

# Ο ΑΤΤΙΚΟ΄

ΤΡΙΜΗΝΙΑΙΟ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ ΤΟΥ ΑΤΤΙΚΟΥ  
ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΟΥ ΚΑΙ ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΟΥ ΟΜΙΛΟΥ

ΜΑΡΝΗ 20 - ΑΘΗΝΑ 104 33 - ΤΗΛΕΦΩΝΟ 210 523 5149

ΙΔΙΟΚΤΗΤΗΣ: *«ΑΤΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ»*  
ΣΥΝΤΑΚΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ: *Ντόρα Λαΐνη - Μελίνα Σηφάκη*  
ΤΕΧΝΙΚΗ ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ: *Τρύφων Αναγνώστοπουλος*  
ΚΩΔΙΚΟΣ ΕΝΤΥΠΟΥ: *1063*  
ΣΤΟΙΧΕΙΟΘΕΣΙΑ: *L-PRESS, Ζαΐμη 40, τηλ. 210 8228258*  
ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΟ ΜΟΝΤΑΖ - ΦΙΛΜΟΓΡΑΦΗΣΗ: *70x100, Μαυροματαίων 2, τηλ. 210 8236335*



ΜΕΡΕΣ ΚΑΙ ΩΡΕΣ

ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ ΤΩΝ ΓΡΑΦΕΙΩΝ ΜΑΣ:

ΤΡΙΤΗ, ΤΕΤΑΡΤΗ, ΠΕΜΠΤΗ, ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ: 7<sup>ΕΩΣ</sup> 9 Μ.Μ.

Κάθε Πέμπτη τα Γραφεία του Συλλόγου μας θα είναι ανοικτά  
από τις 7.30 μ.μ. για τις καθιερωμένες μας συγκεντρώσεις.

Σας περιμένουμε

ΕΞΩΦΥΛΛΟ

Φωτογραφία:

Ντόρα ΛΑΪΝΗ

*Λουλουδιασμένη Νάξος*

ΕΣΩΦΥΛΛΑ

Τρύφων ΑΝΑΓΝΩΣΤΟΠΟΥΛΟΣ

*Ανοιξιάτικη συστάδα  
(μπροστά)*

*Λίμνη Τσιβλού  
(πίσω)*

### ΣΥΛΛΗΠΗΤΗΡΙΑ

Εκφράζουμε τη βαθιά μας θλίψη στον ΕΟΣ για τον άδικο χαμό των πέντε συντρόφων ορειβατών, που η αγάπη τους για το βουνό προδόθηκε σκληρά. Είθε αυτό να είναι το τελευταίο πλήγμα που δέχτηκε η ορειβατική οικογένεια.

Το Δ.Σ. και  
το Περιοδικό του  
ΑΤΤΙΚΟΥ  
εύχονται στα μέλη  
και στους φίλους  
του Συλλόγου  
ΚΑΛΟ ΠΑΣΧΑ  
και ΧΡΟΝΙΑ ΠΟΛΛΑ  
σ' όσους γιορτάζουν.



Θερμά συγχαρητήρια στο Φυσιολατρικό Σωματείο Πειραιώς ΖΗΝΩΝ για την ωραία εκδήλωσή τους που οργάνωσαν στα γραφεία τους στη μνήμη της Μαρίας Ιορδανίδου.

Ευχόμαστε πάντα επιτυχίες.

Με μεγάλη επιτυχία έγινε στη Δημοτική Πινακοθήκη Πειραιώς, η ομαδική Έκθεση Ζωγραφικής των μελών του αδελφού Σωματίου «ΟΔΟΠΟΡΙΚΟΣ».

Θερμά συγχαρητήρια και πάντα επιτυχίες.

Θερμά συγχαρητήρια στο Φυσιολατρικό Σωματείο «ΕΟΦ» για το χριστουγεννιάτικο παζάρι που διοργάνωσε στα γραφεία του από 15 έως 23/12/04 τα έσοδα του οποίου διατέθηκαν στο Λύκειο Ίδρυμα.

Την κοπή της πίτας του Συλλόγου μας που γιορτάστηκε στα γραφεία μας στις 14.1.05, τίμησε με την παρουσία του ο Πρόεδρος της ΟΕΣΕ και μέλος μας κ. Ανδρέας Αντωνόπουλος.

## ΓΥΡΩ ΑΠΟ ΤΟ ΠΑΣΧΑ

**Η** λέξη Πάσχα δεν προέρχεται από το ελληνικό ρήμα «πάσχω», αλλά από την εβραϊκή λέξη *peshah*, που σημαίνει διάβαση, πέραςμα, σε ανάμνηση της διάβασης της Ερυθράς θάλασσας από τους Εβραίους και της φυγής τους από την Αίγυπτο και κυρίως σε ανάμνηση του αγγέλου που περνούσε και σφράγιζε τα σπίτια τους με αίμα (Εξοδ. 12, 21-29). Αυτό ήταν το δικό τους Πάσχα (Νομικό Φάσκα). Οι Εβραίοι το Πάσχα τους το γιόρταζαν κάθε άνοιξη, σε τακτές ημερομηνίες, ανεξάρτητα ποια μέρα της βδομάδας τύχαινε, και πιο συγκεκριμένα από τις 15 ως τις 21 του Νισάν. Το εβραϊκό μνηολόγιο δεν ήταν πάντοτε σταθερό γιατί ήταν σεληνιακό\* και όχι ηλιακό, έχει δηλ. 354 ημέρες και όχι 365 που έχει το ηλιακό. Για να προσαρμοστεί λοιπόν το σεληνιακό στο ηλιακό μνηολόγιο και να γιορτάζεται το Πάσχα πάντα την άνοιξη, κάθε 19 χρόνια έπαιρνε επτά φορές ένα μήνα παραπάνω = δίσεκτο έτος. Έτσι ο μήνας Νισάν ή Αβείβ περιλάμβανε ημέρες των δικών μας μηνών Μαρτίου και, κυρίως, Απριλίου

Η 14 του Νισάν λεγόταν «πρώτη των αζύμων» (ετοίμαζαν τον άρτο χωρίς προζύμι που έτρωγαν το Πάσχα). Λεγόταν ακόμα και «νηστεία των πρωτοτόκων» γιατί νήστευαν τα πρωτότοκα παιδιά της οικογένειας.

Σύμφωνα με υπολογισμούς αστρονόμων και ιστορικών το 33μ.Χ. (783 από κτίσεως Ρώμης) ο Μυστικός Δείπνος, η Σταύρωση και η Ταφή του Χριστού έγιναν στις 14 Νισάν Πέμπτη 5 Απριλίου 6μ.μ. ως Παρασκευή 6 Απριλίου 6μ.μ. και η Ανάσταση στις 16 του Νισάν Σάββατο 7 Απριλίου 6μ.μ. έως Κυριακή 8 Απριλίου 6μ.μ. και μάλιστα προς τα ξημερώματα της

Κυριακής.

Κατά τα πρώτα χριστιανικά χρόνια επικράτησαν δύο τάσεις για τον εορτασμό του Πάσχα:

Οι εξ Ιουδαίων χριστιανοί, που ζούσαν κυρίως στην Παλαιστίνη, γιόρταζαν σαν ακίνητες γιορτές, σε τακτές ημερομηνίες δύο Πάσχα: 1)τη Σταύρωση του Κυρίου, (Σταυρώσιμο Πάσχα) το βράδι 14 προς 15 Νισάν οπότε και έτρωγαν αρνί. Στο δείπνο αυτό δινόταν χριστιανικό περιεχόμενο αφού ο Χριστός στην Καινή Διαθήκη χαρακτηρίζεται ως «Αμνός». 2) Την επομένη, 15 Νισάν, νήστευαν για τη Σταύρωση ενώ στις 16 γιόρταζαν την Ανάσταση, δηλ. το Αναστάσιμο Πάσχα.

Οι εξ Εθνών χριστιανοί, που στην πλειοψηφία τους ζούσαν εκτός Παλαιστίνης, γιόρταζαν σαν κινητή εορτή μονάχα το Αναστάσιμο Πάσχα την πρώτη Κυριακή μετά τις 14 Νισάν που συνέπιπτε με την πρώτη Κυριακή της εαρινής ισημερίας.

Για πολλά χρόνια ο εορτασμός του Πάσχα σε διαφορετικές ημέρες δεν προκαλούσε διαίρεση και οχίσματα αφού κάθε Εκκλησία βασιζόταν σε αποστολική παράδοση. Βέβαια, σύντομα έγιναν προσπάθειες για κοινό εορτασμό. Το πρόβλημα έλυσε η Α΄ Οικουμενική Σύνοδος (325) κατά την οποία αποφασίστηκε να καταργηθεί το Σταυρώσιμο Πάσχα και να γιορτάζεται μόνο το Αναστάσιμο την πρώτη Κυριακή μετά την πανσέληνο της εαρινής ισημερίας, με την προϋπόθεση να μην προεορτάζεται ούτε να συνεορτάζεται με το εβραϊκό Πάσχα

Επειδή το έτος 325 που έγινε η Α΄ Οικουμενική Σύνοδος η εαρινή πανσέληνος ήταν στις 21 Μαρτίου, η εκκλησία δέχτηκε την ημερομηνία αυτή του Ιουλιανού ημερολογίου σαν σταθερή ημερομηνία

«εκκλησιαστική ισημερίας» και με βάση αυτή έκανε τον υπολογισμό της ημερομηνίας του Πάσχα. Η παραπάνω ημερομηνία δεν είναι σήμερα πια σύμφωνη με τα αστρονομικά δεδομένα. αφού κάθε 127-128 χρόνια μετακινείται κατά μία ημέρα. Παρά την επινόηση του Γρηγοριανού ημερολογίου και την εισαγωγή του σε αρκετές αυτοκέφαλες ορθόδοξες εκκλησίες (η Ελληνική το εφάρμοσε από 10/23 Μαρτίου 1924), όλη η Ορθοδοξία συνέχισε να γιορτάζει το Πάσχα με το Ιουλιανό ημερολόγιο. Αντίθετα, οι Ρωμαιοκαθολικοί και οι Διαμαρτυρόμενοι ακολουθούν το Γρηγοριανό ημερολόγιο και υπολογίζουν την εαρινή ισημερία σύμφωνα με τα σύγχρονα στοιχεία, αδιαφορώντας αν πολλές φορές γιορτάζεται πριν ή ταυτόχρονα με το εβραϊκό Πάσχα, παραβαίνοντας έτσι την απόφαση της Α΄ Οικουμενικής Συνόδου.

Τόσο το Ιουλιανό όσο και το Γρηγοριανό ημερολόγια έχουν μειονεκτήματα ως προς τον ακριβή καθορισμό της εαρινής ισημερίας σε σχέση με τα νεώτερα πορίσματα της Αστρονομικής Επιστήμης. Έτσι,

οι ειδικοί επισημαίνουν πως αν δεν διορθωθεί περαιτέρω το σημερινό ημερολόγιο, θα φθάσουμε κάποτε να γιορτάζουμε το Πάσχα το καλοκαίρι ή και το χειμώνα! Για παράδειγμα: Το 15.283μ.Χ. το Πάσχα θα εορτάζεται με το Ιουλιανό ημερολόγιο στις 15 Απριλίου ενώ το πολιτικό Γρηγοριανό θα δείχνει 5 Αυγούστου και ακόμα χειρότερα το 33.811μ.Χ θα γιορτάζεται σύμφωνα με το Ιουλιανό στις 25 Απριλίου, ενώ το πολιτικό Γρηγοριανό θα δείχνει 25 Δεκεμβρίου! Γι αυτό σήμερα γίνονται παγχριστιανικές διασκέψεις για την καθιέρωση ενός κοινού Πάσχα απ' όλη τη χριστιανοσύνη (πάντοτε Κυριακή) και σαν τέτοια ημέρα έχει προταθεί η δεύτερη ή η Τρίτη Κυριακή του Απρίλη.

Αποσπάσματα από άρθρο του  
Σοφοκλή Δημητρακόπουλου  
στο περιοδικό «Ελεύθερη Γενιά»

*\* οι μήνες του σεληνιακού έτους υπολογίζονται με βάση το χρόνο περιφοράς της σελήνης γύρω από τη γη, ενώ το ηλιακό έτος υπολογίζεται με βάση την περιφορά της γης γύρω από τον ήλιο*

## ΤΑ ΠΑΣΧΑΛΙΝΑ ΑΥΓΑ

Το αυγό περικλείει εν σπέρματι μια ζωή, έχει μια ζωική δύναμη κι αυτή την έννοια έχουν και τα πασχαλινά αυγά που η δύναμή τους ενισχύεται τις ημέρες του Πάσχα παίρνοντας μια ιδιαίτερη σημασία και θεία χάρη. Όλα όμως τα αυγά δεν έχουν την ίδια χάρη,. Θαυμαστές ιδιότητες έχει κυρίως το πρώτο αυγό, το αυγό της Παναγίας, που θα βαφτεί και θα τοποθετηθεί στο εικονοστάσι του σπιτιού.

Το βάψιμο των αυγών γίνεται ακολουθώντας ορισμένη εθιμοτυπία, ανάλογα με τις περιοχές. Σε πολλά μέρη, είναι ορισμένος ο αριθμός των αυγών που θα βαφτούν καθώς και οι τρόποι και τα υλικά βαφής ( βάρτζι, κόκκινο ξύλο για τα κόκκινα, αμυγδαλόφυλλα για τα κίτρινα). Υπάρχουν μάλιστα και κάποιες δεισιδαιμονίες γύρω απ' τη βαφή: το δοχείο της βαφής πρέπει να είναι καινούργιο, η βαφή δεν πρέπει να βγει απ' το σπίτι, ούτε να κυθεί, κ.λ.π.

Εξαιρετικές ιδιότητες έχουν τα «ευαγγελισμένα αυγά» αυτά δηλαδή που στέλνονται στην εκκλησία για να λειτουργηθούν. Στη Σινώπη, όσα άτομα έχει το σπίτι τόσα αυγά βάφουν, συν ένα της Παναΐτσας. Τα βάζουν σ' ένα κουτί και τα πηγαίνουν στα Δώδεκα

Ευαγγέλια για να διαβαστούν. Τα βάζουν κάτω από την Αγία Τράπεζα, στο Ιερό, και τ' αφήνουν εκεί ως την Ανάσταση. Στη Δυτική Μακεδονία βάζουν τα αυγά την Μεγάλη Τετάρτη τα μεσάνυχτα. Το πρώτο αυγό που θα βαφτεί, το θάβουν στη πρώτη αυλακιά του χωραφιού εκεί που θα πρωταρχίσει να οργώνει το αλέτρι «για να 'ναι παστρικό το σιτάρι όπως και τ' αυγό» και για να 'ναι καλή η σοδειά. Στο Σοποτό των Καλαβρύτων τα αυγά που γεννιούνται τη Μεγάλη Πέμπτη τα πηγαίνουνε την ίδια μέρα στην εκκλησία να διαβαστούν και τα θάβουν πάλι την ίδια μέρα σταυρωτά στο αμπέλι.

Χωρίς κόκκινα αυγά, δεν νοείται Πάσχα. Γι' αυτό και η Μεγάλη Πέμπτη λέγεται Πέφτη ή Κοκκινοπέφτη.

## Η ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΠΟΙΗΣΗ ΓΙΑ ΤΟ ΠΑΣΧΑ

### Εσπερινός

Στο ρημαγμένο παρεκκλήσι  
Της άνοιξης το θείο κοντύλι  
Εικόνες έχει ζωγραφίσει  
Με τ' αγριολούλουδα τ' Απρίλη.

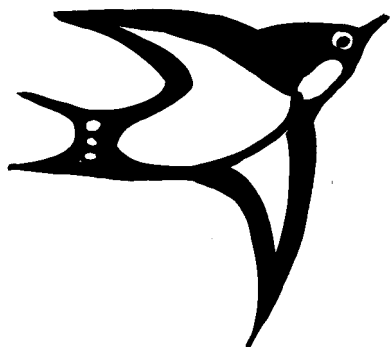


Ο ήλιος γέρνοντας στη δύση,  
Μπροστά στου ιερού τη πύλη  
Μπαίνει δειλά να προσκυνήσει  
Κι ανάφτει υπέρλαμπρο καντήλι



Σκορπάει γλυκιά μουσκοβολιά  
Δάφνη στον τοίχο ριζωμένη,  
- θυμίαμα, που καίει η πίστις -  
και μια χελιδονοφωλιά  
ψηλά στο νάρθηκα χτισμένη  
ψάλλει το «Δόξα εν Υψίστοις».

Γεώργιος Δροσίνης



### Η Ημέρα της Λαμπρής

Καθαρότατον ήλιο επρομνούσε  
της αυγής το δροσάτο, ύστερο αστέρι,  
σύγνεφο, καταχνιά δεν επερνούσε  
τ' ουρανού σε κανένα απ' τα μέρη.  
Κι από κει κινημένο αργοφυσούσε  
τόσο γλυκό στο πρόσωπο τ' αέρι,  
που λες και λέει μες της καρδιάς τα φύλλα  
γλυκιά η ζωή και ο θάνατος μαυρίλα.



Χριστός ανέστη! Νέοι, γέροι και κόρες,  
όλοι, μικροί μεγάλοι, ετοιμαστείτε.  
Μέσα στες εκκλησιές τες δαφνοφόρες  
με το φως της χαράς συμμαζωχτείτε.  
Ανοίξτε αγκαλιές ειρηνοφόρες  
ομπροστά στους Αγίους και φιληθείτε,  
φιληθείτε γλυκά χείλη με χείλη  
πέστε «Χριστός ανέστη», εχθροί και φίλοι.



Δάφνες εις κάθε πλάκα έχουν οι τάφοι  
και βρέφη ωραία στην αγκαλιά οι μανάδες.  
Γλυκόφωνα, κοιτώντας τες ζωγραφι-  
σμένες εικόνες, ψάλλουνε οι ψαλτάδες.  
Λάμπει τ' ασήμι, λάμπει το χρυσάφι  
από το φως που χύνουνε οι λαμπάδες.  
Κάθε πρόσωπο λάμπει απ' τ' αγιοκέρι  
όπου κρατούνε οι Χριστιανοί στο χέρι.

Διονύσιος Σολωμός

## ΠΡΩΤΟΜΑΓΙΑΤΙΚΟ ΠΑΣΧΑ ΣΤΗ ΣΚΟΠΕΛΟ

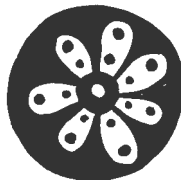
Ξενοδοχείο «ΡΗΓΑΣ» Β' Κατηγορίας  
Από τη Μεγάλη Πέμπτη έως την Τρίτη μετά το Πάσχα.  
(Αναλυτικό πρόγραμμα θα εκδοθεί στα μέσα Απριλίου)

### **Μην χάσετε την εκδρομή στο μαγευτικό Πολυλίμνιο Μεσσηνίας Από τις 18 -20 Ιουνίου.**

Το Πολυλίμνιο είναι ένα φαράγγι μήκους τριών περίπου χιλιομέτρων με καταρράκτες και αμόλυντα γαλαζοπράσινα νερά, μέσα σ' ένα παρθένο φυσικό περιβάλλον μοναδικής ομορφιάς. Ο μεγαλύτερος καταρράκτης του έχει ύψος 25 μ., και γεμίζει τους τυχερούς επισκέπτες δέος και θαυμασμό. Αυτήν την ομορφιά θα επισκεφθεί ο Αττικός το 3ήμερο του Αγίου Πνεύματος. Δηλώστε εγκαίρως συμμετοχή.

Το 2ήμερο 10-12 Ιουνίου, θα πραγματοποιηθεί μία ακόμα ενδιαφέρουσα εκδρομή -ορειβατική - στο φαράγγι της Ευρυτανίας «Πανταβρέχει». Το φαράγγι αυτό έχει πάρει την ονομασία του από τις συχνές βροχοπτώσεις και τα πολλά νερά του. Γι' αυτό και όσοι θα πάρουν μέρος, να είναι προετοιμασμένοι για τσαλαβούτημα στα νερά και άλλα απρόοπτα!

Για τους τοῖμηνρούς!



**Α Π Ρ Ι Λ Ι Ο Σ****ΜΟΝΗ ΚΕΡΝΙΤΣΑΣ - ΜΑΓΟΥΛΙΑΝΑ**

Κυριακή 3 Απριλίου

Αναχώρηση στις 8π.μ, με ενδιάμεση στάση, για τη Μονή Κερνίτσας όπου η ορειβατική ομάδα θα πραγματοποιήσει διάσχιση μέσα από ένα πανέμορφο δάσος και θα καταλήξει στο χωριό Μαγούλιανα (Διάρκεια πορείας 5 ώρες). Η υπόλοιπη ομάδα θα παραμείνει στο χωριό Μαγούλιανα. Επιστροφή γύρω στις 5μ.μ. με την επιστροφή των πεζοπόρων.

**ΤΡΙΚΑΛΑ ΚΟΡΙΝΘΙΑΣ- ΖΗΡΕΙΑ**

Κυριακή 10 Απριλίου

Αναχώρηση στις 8π.μ. για Άνω Τρίκαλα Κορινθίας με ενδιάμεση στάση. Η ορειβατική ομάδα θα πραγματοποιήσει ανάβαση στη Ζήρεια. Η τουριστική ομάδα θα παραμείνει στα Άνω Τρίκαλα για μικροδιαδρομές στη γύρω περιοχή. Αναχώρηση για Αθήνα με την επιστροφή των ορειβατών.

**Ε Κ Δ Η Λ Ω Σ Η**

Πέμπτη, 14 Απριλίου στις 8.30 μ.μ. στο Σύλλογο

Παρουσίαση της Ντόρας Λαϊνη με θέμα:

«Σοβιετική Κοινωνική Ποίηση- Βλαντιμίρ Μαγιακόβσκι»

**ΣΠΗΛΑΙΑ ΛΙΜΝΩΝ-ΠΛΑΝΗΤΕΡΟ-ΤΟΥΡΛΙΔΑ**

Κυριακή 17 Απριλίου

Αναχώρηση στις 7.30π.μ. για Σπήλαια των Λιμνών, με ενδιάμεση στάση. Η Πεζοπορική ομάδα θα προωθηθεί στο Πλανητέρο απ' όπου θα πάρει το διεθνές μονοπάτι E4. Η τουριστική ομάδα, μετά την περιήγηση των σπηλαίων θα μεταβεί στο Πλανητέρο. Το απόγευμα θα παραλάβουμε την πεζοπορική ομάδα από την Τουρλίδα και θα επιστρέψουμε στην Αθήνα.

**ΚΕΛΑΡΙΑ-ΠΑΡΝΑΣΣΟΥ- ΠΟΛΥΔΡΟΣΟΣ**

Κυριακή 24 Απριλίου

Αναχώρηση στις 8.00π.μ. για τον Παρνασσό-Κελάρια, με ενδιάμεση στάση. Από εκεί, θα πραγματοποιηθεί πορεία με τελική κατεύθυνση το χωριό Πολύδροσος (διάρκεια πορείας: 4 ώρες). Οι πεζοπόροι θα πρέπει να έχουν μαζί τους φαγητό. Η υπόλοιπη ομάδα θα παραμείνει στο χωριό για κοντινές διαδρομές και φαγητό.

**Μ Α Ι Ο Σ****ΠΑΣΧΑ ΣΤΗ ΣΚΟΠΕΛΟ**

Αναχώρηση Μεγάλη Πέμπτη - Επιστροφή Τρίτη μετά το Πάσχα.  
Πληροφορίες στο Σύλλογο.

**ΚΑΝΑΚΙΑ-ΛΑΜΠΡΙΝΟ**

Κυριακή 8 Μαΐου

(Πεζοπορική -Τουριστική)

Αναχώρηση στις 8.30 π.μ. για Νέα Πέραμο απ' όπου θα περάσουμε στη Φανερωμένη με το F/B/ Επίσκεψη της Μονής και μετάβαση στο Αιάντειο. Η πεζοπορική ομάδα θα επιχειρήσει διάνοιξη και σηματοδότηση με μπογιά της διαδρομής Λαμπρινό-Κανάκια και στη συνέχεια θα συναντηθεί με την τουριστική. Το απόγευμα επιστροφή στην Αθήνα από τα Παλούκια.

**Ε Κ Δ Η Λ Ω Σ Η**

Πέμπτη 12 Μαΐου στις 8.30 μ.μ. στο Σύλλογο. [ΕΠΑΝΑΛΗΨΗ]

Μετά από παράκληση μελών που δεν είχαν παρευρεθεί θα επαναληφθεί η παρουσίαση της Ντόρας Λαϊνη / Τρύφωνα Αναγνωστόπουλου με θέμα: «Πέντε αιώνες - Από το Ρωμαίος και Ιουλιέτα στο West Side Story”.

**ΡΟΙΝΟ- ΚΑΡΔΑΡΑΣ**

Κυριακή 15 Μαΐου

Αναχώρηση στις 8π.μ. για το Ροϊνό Αρκαδίας όπου η ορειβατική ομάδα θα πραγματοποιήσει ανάβαση στο Μαϊναλο με κατάβαση στο χωριό Καρδαράς (διάρκεια πορείας: 5 ώρες). Η υπόλοιπη ομάδα θα παραμείνει στο χωριό Καρδαράς. Το απόγευμα, μετά την επιστροφή των ορειβατών, επιστροφή στην Αθήνα.

**ΚΕΡΑΣΟΡΕΜΑ ΕΥΒΟΙΑΣ**

Κυριακή 22 Μαΐου

(Πεζοπορική -Τουριστική)

Αναχώρηση στις 8.00π.μ. Ανάβαση από Στενή προς Διάσελο, Στρώπωνες και Ξεροβού- νι. Πορεία προς Ξεροβούνι και κατάβαση μέσα από το Κερασόρεμα μέχρι τη Στενή. Η τουριστική ομάδα θα κάνει περιπάτους στη Στενή. Το απόγευμα επιστροφή στην Αθήνα.

**ΜΕΣΟΡΟΥΓΚΙ-ΒΡΥΣΗ ΤΗΣ ΓΚΟΛΦΩΣ**

Κυριακή 29 Μαΐου

Αναχώρηση στις 8.00 για Περιστέρα με ενδιαμέσση στάση. Η πεζοπορική ομάδα θα πραγματοποιήσει πορεία από το χωριό Μεσορούγκι προς τη Βρύση της Γκόλφως. Όσοι δεν θέλουν να πεζοπορήσουν θα μεταβούν στη Ζαρούχλα για μικροδιαδρομές στην γύρω περιοχή. Με την επιστροφή των πεζοπόρων, αναχώρηση για την Αθήνα.



**Ι Ο Υ Ν Ι Ο Σ**

Κυριακή 5 Ιουνίου

Απονομή βραβείων από Ο.Ε.Σ.Ε στα Σωματεία που πήραν μέρος στην Αφή των Πυρών. Η εκδήλωση θα πραγματοποιηθεί στη Πάρνηθα (Μόλα). Μετά το τέλος της τελετής και ανάλογα με το διαθέσιμο χρόνο θα πραγματοποιηθεί κάποια από τις πορείες.

**ΦΑΡΑΓΓΙ ΠΑΝΤΑΒΡΕΧΕΙ ΕΥΡΥΤΑΝΙΑΣ**

10 - 12 Ιουνίου

(Ορειβατική)

Αναχώρηση στις 5μ.μ. για Καρπενήσι και διανυκτέρευση. Το Σάββατο πεζοπορία στο φαράγγι «Πανταβρέχει». Κυριακή επιστροφή στην Αθήνα. Για περισσότερες πληροφορίες και αναλυτικό πρόγραμμα, απευθυνθείτε στο Σύλλογο.

**ΠΟΛΥΛΙΜΝΙΟ- ΧΑΡΑΥΓΗ**

ΑΓΙΟΥ ΠΝΕΥΜΑΤΟΣ 18 - 19 - 20 Ιουνίου

(Υδάτινη Αποκάλυψη)

Πεζοπορική - Τουριστική

Πληροφορίες στο Σύλλογο-Θα εκδοθεί αναλυτικό πρόγραμμα.

**Υ Δ Ρ Α**

Κυριακή 26 Ιουνίου

(Τουριστική)

Πληροφορίες στο Σύλλογο.

**Ι Ο Υ Λ Ι Ο Σ****Τ Ρ Α Π Ε Ζ Α Α Ι Γ Ι Ο Υ**

Κυριακή 3 Ιουλίου

(Τουριστική)

Αναχώρηση στις 8.00π.μ. για την Τράπεζα Αιγίου με ενδιάμεση στάση. Παραμονή στο χωριό και μπάνιο στην ωραία παραλία. Το απόγευμα επιστροφή στην Αθήνα.

**ΑΡΧΑΙΑ ΕΠΙΔΑΥΡΟΣ**

Διήμερη-Διανυκτέρευση στο ξενοδοχείο «ΠΛΑΚΑ»

Θα ανακοινωθεί εν καιρώ η ακριβής ημερομηνία και η παράσταση που θα παρακολουθήσουμε.

## ΕΚΔΡΟΜΕΣ

Λόγω των ακραίων καιρικών φαινομένων, ορισμένες από τις προγραμματισμένες εκδρομές Ιανουαρίου-Φεβρουαρίου ματαιώθηκαν, όπως στον Όσιο Λουκά, Μονή Ιερουσαλήμ, Φαράγγι Αγάλης, Κίρφη. Περιοριστήκαμε, όποτε η συμμετοχή το επέτρεπε, σε κοντινότερες και λιγότερο επικίνδυνες διαδρομές.

**Ελπίζουμε από δω και πέρα να αποζημιωθούμε.**

## ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ

Αντίθετα, οι προγραμματισμένες στα γραφεία μας εκδηλώσεις έγιναν όλες με επιτυχία.

Στις 14 του Γενάρη, κόψαμε την πίτα μας στην Αίθουσά μας, και ακολούθησε φαγοπότι και χορός.

Στις 20 Ιανουαρίου, σε στενή -λόγω καιρού- συγκέντρωση έγινε η παρουσίαση, από τον **κ. Δημήτρη Μαλακάση**, του μονόπρακτου του Σκούρτη «η Πάλη». Ακολούθησε συζήτηση πάνω στο έργο. Μακάρι να μπορούσαμε να καθιερώσουμε, ανεπίσημα, ορισμένες Πέμπτες σαν «ποιητικές βραδιές» όπου καθένας θα μπορεί να παρουσιάσει ένα έργο της αρεσκείας του, το οποίο στη συνέχεια θα σχολιάζουμε. Παρακαλούμε, όποιος θέλει ας κάνει την αρχή. Θα είναι ένας τρόπος να ξαναθυμηθούμε τις συγκεντρώσεις της Πέμπτης που έχουν ατονήσει, αν όχι ξεχαστεί.

Στις 17 Φεβρουαρίου, ο **κ. Τρύφων Αναγνωστόπουλος** μας μάγεψε με τη βιντεοπροβολή πάνω στις δραστηριότητες του Συλλόγου για το χρόνο που πέρασε. Όχι όλες βέβαια. Τις υπόλοιπες υποσχέθηκε να μας τις ετοιμάσει για το φθινόπωρο. Η δουλειά του Τρύφωνα Αναγνωστόπουλου είναι γνωστή για την αρτιότητά της. Αυτό που την χαρακτηρίζει είναι το δέσιμο της εικόνας του με τη μουσική, η ικανότητά του να αποτυπώνει στιγμές και στοιχεία μοναδικά, είτε στη φύση, είτε στις κινήσεις και τα πρόσωπα των ανθρώπων και όλα αυτά με πολλή ευαισθησία, τρυφερότητα και χιούμορ. Τον ευχαριστούμε και περιμένουμε τη συνέχεια.

Στις 17 Μαρτίου, ο αγαπητός μας **Ευάγγελος Θωμαδάκης**, μάς καθήλωσε με την εμπεριστατωμένη ομιλία του πάνω στον Ιουλιανό τον Παραβάτη. Το θέμα δύσκολο, η προσωπικότητα του Ιουλιανού αμφιλεγόμενη, όμως ο ομιλητής, καλά διαβασμένος και κατατοπισμένος, το χειρίστηκε με άνεση. Τον ευχαριστούμε και περιμένουμε κι' άλλα.

Ο καθιερωμένος αποκρίατικός χορός του Αττικού έγινε στο Holiday Inn και είχε όπως πάντα επιτυχία.

Το 3ήμερο της Καθαράς Δευτέρας κύλησε με γλέντι, χορό και εκδρομές στην Πάτρα, στη Ναύπακτο και στη Στυμφαλία. Το βράδυ του Σαββάτου, στο μπαλ μασκέ του ξενοδοχείου, ο Ατικός, πιστός στην παράδοση που ακολουθεί εδώ και κάμποσα χρόνια, κέρδισε τρία από τα τέσσερα βραβεία καλύτερης αμφίσεως και χορού που δόθηκαν. Το πρώτο το πήρε η Κα Χριστίνα Πριάκου, το δεύτερο το ντούο **Μελίνα Σηφάκη / Μπίτσου Παραπονιάρη** και το 4ο το ντούο **Έμυ Αλεξάκου / Ντόρα Λαϊνή**.



Ηρωϊκές “Αττικίνες” στο χορό του Ζαλόγγου

Φωτογρ. Μαρίνα Τόλη



Αποκριάτικες εμφανίσεις



Φωτογρ. Τρύφων Αναγνωστόπουλος



Πιάσαμε κολωνάκι!!!

Φωτογρ. Αλίκη Ζαλώνη



Από την Ακροκόρινθο Καθαροδευτέρα 2005

Φωτογρ. Τρύφων Αναγνωστόπουλος

## Απόηχος των Ολυμπιακών Απολογία στο λαό της Ελλάδας

**Α**ΘΗΝΑ- Οι Έλληνες θα μπορούσαν να μας μπνύσουν για συκοφαντική δυσφήμιση. Θα μπορούσαν να ζητήσουν από τους επικριτές τους να απολογηθούν. Αντ' αυτών, σπκώνουν αδιάφορα τους ώμους και παραγγέλλουν ακόμα έναν «φραπέ». Οι Ολυμπιακοί τους πάνε μια χαρά. Ακριβώς όπως τους περίμεναν. Στο κάτω κάτω αυτοί τους εφεύραν. Για χρόνια, ακούγαμε πόσο κακοί θα ήταν αυτοί οι Ολυμπιακοί, πόσο επικίνδυνοι, πόσο ατελείς, πόσο βεβηρημένοι από το κυκλοφοριακό και τη ρύπανση. Μερικοί από τους πρώτους παρατηρητές, λίγες μέρες πριν από την έναρξη, έφεραν τον κατακλυσμό. Καμιά γιορταστική ατμόσφαιρα. Καθόλου κόσμος. Και ω! της φρίκης. Τα εισιτήρια για την Γυμναστική ήταν απούλητα.

Οι προβλέψεις αυτές αποδείχτηκαν αστείες. Δεν μπορεί κανείς να κρίνει τους Ολυμπιακούς πριν ακόμα αρχίσουν. Και στην πραγματικότητα, οι Ολυμπιακοί της Αθήνας δεν άρχισαν παρά την Παρασκευή όταν οι χώροι και τα στάδια μπήκαν μπροστά. Η Ολυμπιακή ατμόσφαιρα δημιουργήθηκε από τις 160,000 ανθρώπους που συρρέανε καθημερινά στους αγώνες. Κι αυτό μπορεί να γίνει μόνο όταν αρχίσουν οι αγώνες. Μέχρι τότε οι αγωνιστικοί χώροι φαίνονταν έρημοι, έστω και με τις 30,000 που δούλευαν μέσα σ' αυτούς.

Το Σάββατο βράδυ οι κερκίδες του Ολυμπιακού Σταδίου είχαν γεμίσει με κυματιστές γαλανόλευκες σημαίες και κόσμο που ζητωκραύγαζε. Οι ιαχές του πλήθους γέμιζαν την Αθηναϊκή νύχτα. Κανείς δεν θα μπορούσε να ισχυριστεί έλλειψη ατμόσφαιρας.

Μέχρι στιγμής, απ' αυτή την άποψη οι Ολυμπιακοί της Αθήνας έχουν μεγάλη επιτυχία. Και όχι γιατί εγώ έχω χαμπλώσει τον προσωπικό μου πήχυ - είχα θέσει σαν στόχο μου απλά να γυρίσω στην πατρίδα μου σώα και αρτιμελής!. Είχα ορκιστεί να μην μεμψιμοιρήσω για καθυστερημένα λεωφορεία ή καύσωνα.

Σήμερα, είμαι ακόμα ζωντανή και νοιώθω ντροπή για τους φόβους μου. Τα μέτρα ύψιστης ασφάλειας είναι ορατά αλλά όχι καταπιεστικά. Η τρομολαγνεία διαλύθηκε μέσα στη χαρούμενη Ολυμπιακή ατμόσφαιρα όπου Καναδοί οπαδοί φορώντας χλαμύδες και στεφανωμένοι με κλάδους ελιάς περιφέρονται πίνοντας μπύρα ΜΥΘΟΣ. Οι Ολυμπιακοί δεν τέλειωσαν ακόμη αλλά μέχρι τώρα η Αθήνα νοιώθει απόλυτα ασφαλής.

Ούτε παράπονα ακούγονται πολλά. Τα λεωφορεία έρχονται στην ώρα τους. Τα ταξί είναι φθηνά. Τα τηλέφωνα λειτουργούν. Ακόμα κι ο καιρός συνεργάστηκε με μια ανώτατη θερμοκρασία 35ο στη διάρκεια της ημέρας και όχι τα 40άρια που είχαν προβλεφθεί.

Είναι τόσο καλοί αυτοί οι Ολυμπιακοί όσο και του Σύντνεϋ που είχαν αποσπάσει ενθουσιώδη σχόλια; Μπορώ να πω, μέχρι στιγμής, ότι δεν υστερούν πολύ. (ούτε και στο Σύντνεϋ η γυμναστική είχε εξαντλήσει τα εισιτήριά της. Φαίνεται πως μόνο οι Αμερικανοί ξετρελαίνονται για τα «προκάτ» νεραϊδοκόριτσα της ενόργανης γυμναστικής.

Ίσως το σκηνικό στο Ντάρλινγκ Χάρμπορ να ήταν εκπληκτικό αλλά και τα κοσμοπλημμυρισμένα καφεनेία της Πλάκας, στη σκιά της Ακρόπολης, είναι εξ ίσου συναρπαστικά.

Είναι αυτοί οι Ολυμπιακοί τόσο καλοί όσο της Βαρκελώνης; Δεν βρίσκονται πολύ πίσω και τους ξεπέρασαν σε πωλήσεις εισιτηρίων.

Και πώς συγκρίνονται με της Ατλάντας; Καμία σύγκριση. Οι Ηνωμένες Πολιτείες φιλοξένησαν τους χειρότερους Ολυμπιακούς της σύγχρονης σούπερ-Αγωνιστικής εποχής.

Όλα όσα ο κόσμος είχε φοβηθεί πως θα συνέβαιναν εδώ στην Αθήνα, συνέβησαν στην Ατλάντα: βομβιστική ενέργεια, καθυστερήσεις λεωφορείων, κακή λειτουργία των υπολογιστών, αποπνικτικός καιρός, πλήθη κόσμου που ασφυκτιούσαν. Η Ελλάδα, η μικρότερη χώρα που φιλοξένησε Ολυμπιακούς μέσα στα 52 χρόνια, και από τις φτωχότερες χώρες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ξεπέρασε την υπερδύναμη του κόσμου!

Το Σάββατο, η Αθήνα γέμισε θορύβους και ζωή. Το λειτουργικότατο νέο μετρό γέμισε με θεατές. Μέσα στον Ολυμπιακό χώρο είχαν εξαντληθεί τα εισιτήρια για κάθε αγώνισμα εκτός από το τραμπολίνο (και ποιός, άραγε, θα κατηγορήσει τους Αθηναίους γιατί δεν στήριξαν το τραμπολίνο;)

Την Παρασκευή, 244,144 θεατές πήγαν σε 47 αγώνισματα. Οι πωλήσεις εισιτηρίων έφθασαν τα 3.2 εκατ.- κοντά στο

στόχο των 3.4. εκατ. κι ακόμα οι αγώνες δεν τελειώσανε.

Όχι μόνο υποτιμήσαμε του Έλληνες, αλλά κακολογήσαμε και την πόλη τους. Για όσους την επισκέπονται για πρώτη φορά, η Αθήνα αποτελεί μια θαυμάσια έκπληξη. Ναι, είναι πολυάνθρωπη και με κακό σχεδιασμό. Αλλά προσφέρει εκπληκτικά ιστορικά μνημεία σε κάθε σχεδόν γωνιά της, ρεστοράν και μπαράκια που είναι ανοιχτά μέχρι το πρωί και έναν θαυμάσιο, χαριτωμένο και φιλόξενο λαό. Η παραλία του Σαρωνικού Κόλπου είναι υπέροχη. Το καινούργιο τραμ την διατρέπει κατά μήκος και το Σάββατο μεταφέρει θεατές των αγώνων και λουόμενους μαζί. Οι παραλίες σφύζουν από ντόπιους και ξένους που πλατσουρίζουν μέσα στα αστραφτερά νερά του κόλπου.

Οι οκτώ πρώτες μέρες ήταν επιτυχημένες. Ομολόγησα στον οδηγό του ταξί μου πόσο είχα εντυπωσιαστεί με τους Ολυμπιακούς της Αθήνας. «Φυσικά» μου απάντησε χαμογελώντας. «Τι περιμένατε από τον λαό που τους γέννησε;»

**Ann Killion**

**Mercury News του Σαν Χοσέ**

**Μετάφραση: Ντόρα Λαϊνή**

## Ενδιαφέρουσα ανακοίνωση

Στον Εισαγγελέα Πλημμελειοδικών Μεσολογγίου υποβλήθηκε μνυτήρια αναφορά του Πρωτοψάλτη Θεοδώρου Ακρίδα κατά της Δόμνας Σαμίου για το περιεχόμενο μουσικής εκπομπής της στην τηλεόραση με θέμα «τολμηρά» αποκριάτικα παραδοσιακά τραγούδια! Ο Οποίος Ακρίδας «αισχύνεται, θλίβεται, αγωνιά, αγανακτεί και εξοργίζεται με αυτά τα αποτρόπαια φαινόμενα» που θεωρεί «σκληρότατο ακουστικό πορνό!»

Αττικοί - φίλοι και μέλη του Αττικού - κουμπωθείτε! Ξεχάστε τη «θεία Νικολάκαινα» και το «βυζαντινό της το σταυρό», γιατί θα μας πάνε στον κυρ Εισαγγελέα !

# ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΑΝΔΡΩΝ ΠΡΟΣ ΓΥΝΑΙΚΕΣ

(Στο επόμενο τεύχος, οι συμβουλές γυναικών προς άνδρες ...)

- ▶ Τα ψώνια δεν είναι σπορ. Εμείς, ποτέ δεν θα τα εκλάβουμε σαν κάτι τέτοιο.
- ▶ Έχετε πολλά ρούχα και πάρα πολλά παπούτσια. Όταν πρόκειται να πάμε κάπου, ότι και να φοράτε μας αρέσει. Αλήθεια λέμε.
- ▶ Το γυναικείο στήθος είναι για κοίταγμα και αυτό κάνουμε. Μην προσπαθείτε να μας αλλάξετε αυτή τη συνήθεια
- ▶ Το κλάμα είναι εκβιασμός.
- ▶ Να ζητάτε καθαρά αυτό που θέλετε, και για να είμαστε σαφείς:
  - Οι ψιλο-υπαινιγμοί δεν πιάνουν!
  - Ούτε οι χοντρο-υπαινιγμοί!
  - Ούτε οι φανεροί!
- ▶ Το «Ναι και το «Όχι» είναι απολύτως αποδεκτές απαντήσεις για κάθε ερώτηση. Δεν χρειάζονται τα «ίσως» και οι υπεκφυγές.
- ▶ Να μας μεταφέρετε το πρόβλημά σας μόνο αν θέλετε να σας το λύσουμε - αυτό το μπορούμε. Η συμπόνια είναι για τις φίλες σας.
- ▶ Ένας πονοκέφαλος που κρατάει 17 μήνες αποτελεί πρόβλημα που θα το λύσει μόνον ο γιατρός σας.
- ▶ Οτιδήποτε έχει ειπωθεί πριν 6 μήνες δεν αποτελεί αποδεκτό επιχείρημα για την υπόλοιπη ζωή.... Όλα τα σχόλια μηδενίζονται και ακυρώνονται μετά τη παρέλευση 7 ημερών.  
 Αν νομίζετε ότι είστε παχιά, μάλλον θα είστε. Μην ρωτάτε λοιπόν εμάς.
- ▶ Μπορείτε να μας ζητήσετε να κάνουμε κάτι ή να μας πείτε με ποιο τρόπο θέλετε να κάνουμε κάτι. Ποτέ και τα δυο μαζί. Αν πάλι ξέρετε πώς να το κάνετε εσείς καλύτερα, κάντε το μόνες σας.
- ▶ Κατά το δυνατό, να λέτε ό,τι έχετε να μας πείτε, στη διάρκεια των διαφημίσεων και κυρίως όχι όταν παίζει η ομάδα μας.
- ▶ Αν σας ρωτήσουμε «τι τρέχει» και απαντήσετε «τίποτα» τότε κι εμείς θα ενεργήσουμε σα να μην τρέχει τίποτα. Ξέρουμε πως λέτε ψέματα, αλλά έτσι αποφεύγουμε τις κακοτοπιές.
- ▶ Αν κάνετε κάποια ερώτηση της οποίας την απάντηση δεν θέλετε να ακούσετε, τότε να περιμένετε ότι θα ακούσετε μια απάντηση που δε θα σας αρέσει.

**Ευχαριστούμε που μας διαβάσατε. Τώρα ξέρουμε πως θα πρέπει να τη «βγάλουμε» στον καναπέ. Δεν μας πειράζει όμως. Θα μας θυμίσει λίγο την κατασκηνωτική μας ζωή !!**

(Από “σερφάρισμά” μας στο Internet)

## ΜΑΝΤΕΨΤΕ ΠΟΙΟΣ ΕΙΝΑΙ

Οκτώ και τρία λεπτά, το πούλμαν περιμένει  
Με μηχανή αναμμένη.  
Ο κόσμος αναδεύεται και σαν ν' ανησυχεί  
Θα ρθεί ή δεν θα ρθεί;



Και ξαφνικά μια ιαχή. Έρχεται, Νάτος!  
Ασθμαίνων και τρεχάτος.  
Χαρούμενοι σε χειροκρότημα ξεσπάμε.  
Πάλι μας έσπασε, κι όμως εμείς  
Πολύ τον αγαπάμε

## ΜΑΝΤΕΨΤΕ ΠΟΙΟΣ ΕΙΝΑΙ

