

Δημοτικά Δρώμενα

ΜΑΡ. - ΑΠΡ. - ΜΑΙ. 2025

ΤΕΥΧΟΣ 011



ΔΙΑΝΕΜΕΤΑΙ ΔΩΡΕΑΝ

ΕΚΔΟΣΗ ΔΗΜΟΥ ΜΑΚΡΑΚΩΜΗΣ



ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

011

3	Μήνυμα Δημάρχου
4	Έργα - Παρεμβάσεις
8	Εκδηλώσεις - Δράσεις
24	Ελεύθερο Βήμα
28	Ευθυμο-γραφόμενα
30	Λαογραφία
32	Αθλητισμός
34	Βιβλίο



ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ
Δημοτικά Δρώμενα

Το περιοδικό είναι ανοιχτό στο να φιλοξενήσει τις απόψεις σας, στις ιδέες σας και τις προτάσεις σας.

Εκδότης Δήμος Μακρακώμης
Υπεύθυνος Σύνταξης Παναγιώτης Ντάνης
Συντακτική ομάδα Γαρυφαλλιά Γκόληφ
Ξένια Κίσσα
Ειρήνη Καλαμάρα

Εκτύπωση THE PRINTING HOUSE AE
Λητούς 7 Κορωπί, 19400 Ελλάδα

Δημιουργικό CHRISCO MON. ΕΠΕ

Υπεύθυνος επικοινωνίας: Παναγιώτης Ντάνης
Email ΔΗΜΟΤΙΚΑ ΔΡΩΜΕΝΑ: dimosmakrakomis@gmail.com
Τηλ : 22363 50200 – 22363 50207
Ταχ/κν Διεύθυνση: Αφων Παππά 2 – Σπερχειάδα 35003
Ιστοσελίδα: dimosmakrakomis.gov.gr

 Δήμος Μακρακώμης - Municipality of Makrakomi
 dimosmakrakomis

Ευχαριστούμε τους φίλους του περιοδικού για τις φωτογραφίες που μας στέλνουν

Ένας δήμος, όλοι μαζί!

Ευθύνη μας να κρατήσουμε ζωντανό το πνεύμα του '21

Με σεβασμό στο παρελθόν και πίστη στο μέλλον, ας συνεχίσουμε να προχωράμε μπροστά.

Αγαπητοί συμπολίτες και συμπολίτισσες,

Η 25η Μαρτίου δεν είναι απλώς μια επέτειος, αλλά μια υπενθύμιση της δύναμης που έχουμε όταν είμαστε ενωμένοι.

Οι ήρωες του 1821 πίστεψαν στο αδύνατο και το έκαναν πραγματικότητα.

Σήμερα, η δική μας ευθύνη είναι να κρατήσουμε ζωντανό το πνεύμα τους, χτίζοντας μια Ελλάδα σύγχρονη, ενωμένη και δυνατή.

Χρόνια πολλά σε όλους!



Γιώργος Χαντζής

Δήμαρχος του Δήμου Μακρακώμης



Χριστός Ανέστη!

«Η Ανάσταση του Θεανθρώπου αποτελεί τη μεγαλύτερη εορτή της Ορθοδοξίας, γεμίζοντας τις καρδιές των πιστών με ελπίδα και αισιοδοξία. Μας δίνει δύναμη για να ξεπερνούμε όσες δυσκολίες συναντούμε στη ζωή μας και να αισιοδοξούμε για ένα καλύτερο μέλλον.

Η προσδοκία για ένα καλύτερο αύριο φαντάζει πολυτέλεια μπροστά στην αγωνία για το παρόν. Όμως δεν απελπιζόμαστε. Ενώνουμε δυνάμεις και αγωνιζόμαστε για φτιάξουμε το μέλλον μας. Ένα μέλλον με ειρήνη, υγεία και ευημερία για όλους.

Διανύοντας τη Μ. Εβδομάδα με την ιερή μας παράδοση να ιστορεί την πορεία του Χριστού προς τη Σταύρωση και την Ανάσταση Εύχομαι σε όλες και όλους από καρδιάς το Φως της Ανάστασης να χαρίζει ειρήνη, ελπίδα, αδελφοσύνη, αισιοδοξία και δύναμη.

Χριστός Ανέστη!



Υδροδότηση στα Κουρελέικα



Ένα χρόνιο πρόβλημα ύδρευσης του οικισμού Κουρελέικα λύθηκε οριστικά και σταματάνε οι υδροφόρες να κουβαλάνε νερό στην δεξαμενή.



Αποκατάσταση ζημιών στις υποδομές του Δήμου

Ο Δήμος Μακρακώμης ενημερώνει τους δημότες του ότι στις 7 Μαρτίου 2025 υπογράφηκε η 1η Συμπληρωματική Σύμβαση Κατασκευής Έργου μεταξύ του Δήμου Μακρακώμης, που εκπροσωπήθηκε από τον Δήμαρχο κ. Γεώργιο Χαντζή, και της εταιρείας «ΓΕΩΔΟΜΗ ΑΝΩΝΥΜΗ ΤΕΧΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΙΑ», που εκπροσωπήθηκε από τον νόμιμο εκπρόσωπό της κ. Αθανάσιο Τσώμο.

Η σύμβαση αφορά την αποκατάσταση ζημιών στις οδικές υποδομές και στα συνοδά υδραυλικά έργα του Δήμου Μακρακώμης, οι οποίες προκλήθηκαν από τη φυσική καταστροφή της 18ης και 19ης Σεπτεμβρίου 2020.

Το έργο, συνολικού ποσού 400.000 ευρώ (με ΦΠΑ), εντάσσεται στο ευρύτερο πρόγραμμα αποκατάστασης και χρηματοδοτείται στο πλαίσιο των έκτακτων μέτρων αποκατάστασης.

Η Δημοτική Αρχή συνεχίζει να εργάζεται εντατικά για την πλήρη αποκατάσταση των ζημιών και τη βελτίωση των υποδομών προς όφελος των δημοτών.





Τρίλοφο : Νέα δεξαμενή ύδρευσης

Παραδώσαμε σήμερα 16.06.2025 στους κατοίκους την νέα δεξαμενή ύδρευσης χωρητικότητας 60 κυβικών που μαζί με την υπάρχουσα δίνουμε λύση στο πρόβλημα της επάρκειας νερού στο χωριό, ιδιαίτερα κατά τους θερινούς μήνες όταν εντείνεται η ζήτηση



ΔΩΡΕΑΝ ΣΤΕΓΗ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΓΙΑΤΡΟΥΣ ΤΩΝ ΙΑΤΡΕΙΩΝ ΤΟΥ ΔΗΜΟΥ!



Όπως ενημερωθήκαμε από τον Αντιδήμαρχο Πάνο Κοκτογεώργο, ο Δήμος Μακρακώμης, στο πλαίσιο της ενίσχυσης των υγειονομικών δομών του, στο Περιφερειακό Ιατρείο του Καστριού, διαμορφώνεται χώρος για την διαμονή του εκάστοτε Αγροτικού Ιατρού.

Σκοπός της συγκεκριμένης δράσης είναι όχι μόνο η δυνατότητα αξιοπρεπούς περιβάλλοντος εργασίας του εκάστοτε Αγροτικού Ιατρού αλλά και η δυνατότητα άνετης διαβίωσης, χωρίς την επιβάρυνση της στέγασης.

Η γκαρσονιέρα.....βρίσκεται στον εσωτερικό χώρο του ιατρείου, εξασφαλίζοντας άνεση και διευκολύνοντας την καθημερινότητά τους.

Πρόκειται για μια εξαιρετική ευκαιρία για νέους ιατρούς που επιθυμούν να αποκτήσουν πολύτιμη εμπειρία στην πρωτοβάθμια φροντίδα υγείας σε ένα υποστηρικτικό και φιλόξενο περιβάλλον.

Απώτερος σκοπός του δήμου Μακρακώμης είναι η παροχή δωρεάν στέγασης με όλες τις ανέσεις στους ιατρούς.

Αντίστοιχοι χώροι υπάρχουν και στα υπόλοιπα Περιφερειακά Ιατρεία του Δήμου μας, που και εκεί προσβλέπουμε σε παρεμβάσεις για την ποιο άνετη διαμονή των Αγροτικών Ιατρών που έρχονται στον Δήμο μας.



ΕΡΓΑ ΣΥΛΛΟΓΗΣ ΚΑΙ ΔΙΑΘΕΣΗΣ ΟΜΒΡΙΩΝ ΥΔΑΤΩΝ Δ.Κ. ΜΑΚΡΑΚΩΜΗΣ

Προϋπολογισμού έργου 2.965.000,00 Ευρώ
Το έργο περιλαμβάνει τα απαιτούμενα έργα διευθέτησης και απορροής των όμβριων υδάτων από την εντός οικισμού περιοχή της Κοινότητας Μακρακώμης.

Τα έργα συνίστανται σε 3 ανεξάρτητα δίκτυα αγωγών όμβριων, τα οποία εκβάλλουν σε ισάριθμες αποστραγγιστικές τάφρους πέριξ του οικισμού. Τα επιμέρους δίκτυα των όμβριων και οι αντίστοιχες περιοχές εξυπηρέτησης είναι τα εξής:

- ΑΓΩΓΟΣ 1: Πρόκειται για υφιστάμενο συλλέκτη ο οποίος διατρέχει τη νότια περιοχή του οικισμού και εκβάλλει σε αποστραγγιστική τάφρο.

Στον αγωγό αυτόν θα γίνει επέκταση και προσθήκη ενός κυρίου κλάδου, ώστε να εξυπηρετεί αποτελεσματικά το δυτικό τμήμα του οικισμού.

Ο Αγωγός θα έχει συνολικό μήκος 2.700 m (1.627 m υφιστάμενο και 1.073 m νέο) και θα αποτελείται από τσιμεντοσωλήνες διαμέτρου Φ400, Φ600, Φ800 και Φ1000.

- ΑΓΩΓΟΣ 2: Ο Αγωγός 2 με τον κύριο κλάδο 2.2 εξυπηρετεί το ανατολικό ήμισυ του οικισμού, στην οποία συρρέουν και όμβρια από τις εξωτερικές λεκάνες απορροής των βόρειων υψωμάτων και κατακλύζουν τους δρόμους της περιοχής. Πρόκειται για νέο αγωγό που καταλήγει και εκβάλλει σε αποστραγγιστική τάφρο ανατολικά του οικισμού.

Θα αποτελείται από τσιμεντοσωλήνες διαμέτρου Φ400, Φ600, Φ800, Φ1000 και Φ1200 συνολικού μήκους 1.928 m μαζί με τους δευτερεύοντες κλάδους.

- ΑΓΩΓΟΣ 3: Πρόκειται για τοπικό συλλέκτη κατά μήκος της οδού της νότιας εισόδου του οικισμού, που έχει ως σκοπό την παραλαβή των όμβριων που συγκεντρώνονται στο οδόστρωμα και τη διαχείτευση αυτών σε παρακείμενη αποστραγγιστική τάφρο.

Ο Αγωγός 3 έχει μήκος 183 m και αποτελείται από τσιμεντοσωλήνες ονομαστικής διαμέτρου Φ600. Η πρόταση και η πρώτη μελέτη είχε κατατεθεί και ξεκινήσει επί Δημαρχίας Ευθυμίου Παπαευθυμίου.



Φτέρη: Γεώτρηση για την ύδρευση

Ολοκληρώθηκαν οι εργασίες που αφορούσαν τη Γεώτρηση Ύδρευσης της Φτέρης, δίνοντας άφθονο καθαρό κ δροσερό νερό στους κατοίκους της. Έτσι λύνεται οριστικά το πρόβλημα του νερού.



Οπτικές Ίνες στο Δήμο μας με τις υψηλότερες ταχύτητες 3Gbps!!!



Το «άλμα» στην Ταχύτητα και την Ανάπτυξη της Τοπικής Κοινωνίας

Ο Όμιλος ΟΤΕ, με τη στήριξη της Δημοτικής Αρχής του Δήμου Μακρακώμης, προχωρά στην ανάπτυξη κι επέκταση του δικτύου οπτικών ινών, υλοποιώντας το έργο «Υποδομές Υπερυψηλής Ευρυζωνικότητας Ultra-Fast Broadband (UFBB)», που θα φέρει υπερύψηλες ταχύτητες Internet έως και 3Gbps σε πάνω από 2.600 νοικοκυριά και επιχειρήσεις σε ημιαστικές και αγροτικές περιοχές του Δήμου μας.

Βάσει της σύμβασης-σύμπραξης με το Υπουργείο Ψηφιακής Διακυβέρνησης, η εμπορική διάθεση του δικτύου θα ξεκινήσει με την ολοκλήρωση του 15% του έργου.

Πρόκειται για μία ακόμα μεγάλη επένδυση του ΟΤΕ για την ανάπτυξη των δικτυακών υποδομών.

Οι οικισμοί που θα αποκτήσουν υπερύψηλες ταχύτητες internet είναι οι ακόλουθοι :

Σπερχειάδα, Μακρακώμη, Γραμμένη, Βίτωλη, Νεοχωράκι, Άγιος Γεώργιος, Τυμφρηστός, Παλαιοβράχα, Φτέρη, Πουγκάκια, Γαρδίκι, Κλωνί, Κάτω Καλλιθέα και σε άλλα χωριά μας που δεν υπάρχουν οπτικές ίνες.

Κατά τη διάρκεια των εργασιών, σύμφωνα με την ενημέρωση που έχει ο Δήμος από τον Όμιλο ΟΤΕ, ενδέχεται να υπάρξει επικοινωνία εκπροσώπων των κατασκευαστικών εταιρειών με τους κατοίκους, καθώς θα πραγμα-

τοποιούνται παράλληλα προεγκαταστάσεις τηλεπικοινωνιακού εξοπλισμού στους χώρους των κτιρίων.

Η ανάπτυξη των οπτικών ινών φέρνει μια νέα εποχή ταχύτητας και συνδεσιμότητας, βελτιώνοντας ουσιαστικά την καθημερινότητα των πολιτών και δίνοντας ώθηση στις τοπικές επιχειρήσεις.

Με το γρήγορο Internet, μεγάλα αρχεία μεταφέρονται σε δευτερόλεπτα, οι online υπηρεσίες λειτουργούν απρόσκοπτα, ενώ η ταυτόχρονη χρήση πολλαπλών συσκευών γίνεται χωρίς καθυστερήσεις.

Η τεχνολογία αυτή δεν αποτελεί μόνο μια αναβάθμιση στις τηλεπικοινωνίες, αλλά έναν καταλύτη ανάπτυξης για την τοπική οικονομία, αυξάνοντας την ανταγωνιστικότητα των επιχειρήσεων, διευκολύνοντας την τηλεργασία και ενισχύοντας την ψηφιακή μετάβαση.

Όπως υπογράμμισε σχετικά ο Δήμαρχος μας , κ. Χαντζής Γεώργιος: «Η επέκταση των οπτικών ινών στην περιοχή μας δεν είναι απλώς μια τεχνολογική εξέλιξη - είναι μια στρατηγική επένδυση στο μέλλον. Δίνει τη δυνατότητα στους πολίτες και στις επιχειρήσεις μας να αναπτυχθούν, να καινοτομήσουν και να συμμετέχουν δυναμικά στη σύγχρονη ψηφιακή οικονομία.» Με τη συνεχή επέκταση των υποδομών, οι τοπικές κοινωνίες αποκτούν πρόσβαση σε μια νέα πραγματικότητα όπου η συνδεσιμότητα δεν είναι εμπόδιο, αλλά ευκαιρία για εξέλιξη.

Αγροτική οδοποιία στη περιοχή Φτέρη

Ο Δήμος Μακακώμης συνεχίζει τις ασφαλτοστρώσεις σε όσα χωριά απαιτείται με στόχο κυρίως τη στήριξη των αγροτών και των κτηνοτρόφων.



4 νέες εργαζόμενες στον Δήμο Μακρακώμης

Τέσσερα νέα άτομα εντάχθηκαν στο ανθρώπινο δυναμικό του Δήμου ενισχύοντας έτσι τις υπηρεσίες του προς τους δημότες.

Συγκεκριμένα, στο Αυτοτελές Τμήμα Οικονομικών Υπηρεσιών ανέλαβε καθήκοντα η κα. Γκαρέλη Ελευθερία, ΠΕ Οικονομικού Λογιστικού, ενώ στο Αυτοτελές Τμήμα Τοπικής Οικονομικής Ανάπτυξης η κα. Σταμέλου Σταυρούλα, ΠΕ Διοικητικού Οικονομικού.

Παράλληλα, στο πρόγραμμα «Βοήθεια στο Σπίτι» προστέθηκαν δύο νέες εργαζόμενες, η κα. Κοντογιώργου Παρασκευή, ΔΕ Βοηθών Νοσηλευτών, και η κα. Κατσαδούρου Παρασκευή, ΥΕ Οικογενειακών Βοηθών.

Ο Δήμαρχος Γιώργος Χαντζής ευχήθηκε στους νέους υπαλλήλους ευχές για καλή σταδιοδρομία.



Σπερχειάδα: 5η Ανθοκομική Έκθεση



Με απόλυτη επιτυχία ολοκληρώθηκε η 5η Ανθοκομική Έκθεση Σπερχειάδας, η οποία πραγματοποιήθηκε στην κεντρική πλατεία της πόλης, γεμίζοντας τη Σπερχειάδα με ανοιξιάτικα χρώματα, μεθυστικά αρώματα, ζωντανή μουσική και πολλά χαμόγελα! Μια έκθεση που συμπλήρωσε 5 χρόνια παρουσίας και που έγινε πια θεσμός και σημείο συνάντησης επισκεπτών από όλη την Φθιώτιδα.

Τη διοργάνωση ανέλαβε ο Εμπορικός & Βιοτεχνικός Σύλλογος Σπερχειάδας, υπό την αιγίδα του Δήμου Μακρακώμης, της Κοινότητας Σπερχειάδας και τη συμβολή πλήθους εθελοντών και φορέων.

Για δύο ημέρες, η Σπερχειάδα μεταμορφώθηκε σε έναν ανθισμένο προορισμό, με τη συμμετοχή φυτρωριούχων, παραγωγών, δημιουργών και επιχειρήσεων, που παρουσίασαν τα προϊόντα και τις υπηρεσίες τους με μεράκι, έμπνευση και δημιουργικότητα.

Ξεχωριστή στιγμή της έκθεσης αποτέλεσε η συναυλία των Les Au Revoir, που ξεσήκωσε το κοινό και χάρισε μια μαγευτική βραδιά γεμάτη ρυθμό και θετική ενέργεια.

Ο Εμπορικός & Βιοτεχνικός Σύλλογος Σπερχειάδας εξέφρασε τα ευχαριστήριά του στους πολιτιστικούς και τοπικούς φορείς που συνέβαλαν στην αρτια διοργάνωση της έκθεσης.

Η 5η Ανθοκομική Έκθεση Σπερχειάδας αποτέλεσε ένα ακόμα βήμα για την ενίσχυση της τοπικής εξωστρέφειας, ενώ έβαλε τις βάσεις για ακόμη πιο εντυπωσιακές διοργανώσεις στο μέλλον. Αναnevώνουμε το ραντεβού για την 6η έκθεση, με ακόμα περισσότερες εκπλήξεις!



Αποκριές στη Γραμμένη

Με σύμμαχο το καλό καιρό, η Γραμμένη γιόρτασε και φέτος τις Αποκριές.

Τα παραδοσιακά εδέσματα, προβατίνα κοκκινιστή με κριθαράκι στο καζάνι, το καλό κρασί και η συνέχεια με παραδοσιακούς χορούς από το Σύλλογο Γυναικών και την Κοινότητα Γραμμένης έδωσαν μια ευχάριστη νότα.

Η λαϊκή παράδοση συνεχίζεται

Καλή Σαρακοστή!



Καρναβάλι Σπερχειάδας 2025

Εκρηκτική βραδιά με τους θρυλικούς Goin' Through και τον DJ Bobito

Κυριακή 2 Μαρτίου 2025 στις 19:00

Είναι εμπειρία.... Είναι λατρεία!!!

Το βραδινό Καρναβάλι Σπερχειάδας ήρθε και φέτος κι έφερε μαζί του μια εκρηκτική βραδιά με NIVO x ISO & Dj Bobito

Κυριακή 2 Μαρτίου 2025 στις 22:00, η Κεντρική Πλατεία Σπερχειάδας μεταμορφώθηκε σε μια μουσική αρένα, φιλοξενώντας τους θρυλικούς Goin' Through x Isorgoristis, που γιόρτασαν μαζί με τους παρευρισκόμενους, τα 30 χρόνια συνεχούς παρουσίας τους στη σκηνή.

Η βραδιά απογειώθηκε από τον εκρηκτικό Dj Bobito, σε ένα show που ήταν όλο ρυθμό, ένταση, χορό και αξέχαστες στιγμές.





Τέμπη: Συγκλονιστική η παρέμβαση του Πολιτιστικού Συλλόγου Μάκρης



«Ποτάμι φουσκωμένο η οργή του λαού..., ποιος τη σταματάει, ποιος τη σταματάει...»

Με τα συνθήματα «Η με τα κέρδη τους ή με τη ζωή» και «Οι ράγες της 'ανάπτυξης'» οι νέοι του Πολιτιστικού Συλλόγου Μάκρης, έστειλαν το δικό τους μήνυμα κατά τη διάρκεια του Καρναβαλιού Μακρακώμης.

Ορθώθηκαν, έχοντας στο μυαλό τους τα λόγια του Γιάννη Ρίτσου: «...ανάμεσα στα φρύδια τους έχουν ένα γεράκι δύναμη κι ένα μουλάρι από θυμό μες στην καρδιά τους, που δεν σηκώνει τ'άδικο. Δε μιλάνε. Κοιτάνε πέρα, σφίγγοντας μες στο φυλλοκάρδι τους μια δυνατή σιωπή...».

Χωρίς «παρηγορητικές αυταπάτες» και «αναπαυτικές αφέλειες» η νέα γενιά γνωρίζει πολύ καλά ότι το πραγματικό αίτιο για τον άδικο χαμό τόσων ανθρώπων, κυρίως

νέων, στα Τέμπη, είναι το αδηφάγο σύστημα του κέρδους, που εκμηδενίζει τη ζωή.

Ένα σύστημα που βάζει το συμφέρον του ακόμα και πάνω από τον θρήνο της μάνας.

Πλέον, ο πόνος της κοινωνίας φούντωσε και έγινε οργή. Δεν ξεχνάει.

Δεν συγχωράει.

Απαιτεί και διεκδικεί την αλήθεια και το δίκιο.

Παλεύει για να «φτιάξει έναν κόσμο στο μπόι των ονείρων της».

Για να μην «κλέβουν το όνειρό της για να του κάνουν χαρακίρι».

Όσο οι ζωές μας και η προστασία τους θα λογίζονται από την εξουσία ως κόστος, που δεν φέρνει κέρδος, τα «νέα Τέμπη» θα караδοκούν.



Το Καρναβάλι Μακρακώμης πιο φαντασμαγορικό



Το Καρναβάλι της Μακρακώμης έκλεισε φέτος τα 67 του χρόνια και η μεγάλη παρέλαση καρναβαλιστών και αρμάτων της Καθαράς Δευτέρας συγκέντρωσε και πάλι τα βλέμματα, όχι μόνο της περιοχής μας, αλλά όλης της Στερεάς, με τις συμμετοχές καρναβαλιστών αλλά και θεατών να αυξάνονται θεαματικά κάθε χρόνο!

Κέφι, χορός, ευφάνταστα κοστούμια, άρματα με πολιτικά και κοινωνικά μηνύματα αλλά και με πολύ χιούμορ, όπως το καλεί η ημέρα, οι διάσημοι Ινδιάνοι και οι Βίκινγκς, καρναβαλιστές όλων των ηλικιών το... έζησαν και φέτος.

Όλα ξεκίνησαν το Σάββατο 1.3.2025 με το παιδικό "PARTY ΜΑΣΚΕ" στον ισόγειο πολυχώρο της κοινότητας Μακρακώμης και ακολούθησε η μεγάλη συναυλία με ένα εκπληκτικό Πάνο Μουζουράκι που ξεσήκωσε όλους τους παρευρισκόμενους. Η διασκέδαση συνεχίστηκε και μετά τη λήξη της συναυλίας με τους ανατρεπτικούς DJs Little Doggy & G. Argyris.

Η επόμενη μέρα, Κυριακή 2.3.2025 ξεκίνησε με το "Κυνήγι του Κρυστάλλινου Θησαυρού" από την ομάδα "AstroΠερίεργοι", και ακολούθησε η "Βραδιά Λουκάνικου".

Για άλλη μια χρονιά τα πεζοπόρα GROUP παρέα με τη μπάντα κρουστών "QUILOMBO" έδωσαν τον ρυθμό στη Νυχτερινή Παρέλαση, με τη διασκέδαση να συνεχίζεται στο Βραδινό PARTY με τους DJs N.Markoglou, M. Fragaki & DJs FUSED.

Την Καθαρά Δευτέρα, 03/03/2025) στις 14.30 πραγματοποιήθηκε η "Μεγάλη Παρέλαση Καρναβαλιστών και Αρμάτων", και στις 19:30, οι ΙΝΔΙΑΝΟΙ, ολοκλήρωσαν τη παράδοση με το "ΚΑΨΙΜΟ ΤΗΣ ΚΑΛΥΒΑΣ".

Ο Δήμος Μακρακώμης και οι εθελοντές του 67ου Καρναβαλιού Μακρακώμης, ευχαριστούν όλους όσους έχουν συμβάλει μέχρι σήμερα στην προετοιμασία του μεγαλύτερου πολιτιστικού θεσμού της Στερεάς Ελλάδας.



από ποτέ!



«Ας μιλήσουμε για σχολικό εκφοβισμό»

Με επιτυχία πραγματοποιήθηκε την 4η Απριλίου 2025 η Ημερίδα ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης «Ας μιλήσουμε για το σχολικό εκφοβισμό» που διοργάνωσαν οι Κοινωνικές Δομές του Δήμου Μακρακώμης «Βοήθεια στο Σπίτι» και Κέντρο Κοινότητας σε συνεργασία με την Εταιρία Κοινωνικής Ψυχιατρικής Π. Ζακελλαρόπουλος.

Ομιλητές της ημερίδας ήταν η Βασιλική Πρεμέτη Ψυχολόγος MSc, η Χριστίνα Καταραχιά Κοινωνική Λειτουργός και Θεοδώρα Μητραντζιά - Παιδαγωγός

Η Ημερίδα πραγματοποιήθηκε στο Συνεδριακό Κέντρο «Αθανάσιος και Μαίρη Ακρίδα» στη Σπερχειάδα, με μεγάλη συμμετοχή μαθητών.



Την Βίτωλη επισκέφτηκαν οι μαθητές του Αγίου Γεωργίου



Τη Βίτωλη επισκέφτηκαν οι Μαθητές του Αγίου Γεωργίου του Δήμου Μακρακώμης συνοδευόμενοι από τους δασκάλους τους.

Μετά από την εκπαιδευτική τους επίσκεψη, στην μελισσοκομική οικογενειακή επιχείρηση Στεφανή, «H Άγρια Μέλισσα», τα παιδιά και οι δάσκαλοι έκαναν πικ νικ και έπαιξαν στο γήπεδο του χωριού της Βίτωλης, το οποίο ο Πρόεδρος της κοινότητας το διατηρεί καθαρό, σε άριστη κατάσταση. .

Ο Σύλλογος Νέων Βίτωλης και ο Πρόεδρος της Τοπικής Κοινότητας, καλωσόρισαν τους μικρούς μαθητές προσεφέροντας τους από ένα μικρό δωράκι.

Συγχαρητήρια στους δασκάλους, για την προσπάθειά τους, να αναδείξουν την περιοχή και να αποκτήσουν τα παιδιά γνώσεις & εμπειρίες.



Κουρά και τρίτης μοναχής στη Μονή Προφήτου Ηλιού Παλαιοχωρίου



Εθιμοτυπική Επίσκεψη του νέου Διοικητή Πυροσβεστικών Υπηρεσιών Φθιώτιδας

Ο Δήμαρχος Δήμου Μακρακώμης κ. Γεώργιος Χαντζής υποδέχθηκε στο Δημαρχείο Σπερχειάδας τον νέο Διοικητή των Πυροσβεστικών Υπηρεσιών Νομού Φθιώτιδας, Πύραρχο Χρήστο Πλουμάκη, στο πλαίσιο της ανάληψης των νέων του καθηκόντων.

Η συνάντηση πραγματοποιήθηκε σε ιδιαίτερα θερμό και εποικοδομητικό κλίμα, με κύριο άξονα τη συνέχιση και ενίσχυση της συνεργασίας μεταξύ του Δήμου Μακρακώμης και της Πυροσβεστικής Υπηρεσίας, ειδικά ενόψει της επικείμενης αντιτυπικής περιόδου.

Ο κ. Δήμαρχος συνεχάρη τον Πύραρχο για την ανάληψη της νέας του θέσης και του ευχήθηκε καλή δύναμη και επιτυχία στο έργο του, ενώ από την πλευρά του ο κ. Πλουμάκης επανέλαβε τη δέσμευσή του για αгаστή συνεργασία με την Τοπική Αυτοδιοίκηση προς όφελος της ασφάλειας των πολιτών και της προστασίας του φυσικού περιβάλλοντος της περιοχής.

Η συνάντηση ολοκληρώθηκε με κοινή δέσμευση για διαρκή επικοινωνία και συντονισμό, καθώς και την υιοθέτηση προληπτικών δράσεων για την αποτελεσματική αντιμετώπιση τυχόν κινδύνων.



Ημέρα αναστάσιμη η Παρασκευή 12 Απριλίου για την νεοσύστατη γυναίκα Ιερά Μονή Προφήτου Ηλιού Παλαιοχωρίου Δυτικής Φθιώτιδος, την οποία ίδρυσε ο Σεβασμιώτατος Μητροπολίτης Φθιώτιδος κ. Συμεών και η οποία, υπό την πνευματική καθοδήγηση του Αρχιμ. π. Μάξιμου Αναστόπουλου, γνωρίζει εντυπωσιακή ακμή και άνθηση μέσα σε πολύ σύντομο χρονικό διάστημα, την τελευταία τριετία.

Μετά τον Αρχιερατικό Εσπερινό της Δεσποτικής Εορτής της Εγέρσεως του Λαζάρου ο Σεβασμιώτατος Μητροπολίτης Φθιώτιδος κ. Συμεών τέλεσε σήμερα την κουρά και τρίτης μοναχής, μετά τις κουρές των αδελφών Χρυσοστόμης και Καικιλίας, της και Καθηγουμένης της αρτισύστατης Μονής.

Παρουσία πιστών του Δημάρχου του Δήμου Μακρακώμης κ. Γεωργίου Χαντζή, του επικεφαλής της Δημοτικής Αντιπολίτευσης κ. Κωνσταντί-



νου Καραγιάννη, αιρετών του Δήμου, του Διευθυντή του Ωδείου «Γερμανός ο Μελώδης» κ. Ανδρέα Ιωακείμ, εκπαιδευτικών και άλλων εκπροσώπων τοπικών φορέων, τέλεσε ο Σεβασμιώτατος κ. Συμεών την κουρά της νέας αδελφής της Μονής πλαισιούμενος από Αγίους Καθηγουμένους και λοιπούς πατέρες.

Στη νέα μοναχή ο κ. Συμεών έδωσε το όνομα «Νεκταρία» εις τιμήν του εν Αγίοις Πατρός ημών Νεκταρίου, επισκόπου Πενταπόλεως του Θαυματουργού. Τον κ. Συμεών με λόγους ιδιαίτερης ευγνωμοσύνης ευχαρίστησε ο πνευματικός πατέρας και γεννήτωρ της αδελφότητας, Αρχιμ. π. Μάξιμος Αναστόπουλος, τονίζοντας ότι όλα τα θαυμαστά τα οποία έχουν συντελεστεί στην Μονή αυτά τα μόλις λίγα χρόνια οφείλονται στην πρόνοια, στην μέριμνα και στην αγάπη του Σεβασμιωτάτου κ. Συμεών.

Μακρακώμη : Το παζάρι ήταν και φέτος ... εδώ !!!



Ο καιρός τέλειος σήμερα 13.04.2025 και ο κόσμος πλημμύρισε τη Μακρακώμη για το παζάρι μας. Και του χρόνου με υγεία. Καλό Πάσχα σ όλους μας!!

Επισκέφτηκε τον Δήμαρχο ο Αστυνομικός Διευθυντής Φθιώτιδας

Την 20η Μαρτίου 2025 ο Αστυνομικός Διευθυντής Φθιώτιδας, κ. Ανδρέας Κυρίτσης, πραγματοποίησε εθιμοτυπική επίσκεψη στον Δήμαρχο του Δήμου Μακρακώμης, κ. Γεώργιο Χαντζή, στο πλαίσιο της ανάληψης των νέων καθηκόντων του.

Κατά τη συνάντηση, συζητήθηκαν θέματα που αφορούν την ασφάλεια της περιοχής και την ενίσχυση της συνεργασίας μεταξύ της Ελληνικής Αστυνομίας και του Δήμου Μακρακώμης, με στόχο την προστασία των πολιτών.

Ο Δήμαρχος συνεχάρη τον κ. Κυρίτση για την ανάληψη των νέων του καθηκόντων και εξέφρασε τη βεβαιότητα ότι η συνεργασία μεταξύ Δήμου και Αστυνομίας θα συνεχιστεί προς όφελος της τοπικής κοινωνίας.



8ος Ημιμαραθώνιος



Με απόλυτη επιτυχία και με τη συμμετοχή περισσότερων από 350 αθλητών πραγματοποιήθηκε το Σάββατο 22 και την Κυριακή 23 Μαρτίου 2025 ο «Ημιμαραθώνιος Σπερχειού», καθώς και οι παράλληλες διαδρομές του. Η διοργάνωση ξεπέρασε κάθε προσδοκία, αφήνοντας τις καλύτερες εντυπώσεις τόσο στους αθλητές όσο και στους συνοδούς τους. Το απόγευμα του Σαββάτου 22 Μαρτίου, οι Παιδικοί Αγώνες «ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ ΣΤΕΡΓΙΟΥ» έδωσαν την ευκαιρία σε περισσότερα από 100 παιδιά να τρέξουν και να χειροκροτηθούν από τους παρευρισκόμενους.

Την Κυριακή 23 Μαρτίου πραγματοποιήθηκαν, ο Ημιμαραθώνιος 21,098 χλμ «ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ ΑΚΡΙΔΑΣ» και ο Λαϊκός Αγώνας 5 χλμ «ΚΑΛΥΒΑ ΣΤΕΦΑΝΗ». Ο Δήμος Μακρακώμης, στηρίζοντας ενεργά κάθε πρωτοβουλία που προάγει τον αθλητισμό, με τη συμμετοχή της τοπικής κοινωνίας, ανέλαβε και φέτος την διεξαγωγή της μεγάλης αυτής αθλητικής



Greek Downhill Cup 2025 στην όμορφη Σπερχειάδα

Με τον καλύτερο τρόπο ξεκίνησε το Greek Downhill Cup 2025 στο όρος Γουλινάς στην όμορφη Σπερχειάδα, καθώς συμμετείχαν 120 αναβάτες με τους νεαρούς σε ηλικία μάλιστα να σπάνε τα χρονόμετρα! Παράλληλα ο ανοιξιάτικος καιρός ήταν ιδανικός, η πίστα των 2,2 km σωστά προετοιμασμένη για να προσφέρει δυνατές συγκινήσεις. Θετικό και το γεγονός ότι το κέντρο του αγώνα ήταν στην κεντρική πλατεία της Σπερχειάδας επιτρέποντας σε πλήθος κόσμου να γνωρίσει από κοντά αθλητές και τα εντυπωσιακά DH bikes. Ο αγώνας Goulinas Adventure Σπερχειάδας έγινε σε συνεργασία με τον Δήμο Μακρακώμης και την Περιφέρεια Στερεάς Ελλάδας, Ο αγώνας ανήκει στο Ανοιχτό Πανελλήνιο Κύπελλο Downhill 2025, ως ο 1ος αγώνας του κυπέλλου.

για την Σπερχειάδα



γιορτής. Ιδιαίτερη μνεία αξίζει στους εθελοντές, που με την ακούραστη προσφορά τους, διασφάλισαν την επιτυχημένη διεξαγωγή των αγώνων.

Ευχαριστούμε επίσης για την υποστήριξη της διοργάνωσης το Αστυνομικό τμήμα Σπερχειάδας, το Κέντρο Υγείας Μακρακώμης, την Πυροσβεστική υπηρεσία Μακρακώμης και τους γιατρούς της διοργάνωσης, Αμάντα Πολυδώρου, Στέλλα Κόγια, Αλέξη Ντζούνας και Νίκο Καραββαρίτης

Ο Δήμος Μακρακώμης ευχαριστεί θερμά όλους τους χορηγούς που στήριξαν τη διοργάνωση και συνέβαλαν στην επιτυχή διεξαγωγή του αγώνα. Η επιτυχία του 8ου Ημιμαραθωνίου Σπερχειού αποτελεί παρακαταθήκη για το μέλλον. Ο Δήμος Μακρακώμης δεσμεύεται να συνεχίσει να στηρίζει τον αθλητισμό και τις πρωτοβουλίες που ενώνουν την τοπική κοινωνία.



ΠΤΕΛΕΑ: ΠΡΩΤΟΠΡΕΣΒΥΤΕΡΟΣ Ο ΠΑΠΑ ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΥΦΑΝΤΗΣ

Στις 23 Φεβρουαρίου, ο Δεσπότης μας κ.κ. ΣΥΜΕΩΝ, για πρώτη φορά επισκέφθηκε την Πτελέα ... η προηγούμενη επίσκεψη Δεσπότη στο χωριό ήταν το μακρινό 1962.

Σχεδόν όλοι οι κάτοικοι του χωριού όπως και από τα γύρω παρευρέθηκαν στην θεία Λειτουργία στον ιερό ναό του Άγιου Νικολάου και άκουσαν το κήρυγμα του Δεσπότη.

Κατά την διάρκεια της θείας Λειτουργίας ο Δεσπότης μας, χειροθέτησε σε Πρωτοπρεσβύτερο τον Παπά Δημήτρη ΥΦΑΝΤΗ, μετά από 30 χρόνια που είναι Παπάς, αρχικά στην Μοσχοκαρυά το 1995, και στην Πτελέα από το 2000.



ΤΕΛΕΣΤΗΚΕ Η ΛΙΤΑΝΕΥΣΗ ΤΗΣ ΕΙΚΟΝΑΣ ΤΟΥ ΑΓΙΟΥ ΑΘΑΝΑΣΙΟΥ ΣΤΟ ΑΡΧΑΝΙ



Με λαμπρότητα τελέστηκε ο Πανηγυρικός Εσπερινός και η λιτάνευση της εικόνας του Αγίου Αθανασίου στο Αρχάνι. Σε κλίμα κατάνυξης και θρησκευτικής ευλάβειας το απόγευμα της 1ης Μαΐου, έγινε ο Πανηγυρικός Εσπερινός στον Ναό του Αγίου Αθανασίου με αφορμή τη μεγάλη εορτή της Ανακομιδής των Ιερών Λειψάνων του Μεγάλου Αθανασίου, που τιμάται από την Εκκλησία μας στις 2 Μαΐου.

Πιστοί από το Αρχάνι και τα γύρω χωριά προσήλθαν στον ναό για να συμμετάσχουν στην ιερά ακολουθία στην αρτοκλασία, ενώ ακολούθησε η λιτάνευση της Ιεράς Εικόνας του Αγίου Αθανασίου στους δρόμους του χωριού συνοδεία ιερέων, ιεροψαλτών, πιστών, του Δημάρχου Γιώργου Χαντζή Αντιδημάρχων Δημοτικών Συμβούλων και Προέδρων Κοινοτήτων.

Μετά το πέρας ο Πρόεδρος του Χωριού Θανάσης Κακκάβας προσέφερε κεράσματα στους παρευρισκόμενους στο καφενείο του χωριού.



Βίτωλη: φύτευση λουλουδιών στην μνήμη του Ιωάννη Κατσαβριά

Έπειτα από πρόσκληση του προέδρου της Τ.Κ. Βαγγέλη Τσόκανου, στις 24.03.2025, ο Σύλλογος Νέων Βίτωλης, συμμετείχε με μεγάλη χαρά, σε μια όμορφη εθελοντική δράση στην πλατεία της Βίτωλης.

Η εκδήλωση αφορούσε τη φύτευση λουλουδιών σε μνήμη του αγαπημένου συντοπίτη τους Ιωάννη Κατσαβριά.

Ο εθελοντισμός και η ανιδιοτελής προσφορά του Ιωάννη Κατσαβριά στο χωριό του τη Βίτωλη αλλά και στον Σύλλογο, θα είναι η πύξίδα και για τις επόμενες γενιές.



ΕΠΙΣΚΕΨΗ ΤΟΥ ΛΑΟΓΡΑΦΙΚΟΥ ΧΟΡΕΥΤΙΚΟΥ ΟΜΙΛΟΥ ΣΠΕΡΧΕΙΑΔΑΣ ΣΤΟ ΠΑΙΔΙΚΟ ΣΤΑΘΜΟ



Τον παιδικό Σταθμό Σπερχειάδας επισκέφτηκε ο Λαογραφικός Χορευτικός Όμιλος Σπερχειάδας, μετά από πρόσκληση των εκπαιδευτικών για να παρουσιάσουν την παραδοσιακή φορεσιά της περιοχής μας. Με αφορμή την παρουσία τους τα μέλη του Συλλόγου είχαν την ευκαιρία και με χαρά χόρεψαν παραδοσιακούς χορούς συνοδευόμενοι από τους μικρούς μαθητές.



Πλατύστομο: Οι λιγοστοί κάτοικοι τίμησαν την 25η Μαρτίου 1821

Δοξολογία και κατάθεση στεφάνων στο Μνημείο των Ηρώων του Πλατυστόμου, την Τρίτη 25 Μαρτίου. Η Κοινοτική αρχή, ο Πολιτιστικός Σύλλογος «Πηλέας» και οι λιγοστοί κάτοικοι του Πλατυστόμου, τίμησαν με μια σεμνή τελετή, την Επέτειο της Επανάστασης του 1821... Η Αναγνωστική Λέσχη των φίλων της Λογοτεχνίας του «Πηλέα», θεωρώντας χρέος της τη συμβολή της, με τις όποιες δυνάμεις της, στη διατήρηση της Ιερής Μνήμης

του Μεγάλου Αγώνα του 1821 για την κατάκτηση της Λευτεριάς, πραγματοποίησε την εκδήλωση «Περί Ελευθερίας, λόγος...». Στην όμορφη αίθουσα Πολιτισμού και Φιλαναγνωσίας του κτιρίου της Κοινότητας Πλατυστόμου, στις 25.03.2025 το βράδυ, διαβάστηκαν και ακούστηκαν κείμενα και ποιήματα του Ρήγας Φεραίος, Διονύσιου Σολωμού, Μακρυγιάννη, Κ. Καρυωτάκη, Μυρτιώτισσας, Πάλλη, Κ. Σιμόπουλο και Γ. Σκαρίμπα.

Η Εθνική Επέτειος στα χωριά του Δήμου Μακρακώμης



ΠΤΕΛΕΑ



ΠΤΕΛΕΑ



ΤΥΜΦΡΗΣΤΟΣ



ΦΤΕΡΗ

Μακρακώμη : Εθνική εορτή της 25ης Μαρτίου του 1821

Με κάθε επισημότητα γιορτάστηκε στην Μακρακώμη η επέτειος της 25ης Μαρτίου του 1821.

Οι καμπάνες χτυπήσαν παντού χαρμόσυνα, οι Γαλανόλευκες κυμάτισαν ψηλά, και ο Εθνικός μας Ύμνος ακούστηκε δυνατά.

Μετά την δοξολογία στην εκκλησία της Αγίας Τριάδας και την κατάθεση στεφάνων στο ηρώο της πόλης ακολούθησε η παρέλαση μαθητών και συλλόγων στην κεντρική πλατεία της Μακρακώμης.



Σπερχειάδα - 25η Μαρτίου

Με κάθε επισημότητα πραγματοποιήθηκε σήμερα ο εορτασμός της Εθνικής Επετείου της 25ης Μαρτίου 1821 στην έδρα του Δήμου την Σπερχειάδα, παρουσία των αρχών του τόπου και πολιτών. Στον Ιερό Ναό Αγίου Νικολάου έγινε η πανηγυρική Θεία Λειτουργία. Ακολούθησε η επιμνημόσυνη δέηση, η κατάθεση στεφάνων στο Ηρώο της πόλης και η μαθητική παρέλαση στην κεντρική πλατεία.



Ποίηση



Κική Δημουλά

Η μνήμη

Η μνήμη, - κύριο όνομα των θλίψεων, - ενικού αριθμού, μόνον ενικού αριθμού, - και άκλιτη.
- Η μνήμη, η μνήμη, η μνήμη.

Προφυλάξεις

Όταν βρέχει δεν παίρνω ομπρέλα.
- Το θεωρώ δειλία να προφυλάσσομαι από το ξεκάθαρο. - Όταν δε βρέχει, όσο και αν ευτυχεί ο ουρανός όσο κι αν τον πιστεύω - ανοίγω την ομπρέλα μου δεν είναι ξεκάθαρη καιρική συνθήκη η ευτυχία.

Άκουσα

Νομίζω ότι το μεγαλύτερο βασανιστήριο για όσους επικαλούνται τις διαδικασίες είναι να τους βάλεις να γράψουν σε μια κόλλα χαρτί τι εννοούν...



ΧΡΟΝΙΑ ΠΟΛΛΑ ΜΑΝΟΥΛΕΣ

Με μεγάλη επιτυχία ολοκληρώθηκε στις 11.05.2025 η εκδήλωση που πραγματοποιήθηκε για τη γιορτή της μητέρας στη κεντρική πλατεία της Μαρακώμης. Τη μουσική της εκδήλωσης επιμελήθηκε ο Dj μας Γιάννης Φασιάνης και η Δήμητρα Μανταφούνη ήταν η κοπέλα που απασχόλησε τους μικρούς μας φίλους, που έπαιξαν, ζωγράρισαν και έφτιαξαν όμορφες κατασκευές για τις μανούλες τους, ΧΡΟΝΙΑ ΠΟΛΛΑ ΜΑΝΟΥΛΕΣ ... Να σας χαιρόμαστε!!



Είπαν...

Εάν αποσυνθέσεις την Ελλάδα, στο τέλος θα δεις να σου απομένουν μια ελιά, ένα αμπέλι κι ένα καράβι.
Που σημαίνει: με άλλα τόσα την Ξαναφτιάχνεις.

Οδυσσέας Ελύτης

· «Αν μπορείς, κοίταξε τον φόβο κατάματα και ο φόβος θα φοβηθεί και θα φύγει»
· «Ό,τι δεν συνέβη ποτέ, είναι ό,τι δεν ποθήσαμε αρκετά»
· «Τα τετραθέμελα του κόσμου τούτου: ψωμί, κρασί, φωτιά, γυναίκα»

Νίκος Καζαντζάκης



Σεμινάριο ζεϊμπέκικου χορού από το Σύλλογο Νέων Βίτωσης



Με επιτυχία, πραγματοποιήθηκε το 1ο σεμινάριο χορού του Συλλόγου μας. Όλοι μας περάσαμε ένα όμορφο, διασκεδαστικό και γεμάτο χορό απόγευμα. Οι συμμετέχοντες στη προσπάθεια, ευχαρίστησαν την δασκάλα χορού Νατάσσα Καλαθά και ανανέωσαν το ραντεβού τους, για το επόμενο σεμινάριο...



Ο χορός δεν έχει ηλικία

Κυριακάτικο πρωινό με καλή παρέα !! Σήμερα το πρωί 18.05.2022, με μεγάλη μας χαρά η Χορευτική Ομάδα Μακρakovmης- Συλλόγου Γυναικών Μακρakovmης με το Σύλλογο Γυναικών Μακρakovmης επισκέφτηκε το γηροκομείο της περιοχής μας...

Αυτό που ίσως δε περιμέναμε ήταν πως οι ηλικιωμένοι του Γηροκομείου Σπερχειάδος, Μέριμνα Γήρατος Αθανάσιος και Μαίρη Ακριδα μας περίμεναν όλοι στο προαύλιο χώρο με μεγαλύτερη χαρά και ανυπομονησία...

Μας καλοδέχτηκαν, μας αγκάλιασαν, ήπιαμε το καφέ μας, κουβεντιάσαμε μας είπαν παλιές ιστορίες, θυμήθηκαν τα νιάτα τους και τελικά καταλήξαμε να χορεύουμε « να 'σαν τα νιάτα δυο φορές τα γηρατειά καμιά » και όχι μόνο !!!

Ο χορός από ότι φαίνεται δεν έχει ηλικία, ο χορός είναι μεράκι είναι ψυχή και σίγουρα είναι κάτι που μας ενώνει.....

Περάσαμε υπέροχα άψογη φιλοξενία, σε ένα πολύ ωραίο και ήσυχο περιβάλλον. Ευχαριστούμε πολύ όλους το προσωπικό, το Παναγιώτη Κυρίτση, ο οποίος με τη σειρά του ευχαρίστησε το σύλλογο γυναικών για την προσφορά του.

Δε ξέρω αν δώσαμε κάτι πάντως εμείς πήραμε πολύ αγάπη...σας ευχαριστούμε μέσα από τη καρδιά μας !!!

Η υπόσχεση μας πριν φύγουμε ήταν ότι θα το επαναλάβουμε...





Μήνυμα του Πάνου Κοντογεώργου για την Παγκόσμια Ημέρα της Γυναίκας

Ο Αντιδήμαρχος του Δήμου Μακρακώμης, κ. Πάνος Κοντογεώργος, με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα της Γυναίκας (8.3.2025) μας έστειλε προς δημοσίευση το παρακάτω μήνυμα:

«Η σημερινή Παγκόσμια Ημέρα της Γυναίκας είναι μια ξεχωριστή μέρα, αφορμή να τιμήσουμε όλες τις γυναίκες για τη δύναμη, το θάρρος και την αποφασιστικότητά τους.

Οι γυναίκες στο πέρασμα του χρόνου έχουν δείξει ότι μέσα από αγώνες ενάντια σε διακρίσεις και αδικίες, μπορούν να αλλάξουν τον κόσμο και παρά τις σημαντικές κατακτήσεις τους σε πολλούς τομείς, συνεχίζουν να μάχονται για τα ατομικά τους δικαιώματα και ελευθερίες.

Είναι καθήκον όλων μας να δώσουμε αξία στη σημερινή μέρα, ώστε να τιμήσουμε όλες τις γυναίκες, σύμβολο εξέλιξης της ζωής, εκείνες που σήμερα υφίστανται κάθε μορφής βία και κακοποίηση, σεξουαλική παρενόχληση, φαινόμενα κοινωνικής παθογένειας, που κανένα κίνητρο ή συμπεριφορά δεν μπορεί ποτέ να τα δικαιολογήσει και πρέπει να εκλείψουν.

Ως Αντιδήμαρχος του Δήμου Μακρακώμης θέλω να εκφράσω τα θερμά μου συγχαρητήρια σε όλες τις γυναίκες του Δήμου Μακρακώμης που αγωνίζονται για τη βελτίωση των συνθηκών και τη χειραφέτηση τους στην κοινωνία.



Πάσχα... η δόλια μάνα καρτέραγε στη πόρτα



του Π. Ντάνη

Έτσι της είχαν πει ... πως θα 'ρθουν πριν το γιόμα της Μεγάλης Παρασκευής, κι είχε ξυπνήσει πρωί πρωί πριν χαράξει η μέρα. Που να την κολλήσει ο ύπνος.

Όλη νύχτα στριφογύριζε στο κρεβάτι κι άμα λάλησε ο πρώτος πετεινός, στο πόδι η μάνα.

Σηκώθηκε μαγείρευσε ό,τι άρεσε στα εγγόνια της και στα παιδιά της και δεν έβλεπε την ώρα που θα τ'αγκάλιαζε.

Μα δεν περνούσε η ώρα κι ο τόπος δεν την χώραγε..

Έμπαινε κι έβγαινε κι ο νους της δεν λάρωνε. Κι ανέβαινε ο ήλιος και μεγάλωνε κι η λαχτάρα της.

Πέντε μήνες διάβηκαν από την τελευταία φορά που τους είδε κι είχε την εικόνα στα μάτια της.

Θα'χαν μεγαλώσει και τα εγγόνια της!! Δεν θα τα'φτάνε να τα φιλήσει...Κόντευε να σπάσει η καρδιά της από την αγωνία.

Μεσημέριασε για τα καλά κι ακόμα να φανούν..

Μπας και μετάνιωσαν και δεν έρθουν σκεφτόταν και δυο δάκρυα κύλησαν στα μάγουλά της και σαν τα 'νιώσε να τρέχουν τα σκουπίσει γρήγορα.

Δεν κάνει να σκούζει ο άνθρωπος είπε όταν η φαμίλια τους είναι στο δρόμο. Και πριν τα σκουπίσει καλά - καλά καινούργια τρέξαν από χαρά τούτη τη βολά.

Γιόμισε η αγκαλιά της αγάπη!! Το σπίτι της ζωή κι η καρδιά χαρά.

Ήρθαν !!! Καλή Ανάσταση να χούμε.

Όταν το 1821 ήταν εξώφυλλο σε τετράδια

Κείμενο του Ηλία Προβόπουλου

Καθώς περνούν οι δεκαετίες όλο και απομακρυνόμαστε από το 1821 αλλά το «κρασί» του μας μεθάει ακόμη και εμπνέει την κοινωνία μας πράγμα που φαίνεται ποικιλοτρόπως αυτές τις ημέρες και με αποκορύφωμα την επέτειο της παλιγγενεσίας.



Παντού γίνονται εκδηλώσεις, σε σχολεία, σε συλλόγους, παρελάσεις, τελετές δοξολογίες.

Παντού όπου υπάρχουν Έλληνες τιμάται η μεγάλη ημέρα και οι άνθρωποι που ελευθέρωσαν την Ελλάδα.

Είναι γεγονός, το 1821 σαν ιδέα και σαν πρότυπο διατρέχει την Ελλάδα σε κάθε σκηνή της πορείας της τα τελευταία 200 χρόνια και σε τούτο, από την εποχή που έπαψαν οι πρωταγωνιστές τις αφηγήσεις για την συμμετοχή τους σε αυτό, την σκυτάλη παρέλαβαν οι ιστορικοί, οι εικαστικοί καλλιτέχνες, οι μουσικοί. Παράλληλα, αυτό που κράτησε αναμμένη την φλόγα του ήταν το δημοτικό τραγούδι που όχι μόνο διέσωσε αλλά και δημιούργησε μοναδικά έργα πάνω σε αυτό και τους ήρωες της μεγάλης επανάστασης των Ελλήνων.

Κάτι άλλο όμως που διατήρησε την εικόνα των ηρώων και σκηνών από το '21 ήταν τα λαϊκά έντυπα και κυρίως τα τετράδια του σχολείου.

Ιδιαίτερη δε συγκίνηση προκαλεί σε όσους από την ωριμότητα κάνουν νοερές επισκέψεις στην παιδική ηλικία και ιδίως την σχολική και σε εκείνα τα τετράδια που φιλοξένησαν τις πρώτες λέξεις γραμμένες με μολύβι.

Τότε βλέπουμε πως όλα σχεδόν τα τετράδια που χρησιμοποιούσαμε στο σχολείο είχαν (εκτός από θρησκευτικές σκηνές) θέματα από το '21. Έτσι βλέπαμε κάθε μέρα τις μορφές του Κολοκοτρώνη, του Διάκου, του Παπαφλέσσα, της Μαυρογένους που ήταν πιο δημοφιλείς και ένα σωρό άλλους και ήταν σαν να μας καλούν να μην τους ξεχάσουμε και να ακολουθούμε το παράδειγμά τους.

Από εκείνα, τα φτηνά τετράδια που τα παίρναμε από τα μπακάλικα των χωριών μας, ελάχιστα έχουν διασωθεί ΔΥΣΤΥΧΩΣ



Την Άνοιξη αν δεν τη βρεις μπορείς και να τη φτιάξεις

Κάθε χρόνο, με την ανατολή του Μαρτίου και την απαρχή της άνοιξης, χρησιμοποιείται η φράση του Οδυσσέα Ελύτη που έμεινε ανεξίτηλη στο μυαλό και την καρδιά μας, πως ... «την άνοιξη αν δεν τη βρεις, τη φτιάχνεις».

Η περιφέρεια του Δήμου Μακρακώμης, τον χειμώνα με τα θυμωμένα σύννεφα, τη βροχερή όψη, με τις κακοκαιρίες της, φαίνεται σαν να ζει σε μια παρατεταμένη αναμονή. Που όλοι περιμένουν ότι σύντομα θα απαλλαχτεί απ' αυτή, γνωρίζοντας πάντα ότι το φωτεινό της πρόσωπο με την καλόκαρδη διάθεσή της, δεν θα αργήσει να φανεί. Τα πρώτα σημάδια αισιοδοξίας είναι ολοφάνερα. Το βραχιολάκι που φορούν τα μικρά παιδιά τον Μάρτη, για να μην τα κάψει ο ήλιος, με την κόκκινη και λευκή κλωστή, μοιάζει σαν να περνιέται νοερά στο χέρι μας, για να ξεκινήσει το χορό της η Άνοιξη, προφυλαγμένη από κάθε αρνητική σκέψη.

Η Άνοιξη, με αυτή την όμορφη αίσθηση της φύσης που πρασινίζει τον τόπο, τον λουλουδιάζει και φέρνει ζωντάνια σε όλους.

Κάνει τα τοπία, να μοιάζουν με αυθεντικούς πίνακες. Η πρωινή πάχνη υποχωρεί και ο ήλιος αρχίζει να γίνεται σταδιακά πιο δυνατός, πιο βέβαιος.

Η αίσθηση της λιακάδας θα απλωθεί νωχελικά! Το χαμογελαστό κορίτσι που φορά το βραχιολάκι, τον Μάρτη, στο αριστερό της χέρι, λίγο πιο πάνω από τον καρπό της, έρχεται και μας φέρνει μηνύματα θετικής σκέψης και αγάπης.

«Ας μάθουμε όλοι να ζούμε... με μια άνοιξη στην ψυχή μας.» θα πει, κοιτάζοντας κατάματα τον καθαρό ορίζοντα της Δυτικής Φθιώτιδας.

Όπως απλά το λέει και ο Οδυσσέας Ελύτης:

«Την άνοιξη αν δεν την βρεις, την φτιάχνεις...»

Γεμίσαμε τεντωμένα δάχτυλα!



Πολλούς κριτές έχει αυτός ο κόσμος που εύκολα εκφέρουν άποψη για τις ζωές των άλλων.

Αυτόκλητοι & Αυτόβουλοι παρατηρητές έχουν πιστέψει ότι κανείς δεν ξέρει τη ζωή και τους ανθρώπους καλύτερα από αυτούς και δε χάνουν ευκαιρία να κρίνουν την εξωτερική σου εμφάνιση, τον τρόπο που διάλεξες -ή και όχι- να ζεις, ποιοι είναι αυτοί που κάνεις παρέα, πώς μιλάς έτσι, τότε θα γίνεις άνθρωπος, δεν κάνει αυτός ο άνθρωπος για σένα και όλες αυτές τις χαριτωμένες που θέλουν να πείσουν πως μάς νοιάζονται και θέλουν το καλό μας.

Για αρχή ποιος τους ρώτησε. Εκ δευτέρας και στη συνέχεια ποιος τους είπε ότι η γνώμη τους είναι η σωστή και στην τελική ακόμη κι αν σε κάποια θέματα έχουν δίκιο τι τους κάνει να πιστεύουν πως η δική τους «παρατήρηση» θα μάς αφυπνίσει. Από όπου και να το πιάσουμε άκρη δε βγαίνει.

Έλα όμως που αν θέσει κάποιος τα παραπάνω ερωτήματα στους, εν απανταχού, ξερόλες του περισσότερο που έχει να λάβει ως απάντηση θα είναι η ειρωνεία και ο χλευασμός όπου καμιά φορά εναλλάσσεται με το «δεν είχα σκοπό να σε προσβάλλω» και όλα αυτά τα υπεράνω που τα λένε για να τα λένε.

Σε κανέναν δεν πέφτει λόγος για τη ζωή κανενός. Βασική προϋπόθεση, εννοείται, είναι οι επιλογές μας να μη βλάπτουν τις ελευθερίες των άλλων αλλά αυτό δεν ισχύει μόνο για εμάς. Ισχύει και για τους άλλους. Δεν είναι πανάκεια η ηλικία, οι εμπειρίες και ο πρότερος βίος κάποιων έτσι ώστε να φυτρώνουν εκεί που δεν τους σπέρνουν.

Αν χρειάζεται κάποιος τη γνώμη τους θα τη ζητήσει. Και τότε μπορούν να την εκφέρουν άνετα και χωρίς κανέναν δισταγμό. Αλλιώς ας σιωπήσουν για πάντα γιατί μόνο βαβούρα προκαλούν και συζητήσεις που δεν έπρεπε καν να αναφέρονται.

Μια καλή λύση θα ήταν να είμαστε σε θέση να κρίνουμε αντικειμενικά τους εαυτούς μας ο καθένας. Φυσικά και είναι πιο εύκολο να δούμε τη «καμπούρα» του απέναντι γιατί για να δούμε τη δική μας θα έπρεπε να γυρίσουμε το κεφάλι μας 360 μοίρες και δεν είμαστε όλοι δαιμονισμένοι.

Άρα εκ των συνθηκών το να ασχολείται κάποιος με τις ζωές των άλλων -αντί της δικής του- δεν είναι επίπονο. Το κάνει ελαφρά τη καρδιά, πιστεύοντας πως πράττει και σωστά.

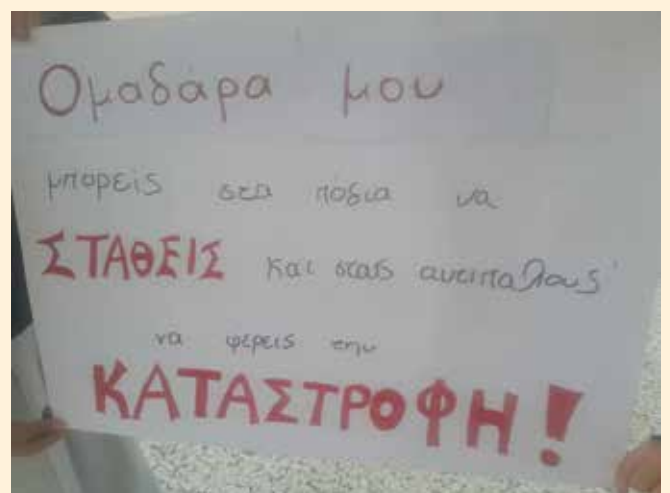
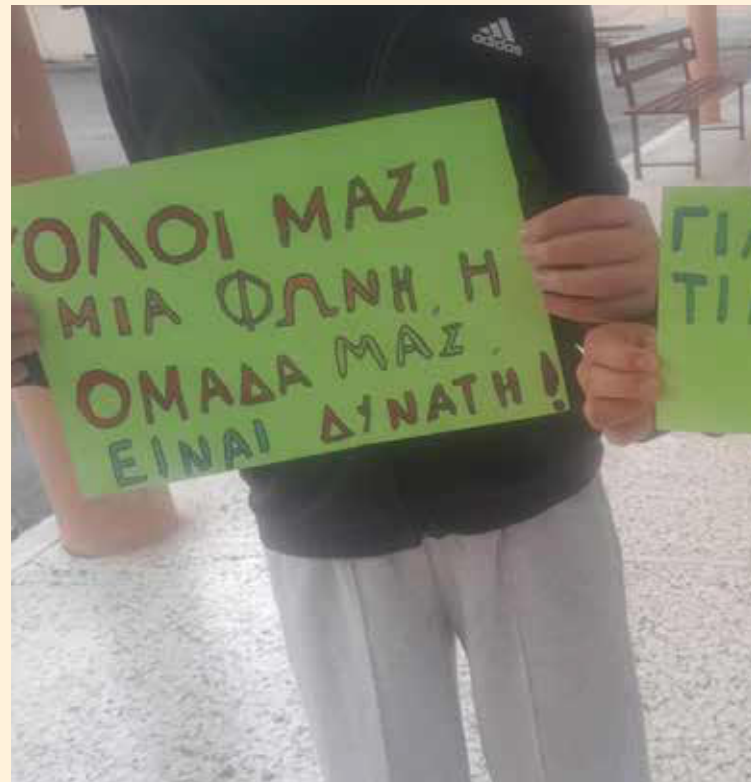
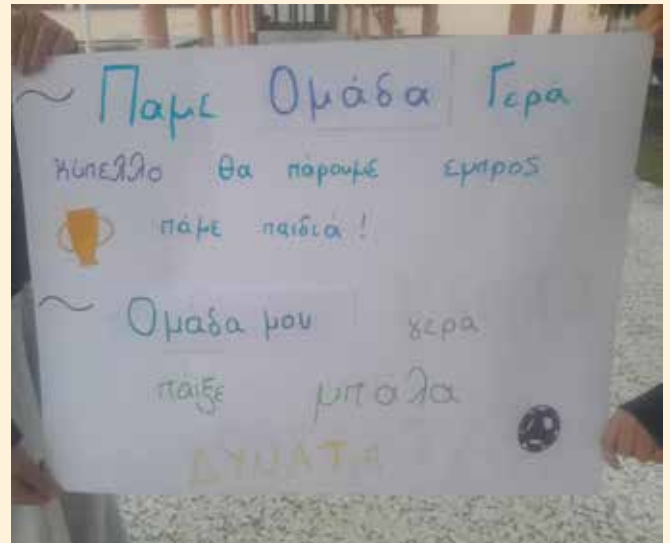
Βέβαια, αν πας εσύ να κρίνεις τη δική του ζωή να είσαι σίγουρος πως δε θα σου το επιτρέψει. Γιατί ποιος είσαι εσύ που ξέρεις καλύτερα για εκείνον. Ενώ εκείνος για σένα ξέρει. Κι εσύ πρέπει να το πιστέψεις ότι κι αν σκέφτεσαι.

Μια κατάσταση που ξεχειλίζει από εγωισμό και υπεροψία που δεν αξίζει καν να ασχοληθείς. Περισσότερο θα εκνευριστείς παρά θα βάλεις όρια.

Όποιος θέλει να κριθεί υπάρχουν άπειροι τρόποι να το κάνει και θα το διαλέξει ο ίδιος τότε και που. Όποιος θέλει να κρίνει δεν έχει κανέναν λόγο να εκφέρει την άποψη του αν αυτή δεν του ζητηθεί ή αν δεν επηρεάζεται άμεσα.

Όλοι μας είμαστε υπεύθυνοι μόνο για εμάς και δεν έχουμε την ανάγκη θεατών πόσο μάλλον κριτών. Δεν είναι reality η ζωή μας κι αν θέλαμε να είναι ξέραμε που θα το βρίσκαμε.

Σοφία Σοφιανίδου





Οι μαθητές και οι μαθήτριες της Β' τάξης του Γυμνασίου Σπερχειιάδας κατά το Σχολικό Έτος 2024-25:

Το φαινόμενο της Οπαδικής Βίας αναφέρεται στις συγκρούσεις που συμβαίνουν μεταξύ των φιλάθλων διαφορετικών ομάδων, πριν, κατά ή μετά από αθλητικές αναμετρήσεις των ομάδων τους.

Οι συγκρούσεις αυτές μπορεί να περιλαμβάνουν σωματική βία, βανδαλισμούς και άλλες παραβατικές συμπεριφορές. Στην Ελλάδα η οπαδική βία έχει μεγάλη ιστορία, είναι ιδιαίτερα έντονη στο χώρο του ποδοσφαίρου και άρχισε να αυξάνεται μετά τα τέλη της δεκαετίας του '70, με σημαντικά περιστατικά να σημειώνονται τακτικά, σε αναμετρήσεις ομάδων όπως ο Ολυμπιακός, ο Παναθηναϊκός, η ΑΕΚ, ο ΠΑΟΚ, ο Άρη, η Λάρισα, ο ΟΦΗ κ.λπ.

Από τη δεκαετία του '80 έως σήμερα έχουν καταγραφεί τουλάχιστον είκοσι θάνατοι στη χώρα μας.

Η βία δεν έχει καμία θέση στον αθλητισμό και η προώθηση του αθλητικού πνεύματος και της ευγενούς άμιλλας, είναι κρίσιμη για την υγιή ανάπτυξη της κοινωνίας. Θα πρέπει ο καθένας μας να συνειδητοποιήσει ότι το γήπεδο δεν είναι χώρος εκτόνωσης της οργής του, αλλά χώρος ψυχαγωγίας και χαλάρωσης για όσους αγαπούν τον αθλητισμό.

Η οικογένεια και το σχολείο να διδάξουν έμπρακτα και βιωματικά, να αποφεύγει κάποιος τη βία όταν είναι θυμωμένος, να είναι φίλαθλος και όχι οπαδός, να σέβεται τους αντιπάλους του και να τιμά την αξία της ευγενούς άμιλλας.

Τα ΜΜΕ από την πλευρά τους, δεν πρέπει να καλλιεργούν εχθρότητες και να υποδαυλίζουν το άσχημο κλίμα μεταξύ ομάδων.

Και τέλος, το κράτος οφείλει να λάβει αυστηρά μέτρα αποτροπής της οπαδικής βίας, να επιβάλλει αυστηρές ποινές σε όσους προκαλούν βίαια επεισόδια και να τιμωρεί τις ομάδες, των οποίων οι οπαδοί προκαλούν ή συμμετέχουν σε τέτοια επεισόδια. Στη δημιουργία κλίματος αντιπαράθεσης και ανταγωνισμού στις αθλητικές αναμετρήσεις, σημαντικό ρόλο παίζουν και τα συνθήματα.

Τα συνθήματα περιέχουν άσχημες λέξεις και εκφράσεις για τις αντίπαλες ομάδες και τις οικογένειές τους με αποτέλεσμα να δημιουργείται η οπαδική βία.

Τα συνθήματα δεν είναι απαραίτητο να πυροδοτούν εκρήξεις οργής και βίας, αλλά μπορούν να είναι υποστηρικτικά για την ομάδα κάποιου, χωρίς να υβρίζουν την ομάδα, τους παίκτες και τους οπαδούς της αντίπαλης ομάδας.

Μερικά από τέτοιου είδους συνθήματα, που δημιουργήσαμε εμείς, οι μαθητές της Β' τάξης του Γυμνασίου Σπερχειιάδας, για να υποστηρίξουμε την αγαπημένη μας ομάδα, είναι:

- ΟΛΟΙ ΜΑΖΙ ΜΙΑ ΦΩΝΗ, Η ΟΜΑΔΑ ΜΑΣ ΕΙΝΑΙ ΔΥΝΑΤΗ!
- ΓΙΑ ΤΗ ΝΙΚΗ, ΓΙΑ ΤΗΝ ΤΙΜΗ, ΓΙΑ ΤΗΝ ΟΜΑΔΑ ΜΑΣ ΠΑΝΤΑ ΜΑΖΙ!
- ΟΜΑΔΑΡΑ ΜΟΥ ΜΠΟΡΕΙΣ ΣΤΑ ΠΟΔΙΑ ΝΑ ΣΤΑΘΕΙΣ ΚΑΙ ΣΤΟΥΣ ΑΝΤΙΠΑΛΟΥΣ ΝΑ ΦΕΡΕΙΣ ΤΗΝ ΚΑΤΑΣΤΡΟΦΗ!
- ΠΑΜΕ ΟΜΑΔΑ ΓΕΡΑ, ΚΥΠΕΛΛΟ ΘΑ ΠΑΡΟΥΜΕ, ΕΜΠΡΟΣ ΠΑΜΕ ΠΑΙΔΙΑ!!
- ΟΜΑΔΑ ΜΟΥ ΓΕΡΑ, ΠΑΙΞΕ ΜΠΑΛΑ ΔΥΝΑΤΑ!
- ΣΤΟ ΓΗΠΕΔΟ ΠΑΝΤΑ ΜΑΧΗΤΕΣ ΚΑΙ ΣΤΗΝ ΚΑΡΔΙΑ ΜΑΣ ΠΡΟΤΑΘΛΗΤΕΣ!
- ΟΜΑΔΑ ΜΟΥ, ΠΑΝΤΑ ΜΠΡΟΣΤΑ, ΓΙΑ ΤΗ ΝΙΚΗ ΠΑΜΕ ΔΥΝΑΤΑ!

ΚΟΝΤΡΑ ΣΤΗΝ ΟΠΑΔΙΚΗ ΒΙΑ

“Αντίπαλοι μόνο για 90’ - Τα συνθήματα που δεν διχάζουν

ΚΑΙ ΜΕ ΤΟΝ ΑΣΤΥΦΥΛΑΞ... ΚΑΙ ΜΕ ΤΟΝ ΧΩΡΟΦΥΛΑΞ

Μια έκφραση αρκετά συχνή και ευρέως δι-αδεδομένη κυρίως στα δημοσιογραφικά κεί-μενα είναι η ... «και με τον αστυφύλαξ και με τον χωροφύλαξ», που χρησιμοποιείται για να στηλιτεύσει την επαμφοτερίζουσα στάση ενός κόμματος, ενός βουλευτή, ενός δημοτι-κού συμβούλου και γενικά ενός προσώπου.

Συνήθως δεν διευκρινίζουμε ποιος είναι ο «αστυφύλαξ» και ποιος ο «χωροφύλαξ», ώστε κατόπιν εορτής να πέφτουμε πάντα «μέσα».

Συνώνυμη φράση «και με τον αστυφύλαξ και με τον χωροφύλαξ», που επίσης χρησιμο-ποιείται συχνά στην πολιτική ορολογία είναι η .. «πατάει σε δύο βάρκες», φράση ευεξήγη-τη: αν δοκιμάσετε να πατήσετε σε δυο βάρκες είναι πολύ πιθανό να πέσετε στη θάλασσα.

Μερικές φορές, η έκφραση «και με τον αστυφύλαξ και με τον χωροφύλαξ» χρησιμο-ποιείται περίπου σαν συνώνυμη με την «κρα-τάει και τα δυο καρπούζια σε μια μασχάλη», εννοώντας ότι δεν είναι εφικτό ή συνετό να αναλαμβάνει κανείς πολλές ή αντικρουόμε-νες ευθύνες, Δεν είναι δηλαδή το ίδιο πράγμα, όσο κι αν αυτές οι δυο έννοιες κάπου τέμνο-νται· για παράδειγμα, η έκφραση «δεν μπο-ρείτε να θέλεις και την πίτα ολάκερη και τον σκύλο χορτάτο» μπορεί να ειπωθεί και για τις δυο παραπάνω περιπτώσεις.

Μερικές ακόμα εκφράσεις της ίδιας οικο-γένειας: είναι και με το Χριστό και με το δι-άολο, το έχει δίπορτο, παίζει διπλό παιχνίδι, είναι υπηρέτης δυο αφεντάδων, παίζει σε δι-πλό ταμπλό, καλός ο αγιασμός αλλά πάρε και καμιά γάτα.

Το δίπορτο, το συναμφότερον, η χαρμολύ-πη, το και τούτο ποιείν κακείνο μη αφιέναι, ο συνδυασμός των αντιθέτων είναι το ιδανικό του μαντζαραίου που βλέπει παντού αμοι-βαίο όφελος και πανευτυχείς σκύλους να κα-ταβροχθίζουν πίτες που μένουν απείραχτες.

Όμως στη λαϊκή φρασεολογία οι περισσό-τερες σχετικές φράσεις έχουν αρνητικό πρό-σημο. Το λέει άλλωστε και το Ευαγγέλιο, ου-δείς δύναται δυσί κυρίοις δουλεύειν.

Από την άλλη, μια έκφραση μπορεί να χρη-σιμοποιείται είτε επικριτικά είτε επαινετικά.

Μια έκφραση που επίσης έχει τον χωρο-φύλακα, αλλά δεν είναι πολύ γνωστή, είναι η «και στον κλέφτη ψωμί, και στον χωροφύλα-κα χαμπέρι», που μπορεί να χρησιμοποιηθεί επικριτικά αλλά είναι βγαλμένη από τη ζωή, αφού αυτή ακριβώς η στάση ήταν ο κανόνας επιβίωσης των χωρικών την εποχή της «λη-στοκρατίας».

Το φρασεολογικό συνεχές πηγαινει από την καταγγελία της διπροσωπίας έως τον έπαινο



του καπάτσου που ξέρει να ελίσσεται ανάμε-σα στις συμπληγάδες των δυνατών.

Όπως λέει άλλωστε μια παροιμία που την έχει και ο Παπαδιαμάντης, «Το καλό το αρνί βυζαίνει δυο μανάδες» που τη συμπληρώ-νουν, ενίοτε: το κακό ούτε τη δικιά του.

Είπαμε για όσους επαμφοτερίζουν από καιροσκοπισμό και για όσους επιχειρούν να συνδυάσουν τα αντίθετα· υπάρχει και μια τρί-τη κατηγορία, όσοι είναι αναποφάσιστοι ανά-μεσα σε δυο αντίθετες επιλογές· όσοι είναι στο σταυροδρόμι, δίβουλοι, πιασμένοι στα βρόχια του διλήμματος. Με αυτούς θα κλείσω, για να δηλώσω την απορία μου: και τα δυο μεγάλα λεξικά θεωρούν ότι δίβουλος είναι αυτός που αμφιταλαντεύεται ανάμεσα σε δυο γνώμες ή αποφάσεις, και ότι αυτός λέγεται και δίγνωμος. Ωστόσο, κατά τον αξεπέραστο Απόστολο Χατζηχρήστο, δίγνωμη δεν είναι η αναποφάσιστη αλλά η διπρόσωπη: Μην είσαι ψεύτρα δίγνωμη, μη μου μιλάς με μάσκα...



ΑΠΡΟΣΚΛΗΤΟΙ «ΔΙΑΓΓΕΛΜΑΤΙΕΣ» ΜΕ ΑΦΕΛΗ ΔΙΑΓΓΕΛΜΑΤΑ

Όταν και τα περισσότερα ΕΛΤΑ έχουν κλείσει αλλά και όσα έμειναν ανοικτά αποτελούν πολυτέλεια ... κάποιοι επιδιώκουν την αποστολή ευχών με ένα Internet στα χέρια και με το laptop που αγόρασαν όταν οι μύγες ήταν παχιές, και δώστου «Καλά Χριστούγεννα και Καλή Πρωτοχρονιά» - «Καλές Αποκριές» - «Καλό Πάσχα» - «Καλό καλοκαίρι» «Καλά κρασιά» κλπ - κλπ... σε γνωστούς και αγνώστους.

Εκεί που έχει γέλιο είναι όταν σου έρχονται οι ευχές από διαφόρους, με ελαφριά υπογραφή λες και τις περιμένες όλο το χρόνο.

Η πρωτοχρονιά πέρασε η σαρακοστή επίσης και αφού ο πρόεδρος της Δημοκρατίας - ο Πρωθυπουργός - ο Περιφερειάρχης - ο Δήμαρχος Ξέχασαν να εκφωνήσουν κάποιο διάγγελμα κάποιοι ανεγκέφαλοι ανέλαβαν να τους υποκαταστήσουν κάνοντας μάλλον πρόβα για μελλοντικές εμφανίσεις, θυμίζοντας τον Αρμάνδο Δελαπατρίδη.*1)

Πρώτα πρώτα, δεν ξέρω τι αναγκάζει όλους αυτούς τους απάιδευτους εραστές της ψευδολογίας, παλιάς κοπής και νεότερης γενιάς, να βγάξουν τα σώψυχα τους.

Απ' όσο γνωρίζω ταυτιζόμενος με την απλή λογική, κανείς δεν τους κάλεσε, ούτε κανείς τους είπε ... «έλα ρε φίλε ρίξε μας τις ευχές σου... ενημέρωσε μας για τα πανηγύρια, μίλα μας για τα καρναβάλια μιας και δεν απέχεις πολύ απ' αυτά».

Άλλοι πιο προχωρημένοι δεν περιορίζονται στην αποστολή ευχών, κάνουν ένα βήμα παραπέρα, ανεβάζουν στο facebook διαγγέλματα.... (ΚΑΟΥ)

Στήνονται λοιπόν, σαν χριστουγεννιάτικες γαλοπούλες άλλοι καθιστοί πίσω από κάποιο γραφείο, άλλοι όρθιοι μπροστά σε κάποια βιβλιοθήκη (να φαίνεται και κανένα βιβλίο... να έχω κα βιβλία, δεν είμαι τελείως αμόρφωτος), και σου ξαμολάνε ένα διάγγελμα με λόγια κούφια κουφά και ασύντακτα, έτσι για το καλό του χρόνου, έτσι για την έναρξη της σαρακοστής ή ακόμα και για τα καλοκαιριά μπάνια κλπ κλπ.

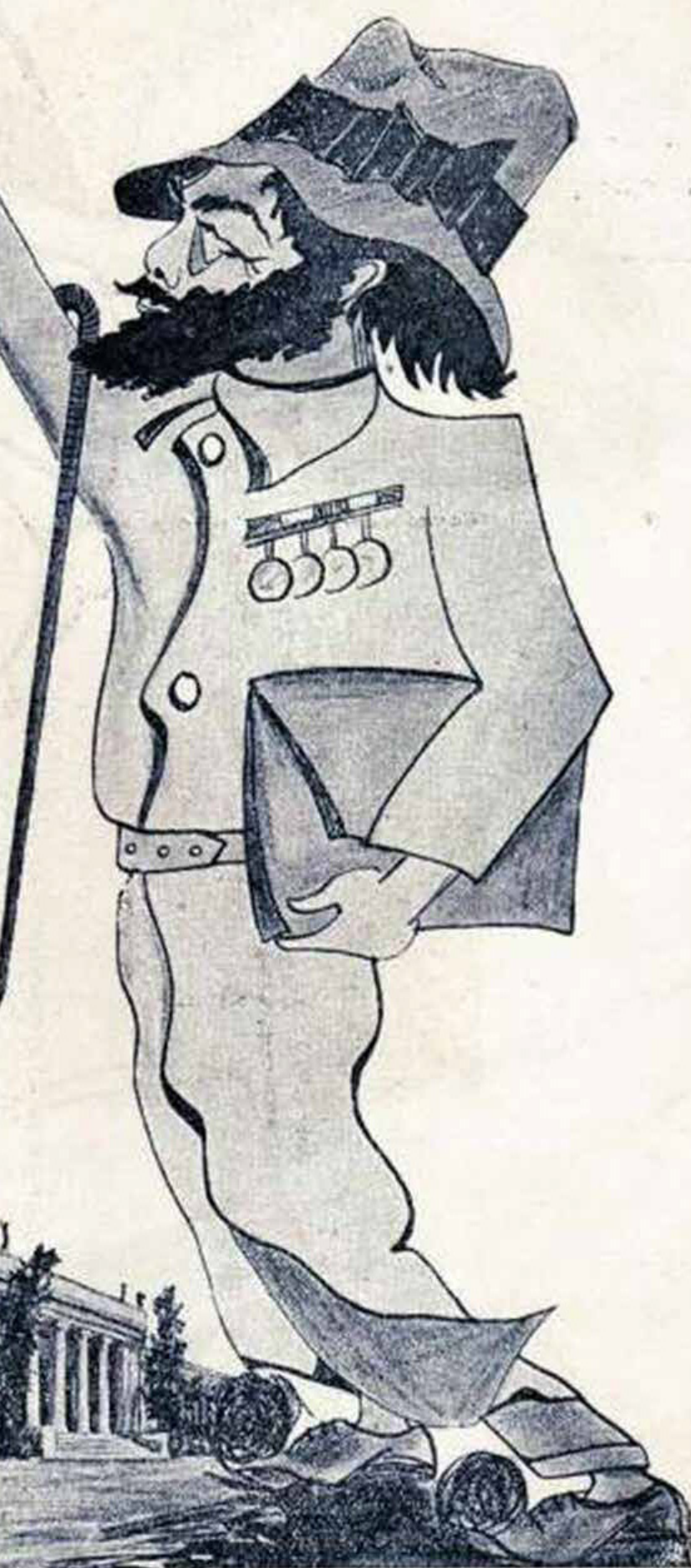
Τώρα... τι θέλει να πει ο «διαγγεσματίας», για ποιο λόγο αισθάνεται την ανάγκη να το κάνει, ποιο είναι το μήνυμα που θέλει να επικοινωνήσει, ποιος του το ζήτησε και υπό ποία ιδιότητα «διαγγεσματεύεται» ο κάθε «διαγγεσματίας»... Κύριος οίδε...

Ας κρατήσουν λοιπόν τα διαγγέλματα τους για άλλες περιστάσεις και τις εκθέσεις ιδεών για να γράψουν κάποτε τα απομνημονεύματά τους ή, ακόμη - ακόμη, τα Άπαντά τους, αν ήταν από μικροί, καλοί στο μάθημα των Ελληνικών και δεν περνούσαν τις τάξεις σπρώχνοντας.

(*1) Αρμάνδος Δελαπατρίδης

Το όνομα του Αρμάνδου Δελαπατρίδη έχει καταντήσει στις μέρες μας, συνώνυμο της γραφικότητας.

Ο Δελαπατρίδης, ήταν ο αρχηγός του «Κόμματος των Κυανολεύκων» που τη δεκαετία του '30 περιφερόταν στους δρόμους της Αθήνας, κι θεωρούσε τον εαυτό του ως τον πλέον ικανό να γίνει Δήμαρχος... ωχ συγγνώμη, Πρωθυπουργός ήθελα να πω.



Ο Αρχηγός τῶν Κυανολεύκων
ΑΡΜΑΝΔΟΣ ΔΕΛΑΠΑΤΡΙΔΗΣ

Παράδοση και μπακαλιάρος σκορδαλιά



Ανάρτηση στο f/b
του Κ. Κατσαούνη

Από το γιορτινό τραπέζι δεν θα λείψει σήμερα 25.03.2025 η παραδοσιακή σκορδαλιά και ο μπακαλιάρος, εφ' όσον μας το επιτρέπει η Εκκλησία μας.

Δύο είναι οι εξαιρέσεις που μπορούμε να φάμε ψάρι, λάδι και να κάνουμε χρήση κρασιού μέσα στη νηστεία της Μεγάλης Σαρακοστής.

Την 25η Μαρτίου που γιορτάζουμε τον Ευαγγελισμό της Θεοτόκου και την Κυριακή των Βαΐων.

Η σκορδαλιά (το σκόρδο κατεβάζει την αρτηριακή πίεση που ανεβάζει το αλμυρό του μπακαλιάρου) είναι άκρως Ελληνική για αυτό και τυπικά συνοδεύεται μαζί με τον μπακαλιάρο, που κάνουν άλλωστε έναν πολύ γευστικό συνδυασμό.

Γιατί όμως καθιερώθηκε ο μπακαλιάρος και όχι κάποιο άλλο ψάρι;

Παλιά, όσοι ζούσαν σε παραθαλάσσιες περιοχές, δεν είχαν πρόβλημα να τρώνε φρέσκα ψάρια σε καθημερινή βάση. Για τον ορεινό πληθυσμό όμως, η μεταφορά του ψαριού αντιμετώπιζε προβλήματα, μιας και δεν υπήρχαν τα μέσα μεταφοράς του φρέσκου ψαριού πριν αυτό αλλοιωθεί.

Όταν λοιπόν εισάχθηκε ο μπακαλιάρος τον 15ο αιώνα, ήταν ιδανικός, γιατί ήταν ένα φτηνό ψάρι το οποίο μπορεί να διατηρηθεί και εκτός ψυγείου με τη χρήση αλατιού.

Χρόνια Πολλά και καλά!! Υγεία πάνω απ' όλα!!

Τη Μεγάλη Πέμπτη όπως προστάζει το έθιμο, βάφουμε τα πασχαλινά κόκκινα αυγά.

Το αυγό -σύμφωνα με την παράδοση- συμβολίζει τον τάφο του Χριστού που ήταν ερμητικά κλειστός -όπως και το περίβλημα του αυγού- αλλά έκρυβε μέσα του τη «Ζωή», αφού από αυτόν βγήκε ο Ιησούς και αναστήθηκε.

Μπορεί τα τελευταία χρόνια το αυγά να βάφονται σε διάφορα χρώματα, όμως η παράδοση τα θέλει κόκκινα.

Είναι γεγονός πως τα χρωματιστά αυγά τα συναντάμε στην αρχαιότητα, στη Ρώμη, στην Ελλάδα, στην Κίνα, στην Αίγυπτο, ως δώρα στις ανοιξιάτικες γιορτές μαζί με κουνέλια τα οποία είναι το σύμβολο της γονιμότητας.

Πώς ακριβώς όμως, καταλήγουμε στην επιλογή του κόκκινου χρώματος, δεν είναι ξεκάθαρο. Οι εξηγήσεις που υπάρχουν είναι πολλές.

Μία από τις πιο αποδεκτές είναι πως το κόκκινο συμβολίζει το αίμα και τη θυσία του Ιησού. Οι άλλες ερμηνείες, έχουν πρωταγωνίστριές τους, τρεις γυναίκες : Την Παναγία, τη Μαγδαληνή και μία δύσπιστη ανώνυμη γυναίκα.

Μία εξήγηση που δίνεται συχνά, λέει ότι η Παναγία πήρε ένα καλάθι αυγά και τα πρόσφερε στους φρουρούς Του Υιού της, ικετεύοντάς τους να του φέρονται καλά.. Όταν τα δάκρυά της έπεσαν πάνω στα αυγά, αυτά βάφτηκαν κόκκινα!

Μία άλλη ιστορία συνδέει το κόκκινο χρώμα με τη Μαρία Μαγδαληνή. Όταν ο Ρωμαίος αυτοκράτορας ενημερώθηκε για την Ανάσταση του Χριστού, τη θεώρησε τόσο απίθανη «όσο και το να βαφτούν τα αυγά κόκκινα». Η Μαρία Μαγδαληνή τότε, χρωμάτισε μερικά κόκκινα αυγά και του τα πήγε για να του επιβεβαιώσει το γεγο-



Τα κόκκινα αυγά και ο συμβολισμός τους

νός. Μία παραλλαγή της παραπάνω ιστορίας, θέλει μία γυναίκα να μην πιστεύει την είδηση της Ανάστασης Του Ιησού και

να λέει: «Όταν τα αυγά που κρατώ θα γίνουν κόκκινα, τότε θα αναστηθεί και ο Χριστός». Και τότε αυτά έγιναν κόκκινα»!





Το έθιμο του οβελία και πώς έφτασε μέχρι σήμερα

Το σουβλιστό αρνί, λεγόμενος οβελίας, είναι ο μεγάλος πρωταγωνιστής του πασχαλινού τραπεζιού αλλά και ολόκληρης της ημέρας στην Ελληνική παράδοση που με την μαγειρίτσα και τα κόκκινα αυγά συνθέτουν το Πασχαλιάτικο γιορτινό τραπέζι.

Παλιότερα το αρνί που θα έσφαζαν το Πάσχα το ξεχώριζαν από νωρίς, το απόκοβαν από το γάλα και γενικώς είχε μια άλλη αντιμετώπιση από το υπόλοιπα αρνιά του κοπαδιού.

Το αρνί εκτός από τον «αμνό του Θεού» της εκκλησιαστικής διδασκαλίας, έχει συνδεθεί και με τους αγώνες του έθνους κατά του Οθωμανικού ζυγού και στην περίοδο της Τουρκοκρατίας έλαβε ιδιαίτερα χαρακτηριστικά που συμβόλιζαν την ανάσταση του Ελληνικού Έθνους.

Λέγεται ότι το έθιμο του σουβλιστού αρνιού προέρχεται από τις παραδόσεις των Εβραίων οι οποίοι έβαφαν μάλιστα και την είσοδο των σπιτιών τους με το αίμα του θυσιαζόμενου αρνιού, κατ' αναπαράσταση της νύχτας της εξόδου από την Αίγυπτο. Το θυσιαζόμενο αρνί γινόταν «οβελίας», συμβολίζοντας τον «αμνό» του Θεού που θυσιάστηκε για την ανθρωπότητα.

Στο εβραϊκό πασχαλινό τους δείπνο υπήρχαν εκτός από το κρέας, πικρά χόρτα σε ανάμνηση της πικρίας από την δουλεία στην Αίγυπτο, κρασί, αλλά και άζυμος άρτος σε υπενθύμιση της βιαστικής αναχώρησης από την Αίγυπτο.

Την ημέρα αυτή, το Πάσχα, η κατά το Ελληνικότερον την Λαμπρή, οι άντρες να βρίσκονται από το πρωί στην αυλή και επιδίδονται στην προετοιμασία του ψησίματος βάζοντας φωτιά στη μεγάλη θράκα από ξύλα που έχουν προετοιμάσει από την προηγούμενη μέρα.

Φυσικά μεγάλο ρόλο στο ψήσιμο του οβελία παίζουν τα ήδη του ξύλου που θα χρησιμοποιηθούν με το πουρνάρι, τα κλίματα (κλιματόβεργες) και το δρυ να φημίζονται ως τα καλύτερα και ενδεικνύμενα για τον Πασχαλινό οβελία.

Αλλά και το γύρισμα του οβελία θέλει τρόπο και παίζει ρόλο στο καλό ψήσιμό του.

Κατά την διαδικασία του ψησίματος γύρω από την υπαίθρια ψησταριά στήνεται γλέντι μεγάλο όπου μαζεύεται η οικογένεια χορεύοντας και τραγουδώντας αλλά και γευόμενοι την ποικιλία των παραδοσιακών εδεσμάτων (νηστεύσαντες και μη νηστεύσαντες εφράνθεται).

Επίσης στα χωριά το ψήσιμο του οβελία γίνεται κατά ομάδες ή κατά γειτονιά ανάβοντας μια μεγάλη θράκα όπου και γίνεται το ψήσιμο του οβελία του κάθε σπιτιού με το γλέντι να κρατά μέχρι που χτυπάει καμπάνα του εσπερινού. Εκτός από το παραδοσιακό αρνί, σε πολλές περιοχές τις Ελλάδας τα έθιμα διαφοροποιούνται, με μικρές ή μεγαλύτερες αποκλίσεις. Κύριος πρωταγωνιστής όμως, σε κάθε περίπτωση παραμένει το αρνί στα ηπειρωτικά και το κασιόκι στο Αιγαίο. (stagonnews)

Γιατί λέμε ψέμματα την Πρωταπριλιά...

Στην Ευρώπη γεννήθηκε το έθιμο της Πρωταπριλιάς που θέλει να λέγονται καλοπροαίρετα ψέμματα μεταξύ των ανθρώπων, κατά τη διάρκεια της πρώτης ημέρας του Απριλίου.

Υπάρχουν διάφορες εκδοχές σχετικά με τον τόπο και τον χρόνο που γεννήθηκε το έθιμο αυτό, όμως δύο από αυτές είναι οι επικρατέστερες.

Σύμφωνα με την πρώτη εκδοχή, το έθιμο ξεκίνησε από τους ψαράδες Κέλτες. Η εποχή του ψαρέματος ξεκινούσε την 1η Απριλίου. Όσο καλοί ψαράδες όμως και να ήταν, την εποχή αυτή του χρόνου τα ψάρια πιάνονται δύσκολα. Έτσι και αυτοί, όπως προστάζει ο «κώδικας δεοντολογίας» των ψαράδων όλων των εποχών, έλεγαν ψέμματα σχετικά με τα πόσα ψάρια είχαν πιάσει. Αυτή η συνήθεια έγινε, με το πέρασμα του χρόνου, έθιμο.

Η δεύτερη εκδοχή, που θεωρείται και πιο βάσιμη ιστορικά, θέλει γενέτειρα του εθίμου τη Γαλλία του 16ου αιώνα. Μέχρι το 1564 η πρωτοχρονιά των Γάλλων ήταν η 1η Απριλίου. Τη χρονιά αυτή όμως, και επί βασιλείας Καρόλου του 9ου, αυτό άλλαξε και Πρωτοχρονιά θεωρούταν πλέον η 1η Ιανουαρίου. Στην αρχή αυτό δεν το δέχτηκαν όλοι οι πολίτες. Οι αντιδραστικοί συνέχιζαν να γιορτάζουν, την παλαιά πλέον, πρωτοχρονιά τους την 1η Απριλίου, ενώ οι υπόλοιποι τους έστελναν πρωτοχρονιάτικα δώρα για να τους κοροϊδέψουν. Το πείραγμα αυτό μετατράπηκε με τον καιρό σε έθιμο.

Η Πρωταπριλιά στην Ελλάδα

Το έθιμο αυτό ήρθε και στην Ελλάδα και διαφοροποιήθηκε αποκτώντας μια ελληνική χροιά. Η βασική ιδέα βέβαια παρέμεινε ίδια. Λέμε αθώα ψέμματα με σκοπό να ξεγελάσουμε το «θύμα» μας. Σε κάποιες περιοχές, θεωρούν ότι όποιος καταφέρει να ξεγελάσει τον άλλο, θα έχει την τύχη με το μέρος του όλη την υπόλοιπη χρονιά. Σε κάποιες άλλες πιστεύουν ότι ο «θύτης» θα έχει καλή σοδειά στις καλλιέργειες του. Επίσης το βρόχινο νερό της πρωταπριλιάς, θεωρούν μερικοί, ότι έχει θεραπευτικές ιδιότητες. Όσο για το «θύμα», πιστεύεται ότι, σε αντίθεση με τον «θύτη», θα έχει γρουσουζιά τον υπόλοιπο χρόνο και πιθανότητα αν είναι παντρεμένος, θα χηρέψει γρήγορα.





Φιλικός αγώνας Αναγέννησης Δυτ. Φθιώτιδας – Εθνικής Ενόπλων

Φιλικός αγώνας φιλανθρωπικού χαρακτήρα, διεξήχθη το απόγευμα της Δευτέρας 19 Μαΐου 2025 στο γήπεδο της Σπερχειάδας, όπου η τοπική Αναγέννηση Δυτικής Φθιώτιδας φιλοξένησε την Εθνική Ενόπλων.

Η φιλική αναμέτρηση τελούσε υπό την αιγίδα του Δήμου Μακρακώμης και πραγματοποιήθηκε με σκοπό τα έσοδα του αγώνα να διατεθούν για την οικονομική ενίσχυση του Γηροκομείου Σπερχειάδας.

Στην εκδήλωση παρευρέθηκε ο Σεβασμιότατος Μητροπολίτης Φθιώτιδας, κ. Συμεών, ενώ στο τέλος παρατέθηκε πλούσιος μπουφές στις δύο ομάδες.

Το προπονητικό τιμ της Εθνικής Ενόπλων, αποτελούμενο από τους Θόδωρο Παχατουρίδη (προπονητής), Χρυσόστομο Άγουρο (βοηθός προπονητή) και Γιάννη Ζαλαώρα (προπονητής τερματοφυλάκων), παρέταξε την ομάδα με γνωστά ονόματα της Super League, όπως οι Γιώργος Θεοχάρης (ΑΕΚ), Τριαντάφυλλος Τσάπρας (Λεβαδειακός), Ανέστης Βλαχομήτρος (ΠΑΣ Λαμία) και οι Φθιωτοί ποδοσφαιριστές, Στέλιος Ζαχάρης (ΑΟ Στυλίδα) που υπηρετεί την στρατιωτική του θητεία και Θωμάς Στεφανά

νής (Κ19 ΠΑΣ Λαμία) που υπηρετεί στο Λιμενικό Σώμα.

Το τεχνικό δίδυμο των Ηλία Παναγιώτου και Ηλία Ιωάννου, παρέταξε την ομάδα που αγωνίστηκε στο Πρωτάθλημα στην Β' Κατηγορία Φθιώτιδας και παιδιά από τα τμήματα υποδομών της ομάδας, Κ14 και Κ16.

Για την ιστορία το σκορ της αναμέτρησης ήταν 0-5 υπέρ της Εθνικής Ενόπλων, με τα τέρματα να πετυχαίνουν οι Παππάς, Ζαχάρης, Τσορόβας, Κρητικός, Καράμπουλας.

Την αναμέτρηση διηύθυναν οι: Μαρία Πολύμερου, Κωνσταντίνα Βλαχογιάννη, Φένια Κακλή Αναγέννηση Δυτ. Φθιώτιδας (Παναγιώτου-Ιωάννου)

Τσανής, Συρταγγιάς, Χονδρογιάννης, Μυλωνάς, Αντωνίου, Νέλλας, Τσιλιφώνης, Μανίκας, Κουμπούρης, Χαμπίπης, Υφαντής.

Έπαιξαν και οι: Μακρής Ν., Μακρής Β, Ψυχογιός, Παναγιώτου, Νέλλας, Αντωνόπουλος, Ρίζος, Σκοτίδας.

Εθνική Ενόπλων (Παχατουρίδης-Άγουρος-Ζαλαώρας)

Θεοχάρης, Στεφανής, Πολυχρόνης, Γαλάνης, Χατζηγιαννάκης, Κλαούντιο, Μονεμβασίτης, Μπουτσιφός, Ζαχάρης, Καράμπουλας, Παππάς.

Έπαιξαν και οι: Κρητικός, Τσορόβας, Μάναλης, Γκιόνι, Τσάπρας, Βλαχομήτρος.





«10 Νέες Εντολές»

Την Κυριακή 9 Μαρτίου 2025, ο Δήμος Μακρακώμης είχε τη χαρά να φιλοξενήσει στην Κοινότητα Σπερχειάδας την παρουσίαση του βιβλίου «10 Νέες Εντολές» της κας Σταυρούλας Μπόττη και της κας Μαρίας Σκαρλάτου, στο Συνεδριακό Κέντρο «Αθανασίου & Μαίρης Ακρίδα».

Η εκδήλωση αποτέλεσε μια μοναδική ευκαιρία για δημιουργικό διάλογο σχετικά με τη γονεϊκότητα, την ψυχολογία και την εκπαίδευση των νέων στη σύγχρονη εποχή.

Οι μαθητές και οι μαθήτριες του 1ου Δημοτικού σχολείου Σπερχειάδας παρουσίασαν τις δικές τους «εντολές», μέσα από το συλλογικό τους καλλιτεχνικό έργο. Τα παιδιά έστειλαν τα δικά τους μηνύματα προς τους μεγάλους, αποδεικνύοντας πως έχουν φωνή και τη δύναμη να εκφράζουν τις σκέψεις και τις ανάγκες τους.

Ο Δήμος Μακρακώμης εξέφρασε τις θερμές του ευχαριστίες:

Στη Διευθύντρια του 1ου Δημοτικού Σχολείου Σπερχειάδας, κα Ελένη Καρφή, καθώς και στους εκπαιδευτικούς του σχολεί-

ου, για τη συμβολή τους στη δημιουργία ενός τόσο ξεχωριστού καλλιτεχνικού έργου από τους μαθητές.

Στις συγγραφείς του βιβλίου, Σταυρούλα Μπόττη & Μαρία Σκαρλάτου, για την εμπνευσμένη δουλειά τους, που προάγει τη θετική σκέψη και τη βαθύτερη επικοινωνία μεταξύ μικρών και μεγάλων.

Στον Αντιδήμαρχο κ. Παπαευθυμίου Οδυσσέα, για τον θερμό χαιρετισμό του, και στους Εντεταλμένους Συμβούλους κ. Μανίτα Γεώργιο και κ. Κραββαρίτη Νικόλαο για την παρουσία τους.

Στην Αντιδήμαρχο Πολιτισμού, κα Βαλιάντα Αρβανίτη, για τον εξαιρετικό συντονισμό της εκδήλωσης.

Ευχαριστούμε επίσης όλους τους γονείς, εκπαιδευτικούς, μαθητές και φίλους που παρευρέθηκαν, συμβάλλοντας στην επιτυχία της εκδήλωσης.

Ως Δήμος Μακρακώμης, στηρίζουμε και προωθούμε δράσεις που ενισχύουν τη γνώση, τον πολιτισμό και τη δημιουργική έκφραση της νέας γενιάς.

ΟΛΟΙ ΜΑΖΙ ΜΠΟΡΟΥΜΕ

στηρίζουμε την τοπική αγορά στηρίζουμε τους δικούς μας ανθρώπους



«Ο μέγας κόσμος της μικρής μας πόλης...»

ΓΝΩΡΙΖΟΝΤΑΣ ΤΗΝ ΣΠΕΡΧΕΙΑΔΑ ΜΕΣΑ ΑΠΟ ΤΟ ΒΙΒΛΙΟ ΤΟΥ Ν. ΚΥΡΚΟΥ

Στην Σπερχειάδα και τους ανθρώπους της, μ' έναν κάπως ανορθόδοξο τρόπο» το απόγευμα του Σαββάτου (31/5) στις 20:30 έγινε η παρουσίαση του βιβλίου ενός γέννημα - θρέμμα Σπερχειαδίτη του Νίκου Κύρκου με τίτλο «Ο μέγας κόσμος της μικρής μας πόλης».

Στο βιβλίο περιγράφονται ιστορίες του παρελθόντος με εξαιρετικές - μοναδικές αφηγήσεις από αυθεντικούς χαρακτήρες, λαϊκούς καθημερινούς ήρωες, σπάνιες φωτογραφίες, προσωπικά αρχεία, πολλές συγκινήσεις, δάκρυα, γέλια, εκπλήξεις, ήθη, έθιμα, καθημερινά θαύματα και λεκτικές αντιστίξεις που ξεφνιάζουν, συγκινούν και απογειώνουν το διάβασμα, σε αγαπημένο ...εθισμό.

Καλοτάξιδο !!!



