

# Δημοτικά Δρώμενα

ΣΕΠΤ. - ΟΚΤ. 2025

ΤΕΥΧΟΣ 013



ΔΙΑΝΕΜΕΤΑΙ ΔΩΡΕΑΝ

ΕΚΔΟΣΗ ΔΗΜΟΥ ΜΑΚΡΑΚΩΜΗΣ



“Ετούτος δω ο λαός δε γονατίζει,  
παρά μονάχα μπροστά στους νεκρούς του”

*Γιάννης Ρίτσος, από την συλλογή “Οι γειτονιές του κόσμου”*

# ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

# 013

3	Μήνυμα Δημάρχου
4	Έργα - Παρεμβάσεις
12	Εκδηλώσεις - Δράσεις
31	Ελεύθερο Βήμα
36	Ευθυμο-γραφόμενα
37	Λαογραφία
38	Πολιτιστικά
39	Βιβλίο

**ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ**  
Δημοτικά Δρώμενα

Το περιοδικό είναι ανοιχτό στο να φιλοξενήσει τις απόψεις σας, τις 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!

## Μήνυμα Δημάρχου για τη νέα Σχολική Χρονιά



Γιώργος Χαντζής

Δήμαρχος του Δήμου Μακρακώμης

Αγαπητοί μαθητές, γονείς και εκπαιδευτικοί,  
Με την έναρξη της νέας σχολικής χρονιάς, θέλω να σας ευχηθώ υγεία, πρόοδο και δύναμη. Κάθε Σεπτέμβρης είναι μια νέα αρχή, γεμάτη στόχους, όνειρα και προκλήσεις.

Παιδιά, να θυμάστε πως το σχολείο δεν είναι μόνο μαθήματα και βιβλία· είναι και φίλοι, εμπειρίες και μικρές στιγμές που θα σας μείνουν αξέχαστες. Γι' αυτό να το ζείτε με χαμόγελο και διάθεση.

Στους εκπαιδευτικούς εύχομαι καλή δύναμη στο σπουδαίο έργο σας, γιατί εσείς κρατάτε το «κλειδί» που ανοίγει τον δρόμο της γνώσης και της δημιουργικότητας.

Και στους γονείς, καλή υπομονή αλλά και χαρά, καθώς μοιράζετε το ταξίδι της μάθησης με τα παιδιά σας.

Ως Δήμος, θα συνεχίσουμε να είμαστε δίπλα στη σχολική κοινότητα, στηρίζοντας τις ανάγκες και τις προσπάθειές της.

Εύχομαι μια όμορφη και δημιουργική χρονιά σε όλους!

Με εκτίμηση,

Ο Δήμαρχος του Δήμου Μακρακώμης

Γιώργος Χαντζής



## Μήνυμα Δημάρχου για την επέτειο της 28ης Οκτωβρίου

Υποκλινόμαστε μπροστά στους ήρωες της Ελλάδας για το άξιο παράδειγμα πατριωτισμού, ανιδιοτέλειας, αγάπης προς την πατρίδα, για τη δυνατότητα που μας έδωσαν να ζούμε ελεύθερα, να δημιουργούμε, να οικοδομούμε.

Η αντίσταση του ελληνικού λαού στην ξένη κατοχή σημάδεψε τη σύγχρονη ιστορία μας, διαμόρφωσε ιστορική συνείδηση και ακόμα και σήμερα συνεχίζει να μας εμπνέει στη διαμόρφωση αγωνιστικού χαρακτήρα και τρόπου ζωής, στη μάχη για τη ζωή και στον αγώνα για Ελευθερία, Ισότητα και Δημοκρατία.

Όλοι μας και ιδιαίτερα οι νέοι πρέπει να μελετήσουμε

την ιστορία μας, να εμπνευστούμε από τους προγόνους μας και να γίνουμε κοινωνικά ενεργοί πολίτες, για μια καλύτερη κοινωνία με επίκεντρο τον Άνθρωπο, με Αλληλεγγύη και Δικαιοσύνη!

Η 28η Οκτωβρίου δεν είναι απλώς μια επέτειος, αλλά μια στιγμή αναστοχασμού για τις αξίες που μας ενώνουν.

Αναβαπτίζομαστε λοιπόν, στο μεγαλείο της ψυχής των ηρώων της 28ης Οκτωβρίου για να αντλήσουμε θάρρος και δύναμη για τις μάχες του παρόντος και του μέλλοντος.

Χρόνια πολλά.



# Ανακύκλωση υποδημάτων

Μια νέα πρωτοβουλία ξεκίνησε στο Δήμο Μακρακώμης η «ανακύκλωση ρούχων και υποδημάτων.

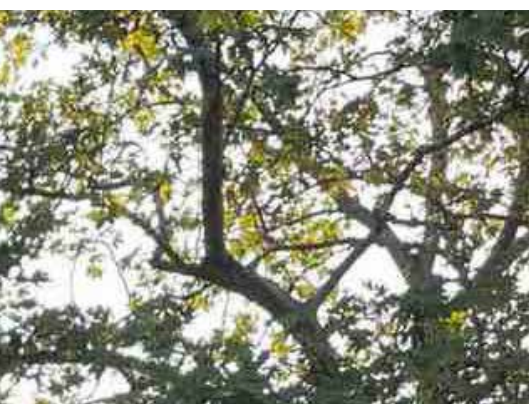
Από το 2019 που ανάλαβε η παρούσα Δημοτική Αρχή ένας από τους πρωταρχικούς στόχους ήταν η επεκταση όσο γίνεται σε περισσότερα χωριά της ανακύκλωση χαρτιού.

Ετσι έγινε κατορθωτό να αγοραστούν νεοι κάδοι, να υπάρχει προσωπικό και να κυκλοφορεί τακτικά αυτοκίνητο ανακύκλωσης στους δρόμους ολόκληρου του Δήμου.

Με αυτόν τον τρόπο τριπλασιάστηκε η ποσότητα της ανακύκλωσης.

Τώρα γίνεται το επόμενο βήμα που αφορά στην ανακύκλωση ρούχων και υποδημάτων.

Ήδη τοποθετήθηκαν έξι μωβ κάδους σε κεντρικά σημεία, για να είναι εύκολο για



# ρούχων και

όλους να φέρουν ό,τι δεν χρειάζονται πια:

**Σπερχειάδα:** Πλατεία Εθνικής Αντιστάσεως οδός Νικηφόρου Ουρανού (τρίγωνο).

**Μακρακώμη:** Κέντρο Υγείας και οδό Ευάγγελου Καλαντζή.

**Άγιος Γεώργιος:** Δημοτικό Κατάστημα.

**Καστρί:** Είσοδος Κοινότητας (κίосκι).

Στους μωβ κάδους μπορείτε να αφήσετε ρούχα, παπούτσια, τσάντες, πετσέτες, κουβέρτες και κρεμάστρες, πάντα σε κλειστές σακούλες, για να μένουν καθαρά και να μπορούν να ξαναχρησιμοποιηθούν.

Ο Δήμος καλεί όλους τους δημότες να συμμετάσχουν.

Κάθε μικρή προσφορά μετράει και μαζί μπορεί να γίνει ο Δήμος μας καθαρότερος, πιο φιλικός στο περιβάλλον και πιο χρήσιμο για όσους έχουν ανάγκη



## Καθαρό νερό για κάθε χωριό του Δήμου με 66 σημεία χλωρίωσης



Σύμφωνα με ανακοίνωση του Αρμοδίου Αντιδημάρχου, στο Δήμο Μακρακώμης έχει εγκατασταθεί και λειτουργεί με επιτυχία σύγχρονος εξοπλισμός δοσομέτρησης υγρού χλωρίου σε 66 δεξαμενές και σημεία ελέγχου.

Πλέον πραγματοποιείτε τακτική παρακολούθηση και συντήρηση συνέχεια όλο τον χρόνο με στόχο:  
Την ασφαλή απολύμανση του πόσιμου νερού  
Τον συνεχή έλεγχο της αποτελεσματικότητας της χλωρίωσης

Την τήρηση των ορίων που προβλέπει η νομοθεσία  
Την άμεση αποκατάσταση σε περίπτωση βλάβης

Παράλληλα, πραγματοποιούνται τακτικές αναλύσεις νερού σε όλα τα χωριά, τόσο από τον Δήμο όσο και από τη Διεύθυνση Υγιεινής της Περιφέρειας.

Τα αποτελέσματα αναρτώνται στην ιστοσελίδα του Δήμου: Αναλύσεις Νερού – Δήμος Μακρακώμης. <https://dimosmakrakomis.gov.gr/analyseis-nerou/>

Σημεία εγκατάστασης

Άγιος Γεώργιος (Κάτω και Πάνω),

(Νεοχωράκι), Άγιος Σώστης, Ανατολή, Αργύρια, Αρχάνι, Ασβέστης, Βίτωλη, Γαρδίκι, Γιαννισού (Κάτω 1 & 2), Γραμμένη, Δίκαστρο (Παλιάμπελο & Πέρα Μαχαλάς), Δίλοφο, Καλλιθέα (Άνω & Κάτω), Καμπιά, Κανάλια, Καστρί – Παλιούρι, Κλωνί, Κολοκυθιά, Κουρελείκα, Κουτσούφλιανη, Κυριακοχώρι, Λευκάδα, Λιτόσελο (Κάτω & Πάνω), Μακρακώμη, Μάκρη, Μάρμαρα (Ιακωβίδη, Κεφαλόβρυσος, Ντασέικα, Πλατάνια), Μαυρίλο, Μεγάλη Κάψη (Κεντρική & Δασικό Χωριό), Μερκάδα, Μεσαία Κάψη (Κάτω & Πάνω), Μεσοποταμία, Νεοχώρι Τυμφρηστού, Νικολίτσι, Παλαιά Γιαννισού, Παλαιοβράχα, Παλαιόκαστρο, Παλαιοχώρι, Πάππα, Περιβόλι, Πίτσι, Πλάτανος (Κάτω & Κεντρική), Πλατύστομο, Πουγκάκια (Βλάχικα, Κέδρα & Φρεάτιο), Πτελεά, Ροβολιάρη (Αϊ Γιάννη), Σπερχειάδα, Τριλόφο, Τσούκα, Τυμφρηστός, Φτέρη (Κάτω & Πάνω), Χάνια Καμπιών.

Με υπευθυνότητα και συνέπεια, φροντίζουμε ώστε κάθε δημότης του Δήμου Μακρακώμης να απολαμβάνει καθαρό, ασφαλές και ποιοτικό πόσιμο νερό, διασφαλίζοντας την υγεία και την ποιότητα ζωής όλων μας.





## Μαυρίλο: Μια πλατεία γεμάτη φως!

Σε μία από τις μεγαλύτερες και πιο όμορφες πλατείες του Δήμου μας, η Δημοτική Αρχή προχώρησε στη τοποθέτηση νέων φωτιστικών τύπου LED. Το αποτέλεσμα είναι συγκλονιστικό γεγονός που επιβεβαιώνουν οι σχετικές φωτογραφίες.

Στο φόντο δεσπόζει η ιστορική εκκλησία του χωριού, που στέκει περήφανη μέσα στους αιώνες, ενώ μπροστά της, η πλατεία αναδεικνύεται με τον σύγχρονο φωτισμό που αλλάζει την εικόνα της.

Στόχος της Δημοτικής Αρχής, σύμφωνα με συζητήσεις του Δημάρχου, είναι μέχρι το τέλος της θητείας της μας όλες οι πλατείες σε όλο τον Δήμο να αποκτήσουν καινούργιο φωτισμό, ώστε οι χώροι συνάντησης και ξεκούρασης να είναι καλαίσθητοι, ασφαλείς και λειτουργικοί όπως αρμόζει σε μια σύγχρονη κοινωνία.





## Αγροτική οδοποιία Φτέρης - Λευκάδας

Με στόχο την ασφαλή μετακίνηση των κατοίκων και την ενίσχυση της αγροτικής δραστηριότητας, ολοκληρώθηκε το έργο αγροτικής οδοποιίας στη Φτέρη Λευκάδας! Η νέα γέφυρα παραδόθηκε σε χρήση, ενώ ολοκληρώθηκαν και οι εργασίες στο υπόλοιπο τμήμα του δρόμου, κλείνοντας έτσι ένα σημαντικό έργο για την περιοχή. Η Δημοτική Αρχή συνεχίζει με έργα που δίνουν λύσεις και αναβαθμίζουν την καθημερινότητα των δημοτών.





## Αργύρια ... ήπιες και αναγκαίες παρεμβάσεις



Μικρές προσαρμογές πραγματοποιήθηκαν στα Αργύρια, που ήταν αναγκαίες στην καθημερινότητα των κατοίκων.

Εκεί λοιπόν που παλιά δεν υπήρχε πρόσβαση, δημιουργήθηκαν σκαλοπάτια και δρομάκια.

Ανοίχθηκαν δρόμοι, διαμορφώθηκαν πρανή, τοποθετήθηκε σκυρόδεμα και στηρίχθηκαν τα επικίνδυνα τμήματα με νέους τοίχους αντιστήριξης.

Οι εικόνες μιλούν από μόνες τους.

Η μικρή καθημερινότητα επιβάλλει, να μη φοβάται ο κάτοικος του ορεινού χωριού να βγει έξω, να μη σταματά η ζωή όταν έρχεται μια κακοκαιρία.

Βάζουμε μπροστά μπουλντόζες και μόνιμες λύσεις σε συνεργασία με τους Προέδρους των κοινοτήτων τα τοπικά συμβούλια και με τους κατοίκους των χωριών.



## Μικρές παρεμβάσεις στη Παλαιοβράχα

Με σεβασμό στην παράδοση του χωριού, οι υπηρεσίες του Δήμου φρόντισαν το πρανές και τον δρόμο, προστατεύοντας τα από φθορές, ενώ το πέτρινο σχέδιο στο τοιχίο και η καθαρή πλακόστρωση δίνουν μια ζεστή, όμορφη εικόνα που ταιριάζει με τον χαρακτήρα της γειτονιάς.

Μικρές παρεμβάσεις... μεγάλη αλλαγή !!!



## ΦΩΣ ΣΤΟ ΜΝΗΜΕΙΟ ΟΛΟΚΑΥΤΩΜΑΤΟΣ ΤΟΥ ΤΥΜΦΡΗΣΤΟΥ



Η ιστορία γράφεται... φωτίζεται και αναδεικνύεται.

Η κατασκευή του Μνημείου στην Μαρτυρική Κοινότητα Τυμφρηστού ξεκίνησε το 2023. Σήμερα, με την ολοκλήρωση του φωτισμού, το Μνημείο στέκει πλέον φωτισμένο, για να θυμίζει σε όλους μας το Ολοκαύτωμα του Τυμφρηστού.

Ήταν κάτι που το οφείλαμε στους νεκρούς προγόνους μας, στην Ιστορία μας και στις επόμενες γενιές που δεν πρέπει να ξεχάσουν τη μαύρη εκείνη σελίδα. Το χωριό μας πλήρωσε βαρύ φόρο αίματος και θυσίας, με θανάτους ολοσχερή καταστροφή και πυρπόληση. Με το Μνημείο αυτό, και τώρα με τον φωτισμό του, ο Τυμφρηστός και οι κάτοικοι του Δήμου μας στέλνουν μήνυμα.

ΔΕΝ ΞΕΧΝΑΜΕ....



## ΑΓΙΟΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ: Αγιασμός με κάθε επισημότητα

Η επαρχία δεν πρέπει να ξεχνιέται όσο κι αν έχει αποδυναμωθεί. Καλό ξεκίνημα λοιπόν στον λιγοστό μαθητικό κόσμο του χωριού, Άγιος Γεώργιος του Δήμου Μακρακώμης, που έχει αναφαίρετο δικαίωμα στη μάθηση.

Θερμά συγχαρητήρια στους συντελεστές αυτού του αγιασμού με τόσους επίσημους.





## 26/9: Πανελλήνια ημέρα σχολικού αθλητισμού

Πανελλήνια ημέρα σχολικού αθλητισμού σήμερα, 26η Σεπτεμβρίου 2025 και το δημοτικό σχολείο Καστρίου μαζί με το νηπιαγωγείο Γραμμένης συμμετείχαν σε αθλητικές εκδηλώσεις στο γήπεδο της Γραμμένης καθώς και στην πλατεία της κοινότητας! Νους υγιής εν σώματι υγιεί!

## Χειροτονία νέου Διακόνου στη Κοινότητα Άγιου Γεώργιου



Ένα ιστορικό πνευματικό γεγονός έλαβε χώρα στις 19 Οκτωβρίου 2025 στην Δυτική Φθιώτιδα, καθώς ο Σεβασμιώτατος Μητροπολίτης Φθιώτιδος κ. Συμεών όχι απλώς ιερούργησε για μία ακόμη φορά στον Ιερό Ναό του Αγίου Γεωργίου στον Άγιο Γεώργιο του Δήμου Μακρακώμης, αλλά ετέλεσε - για πρώτη φορά στην ιστορία της Ενορίας - την χειροτονία ενός νέου κληρικού, του ιεροδιακόνου πλέον, π. Αθανασίου Τζατζιμάκη, αδελφού της Ιεράς Μονής Αγίου Αθανασίου Περιβλέπτου.

Στην ομιλία του ο κ. Συμεών αναφέρθηκε στην σημαντική ανανέωση του κληρικού δυναμικού, η οποία συντελείται επί των ημερών του στην Δυτική Φθιώτιδα και ιδιαίτερως επαίνεσε τον νέο κληρικό, διότι θα υπηρετήσει σε αυτές τις απομακρυσμένες και φαινομενικά άγονες περιοχές της μεγάλης μητροπολιτικής περιφέρειας της Φθιώτιδας.

Ο Σεβασμιώτατος κ. Συμεών απευθυνόμενος στο νέο κληρικό π. Αθανάσιο επίσης του υπογράμμισε:

«Το πρόσωπό σου είναι καθαρό και το βλέμμα σου είναι φωτεινό και η άρθρωση της φωνής σου επίσης καθαρή και σαφής, τα οποία είναι πολύ σημαντικά στοιχεία για ένα νέο κληρικό στο νέο ξεκίνημα

Στην χειροτονία, μεταξύ του μεγάλου πλήθους των πιστών, παραβρέθηκαν οι Βουλευτές Φθιώτιδος κ. Χρήστος Σταϊκούρας και κ. Γεώργιος Κοτρωνιάς, ο Δήμαρχος Μακρακώμης κ. Γεώργιος Χαντζής με μέλη του Δημοτικού Συμβουλίου, ο τ.Υπουργός κ. Αθανάσιος Γιαννόπουλος, καθώς και εκπρόσωποι συλλόγων και φορέων της περιοχής, ενώ την ευγνωμοσύνη τους προς τον Σεβασμιώτατο για την παρουσία του στον Άγιο Γεώργιο Τυμφρηστού εξέφρασαν δημόσια ο Πρόεδρος του χωριού κ. Παναγιώτης Ζωγράφος, ο Αντιδήμαρχος Αγίου Γεωργίου κ. Ανδρέας Τσώνος και η Πρόεδρος του Συλλόγου Γυναικών Αγίου Γεωργίου Τυμφρηστού κ. Βασιλική Γόνη.

## Μερκάδα : Κατάθεση στεφάνων την 28η Οκτωβρίου



Με σεβασμό και περηφάνια τελέστηκε η κατάθεση στεφάνου στο Ηρώο του χωριού μας, τιμώντας όλους εκείνους που αγωνίστηκαν και θυσιάστηκαν για την ελευθερία της πατρίδας μας.

Αιώνία τους η μνήμη - Δεν ξεχνάμε, τιμούμε, συνεχίζουμε ...



## Βίτωλη: 28η Οκτώβρη

Όλα ήταν έτοιμα για τον εορτασμό της 28ης Οκτωβρίου στη Βίτωλη.

Ο Πρόεδρος της κοινότητας συνεπής στις υποχρεώσεις του από τις προηγούμενες μέρες φρόντισε και έδωσε μια εορταστική εικόνα στο χωριό.

Πριν από λίγες μέρες έγινε καθαρισμός και σημαιοστολισμός στο χωριό και την 28η έγινε κατάθεση στέφανων.



## Δίκαστρο: 28 Οκτωβρίου

28 Οκτωβρίου ... Χρόνια πολλά και χρόνια ελεύθερα σε όλους τους Απανταχού Έλληνες. Από τη κατάθεση στεφάνου στη μνήμη των πεσόντων ηρώων που πολέμησαν για την ελευθερία μας, από το Πρόεδρο του Δημοτικού Διαμερίσματος Δικάστρου και τους συγχωριανούς μας που παραβρέθηκαν στη τελετή.

ΧΡΟΝΙΑ ΠΟΛΛΑ ΕΛΛΑΔΑ





# Δίκαστρο: Επισκεψιμότητα Μουσείου



Πηγή: Ιστορικό και Λαογραφικό Μουσείο Δικάστρου

Μετά τον μεγάλο αριθμό επισκεπτών, στις 20/8/25, ημέρα επανεγκαινισμού του ριζικά αναμορφωμένου Μουσείου μας, η προσέλευση μεμονωμένων ατόμων καθώς και ομάδων, συνεχίζεται σταθερά και ικανοποιητικά !!!

Στις 14/9 είχαμε τη χαρά να επισκεφθούν το Μουσείο μας μέλη και απόγονοι της οικογένειας Βλάχου, οι οποίοι επισκέφτηκαν τη γενέτειρα γη του αείμνηστου ζεύγους Γεωργίου και Αθηνάς Βλάχου, τελώντας δέηση στη μνήμη τους.

Τους υποδέχτηκαν στο Μουσείο τα μέλη του Δ.Σ., Γιαννακόπουλος Γεώργιος και Καϊλας Μανώλης.

Τους ευχαριστούμε για την τιμητική επίσκεψη και για την προσφορά του ποσού των 510 €, στη μνήμη των αγαπημένων τους προσώπων, προς ενίσχυση του ταμείου του μουσείου μας.

Σας ευχόμαστε να είστε όλοι καλά και να τους θυμάστε !!!

Με αφορμή την κάτωθι οικογενειακή τους φωτογραφία, ενημερώνουμε φορείς, συλλόγους, ομίλους, σωματεία και οποιονδήποτε ενδιαφέρεται για εξακτινωμένες δράσεις, ότι μία αίθουσα του Μουσείου μας, πέραν από εκθετήρια, χρησιμοποιείται και ως χώρος συνεδριάσεων - εκδηλώσεων, αφού παρέχει τη δυνατότητα φιλοξενίας περίπου 100 ατόμων και διαθέτει όλον εκείνον τον απαραίτητο υλικοτεχνολογικό εξοπλισμό για την υποστήριξη τέτοιων δράσεων ήτοι: ( καθίσματα, γραφείο, οθόνη προβολής, προτζέκτορα, ηχοσύστημα, υπολογιστή, κλιματισμό, εξαερισμό κλπ. )

Σύνθημά μας ήταν και παραμένει το:

«Ελλάδα δεν είναι μόνο τα Ξακουστά μέρη, επισκεφτείτε μας»

Για το ΔΣ του Μουσείου - Ο πρόεδρος Χρήστος Ε. Γκιόλας



## ΚΑΣΤΡΙ: Πρώτη Γιορτή Ακτινιδίου



Στις 10 & 11 Οκτωβρίου, στο Καστρί Φθιώτιδας για πρώτη φορά διοργανώθηκε η Γιορτή Ακτινιδίου Σπερχειού (Π.Ο.Π.), μια μεγάλη γιορτή για το φρούτο που έγινε σύμβολο της κοιλάδας του Σπερχειού και αποτελεί ένα από τα σημαντικότερα και εξαγωγίμα προϊόντα της περιοχής μας.

Η εκδήλωση περιλάμβανε ομιλίες, παρουσιάσεις, μαγειρική, γευσιγνώσια και μουσική.

Τρία νέα παιδιά, με το τραγούδι, το κέφι, το μπουζούκι και την κιθάρα τους, ξεσήκωσαν τον κόσμο! Οι ντόπιοι και οι επισκέπτες, μικροί και μεγάλοι, γρήγορα μετατράπηκαν σε μια μεγάλη παρέα γεμάτη χαμόγελα, διασκέδαση, χορό και πλούσιο φαγητό.

### Λίγα λόγια για το ακτινίδιο στη Δυτική Φθιώτιδα

Η καλλιέργεια του ακτινιδίου, που ξεκίνησε τη δεκαετία του '80, έχει πλέον καθιερωθεί ως ένα από τα δυναμικότερα προϊόντα της Δυτικής Φθιώτιδας, με χιλιάδες στρέμματα να καλλιεργούνται και την παραγωγή να ταξιδεύει σε πολλά μέρη του κόσμου.





Ο καιρός όπως αναμενόταν ήταν πολύ καλός και ιδανικός για την ολοκλήρωση της 10ης ορεινής πεζοπορίας των Κυριακοχωριτών. Η πεζοπορία ξεκίνησε στις 10 το πρωί από την πλατεία του χωριού και η διαδρομή της ήταν, Γύφτισσα-Πάνω βρύση- Κοτρόνα-Άγιος Γεώργιος-Μοναστήρι- Αγία Παρασκευή-Τούρνος- Τρύπιο λιθάρι- Λαχανά βρύση- Μοναστήρι- Πλατεία Χωριού

Γενικά θα λέγαμε ότι ήταν μια σχετικά εύκολη πεζοποριακή διαδρομή περίπου 5 χιλιομέτρων, με εξαίρεση τα δύο χιλιόμετρα του περάσματος του Τούρνου. Όλοι οι συμμετέχοντες τήρησαν τις οδηγίες των διοργανωτών και προσήλθαν με όχι χοντρά ρούχα, πολύ καλά παπούτσια και γερά μπατόν (μπαστούνια πεζοπορίας ή κάτι σχετικό)

Η Κοινότητα και ο Σύλλογος προσέφεραν ένα καλό κέρασμα στο Τρύπιο Λιθάρι.

## Κυριακχώρι: 10η Πεζοπορία



**Αγώνας Τρεξίματος**  
**10 - 11 - 12 OCTOBER**

**Friday October 10th** Pasta Party Starts at 20:30  
**Saturday October 11th** Running race Starts at 09:00  
**Sunday October 12th** Continuation of the race

**ΚΕΝΤΡΙΚΗ ΠΛΑΤΕΙΑ ΜΑΚΡΑΚΩΜΗΣ**

[www.makrakomibackyardultra.gr](http://www.makrakomibackyardultra.gr)

The poster features a central graphic of a runner's silhouette in green against a white background with a textured, stone-like pattern. Above the runner is a circular logo with a stylized figure and the text 'Makrakomi Backyard Ultra'. The event details are listed in bold, yellow and white text on a green background. At the bottom, there are logos for the organizing committee and the event's website.



Το Σαββατοκύριακο 11 και 12 Οκτωβρίου, 49 αθλητές από διάφορα μέρη της Ελλάδας, συναντήθηκαν για πρώτη φορά στην Μακρακώμη Δυτικής Φθιώτιδας, για έναν διαφορετικό από τους συνηθισμένους αγώνες, έναν αγώνα αντοχής και υπεραπόστασης, που πραγματοποιήθηκε για πρώτη φορά στην περιοχή μας (ο τέταρτος πανελλαδικά)

Διοργανωτής του αγώνα MakrakomiBackyardUltra, ήταν ο Ελληνικός Πεζοπορικός Ορειβατικός Σύλλογος υπό την αιγίδα του Δήμου Μακρακώμης.

Από τις 9 το πρωί του Σαββάτου μέχρι τις 7 το πρωί της Κυριακής, η πόλη έζησε κάθε λεπτό, κάθε εκκίνηση, κάθε τερματισμό.

Λίγα λόγια για τον αγώνα:

Ο αγώνας Backyard Ultra που δεν έχει τερματισμό, δεν έχει χρονικό όριο, δεν έχει γραμμή νίκης. Έχει μόνο θέληση, αντοχή και ψυχή!

Η διαδρομή του είναι 6.706 μέτρα και κάθε αθλητής έχει στη διάθεσή του μια ώρα για να την ολοκληρώσει.

Αν τα καταφέρει, ξεκινά πάλι, στην επόμενη ώρα, για τον επόμενο γύρο.

Και ξανά. Και ξανά. Μέχρι να μείνει μόνο ένας, εκείνος που θα καταφέρει να ολοκληρώσει έναν γύρο μόνος του. Αυτός θα είναι και ο νικητής.

Ο αγώνας BackyardUltra δεν είναι απλώς μια αθλητική διοργάνωση... είναι η στιγμή που η αντοχή του αθλητή αγκαλιάζει το πείσμα του.

Η πόλη της Μακρακώμης καθ' όλη τη διάρκεια του αγώνα ήταν γεμάτη ζωντάνια, παλμό και ενέργεια!



# Backyard Ultra



## ΜΑΚΡΑΚΩΜΗ : Συνάντηση Χορωδιών

Ο Πολιτιστικός Σύλλογος Μακρακώμης, σε συνεργασία με τον Εμπορικό Σύλλογο Μακρακώμης, και υπό την Αιγίδα του Δήμου Μακρακώμης, πραγματοποίησε την 1η Συνάντηση Χορωδιών στην αίθουσα εκδηλώσεων του Γυμνασίου Μακρακώμης, το Σάββατο 27 Σεπτεμβρίου 2025 και ώρα 20:00.

Στην επιτυχημένη εκδήλωση συμμετείχαν:

Χορωδιακός Σύλλογος Στειρίου "Η Στειρίδα" - "Ορειψάλτες" Ιεράς Μητροπόλεως Καρπενησίου (σε συνεργασία με τον Σύλλογο Γυναικών Ανθήλης και τον Σύλλογο "Καλλίχορος" - Χορωδία Κάτω Τιθορέας - Χορωδία Ενηλίκων Παραρτήματος Δυτικής Φθιώτιδος του Ωδείου της Ιεράς Μητροπόλεως Φθιώτιδας "Γερμανός ο Μελωδός"



## ΜΑΚΡΑΚΩΜΗ: Πρώτη Παγκόσμια Ημέρα Ηλικιωμένων

Την Πέμπτη 2 Οκτωβρίου στο Ισόγειο του Δημοτικού Καταστήματος στη Μακρακώμη, στο πλαίσιο της 1ης Οκτωβρίου Παγκόσμιας Ημέρας Ηλικιωμένων, πραγματοποιήθηκε η δράση ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης γύρω από την Τρίτη Ηλικία ... από τις Κοινωνικές Δομές του Δήμου Μακρακώμης, Βοήθεια στο Σπίτι και Κέντρο Κοινότητας.

Οι πολίτες είχαν τη δυνατότητα να ενημερωθούν για τις υπηρεσίες των Δομών καθώς επίσης και να λάβουν μετρήσεις των ζωτικών τους σημείων (σακχάρου/πίεσης /κορεσμού) από το Νοσηλευτικό Προσωπικό του Βοήθεια στο Σπίτι.





## Εκδήλωση τιμής και μνήμης για τη Μάχη της Μακρακώμης



Με σεβασμό και συγκίνηση πραγματοποιήθηκε τη Δευτέρα 6 Οκτωβρίου 2025 η εκδήλωση τιμής και μνήμης για τη Μάχη της Μακρακώμης, μια από τις σημαντικότερες στιγμές της τοπικής μας ιστορίας.

Στην εκδήλωση παρέστησαν ο Δήμαρχος του Δήμου Μακρακώμης κ. Γεώργιος Χαντζής, Αντιδήμαρχοι και Δημοτικοί Σύμβουλοι, εκπρόσωποι τοπικών αρχών, φορέων και συλλόγων, καθώς και μαθητές και μαθήτριες των σχολείων της περιοχής, τιμώντας με την παρουσία τους, τους αγωνιστές που πάλεψαν για την ελευθερία.

Τον πανηγυρικό της ημέρας εκφώνησε η κα Σταυρούλα Σταμέλου, υποψήφια διδάκτορας Νεότερης και Σύγχρονης Ιστορίας, αναδεικνύοντας τη διαχρονική αξία της Μάχης της Μακρακώμης, και τονίζοντας το καθήκον όλων μας να κρατούμε ζωντανή την ιστορική μνήμη και να μεταλαμπαδεύουμε στις νεότερες γενιές τα ιδανικά της ελευθερίας, της αλληλεγγύης και της δημοκρατίας.

Ακολούθησε κατάθεση στεφάνου και τήρηση ενός λεπτού σιγής στη μνήμη των πεσόντων. Η τελετή ολοκληρώθηκε με την ανάκρουση του Εθνικού Ύμνου.

Ο Δήμος Μακρακώμης εκφράζει τις θερμές του ευχαριστίες προς όλους όσους τίμησαν με την παρουσία τους την εκδήλωση και συνέβαλαν στη διατήρηση της ιστορικής μας μνήμης



## Πρώτο MAYRILO MOUNTAIN FEAST

Οι διοργανωτές της εκδήλωσης, από νωρίς είχαν ενημερώσει όσους ήθελαν να παραβρεθούν στο πάρτι, ότι αναλαμβάνουν τα πάντα για να είναι η βραδιά τους αξέχαστη.

«Απαραίτητη προϋπόθεση» όμως ήταν οι επισκέπτες να κουβαλήσουν μαζί τους την καλή τους διάθεση μαζί με ένα μπουφανάκι, σπερ και εγένετο !!!

Έτσι, όσοι παραβρέθηκαν το Σάββατο 25 Οκτωβρίου 2025 στη πλατεία του χωριού Μαυρίλο, συνομολογούν ότι πέρασαν μια υπέροχη βραδιά.

Οι νέοι του χωριού και των γύρω χωριών διασκέδασαν μέχρι τις πρώτες πρωινές ώρες με το ξεσηκωτικό πρόγραμμα του dj set dy Giwrgos Karanikas. Καθ' όλη τη διάρκεια του πάρτι τα κοκτέιλς οι λουκουμάδες τα μπέργκερ και χοτ ντόγκ... είχαν την τιμητική τους.

ΟΙ ΜΑΥΡΙΛΙΩΤΕΣ για ακόμη μια φορά έδωσαν ρέστα!!!!!!



## Παλαιοβράχα : Γιορτή του κρασιού

Ο Πολιτιστικός Σύλλογος των Απανταχού Παλαιοβραχινών, ο πρόεδρος της Κοινότητας Κώστας Ταγιάς, όλα τα μέλη του Τοπικού Συμβουλίου και τα μέλη του Συλλόγου έχουν γίνει ένα με τους κατοίκους, που με εθελοντική δουλειά καταφέραν και παρουσίασαν κάτι πραγματικά ξεχωριστό.

Όταν το χωριό είναι ενωμένο, τα αποτελέσματα είναι πάντα εντυπωσιακά!

Ο ενθουσιασμός φέτος ξεπέρασε κάθε προηγούμενο και η συμμετοχή ήταν μεγάλη, με κοινό στόχο μια βραδιά γεμάτη κέφι, παράδοση και γνήσια φιλοξενία.

Παλαιοβραχνοί και επισκέπτες απ' όλη τη Φθιώτιδα συγκεντρώθηκαν το βράδυ, στις 6 Σεπτεμβρίου, στην Παλαιοβράχα, και γιόρτασαν όλοι μαζί, μια μοναδική γιορτή που άφησε αξέχαστες στιγμές.

Η γιορτή έλαβε χώρα στην πλατεία του χωριού με ώρα έναρξης στις 18:00, και στο χώρο που υπάρχει μεταξύ εκκλησίας και πλατείας (περίπου 200τ.μ) θα υπήρχαν θεματικές ενότητες που οι επισκέπτες είχαν τη δυνατότητα να βλέπουν και να μαθαίνουν πώς και τι προϊόντα γίνονται από το αμπέλι.



## ΜΑΥΡΙΛΟ: 16η Γιορτή Κάστανου με πολύ κέφι

Η Πανελλήνια Ένωση Μαυριλιωτών την Κυριακή στις 26 Οκτωβρίου 2025, στο Μαυρίλο Φθιώτιδας, γιόρτασε την 16η Γιορτή Κάστανου.

Η εκδήλωση ξεκίνησε στις 1:00 π.μ. και οι επισκέπτες απόλαυσαν ψητά κάστανα, μουσική, χορό και πολύ κέφι.



### «Ροβολώντας στα Άγραφα»

Σε ένα μικρό χωριό το Ροβολiάρι, ζήσαμε σήμερα όμορφες στιγμές με τρέξιμο, χαμόγελο και θετική διάθεση.

Αφορμή ο 1ος αγώνας δρόμου που πραγματοποιήθηκε την Κυριακή 28 Σεπτεμβρίου μέσα στη βροχή και τη μαγεία του δάσους στο Ροβολιари με τη στήριξη του Δήμου Μακρακώμης!!!

Παρά τη βροχή που δεν σταμάτησε στιγμή, πάνω από 80 δρομείς από διάφορα μέρη της Ελλάδας έτρεξαν και έζησαν μια ξεχωριστή εμπειρία.

Ένα μεγάλο μπράβο σε όλους όσους έτρεξαν, σε όλους βοήθησαν και σε όλους βρέθηκαν εκεί.

Το Ροβολiάρι μας έδειξε σήμερα ότι όταν υπάρχει αγάπη για τον τόπο μας, τίποτα δεν μας σταματά ούτε καν η βροχή!



## Συνάντηση Συλλόγου Απανταχού Πτελεωτών με τον Δημάρχο

Συνάντηση Συλλόγου των Απανταχού Πτελεωτών και Δημάρχου. Την Κυριακή 14-9-25 το Δ.Σ. του Συλλόγου των Απανταχού Πτελεωτών μαζί με τον πρόεδρο της Κοινότητας κ. Λάμπρο Στεφανή, συναντηθήκαν με τον δήμαρχο κ. Γιώργο Χαντζή.

Τα μέλη του Συλλόγου ζήτησαν τη συνάντηση αυτή προκειμένου να αναπτύξουν στο Δήμαρχο το πρόγραμμα τους αλλά και να ζητήσουν την βοήθεια του Δήμου για την υλοποίησή του.



## Εθελοντισμός για την Καθαριότητα στην Πτελέα!

Εργασίες καθαριότητας στο δημοτικό σχολείο εθελοντικά από μέλη του συλλόγου και συγχωριανούς στις 27/9/2025!



# Ημερίδα από τον Δήμο Μακρακώμης με επίκαιρο θέμα: «Δημογραφικό – Υπογεννητικότητα – Υπογονιμότητα»

Την Κυριακή 28 Σεπτεμβρίου, στο Συνεδριακό Κέντρο Σπερχειάδας, ο Δήμος Μακρακώμης φιλοξένησε μια ιδιαίτερα σημαντική ημερίδα με θέμα: «Δημογραφικό – Υπογεννητικότητα – Υπογονιμότητα».

Η διοργάνωση πραγματοποιήθηκε σε συνεργασία με τον Ιατρικό Σύλλογο Αθηνών, την Ελληνική Εταιρεία Αναπαραγωγικής Ιατρικής, τους Ιατρικούς Συλλόγους Στερεάς Ελλάδας και Θεσσαλίας, το ΕΔΔΥΠΠΥ και το Παγκόσμιο Ιπποκράτειο Ινστιτούτο Ιατρών και τελούσε υπό την αιγίδα των Περιφερειών Στερεάς Ελλάδας και Θεσσαλίας, καθώς και της Ιεράς Μητροπόλεως Φθιώτιδας.

Πραγματοποιήθηκε με φυσική παρουσία αλλά και διαδικτυακή μετάδοση, δίνοντας τη δυνατότητα συμμετοχής τόσο σε κατοίκους της περιοχής όσο και σε ενδιαφερόμενους από όλη την Ελλάδα.

Σκοπός της Επιστημονικής Ημερίδας ήταν η ενημέρωση και η συζήτηση για θέματα που αφορούν στην αναπαραγωγική υγεία και στη διαχείριση της γονιμότητας.

Οι παρευρισκόμενοι ενημερώθηκαν από ειδικούς για τις τελευταίες σύγχρονες μεθόδους και πρακτικές και στη συνέχεια παρακολούθησαν ομιλίες σχετικά με κοινωνικές και ιατρικές πτυχές της αναπαραγωγικής υγείας.

Ο πρόεδρος της ημερίδας και του Ιατρικού Συλλόγου Αθηνών, Γιώργος Πατούλης, στην ομιλία του, ανέδειξε τη σοβαρότητα της δημογραφικής κρίσης που αντιμετωπίζει η χώρα, καθώς και την ανάγκη για άμεσες παρεμβάσεις σε επίπεδο υγείας, πρόνοιας και δημόσιας πολιτικής, ώστε να στηριχθεί η οικογένεια και η αναπαραγωγική υγεία των πολιτών.

Ο Δήμαρχος Γιώργος Χαντζής στην ομιλία του δήλωσε ότι ο Δήμος Μακρακώμης θα συνεχίσει να στηρίζει πρωτοβουλίες και δράσεις που ενδυναμώνουν την οικογένεια, ταυτόχρονα όμως εξέφρασε την αγωνία για την ερήμωση των χωριών του Δήμου και έκανε έκκληση στην πολιτεία να δώσει κίνητρα για να επιστρέψουν οι νέοι στην ύπαιθρο.

Ο Δήμος Μακρακώμης εκφράζει εγκάρδιες ευχαριστίες προς όλους όσους τίμησαν την εκδήλωση με την παρουσία ή τους χαιρετισμούς τους:



- τον Σεβασμιώτατο Μητροπολίτη Φθιώτιδας κ. Συμεών,
- τον Βουλευτές κους Χρήστο Σταϊκούρα & Γιώργο Κοτρωνιά
- τον Δήμαρχο Μακρακώμης, κ. Γιώργο Χαντζή,
- τους Αντιπεριφερειάρχες κα Κατερίνα Καλαντζή - Χρήστο Γεωργίου
- την Πρόεδρο του Ιατρικού Συλλόγου Ευρυτανίας κα Νεκταρία Χαλκιά,
- τον Γενικό Γραμματέα του Παγκοσμίου Ιπποκράτειου Ινστιτούτου Ιατρών κ. Αντώνιο Πολυδώρου, καθώς και σε όλους τους εκπροσώπους φορέων, συλλόγων και τοπικών αρχών.

Στο επιστημονικό τμήμα της Ημερίδας συμμετείχαν έγκριτοι ομιλητές, όπως:

- ο κ. Κωνσταντίνος Πάντος (Γεν. Γραμματέας της Ελληνικής Εταιρείας Αναπαραγωγικής Ιατρικής),
- ο κ. Κωνσταντίνος Σφακιανούδης (Μαιευτήρας – Γυναικολόγος),
- ο κ. Κωνσταντίνος Νταφόπουλος (Καθηγητής Μαιευτικής – Γυναικολογίας Παν. Θεσσαλίας), η κα Αγνή Πάντου (Ειδ. Μαιευτικής – Γυναικολογίας),
- ο κ. Δημήτρης Κατσάμπουλας (Ποινικολόγος), και η κα Ευαγγελία Σφακιανούδη – Πάντου (Δικηγόρος).





## Αγιασμός στο Γυμνάσιο και το Λύκειο Σπερχειάδας

Την Πέμπτη 11 Σεπτεμβρίου 2025 πραγματοποιήθηκε ο Αγιασμός στο σχολείο μας, που σηματοδοτεί την έναρξη της νέας σχολικής χρονιάς.

Την τελετή του Αγιασμού, η οποία ήταν κοινή για το Γυμνάσιο και το Λύκειο Σπερχειάδας, τέλεσε ο Πανοσιολογιώτατος Πατέρας Κύριλλος, εφημέριος της Εκκλησίας του Αγίου Νικολάου Σπερχειάδας και σε αυτή παρευρέθησαν, ο Σύμβουλος

Παιδαγωγικής Ευθύνης του Γυμνασίου Σπερχειάδας, κ. Ζάχος Γεώργιος, ο Πρόεδρος του Συλλόγου Γονέων και Κηδεμόνων του Σχολείου, κ. Σταθόπουλος Κωνσταντίνος, καθώς και αρκετοί γονείς και κηδεμόνες των μαθητών μας. Εκ μέρους του Δήμου Μακρακώμης, στην τελετή παρευρέθηκε ο Αντιδήμαρχος Τεχνικών Έργων και Πολεοδομικού Σχεδιασμού, κ. Παναγιώτης Κοντογεώργος. Κατά

τη διάρκεια της τελετής, όλοι απήθηναν ευχές στους μαθητές για μία καλή και δημιουργική σχολική χρονιά, όπως και η Διευθύντρια του Γυμνασίου Σπερχειάδας κα Παυλέτση Σοφία. Η Διεύθυνση και ο Σύλλογος Διδασκόντων του Γυμνασίου Σπερχειάδας εύχονται ολόψυχα στους μαθητές του σχολείου μας να έχουν μία δημιουργική χρονιά, με καλή πρόοδο και υγεία.

## Η ευλογία τρομάζει τη Δυτική Φθιώτιδα

Οι κτηνοτρόφοι στη Δυτική Φθιώτιδα εκφράζουν σοβαρές ανησυχίες μετά την εμφάνιση της ευλογιάς.

Σε μια ευρεία σύσκεψη που πραγματοποιήθηκε στη Σπερχειάδα, αυτοδιοικητικοί και φορείς εξετάζουν μέτρα για την προστασία της περιοχής από τη νόσο.

Οι αγρότες και κτηνοτρόφοι ζητούν άμεσες λύσεις από την κυβέρνηση, προκειμένου να αντιμετωπιστούν τα προβλήματα που αντιμετωπίζουν. Παράλληλα, προγραμματίζουν κινητοποιήσεις για να διεκδικήσουν τα δικαιώματά τους και να επισημάνουν την ανάγκη για υποστήριξη στον τομέα τους.



## Από τη Σπερχειάδα ξεκίνησε το πρώτο Ιπποκρατικό Σχολείο εκπαίδευσης γιατρών στην Πρωτοβάθμια Ογκολογική Φροντίδα

Η Σπερχειάδα φιλοξένησε ένα σπουδαίο εγχείρημα που συνδέει τον τόπο μας με τη μακρά ιατρική παράδοση του Ιπποκράτη.

Πρόκειται για το Πρώτο Ιπποκρατικό Σχολείο Εκπαίδευσης Ιατρών στην Πρωτοβάθμια Ογκολογική Φροντίδα, με θέμα «Βασικές Γνώσεις Πρόληψης και Θεραπείας του Καρκίνου», που ξεκίνησε το Σάββατο 27 και την Κυριακή 28 Σεπτεμβρίου 2025, στο Συνεδριακό Κέντρο «Αθανασίου και Μαίρης Ακρίδα».

Η πρωτοβουλία αυτή, που τελεί υπό την αιγίδα του Υπουργείου Υγείας και των Περιφερειών Στερεάς Ελλάδας και Θεσσαλίας, πραγματοποιείται σε συνεργασία με ιατρικούς συλλόγους και επιστημονικές εταιρείες, με τη στήριξη του Δήμου Μακρακώμης.

Στόχος είναι να ενισχυθεί ο ρόλος των ιατρών της πρωτοβάθμιας φροντίδας στην περιφέρεια, ώστε οι πολίτες να έχουν πρόσβαση σε έγκαιρη διάγνωση, πρόληψη και σωστή καθοδήγηση στη μάχη κατά του καρκίνου.

Καταξιωμένοι ογκολόγοι, πανεπιστημιακοί και ειδικοί από τον χώρο της υγείας κάλυψαν ένα ευρύ φάσμα θεμάτων, από την πρόληψη και την έγκαιρη διάγνωση έως τις σύγχρονες θεραπευτικές μεθόδους, εξασφαλίζοντας υψηλού επιπέδου κατάρτιση για τους συμμετέχοντες.

Η παρακολούθηση γίνεται δωρεάν, με χορήγηση μορίων συνεχιζόμενης ιατρικής εκπαίδευσης, ενώ στο τέλος του κύκλου σπουδών θα δοθεί Πιστοποιητικό Παρακολούθησης και Επάρκειας μετά από εξετάσεις.

Η παρουσία ενός τέτοιου θεσμού στη Φθιώτιδα αναδεικνύει τη σημασία της περιφέρειας στη σύγχρονη ιατρική εκπαίδευση και δημιουργεί νέες προοπτικές για τη διασύνδεση τοπικών κοινωνιών με την επιστημονική πρόοδο.

Η Σπερχειάδα γίνεται έτσι σημείο αναφοράς, φιλοξενώντας μια πρωτοβουλία που έχει ως στόχο να προσφέρει ουσιαστική γνώση και στήριξη στην τοπική κοινωνία αλλά και σε όλη τη χώρα.



Μια επιτυχημένη ημερίδα με θέμα «Καρκίνος Μαστού – Πρόληψη – Διάγνωση – Θεραπεία» πραγματοποιήθηκε στη Σπερχειάδα και συνδιοργανώθηκε από τον Σύλλογο Γυναικών Κάτω Καλλιθέας Φθιώτιδας και τον Δήμο Μακρακώμης.

Τίμησαν με την παρουσία τους την εκδήλωση, ο Σεβασμιώτατος Μητροπολίτης Φθιώτιδος κ. Συμεών, ο Δήμαρχος Μακρακώμης κ. Γεώργιος Χαντζής, ο Πρόεδρος του Ιατρικού Συλλόγου Αθηνών κ. Γεώργιος Πατούλης, ο καθηγητής Ιατρικής και πρώην βουλευτής κ. Ιωάννης Γιαννόπουλος, ο Αντιπεριφερειάρχης Υγείας και Πρόεδρος του Ιατρικού Συλλόγου Λαμίας κ. Χρήστος Γεωργίου, και μέλη του Δημοτικού Συμβουλίου του Δήμου Μακρακώμης.

Διακεκριμένοι επιστήμονες παρουσίασαν θέματα που αφορούσαν την πρόληψη, τη διάγνωση και τη θεραπεία του καρκίνου του μαστού, τη σημασία της υγιεινής ζωής, τη συμβολή της τοπικής αυτοδιοίκησης στην προαγωγή της υγείας, αλλά και τη θεραπευτική δύναμη της τέχνης και της θετικής ψυχολογίας.

Σχετικά με την ημερίδα ο Πρόεδρος Ιατρικού Συλλόγου Αθηνών κ. Γιώργος Πατούλης είπε:



## Σπερχειάδα - Ημερίδα με θέμα: Καρκίνος του Μαστού - Πρόληψη - Διάγνωση - Θεραπεία

Με μεγάλη χαρά συμμετείχα, μετά την πρόσκληση του Συλλόγου Γυναικών Κάτω Καλλιθέας Φθιώτιδας, στην ημερίδα που διοργάνωσε με θέμα: Καρκίνος του Μαστού - Πρόληψη - Διάγνωση - Θεραπεία.

Συγχαρητήρια στη συνάδελφο, ιατρό Δήμητρα Παπαδημητρίου, για την άψογη διοργάνωση και το υψηλό κύρος των εισηγήσεων των ομιλητών, όπως και στους Χρήστο Γεωργίου και Γιώργο Χατζή.



## Καλά Παζάρια από ... Σπερχειάδα!

Παραμονές του μεγάλου παζαριού και η πόλη μας της Σπερχειάδας ετοιμάζεται πυρετωδώς.

Από τα ξημερώματα, ηλεκτρολόγοι, εργάτες, καθαριότητα, μηχανήματα και παραγγοκατασκευαστές δουλεύουν ασταμάτητα για να είναι όλα έτοιμα για το Παζάρι της Σπερχειάδας.

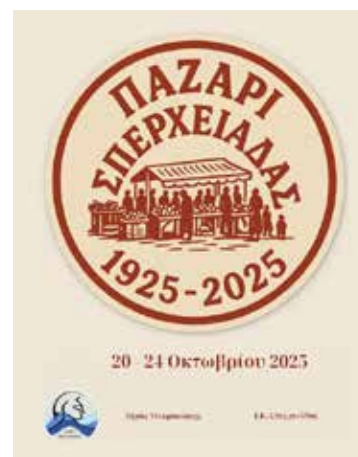
Για πέντε ημέρες, από, η Σπερχειάδα θα γεμίσει ζωή, γεύσεις και μυρωδιές Ρούμελης.

Φέτος το παζάρι Σπερχειάδας κλείνει ένα αιώνα ζωής (1925 - 2025) Ένας αιώνας ιστορίας, εμπορίου και παράδοσης που συνεχίζεται με το ίδιο μεράκι και την ίδια αγάπη.

Ο καπνός από τις ψησταριές, οι μυρωδιές και οι παρέες που συγκεντρώνονται στα τραπέζια συνθέτουν μια γιορτή που μόνο η Σπερχειάδα μπορεί να προσφέρει.

Το φημισμένο ψητό, το κοκορέτσι, και το κοντοσουβλι, σιγοψήνονται ήδη και δημιουργούν την ατμόσφαιρα που κάνει το Παζάρι μοναδικό.

Το Παζάρι δεν είναι μόνο εμπορική δραστηριότητα. Είναι θεσμός και κομμάτι της ιστορίας του τόπου μας, μια ευκαιρία αναζωογόνησης για την πόλη, τα μαγαζιά, τις ταβέρνες και τους επαγγελματίες που δίνουν κάθε χρόνο τον καλύτερό τους εαυτό.



# Προβατίνα και παραδοσιακές πίτες δωρεάν στη Μεγάλη Κάψη

Το Σάββατο 25 Οκτώβρη έφτασε και οι Μεγαλοκασιώτες για μια ακόμα χρονιά υποδέχτηκαν τους προσκεκλημένους στη 5η γιορτή της προβατίνας και της παραδοσιακής πίτας.

Ελληνικότατες, φρέσκες και ελεγμένες ποιοτικά προβατίνες πρωταγωνιστήσαν για μια ακόμη χρονιά στο πανέμορφο χωριό της Μεγάλης Κάψης... και μαζί με τις παραδοσιακές πίτες διανεμήθηκαν δωρεάν.

Η Γιορτή Προβατίνας και Παραδοσιακής Πίτας είχε τα πάντα.... Κέφι, χορό και παράδοση ...

Η Μεγάλη Κάψη απέδειξε για μια ακόμη φορά ότι όσο μικρός κι αν είναι ο τόπος, μπορεί να κάνει πράγματα μεγάλα όταν υπάρχει αγάπη, μεράκι και συνεργασία.

**Ανακοίνωση του Πολιτιστικού Σύλλογου Μεγαλοκασιωτών «Το Βελούχι»**

Στις 25 Οκτωβρίου πραγματοποιήθηκε η 5η γιορτή προβατίνας και παραδοσιακής πίτας στο χωριό μας, με την συνδιοργάνωση του Δήμου Μακρακώμης.

Θα θέλαμε να ευχαριστήσουμε από καρδιάς όλους τους συγχωριανούς και φίλους του Συλλόγου που παρευρέθηκαν στην γιορτή.

Με την θερμή συμμετοχή σας, αποδεικνύεται άλλη μια φορά ότι η καρδιά όλων σας χτυπά στην Μεγάλη Κάψη και αυτό μας δίνει την δύναμη να συνεχίσουμε!

Ευχαριστούμε τον Δήμο Μακρακώμης για την πολύτιμη συμβολή του, στην τοποθέτηση των σκίαστρων, στον χώρο διεξαγωγής της εκδήλωσης.

Ευχαριστούμε τον Δήμαρχο του Δήμου Μακρακώμης, κ. Χατζή Γεώργιο για την παρουσία του στην γιορτή μας καθώς και τους αντιδημάρχους και δημοτικούς συμβούλους που ανταποκρίθηκαν στην πρόσκληση μας.

Επίσης ευχαριστούμε τον επικεφαλής της μείζονος αντιπολίτευσης, κ. Καραγιάννη Κωνσταντίνο και τους δημοτικούς συμβούλους που παρευρέθηκαν στην εκδήλωση. Τον χορευτικό σύλλογο Πήγασος Λαμίας για την συμμετοχή του στην γιορτή.

Τέλος, όλους τους εθελοντές μας για την πολύτιμη βοήθεια τους, γιατί χωρίς αυτούς, δεν θα τα καταφέρναμε!

Μακάρι να έχουμε υγεία για να ανταμώσουμε κάθε χρόνο !!!!



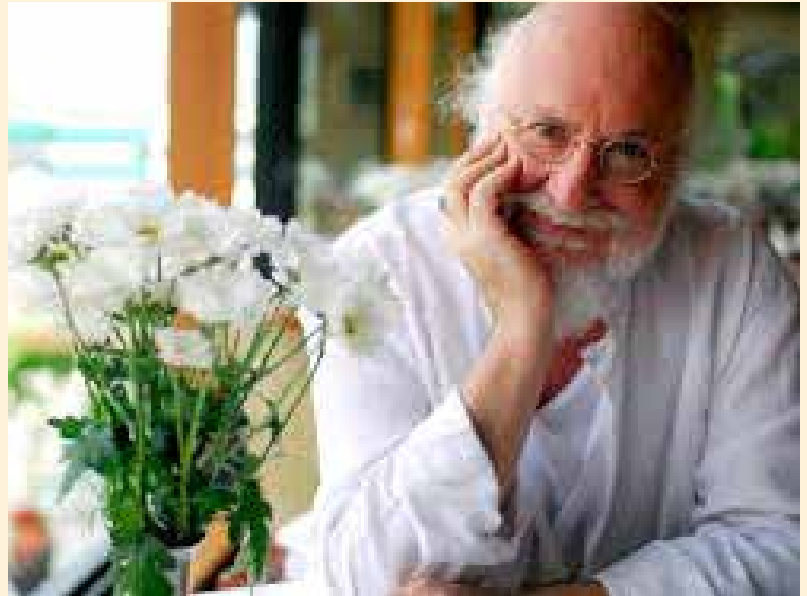
## Ο χρόνος κυλά κι όλα τα ίδια μένουν

Τελικά, τίποτε δεν πάει καλά στη ζωή μας. Τα περισσότερα μηνύματα είναι λυπητερά.

Δεν μπορούμε πια να ζούμε στη γαλήνη και την ηρεμία. Όταν σκέφτομαι ότι ο χρόνος κυλά κι όλα ίδια μένουν, νιώθω κάτι σαν μαχαιριές.

Όλες οι ελπίδες που είχαν εκκολαφθεί τα προηγούμενα χρόνια, τα λαμπρά οράματα του μέλλοντος, το φλογερό πάθος της νιότης, οι λύπες, η ανώμαλη προσγείωση, η βαρεμάρα, η παραίτηση, ολόκληρη η κλίμακα των ανθρωπίνων αισθημάτων, έχουν αποκτήσει μια δική τους βασιανιστική κι αινιγματική υπόσταση...

Κουράστηκα με τους ανθρώπους, τα κατ' εξακολούθησε λάθη, τις ανοησίες, τις εμμονές, το ψέμα, τη βλακεία ...  
Μια βροχούλα περιμένω...



## Διονύσης Σαββόπουλος- In Memoriam



Σαν να χάνεται ένα κομμάτι από την ψυχή μας.

Ένα Σάββατο βράδυ του 1986 μπήκε στα σπίτια μας ο Σαββόπουλος με μία τηλεοπτική εκπομπή με τίτλο «ΖΗΤΩ το ελληνικό τραγούδι».

Το ΖΗΤΩ έτσι, με κεφαλαία, χωρίς τόνο.

Ζητώ ή Ζήτω; Με δυναμικό και απόλυτο τρόπο συγκέρασε (και νομιμοποίησε) το ελληνικό ροκ με τα αστικά τραγούδια του μεσοπολέμου, το δημοτικό με το έντεχνο, το παιδικό μας τραγουδάκι με το «κοκοράκι» με τα σκωπτικά αποκριάτικα.

Αυτή η εκπομπή (με τα κάπου 30 επεισόδια) ήταν ο Νιόνιος.

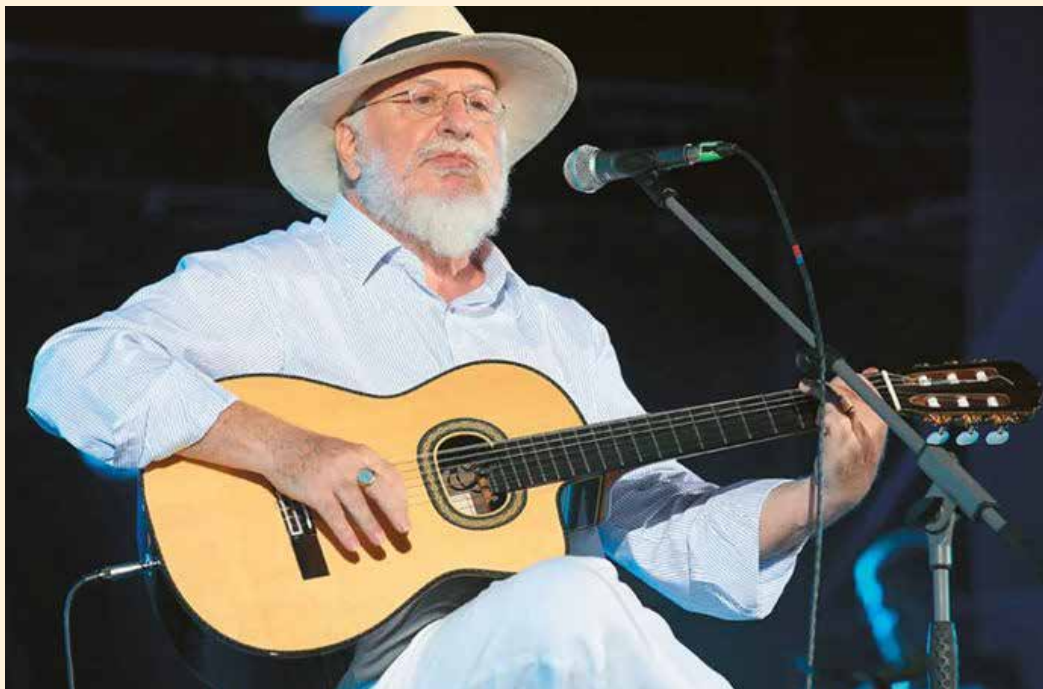
Με τα τραγούδια του διαμόρφωσε πολλές γενιές: ριζοσπάστης και παραδοσιακός, εθνικιστής και διεθνιστής, επαναστάτης και συντηρητικός, έπαιζε με το ασυνείδητο, απελευθέρωνε τη φαντασία, ευαίσθητος και προπάντων απρόβλεπτος.

Τα τραγούδια του δεν μπαίνουν σε κατηγορίες.

Είναι μία κατηγορία μόνος του: ο Σαββόπουλος. Με τα τραγούδια του σφράγισε τη δημοκρατία μας μετά το 1974. «Έφυγε» και μαζί του φεύγει κι ένα κομμάτι από την ψυχή μας.

«Ο χρόνος που μετράει σε λίγο δεν θα είναι εδώ θα τον φάω ή θα με φάει, αυτά είχα να σου ειπώ»!

Μας περιείχες όλους. Είπε ένα τραγούδι για τον καθέναν από μας. Αν αισθάνθηκαν κάποιοι άνθρωποι προδομένοι από κείνον, ήταν επειδή ήταν τόσο σίγουροι ότι τραγουδάει για κείνους μόνο - και, έκπληκτοι, την επόμενη μέρα, ανακάλυπταν πως το επόμενο τραγούδι του μιλούσε και για τον διπλανό τους, τον αντίθετό τους. Καλό ταξίδι Νιόνιο στους ουρανούς της νιότης μας!





Κείμενο του Ηλία Προβόπουλου

## Για τη μάνα μου, την αγρότισσα

Διεθνής ημέρα της αγρότισσας η 15η Οκτωβρίου και η σκέψη μου πήγε στην μικρή πατρίδα από την οποία φέτος λείπει η μάνα, γύρισε στη γη της απ' όπου φύτερωσε και ποτέ δεν απομακρύν-

θηκε από κοντά της, όσα χρόνια ήταν γραφτό να ζήσει...

Ναι, το σώμα της μάνα από τέτοιον καιρό πέρσι αναπαύεται στη γη του χωριού μας και στον ουρανό που βρίσκεται μας παρακολουθεί και κρίνει τα όσα βλέπει εδώ κάτω, σωστά ή ανάποδα να γίνονται. Πιστεύω δε πως εκεί που έχει συνεχώς την προσοχή της στραμμένη είναι ο κήπος της, το χωράφι της το οποίο νοιάζονταν ακόμα και λίγες ημέρες πριν πεθάνει και ρωτούσε γι' αυτό.

Φυσικά η μάνα, που γεννήθηκε αγρότισσα και αγρότισσα πέθανε, δεν ξεχώριζε την ημέρα που καθιέρωσε ο ΟΗΕ, ούτε την ένοιωζε. Η ζωή της, όπως και όλων των γυναικών της γενιάς της, στο χωριό και σε όλο τον κόσμο ήταν απόλυτα δεμένη με τη γη και τα ζωντανά, ήμερα και άγρια που ζούσαν κοντά στους κήπους, τα χωράφια και τα μαντριά της και η διάθεσή της εξαρτιόνταν από το αν ο καιρός ήταν σύμμαχος σε ότι έκανε ή της πήγαινε κοντρα.

Ο τρόπος που δούλεψε όλα αυτά τα χρόνια τη γη ήταν αυτός που έμαθε όταν ήταν κοριτσάκι από τις μεγαλύτερες γυναίκες που κι αυτές είχαν φυτρώσει στον ίδιο τόπο, ένας τρόπος που ελάχιστα διέφερε από την πρώτη ημέρα στην ιστορία που ο άνθρωπος έγινε γεωργός και από εργαλεία, μόνο εκείνα που δημιούργησε η εμπειρία του καλλιεργητή. Ναι, πρόφτασε να δει τρακτέρ να οργώνει το χωράφι της αλλά δεν πείστηκε ποτέ πως το κάνει καλύτερα από το αλέτρι. Δεν ποδοπατάει τη γη, έλεγε, τα μουλάρια ήταν ελαφρότερα.

Όχι, δεν ήταν οπισθοδρομική, απλά δεν ήταν σίγουρη για τα αποτελέσματα των νεωτερισμών και των πειραμάτων και ήθελε τη σιγουριά της. Κρατούσε το δικό της σπόρο, ειδικά ντομάτες και άλλα λαχανικά. Τηρούσε πρόγραμμα στο πότισμα για να μη χάνει νερό, όπως και στη βοσκή των ζώων να μην εξαντλείται το χωράφι, την κατανάλωση των αγαθών για την οικογένεια και τα ζωντανά. Κάθε άνοιξη ξεκινούσε έναν αγώνα που στόχο είχε την επάρκεια ως την επόμενη περίοδο. Μέσα στο πρόγραμμά της λογάριζε και τις αναποδιές και προσπαθούσε να τις διαχειριστεί όσο πιο αποτελεσματικά προς όφελος όλων.

Και μέσα σε όλα αυτά έβαζε και τις υποχρεώσεις της οικογένειας: άντρας, παιδιά, γέροντες, τις σχέσεις με την γειτονιά και το χωριό και που και που, σε καμιά βαρucheμωνιά έπιανε το πλέξιμο και καθόνταν στον αργαλειό. Ο νους της όμως έτρεχε διαρκώς στις ανάγκες του σπιτιού και του μαντριού. Έκανε κάθε βράδυ πλήρη έλεγχο και μετά έπεφτε για ύπνο και μόλις ξυπνούσε εκεί πρώτα έτρεχε για να δει τα ζωντανά. Αυτά ήταν ο πλούτος της, αυτά, μαζί με την παραγωγή των κήπων ήταν η επιβεβαίωση για την επιβίωση της οικογένειας.

\*\*\* Στη φωτογραφία, ο μάνα μου οδηγεί το μουλάρι και ο πατέρας κρατά το αλέτρι. Ήταν η εποχή που δεν υπήρχε πια άλλο μουλάρι στο χωριό να μπει στο ζυγό και ο γέρο Μάρκος ήθελε βοήθεια κι ένα καλό λόγο να σύρει το αλέτρι.



## Το Δίκαστρο θυμάται, τιμά και γιορτάζει

Από το Δ.Σ. του Ιστορικού και Λαογραφικού Μουσείου:  
Σήμερα 27/10/25 τιμούμε το σύμβολο του έθνους. Τιμούμε τη σημαία μας κι όλους εκείνους που θυσιάστηκαν για την υπερρασπισή της!

Αύριο 28/10/25 τιμούμε και γιορτάζουμε το ΟΧΙ του ελληνικού λαού απέναντι στον φασισμό - ναζισμό!

Το Ιστορικό και Λαογραφικό Μουσείο Δικάστρου, ΦΩΤΑΓΩΓΗ-ΜΕΝΟ ΣΗΜΕΡΑ και ΑΥΡΙΟ, με τη γαλανόλευκη ψηλά, αποτίει φόρο τιμής στους αγωνιστές εκείνης της περιόδου, με την ευχή να επικρατήσει ΕΙΡΗΝΗ, ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗ και ΑΓΑΠΗ σε όλον τον κόσμο!

Φυσικά από την πενταθεματική εκθετήρια συλλογής μας δε θα μπορούσε να λείπει το ιστορικό κομμάτι, που είναι αφιερωμένο στους αγώνες του έθνους για την προάσπιση της εδαφικής μας ακεραιότητας, της εθνικής μας κυριαρχίας και της ελευθερίας.

Οι Δικαστριώτες σε όλες τις ιστορικές φάσεις της πατρίδας έδωσαν το « βροντερό » τους παρόν υπερασπιζόμενοι τα ιερά και τα όσια μας!

ΧΡΟΝΙΑ ΠΟΛΛΑ ΣΤΟ ΕΘΝΟΣ! ΧΡΟΝΙΑ ΠΟΛΛΑ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ! ΧΡΟΝΙΑ ΠΟΛΛΑ ΣΤΟ ΔΙΚΑΣΤΡΟ! ΤΙΜΗ ΚΑΙ ΔΟΞΑ ΣΤΟΥΣ ΑΓΩΝΙΣΤΕΣ!



## Το ταχυδρομείο που ένωνε τα χωριά

Κείμενο του Ηλία Προβόπουλου



... κι εκεί, στη σιωπή του μνημείου,  
αντηχεί αιώνια αυτό το γέλιο,

### το γέλιο της αθανασίας

Του Π. ΝΤΑΝΗ

Η 28η Οκτωβρίου είναι αφιερωμένη σε αυτό το γέλιο του στρατιώτη.

Το γέλιο του νεαρού στη φωτογραφία που δεν είναι απλώς χαρά.

Είναι το γαλήνιο γέλιο εκείνου που έχει ξεπεράσει τον φόβο του θανάτου, γιατί, εν αγνοία του, έχει ήδη κερδίσει την αθανασία.

Είναι το γέλιο αυτού που άφησε στο σπίτι τα όνειρά του και ξεκίνησε χωρίς το «εγώ» για μέρη άγνωστα. Είναι το γέλιο του άντρα στην πιο ταπεινή αλλά δυνατότερη μορφή του. Του άντρα που θυσιάζεται.

Εκείνοι οι νέοι, με τα κοινά ονόματα και τα ταπεινά επίθετα δεν φοβήθηκαν. Προχώρησαν μέσα στο χιόνι, στη λάσπη, στην πείνα – όχι για να γράψουν ιστορία, ούτε γιατί γνώριζαν πόσο δυνατοί ήταν, αλλά για να προστατέψουν εκείνους που αγαπούσαν: τις γυναίκες, τις μάνες και τα παιδιά του λαού τους.

Δεν πρόλαβαν να ζήσουν πολλά. Δεν σπούδασαν, δεν γεύτηκαν χαρές με την αγάπη τους, δεν πήγαν διακοπές, δεν είδαν παιδιά να μεγαλώνουν.

Ο ΑΓΝΩΣΤΟΣ ΣΤΡΑΤΙΩΤΗΣ ΔΕΝ ΠΕΘΑΝΕ - δεν πρόλαβε να πεθάνει όπως οι άλλοι.

Ο ΑΓΝΩΣΤΟΣ ΣΤΡΑΤΙΩΤΗΣ ΔΕΝ ΧΑΘΗΚΕ - από απροσεξία, ούτε από ταχύτητα, αλκοόλ, ουσίες ή σκοτάδια.

ΔΙΑΛΕΞΕ να χαθεί για να μείνουν οι άλλοι όρθιοι.

ΔΙΑΛΕΞΕ να χαθεί για να μπορούν οι επόμενες γενιές να γελούν, να αγαπούν, να χτίζουν, να ζουν ελεύθερα.

Κάτω από τα μνημεία που φέρουν το όνομά τους – “Άγνωστος” – κοιμάται η ψυχή ανθρώπων που προτίμησαν το «εμείς» από το «εγώ».

Κι εκεί, στη σιωπή του μνημείου, αντηχεί αιώνια αυτό το γέλιο – το γέλιο της αθανασίας.

Μια σιωπή απλώνεται στην επαρχία καθώς τα ΕΛΤΑ κατεβάζουν ρολά – κι όμως, κάποτε εκεί χτυπούσε η καρδιά της κοινότητας.

Το ταχυδρομείο δεν ήταν απλώς γκισέ και σφραγίδες – ήταν πρόσωπο, εμπιστοσύνη, συνέχεια. Τώρα που τα ΕΛΤΑ αποσύρονται από την επαρχία, αποσύρεται κι ένα κομμάτι κοινότητας.

Κάποτε, το ταχυδρομείο στο χωριό ήταν κάτι περισσότερο από γραφείο. Ήταν τόπος συνάντησης, μια μικρή εστία ζωής. Οι ηλικιωμένοι περίμεναν τη σύνταξη, οι νέοι κάποιο γράμμα από αγαπημένο πρόσωπο, οι ξενιτεμένοι έστελναν ευχές και φωτογραφίες. Ο ταχυδρόμος, με την τσάντα στο ώμο, το ποδήλατο ή και το άλογο, έφερνε τον έξω κόσμο στο κατώφλι κάθε σπιτιού. Από τότε που ήρθε το ηλεκτρονικό ταχυδρομείο, το αληθινό έμεινε να φέρνει μόνο λογαριασμούς – κι αυτό λέει πολλά για την εποχή μας.

Σήμερα, αυτός ο κόσμος αποσύρεται. Τα γραφεία των ΕΛΤΑ κλείνουν το ένα μετά το άλλο – από τα νησιά του Αιγαίου ως τα βουνά της Ηπείρου και τα χωριά της Αιτωλοακαρνανίας. Η διοίκηση μιλά για «αναδιάρθρωση» και «μετασχηματισμό». Ως το τέλος της χρονιάς, δεκάδες καταστήματα θα έχουν κλείσει, αφήνοντας πίσω άδεια κτίρια και σιωπή.

Η απόφαση αυτή δεν είναι τεχνική. Είναι πολιτική. Όταν ένας ηλικιωμένος αναγκάζεται να διανύει δεκάδες χιλιόμετρα για να πάρει τη σύνταξή του ή ένας αγρότης για να στείλει ένα δέμα, δεν πρόκειται για «εξορθολογισμό», αλλά για συνεδητή αποψίλωση της περιφέρειας. Είναι μια πολιτική που βλέπει την ύπαιθρο ως πολιτή β' κατηγορίας και τη δημόσια παρουσία ως περατή δαπάνη.

Το επιχείρημα περί «ζημιωγόνων καταστημάτων» έχει ακουστεί ξανά: για σχολεία, για ιατρεία, για υποκαταστήματα τραπεζών. Κάθε φορά που μια τέτοια πόρτα κλείνει, ο τόπος γίνεται λίγο πιο αόρατος. Το ταχυδρομείο δεν είναι απλώς σημείο εξυπηρέτησης – είναι η τελευταία γραμμή εμπιστοσύνης ανάμεσα στον πολίτη και την πολιτεία. Είναι το χέρι που χτυπά την πόρτα και λέει «σου ήρθε γράμμα».

Όσοι γνωρίσαμε τα παλιά ταχυδρομεία θυμόμαστε τη μυρωδιά του χαρτιού, τη σφραγίδα που χτυπούσε ρυθμικά πάνω στους φακέλους, τη σειρά από τετράδια με υπογραφές. Θυμόμαστε το βλέμμα του ταχυδρόμου, που ήξερε με ποιο γράμμα θα δώσει χαρά και με ποιο θα σκιάσει το πρόσωπο του παραλήπτη. Το ταχυδρομείο ήταν ο παλμός της κοινότητας.

Σήμερα, όταν κλείνει ένα τέτοιο γραφείο, δεν χάνονται μόνο θέσεις εργασίας. Χάνεται η φυσική παρουσία του κράτους εκεί όπου ο τόπος την έχει περισσότερο ανάγκη. Χάνεται η αίσθηση ότι κάποιος μετρά τις αποστάσεις, ότι το βουνό και το νησί είναι ακόμη μέσα στον χάρτη.

Αν τα ταχυδρομεία των χωριών θεωρούνται «μη βιώσιμα», τότε ίσως πρέπει να ξανασκεφτούμε τι σημαίνει βιωσιμότητα. Ένας τόπος δεν ζει από το κέρδος του, αλλά από τις σχέσεις του. Κάθε κλείσιμο αφαιρεί ένα κομμάτι αυτής της συνέχειας.

Η Αιτωλοακαρνανία, όπως κι άλλες περιοχές της χώρας, δεν σιωπά. Δεν το έκανε για τα σχολεία, ούτε για τα νοσοκομεία. Δεν θα το κάνει ούτε για τα ΕΛΤΑ. Γιατί ξέρει πως μέσα σ' εκείνα τα μικρά γραφεία, με τη σφραγίδα και το γραμματόσημο, χτυπούσε κάποτε η καρδιά της κοινότητας – κι αυτή η καρδιά δεν πρέπει να πάψει να ακούγεται.

Το άρθρο γράφτηκε με αφορμή τα πρόσφατα κλεισίματα καταστημάτων των ΕΛΤΑ που απηχούν ένα ευρύτερο κύμα συρρίκνωσης δημόσιων υπηρεσιών στην ελληνική ύπαιθρο.





## Η πρωτοβροχιά

Η «πρωτοβροχιά», ή αλλιώς η πρώτη βροχή του φθινοπώρου, είναι ένα φαινόμενο που σηματοδοτεί την αλλαγή της εποχής, φέρνοντας ψυχρότερες θερμοκρασίες και υγρασία μετά το καλοκαίρι. Παραδοσιακά, σηματοδοτούσε την έναρξη μιας νέας γεωργικής περιόδου, την προετοιμασία για τον χειμώνα και συχνά συνδυαζόταν με γιορτές και τελετές.

Σήμερα, παρόλο που η βροχή εξακολουθεί να αποτελεί φυσικό φαινόμενο, η σημασία της έχει αλλάξει, συνδέεται περισσότερο με την ανάγκη για νερό και την παρακολούθηση του καιρού.

Στην παράδοση

Γεωργία: Η πρώτη βροχή ήταν κρίσιμη για το πότισμα των καλλιεργειών και την προετοιμασία του εδάφους για τη νέα χρονιά. Κλίμα: Σήμαινε το τέλος της καλοκαιρινής ζέστης και την έναρξη πιο δροσερών, υγρών περιόδων. Κοινωνία: Συχνά συνόδευε γιορτές, όπως του «Αγίου Δημητρίου» (26 Οκτωβρίου), και θεωρούνταν ευλογία για τη γη και τη σοδειά.

Σήμερα

Κλιματικές αλλαγές: Η αύξηση της θερμοκρασίας έχει επηρεάσει τον χρόνο και την ένταση των βροχοπτώσεων. Ανάγκη για νερό: Η πρωτοβροχιά είναι πιο σημαντική από ποτέ για τη διαθεσιμότητα νερού, ειδικά σε περιοχές με λειψυδρία. Πρόγνωση καιρού: Η παρακολούθηση του καιρού και οι προγνώσεις είναι πιο αναγκαίες από ποτέ για τη διαχείριση του νερού και την προετοιμασία για τις καιρικές συνθήκες. Σύνδεση με τη φύση: Η πρωτοβροχιά παραμένει ένα ισχυρό σύμβολο της αλλαγής της εποχής και της σύνδεσής μας με τη φύση.



## Εξακολουθούμε να γελάμε... ναι αλλά με τι

Μια άποψη του Π. ΝΤΑΝΗ

Όταν ο Έλληνας για να γελάσει χρειάζεται να ακούσει τη λέξη «μαλάκας», τότε τα πράγματα δεν είναι καθόλου μα καθόλου καλά. Θα έλεγα πως είναι μάλλον πάρα μα πάρα πολύ επικίνδυνα.

Είναι πολύ όμορφο να βλέπεις έναν άνθρωπο να γελάει.

Είτε πρόκειται για τον διπλανό σου στο γραφείο είτε για έναν άγνωστο στη λαϊκή αγορά πηγαίνοντας να πάρεις φρέσκα φασολάκια, είτε για το διπλανό σου στην εφορία αν το φέρει η κακιά στιγμή (φτου φτου σκόρδα και κρεμμύδια) ....

Το πολύ θετικό πάντως είναι ότι, ακόμα και σε μια χώρα σαν τη δική μας, την Ελλάδα, με τέτοια χρονική συγκυρία που η ακρίβεια τρέχει σαν τρελή και οι μισθοί - συντάξεις χάνουν συνεχώς σε αγοραστική δύναμη καθημερινά (αυτό εσχάτως λέγεται «αρνητικό πρόσημο») και που οι περισσότεροι Έλληνες είναι στα πρόθυρα της κατάθλιψης αν δεν είναι ήδη μέσα σ' αυτή, βλέπεις τον κόσμο τριγύρω σου να γελάει.

Αυτό όμως που με στεναχωρεί αφάνταστα είναι ο τρόπος με τον οποίο πλέον γελάμε. Ένας τρόπος που ούτε λίγο ούτε πολύ... να... γελάμε έτσι για να γελάσουμε.

Γελάμε με τον ίδιο τρόπο που ξύνομε τη μύτη μας σε στιγμές προηγμένης αφηρημάδας.

Γελάμε όχι γιατί κάποιος είπε μια έξυπνη ατάκα ή έκανε ένα ωραίο μορφασμό του στυλ του συγχωρεμένου του Βασιλή Αυλωνίτη, αλλά γιατί σε κάθε του έκφραση χρησιμοποιεί τη λέξη «μαλάκας».

Πας στο θέατρο να δεις μια παράσταση και με λύπη διαπιστώνεις ότι το κοινό περιμένει από τους ηθοποιούς με αδημονία μια βρισιά, ένα υπονοούμενο, ένα πικρόχολο σχόλιο για να ξεσπάσει στα γέλια, να ξεκαρδιστεί.

Κι αυτό συμβαίνει σε μία χώρα που έχει βγάλει τόσους κωμικούς ηθοποιούς... είναι πολύ λυπηρό.

Λυπάμαι αλλά ... νομίζω ότι σε λίγο καιρό το γέλιο θα γίνεται με παράγγελμα... κάτι σαν το ... «παραπόδα αρμ».

Εδώ γελάμε ...χα χα χα χα

## Η Παγκόσμια Ημέρα των Ζώων

Η 4η Οκτωβρίου καθιερώθηκε ως Παγκόσμια Ημέρα Ζώων, επειδή συμπίπτει με τον εορτασμό της μνήμης του Αγίου Φραγκίσκου της Ασίζης, που έχει αναγορευτεί από την Καθολική Εκκλησία ως προστάτης των ζώων και του περιβάλλοντος.

Ας θυμηθούμε το κλασικό ποίημα Αγαπά τα ζώα που έγραψε ο Ιωάννης Πολέμης και οι στίχοι του τα λένε όλα:

«Ποτέ δε θα πειράξω  
τα ζώα τα καημένα  
κι εκείνα δεν πονούν,  
θα τα χαϊδεύω πάντα,  
προστάτης τους θα γίνω.  
Ποτέ δεν θα τ' αφήνω  
στους δρόμους να πεινούν».



## Ο μήνας Οκτώβριος

Του ΗΛ. ΠΡΟΒΟΠΟΥΛΟΥ

Ο Οκτώβριος ή Οκτώβρης, ή Οχτώβρης, η Τρυγομηνάς είναι ο δέκατος μήνας του έτους κατά το Γρηγοριανό ημερολόγιο και έχει 31 ημέρες. Επειδή το πιο σημαντικό δώρο του Οκτωβρίου στους γεωργούς είναι οι πολλές βροχές του, γι' αυτό σε πολλά μέρη ονομάζεται «Βροχάρης», αλλά και μήνας της σποράς, εξ ου και τα ονόματα «Σποριάτης», «Σποριάς» και «Σπαρτός». Ήταν ο τέταρτος μήνας του αττικού έτους. Ονομάστηκε Πυανεψιών από τα ιερά Πυανέψια ή Πυανόψια, εορτή προς τιμήν του Απόλλωνα. Ο Οκτώβριος αρχίζει την ίδια ημέρα του χρόνου με τον Ιανουάριο, εκτός από τα δίσεκτα έτη.



Ο Οκτώβριος είναι η εποχή με τα πρωτοβρόχια και τα χρυσάνθεμα, που βαφτίστηκαν αιδημητριάτικα και στην Κύπρο οχτωβρούδια. Είναι η εποχή που πρωτανθίζουν τα κυκλάμινα σε πλαγιές και βράχια, όπως τόσο χαρακτηριστικά έγραψε ο Γιάννης Ρίτσος: «Κυκλάμινο, κυκλάμινο, στου βράχου τη σχισμάδα / που βρήκες χρώματα κι ανθείς, που μίσχο και σαλεύεις;».

Η μεγάλη γιορτή του Αγίου Δημητρίου, στις 26 του μήνα, έχει δώσει στον Οκτώβριο την προσωνομία «Αι-Δημητριότης» ή «Αι-Δημήτρης». Όπως μας αναφέρουν οι Στράτος Θεοδοσίου και Μάνος Δανέζης: «Η γιορτή αυτή, που θεωρείται από το λαό μας ορόσημο του χειμώνα, συνδυάζεται με τη γιορτή του Αγίου Γεωργίου στις 23 Απριλίου. Στο γεωργικό καλαντάρι οι δυο αυτές γιορτές αποτελούν τις χρονικές τομές που χωρίζουν το έτος σε δυο ίσα μέρη, στο χειμερινό και στο θερινό εξάμηνο αντίστοιχα».

Τον ίδιο αυτό μήνα γιορτάζεται και η μνήμη του Ευαγγελιστή Λουκά, στις 18 Οκτωβρίου, ο οποίος εκτός του τρίτου Ευαγγελίου συνέγραψε επίσης και τις Πράξεις των Αποστόλων. Ο Λουκάς, όμως, είναι επίσης γνωστός και ως ιατρός, αλλά και ως ζωγράφος, «καθώς σ' αυτόν αποδίδεται η ιστορία των παλαιότερων και αυθεντικών προσωπογραφιών της Θεοτόκου».

Παροιμίες για το μήνα Οκτώβριο:

Οκτώβρης και δεν έσπειρες, σιτάρι λίγο θα 'χεις.

Αν δε βρέξει, ας ψιχάλισι, πάντα κάτι θα δροσίσει.  
Οκτώβρης και δεν έσπειρες, οκτώ σπυριά δεν κάνεις.  
Οκτώβρης βροχερός, Οκτώβρης καρπερός.  
Οκτώβρης - Οκτωβροχάκης το μικρό καλοκαιράκι.  
Ο καλός ο νοικοκύρης, ο λαγός και το περδίκι, όταν βρέχει χαίρονται.

Μακριά βροντή, κοντά βροχή.

Οκτώβρη και δεν έσπειρες λίγο ψωμί θα πάρεις.

Βαθιά τ' αυλάκια να φουντώσουνε τα στάχια.

Δεύτερο αλέτρι, δεύτερο δεμάτι.

Άσπορος μη μείνεις, άθερος δε μένεις.

Τα σταφύλια τρυγημένα και τα σκόρδα φυτεμένα.

Όποιος σπέρνει τον Οκτώβρη έχει οχτώ σειρές στ' αλώνι.

Οκτώβρης και δεν έσπειρες οκτώ σωρούς δεν έκανες.

Επεξήγηση των ονομάτων

«Βροχάρης»:

Αυτό το όνομα προέρχεται από τις πολλές βροχές που πέφτουν κατά τη διάρκεια του Οκτωβρίου, οι οποίες είναι πολύ σημαντικές για τους γεωργούς.

«Σποριάτης» (ή Σποριάς, Σπαρτός):

Αυτό το όνομα σχετίζεται με τη σπορά. Επειδή οι βροχές του Οκτωβρίου ευνοούν τις χειμερινές καλλιέργειες, ο μήνας χαρακτηρίζεται ως μήνας της σποράς.

## «Τα τέσσερα πόδια του τραπεζιού» από το ΘΕΣΜα



Το Σάββατο 4 Οκτωβρίου 2025 8.30μμ η Κεντρική Σκηνή Θ.Ε.Σ.Μα (Θεατρικό Εργαστήριο Σπερχειάδας - Μακρακώμης) στα πλαίσια των 8ων Πανελλήνιων Αγώνων Θεατρικών Εργαστηρίων παρουσίασε εκτός συναγωνισμού το έργο του Ιάκωβου Καμπανέλλη

«Τα τέσσερα πόδια του τραπεζιού»

Η σκηνοθεσία της πολύ επιτυχημένης παράστασης φέρει την υπογραφή του ταλαντούχου Σκηνοθέτη και Ηθοποιού Κώστα Μέρρα.

Λίγα λόγια για το έργο

Εφτά αδέρφια, κληρονόμοι μιας μεγάλης βιομηχανικής επιχείρησης, ζουν κάτω από την τυραννία ενός πατέρα, που διατηρεί το πενήντα ένα τοις εκατό των μετοχών, κρατώντας έτσι τους διαδόχους του σε άγνοια για την μελλοντική υπόσταση του καθενός μέσα στην εταιρεία.

Ανελέητες ραδιουργίες και λυσσαλίοι καβγάδες γίνονται συνέχεια ανάμεσα τους, με στόχο την εξασφάλιση του πόστου της ηγεσίας.

Στην πιο άγρια απ' τις μεταξύ τους διαμάχες διαπιστώνουν σε απόγνωση ότι κυνηγούν μια τελειωμένη υπόθεση και ότι επενδύουν σ' ένα μέλλον που δεν το ορίζουν οι ίδιοι.

Ενημέρωση: Η παραγωγή διαγωνίστηκε στο «40ο Πανελλήνιο Φεστιβάλ Ερασιτεχνικού Θεάτρου Καρδίτσας» και απέσπασε βραβείο γ' καλύτερης παράστασης και έπαινο για τις ευρηματικές σκηνογραφικές λύσεις και στο «9ο Φεστιβάλ Ερασιτεχνικού Θεάτρου Δήμου Μονεμβασιάς» και απέσπασε βραβείο κοινού καλύτερης παράστασης, Β' γυναικείου ρόλου με τη Βιβή Ζαφείρη για το ρόλο της Μαίρης καθώς και ειδικό έπαινο αρτιότητας επί συνόλου.



## Οι 8οι Πανελλήνιοι Αγώνες Θεατρικών Εργαστηρίων

Οι 8οι Πανελλήνιοι Αγώνες Θεατρικών Εργαστηρίων 2025 έριξαν αυλαία.

Ήταν μια γιορτή θεάτρου που άφησε αποτύπωμα της γιατί το θέατρο δεν είναι πολυτέλεια είναι ανάγκη, είναι πνοή πολιτισμού, είναι καθρέφτης της κοινωνίας μας.

Το ΘΕΣΜΑ (Θεατρικό Εργαστήριο Σπερχειάδας - Μακρακώμης) μετά από την πολυετή πορεία του στα θεατρικά - πολιτιστικά δρώμενα, διοργάνωσε και πραγματοποιήσε για 8η συνεχή χρονιά τους «8ους Πανελλήνιους Αγώνες Θεατρικών Εργαστηρίων» που θα πραγματοποιήθηκαν από 25 Σεπτεμβρίου έως και 4 Οκτωβρίου, στο κινηματοθέατρο ΠΑΝΘΕΟΝ στη Σπερχειάδα.

Το σύνολο των Αγώνων ήταν αφιερωμένο στη μνήμη του μεγάλου ηθοποιού, κορυφαίου θεατρανθρώπου, σπουδαίου δασκάλου και επί σειρά ετών επιτίμου προέδρου του εργαστηρίου μας Γιάννη Μόρτζου.

Η κριτική επιτροπή, με την παρουσία αξιόλογων και καταξιωμένων ηθοποιών, πρόσθεσε κύρος και αξιοπιστία στη διαδικασία, τιμώντας με τη γνώση και την εμπειρία της κάθε συμμετέχοντα

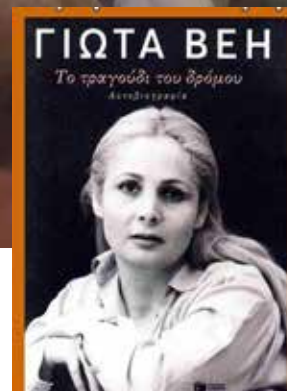
Το ΘΕΣΜα απέδειξε για ακόμη μια χρονιά πως το θέατρο ζει και αναπνέει μέσα από την αγάπη των δημιουργών του.

Ας του δώσουμε όλοι, θεσμοί, πολίτες, θεατές, την ευκαιρία να συνεχίσει να μας συγκινεί, να μας ενώνει και να μας εμπνέει.

Οι διοργανωτές, με προσήλωση και ανιδιοτελή αγάπη για την τέχνη, κράτησαν ζωντανό έναν θεσμό που έχει πλέον καθιερωθεί ως σημείο αναφοράς για το ερασιτεχνικό θέατρο.

Το έργο τους είναι σπουδαίο, όχι μόνο γιατί έφεραν εις πέρας μια απαιτητική διοργάνωση, αλλά γιατί απέδειξαν για άλλη μια φορά πως ο πολιτισμός θέλει ψυχή, αφοσίωση και επιμονή. Πολλά συγχαρητήρια στο ΘΕΣΜΑ





## «Τα τραγούδια του δρόμου»

Το βιβλίο της Γιώτας Βέη παρουσίασε ο Πολιτιστικός Σύλλογος «Ο ΠΗΛΕΑΣ»

Στις 13 Σεπτεμβρίου 2025 τα μέλη της αναγνωστικής Λέσχης των φίλων της Λογοτεχνίας, του πολιτιστικού Συλλόγου Πλατυστόμου «Ο ΠΗΛΕΑΣ», παρουσίασαν το βιβλίο που αναφέρεται στην Αυτοβιογραφία της αγαπημένης τους συγχωριανής Γιώτας Βέη... με τον τίτλο «Τα τραγούδια του δρόμου»

Η εκδήλωση πραγματοποιήθηκε στην αίθουσα του Κέντρου Πολιτισμού, στο πρώην Δημοτικό Σχολείο του Πλατυστόμου, με την παρουσία της συγγραφέως. Η όλη παρουσίαση που είχε συντονιστή τον δημοσιογράφο Θύμιο Κάκο και ομιλητές τους Δημήτρη Παπαχρήστο, Ειρήνη Σόλια και Μαρία Βε, υπήρξε όμορφη και συγκινητική.

Την παρουσίαση του βιβλίου έκλεισε η συγγραφέας κα Γιώτα Βέη, ερμηνεύοντας με τον δικό της μοναδικό τρόπο, έντεχνα, ρεμπέτικα και δημοτικά τραγούδια...

Λίγα λόγια από το οπισθόφυλλο του βιβλίου

Στο «Τραγούδι του δρόμου», η Γιώτα Βέη, η σημαντική

ερμηνεύτρια της δημοτικής μουσικής παράδοσης, καταγράφει τις αναμνήσεις της και τους σταθμούς της προσωπικής και μουσικής της πορείας.

Με μια αφήγηση συναρπαστική, που κυλάει σαν γάργαρο νερό, η τραγουδίστρια που ο Ρίτσος αποκάλεσε «η Κάλλας του δημοτικού τραγουδιού» μάς ταξιδεύει από τη γενέτειρά της, τα Λουτρά Πλατυστόμου, μέχρι την Αθήνα, την πόλη που στέγασε τα καλλιτεχνικά της όνειρα.

Αναφέρεται στις καθοριστικές για τη ζωή της συναντήσεις με τη Μελίνα Μερκούρη, την Πόλυ Πάνου, τον Βασίλη Τσιτσάνη, την Ελένη Καραϊνδρου, τον Θόδωρο Αγγελόπουλο (και άλλες προσωπικότητες από το καλλιτεχνικό στερέωμα), στις εντυπώσεις της από τα αμέτρητα ταξίδια και τις συναυλίες που πραγματοποίησε, αλλά και στην ουσιαστικότερη εμπειρία για την ίδια εκείνη της μητρότητας.



### 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.
- Ως ένα σημείο, η ποίηση λύνει προβλήματα· στο αμέσως υψηλότερο, θέτει καινούργια· στο ύψιστο, τα αίρει ως εκεί που παύουν ν' αποτελούν προβλήματα.

**Οδυσσέας Ελύτης**

- Ετούτος δω ο λαός δε γονατίζει παρά μονάχα μπροστά στους νεκρούς του.
- Και οι λέξεις φλέβες είναι. Μέσα τους αίμα κυλάει.
- Έχεις ακόμη να κλάψεις πολύ ώσπου να μάθεις τον κόσμο να γελάει.

**Γιάννης Ρίτσος**

# ΟΛΟΙ ΜΑΖΙ ΜΠΟΡΟΥΜΕ

στηρίζουμε την τοπική αγορά  
στηρίζουμε τους δικούς μας ανθρώπους

ψωνίζω από τους ανθρώπους  
που μου λένε καλημέρα κάθε μέρα!

