πάλι έχεις περίοδο;”. Έχει δικαίωμα να ζει αξιοπρεπώς και όπως θέλει χωρίς περιορισμούς, φραγμούς “πρέπει” και “μη”. Χωρίς να της λένε πώς να φέρεται για να είναι αρεστή και να εκπέμπει θηλυκότητα.

Ελπίζω να μην δούμε πότε ξανά μαυρισμένα μάτια και σκισμένα χείλη από το ξύλο. Ελπίζω να μην βιαστεί καμία γυναίκα ξανά. Να μη μολυνθεί μυαλό, ψυχή και σώμα. Να κλείσουν οι σωματικές πληγές και οι ψυχικές εκδορές. Να μάθουμε να ΜΙΛΑΜΕ και να διεκδικούμε το δικίο μας. Να μας σέβονται όπως τους σεβόμαστε. Να μάθουμε να μας προσέχουμε, να μας φροντίζουμε και να μας αγαπάμε, γιατί είμαστε αρκετές έτσι ακριβώς όπως είμαστε.

Γυναίκες με τα ό(π)λα μας.

Δεν είναι φεμινισμός και μίσος για τους άντρες. Είναι ισότητα. Χρόνια μας καλύτερα από αυτά που έφυγαν κορίτσια του κόσμου όλου!

Σοφία Στροφύλλα ΣΤ΄4

ΧΩΡΙΣ ΕΣΕΝΑ

Ξέρεις τι;

Ανοίγεις τα μάτια σου κι ανθίζουν τα λουλούδια.

Γελάς και βγαίνει ο ήλιος.

Κλαιοι και οι θάλασσες γίνονται τρικυμία.

Πονάς και η βροχή γίνεται καταιγίδα.

Κι εμείς;

Εμείς πνιγόμαστε στα δάκρυα του ουρανού.

Και κλαίμε γιατί κάθε φορά που φωνάζεις, μια γοργόνα πεθαίνει,

ένα ψάρι πνίγεται, γιατί ο κόσμος είναι γκρι χωρίς εσένα.

Τα χρώματα πεθαίνουν και γεννιέται η θλίψη.

Τα πουλιά χωρίς εσένα παύουν να πετούν, τα ψάρια να κολυμπούν κι οι άνθρωποι να πληγώνουν.

Χωρίς εσένα οι εποχές γίνονται τρεις,

οι νότες έξι,

τα γράμματα της αλφαβήτου είκοσι τρία κι οι αριθμοί δεν έχουν πια αξία.

Δεν έχουμε πνοή χωρίς εσένα. Πέφτουμε από τα μπαλκόνια πετώντας μια τελευταία φορά πριν την τελική πτώση.

Τα φώτα σβήνουν και η σιωπή του πλήθους απλώνεται εκκωφαντικά ανάμεσα στη φανφάρα.

Το τέλος πλησιάζει, παίρνουμε τον εγωισμό μας σαν όπλο στην

πλάτη,

σκοτώνουμε τα παιδικά μας ποιήματα και τα προσευχητάρια του έρωτα,

πίνουμε πορτοκαλάδα από βύσσινο και λεμονάδα από μήλο και κάπως έτσι προχωράμε προς τα πίσω με μια σβησμένη μνήμη.

Με χρυσή κλωστή κεντάμε τη ζωή μας ανάμεσα σε δάση και κατακόμβες με μια παλιά υπόσχεση.

Χείμαρρος οι ευχές μας για την ανθρωπότητα χτυπούν πάνω στα βράχια και τσαλακώνουν τις ψυχές μας.

Το μυαλό μας βυθίζεται ανάμεσα στα κύματα της θάλασσας, Αεράκι γλυκό ακουμπά στα μάγουλα στεγνώνοντας τα δάκρυα.

Γύρνα πίσω...

Σοφία Στροφύλλα ΣΤ΄4

Πόσο σημαντικά είναι τα κατοικίδια στη ζωή των παιδιών

Ένα ζώακι μπορεί να αποδειχθεί ένας σπουδαίος σύμμαχος στην ανάπτυξη της συναισθηματικής νοημοσύνης του παιδιού, που δεν θα το προδώσει ποτέ! Τα κίνητρα των παιδιών για την απόκτηση ενός κατοικίδιου είναι η συντροφιά στην καθημερινότητα και το παιχνίδι. Η συντροφιά του, θα οδηγήσει το παιδί σε σπουδαίες ανακαλύψεις και συνειδητοποιήσεις, ενώ η συμβίωση μαζί του θα το ωφελήσει, σε κοινωνικό και συναισθηματικό επίπεδο.

Υπάρχουν πολλαπλά οφέλη των κατοικίδιων στην υγεία, την ψυχική ανάπτυξη και την ευεξία των παιδιών. Οι μελέτες δείχνουν ότι τα ζώα μπορούν να λειτουργήσουν ως προστασία από στρεσογόνους παράγοντες, μετριάζοντας το αίσθημα της δυσφορίας που προκαλούν οι αγχωτικές εμπειρίες, μειώνοντας την αίσθηση του σωματικού και συναισθηματικού πόνου, ενώ η κατοχή ενός σκύλου, ειδικότερα, μπορεί να προάγει έναν πιο υγιεινό και περισσότερο δραστήριο τρόπο ζωής. Τα κατοικίδια παρέχουν στα παιδιά συναισθηματική υποστήριξη και ένα αίσθημα ασφάλειας. Μπορεί να ενδυναμώσει ουσιαστικά την κοινωνικότητα, ακόμη και των πιο μικρών παιδιών. Το κατοικίδιο δεν συμμορφώνει το παιδί, αλλά το αποδέχεται και το αγαπά, με αποτέλεσμα το παιδί να θεμελιώνει καλύτερη εικόνα του εαυτού του και να ενδυναμώσει την κοινωνική εικόνα και αυτοεκτίμηση του παιδιού.

Η φροντίδα των σωματικών αναγκών του κατοικίδιου από το παιδί ενισχύει την κοινωνική ευθύνη, αλλά και την αυτοεκτίμηση από την ικανοποίηση που παίρνει ως φροντιστής του κατοικίδιού του, με αποτέλεσμα να μεγαλώνει με τις αξίες της υπευθυνότητας και της εμπιστοσύνης. Εκτός από τις σωματικές ανάγκες, τα παιδιά μαθαίνουν να φροντίζουν και τις συναισθηματικές ανάγκες του μικρού τους φίλου π.χ. όταν είναι κουρασμένο και δεν θέλει να παίξει ή ακόμη όταν φοβάται την επίσκεψη στον κτηνίατρο. Με τον τρόπο αυτό διδάσκονται για τα συναισθήματα των άλλων και τα για δικά τους, μέσα από την αλληλεπίδραση. Ένα βασικό χαρακτηριστικό της συναισθηματικής νοημοσύνης είναι η «ενσυναίσθηση», η ικανότητα δηλαδή ενός προσώπου να αντιλαμβάνεται και να

κατανοεί τα συναισθήματα του άλλου.

Τα παιδιά μαθαίνουν να παρατηρούν, να αντιλαμβάνονται και να ανταποκρίνονται κατάλληλα στη μη λεκτική συμπεριφορά των κατοικίδιων ζώων, ενισχύοντας την επικοινωνία τους σε όλες τις μελλοντικές διαπροσωπικές τους σχέσεις. Η επαφή, επίσης, με το παιδί σε καθημερινές δραστηριότητες όπως το παιχνίδι, ενισχύει τις εγκεφαλικές συνάψεις που συνδέουν τη γνώση με το συναίσθημα. Για παράδειγμα, η κατασκευή ενός σπιτιού για το ζώακι ή το παιχνίδι μαζί του, βάζει σε διαδικασία το παιδί να χρησιμοποιήσει συγχρόνως τη φαντασία και την επινοητικότητα του, επιτυγχάνοντας έναν σκοπό. Η γνωστική διαδικασία με τη μορφή εκτιμήσεων, σκέψεων και δράσεων, παίζουν σημαντικό ρόλο στον καθορισμό και πρόκληση των συναισθημάτων.

Συμπερασματικά, μπορούμε να πούμε ότι η συμβίωση με ένα κατοικίδιο ζώο βοηθά ένα παιδί να καλλιεργήσει τις αξίες της οικολογικής συνείδησης, της ηθικής ευθύνης, της κοινωνικής αξίας, της ενσυναίσθησης. Σε αυτή την προσπάθεια, οι γονείς έχουν έναν ενεργό και πολύ σημαντικό ρόλο, καθώς η επιλογή του ζώου, η επιτήρηση της διάδρασης μαζί του, οι συνθήκες διαμονής και διαβίωσής του, η συμφωνία στη συμμετοχή των παιδιών στην καθημερινή φροντίδα του ζώου είναι παράγοντες που πρέπει να ληφθούν υπόψη πριν την απόφαση για την απόκτηση ενός ζώου συντροφιάς στο σπίτι.

Άγγελος Ηροδότου Α΄2

Διαχείριση του θυμού και του άγχους

Ο θυμός είναι ένα ισχυρό συναίσθημα που προκαλείται συνήθως από ταραχή, προσβολή ή άρνηση. Αυτό που προκαλεί τον θυμό είναι η αίσθηση που νιώθει ο άνθρωπος στον κίνδυνο που προέρχεται από την απειλή της αυτοεκτίμησής του.

Αντίθετα, το άγχος που προέρχεται από το ρήμα «άγχω» και στην αρχαία ελληνική γλώσσά σημαίνει σφίγγω ή πνίγω, είναι μια φυσιολογική σωματική και ψυχική αντίδραση σε μια απειλή ή σε μια αίτηση απαιτητικών καταστάσεων.

Ωστόσο, ο θυμός μπορεί να εκφραστεί με λέξεις ή και σωματική επίθεση. Μπορεί, όμως, να εκφραστεί με εχθρότητα και εκφραστικές κινήσεις του σώματός μας. Κάποιοι τρόποι αντιμετώπισης του θυμού είναι:

- Σταματώ (ηρεμώ και παίρνω βαθιές ανάσες)
- Σκέφτομαι (μιλώ για το πρόβλημα σε κάποιον)
- Πράττω (προχωρώ και εφαρμόζω το καλύτερο σχέδιο)
- Χρησιμοποιώ την τεχνική του «time out»
- Μετρώ μέχρι το δέκα.
- Δημιουργώ τη δική μου χαλαρωτική εικόνα βοηθώντας τον εαυτό μου να απαλλαγεί από τον θυμό
- Αναζητώ τις πηγές του θύμου μου
- Μειώνω το στρες της καθημερινότητάς μου

Η διαχείριση του θυμού είναι μια διαδικασία κατά την οποία το άτομο είναι ανοιχτό,

ειλικρινές και άμεσο και βλέπει τα πράγματα με θετικό τρόπο.

Επίσης, το στρες σήμερα επηρεάζει σε μεγάλο βαθμό τον κόσμο, αφού η καθημερινότητά του είναι δύσκολη και προσπαθεί να ανταπεξέλθει στους έντονους ρυθμούς της.

Κάποιες τεχνικές χαλάρωσης και ασκήσεις κατά του στρες είναι:

• Διαλογισμός

Όταν επικεντρωνόμαστε στο τώρα και αποφεύγουμε να σκεφτούμε παρελθόντα γεγονότα ή μελλοντικούς φόβους, είναι πολύ πιο εύκολο να αποβάλουμε τα αρνητικά συναισθήματα που περιβάλλουν αυτά τα γεγονότα.

Βαθιές αναπνοές.

Μπορούμε να διαχειριστούμε το άγχος με διάφορους τρόπους. Ίσως ο πιο απλός είναι να κάνουμε συνειδητές επιλογές να προσθέσουμε στη ζωή μας μερικές νέες στρατηγικές διαχείρισης του άγχους: Να ασκούμε συστηματικά, να διαλογιζόμαστε μερικές φορές την εβδομάδα ή να βρούμε κάποια ενασχόληση που θα μας βοηθήσει να χαλαρώσουμε από το άγχος.

Εν κατακλείδι, παρατηρούμε ότι το στρες και το άγχος διαμορφώνονται από την παιδική ηλικία, όταν διαμορφώνεται ο χαρακτήρας του παιδιού.

Μαρία Κογκορόζη Β' 4

Επίλυση συγκρούσεων στο σχολικό περιβάλλον

Το σχολείο είναι ένας σημαντικός χώρος εκπαίδευσης για τα παιδιά.

Αν κάποιο παιδί δεν πάει σχολείο, δεν θα μπορέσει να κάνει τίποτα στη ζωή του, διότι θα μείνει αγράμματο και δεν θα μπορεί να πάρει τη βασική εκπαίδευση, για να κάνει μια αξιοπρεπή δουλειά. Ωστόσο, συχνά στον χώρο του σχολείου σημειώνονται συγκρούσεις. Τα παιδιά στο διάλειμμα έρχονται πολλές φορές σε σύγκρουση και κάνουν και λένε πράγματα για τα οποία στη συνέχεια μετανιώνουν. Επίσης, τις περισσότερες φορές είναι δύσκολο να εξομαλυνθούν τετοιου είδους καταστάσεις, διότι τα παιδιά στη σημερινή κοινωνία έχουν πολύ απότομες και άσχημες συμπεριφορές και οι δάσκαλοι δυσκολεύονται να διαχειριστούν τα πράγματα. Ο μόνος τρόπος να λυθεί αυτό το πρόβλημα είναι τα παιδιά να καταλάβουν ότι κανένα άλλο παιδί δεν είναι κατώτερό τους και να δείχνουν σεβασμό. Επιπλέον, οι σύμβουλοι στα σχολεία πρέπει να κάνουν μια συζήτηση με όλα τα παιδιά για τις συμπεριφορές τους και αν κάποιο παιδί έχει δημιουργήσει πολλά προβλήματα, είτε να στερηθεί

κάποιο διάλειμμα και να έχει παραπάνω διάβασμα για το σπίτι, είτε να κάνει μια κοινωνική εργασία, χωρίς να έχει ευκαιρίες να γλυτώσει από την τιμωρία.

Επομένως, πρέπει να σταματήσει και η σύγκριση μεταξύ των παιδιών. Ακόμα, και στην περίπτωση αντιπάθειας προς κάποιον, δεν χρειάζεται να του το δείχνουν, γιατί αυτό το άτομο μπορεί να πληγώνεται, αλλά να μην το δείχνει ή να μην το θεωρεί απαραίτητο να το πει σε κάποιον μεγαλύτερο. Οπότε πρέπει να κρατάμε έστω μια τυπική σχέση με τον άλλον, ακόμα κι αν δεν τον συμπαθούμε και τόσο.

Όταν δύο άτομα τσακώνονται, πρέπει ο ένας να κάνει πίσω. Αυτός που θα κάνει πίσω και δεν θα συνεχίσει τον τσακωμό, θα δείξει ανωτερότητα και αν δεν συνεχίσει τον καυγά, δεν υπάρχει περίπτωση να χάσει το δίκιο του. Οπότε, είναι καλό, να προσέχουμε να μην μπλέκουμε σε καυγάδες, να μένουμε μακριά από άτομα που μας επηρεάζουν αρνητικά και όταν εκνευριζόμαστε να μετράμε μέχρι το τριάντα, για να ηρεμούμε και να φεύγουμε από το σημείο ξεσπάματος ενός τσακωμού, για να μην μπλέκουμε σε άσχημες υποθέσεις, που μπορεί να έχουν άσχημες συνέπειες για εμάς.

Διώνη Παυλίδου Β' 3

Διατροφή Και Υγεία

Η υγεία μας επηρεάζεται πάρα πολύ από την διατροφή μας.

Η φράση: «είσαι ό,τι τρως», σημαίνει αν τρως ανθυγιεινά, τότε θα υποστείς και τις ανάλογες συνέπειες. Μία από αυτές είναι η παχυσαρκία.

Η παχυσαρκία είναι η συχνότερη διατροφική διαταραχή στις ανεπτυγμένες κοινωνίες. Η κύρια αιτία της παχυσαρκίας είναι η κατανάλωση περισσότερων ποσοτήτων από τις φυσιολογικές και η ελλιπής φυσική δραστηριότητα.

Οι πιο συνηθισμένες διαταραχές της διατροφής είναι η ανορεξία, η βουλιμία και η ψυχαναγκαστική υπερφαγία. Είναι καταστάσεις που χαρακτηρίζονται από ακραία συναισθήματα, σκέψεις και συμπεριφορές σχετικά με τη διατροφή, το βάρος και την εικόνα του σώματος που μερικές φορές οδηγούν και στον θάνατο του πάσχοντα.

Πρέπει να προσέχουμε την υγεία μας, η οποία διατηρείται με τη σωστή και υγιεινή διατροφή.

Παναγιώτα Αγαπίου Β'2



ΝΑΡΚΩΤΙΚΑ

Ναρκωτικά είναι οι φυσικές ή χημικές τοξικές ουσίες που προκαλούν κατάσταση νάρκης.

Κάθε χρόνο πεθαίνουν 7.000 - 8.000 άτομα από υπερβολική δόση ναρκωτικών. Τα άτομα που παίρνουν ναρκωτικά, γίνονται εξαρτώμενα. Πιστεύουν πως πρέπει να πάρουν ουσίες, για να νιώσουν καλά και να φτάνουν στην εξάρτηση. Οι λόγοι που οδηγούν στα ναρκωτικά είναι οικονομικά, οικογενειακά και επαγγελματικά προβλήματα.

Υπάρχουν, όμως, λύσεις για να αποφευχθούν όλα αυτά τα προβλήματα. Υπάρχουν ειδικοί που συμβουλεύουν αυτούς τους ανθρώπους. Επομένως, δεν είναι απαραίτητο οι άνθρωποι να παίρνουν ουσίες που καταστρέφουν την υγεία τους.

Αυτό συμβαίνει πολύ πιο συχνά στους νέους, οι οποίοι δεν λαμβάνουν υπόψη τις συνέπειες που προκαλεί η χρήση των ναρκωτικών.

Η αντιμετώπιση όμως του φαινομένου βρίσκεται στη συχνή ενημέρωση, ώστε να γνωρίζουν οι νέοι τις ζημιές που προκαλούν. Επίσης, οι γονείς πρέπει να είναι κοντά στα παιδιά τους και να τα στηρίζουν. Τέλος, υπάρχει και η απεξάρτηση, αποτοξίνωση σωματική από τις ναρκωτικές ουσίες ή από το αλκοόλ. Αρα, μπορεί κάποιος να ζήσει φυσιολογικά χωρίς τα ναρκωτικά.

Νεοφύτα Ηλία Δ' 4

ΚΑΡΑΜΕΛΕ ΤΟΥ ΦΟΥΡΝΟΥ

Υλικά (για την κρέμα):

- 8 αυγά
- $\frac{3}{4}$ του ποτηριού ζάχαρη
- 1L γάλα
- 1 βανίλια
- Λίγο μαστίχι αλεσμένο
-

Υλικά (για την καραμέλα):

- $\frac{1}{2}$ ποτήρι ζάχαρη
- 1φλ. μικρό νερό
- $\frac{1}{2}$ κουταλάκι λεμόνι

Πρώτα πρέπει να κάνουμε την εκτέλεση της καραμέλας

Εκτέλεση (για την καραμέλα):

Σε μια μικρή κατσαρόλα βράζουμε όλα τα υλικά σε σιγανή φωτιά μέχρι το μείγμα να αποκτήσει ένα ξανθοκαφέ χρώμα. Ακολούθως, αδειάζουμε το μείγμα σε στρογγυλή φόρμα ψησίματος.

Εκτέλεση (για την κρέμα):

Σε μια λεκάνη κτυπούμε καλά τα αυγά και μετά προσθέτουμε την ζάχαρη. Ακολούθως, βάζουμε: το γάλα, τη βανίλια και το αλεσμένο μαστίχι. Όταν χτυπηθούν καλά, αδειάζουμε το μείγμα στη φόρμα που περιέχει την καραμέλα. Ψήνουμε το γλυκό μας σε μπεν μαρί, στον φούρνο στους 150°C για περίπου μία ώρα στον αέρα ή στην αντίσταση.

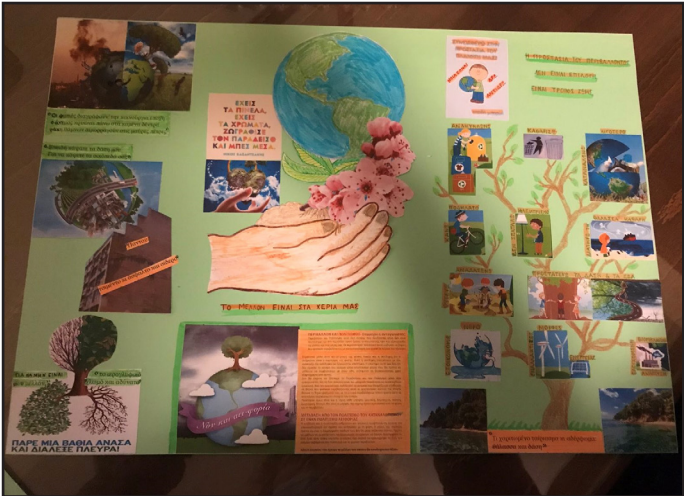
ΚΑΛΗ ΑΠΟΛΑΥΣΗ!!!

Μαρία Χατζηγεωργίου Α΄2

SUDOKU TIME

7						2	3	
1	6		9			4		
	3	4		5	6	7		
	2	8						5
9							4	
4		6	5	3				9
6			3		7		1	
2				4			8	
				9	2	3		

Μαρία Χατζηγεωργίου Α΄2



Κωνσταντίνος Μαραθοβουνιώτης Β΄4



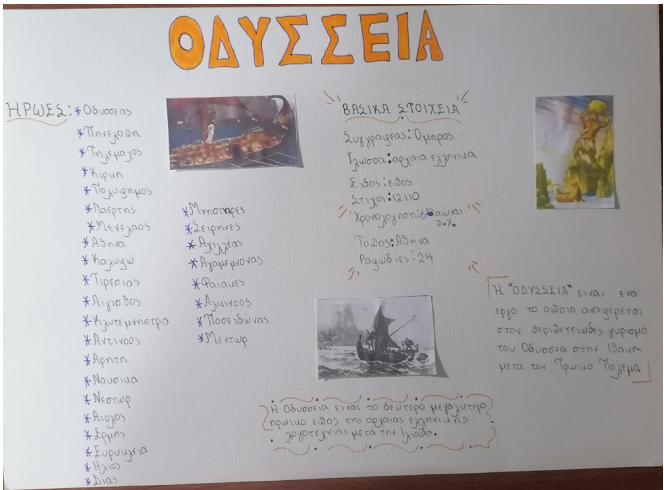
Αντώνης Φωτιάδης Α΄4



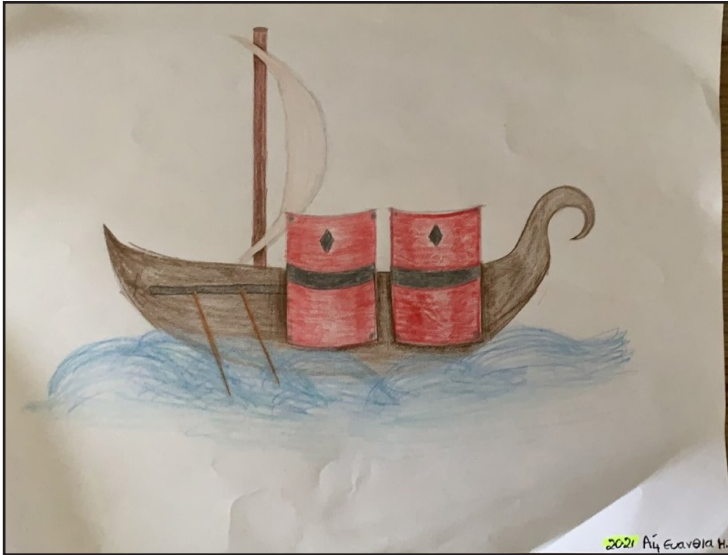
Ελένη Κωνσταντίνου Α΄1



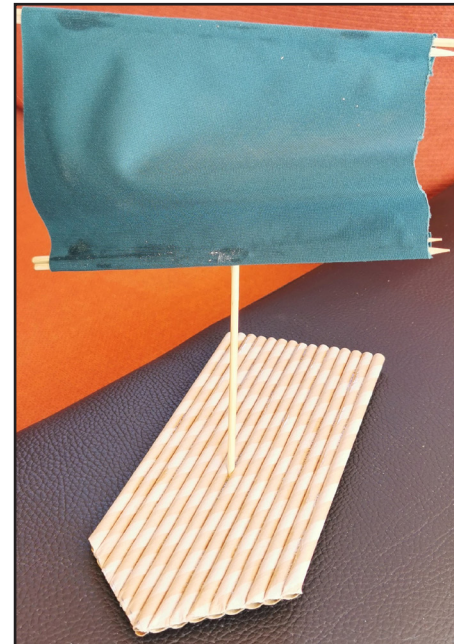
Σοφία Στροφύλλα ΣΤ΄ 4



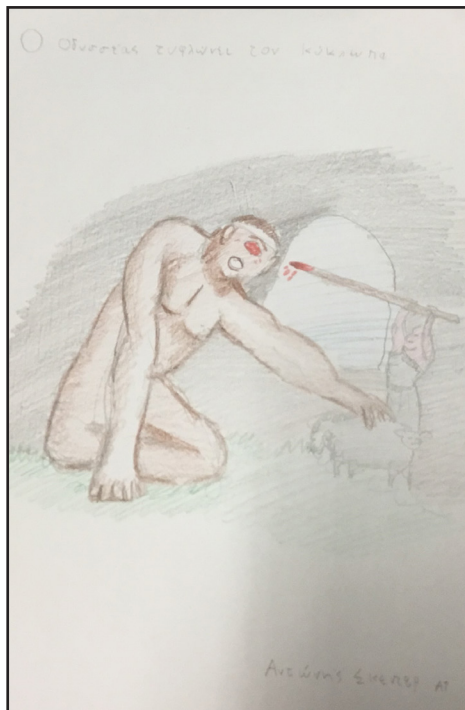
Μαρία Χατζηγεωργίου Α΄2



Ευανθία Μιχαηλίδου Α'4



Γιώργος Χατζημάρκου Α'4



Αντώνης Σκέντερ Α'1



Αντρέας Κωνσταντίνου Α'1



Βικτώρια Σαββίδου Δ'3
(Έργο Ψηφιακό)



Κωνσταντίνος Ζορνάς Δ1

Γ' Βραβείο

«200 χρόνια από την Ελληνική Επανάσταση του 1821
Αναδιφώ το παρελθόν, ενατενίζω το μέλλον»



Ορέστης Χατζηστυλιανού Δ3



Άννα Μαρία Χατζηπαναγή Α'1



Βασιλική Χατζηκυπρή Γ'3



Διώνη Αιμιλία Κατσούλης Β'2



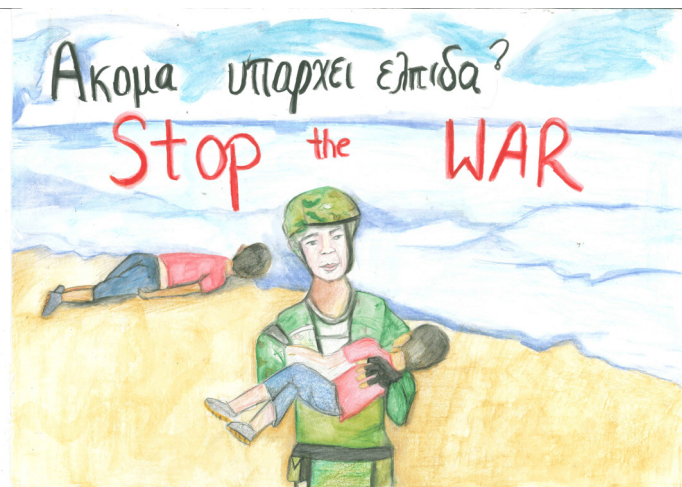
Βικτώρια Σαββίδου Δ'3
(Έργο Ψηφιακό)



Σοφία Στροφύλλα ΣΤ' 4



Μαρίλια Χατζηστυλιανού Δ'3
Μαρίνα Κρητικού Δ'3



Αλέξανδρος Μιχαήλ Β'4



Αναστασία Κουρτέλλα Β'3



Σταυριάνα Γεωργίου Α'2



Άννα Μαρία Χατζηπαναγή



Αντώνης Βρόντης Β'5



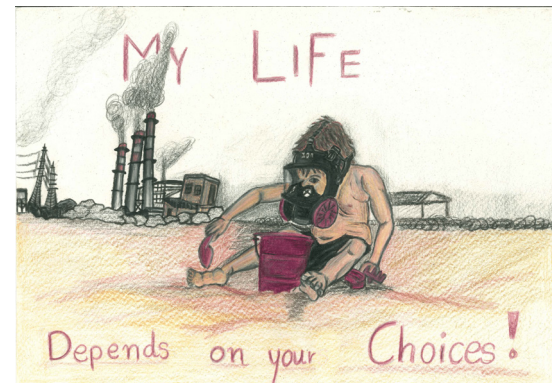
Γιώργος Αχιλλίδης Β'2



Ελένη Μοδίτη Β'5



Ευανθία Μιχαλίδου Α'4



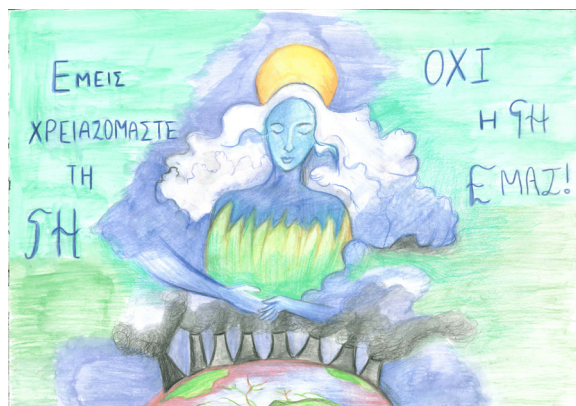
Γιώργος Ευτυχίου Γ'4



Ιάσωνας Μαρκίδης Β'3



Ιωάννα Αντωνίου Β'1



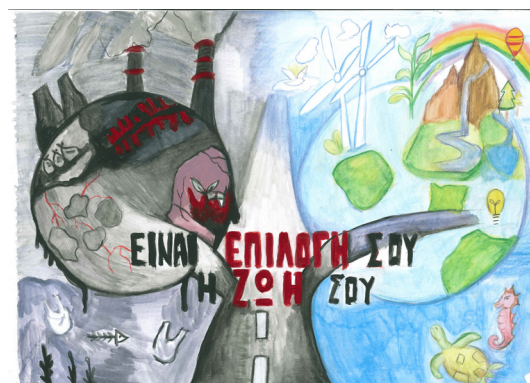
Ιωάννα Δημητρίου Β'1



Κωνσταντίνα Λάμπρου Β'5



Κωνσταντίνος Μαραθοβουνιώτης Β'4



Μαρία Πορά Α'4



Μαρίλια Χριστοφόρου Α'1



Ναταλία Καρατζογιάννη Α'3



Νικόλ Μαξούλη Β'4



Στέλλα Βερόνικα Καρανικόλα Γ'3



Στέφανη Ραφαήλ Β'5



Ρεβέκκα Κυριάκου Α'3



Μαθητική Ματιά

- **Αναγνωρισμένο Απολυτήριο από το Υπουργείο Παιδείας, Πολιτισμού, Αθλητισμού και Νεολαίας**
- **6 χρόνια φοίτηση αντί 7**
- **Σίγουρη εισδοχή σε Αγγλικά και άλλα Ευρωπαϊκά Πανεπιστήμια, στο πρώτο έτος σπουδών**
- **Πρώτες Θέσεις στα Κυπριακά Δημόσια Πανεπιστήμια**
- **Βραβεία σε Παγκόσμιους, Ευρωπαϊκούς και Παγκύπριους Διαγωνισμούς**
- **Ανθρωποκεντρικό με μέσο όρο 15 μαθητές ανά τμήμα**
- **Δωρεάν πρόσθετη διδακτική στήριξη (μελετητήριο) σε όσους την χρειάζονται**
- **Δωρεάν απογευματινά φροντιστήρια για τις Παγκύπριες Εξετάσεις σε όλα τα μαθήματα για τους μαθητές της Γ' Λυκείου**
- **Προετοιμασία για τις εξετάσεις IGCSE, IELTS, LCCI, ECDL, και DELF για απόκτηση διεθνώς αναγνωρισμένων προσόντων**
- **Συμμετοχή σε Ευρωπαϊκά Προγράμματα**
- **Υποτροφίες με βάση τα αποτελέσματα των εισαγωγικών εξετάσεων**
- **Άνετες εγκαταστάσεις και σύγχρονος εξοπλισμός**
- **Διπλάσιες ώρες στα Αγγλικά και στους Η/Υ**
- **Μεταφορικό μέσο**