

ΕΙΝΑΤΟ! ΤΟ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑΚΙ

ΘΕΜΑΤΑ

Εκπαίδευση
Ψυχαγωγία
Αθλητισμός

Ο Κόσμος
Η πόλη
Το Περιβάλλον

Μια προσπάθεια των μαθητών της Α΄ Τάξης του 9^{ου} Γενικού Λυκείου Περιστερίου, στα πλαίσια του μαθήματος 'Ερευνητική Εργασία'.

ΑΠΟΚΛΕΙΣΤΙΚΑ ΝΕΑ

ΜΙΑ ΝΕΑ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ ΚΑΝΕΙ ΤΗΝ ΕΜΦΑΝΙΣΗ ΤΗΣ

ΑΡΘΡΑ

- **Next Generation**
- **Κάν' το όπως οι Έλληνες**
- **Ερευνητικές εργασίες του σχολείου μας**
- **greeklish**

- **e-book**
- **Εξυπνα Τηλέφωνα**
- **Οικολογία**
- **Graffiti**
- **Διατροφή**
- **Χορός**
- **Αθλητισμός**
- **Χιούμορ**

ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΕΙΣ

- **ΔΗΜΑΡΧΟΣ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ**
- **ΚΑΡΜΕΝ ΡΟΥΓΚΕΡΗ**
- **ΗΡΩ ΜΑΝΕ**
- **ΚΙΤΡΙΝΑ ΠΟΔΗΛΑΤΑ**
- **DJ ?**

Αγαπητοί αναγνώστες, αυτή είναι η πρώτη μας προσπάθεια για τη δημιουργία μιας εφημερίδας, οπότε συγχωρέστε μας για τυχόν λάθη που μπορεί να υπάρξουν.

Στόχος μας είναι, μία εφημερίδα η οποία θα είναι κοντά σας, θα σας ενημερώνει για την πόλη και την επικαιρότητα, αλλά ταυτόχρονα θα σας ψυχαγωγεί.

Η ποικιλία των θεμάτων και τα ευανάγνωστα κείμενά μας, θα κάνουν την ανάγνωση της εφημερίδας μια αγαπημένη συνήθεια.

Οι εικόνες που θα δείτε, θα σας φέρουν πιο κοντά στα γεγονότα και θα σας κάνουν να γελάσετε και να ταξιδέψετε. Οι συνεντεύξεις που περιέχονται, θα σας ενημερώσουν για τις απόψεις αγαπημένων καλλιτέχνων και θα σας φέρουν πιο κοντά τους.

Και μην ξεχνάτε ότι οι απαντήσεις στα ερωτηματολόγια που σας μοιράστηκαν διαμορφώνουν τα θέματα της εφημερίδας μας.

Ελπίζουμε να εκτιμήσετε την προσπάδιά μας και να καταφέρουμε να σας ικανοποιήσουμε στο μέγιστο.



ΔΙΑΒΑΣΤΕ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΑ ΤΗΝ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ ΣΤΗ

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ <http://9lyk-perist.att.sch.gr/efimeridaki>



ΝΕΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ...

Το πρωτοσέλιδο που δεν έγινε ΠΟΤΕ

Από την αρχή της χρονιάς αναμένεται να ανακοινωθεί το νέο εκπαιδευτικό σύστημα για την πρόσβαση των μαθητών στην τριτοβάθμια εκπαίδευση. Η καθυστέρηση αυτή δημιουργεί και μεγαλώνει το άγχος, την αγωνία και την ανασφάλεια μαθητών και γονιών. Μήπως πρέπει να δωθεί μια λύση ώστε μαθητές και ειδικά της Α΄ Λυκείου να πάψουν να αισθάνονται πειραματόζωα;

ΣΥΝΤΑΚΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ

ΑΛΑΤΟΠΙΠΕΡΟ
ΓΑΤΟΠΑΡΔΟΙ
ΞΗΡΟΙ ΚΑΡΠΟΙ
ΝΕΑΝΙΔΕΣ
ΤΑ 3+1 ΠΙΘΗΚΙΑ

(Ασιώπη Φωτεινή, Ζαρρή Παναγιώτα, Καλκάνη Αγγελική)
(Γεωργιοπούλου Βασιλική, Λευκιμμιάτης Βασίλης, Μελάς Μιχάλης, Μπέλεσης Ιωάννης)
(Γρίβας Γρηγόρης, Δόσης Μενέλαος, Κοτσιούρου Ευμορφίλη, Λιβάς Αντρέας)
(Γιαννοπούλου Βασιλική, Καϊτατζή Μυρσίνη, Κωνσταντοπούλου Αγγελική)
(Κονγκιονάϊ Νταϊάνα, Πουλοπούλου Νανά, Ραφτοπούλου Καλλιόπη, Συφιανού Γωγώ)

Next Generation

Πέντε ομάδες παιδιών αποτυπώνουν τις σκέψεις και τις αγωνίες της γενιάς τους.

Στις μέρες μας το πιο σημαντικό πράγμα που μπορεί να κάνει η νέα γενιά είναι να έχει αισιοδοξία, να ελπίζει για ένα καλύτερο αύριο αλλά ταυτόχρονα να κάνει τα πάντα για να το πετύχει. Πολλοί νέοι συνεχίζουν να μένουν με τους γονείς τους και να επιλέγουν μία δουλειά χωρίς να την αγαπάνε μόνο και μόνο από ανάγκη για να επιβιώσουν. Παρόλα αυτά στον ελεύθερο χρόνο που έχουν δεν εγκαταλείπουν τα όνειρά τους συμμετέχοντας έστω και εθελοντικά σε κάτι που τους αρέσει.

Ειδικά οι νέοι που βρίσκονται στο προτελευταίο στάδιο της εκπαίδευσης όπως και εμείς φοβόμαστε για το αύριο. Ο κυριότερος φόβος μας όμως είναι το αν θα μπορέσουμε να περάσουμε στη σχολή που θέλουμε. Πέρα απ'αυτό πολλές από τις οικογένειες μας δεν έχουν την οικονομική δυνατότητα να αντεπεξέλθουν στα έξοδα σε περίπτωση που περάσουμε σε άλλη πόλη. Επιπλέον φόβος υπάρχει για το αν θα υπάρξουν διαθέσιμες θέσεις εργασίας από τη στιγμή που θα αποφοιτήσουμε.

Αυτό που μας στενοχωρεί βέβαια είναι ότι όλος ο κόπος μας και ο χρόνος που έχουμε αφιερώσει πηγαίνει χαμένος. Τέλος λόγω της κρίσης που βιώνει η χώρα μας θα πρέπει να περιορίσουμε τις αγορές και τις εξόδους που ονειρευόμασταν να έχουμε όταν θα έχουμε ενηλικιωθεί. Το μόνο που μπορούμε να κάνουμε είναι να παλέψουμε για να αλλάξουμε αυτή την κατάσταση.

Η ομάδα ΑΛΑΤΟΠΙΠΕΡΟ

Ζούμε στην περιοχή του Περιστερίου και φοιτούμε στο 9^ο Λύκειο. Είμαστε μαθητές με πολλές ελπίδες, όνειρα και ιδέες που προσδοκούμε να πραγματοποιηθούν στο μέλλον. Σήμερα κοιτώντας την κατάσταση που επικρατεί οι ελπίδες μας γκρεμίζονται μέρα με την μέρα. Νιώθουμε άγχος από την άσχημη κατάσταση της χώρας μας και αυτό μας προκαλεί ένα είδος μελαγχολίας.

Το πρώτο πράγμα που μας απασχολεί είναι το νέο εκπαιδευτικό σύστημα. Είμαστε η πρώτη γενιά που θα κριθεί με βάση το σύστημα αυτό. Δεν γνωρίζουμε τι θα συμβεί και αυτό μας ανησυχεί περισσότερο. Σε ποια σχολή θα περάσουμε; Με ποια κριτήρια θα εξεταστούμε; Είναι κάποιες από τις ερωτήσεις που μας απασχολούν.

Είναι γνωστό ότι η οικονομική κρίση έχει επηρεάσει την ζωή όλων των ανθρώπων. Πλέον δεν ανήκουμε στη γενιά που τα είχε όλα έτοιμα στο πιάτο αλλά σε μια γενιά που πρέπει να παλέψει για να ζήσει. Καθημερινά φορτωνόμαστε όλο και περισσότερες ευθύνες που μας κάνουν να χάνουμε την παιδική – εφηβική ηλικία μας. Ελεύθερος χρόνος είναι λέξη άγνωστη για εμάς.

Επαγγελματική κατάρτιση, άλλος ένας κύριος προβληματισμός μας. Άραγε θα καταφέρουμε να βρούμε μια δουλειά στο μέλλον; Αυτή η ερώτηση γυρίζει συνεχώς στο μυαλό μας. Ακόμα σκεφτόμαστε ότι λόγω των συνθηκών ίσως αναγκαστούμε να ακολουθήσουμε μια δουλειά που να μην μας αρέσει.

Τελικά πιστεύουμε ότι μέρα με την μέρα τα όνειρα μας χάνονται. Όμως σαν νέοι θέλουμε να τείνουμε προς την αισιόδοξη πλευρά πιστεύοντας ότι τα πράγματα κάποια στιγμή θα φτιάξουν. Πιστεύοντας ότι τα όνειρα μας θα γίνουν πραγματικότητα.

Η ομάδα ΝΕΑΪΝΙΔΕΣ!

Ζούμε στο Περιστερί και είμαστε μαθήτριες του 9ου ΓΕΛ. Όπως όλα τα παιδιά της ηλικίας μας το κύριο θέμα που μας απασχολεί είναι το ' 'αβέβαιο' ' μέλλον μας.

Αναγκαζόμαστε να διαβάζουμε αμέτρητες ώρες με αποτέλεσμα να μην έχουμε ούτε καν τον απαραίτητο χρόνο για την προσωπική μας ζωή. Μας έχουν αποδοθεί τόσες πολλές ευθύνες σε τόσο μικρή ηλικία που το μόνο συναίσθημα που έχουμε είναι το άγχος. Στην τελική δεν είμαστε σίγουροι ότι όλα αυτά θα αποδώσουν σε κάτι και ότι θα καταφέρουμε να πετύχουμε τους στόχους μας. Σε αυτό συμβάλει και το ασταθές εκπαιδευτικό σύστημα που μας εξοργίζει και μας αναγκάζει να αλλάζουμε τα θέλω και τα πιστεύω μας.

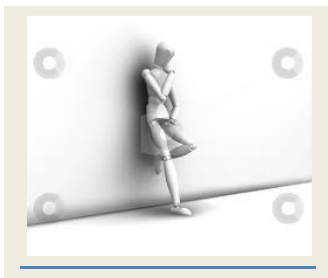
Όλοι λένε ότι η οικονομική κρίση επηρεάζει μόνο τους ενήλικες, αλλά κατά πολύ μεγάλο βαθμό αγγίζει και τους νέους. Φοβόμαστε μήπως χάσουν οι γονείς μας την δουλειά τους και φυσικά μήπως εμείς στο μέλλον δεν είμαστε ικανοί να βρούμε δουλειά. Πολλοί από εμάς είναι αισιόδοξοι και πιστεύουν ότι θα διορθωθεί η κατάσταση της Ελλάδας, ενώ άλλοι επιθυμούν να μεταναστεύσουν στο εξωτερικό για να έχουν μια καλύτερη ζωή-μέλλον.

Εν κατακλείδι ευχόμαστε και ελπίζουμε τα πράγματα να αλλάξουν όσο περισσότερο μπορούν και φυσικά προς το καλύτερο, με σκοπό να μην χρειάζεται οι νέοι να αφήνουν την πατρίδα τους και οι πιο μεγάλοι να αρχίσουν να πιστεύουν ότι θα υπάρξει ένα καλύτερο αύριο.

Η ομάδα 3+1 ΠΙΘΗΚΙΑ



Next Generation



Γεννηθήκαμε και μεγαλώνουμε στο Περιστέρι του Νομού Αττικής και όπως όλοι έχουμε τα όνειρα μας και τους στόχους μας, για ένα καλύτερο "Αύριο". Όταν τελειώσαμε το γυμνάσιο τότε καταλάβαμε την πραγματικότητα και την τραγικότητα που υπάρχει γύρω μας.

Πιστεύουμε στα όνειρα μας και παλεύουμε για αυτά. Είμαστε πειράματα ενός σχολικού συστήματος που ενεργεί απάνω μας χωρίς να ξέρουμε σε τι αποτέλεσμα θα μας οδηγήσει. Χρόνο με το χρόνο το έγκλημα μεγαλώνει προς τους μαθητές με την εν λόγω ύλη μεγαλύτερων τάξεων που κατεβαίνουν στις μικρότερες τάξεις με συνέπεια οι μαθητές να μην μπορούν να αντεπεξέλθουν στις απαιτήσεις της σχολικής ύλης. Ένα άλλο μείζον θέμα είναι η ανασφάλεια που θα υπάρξει όταν θα βγούμε στην αγορά εργασίας.

Η ομάδα ΓΑΤΟΠΑΡΔΟΙ

Η σημερινή νεολαία περνάει τα πάνδεινα λόγω της πολιτικής που ακολουθούσαν τα κόμματα τα τελευταία χρόνια. Όμως εμείς είμαστε αναγκασμένοι να ζήσουμε και να προσπεράσουμε όλα αυτά τα προβλήματα και να δούμε τα πράγματα με μια πιο αισιόδοξη ματιά.

Αρχικά αυτό που μας προβληματίζει είναι η αγορά εργασίας. Τη σημερινή ημέρα όλο και περισσότεροι μένουν άνεργοι και έτσι το άγχος μας κυριεύει για το άμεσο μέλλον. Είναι αναγκαία η γνώση τουλάχιστον μιας ξένης γλώσσας για να βρεις μια ιδανική δουλειά. Ακόμα ένα πτυχίο πανεπιστημίου είναι απαραίτητο. Η γενική κρίση που υπάρχει μας έχει επηρεάσει ακόμα και στις εξόδους, αλλά και στις αγορές που κάνουμε. Για παράδειγμα οι έξοδοί μας έχουν μειωθεί στο ελάχιστο και αρκούμαστε στη διασκέδαση που προσφέρει το σπίτι και μια ζεστή παρέα. Η οικονομική κρίση δεν έχει αντίκτυπο μόνο στους σπιτικούς προϋπολογισμούς, αλλά και σε επιχειρήσεις. Καθημερινά κλείνουν όλο και περισσότερες ιδιαίτερα οι μικρό επιχειρήσεις με αποτέλεσμα να αυξάνεται η ανεργία.

Ως αποτέλεσμα, όλοι αυτοί οι παράγοντες λειτουργούν αρνητικά σε εμάς τους νέους και απελπίζομαστε για τη συντήρηση και την ανεξαρτησία μας. Δυστυχώς αυτή είναι η σημερινή εικόνα στην χώρα μας, όμως ό,τι και αν συμβαίνει πρέπει να το αντιμετωπίζουμε με αισιοδοξία. Ας ελπίσουμε πως με την πάροδο των χρόνων θα βελτιωθεί η κατάσταση και θα είμαστε σε θέση να μιλάμε με διαφορετικά δεδομένα.

Η ομάδα ΞΗΡΟΙ ΚΑΡΠΟΙ

ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΕΣ ΕΡΓΑΣΙΕΣ ΤΟΥ ΣΧΟΛΕΙΟΥ ΜΑΣ

στα πλαίσια του μαθήματος της Α' Λυκείου 'Ερευνητική Εργασία', οι μαθητές υλοποιούν έξι διαφορετικές εργασίες.



ΕΡΓΑΣΙΑ 1^η - Παραδοσιακά και σύγχρονα παιχνίδια

Οι μαθητές στα πλαίσια αυτής της ερευνητικής εργασίας καλούνται να διερευνήσουν τη σημασία των παιχνιδιών στην ανάπτυξη των παιδιών, την εξέλιξη των παιχνιδιών από την αρχαιότητα μέχρι τις μέρες μας και τις επιπτώσεις των σύγχρονων ηλεκτρονικών παιχνιδιών στην ψυχική υγεία των νέων.

ΕΡΓΑΣΙΑ 2^η - Ηλεκτρονική Εφημερίδα

Οι μαθητές καλούνται να πάρουν μέρος σε όλα τα στάδια δημιουργίας μιας ηλεκτρονικής εφημερίδας. Στο πλαίσιο αυτό διερευνούν:

- την ανάγκη του ανθρώπου για ενημέρωση
- το περιεχόμενο μιας ηλεκτρονικής εφημερίδας
- τη συγγραφή πρωτότυπων άρθρων και συνεντεύξεων
- τα εργαλεία ΤΠΕ και τις τεχνικές ανάπτυξης μιας ηλεκτρονικής εφημερίδας

ΕΡΓΑΣΙΑ 3^η - Διάλειμμα ... για διαφήμισεις

Οι μαθητές προσεγγίζουν τη διαφήμιση στους παρακάτω άξονες:

- Προσδιορισμός έννοιας της διαφήμισης
- Μέσα - Τεχνικές που χρησιμοποιεί η διαφήμιση
- Θετικές πλευρές της διαφήμισης
- Αρνητικές πλευρές της διαφήμισης

Τρόποι αντιμετώπισης των αρνητικών στοιχείων της διαφήμισης

ΕΡΓΑΣΙΑ 4^η - Κόσμημα και Πολιτισμός

Έρευνα και μελέτη των πέντε υποθεμάτων στα οποία κατέληξαν οι πέντε ομάδες του τμήματος. Ιστορική αναδρομή του κοσμήματος, Ο ρόλος του κοσμήματος στην οικονομική ζωή ενός τόπου, Οι εφαρμογές του, Η παρουσία του στην καθημερινή ζωή (τελετές), Οι κατασκευές, Τα υλικά και οι τεχνικές.

ΕΡΓΑΣΙΑ 5^η - Διαδίκτυο - Το Καλό, Το Κακό & το Άγνωστο

Τα παιδιά στα πλαίσια αυτής της ερευνητικής εργασίας καλούνται να διερευνήσουν θέματα σχετικά με το διαδίκτυο όπως:

- Ιστορία του Διαδικτύου
- Ρόλος του Διαδικτύου στην Ενημέρωση
- Ρόλος του Διαδικτύου στην Επικοινωνία - Ψυχαγωγία
- Διαδίκτυο & κοινωνικές σχέσεις
- Ασφαλής πλοήγηση στο Διαδίκτυο

ΕΡΓΑΣΙΑ 6^η - Σύγχρονες εφηβικές τάσεις

Οι μαθητές επιχειρούν να προσδιορίσουν και να παρουσιάσουν τις προτιμήσεις και επιλογές των σύγχρονων εφήβων όσον αφορά στην:

- εξωτερική εμφάνιση
- ενδιαφέροντα
- διασκέδαση
- επικοινωνία

Η ομάδα ΓΑΤΟΠΑΡΔΟΙ

ΚΑΝ' ΤΟ ΟΠΩΣ ΟΙ ΕΛΛΗΝΕΣ

(Η Φιλοξενία μέσα από δύο διαφορετικές ματιές)



Η Ελλάδα είναι μία χώρα με θάλασσες, απέραντες ακτές και ωραίο κλίμα. Πολλές φορές έχει γίνει θέμα για πολλές ταινίες και κάποιες απ'αυτές έχουν γυριστεί κι εδώ. Παρ'όλα αυτά οι Έλληνες δεν ξέρουν να διαχειρίζονται σωστά αυτά που μας προσφέρει αυτός ο τόπος.

Τα καλοκαίρια πολλοί τουρίστες έρχονται στη χώρα μας. Πολλοί από αυτούς όμως φεύγουν δυσαρεστημένοι. Οι Έλληνες τους εκμεταλλεύονται. Δεν φτιάχνουν τις σωστές υποδομές για να τους φιλοξενούν και τις τουριστικές περιόδους αυξάνουν τις τιμές υπερβολικά. Δεν φέρονται έξυπνα, πολλές φορές κάνουν απεργίες και τα αξιοθέατα παραμένουν κλειστά με αποτέλεσμα την ταλαιπωρία τους. Δεν γνωρίζουν κάποια ξένη γλώσσα και έτσι δεν υπάρχει σωστή συνεννόηση. Επιπλέον, δεν υπάρχουν αρχές να επιβάλλουν την τάξη γι'αυτό οι τουρίστες παρεκτρέπονται και η χώρα μας διαβάλλεται στα ελληνικά και ξένα ΜΜΕ.

Αυτό δυστυχώς συμβαίνει μόνο στην Ελλάδα. Οι περισσότερες χώρες προσπαθούν να εξυπηρετήσουν όσο πιο πολύ μπορούν τους ξένους. Θα πρέπει να προσπαθήσουμε να το αλλάξουμε!

Η ομάδα ΑΛΑΤΟΠΙΠΕΡΟ

Ο θεσμός της φιλοξενίας είναι στο αίμα των Ελλήνων εδώ και χιλιάδες χρόνια. Σε πολλά βιβλία όπως του Ομήρου αναφέρεται πολλές φορές ο θεσμός της φιλοξενίας των Ελλήνων.

Τώρα πια, στις πόλεις έχει σταματήσει να ισχύει για διάφορους λόγους όπως η εισβολή παράνομων μεταναστών που δημιουργούν προβλήματα και δεν σέβονται την οικοδεσπότηρια χώρα. Οι κάτοικοι των χωριών και των νησιών συνεχίζουν επάξια τον αρχαίο θεσμό. Οι ντόπιοι με χαρά και αγαθοσύνη θα σε προσκαλέσουν σπίτι τους, θα σε περιποιηθούν σαν να ήσουν μέλος της οικογένειάς τους και θα σε τρατάρουν το καλύτερο παραδοσιακό φαγητό της περιοχής.

Γενικά, στο DNA του ελληνικού λαού πάντα θα υπάρχει ο όρος φιλοξενία όσο και αν δυσκολεύουν οι καιροί και οι καταστάσεις.

Πιστεύουμε ότι θα ήταν καλό ο κόσμος να πάψει να φοβάται και να γίνει "ανοιχτός" προς όλους τους συμπατριώτες του.



Η ομάδα ΓΑΤΟΠΑΡΑΟΙ

Συνέντευξη από το Δήμαρχο Περιστερίου



Στις 15/12/11 μας δόθηκε η ευκαιρία να πάρουμε συνέντευξη από τον Δήμαρχο του Περιστερίου τον κύριο Ανδρέα Παχατουρίδη με σκοπό να τον ρωτήσουμε διάφορα πράγματα που αφορούν όλους τους κάτοικους του Περιστερίου.

Πώς σχολιάζετε την έλλειψη βιβλίων στα σχολεία; Πιστεύετε ότι θα επαναληφθεί αυτό το φαινόμενο;

Ένα από τα μεγαλύτερα γεγονότα της καινούριας μαθητικής χρονιάς ήταν η έλλειψη βιβλίων από το σχολεία. Εγώ θεωρώ ότι εν έτη 2011 το να πηγαίνουν σχολείο τα παιδιά μας και να μην βρίσκουν βιβλία είναι όχι μόνο απαράδεκτο, όχι μόνο μας εξοργίζει και μας θυμώνει αλλά πιστεύουμε ότι κάτι τέτοια γεγονότα πηγαίνουν την χώρα μας για πάρα πολλά χρόνια πίσω. Όταν όλοι εμείς οι μεγάλοι λέμε ότι πρέπει να επενδύσουμε στην νέα γενιά για να γίνει καλύτερη η Ελλάδα μας, από την μια το λέμε αυτό και από την άλλη όλοι οι μεγαλοσχήμονες μιλάνε για την νέα γενιά αλλά από πράξη όμως φαίνεται ότι στη νέα γενιά ούτε το πρώτο εφόδιο δεν δίνουν(τα βιβλία). Ακόμα και στα πιο παλιά χρόνια που η Ελλάδα δεν ήταν σε καλύτερη θέση, υπήρχαν τα βιβλία. Εγώ εύχομαι όχι μόνο να μην επαναληφθεί αυτό το γεγονός αλλά με πράξεις και συμπεριφορές που θα πρέπει να πάρει το Υπουργείο Παιδείας να μας κάμει να ξεχάσουμε αυτή την πολύ μαύρη παρένθεση.

Οι γονείς των περισσότερων παιδιών είναι άνεργοι ή τα έσοδα τους είναι πολύ χαμηλά. Υπάρχει περίπτωση να προσφέρετε στα παιδιά δωρεάν κολατσιό στο σχολείο;

Είναι γεγονός ότι ζούμε πρωτόγνωρες καταστάσεις στη χώρα μας σήμερα. Εγώ πιστεύω ότι το χειρότερο πράγμα σε μια οικογένεια είναι η έλλειψη υγείας και το δεύτερο είναι η έλλειψη εργασίας. Για εμένα η εργασία είναι ευλογία αλλά στις ημέρες μας είναι πολύ σπάνιο δυστυχώς. Παλιά έλεγαν ότι δεν υπάρχει σπίτι που να μην έχει έναν άνεργο, τώρα δυστυχώς όμως λένε ότι υπάρχουν εκατομμύρια σπίτια που να μην έχουν έναν εργαζόμενο. Και καταλαβαίνουμε ότι είναι πολύ δύσκολο για μια οικογένεια που έχει ανάγκες και άμεσες προτεραιότητες όταν τα περισσότερα μέλη της είναι άνεργα. Τώρα για το θέμα του κολατσιού σε κάποια σχολεία της περιοχής έχει ήδη γίνει αυτό, όπως σε ένα ολοήμερο σχολείο μας πήρε ένας δάσκαλος, ο οποίος είχε παρατηρήσει ένα παιδί το οποίο πήγαινε από το πρωί και έφευγε στις 5 η ώρα το απόγευμα χωρίς να φάει τίποτα, έτσι λοιπόν μας ειδοποίησε και εμείς κάναμε ότι μπορούσαμε για να τρώει ένα πιάτο την ημέρα φαγητό.

Στα λύκεια δεν υπάρχει το μάθημα του σχολικού επαγγελματικού προσανατολισμού. Ο Δήμος διαθέτει κάποιο πρόγραμμα ώστε τα παιδιά να μάθουν ποιά επαγγέλματα είναι κατάλληλα γι' αυτά;

Κάθε Απρίλιο-Μάιο ο Δήμος διοργανώνει κάποιες ημερίδες, αυτές συνήθως γίνονται κάθε Σάββατο και Κυριακή πρωί που το μοναδικό τους αντικείμενο είναι ο επαγγελματικός προσανατολισμός. Θεωρώ ότι είναι η πρώτη προτεραιότητα σε ένα παιδί που ετοιμάζεται ή για να δώσει εξετάσεις ή για να πάρει τις αποφάσεις που λίγο πολύ θα καθορίσουν και την μετέπειτα πορεία του στη ζωή. Πιστεύω ότι ο επαγγελματικός προσανατολισμός είναι πολύ σημαντικό εργαλείο-εφόδιο και γι' αυτό κάθε γίνεται αυτή η οργάνωση ημεριδών.

Λόγω της κατάσταση της Ελλάδας τι θα λέγατε για κάποιο είδος δημοτικού φροντιστηρίου, όπου οι μαθητές θα μπορούν να παρακολουθούν δωρεάν ;

Είναι ένα θέμα το οποίο μας απασχολεί πάρα πολύ από την μια η κατάσταση η οικονομική, από την άλλη η έλλειψη των βιβλίων επιτείνουν την αναγκαιότητα για κάτι τέτοιο. Είναι ένα θέμα το οποίο το μελετάμε και πιστεύουμε ενδεχομένως ότι μέσα σε αυτή τη χρονιά να έχουμε κάτι να πούμε.

Στα σχολεία υπάρχουν πολλές ελλείψεις. Για παράδειγμα τα χρήματα για το πετρέλαιο είναι ελάχιστα ή δεν υπάρχει χαρτί και μελάνι για το φωτοτυπικό. Υπάρχουν κονδύλια ώστε να διατεθούν χρήματα για αυτές τις ελλείψεις ;

Τα χρήματα τα οποία χρησιμοποιούνται στα σχολεία είναι χρήματα τα οποία τα πέρνουμε από την κεντρική εξουσία(κράτος). Όπως όλα, έτσι και αυτά, έχουν πέσει σε μια μίζερη κατάσταση στην Ελλάδα. Δυστυχώς έτσι έχουν λιγοστέψει και τα χρήματα που πέρνουμε για την συντήρηση των σχολείων.

Από το 2009 έως και σήμερα τα χρήματα που πέρνουμε γι' αυτό το σκοπό έχουν λιγοστέψει σε μεγάλο βαθμό. Είναι γεγονός ότι μέσα σε αυτή την οικονομική κρίση όλα επηρεάζονται. Κατά την ταπεινή μου άποψη το κράτος από τα δύο υπουργεία - παιδείας και υγείας, δεν θα έπρεπε να να κόψει τίποτα. Η κρίση δεν θα έπρεπε να τα είχε «ακουμπήσει καθόλου». Όταν θέλεις να δημιουργήσεις μια καλύτερη Ελλάδα δεν μπορείς να κόβεις από τα βιβλία, τα σχολεία και γενικώς από ότι έχει να κάνει με την μαθητική νεολαία, τα παιδιά που «διψάνε» για να μάθουν γράμματα για να έχουν εφόδια στο μέλλον. Κάτι που δυστυχώς αυτό δεν έχει γίνει. Οι υπαίτιοι της κρίσης δεν έχουν αλλάξει πολιτική και γι' αυτό έχει πέσει μεγάλο κόψιμο και στις οικονομικές παροχές προς τα σχολεία. Χρειάζεται καλύτερη διαχείριση των χρημάτων που δίνονται στα σχολεία και από τους καθηγητές.

Γιατί ο δήμος δεν φροντίζει , να υπάρχουν κάδοι ανακύκλωσης έξω από τα σχολεία; Με αυτό τον τρόπο ο δήμος θα μπορούσε να ενισχύσει την οικολογική συνείδηση των μαθητών.

Ο δήμος ήδη έχει τοποθετήσει 750 κάδους ανακύκλωσης και μέχρι την άνοιξη ενδεχομένως και πολύ νωρίτερα να ξανατοποθετηθούν και άλλοι κάδοι . Με αυτό τον τρόπο πρώτη προτεραιότητα της καινούριας κατανομής μέσα στην πόλη των καινούριων κάδων ανακύκλωσης που έχουμε παραγγείλει(περίπου 900 κάδοι) και θα έρθουν μέσα στο Δεκέμβρη, πρώτη προτεραιότητα λοιπόν είναι να υπάρχει τουλάχιστον ένας κάδος ανακύκλωσης έξω από τα σχολεία. Και πρέπει να σας πω ότι στο Άλσος έχουμε φτιάξει το πρώτο ενεργειακό σπίτι το οποίο λειτουργεί με ρεύμα που παίρνει από τον ήλιο, είναι το κέντρο ανακύκλωσης και περιβαλλοντικής ευαισθητοποίησης. Από αυτό το σπίτι περνάνε οι μαθητές των σχολείων, με αυτό τον τρόπο θέλουμε να ευαισθητοποιήσουμε τους μικρούς μας συμπολίτες, να τους μιλήσουμε στη μεγάλη αναγκαιότητα της εποχής που όλοι θα πρέπει να έχουμε. Είναι μια πρωτοτυπία του δήμου μας μιας και είμαστε οι πρώτοι που έχουμε κάνει κάτι τέτοιο.



H ομάδα 3+1 ΠΙΘΚΙΑ

ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ από τα ΚΙΤΡΙΝΑ ΠΟΔΗΛΑΤΑ

Ένα μεσημέρι Κυριακής αρχές Δεκέμβρη συναντήσαμε τα Κίτρινα Ποδήλατα. Από την αρχή αισθανθήκαμε άνετα και η συζήτηση έγινε μέσα σε φιλικό κλίμα. Αυτό μας βοήθησε πολύ γιατί ήταν η πρώτη μας συνέντευξη. Απαντήθηκαν όλες οι ερωτήσεις που κάναμε και γι αυτό τους ευχαριστούμε.



Πώς αποφασίσατε να ασχοληθείτε με τη μουσική;

Οι γονείς μας μας προέτρεψαν. Ήταν ανεκπλήρωτο όνειρο για εκείνους. Εμείς στην αρχή δεν θέλαμε, ήταν δύσκολα. Τώρα όμως τους ευχαριστούμε γιατί είναι η ζωή μας.

Έχετε κάνει τα όνειρά σας πραγματικότητα;

Αν λάβουμε υπ' όψη ότι η μουσική είναι ένα όνειρο το ζούμε καθημερινά. Η μουσική και γενικά η σταδιοδρομία μας είναι μία σκάλα που ανεβαίνουμε σιγά-σιγά, σκαλοπάτι-σκαλοπάτι.

Πιστεύετε ότι στις μέρες μας με την κατάσταση που επικρατεί στη χώρα μας οι νέοι μπορούν να κάνουν πραγματικότητα τα όνειρά τους;

Ναι, πάντα μπορούν. Πάντα υπήρχαν δύσκολες στιγμές. Οι νέοι πηγαίνουν μπροστά τον κόσμο. Προσπαθούν να <<σπάσουν τον τσαμπουκά>> των νέων, να τους κάνουν να μην πιστεύουν στον εαυτό τους. Όμως πρέπει να συνεχίσουν να αγωνίζονται.

Με τι θα αλλάζατε την επιτυχία που έχετε σήμερα;

Ο χρόνος θα δείξει. Δεν πιστεύουμε ότι ακόμα έχουμε επιτυχία. Επιτυχία είναι όταν ολοκληρωθεί αυτό που έχουμε να δώσουμε, να κάνουμε απολογισμό και να διαπιστώσουμε ότι θα μας ακούνε και στο μέλλον. Γενικά να αφήσουμε πίσω μας έργο. Δε θα αλλάζαμε τίποτα. Η ζωή μας είναι γεμάτη μουσική.

Πώς παίρνετε τις μεγάλες αποφάσεις στη ζωή σας;

Προσπαθώντας να μετανιώσουμε για πράγματα που κάναμε και όχι γι' αυτά που δεν κάναμε. Προτιμούμε να δρούμε με την καρδιά και όχι με την λογική. Προσπαθούμε με αυτό που επιλέγουμε να μην ενοχλούμε τους γύρω μας και να μην κάνουμε αυτό που δε θα θέλαμε να μας κάνουν.

Πώς πρέπει να συμπεριφέρεται ένας καλλιτέχνης μέσα στην κοινωνία;

Να έχει τα αυτιά και τα μάτια του ανοιχτά. Να προσπαθεί να εκφράζει αυτό που λαμβάνει ως ερέθισμα. Να έχει ως βάση την τέχνη που υπηρετεί και να μην εμπορεύεται τις καταστάσεις.

Υπάρχει μια γενικά απέχθεια για τους πολιτικούς. Εσείς τι γνώμη έχετε γι' αυτό;

Εμείς τους ψηφίζουμε δυστυχώς, δεν είναι μόνοι τους εκεί. Βέβαια τους ψηφίζουμε για καλό παρόλο που βλέπουμε ότι δεν είναι κάτι αξιόλογο. Τα λάθη είναι για να μαθαίνουμε και έχει έρθει η ώρα να μάθουμε να διαλέγουμε σωστά και όχι για το συμφέρον μας.

Συμφωνείται με το γεγονός ότι πολλοί βγάζουν συνεχώς τραγούδια;

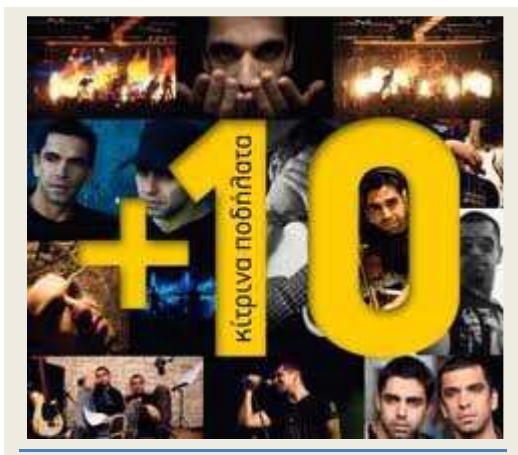
Αυτό συνήθως το κάνουν επειδή υπηρετούν το θέαμα. Έχουν σουξέ που δεν διαρκούν για πολύ και αυτό γίνεται για να γεμίζουν τα μαγαζιά. Είναι μία διαδικασία της μουσικής βιομηχανίας να βγάζει συνέχεια καλλιτέχνες με εφήμερα hits για να εξυπηρετούν το lifestyle που υπηρετούν. Συνήθως όμως δεν αφήνουν πίσω τους έργο.

Ποια είναι η πιο πρόσφατη δουλειά σας;

Το 2010 βγήκε το καινούργιο μας άλμπουμ. Λέγεται +10 για τα 10 χρόνια που έχουμε στη δισκογραφία.

Τι ευχή θα κάνατε για το μέλλον;

Οι νέοι θα πρέπει να πιστέψουν στον εαυτό τους περισσότερο. Οι άλλοι νομίζουν ότι είναι αποδιοργανωμένοι και όμως καταφέρνουν και δείχνουν ότι είναι πιο υγιείς και ενημερωμένοι από ποτέ. Θα πρέπει να έχουν αισιοδοξία και όχι άγχος. Πρέπει να πιστέψουν ότι μπορούν να αλλάξουν τα πάντα.



ΚΑΡΜΕΝ ΡΟΥΓΚΕΡΗ



?

Πώς αποφασίσατε να ασχοληθείτε με την υποκριτική;

Όταν ήμουν μικρή, στο σχολείο έτυχε να κάνουν μια ακρόαση για να ανεβάσουν την παράσταση ' 'Η Χιονάτη και οι 7 νάνοι' ', ήμουν στην Κύπρο τότε και ο μπαμπάς μου ήταν καθηγητής και όπου έβλεπε να έχουμε έφεση μας «έσπρωχνε» , δηλαδή μου άρεσαν οι γλώσσες με έγραψε σε τρεις, ήμουν πολύ καλή στην ζωγραφική με έγραψε στην ζωγραφική. Έμαθε λοιπόν ότι γινόταν η ακρόαση και με έστειλε, πήρα το ρόλο του καθρέφτη. Αργότερα όταν ήρθαμε στην Ελλάδα έπαιξα σε ερασιτεχνικές παραστάσεις με τις καλόγριες προκειμένου να μαζέψουμε χρήματα για να κάνουμε δώρα στα φτωχά παιδιά.

Στα παιδιά της ηλικίας μας έχετε γίνει γνωστή από τη σειρά 10 λεπτά κήρυγμα. Στην πραγματικότητα από που γίνατε ευρέως γνωστή;

Νομίζω από τους «Δέκα μικρούς Μήτσους», μετά «οι Παντρεμένοι», «η Ώρα η καλή», αλλά εγώ έχω να πω ότι είμαι περήφανη για την δουλειά που κάνω για τα παιδιά, παρά για την τηλεόραση.

Ποια είναι η σχέση σας με τα παιδιά;

Εδώ και πολλά χρόνια ασχολούμαι με το παιδικό θέατρο, το οποίο με ενδιαφέρει, με γεμίζει και μου δίνει χαρά. Νομίζω ότι είναι πιο δημιουργικό από όλα τα άλλα. Για παράδειγμα, όταν βλέπω τηλεόραση φρίττω, απορώ πώς μπορείτε να βλέπετε. Οπότε προσπαθώ και εγώ μέσα από το θέατρο να κάνω όσο μπορώ την δική μου προσφορά.

Ποια είναι η γνώμη σας για τους νέους ηθοποιούς; Πιστεύετε ότι τους αρέσει η δουλειά τους ή επιδιώκουν τη δόξα και τα χρήματα;

Πιστεύω ότι πολύ δύσκολα μπορεί να βρεθούν ηθοποιοί που θέλουν να υπηρετήσουν το θέατρο, αυτό καθ'αυτό. Επίσης θεωρώ ότι η τηλεόραση έχει κάνει μεγάλη ζημιά και οι περισσότεροι επιθυμούν την αναγνωρισιμότητα.



Το μείζον θέμα που απασχολεί τους πάντες είναι η κατάσταση της Ελλάδας. Τι πιστεύεται γι' αυτό;

Νομίζω ότι φταιμε όλοι πάρα πολύ γι' αυτό που έχει γίνει. Η κατάσταση είναι φρικτή και πιστεύω ότι όλοι έχουν την ευθύνη, όχι μόνο οι πολιτικοί και οι κυβερνήσεις. Για παράδειγμα όταν κάποιος κάνει μια παράβαση και τον γράφουν προσπαθεί να βρει το μέσον να του την σβήσουν, σε αυτή την περίπτωση φταίει ο πολίτης και όχι οι πολιτικοί. Αυτό είναι απαράδεκτο πρέπει να πληρώσουμε. Δεν πληρώνουμε και έχουμε καταλήξει εδώ που είμαστε.

Θεωρείτε ότι η κρίση έχει επηρεάσει το θέατρο και την τηλεόραση;

Ναι, σαφώς έχει επηρεάσει, ιδιαίτερα την τηλεόραση. Αυτό φαίνεται διότι δεν γίνονται δουλειές, όταν την ανοίγεις βλέπεις συνέχεια τούρκικα γιατί είναι πολύ φτηνά, γιατί δεν θέλουν να πληρώνουν τους ηθοποιούς. Εμείς έχουμε εδώ και δύο χρόνια γυρίσει ένα σίριαλ και για να μην μας πληρώσουν(επειδή οι ηθοποιοί πληρώνονται μετά την προβολή) το πούλησαν κρυφά στην Κύπρο.

Εκτός από την παράσταση που ανεβάζεται αυτή την περίοδο, έχετε σχεδιάσει κάτι για το μέλλον;

Έκανα στη Θεσσαλονίκη το «Ρομπέν των δασών» και τώρα μελετώ για την Αργοναυτική εκστρατεία. Επίσης ετοιμάζω μια όπερα που έγραψε ο Mozart στα δώδεκά του και θα είναι με μαθητική ορχήστρα.



Η ομάδα **3+1 ΠΙΘΗΚΙΑ**

ΗΡΩ ΜΑΝΕ



Για ποιο λόγο αποφασίσατε να ασχοληθείτε με την υποκριτική εφόσον είχατε ήδη κάνει σπουδές στο Πολιτικό Δίκαιο;

Γιατί μου άρεσε να μπαίνω σε ψυχολογίες άλλων ανθρώπων και να ζω κι άλλες ζωές που σαν κοινός άνθρωπος δε θα μπορούσα να ζήσω.

Ποια είναι τα συναισθήματα που νιώσατε όταν πήρατε τον πρώτο σας ρόλο;

Ήταν χαρά γιατί ήμουν ακόμα μαθήτρια και συγκίνηση γιατί επιτέλους πλησίαζα στο στόχο μου.

Εμείς τα παιδιά βλέπουμε τα φώτα της ιδανικά και πιστεύουμε ότι η υποκριτική έχει εύκολη επαγγελματική αποκατάσταση. Ποια είναι η γνώμη σας και η συμβουλή σας;

Κάθε παιδί, κάθε νέος θα πρέπει να κάνει αυτό που ονειρεύεται κι αν όχι να το επιτύχει τουλάχιστον να το προσπαθήσει. Ο δρόμος της υποκριτικής ,αν επηρεάζεστε από την τηλεόραση και όλα τα εύκολα που γίνονται, σας λέω εγώ με μεγάλη βεβαιότητα ότι είναι πολύ δύσκολος, θέλει πολύ μεγάλη διαδικασία, αγώνα και προσήλωση στο στόχο.

Πώς κρίνεται την κατάσταση της Ελλάδας; Πιστεύετε ότι η κρίση έχει επηρεάσει το χώρο του θεάτρου;

Δεν είναι μόνο η δική μου γνώμη αλλά όλων ότι η κατάσταση είναι οριακή και πάρα πολύ δύσκολη, αλλά πιστεύω ότι θα τα καταφέρουμε γιατί σα λαός είμαστε μαθημένοι στα δύσκολα και εξασκημένοι στο να τα ξεπερνάμε. Από 'κει και πέρα έχει επηρεαστεί πολύ και η δουλειά μου αλλά, ελπίζω για το καλύτερο.

Τα δυο τελευταία χρόνια σας έχουμε δει επί σκηνής για το έργο του Νίκου Βασιλιάδη «Ο Συμβολαιογράφος». Το βρήκατε πρόκληση να υποδύεστε τρία διαφορετικά πρόσωπα;

Πράγματι ήταν τεράστια πρόκληση , γιατί κατ' αρχάς κάνω κάτι πολύ διαφορετικό από αυτό που με έχει συνηθίσει ο κόσμος. Ο Συμβολαιογράφος είναι μια κωμική τραγωδία που ακροβατεί σε συναισθήματα γέλιου και κλάματος και όταν το ξεκίνησα δεν ήξερα αν θα βγουν οι ρόλοι.

Ποιες είναι η αντιδράσεις του κοινού ;

Είμαι πολύ θετικές για εμένα, το έχουν αγαπήσει και αγκαλιάσει. Αυτό μου δίνει μεγάλη χαρά.

Ποια είναι τα μελλοντικά σας σχέδια ;

Το Φλεβάρη θα παίξω στο καινούριο έργο του Βασιλη Κατσικονούρη « Πήρε τη ζωή στα χέρια της ».

Μια ευχή που θέλετε να πραγματοποιηθεί ;

Να είναι όλα τα παιδιά χαρούμενα και ευτυχισμένα και να ζήσουν σ' έναν καλύτερο κόσμο που θα το φτιάξουμε εμεις.



Η ομάδα **3+1 ΠΙΘΗΚΙΑ**

ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ ΑΠΟ ΕΝΑΝ DJ



Πώς είναι οι δουλειές σας αυτήν την περίοδο;

Η δουλειά μου αυτήν την περίοδο δεν έχει επηρεαστεί και πάρα πολύ από την οικονομική κρίση. Σαφώς, οι δουλειές την εποχή που ζούμε έχουν πτώση όμως όσο αφορά την νύκτα στην Ελλάδα, ο κόσμος βρίσκει λεφτά για διασκέδαση.

Έχετε επηρεαστεί από την οικονομική κρίση; Αν ναι σε τι επίπεδο;

Όλος ο κόσμος έχει οικονομική κρίση και περνάει δύσκολα. Το μαγαζί που δουλεύω για να μπορέσει να κρατήσει τους υπαλλήλους του, χαμηλώνει τις τιμές στα ποτά και μαζεύει περίπου τον ίδιο κόσμο με τις προηγούμενες χρονιές. Αυτό σημαίνει 20-30% πτώση στα κέρδη του μαγαζιού.

Εμφανίζεστε κάπου αυτήν την περίοδο; Έχετε κανονίσει εμφανίσεις σε κάποιο μέρος;

Εμφανίζομαι καθημερινά στο SFINAKI CLUB στο Μπουρνάζι. Ναι, έχω κανονίσει να παίξω μουσική σε ένα καλοκαιρινό CLUB στον Ωρωπό μετά το Πάσχα.

Συνεργάζεστε με κάποιον; Αν ναι, ποια είναι η σχέση σας;

Ναι, συνεργάζομαι με ένα νέο παιδί στο είδος, ο οποίος έχει όρεξη για δουλειά και είναι πολύ συνεργάσιμος. Οι σχέσεις που αναπτύσσω μαζί του είναι πολύ καλές.

Είστε με κάποιον/α αυτή την περίοδο της ζωής σας;

Ναι, είμαι παντρεμένος 19 χρόνια και έχω 2 παιδιά. Απολαμβάνω αυτού του είδους ζωή με την οικογένεια μου.

Ποιο θα λέγατε πως είναι το πιο επιτυχημένο έργο σας?

Το πιο επιτυχημένο έργο στη ζωή μου είναι η οικογένεια μου. Αυτή μου δίνει δύναμη να ξεπερνάω τις δυσκολίες που αντιμετωπίζω και μαζί της μοιράζομαι τις ευχάριστες στιγμές μου.

Ποια είναι τα σχέδια σας για το μέλλον;

Τα σχέδια μου για το μέλλον είναι να κάνω όσες περισσότερες επαγγελματικές επιτυχίες μπορώ αλλά και να εμφανιστώ ως DJ σε κάποιο CLUB στο εξωτερικό.



Η ομάδα ΞΗΡΟΙ ΚΑΡΠΟΙ

e-book...

Στις μέρες μας δεν είναι λίγες οι φορές όπου αναφέρεται από πολλούς το e-book.

Τι είναι όμως το e-book;

Το e-book ή στα ελληνικά το ηλεκτρονικό βιβλίο είναι ένα βιβλίο με τη μόνη διαφορά ότι το περιεχόμενό του εμφανίζεται σε ψηφιακή αντί σε έντυπη μορφή.

Η δημιουργία του μπορεί να γίνει μέσω ενός ηλεκτρονικού υπολογιστή ή κάποιας παρόμοιας ψηφιακής συσκευής και κατά συνέπεια σε διάφορα λειτουργικά συστήματα. (Mac, Microsoft Windows, Linux κ.ά.)

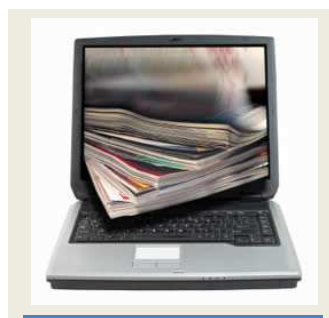
Η ομάδα ΑΛΑΤΟΠΙΠΕΡΟ

πλεονεκτήματα

- Το κόστος για την παραγωγή και την διάθεσή του είναι μηδαμινό.
- Είναι οικολογικό.
- Δεν πρόκειται να «χαλάσει» όπως ένα βιβλίο με την πάροδο του χρόνου.

μειονεκτήματα

- Υπάρχει κίνδυνος αλλοίωσης της αναγνωστικής κουλτούρας καθώς, όπως πολλοί υποστηρίζουν η αισθητική απόλαυση ενός βιβλίου δεν περιλαμβάνει μόνο την ανάγνωση του έργου αλλά και την αναζήτησή του, την απόκτηση, την αφή και την οσμή του χαρτιού, το ξεφύλλισμα, την προσοχή του από φθορά κ.α.
- Η ευκολία αναπαραγωγής και ενδεχόμενης επεξεργασίας ενός ηλεκτρονικού βιβλίου δημιουργεί τον κίνδυνο καταπάτησης πνευματικών δικαιωμάτων.
- Μπορεί να είναι κουραστικό στην ανάγνωσή του ιδιαίτερα αν γίνεται μέσω ηλεκτρονικού υπολογιστή.



Είναι σημαντικό να αναφερθεί ότι και η ηλεκτρονική έκδοση της εφημερίδας μας αποτελεί ένα είδος ηλεκτρονικού βιβλίου. Οπότε με την ανάγνωσή της μπορείτε να κρινετε κατά πόσο είναι καλή ή όχι η ύπαρξή του.

Τα "έξυπνα" τηλέφωνα!



Παλαιότερα, συνηθίζαμε να προσδιορίζουμε ένα Smartphone ως κινητό τηλέφωνο με λειτουργικό σύστημα, ικανό να στηρίξει αυξημένων απαιτήσεων εφαρμογές, προεγκατεστημένες ή μη, που συνέβαλλαν στη "φορητότητα" των εργασιών μας.

Με αυτή την έννοια τα Smartphones θα έπρεπε να απευθύνονται αποκλειστικά σε επαγγελματίες. Ωστόσο, τα τελευταία χρόνια η φιλοσοφία τους έχει διαφοροποιηθεί σημαντικά! Πλέον, μας δίνουν τη δυνατότητα να κάνουμε από το κινητό σχεδόν όλα όσα κάνουμε και στον υπολογιστή μας. Από το 2010 ακόμα, αλλά κυρίως από το 2011 και πολύ περισσότερο στο μέλλον, το βάρος δίνεται στις πολλαπλές δυνατότητες της συσκευής να εξυπηρετήσει μια σειρά από ανάγκες όπως κοινωνική δικτύωση (π.χ. Facebook, Twitter, MSN messenger κ.ά.), άμεση ενημέρωση για ειδήσεις, καιρό και οτιδήποτε είναι απαραίτητο για κάθε χρήστη.

Οι συσκευές που...

άλλαξαν την επικοινωνία!

Το Smartphone μεταμορφώνεται με άλματα προόδου σε μια συσκευή "όλα-σε-ένα", με σαφή πρόθεση στο άμεσο μέλλον να είναι μια συσκευή η οποία θα παρέχει τη δυνατότητα στον κάτοχο της να επικοινωνεί με κάθε τρόπο, πάντα και παντού.



Πώς θα ήταν η μέρα σου με ένα Smartphone;



Έχεις σκεφτεί πώς θα άλλαζε η καθημερινότητά σου, αν είχες στη διαθέσή σου ένα Smartphone; Δες πως μερικές μόνο εφαρμογές μπορούν να αλλάξουν όχι μόνο τον τρόπο που επικοινωνείς, αλλά και τον τρόπο που ζεις.

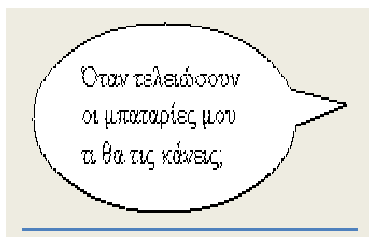
- **Ξεκίνα τη μέρα σου μαθαίνοντας όλα τα νέα από την Ελλάδα και τον κόσμο** κι αμέσως μετά ενημέρωσε για τις εξελίξεις τους φίλους σου στο Facebook ή στο Twitter.
- **Αναρωτιέσαι τι καιρό θα έχει σήμερα;** Ενημέρωσου από το κινητό σου, για το τι θα φορέσεις.
- **Το ραδιόφωνο στο αυτοκίνητο δεν παίζει τη μουσική που σου αρέσει;** Κάνενα πρόβλημα! Το κινητό σου παίζει πάντα τις δικές σου μουσικές επιλογές, όπου κι αν είσαι.

- **Μετά από το διάβασμα, ήρθε η ώρα της χαλάρωσης.**
Παίξε τα αγαπημένα σου παιχνίδια!
- **Μήπως να κανόνιζες τη βραδινή έξοδο με την παρέα, για να βρείτε σίγουρα θέσεις στον κινηματογράφο;**
- Δες τι παίζει και κλείσε τα εισιτήρια τώρα!
- **Έφτασες πρώτος από όλους στον κινηματογράφο.**
Δες τι επιλογές υπάρχουν στην περιοχή για περισσότερη διασκέδαση μετά την ταινία

Κάπως έτσι θα είναι μια μέρα στη ζωή σου με ένα Smartphone. Δεν ήταν όλα πολύ πιο εύκολα; Mobile Internet για web surfing, social networking & applications!

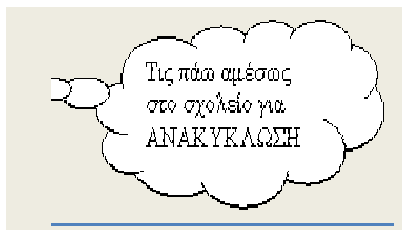
ΑΝΑΚΥΚΛΩΣΗ ΜΠΑΤΑΡΙΩΝ

(Επειδή δεν είναι ίδια όλα τα σκουπίδια...)



Σε πολλά σχολεία της Ελλάδας, έχει ήδη ξεκινήσει μία σημαντική προσπάθεια από τους μαθητές για την συλλογή και ανακύκλωση των μπαταριών.

Ήδη, μέχρι σήμερα πάνω από 7.300 σχολεία (νηπιαγωγεία, δημοτικά, γυμνάσια και λύκεια) από όλη την Ελλάδα συμμετέχουν ενεργά στο πρόγραμμα ανακύκλωσης.



Η ΑΦΗΣ ενισχύει αυτή την προσπάθεια, παρέχοντας δωρεάν κάδους ανακύκλωσης, ενημερωτικό υλικό και παρουσιάσεις για την ανακύκλωση στα σχολεία πρωτοβάθμιας και δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης σε όλη την ελληνική επικράτεια.

Όπως είναι γνωστό, τα παιδιά είναι οι μεγαλύτεροι καταναλωτές μπαταριών, λόγω των πολυάριθμων παιχνιδιών και φορητών συσκευών που χρησιμοποιούν. Έτσι η τοποθέτηση κάδου ανακύκλωσης στα σχολεία είναι αναγκαιότητα και ένας σημαντικός παράγοντας για τη μεγαλύτερη συλλογή και ανακύκλωση των μπαταριών. Παράλληλα η τοποθέτηση κάδων ανακύκλωσης στα σχολεία αποσκοπεί στην δημιουργία περιβαλλοντικής συνείδησης στα παιδιά, τα οποία αποτελούν το μέλλον της χώρας μας. Γιατί η ανακύκλωση είναι πρωτίστως θέμα παιδείας.



ΣΥΧΝΕΣ ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ

Τι είναι η ΑΦΗΣ;

Η ΑΦΗΣ (Ανακύκλωση Φορητών Ηλεκτρικών Στηλών) είναι το Σύστημα Εναλλακτικής διαχείρισης Φορητών Ηλεκτρικών Στηλών που έχει εγκριθεί από το Υπουργείο ΠΕΧΩΔΕ δυνάμει του Ν. 2939/2001(ΦΕΚ 179Α/06.08.2001) και του ΠΔ 115/2004 (ΦΕΚ 80Α/05.03.2004) με την υπ. αριθ. 106155/7.7.2004 απόφαση του Υπουργού ΠΕΧΩΔΕ (ΦΕΚ 1056Β/14.07.2004) για την εναλλακτική διαχείριση φορητών ηλεκτρικών στηλών (μέχρι 1500 γραμμάρια). Η ΑΦΗΣ Α.Ε. ξεκίνησε το πρόγραμμα ανακύκλωσης το 2005 και μέχρι σήμερα καταγράφηκαν από κάθε γωνιά της Ελλάδας χιλιάδες συμμετοχές για κάδους ανακύκλωσης μπαταριών και συγκεκριμένα από Δήμους, Κοινότητες, Δημόσιους φορείς, Στρατιωτικές Μονάδες, Σχολεία, Περιβαλλοντικές Οργανώσεις, Επιχειρήσεις, Εμπορικά καταστήματα, Σουπερμάρκετ, Ξενοδοχεία και Νοσοκομεία. Παράλληλα χιλιάδες ενθουσιασμένοι καταναλωτές επικοινωνούν καθημερινά μαζί μας για να πληροφορηθούν σε ποια σημεία υπάρχει κάδος ανακύκλωσης στην γειτονιά τους προκειμένου να αφήσουν τις μπαταρίες τους ή για να εκφράσουν τη συμπαράστασή τους στο πρόγραμμα ανακύκλωσης της ΑΦΗΣ. Γενικά το ενδιαφέρον και τα ενθουσιώδη σχόλια που εισπράττουμε καθημερινά από αμέτρητους πολίτες κάθε ηλικίας ξεπέρασαν τις πιο φιλόδοξες προβλέψεις μας.



Γιατί να κάνω ανακύκλωση; Ποιό είναι το δικό μου προσωπικό όφελος;

Τα οφέλη από την ανακύκλωση μπαταριών είναι κοινά για όλους, Δημιουργούμε ένα καλύτερο περιβάλλον για εμάς και τα παιδιά μας. Σε όλες τις χώρες της Ευρώπης, η ανακύκλωση μπαταριών γίνεται για:

Την προστασία του περιβάλλοντος και την αναβάθμιση της ποιότητας ζωής των πολιτών

- Τη μείωση του όγκου των απορριμμάτων τα οποία καταλήγουν στα ΧΥΤΑ (Χώροι Υγειονομικής Ταφής απορριμμάτων)
- Την εξοικονόμηση πρώτων υλών
- Την εξοικονόμηση ενέργειας
- Τη δημιουργία νέων θέσεων εργασίας
- Τη συνεισφορά στον πολιτισμό, εφόσον η εναλλακτική διαχείριση των απορριμμάτων αποτελεί δείκτη πολιτισμού.

Η ομάδα **NEA!ΝΙΔΕΣ!**

ΠΡΑΣΙΝΟ ΣΠΙΤΙ

Το πρώτο δημόσιο ενεργειακά αυτόνομο κτίριο στην Ελλάδα.

Ο Δήμος Περιστερίου, ανέλαβε την πρωτοβουλία και ήδη, δημιούργησε το πρώτο «Πράσινο Σπίτι» που λειτουργεί πλήρως ενεργειακά αυτόνομα.

Το «Πράσινο Σπίτι» απευθύνεται σε όλες τις ηλικίες, κυρίως όμως στα παιδιά της πόλης του Περιστερίου, με στόχο τη μόρφωση, την ενημέρωση και την εκπαιδευτική τους παιδεία σε ζητήματα που αφορούν το περιβάλλον, την καθαριότητα, την ανακύκλωση, την χρήση εναλλακτικών μορφών ενέργειας κ.λ.π. Είναι μια κατασκευή η οποία από μόνη της σηματοδοτεί την έννοια «φιλικό με το περιβάλλον».

Η ομάδα **ΝΕΑΝΙΔΕΣ!**



ΞΕΝΑΓΗΣΕΙΣ ΣΤΟΝ ΕΘΝΙΚΟ ΔΡΥΜΟ ΠΑΡΝΗΘΑΣ

Το Δασαρχείο Πάρνηθας, στο πλαίσιο της περιβαλλοντικής ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης μαθητών Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης για την προστασία περιβάλλοντος, διεξάγει ξεναγήσεις στον Εθνικό Δρυμό Πάρνηθας σε ομάδες μαθητών του Ν. Αττικής κατά τη διάρκεια του σχολικού έτους.

Για τη συμμετοχή των ομάδων αυτών απαιτείται η αποστολή μιας αίτησης που να αναγράφονται τα εξής:

- στοιχεία ομάδας (ταχυδρομική διεύθυνση, βαθμίδα εκπαίδευσης που ανήκει)
- επιθυμητή ημερομηνία ξενάγησης
- αριθμός ατόμων ομάδας.

Για περισσότερες πληροφορίες μπορείτε να απευθύνεστε στο τηλ. 210 2434061-3, fax 210 2434064, e-mail daspar@otenet.gr, website www.parnitha-np.gr



ΕΛΛΗΝΙΚΟΣ ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΟΣ ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΑΘΗΝΩΝ



Σας ενημερώνουμε ότι ο Ελληνικός Ορειβατικός Σύλλογος Αθηνών (ΕΟΣ) διοργανώνει για τη σχολική χρονιά 2009-2010 τα παρακάτω προγράμματα περιβαλλοντικής εκπαίδευσης σε μαθητές Α/θμιας και Β/θμιας Εκπ/σης.

1. Πεζοπορία
2. Περιβαλλοντικό Πρόγραμμα
3. Υπαιθριες Δραστηριότητες (προσανατολισμός, ποδήλατο βουνού κ.ά.)
4. Προβολή με θέμα τον Εθνικό Δρυμό Πάρνηθας

Στο καταφύγιο Μπάφι λειτουργεί κυλικείο και οργανωμένη σπιτική κουζίνα. Η προσφορά του ΕΟΣ Αθηνών είναι εθελοντική εκτός της αμοιβής των συνοδών βουνού.

Πληροφορίες: Τηλ. 2102469060, 2102403556, 210383833168, 2103212355, και στα website: www.eosathinon.gr_και www.mrafi.gr

Η ομάδα **ΝΕΑΝΙΔΕΣ!**

GRAFFITI

Η άποψη είναι από ένα νέο αλλά το ίδιο ισχύει και για τους υπόλοιπους

ΤΙ ΠΙΣΤΕΥΟΥΝ ΟΙ ΝΕΟΙ ?



Θέλω να πω τις σκέψεις μου με ειλικρίνεια, γι' αυτό δε θα μιλήσω πολύ. Το γκράφιτι δεν είναι η χαμηλότερη μορφή τέχνης. Παρόλο που πρέπει να σέρνεσαι μες στη νύχτα και να λες ψέματα στη μαμά σου, είναι στην πραγματικότητα η πιο έντιμη τέχνη που υπάρχει. Δεν κρύβει ελιτισμό ή υποκρισία, βρίσκεται σε μερικούς απ' τους καλύτερους τοίχους που διαθέτει μια πόλη και κανείς δεν αποθαρρύνεται από το εισιτήριο της εισόδου.

Ένας τοίχος υπήρξε πάντα το καλύτερο μέρος για να εκθέσεις το έργο σου. Οι άνθρωποι που κυβερνούν τις πόλεις μας δεν καταλαβαίνουν το γκράφιτι, επειδή πιστεύουν ότι τίποτα δεν έχει το δικαίωμα να υπάρχει εάν δε φέρνει κάποιο κέρδος. Αλλά αν σ' ενδιαφέρουν μόνο τα λεφτά, τότε η γνώμη σου δεν αξίζει.

Λένε ότι το γκράφιτι φοβίζει τους ανθρώπους και συμβολίζει την παρακμή της κοινωνίας, αλλά το γκράφιτι είναι επικίνδυνο μόνο για τρεις ομάδες ανθρώπων: τους Πολιτικούς, τους Διαφημιστές και τους Γκραφιτάδες.

Αυτοί που πραγματικά καταστρέφουν τις γειτονίες μας είναι οι εταιρείες που βάζουν τα τεράστια σλόγκαν τους πάνω σε κτίρια και λεωφορεία, προσπαθώντας να μας κάνουν να νιώσουμε μικροί κι ανεπαρκείς μέχρι να αγοράσουμε τα προϊόντα τους. Θεωρούν δεδομένο ότι αυτές μπορούν να βροντοφωνάζουν το μήνυμά τους μέσα στη μούρη σου από κάθε διαθέσιμη επιφάνεια, αλλά εσύ ποτέ δεν επιτρέπεται να απαντήσεις. Αυτές είναι που ξεκίνησαν αυτό τον πόλεμο και ο τοίχος είναι το όπλο που επιλέγουμε για να αντεπιτεθούμε.

Μερικοί άνθρωποι γίνονται αστυνομικοί επειδή θέλουν να κάνουν τον κόσμο καλύτερο. Μερικοί άνθρωποι γίνονται "βάνδαλοι" επειδή θέλουν να κάνουν τον κόσμο να φαίνεται καλύτερος».



Η ομάδα **ΑΛΑΤΟΠΙΠΕΡΟ**

TA AIRETIKA...



Τα greeklish είναι πλέον η πιο συνηθισμένη μορφή γραφής των νέων στο διαδίκτυο, στα μηνύματα και στις σελίδες κοινωνικής δικτύωσης. Άρχισε να πρωτοεμφανίζεται στο διαδίκτυο, προκαλώντας πολλά μειονεκτήματα στη γλώσσα μας αλλά και κάποια πλεονεκτήματα.

Ξεκινώντας από τα μειονεκτήματα που είναι και περισσότερα, βλέπουμε να προκαλούν αλλαγές στη γλώσσα μας. Πολλά παιδιά κάνουν περισσότερα ορθογραφικά επειδή δεν δίνουν σημασία στη γραφή μίας λέξης αλλά και γιατί δημιουργούν δικές τους συντομογραφίες. Επιπλέον αυτό υποβαθμίζει τον πολιτισμό μας εκθέτοντάς μας σε ξένες χώρες. Τέλος αν συνεχιστεί αυτή η κατάσταση η γλώσσα μας χρόνο με τον χρόνο θα χαθεί.

Όσο αφορά τα πλεονεκτήματα τα greeklish αποτελούν ένα γρήγορο τρόπο γραφής, απαλλαγμένο από τη σωστή γραφή της γλώσσας. Επίσης πολλές φορές οι νέοι γράφουν με αυτόν τον τρόπο για να μην τους καταλαβαίνουν οι γονείς. Τέλος, τους βοηθά να επικοινωνούν με περισσότερα άτομα χωρίς να έχουν τον φόβο ότι θα κάνουν κάποιο λάθος.

Η ομάδα **ΑΛΑΤΟΠΙΠΕΡΟ**

Ta arnitika...

Στις μέρες μας όλο και περισσότεροι νέοι χρησιμοποιούν στο γραπτό τους λόγο τους «ηλεκτρονικό» τα greeklish. Οι περισσότεροι χρησιμοποιούν αυτό το είδος γραπτού λόγου είτε επειδή θέλουν να ακολουθήσουν αυτή τη νέα μόδα είτε επειδή ντρέπονται για τυχόν ορθογραφικά λάθη όταν χρησιμοποιούν την ελληνική. Αυτό έχει αρνητικές επιπτώσεις. Πρώτα από όλα αυξάνονται τα ορθογραφικά λάθη με αποτέλεσμα να ξεχνάμε την ελληνική γραμματεία. Επιπλέον αυτό έχει ως συνέπεια την άσχημη έκφραση μας. Παρατηρούμε συχνά ότι πολλοί νέοι ακόμα και εμείς κάνουμε πολλά λάθη στον γραπτό και προφορικό λόγο. Γι αυτό πρέπει σαν νέοι να αγωνιστούμε για την διατήρηση της νεοελληνικής γλώσσας. Γι αυτό θα σας συμβουλευάμε να περιορίσετε στο ελάχιστο αυτού του είδους την γραφή.



Η ομάδα **ΝΕΑΙΝΙΑΕΣ!**

Η ALLI APOPSI...



Εδώ και αρκετά χρόνια παρατηρείται η χρήση των greeklish στις συνομιλίες τόσο στον υπολογιστή όσο και στο κινητό τηλέφωνο. Οι γνώμες για αυτήν την «ιδιαιτέρη γλώσσα» διίστανται. Οι περισσότεροι ειδικοί υποστηρίζουν ότι τα greeklish διαβρώνουν την γλώσσα ενώ άλλοι θεωρούν ότι είναι μια αποτέλεσμα της εξέλιξης της γλώσσας.

Όπως υποστηρίζουν οι δημοτικιστές, από την στιγμή που δεν μιλάμε με την προφορά των αρχαίων ελληνικών, δεν είναι απαραίτητη η χρήση των διφθόγγων. Επομένως η χρήση των greeklish δεν δημιουργεί μεγάλο πρόβλημα στην γραφή. Επιπλέον με τα greeklish που είναι ευρέως διαδεδομένα στους νέους ανθρώπους, οριοθετείται η διαφοροποίηση τους από τον λόγο των ενηλίκων. Έχει αποδειχτεί από μελέτες, ότι με τα greeklish κάποιος μπορεί να γράψει πιο γρήγορα. Μάλιστα οι νέοι όταν γράφουν αποβάλλουν το άγχος της ανορθόγραφης γραφής. Για παράδειγμα, αν ένα παιδί δεν ξέρει ορθογραφία, δεν θα ντραπεί να στείλει ένα μήνυμα κάνοντας χρήση των greeklish.

Ας σημειωθεί εδώ, ότι δεν μπορεί να θεωρηθεί ότι ο συγκεκριμένος τρόπος γραφής καταστρέφει την γλώσσα, αφού δεν χρησιμοποιείται στον προφορικό λόγο τόσο στην καθημερινότητα όσο και στο σχολείο.

Τα greeklish χρησιμοποιούνται στα στενά πλαίσια των ιντερνετικών συνομιλιών και των μηνυμάτων μέσω της κινητής τηλεφωνίας. Είναι απόρροια της ραγδαίας εξέλιξης των νέων τεχνολογιών. Παρά τους φόβους και τις αντιρρήσεις, δεν θα πρέπει να ξεχνάμε, ότι η γλώσσα είναι ένας ζωντανός οργανισμός, που εξελίσσεται συνεχώς και αέναα, ο δε χαρακτήρας της καθορίζεται από τους φυσικούς χρήστες της.

Εν κατακλείδι, αν οι χρήστες της γλώσσας διευκολύνονται από τα greeklish, αυτά θα αποκτήσουν βαθμιαία την θέση τους στην γλώσσα μας, ειδάλλως θα εξαφανιστούν.

Η ομάδα **3+1 ΠΙΘΗΚΙΑ**

ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ

Η παραδοσιακή Μεσογειακή Διατροφή ορίστηκε με τα ακόλουθα χαρακτηριστικά:

Άφθονες φυτικές ίνες φρούτα, λαχανικά, ψωμί-δημητριακά, πατάτες οι οποίες είναι ευρύτατα διαδεδομένες στην Ελλάδα και τρώγεται πολύ συχνά έως καθημερινά από τους Έλληνες. Στην Ελλάδα η πατάτα εμφανίστηκε πρώτη φορά από τον Ιωάννη Καποδίστρια, έτσι καταλαβαίνουμε τη διαχρονικότητα της. Κάποια άλλα βασικά τρόφιμα της μεσογειακής διατροφής είναι τα όσπρια, οι καρποί καθώς ελάχιστα είναι τα επεξεργασμένα προϊόντα. Γαλακτοκομικά προϊόντα κυρίως το τυρί και το γιαούρτι καταναλώνονται σχεδόν σε καθημερινή βάση σε μικρές έως μέτριες ποσότητες. Τα ψάρια και τα πουλερικά καταναλώνονται επίσης σε μικρές έως μέτριες ποσότητες. Το κόκκινο κρέας προτιμάται λιγότερο. Βασικό χαρακτηριστικό το οποίο θα λέγαμε ότι σπανίζει σε άλλες χώρες, και αν υπάρχει είναι ακριβό, δεν είναι άλλο από το ελαιόλαδο, το οποίο αποτελεί κύρια πηγή λιπαρών που περιέχουν μονό ακόρεστα λιπαρά οξέα.



Η συγκεκριμένη διατροφική σύνθεση της Μεσογειακής Διατροφής έχει ως αποτέλεσμα αφενός χαμηλή περιεκτικότητα σε κορεσμένα λιπαρά και χοληστερόλη και αφετέρου υψηλή περιεκτικότητα σε υδατάνθρακες και ίνες. Η καθημερινή κατανάλωση ελαιόλαδου συνεπάγεται με υψηλή περιεκτικότητα της διαίτας σε μονό ακόρεστα λιπαρά οξέα.

Η παχυσαρκία στην Ευρώπη και στην Ελλάδα



Από τις αρχές του 21ού αιώνα η παχυσαρκία τείνει να γίνει ένα σοβαρό πρόβλημα υγείας σχετιζόμενο με καρδιαγγειακά νοσήματα, σακχαρώδη διαβήτη και άλλες κλινικές παθήσεις που αυξάνουν τα ποσοστά θνησιμότητας παγκοσμίως και στην Ελλάδα. Ειδικότερα πρόσφατες έρευνες από τους Formiguera και Canton από έχουν παρουσιάσει πως 300 εκατομμύρια άνθρωποι είναι παχύσαρκοι παγκοσμίως και πως αυτός ο αριθμός αναμένεται να διπλασιαστεί μέχρι το 2025.

Όσον αφορά τον Ελληνικό πληθυσμό, σε έρευνα που διεξήχθη από τους επιστήμονες Varo και τους συνάδελφους του το 2002, παρουσιάστηκαν αυξημένα ποσοστά παχυσαρκίας στην Ευρώπη και ειδικότερα στις Μεσογειακές χώρες όπως στην Ισπανία και στην Ελλάδα.

Τέλος το Ευρωπαϊκό Πρόγραμμα συνεργασίας Ιατρικής και Κοινωνίας (ΕΠΙΚ) παρουσίασε αυξημένα ποσοστά παχυσαρκίας της τάξεως του 30% σε Ελληνικούς πληθυσμούς ηλικίας 20-50 ετών. Η υπερκατανάλωση γλυκών, τηγανιτών και γενικά περιπτών τροφίμων προκαλούν την αύξηση βάρους η οποία δεν είναι καθόλου καλή για την υγεία μας.

Ο χορός είναι η κρυμμένη γλώσσα της ψυχής

Χορός είναι η έκφραση, η απελευθέρωση του σώματος και της ψυχής.

Μέσα απ' αυτόν ο άνθρωπος μπορεί να εκφράσει από τη μεγαλύτερη λύπη έως και την πιο τρελή χαρά.

Στην περιοχή μας υπάρχουν διάφορες σχολές χορού. Ανάλογα με την προτίμησή σου μπορείς να επικοινωνήσεις με τις παρακάτω σχολές:

C.K.M Dance me: Ευρωπαϊκοί χοροί-latin τηλ.:210-5731360 και 210-5778309 διεύθυνση:Μαυρογιάννη 17 και Ιου 3(πλατεία Δασκαλογιάννη)

ROSE KARRA: latin,hip-hop αλλά και σύγχρονο μπαλέτο τηλ.:210-5787879 διεύθυνση:25ης Μαρτίου 80

Bailarte salsa: δωρεάν μαθήματα τηλ.:210-5776415 διεύθυνση:16ώμης 7 Περιστέρι



Η ομάδα **ΑΛΑΤΟΠΙΠΕΡΟ**

BREAK DANCE

Το break dance είναι ένα είδος χορού που βρίσκει μεγάλη απήχηση σε παιδιά της ηλικίας μας.

Είναι ένα δημοφιλές είδος χορού του δρόμου που δημιουργήθηκε και αναπτύχθηκε σε μέρος της hip-hop κουλτούρας ανάμεσα σε Αφροαμερικανούς

και Λατίνους νέους της Νέας Υόρκης.

Οι χορευτές μεμονωμένοι ή σε ομάδες παίρνουν μέρος σε <<μάχες>>-διαγωνισμούς χορού που μερικές φορές έχουν κανονιστεί από πριν.



ΤΟ 'ΔΕΚΑΡΙ' ΤΗΣ ΜΠΑΡΤΣΑ ΕΙΝΑΙ ΕΛΛΗΝΑΣ



Ο 13χρονος Γιώργος Σπανουδάκης (γεννημένος στις 25 Νοεμβρίου 1998) είναι κυρίαρχος στη μεσαία γραμμή των "μπλαουγκράνα", μοιράζοντας εξαιρετικές πάσες στους επιθετικούς, ενώ τα κόλπα του με την μπάλα θα τα ζήλευε ακόμα και ο Μέσι.

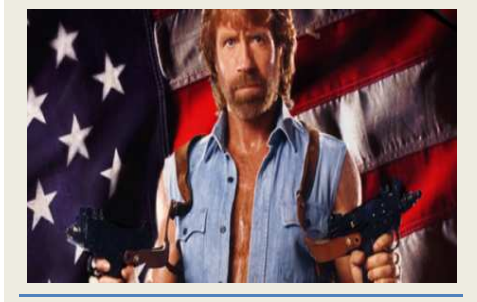
Το ταλέντο του φάνηκε από την πρώτη στιγμή και την αμέσως επόμενη χρονιά πήρε μεταγραφή για την Όπελ Ρούσενχαϊμ. Εκεί τον είδαν σκάουτερ της Άϊντραχτ Φρανκφούρτης και κινήθηκαν αμέσως για την απόκτηση του. Έτσι σε ηλικία 8 ετών έπαιζε στις ακαδημίες ενός από τους μεγαλύτερους συλλόγους του γερμανικού ποδοσφαίρου.

Οι εμφανίσεις του εκεί κέντρισαν το ενδιαφέρον τεράστιων ποδοσφαιρικών συλλόγων, όπως της Τσέλσι, της Μπαρτσελόνα, της Σπόρτινγκ Λισαβόνας και πολλών άλλων.

Από πέρυσι ανήκει στους Καταλανούς, που έσπευσαν να τον αποκτήσουν και μέρα με τη μέρα δικαιώνονται για την επιλογή τους, αφού ο πιτσιρικάς έχει κάνει τους υπεύθυνους των ακαδημιών να τρίβουν με τα μάτια τους με αυτά που κάνει μέσα στο γήπεδο. Άλλωστε, δεν είναι τυχαίο που φοράει τη φανέλα με το νούμερο 10.

Η ομάδα **ΓΑΤΟΠΑΡΔΟΙ**

ΑΝΕΚΔΟΤΑ



Μόνο ο Chuck Norris ξέρει που είναι το FIAT όταν τον ρωτάς PUNTO!

Ο Τσακ Νόρρις είναι ο μόνος που έχει ασημένιο χρυσόψαρο.

Ο Τσακ Νόρρις κάνει κεφαλοκλείδωμα στον ακέφαλο καβαλάρη!

Ο Τσακ Νόρρις κάνει προσπέραση στο καρουζέλ.

Ο Τσακ Νόρρις είπε σε κάποιον να πάει να δει αν έρχεται, και όντως ερχότανε!

ΤΣΑΚ ΝΟΡΡΙΣ

Ο Τσακ Νόρις ξέρει πόσο κάνει εμμέσως πλην σαφώς.

Ήταν ο Τσακ Νόρρις και είπε:

- Έλα ντε!

Και ο ντε... ήρθε!

Οι άνθρωποι φοβούνται τον θάνατο. Ο Θάνατος φοβάται τον Τσακ Νόρρις.

Ο Τσακ Νόρρις φυτεύει χασίσι στο farmville, το πουλάει στο Mafia Wars και τα λεφτά τα παίζει στο roker.



ΚΑΙ ΜΕΡΙΚΕΣ ΑΠΟΡΙΕΣ...

Γιατί τα σπουδαία φαντάσματα δεν βγαίνουν την μέρα;

- Γιατί φοβούνται το φως της δημοσιότητας!

Πώς λέγεται το αμάξι που ανεβαίνει στο βουνό;

- Κάρ-βουνο!

Πώς λέγεται το αμάξι που ζει;

- Καρ-που-ζι!

Πώς λέγεται η γυναίκα που γεννάει τρία παιδιά;

- Γεννήτρια!

Τι είναι αυτό που είναι μαύρο και σε κυνηγάει συνέχεια από πίσω;

- Το μαύρο σου το χάλι!

Τι πετάει και βρωμάει;

- η "Μπεκά(λ)τσα" και ο "πελε-κλάνος"

Αφού το κολύμπι αδυνατίζει, τότε τι λάθος κάνουν οι φάλαινες;

Αν η Logo στιγμής κολλάει παντού, γιατί δεν κολλάει μέσα στο σωληνάριο;

