

Κοίτα ψηλά

Περιοδική Έκδοση των Νέων του Λυκείου της Κατακόμβης

Εύστομος, Δεκέμβριος 2009, Αρ. Φύλλου 16



**ΘΕΑΤΡΟ PLAYBACK
ΜΟΥΣΙΚΗ ΚΑΙ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ
ΜΑΡΙΑ ΝΤΑΝΟΥ: ΟΠΩΣ ΛΕΜΕ ΣΚΙ
COMPUTATIONAL INTELLIGENCE
Μ. ΡΙΑΒΟΓΛΟΥ: ΧΡΥΣΗ ΕΙΔΙΚΗ ΟΛΥΜΠΙΟΝΙΚΗΣ**

Με οδηγό 200 σ' αγαπώ...

Αγάπη! Όλοι λαχταρούν την αγάπη και πικραίνονται από την έλλειψή της. Είναι όντως η μεγάλη πλήρωση της ύπαρξης αλλά μόνο όταν πρόκειται για την αγάπη που δίνεις. Όσο και αν αγαπήσαι, το ανικανοποίητο θα επιμένει ζοφώδες στην καρδιά. Γεμίζουμε μόνο με την αγάπη που εμείς δίνουμε, κάθε είδους αγάπη: έξυπνη, εφευρετική, θερμή, πολυμήχανη, απίθανη, αναπάντεχη σε κάθε άνθρωπο και πλάσμα του Θεού. Αυτή την ανάγκη έρχεται να καλύψει το έργο «200 σ'αγαπώ» του Ιωσήφ Αγαπητού με μικρές ιστορίες, παραθυράκια της ποικιλότητας της αγάπης.

ΡΕΚΟΡ ΑΓΑΠΗΣ!

Ο Αθηναίος αιμοδότης Δ.Σ. σε διάστημα 26 χρόνων προσέφερε δωρεάν 164 κιλά και 600 γραμμάρια αίμα, σώζοντας έτσι εκατοντάδες ανθρώπους.

Ο φτερωτός άνθρωπος

Έτσι αποκαλούν τον κ. Παναγιώτη που διαθέτει τον εαυτό του και το αυτοκίνητό του για να μεταφέρουν φιλάνθρωπες κυρίες τα δώρα της αγάπης τους (τρόφιμα, ρούχα κλπ.) σε διάφορα φτωχά σπίτια. Από το Καλαμάκι έως τα Λιόσια κι από τη Γλυφάδα και τη Βούλα ως την Πεντέλη και μακρύτερα ακόμα φτάνει το φτερωτό Ι.Χ. Να, λοιπόν, που υπάρχουν και άνθρωποι με φτερά - συνάδελφοι των αγγέλων!

ΔΥΟ ΠΑΛΙΚΑΡΙΑ ΤΗΣ ΑΓΑΠΗΣ.

Έπεφτε ένας κορμός πελώριας λεύκας πάνω σε έναν εργάτη και θα τον σκότωνε σε λίγο... μα ένα παλικάρι έτρεξε και έβαλε το κορμί του να σώσει τον αδελφό του Χριστού. Και τον έσωσε. Όμως έμεινε παράλυτος από τη μέση και κάτω ο σωτήρας - το παλικάρι της αγάπης. Ήταν ανάγκη τώρα να μεταφερθεί στη Αγγλία ο ανάπηρος ήρωας για εγχείρηση. Έγινε έκκληση να βρεθεί το ποσό. Και τότε ένα δεύτερο παλικάρι της αγάπης - ένας πλοίαρχος του Εμπορικού Ναυτικού - τηλεγράφησε από το πλοίο του: <<Στην διάθεση του παλικαριού της αγάπης δύο αεροπορικά εισιτήρια για την Αγγλία και 5.000 χιλιάδες δολάρια>>. Ζήτω και στα δύο παλικάρια της αγάπης!

Κοίτα Ψηλά 2

90 ΦΥΛΑΚΙΣΜΕΝΟΙ ΓΙΑ ΕΝΑ ΜΩΡΟ...

Να και μια είδηση ασυνήθιστη. Το περιστατικό συνέβη στην Γαλλία και δείχνει τη δύναμη της αγάπης που συναντάει κανείς και εκεί που δεν το φαντάζεται. Πολλές οι εκκλησίες για βοήθεια σε αναξιοπαθούντες. Συχνές και οι ανταποκρίσεις της φιλανθρωπίας. Πρόθυμη όμως ανταπόκριση από φυλακισμένους δεν είναι από τα συνηθισμένα. Πρόωρα γεννημένο και τυφλό ήταν το αγοράκι. Μόνη ελπίδα να βρει τη όρασή του ήταν μια χειρουργική επέμβαση στην Αμερική. Ένας κρατούμενος των φυλακών άκουσε το πρωί την έκκληση από το ραδιόφωνο για βοήθεια.

Αποφάσισε να συμπαρασταθεί μαζί με τους συγκρατούμενους του. Τους κινητοποίησε. Μεσολαβητικό ρόλο ανάμεσα σ' αυτούς και το διευθυντή έπαιξε ο εφημέριος των φυλακών. Από τους 90 φυλακισμένους μαζεύτηκε το απαιτούμενο ποσό. Ήταν μια συμβολή όχι ασήμαντη. Η εγχείρηση έγινε σε νοσοκομείο της Βοστώνης. Τα αποτελέσματα ενθαρρυντικά. Για το παιδάκι υπάρχουν ελπίδες να δει μια μέρα τους γονείς του, χάρις στη γενναιοδωρία των φυλακισμένων

Έτσι λοιπόν βλέπουμε πως υπάρχουν άνθρωποι που αγαπούν τον πλησίον τους με όλη την έννοια της λέξης, δείχνοντας την έμπρακτα. Ας ανοίξουμε τα μάτια μας και ας βάλουμε κι εμείς το λιθαράκι μας στην αλυσίδα της αγάπης έχοντας οδηγό 200 σ' αγαπώ, 2.000 σ' αγαπώ, 20.000 σ' αγαπώ, 200.000 σ' αγαπώ, 2.000.000 σ' αγαπώ... άπειρα!

Μαρία Ριαβόγλου, η χρυσή Ειδική Ολυμπιονίκης από τον Εύοσμο!



Την Μαρία Ριαβόγλου τη γνωρίσαμε στις κατασκηνώσεις «Άξιον Εστί». Μας κέρδισε από την πρώτη στιγμή... Είναι ένας καταπληκτικός άνθρωπος! Γεμάτη δύναμη και θέληση για ζωή! Συμμετέχει πάντα ενεργά σε όλες τις δραστηριότητες της κατασκηνωσης. Είναι ένας νέος άνθρωπος όπως όλοι μας!

Στους Ειδικούς Παραολυμπιακούς αγώνες του 2010 κέρδισε το χρυσό μετάλλιο στη σφαιροβολία! Συγχαρητήρια, Μαρία!!!

_Πότε συμμετείχες πρώτη φορά στους Παραολυμπιακούς αγώνες;

_Το 2006 στην Αθήνα. Πήρα το χρυσό μετάλλιο στην σφαιροβολία. Το αργυρό το πήρε η Κινέζα αθλήτρια και το χάλκινο η Ισπανίδα.

_Προπονείσαι τακτικά;

_Ναι, τρεις φορές την εβδομάδα στις εγκαταστάσεις του σχολείου μου. Προς το παρόν δεν έχουμε αρχίσει τις προπονήσεις για φέτος. Θα αρχίσουμε από τον Ιανουάριο για να είμαστε έτοιμοι για τους επόμενους Παραολυμπιακούς.

_Με τι άλλο ασχολείσαι;

_Εκτός από τον αθλητισμό, ασχολούμαι στο σχολείο με το κέντημα χαλιών που είναι διακοσμητικά για τους τοίχους. Επίσης, συμμετέχω και στην χορωδία του σχολείου!

_Σου αρέσουν οι ενασχολήσεις αυτές;

_Πάρα πολύ! Είναι το χόμπι μου! Το προτείνω σε όλους!

_Ευχόμαστε στη Μαρία καλή επιτυχία στους επόμενους Παραολυμπιακούς αγώνες! Είμαστε σίγουροι ότι θα μας κάνει για ακόμη μια φορά περήφανους!!!



Η Εξελικτική Νοημοσύνη: Μία ευκαιρία συνάντησης με τον Θεό.

Η φύση έχει να μας διδάξει πολλά και χρειάζεται την φροντίδα μας, το σεβασμό μας.

Η πολυτιμότητα και η αξία της φανερώνεται τόσο στην θετική μας Επιστήμη όσο και στη Θεολογία.

Ξεκινώντας Επιστημονικά, θα αναφερθούμε στην Εξελικτική Νοημοσύνη η οποία αποτελεί άμεσο απόγονο της επιστήμης της Ευφυίας Μηχανών και ασχολείται κυρίως με την ανακάλυψη και την εφεύρεση ευρετικών αλγορίθμων και μοντέλων για την επίλυση πραγματικά πολύπλοκων προβλημάτων που απαιτούν νοημοσύνη. Παραδείγματα Εξελικτικής Νοημοσύνης μπορούν να θεωρηθούν τα τεχνητά νευρωνικά δίκτυα, η εξελικτική υπολογιστική, τα ασαφή συστήματα, η νοημοσύνη σμήνους, η θεωρία χάους, τα τεχνητά ανοσοποιητικά συστήματα, τα τεχνητά γενετικά υλικά (DNA), κ.α.



Σήμερα, ο άνθρωπος προσπαθεί να αναπτύξει έμπειρα και νοήμονα συστήματα για την αυτοματοποίηση πολύπλοκων εργασιών. Αυτή η διαδικασία εισάγει πολλά μηχανικά προβλήματα όπου η κλασική αριθμητική ανάλυση για την μοντελοποίηση τέτοιων συστημάτων δεν επαρκεί. Τα συστήματα αυτά θα πρέπει να έχουν και να λειτουργούν με νοημοσύνη. Η αυτοματοποίηση και ο κλασικός προγραμματισμός δεν επαρκούν. Θα πρέπει να μπορούν να ερμηνεύουν, να γενικεύουν, να σκέφτονται αφαιρετικά, να δημιουργούν συλλογισμούς, να μαθαίνουν, να έχουν εμπειρία, να παίρνουν δικές τους πρωτοβουλίες, να αναγνωρίζουν, να κατηγοριοποιούν, να ανακαλύπτουν νέα γνώση, να δημιουργούν, να συσχετίζουν, να προσαρμόζονται, κ.λπ.



Έτσι, για την υλοποίηση αυτή οι μηχανικοί Πληροφορικής για ακόμη μια φορά μελετούν προσεκτικά τα φυσικά νοήμονα συστήματα. Μέσα από την παρατήρηση της φύσης προσπαθούν να δημιουργήσουν μαθηματικά μοντέλα προσομοίωσης των βιολογικών νευρωνικών δικτύων, του εξελικτικού μηχανισμού, της ανθρώπινης λογικής, των κοινωνιών κουλτούρας και συμπεριφοράς, κ.α. Στο ερχόμενο μέλλον θα μπορούν να υπάρχουν νοήμονα συστήματα τα οποία θα χρησιμοποιούνται για την εξυπηρέτηση του ανθρώπου.



Κλείνοντας Θεολογικά και ουσιαστικά, αντλούμε μερικούς από τους λόγους του Αγίου Νικοδήμου του Αγιορείτη όπου αναφέρει στο Συμβουλευτικό του Εγχειρίδιο (ή αλλιώς στο κείμενο του περί της φυλακής των πέντε αισθήσεων) πως ο άνθρωπος από την αρχή της δημιουργίας του στάθηκε ως ένας μικρός-μέγας μέσα σε αυτόν τον μέγα-μικρό κόσμο. Με την πάροδο του χρόνου μπόρεσε μέσα από την παρατήρηση, την μάθηση και την εξέλιξη να αξιοποιήσει ή να αντιγράψει την φύση κυρίως για το δικό του όφελος. Επίσης, αναφέρει πως ο Θεός δημιούργησε τις αισθήσεις στον άνθρωπο ώστε να μπορεί αυτός μέσω της αλληλεπίδρασης του με την υπόλοιπη κτίση να μεταβαίνει προς τον Κτίστη δοξάζοντας τον και προσφέροντας έτσι στην ψυχή και στον νου του αιώνια πνευματική τροφή.

Με την θεωρία των δημιουργημάτων ο νους ανυψώνεται στην αγάπη του Δημιουργού.

Ο Οδυσσέας Κανλής, ο γνωστός δικός μας Καραγκιοζοπαίκτης, και ο Βασίλης – μέλη και οι δύο της 50-μελούς συντακτικής ομάδας του ΚΟΙΤΑ ΨΗΛΑ – συναντήθηκαν για μια de profundis συνέντευξη.

_ Γεια σου, φίλε μου Οδυσσέα και σε ευχαριστώ που ήρθες να κάνουμε αυτή τη συνέντευξη για το περιοδικό μας...

_ Ευχαριστώ και εγώ πάρα πολύ που με καλέσατε.

_ Για πες μας σε παρακαλώ λίγα πράγματα για το πώς και πότε άρχισες να ασχολείσαι με το θέατρο σκιών και τι σε παρακίνησε να το κάνεις αυτό;

_ Βεβαίως, να σας πω... Άρχισα να ασχολούμαι με το θέατρο σκιών από την ηλικία των επτά χρονών, φτιάχνοντας μικρές φιγουρίτσες στο σπίτι μου και παίζοντας στον αέρα κάνοντας διάφορες φωνές όπως μπορούσα, μα φυσικά πάνω από όλα βλέποντας πολύ Καραγκιόζη στην τηλεόραση αλλά κυρίως από κοντά σε ζωντανές παραστάσεις...

_ Και τι σε παρακίνησε να το ξεκινήσεις αυτό;

_ Με παρακίνησε μια παράσταση που είδα από κάποιον Καραγκιοζοπαίκτη της Θεσσαλονίκης και σαν παιδί και εγώ ενθουσιασμένο από αυτή την μορφή τέχνης άρχισα σιγά-σιγά να παίζω Καραγκιόζη...

_ Τι προηγήθηκε στην πορεία σου μέχρι τώρα πριν να αρχίσεις να παίζεις μόνος σου παραστάσεις;

_ Προηγήθηκε και συνεχίζει ακόμα να προηγείται μια συνεχής παρακολούθηση παραστάσεων από διάφορους Καραγκιοζοπαίχτες της Θεσσαλονίκης και της Αθήνας, είτε μπροστά από το πανί σαν θεατής αλλά της περισσότερες φορές πίσω από το πανί σαν βοηθός του Καραγκιοζοπαίχτη...

_ Αυτόν τον καιρό είσαι στο στάδιο του βοηθού ή του παίχτη;

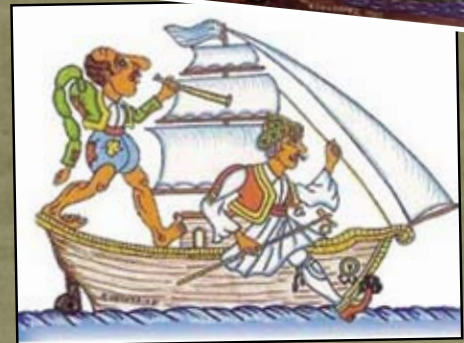
_ Είμαι και στα δύο στάδια και σαν βοηθός και σαν παίχτης... Μαθαίνω και από τα δύο πολλά πράγματα!

_ Σε τι μέρη συνηθίζεις να δίνεις παραστάσεις;

_ Σε διάφορα μέρη και κυρίως όπου με καλέσουνε... σε πολιτιστικούς συλλόγους, παιδικά πάρτι, εκδηλώσεις δήμων κ.α.

_ Οδυσσέα σε ευχαριστώ πάρα πολύ για την κουβέντα που είχαμε και σου εύχομαι να συνεχίσεις με πάθος και μεράκι αυτήν την πολύ παλιά και παραδοσιακή τέχνη που υπηρετείς!

_ Σας ευχαριστώ πάρα πολύ και πιστεύω να τα ξαναπούμε σύντομα.



ΚΑΡΑΓΚΙΟΖΗΣ, Ο ΑΙΩΝΙΟΣ ΕΛΛΗΝΑΣ!!

ΔΙΑΧΡΟΝΙΚΟ ΣΥΜΒΟΛΟ ΤΗΣ ΑΝΥΠΟΤΑΚΤΗΣ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΨΥΧΗΣ!





Μια νέα διάσταση του θεάτρου

Τι είναι το Playback Θέατρο;

Το Playback Θέατρο αποτελεί μια ευρέως διαδεδομένη σύγχρονη μορφή αυτοσχεδιαστικού θεάτρου, αριθμώντας πάνω από 200 θεατρικά σχήματα στον κόσμο. Αυτό που το κάνει ξεχωριστό είναι ότι οι θεατές παίζουν καθοριστικό ρόλο στην πορεία της παράστασης μια και αυτή βασίζεται πάνω στην αφήγηση των δικών τους ιστοριών και δεν ακολουθείται κάποια προκαθορισμένη μορφή αλλά κυριαρχεί η έμπνευση και ο αυθορμητισμός των ηθοποιών. Το Playback Θέατρο κρύβει μέσα του και ψυχοθεραπευτικά στοιχεία χωρίς όμως να χάνει την έννοια της θεατρικής παράστασης.

Τι συμβαίνει σε μια παράσταση Playback Θέατρο;

Ένα σχήμα Playback αποτελείται από 5-7 ηθοποιούς, ένα μουσικό και τον συντονιστή που είναι ο συνδετικός κρίκος του σχήματος με τους θεατές και υπεύθυνος για την ροή της παράστασης. Οι θεατές είναι αυτοί που αφηγούνται ιστορίες, στιγμιότυπα της ζωής τους ή ακόμη και όνειρα τους και στη συνέχεια ξεκινάει η άμεση αυτοσχεδιαστική εκδραμάτισή τους. Μέσα απ' αυτή τη διαδικασία ο αφηγητής-θεατής μπορεί να ανακαλύψει νέες πτυχές της εμπειρίας τους.

Ποιος είναι όμως ο ιδιαίτερος σκοπός του Playback Θέατρου;

Το Playback θέατρο πραγματεύεται ιστορίες ανθρώπων που έχουν την ανάγκη να μοιραστούν τις ιστορίες τους και πολλές φορές αυτό το είδος θεάτρου αποτελεί τη μοναδική διέξοδο για να το επιτύχουν. Μέσα από αυτό δημιουργείται ο κατάλληλος «χώρος» για να ειπωθεί και να «ακουστεί» μια ιστορία παίρνοντας τη μορφή τέχνης.

Ποιες είναι οι εφαρμογές του Playback Θέατρου;

Το Playback Θέατρο ξεφεύγει από την κλασική έννοια της θεατρικής παράστασης γιατί φανερώνει ευαισθησία και

ενδιαφέρον σε διάφορες κοινωνικές ομάδες. Ορισμένα παραδείγματα είναι οι δημόσιες παραστάσεις σε: πολιτιστικά κέντρα, ειδικές ομάδες- κοινότητες, εκπαιδευτικά ιδρύματα, ομάδες ψυχολογικής υποστήριξης- θεραπείας, κοινωνικής δράσης και αλλαγής και σε επιχειρήσεις- εργασιακούς χώρους. Στη Ελλάδα τα τελευταία χρόνια έχει δημιουργηθεί ένα σχήμα Playback Θέατρου το οποίο μόνο μέσα στο 2010 έχει δραστηριοποιηθεί στο ψυχιατρικό Νοσοκομείο Θεσσαλονίκης, στις Δικαστικές Φυλακές Διαβατών, στην Εταιρεία υποστήριξης εξαρτημένων ατόμων "ΟΑΣΙΣ" όπως και στη μονάδα φροντίδας ηλικιωμένων "ΔΙΑΜΑΝΤΙΔΕΙΟΣ ΣΤΕΓΗ".



Εμείς από την μεριά μας ελπίζουμε ότι η δράση στην Ελλάδα θα επεκταθεί στο ευρύτερο κοινό και να δημιουργηθούν και άλλα αξιόλογα σχήματα ώστε να μπορέσουν όσο το δυνατόν περισσότεροι άνθρωποι να βιώσουν αυτή τη ξεχωριστή και επικοινωνιακή εμπειρία.



ΜΟΥΣΙΚΗ ΚΑΙ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ

Από την αρχαιότητα, ο άνθρωπος έψαχνε τρόπους να εξωτερικεύσει τα συναισθήματά του. Η προσπάθειά του αυτή τον οδήγησε σε καλλιτεχνικές δημιουργίες όπως ζωγραφική, γλυπτική αλλά και μέσα από διάφορους ήχους που δημιουργούσε και στην πορεία τους συνδύασε και έφτιαξε τη μουσική. Από αυτή τη μικρή ιστορική αναδρομή καταλαβαίνουμε ότι η μουσική έπαιζε πολύ σημαντικό ρόλο για τον άνθρωπο από τα αρχαία χρόνια.



Τον ακολουθούσε σε κάθε πορεία της ζωής του, τον συντρόφευε και του στεκόταν. Σήμερα η μουσική συνεχίζει να συντροφεύει τον άνθρωπο. Επηρεάζει τη ζωή και την ψυχολογία του.

Σύμφωνα με Σουηδική μελέτη :

Οποιοδήποτε είδος μουσικής κι αν ακούμε, φαίνεται πως παίζει πρωταρχικό ρόλο στη ζωή μας, και μάλιστα συσχετίζεται με την έκφραση των πιο θετικών μας συναισθημάτων.

Μερικές από τις βασικότερες επιδράσεις που ασκεί η μουσική στον άνθρωπο θεωρούνται οι παρακάτω:

- α)** Συγκινησιακές μεταβολές, όπως μεταβολή των συναισθημάτων, αλλαγή της διάθεσης κ.λπ.
- β)** Συνειρμικές επιδράσεις, καθώς ένα μουσικό άκουσμα προκαλεί στο άτομο σκέψεις και συνειρμούς.
- γ)** Αύξηση της ικανότητας μάθησης, αφού έχει παρατηρηθεί ότι η μουσική λειτουργεί βοηθητικά στην απόκτηση γνώσεων και δεξιοτήτων.

Η μουσική παίζει πολύ σημαντικό ρόλο στην ανθρώπινη ζωή.

Είναι ένα ουσιώδες στοιχείο στις περισσότερες τελετές και εκδηλώσεις. Οι περισσότεροι άνθρωποι ξοδεύουν σημαντικές χρονικές περιόδους ακούγοντας μουσική. Σήμερα επηρεάζει τις ζωές πολλών ανθρώπων με αναρίθμητους τρόπους. Ένα κομμάτι μουσικής μπορεί να σου αλλάξει θετικά την διάθεση, ή μπορεί να σε κάνει να ξεσπάσεις σε δάκρυα. Μπορεί να σε κάνει να θες να τραγουδήσεις ή να χορέψεις, η σε βάζει σε μία βαθιά κατάσταση χαλάρωσης. Μπορεί να ακούγεται ομαλή ή χαοτική, σύμφωνη ή παράφωνη, ενδιαφέρουσα ή βαρετή, οικεία ή ξένη. Μπορεί να λειτουργήσει ως φάρμακο για τη θεραπεία κοινών ασθενειών, σύμφωνα με τον δόκτορα Χανς Γιοακίμ Τράπε της πανεπιστημιακής κλινικής Μαριχόσπιταλ στην Χέρνη, της Γερμανίας.



Χρησιμοποίησε την κλασική μουσική ως φάρμακο κατά του άγχους της κατάθλιψης και των καρδιαγγειακών παθήσεων. Παρ' όλα αυτά υπάρχουν άνθρωποι που δεν τους αρέσει η ορχηστρική μουσική. Στην περίπτωση αυτή χρησιμοποίησε εναλλακτικά την pop και την rock μουσική. Τα δύο αυτά είδη μουσικής έχει διαπιστωθεί ότι επηρεάζουν την ανθρώπινη διάθεση.

Όπως είδαμε λοιπόν, η μουσική, μπορεί να μας σταθεί σε κάθε στιγμή της ζωής μας και να σταθεί δίπλα μας ως ένας πολύ καλός φίλος. Να μπορεί να μας φτιάχνει τη διάθεση, να μας θυμίζει στιγμές που έχουμε ζήσει, καλές ή κακές και να μας αγκαλιάζει με το άκουσμα της, τις δύσκολες μέρες.

ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΤΑ BLOGS ΚΑΙ ΣΕ ΤΙ ΧΡΗΣΙΜΕΥΟΥΝ;

Σίγουρα όλοι έχουμε ακούσει για τα blogs, αλλά δεν γνωρίζουμε όλοι τι ακριβώς είναι. Blog ή αλλιώς ιστολόγιο είναι μια μορφή ιστοχώρου. Είναι δηλαδή μια προσωπική σελίδα όπου ο καθένας μπορεί να δημοσιεύσει ότι θέλει.

Είναι εύχρηστα και ειδικά προσαρμοσμένα ώστε να μπορούν να χρησιμοποιηθούν από το μέσο χρήστη. Το μόνο που χρειάζεται για να δημιουργήσει κάποιος ένα blog είναι φαντασία και όρεξη για γράψιμο άρθρων. Έτσι ο καθένας μπορεί να δημοσιεύσει την γνώμη του άφοβα.

Τα blogs είναι σχετικά πρόσφατο μέσο και ήδη έχουν αρχίσει να το κατακρίνουν κάποιои. Για τις συνέπειες που τους προσδίδουν όμως δεν φταίνε τα ίδια τα blogs ως μέσο, αλλά η λάθος χρήση τους. Για αυτό πάντα στο διαδίκτυο και πιο ειδικά στα blogs καλό θα ήταν ότι και αν ανεβάσουμε να σκεπτόμαστε πολύ πριν το δημοσιεύσουμε.

Τα blogs είναι ιδιαίτερα χρήσιμα στην εποχή μας. Αυτό συμβαίνει γιατί είναι πολύ εύκολο να ενημερωθείς για διαφορές ειδήσεις διαβάζοντας τα blogs κάποιου άλλου.

Επίσης έτσι βλέπεις το «χ» θέμα που σε αφορά και από άλλες οπτικές γωνίες και δεν κινδυνεύεις άμεσα από τις ειδήσεις τον ΜΜΕ που τα παρουσιάζουν όλα μόνο από την πλευρά που αυτοί θέλουν να δείξουν. Επίσης μπορείς και εσύ ο ίδιος να πεις την γνώμη σου ή να εκφράσεις ένα παράπονο σου σε δημόσια κλίμακα.



ΠΩΣ ΜΠΟΡΟΥΜΕ ΝΑ ΑΠΟΚΤΗΣΟΥΜΕ ΜΙΑ ΩΡΑΙΑ ΚΑΡΦΙΤΣΑ...

Μπορεί να υπάρχουν καταστήματα τα οποία διαθέτουν ωραίες και μονάδες καρφίτσες ωστόσο η κρίση που επικρατεί δεν μας επιτρέπει να κάνουμε ακριβές αγορές. Παρόλα αυτά με υλικά που έχουμε στο σπίτι μας μπορούμε να φτιάξουμε μόνοι μας μια καρφίτσα την οποία μπορούμε να την φοράμε σε όλη την διάρκεια της ημέρας.

ΤΙ ΥΛΙΚΑ ΘΑ ΧΡΕΙΑΣΤΩ;

Ένα κουτάκι από αναψυκτικό.

Ένα σφυρί.

Μια κόλλα στιγμής.

Μια χαρτοταινία.

Μια παραμάννα.



Κοίτα Ψηλά 8

ΤΙ ΒΗΜΑΤΑ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΑΚΟΛΟΥΘΗΣΩ;

Αρχικά παίρνουμε το κουτί του αναψυκτικού και αφαιρούμε το πάνω μέρος, κάνουμε μια σχισμή στην μέση και στην συνέχεια αφαιρούμε και το κάτω μέρος. Κόβουμε την λωρίδα που μας έχει μείνει σε 2 μικρά κομμάτια και ξανακόβουμε το ένα έτσι ώστε να έχει μικρότερη επιφάνεια από το άλλο. Έπειτα βάζουμε το ένα μέσα στο άλλο και τυλίγουμε το ένα πάνω από το άλλο. Αυτό το κάνουμε για να δημιουργήσουμε μεταλλική επιφάνεια και στις 2 όψεις της καρφίτσας μας. Στην συνέχεια διπλώνουμε την επιφάνεια μας πολύ προσεκτικά και μετά χτυπάμε με το σφυρί για να δημιουργήσουμε την επιφάνεια της καρφίτσας μας με μια χαρτοταινία και μια παραμάννα. Αφού κόψουμε ένα μικρό μέρος της χαρτοταινίας την κολλάμε στο πίσω μέρος της καρφίτσας μας μαζί με την παραμάννα.

Και τέλος για να ολοκληρώσουμε την κατασκευή μας μπορούμε να σχεδιάσουμε με ένα πιρούνι ή ένα στυλό διάφορα σχέδια της αρέσκειας μας!

ΔΡΟΜΟΙ... ΑΝΤΟΧΗΣ!

ΟΝΟΜΑ: ΝΤΑΝΟΥ ΜΑΡΙΑ

ΚΑΤΑΓΩΓΗ: ΝΑΟΥΣΑ

**ΕΠΑΓΓΕΛΜΑ: ΦΟΙΤΗΤΡΙΑ ΑΠΘ
ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΕΣ ΕΠΙΣΤΗΜΕΣ.**

ΣΥΜΜΕΤΟΧΕΣ:

- . ΧΕΙΜΕΡΙΝΟΙ ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ ΚΑΝΑΔΑΣ – ΒΑΝΚΟΥΒΕΡ 2010
- . ΠΑΓΚΟΣΜΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ 2009 [ΤΣΕΧΙΑ]
- . ΔΥΟ ΣΥΜΜΕΤΟΧΕΣ ΣΕ ΠΑΓΚΟΣΜΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΕΦΗΒΩΝ ΚΑΙ ΒΑΛΚΑΝΙΚΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ [3η ΘΕΣΗ]
- . ΘΑ ΣΥΜΜΕΤΕΧΕΙ ΣΤΟ ΠΑΓΚΟΣΜΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΠΟΥ ΘΑ ΓΙΝΕΙ ΦΕΤΟΣ ΣΤΟ ΟΣΛΟ.



ΟΜΑΔΑ ΣΚΙ ΔΡΟΜΩΝ ΑΝΤΟΧΗΣ

Για να ξεκινήσει κάποιος σκι δρόμων αντοχής πρέπει να έχει δυναμώσει η καρδιά του και να έχει φτιάξει μια φυσική αντοχή. Επομένως θα πρέπει να έχει τελειώσει τουλάχιστον το δημοτικό. Απλή κατάβαση με σκι μπορεί να ξεκινήσει και πιο μικρός, αλλά στους δρόμους αντοχής πρέπει να έχεις φυσική κατάσταση.

Ενδείκνυται η Ελλάδα για χειμερινά σπορ;

Ναι, έχει αρκετά βουνά για να κάνεις χειμερινά σπορ. Το μειονέκτημα είναι ότι η χειμερινή περίοδος διαρκεί πολύ λιγότερο από άλλες χώρες της Ευρώπης. Το γεγονός αυτό εμποδίζει τους Έλληνες να κάνουν πρωταθλητισμό και να είναι ανταγωνιστικοί σε σχέση με αθλητές άλλων χωρών.

Πώς είναι οι προπονήσεις σου εκτός χειμερινής περιόδου;

Γυμναστήριο, Roller [όχι roller blade αλλά roller ski], ανάβαση με roller και baton. Γενικά όλων των μυϊκών ομάδων.

Μπορούν να συνδυαστούν πρωταθλητισμός με μαθήματα ή σπουδές;

Ναι, απλά κάποιες περιόδους αφιερώνεις περισσότερο χρόνο στο ένα παρά στο άλλο. Όταν για παράδειγμα ήμουν στην τρίτη Λυκείου, είχα αφοσιωθεί στα διαβάσματα αφού, για να πετύχω σε μια σχολή της αρεσκείας μου χωρίς εξετάσεις, χρειαζόταν μια τρανταχτή νίκη - όπως σε παγκόσμιο πρωτάθλημα - την οποία δεν είχα. Αφού πέρασα στο πανεπιστήμιο, τα δύο πρώτα χρόνια αφιερώθηκα στο σκι και έτσι ήρθε και η κλήση στην εθνική. Πλέον βρήκα μια

ισορροπία και το χειμώνα προπονούμαι σκληρά, ενώ την άνοιξη δίνω περισσότερη προσοχή στις σπουδές μου.

Επηρέασε ο πρωταθλητισμός τις σχέσεις σου με την οικογένεια ή με τους φίλους;

Οι δικοί μου άνθρωποι είναι ένα μαζί μου. Αν εγώ είμαι αγχωμένη ή φοβισμένη το νιώθουν κι αυτοί. Πέρισι, για παράδειγμα, πριν τους Ολυμπιακούς αγώνες, είχα μεγάλο άγχος, διότι ο ανταγωνισμός ήταν σκληρός. Ο φόβος να μην επιλεχθώ ήταν πολύς. Όμως στις δύσκολες αυτές στιγμές οι δικοί μου άνθρωποι ήταν αυτοί που με στήριζαν και στο τέλος όλα πήγαν καλά.

Πολλοί είναι εκείνοι που πιστεύουν ότι οι Ολυμπιακοί αγώνες έχουν εμπορευματοποιηθεί και έχουν χάσει το σκοπό που είχαν στα αρχαία χρόνια. Ποιο είναι το κίνητρο και τι μένει στο τέλος;

Πολλοί αθλητές παραβλέπουν το «ευ αγωνίζεσθαι» και με διάφορα συμπληρώματα - αναβολικά - προσπαθούν να κερδίσουν στους αγώνες, όχι τόσο για τα λεφτά, όσο για τη δόξα και τη φήμη. Υπάρχουν κι άλλες διοργανώσεις με ισόποσα χρηματικά έπαθλα, όμως το Ολυμπιακό χρυσό δεν συγκρίνεται με τίποτα.

Οι Ολυμπιακοί αγώνες είναι το μεγαλύτερο αθλητικό γεγονός και η συμμετοχή αποτελεί το όνειρο κάθε αθλητή.

Τα Χριστούγεννα είναι μια από τις μεγαλύτερες Θρησκευτικές εορτές των Ελλήνων. Η ευχή «Καλές γιορτές» είναι από τις πιο χαρακτηριστικές κατά τη περίοδο πριν και μετά τα Χριστούγεννα μέχρι τα Θεοφάνια (Δωδεκαήμερο).

Σε όλη τη χώρα τα παιδιά τριγυρνούν από σπίτι σε σπίτι για να πουν τα κάλαντα τις παραμονές των Χριστουγέννων, της Πρωτοχρονιάς και των Θεοφανίων. Εκτός από το Χριστουγεννιάτικο δέντρο, απαντάται και το έθιμο με το χριστουγεννιάτικο καρναβάλι. Οι εξώστες, τα παράθυρα, οι κήποι, αλλά και οι χώροι γύρω από το τζάκι σφύζουν από ανάλογη διακόσμηση γιορτινής ατμόσφαιρας.

Η πίτα που ετοιμάζεται με τον ερχομό του νέου έτους, η Βασιλόπιτα, περιέχει ένα «φλουρί», που σύμφωνα με την παράδοση, θα φέρει καλή τύχη σ' αυτόν που θα το βρει. Στα δε Θεοφάνια που εορτάζεται η Βάπτιση του Χριστού καθαγιάζονται τα ύδατα με ρίψεις του σταυρού στο υγρό στοιχείο και ανέλκυση του από κολυμβητές, με αγιασμό των σπιτιών από ιερείς και με ιδιαίτερα κατά τόπο έθιμα.

ΟΡΘΟΔΟΞΑ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ



ΔΕΝΔΡΟΦΥΤΕΥΣΗ ΣΤΗΝ ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΣΗ: !

Έχω ένα παράπονο... Εντάξει να πάτε εκδρομή στην κατασκήνωση. OK, να βγάλετε φωτογραφίες, αλλά να τις ανεβάσετε και στο διαδίκτυο (<http://xneke.gr/galleries/photos/index.php?list=60>) Τι είδαν τα μάτια μας στις φωτογραφίες δεν περιγράφεται. Φαί, και τι φαί! Την πρώτη μέρα γιουβαρλάκια, τη δεύτερη μέρα σουβλάκια, μπριζόλες και μπιφτέκια πηγαίνονταν. Άσε δε και τις πατάτες... Σαν να μην έφταναν όλα αυτά, ανάψατε και φωτιά το βράδυ και καθίσατε γύρω-γύρω και αρχίσατε το τραγούδι. Τουλάχιστον αφιερώστε και κανένα τραγουδάκι και σε μας, τα καημένα, παραπονεμένα και εξαντλημένα παιδιά της Γ' Λυκείου... (κουράγιο παιδιά,

γερά!) Αν μας σκεφτόσασταν λίγο, δεν θα είχατε ανεβάσει τις φωτογραφίες στην ιστοσελίδα της κατακόμβης για να βλέπουμε πόσο υπέροχα περάσατε... Δείξτε λίγο έλεος δηλαδή, εμείς δυο μέρες διαβάζαμε συνέχεια, γράφαμε διαγωνίσματα στο φροντιστήριο κι εσείς να καλοπερνάτε; Οι μεγάλοι λένε ότι πήγαν για δενδροφύτευση! Αλλά δεν πειράζει, θα έρθει η ώρα που θα τελειώσουμε κι εμείς, θα γίνουμε στελέχη, θα πηγαίνουμε εκδρομές και θα περνάμε το ίδιο καλά όπως περάσατε κι εσείς! Αλλά μέχρι τότε μπορείτε να διοργανώσετε ακόμη μια εκδρομή, ώστε να μπορέσουμε να έρθουμε κι εμείς;

ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ ΣΤΟΝ ΚΟΣΜΟ

Χριστούγεννα. Μία από τις μεγαλύτερες γιορτές της Χριστιανοσύνης. Πίστη και αγάπη συμβαδίζουν με λογής-λογής έθιμα ανά τον κόσμο. Χριστουγεννιάτικα δέντρα, κάλαντα, γκι και λαμπιόνια. Ελάτε να κάνουμε μαζί ένα ταξίδι στον κόσμο των Χριστουγέννων.

Φινλανδία

Στη Φινλανδία η 24η Δεκεμβρίου είναι η σημαντικότερη ημέρα της περιόδου των Χριστουγέννων. Οι εορτασμοί αρχίζουν το μεσημέρι, οπότε σύμφωνα με τη μεσαιωνική παράδοση η ειρήνη των Χριστουγέννων καλείται να ξεπροβάλει με κάθε επισημότητα στη πόλη «Turku» της Φινλανδίας. Τα κεριά και τα εποχιακά φυτά διακόσμησης όπως το αλεξανδριανό δημιουργούν τη κατάλληλη ατμόσφαιρα για τον εορτασμό των Χριστουγέννων σε οικογενειακό πάντα περιβάλλον. Η μέρα αυτή είναι αφιερωμένη στη μνήμη των νεκρών και μια επίσκεψη στο νεκροταφείο την παραμονή των Χριστουγέννων αποτελεί πατροπαράδοτο έθιμο. Κατά τη διάρκεια εκείνης της νύκτας τα καλυμμένα από χιόνι νεκροταφεία μετατρέπονται σε εντυπωσιακές φωτεινές θάλασσες από κεριά.



Αγγλία

Η Αγγλική κλασική διακόσμηση περιλαμβάνει φωτεινά κόκκινα Αλεξανδριανά γύρω από το τζάκι, καθώς και κλαδιά «γκι» που κρέμονται από την οροφή που σύμφωνα με τη παράδοση όποιος στέκεται κάτω απ' αυτό πρέπει να ανταλλάσσει φιλιά με αγαπημένα πρόσωπα. Για τους Άγγλους δεν νοείται εορταστικό χριστουγεννιάτικο τραπέζι χωρίς γαλοπούλα, κρεατόπιτα και χριστουγεννιάτικη πουτίγκα για καλή τύχη.

Στην Τσεχία η 4η Δεκεμβρίου, ημέρα της εορτής της Αγίας Βαρβάρας είναι αφιερωμένη στη μάρτυρα της περιόδου των πρώτων διωγμών των Χριστιανών. Από άκρη σε άκρη της Χώρας κόβονται κλαδιά κερασιάς και διατηρούνται στο νερό. Εάν έχουν ανθίσει μέχρι τα Χριστούγεννα φέρνουν καλή τύχη και πιθανόν ευνοϊκές προοπτικές για γάμο μέσα στην επόμενη χρονιά. Τα κλαδιά της κερασιάς μαζί με μικρά φυτά Αλεξανδριανών και άλλα γιορτινά στολίδια τοποθετούνται μέσα σε ψάθινα καλάθια, συνθέτοντας δημιουργίες παραδοσιακού και μοντέρνου στυλ που κοσμούν το γιορτινό τραπέζι.



