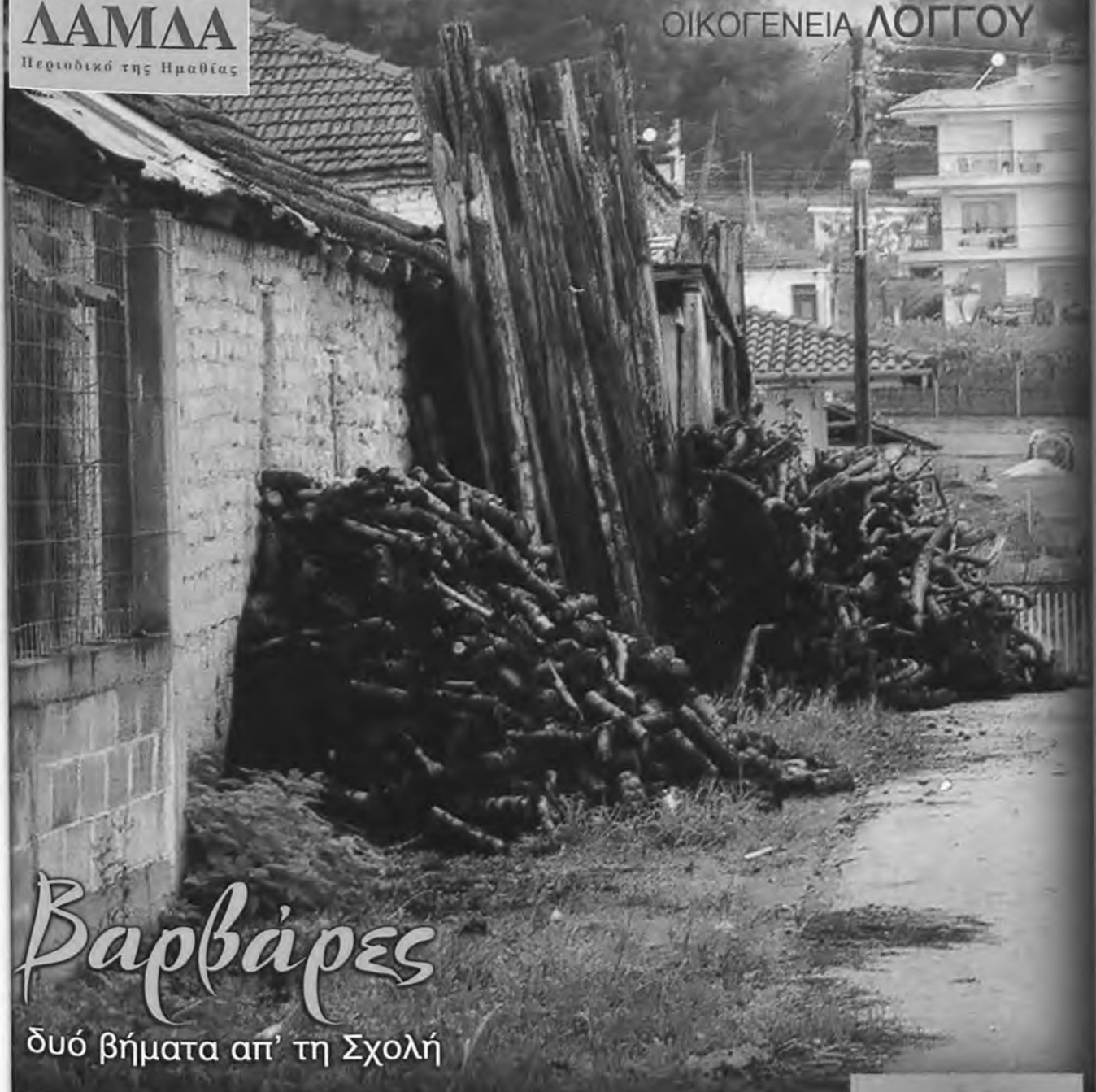




ΛΑΜΔΑ

Περιοδικό της Ηρακίας

Ιστορικά "τζάκια"  
της Νάουσας  
ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ ΛΟΓΓΟΥ



# Βαρβάρες

δυό βήματα απ' τη Σχολή



ΣΤΕΦΑΝΟΣ  
ΓΑΪΤΑΝΟΣ  
Ο "Στρατηγός"  
δεν κατέθεσε



γιώργος  
ΛΟΓΓΟΥ



40 χρόνια εγκυρη ενημερωση

# ΛΑΟΣ

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ ΤΟΥ ΝΟΜΟΥ ΗΜΑΘΙΑΣ



**Κάθε μέρα  
η εφημερίδα ΛΑΟΣ σας ενημερώνει  
έγκυρα και υπεύθυνα  
με ειδήσεις, ρεπορτάζ, επικαιρότητα  
από την πολιτική, οικονομική, αθλητική  
και κοινωνική ζωή του τόπου σας.**

Βενιζέλου 10, Τηλ. 23310 65025, 66913, 61160, Fax. 23310 66979 ΒΕΡΟΙΑ

# ΑΛΛΑΖΕΙ ΤΟΥΣ ΚΑΝΟΝΕΣ.

Follow your own star.



Mercedes-Benz - ένα σπορ της του ομίλου DaimlerChrysler

## Νέα A-Class

Γώρα με τη νέα A-Class, η Mercedes-Benz αλλάζει τους κανόνες για άλλη μια φορά, δημιουργώντας ένα εκρηκτικό πρωτοποριακού design, δύναμης και κορυφαίας τεχνολογίας.

Με νέους ισχυρούς κινητήρες από 95 έως 193hp σε 3θυρη 5θυρη έκδοση.

Ανανεωμένο εσωτερικό με ακόμα μεγαλύτερους χώρους, κανόνες άλλων: Η νέα A-Class είναι γεγονός!



Mercedes-Benz

**mobilo-life**  
μόνα ξένοιαστης οδήγησης

Mercedes-Benz  
**FINANCE**

www.mercedes-benz.gr

Επιχειρήσεις Κεντρική Επιχειρήσεις Βέροιας  
**Γ. ΚΟΓΙΑΣ Α.Ε.**

Εξουσιοδοτημένος Διανομέας & Επισκευαστής της Mercedes-Benz  
Έκθεση: ΒΕΡΟΙΑ, Νέα Περιφ. Οδός Βέροιας - Νάουσας, τηλ.: (23310) 61486



**Βέροιας**



# Προς Σχολές

Το 2004 ήταν για την Ημαθία μια χρονιά "σταθμός", μια χρονιά που κλείνει με την απόκτηση δύο Πανεπιστημιακών Σχολών, στη Βέροια και τη Νάουσα. Στον αντίποδα των υψηλών ποσοστών ανεργίας, της αγροτικής "κακοκαιρίας", της χλιαρής εμπορικής κίνησης και της μουδιασμένης τοπικής κοινωνίας, η είδηση της ίδρυσης δύο - κατ' αρχήν - πανεπιστημιακών τμημάτων ήρθε να τονώσει λίγο το κλίμα και να αναστηλώσει - διεκδικητικά και με το καλό προηγούμενο πλέον - τις ελπίδες για το αύριο. Οι δύο σχολές εγκαινιάστηκαν τον Οκτώβριο, με την έναρξη της ακαδημαϊκής χρονιάς η μία, στον υπέροχο, ως προς το φυσικό περιβάλλον, χώρο του πρώην στρατοπέδου, στην Αγία Βαρβάρα Βέροιας και η άλλη σε ένα παραδοσιακό τοπίο, στο παλαιό Νηματουργείο "Λόγγου - Τουρπάλη" στη Νάουσα.



Νάουσας

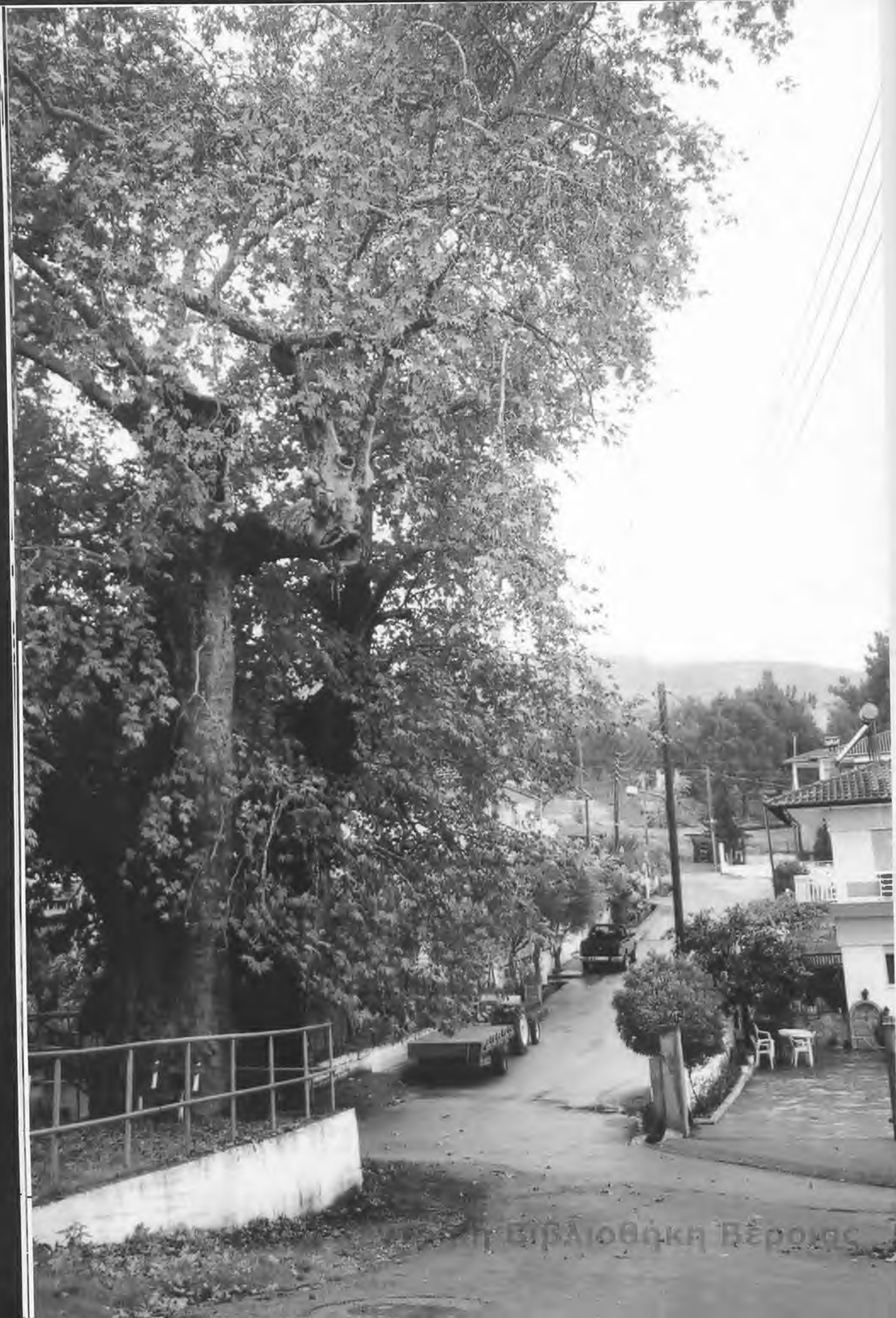


Στις 16 Οκτωβρίου, την ημέρα της επετείου για την απελευθέρωση της Βέροιας κόπηκε η κορδέλα της Σχολής που φιλοξενεί το τμήμα Μηχανικών Χωροταξίας και Ανάπτυξης του Α.Π.Θ. από τον πρότανη κ. Αντωνόπουλο, τον υφυπουργό Ανάπτυξης κ. Σαλαγκούδη και τον δήμαρχο Βέροιας κ. Σκουμπόπουλο.





Κυριακή 31 Οκτωβρίου, το ιστορικό, βιομηχανικό συγκρότημα στη Νάουσα, το πρώτο Νηματοργείο της πόλης, άνοιξε τις πόρτες του ανακαινισμένο για τους πρωτοετείς φοιτητές του τμήματος Διοίκησης - Τεχνολογίας του Πανεπιστημίου Μακεδονίας. Την κορδέλα των εγκαινίων έκοψε ο υφ. Παιδείας κ. Ταλιαδούρος. Επί της κορδέλας διακρίνονται, από δεξιά, ο περιφερειάρχης κ. Τσιότρας, ο κ. Τσεκούρας, ο πρύτανης κ. Βελέντζας, ο Μητροπολίτης και ο Δήμαρχος κ. Καραμπατζός.



Η ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ ΒΕΡΟΙΑΣ



μια βόλτα

# στις Βαρβάρες...

δυό βήματα απ' τη Σχολή



Το Δημοτικό διαμέρισμα της Αγίας Βαρβάρας Βέροιας, έγινε σχεδόν δημοφιλές τον τελευταίο χρόνο, αφού ευτύχησε να φιλοξενήσει στην περιοχή του, στην θέση του πρώην στρατοπέδου, το τμήμα Μηχανικών Χωροταξίας και Περιβάλλοντος της Πολυτεχνικής Σχολής του ΑΠΘ. Ένας χώρος που ενθουσίασε τους πανεπιστημιακούς, τόσο, ώστε ευχαρίστως θα πρότειναν την ίδρυση κι άλλων σχολών στο υπέροχο φυσικό περιβάλλον κοντά στον Αλιάκμονα.







Αναρωτηθήκαμε, από πότε άραγε υπάρχουν οι "Βαρβάρες"; Τα στοιχεία που καταγράφονται κάνουν λόγο για ένα κύμα προσφύγων, το 1923, που ήρθε από την Ανατολική Ρωμυλία και συγκεκριμένα από τις περιοχές της Κούκλενας και των Βοδενών (πολύ κοντά στη Φιλιππούπολη) που εγκαταστάθηκαν και ίδρυσαν τον συνοικισμό της Αγίας Βαρβάρας. Οι πρώτοι κάτοικοι με αφάνταστους κόπους ξεχέρωσαν τα γύρω ακαλλιέργητα εδάφη, έχτισαν τα σπίτια τους και αγωνίστηκαν με ελπίδα για μια νέα, καλύτερη ζωή την οποία σύντομα έκαναν πραγματικότητα χάρη στην εργατικότητα τους.





Αυτό που προσέχει κανείς, κάνοντας μια βόλτα στις Βαρβάρες, είναι οι πολλές ελιές... Τα ελαιόδεντρα σε κάθε σπίτι, σε κάθε αυλή και σε κάθε δρόμο του χωριού στέλνουν το αιθαλές μήνυμα της ειρηνικής πρόθεσης των κατοίκων προς τους επισκέπτες. Το χωριό σφίζει από ζωή το πρωί και γαληνεύει το βράδυ. Την ηρεμία της νύχτας αναστατώνει κανένα γαύγισμα πίσω από τις καγκελόπορτες, δείγμα ότι κάποιος περνάει από το σπίτι των νοικοκυραίων, ή το θρόισμα των φύλλων όταν φυσάει ανάμεσα στα πλατάνια, ή το νερό που τρέχει άφθονο στις βρύσες της πλατείας και του σχολείου του χωριού. Περιπατώντας στους φαρδείς δρόμους αυτή την εποχή, κάτι στον αέρα σε οδηγεί σε ένα από τα

ρακοκάζανα που βράζει το τσίπουρο της χρονιάς. Η μυρωδιά των πατημένων σταφυλιών και του γλυκάνισου είναι έντονη και ανακατεύεται με τα ψημένα λουκάνικα και κοψίδια που συνοδεύουν συνήθως αυτές τις βραδιές, με τις παρέες γύρω από το καζάνι και τα μεγάλα βαρέλια στην αυλή. Το καλό κουμάντο των νοικοκυραίων φαίνεται και από τα ξύλα που σχηματίζουν βουναλάκια έξω από τα σπίτια για το καύσιμο του χειμώνα σε σόμπες και σε τζάκια...





Γεώργιος Λόγγος



Γρηγόρης (Γαλάκης) Λόγγος



Δημήτριος Λόγγος

# Οικογένεια Λόγγου



Ιστορικά  
"τζάκια"  
της Νάουσας  
που ... καίνε  
ακόμα

Του Γιώργου Ντελιόπουλου





Οικογένειες: Λόγγου - Νάουσα, Χατζηνικολάκη - Βέροια, Μάρκου - Βέροια, Μαλακούση - Βέροια.

**Ο** Δεν θα ήταν υπερβολή αν λέγαμε πως η γη της Ημαθίας είναι τόπος ευλογημένος. Εδώ ο Δημιουργός έβαλε όλες τις δυνάμεις του να προικίσει και να στολίζει τις δύο υφές του Βερμίου, τη Βέροια με τον πανάρχαιο πολιτισμό της και τις βυζαντινές εκκλησίες και τη Νάουσα με τα ιδιαίτερα κάλλη της που όμοια δεν μπορείς να βρεις στο ντουινιά. Είναι η πόλη που έχει μάνα την γαλαντόμο Αράπιτσα, που γεννήθηκε, μεγάλωσε και ανδρώθηκε η Βαλκανική Βιομηχανία όπως γράφει ο Τάκης Μπαϊτσης στο βιβλίο του "Νάουσα, οι βιομηχανίες του χθες". Είναι ευλογημένος τόπος γιατί από αυτόν ξεκίνησαν οι πρώτες βιομηχανίες στα δύσκολα εκείνα χρόνια της σκλαβιάς. Βιομηχανίες που τα προϊόντα τους

ακολούθησαν δρόμους μακρινούς, δύσκολους, που φτάνουν στη μακρινή Αμερική, την Αυστραλία και φυσικά την Ευρώπη. Πουθενά αλλού δεν υπήρξε το φαινόμενο αυτό, μια τόσο μικρή, "κλειστή" κοινωνία να αναπτύξει τόσο μεγάλη - βαριά βιομηχανία. Κλωστοϋφαντουργία, οινοποιία, μεταξουργία, σχονοποιία, αλευροβιομηχανία κατάφεραν να φορέσουν σ' αυτή την πόλη το φωτοστέφανο που φώτιζε όχι μόνο την ίδια και το λαό της αλλά ολόκληρη την Ημαθία, τη Μακεδονία και τη χώρα μας.

Οι άνθρωποι που δημιούργησαν αυτή την παράδοση δεν φάνηκαν μόνο σαν πρωτοπόροι σ' αυτό τον τομέα, ήταν και ευεργέτες κτίζοντας εκκλησίες, σχολεία, νοσοκομεία και πολλά άλλα δημό-

σια κτίρια χρήσιμα για την κοινωνία της Νάουσας. Όμως και οι απλοί άνθρωποι στήριξαν αυτές τις προσπάθειες και διατήρησαν με θρησκευτική ευλάβεια τα ήθη, έθιμα, τις χριστιανικές και άλλες παραδόσεις του τόπου. Διατήρησαν σαν κόρη οφθαλμού, ένα από τα σπουδαιότερα στοιχεία του λαού. Το γλωσσικό ιδίωμα, στοιχείο που καθρεφτίζει την ταυτότητα κάθε λαού.

Όμως, ας περάσουμε στο θέμα που είναι αναδρομή στο χρόνο και αφορά μια από τις πιο σπουδαιές οικογένειες της Νάουσας. Σύμφωνα με τα στοιχεία του ερευνητή, συγγραφέα, λαογράφου κ. Τάκη Μπαϊτση, στο βιβλίο του "Η Νάουσα, βιομηχανίες του χθες", ο πρώτος κυλινδρόμυλος στη Νάουσα που εμφανίζεται το 1860 περίπου, ήταν της εται-



Από αριστερά καθισμένοι: Αικατερίνη Πετρίδου (αδερφή Γαλάκη, σύζυγος γιατρού), Μαλακούση Μαριγώ (μητέρα Ευδοξίας Λόγγου), Ευθυμία Χατζηδημούλα (αδερφή Γαλάκη, σύζυγος βιομηχάνου), Ελένη Τουρπάδη (αδερφή Γαλάκη, σύζυγος βιομηχάνου) Όρθιοι: οικιακή βοηθός, Ευδοξία Λόγγου, το γένος Μαλακούση, Ηρακλής Χατζηδημούλας (γιος της Ευθυμίας), Χαρίκλεια, σύζυγος Ηρακλή Χατζηδημούλα Παιδιά από αριστερά: Θωμάς, Λίτσα, Μαρίκα

ρείας Λόγγου - Κύρτση - Τουρπάλη. Θα προσπαθήσω να ξετυλίξω το κουβάρι της οικογένειας Λόγγου σιγά σιγά, αλλά και προσεκτικά, γιατί μέσα απ' αυτή την ιστορική οικογένεια της Νάουσας θα περάσουν και άλλα ονόματα με βιομηχανική παράδοση της Βέροιας και της Νάουσας όπως θα δούμε παρακάτω.

Ο Γρηγόρης Λόγγος ή Γαλάκης ήταν γιος του Δημητρίου Λόγγου. Παντρεύτηκε με μια από τις τρεις θυγατέρες του βαθύπλουτου Βεροιώτη Ιωάννη Μαλακούση και της Μαριγώς, την Ευδοξία Μαλακούση. Τη δεύτερη θυγατέρα παντρεύτηκε ο Βεροιώτης Στέφανος Χατζηνικολάκης ή Κόρτσης και την τρίτη ο Στέργιος Μάρκου.

Ο Γρηγόρης Λόγγος απέκτησε με την Ευδοξία Μαλακούση πέντε παιδιά. Τον Θωμά, το Δημήτρη ή Μήτσιο, την Μαρίκα, τη Λίτσα και μια ακόμα που δεν γνωρίζω το όνομά της. Ο Δημήτρης σπούδασε στη Γερμανία πολιτικές επιστήμες και οικονομία. Ο

Θωμάς σπούδασε στη Βιέννη της Αυστρίας χημικός μηχανικός και έκανε μεταπτυχιακές στο Βερολίνο. Οι τρεις θυγατέρες του Γαλάκη Λόγγου παντρεύτηκαν, οι δύο βιομηχάνους, τον καπνέμπορο Σακά και τον Γεωργιάδη με το εργοστάσιο FIX στη Θεσσαλονίκη και η τρίτη το γνωστό τότε αρχιτέκτονα Νικόπουλο, ο οποίος είχε κάνει τα σχέδια του Ιερό Ναού Αγίου Δημητρίου στη γενέτειρά μου το Κεφαλοχώρι, το 1934.

Ο Θωμάς Λόγγος που θα είναι και ο συνεχιστής σ' αυτή τη μεγάλη βιομηχανία κλωστοϋφαντουργίας, παντρεύεται την κόρη του συνεταιρίου Δημητρίου Τσίτση, την Μίκα (Μαρία) και απέκτησαν δύο παιδιά, την Ευδοξία και τον Γρηγόρη. Ο Δημήτριος Λόγγος δεν παντρεύτηκε.

Είναι η δεκαετία του '30 και τα εργοστάσια στη Νάουσα, την Έδεσσα και τη Θεσσαλονίκη βρίσκονται στις καλύτερες μέρες. Είναι η εποχή που τα πλούτη είναι τόσα ώστε ο Λόγγος γίνεται το μεγα-

λύτερο όνομα ανάμεσα στους βιομήχανους. Έχει κτήματα πολλά στο Άδενδρο καθώς και 3.000 πρόβατα από τα μεγαλύτερα τσελιγκάτα και πολλά στρέμματα βοσκοτόπια. Κτήματα όμως πολλά έχει και στις Ποζιαρίτες - Κεφαλοχώρι. Εκεί, είναι η προίκα που πήρε από τον πεθερό του ο Γαλάκης, τον Ιωάννη Μαλακούση.

Κτήματα ο Μαλακούσης αγόρασε και για τους άλλους δύο γαμπρούς από τη Βέροια, τον Στέργιο Μάρκου και τον Στέφανο Χατζηνικολάκη ή Κόρτη. Τα κτήματα αγόρασε από τους δύο Μπέηδες του τσιφλικιού τον Ραμής Μπέη και τον Τζιαφέρ Μπέη. Ένα μικρό κτήμα αγόρασε από τον Μπέη του Λουτρού.

Ο Μαλακούσης με τον Λόγγο το χάρισαν στην Αγία Κυριακή που τότε ήταν ένα μικρό παρεκκλήσι. Ο Λόγγος έχτισε μια νέα εκκλησία μεγαλύτερη, στάβλους για τα ζώα των προσκυνητών που πήγαιναν απ' όλη την Κεντρική Μακεδονία στη θαυματουργή εικόνα. Έβγαλε δύο βρύσες και με



Ο Θωμάς Λόγγος με τη σύζυγό του Μίκα, στο Κονάκι στο Κεφαλοχώρι.



Στο ποιμνιοστάσιο, στο Άδενδρο, ο Γρηγόριος Λόγγος (Γαλάκης), όρθιος με τις άσπρες γκέτες, μαζί με τους τσομπάνηδες μπροστά από ένα μεγάλο γριβάδι (1915).





Ρίνα Πετριδη, αδερφή του Γρηγόρη Λόγγου.

τη δική του φροντίδα, έκαναν το ανάχωμα με προσωπική εργασία οι κάτοικοι των τριών χωριών, Κεφαλοχωριού, Λουτρού και Π. Προδρόμου. Στο κτήμα του Κεφαλοχωριού, στο Κονάκι, που ήταν στο κέντρο του χωριού, υπήρχε τυροκομείο - μπατσιό. Τα τυριά, τα κασέρια και τον αρίστης ποιότητας μπάτσο τα πουλούσε στη Θεσσαλονίκη και μέχρι την Κωνσταντινούπολη.

Δεκάδες ήταν οι εργαζόμενοι στο κτήμα Κεφαλοχωριού που δούλευαν με τα ζευγάρια τα χιλια στρέμματα. Τα γεννήματα ήταν άφθονα, κυπάδια πρόβατα και ζώα παραγωγής.

Στις αρχές του περασμένου αιώνα λειτουργεί τον πρώτο αλευρόμυλο στο Ρουμλούκι με μηχανή ντίζελ, έχει δύο μυλόπετρες που γυρίζουν όλο το χρόνο ασταμάτητα. Πριν τον πόλεμο λειτουργεί και λαδόμυλος, σουσαμόμυλος. Στην κατοχή το κτήμα Λόγγου γίνεται κέντρο διερχομένων-πεινασμένων που εκεί βρίσκουν και του πουλιού το γάλα. Από την δεκαετία του '30 πρώτος φέρνει αλωνιστική μηχανή - πατόζα, τρακτέρ LAZ, θεριστικές μηχανές, δετικές για το άχυρο. Το κτήμα αυτό είναι οργανωμένο και ο Λόγγος το επιβλέπει συχνά. Κατεβαίνει με το παϊτόνι, το οποίο είχε αγοράσει από τον βασιλιά της Σερβίας. Τον συνοδεύουν πάντα οι δύο

πιστοί σωματοφύλακες. Ο Γουργολιάτος από τη Νάουσα, ένας ψηλός αδής άνδρας με το γκρα (τύπος όπλου) και ένας ακόμα, ο Μπάκακας.

Κάθε φορά που κατέβαινε στο χωριό μου, στο κτήμα του, πήγαινε στην εκκλησία και μοίραζε χρήματα σε φτωχές οικογένειες. Λένε, πως ήταν πολύ καλός χριστιανός. Πονόψυχος. Αυτό φυσικά το μαρτυρούν και οι αγαθοεργίες του, κτίζοντας το σχολείο ΓΑΛΑΚΕΙΑ στη Νάουσα. Όσο για τα παιδιά του τον Θωμά και τον Μήτσιο, σπάνια κατέβαιναν στο κτήμα αυτό. Τους είχαν απορροφήσει οι μεγάλες επιχειρήσεις στην Ευρώπη.

1936. Ο Θωμάς Λόγγος επιστρέφει να αναλάβει την κλωστοϋφαντουργία της Νάουσας και εκείνες που υπάρχουν στη Θεσσαλονίκη με τον κουνιάδο του Γρηγόρη Τσίτση. Όμως το εργοστάσιο της Νάουσας πήρε φωτιά και κάηκε ολοσχερώς. Ο Θωμάς με την Μίκα φεύγουν ξανά στην Ευρώπη, στις Κάννες. Εκεί συναναστρέφεται με Άραβες Σείχηδες, γίνεται πολύ γρήγορα από τα πρώτα οικονομικά ονόματα στην Δυτική Ευρώπη. Ανοίγει επιχειρήσεις στις Κάννες, Μόντε Κάρλο, Μονακό, Ντύσεντολφ, Νυρεμβέργη, Λοζάνη και Ισπανία. Γνωρίζοντας την οικονομική επιφάνεια του Θωμά Λόγγου οι Γερμανοί του προτείνουν ύστερα από τον πόλεμο να μπει στην ανόρθωση της οικονομίας τους. Στην Ελλάδα, τα εργοστάσια Τσίτση - Λόγγου στη Θεσσαλονίκη απασχολούν 1.000 περίπου εργατοϋπαλλήλους. Λειτουργεί εκκοκκιστήριο βάμβακος, κλωστήριο, υφαντουργείο και βαφείο. Από τα υφάσματα, την μεγάλη παραγωγή την παίρνουν τα τρία σώματα Στρατού Ξηράς, Ναυτικού και Αεροπορίας. Όμως καθώς η οικογένεια-δυναστεία πλησιάζει έναν αιώνα με τον δείκτη συνεχώς να ανεβαίνει, ήρθε η ώρα της παρακμής.

Είναι η δεκαετία του '50 - '60, μία από τις πιο σημαντικές δεκαετίες των τελευταίων αιώνων. Όλα αλλάζουν αυτή τη δεκαετία, είναι μετά από μια σειρά συνεχόμενους πολέμους, κατοχή και εμφύλιο. Είναι η εποχή που μπαίνουν στη ζωή μας καινούργια πράγματα σε όλους τους τομείς.

1955, Αύγουστος. Στον αλευρόμυλο του Λόγγου στο χωριό μου με προσλαμβάνουν με 25 δραχμές μεροκάματο. Είμαι βοηθός του Σταύρου Μήτσαλα από τη Νάουσα.

Για τους αλευρόμυλους με πέτρες κλείνει ο κύκλος.

Βγαίνουν οι κυλινδρόμυλοι, τα μπουράτα. Ο Μήτσαλας συνταξιδοτείται και αναλαμβάνω εγώ το αλευρόμυλο για λίγα χρόνια. Αυτή την περίοδο συχνά πυκνά κατεβαίνει ο Θωμάς Λόγγος με το γαλλικό αμάξι Ρενώ στο κτήμα. Έρχονται τα πρώτα σύννεφα. Πούλησε το κτήμα που είχε πάρει προίκα ο πατέρας του από τον Ιωάν. Μαλακούση.

1956, Πάσχα. Πηγαίνω τα πασχαλιάτικα δώρα στη Θεσσαλονίκη, στη Βασ. Ηρακλείου. Θαμπώνομαι από το γραφείο και τις εγκαταστάσεις λιανικής πώλησης εμπορευμάτων. Ένα γραφείο με τζαμαρίες στρογγυλές, τρία τηλέφωνα μαύρα από βακελίτη, δερμάτινες μαύρες πολυθρόνες, πίνακες ζωγραφικής με τους απογόνους και παλιούς μετόχους. Για να περάσω μέσα, πέρασα από τη γραμματέα του. Τα τρία τηλέφωνα χτυπούσαν ασταμάτητα και ο τελευταίος αυτής της δυναστείας αγωνίζεται να διασώσει ό,τι έχουν δημιουργήσει από το 1860 έως το 1960. Φαίνεται όμως πως αδίκως προσπαθεί. Τα σύννεφα πυκνώνουν, η καταιγίδα έχει φτάσει και οι βροντές δημιουργούν ένα αλαλούμ στην ψυχή του Θωμά Λόγγου. Κάποια στιγμή με είδε, μου μίλησε, με ρώτησε τι κάνω εκεί στο κτήμα και παρ' όλη τη φουρτούνα, μου πρόσφερε γλυκό πορτοκάλι. Με έστειλε στο σπίτι του στην Αγγελάκη, εκεί η αρχόντισσα κυρία Μίκα Λόγγου, κόρη του μεγάλου Δημ. Τσίτση και η κόρη της Ευδοξία με δέχτηκαν και εγώ τις έδωσα τα καλούδια που ήμουν φορτωμένος σαν χιμάλης, το αρνί και ένα καλάθι με κόκκινα



Το σχολείο ΓΑΛΛΙΚΕΙΑ

αυγά. Με καλοδέχτηκαν και μου πρόσφεραν κρύα πορτοκαλάδα που την έβγαλε από το ηλεκτρικό ψυγείο. Πρώτη φορά είχα δει ηλεκτρικό, δεν γνώριζα καν αν υπάρχει αφού εμείς ούτε παγωνιέρα δεν είχαμε εκείνα τα χρόνια. Δεν πέρασε όμως πολύς χρόνος και ο Θωμάς Λόγγος εγκατέλειψε το γραφείο και τα μαύρα τηλέφωνα και ήρθε στο κτήμα. Εκείνο τον καιρό υπήρχε ένα τηλέφωνο στο χωριό, το είχε μία ανάπηρη κοπέλα και ήταν μία "γαργάρα". Την είχαμε πει να μην μας φωνάζει όταν καλούσαν τον Θωμά. Ο Θωμάς Λόγγος μένει πλέον μαζί μου. Εγώ μαγειρεύω, τον φροντίζω για όλα, μαγειρεύω κότες, πάπιες που τις είχα καλοθρεμμένες στο μύλο, "σαν του μυλωνά τον πέτνο". Μαζί περνάμε νύχτες ατελείωτες, με το φως της γκαζόλαμπας και ένα ραδιόφωνο με

ξηρή μπαταρία Tilefunkun.

Ο Θωμάς ανοίγει πολλές φορές την αθώα, θα έλεγα, ψυχή του και με πίκρα μου εμπιστεύεται πολλά από αυτά που του είχαν κάνει οι στενοί του συνεργάτες. Πρώτα πρώτα, μου έλεγε για τους λογιστάδες, αυτοί του είχαν κάνει μεγάλο κακό. Αλλά και για άλλα θέματα, πως η κυβέρνηση τότε της δεξιάς δεν θέλησε να στηρίξει τις Βορειοελλαδικές κλωστοϋφαντουργίες. Τα χρήματα τα έδωσε στο νότο, στην Πειραιϊκή Πατραϊκή. Και τι δεν μου αφηγήθηκε από τα παλιά δικά του χρόνια... Αν θυμάμαι καλά ήταν γεννημένος το 1903 ή 1904. Για λίγο καιρό ήρθε και η κυρία Μίκα. Μια καλομαθημένη κυρία, από τις πιο πλούσιες γυναίκες στην Ευρώπη. Έζησε μέσα σε αμύθητους θησαυρούς και γνώρισε το ντουινιά όλο. Μιλούσε πολλές

γλώσσες. Ήρθε και ο αδελφός της ο Γρηγόρης Τσίτσης που και αυτός τότε κρυβόταν από δικαστικούς κλητήρες.

Αν θυμάμαι καλά είχαν μπει μέσα στα εργοστάσια αναγκαστικοί διαχειριστές και αυτοί είχαν αναλάβει για καιρό τη διαχείριση των εργοστασίων Νάουσας και Θεσσαλονίκης. Ο Γρηγόρης ήταν τότε γύρω στα σαράντα πέντε του χρόνια. Ένας ψηλός, όμορφος, αρχοντάθρωπος με ψυχή παιδιού. Ίσως να μην ήταν και ο κατάλληλος να κρατήσει το τιμόνι μιας τέτοιας μεγάλης πράγκας. Η καημένη η μάνα μου τους έφερνε ζεστό ψωμί και μια μπλάνα τυρί πρόβιο, τους έκαμνε πίτες, που τρελαίνονταν. Κυρίως ο Θωμάς Λόγγος. Εγώ είμαι το παιδί που προσπαθεί να τους στηρίξει ακόμα και ηθικά, πόσο όμως να βοηθήσω; Ένας ολιγογράμματος νέος του '50, απλήρωτος μήνες, έστω και εκείνες τις

750 δραχμές το μήνα. Είχα ακούσει ιστορίες που σήμερα θα μπορούσε κανείς να τις μετατρέψει σε πολύ σπουδαίες ιστορίες της ζωής. Είναι ο τελευταίος καιρός. Δεν μπορώ πλέον να περιμένω, οι οικογενειακές μου υποχρεώσεις, τα έξι αδελφια (όλοι μικρότεροι) περιμένουν από μένα να τους βοηθήσω. Και αυτό έγινε μια μέρα. Είχα κάνει τα χαρτιά μου για τη Γερμανία, ήταν τότε που τα τρένα φόρτωναν χιλιάδες κόσμο κάθε μέρα για τις φάμπρικες της Γερμανίας και του Βελγίου τις στοές, όπως έλεγε το τραγούδι του αείμνηστου Στέλιου Καζαντζίδα.

Όμως, η τύχη με οδήγησε στην Αυστρία για 22 μήνες και μετά στη Γερμανία. Για μένα ξεκίνησε ένας άλλος Γολγοθάς. Μετά από ένα περίπου χρόνο έμαθα πως τα είχαν ξεπουλήσει όλα στο κτήμα, τους μύλους, το κονάκι διακοσίων ετών κτίσμα και τα

χωράφια. Ο Λόγγος ο Θωμάς έγινε υπάλληλος στο εργοστάσιο Ζάχαρης στη Λάρισα ως χημικός, ο Γρηγόρης Τσίτσης πέρασε και αυτός το δικό του Γολγοθά. Τα χρόνια πέρασαν, εγώ ήρθα στην Ελλάδα και ο καλός Θεός με αξίωσε να ξανάβρω το Γρηγόρη Τσίτση και την κόρη του Λόγγου Ευδοξία. Ο Γρηγόρης ήταν ένας πολύ όμορφος γέρος, με τρεμάμενη φωνή και με καθαρό μυαλό. Δεν παντρεύτηκε ποτέ. Η Ευδοξία Λόγγου, εγγονή της μεγάλης Ευδοξίας Μαλακούση, μου έφερε ό,τι είχε από το προσωπικό αρχείο Λόγγου, Μαλακούση, Χατζηνικολάκη και Μάρκου, και μου αφιέρωσε 45 λεπτά κουβέντας γύρω από όσα γνώριζε για τις τρεις μεγάλες οικογένειες (Μαλακούση - Λόγγου - Τσίτση). Ο Γρηγόρης συνεχώς με είχε αγκαλιά και ήταν δακρυσμένος. Έτσι έκλεισε αυτό το οδοιπορικό με την οικογένεια Λόγγου. Λένε, πως τα πλούτη και η δόξα δεν κρατάνε πάνω από έναν αιώνα. Έτσι φαίνεται πως είναι, 1860-1960.

Αλήθεια, τι ήταν αυτή η οικογένεια; Ήταν ένας μύθος; Ένας θρύλος; Ένας κομήτης φωτεινός που φώτιζε την Ημαθία και χάθηκε αφήνοντας πίσω τα ελάχιστα σημάδια να τον θυμόμαστε; Δεν γνωρίζω.

Ένα μόνο νοιώθω, πως έκαμα το χρέος μου σ' αυτή την οικογένεια. Στην οικογένεια Λόγγου και στην Ευδοξία Μαλακούση. Αυτούς τους μεγάλους ανθρώπους και προσωπικότητες! **λ**



Ευδοξία Θ. Λόγγου εγγονή της Ευδοξίας Μαλακούση, Γιώργος Ντελιόπουλος (στη μέση) και Γρηγόρης Τσίτσης.





The Ultimate  
Driving Machine



## Νέα BMW Σειρά 1. Η Αρχή της Απόλαυσης.

**Η απόλαυση αρχίζει με ένα μοναδικό test drive**

Για περισσότερες πληροφορίες τηλεφωνήστε στο 23310 76460

Η Νέα BMW Σειρά 1. Η απόλαυση ξεκινά απλά με το πάτημα ενός διακόπτη. Συνεχίζεται με την ευελιξία που προσφέρει η πίσω κίνηση. Κορυφώνεται με τη δυναμική που σας δίνει ο ισχυρός κινητήρας, σε οποιαδήποτε έκδοση κι αν επιλέξετε. Απογειώνεται με την αίσθηση ασφάλειας, σιγουριάς και πολυτέλειας που μόνο η Νέα BMW Σειρά 1 μπορεί να σας εξασφαλίσει. Η αρχή έγινε. Εσείς απλά απολαύστε!

Νέα BMW Σειρά 1 - Καταναλωτική (B1700i) - Κλάσος πώλησης 10,8/13,7 - Κλάσος εκτός πώλησης 6,6/6,9 - Μετατός κλάσος 7,6/7,5 - Εmission CO<sub>2</sub> (γραμμική) 176/161

Δημόσια Κεντρική Γραμμή Εξυπηρέτησης Πελάτη

**Κ. ΑΛΤΙΝΗΣ & ΥΙΟΙ Ο.Ε.**

Επίσημος Αντιπρόσωπος BMW

Θεσσαλονίκη 125, 59100 Βέροια, Τηλ. 23310 76460. 72688 Fax: 23310 76461

γιώργος

Καραμύχος

ΜΕ ΤΑ

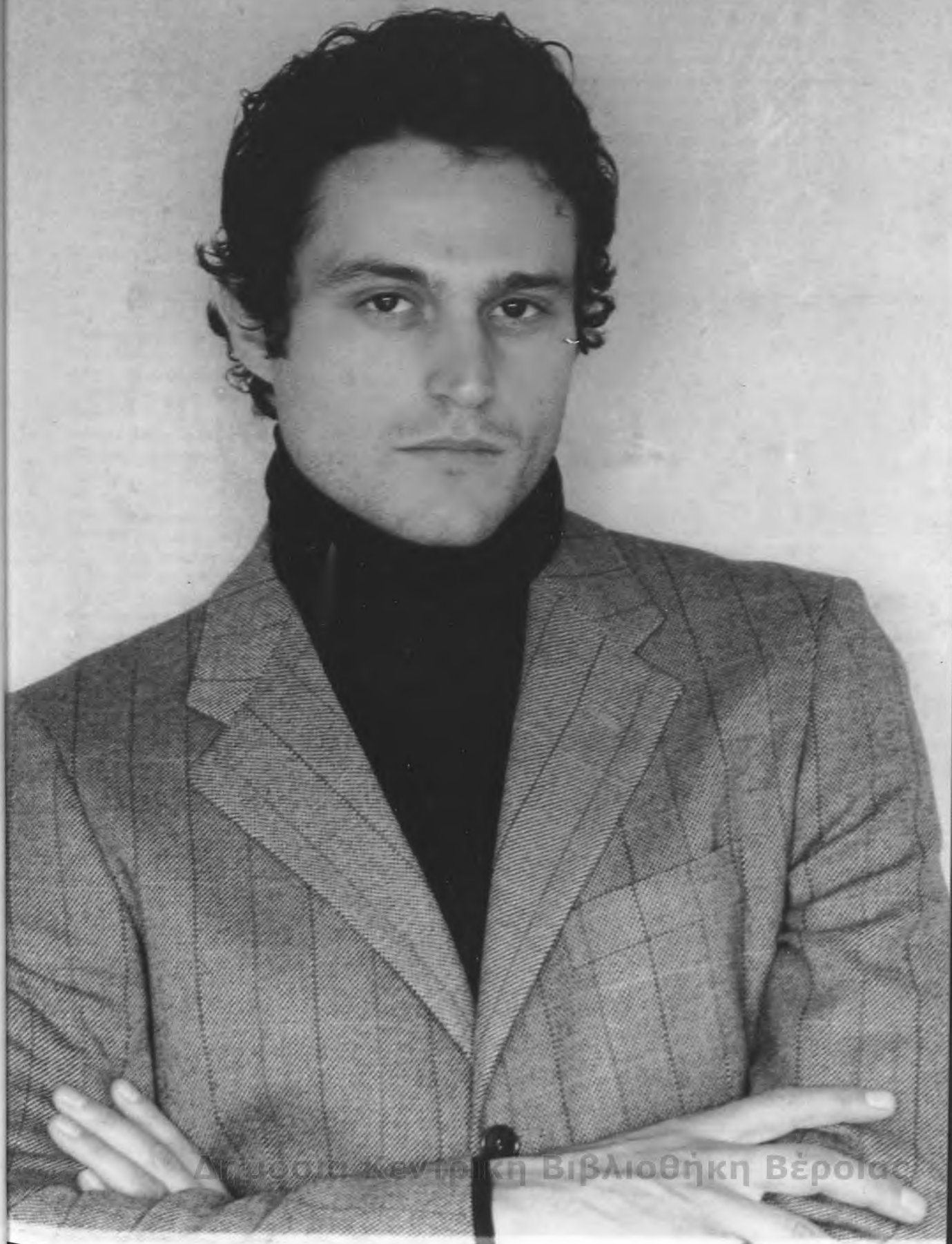
**ΝΤΕΣΙΜΠΕΛ**

**ΨΗΛΑ**

Το πρώτο κλικ για το θέατρο έγινε στη Γ' Λυκείου στο Πολυκλαδικό, από την Ομάδα του Γιάννη Καισαρίδη. Τα "Παντρολογήματα" του Γκόγκολ έκαναν και το... συνοικέσιο του Γιώργου Καραμύχου με την τέχνη της υποκριτικής.

Είδε ότι τον ενδιέφερε. Ωστόσο έκανε και το καθήκον του ως καλός μαθητής και γιός και πέρασε Ιστορικό στην Κέρκυρα. Το τμήμα της Φιλοσοφικής ήταν μάλλον ο Δούρειος Ίππος αφού παράλληλα έψαχνε τους δρόμους που θα τον οδηγούσαν στη σκηνή, μέσα από ερασιτεχνικά σχήματα στην αρχή και με την επιτυχία στις εξετάσεις του Εθνικού Θεάτρου αργότερα... Σήμερα, γονείς, συγγενείς και φίλοι στη Βέροια καμαρώνουν και χαίρονται για τον Γιώργο Καραμύχο που κατάφερε να πατήσει καλά στο σανίδι του θεάτρου αλλά και στα κινηματογραφικά και τηλεοπτικά πλατώ, απ' όπου τον γνώρισε ευρύτερα το κοινό.

Από τα παιδικά και νεανικά χρόνια, νοσταλγεί και αγαπάει πολύ το χωριό του, τους Γεωργιανούς, για το οποίο έχει πιο καθαρή αίσθηση απ' ότι για τη Βέροια που γεννήθηκε (1974) και μεγάλωσε. Γι' αυτό και όταν έρχεται να δει τους δικούς του σπία θα τον συναντήσει κανείς έξω ή σε πολυσύχναστα στέκια.



Απόστολο Κεντρική Βιβλιοθήκη Βέροιας

**Π**αίζει για δεύτερη χρονιά το ρόλο του Πάρη στο "Ποια Ελένη" των Ρέππα - Παπαθανασίου στο Εθνικό Θέατρο (μέχρι τα μέσα Φεβρουαρίου περίπου), συζητάει για δύο ταινίες ενώ βγαίνουν προσεχώς στις αίθουσες τέσσερις ταινίες στις οποίες συμμετέχει: "Θεατρίνες" του Π. Πορτοκαλάκη, "Οι απροσδιόριστοι" του Ν. Ζαπατίνια, "Μια υπέροχη μέρα" του Ντίνου Μαυροειδή και "Είναι ο Θεός μάγισσας" του Στέργιου Νυζίρη. (Αναμένεται και μια ακόμη του Βασίλη Μπλιούμη.) Στην τηλεόραση αυτό το χειμώνα τον βλέπουμε ως Χάρη στο "Κανείς δεν λέει σ' αγαπώ" και ως quest star σε επιτυχημένες σειρές καναλιών.

**"Η υποκριτική είναι μια δουλειά κυρίως πνευματική και το πτυχίο παίζει κι αυτό το ρόλο του. Οποιοδήποτε κείμενο διαβάσεις, έχει άλλη ποιότητα ο λόγος όταν έχεις μελετήσει τέσσερα χρόνια παραπάνω. Επειδή κομμάτι του θεάτρου είναι ο λόγος, όταν είναι αυτός καλά δουλεμένος, φαίνεται..."**

**Ξεχωρίζει ο ηθοποιός που έχει ψαχτεί ή ψάχνεται λίγο παραπάνω;**

Πάντα ξεχωρίζει... Η Παξινοπού δεν ήταν τυχαίο που ήταν η Παξινοπού... Ήταν πάρα πολύ μελετημένη και πολύ καλά σπουδαγμένη.

**Η γνώση είναι εξίσου σημαντική με το ταλέντο;**

Το ταλέντο είναι κίνητρο για να προχωρήσεις και να ασχοληθείς με κάτι, λίγο παραπάνω. Από κει και πέρα η δουλειά είναι που δημιουργεί ένα καλύτερο αποτέλεσμα. Γιατί, όταν πρόκειται για δημιουργία, η δουλειά είναι αυτή που θα προκαλέσει και τη γνώση και την εμπειρία. Να βγεις δηλαδή και να ψάξεις στο δρόμο, γιατί εκεί είναι ο ρόλος... δεν μπορεί να είναι μέσα σ' ένα κεφάλαιο ή ένα βιβλίο μόνο. Για ν' αποκτήσει ζωή πρέπει να τον δεις στο δρόμο, πώς περ-

πατάει, πώς κινείται...

**Και από τον ρόλο μαθαίνεις βέβαια...**

Σαφέστατα... Κατ' αρχάς μαθαίνεις κομμάτια του εαυτού σου που φροβιάσαι ίσως να τα δεις υπό άλλες συνθήκες. Είναι πιο εύκολο παίρνοντας την απόσταση του ρόλου να τα παραδεχθείς...

**Είναι μια σχέση χημείας, ο ηθοποιός και ο ρόλος;**

Είναι τρισδιάστατη σχέση. Είναι πρώτα η χημεία που αποκτάς με το ρόλο, μια καθαρά ερωτική σχέση, ο ένας στριμώχνει τον άλλο συνέχεια. Και μετά είναι η σχέση με το κοινό, διότι, αυτό το πλάσμα που θα δημιουργήσεις, αν ανασαίνει σωστά ή όχι, το αφουγκράζεται ένα τρίτο μάτι, είτε πρόκειται για κάμερα, είτε για το κοινό. Και εκεί είναι αν θα καταφέρεις να επικοινωνήσεις.

**Ποιοι ρόλοι σε συγκινούν;**

Αυτοί που είναι άνθρωποι κανονικοί...

**Θέατρο, σινεμά και τηλεόραση... Πώς και πόσο το ένα ή το άλλο;**

Είναι διαφορετικές δουλειές. Ο κοινός παράγοντας που έχουν είναι το κομμάτι της επικοινωνίας, που είναι ένα τμήμα της τέχνης. Από κει και πέρα η TV μένει σ' αυτό το κομμάτι της επικοινωνίας με το κοινό. Μπορεί να καταφέρει κάποια δείγματα τέχνης αλλά δεν μπορούμε να μιλάμε για τέχνη όταν υπάρχουν κάθε τόσο διαλείμματα με διαφημίσεις. Το σινεμά και το θέατρο είναι καθαρό δείγμα τέχνης, όταν πετυχαίνει. Στο θέατρο οφείλεις να είσαι αθλητής, κάθε μέρα εκεί με τα ντεσιμπέλ ψηλά... Στο σινεμά οφείλεις να περνάς το χρόνο αναμένοντας τη στιγμή που θα είσαι εκεί για να δράσεις... Η ουσία τους και στα τρία, είναι η αλήθεια! Όσο πιο αληθινά πλησιάσεις το ρόλο και ό-



**"**Με πονάει το κομμάτι που λείπει από την πόλη μου, την πόλη μας, και είναι η τέχνη, η πνευματικότητα και η διάνοση. Είναι ντροπή για τη Βέροια όλα τα μαγαζιά, όλα τα παλιά σπίτια νάχουν γίνει μπαράκια και φραπεδοκαταστάσεις και να μην υπάρχει μια γκαλερί, ένας χώρος πνευματικής δράσης. Νομίζω ότι οι νέοι άνθρωποι ασφυκτιούν πια..."



σο πιο γρήγορα τον πλάσεις, τόσο πιο εύκολα θα απελευθερωθείς μέσα σ' αυτόν και δεν θα είσαι ο ε-αυτός σου που απλώς μιμείται για άλλη μια φορά τον εαυτό του και πλασάρει την εικόνα του.

### **Θα συμβιβάζοσουν με κάτι που δε σου λέει πολλά;**

Νομίζω ποτέ... Αν κάτι δε με ενδιαφέρει για κάποιον λόγο νομίζω ότι θα το πληρώσω με προσωπική ελλειψη χαράς. Έχω κάνει σαφώς λάθος επιλογές σε ρόλους αλλά αυτές αποδείχθηκαν στην πορεία έτσι. Ευτυχώς ήταν λίγες.

### **Τί έπαιξε, πιστεύεις, σημαντικό ρόλο στο να σταθείς καλά στο χώρο και να φτάσεις μέχρι εδώ; Δεν είναι και λίγο..! Χιλιάδες παιδιά πηγαίνουν σε σχολές και θέλουν να πετύχουν.**

Πέρα από ένα δεδομένο φιζίκ, νομίζω η δουλειά. Σ' ότι κάνω προσπαθώ και σε κάποια - απ' ότι τουλάχιστον ακούω - πετυχαίνω να είμαι διαφορετικός. Οπότε οι περισσότεροι βρίσκουν πάντα ένα φρέσκο υλικό πάνω στο οποίο μπορούν να δουλέψουν.

### **Τύχη, συγκυρίες, καλές συνεργασίες ή αυστηρές επιλογές;**

Πάντα η τύχη βοηθάει. Οτι βρέθηκα εκείνη τη στιγμή στο σωστό μέρος με τον σωστό άνθρωπο. Αυτό είναι δεδομένο και μόνο αυτά νομίζω ότι βοηθάνε. Οι καριέρες που χτίζονται είτε με δημόσιες σχέσεις είτε με "γλειψίμο" νομίζω ότι δεν... Δεν ξέρω γιατί δεν έχω κάνει δημόσιες σχέσεις, δεν βγαίνω έξω κοσμικά. Νομίζω ότι αυτό που βοηθάει είναι η δουλειά και να είσαι ανοιχτός να "πιάνεις" εκεί που σε καλούνε.

### **Καλό παιδί ή καλός ηθοποιός και συνεργάτης;**

Καλό παιδί, καλό Πάσχα... Δεν με αφορά να λένε "καλό παιδί". Αυτό που με ενδιαφέρει να λένε είναι ότι είναι καλός στη δουλειά του, όχι μόνο εκ του αποτελέσματος αλλά και εκ της συνεργασίας. Νομίζω ότι είμαι αρκετά σκληρός και απαιτητικός στις συνεργασίες μου. Δεν σηκώνω γενικά μύγα στο σπαθί μου, δεν συμβιβάζομαι εύκολα.

### **Πού πατάς γι' αυτό;**

Πατάω στο κείμενο και στο ρόλο συνήθως. Από και πέρα μ' ενδιαφέρει πάρα πολύ η δουλειά που κάνω, πιστεύω ότι έχει να κάνει με μια πνευματική βελτίωση προσωπική μου, αλλά και του κάθε ανθρώπου. Γι' αυτό αισθάνομαι μια μεγαλύτερη ευθύνη και όταν θεωρώ ότι κάποια κομμάτια της δουλειάς δεν είναι αξιοπρεπή, απλά δεν είμαι εκεί... Το δηλώνω και αποστασιοποιούμαι απ' αυτά.

### **Ρισκάρεις ή προτιμάς δοκιμασμένες συνταγές;**

Ποτέ δεν προτιμώ δοκιμασμένες συνταγές, βαριέ-

μαι. Ούτε στη ζωή μου το κάνω...

### **Νοιώθεις ότι έχεις πάρει, μέχρι τώρα, αυτό που ήθελες;**

Αυτό που ξέρω είναι ότι μέχρι στιγμής στη ζωή μου και στη δουλειά μου είμαι καλά. Αν αισθάνομαι ότι αυτό κινδυνεύει, το να είμαι δηλαδή ο εαυτός μου



και να βελτιώνομαι κάθε μέρα, να ευχαριστώ το Θεό που υπάρχει και να αισθάνομαι ότι είμαι ένα λειτουργικό όργανο στην κοινωνία και το σύμπαν, τότε...

### **Αυτό σημαίνει για σένα "είμαι καλά";**

Για μένα ναι... Να σολάρω εγώ καλοσύνη, ενώ γύρω μου γίνεται χαμός... Ούτε ένα ζωό ή ένα δένδρο δεν μπορεί να το κάνει αυτό.

### **Είναι σημαντική η εσωτερική ισορροπία;**



Βεβαίως, ναι... Και για τη ζωή και για τη δουλειά. Και η ανισορροπία είναι σημαντική, αρκεί να είσαι εκεί, να τη δέχεσαι και να λες Ο.Κ. κι αυτό για μένα είναι και θα πρέπει να το δω. Αρκεί να είσαι παρών σ' αυτό που συμβαίνει και να το αντιμετωπίσεις.

#### **Η συνάντησή σου με τη Μιρέλα Παπασικονόμου στη "Λένη" πώς ήταν;**

Την εκτιμώ φοβερά, νομίζω κι εκείνη μ' εκτιμάει. Είναι πολύ έξυπνος άνθρωπος κι ένας έξυπνος άνθρωπος σ' οποιοδήποτε χώρο, είναι σημαντικός. Έχει φοβερό ένστικτο στο να πιάνει τη ψυχοσύνθεση των ανθρώπων και να τη μετουσιώνει σε γραπτό λόγο.

#### **Με τους Ρέππα - Παπαθανασίου στο "Ποιά Ελένη" πώς τα πήγες;**

Εξαιρετικοί συνεργάτες, δεν το βρίσκεις εύκολα, ξέρουν πολύ καλά αυτό που λέγεται κωμωδία, έχουν φοβερό χιούμορ και αγάπη απέναντι στον κόσμο με τον οποίο δουλεύουν αλλά και σ' αυτούς που απευθύνονται. Δεν προσπαθούν να πιάσουν κορόιδο κανέναν.

**Τί είναι αυτό που εκτιμάς και ψάχνεις στους ανθρώπους και στις σχέσεις σου και τι είναι αυτό**

#### **που αποφεύγεις;**

Εκτιμώ και αγαπώ την ειλικρίνεια γιατί νομίζω ότι το νάσαι ειλικρινής και αληθινός με τον άλλον, ακόμα και στη βλακεία ή στο προσωπικό σου ψεύδος - σ' αυτό που έστω φαντάζεσαι - αν πραγματικά το αποδεχτείς, το παραδεχτείς και το εκφράσεις, είναι σαν να δίνεις το χέρι σου και πας μαζί με τον άλλον... Επίσης εκτιμώ πάρα πολύ τους έξυπνους ανθρώπους. Είναι ξεκούραστο να είσαι με έξυπνους ανθρώπους γιατί μοιραία βάζουν εμπόδια στη ζωή τους από μόνοι τους, δεν ακολουθούν την πεπατημένη. Άρα είναι πιο εύκολο μ' αυτούς τους ανθρώπους να είσαι και πιο ειλικρινείς. Εκτιμώ τους καλοπροαίρετους ανθρώπους, αυτούς που δεν έχουν κίνητρο, δεύτερη σκέψη, που δεν σου λένε κάτι και εννοούν κάτι άλλο πίσω απ' αυτό... Είναι πιο εύκολη η ζωή με τέτοιους ανθρώπους.

#### **Τα σπάνια ψάχνεις...**

Όλοι αυτά ψάχνουν, δε νομίζω ότι είμαι μόνος μου.

#### **Νομίζω πως ναι, είμαστε πολλοί και γι' αυτό είναι να απορεί κανείς... Αφού όλοι ψάχνουμε τα ίδια, γιατί "κανείς δε λέει σ' αγαπώ", σύμφωνα με το σήριαλ που πρωταγωνιστείς φέτος;**

Και το σ' αγαπώ το λέμε και όλα τα λέμε. Νομίζω μάλιστα ότι το λέμε πολύ και δεν το εννοούμε πολύ, γιατί ο πόλεμος δεν είναι πια σαφής. Δεν έχεις ένα συγκεκριμένο στόχο οπότε να είσαι ενωμένος με τον σύντροφό σου πλάι σου... Ο πόλεμος είναι απροσδιόριστος, δεν ξέρεις με τι να τα πρωτοβάλλεις οπότε τα βάζεις με τον εαυτό σου. Είναι δύσκολο να αγαπήσεις τον εαυτό σου σήμερα, εξ ου και όλες αυτές οι ψυχοθεραπείες. Αλλά όλοι προς αυτό οδεύουμε, την αγάπη... Ίσως η εποχή μας είναι καλύτερη από τις προηγούμενες γιατί είναι λίγο καθρέφτης. Είναι πιο εύκολο σήμερα να καθρεφτιστεί κάποιος σ' έναν άλλο και να δει τα στραβά του... Γι' αυτό και τόσοι πολλοί άνθρωποι αναζητούν πια τη φιλοσοφία μέσα από τις παλιές θρησκείες, φιλοσοφίες, σωματική και πνευματική άσκηση... Νομίζω ότι είναι ουσιαστική η βελτίωση.

#### **Βλέπεις ευτυχισμένους ανθρώπους ή βολεμένους...**

Και τους δύο.

#### **Τι θα ήθελες να είσαι;**

Άνθρωπος! Πραγματικός άνθρωπος με ό,τι σημαίνει αυτό. Γιατί ούτε το ευτυχισμένος, ούτε το βολεμένος είναι ακριβώς άνθρωπος... Είναι και τα δύο υπό συνθήκες και έχουν όλα παράγοντα την τύχη!





ΑΠΟΦΩΤΗΣΜΟΣ ΤΗΣ ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗΣ ΒΕΡΟΙΑΣ





# αργοπεθαίνουν τα διατηρητέα της Μπαρμπούτας

...και μαζί μ' αυτά  
οι μνήμες και η  
ιστορία της  
παραδοσιακής  
γειτονιάς

Της Αγαθής Σαββίδου

Δημόσια Κεντρική Βιβλιοθήκη





**Η** γειτονιά της Μπαρμπούτας είναι αυτή που δίνει στην έννοια του χρόνου την πραγματική της διάσταση, αυτή του ρευστού, του απροσδιόριστου, του αέναου, του ασχημάτιστου. Η σειρά του παραλόγου χαρακτηρίζει την αισθητική της εικόνας, αν κανείς προσπαθήσει να την περιγράψει.

Σπίτια ακριβώς όπως ήταν χτισμένα πριν από ένα περίπου αιώνα, αναπαλαιωμένα σα να χτίστηκαν χθες και δίπλα τους μισογκρεμισμένα ερείπια, υπολείμματα ... κτιρίων, να αγωνίζονται να στηριχτούν, ν'αντέξουν λίγο ακόμα, να μη σωριαστούν.

Το χθες και το σήμερα σε ένα περιέργο συνδυέσμα υλικών και συναισθημάτων.

Η αποσάθρωση είναι η φυσική πορεία των τριών - τεσσάρων κτιρίων που απόμειναν και η κατάρρευση εμφανίζεται καθημερινά, αργά και επικίνδυνα.

Δύο από τα παλιότερα έχουν γίνει στάχτη από πυρκαγιά ενώ άλλα δύο καταρρέουν σιγά σιγά με κίνδυνο να προκαλέσουν ακόμη και μοιραίο ατύχημα για οποιονδήποτε διερχόμενο από τα στενά δρομάκια. Ευτυχώς μέχρι στιγμής, η κατάρρευση του "σαχνισιού" στο ένα και ολόκληρου του εξωτερικού τοίχου στο άλλο δεν στάθηκε μοιραία, αφού κατά ευτυχή συγκυρία δεν υπήρχε εκείνη τη στιγμή κάποιος περαστικός από τη γειτονιά.

Σ' αυτή την περιοχή είναι τώρα παρά ποτέ απαραίτητη η άμεση παρέμβαση για την αποκατάσταση της παλιάς της φυσιογνωμίας. Αυτή η γειτονιά θα ήταν για τη Βέροια ένα α-



κόμη ιστορικό σημείο αναφοράς, αν η ασαφής νομοθεσία, το δαιδαλώδες γραφειοκρατικό σύστημα και το τεράστιο οικονομικό κόστος δεν αποτελούσαν βασικά εμπόδια για μια άμεση και ουσιαστική παρέμβαση.

Οι κάτοικοι ανησυχούν και παραπονούνται, οι ιδιοκτήτες έχουν χρόνια να εμφανιστούν, ο Δήμος αδυνατεί να παρέμβει και οι αρμόδιες υπηρεσίες επιμένουν να θεωρούν διατηρητέα και να απαγορεύουν οποιαδήποτε επέμβαση σε κτίσματα που σχεδόν έχουν σωριαστεί.

Ερωτήματα προς απάντηση είναι, το για πόσο χρονικό διάστημα παραμένει χαρακτηρισμένο ένα κτίριο μέχρι να κριθεί ότι πρέπει να κατεδαφιστεί και γιατί οι δικαστικές αποφάσεις δεν υποχρεώνουν τους ιδιοκτήτες των επικίνδυνων κτιρίων να φροντίσουν τις περιουσίες τους, από τη στιγμή που αυτές γίνονται δημόσιος κίνδυνος.

Η ένταξη ολόκληρου του οικιστικού συνόλου σε ένα πρόγραμμα χρηματοδότησης που θα αφορά αποκατάσταση της φυσιογνωμίας της γειτονιάς, το οποίο θα μπορούσε να υλοποιήσει ο Δήμος της Βέροιας, θα ήταν μια κάποια λύση, αν και το καλύτερο θα ήταν η αναμόρφωση του νομοθετικού πλαισίου που διέπει το μεγάλο ζήτημα με το όνομα "διατηρητέα κτίσματα".

Σε κάθε περίπτωση, κάτι πρέπει να γίνει, και πρέπει να γίνει τώρα... **λ**





1



Στην ηρωική πόλη της Νάουσας, μια πόλη ιστορική, το γεωγραφικό ανάγλυφο και το ανθρωπογενές δυναμικό της αποτελούν ένα ξεχωριστό πολιτιστικό σύνολο. Μια πόλη στην οποία το αμπέλι, το κρασί και η συνακόλουθη γαστρονομία παραμένουν ζωντανά και αναλλοίωτα από αρχαιοτάτων χρόνων, στα μοναδικά λαϊκά της δρώμενα η οίηση και η μέθεξη είναι κοινός τόπος. Στο χώρο αυτό η Νομαρχιακή Αυτοδιοίκηση Ημαθίας αποφάσισε να θεσμοθετήσει την οργάνωση ενός συνεδρίου για το κρασί, ώστε να ανατρέψει την άποψη για τις βλαβερές επιδράσεις του κρασιού στην υγεία, μέσω της ήπιας κατανάλωσης.



4

"Η αλήθεια βρίσκεται μεταξύ της έννοιας φάρμακο και φαρμάκι. Τόνοι μελάνης και χαρτιού αναλώθηκαν για να πιστωθεί το κρασί ως φαρμάκι. Αυτή είναι η ώρα της επιστημονικής διερεύνησης και τεκμηρίωσής του ως φάρμακο", είπε στην εισήγησή του ο Πρόεδρος της Οργανωτικής Επιτροπής του Συνεδρίου κ. Κοπατσάρης δίνοντας το στίγμα του εγχειρήματος.

Νομίζουμε πως η ιδέα είναι εξαιρετική. Συνδυάζει την αξιοποίηση της πρωτογενούς και της δευτερογενούς παραγωγής με τον τριτογενή τομέα, τον τουρι-



5



6

4. Οι νομαρχιακοί σύμβουλοι κ.κ. Κοπατσάρης και Τέμας.

5. "Πηγαδάκι" με τον νομάρχη, τον πρόεδρο του Ν.Σ. κ. Λυσίτσα, τον καθηγητή κ. Τουρκαντώνη και τον κ. Κοπατσάρη.

6. Ο Αντιπρύτανης του Πανεπιστημίου Ιασίου Ρουμανίας κ. Παντέλε Τζόρτζε με τον κοσμητόρα της Ιατρικής Σχολής κ. Κάρολ Στάντσου και την κα Ελένη Παπαδοπούλου.





(1,2,3) Στο πάνελ του προσυνεδρίου οι καθηγητές κ.κ. Τουρκαντώνης (ΑΠΘ) και Χουρδάκης (ΔΠΘ) με τους γιατρούς κ. Γουσόπουλο και κ. Κουπατσάρη, με το νομάρχη Ημαθίας κ. Σπάρτη και το Δήμαρχο Νάουσας κ. Καραμπατζό.

σμό. Αλλά και οι εντυπώσεις της προσυνεδριακής διαδικασίας που έγινε (26 και 27 Νοεμβρίου) στο ανακαινισμένο "Βέρμιον" στον Άγιο Νικόλαο ήταν άριστες τόσο για τους συνέδρους όσο και για τους προσκεκλημένους. Πάμε, έτσι, για ένα επιτυχημένο συνέδριο, το Νοέμβριο του 2005, στην πόλη του οίνου και της αμπέλου, για μια νέα αρχή σχετικά με την αξιοποίηση και ανάδειξη της μεσογειακής (ελληνικής) διατροφής.





# Εν αρχή... ΟΙΝΟΛΟΓΟΣ

Του Χαρίτωνα Αντωνακούδη\*

**Ο**ι διακοπές αφήνουν σε όλους μας ωραίες αναμνήσεις. Εγώ, φέτος, είχα την ευκαιρία να γνωρίσω την πανέμορφη Σάμο, την Κυρά των Αμπελιών κατά το Γιάννη Ρίτσο. Πέρα, λοιπόν, από τις απίθανες φυσικές ομορφιές (Βουρλιώτες, Μανωλάτες, Τσαμαδού, Κοκάρι, Ποτάμι, Πυθαγόρειο...), τα σημαντικότερα αρχαιολογικά μνημεία (από τον κούρο έως το απίστευτο επίτευγμα - θαύμα, όπως είναι το ευπαλίνειο όρυγμα) και τις μνήμες τόσων αρχαίων Ελλήνων προσωκρατικών φιλοσόφων (από τον Πυθαγόρα ως τον Αρίσταρχο), θα μου μείνουν αξέχαστα και τα απίθανα κρασιά που απολαύσαμε στις εξόδους μας, αλλά και που δοκιμάσαμε στην ξενάγησή μας στον Οινοποιητικό Συνεταιρισμό στο Καρλόβασι. Τα υπέροχα σαμιώτικα κρασιά έχουν κατακτήσει τον κόσμο αφού εξάγονται ακόμη και στη Γαλλία (5.000.000 μπουκάλια το χρόνο) και έχουν κατακτήσει και τον Πάπα αφού άκουσα ότι φτάνουν στο

Βατικανό. Εκεί, στο Πυθαγόρειο, ένα βραδάκι "συνάντησα" σ' ένα ταβερνάκι μια πολύ φιλοσοφημένη επιγραφή... "Εν αρχή οινολόγος" (κατά το Εν αρχή ην ο Λόγος, του κατά Ιωάννην Ευαγγελίου). Δεν μπόρεσα όμως να μπω, να πιω, να δοκιμάσω έστω, τη γεύση του κρασιού του μερακλή αυτού ταβερνιάρη οινολόγου, αφού τραπέζι δεν υπήρχε (λόγω... γερμανικής "κατοχής") κι έτσι κράτησα μόνο την επιγραφή του καταστήματος για τίτλο αυτού του άρθρου.

Πολλά, καλά και άσχημα, έχουν γραφτεί για το κρασί. Εγώ, όμως, προκαταβολικά σας δηλώνω ότι θα συμφωνήσω απόλυτα με το συγγραφέα που έγραψε: "Όταν διάβασα τα διαβολικά πράγματα που γράφονται για το κρασί, εγώ σταμάτησα το διάβασμα!". Για το κρασί, έχω την εντύπωση ότι σήμερα όλος ο κόσμος ξέρει ότι το λίγο (κυρίως το κόκκινο) κρασί κάνει καλό στην καρδιά: "οίνος ευφραίνει καρδίαν ανθρώπου" λένε οι Ψαλμοί του Δαυίδ (κεφ. 103, στίχος 15), "ολίγω οίνον χρώ δια

τον στόμαχον και τας πυκνάς σου ασθeneίας" γράφει ο Απόστολος Παύλος στην προς Τιμόθεον Επιστολήν, "σίτω και οίνω εστήριξεν Ισαάκ τον Ιακώβ" αναφέρεται στη Γένεση (κεφ. 27, στίχος 37). Όλοι, επίσης, ξέρουν ότι η κατάχρηση είναι επικίνδυνη: "Μη μεθύσκεσθε οίνω" λέει ο Παύλος προς Εφεσίους "πολλούς απώλεσε οίνος" και "οίνος γυναίκες αποστήσουσι και συνετούς" διαβάζουμε στη Σοφία Σειράχ (κεφ. 31, στίχος 25).

Για πολλούς λόγους είναι σήμερα επίκαιρο να θυμηθούμε τα καλά που κάνουν ένα - δύο ποτηράκια κρασί κάθε μέρα και ότι η κατάχρηση ή η οινοκατάλυξη, ακόμη και μία φορά την εβδομάδα, δεν κάνει καλό και είναι και επικίνδυνη (κίρρωση ήπατος, διάφορες μορφές καρκίνου, αλκοολική μυοκαρδιοπάθεια, τροχαία ατυχήματα είναι μερικές από τις σημαντικές "παρενέργειες" στους βαρείς πότες).

Σήμερα, δεν μπορούμε να κατηγορήσουμε τους Γάλλους που με τη μελέτη του Nancy υποστήριξαν ό-

H O T E L



ΜΕΛΑΘΡΟΝ



Μια ξενοδοχειακή μονάδα ★ ★ ★ ★ αστέρων  
που διαθέτει όλες τις υψηλές προδιαγραφές,  
πολυτέλεια, ανέσεις, εξυπηρέτηση

Ένα ξενοδοχείο που θα μαγέψει τις αισθήσεις σας

Καφέ - Ζαχαροπλαστείο ΕΛΙΤ

Εστιατόριο ΚΗΠΟΙ ΤΟΥ ΜΙΔΑ

Αίθουσα χορών, γάμων, δεξιώσεων & συνεδρίων



Νέα Περιφερειακή Οδός Βέροιας Νάουσας

Τηλ. Κέντρο: 23310 77777 Fax: 23310 77770

mail: info@aigsmelathron.gr www.aigsmelathron.gr



τι το κρασί κάνει καλό και πολλοί τότε θεώρησαν ότι ήταν μία προπαγάνδα για τα γαλλικά κρασιά. Σε δύο πρόσφατα (Φθινόπωρο 2003) διεθνή συνέδρια για την αθηροσκλήρωση και τη στεφανιαία νόσο παρουσιάσθηκαν μελέτες από όλα τα μέρη του κόσμου που επιβεβαιώνουν τα οφέλη από το λίγο αλκοόλ και μελέτες που απέδειξαν όλους τους μηχανισμούς με τους οποίους επιτυγχάνεται η ευεργετική του δράση στην καρδιά, κάτι που έλειπε μέχρι σήμερα. Κάτι, επίσης, που έλκει από τη διεθνή βιβλιογραφία ήταν και οι μεγάλες μελέτες θνητότητας που να υποδεικνύουν ότι πράγματι το λίγο αλκοόλ μειώνει και τη θνητότητα, αυξάνει την επιβίωση και μακραίνει τη ζωή. Σήμερα έχουμε τα αποτελέσματα τέτοιων μελετών.

Ήδη από τα πρώτα χρόνια της μελέτης Framingham φάνηκε ότι περιορισμένη χρήση αλκοόλ μειώνει τη στεφανιαία νόσο και, έτσι, καθιερώθηκε η πεντάδα που καθορίζει τον υγιεινό τρόπο ζωής (1. όχι κάπνισμα, 2. όχι στην παχυσαρκία, 3. διατροφή με λίγα ζωικά λίπη, πλούσια σε ίνες από φρούτα, λαχανικά, 4. άσκηση και 5. κατανάλωση τουλάχιστον ενός ποτού την ημέρα). Ακόμη και άλλες παθήσεις όπως εγκεφαλικά, καρδιακή ανεπάρκεια, διαβήτης, οστεοπόρωση, λοιμώξεις, απώλεια μνήμης και νόσος Alzheimer εκδηλώνονται υπανιότερα σε όσους πίνουν ένα ποτό την ημέρα. Ίσως, μόνη εξαίρεση, είναι στις γυναίκες καθώς μερικές μελέτες αναφέρουν ότι ένα ποτό την ημέρα οδηγεί, σε ορισμένες περιπτώσεις, που ίσως υπάρχει και προδιάθεση, σε αύξηση της πιθανότητας εκδήλωσης καρκίνου του μαστού. Φυσικά είναι συνάδητο ότι η κατάχρηση, ειδικότερα στους νέους, είναι επικίνδυνη, ευθύνεται για ηπατική κίρρωση και κάποιες μορφές καρκίνου. Προσοχή χρειάζεται για να μη γίνει κάποιος πότης, συστηματικός και βαρύς.

Υπάρχει ερώτημα αν έχει σημασία αν το αλκοόλ προέρχεται από μπίρα, κρασί ή άλλα αλκοολούχα

ποτά. Τα δεδομένα δεν είναι απόλυτα σαφή, αλλά, πάντως, μελέτες από Δανία και Γαλλία δίνουν σημαντικό προβάδισμα στο κρασί, αφού έχουν βρεθεί τα συστατικά του κρασιού που φέρνουν τα ευεργετικά αποτελέσματα.

Η καρδιοπροστασία που παρέχει το κρασί οφείλεται στην επίδραση σε μοριακές κυτταρικές και αγγειακές λειτουργίες οι οποίες αποδίδονται στη μεμονωμένη ή συνδυασμένη δράση διαφόρων συστατικών του κρασιού (όπως το αλκοόλ και οι πολυφαινόλες). Σήμερα έχουν βρεθεί όλοι οι μηχανισμοί με τους οποίους δρα ευεργετικά το κρασί και είναι πολλοί: 1) αυξάνεται η HDL (καλή χοληστερόλη) και μειώνεται η οξειδωση της LDL (κακή χοληστερόλη). Αυτό είναι γνωστό από παλιά, αυτό υποστηρίζαν οι Γάλλοι, το παραδέχονταν σήμερα και οι Αμερικανοί.

Σύμφωνα με τα στοιχεία του NHLBI των ΗΠΑ, σε άνδρες που δεν πίνουν καθόλου, η HDL ήταν 40 mg ενώ στους πίνοντες 1-4 ποτά ήταν 45 και στις γυναίκες αντίστοιχα ήταν 54 και 61 mg.

2) Μειώνεται η δραστηριότητα των αιμοπεταλίων και άλλων θρομβωτικών παραγόντων όπως ινωδογόνου, παράγοντος VII, TF ενώ αυξάνεται η ινωδολυση με τελικό αποτέλεσμα τη μείωση των θρομβωτικών επεισοδίων.

3) Βελτιώνεται η λειτουργικότητα του ενδοθηλίου με την αύξηση του NO, που σήμερα θεωρείται πολύ βασικός παράγων στην παθογένεια της αθηροσκλήρωσης.

4) Μειώνεται ο ιζηματισμός αφρωδών κυττάρων στα πρώτα στάδια αθηροσκλήρωσης.

5) Έχει βρεθεί επίδραση των συστατικών του κρασιού σε μοριακό και γονιδιακό επίπεδο με αποτέλεσμα αντιαποπρωτική, ανιαυζητική και αντιισχαιμική δράση και

6) Τέλος, πολύ σημαντικό θεωρείται και η επίδραση σε φλεγμονώδεις παραμέτρους. Το λίγο αλκοόλ μας κάνει πιο κοινωνικούς, μας δίνει την ευκαιρία να περάσουμε λίγες ευχάριστες ώρες, μειώνει το άγχος.

Μικρή κατανάλωση κρασιού συνδέεται με μείωση στεφανιαίας νόσου κατά 20-50%, παρόμοια μείωση εγκεφαλικών επεισοδίων, αλλά και ολικής θνητότητας.

Στα 24 χρόνια της μελέτης Framingham παρατηρήθηκε μέχρι και 50% μείωση θνητότητας στα άτομα που δεν έπιναν καθόλου. Σημαντική προστασία υπήρχε και στα άτομα με άλλους παράγοντες κινδύνου. Αν και δεν υπάρχουν πολλά δεδομένα, και στη δευτερογενή πρόληψη πρέπει να ισχύουν οι ίδιες οδηγίες και δεν υπάρχει λόγος διακοπής για τους μέτριους χρήστες ακόμη και αν έχουν καρδιακή ανεπάρκεια. Δεν είναι τυχαίο ότι σύμφωνα με τα τελευταία στοιχεία του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας Γάλλοι, Ισπανοί και Έλληνες ζουν κατά μέσο όρο τα περισσότερα χρόνια μετά τους λάπωνες.

Ο συνδυασμός της μεσογειακής διατροφής και με λίγο κρασί φέρνει τη μακροζωία. Η γηραιότερη γυναίκα της Ευρώπης (114 ετών), που ζει στην Ηλεία, στο κρασί εντοπίζει το μυστικό της μακροζωίας, όπως δήλωσε πρόσφατα στην τηλεόραση. Στη Σάμο κάποιος φίλος μου μίλησεν για την κ. Σοφούλη (της γνωστής οικογένειας Σοφούλη) η οποία κάνει ψαροντούφεκο στα 88 της χρόνια. Φίλος καρδιολόγος του Κέντρου Υγείας Ικαρίας απορεί γιατί οι υπερήλικες του νησιού δεν έχουν ούτε καν υπέρταση.

Τα τεκμηριωμένα πλέον πρόσφατα επιστημονικά δεδομένα δείχνουν ότι πρέπει να παρακινήσουμε τον κόσμο στη μικρή αλλά συστηματική κατανάλωση αλκοόλ, δηλαδή σε ένα έως δύο ποτά την ημέρα για τους άνδρες και ένα για τις γυναίκες. Παράλληλα πρέπει να γίνει αγώνας για να πείσουμε τους βαρείς πότες να περιορισθούν σε ένα - δύο ποτά: "οίνον εις μέθην μη ποιεΐς". **Λ**

\*Αν, δ/ντής καρδιολογικής κλινικής Ασκληπιείου Βούλας (αναδημοσίευση, λόγω του ενδιαφέροντος περιεχομένου, από το περιοδικό του ΕΛ.Γ.ΚΑΡ.).





Ε Π Ι Π Λ Ο  
*Δοβλέτογλου*

ΕΚΘΕΣΗ: 7ο ΧΛΜ ΒΕΡΟΙΑΣ - ΝΑΟΥΣΑ,

ΤΗΛ.: 23310 93.003, FAX: 93.422

ΚΑΤΑΣΤΗΜΑ: ΠΙΝΔΟΥ 17, ΒΕΡΟΙΑ

ΤΗΛ.: 23310 60.376



Δημόσια Κεντρική Βιβλιοθήκη Βερόιας



# ο "Στρατηγός" δεν κατέθεσε τα όπλα

Του Βασίλη Βόλκου

## Στέφανος Γαϊτάνος

**Μ**όλις 15,5 χρόνων πήρε το "βάπτισμα" σε επίσημους αγώνες όταν στις 24 Νοεμβρίου του 1963 αγωνίσθηκε από την αρχή στον αγώνα Ολυμπιακού Βόλου - Βέροιας, 2-2, και από τότε καθιερώθηκε ως βασικός στην ενδεκάδα της Βέροιας. Ήταν ο πιο μικρός επαγγελματίας ποδοσφαιριστής και γι' αυτό όλοι τον αποκαλούσαν "Μπούλη".

Ο Στέφανος Γαϊτάνος έκανε μία λαμπρή καριέρα με τα χρώματα της Βέροιας μέχρι τις 19-6-1977 με ενδιάμεσο σταθμό για δύο χρόνια στον Απόλλωνα Αθηνών.

Σπούδασε στην Πάντειο αλλά η μεγάλη του αγάπη ήταν το ποδόσφαιρο. Με την "βασίλισσα του βορρά" πανηγύρισε τρεις ανόδους στην Α' Εθνική, όμως θα του μείνει αξέχαστη η πρώτη άνοδος και το παιχνίδι με τον ΟΦΗ στη Λεωφόρο 0-2 με τα γκολ του Κ. Κεφαλίδη και του Θ. Θεσσαλονικιού. Αξέχαστη θα μείνει στο Στέφανο Γαϊτάνο και η νίκη με 0-1 πάλι στη Λεωφόρο, με 0-1 (γκολ του Κεφαλίδη) επί του Παναθηναϊκού.

### Η ΚΑΡΙΕΡΑ ΤΟΥ ΠΡΟΠΟΝΗΤΗ

Μπορεί ο Στέφανος Γαϊτάνος να σταμάτησε το ποδόσφαιρο το 1977 αλλά δεν απομακρύνθηκε από τη μεγάλη του αγάπη. Τον επόμενο χρόνο το 1978 ξεκίνησε την προπονητική του καριέρα στην τότε Δόξα Μακροχωρίου όπου δημιούργησε μία πανίσχυρη ομάδα. Ποιοί ήταν όμως οι σταθμοί στην προπονητική του καριέρα;

**Στ. Γαϊτάνος:** "Σε επαγγελματικό επίπεδο ξεκίνησα το 1981 με την ομάδα της Νάουσας στη Β' Εθνική κατηγορία την οποία ανέβασα από την Γ' Εθνική. Επίσης είχα την άνοδο της ΑΕΠ Βέροιας από την Γ' Εθνική στην Β' Εθνική, όπως και του Εορδαϊκού. Είμαι χαρούμενος γιατί ξεκίνησα τις δύο ποδοσφαιρικές σχολές το 1985 με τη Νάουσα και το 1991 με την ΑΕΠ Βέροιας. Με τη Βέροια του 1998 μου έμειναν οι νίκες 1-2 επί της ΑΕΚ στη Φιλαδέλφεια και η νίκη στο φινάλε επί του Ολυμπιακού 0-2 στο Καραϊσκάκη.

## ΕΓΡΑΨΑΝ ΚΑΙ ΕΙΠΑΝ ΓΙΑ ΤΟΝ ΣΤ. ΓΑΪΤΑΝΟ

Μόνο κολακευτικά σχόλια έχουν γραφθεί για την προπονητική καριέρα του Στ. Γαϊτάνου όλα αυτά τα χρόνια.

Ο Σάββας Πουρσαϊτίδης όταν έπαιζε στη Βέροια, σε συνέντευξή του είπε: "Ο κ. Γαϊτάνος έχει ένα μοναδικό τρόπο να βοηθάει τους νέους παίκτες και πάνω απ' όλα να τους μεταδίδει την ψυχολογία του νικητή. Έχει επίσης την ικανότητα να ανακαλύπτει και να αξιοποιεί τις κρυμμένες δυνατότητες ενός παίκτη".

## 100 ΧΡΟΝΙΑ ΜΠΡΟΣΤΑ

Ένας από αυτούς που χάρηκαν για την συμφωνία Προοδευτικής - Γαϊτάνου είναι ο τέως Πρόεδρος της ΠΑΕ **Λευτέρης Τσαλουχίδης**, από τους ανθρώπους που γνωρίζουν καλά, όσο λίγοι, τον Μακεδόνα τεχνικό, λέγοντας χαρακτηριστικά τα εξής: "Κατά την προσωπική μου άποψη ο Γαϊτάνος είναι ο προπονητής που βλέπει 100 χρόνια μπροστά".

**Κώστας Σταματίου** (παίκτης του Ολυμπιακού Βόλου): "Μεγάλος δάσκαλος ο Στ. Γαϊτάνος που ξεκίνησα δίπλα του την προπονητική μου καριέρα σαν βοηθός του στον πάγκο του Ολυμπιακού Βόλου".

Στην τοπική εφημερίδα "Κερκίδα" ο δημοσιογράφος Ν. Καμπούρης έγραψε: "Η διάκριση όμως και η πανελλήνια αναγνώριση της ΑΕΠ Βέροιας σχεδιάσθηκε από τον κορυφαίο Έλληνα του είδους τον κ. Στέφανο Γαϊτάνο".

Από το καλοκαίρι ο Στ. Γαϊτάνος ύστερα από πρόταση του μεγαλομέτοχου κ. Γ. Αρβανιτιδη γύρισε στην ομάδα της Βέροιας ως Γενικός Διευθυντής και έχει την ευθύνη όλων των τμημάτων του Συλ-



Λάζαρος Παπαδόπουλος και Στέφανος Γαϊτάνος: Οι δύο "Μπούληδες" του Βεροιώτικου ποδοσφαίρου.

Ο νεαρός τότε Στ. Γαϊτάνος μαρκάρει τον Μίμη Δομάζο στον αγώνα ΠΑΟ - ΒΕΡΟΙΑ 1-0 στη Λεωφόρο. Πίσω διακρίνεται ο Αρ. Καμάρας και στο βάθος ο Τάκης Οικονομόπουλος.



λόγου. Μία θέση που γνωρίζει πάρα πολύ καλά ο κ. Γαϊτάνος, αφού με την εμπειρία του τόσα χρόνια στο ποδόσφαιρο έχει σωστές κρίσεις και προτάσεις.

Η άποψή του για την τελευταία επιτυχία της Εθνικής Ελλάδος με την κατάκτηση του Ευρωπαϊκού τίτλου είναι ειλικρινής και ξεκάθαρη: "Η κατάκτηση του Ευρωπαϊκού Πρωταθλήματος από την Εθνική μας ομάδα δεν ήταν αποτέλεσμα της όλης δομής του ελλη-

νικού ποδοσφαίρου αλλά των παικτών και του οραματιστή και παθιασμένου προπονητή κ. Ρεχάγκελ. Οι στιγμές ήταν μοναδικές με τους έξαλλους πανηγυρισμούς όλων των Ελλήνων σε όλο τον κόσμο. Πρέπει αυτή η επιτυχία να γίνει παράδειγμα και να πιστέψουν οι Έλληνες στις μεγάλες δυνατότητές τους. Νομίζω ότι αυτή η επιτυχία δύσκολα θα επαναληφθεί". 1



αστής  
lm...

# Αιμίλιος Αδαμόπουλος

ωνοχώρι" της Βέροιας, από την οποία έφυγε μετά  
χρεώσεις στο Γυμνάσιο και στο Στρατό.

νία (Βερολίνο) και εκεί σπούδασε Κινηματογράφο.

ς διάσημους κινηματογραφιστές, γνωστός για τη  
τάθος του για το film...

Της Σοφίας Γκαγκούση

**Μ**ετά τις σπουδές του στο Βερολίνο, επέστρεψε στην Ελλάδα, εργάστηκε επί χρόνια στην ΕΡΤ και σήμερα με βάση τη Θεσσαλονίκη κάνει κινηματογράφο και ντοκουμαντέρ για δορυφορικά κανάλια σε συνεργασία με Γερμανούς παραγωγούς και κανάλια. Όλες οι ταινίες του αφορούν την Ελλάδα και την προβολή της, κάτι "που δυστυχώς δεν κάνει ο Ελληνικός Οργανισμός Τουρισμού" όπως λέει με πίκρα, αφού γνωρίζει εκ των έσω τα πράγματα και την απουσία της χώρας μας στο εξωτερικό, από ΜΜΕ με μεγάλη τηλεθέαση.

Οι τελευταίες δουλειές του Αιμίλιου Αδαμόπουλου είχαν σχέση με τους Ολυμπιακούς Αγώνες και τα έργα των ολυμπιακών πόλεων, ενώ συνεργάστηκε με τη Μαρία Χορς στην αφή της Ολυμπιακής Φλόγας. Κινηματογράφησε καθημερινές στιγμές της μεγάλης χορογράφου μαζί με τις ιέρειες της τελετής και ακολούθησε σε συνεργασία με την Αρχιεπισκοπή Αθηνών για την ενίσχυση του Πατριαρχείου Ιεροσολύμων, ένα ντοκουμαντέρ - εκπομπή με το πορτρέτο της Βίκυς Λεάνδρος επ' ευκαιρία της συναυλίας στο Ηρώδειο που μεταδόθηκε στα δορυφορικά κανάλια της Γερμανίας. Από τις τελευταίες του δουλειές ξεχώρισε επίσης το αφιέρωμα στον εθνικό μας προπονητή Όττο Ρεχάγκελ, ένα αφιέρωμα στη Ντόρα Μπακογιάννη ως δήμαρχο της Ολυμπιακής Αθήνας στο οποίο μάλιστα η Ντόρα μιλούσε σε άπταιστα γερμανικά και είχε τη μεγαλύτερη τηλεθέαση (100 εκατομμύρια) στα Γερμανικά κανάλια.

Οι δουλειές του έχουν τιμηθεί διεθνώς και με πρώτο βραβείο αλλά δυστυχώς η Ελλάδα εξακολουθεί να "τρώνει" τα παιδιά της και να δικαιώνει τη ρήση... "ουδείς προφήτης στον τόπο του". Ωστόσο, για τον τόπο του, ο Αιμίλιος Αδαμόπουλος οραματίζεται και φιλοδοξεί να κάνει μια δουλειά για τη Βέροια, την πόλη που πέρασε ο Απόστολος των Εθνών Παύλος στο πλαίσιο μιας σειράς ντοκουμαντέρ πάνω στα βήματα του Απ. Παύλου, από την Αντιόχεια μέχρι τη Ρώμη.

Το ντοκουμαντέρ θα ξεκινήσει "όταν βρεθούν οι σπόνσορες και οι τοπικές αρχές που θα θέλουν να βοηθήσουν ώστε να βγει η Βέροια στα δορυφορικά κανάλια" μας είπε ο κ. Αδαμόπουλος, έχοντας βαθιά την πίστη ότι αυτό που πρέπει να προβάλλει ο τόπος μας είναι κυρίως η ιστορία του.

Προς αυτή την κατεύθυνση ενδιαφέρθηκε ήδη ο Δήμος Νάουσας για τη Σχολή Αριστοτέλη.

Έχει προτείνει επίσης την παραγωγή μιας κινημα-




τογραφικής σειράς για τα πετροχελιδονα της Ελλάδας. Η ιδέα προέκυψε από τις επαφές που είχε ο Αιμίλιος Αδαμόπουλος με λιθοξόους, χτίστες παλιούς της Δυτικής Μακεδονίας, όταν έκανε ένα ντοκουμαντέρ για τους λαϊκούς ζωγράφους παλιών αρχοντικών. Τα "πετροχελιδονα" είναι αυτοί οι χτίστες που έφευγαν του Αγ. Γεωργίου από τη Δυτ. Μακεδονία ή την Αλβανία και πήγαιναν για δουλειές μέχρι την Περσία, στο δρόμο του εμπορίου, για να χτίσουν γεφύρια, σχολεία και σπίτια... Του Αγ. Δημη-



τρίοι επέστρεφαν στις πατρίδες τους, όπως τα χελιδόνια...

Μήπως ένα "πετροχελιδόνο" είναι και η τέχνη; Πάντως ο Αιμίλιος Αδαμόπουλος, που επέστρεψε μάλλον μόνιμα στην πατρίδα του έκλεισε την κουβέντα του μαζί μας με μια επισήμανση που εκφράζει και την πολιτική του θέση για την εξέλιξη και ανάπτυξη της πολιτιστικής ζωής. "Η ευχή μου είναι πάντα να βάζουν κατάλληλους ανθρώπους στις κατάλληλες θέσεις για να λειτουργεί το κράτος για όλους το ίδιο. Η κομματική πολιτική και τα κλειστά κυκλώματα καταστρέφουν την Τέχνη". Όσο για τον κινηματογράφο στην Ελλάδα, θεωρεί ότι υπάρχουν πολλά ταλέντα και θα μπορούσε να είναι περισσότερα και αξιολογότερα εάν είχαμε την τεχνική υποδομή που διαθέτουν οι Σχολές στο εξωτερικό...

Πέρα, όμως, από την αναγνωρισμένη και καταξιωμένη δουλειά του για την οποία έχει το κεφάλι ψηλά, ο Βεροιώτης κινηματογραφιστής έχει και δύο ακόμη χαρές... Την οικογένειά του και το Κυδωνοχώρι, το οποίο συχνά επισκέπτεται, προφανώς, ως χώρο ηρεμίας, ξεκούρασης και προφανώς... έμπνευσης! 



Πάνω: από αριστερά ο Αιμίλιος Αδαμόπουλος με τον καθηγητή αρχιτεκτονικής στο Βερολίνο και ηθοποιό Κώστα Παπαναστασίου και τον λιθοξόο Ευάγγελο Φυλακτό.  
Κάτω: Κ. Παπαναστασίου, Αιμ. Αδαμόπουλος και ο δημοσιογράφος Περικλής Κοροβέσης.







GRUPPO  
SETTEN

ΕΙΣΑΓΩΓΕΣ ΕΠΙΠΛΩΝ ΙΤΑΛΙΑΣ

EMMEESSE  
*design*



*sprint*

RECK'S

veneta mobili

*record*



Bloch

**RECORD**

G  
GENTILI

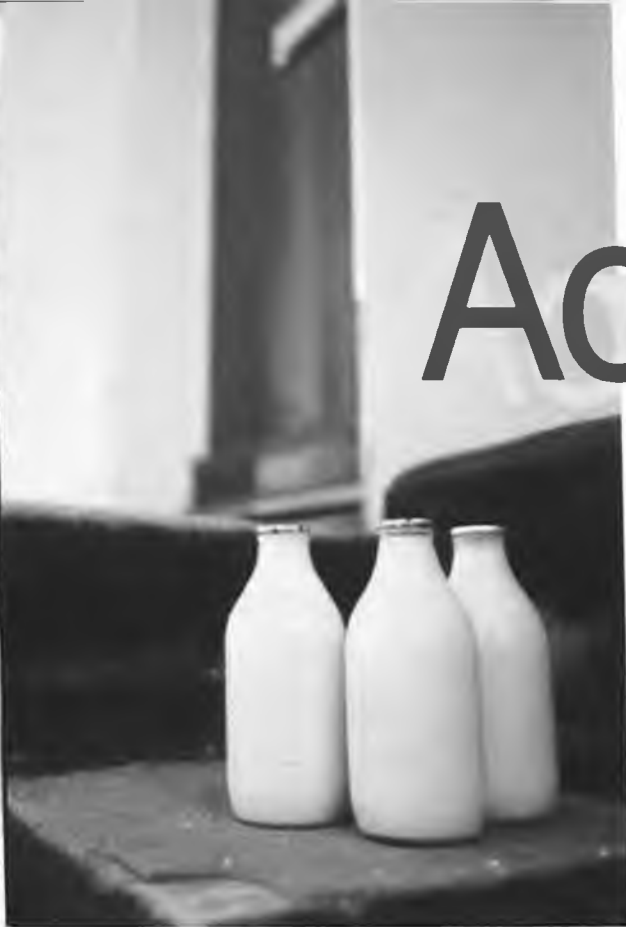


Κεντρική Βιβλιοθήκη Βέροιας

Κεντρική διάθεση: Δ. ΣΟΛΩΜΟΥ 5 - ΒΕΡΟΙΑ Τηλ. 23310 70211 - Fax 23310 23065  
e-mail: emmeesse@otenet.gr [www.grupposetten.com](http://www.grupposetten.com)

# Ασβέστιο

## απαραίτητο από πολύ νωρίς



**Β**οηθά τη διαδικασία ανάπτυξης των οστών μας και θεωρείται απαραίτητο σε πολλές ζωτικές λειτουργίες του οργανισμού μας. Ας το γνωρίσουμε λοιπόν καλύτερα. Το ασβέστιο, το οποίο κυρίως παίρνουμε από τα γαλακτοκομικά προϊόντα, είναι το βασικό δομικό συστατικό του σκελετού μας και η επάρκειά του στον οργανισμό ο αποτελεσματικότερος τρόπος πρόληψης της **οστεοπόρωσης**. Μιας ασθέ-

νειας που μπορεί να αρχίζει να μας απασχολεί μετά τα 50, η πρόσληψη όμως πρέπει να ξεκινά από την παιδική κιόλας ηλικία. Το ασβέστιο αποτελεί το 2% περίπου του βάρους ενός υγιούς ατόμου και η κύρια λειτουργία του εντοπίζεται στο σχηματισμό και στη διατήρηση της οστικής μάζας. Μαζί με το φώσφορο αποτελούν τα βασικά συστατικά του σκελετού μας. Η διαδικασία της ανάπτυξης των οστών ξεκινά από την εμβρυϊκή ηλικία γι'αυτό

και η πρόληψη ασβεστίου θεωρείται τόσο σημαντική κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης και συνεχίζεται μέχρι τα 25 χρόνια, ηλικία που θεωρείται ότι ο σκελετός μας βρίσκεται στην κορυφαία οστική του πυκνότητα.

Το ασβέστιο, εκτός από δομικό συστατι-

κό, είναι επίσης απαραίτητο σε ζωτικές λειτουργίες, όπως η συστολή των μυών, η μετάδοση των νευρικών εντολών, η λειτουργία της καρδιάς, η πηκτικότητα του αίματος και οι εκκρίσεις των αδένων. Η ποσότητα ασβεστίου που εξασφαλίζει επάρκεια στον οργανισμό μας ποικίλλει ανάλογα με την ηλικία και το φύλο. Επίσης, ρόλο παίζουν κάποια ιδιαίτερα χαρακτηριστικά του ατόμου, όπως το πόσο εύκολα ιδρώνει και πόσο συχνά επισκέπτεται την τουαλέτα. Ένα φυσιολογικό άτομο υπολογίζεται ότι χάνει 300 mg ασβεστίου την ημέρα από τον ιδρώτα, τα ούρα και τα κόπρανα. Όταν η ποσότητα ασβεστίου που λαμβάνουμε δεν επαρκεί για να αντισταθμίσει τις απώλειες αυτές, τότε ο οργανισμός μας παίρνει από το ασβέστιο των οστών μας, θέτοντας τα σε κίνδυνο.

Γενικότερα, πάντως, οι γυναίκες χρειάζονται περισσότερο ασβέ-



στιο από τους άνδρες, ενώ κρίσιμες περίοδοι θεωρούνται οι ηλικίες μέχρι τα 25, η εγκυμοσύνη και η εμμηνόπαυση.

Δεν αρκεί μόνο το ασβέστιο.

Το ασβέστιο είναι από τα διατροφικά εκείνα

στοιχεία που η επάρκεια τους στον οργανισμό δεν εξαρτάται μόνο από τη πρόσληψή τους αλλά και την απορρόφησή τους. Αυτό σημαίνει ότι μπορεί μέσω της διατροφής μας να προσλαμβάνουμε το ασβέστιο που χρειάζεται ο οργανισμός μας, αλλά να μας λείπουν άλλα στοιχεία τα οποία είναι απαραίτητα προκειμένου ο οργανισμός μας να μπορεί να εκμεταλλευτεί το ασβέστιο. Οι κυριότεροι παράγοντες που επηρεάζουν την απορρόφηση ασβεστίου είναι:

**Η βιταμίνη D:** Ο οργανισμός μας δεν μπορεί να απορροφήσει το ασβέστιο αν υπάρχει ανεπάρκεια της βιταμίνης D. Πέρα από τον ήλιο, βιταμίνη D παίρνουμε και από το μωρουνέλαιο, τις σαρδέλες, τα αυγά, το συκώτι και το τυρί.

**Ο φώσφορος:** Ο φώσφορος από τη μια βοηθά στην απορρόφηση του ασβεστίου και από την άλλη μειώνει την αποβολή του από τον οργανισμό με τα ούρα.

**Οι πρωτεΐνες:** Ενώ η κατανάλωση του κρέατος με μέτρο βοηθά στην απορρόφηση του ασβεστίου, οι μεγάλες ποσότητες πρωτεϊνών ζωικής προελεύσεως συντελούν στην αυξημένη αποβολή του ασβεστίου με τα ούρα.

**Οι φυτικές ίνες:** Η δράση των φυτικών ινών στο γαστρεντερικό σύστημα δεν ευνοεί τη απορρόφηση του ασβεστίου. Πιο συγκεκριμένα, οι φυτικές ίνες "δεσμεύουν" το ασβέστιο, πριν προλάβει να το μεταβολίσει και άρα να το εκμεταλλευτεί ο οργανισμός μας.

**Η λακτόζη:** είναι ένα από τα συστατικά του γάλακτος η παρουσία του οποίου ευνοεί ιδιαίτερα την απορρόφηση του ασβεστίου. Το πρόβλημα με την λακτόζη προκύπτει για όσους έχουν δυσανεξία σε αυτήν και από το σύνολο των γαλακτοκομικών προϊόντων μπορούν να φάνε μόνο γιαούρτι και ίσως τυρί. Οι γυναίκες με δυσανεξία στη λακτόζη έχουν μεγαλύτερες πιθανότητες να παρουσιάσουν οστεοπόρωση.



## Το ασβέστιο και οι "κακές" συνήθειες

**Καφεΐνη και αλκοόλ:** Η καφεΐνη το αλκοόλ και το κάπνισμα θεωρούνται εχθροί της υγείας των αστών, καθώς η αυξημένη παρουσία τους στον οργανισμό εμποδίζει την εναπόθεση του ασβεστίου στα κόκαλα.

## Γιατί είναι κρίσιμη η ηλικία των 25 ετών;

Η διαδικασία της οστεοποίησης ξεκινά από την εμβρυϊκή ηλικία και ολοκληρώνεται περίπου στη ηλικία των 25, οπότε και έχουμε τη μέγιστη οστική πυκνότητα. Αυτό σημαίνει ότι μέχρι τα 25 ο οργανισμός μας χρησιμοποιεί το ασβέστιο για να "χτίζει" τα κόκαλά μας. Όταν περάσουμε αυτή την ηλικία, το ασβέστιο που παίρνουμε χρησιμοποιείται κυρίως για την διατήρηση της οστικής πυκνότητας και όχι για την ανάπτυξη της. Μετά τα 25 λοιπόν όσο και αν πάρουμε δεν πρόκειται να αποκτήσουμε πιο γερό σκελετό. Η οστική πυκνότητα πλέον είτε θα διατηρείται σταθερή είτε θα μειώνεται.

## Οι κίνδυνοι από την έλλειψη ασβεστίου

Η έλλειψη ασβεστίου προκαλεί σοβαρές βλάβες στην υγεία, ιδιαίτερα στην παιδική και εφηβική ηλικία, όταν δηλαδή αναπτύσσεται ο σκελετός μας. Η ραχίτιδα, η κακή οδοντοφυΐα και η μειωμένη ανάπτυξη είναι από τα σημαντικότερα προβλήματα που προκαλεί η ανεπάρκεια ασβεστίου. Στους ενήλικους η έλλειψη ασβεστίου οδηγεί αρχικά στην οστεομαλάκυνση και αργότερα στην οστεοπόρωση.

## Πως μπορώ να παίρνω ασβέστιο, αν δεν μου αρέσουν τα γαλακτοκομικά προϊόντα;

Το ασβέστιο υπάρχει ακόμη σε σημαντικές ποσότητες, σε μια σειρά προϊόντων, όπως τα ψάρια, τα αυγά, τα όσπρια, το σπανάκι, το μπρόκολο, τα αμύγδαλα, τα καρύδια και το κρέας.



**Ε**ίναι αυτές οι μικρές αλλαγές που μπήκαν στη ζωή μας και την μεταβάλλανε. Διείσδυσαν τόσο διακριτικά που τις θεωρούμε πλέον, απόλυτα φυσιολογικές.

Γιατί, καλοί μου άνθρωποι, δεν σας φαίνεται περιεργό που τρώμε ντομάτες κι αγγουράκια όλο το χρόνο, που οι τουρλωτές καταπράσινες πιπεριές και οι γυαλιστερές ιουμεγέθεις μελιτζάνες φηγουράρουν πρώτη μούρη, βρέξει-χιονίσει, στα μανάβικα; Διότι είναι αυτές οι αλλαγές που λέω, οι οποίες παρ' ότι φαίνονται ανώδυνες, τελικά το έχουνε το τίμημά τους, όχι μόνο στην...τιμή πώλησης, αλλά και στην επιβάρυνση με διάφορες... ορμονοφυτοφαρμακο-ζαβολιές των παραγωγών!



Όπως, λοιπόν, έχουμε το διαχρονικό ζαρζαβάτι, έτσι έχουμε πλέον και τα διαχρονικά Χριστουγέννα. Όσο περνούν τα χρόνια, τόσο πιο πολλούς μήνες τα γιορτάζουμε. Για την ώρα, ξεκινάμε από το Νοέμβρη

## Χούγια...

Της Χαρούλας Ουσουτζόγλου - Γεωργιάδου



ή και τον Οκτώβρη σε κάποιες περιπτώσεις μεγάλων αστικών κέντρων και καταλήγουμε στα μέσα του Γενάρη, οπότε οι ασημόχρυσες γιρλάντες που αντικατέστησαν στις βιτρίνες τα μαγιόστρινγκ, -πρώην τάνγκα-, αντικαθίστανται πάραυτα από πολύχρωμες σερπαντίνες.

Πάτ-κιούτ, που θάλεγε κι ο πρωταγωνιστής της Πολίτικης Κουζίνας.

Νάμαστε, λοιπόν πιά, στην καρδιά της τρυφερότερης χριστιανικής γιορτής. Στη φάση που γλυκαίνουν οι καρδιές και τα λόγια. Στη φάση που γεμίζουν ελαφρώς τα πορτοφόλια, -ένεκα ο δέκατος τρίτος μισθός,- για να αδειάσουν αυθημερόν. Που ανταμώνουμε οι συγγενείς και διαπιστώνουμε πόσο μεγάλωσαν τ' ανιψάκια, που τρέχουμε και δεν προλαβαίνουμε τις εκκρεμότητες των υποχρεώσεων, που φορτώνουμε ντουλάπια και ψυγεία μ' ένα σωρό πράγματα θαρρείς και προ των πυλών είναι η τρισκατάρατη η Κατοχή ή ...επιστράτευση.

Αχόρταγο το μάτι του Ρωμιού. Μια ζωή το ίδιο. Από το τελευταίο φτωχόσπιτο μέχρι το πρώτο πλουσιόσπιτο, κατα κανόν - που έχει ασφαλώς και τις εξαιρέσεις του- το τραπέζι έτσι ή αλλιώς γεμίζει με χίλια δυο μυρωδάτα, φρέσκα και λαχταριστά καλούδια.

Τόχουμε το χούι. Και όπως λέει μια τούρκικη ρήση "σοί είναι και τραβάει, χούι είναι και δεν βγαίνει (απ' τον άνθρωπο)..." Θυμηθείτε, ας πούμε, τι κάνουμε όταν πάμε σε ταβέρνα. "Φέρε και τόνα, φέρε και τ' άλλο" και οτο τέλος περισεύουν τόσα όσα χρειάζεται για να χορτάσει μια οικογένεια. Κι αφού χορτάσουμε και βαρεθούμε το επιθετικό ...παιχνίδι με το "αναμμένο" μας πιρούνι, σχολιάζουμε για το καθαρό κέρδος του μαγαζιού, υπολογίζοντας την τιμή της πρώτης ύλης των εδεσμάτων και την τελική τιμή που πληρώνουμε στο ρεφενέ. Αφού τελειώσουμε, δηλαδή, το φραγητό, αρχίζουμε...τη γλωσσοφαγιά για κείνον που μας τάισε! Η γκρίνια για τα κακά μας οικονομικά είναι γκρίνια κι η σπατάλη μας στο φραγητό, σπατάλη! Όλα κι όλα. Το χούι κόβεται όπως προσάνεφερα και το μάτι δεν χορταίνει.

Τώρα που τα κουτσολέμε μεταξύ μας, να σας πω και κάτι που παρατηρώ συχνά-πυκνά στις εκκλησιές. Με εντυπωσιάζει το γεγονός ότι όλο και περισσότεροι άνθρωποι κάθονται στην ουρά για να μεταλάβουνε. Κάθε Κυριακή. Κυρίως παιδιά, πάσης ηλικίας. Παίρνουν... "χρυσό δοντάκι" και αμέσως μετά με μια πρωτοφανή βουλιμία περιφέρουν το βλέμμα δεξιά-αριστερά για να βρουνε που στέκεται ο πιτσιρικάς, ο ειδικά ενδεδυμένος, ο οποίος με καμάρι κρατά το πανέρι με τα αντιδωρα. Γιούρια στα Ταμπούρια!!! Ορμάνε στο πανέρι που προσπαθεί να περισώσει ο νεαρός και ζουλάνε όλα τα κομματάκια με τη σειρά. Παίρνουν τελικά ένα. Κοντοσιτέκονται. Παίρνουν δεύτερο και τρίτο. Παρ' ότι συχνά στο σπίτι τους δεν τ' αγγίζουν το ψωμί και γίνονται ομηρικοί καυγάδες για να φάνε τη φέτα τους.

Το ίδιο συμβαίνει και στις τελετές των εγκαινίων ή γενικά σε εκδηλώσεις όπου υπάρχει μπουφές. Βουνά από στοιβαγμένα ατάκτως καναπεδάκια, γλυκά και αλμυρά μπουρδουκλωμένα μεταξύ τους, σιρόπια πασαλειμμένα με πάστα αντσούγιας και μεταλλαγμένο αστακοπόδαρο, παστιάκια ζευγαρωμένα με παστουρμά τύπου Αγκύρας, σαλάμι τύπου Ουγγαρίσας και προσούτο τύπου Ιταλίας, γεμίζουν τα πλαστικά πιάτα ως να είναι το όρος Αραράτ προς βρώσιν και τέρψιν...

Σκηνές απείρου κάλλους που πάνε πακέτο με την καταναλωτική εποχή μας, την παράλογη εποχή μας, όπου παρά την ανεργία, παρά την ανέχεια και τα οικονομικά ζόρια που τραβάνε πολλά νοικοκυριά, συμβαίνουν πράγματα αλλοπρόσαλλα που χρειάζονται αναλύσεις ψυχολόγων, κοινωνιολόγων και άλλων ...λόγων, που έχουν κάθε... λόγο ν' ασχοληθούν με τα φαινόμενα.

Για την ώρα όμως, ας απολαύσουμε τη θαλπωρή των ημερών, ας νοιώσουμε Άνθρωποι αλληλέγγυοι, Άνθρωποι άξιοι να ζήσουμε την πραγματική διάσταση των Χριστουγέννων που ευτυχίσαμε να γιορτάσουμε γεροί, άλλη μια φορά. Και του χρόνου αδέρφια με υγεία κι όπως πάντα...σ' αυτό το σπίτι πούρθαμε, πέτρα να μη ραχίσει κι ο νοικοκύρης του σπιτιού χίλια χρόνια να ζήσει!

# HOTEL MINOA



ΚΑΡΟΛΟΥ 12 - 104 37 ΑΘΗΝΑ  
ΤΗΛ.: 210 5234622-3-4  
FAX: 210 5221111



Μέσα στην καρδιά του εμπορικού κέντρου των Αθηνών μόλις 50μ από το σταθμό του Metro (Μεταخουργιο) αλλά και πολύ κοντά στους σταθμούς τρένων και



**dodici**  
*Espresso Bar*



υπεραστικών λεωφορείων  
ένα ζεστό φιλόξενο  
και συνάμα οικογενειακό  
περιβάλλον με όλες  
τις σύγχρονες ανέσεις,  
σας περιμένει  
στο ξενοδοχείο **MINOA.**





Διδώ Σωτηρίου  
ΤΥΧΑΙΟ  
ΣΥΝΑΠΆΝΤΗΜΑ  
και άλλες ιστορίες

**“Τυχαίο συναπάντημα και άλλες ιστορίες”  
της Διδώ Σωτηρίου  
Εκδόσεις ΚΕΛΡΟΣ**

**Δ**εκαπέντε διηγήματα με πρωταγωνιστές απλούς, καθημερινούς ανθρώπους που αντιμετωπίζουν μεγάλα προβλήματα και συχνά αναδεικνύονται σε ήρωες. Οι περιπέτειές τους εντάσσονται στη συνολική δραματική πορεία της χώρας μας από τον μεσοπόλεμο έως τη χούντα. Το βιβλίο εκδόθηκε και κυκλοφόρησε τον Σεπτέμβριο, το μήνα δηλαδή που η Διδώ Σωτηρίου έφυγε από τη ζωή σε ηλικία 95 ετών.



Τάκης Θεοδωρόπουλος  
ΤΟ ΜΥΘΙΣΤΟΡΗΜΑ  
ΤΟΥ ΞΕΝΟΦΩΝΤΑ

**“Το μυθιστόρημα του Ξενοφώντα”  
του Τάκη Θεοδωρόπουλου  
Εκδόσεις ΩΚΕΑΝΙΑ**

**Ο** Ελληνικός κόσμος πνέει τα λούστια. Οι πόλεις επιδίδονται σ' έναν ασταμάτητο πόλεμο μεταξύ τους, ο Πέρσης βασιλιάς παρακολουθεί και παρεμβαίνει, και η Ιστορία εγκυμονεί.

“Αυτό που με γοήτευσε περισσότερο στην προσωπικότητα του Ξενοφώντα και με κάνει να τον αισθάνομαι σύγχρονό μας είναι οι αντιφάσεις του, η μοναχικότητά του”, λέει ο συγγραφέας. “Όσο για την εποχή του, είναι η εποχή της παρακμής του ελληνικού κόσμου, κι αυτοί οι άνθρωποι έζησαν την πρώτη μεγάλη κρίση της Δημοκρατίας. Δεν με ενδιαφέρει μονάχα ο αρχαίος κόσμος, η δύναμή του και η αδυναμία του, αλλά και η σχέση του με τον δικό μας κόσμο”.

Ο Ξενοφών κατόρθωσε να διασχίσει τους αιώνες και να φτάσει μέχρι το δικό μας παρόν αρθρώνοντας τον μοναχικό του λόγο, διεκδικώντας την ειλικρίνεια αυτής της μοναξιάς που τον κάνει να μοιάζει παράξενα, σύγχρονός μας.



Τσάι με τον Καβάφη  
Κατερίνα Καριζώνη

**“Τσάι με τον Καβάφη”  
Της Κατερίνας Καριζώνη  
Εκδόσεις ΚΑΣΤΑΝΙΩΤΗ**

**Η** μαγεία της Ανατολής, τα παιδικά παραμύθια και αργότερα τα ταξίδια της στην Αλεξάνδρεια της Αιγύπτου αποτέλεσαν πηγή έμπνευσης για τη συγγραφή του βιβλίου. Κεντρικός ήρωας είναι ένας τραπεζικός υπάλληλος που μετατίθεται στην Ελληνική Παροικία της Αλεξάνδρειας στο υποκατάστημα της Εθνικής. Ενσωματώνεται στην αλεξανδρινή κοινωνία, γνωρίζει μεγάλους επιχειρηματίες της εποχής και

προσωπικότητες της τέχνης και μεταξύ αυτών γνωρίζει τον Καβάφη και μία αιγυπτιακή γυναίκα που παίζει το δικό της ρόλο στην εξέλιξη της ιστορίας...



ΠΑΝΟΣ ΚΑΡΝΕΖΗΣ  
Ο ΛΑΒΥΡΙΝΘΟΣ

**“Ο λαβύρινθος”  
Του Πάνου Καρνεζή  
Εκδόσεις Ελληνικά Γράμματα**

**Ο** Πάνος Καρνεζής έδωσε τις πρώτες του επιτυχημένες εξετάσεις στο αναγνωστικό κοινό το 2003, με τις “Μικρές ατιμίες” του. Ο λαβύρινθος που πρόκειται να μεταφραστεί σε 9 γλώσσες, κέρδισε ήδη με την πλοκή και τη γραφή του, τις εντυπώσεις αναγνωστών και κριτικών.

Επιμέλεια: Σοφία Γκαγκρούση



**“Οδός Πειραιώς”  
του Γιάννη Ψυχοπαίδη  
Εκδόσεις ΚΕΡΑΣ**

**Δ**εκατρία μικρά κείμενα για την τέχνη, κείμενα καλλιτεχνικού ήθους και συλλογικής μνήμης περιλαμβάνει το βιβλίο στις 160 σελίδες του. Είναι γραμμένα μεταξύ του 1999 και 2003 και τα περισσότερα δημοσιεύθηκαν σε περιοδικά και εφημερίδες.



**“ΤΡΟΙΑ”  
της Αντέλ Γκέρας  
Εκδόσεις Ελληνικά Γράμματα**

**Μ**ια ιστορία που περνάει μέσα από τον 10ετή Τρωικό πόλεμο εμπλέκοντας θεούς και θνητούς. Οι θεοί κινούνται ανάμεσα στους ανθρώπους και ορίζουν ενίοτε τη ζωή τους. Πιο δυνατός αναδεικνύεται ο Έρωτας από τα βέλη του οποίου δεν ξεφεύγουν οι δύο ηρωίδες της συγγραφείας.

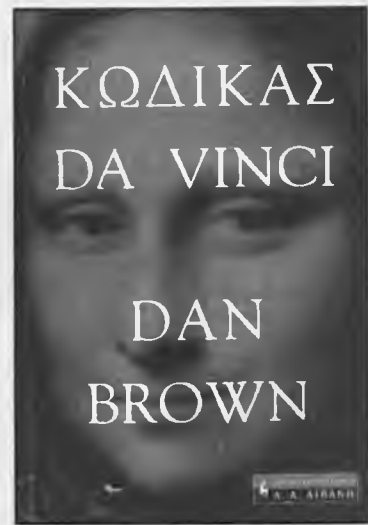


**“Μεταξένια προδοσία”  
της Ούζμα Ασλάμ Καν  
Εκδόσεις ΨΥΧΟΓΙΟΣ**

**Ε**ίναι το δεύτερο μυθιστόρημα της Πακιστανής συγγραφέως και ένα από τα πιο δημοφιλή έργα της πακιστανικής μυθιστοριογραφίας όλων των εποχών.

Δύο νέα παιδιά ερωτεύονται και ξετυλίζουν τα όνειρά τους σε μια χώρα πληγωμένη όπου ο χρόνος

έχει σταματήσει για τις γυναίκες. Μια χώρα που ωστόσο προσπαθεί να αναπτυχθεί και να ανοιχτεί στη δυτική κουλτούρα. Όμως η μοίρα καιροφυλακτεί...



**“Κώδικας da Vinci”  
του Νταν Μπράουν  
Εκδόσεις ΑΙΒΑΝΗ**

**Ε**νας ανεξιχνίαστος φόνος, η λύση των γρίφων, η έρευνα που διαδραματίζεται στο μεγαλύτερο μουσείο του κόσμου, το Λούβρο και σχετίζεται με το κινήγι ενός μεγάλου μουσικού, κρύβονται στις σελίδες του βιβλίου που έκανε “τρελές” πωλήσεις σ’ όλο τον κόσμο. Στο μυστικό φτάνει ο αναγνώστης σπάζοντας τους κώδικες που αφορούν στα διασημότερα έργα του ζωγράφου, ανατόμου, εφευρέτη, μουσικιστή Λεονάρδο Ντα Βίντσι. Χάνεις την αίσθηση του τόπου και του χρόνου, του πραγματικού και του φανταστικού, της επιστήμης, της τέχνης, του συμβολισμού και του δογματισμού. Κυνηγάς την ύλη και φτάνεις στην απόλυτη ιδέα της ύπαρξης, στο Άγιο Δισκοπότηρο. Ύπαρξη με γυναικεία υπόσταση - θηλυκό στοιχείο - που γεννά και αναγεννάται σαν τη μητέρα ζωή, τη μητέρα φύση.

Δεν φτάνει μια απλή ανάγνωση, αλλά εμπάθυση, αναζήτηση, έρευνα...

# Τα ΚΟΥΛΟΥΡΙΑ

Η νύχτα φεύγει... οι φοιτητές έρχονται...





ΦΟΙΤΗΤΑΡΙΟ! ΣΠΟΥΔΕΙ  
ΚΑΙ ΚΑΛΗ ΖΩΗ...

ΑΡΧΕΙ ΝΑ  
ΥΠΑΡΧΕΙ  
ΖΩΗ...



ΓΙΑΤΙ, ΔΕΝ ΥΠΑΡ-  
ΧΕΙ ΖΩΗ ΕΔΩ;

ΚΑΠΟΙΕΣ ΜΕ-  
ΡΕΙ ΥΠΑΡΧΕΙ  
ΟΣΟ ΚΑΙ ΣΕ  
ΑΛΛΟΥΣ ΠΛΑ-  
ΝΗΤΕΣ!



ΩΡΑΙΑ! ΜΕ ΤΑ ΠΑΝΕ-  
ΠΙΣΤΗΜΙΑΚΑ ΤΜΗΜΑ-  
ΤΑ, ΚΑΝΑΜΕ ΜΙΑ Ε-  
ΠΕΝΔΥΣΗ ΣΤΗ ΓΝΩΣΗ!  
ΑΝ ΚΑΙ ΑΡΓΗΣΙΑΜΕ...

ΣΤΕΡΝΗ  
ΜΟΥ  
ΓΝΩΣΗ...



ΑΝ ΚΑΙ ΚΑΠΟΙΑ ΜΕ-  
ΝΤΙΟΥΜ ΒΓΑΖΟΥΝ ΠΙΘ  
ΠΟΛΛΑ ΧΡΗΜΑΤΑ ΑΠΟ  
ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΕΣ...

ΕΠΕΝΔΥΟΥΝ  
ΣΕ  
ΠΡΟΓΝΩΣΗ!



ΓΙΑΝΤΟΣ Η ΚΑΛΥΤΕΡΗ  
ΕΠΕΝΔΥΣΗ ΕΙΝΑΙ Η  
ΕΠΕΝΔΥΣΗ ΣΤΗ  
ΓΝΩΣΗ...

Ο, ΤΙ ΚΙ ΑΝ  
ΓΙΝΕΙ, ΘΑ  
ΧΡΕΙΑΣΤΕΙ  
ΜΕΤΑ ΚΑΙ ΜΙΑ  
ΕΠΕΝΔΥΣΗ  
ΣΕ... ΓΝΩΣΤΟ!



ΤΟ "ΜΕΣΟΝ" ΕΙΝΑΙ  
ΔΗΛΑΔΗ ΚΑΤΙ ΣΑΝ  
ΤΟ ΑΒΓΟ ΤΟΥ  
ΚΟΛΟΜΒΟΥ;

ΚΙ ΑΝΤΕ ΝΑ  
ΦΑΣ ΤΕΤΟΙΟ  
ΑΒΓΟ ΜΕ ΤΟ-  
ΣΗ ΧΟΛΗΣΤΕ-  
ΡΙΝΗ...





ΟΙ ΗΓΓΑ ΑΝΑΣΤΡΕΠ-  
ΣΑΝ ΤΑ ΣΚΟΠΙΑ  
ΣΕ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑ...

ΚΙ ΟΜΩΣ  
ΜΥΡΙΖΕΙ!



ΚΙ Ο ΤΙΕΝΑΪ ΓΗΤΕ  
ΓΙΑ ΣΤΟΥΔΕΣ  
ΣΤΙΣ ΗΓΓΑ!

ΤΙΕΝΑΪ ΕΙ-  
ΜΑΙ ΚΑΙ ΘΑ  
ΠΩ, ΣΤΟ ΣΤΡΩ-  
ΜΑ ΣΟΥ ΝΑ  
ΚΟΙΜΗΘΩ!



ΠΑΝΤΟΣ ΔΕΝ ΠΑ-  
ΜΕ ΚΑΝΑ ΣΤΑ  
ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΑ...

ΕΓΓΙΝΟ ΤΟΥ  
Μ'ΑΝΗΓΧΕΙ  
ΠΙΟ ΠΟΥ ΕΙΝΑΙ  
ΟΤΙ ΣΥΜΦΕΡΕ ΟΝΟ  
ΚΑΙ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΟ  
ΜΕ ΤΟ ΜΗ ΤΣΟΤΑΚΗ!



ΤΟΝ ΛΕΝΕ  
ΚΑΙ  
ΟΔΥΣΣΕΑ...

ΚΙ ΕΜΕΙΣ ΜΕ ΤΑ  
ΤΕΡΤΙΛΙΑ ΜΑΣ  
ΤΟΝ ΚΑΝΑΜΕ  
ΠΟΥΦΗΜΟ!



ΕΣΥ ΒΕΒΕΙΣ ΝΑ ΣΗ-  
ΚΕΝΕΙ ΤΗ ΣΗΜΑΙΑ  
ΑΛΒΑΝΟΣ;

ΔΕΝ ΕΧΩ ΚΑ-  
ΝΕΝΑ ΤΡΟΒΗ-  
ΜΑ. ΑΡΧΕΙ ΝΑ  
ΜΗΝ ΕΙΝΑΙ Α-  
ΜΕΡΙΚΑΝΟΣ!



ΕΤΣΙ, ΘΑ ΜΑΘΟΥ-  
ΜΕ ΝΑ ΖΟΥΜΕ ΓΙΑ  
ΑΙΤΟ ΑΙΧΜΗ ΜΕ  
ΤΟΝ ΠΡΟΒΑΡΟ...

ΚΑΤΑ ΤΟ "ΑΝΕΡΡΑ-  
ΝΤΟ ΦΡΕΝΟΚΟΜΕΙΔ  
ΗΓΓΑ: ΕΝΑ ΑΓΕΡΡΑ-



Αντικειμενική Βασιότητα

ΥΠΕΡ ΤΩΝ ΝΕΩΝ

ΠΟΥΛΟΣ





**OSCAR HOTELS®**  
ATHENS

Σας προσκαλούμε στην πρώτη ευκαιρία που θα ταξιδέψετε στην Αθήνα, να μας επισκεφθείτε και να δοκιμάσετε το άνετο και φιλικό περιβάλλον των ξενοδοχείων μας, ούτως ώστε η παραμονή σας στην Αθήνα να είναι όσο το δυνατόν πιο ευχάριστη. Τα ξενοδοχεία μας διαθέτουν 241 δωμάτια πλήρως εξοπλισμένα με air-condition (θέρμανσης ή ψύξης), μπάνιο, μπαλκόνι, τηλέφωνο, δορυφορική τηλεόραση με τηλεκοντρόλ και PAY T.V. Στα ξενοδοχεία μας υπάρχουν τρία μπαρ (το ένα στο ROOF GARDEN μαζί με την πισίνα μας), δύο εστιατόρια με ελληνική και διεθνή κουζίνα, τέσσερα σαλόνια και 3 αίθουσες σεμιναρίων με σύνδεση INTERNET. Διοργανώνουμε επιτυχώς γαμήλιες δεξιώσεις και χοροεσπερίδες έως 400 ατόμων.



ΣΤΟΝ ΚΕΝΤΡΙΚΟ ΣΤΑΘΜΟ  
Η ΓΗ, ΚΕΝΤΡΟ ΤΗΣ ΑΘΗΝΑΣ

Η ΓΗ,

ΡΙΕ



ΔΩΡΕΑΝ  
PARKING

ΞΕΝΟΔΟΧΕΙΑ "OSCAR" και "OSCAR INN"  
ΣΤΑΘΜΟΣ ΛΑΡΙΣΗΣ  
ΦΙΛΑΔΕΛΦΕΙΑΣ 25 & ΣΑΜΟΥ 43-45 ΑΘΗΝΑ 104 34  
ΤΗΛ. (210) 88.34.215-9 FAX (210) 82.16.368  
e-mail: oscar@oscar.gr