

Δημοτικά Δρώμενα

ΜΑΡ. - ΙΟΥΝ. 2023

ΤΕΥΧΟΣ 004



ΔΙΑΝΕΜΕΤΑΙ ΔΩΡΕΑΝ

ΕΚΔΟΣΗ ΔΗΜΟΥ ΜΑΚΡΑΚΟΜΗΣ



Καλό καλοκαίρι

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

700

3	Editorial
4	Δράσεις, Παρεμβάσεις & Άλλα
32	Ματιές
33	Ελεύθερο Βήμα
37	Κοινωνικά
38	Βιβλία
40	Λαογραφικά
41	Μνήμες
43	Περιβάλλον
44	Συνταγές
45	Υγεία

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/κη Διεύθυνση: Αφων Παππά 2 – Σπερχειάδα 35003
Ιστοσελίδα: dimosmakrakomis.gov.gr

 Δήμος Μακρακώμης - Municipality of Makrakomi
 dimosmakrakomis



Γιώργος Χαντζής Δήμαρχος του Δήμου Μακρακώμης

Το τραίνο του πένθους

*«Καμιά φορά το σφύριγμα ενός τρένου μες στη νύχτα έχει κάτι απ' την αιώνια αναχώρηση -ω μη μιλάτε- ίσως να μην ξημερώσει πια»
(Τάσος Λειβαδίτης, Το τραίνο των 12)*

Τρίτη βράδυ 28.03.2023 Μπάμ ... και η μετωπική σύγκρουση δύο τρένων με τη «βοήθεια» κάποιων **ανεύθυνα υπεύθυνων**, που είχαν αναλάβει να κάνουν το ακριβώς αντίθετο από αυτό που έκαναν... , έστειλαν 57 ψυχές στην αιώνια αναχώρηση.

Ολόκληρη η χώρα θα πενθεί για πολλά χρόνια για τα βλαστάρια της.

Δεν το χωρά άνθρωπος νους πως δεν θα βρεθούν ξανά ανάμεσα στις οικογένειες τους, στους συγγενείς τους, στους φίλους τους...

Αν ο σταθμάρχης δεν είχε κάνει το μοιραίο λάθος....

Αν οι δικλίδες ασφαλείας του συστήματος λειτουργούσαν όπως έπρεπε...

Αν οι πολιτικοί είχαν ολοκληρώσει το έργο που είχαν αναλάβει να τελειώσουν

Αν οι πολιτικοί είχαν μεγαλύτερη αίσθηση του καθήκοντος και ενσυναίσθηση...

Αν !!! Αν !!! Αν !!! Αν !!!

... η Φραντζέσκα, η Αφροδίτη, η Μαρία - Θωμαή, ο Βασίλειος - Κυριάκος, ο

Γιάννης, ο Κώστας και τα άλλα χαμένα μας παιδιά, θα έπαιρναν τη μάνα τους στο τηλέφωνο να της πουν, **«Μάνα φτάσαμε - είμαστε καλά !!!»**

Σε αυτές τις ψυχές οφείλουμε να δώσουμε όρκο τιμής να μην υπάρξουν

ποτέ ξανά τέτοια ανθρώπινα δράματα.

Να είμαστε σίγουροι ότι το παιδί μας θα φτάνει πάντοτε σώο στον προορισμό του.

Αιωνία η Μνήμη των τόσο αδικοχαμένων νέων ανθρώπων και θερμά συλλυπητήρια στις οικογένειές τους.



Αποτελέσματα απογράψης 2021 (ΕΛΣΤΑΤ)

Διαφοροποιήσεις Δημοτικών Συμβούλων



Σύμφωνα με τα επίσημα αποτελέσματα της απογραφής του 2021 από την ΕΛΣΤΑΤ ο πληθυσμός της Περιφερειακής Ενότητας της Φθιώτιδας παρουσιάζει την παρακάτω εικόνα σε σύγκριση με την απογραφή του 2011.

Με βάση τον εκλογικό νόμο που ισχύει για τις δημοτικές εκλογές την 8η Οκτωβρίου του 2023, οι διαφοροποιήσεις που επέρχονται σχετικά με τον αριθμό των δημοτικών συμβούλων έχει ως εξής:

Το σύνολο των Δημοτικών Συμβούλων που εκλέγονται είναι 25 αντί για 27 που ήταν μέχρι σήμερα (μειώνεται κατά 2) με την παρακάτω κατανομή:

Περιφερειακή Ενότητα Φθιώτιδας	Πληθυσμός			Άνδρες		Γυναίκες	
	2011	2021	%	2011	2021	2011	2021
Δήμος							
ΛΑΜΙΕΩΝ	75.315	66.657	-11,50%	37.417	32.459	37.898	34.198
ΑΜΦΙΚΛΕΙΑΣ - ΕΛΑΤΕΙΑΣ	10.922	8.376	-23,31%	5.504	4.166	5.418	4.210
ΔΟΜΟΚΟΥ	11.495	9.159	-20,32%	5.919	4.849	5.576	4.310
ΛΟΚΡΩΝ	19.623	17.788	-9,35%	9.753	8.778	9.870	9.010
ΜΑΚΡΑΚΩΜΗΣ	16.036	13.500	-15,81%	8.030	6.874	8.006	6.626
ΚΑΜΕΝΩΝ ΒΟΥΡΛΩΝ	12.090	10.924	-9,64%	5.944	5.307	6.146	5.617
ΣΤΥΛΙΔΟΣ	12.750	11.389	-10,67%	6.426	5.681	6.324	5.708
ΣΥΝΟΛΑ	158.231	137.793	-12,92%	78.993	68.114	79.238	69.679

- Δημοτική Ενότητα Σπερχειάδας 12 (χάνει έναν Δημοτικό Σύμβουλο),
- Δημοτική Ενότητα Μακρακώμης 9
- Δημοτική Ενότητα Αγίου Γεωργίου 3 (χάνει έναν Δημοτικό Σύμβουλο)
- Τυμφρηστός 1

Οι υποψήφιοι για Δημοτικοί Σύμβουλοι που απαιτούνται είναι,

- Για την Ενότητα Σπερχειάδος από δώδεκα (12) έως τριάντα (30).
- Για την Ενότητα Μακρακώμης από εννέα (9) έως είκοσι τρεις (23).
- Για την Ενότητα Αγίου Γεωργίου από τρεις (3) έως οχτώ (8).
- Τυμφρηστός από έναν (1) έως τρεις (3).

Σύνολο, ελάχιστο 25 και μέγιστο 64.

Αριθμός υποψήφιων για τις κοινότητες

Για τις Κοινότητες απαιτούνται το ελάχιστο 95 υποψήφιοι και το μέγιστο 262.

Εάν προσθέσουμε το Κεντρικό ψηφοδέλτιο και τα τοπικά συμβούλια ένας συνδυασμός χρειάζεται το ελάχιστο 120 άτομα, και το μέγιστο 326 άτομα.



ΕΣΩΤΕΡΙΚΗ ΟΔΟΠΟΙΑ Δ.Ε. ΜΑΚΡΑΚΩΜΗΣ

Σύμβαση κατασκευής έργου
προϋπολογισμού 260.000 €

Στις 19 Απριλίου 2023 στα γραφεία του Δήμου Μακρακώμης ο Δήμαρχος Γιώργος Χαντζής ως εκπρόσωπος του Δήμου και ο Αθανάσιος Τσώμος ως διαχειριστής της εταιρείας ΑΦΟΙ ΤΣΩΜΟΥ ΑΕ, συναντήθηκαν – συμφώνησαν και συναποδέχτηκαν την εκτέλεση του έργου «Εσωτερική οδοποιία Δ.Ε. Μακρακώμης» προϋπολογισμού 260.000 € με ΦΠΑ 24%.

Στη σύμβαση μεταξύ άλλων προβλέπεται ότι:

- Η συνολική προθεσμία του έργου έχει καθορισθεί σε 12 μήνες από την ημέρα υπογραφής της σύμβασης
- Η σύμβαση χρηματοδοτείται από πιστώσεις της ΣΑΤΑ του Δήμου Μακρακώμης
- Μετά τη βεβαιωμένη περαίωση των εργασιών ο αναδοχος υποχρεούται να συντηρεί το έργο για διάστημα 15 μηνών.



ΕΡΓΑ ΣΥΛΛΟΓΗΣ ΚΑΙ ΔΙΑΘΕΣΗΣ ΟΜΒΡΙΩΝ ΥΔΑΤΩΝ

22.03.2023 και ξεκίνησε το μεγαλύτερο έργο στην Μακρακώμη με χρηματοδότηση ποσού 2.965.000,00 Ευρώ από το πρόγραμμα Αντώνης Τρίτσης.

Το έργο περιλαμβάνει έργα διευθέτησης και απορροής των όμβριων υδάτων από την εντός οικισμού περιοχή της Κοινότητας Μακρακώμης.

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

ΑΓΩΓΟΣ 1: Πρόκειται για υφιστάμενο συλλεκτήρα (Αγωγός Υ1), ο οποίος διατρέχει τη νότια περιοχή του οικισμού από δυσμάς προς ανατολίας και εκβάλλει σε αποστραγγιστική τάφρο. Στον αγωγό αυτόν θα γίνει επέκταση καθώς και προσθήκη ενός κυρίου κλάδου στο μέσον της διαδρομής του, ώστε να εξυπηρετεί αποτελεσματικά το δυτικό τμήμα του οικισμού. Ο Αγωγός 1 μαζί με τους δευτερεύοντες κλάδους έχει συνολικό μήκος 2.700 m (1.627 m υφιστάμενο και 1.073 m νέο) και 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. 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 συλλεκτήρα κατά μήκος της οδού της νότιας εισόδου του οικισμού, που έχει ως σκοπό την παραλαβή των όμβριων που συγκεντρώνονται στο οδόστρωμα και τη διοχέτευση αυτών σε παρακείμενη αποστραγγιστική τάφρο. Ο Αγωγός 3 έχει μήκος 183 m και αποτελείται από τσιμεντοσωλήνες ονομαστικής διαμέτρου Φ600.



ΕΣΩΤΕΡΙΚΗ ΟΔΟΠΟΙΑ Δ.Ε. ΑΓΙΟΥ ΓΕΩΡΓΙΟΥ & ΚΟΙΝΟΤΗΤΑΣ ΤΥΜΦΡΗΣΤΟΥ

Τη σύμβαση κατασκευής του έργου για την «ΕΣΩΤΕΡΙΚΗ ΟΔΟΠΟΙΑ Δ.Ε. ΑΓΙΟΥ ΓΕΩΡΓΙΟΥ & ΚΟΙΝΟΤΗΤΑΣ ΤΥΜΦΡΗΣΤΟΥ», προϋπολογισμού μελέτης 210.200,00 Ευρώ με ΦΠΑ 24%, υπέγραψαν την 21η Απριλίου 2023, στα Γραφεία του Δήμου Μακρακώμης:

- α) Ο Δήμαρχος ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΧΑΝΤΖΗΣ, ενεργών ως εκπρόσωπος του Δήμου
- β) Ο ΚΟΡΕΝΤΖΕΛΟΣ ΙΩΑΝΝΗΣ του ΝΙΚΟΛΑΟΥ, ως «ΑΝΑΔΟΧΟΣ»

Η χρηματοδότηση προέρχεται από πιστώσεις της ΣΑΤΑ, των υδρονηλεκτρικών και από Ίδιους Πόρους του Δήμου Μακρακώμης.

Το έργο περιλαμβάνει εργασίες εσωτερικής οδοποιίας στις Κοινότητες : Αγίου Γεωργίου, Βίτλης, Δικάστρου, Μαυρίθου, Μεγάλης Κάψης, Μερκάδας, Μεσαίας Κάψης, Νεοχωρίου, Παλαιοκάστρου, Περίβληπτου, Πιτσιωτών και Πτελέας της Δ.Ε. Αγίου Γεωργίου και Κοινότητας Τυμφρηστού, του Δήμου Μακρακώμης.

Μετά την βεβαιωμένη περαίωση των εργασιών ο ανάδο-



χος υποχρεούται να συντηρεί το έργο για διάστημα δέκα πέντε (15) μηνών.

Η συνολική προθεσμία του έργου έχει καθοριστεί σε δώδεκα (12) μήνες από την ημέρα υπογραφής της παρούσας σύμβασης, σύμφωνα με τα οριζόμενα στο αντίστοιχο άρθρο της ΕΣΥ του έργου.

Δήμος Μακρακώμης

ΠΡΟΜΗΘΕΙΑ ΑΠΟΡΡΙΜΑΤΟΦΟΡΩΝ ΟΧΗΜΑΤΩΝ, ΜΗΧΑΝΗΜΑΤΩΝ ΕΡΓΟΥ ΚΑΙ ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΟΥ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΥ

Υπογράφηκε στις 24 Μαΐου 2023 ημέρα Τετάρτη η Σύμβαση της Προμήθειας: "ΠΡΟΜΗΘΕΙΑ ΑΠΟΡΡΙΜΑΤΟΦΟΡΩΝ ΟΧΗΜΑΤΩΝ, ΜΗΧΑΝΗΜΑΤΩΝ ΕΡΓΟΥ ΚΑΙ ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΟΥ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΥ" προϋπολογισμού μελέτης 100.006,00€ με Φ.Π.Α. 24% , που προέρχονται από το πρόγραμμα «ΦΙΛΟΔΗΜΟΣ II» του Υπουργείου Εσωτερικών, μεταξύ του Δημάρχου κ. Γεωργίου Χαντζή ως εκπροσώπου του Δήμου Μακρακώμης και του κ. Γεωργίου Μπαμπούρη που εκπροσωπεί την εταιρεία «ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΚΑΙ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ ΜΠΑΜΠΟΥΡΗΣ ΚΑΙ ΣΙΑ ΟΕ».

Αντικείμενο της σύμβασης είναι η προμήθεια ενός μηχανήματος έργου για την αποκομιδή ογκωδών απορριμμάτων, κλαδιών δένδρων, κατακερατισμένων φυτών κ.λπ. και συγκεκριμένα ενός (1) μεταχειρισμένου φορτηγού αυτοκινήτου με ανατρεπόμενη κιβωτάμαξα (καρότσα) και υδραυλικό γερανό με αρπάγη.

Ο χρόνος παράδοσης του μηχανήματος έτοιμου σε λειτουργία, δεν μπορεί να είναι μεγαλύτερος από έξι (6) μήνες από την υπογραφή της σχετικής σύμβασης.

Το ποσό 100.006,00€ η οποία προέρχεται από πιστώσεις του ΥΠΟΥΡΓΕΙΟΥ ΕΣΩΤΕΡΙΚΩΝ (ΦΙΛΟΔΗΜΟΣ II).



ΟΔΟΠΟΙΑ ΚΟΙΝΟΤΗΤΩΝ Δ.Ε. ΣΠΕΡΧΕΙΑΔΑΣ

Υπογράφηκε στις 21 Απριλίου 2023 ημέρα Τρίτη η Σύμβαση Κατασκευής Έργου: "ΟΔΟΠΟΙΑ ΚΟΙΝΟΤΗΤΩΝ Δ.Ε. ΣΠΕΡΧΕΙΑΔΑΣ" προϋπολογισμού μελέτης 73.100,00€ με Φ.Π.Α. 24% , που προέρχονται από ΣΑΤΑ του Δήμου Μακρακώμης, μεταξύ του Δημάρχου κ. Γεωργίου Χαντζή ως εκπροσώπου του Δήμου Μακρακώμης και του κ. Αθανάσιου Μουστάκα.

Η οδική προθεσμία του έργου έχει καθοριστεί σε οκτώ (8) μήνες από την υπογραφή της σύμβασης.

Το έργο σύμφωνα με τη μελέτη περιλαμβάνει εργασίες εσωτερικής οδοποιίας που πρόκειται να γίνουν στις Κοινότητες: Κυριακοχωρίου, Μαρμάρων, Φτέρης, Παλαιοβράχας, Γαρδικίου, Καλλιθέας, Καμπιών, Παλαιοχωρίου, Πιτσίου, Πλατάνου και Νικολιτσίου της Δ.Ε. Σπερχειάδας, του Δήμου Μακρακώμης.

Παιδική Χαρά στη Πτελέα

➤ **Ολοκληρώθηκε και παραδόθηκε** η παιδική χαρά στη Πτελέα. Το αισθητικό αποτέλεσμα είναι αυτό ακριβώς που δείχνουν οι φωτογραφίες.



ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΣΠΕΡΧΕΙΑΔΑΣ

ΕΙΜΑΣΤΕ ACTION AID

«Το μέλλον της ανθρωπότητας βρίσκεται στην αλληλεγγύη και στον εθελοντισμό»

ΧΑΡΙΛΑΟΥ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ (ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ)

Προτεραιότητα του σχολείου εκτός από την μετα-παμπάδευση γνώσεων είναι και η ευαισθητοποίηση των μαθητών για τα προβλήματα της κοινωνίας μας και η ενεργή συμμετοχή στην προσπάθεια επίλυσης τους.

Στο πλαίσιο αυτό από το 2006 το Γυμνάσιο Σπερχειάδας εκπονεί το πρόγραμμα «Αναδοχή παιδιού της ACTION AID» με σεβασμό στα παιδιά των αναπτυσσόμενων χωρών της Αφρικής. Οι μαθητές με διάφορες δράσεις καταφέρνουν και συγκεντρώνουν το ετήσιο ποσό των 264ευρώ και έτσι γίνονται ανάδοχοι γονείς ενός παιδιού μικρότερου, συνομήλικου ή και ακόμα μεγαλύτερου τους.

Συγκεκριμένα από το 2006 μέχρι το 2010 οι μαθητές μας υιοθέτησαν τον εξάχρονο τότε Mtukufu από την Τανζανία. Το 2010 λόγω απόσυρσης του παιδιού από το πρόγραμμα (η οικογένεια του μετακόμισε) υιοθετήθηκε η 7χρονη τότε Hofia από την περιοχή Newalo της Τανζανίας. Με υπερηφάνεια σας ενημερώνουμε ότι Hofia αποχώρησε από το πρόγραμμα το 2021 μετά την ολοκλήρωσή του, αφού ενηλικιώθηκε. Το σπουδαίο είναι ότι με την βοήθεια των μαθητών η Hofia τελείωσε το Δημοτικό και παρακολουθεί μαθήματα Γυμνασίου, σε μια περιοχή που οι γυναίκες δεν πάνε σχολείο ή το σταματούν για να παντρευτούν στην ηλικία των 12 ετών και να αναλάβουν την υποχρέωση ενός ολόκληρου νοικοκυριού. Από το 2021 οι μαθητές είναι ανάδοχοι του 8χρονου Jeremaia από την Τανζανία και φροντίζουν με την ίδια αφοσίωση της ανάπτυξη του βιοτικού και μορφωτικού επιπέδου του. Τα χρήματα που χρειάζεται να συγκεντρωθούν για



την επόμενη χρονιά 2023 – 2024 υπάρχουν ήδη στο ταμείο τους. Συγκεκριμένα οι μαθητές με δικές τους δημιουργίες συμμετείχαν σε Χριστουγεννιάτικο Bazaar, έχοντας πάντα δίπλα τους τον Διευθυντή του σχολείου κ. Γεώργιο Σωτηρόπουλο, τους καθηγητές του σχολείου αλλά και τον Σύλλογο Γονέων και Κηδεμόνων, καλύπτοντας έτσι τα έξοδα του μικρού τους φίλου.

Ελπίζουμε η δράση αυτή να γίνει παράδειγμα και για άλλες σχολικές μονάδες, διότι πιστεύουμε πραγματικά, πως μόνο οι νέοι άνθρωποι και μάλιστα οι πεπαιδευμένοι και ευαισθητοποιημένοι μπορούν πραγματικά να αλλάξουν τον κόσμο.



ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΜΑΚΡΑΚΩΜΗΣ

Βραβείο στον 9ο Διεθνή Μαθητικό Διαγωνισμό «Η ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΚΑΙ Ο ΞΕΡΙΖΩΜΟΣ ΤΟΥ ΕΛΛΗΝΙΣΜΟΥ»

Το Γυμνάσιο Μακρακώμης βραβεύτηκε στον 9ο Διεθνή Μαθητικό Διαγωνισμό με τίτλο «Η Εκπαίδευση και ο ξεριζωμός του Ελληνισμού» που συνδιοργανώθηκε από το Μουσείο Σχολικής Ζωής και Εκπαίδευσης του ΕΚΕΔΙΣΥ και το Τμήμα Εκπαιδευτικής Ραδιοτηλεόρασης του Υπουργείου Παιδείας και Θρησκευμάτων.

Ο διαγωνισμός πραγματοποιήθηκε κατά το περσινό σχολικό έτος και είχε στόχο την ανάδειξη της ιστορίας της εκπαίδευσης του προσφυγικού ελληνισμού, στο πλαίσιο των εκδηλώσεων μνήμης για τη Μικρασιατική Καταστροφή και τον προσφυγικό ελληνισμό.

Οι μαθητές της Γ' γυμνασίου, με την καθοδήγηση των εκπαιδευτικών Μαρίας Φλώρου, Βασιλικής Κόκκοτα και Βασιλικής Αρβανίτη πραγματοποίησαν ερευνητικό πρόγραμμα κατά το οποίο αξιοποιήθηκαν πρωτογενείς και δευτερογενείς ιστορικές πηγές και εργαζόμενα σε ομάδες δημιούργησαν τρία έργα μικτής τεχνικής (κολλάζ με ζωγραφική).



Αρωγός στην προσπάθεια των παιδιών ήταν η προϊσταμένη του τμήματος των Γενικών Αρχείων του Κράτους στη Φθιώτιδα κα Σοφία Βακιρτζηδέλη, η οποία παρουσίασε στους μαθητές του σχολείου μας αρχαιακό υλικό αναφορικά με τους Μικρασιάτες πρόσφυγες που εγκαταστάθηκαν στο νομό Φθιώτιδας.

Σωστή Διατροφή στη Σχολική Ηλικία

Το ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΣΠΕΡΧΕΙΑΔΑΣ οργάνωσε εκδήλωση αφιερωμένη στη Σωστή Διατροφή στη Σχολική Ηλικία, με κύρια ομιλήτρια τη Σπερχειαδίτισσα Διατροφολόγο **Ζήνα Βαρσάμη**.

Η κ. Βαρσάμη ανέλυσε τα χαρακτηριστικά μιας υγιεινής και ισορροπημένης διατροφής για παιδιά και εφήβους, ανέπτυξε τα ευρήματα σχετικής έρευνας στους μαθητές του Σχολείου και απάντησε σε ερωτήσεις των μαθητών.

Η εκδήλωση έκλεισε με την προσφορά ενός υγιεινού πρωινού στους μαθητές.



«Εχθροί, Ασθένειες και λιπάνσεις καλλιεργειών αμυγδαλιάς, καρυδιάς, καστανιάς & φιστικιάς»



Την Πέμπτη 16 Μαρτίου 2023 πραγματοποιήθηκε στο Συνεδριακό Κέντρο «Αθανασίου και Μαίρης Ακρίδα» στην Σπερχειάδα από το τμήμα Τοπικής Οικονομικής Ανάπτυξης του Δήμου Μακρακώμης εσπερίδα με θέμα: «Εχθροί, Ασθένειες και λιπάνσεις καλλιεργειών αμυγδαλιάς, καρυδιάς, καστανιάς & φιστικιάς».

Ομιλητές στα τέσσερα εξειδικευμένα θέματα που αναλύθηκαν ήταν ο Δρ. Σ. Αντωνάτος, η Δρ. Ε. Καθιογεροπούλου, η Δρ. Μ. Χολέβα και ο Δρ. Γ. Τρωγιάνος καθηγητές του Μπενάκειου Φυτοπαθολογικού Ινστιτούτου.

Με την παρουσία του τίμησε την εσπερίδα και ο Αναπληρωτής Διευθυντής του Μπενάκειου Φυτοπαθολογικού Ινστιτούτου Δρ. Π. Μυλωνάς.



Το Γυμνάσιο Σπερχειάδας τίμησε την Εθνεγερσία του 1821

▶ Το ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΣΠΕΡΧΕΙΑΔΑΣ στις 23.03.2023, τίμησε την Εθνεγερσία του 1821 με μια όμορφη γιορτή, την επιμέλεια της οποίας είχε η κ. Γιάννα Τσίμπρου.



ΔΗΜΟΣ ΜΑΚΡΑΚΩΜΗΣ – ΕΟΡΤΑΣΤΙΚΕΣ ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ 25ης ΜΑΡΤΙΟΥ

Με λαμπρότητα γιορτάστηκε και φέτος η 25η Μαρτίου σ' ολόκληρο το Δήμο Μακρακώμης.

Στους Ναούς των Κοινοτήτων του Δήμου μας, τελέστηκε Θεία Λειτουργία και Δοξολογία.

Στη συνέχεια ακολούθησε η κατάθεση στεφάνων στα μνημεία ηρώων από τις τοπικές αρχές και τους μαθητές και η μαθητική παρέλαση.

Φωτογραφικά στιγμιότυπα από το Δήμο Μακρακώμης.



«Αθανάσιος Ακριδάς – 6ος Ημιμαραθώνιος Σπερχειού» με 320 δρομείς...

Διοργανωτής ο Δήμος Μακρακώμης

Με επιτυχία ολοκληρώθηκε και φέτος (25 & 26 Μαρτίου) ο 6ος Ημιμαραθώνιος Σπερχειού «ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ ΑΚΡΙΔΑΣ».

Το απόγευμα της 25ης Μαρτίου πραγματοποιήθηκαν οι Παιδικόι Αγώνες των 2.500 και 1.000 μέτρων, αφιερωμένοι στην «Οικογένεια Στεργίου». Οι μικροί μας αθλητές χάρηκαν τον αγώνα και απόλαυσαν κεράσματα από τον μεγάλο χορηγό του Ημιμαραθωνίου την «Οικογένεια Στεργίου».

Με το πέρας των αγώνων μίλησε στα παιδιά η Διαιτολόγος -Διατροφολόγος Ζήνα Βαρσάμη και ο γυμναστής Παρασκευιώτης Παναγιώτης που είχε αναλάβει και την προθέρμανσή των αθλητών.

Την Κυριακή 26 Μαρτίου δόθηκε η εκκίνηση του 6ου Ημιμαραθωνίου, 21.098 μέτρων και στη συνέχεια έγινε η εκκίνηση του Λαϊκού Αγώνα «ΚΑΛΥΒΑ ΣΤΕΦΑΝΗ» 5.000 μέτρων.

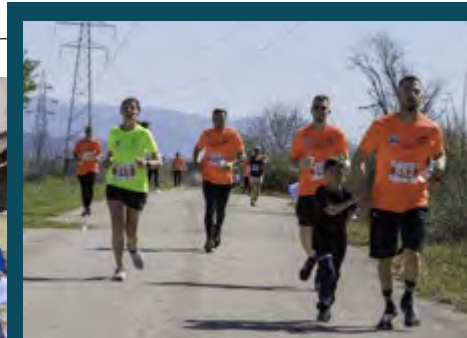


Συγχρόνως στην Κεντρική Πλατεία Σπερχειάδας πραγματοποιήθηκαν και παράλληλες Δράσεις από τα σχολεία του Δήμου μας.

- Το Γυμνάσιο Σπερχειάδας συμμετείχε με θέμα «όπου και αν πας το καπάκι μην ξεχνάς» όπου σε συνεργασία με το Αθλητικό Σωματείο Α.Μ.Ε.Α «Μαλιακός», συνεθέγησαν καπάκια τα οποία θα προσφερθούν για την αγορά ενός αμαξιδίου σε Α.Μ.Ε.Α του Δήμου μας.

- Τέλος, το Λύκειο Σπερχειάδας συμμετείχε σχεδιάζοντας τα μετάλλια που δόθηκαν στους αθλητές των διαδρομών του Ημιμαραθωνίου.

Μετά το κλείσιμο της εκδήλωσης, η Δημοτική Αρχή, ευχαρίστησε θερμά όλους όσους συμμετείχαν αθλητά και όσους βοήθησαν στην ομαλή διεξαγωγή του 6ου ημιμαραθωνίου Σπερχειού.



ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΣΠΕΡΧΕΙΑΔΑΣ

Μια προσφορά αγάπης στο συνάνθρωπο

► **Ημέρα χαράς η 7η Απριλίου** για τους μαθητές και τους εκπαιδευτικούς του Γυμνασίου Σπερχειάδας.



Με συναισθήματα αγάπης και αλληλεγγύης προσέφερε σε συνεργασία με τον Αθλητικό Σύλλογο Α.Μ.Ε.Α. "Ο ΜΑΛΙΑΚΟΣ" ένα αναπηρικό καροτσάκι σε συνάνθρωπό μας από τη Σπερχειάδα.

Η δράση των μαθητών με θέμα «όπου και αν πας το καπάκι μην ξεχνάς» που στόχο είχε να συγκεντρώσει καπάκια που θα προσφερθούν για την αγορά ενός αμαξιδίου σε Α.Μ.Ε.Α του Δήμου μας, και ξεκίνησε από τον 6ο ημιμαραθώνιο «ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ ΑΚΡΙΔΑΣ» στις 25.03.2023 συνεχίζεται και ελπίζουμε να μπορέσουν να βοηθήσουν στο μέλλον και άλλους συνανθρώπους μας με ειδικές ανάγκες.

- ΠΡΟΛΗΨΗ ΠΑΝΤΟΥ - στη Κοινότητα Τσούκας του Δήμου Μακρακώμης



Με μεγάλη προσέλευση κόσμου πραγματοποιήθηκε στις 02.04.2023 στη Κοινότητα Τσούκας του Δήμου Μακρακώμης, η δράση «ΠΡΟΛΗΨΗ ΠΑΝΤΟΥ».

Εθελοντές γιατροί διαφόρων ειδικοτήτων (Γενικός Γιατρός - Παθολόγος - Καρδιολόγος - Ακτινολόγος - Γυναικολόγος - Ορθοπαιδικός - Χειρουργός - Οφθαλμίατρος - Ουρολόγος), από τον Ιατρικό Σύλλογο Φθιώτιδας, σε συνεργασία με τον Δήμο Μακρακώμης και τη βοήθεια της Κοινότητας της Τσούκας, επισκέφτηκαν τη Τσούκα και στο χώρο του Δημοτικού Σχολείου προσέφεραν τις υπηρεσίες τους στους κατοίκους παρέχοντας την βασική ιατρική φροντίδα σε μια προσπάθεια πρόληψης και προαγωγής της υγείας.

Το πρόγραμμα «Πρόληψη Παντού» χάρη στον εθελοντισμό και στο ψηλό επιστημονικό ήθος των ιατρών του Ιατρικού Συλλόγου Φθιώτιδας, αφορά κάθε γωνιά της Φθιώτιδας.

Ο Ιατρικός Σύλλογος Φθιώτιδας ως θεσμικός - επιστημονικός φορέας αναγνωρίζει και αξιολογεί πάντοτε τις Υγειονομικές ανάγκες του πληθυσμού της Φθιώτιδας και θα συνεχίσει να αναλαμβάνει πρωτοβουλίες αλλά και να πραγματοποιεί δράσεις ικανές να βελτιώσουν την ποιότητα και να διασφαλίσουν την ευχερή πρόσβαση των συμπολιτών μας στην Υγεία.



Γυμνάσιο Σπερχειάδας: Βοήθεια στο Γηροκομείο

Το ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΣΠΕΡΧΕΙΑΔΑΣ εν όψει της Εβδομάδας των Σεπτών Παθών Του Κυρίου συγκέντρωσε και προσέφερε είδη χρήσιμα για τους τρόφιμους του Γηροκομείου της πόλης της Σπερχειάδας.

Η Αντιπροσωπεία των μαθητών, την 7η Απριλίου, επισκέφτηκε το Γηροκομείο «ΙΔΡΥΜΑ ΜΕΡΙΜΝΑΣ ΓΗΡΑΤΟΣ - ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ & ΜΑΙΡΗ ΑΚΡΙΔΑΣ» και μαζί με τις ευχές τους για «ΚΑΛΗ ΑΝΑΣΤΑΣΗ», παράδωσαν τα δέματα που συγκεντρώθηκαν (πάνες ενηλίκων – υποσέντονα – είδη καθαρισμού και τρόφιμα).



Ευχές και Δώρα από το Δήμαρχο στα νηπιαγωγεία του Δήμου Μακρακώμης

Ο Δήμαρχος Γιώργος Χαντζής, συνοδευόμενος από την Αντιδήμαρχο για θέματα Παιδείας Λαμπρινή – Λυδία Ρήγα, στις 7 Απριλίου 2023, και εν όψει των εορτών του Πάσχα, επισκέφτηκαν τους Παιδικούς Σταθμούς και τα Νηπιαγωγεία του Δήμου Μακρακώμης.

Σκοπός της επίσκεψης ήταν η ανταλλαγή ευχών με τους υπευθύνους λειτουργίας των εκπαιδευτικών δομών αλλά και με τους μικρούς μαθητές στους οποίους προσέφεραν μικρά δώρα.

Τόσο ο Δήμαρχος όσο και η Αντιδήμαρχος κατά την παραμονή τους, με ιδιαίτερη χαρά παρακολούθησαν και συμμετείχαν στο ημερήσιο πρόγραμμα των μικρών μαθητών. Στη συνέχεια αποχώρησαν και απευθυνόμενοι στους εκπαιδευτικούς και τους μικρούς μαθητές ευχήθηκαν «Καλή Ανάσταση».

Με το πέρας των επισκέψεων τόσο ο Δήμαρχος όσο και η Αντιδήμαρχος σε θέματα παιδείας εξέφρασαν την ικανοποίησή τους από την λειτουργία των εκπαιδευτικών δομών και



δήλωσαν: «Προσπαθούμε καθημερινά, στο μέτρο των δυνατοτήτων μας, για τη βελτίωση όλων των εκπαιδευτικών δομών του Δήμου μας. Βρισκόμαστε κοντά σε εκπαιδευτικούς, παιδιά και γονείς, προσπαθώντας για το καλύτερο».



Παζάρι στη Μακρακώμη και τη Σπερχειάδα



Πολύ επιτυχημένα ήταν και φέτος τα παζάρια σε Μακρακώμη και Σπερχειάδα.

Πλήθος επισκεπτών περιηγήθηκε στους δρόμους με τους πάγκους των πλανόδιων μικροπωλητών και αγόρασαν μικροαντικείμενα σε πολύ καλές τιμές, απαραίτητα για το νοικοκυριό τους.

Τόσο για τη Μακρακώμη όσο και για τη Σπερχειάδα, το παζάρι ήταν - και παραμένει ακόμα - μια από τις σπουδαιότερες δραστηριότητες τους στη κοινωνική και οικονομική ζωής ολόκληρου του Δήμου Μακρακώμης.

Σημείωση: Η λέξη παζάρι προέρχεται από το τουρκικό Pazar και σημαίνει τόπος δημόσιας αγοράς αθλή και διαπραγμάτευση της τιμής του εμπορεύματος.



Ανάσταση στο Γηροκομείο Σπερχειάδας



Στο Γηροκομείο Σπερχειάδας ο Μητροπολίτης Φθιώτιδας κ. Συμεών τέλεσε την ακολουθία της Αναστάσεως παρουσία του Δημάρχου Γιώργου Χαντζή και των Αντιδημαρχών, Βίκης Αρβανίτη, Λίνας Ρήγα, Αντρέα Παπασάρα, Κων/νου Σπανού και Πάνου Κοντογεώργου.

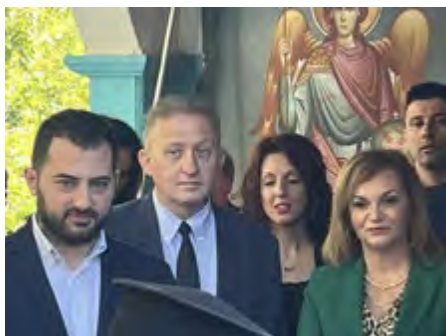
Με το πέρας της λειτουργίας ο Σεβασμιώτατος και οι παρευρισκόμενοι της Δημοτικής αντάλλαξαν ευχές με τους τρόφιμους του Γηροκομείου.

Γιορτή της Ζωοδόχου Πηγής

Ο Σύλλογος Επαγγελματιοβιοτεχνών Μακρακώμης γιορτάζει!

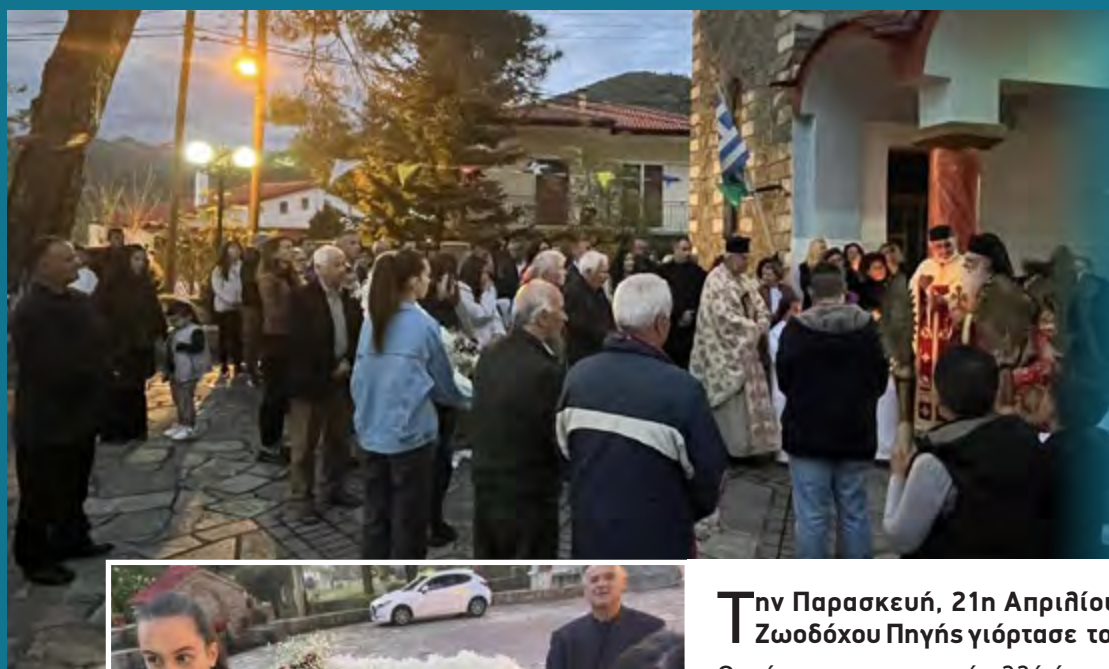
Όπως κάθε χρόνο έτσι και φέτος οι Μακρακωμίτες Επαγγελματιοβιοτέχνες, τηρώντας την παράδοση πολλών ετών, κάλεσαν τους κατοίκους της Μακρακώμης να γιορτάσουν μαζί τους την ετήσια γιορτή τους.

Σύλλογος Επαγγελματιοβιοτεχνών και πολλοί κάτοικοι της πόλης, ανηφόρησαν το πρωί της 21ης Απριλίου στο εκκλησάκι της Αγίας Παρασκευής που τελέστηκε η Θεία Λειτουργία.



Στο τέλος της Θείας Λειτουργίας στους παρευρισκόμενους καλεσμένους προσφέρθηκαν εδέσματα προσφορά του Συλλόγου Επαγγελματιοβιοτεχνών Μακρακώμης.

Η γιορτή της Ζωοδόχου Πηγής είναι για τη πόλη της Μακρακώμης αργία και παραμένουν κλειστές τόσο οι Δημόσιες Υπηρεσίες όσο και τα Εμπορικά Καταστήματα.



Βίτωλη: Γιορτή της Ζωοδόχου Πηγής



Την Παρασκευή, 21η Απριλίου τη γιορτή της Ζωοδόχου Πηγής γιόρτασε το χωριό Βίτωλη!

Οι κάτοικοι του μικρού αλλά όμορφου χωριού του Δήμου Μακρακώμης, όπως κάθε χρόνο συγκεντρώθηκαν στην εκκλησία τους, παρακολούθησαν τη θεία λειτουργία, την περιφορά της εικόνας της Ζωοδόχου Πηγής και αντάλλαξαν ευχές.

Ακολούθησαν παραδοσιακοί χοροί στο προαύλιο της εκκλησίας από το χορευτικό του συλλόγου (Σύλλογος Απανταχού Βιτωλιωτών) και μοιράστηκαν εδέσματα για τα χρόνια πολλά!

Σεξουαλική Εκπαίδευση για Γονείς

Με επιτυχία πραγματοποιήθηκε για πρώτη φορά στο Δήμο μας το Σάββατο 22/4/2023 στο Συνεδριακό Κέντρο "Αθανασίου και Μαίρης Ακρίδα" στην Σπερχειάδα σεμινάριο με θέμα «Σεξουαλική Εκπαίδευση για Γονείς» από την Σεξολόγο και sex coach κα Ειρήνη Χειρδάρη.

Το σεμινάριο διήρκησε τρεις ώρες, με κύριες θεματικές, το πώς αλλά και το πότε οι γονείς θα πρέπει να μιλούν στα παιδιά τους για το σεξ, τον τρόπο που θα πρέπει να τα προσεγγίζουν ώστε να καλλιεργήσουν την αυτοεκτίμηση και την αυτοπεποίθηση τους αλλά και το πώς να μαθαίνουν στα παιδιά να λένε όχι όταν δεν συναινούν. Τέλος οι συμμετέχοντες είχαν την ευκαιρία να απευθύνουν ερωτήσεις.



Καστρί: Η γιορτή του πολιούχου Αγίου Γεωργίου και το πανηγύρι

Τον πολιούχο του χωριού Άγιο Γεώργιο γιόρτασε το Καστρί του Δήμου Μακρακώμης την 23η Απριλίου 2023.

Μετά τη θεία λειτουργία στην εκκλησία του χωριού οι κάτοικοι και οι παρευρισκόμενοι επισκέπτες έδωσαν ραντεβού στη πλατεία που ακολούθησε γλέντι και προσφέρθηκαν εδέσματα από τον Εκπολιτιστικό σύλλογο.

Μαζί με τη γιορτή του πολιούχου Αγίου Γεωργίου παρουσία κατοίκων του χωριού και πολλών επισκεπτών, αξίζει να σημειώσουμε ότι:

- έγινε παρουσίαση του βιβλίου «ΚΑΣΤΡΙ- ΠΑΛΙΟΥΡΙ ΙΣΤΟΡΙΑ και ΛΑΟΓΡΑΦΙΑ» που έγραψε ο Συγγραφέας - Δάσκαλος κ. Βασίλης Κανέλλης, με επιμέλεια και χορηγό έκδοσης τον Πολιτιστικό Σύλλογο Καστριού.
- ξεκίνησε ο κύκλος των πανηγυριών του 2023 στο Δήμο μας.



Δημοτικό Σχολείο Μακρακώμης

Εκπαιδευτικές επισκέψεις - «Επαγγέλματα»



Μέρα γεμάτη δραστηριότητες η 28.04.2023 με τους μαθητές των Γ' και ΣΤ' τάξεων του Δημοτικού Σχολείου Μακρακώμης. Σβήσανε φωτιές, πραγματοποίησαν «διασώσεις» και συντόνισαν επιχειρήσεις στην Πυροσβεστική Υπηρεσία της πόλης της Μακρακώμης!

Ακολούθησε επίσκεψη των μαθητών στο φούρνο της Έλσας Καραμπετσάκου στη Μακρακώμη και είχαν την ευκαιρία να ζυμώσουν ψωμί και κουλουράκια «κλέβοντας» τα μυστικά των συνταγών από τον Στάθη και την Έλσα Καραμπετσάκου!

Οι υπεύθυνοι της δράσης «Εκπαιδευτικές Επισκέψεις - Επαγγέλματα», ευχαρίστησαν Διοικητή και

τα στελέχη της Πυροσβεστικής Υπηρεσίας της Μακρακώμης, καθώς και ιδιοκτήτες του φουρνου Στάθη και Έλσα Καραμπετσάκου!

Οι εκπαιδευτικές επισκέψεις πραγματοποιήθηκαν στο πλαίσιο της ενότητας «Επαγγέλματα» των Εργαστηρίων Δεξιοτήτων.



Πανελλήνιο πρωτάθλημα MotoCross στη Σπερχειάδα

Στη πίστα MotoCross, στο 4ο χιλιόμετρο της επαρχιακής οδού Σπερχειάδας-Άνω Καλλιθέας, δίπλα στο εκκλησάκι της Παναγιάς της Γόργιανης, έχοντας θέα στην κοιλάδα του Σπερχειού, το Σαββατοκύριακο 6-7 Μαΐου 2023 η καρδιά του Motocross ξαναχτύπησε στη Σπερχειάδα, όπου πραγματοποιήθηκε ο 3ος αγώνας του πανελληνίου πρωταθλήματος.

Τη συνδιοργάνωση του αγώνα είχαν αναλάβει ο Δήμος Μακρακώμης και η Λέσχη Μοτοσικλετιστών Σπερχειάδας.

Η φυσική πίστα MotoCross Σπερχειάδας, με μήκος 1.800 μέτρα και πολλά φυσικά άλματα, ήταν έτοιμη και υποδέχθηκε τους αθλητές χαρίζοντας στους πολλούς επισκέπτες έναν αγώνα γεμάτο θέαμα και αδρεναλίνη.

Οι συμμετοχές ξεπέρασαν τις 140 συμπεριλαμβανομένων και αυτών από χώρες του εξωτερικού.

Με το πέρας του αγώνα ο Δήμαρχος Γιώργος Χαντζής και η Αντιδήμαρχος Παιδείας και Αθλητισμού Λαμπρινή - Λυδία Ρήγα εξέφρασαν τις ευχαριστίες τους: **στη Λέσχη Μοτοσικλετιστών Σπερχειάδας** για την άρτια διοργάνωση - **στους εθελοδότες** που συνετέλεσαν στην ασφαλή και εύρυθμη διεξαγωγή του αγώνα - **στους χορηγούς** που στηρίζουν κάθε χρόνο τη διοργάνωση και την **ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΜΟΤΟΣΥΚΛΕΤΙΣΤΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΕΛΛΑΔΟΣ**.



Ποδηλατικός αγώνας **GOULINAS VOLCANO ENDURO**



Με συνδιοργανωτές το Σύλλογο Goulinas Adventure και το Δήμο Μακρακώμης ολοκληρώθηκε με μεγάλη επιτυχία ο ποδηλατικός αγώνας «Goulinas Volcano Enduro» που πραγματοποιήθηκε το τριήμερο 28-30 Απριλίου στη Σπερχειάδα και το όρος Γουλινάς στο Δήμο Μακρακώμης.

Για τρεις ημέρες η πόλη της Σπερχειάδας αλλιά και ολόκληρος ο Γουλινάς πλημμύρησε από εκατοντάδες κόσμο και ποδήλατα σε μια μεγάλη γιορτή, στο πλαίσιο του δεύτερου αγώνα του πρωταθλήματος Enduro Greek Series 2023.

Όσον αφορά τις συμμετοχές έφτασαν τις 250 και ξεπέρασαν κάθε προηγούμενο ρεκόρ και φυσικά συμπληρώθηκε και ξεπεράστηκε ο μέγιστος αριθμός που είχαν θέσει οι διοργανωτές.

Οι 3ήμερες εκδηλώσεις που διοργάνωσε ο σύλλογος Goulinas Adventure και ο Δήμος Μακρακώμης, άφησαν τις καλύτερες

των εντυπώσεων τόσο στους συμμετέχοντες όσο και στους συνοδούς αλλά και θεατές που βρέθηκαν στην περιοχή της Σπερχειάδας, απολαμβάνοντας την φιλοξενία και την άμεση εξυπηρέτηση, από τους εθελοντές που κατέβαλαν δυνατή προσπάθεια, για την ομαλή έκβαση τη διοργάνωσης.

Οι αγωνιζόμενοι απόλαυσαν το εντυπωσιακό δίκτυο μονοπατιών, που συνδύαζε με τον καλύτερο τρόπο την ταχύτητα και την τεχνική από τις παρυφές μέχρι την κορυφή του, του όρους Γουλινά.

Στόχος της διοργάνωσης δεν ήταν απλά να δημιουργήσει έναν αγώνα για τους αναβάτες, αλλά και να αναπτυχθεί στην περιοχή η ποδηλασία τύπου Enduro ως άθλημα. Η φετινή διοργάνωση έβαλε γερά θεμέλια για μια μόνιμη κι ελπιδοφόρα συνέχεια του θεσμού, τόσο για την ανάπτυξη της ορεινής ποδηλασίας όσο και για την τουριστική προβολή της περιοχής.

Με το πέρας της εκδήλωσης ο Δήμαρχος ευχαρίστησε θερμά τους χορηγούς – εταιρείες: Hotel Omilaia, Σπανός Δ και ΣΙΑ ΟΕ, Kastanis Extreme Shop-KXS, Vasilis Café, Softecnica, Κα-



«Μοτοσυκλετώντας... χαίρομαι» Μια δράση με στόχο!

Το ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΜΟΤΟΣΥΚΛΕΤΑΣ «ΜΟΤΟΘΕΣΙΣ», προσκεκλημένο του Δημάρχου Μακρακώμης Γιώργου Χαντζή και της Αντιδημάρχου κας Λίνας Ρήγα, με μεγάλη χαρά δέχθηκε και παρουσίασε στους μαθητές της Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης του Δήμου μας την δράση, με τίτλο «Μοτοσυκλετώντας...χαίρομαι».

Στόχος της δράσης ήταν η ορθή και προστατευμένη οδήγηση μοτοσυκλέτας που αποτελεί ένα από τα μέσα του κυκλοφοριακού συστήματος κυρίως για τους νέους, και βέβαια η μείωση των τροχαίων ατυχημάτων.

Η δράση παρουσιάστηκε από τον Εκπαιδευτή του Ινστιτούτου κ. Ευάγγελο Λεμονίδη την Τετάρτη 10 Μαΐου 2023 στον Συνεδριακό Κέντρο «Αθανασίου και Μαίρης Ακρίδα» στην Σπερχειάδα στους μαθητές Γυμνασίου, Λυκείου Σπερχειάδας και την Πέμπτη 11 Μαΐου 2023 από τους Εκπαιδευτές κ. Ευάγγελο Λεμονίδη και κ. Γεώργιο Κραβαρίτη στην αίθουσα εκδηλώσεων του Γυμνασίου Μακρακώμης, όπου παρακολούθησαν οι μαθητές του Γυμνασίου, του Λυκείου και του ΕΠΑΛ Μακρακώμης.



νέλλος Ελαιοχρωματισμοί, Extra Products, Ohlins, ΚΥΜΑ SurfLife, Ταβέρνα-Ψησταριά Κ. Μανίτας, Ευρωαναπτυξιακή, Μάρμαρα-Μνημεία Κατσαντώνης, Attica Drinks, Κάβα Ποταμιάς, Κάβα Λάγιος, ΕΖΑ, Κορπανάς Logistics, Βιομηχανία Γάλακτος Λαμίας, Coffee Tree, Pepsi, Clean Home Πατακιάς, Φούρνο Καραμέρη, Αφοί Μαθισσόβα, Ξενοδοχείο Γόργιανη, Ξενώνας Λεϊριο, καθώς και τα κρεπωλικά Αρβανίτης, Μανίτας, Κουμπούρης, Καραγιάννης, Αντωνίου και τους χορηγούς επικοινωνίας Star Κεντρικής Ελλάδας, Lamia Polis, Lamianow αλλά και τους συλλόγους ΕΠΟΣ Μακρακώμης, ΛΕΜΣ, Σύλλογο Απανταχού Κληνωτών "Ο Άγιος Παντελεήμων" και την Κοινότητα Φτέρης.

Δεν θα μπορούσαμε να παραλείψουμε την προσφορά του γιατρού κ. Αλέξανδρου Ντζούνα, της Λέσχης Εφέδρων Καταδρομέων Στερεάς Ελλάδας και φυσικά όλων των εθελοντών που συνετέλεσαν στην περάτωση της διοργάνωσης.



«Η Ζωή εν Τάφω»

Μεγάλη Παρασκευή και ο κεκοιμημένος Χριστός ξεκουράζεται στον Πανάγιο Τάφο του, ενώ ο κόσμος αναμένει την Ανάσταση του.

Ερχόμαστε από την σιωπή και καταλήγουμε στην σιωπή, με το ενδιάμεσο διάστημα να είναι το θορυβώδες πέρασμα μας από την ζωή.

Ο θάνατος είναι το μοναδικό συμβάν στην ζωή μας που μπορούμε, με βεβαιότητα, να γνωρίζουμε πως θα συμβεί.

Η Ανάσταση πλησιάζει, για όποιον θέλει να την υποδεχτεί.

Ας βρουν τα προβλήματα που μας κυνηγούν έναν κενό τάφο στην καρδιά του καθενός.

Επιτάφιοι από τις κοινότητες του Δήμου μας...





«Χριστός Ανέστη»

Χριστός Ανέστη εκ νεκρών, η πιο χαρμόσυνη είδηση της Χριστιανοσύνης. Πιο πολύ κι από τη γέννηση του Ιησού, αφού η γέννηση θεωρούνταν δεδομένη, ενώ η νίκη επί του θανάτου ήταν αδιανόητη, έως την στιγμή που συνέβη...

Αν νικήθηκε ο θάνατος, νικούνται όλα όσα μας πικραίνουν.

Χριστός Ανέστη λοιπόν! - Αληθώς Ανέστη!

Η Ανάσταση στις Κοινότητες του Δήμου μας...



ΔΙΚΑΣΤΡΟ ΦΘΙΩΤΙΔΑΣ:

Το λαογραφικό μουσείο & ο Νερόμυλος μας περιμένουν...

Το Δίκαστρο είναι ένα μικρό αμφιθεατρικό χωριό στα βορειοδυτικά του δήμου Μακρακώμης πολύ κοντά στα σύνορα με τους νομούς Ευρυτανίας και Καρδίτσας.

Χτισμένο μέσα στους κατάφυτους ορεινούς όγκους και σε υψόμετρο 850 μέτρων χαρακτηρίζεται όχι μόνο από τα αρχαιολογικά ευρήματα αλλά και την αγάπη που διατηρούν για τον τόπο τους οι κάτοικοι του.

Στο Δίκαστρο τα τελευταία 20 χρόνια οι απανταχού Δικαστριώτες που πάντα θα βρουν χρόνο να το επισκεφτούν τους καλοκαιρινούς μήνες, έχουν επιτελέσει σημαντικό έργο με πολιτιστικές εκδηλώσεις αλλά και αναβίωση των εθίμων και της ιστορίας του.

Ένα από τα σημαντικότερα έργα τους είναι το Λαογραφικό Μουσείο του χωριού που ιδρύθηκε το 1995 από τα Σύλληγο Απανταχού Δικαστριωτών και υπήρξε το πρώτο λαογραφικό μουσείο στη Δυτική Φθιώτιδα.

Το Λαογραφικό Μουσείο του χωριού, είναι συνδεδεμένο με τον περιβάλλο-



να χώρο της ευρύτερης περιοχής της Δυτικής Φθιώτιδας και γενικότερα της Ρούμελης.

Στις αίθουσες του δημοτικού σχολείου φιλοξενούνται όλα τα ιστορικά και λαογραφικά στοιχεία που χαρακτηρίζουν την περιοχή ενώ έχει τιμηθεί από την Ακαδημία Αθηνών.



Ο ανακαινισμένος νερόμυλος του χωριού του Δικαστρου σκεπασμένος από πλατάνια τα τελευταία χρόνια αποτέλεσε το «επόμενο στοίχημα» για όσους θέλουν να αναβιώσουν την ιστορία του χωριού τους.

Η μυλόμετρα ξαναζωντάνεψε στον παλιό μύλο και ο μυλωνάς και η νεράιδα βρήκαν τη θέση τους στο χώρο μαζί με τις αναμνήσεις μιας ολόκληρης εποχής.

Ο Σύλληγος Δικαστριωτών μας προσκαλεί να επισκεφτούμε το νερόμυλο και να φωτογραφηθούμε με την παρακάτω διαδικτυακή πρόσκληση: **“Το νερό μπήκε στο αυλάκι”**.

Η μυλόπετρα ζωντάνεψε, βρήκε το γνώριμο ρυθμό της κι άρχισε να γυρίζει μεθυστικά, ξέφρενα, ξυπνώντας αναμνήσεις, ζωντανεύοντας το παρελθόν εκεί όπου στρατοκόποι, ζώα, γεννήματα, μυλωνάδες, αλέσματα και νεράιδες έθρεψαν το είναι μας και θέρειψαν, εμπότισαν τη φαντασία μας με μύθους, ήχους, εικόνες, μπουριδιές, αποτυπώματα στο νου και την ψυχή μας, ώστε να λέμε σήμερα μακάριοι όσοι τους καρπούς της γης γεύτηκαν παλεύοντας με τα ροζιασμένα χέρια και τον ιερό ιδρώτα τους!

Με αυτά τα λίγα λόγια σας πληροφορούμε ότι μυλωνάς και νεράιδα βρήκαν πάλι τη θέση τους στον νερόμυλο μας. Στον νερόμυλο του Δικαστρου και σας καλούμε να

τον επισκεφτείτε και να φωτογραφηθείτε μαζί τους.

Ελλάδα δεν είναι μόνο τα ξακουστά μέρη! Επισκεφθείτε μας!



3η ΑΝΘΟΚΟΜΙΚΗ ΕΚΘΕΣΗ ΣΠΕΡΧΕΙΑΔΑΣ

Ένας Κήπος όλη η Πόλη 13 - 14 ΜΑΪΟΥ

Μια έκθεση γεμάτη χρώματα κι αρώματα διοργανώθηκε και φέτος από το Δήμο Μακρακώμης, βασισμένη στην ιδέα και τη βοήθεια του Εμπορικού Συλλόγου Συλλόγου Σπερχειάδας αλλά και τη στήριξη του Επιμελητηρίου Φθιώτιδας.

Ένας αγαπημένος θεσμός που για 3η χρονιά, πρόσφερε στους κατοίκους της πόλης της Σπερχειάδας αλλά και στους επισκέπτες που την παρακολούθησαν, προτάσεις για τη διακόσμηση των σπιτιών τους, με θουλούδια φυτά έπιπλα κήπου και διακοσμητικά, πάντοτε σε πολύ καλές τιμές και προσφορές.



Οι προετοιμασίες σε διάθεση, ιδέες και οργάνωση είχαν ξεκινήσει αρκετές ημέρες πριν και τελικά το αποτέλεσμα δικαιώσε τους οργανωτές αλλά και ικανοποίησε πλήρως τους επισκέπτες.

Τα εγκαίνια πραγματοποιήθηκαν το Σάββατο 13 Μαΐου στις 8:00 μμ με ομιλία του Δημάρχου Γιώργου Χαντζή.

Καθημερινά κατά τη διάρκεια της έκθεσης υπήρξαν βιωματικές δράσεις - εργαστήρια χειροτεχνίας - ομιλίες για μικρούς και μεγάλους.

Το πρόγραμμα της Ανθοκομικής Έκθεσης περιλάμβανε τις δράσεις:

- ΜΕ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΦΤΙΑΧΝΟΥΜΕ ΚΑΚΤΑΚΙΑ - Χειροτεχνία για τα παιδιά με την κ. Ευαγγελία Σουλιώτη
- ΕΓΚΑΙΝΙΑ ΕΚΘΕΣΗΣ - Ομιλία Δημάρχου Γιώργου Χαντζή
- ΜΟΥΣΙΚΗ ΒΡΑΔΙΑ - Λαϊκά Έντεχνα και Παραδοσιακά τραγούδια
- ΜΗΝ ΤΟ ΠΕΤΑΣ ΑΝΤΑΛΛΑΞΕ ΤΟ - Ο Σύλλογος Νέων Σπερ-



χειάδας οργάνωσε ανταλλακτικό bazaar με ανακύκλωση και επαναχρησιμοποίηση των υλικών.

- ΑΝΑΚΥΚΛΩΝΩ - ΠΡΟΣΤΑΤΕΥΩ ΟΜΟΡΦΑΙΝΩ ΤΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ - Δράση από το Γυμνάσιο Σπερχειάδας, και το Συλλόγο Γονέων & κηδεμόνων
- ΥΙΟΘΕΣΙΑ ΑΔΕΣΠΟΤΩΝ - Ο Φιλοζωικός Σύλλογος Φθιώτιδος 2017 έφερε χαριτωμένα κουταβάκια που ζητάνε στέγη αγάπη και φροντίδα.
- ΜΕΙΩΝΟΥΜΕ ΕΠΑΝΑΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΟΥΜΕ ΑΝΑΚΥΚΛΩΝΟΥΜΕ - Ο ΦΟ.Δ.Σα Στερεάς Ελλάδος ΑΕ εκπαιδεύει τα παιδιά με παρουσιάσεις και παιχνίδια.
- ΧΡΟΝΙΑ ΠΟΛΛΑ ΜΑΝΟΥΛΕΣ - Ο Σύλλογος Γυναικών Σπερχειάδας διοργανώνει εκδήλωση για τη γιορτή της μητέρας με κέρασματα για τα παιδιά και κατασκευές.





Τέμπη:

«Δεν έχω τίποτα για να κηδεύσω»

Ο χρόνος πάγωσε 28.02.2023 ώρα 23:22

• Γράφει ο Μακρας - Κομήτης

Ο χρόνος πάγωσε. Το ρολόι σταμάτησε στις 23:22 την 28η Φεβρουαρίου το 2023, αλλά στ' αυτιά μας αντηχεί ακόμα η κραυγή της γυναίκας που έχασε σύζυγο και 5χρονο παιδί στα Τέμπη ...

«Δεν έχω τίποτα για να κηδεύσω»

Μία χώρα σε πένθος. Ένα μαύρο σύννεφο έχει σκεπάσει τα πάντα και δύσκολα θα διαλυθεί.

Ξαπλώνουμε να κοιμηθούμε και σκεφτόμαστε τι θα δούνε τα μάτια μας και τι θα ακούσουν τα αφτιά μας, μόλις ξημερώσει.

Η τραγωδία των Τεμπών θα μείνει χαραγμένη στο μυαλό μας. Η σύγκρουση της αμαξοστοιχίας έγδαρε το μέσα μας. Κυρίως γιατί μέσα ήταν παιδιά. Νέοι άνθρωποι γεμάτοι όνειρα και ελπίδες.

Κάθε όνομα νέου ανθρώπου που χάθηκε είναι μια μαχαιριά στο σώμα της κοινωνίας μας.

Τελικά η θυσία των Ελλήνων στον Μινώταυρο του συστήματος είναι βαριά.

Στείλαμε τα παιδιά μας ανίδεοι και τραγικά ανυποψίαστοι στη σφαγή.

Μετά από τα Τέμπη όμως, τίποτε δεν θα είναι πια ίδιο...

Οι δεκάδες νεκροί, οι τραυματίες, αλλά και οι σκηνές του χάους στο σημείο της σύγκρουσης των τρένων θα μας στοιχειώνουν.

Τίποτα όμως δεν θα φέρει αυτά τα παιδιά πίσω.

Ο χαμός τους αντανάκλα με δραματικό τρόπο τις ελλείψεις και τις αδυναμίες ενός ανεξέλεγκτου συστήματος που αφήνει το μέλλον της χώρας στην τύχη και μια χαροκαμμένη μητέρα και σύζυγο να φωνάζει...

«Δεν έχω τίποτα για να κηδεύσω»

Ε δεν μας αξίζει!!!



Ένα ραντεβού για μετά τις εκλογές...



του Ηλία Προβόπουλου

Στις ειδήσεις της ημέρας χθες το πρωί στο ραδιόφωνο, πρώτη έπαιζε η ημερομηνία των εκλογών που ανακοίνωσε ο Πρωθυπουργός και είναι η 21η Μαΐου - Κωνσταντίνου και Ελένης υπενθυμίζει το εορτολόγιο αλλα αυτό δεν είχε καμιά σημασία μιας και φαίνεται πως ήταν η καλύτερη λύση για όλους, εκκλησία, πολιτική, οικονομία και κοινωνία.

Καιρός ήταν να μάθουμε πότε θα γίνουν για να κανονίσουμε τις δουλειές μας, όσοι έχουν βέβαια και να σκεφτούμε ποιος θα είναι ο εκλεκτός που θα ψηφίσουμε.

Με λίγα λόγια, να πάψει το ατέλειωτο προεκλογικό γαιτανάκι που φθείρει τους πάντες εκτός από τους εμπλεκόμενους, κληρονομικά, επαναστατικά, κομματικά ή με όποιον άλλον τρόπο καταφέρνει ο καθένας και η κάθε μία να χαρακτηριστεί πολιτικός, να αποκατασταθεί επαγγελματικά στο Δημόσιο και να ζει πλέον και να εργάζεται για το καλό του λαού.

Στην άλλη άκρη του τηλεφώνου ήταν η φωνή της γραμματείας ενός νοσοκομείου που απάντησε στο ερώτημα αν ισχύει μεθαύριο το ραντεβού που είχε κληιστεί με ένα γιατρό, πριν από δυο μήνες. «Με προλάβετε» είπε με έκπληξη. «Θα σας ειδοποιούσαμε ότι ο γιατρός δεν θα έρθει στο νοσοκομείο και έτσι ακυρώνονται όλα τα ραντεβού». Μου κόπηκαν τα πόδια γιατί απ' αυτό το ραντεβού εξαρτώνται πολλά πράγματα, καθώς πρόκειται για μια ειδική περίπτωση ασθενούς και η υπογραφή του ήταν απαραίτητη για την περαιτέρω πορεία του στην έρημο

Βιβλία... Μήπως να το ξανασκεφτούμε;



• Γράφει η Ελένη Ζαφίρη
Μαθήτρια Β' Λυκείου Σπερχειάδας

Αναρωτήθηκε ποτέ κάποιος σε ποιο βαθμό μπορεί ένα βιβλίο να βελτιώσει την καθημερινότητα του;

Δεν είναι λίγοι αυτοί που ακούν την λέξη βιβλίο και την συνδυάζουν με κάτι παλιομοδίτικο και...παρωχημένο! Αυτή η συμπεριφορά παρατηρείται κυρίως στην νέα γενιά η οποία απλόχερα απαξιώνει την ανάγνωση εξωσχολικών βιβλίων λέγοντας «Έλα μωρέ ποιος διαβάζει βιβλία στις μέρες μας!»! Ανήκω σε αυτή την γενιά, και το ακούω αρκετά συχνά. Από την μια με θλίβει, αλλά από την άλλη, με γεμίζει ελπίδες το γεγονός ότι πολλά παιδιά ασχολούνται με την λογοτεχνία, την ποίηση τόσο στον χώρο του σχολείου όσο και στον ελεύθερο τους χρόνο.



που λέγεται ψυχιατρική αγωγή και άλλα που ακούγονται ωραία μόνο αν δεν έχεις να αντιμετωπίσεις το ζήτημα στην αυλή σου. Πήρα θάρρος όμως και ρώτησα πότε θα μπορούσαμε να κλείσουμε νέο ραντεβού για να εισπράξω μια τεράστια απογοήτευση. «Μετά τις εκλογές, στις 25 Μαΐου» μου είπε η υπάλληλος.

Δεν τόλμησα να πω τι θα κάνουμε στο διάστημα μέχρι τότε, δεν ήταν η αρμόδια, θα πήγαιναν τα λόγια μου χαμένα. Ούτε εξάλλου έφταιγε αυτή για το σύστημα που λειτουργεί το νοσοκομείο ή οποιαδήποτε άλλα. Έκλεισα το τηλέφωνο και αποδέχτηκα για μια άλλη φορά πως δεν αξίζει να παλεύουμε για τίποτα σε αυτόν τον τόπο που όλα γίνονται πρόχειρα και πολύ περισσότερο πως για την μοίρα μας δεν είμαστε μόνο εμείς υπεύθυνοι αλλά και ένα σωρό άλλοι γύρω που με τον τρόπο τους την ορίζουν...

Το ραντεβού με τον γιατρό θα γίνει μετά τις εκλογές και ως τότε δεν θέλω να ακούσω τίποτα για όσα υποτίθεται έγιναν με τούτη ή την προηγούμενη κυβέρνηση και φυσικά δεν περιμένω τίποτα να αλλάξει μετά κι απ' αυτές.

Έτσι όπως μάθαμε, έτσι θα πορευτούμε και με τους καινούργιους σε ένα μέλλον που στενεύει συνεχώς τις προσδοκίες μας και ακυρώνει την όποια διάθεση έχουμε να βλέπουμε τα πράγματα από την καλή τους πλευρά.

ΥΓ. Στη συμβολική φωτογραφία: έργο από την εικαστική έκθεση «Εγκλεισμοί» που παρουσιάστηκε στους εσωτερικούς και εξωτερικούς χώρους του Δρομοκαϊτείου στα τέλη της περασμένης χρονιάς και πέρασε σαν να μην συνέβη τίποτα...

Για μερικούς μαθητές μάλιστα, ο ελεύθερος χρόνος φαντάζει ένα πολυτίμητο και δυσεύρετο αγαθό, γι' αυτό και πρέπει να αξιοποιείται καταλλήλως. Δεν λέω... καθό και το «Tik Tok» και το «Instagram» και όλα τα γνωστά σε όλους, «social media»! Πρέπει να υπάρχει ωστόσο ένα μέτρο στην χρήση τους προκειμένου να ενταχθεί το βιβλίο στην καθημερινότητα των μαθητών. Ο αντίκτυπος της ανάγνωσης ενός εξωσχολικού, θα είναι αναμφίβολα θετικός στην απόδοση τους στις πανελλαδικές εξετάσεις για τις οποίες προετοιμάζονται όλα τα χρόνια της μαθητικής του καριέρας. Ακόμα και αν δεν είναι υποψήφιος των πανελλαδικών, διότι επιθυμεί να ασχοληθεί με μια τέχνη ή στην τελική, δεν ξέρει τι θέλει, καθώς δεν είναι εύκολο για έναν έφηβο να αποφασίσει στην ηλικία που βρίσκεται την μελλοντική του καριέρα, το βιβλίο είναι μια καλή συντροφιά! Σίγουρα, σμιλεύει την προσωπικότητα του, τον βοηθά να εντοπίσει τις κλίσεις του και να ταυτιστεί με γεγονότα και καταστάσεις! Ο συνδυασμός των παραπάνω ενδέχεται να «ανοίξει» πολλές διόδους στην επαγγελματική του καριέρα και δεν αποκλείεται να αποτελέσει έναν σημαντικό οδηγό στην λήψη πολλών καιρίων αποφάσεων στην μετέπειτα ζωή του..

«Το διάβασμα είναι όπως η τροφή και το νερό. Το πνεύμα που δεν διαβάζει χάνει βάρος, όπως ένα σώμα που δεν τρώει» Βίκτωρ Ουγκώ.

Πρωτομαγιά από μια άλλη εποχή...

Εξώφυλλα περιοδικών και γελοιογραφίες

• **Επιμέλεια:** Συντακτική ομάδα

Η Πρωτομαγιά είναι μια... πολύ βολική γιορτή.

Σε ταραγμένες περιόδους με έλλειμμα Δημοκρατίας γιορτάζουμε τον ερχομό της Άνοιξης.

Σε άλλες πιο ελεύθερες θυμόμαστε τις εργατικές διεκδικήσεις με μεγάλες συγκεντρώσεις.

Στις μέρες μας η... απεργία έχει μεταβληθεί σε απλή αργία. Όσο για τις διεκδικήσεις, αν και επιτακτικές περιορίζονται στο facebook και στο Twitter!



Τα λαϊκά περιοδικά που κάποτε έκαναν θραύση κι είχαν κυκλοφορίες που έφθαναν τις 200 ή και 300 φύλλα την εβδομάδα για τα πετυχημένα είχαν ένα «χρυσό κανόνα». Ήταν στη συντριπτική τους πλειοψηφία... απολιτική.

Έτσι την Πρωτομαγιά στα εξώφυλλα, αλλά και στη θεματολογία τους κυριάρχουσε η Άνοιξη κι όχι οι διεκδικήσεις των αναγνωστών τους...

Παρ' όλα αυτά κάποιοι γελοιογράφοι προσπαθούσαν να περάσουν τα δικά τους μηνύματα.

Το 1946 έγινε δημοψήφισμα για το εάν θέλυμε Βασιλεία ή Δημοκρατία κι ο Ευάγγελος Τερζόπουλος βρήκε τον τρόπο να αποκαλύψει τι θα ψήφιζε...



Είμαστε περισσότερο εύπλαστη στον πόνο παρά στη χαρά

Το ξέρουμε, το βλέπουμε, πολλοί το νιώθουμε ότι όλοι οι άνθρωποι, από μια ηλικία και πέρα, έχουν το πρόσωπό τους χαραγμένο από τα' αυθάρκεια που τους άφησαν περνώντας οι πίκρες, οι δοκιμασίες, οι αγώνες, οι απογοητεύσεις, οι λαχτάρες, τα πένθη, οι αρρώστιες.



Είναι βέβαιο ότι σχεδόν κανένας δεν μοιάζει να συγκράτησε στο βλέμμα του κάτι, έστω μια σπίθα από την αστραπή της χαράς, όσες φορές κι αν έτυχε να φωτιστεί από αυτήν.

Δεν φταίμε εμείς οι άνθρωποι αν η σύστασή μας δείχνεται περισσότερο εύπλαστη στον πόνο παρά στη χαρά.

Μοιάζει σάμπως ο Χρόνος, το ρεύμα αυτό που μας διαπερνάει και μας ταξιδεύει, να έχει περισσότερη συγγένεια με τα μόρια του Κακού, αυτά να μαγνητίζει και να συγκρατεί, παρά τα φωτεινά κύματα του Καλού.

Η χαρά πετάει και φεύγει, αφήνοντας πίσω της, στη θύμησή της, έναν καημό, δηλαδή πάλη έναν πόνο!

Ο πόνος περνώντας, αν αφήνει κάποτε μια στιγμή ανακούφιση, δεν αφήνει ποτέ κατάλοιπό του βίωσιμο τη χαρά.

Η ροή του χρόνου που παίρνει και τη χαρά και τη λύπη, νιώθουμε πως μας αφήνει αισθητά τα' ανάρια της δεύτερης, όχι όμως και της πρώτης...

P.D.

«Εσείς τι επαγγέλλεστε;»

Καλησπέρα και καλή διασκέδαση

Ο ευφυέστατος και πολυγραφότατος σεναριογράφος και σκηνοθέτης, Αλέκος Σακελλάρης, θέλοντας να καυτηριάσει όλους τους... «**ότι δηλώσεις είσαι**» έγραψε και σκηνοθέτησε το έργο «**η κυρά μας η μαμή**» με πρωταγωνιστές τον Ορέστη Μακρή στο ρόλο του πτυχιούχου γιατρού και τη Γεωργία Βασιλειάδου στο ρόλο επίσης της «**α-πτυχιούχου**» ιατρού, με ειδικότητα... ξεματιάστρας.

Στην Ελλάδα λοιπόν του «**όλα τα σφάζω, όλα τα μαχαιρώνω**» και του «**ότι δηλώσεις είσαι**», τίποτα δεν κάνει εντύπωση σε κανένα πιά !!!

Αλώστε τι σημασία έχει, όταν κανείς δεν σε αναγνωρίζει γι' αυτό που λες ότι είσαι;

Άλλος δηλώνει αυτοδίδακτος γιατρός, άλλος αστρολόγος με κληρονομικό χάρισμα, άλλος δικηγόρος επειδή πέρασε πεζός έξω από τη νομική σχολή, άλλος γλύπτης, άλλος γλύφτης, άλλος ντέντεκτιβ ... κλπ κλπ κλπ

Σαν να μην έφταναν λοιπόν όλοι οι παραπάνω, εσχάτως, έκαναν την εμφάνισή τους και πολλοί αυτοαποκαλούμενοι «**συγγραφείς ιστορικών βιβλίων, βιβλίων ποικίλης ύλης αλλά και λογοεκφωνητές**» έτοιμοι ανά πάσα στιγμή και κατά περίπτωση...

- να «**συγγράψουν** (συρράψουν) με χρήματα τρίτων και συνήθως μοναδικό αγοραστή τον εαυτό τους, «**ιστορικά βιβλία**» με τη μέθοδο του «**κόπυ πάστε**» (copy paste), από την εποχή του χαλκού μέχρι και σήμερα αν χρειαστεί ... για τον Ηρακλή, το Μέγα Αλέξανδρο, το Κολλοκοτρώνη, το Βελουσιώτη, το Ζέρβα, το Τσιτσάνη... και γιατί όχι τον Λεύτερη Πανταζή και τη Γωγώ Τσαμπά (... ο καλός μύθος όλα τα αθέθει).
- να γράψουν λογύδρια και περιφερόμενοι από «**χωρίου εις χωρίον**» να τα εκφωνήσουν με την ίδια ευκοιλία ... που ο ψάφτης λείει το «**Κύριε ελέησον**».



Η εξυπνάδα είναι ένα φτηνό προϊόν

•Επιμέλεια: Συντακτική ομάδα

Θα το ξέρετε ότι είμαστε πολύ έξυπνοι για να θυσιαστούμε, για να υποφέρουμε αλλά και πολύ ατομιστές για να υποταχτούμε!

Τελικά έτσι που έχουν διαμορφωθεί κάποιες κακές, κάκιστες συνθήκες

στην κοινωνία μας, αν βρεθούν ανάμεσά μας δυο-τρεις αγνοί άνθρωποι αποφασισμένοι να εκτεθούν, να ριψοκινδυνέψουν, να θυσιαστούν, θα τους χαρακτηρίσουμε ανόητους, ανεδαφικούς, θα σταθούμε παράμερα, πονηροί όντες εμείς, να περιμένουμε πότε θα γλιστρήσουν να τσακιστούν για να γελάσουμε.

Και τι θα κάνουμε;

Θα κοιτάξουμε να τους εκμεταλλευτούμε, να επωφεληθούμε από την αφέλειά τους, από το πάθος τους... Φαντάζομαι να έχετε καταλάβει ότι ο ελληνικός λαός είναι ένα άθροισμα από έξυπνους ανθρώπους που φροντίζει με το καλύτερο τρόπο να κάνει βλακείες. Και ξέρετε γιατί; Απλούστατα, γιατί εδώ η εξυπνάδα είναι ένα φτηνό προϊόν!

ΑΥΤΑ... ΚΑΛΗΝΥΧΤΑ ΚΑΙ ΟΝΕΙΡΑ ΓΛΥΚΑ!



Δημοτικά Δρώμενα

Δημοπράτηση οδικού άξονα Λαμία – Καρπενήσι

(Παράκαμψη Μακρακώμης – Σήραγγα Τυμφρηστού)

Την ανακοίνωση της δημοπράτησης του έργου «Οδικός Άξονας Λαμία – Καρπενήσι, τμήμα Σύνδεση πέρατος παράκαμψης Μακρακώμης με ανατολικό μέτωπο Σήραγγας Τυμφρηστού» ανακοίνωσε ο Υφυπουργός Υποδομών Γιώργος Καραγιάννης σε συνάντηση που είχε με τον Περιφερειάρχη Στερεάς Ελλάδας Φάνη Σπανό και τους αρμόδιους Αντιπεριφερειάρχες.

Σχετικά με το έργο ο Περιφερειάρχης Φάνης Σπανός τόνισε ότι: «Το έργο Λαμία – Καρπενήσι δεν είναι απλώς ένα μεγάλο αναπτυξιακό έργο. Είναι ο μονόδρομος για την άρση της απομόνωσης ενός τόπου που έχει τεράστιες ανάγκες, αλλά και τεράστιες προοπτικές».

Παρουσία του Δημάρχου Αθηναίων Κώστα Μπακογιάννη, του Βουλευτή ΝΔ Ευρυτανίας Κώστα Κοντογεώργου και των Δημάρχων Καρπενήσιου και Αγραφών ο Υφυπουργός ανέλυσε βασικά χαρακτηριστικά του οδικού έργου και τόνισε ότι: «Ο προϋπολογισμός του έργου, μήκους 35χλμ., εκτιμάται στα 200 εκατ. ευρώ (με ΦΠΑ) και μεταξύ άλλων προβλέπεται η κατασκευή μεγάλων τεχνικών γεφύρωσης, ισόπεδων κόμβων, τεχνικών άνω και κάτω διαβά-



σεων και πλήθος έργων για τη διευθέτηση ρεμάτων. Το Υπουργείο Υποδομών και Μεταφορών έχει ήδη προχωρήσει στη δημοπράτηση των απαραίτητων γεωτεχνικών ερευνών ύψους 1,8 εκατ. ευρώ».

Με δήλωση του ο **Υφυπουργός Υποδομών Γιώργος Καραγιάννης** τόνισε: «Ο νέος οδικός άξονας βγάζει το Καρπενήσι και τις γύρω περιοχές από μία ιδιότυπη απομόνωση καθώς έχει ως κύριο σκοπό την άρση της δυσχερούς πρόσβασης στην Ευρυτανία και στο δυτικό ορεινό τμήμα της Φθιώτιδας».

Πιστοί στο Πασχαλινό ραντεβού, κάθε χρόνο ανήμερα του Πάσχα οι κάτοικοι στην Υπάτη Φθιώτιδας, έδωσαν το παρόν στο προαύλιο χώρο του Ναού του Αγίου Νικολάου.

Με δεκάδες ευχές για το χαρμόσυνο μήνυμα της Ανάστασης, αμείωτο κέφι και διασκέδαση στο κατακόρυφο, ξεκίνησαν το απόγευμα της Κυριακής του Πάσχα, στην ιστορική και φιλόξενη Υπάτη, οι θρησκευτικές – εορταστικές εκδηλώσεις «Υπάτης Πασχαλόγιορτα 2023».

Οι εκδηλώσεις κατά την πρώτη ημέρα είχαν ως επίκεντρο το Ναό του Αγίου Νικολάου με τον Εσπερινό της Αγάπης, το κάψιμο του Ιούδα, το χορό της Αγάπης, τους πασχαλιάτικους χορούς της Υπάτης, με τους ντόπιους και τους επισκέπτες να κρατούν «ζωντανό» το έθιμο ακολουθώντας λαϊκό πανηγύρι στην πλατεία Αινιάνων.

Στην συνέχεια στον προαύλιο χώρο της Εκκλησίας με τους Ιερείς επικεφαλής, πιστοί, ντόπιοι και επισκέπτες και χορευτές με παραδοσιακές στολές, χορεύουν τον λαμπριάτικο χορό ψάλλοντας το «Χριστός Ανέστη» και τραγουδία του «κλειστού» τοπικού χορού.

Αμέσως μετά οι παρευρισκόμενοι εν πομπή κατευθύνονται στην πλατεία των Αινιάνων, όπου ακολουθεί παραδοσιακό γλέντι με τραγουδία και χορούς.



Υπάτη: Πασχαλόγιορτα 2023

Όλα ξεκίνησαν με το Κάψιμο του Ιούδα





Στο 8ο Μαθητικό Φεστιβάλ Παραδοσιακών Χορών μπήκαμε όλοι στο χορό!

Το 8ο Μαθητικό Φεστιβάλ Χορού διοργανώθηκε το πρωί της Παρασκευής 28 Απριλίου 2023 από το 16ο Πειραματικό Δημοτικό Σχολείο Λαμίας, με συνδιοργανωτές την Περιφέρεια Στερεάς Ελλάδας (Π.Ε Φθιώτιδας), τον ΟΠΑΣΤΕ και τον Δήμο Λαμιέων.

Φέτος για πρώτη φορά το Φεστιβάλ ήταν αφιερωμένο στην Ελληνική Χορευτική Παράδοση.

Απολαύσαμε τους μαθητές και τις μαθήτριες σε παραδοσιακούς χορούς από όλη την Ελλάδα ενώ σιγά σιγά ο κύκλος του χορού άρχισε να μεγαλώνει, μπήκαν σε αυτόν και οι μεγάλοι και κατέληξαν όλοι μαζί σε μια μεγάλη χορευτική αγκαλιά!



IFE — International Food & Drink Event 2023 στο Λονδίνο



Ολοκληρώθηκε με επιτυχία η διεθνής έκθεση «IFE — International Food & Drink Event 2023» που πραγματοποιήθηκε από τις 20 έως και τις 22 Μαρτίου 2023 στο Εκθεσιακό Κέντρο Excel στο Λονδίνο του Ηνωμένου Βασιλείου.

Πρόκειται για μια έκθεση που πραγματοποιείται για περισσότερο από 40 έτη με παγκόσμιο βεληνεκές και ιδιαίτερα υψηλή επισκεψιμότητα, με +25.000 επισκέπτες, +1.260 εκθέτες από +91 χώρες.

Η Περιφέρεια Στερεάς Ελλάδας με την συνδρομή του Κέντρου Υποστήριξης Επιχειρήσεων (ΚΥΕ) ανταποκρινόμενη στις ανάγκες και στα αιτήματα των επιχειρήσεων, οργάνωσαν και συντόνισαν ομαδικό περίπτερο που φιλοξένησε 4 στερεοελλαδίτικες επιχειρήσεις, οι οποίες απέσπασαν εξαιρετικές κριτικές για τα υψηλής ποιότητας προϊόντα τους.

Κατά την διάρκεια της έκθεσης πραγματοποιήθηκαν πλήθος Β2Β συναντήσεων και αδιάλειπτη γευσσιγνωσία προϊόντων, που οδήγησε σε ανανεώσεις συμφωνιών και πιθανότητα σύναψης πολλών νέων.

Η Περιφέρεια Στερεάς Ελλάδας συμμετείχε στην έκθεση οίνου και ποτών Pro Wein 2023

Με θετικές εντυπώσεις ολοκληρώθηκε η συμμετοχή της Περιφέρειας Στερεάς Ελλάδας στη Διεθνή Έκθεση Οίνων — Ποτών «PRO WEIN 2023» που πραγματοποιήθηκε από τις 19 έως και την 21η Μαρτίου 2023 στο Ντίσελντορφ της Γερμανίας.

Η Περιφέρεια Στερεάς Ελλάδας σε συνεργασία με την Ελληνική Εταιρεία Επενδύσεων και Εξωτερικού Εμπορίου Α.Ε. — Enterprise Greece, με την συνδρομή του Κέντρου Υποστήριξης Επιχειρήσεων (ΚΥΕ),

οργάνωσαν και συντόνισαν την παρουσία των στερεοελλαδίτικων επιχειρήσεων του κλάδου της οινοποιίας και των ποτών στην έκθεση «PROWEIN 2023». Το εθνικό περίπτερο της Περιφέρειας Στερεάς πλαισιώθηκε από 7 επιχειρήσεις που προώθησαν με τον καλύτερο τρόπο τα στερεοελλαδίτικα κρασιά και ποτά σε μια απαιτητική αγορά όπως είναι η Γερμανική, αλλά ταυτόχρονα προσέλκυσαν το ενδιαφέρον και διεθνών αγοραστών.

Οι επισκέπτες του εθνικού περιπέτερου στην έκθεση PROWEIN 2023 απόλαυσαν τα στερεοελλαδίτικα κρασιά και ποτά, που χαρακτηρίζονται από την υψηλή τους ποιότητα και τα μοναδικά τους γευστικά γνωρίσματα.



Καστρί-Παλιούρι — Ιστορία και Λαογραφία

Ένα ταξίδι στο χρόνο

Ο Πολιτιστικός Σύλλογος των απανταχού Καστριωτών παρουσίασε στις 23.04.2023 στο Καστρί το βιβλίο του Βασίλη Κανέλλη "Καστρί- Παλιούρι. Ιστορία και Λαογραφία", του οποίου είχε την επιμέλεια της έκδοσης.



Το βιβλίο καταγράφει ένα οδοιπορικό στον τόπο, στους ανθρώπους και τα έργα τους.

ΠΡΟΛΟΓΟΣ ΣΥΓΓΡΑΦΕΑ

Σαν σε φέρει ο δρόμος από τη Λαμία προς τη δυτική άκρη της Φθιωτικής γης και ταξιδεύοντας παρέα με το Σπερχειό θα συνα-

ντήσεις στο ανηφόρι σου μικρά και μεγάλα χωριά. Και κάπου ...«στου δρόμου τα μισά», στο κατώφλι του Δήμου Μακρακώμης, θα διασχίσεις δυο οικισμούς ενωμένους σε μια Κοινότητα. Το Παλιούρι και το Καστρί. Μαζί πορεύτηκαν στο ταξίδι του χρόνου. Το πρώτο χτισμένο στα προεπαναστατικά χρόνια, το δεύτερο μετά την Απελευθέρωση από τον τουρκικό ζυγό.

Αγκαλιασμένα τα δυο χωριά με τον Διογένητο ποταμό. Εκεί που ενώνεται αυτός με το μεγαλύτερο παραπόταμό του, τη Βίστριζα. Σφικτοδεμένη η ζωή τους. Ευλογία για τον τόπο. Ξεχείλιση οργής το χειμώνα οι κατεβασίες του. Είναι μέρες που οι άνθρωποί τους κρατάνε την ανάσα τους. Μπαίνοντας η άνοιξη τα νερά γαληνεύουν. Πρασινίζει η ακροποταμιά και η ζωή ξαναβρίσκει τον ήρεμο ρυθμό της. Χαρά Θεού το καλοκαίρι. Ο τόπος αυτός και οι άνθρωποί του έχουν την ιστορία τους. Αυτήν προσπαθήσαμε να την καταγράψουμε και να την αναδείξουμε. Κάθε τόπος, μικρός ή μεγάλος, διεκδικεί το ρόλο και τη θέση του μέσα στον ιστορικογεωγραφικό του χώρο και στο γίνεσθαι της πατρίδας μας.

Για τη συγγραφή του παρόντος βιβλίου ανατρέξαμε στις γραπτές μαρτυρίες, αλλήλα και στην προφορική παράδοση, με ό,τι αυτό συνεπάγεται. Μια προσπάθεια που βεβαίως επιδέχεται διόρθωση, συμπλήρωση και συνέχιση.



«Δέκα πόντους μαύρο χιόνι»

Μυθιστόρημα του Ευρυτάνα Πάνου Νιαβή

Ο Ευρυτάνας Πάνος Νιαβής, κυκλοφόρησε το νέο του πόνημα το οποίο έτυχε θερμής υποδοχής από κριτικούς και συγγραφείς.

Στο μυθιστόρημα του ο Πάνος Νιαβής, χρησιμοποιεί το προσωπείο της Δασιάς για να περιγράψει μια ολόκληρη εποχή.

Η γη στην οποία κατοικεί η οικογένεια της Δασιάς –πατρική γη του συγγραφέα– θα γίνει ο τόπος των εμφύλιων μαχών, που θα ταράξουν το παρόν της ίδιας και θα καθορίσουν το μέλλον της. Το μυθιστόρημα είναι απαλλαγμένο από κάθε ιδεολογικό φορτίο, αλλήλα επιβαρυνμένο με την αγανάκτηση των ανθρώπων του.

Από το... οπισθοφυλλίο του βιβλίου

Η ιστορία εξελίσσεται σε ένα επαρχιακό γηροκομείο.

«...Εγώ που σας ιστορώ εδώ, Δασιά με λένε! Γεννήθηκα στις πέτρινες πτυχώσεις της ιστορίας σε δισεκτούς χρόνους. Λαγτεύω για την αλήθεια με το ελάχιστο φως των ματιών μου που γέρασε. Οι εικόνες ακαθόριστες, παλιές και ξεθωριασμένες. Ένα αθώο φόρεμα της νιότης μου πηλαταγίζει νοερά στον αέρα. Η βροχή και η αμφιβολία εξατμίζονται σαν παλιά πεπρωμένα...»

Η Δασιά, η ηρωίδα, απολογείται στο Θεό για τις αμαρτίες, τα κρίματα και τα φονικά που βαραίνουν την πολυτάραχη ζωή της.

«Απολογούμαι θα πει πως θέλω να αναπαυτώ οριστικά μες στην ευρύχωρη αγκάλη της συγνώμης σας»...



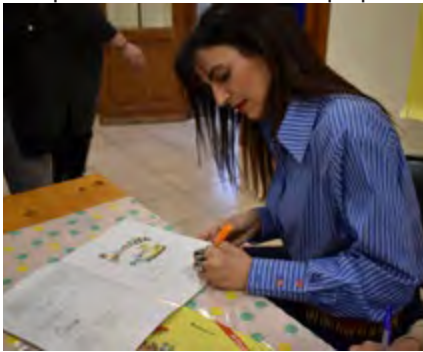
«ΤΑ ΠΑΠΟΥΤΣΙΑ ΤΗΣ ΑΓΑΠΗΣ»

της Βασιλικής Λέντα

Με πρωτοβουλία του Συλλόγου Γονέων και Κηδεμόνων του 1ου Δημοτικού Σχολείου Σπερχειάδας, με τη στήριξη της Κοινότητας Σπερχειάδας και υπό την αιγίδα του Δήμου Μακρakovmς, το Σάββατο 1η Απριλίου 2023, στο Συνεδριακό Κέντρο «Αθανασίου και Μαίρης Ακρίδα» στην Σπερχειάδα, πραγματοποιήθηκε η παρουσίαση του παιδικού βιβλίου «ΤΑ ΠΑΠΟΥΤΣΙΑ ΤΗΣ ΑΓΑΠΗΣ» της συγγραφέως Βασιλικής Λέντα.

Την παρουσίαση άνοιξε η ψυχολόγος κα. Αναστασία Φρόντζου-Χρηστίδου, η οποία μίλησε στα παιδιά για τον Σχολικό Εκφοβισμό, με αφορμή τα πολύ σημαντικά και πάντα επίκαιρα μηνύματα που περνάει το βιβλίο της κα. Λέντα στα παιδιά.

Στη συνέχεια η συγγραφέας Βασιλική Λέντα ξεκίνησε την αφήγηση του βιβλίου της, συνοδεύοντας τη με δημιουργικές παράλληλες δραστηριότητες για τους μικρούς μας φίλους



Η βιβλιοπαρουσίαση έκλεισε με μουσική και χορό από την μουσικό κα Σταυρούλα Μπότη.



19η Μαΐου: Ημέρα μνήμης για τη γενοκτονία των Ποντίων

Η 19η Μαΐου εκτός από ημέρα πένθους και εθνικής μνήμης, είναι και μία ημέρα περισυλλογής, που μας δίνει ακόμα μια αφορμή να αναλογιστούμε τους 353.000 Έλληνες του Πόντου που έχασαν τη ζωή τους, αλλά και όλους εκείνους που έχασαν τις οικογένειές τους, τα σπίτια τους, τη γη και την πατρίδα τους. Είναι όμως και μία ημέρα υπόσχεσης, την οποία πρέπει όλοι να δώσουμε, πως θα συνεχίσουμε τον κοινό αγώνα για την επιβίωση της ιστορικής μνήμης και την παγκόσμια αναγνώρισή της.

Όπως κάθε 19η Μαΐου, έτσι και φέτος, τιμάμε την Ημέρα Μνήμης για τη Γενοκτονία των Ποντίων.

Η διεθνής αναγνώριση της Γενοκτονίας, συνεχίζει και έχει επίκαιρο χαρακτήρα, ειδικά αν λάβει κανείς υπ' όψιν του τις σύγχρονες εξελίξεις, το γεγονός ότι αντίστοιχα γεγονότα, κάθε άηλο παρά ανήκουν ολοκληρωτικά στη σφαίρα του παρελθόντος.

Σήμερα, βρισκόμαστε και πάλι στη δίνη ενός πολέμου, βιώνουμε εκ νέου όξυνση



Ελεύθερο βήμα

19η ΜΑΪΟΥ ΗΜΕΡΑ ΕΘΝΙΚΗΣ ΜΝΗΜΗΣ



των ανταγωνισμών, είμαστε στο κατώφλι επώδυνων συμβιβασμών στα ελληνοτουρκικά. Την κατάσταση αυτή, θα την πληρώσουν πάλι οι λαοί της περιοχής. Γι' αυτό και η μελέτη της ιστορίας, η αναζήτηση των αιτιών για τα τραγικά γεγονότα που έχει βιώσει ο λαός μας και οι γειτονικοί λαοί, είναι πολύ σημαντική για την οπτική μας σήμερα.

Τι ξέρετε για τον μήνα Ιούνιο;

Επιμέλεια: Συντακτική ομάδα

Ημερολογιακά είναι ο πρώτος μήνας του καλοκαιριού. Ο Ιούνιος, ή Ιούνης, είναι ο έκτος μήνας του έτους κι έχει 30 ημέρες. Είναι ο μήνας των διδύμων, του Αϊ-Γιαννιού, του Αγ. Πνεύματος, του θερισμού και των σχολικών εξετάσεων.

Ιούνιο αρχίζουν οι συναυλίες και οι παραστάσεις σε ανοιχτούς χώρους και ξεκινούν και τα θερινά σινεμά. Είναι ο μήνας που αρχίζουν να βγαίνουν τα καλοκαιρινά φρούτα και ο μήνας που αρχίζουμε να σκεφτόμαστε έντονα τα μπάνια και τις διακοπές μας.

Ο Ιούνιος πήρε το όνομά του από την σύζυγο του Δία την Ήρα, η οποία στα λατινικά την ονομάζουν Juno.

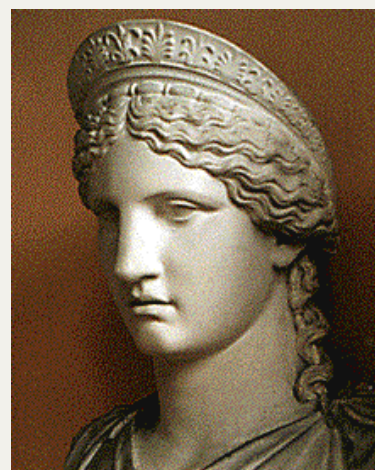
Ο Ιούνιος στο Αττικό ημερολόγιο ήταν ο δωδέκατος μήνας και ονομάζονταν Σκιροφοριών, διαρκούσε 29 ημέρες και αντιστοιχούσε με το χρονικό διάστημα από 24 Μαΐου έως 22 Ιουνίου.

Ο Ιούνιος στην Ελληνική παράδοση: Σε διαφορετικές περιοχές της Ελλάδος ο Ιούνιος έχει την δική του ξεχωριστή ονομασία. Στα Γρεβενά αναφέρεται ως Κερασάρης και στον Πόντο Κερασινός επειδή ωριμάζουν



τα κεράσια. Στην Άνδρο ονομάζεται Ορνιαστής, Ριμιστής στην Πάρο και Απαρνιαστής σε διάφορα άλλα μέρη.

Τον Ιούνιο έχουμε και όλα τα έθιμα του θερισμού, αυτά που σχετίζονται με τα τελευταία στάχυα. Σε μερικά μέρη άφηναν αθέριστα τα τελευταία στάχυα, ενώ σε άλλα έπλεκαν μια δέσμη, σε σχήμα σταυρού, που την έλεγαν χτένι, ψαθί ή σταυρό, και την τοποθετούσαν στο εικονοστάσι του σπιτιού. Την εποχή της σποράς τα έτριβαν κι ανακάτευαν τους κόκκους τους με το καινούργιο σπόρο.



Γιατί λέμε ψέματα την Πρωταπριλιά Πού στηρίζεται το περίεργο αυτό έθιμο;



Ήρθε και φέτος η Πρωταπριλιά, η ημέρα που τα ψέματα και οι κοροϊδίες επιτρέπονται ελεύθερα. Το περίεργο αυτό έθιμο στηρίζεται στη δοξασία ότι όποιος κοροϊδέψει τον άλλον θα έχει καλή τύχη ενώ πολλοί ταυτίζουν την ύπαρξή της στη γιορτή της «Κοροϊδίας και του Ξεγελάσματος» της ρωμαϊκής Θεάς «Βένους Απρίλις», δηλαδή της Απριλίου Αφροδίτης, που έδινε το έναυσμα για απελευθέρωση του πνεύματος, ταυτόχρονα με την απελευθέρωση της φύσης.

Οι εκδοχές για τα πρωταπριλιάτικα ψέματα:

Σύμφωνα με μια εκδοχή, το έθιμο της Πρωταπριλιάς έχει ξεκινήσει από τους Κέλτες, οι οποίοι ασχολούνταν κυρίως με το ψάρεμα. Το ψάρεμα ξεκινούσε την 1η Απριλίου,

εποχή πολύ δύσκολη για να πιαστούν ψάρια, με αποτέλεσμα οι Κέλτες ψαράδες να λένε ψέματα ο ένας στον άλλον σχετικά με την ψαριά που έπιασαν, με αποτέλεσμα να καθιερωθεί σαν έθιμο.

Η Πρωταπριλιά στην Ελλάδα

Το έθιμο όταν ήρθε στην Ελλάδα, διαφοροποιήθηκε και πήρε ιδιαίτερο χαρακτήρα, διατηρώντας παράλληλα το έθιμο των ψεμάτων και της κοροϊδίας, όπου οι κάτοικοι πιστεύουν ότι όποιος καταφέρει να ξεγελάσει τον άλλο θα έχει την τύχη με το μέρος του όλη την υπόλοιπη χρονιά, με τοπικές δοξασίες να αναφέρουν ότι ο «θύτης» θα έχει καλή σοδειά στις καλλιέργειες του, ενώ το θύμα πιστεύεται ότι θα έχει γρουσουζιά τον υπόλοιπο χρόνο.

Μαριάντα Μπλάτσιου από την Μακρακώμη Τίποτα δεν τη σταματά!

European cup championship Kick Boxing

Ακόμη μία σπουδαία επιτυχία κατάφερε η νεαρή Μαριάντα Μπλάτσιου, αυτή τη φορά στη **Σερβία** (31η Μαρτίου – 1η Απριλίου) όπου έγιναν οι αγώνες του EUROPEAN CUP CHAMPIONSHIP KICK BOXING.

Η αθλήτρια του συλλόγου Μάχη Μακρακώμης, με προπονητή τον... μπαμπά της Δημήτρη Μπλάτσιο, επέστρεψαν φέρνοντας στις αποσκευές τους, **το χρυσό μετάλλιο της διοργάνωσης στη κατηγορία των 42 κιλών.**

Αν και η συλλογή της σε τρόπαια, είναι ήδη μεγάλη, ο τίτλος της πρωταθλήτριας Ευρώπης που έλαβε η Μαριάντα, είναι ιδιαίτερα ξεχωριστός κάνοντας υπερήφανους όχι μόνο τους δικούς της ανθρώπους, αλλά και όλους τους κατοίκους της Δυτικής Φθιώτιδας, που αναγνωρίζουν την σκληρή δουλειά και το ταλέντο της νεαρής αθλήτριας.



Athens Challenge European Cup

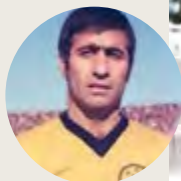
Η πρωταθλήτρια του αθλητικού συλλόγου του Δήμου μας «Μάχη Μακρακώμης - Σπερχειάδας» Μαριάντα Μπλάτσιου λαμβάνοντας μέρος στο Athens Challenge European Cup που διεξήχθη στο ΜΕΚ Παιανίας 28, 29 κ 30 Απριλίου σε μία από τις μεγαλύτερες διοργανώσεις Kick Boxing σε όλη την Ευρώπη και τελεί υπό την αιγίδα της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας κατάφερε να κατακτήσει την **2η κ 3η θέση σε δύο διαφορετικά στυλ στην κατηγορία της σε Ευρωπαϊκό επίπεδο για δεύτερη φορά μέσα σε περίπου ένα μήνα.**



Μίμης Παπαϊωάννου «ο ποδοσφαιριστής»

In memoriam

Ο κορυφαίος σκόρερ που δεν αποβλήθηκε ποτέ, έφυγε από τη ζωή 15.03.2023 σε ηλικία 81 ετών.



Ανέκε στο κλειστό κλαμπ εκεινων που ήταν σεβαστοί τόσο από φίλους όσο και από αντιπάλους. Γεννημένος από ένα σπάνιο ποδοσφαιρικό καλούπι που χρόνια τώρα έχει σπάσει, ο Μίμης Παπαϊωάννου υπήρξε ένας θρύλος του ελληνικού ποδοσφαίρου, μια μορφή σεβαστή από φίλους και αντιπάλους.

Ο Μίμης Παπαϊωάννου που αν και είχε συνδέσει τη καριέρα του με μία «μεγάλη» ομάδα, και παρά την αντιπαλότητα που υπήρχε στις ρομαντικές εποχές του ποδοσφαίρου, δεν βρέθηκε φίλαθλος να τον αποδοκιμάσει, εξέδρα που να τον εξυβρίσει. Κι αυτό ο ίδιος το θεωρούσε παράσημο ακόμα πιο λαμπερό κι από όλα αυτά τα φοβερά και τρομερά που πέτυχε μέσα στα γήπεδα με τη φανέλα της ΑΕΚ και της Εθνικής μας ομάδας.



Με την ΑΕΚ αγωνίστηκε για 17 συνεχόμενες περιόδους (1962 – 1979) μέχρι να πάει στη Ν. Υόρκη για να κλείσει, σχεδόν 40 χρονών, τη μεγάλη καριέρα του ως παίκτης – προπονητής του Παγκύριου.

Καθ' όλη τη διάρκεια της ποδοσφαιρικής του καριέρας υπήρξε για την ΑΕΚ ο πρωταγωνιστής με πέντε πρωταθλήματα Α' Εθνικής, τρία Κύπελλα και κέρδισε δύο φορές τον τίτλο του πρώτου σκόρερ του ελληνικού πρωταθλήματος.

Το χαρακτηριστικό του το τρομερό άλμα και στεκόταν πολύ στον αέρα, γι' αυτό και πέτυχε πολλά όμορφα γκολ με κεφαλιές παρότι ήταν κοντός σαν τον Δομάζο. Αν και του έλλειπε το μπί, αγωνίστηκε δύο φορές τερματοφύλακας χωρίς να δεχτεί γκολ! Δεν αποβλήθηκε ποτέ και σ' όλη την καριέρα του δέχθηκε όλες κι όλες τρεις κίτρινες κάρτες!

Δείγμα του εξαιρετικού χαρακτήρα του ήταν και η χειρονομία του να αφήσει για τον Μίμη Δομάζο τη φανέλα με το Νο 10 τη χρονιά (1978) που ο «στρατηγός» πήγε στην ΑΕΚ, νούμερο «ηγέτη» που το είχε αυτός όλα τα προηγούμενα χρόνια.

«Είδα το Χάρη με τα μάτια μου»

Μια ακόμα επιτυχία από το Θ.Ε.Σ.Μα

“Είδα το Χάρη με τα μάτια μου” του Χάρη Ρώμα

Με θέμα την κρίση της μέσης ηλικίας, τη φθορά του γάμου, την εγωπάθεια, τη ματαιοδοξία των καλλιτεχνών και το ανελέητο κυνηγητό της νεότητας ... ένας πασίγνωστος ηθοποιός, που τον αποκαλούν «ιερό τέρας» ίσως γιατί είναι και λίγο τέρας σαν χαρακτήρας, βρίσκεται σε επαγγελματική οικονομική αλλά και συναισθηματική κρίση. Πόσο θα βαθύνει αυτή η κρίση, όταν θα εισβάλλει στη ζωή του μια νεαρή πληθωρική πεντικουρίστα που του ζητάει να της διδάξει υποκριτική, αλλά και όταν μάθει ότι η εν διαστάσει σύζυγος του έχει πλέον δεσμό με έναν νεαρό αριβίστα δικηγόρο κατά πολλά χρόνια νεότερο της; Οι βασικοί άξονες θεματολογίας είναι η κρίση της μέσης ηλικίας, η φθορά του γάμου, η εγωπάθεια, η ματαιοδοξία των καλλιτεχνών και η φιλοδοξία των επίδοξων καλλιτεχνών, αλλά και το ανελέητο κυνηγητό της νεότητας.



Πολιτισμός

ΗΜΙΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ





GOULINAS





ΔΗΜΟΣ ΜΑΚΡΑΚΩΜΗΣ

**Προτιμάτε
την
ΤΟΠΙΚΗ ΑΓΟΡΑ**

Αγαπώ τον τόπο μου στηρίζω την αγορά του

Ποιήματα... Διάβασα... Άκουσα...

Κατερίνα Γώγου

Η “αφελής” του ελληνικού κινηματογράφου, η αναρχική ποιήτρια των Εξαρχείων. Η ποιητική της συλλογή “Τρία κλικ αριστερά» πούλησε όσο και του Ελύτη...

Θέλω να κουβεντιάσω

Θέλω να κουβεντιάσω σ’ ένα καφενείο που να ‘χει πόρτα ανοιχτή και να μην έχει θάλασσα μονάχα άντρες άνεργους σκόνη με ήλιο και σιωπή να μπαίνει ο ήλιος στο κονιάκ κ’ η σκόνη μαζί με τα τσιγάρα στα πλεμόνια μας κι ας μην πάρουμε και σήμερα βρε αδερφέ προφύλαξη για την υγεία μας κι ούτε να δίνεις συμβουλές το πως το κατεβάζω έτσι και πως σκορπιέμαι έτσι και να αφήσεις ήσυχα στα μούτρα τις μπογιές τις μύξες και τα κλάματα να τρέξουνε.

Μάριος Χάκκας ο Μακρακωμίτης

(Από την ενότητα «Νεκρώσιμη ακολουθία») Μπορούμε να πούμε μετά βεβαιότητας ότι όσοι έχουν οξύτατη

ώραση θα επιζήσουν της πρώτης κρίσεως των καρδιακών κρίσεως της οικονομικής κρίσεως ακόμη και της εσχάτης κρίσεως αρκεί ν’ αντέξουν τις κρίσεις συνειδήσεως. Κατά τα άλλα πρέπει να είμαστε ευχαριστημένοι γιατί δεν άρχισε να βρέχει βατράχια αν και θα επινοηθούν ειδικά αλεξιβρόχια αποσμητικά κατά της αηδίας έως ότου εξοικειωθούμε με την μπόχα των νεκρών αισθημάτων κι ελπίδων. (Από την ποιητική συλλογή “Ομορφο καλοκαίρι”, 1965)

ΜΑΡΙΟΣ ΧΑΚΚΑΣ * Νεκρώσιμη ακολουθία II Το ποίημα ανήκει στην ποιητική συλλογή ΟΜΟΡΦΟ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ [1965], εδώ από την έκδοση του ΚΕΔΡΟΥ: ΜΑΡΙΟΣ ΧΑΚΚΑΣ ΑΠΑΝΤΑ

Διάβασα ...**Γούντι Άλεν**

- Για σένα είμαι άθεος, για τον Θεό είμαι η αντιπολίτευση.
- Η ζωή δεν μιμείται την τέχνη, αλλά την κακή τηλεόραση.
- Η παράδοση είναι η αυταπάτη της μονιμότητας.
- Υπάρχουν δύο ειδών άνθρωποι: οι καλοί και οι κακοί. Οι καλοί κοιμούνται καλύτερα, αλλά οι κακοί φαίνεται ότι περνούν καλύτερα ξύπνιοι.
- Δεν είναι ότι φοβάμαι να πεθάνω, απλά δεν θέλω να είμαι εκεί όταν συμβεί.

**Άκουσα...**

Το καλύτερο ξεκάρφωμα είναι το κάρφωμα !!!
Υπάρχουν δυο είδη σιωπής: η σιωπή που προηγείται της ομιλίας και η σιωπή που έπεται.
Το ωριμάζω είναι το πρώτο στάδιο πριν το σαπίζω
Όπου υπάρχουν μέλισσες, υπάρχει μέλι.
Δυο λάθη δεν κάνουν ένα σωστό.
Αν υπάρχει Θεός, τη βάσαμε
Περίεργο ρούχο τα παντελόνια !!!



ΓΙΝΟΜΑΣΤΕ ΟΛΟΙ ΣΥΜΜΕΤΟΧΟΙ ΣΤΗΝ ΑΝΤΙΠΥΡΙΚΗ ΠΡΟΣΠΑΘΕΙΑ ΜΕ ΑΥΤΑ ΤΑ ΑΠΛΑ ΒΗΜΑΤΑ

✓ Καθαρίζουμε ξερά χόρτα, φύλλα και κλαδιά και απομακρύνουμε εύφλεκτα υλικά σε απόσταση τουλάχιστον 10 μέτρων από το σπίτι μας.

✓ Διασφαλίζουμε ότι έχουμε λήσιμο ποτίσματος με μήκος ανάλογο της περιοχής που θέλουμε να προστατεύσουμε.

✗ Δεν ανάβουμε ποτέ φωτιά κατά τους μήνες της αντιπυρικής περιόδου.



✓ Βεβαιωνόμαστε ότι οι πυροσβεστήρες που διαθέτουμε είναι καλά συντηρημένοι και λειτουργικοί.

✓ Κλαδεύουμε τα δέντρα στις αυλές μας και στον περίβολο του σπιτιού μας ώστε τα κλαδιά να έχουν απόσταση 3 μέτρα από το έδαφος και μεταξύ τους και 5 μέτρα από το σπίτι μας.



✓ Καθαρίζουμε από ξερά φύλλα και βελόνες την κεραμοσκεπή μας και βεβαιωνόμαστε ότι οι υδροροές είναι επίσης καθαρές.

