

**BYRON BREAKING NEWS**

**ΚΑΤΙ ΓΙΝΕΤΑΙ ΣΤΟ 5<sup>ο</sup>**  
**7ο τεύχος**



# ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

## “Κάτι γίνεται στο 5ο”

- Βουλή των Εφήβων .....2
- V-space .....3
- Πολιτιστικό πρόγραμμα “Μάνος Ελευθερίου” .....4
- Συνέντευξη δύο μαθητών της σχολικής ομάδας Χάντμπολ .....5
- Συνέντευξη μαθητριών της σχολικής ομάδας Ποδοσφαίρου .....6
- Η Τέχνη του δρόμου “μιλά” .....7

## “Εκφραζόμαστε .... Προβληματιζόμαστε...”

- Η συνταγή για την καλύτερη εκδοχή του εαυτού σας.....10
- Αποτελεσματικές μέθοδοι διαβάσματος.....12
- Παγκόσμια ημέρα γραφής Μπράιγ.....13
- Το Ολοκαύτωμα.....14
- Πριν το Spotify .....15
- Αφιέρωμα στον Δ. Σαββόπουλο .....16

## “Δημιουργούμε”

- Μια αστεία - “φανταστική” ιστορία .....19
- Με λένε “George Stanton” .....20
- Ποίημα .....22

## “Το ήξερες ότι...”

- 4 Πράγματα που πιστεύουμε αλλά δεν ισχύουν .....23
- Κωνσταντίνος Καραθεοδωρή .....24
- Το νησί που δεν επιτρέπεται να πας .....25

# ΚΑΤΙ ΓΙΝΕΤΑΙ ΣΤΟ 5ο



## «Βουλή των εφήβων»

Το σχολείο μας συμμετέχει και την τρέχουσα σχολική χρονιά, 2025 - 2026, στο εκπαιδευτικό πρόγραμμα της Βουλής των Εφήβων που διοργανώνεται σε ετήσια βάση από το Ίδρυμα της Βουλής των Ελλήνων για τον Κοινοβουλευτισμό και τη Δημοκρατία σε συνεργασία με το Υπουργείο Παιδείας Ελλάδας και Κύπρου. Το Πρόγραμμα απευθύνεται στους μαθητές και τις μαθήτριες των Γενικών και Επαγγελματικών Λυκείων της χώρας, καθώς και των Ελληνικών Λυκείων του εξωτερικού.

Σταθερούς στόχους της πρωτοβουλίας αυτής της Βουλής των Ελλήνων αποτελούν η μύηση των νέων στους Κοινοβουλευτικούς θεσμούς και η καλλιέργεια των Δημοκρατικών αξιών της σύγχρονης κοινωνίας, όπως είναι ο υπεύθυνος και τεκμηριωμένος διάλογος, η συνεργασία, η αλληλοκατανόηση.

Το πρόγραμμα φιλοδοξεί να προσφέρει στους μαθητές και στις μαθήτριες, εκτός από γνώση, βήμα για προσωπική έκφραση, συμμετοχή και δημιουργικότητα, ευκαιρίες για προβληματισμό.

Η ομάδα των μαθητών/τριών της Α΄ και Β΄ Λυκείου του σχολείου μας συμμετέχει στη φετινή Λ΄ Σύνοδο 2025-2026, της Βουλής των Εφήβων, με κεντρική θεματική: «Η γενιά της Α.Ι. συζητά για την Τεχνητή Νοημοσύνη».

Το προς επεξεργασία θέμα φέτος είναι περίπλοκο, απαιτητικό και στο επίκεντρο σύγχρονων κοινωνικών συζητήσεων και προβληματισμών για τις χρήσεις της Τεχνητής Νοημοσύνης αλλά και για τις αναγκαίες ρυθμιστικές παρεμβάσεις για την οριοθέτηση της αξιοποίησής της.

Οι μαθητές θα βοηθήσουν στην εμβάθυνση της Τεχνητής Νοημοσύνης και στον αναστοχασμό γύρω από τη διάσταση των προκλήσεων και των ευκαιριών της Α.Ι.

### Ομάδα Εφήβων Βουλευτών 2025-2026 του 5ου ΓΕΛ Βύρωνα

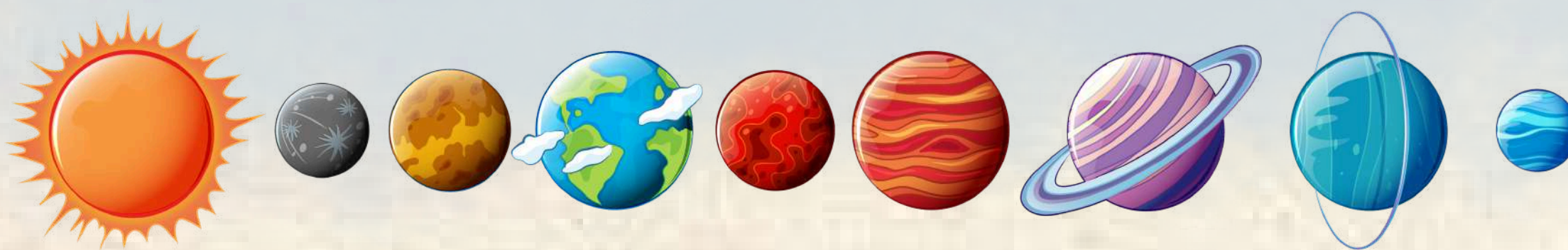
**Αρσενίδου Ευαγγελία**  
**Αρώνη Νίκη**  
**Δεσποτοπούλου Ισμήνη**  
**Διακουμέα Ζωή**  
**Ζανά Αμεντύ**  
**Ζεύλα Ελένη**  
**Καλαμπόκα Ναταλία**  
**Κόντα Μαρκέλα**  
**Κοτσίρης Ηλίας**  
**Κουμαρτζάκη Κάτια**  
**Κώτσου Ευάγγελος**  
**Παπασούλη Ίρις**  
**Σταμάτη Αικατερίνη**  
**Τσουκαλά Ελένη**



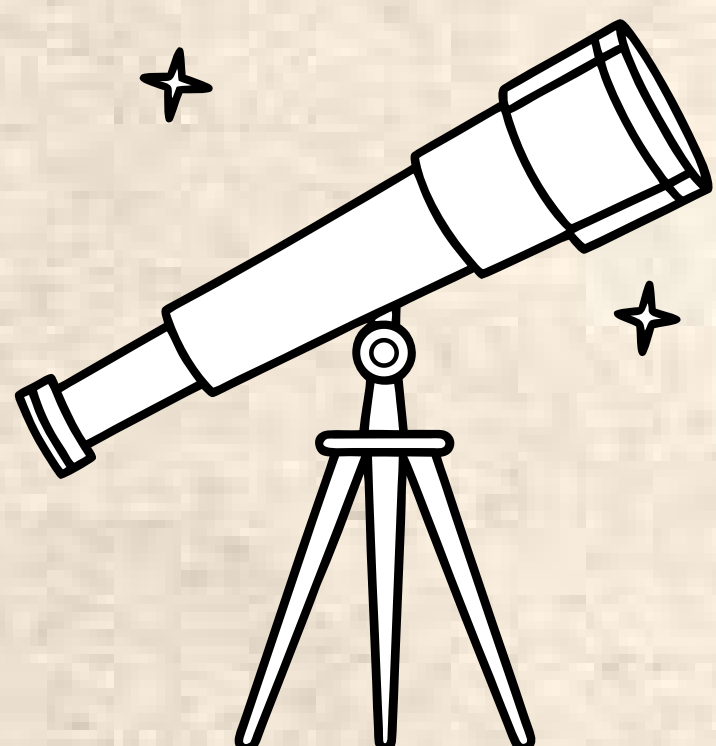
Υπεύθυνη Καθηγήτρια: Ανδρεοπούλου Ιωάννα

## «V-Space»

Όπως πολλοί γνωρίζετε, στο σχολείο μας, λειτουργεί μια ξεχωριστή ομάδα, η οποία συνδυάζει την ανθρώπινη δημιουργικότητα με την τεχνολογία. Αυτή, λοιπόν, είναι η ομάδα του V - Space. Ασχολούμαστε με διάφορα projects χρησιμοποιώντας Arduino, ένα σύστημα που μας επιτρέπει να δημιουργούμε τις δικές μας κατασκευές από το μηδέν. Η κάθε υπο - ομάδα είναι ελεύθερη να φτιάξει τη δική της κατασκευή σύμφωνα με τα ενδιαφέροντά της, όπως για παράδειγμα είναι η ζωγραφική. Με αυτό τον τρόπο αποκτούμε πρακτικές γνώσεις και συνάμα αναπτύσσουμε τη δημιουργικότητά μας.



Ένα ακόμη πολύ σημαντικό γνώρισμα της ομάδας μας είναι το όνομά της. Στην πραγματικότητα το όνομα του V - Space είναι εμπνευσμένο από το Hacker - space της Αθήνας. Βέβαια, εμείς αντικαταστήσαμε το πρώτο συνθετικό με το λατινικό V που είναι ο αριθμός 5 από το 5ο ΓΕΛ Βύρωνα. Ωστόσο, οι ομοιότητές μας με το hackerspace δεν σταματούν εκεί, αφού εκτός από το όνομα υιοθετήσαμε και την ιδεολογία τους, η οποία βασίζεται σε αξίες, όπως την ανταλλαγή ιδεών και την αλληλοβοήθεια μεταξύ των μελών της.



Οι μαθητές στο V - Space δεν επιλέγονται σύμφωνα με τους βαθμούς και τις γνώσεις τους. Ούτως ή άλλως κανείς δεν ξεκινά γνωρίζοντας τα πάντα. Μαθαίνουμε όλοι μαζί και πειραματιζόμαστε μαθαίνοντας από τα λάθη μας. Είναι βέβαιο ότι η ομάδα μας δεν θα υπήρχε χωρίς την υπεύθυνη, την κ. Ελένη Ρόμπολα, καθηγήτρια πληροφορικής του σχολείου μας, η οποία είναι κάθε στιγμή διαθέσιμη και πρόθυμη να μας βοηθήσει σε κάθε απορία που μπορεί να έχουμε ή ακόμη και να μας δώσει καινούριες γνώσεις που διαφορετικά δεν θα είχαμε την ευκαιρία να αποκτήσουμε. Παράλληλα, προγραμματίζει διάφορες εκπαιδευτικές δράσεις, όπως είναι οι επισκέψεις μας στο τμήμα Ηλεκτρολόγων Μηχανικών της Πάτρας, στο Hackerspace και στο Αστεροσκοπείο του τμήματος Φυσικής στο ΕΚΠΑ.



Στην ομάδα, λοιπόν, του V - Space όχι μόνο διευρύνουμε τους γνωστικούς μας ορίζοντες αλλά και μαθαίνουμε να λειτουργούμε συλλογικά, να αναγνωρίζουμε τα λάθη μας και να μην σταματάμε ποτέ να προσπαθούμε.

## Πολιτιστικό Πρόγραμμα «Μάνος Ελευθερίου»

Ο Μάνος Ελευθερίου, ένας άνθρωπος γεννημένος στην Ερμούπολη της Σύρου το 1938, έχει γράψει ποιητικές συλλογές, μυθιστορήματα και τόμους με πεζά, ενώ ασχολήθηκε με τη συγγραφή στίχων για περισσότερα από 400 τραγούδια. Άφησε, έτσι, ένα πλούσιο έργο, το οποίο η ομάδα μας, έχει αναλάβει να αναλύσει.

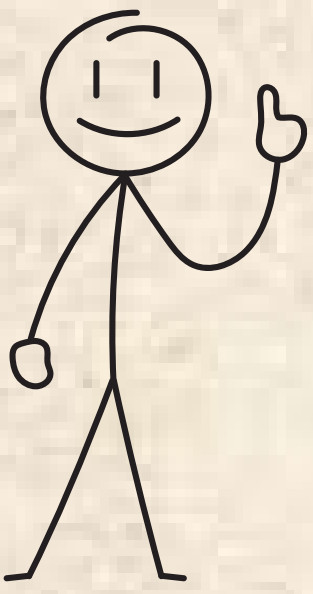


Συγκεκριμένα, το πολιτιστικό μας πρόγραμμα «Με έμπνευση από τους στίχους του Μάνου Ελευθερίου» με υπεύθυνες καθηγήτριες την κ. Αθηνά Ψαροπούλου και την κ. Νάσια Κώτσιου, λαμβάνει χώρα κάθε Παρασκευή. Η δράση ξεκινά όταν η κ. Ψαροπούλου ξεκλειδώνει τη βιβλιοθήκη και φέρνει το βιβλίο του Μάνου Ελευθερίου με τίτλο «Τα λόγια και τα χρόνια». Ύστερα μας δείχνει ένα ένα τα ποιήματα που έχει διαλέξει κάθε φορά. Τότε καλούμαστε να μελετήσουμε καθένα από τα ποιήματα, αφού πρώτα ένας από εμάς το απαγγείλει δυνατά, και στη συνέχεια προσπαθούμε να δώσουμε μια πιθανή ερμηνεία στα λεγόμενα του Μάνου. Παράλληλα, οι καθηγήτριες, που γνωρίζουν την ερμηνεία, συμμετέχουν ενεργά, άλλες φορές δίνοντάς μας διάφορες ιδέες και παροτρύνοντάς μας να «φτάσουμε» και εμείς στην ίδια ερμηνεία, ενώ άλλες φορές συμμετέχουν στο «παιχνίδι» της ανάλυσης και της ερμηνείας του εκάστοτε ποιήματος. Στη συνέχεια, όταν όλοι θεωρούμε πως έχουμε κατανοήσει το μήνυμα του ποιήματος, ανοίγουμε διαφορετική καρτέλα στο διαδίκτυο και πληκτρολογούμε τον τίτλο του ποιήματος στο «youtube», προκειμένου να το ακούσουμε και ως τραγούδι.

Γενικά, κατά την υλοποίηση του προγράμματός μας το κέφι και η χαρά δεν λείπουν, ενώ μαθαίνουμε και σεβόμαστε το σκεπτικό του άλλου. Επιπλέον, εμβαθύνουμε αρκετά συχνά σε σημαντικά γεγονότα, όπως είναι η περίοδος της κατοχής ή η Μικρασιατική καταστροφή, καθώς και σε σημαντικές έννοιες – αξίες, για παράδειγμα στην αγάπη ή στην ελευθερία ενός ανθρώπου. Είναι αλήθεια πως το συγκεκριμένο πρόγραμμα συνιστά μια υπέροχη ευκαιρία για όποιον/-α επιθυμεί να «αφήσει» τη σκέψη του να πλανηθεί μέσα στους ιστορικούς και λογοτεχνικούς κόσμους του Μάνου Ελευθερίου.



## «Συνέντευξη δύο μαθητών της ομάδας χάντμπολ»



Οι φετινοί σχολικοί αγώνες έδωσαν σε πολλούς μαθητές την ευκαιρία να δείξουν τις δυνατότητές τους και να ζήσουν όμορφες στιγμές μέσα από τον αθλητισμό. Ανάμεσα στις ομάδες που συμμετείχαν στους εν λόγω αγώνες ήταν και η ομάδα χάντμπολ των αγοριών του σχολείου μας, η οποία ξεχώρισε για την προσπάθεια, τη συνεργασία και το πάθος που έδειξε σε κάθε αγώνα. Τα παιδιά δούλεψαν μαζί, αντιμετώπισαν δυσκολίες, αλλά δεν σταμάτησαν να προσπαθούν και να στηρίζουν ο ένας τον άλλον. Με τη στάση τους απέδειξαν ότι ο αθλητισμός δεν είναι μόνο νίκες και αποτελέσματα, αλλά και εμπειρίες, αξίες και στιγμές που μένουν. Στη συνέντευξη που ακολουθεί, ο **Σπύρος Κολιός** και ο **Χρήστος Κώτσης** μιλούν για τη συμμετοχή τους, τα συναισθήματά τους και όσα αποκόμισαν μέσα από αυτή τη διαδρομή.

### Πώς νιώσατε που συμμετείχατε στους σχολικούς αγώνες χάντμπολ;

Πολύ ωραία. Νιώσαμε πραγματικά τιμή που είχαμε την ευκαιρία να αγωνιστούμε για το σχολείο μας. Ήταν μια εμπειρία που μας έκανε περήφανους, γιατί αισθανθήκαμε ότι εκπροσωπούμε όλους τους συμμαθητές μας και δώσαμε τον καλύτερό μας εαυτό.

### Ήταν η πρώτη σας φορά σε τέτοιον αγώνα;

Όχι, δεν ήταν η πρώτη. Και πέρσι ήμασταν στην ίδια ομάδα και είχαμε συμμετάσχει ξανά. Αυτό μας βοήθησε, γιατί γνωριζόμασταν ήδη καλά, είχαμε χημεία μεταξύ μας και είχαμε δημιουργήσει ένα δυνατό δέσιμο από την προηγούμενη χρονιά.

### Πώς νιώσατε όταν τελείωσε το παιχνίδι;

Νιώσαμε ανάμεικτα συναισθήματα: ανακούφιση, απογοήτευση αλλά και αδικία. Πιστεύουμε ότι μπορούσαμε να ήμασταν καλύτεροι, όμως κάναμε μερικά λάθη και χάσαμε την ψυχραιμία μας σε κρίσιμες στιγμές. Επίσης, θεωρούμε ότι υπήρχαν διαιτητικές αποφάσεις που μας επηρέασαν. Όλα αυτά οδήγησαν σε επιπολαιότητες που τελικά μας κόστισαν.

### Πιστεύετε ότι η ομάδα συνεργάστηκε καλά;

Ναι, υπήρχε ομαδικότητα. Είχαμε χημεία, πνεύμα συνεργασίας και όλοι προσπαθήσαμε να βοηθήσουμε ο ένας τον άλλον. Ακόμα και όταν δυσκολευτήκαμε, δεν σταματήσαμε να λειτουργούμε σαν ομάδα.

### Πώς προετοιμαστήκατε για τον αγώνα;

Είχαμε προετοιμαστεί κατάλληλα. Κάναμε προπονήσεις κάθε μέρα, συχνά πάνω από δύο ώρες, χάρη στον πολύ καλό μας προπονητή, τον καθηγητή της φυσικής αγωγής, κ. Μανώλη Λιναρδάκη. Μας στήριξε, μας καθοδήγησε και μας βοήθησε να βελτιωθούμε σε τεχνική, φυσική κατάσταση και τακτική.

### Πώς σας φάνηκε η αντίπαλη ομάδα;

Ήταν πιο επιδέξιοι, κυρίως επειδή οι περισσότεροι από τους επτά παίκτες παίζουν ήδη σε ομάδα, κάτι που τους έδινε μεγάλο προβάδισμα. Από εμάς μόνο τέσσερις πηγαίνουν σε σύλλογο, οπότε η εμπειρία τους φαινόταν μέσα στο παιχνίδι. Αυτό, όμως, δεν μας αποθάρρυνε. Συνεχίσαμε να προσπαθούμε, δώσαμε τον καλύτερό μας εαυτό και παλέψαμε σε κάθε φάση. Προσπαθήσαμε να καλύψουμε τη διαφορά με θέληση και ομαδικότητα, δείχνοντας ότι, ακόμη κι αν ο αντίπαλος είναι πιο έμπειρος, η προσπάθεια και το πάθος μπορούν να κάνουν τη διαφορά.

### **Τα μέλη της ομάδας:**

Μάρκο Μάριο

Κολιός Σπύρος

Καραμολέγκος Αριστείδης

Ζωϊτός Αθανάσιος

Ιωάννου Παναγιώτης

Διακουμέας Πέτρος

Πατσάνι Παναγιώτης

Κυτσούκου Άγγελος

Κιάμος Σταύρος

Κώτσης Χρήστος

Τζιαχρήστας Κων/νος

Παπασταύρος Ιάσωνας

Καβρός Δημήτριος



**Ο αθλητισμός δεν είναι μόνο νίκες**



### Θα θέλατε να συμμετάσχετε ξανά σε αγώνα χάντμπολ, αν σας δινόταν η ευκαιρία;

Ναι, θα θέλαμε πάρα πολύ. Η εμπειρία μάς άρεσε και μας έκανε να δεθούμε ακόμη περισσότερο σαν ομάδα. Πέρασαμε όμορφες στιγμές, μάθαμε πράγματα για τον εαυτό μας και νιώσαμε τι σημαίνει να προσπαθούμε όλοι μαζί για έναν κοινό στόχο. Θα χαρούμε να ξαναζήσουμε αυτή την ένταση, τη χαρά και το κλίμα του αγώνα, γιατί μας δίνει δύναμη και μας κάνει καλύτερους.

**Σάρα Σάκο**

**Αναστασία Θεοδοσίου**

## Ποδοσφαιρική ομάδα κοριτσιών του 5ου ΓΕΛ Βύρωνα «Συνέντευξη με μέλη της ποδοσφαιρικής ομάδας κοριτσιών του σχολείου μας»

Φέτος, τα κορίτσια της ομάδας ποδοσφαίρου του σχολείου μας απέδειξαν πόσο σημαντικό είναι να προσπαθείς, να στηρίζεις την ομάδα σου και να μην τα παρατάς. Με τη συμμετοχή τους έδειξαν ότι ο αθλητισμός ανήκει σε όλους και ότι τα κορίτσια μπορούν να έχουν δυναμική παρουσία όχι μόνο στο σχολείο αλλά και στο γήπεδο. Η προσπάθεια, η ενότητα και η θέλησή τους μάς κάνουν περήφανους και δείχνουν τον δρόμο για ακόμη περισσότερες επιτυχίες στο μέλλον. Δεν γινόταν, επομένως, να μην μας μιλήσουν για την εμπειρία τους. Η Αμαλία Τσεπενέκα, η Μαρία Τσώλου, η Ειριάννα Σαμπάνη, η Ελένη Μήτρου και η Μικαέλα Μετούσι απάντησαν στις ερωτήσεις μας.

### Πώς ήταν η διαδικασία της προετοιμασίας για τους αγώνες;

Η προετοιμασία ήταν πραγματικά πολύ ευχάριστη. Ο γυμναστής μας, ο κ. Μανώλης Λιναρδάκης, μάς βοήθησε πάρα πολύ, μας καθοδήγησε σωστά και κατάφερε να μας «δέσει» σαν ομάδα. Μέσα από τις προπονήσεις δημιουργήθηκαν φιλίες που δεν περιμέναμε ότι θα δημιουργηθούν. Αν είχαμε λίγο περισσότερο χρόνο για προπονήσεις, πιστεύουμε ότι θα είχαμε εμφανιστεί ακόμη πιο δυνατές στους αγώνες.

### Πιστεύετε ότι θα μπορούσατε να είχατε αποδώσει καλύτερα;

Ναι, σίγουρα! Στον πρώτο αγώνα ήμασταν αρκετά αγχωμένες. Δεν είχαμε προλάβει να κάνουμε όσες προπονήσεις θα θέλαμε, ώστε να νιώθουμε απόλυτα σίγουρες για την απόδοσή μας. Παρ' όλα αυτά, προσπαθήσαμε όσο μπορούσαμε και στον δεύτερο αγώνα φάνηκε η βελτίωση.

### Τα μέλη της ομάδας:



Τσεπενέκα Αμαλία  
Μήτρου Ελένη  
Μπούζο Λένα  
Μετούσι Μικαέλα  
Μαρινέλλη Φαίδρα  
Σαμπάνη Ειριάννα  
Σαμπάνη Καλλιόπη  
Κοντογιάννη Χριστίνα  
Κονόμη Κασσιανή  
Κόικου Λάουρα  
Τζιφοπούλου Αλίκη  
Μουτάφη Μάγια  
Παπασούλη Ίρις  
Μπιτζούνη Μαργαρίτα  
Θεοτίκου Θεοδώρα  
Τσώλου Μαρία  
Τριανταφύλλου Ναταλία  
Χατζηθεοδώρου Γεωργία

### Πώς ήταν η σχέση σας με τις υπόλοιπες ομάδες;

Με την πρώτη ομάδα τα πράγματα ήταν ήρεμα. Ήταν αρκετά επιθετικές στο παιχνίδι, αλλά υπήρχε σεβασμός. Με τη δεύτερη ομάδα, όμως, τα πράγματα ήταν διαφορετικά. Στην αρχή ήταν πολύ φιλικές, αλλά μόλις βάλουμε το πρώτο γκολ εκνευρίστηκαν, γιατί μας είχαν υποτιμήσει. Άρχισαν να μας φωνάζουν και να μιλούν προσβλητικά, ενώ έγιναν και πιο επιθετικές κατά τη διάρκεια του αγώνα.

### Είχατε καλή συνεργασία και επικοινωνία μεταξύ σας;

Ήμασταν μια πολύ δεμένη ομάδα. Στον πρώτο αγώνα η πίεση μάς επηρέασε, αλλά στον δεύτερο ήμασταν πολύ πιο χαλαρές και είχαμε εξαιρετική επικοινωνία μέσα στο γήπεδο. Αυτό μας έδωσε μεγάλο πλεονέκτημα, ειδικά σε σύγκριση με την αντίπαλη ομάδα που οι παίκτριες τσακώνονταν μεταξύ τους. Επίσης, όσοι μας συνόδευσαν μας ενθάρρυναν και μας έδωσαν δύναμη. Η υποστήριξή τους ήταν ιδιαίτερα σημαντική για εμάς.



### Τι σας έκανε να μπείτε στην ομάδα;

Θέλαμε να σπάσουμε τα στερεότυπα και να δείξουμε ότι το ποδόσφαιρο δεν είναι μόνο «αντρικό» άθλημα. Είναι ένα άθλημα για όλους. Θέλαμε να αποδείξουμε ότι τα κορίτσια μπορούν να παίξουν δυναμικά, να κερδίσουν και να διεκδικήσουν τον χώρο τους στο γήπεδο. Και το καταφέραμε! Γι' αυτό άλλωστε κερδίσαμε εμείς και όχι τα αγόρια.

### Πώς ήταν οι εγκαταστάσεις που παίξατε;

Οι εγκαταστάσεις ήταν σε πολύ καλή κατάσταση και μας βοήθησαν να νιώσουμε άνετα και ασφαλείς. Το γήπεδο ήταν καθαρό, περιποιημένο και κατάλληλο για αγώνες αυτού του επιπέδου, κάτι που ευνοούσε το παιχνίδι και το έκανε πιο ευχάριστο. Υπήρχαν, επίσης, χώροι για να αλλάξουμε και να προετοιμαστούμε πριν τον αγώνα. Μπορεί να μην ήταν κάτι εντυπωσιακό, αλλά οι εγκαταστάσεις ήταν «τίμιες», λειτουργικές και απόλυτα κατάλληλες για σχολικούς αγώνες.

### Θα θέλατε να ξανασυμμετέχετε σε αγώνα ποδοσφαίρου, αν σας δινόταν η ευκαιρία;

ΝΑΙ! Θα θέλαμε πολύ να είχαμε παίξει και έναν τρίτο αγώνα. Ήταν μια υπέροχη εμπειρία και επικράτησε ένα πολύ όμορφο κλίμα, ειδικά όταν ήμασταν όλες μαζί στο πούλμαν πηγαίνοντας για τους αγώνες. Σίγουρα θα θέλαμε να συμμετέχουμε και του χρόνου στους σχολικούς αγώνες.



# Η Τέχνη του δρόμου «μιλά»

Συνέντευξη με τον Γιάννη Ερμίδη, γνωστό ως Epsilon

Πολύχρωμα σχέδια, δυνατά συνθήματα και εικόνες που τραβούν τα βλέμματα γεμίζουν τους τοίχους της πόλης μας. Το graffiti αποτελεί μια μορφή σύγχρονης τέχνης που οι περισσότεροι θεωρούν τρόπο έκφρασης και δημιουργίας αλλά και τρόπο προβολής μηνυμάτων. Πίσω από κάθε σχέδιο κρύβεται ένας άνθρωπος με έμπνευση, σκέψεις και συναισθήματα.

Για να κατανοήσουμε καλύτερα τι πραγματικά σημαίνει η τέχνη graffiti και ποιο είναι το μήνυμα που θέλει να περάσει, συζητήσαμε με τον Γιάννη Ερμίδη, γνωστός ως Epsilon, ο οποίος έχει σπουδάσει στη Σχολή Εφαρμοσμένων Τεχνών Ορνεράκη και ασχολείται ενεργά με αυτή τη μορφή τέχνης. Στη συνέντευξη που ακολουθεί, μας μιλά για την αρχή της ενασχόλησής του, τις δυσκολίες και το πώς ο ίδιος βλέπει το graffiti σήμερα.

## 1) Που μεγαλώσατε και που ζείτε;

Μεγάλωσα στην Αθήνα, στα δυτικά προάστια, μένω ακόμα δυτικά προάστια.

## 2) Πώς ξεκινήσατε να ασχολείστε με το street art και τι σας ενέπνευσε αρχικά;

Στην αρχή ασχολήθηκα με τα γράμματα (κλασικό graffiti όχι street art). Ένας φίλος από τη σχολή μου είπε «θες να σου μάθω γκράφιτι;» και άρχισε να μου δείχνει στο χαρτί διάφορα βασικά πράγματα. Μετά από 2-3 χρόνια και, επειδή είχα έφεση στο σχέδιο, άφησα τα γράμματα και ξεκίνησα να φτιάχνω φιγούρες, χαρακτήρες κλπ, και από εκεί σε πιο ψαγμένα σχέδια δικά μου. Το street art ήρθε από μόνο του επειδή ήθελα να εξελιχθώ.



## 3) Έχετε κάνει σπουδές ή τα έργα σας είναι αποτέλεσμα έμφυτου ταλέντου;

Και τα δύο. Ζωγράφιζα πολύ πριν πάω σε σχολή. Αφού έμαθα κάποια βασικά πράγματα στη σχολή, άρχισα μετά να το δουλεύω μόνος μου με πολλή προπόνηση, εξάσκηση και πολύ προσχέδιο στο χαρτί, και μετά ξεκίνησα σε τοίχους.

## 4) Υπάρχουν καλλιτέχνες που σας έχουν επηρεάσει από το εξωτερικό ή από την Ελλάδα;

Φυσικά! Στα ξεκινήματά μου, όταν έφτιαχνα γράμματα, με επηρέασε πάρα πολύ η ομάδα SDK από τον Καναδά, όπου έβλεπα τα βιντεάκια τους στο youtube, και από την Ελλάδα με επηρέασε αρκετά η ομάδα BUNS (δεν υπάρχει πια) από την οποία αργότερα με τον ιδρυτή της γίναμε φίλοι. Τα παραπάνω ήταν που μου έδωσαν την ώθηση να ξεκινήσω να βάφω έξω στους δρόμους. Μετέπειτα, όταν μπήκα πιο πολύ στην street art και στους μεγάλους τοίχους, μου άρεσαν καλλιτέχνες όπως οι arsek, arase, leho, abys, danleo, captain chris.



## 5) Πώς επιλέγετε τα σημεία που κάθε φορά δημιουργείτε τα έργα σας;

Δεν τα επιλέγω εγώ, αυτά με επιλέγουν! Για την ακρίβεια, επειδή ζωγραφίζω περισσότερο σε σχολεία, με βρίσκουν οι Σύλλογοι και οι Καθηγητές!

## 6) Όταν διαλέξετε το σημείο που θέλετε να ζωγραφίσετε, απλώς ξεκινάτε ή χρειάζεστε κάποια άδεια;

Πάντα παίρνω την άδεια του ιδιοκτήτη ή του σχολείου κλπ.

## 7) Ποια είναι τα υλικά που χρησιμοποιείτε;

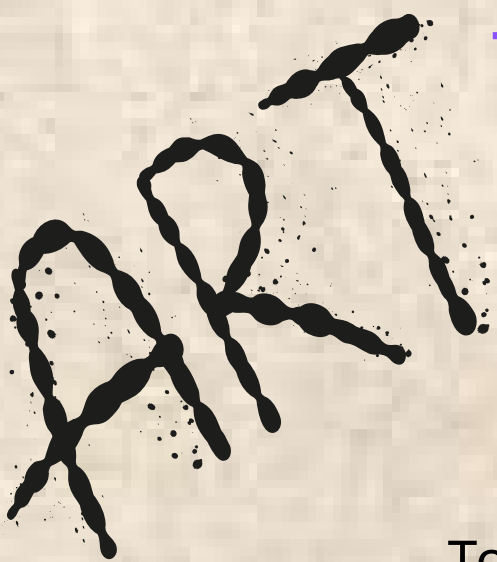
Χρησιμοποιώ κυρίως σπρέι.

## 9) Πώς αντιδρά ο κόσμος, όταν σας βλέπει να ζωγραφίζετε;

Τους αρέσει, χαίρονται που θα ζωγραφιστεί ο τοίχος και δεν θα έχει μουτζούρες. Πλέον ο κόσμος το δέχεται και το αγκαλιάζει - εφόσον γίνεται σωστά, με τις απαραίτητες άδειες και με ένα ωραίο σχέδιο.

## 8) Πόσο διάστημα χρειάζεστε περίπου για να τελειώσετε ένα έργο;

Εξαρτάται από το μέγεθος του τοίχου και τη πολυπλοκότητα του σχεδίου. Ένα μικρό σχέδιο μπορεί να χρειαστεί 4-5 ώρες, ένα μεγάλο σχέδιο σε μεγάλο τοίχο μπορεί να χρειαστεί μια εβδομάδα.



## 10) Έχετε αντιμετωπίσει ποτέ προβλήματα με ιδιοκτήτες κτιρίων ή δημόσιες αρχές;

Στα πρώτα βήματά μου που έκανα, ας πούμε, παράνομα γκράφιτι, με έχουν κυνηγήσει οπαδοί, με έχει πιάσει και η αστυνομία και με έβαλαν σε περιπολικό και πήγα στο Τμήμα. Με έχουν σταματήσει και για έλεγχο τυπικό, ευτυχώς ποτέ κάτι σοβαρό. Πλέον δεν υπάρχουν παρόμοιες καταστάσεις.



## 11) Ποιο είναι το πιο απαιτητικό έργο που έχετε κάνει; Το πιο ιδιαίτερο; Και ποιο το αγαπημένο σας;

Το πιο απαιτητικό ήταν σε ένα σχολείο στο Βύρωνα, σε ένα τοίχο 32 μέτρα μήκος και 9 μέτρα ύψος, το οποίο μου πήρε 3 εβδομάδες και μέσα στον Αύγουστο με πάρα πολλή ζέστη! Το πιο ιδιαίτερο ήταν στις φυλακές Κορυδαλλού, γιατί ήταν το πρώτο μεγάλο μου έργο αλλά και το γεγονός ότι ήταν στις φυλακές. (Αυτό το έργο βραβεύτηκε από τα βραβεία ΕΒΓΕ το 2023). Το πιο αγαπημένο μου, μέχρι στιγμής είναι η Στέλλα η αλεπού, που έφτιαξα σε ένα σχολείο στο Δήμο Ζωγράφου. Είχα την απόλυτη ελευθερία να σχεδιάσω ό,τι θέλω, με μόνη οδηγία από το σχολείο: «φτιάξε κάτι με αλεπού».



## 12) Υπάρχουν κάποια συγκεκριμένα μηνύματα που θέλετε να περάσετε στον κόσμο μέσα από τα έργα σας;

Το βασικό χαρακτηριστικό των έργων μου είναι το χρώμα, οπότε θα ήθελα όλοι οι τοίχοι της Αθήνας (και της Ελλάδας) να πετάξουν το γκρίζο (και βαρετό) πέπλο και να ντυθούν με χρώμα, χαρά, αισιοδοξία, χαμόγελα και θετική ενέργεια, οπότε αυτό προσπαθώ να περνάω πάντα μέσα από τα έργα μου.

## 13) Όταν τελειώνετε ένα έργο αναλαμβάνει κάποιος τη συντήρησή του;

Ανάλογα σε ποιο σημείο βρίσκεται το έργο και τι συμφωνία έχει γίνει, αν χρειαστεί μπορεί μετά από 2-3 χρόνια να περάσω να κάνω κάποια συντήρηση. Συνήθως τοποθετούνται και κάποια βερνίκια προστασίας, οπότε αυτό δίνει μερικά χρόνια ζωής παραπάνω.



## 14) Μπορεί κάποιος να έχει σαν κύρια εργασία την τέχνη street art ή είναι μόνο hobby;

Στην Ελλάδα του τώρα ή των επόμενων χρόνων δυστυχώς όχι. Είναι μερικοί καλλιτέχνες Έλληνες μετρημένοι στα δάχτυλα οι οποίοι κατά κύριο λόγο κάνουν καριέρα στο εξωτερικό, αυτοί είναι η εξαίρεση. Πέρα από αυτούς, οι υπόλοιποι εντός Ελλάδας που θα μπορούσαμε να πούμε ότι είναι τα αμέσως επόμενα ονόματα, δεν ζουν από το street art. Σίγουρα βγάζουν κάποια χρήματα, και σίγουρα μπορεί να υπάρξουν και κάποιες περιπτώσεις που μπορείς να βγάλεις καλά λεφτά (και όχι συνεχόμενα), αλλά δυστυχώς από αυτό δεν ζεις (βλέπε φορολογίες, ενοίκια, ακρίβεια). Εγώ προσωπικά κάνω τρεις δουλειές μαζί με τα γκράφιτι.



### 15) Εσείς πληρώνεστε από τα έργα που κάνετε;

Για κάποια ναι, για κάποια όχι. Υπάρχουν καταστάσεις όπου κρίνεις και πράττεις ανάλογα με το ποιον έχεις μπροστά σου και τι ανάγκες υπάρχουν. Για παράδειγμα, αν είναι για καλό σκοπό ή αν είσαι σε θέση να το κάνεις χωρίς πληρωμή.

### 16) Ποια βήματα πρέπει να ακολουθήσει κάποιος για να εξασκήσει αυτή την εντυπωσιακή τέχνη;

- A) εξάσκηση - δουλειά
- B) εξάσκηση - δουλειά
- Γ) εξάσκηση - δουλειά και πάει λέγοντας...

Πολύ σχέδιο στο χαρτί, μετά βρίσκεις τοίχους, μπορείς να βάψεις το δωμάτιό σου, ή το δωματάκι της ταράτσας, ή τη μάντρα του σπιτιού σου, ή ένα εγκαταλελειμμένο οίκημα στη γειτονιά. Και εξασκείσαι και μαθαίνεις. Και θα έρθει σιγά σιγά! Έτσι το έκανα εγώ.



### 17) Έχετε πάρει κάποια διάκριση για τα έργα σας;

Ναι, το 2023 είχα δυο διακρίσεις από τα βραβεία ΕΒΓΕ.

Τα ΕΒΓΕ (Ελληνικά Βραβεία Σχεδιασμού Οπτικής Επικοινωνίας) είναι ο σημαντικότερος ετήσιος θεσμός επιβράβευσης των καλύτερων έργων στον χώρο του ελληνικού design, της γραφιστικής, της εικονογράφησης και του ψηφιακού σχεδιασμού.

Τα έργα μου βραβεύτηκαν σε επίπεδο εικονογράφησης!



### 18) Πιστεύετε ότι το street art μπορεί να αλλάξει τον τρόπο που βλέπουμε μια πόλη και να γίνει σημείο αναφοράς της;

Φυσικά. Ισχύει ήδη αυτό. Ζούμε σε αυτήν την αλλαγή, στην Ελλάδα λίγο λιγότερο βέβαια, αλλά είναι σε θετικό δρόμο. Δημιουργούμε «υπαίθριες γκαλερί», οι οποίες είναι δωρεάν για όλους, και αυτό βοηθάει και αναβαθμίζει τις πόλεις, τις γειτονιές και τη κοινωνία γενικά!

Μέσα από τη συζήτησή μας, γίνεται φανερό πως το graffiti δεν είναι απλώς χρώμα πάνω σε έναν τοίχο, αλλά μια μορφή έκφρασης με βαθύτερο νόημα. Είτε το δει κανείς ως τέχνη, είτε ως πράξη διαμαρτυρίας, είτε ως ανάδειξη ιδανικών, σίγουρα αποτελεί ένα ζωντανό κομμάτι της σύγχρονης πόλης. Πίσω από κάθε έργο κρύβονται σκέψεις, συναισθήματα και εμπειρίες που ζητούν να προβληθούν. Το graffiti δίνει φωνή σε όσους θέλουν να εκφραστούν ελεύθερα και μετατρέπει τους γκρίζους τοίχους σε χώρους δημιουργίας. Ίσως, τελικά, αξίζει να το δούμε όχι μόνο ως εικόνα, αλλά ως μήνυμα που απευθύνεται σε όλους μας.

# ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΙΖΟΜΑΣΤΕ... ΕΚΦΡΑΖΟΜΑΣΤΕ...

## Η συνταγή για την «καλύτερη εκδοχή του εαυτού σας»

Πόσες φορές έχεις διαβάσει ένα άρθρο με παρόμοιο τίτλο ή έχεις ακούσει από κάποιον, ειδικό ή μη, υποσχέσεις πως αν κάνεις αυτά που θα σου πει θα πετύχεις τον εκάστοτε στόχο σου;



Αν και πολλά από όσα ισχυρίζονται ακούγονται πειστικά και το αποτέλεσμα που προτείνουν δελεαστικό, η αλήθεια είναι ότι πολλές φορές αυτές οι μέθοδοι οδηγούν σε αδιέξοδο. Σίγουρα κάποια στιγμή θα έπεσε στην αντίληψή σου κάποιο άρθρο αυτοβελτίωσης ή θα θέλησες να γίνεις «καλύτερος» δείχνοντας εμπιστοσύνη στα λόγια κάποιου «ειδήμονα». Αυτό τις περισσότερες φορές οδηγεί σε έναν ανούσιο, φαύλο κύκλο, καθώς οποιαδήποτε προσπάθεια μένει άκαρπη, αφού δεν βασίζεται σε εξατομικευμένες ανάγκες αλλά σε «συνταγές» που απευθύνονται σε όλους, ανεξαρτήτως φύλου, ηλικίας, ικανοτήτων, επιθυμιών. Είναι σχεδόν βέβαιο πως, αν δεν σέβεται τον εαυτό σου και δεν αφουγκράζεσαι τις πραγματικές σου ανάγκες, οποιαδήποτε προσπάθεια αυτοβελτίωσης είναι καταδικασμένη να αποτύχει.

Το ερώτημα, επομένως, είναι: «Πώς μπορείς ρεαλιστικά να γίνεις η καλύτερη εκδοχή του εαυτού σου»; «Να δεις αλλά και να διατηρήσεις τα αποτελέσματα»;

Τι κι αν σου έλεγα ότι μπορείς συνεχώς να εξελίσσεσαι; Διαβάζοντας τη θεωρία της ανθρώπινης εξέλιξης - από τη στιγμή που διαμορφώθηκε ο ανθρώπινος οργανισμός έως σήμερα - συνειδητοποίησα πως η αλλαγή είναι συλλογική και απερίγραπτα μεγάλη. Όμως, μπορεί ο καθένας μας ξεχωριστά να προοδεύσει; Η απάντηση είναι απλή: «όλα είναι δυνατά». Εντούτοις, για κάθε μικρό ή μεγάλο εγχείρημα της ζωής μας χρειαζόμαστε βοήθεια ή μάλλον στήριξη, όπως φαίνεται και από την αρχή της ιστορίας μας. Ο άνθρωπος είναι ένα κοινωνικό ον και μόνος του δεν θα μπορούσε ούτε να επιβιώσει ούτε να εξελιχθεί.

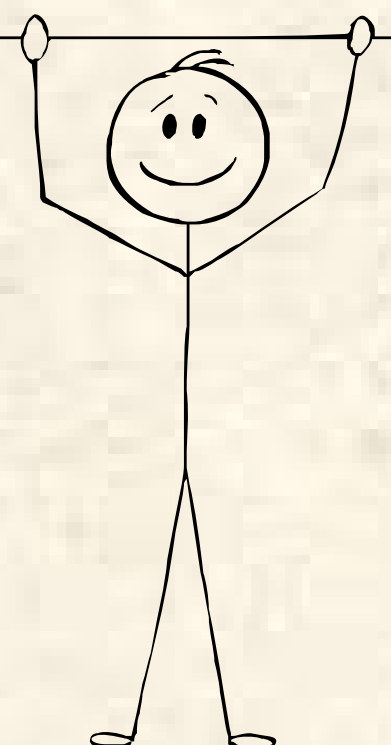
Ας υποθέσουμε, λοιπόν, ότι έχεις θέσει έναν στόχο και θες να αλλάξεις ή να βελτιώσεις κάτι στον χαρακτήρα, στις συνήθειες ή στην εξωτερική σου εμφάνιση. Αντί να βασιστείς σε μια «συνταγή», ψάξε να βρεις έναν τρόπο που θα σε κάνει να απολαύσεις το ταξίδι και όχι να μισήσεις τον εαυτό σου. Είναι ακριβώς σαν μια αυστηρή δίαιτα που θα τύχει να δεις σε ένα άρθρο και θα ακολουθήσεις με επιτυχία τις πρώτες μέρες αλλά μπορεί να οδηγηθείς μέχρι και σε διατροφικές διαταραχές.



Οπότε, χωρίς να είμαι ειδικός, ούσα απλά μια μαθήτρια που έχω προβληματιστεί πολύ με το ποιά είμαι και θεωρώντας ότι κι άλλοι - ανεξαρτήτως ηλικίας - μπορεί να νιώθουν ή να έχουν νιώσει σαν και εμένα, θέλησα να μοιραστώ μαζί σας κάποιες σκέψεις - συμβουλές (που εμένα προσωπικά με βοήθησαν).

- **Δεν χρειάζεται να αισθανθείς έτοιμος/η για να ξεκινήσεις.** Δυστυχώς δεν έχουμε πάντα τον χρόνο να περιμένουμε πότε θα νιώσουμε αυτό το κλικ για να δοκιμάσουμε ή να τολμήσουμε κάτι καινούριο. Ο μόνος τρόπος να πετύχει η προσπάθειά μας είναι να είμαστε συνεπείς σε αυτό που έχουμε αποφασίσει, εντάσσοντάς το στην καθημερινή μας ρουτίνα, ακόμη κι αν οι συνθήκες δεν είναι ιδανικές. Αν θέλεις να βγεις «νικητής» θα πρέπει να αγωνιστείς και τις μέρες που δεν θα είσαι και τόσο καλά. Σεβόμαστε το σώμα και την αντοχή μας, αλλά δεν επαναπαυόμαστε αναμένοντας την κατάλληλη στιγμή, διότι αυτή, αν δεν ενεργοποιηθούμε, μπορεί να μην έρθει ποτέ

YOU CAN DO IT



- **Για όλα υπάρχει μια πρώτη φορά.** Πολλές φορές δεν είμαστε εξοικειωμένοι με αυτό που πρόκειται να κάνουμε και ίσως να νιώθουμε άβολα και αμήχανα στην αρχή. Όμως κάθε φορά που ολοκληρώνουμε ένα «βήμα», νιώθουμε ικανοποίηση.
- **Αργά και σταθερά.** Δεν είναι να ανάγκη να κάνουμε υπερβολές και να ξεπερνάμε τα όρια του εαυτού μας, ενώ στην ουσία προσπαθούμε απλά να τα ανακαλύψουμε. Η συνέπεια και η επανάληψη είναι μάλλον το μεγαλύτερο μυστικό της επιτυχίας σε κάθε περίπτωση/κατάσταση. Με λίγα λόγια, έστω και μια μικρή προσπάθεια καθημερινά, μπορεί να επιφέρει σημαντικές αλλαγές.

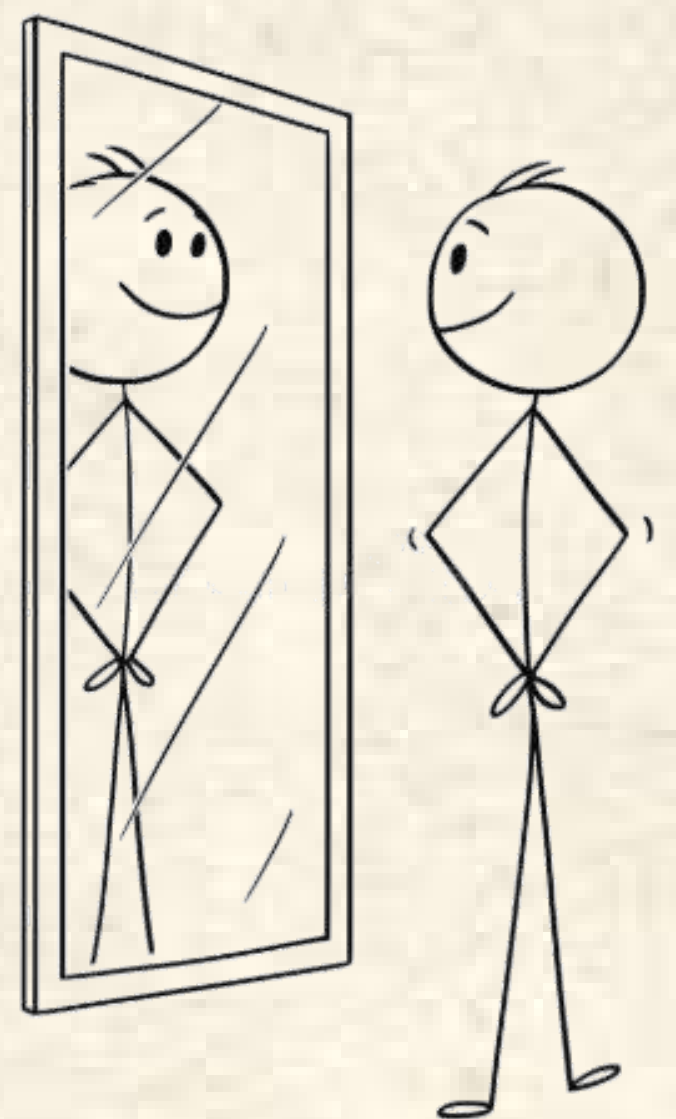


- **Γιατί πραγματικά το κάνω;**

Η απάντηση σε αυτήν την ερώτηση θα πρέπει να είναι ξεκάθαρη. Οι αλλαγές επάνω μας - σε οποιοδήποτε κομμάτι του εαυτού μας - θα πρέπει να προέρχονται αποκλειστικά από δική μας βούληση, ακόμα κι αν κάποιος άλλος μπορεί να μας επηρέασε ή να μας έδωσε το έναυσμα. Ειδάλλως, θα χάσουμε τον έλεγχο του εαυτού μας και την αυτοκυριαρχία μας επιβραδύνοντας τα αποτελέσματα, αφού στην ουσία δεν θα είναι κάτι που έχουμε επιλέξει εμείς οι ίδιοι.



Επομένως, αυτογνωσία, συνέπεια, σωστή ενημέρωση, αγάπη και σεβασμός για τον εαυτό σου και τις ανάγκες σου είναι αυτά που χρειάζεσαι και αυτά που θα σε οδηγήσουν σε ένα καλύτερο «Εγώ». Είναι πολύ σημαντικό να αναγνωρίζεις τα όριά σου, τότε χρειάζεσαι βοήθεια, και να απευθύνεσαι στους κατάλληλους ανθρώπους. Να μην επηρεάζεσαι από υποσχέσεις και εντυπωσιασμούς, ούτε να ενθουσιάζεσαι και να σε συνεπαίρνουν γενικόλογα και διαφημίσεις. Να ανακαλύψεις εσύ τι ταιριάζει σε εσένα και να αποδέχεσαι τη διαφορετικότητά σου, καθώς δεν ταιριάζουν όλα σε όλους.



## «Αποτελεσματικές μέθοδοι διαβάσματος και οργάνωσης χρόνου»

Όλοι θέλουμε καλούς βαθμούς όμως με τις τόσες υποχρεώσεις που έχουμε καθημερινά είναι πολύ δύσκολο να ανταποκριθούμε σε όλα τα μαθήματα και ταυτόχρονα να βρούμε χρόνο για τον εαυτό μας. Αν λοιπόν έχετε πρόβλημα με την οργάνωση του χρόνου και του διαβάσματος σας, ορίστε κάποιες μέθοδοι που μπορεί να σας βοηθήσουν:

### • Μέθοδος Pomodoro

Η μέθοδος αυτή αναπτύχθηκε στα τέλη της δεκαετίας του '80 από τον Φραντσέσκο Τσιρίλο και στηρίζεται στην ιδέα ότι ο ανθρώπινος εγκέφαλος λειτουργεί καλύτερα με ενδιάμεσα διαλείμματα. Πώς λειτουργεί:

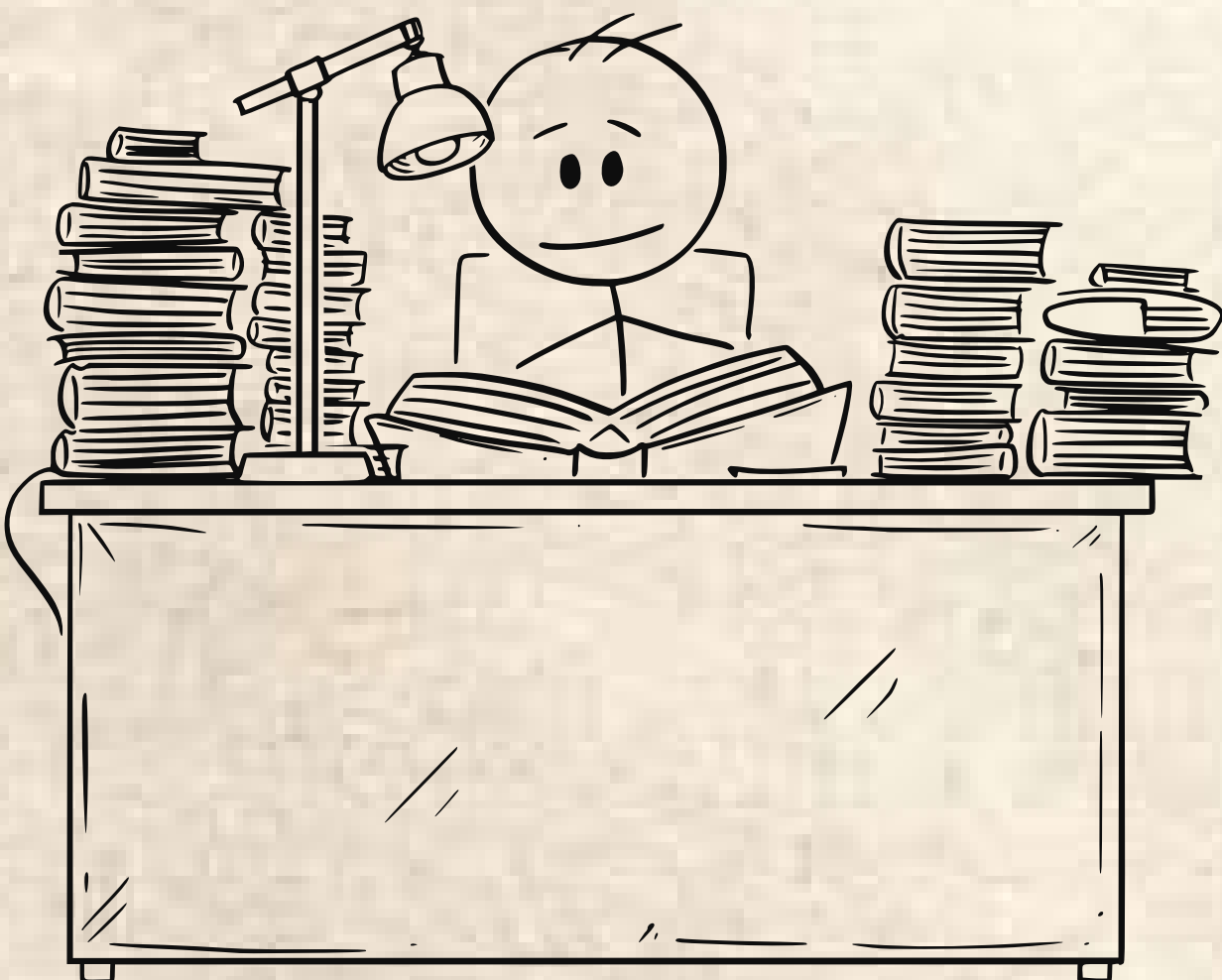
- α) Ρυθμίζουμε το χρονόμετρο στα 25 λεπτά
- β) Ξεκινάμε να διαβάζουμε μέχρι το χρονόμετρο να χτυπήσει για την λήξη των 25 λεπτών
- γ) Μικρό διάλειμμα 5 λεπτών
- δ) Συνεχίζουμε μέχρι να περάσουν 4 κύκλοι και έπειτα κάνουμε ένα μεγάλο διάλειμμα 15 με 20 λεπτά.

### • Τεχνική Feynman

Μια πολύ γνωστή τεχνική είναι η Feynman, όπου αυτά που πιστεύετε ότι έχετε μάθει προσπαθείτε να τα διδάξετε σε κάποιον που δεν ξέρει ή σε ένα παιδί με πιο απλά λόγια. Αν κολλήσετε κάπου σημαίνει ότι έχετε κενά, άρα πρέπει να τα ξαναμελετήσετε.

### • 2 Minute Rule

Αυτός ο κανόνας αφορά περισσότερο στην οργάνωση χρόνου, η οποία είναι πολύ σημαντική για ένα αποτελεσματικό διάβασμα. Αναφέρεται στον κανόνα των 2 λεπτών, σύμφωνα με τον οποίο, αν μια υποχρέωση που έχετε να κάνετε παίρνει λιγότερο από δύο λεπτά, να την κάνετε τη συγκεκριμένη στιγμή (τώρα!). Έτσι, ελευθερώνετε χρόνο μακροπρόθεσμα και δεν μαζεύονται μικροπράγματα, ενώ μειώνετε την αναβλητικότητά σας!



### • Μέθοδος SQ3R

- 1) Survey (Επισκόπηση): Γίνεται μια γρήγορη ανάγνωση του κεφαλαίου με σκοπό την αποσαφήνιση της γενικής εικόνας.
- 2) Question (Ερώτηση): Μετατρέπουμε σε ερωτήσεις τον τίτλο και τους πλαγιότιτλους, ώστε να δώσουμε σκοπό στην ανάγνωση.
- 3) Read (Ανάγνωση): Προσεκτική ανάγνωση του κεφαλαίου και απάντηση των ερωτήσεων που θέσαμε.
- 4) Recite (Ανάκληση): Επανάληψη με δικά μας λόγια των βασικών σημείων γραπτά ή προφορικά χωρίς να κοιτάμε το κείμενο.
- 5) Review (Ανασκόπηση): Τελική επανάληψη του κεφαλαίου.

### • Τεχνική Eisenhower

Εδώ ιεραρχείτε αυτά που έχετε να κάνετε με βάση αν επείγουν ή όχι σε τέσσερα τεταρτημόρια.

Συγκεκριμένα:

- 1) Επείγον και σημαντικό (Do): Αυτές οι εργασίες πρέπει να γίνουν οπωσδήποτε σύντομα, με προσοχή, αφού είναι σημαντικές για την επιτυχία.
- 2) Σημαντικό αλλά όχι επείγον (Plan): Οι εργασίες που βρίσκονται εδώ είναι κρίσιμες αλλά δεν απαιτούν άμεση υλοποίηση, οπότε προγραμματίστε τις για κάποια άλλη φορά σε σύντομο, όμως, χρονικό διάστημα.
- 3) Επείγον αλλά όχι σημαντικό (Delegate): Οι δραστηριότητες αυτές πρέπει να γίνουν σύντομα, όμως δεν είναι τόσο σημαντικές για την προετοιμασία.
- 4) Ούτε επείγον ούτε σημαντικό (Eliminate): Και να μην τις κάνετε καθόλου, αυτές οι εργασίες δεν έχουν καμία αξία, οπότε μπορείτε να τις αγνοήσετε.

### • Μέθοδος Mind Mapping

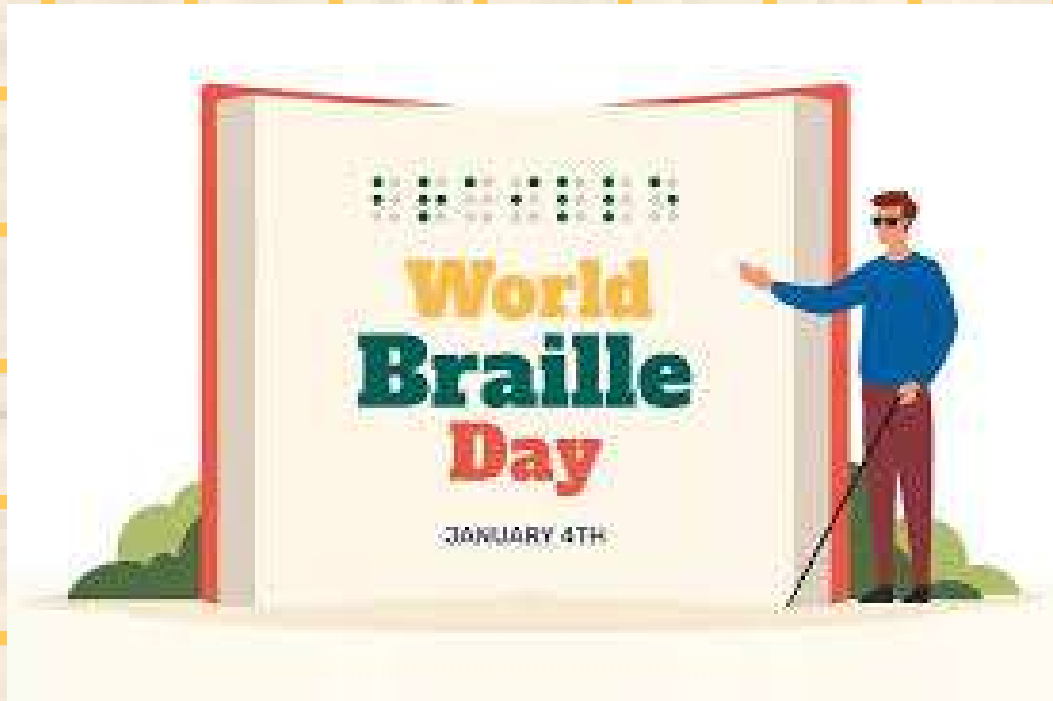
Σε αυτή τη μέθοδο η κύρια ιδέα/έννοια βρίσκεται στο κέντρο και γύρω της διακλαδώνονται περισσότερες λεπτομέρειες που σχετίζονται με αυτήν. Με αυτόν τον τρόπο φαίνεται οπτικά ποιές πληροφορίες σχετίζονται μεταξύ τους και κάνει το υλικό πιο εύκολο για αποστήθιση.

### • Μέθοδος Blurting/Active Recall

Αντί να προσπαθείτε να μάθετε διαβάζοντας ξανά και ξανά τις σημειώσεις σας, διαβάστε μια φορά καλά αυτό που έχετε να μάθετε και κρύψτε τις σημειώσεις σας προσπαθώντας να γράψετε ό,τι θυμάστε σε μια κόλλα χαρτί. Έτσι θα εξασκήσετε το μυαλό σας να κρατάει πληροφορίες μακροπρόθεσμα.

## Παγκόσμια ημέρα γραφής Μπράιγ

Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας (World Health Organization – WHO), υπολογίζεται ότι 253 εκατομμύρια άνθρωποι ζουν σήμερα σε κάθε γωνιά του πλανήτη αντιμετωπίζοντας σοβαρά προβλήματα όρασης. Από αυτούς, 36 εκατομμύρια είναι τυφλοί, ενώ 217 εκατομμύρια έχουν μέτρια έως σοβαρή εξασθένιση όρασης.



Τη ζωή αυτών των ανθρώπων άλλαξε ριζικά ο Λουδοβίκος Μπράιγ, ο οποίος όντας και ο ίδιος τυφλός από μικρή ηλικία και μη ευχαριστημένος από το σύστημα ανάγνωσης που χρησιμοποιούσαν οι τυφλοί ως τότε - διότι ήταν δύσχρηστο και απαρτιζόταν από χοντρούς χαρακτήρες -, αποφάσισε πριν από περίπου δύο αιώνες να δημιουργήσει ένα καινούργιο ειδικό αλφάβητο για τυφλούς. Για αυτόν τον λόγο, η Παγκόσμια ημέρα Braille γιορτάζεται κάθε χρόνο στις 4 Ιανουαρίου προς τιμήν της γέννησης του Λουδοβίκου Μπράιγ, του εφευρέτη του συστήματος γραφής και ανάγνωσης, το οποίο φέρει και το όνομά του.

Αυτό το αλφάβητο ήταν μια αντικατάσταση του γραμματικού αλφαβήτου με ανάγλυφες στιγμές, που με διάφορους συνδυασμούς αποδίδουν ένα κείμενο. Ο τυφλός μπορεί με αυτό το σύστημα να διαβάζει ψηλαφώντας τις στιγμές με το δάχτυλο, δηλαδή έχουμε ανάγνωση με την αφή. Το σύστημα Μπράιγ έχει 6 ανάγλυφες κουκκίδες σαν το κεφαλάκι μιας καρφίτσας. Είναι τοποθετημένες ανά τρεις και μ' αυτές γίνονται 63 συνδυασμοί, που αντιστοιχούν στα γράμματα και τους αριθμούς. Η γραφή αυτή διαβάζεται από τα αριστερά προς τα δεξιά και από πάνω προς τα κάτω, όπως ακριβώς και η συνηθισμένη γραφή. Η επίσημη καθιέρωση του κώδικα Μπράιγ στην Ελλάδα έγινε το 1948.

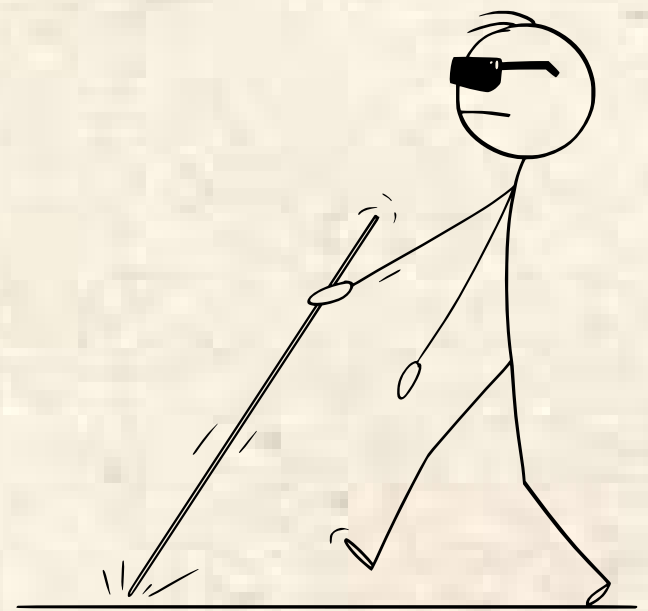
Η γραφή αυτή αφενός αποτελεί το «κλειδί» για την εκπαίδευση και την εν γένει μόρφωση των μαθητών με προβλήματα όρασης και αφετέρου διαδραματίζει σημαντικό ρόλο στις ζωές εκατομμυρίων ανθρώπων με αναπηρία όρασης, καθώς τους επιτρέπει να έχουν πρόσβαση σε βιβλιογραφία, να μελετούν και να διαβάζουν ό,τι επιθυμούν, όπως ακριβώς και οι βλέποντες.



Κατά τη γνώμη μου, ο κώδικας Μπράιγ έχει επιφέρει - εκτός των άλλων - σημαντικές αλλαγές και στην αντίληψη των ανθρώπων, αφού πλέον αναγνωρίζονται οι δυνατότητες των ατόμων με οπτικές αναπηρίες και στην εκπαίδευση. Συνεπώς, απαλείφονται οι κοινωνικές ανισότητες μεταξύ μας, ενώ στις διαπροσωπικές μας σχέσεις καλλιεργείται το αίσθημα της αποδοχής και της συνεργασίας. Είναι αδιαμφισβήτητο πως, αν θέλουμε να διασφαλίσουμε μια αρμονική συνύπαρξη, θα πρέπει να αλληλοβοηθιόμαστε και όχι να κατακρίνουμε και να περιθωριοποιούμε ο ένας τον άλλον. Είναι μείζονος σημασίας να έχουμε όλοι ίσες ευκαιρίες ανεξαρτήτως της διαφορετικότητάς μας, επειδή σε αυτόν τον κόσμο όλοι ήρθαμε με τον ίδιο σκοπό: να ζήσουμε. Να ζήσουμε ποιοτικά, όμορφα, δημιουργικά.

Οποιαδήποτε παγκόσμια ημέρα είναι μια υπενθύμιση για κάθε πολίτη να γιορτάσει, να υπερασπιστεί ή να νιώσει ευγνώμων για κάτι που μπορεί να θεωρεί δεδομένο. Έτσι, λοιπόν, η παγκόσμια ημέρα γραφής Μπράιγας είναι αφορμή να εκτιμήσουμε περισσότερο την πρόσβασή μας σε όλο το εκπαιδευτικό υλικό, τα βιβλία, την έντυπη ενημέρωση και να συλλογιστούμε πως, αν ο Λουδοβίκος δεν είχε αντιδράσει, για να βελτιώσει την ζωή του, πάρα πολλοί άνθρωποι σήμερα δεν θα μπορούσαν να κατανοήσουν το κείμενο που εσύ διαβάζεις με ευκολία.

Κάτια Κουμαρτζάκη



**BRAILLE**

# Το Ολοκαύτωμα

## «27 Ιανουαρίου: Διεθνής Ημέρα Μνήμης για τα Θύματα του Ολοκαυτώματος»

Τι γίνεται όταν ένας άνθρωπος συγκεντρώνει στα χέρια του όλες τις εξουσίες; Όταν ο ίδιος ο άνθρωπος, μάλιστα, δεν αντιμετωπίζει κάποιου είδους αντίσταση και δρα ανεξέλεγκτα; Τότε καταφεύγει σε αλόγιστες ενέργειες, για άλλους «ωφέλιμες» και για άλλους καταστροφικές. Αναλόγως με ποια «μεριά» είσαι...



Στη συγκεκριμένη περίπτωση ο άνθρωπος αυτός έχει όνομα, και φυσικά εννοούμε τον Αδόλφο Χίτλερ! Ένας αυστριακής καταγωγής, πρώην στρατιώτης, απλός πολίτης κατόρθωσε να συγκεντρώσει πολλούς φανατικούς υποστηρικτές, οι οποίοι του έδωσαν το «κατάλληλο» προβάδισμα, για να κερδίσει στις εκλογές και τότε ... άρχισε το μαρτύριο.

Ο Χίτλερ έμεινε στην ιστορία εξαιτίας του μίσους του προς τους Εβραίους. Μίσος που έλαβε τεράστιες διαστάσεις, καθώς εκδηλώθηκε μέσω της εφαρμογής προγραμμάτων εξόντωσης μειονοτήτων και τη δημιουργία στρατοπέδων συγκέντρωσης. Έτσι, το 1933 άρχισε η μαζική μετακίνηση και εγκατάσταση των Εβραίων στα στρατόπεδα συγκέντρωσης (Άουσβιτς, Νταχάου, Μπέργκεν - Μπέλζεν), και στη συνέχεια και άλλων ομάδων, όπως Ρομά ή πολιτικοί αντίπαλοι του Γ' Ράιχ, με σκοπό την πλήρη εξόντωσή τους. Έκτοτε, άρχισε η μαζική γενοκτονία που συγκλόνισε και εξακολουθεί να συγκλονίζει όλο τον κόσμο. Πολλοί γνώρισαν μαρτυρικό θάνατο. Αδιακρίτως ηλικίας, φύλου, εργασίας ή μόρφωσης, όλοι θανατώνονταν. Ένα νούμερο που αγγίζει το 1 εκατομμύριο νεκρών, μεταξύ των οποίων απλοί άνθρωποι, αθώα παιδιά που δεν γνώριζαν τι συνέβαινε, νέοι με φιλοδοξίες και όνειρα. Όλα αυτά για να γεμίσουν το κενό μιας αδίστακτης ψυχής, να χορτάσουν το ακόρεστο μίσος ενός δικτάτορα.

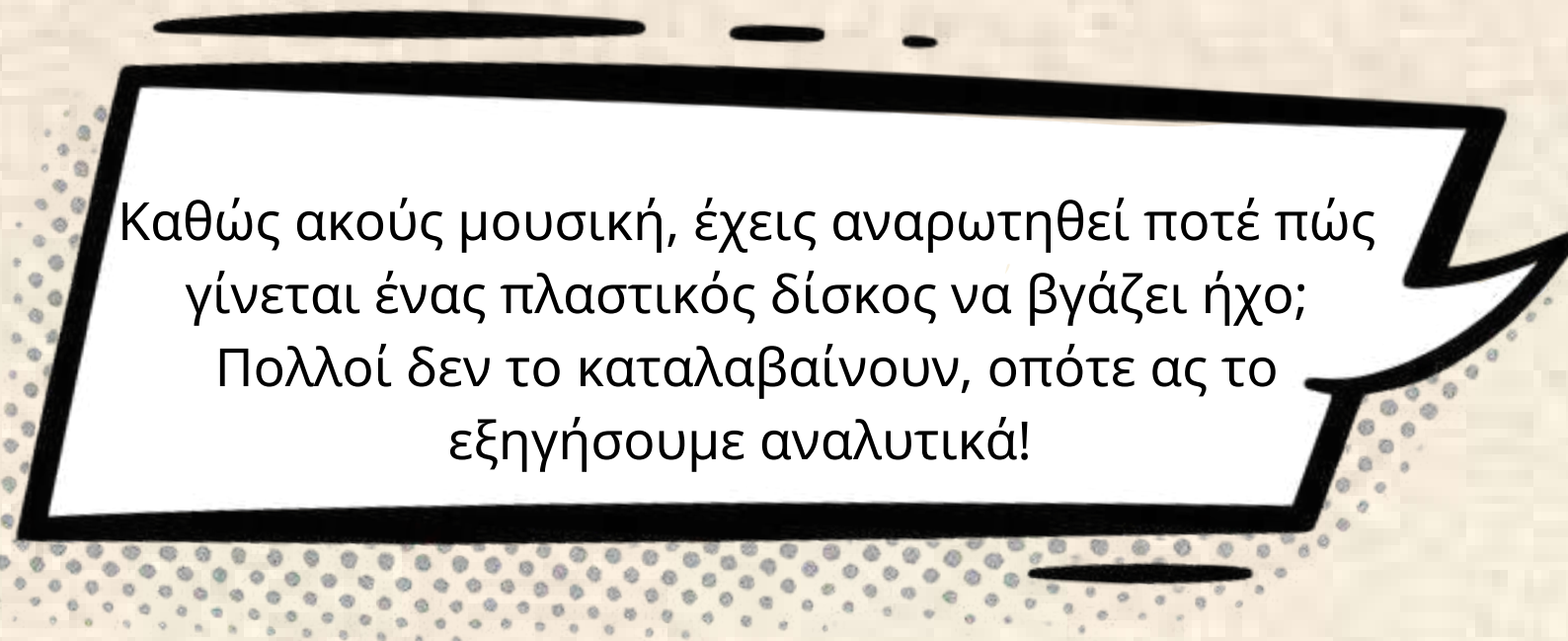
Ακόμα και στην Ελλάδα, όταν τελούσε υπό Γερμανική κατοχή, τον Μάρτιο του 1943, συγκέντρωσαν με συνοπτικές διαδικασίες όλους τους Ελληνοεβραίους και τους οδήγησαν στο Άουσβιτς. Εκεί διαμόρφωσαν ένα από τα μεγαλύτερα ποσοστά δολοφονιών που σημειώθηκαν στον Β' παγκόσμιο πόλεμο. Με ποσοστά που κυμαίνονται μεταξύ 82 έως 92%, παρουσιάζετα μια τραγική εικόνα του πολέμου, όπου το μεγαλύτερο μέρος των θυμάτων ήταν άμαχος πληθυσμός.

Άρα, στο αρχικό ερώτημά μας «Τι γίνεται όταν ένας άνθρωπος συγκεντρώνει στα χέρια του όλες τις εξουσίες;», η απάντηση είναι μία: Ασυδοσία, θάνατος, καταστροφή. Η υπερβολική και χωρίς έλεγχο εξουσία αλλοτριώνει τον άνθρωπο, τον διαφθείρει, τον αποκτηνώνει. Το Γ' Ράιχ, ο Χίτλερ και οι υποστηρικτές του, διέπραξαν τα σοβαρότερα εγκλήματα πολέμου, εγκλήματα κατά της ανθρωπότητας, που καταστράτηγαν τα ανθρώπινα δικαιώματα και ευτέλισαν την ανθρώπινη ύπαρξη. Γι' αυτό, αποτελεί ευθύνη όλων μας να φροντίσουμε να μην υπάρξει ΠΟΤΕ ξανά αντίστοιχο κίνημα, ανάλογες αντιλήψεις και ιδεολογίες. Δεν πρέπει να ξεχνάμε πως «το κακό κυριαρχεί, γιατί το καλό δεν έδωσε αρκετή σημασία στη δύναμή του».

Κωνσταντίνος Γρηγορόπουλος



## Πριν το Spotify: Πως λειτουργούν τα cd και τα βινύλια;



### • Βινύλια

Όλα ξεκινάνε με έναν απλό δίσκο φτιαγμένο από βερνίκι. Εκεί με ένα μηχάνημα γράφονται οι αυλακώσεις (grooves) πάνω στην επιφάνεια (δηλαδή τα τραγούδια). Η διαδικασία κρατάει περίπου 2,5 ώρες. Έπειτα παίρνουμε τον δίσκο και τον κάνουμε ένα «μπάνιο νικελίου», δηλαδή καλύπτεται με νιτρικό αργυρό και γίνεται μεταλλικός. Τέλος, πιέζεται ένα υλικό το πολυβινυλοχλωρίδιο (PVC), το οποίο θερμαίνεται στους 150 βαθμούς και κρατάει για 45 δευτερόλεπτα. Το πιο συνηθισμένο χρώμα είναι το μαύρο, όμως μπορούν να φτιάξουν κι άλλα χρώματα ή συνδυασμούς χρωμάτων.



### • Η ερώτηση είναι όμως πως μια βελόνα εκπέμπει ήχο;

Όταν η βελόνα ακουμπάει πάνω στον δίσκο που είναι γραμμένα τα grooves, δημιουργείται δόνηση και έτσι ακούγεται ίδιο με το στούντιο. Μέσα στον μεταλλικό σωλήνα που είναι η βελόνα, υπάρχει ένα χάλκινο πηνίο το οποίο βρίσκεται ανάμεσα σε δύο μαγνήτες. Αυτοί οι μαγνήτες στέλνουν ηλεκτρικό ρεύμα στα καλώδια των ηχείων. Έτσι, λοιπόν, μπορούμε και ακούμε τον υπέροχο ήχο των βινυλίων!

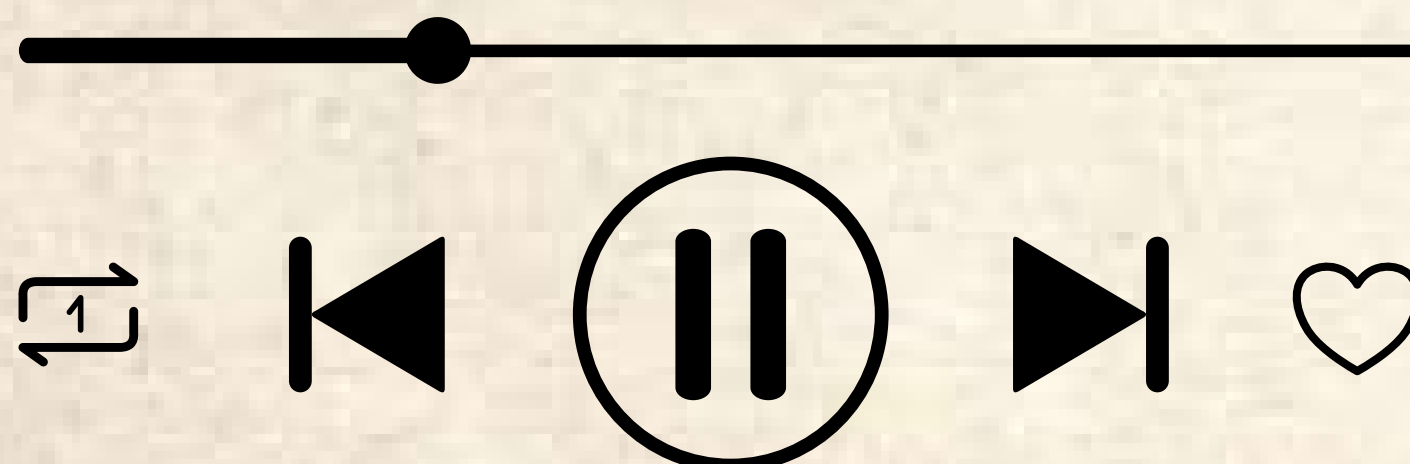
### • CD (compact disc)

Εδώ η διαδικασία είναι πιο εξελιγμένη. Αντί για PVC χρησιμοποιείται μια βάση πολυανθρακικού, όπου μετατρέπεται σε υγρό και πιέζεται σε σχήμα του cd .

Στη συνέχεια, πάνω σε ένα μικροσκοπικό μοτίβο γράφονται τα δεδομένα (η μουσική) που θα διαβαστούν από ένα λέιζερ.

Αργότερα επικαλύπτεται με ένα λεπτό ανακλαστικό στρώμα μετάλλου που συνήθως είναι αλουμίνιο. Βεβαίως πρέπει να είναι πολύ προσεκτικά τοποθετημένο, καθώς το μικρότερο λάθος μπορεί να καταλήξει σε απώλεια των δεδομένων.

Για την προστασία του συμπαγούς δίσκου, εφαρμόζεται πάνω μια επιφάνεια από βερνίκι. Από πάνω κολλάνε το εξώφυλλο του album ή του single.



## Αφιέρωμα στον Διονύση Σαββόπουλο

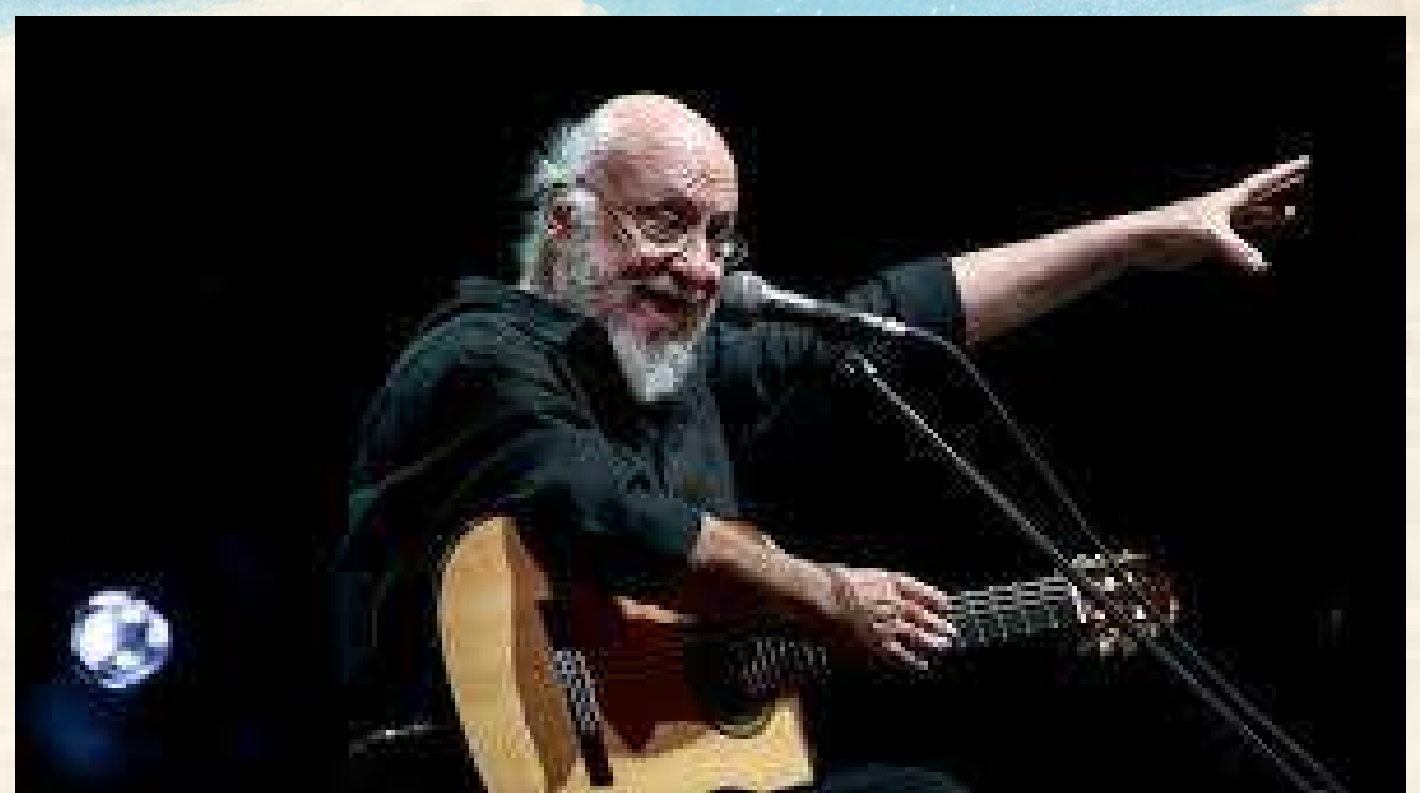
Κατά το δεύτερο μισό του 20ού αιώνα η Ελλάδα αντιμετώπιζε έντονα πολιτικά και κοινωνικά προβλήματα. Η περίοδος αυτή χαρακτηριζόταν από πολιτική αστάθεια, κοινωνικές εντάσεις και σημαντικές αλλαγές στην ελληνική κοινωνία. Οι δυσκολίες αυτές κορυφώθηκαν με την επιβολή της Ελληνική Χούντας 1967-1974, μια περίοδο κατά την οποία περιορίστηκαν οι πολιτικές ελευθερίες και η ελευθερία της έκφρασης. Μέσα σε αυτό το δύσκολο και φορτισμένο κοινωνικό κλίμα εμφανίστηκε και έγινε γνωστός ο τραγουδοποιός Διονύσης Σαββόπουλος, ο οποίος μέσα από τα τραγούδια και τους στίχους του, εξέφρασε τις ανησυχίες, τους προβληματισμούς και τις εμπειρίες της ελληνικής κοινωνίας εκείνης της εποχής.



Ο Διονύσης Σαββόπουλος μεγάλωσε σε ένα ιδιαίτερα φορτισμένο κοινωνικό και πολιτικό κλίμα. Η Θεσσαλονίκη της δεκαετίας του 1940 και του 1950 βρισκόταν ακόμα σε μεταπολεμική περίοδο, με έντονες κοινωνικές και οικονομικές δυσκολίες, ενώ η Ελλάδα αντιμετώπιζε πολιτικές αναταραχές και βαθιές αλλαγές στην καθημερινή ζωή των ανθρώπων. Μέσα σε αυτό το περιβάλλον, η επαφή του με τη μουσική, την παράδοση και τις διεθνείς πολιτισμικές επιρροές διαμόρφωσε από νωρίς τον καλλιτεχνικό του προσανατολισμό.

Το 1963 αποφασίζει να μετακομίσει στην Αθήνα και να εγκαταλείψει τη Νομική Σχολή της Θεσσαλονίκης, προκειμένου να αφοσιωθεί πλήρως στη μουσική. Από τις πρώτες μέρες της καριέρας του κατάφερε να κερδίσει την προσοχή του κοινού, συνδυάζοντας έναν μοναδικό ήχο που ένωνε διεθνείς επιρροές με την ελληνική παράδοση. Επηρεασμένος από μουσικούς, όπως ο Μπομπ Ντίλαν και ο Φρανκ Ζάπα, εισήγαγε στοιχεία της ροκ μουσικής και της πειραματικής σύνθεσης στα ελληνικά τραγούδια, ενώ ταυτόχρονα αντλούσε από τη μακεδονική λαϊκή μουσική, για να δώσει στα τραγούδια του μια χαρακτηριστική ελληνική ταυτότητα.

Η πρώτη του δισκογραφική επιτυχία ήρθε σύντομα μετά την άφιξή του στην Αθήνα, η οποία αποτέλεσε και δίσκοτομή για την ελληνική μουσική, με τη δισκογραφική εταιρεία Lyra. Τα πρώτα του τραγούδια κέρδισαν το ενδιαφέρον του κοινού και των κριτικών. Οι δίσκοι αυτοί συνδύαζαν κοινωνικά και πολιτικά θέματα με πρωτοποριακό ήχο, και ήταν αρκετοί για να καθιερώσουν τον Σαββόπουλο ως μια νέα, δυνατή φωνή στο ελληνικό τραγούδι. Από την αρχή της δισκογραφικής του πορείας φάνηκε ότι δεν θα περιοριζόταν μόνο στη διασκέδαση· τα τραγούδια του είχαν μήνυμα, αναδείκνυαν προβληματισμούς της εποχής και προσέφεραν μια διαφορετική ματιά στην ελληνική πραγματικότητα.



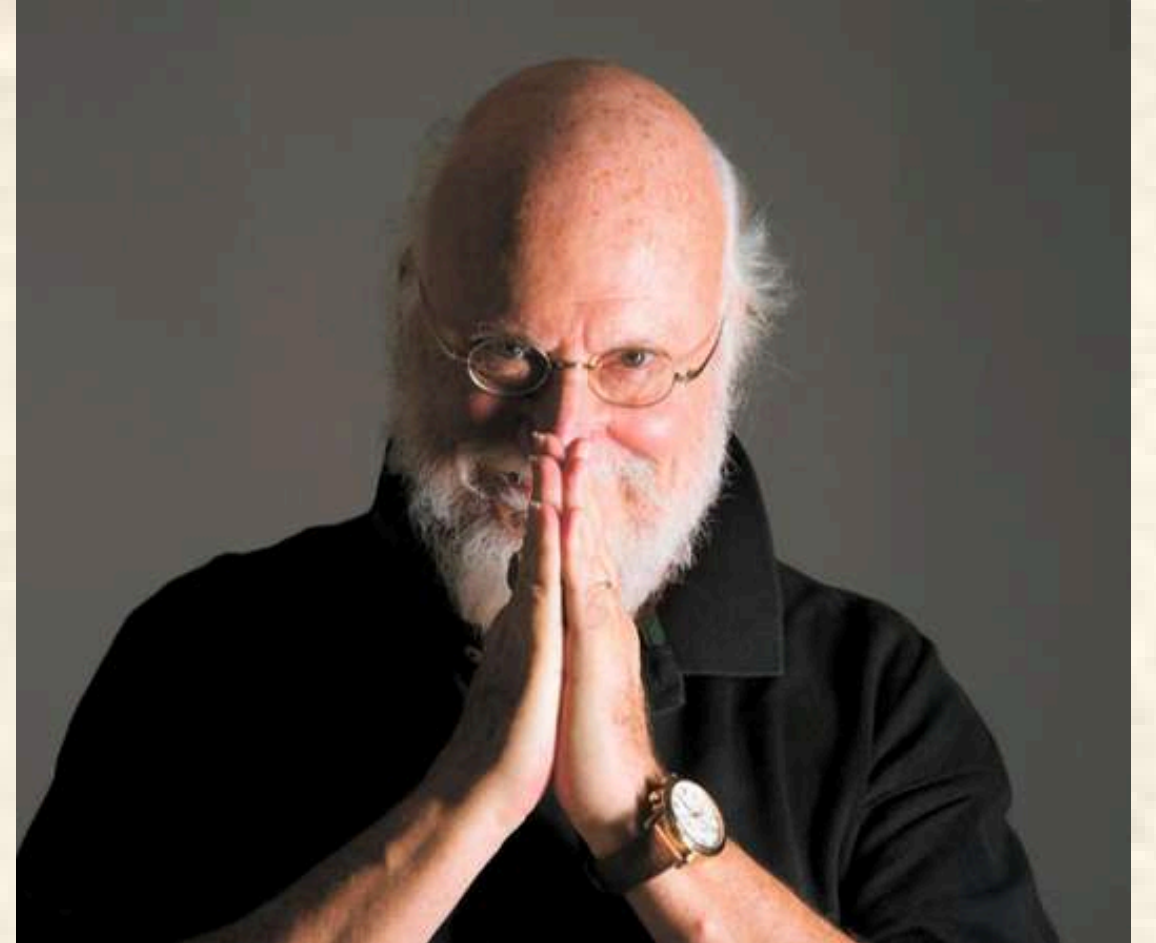
Παρά τις προηγούμενες επιτυχίες του για εμένα η λαμπρότερη περίοδος της καριέρας του Σαββόπουλου ήρθε κατά την περίοδο της δικτατορίας. Τα τραγούδια του απέκτησαν έντονο πολιτικό και κοινωνικό χαρακτήρα, καθιερώνοντάς τον ως μια από τις σημαντικότερες ανερχόμενες φωνές της ελληνικής μουσικής σκηνής και κεντρική αντιστασιακή φιγούρα. Η Χούντα επιχείρησε επανειλημμένα να φимώσει το έργο του, με πιο χαρακτηριστική την περίπτωση του τραγουδιού «Ζεϊμπέκικο», το οποίο απορρίφθηκε από την επιτροπή λογοκρισίας, επειδή περιείχε «ανατρεπτικά νοήματα» και ο καλλιτέχνης «δεν συνεμορφώθη με τις υποδείξεις». Οι στίχοι του τον «οδήγησαν» στη φυλάκισή του και στα βασανιστήρια που υπέστη, γεγονός που όχι μόνο τον καθιέρωσε ως καλλιτέχνη με ηθικό σθένος, αλλά και ενίσχυσε τη φήμη του ως σύμβολο αντίστασης και ελευθερίας μέσα από τη μουσική.



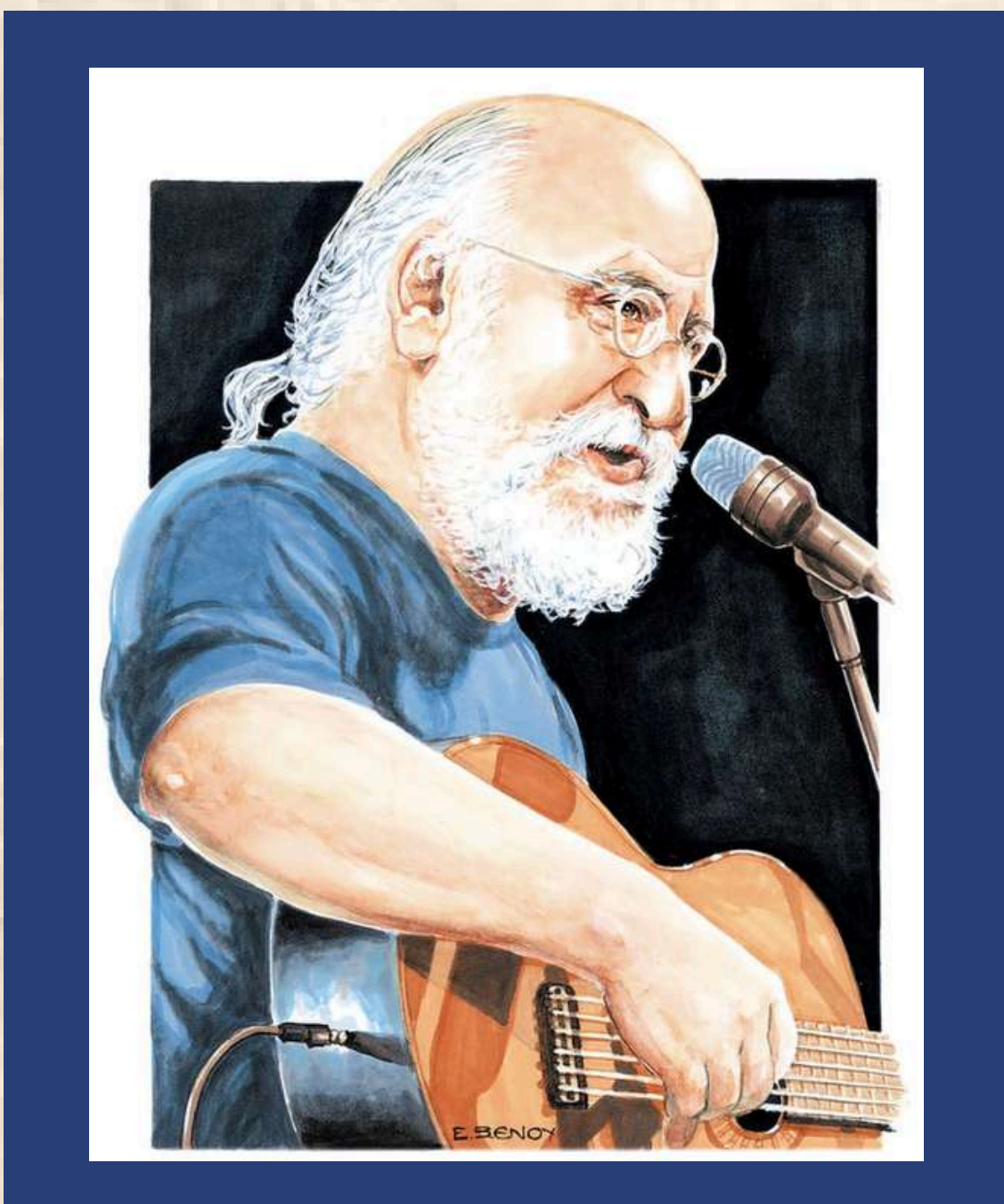
Οι εμπειρίες του στη φυλακή και η πίεση του καθεστώτος τροφοδότησαν τη δημιουργικότητά του. Μέσα στο κελί έγραψε το εμβληματικό «Δημοσθένους Λέξις», χρησιμοποιώντας αλληγορίες για να «ξεγελάσει» τους λογοκριτές. Μετά τη λήξη της δικτατορίας και την έναρξη της Εποχής της Μεταπολίτευσης, ο Διονύσης Σαββόπουλος γνώρισε το μεγάλο του «μπαμ» στο ελληνικό κοινό. Η ελευθερία της έκφρασης επέτρεψε στους καλλιτέχνες να μιλήσουν ανοιχτά για την κοινωνία και την πολιτική, και ο Σαββόπουλος ήταν από εκείνους που εκμεταλλεύτηκαν αυτήν την ευκαιρία με τον πιο δυναμικό τρόπο.



Η επιτυχία του δεν είναι μόνο εμπορική· τα τραγούδια του αντικατοπτρίζουν τις ελπίδες, τα όνειρα και τις αναζητήσεις μιας ολόκληρης γενιάς που έβλεπε τη χώρα να ξαναχτίζεται μετά τα χρόνια της καταπίεσης, καθιστώντας τον κεντρική προσωπικότητα στη μουσική και την πολιτιστική ζωή της εποχής. Ιδιαίτερη σημασία για την καθιέρωσή του είχε η κυκλοφορία του δίσκου «10 Χρόνια», το 1978. Ο δίσκος αυτός αποτέλεσε ένα είδος απολογισμού για τη μέχρι τότε πορεία του, συνδέοντας τα πρώτα του χρόνια με τη νέα εποχή της ελευθερίας μετά τη δικτατορία. Τα τραγούδια του περιλαμβάνουν έντονη κοινωνική και πολιτική κριτική, συνδυασμένη με ποιητική ευαισθησία και πρωτότυπες μουσικές συνθέσεις, ενώ η ανάμειξη ελληνικής παράδοσης και σύγχρονου ήχου τον καθιέρωσε οριστικά ως μία από τις πιο επιδραστικές φωνές της ελληνικής μουσικής σκηνής.



Μετά τα μέσα της δεκαετίας του 1980, η δημοτικότητα του Σαββόπουλου γνώρισε μια σχετική πτώση. Η αλλαγή των μουσικών τάσεων, η άνοδος νέων καλλιτεχνών και η στροφή του κοινού προς πιο εμπορικά και ποπ είδη μείωσαν την εμπορική απήχηση των δίσκων του. Παρά αυτή τη μείωση στην εμπορική αναγνώριση, η καλλιτεχνική του αξία παρέμεινε αδιαμφισβήτητη. Τα τραγούδια και το έργο του συνέχισαν να επηρεάζουν συναδέλφους και να αποτελούν κεντρική αναφορά στην ιστορία της ελληνικής μουσικής, ενώ ο ίδιος εξακολουθεί να θεωρείται σημαντική και διαχρονική μορφή, με την προσφορά του να παραμένει αναγνωρίσιμη και σεβαστή από νεότερες γενιές.



Ο Διονύσης Σαββόπουλος είχε έναν αξιομνημόνευτο και ξεχωριστό ρόλο στους Ολυμπιακούς Αγώνες της Αθήνας το 2004, ένα από τα σημαντικότερα πολιτιστικά γεγονότα στην πρόσφατη ιστορία της Ελλάδας. Στην τελετή λήξης, στις 29 Αυγούστου 2004, βρέθηκε στο Ολυμπιακό Στάδιο ως ένας από τους καλλιτέχνες που έκλεισαν τις εορταστικές εκδηλώσεις. Με υψωμένο ένα τύμπανο και πλαισιωμένος από άλλους γνωστούς Έλληνες ερμηνευτές, έδωσε ρυθμό στους αθλητές, στους εθελοντές και στους θεατές, δημιουργώντας μια ζωντανή και δυναμική ατμόσφαιρα που ενθουσίασε το κοινό και μεταδόθηκε σε όλο τον κόσμο.

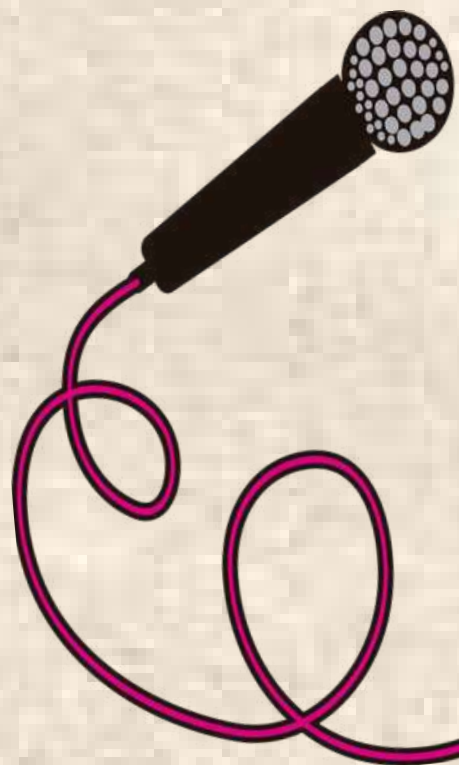
Η απόσυρση του Σαββόπουλου από την ενεργό δισκογραφία και τις τακτικές συναυλίες ήρθε σταδιακά από τα μέσα της δεκαετίας του 1990 και ενισχύθηκε τις επόμενες δεκαετίες. Ο ίδιος επέλεξε να μειώσει την εμπορική του δραστηριότητα για να δίνει προτεραιότητα στη δημιουργία που είχε νόημα και στη μουσική ποιότητα, αποφεύγοντας την παραγωγή για χάρη της αγοράς. Παράλληλα στράφηκε σε άλλες καλλιτεχνικές εκφράσεις, όπως θεατρικά έργα και επιλεγμένα πρότζεκτ, διατηρώντας, όμως, τη φωνή του ζωντανή μέσα από ειδικές εμφανίσεις. Με αυτόν τον τρόπο, η απόσυρσή του δεν υπήρξε πλήρης ή οριστική· ο Σαββόπουλος παρέμεινε παρών στη μουσική σκηνή μέχρι τα τελευταία χρόνια κυκλοφορώντας νέα singles, αγγλόφωνες εκδόσεις γνωστών τραγουδιών του μέχρι και εντός του 2024, με την παρουσία του να είναι επιλεκτική αλλά ουσιαστική.



Η προσωπική φιλοσοφία του Διονύση Σαββόπουλου συνοψίζεται στην ακεραιότητα και τη δημιουργία με νόημα. Πίστευε ότι η μουσική δεν πρέπει να περιορίζεται στην ψυχαγωγία ή στο κέρδος, αλλά να εκφράζει αλήθειες, κοινωνικές ανησυχίες και πολιτιστική μνήμη. Σεβόταν βαθιά την ελληνική παράδοση, αλλά δεν φοβόταν να πειραματιστεί και να ενσωματώσει νέες επιρροές, δημιουργώντας έναν μοναδικό ήχο. Η στάση του απέναντι στην τέχνη και τη ζωή δείχνει ότι η αυθεντικότητα και η αλήθεια είναι αξίες που διαρκούν πέρα από τις μόδες και τις εποχές.

#### Τι πρέπει να θυμόμαστε;

Από τον Διονύση Σαββόπουλο πρέπει να θυμόμαστε κυρίως τον πολιτικό και κοινωνικό χαρακτήρα της μουσικής του, την ποιότητα και την καινοτομία στο τραγούδι, καθώς και τη διαχρονική του επίδραση στην ελληνική σκηνή. Η μουσική του δεν ήταν μόνο ψυχαγωγία· υπήρξε φωνή αντίστασης, έκφραση κοινωνικών προβληματισμών και γέφυρα με την ελληνική παράδοση. Συνδύασε παράδοση και καινοτομία, ενώνοντας τη μακεδονική λαϊκή μουσική με διεθνείς ροκ επιρροές και πειραματικές συνθέσεις, δημιουργώντας ένα μοναδικό ύφος που παραμένει αναγνωρίσιμο. Κατά τη διάρκεια της δικτατορίας, τα τραγούδια του λειτούργησαν ως σύμβολο αντίστασης και ελευθερίας, ακόμα και με προσωπικό κόστος. Διατήρησε ακεραιότητα στην καλλιτεχνική του πορεία, περιορίζοντας σταδιακά την εμπορική δραστηριότητα για να δίνει προτεραιότητα στη δημιουργία με νόημα και στην ποιότητα. Ταυτόχρονα, επηρέασε γενιές νέων καλλιτεχνών, με το έργο του να παραμένει αναφορά για την ελληνική μουσική και τη διαχρονική πολιτιστική κληρονομιά της χώρας.



# ΔΗΜΙΟΥΡΓΟΥΜΕ

## Μια αστεία - «φανταστική» ιστορία (Part 2)

Ο Διευθυντής και ο Γραμματέας απολαμβάνουν την εμπορική επιτυχία των Doritos... Δεν ξεχνάμε πως ο Διευθυντής μιλάει τα ελληνικά σε ικανοποιητικό βαθμό, αλλά δεν μπορεί να προφέρει καλά το -ρ-.

(Αρχίζει η σκηνή με τον Διευθυντή καθισμένο στο γραφείο του να κοιτάζει τα ποσοστά πώλησης του προϊόντος, κρατώντας μία κούπα στο χέρι.)

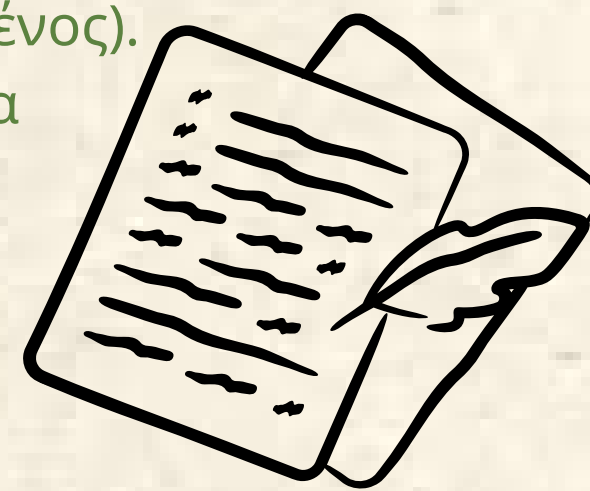
**Διευθ.:** Οφείλω να ομολογήσω πως έκανες καλή δουλειά νεαγέ.

**Γραμ.:** (Γουρλώνει τα μάτια του και χαμογελά). Αλήθεια (!); Μα σας ευχαριστώ πολύ Κύρ-

**Διευθ.:** (Ο διευθυντής πίνει μια γουλιά από τον καφέ του και αφήνει την κούπα στο γραφείο. Κοιτά τον υπάλληλο κατάματα). Δεν τελείωσα. Παγατηγώ πως ύστεγα από τη μεγάλη επιτυχία των Ντο(γ)ίτος...

**Γραμ.:** Κύριε συγχωρέστε με. Είναι Ντορίτος με -ρ- όχι με -γ-.

**Διευθ.:** (Ρουθουνίζει φανερά ενοχλημένος). Ναι ναι ... ό,τι πεις. Λοιπόν, έχεις καμία πγόταση για πγοϊόν;



**Γραμ.:** (Σοκαρισμένος) Μα πώς τολμάτε να εισβάλετε στην καθημερινότητά μου; Φυσικά και έχω στάση για πρωινό. Δεν θα μου στερήσετε το διάλειμμα μου!

**Δευθ.:** (Κλείνει τα μάτια του και μουρμουρίζει στον εαυτό του). Αχ, όπου να 'ναι αγχίζει η άδεια, όπου να 'ναι θα απαλλαχθώ από αυτόν. (Με δυνατή φωνή: ) Πγοϊόν ανεγκέφαλε!

**Γραμ.:** Αααα... Πείτε το έτσι.

**Διευθ.:** (Κρατάει σφιχτά την κούπα του, για να μην του την πετάξει και μιλάει στον εαυτό του.) Ηρεμία... Ψυχική ηρεμία... - Για πες, ποιο θεωρείς ότι πγέπει να είναι το νέο πγοϊόν;

**Γραμ.:** (Δίνει στον Διευθυντή μία στοίβα από χαρτιά...) Λοιπόν, σκέφτηκα πως το νέο πγοϊόν χρειάζεται, όχι πρέπει, όχι απαιτείται να προσελκύσει κόσμο και κοσμάκη!

**Διευθ.:** (Απτόητος, ρίχνει μια πασιέντζα) Ναι, ναι. Για συνέχισε...

**Γραμ.:** Έχω κάτι στο μυαλό μου, αλλά έχω κολλήσει λίγο στη γεύση. Εσείς έχετε κάτι να προτείνετε;

**Διευθ.:** (Τραβάει ένα τραπουλόχαρτο.) (Ρ)ίγα! Να πάγει! - Συγγνώμη, τι είπες;

**Γραμ.:** Μάλιστα! Ρίγανη! Ωραία ιδέα. Σε πολλούς αρέσει η ρίγανη. Αλλά πρέπει να βρούμε ένα όνομα. Προϊόν χωρίς όνομα είναι σαν κάρο χωρίς άλογα!

**Διευθ.:** (Κοιτάζει απορημένος τον υπάλληλο). Είσαι καλά άνθωπέ μου; Τώρα μου μιλάς για άλογα ενώ πγιν για (ρ)ίγανη,; Πού το πας;

**Γραμ.:** «Pringles»! Όχι και κακό για όνομα. Έχετε μεγάλη ευρηματικότητα κύριε. Ευχαριστώ πολύ!

**Διευθ.:** (Συνεχίζοντας την πασιέντζα του...) Άντε πάλι... τώρα μου ήρθε ντάμα!

**Και... κάπως έτσι βγήκαν τα Pringles με γεύση ρίγανη...  
Μάλλον, ίσως, πιθανόν.**

**Κωνσταντίνος Γρηγορόπουλος**

## «Με λένε George Stanton ...»

Με λένε George Stanton και θα σας μιλήσω για έναν σπουδαίο άνθρωπο. Το όνομά του είναι **Christian Delaware**. Είναι ένας από τους καλύτερους ανθρώπους στον κόσμο, αν όχι ο καλύτερος! Ο κύριος Delaware είναι **καλόκαρδος, καλοκάγαθος**, με μία **χρυσή καρδιά** και μία **ψυχή καλή**, που σε ζεσταίνει όσο και ο ήλιος τα λουλούδια. Βοηθάει τους πάντες και τα πάντα. Είναι φίλος με όλους στην περιοχή όπου μένω και όλοι ξέρουν το όνομά του.

Ο κ. Delaware μάλλον **ήταν όλα αυτά**. Τώρα είναι νεκρός. Από όσο θυμάμαι ήταν κάποια χρόνια πριν, ήμουν 17 ή 18 χρονών και πήγαινα στο σχολείο με τον καλύτερό μου φίλο. Όλα ήταν ήρεμα, συζητούσαμε για τα μαθήματα ... και μετά

βλέπουμε στην απέναντι μεριά του δρόμου μια ομάδα κοριτσιών, ανάμεσά τους ήταν και η Nadia Reyskland, μια πανέμορφη κοπέλα στην ηλικία μου με μαύρο μαλλί και πορτοκαλί μάτια. Ήταν το πιο όμορφο κορίτσι στην τάξη και ήταν το κορίτσι που αγάπησα.

Ο κολλητός μου με έπιασε από τον ώμο, τον κοίταξα και είδα ένα χαμόγελο να απλώνεται στο πρόσωπό του. «**Τι;**» τον ρώτησα. «**Σκέφτεσαι αυτό που σκέφτομαι;**» μου απάντησε. Εγώ τον κοίταξα παραξενεμένος «**όχι;!**» του είπα. Το πρόσωπό του πήρε μια έκφραση ψεύτικης απογοήτευσης. «**Αχ αγόρι μου.. είσαι πολύ αθώος για αυτό το κόσμο**» χαμογέλασε. «**Πήγαινε μίλα της!**» μου είπε. «**Να πάω να μιλήσω σε ποια, στη Nadia;!**» Του απάντησα. «**Σε ποια άλλη;**» μου αντιγύρισε. Έπιασα το πηγούνι μου, «**δεν ξέρω**» του είπα κοιτάζοντας την απέναντι πλευρά του δρόμου.

- «**Δεν ξέρεις τι;**»
- «**Να της μιλήσω!**»
- «**Απλώς πήγαινε μίλα της και κάλεσέ την σε ραντεβού.**»
- «**Κι αν αρνηθεί;**»

Με κοίταξε με την άκρη των ματιών του ...

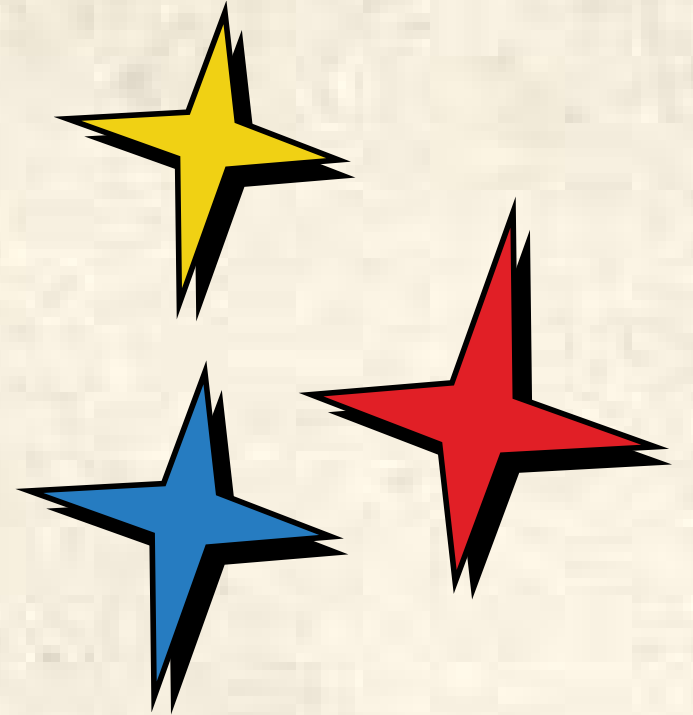
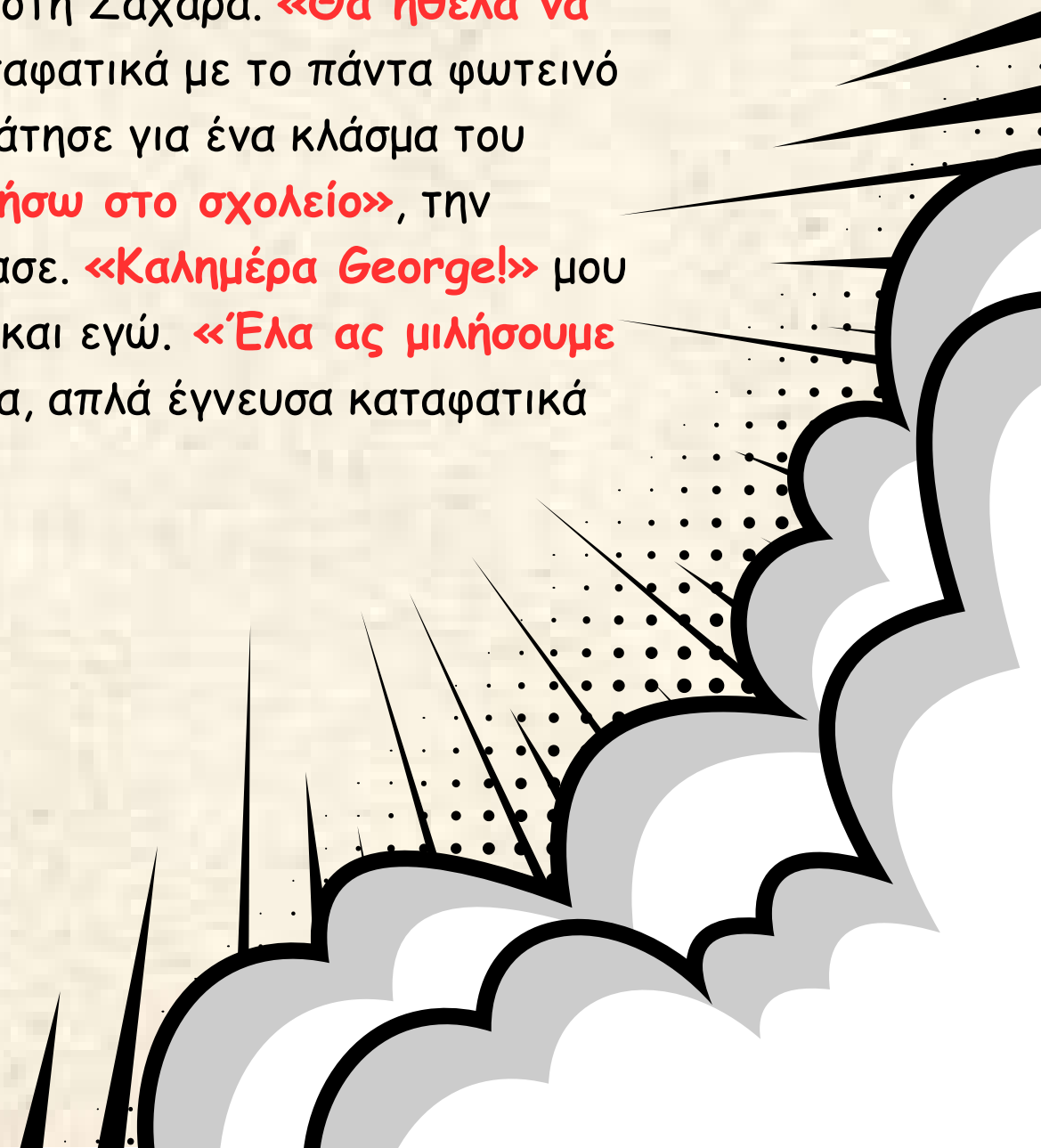
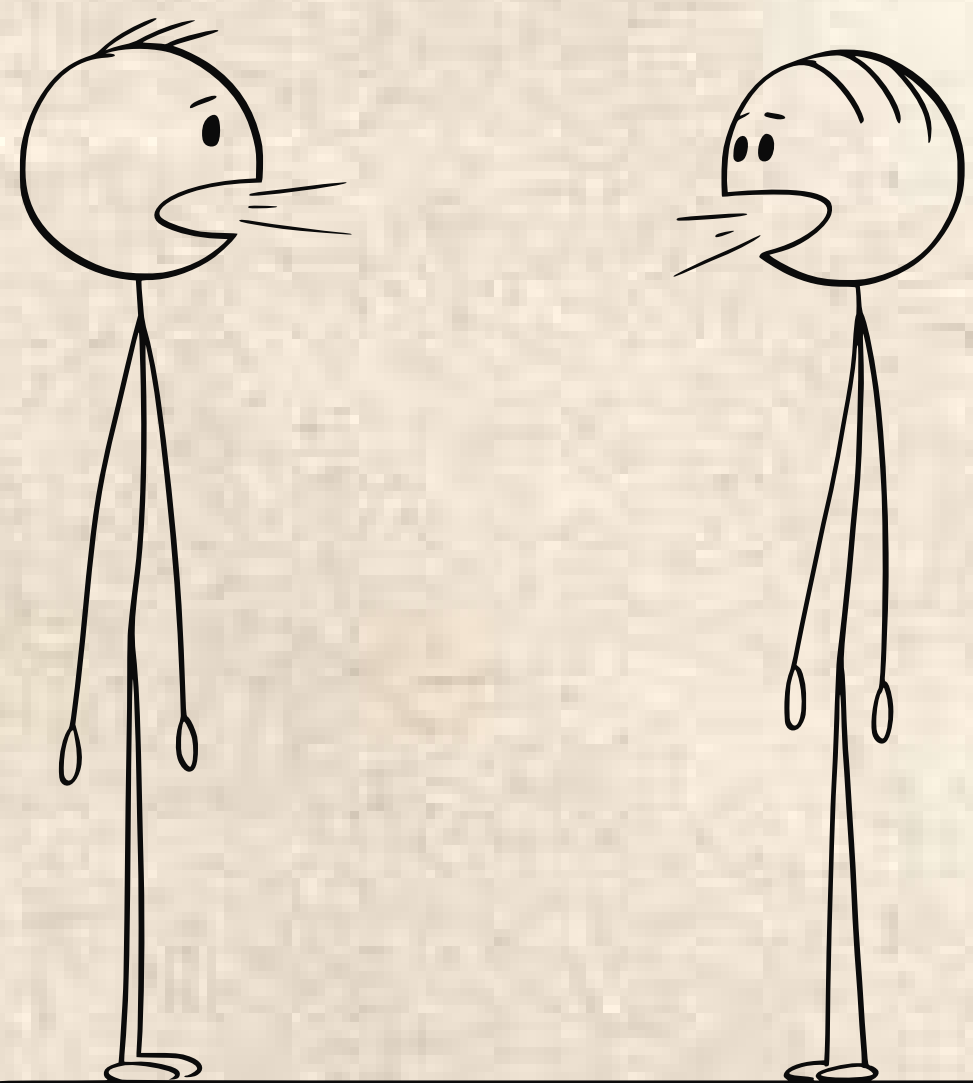
- «**Έλα τώρα ρε φίλε, πώς ξέρεις ότι θα αρνηθεί αν δεν της μιλήσεις;**»

Τον κοίταξα, πήρα μια βαθιά ανάσα: «**Θα το κάνω!**» είπα.

Περισσότερο, βέβαια, μιλούσα στον εαυτό μου παρά στον φίλο μου.

Προχώρησα προς την απέναντι πλευρά, πριν πατήσω στο πεζοδρόμιο δίστασα. «**Και αν γελάσει μαζί μου; Και αν μου πει όχι;**» Όλες αυτές οι σκέψεις γύριζαν μέσα στο κεφάλι μου. «**Γύρνα πίσω!**» Μου έλεγε ένα κομμάτι του εαυτού μου, «**ηρέμησε όλα θα πάνε καλά μου**» έλεγε ένα άλλο.

Κοίταξα την παρέα, πήρα μια βαθιά ανάσα και προχώρησα: «**Nadia!!!**» της φώναξα. Την είδα να με κοιτάζει, ένιωσα το κεφάλι μου να καίει σαν να ήμουν στη Σαχάρα. «**Θα ήθελα να σου μιλήσω**». Εκείνη έγνευσε καταφατικά με το πάντα φωτεινό χαμόγελό της. Η καρδιά μου σταμάτησε για ένα κλάσμα του δευτερολέπτου. «**Θα σας συναντήσω στο σχολείο**», την άκουσα να λέει και μετά με πλησίασε. «**Καλημέρα George!**» μου είπε. «**Κ... καλημέρα**», της είπα και εγώ. «**Έλα ας μιλήσουμε όσο περπατάμε**». Δεν είπα τίποτα, απλά έγνευσα καταφατικά και την ακολούθησα.



Για ένα ελάχιστο μικρό χρονικό διάστημα δεν μπορούσα να μιλήσω. Ο λάρυγγάς μου έσφιγγε τις λέξεις σαν μέγγενη. Κάποια στιγμή σταμάτησα να περπατάω και κοίταξα την Nadia στα μάτια: «**Nadia...**» έκανα μία παύση. «**Θες να βγούμε ραντεβού;**» Ετοίμασα τον εαυτό μου για την επερχόμενη έκρηξη. Δεν ήρθε ποτέ. Μόνο τα μάτια της έλαμψαν σαν μία άγρια φλόγα, το χαμόγελό της μεγάλωσε και μου έπιασε το χέρι. Αμέσως κοκκίνισα. Το επόμενο που άκουσα με έκανε σχεδόν σίγουρο ότι θα πέθαινα!



- «**Ναι.**»
- «**Εννοείς!;**»
- «**Εννοώ ότι θέλω να βγούμε ραντεβού. Με είχε καλέσει ο Brand αλλά δεν θέλω να βγω με αυτόν τον πίθηκο!**» Αυτός ο Brand είναι ο «Βασιλιάς» του σχολείου. Υποτίθεται όμορφος αλλά στην πραγματικότητα είναι ανόητος. Ακόμη και οι «μπράβοι» του το ξέρουν. Απλώς είναι σαν και εκείνον. Το πρόσωπό μου έλαμψε. Ένιωσα ένα μεγάλο βάρος να φεύγει από πάνω μου. Η καρδιά μου χτυπούσε πιο αργά τώρα.
- «**Χαίρομαι που το ακούω. Πότε θες να συναντηθούμε;**»
- «**Στο εστιατόριο του Mylo στις 8:30;**»
- «**Ναι, ωραίο μου ακούγεται.**»

Συνεχίσαμε να περπατάμε και να μιλάμε μέχρι το σχολείο που εκεί χωριστήκαμε για να πάμε στις τάξεις μας λέγοντας ότι θα συναντηθούμε στο σχολάσμα.

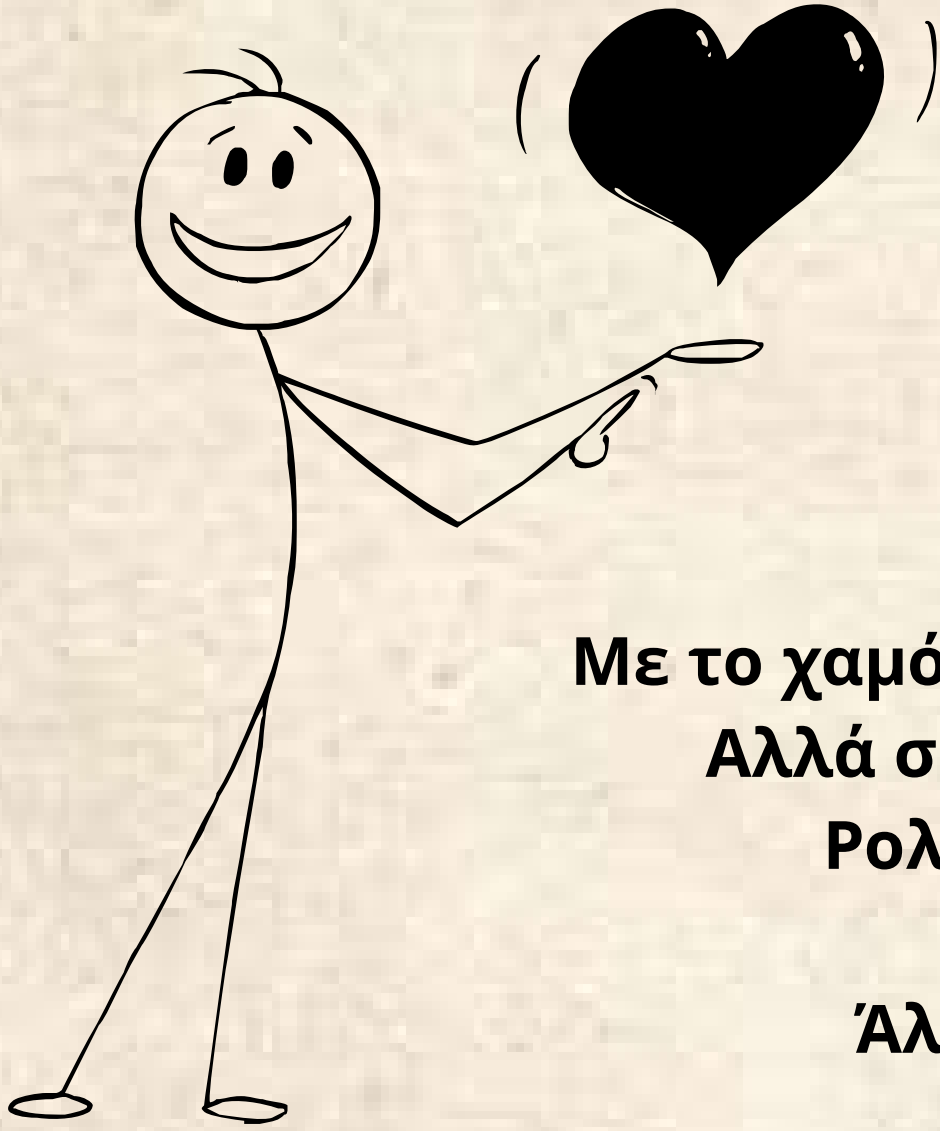
Μετά το τέλος των μαθημάτων συναντηθήκαμε έξω από το σχολείο και αρχίσαμε να προχωράμε προς τα σπίτια μας συζητώντας και γελώντας. Είχαμε φτάσει στο στενό, κοντά στο σπίτι της Nadia, όταν ξαφνικά ακούστηκε μια κραυγή. Γυρίσαμε να κοιτάξουμε και είδαμε ένα φορτηγό να έρχεται καταπάνω μας. Είχαμε παγώσει από το φόβο και δεν μπορούσαμε να κουνηθούμε. Το φορτηγό ερχόταν όλο και πιο γρήγορα και δεν φαινόταν ότι θα σταματούσε. Τι θα γινόταν τώρα; Ποια ήταν η μοίρα μας;

(Συνεχίζεται...)

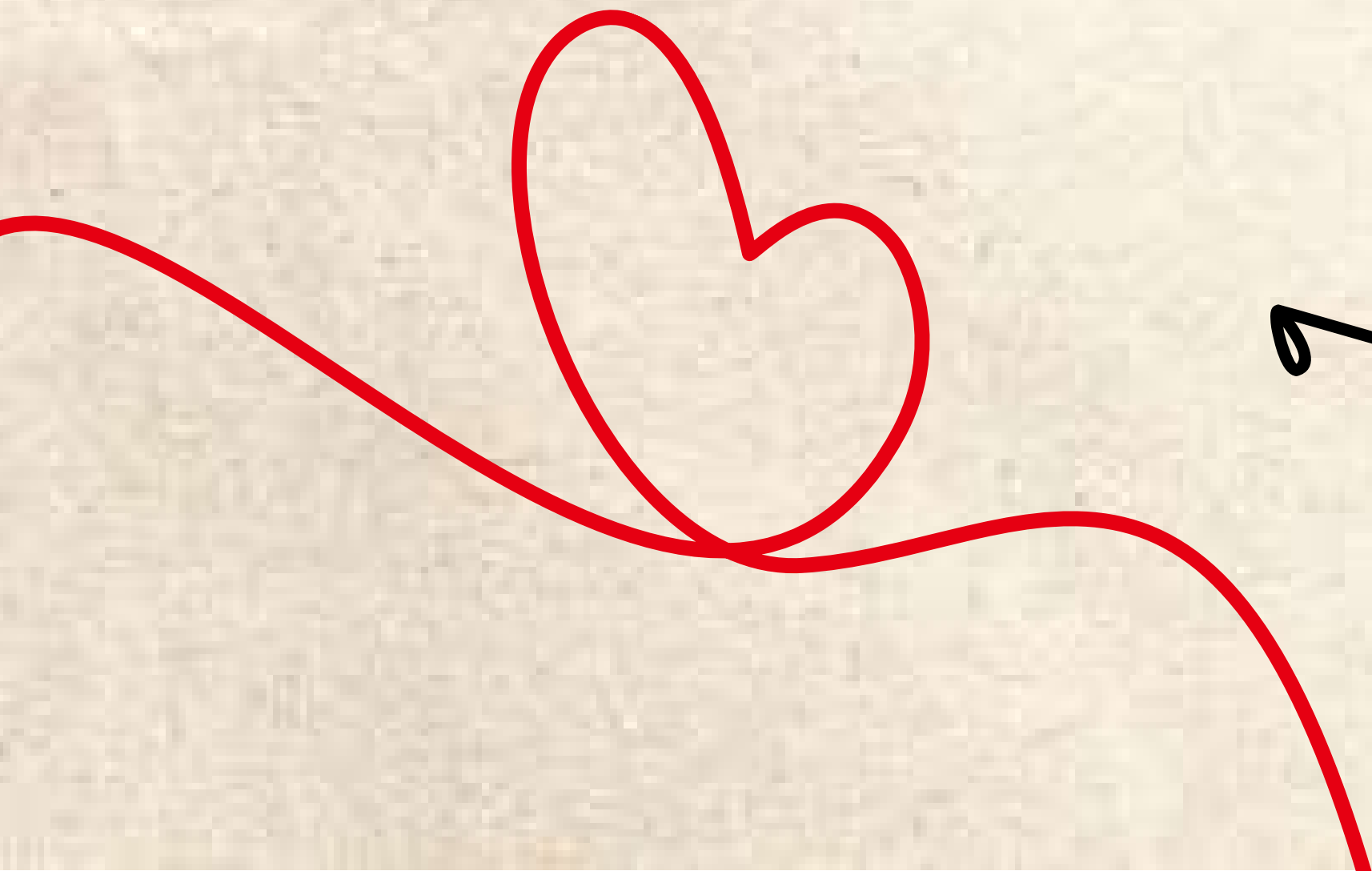
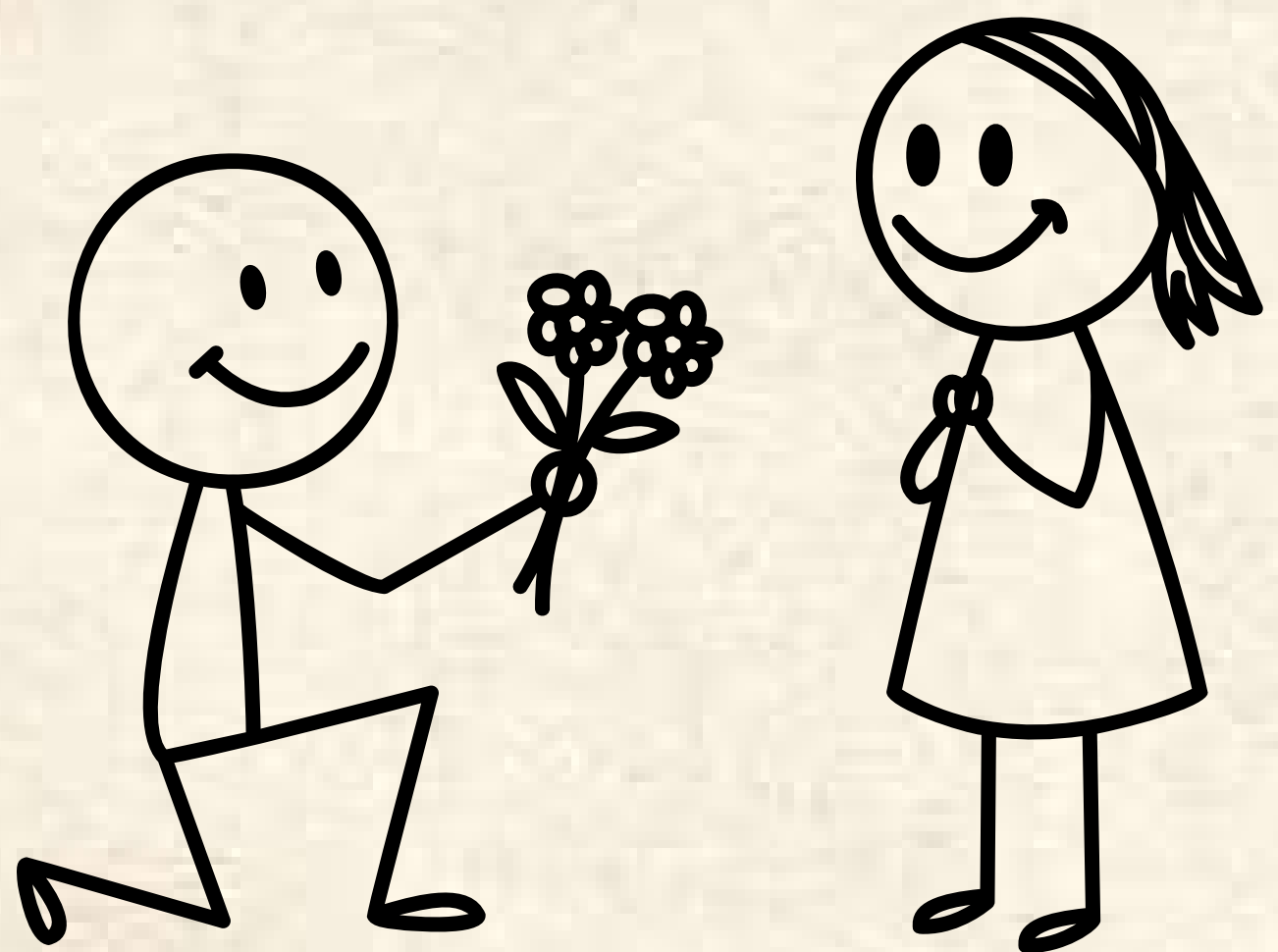


## Ποίημα του Παναγιώτη Στρομπολάκου

Με αφορμή την ημέρα του Αγίου Βαλεντίνου, θέλησα να γράψω ένα ποίημα για εκείνον τον πολύ ξεχωριστό άνθρωπο που μπορεί να έχει κανείς.

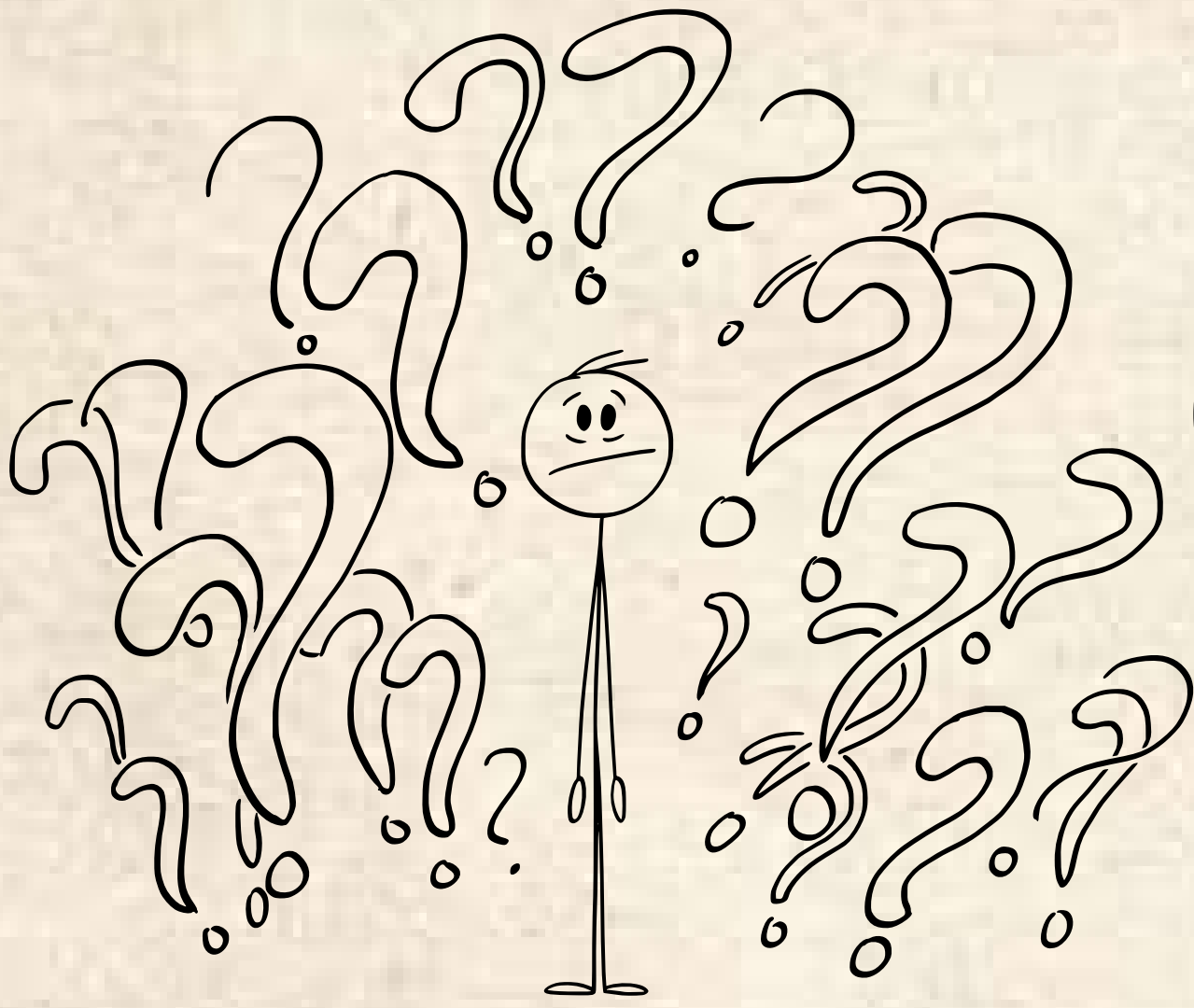


Με το χαμόγελό σου τα λουλούδια του κήπου μου ανθίζουν,  
Αλλά σύννεφα έρχονται όταν στενάχωρη σε βλέπω,  
Ρολόι έχει γυρίσει, μαζί με όλη μου τη φύση,  
Ίσως το υποπτεύεσαι πως με  
Άλλη η ψυχή μου δεν χαίρεται, επειδή εγώ  
Σ' αγαπώ



# ΤΟ ΗΞΕΡΕΣ ΟΤΙ...

## 4 Πράγματα που πιστεύουμε αλλά δεν ισχύουν



### • Ο άνθρωπος προέρχεται από πιθήκους

Αυτή η φράση δεν είναι τελείως λανθασμένη, όμως πολλοί πιστεύουν πως ο άνθρωπος προέρχεται από τους πιθήκους που υπάρχουν σήμερα, κάτι το οποίο δεν συμβαίνει. Ισχύει, βέβαια, ότι μοιραζόμαστε έναν κοινό πρόγονο με τους πιθήκους.

what?

### • Βρεγμένο κινητό σε ρύζι

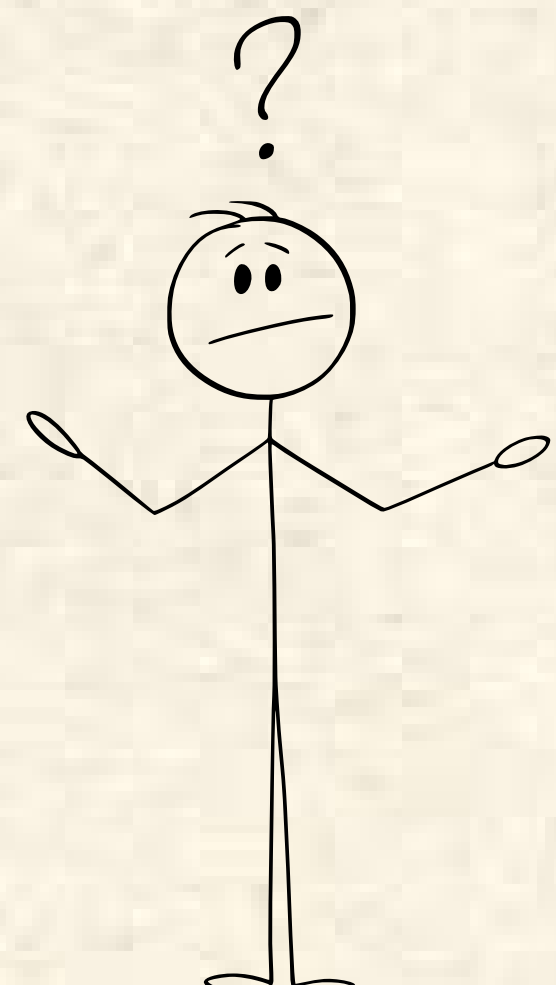
Ενώ το ρύζι έχει την ικανότητα να απορροφά την υγρασία το κάνει αρκετά αργά με αποτέλεσμα η ζημιά που μπορεί να έχει δημιουργηθεί να προχωρά κανονικά και ίσως να επιταχύνεται. Επίσης, το άμυλο πολλές φορές και η σκόνη είναι πιθανό να προκαλέσει περαιτέρω βλάβη. Είναι, άρα, κατά ένα μέρος αποτελεσματικό αλλά σίγουρα όχι ιδανικό.

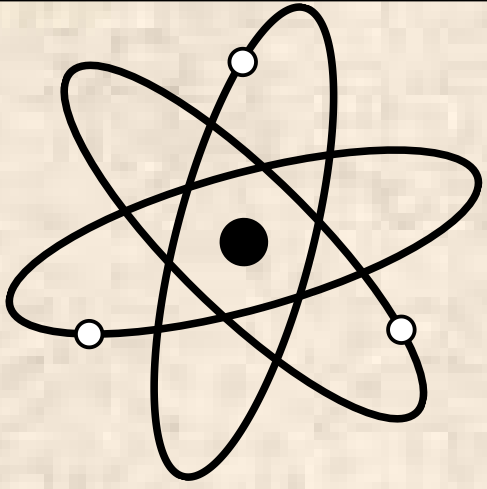
### • Αν είσαι πολύ κοντά στην τηλεόραση θα τυφλωθείς

Πολλοί επιστήμονες έχουν αναφερθεί στο γεγονός ότι το να είσαι αρκετά κοντά σε κάποια οθόνη δεν επηρεάζει τόσο την υγεία των ματιών σου απλά σου προκαλεί κόπωση. Άρα, η κοντινή απόσταση από τις οθόνες δεν βλάπτει τα μάτια, αλλά ο χρόνος που αφιερώνει κανείς μπροστά από αυτές.

### • Αν βγεις με βρεγμένα μαλλιά έξω θα κρυώσεις

Πόσοι από εμάς έχουμε ακούσει αυτήν την πρόταση; Τα βρεγμένα μαλλιά από μόνα τους δεν μας κάνουν να αρρωστήσουμε. Ο λόγος που κρυώνουμε είναι πολύ απλός. Επειδή οι ιοί ταξιδεύουν καλύτερα με χαμηλότερες θερμοκρασίες και το ανοσοποιητικό είναι πιο αδύναμο σε τέτοιες καταστάσεις εισβάλλουν πιο εύκολα στον οργανισμό μας και έτσι προκύπτει το κρυολόγημα.





## «Κωνσταντίνος Καραθεοδωρή»

Ένας Έλληνας μαθηματικός που κέρδισε τον θαυμασμό του Albert Einstein!!!

Ο Κωνσταντίνος Καραθεοδωρή (1873–1950), γνωστός εκτός Ελλάδας ως Constantin Carathéodory, ήταν ένας από τους σημαντικότερους Έλληνες μαθηματικούς και άφησε βαθύ αποτύπωμα στην παγκόσμια επιστήμη. Γεννήθηκε στο Βερολίνο και μεγάλωσε σε ένα αριστοκρατικό περιβάλλον, όπου ήρθε σε επαφή με πολλές γλώσσες και πολιτισμούς. Είχε ως μητρική γλώσσα τα ελληνικά και τα ολλανδικά, αλλά από πολύ μικρός μιλούσε γερμανικά και τουρκικά. Σπούδασε σε διάφορες ευρωπαϊκές πόλεις, όπως στις Βρυξέλλες, στο Βερολίνο, στο Παρίσι, και η πορεία του τον οδήγησε να γίνει ο πρώτος Έλληνας που διορίστηκε τακτικός καθηγητής σε γερμανικό πανεπιστήμιο, στο Πανεπιστήμιο του Αννόβερου.

Η πιο γνωστή συμβολή του βρίσκεται στη μαθηματική ανάλυση. Ο Καραθεοδωρή ανέπτυξε έναν νέο τρόπο ορισμού του ολοκληρώματος, που σήμερα ονομάζεται «θεωρία μέτρου του Καραθεοδωρή». Η μέθοδος αυτή θεωρήθηκε πολύ σημαντική και επηρέασε βαθιά την εξέλιξη της σύγχρονης μαθηματικής έρευνας. Παράλληλα, ασχολήθηκε και με τη Φυσική. Στον δεύτερο νόμο της Θερμοδυναμικής έδωσε μια αυστηρή μαθηματική διατύπωση, η οποία έγινε αποδεκτή από την επιστημονική κοινότητα και βοήθησε στην καλύτερη κατανόηση βασικών φυσικών αρχών.



$$E = mc^2$$



Με τη συμβολή του στον λογισμό των μεταβολών βοήθησε στην ανάπτυξη της Γενικής Θεωρίας της σχετικότητας προκαλώντας τον θαυμασμό του ίδιου του Αϊνστάιν:

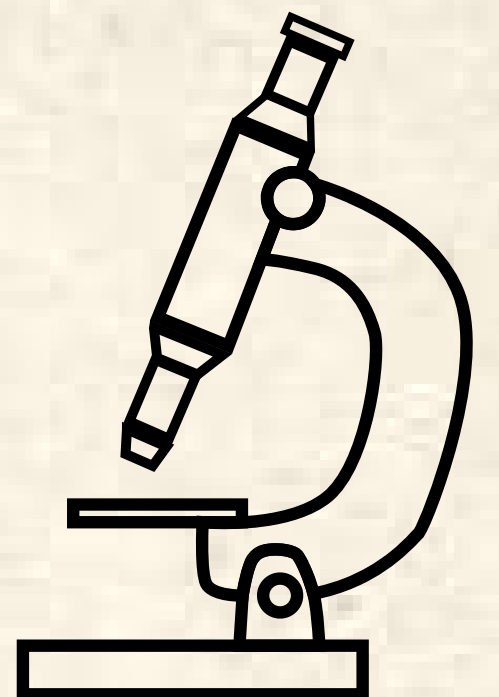
«Αν θέλετε να μπειτε στον κόπο να μου εξηγήσετε ακόμα και τους κανονικούς μετασχηματισμούς θα βρείτε έναν ευγνώμονα και ευσυνείδητο ακροατή. Αν όμως λύσετε και το πρόβλημα των κλειστών γραμμών του χρόνου, θα σταθώ μπροστά σας με σταυρωμένα χέρια. Πίσω από αυτό υπάρχει κρυμμένο κάτι που είναι αντάξιο του ιδρώτα των καλύτερων.»

“

Επιστολή του Αϊνστάιν προς τον Καραθεοδωρή, 1916.

Ως δάσκαλος, ο Καραθεοδωρή ήταν ιδιαίτερα αγαπητός και ξεχώριζε για τον τρόπο που εξηγούσε δύσκολες έννοιες με απλότητα και ενθουσιασμό. Ανάμεσα στους μαθητές του ήταν και ο Lars Ahlfors, που αργότερα τιμήθηκε με το μετάλλιο Fields, τη μεγαλύτερη διάκριση στα Μαθηματικά. Η επιρροή του ως καθηγητής υπήρξε εξίσου σημαντική με το ερευνητικό του έργο.

Η κληρονομιά του Κωνσταντίνου Καραθεοδωρή παραμένει ζωντανή μέχρι σήμερα. Το έργο του δείχνει τη δύναμη των Μαθηματικών και την αξία της επιστημονικής σκέψης. Ακόμη και δεκαετίες μετά τον θάνατό του, οι ιδέες του συνεχίζουν να εμπνέουν μαθηματικούς και φυσικούς σε όλο τον κόσμο.



Ο Albert Einstein εκτιμούσε βαθιά τον Καραθεοδωρή και χρησιμοποίησε το μαθηματικό πλαίσιο που είχε δημιουργήσει ο Έλληνας επιστήμονας κατά την ανάπτυξη της Γενικής Θεωρίας της Σχετικότητας. Σε επιστολές του, ο Einstein τον περιέγραφε ως έναν πολύ καλλιεργημένο και πολύπλευρο άνθρωπο, τονίζοντας ότι σπάνια συναντά κανείς επιστήμονες με τόσο μεγάλη γνώση.

## Το Νησί που απαγορεύεται να πας!

**Στον Κόλπο της Βεγγάλης, στον Ινδικό Ωκεανό, βρίσκεται το νησί Βόρειο Σέντινελ. Ένα νησί το οποίο είναι παράνομο και απαγορευμένο να πάει κανείς. Θα αναρωτιέστε γιατί;**

Το Βόρειο Σέντινελ είναι μέρος των νησιών Σέντινελ. Απέχει 36 χιλιόμετρα από την πόλη Βαντούρ, 50 χιλιόμετρα δυτικά του Πορτ Μπλερ και 59,6 χιλιόμετρα βόρεια από το αντίστοιχο Νότιο Σέντινελ.

Έχει έκταση 47,5 τ.χλμ. Αν και διοικητικά ανήκει στην Ινδία, το νησί βρίσκεται υπο την κυριαρχία μιας φυλής αποκομμένης από τον έξω κόσμο, τους Σεντινελέζους. Οι Σεντινελέζοι υπολογίζεται ότι μετανάστευσαν στο νησί πριν από περίπου 60.000 χρόνια, ερχόμενοι από την Αφρική και ο πληθυσμός τους υπολογίζεται στα 50 με 400 άτομα.



Μέλη της φυλής των Σεντινελέζων.

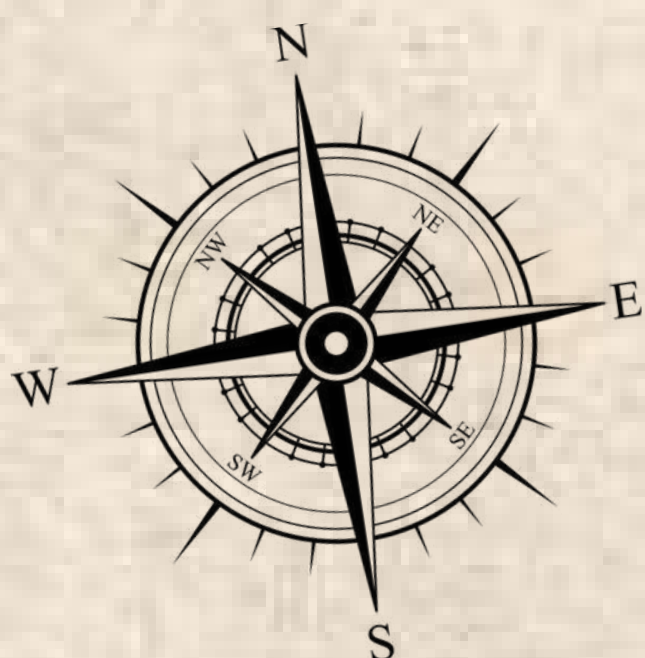


Άποψη του Βόρειου Σέντινελ.

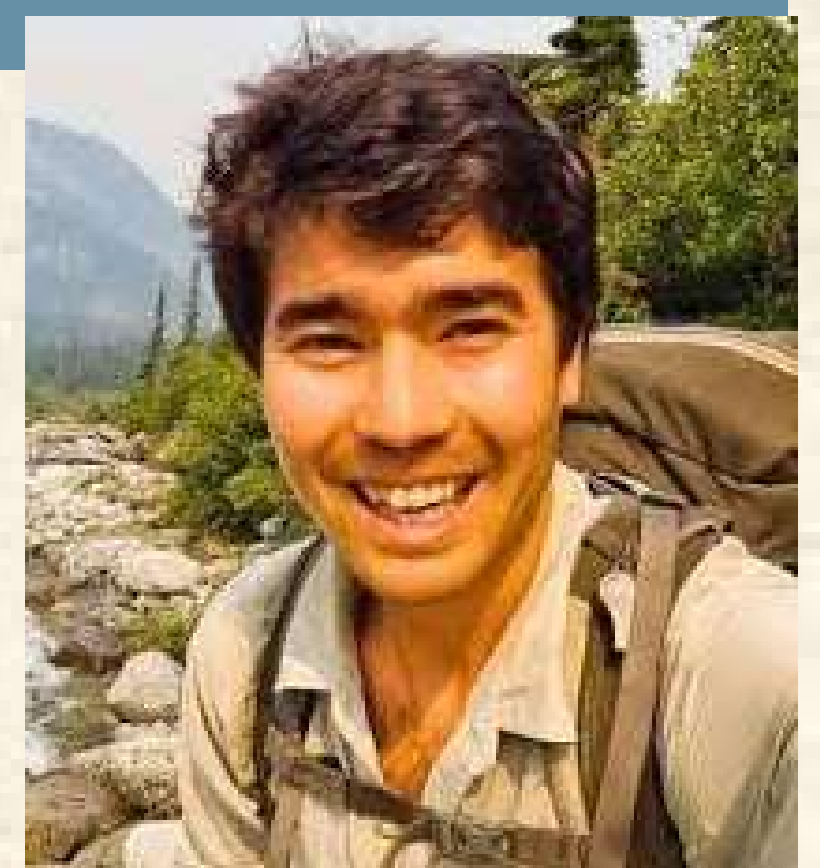
Δεν γνωρίζουμε πολλά για την κοινωνική οργάνωση, τα ήθη, τα έθιμα και τη γλώσσα τους. Γνωρίζουμε, όμως, ότι είναι τροφосуλλέκτες, καθώς κυνηγούν ζώα του νησιού, συλλέγουν καρπούς, ψαρεύουν, και ότι έχουν μεγάλο φόβο για τις ασθένειες μιας και έχουν αδύναμο ανοσοποιητικό σύστημα. Χρησιμοποιούν βέλη φτιαγμένα από μέταλλο, το οποίο προμηθεύονται από ναυάγια που βρίσκονται στο νησί.

**Οι Ινδικές αρχές έχουν απαγορεύσει την είσοδο στο νησί, όχι μόνο για να προστατευτεί μια από τις τελευταίες αυτόχθωνες φυλές στον πλανήτη, αλλά και για έναν ακόμη λόγο: τις άγριες διαθέσεις των Σεντινελέζων. Οι Σεντινελέζοι δεν επιθυμούν καμία επαφή με τον έξω κόσμο και επιτίθενται με τα βέλη τους σε όποιον πλησιάσει το νησί τους! Το 1896 ένας δραπέτης από φυλακές των κοντινών νησιών Ανταμάν (τότε υπο Βρετανική κατοχή) που ξεβράστηκε στο νησί, βρέθηκε λίγες μέρες μετά νεκρός, τρυπημένος από βέλη και με τον λαιμό του κομμένο. Το 2006 δύο ψαράδες καβουριών που άθελά τους βρέθηκαν στο νησί, συνελλήφθησαν και εκτελέστηκαν από τους Σεντινελέζους. Μάλιστα, όταν αστυνομικό ελικόπτερο από την Ινδία πέταξε πάνω από το νησί με σκοπό να εντοπίσει τα σώματα των δύο άτυχων ψαράδων, αναγκάστηκε να αποχωρήσει, αφού δέχτηκε καταιγισμό βελών. Το πιο πρόσφατο περιστατικό σημειώθηκε το 2018, όταν ο Αμερικανός ιεραπόστολος Τζον Άλλεν Τσάου έφτασε στο νησί με σκοπό να διαδώσει τον Χριστιανισμό. Τα μέλη της φυλής αντέδρασαν σκοτώνοντάς τον!**

Έτσι, λοιπόν, η Ινδική κυβέρνηση έχει απαγορεύσει την είσοδο στο νησί για οποιονδήποτε λόγο, τόσο για την προστασία των Σεντινελέζων από τυχόν ασθένειες που μπορούν πολύ εύκολα να τους αφανίσουν, όσο και για τους ανθρώπους του έξω κόσμου λόγω της «αφιλόξενης» διάθεσης των Σεντινελέζων.



**Κωνσταντίνος Μανετάκης**



Ο άτυχος ιεραπόστολος Τζον Άλλεν Τσάου.

## Αίνιγμα:

Απάντηση του προηγούμενου τεύχους:  
Ένα σύννεφο

Δεν μιλάω, αλλά απαντώ.  
Δεν έχω αυτιά, αλλά ακούω.  
Δεν έχω σώμα, αλλά ζωντανεύω με τον άνεμο.  
Τι είμαι;  
(απάντηση στο επόμενο  
τεύχος)

## Μορφοποίηση:

Κουμαρτζάκη Κάτια  
Κώτσης Άγγελος

## Υπεύθυνες Καθηγήτριες:

Μπακώλη Δήμητρα  
Ρόμπολα Ελένη  
Σολδάτου Αθανασία

## Δημοσιογραφική ομάδα:

Γκούμας Νίκος (A1)  
Γρηγορόπουλος Κωνσταντίνος (B3)  
Θεοδοσίου Αναστασία (B1)  
Καλαμπόκα Ναταλία (A3)  
Καυχίτσα Δάφνη (A3)  
Κοσκινάς Λεωνίδας (B1)  
Κουμαρτζάκη Κάτια (A1)  
Κώτσης Άγγελος (A1)  
Μανετάκης Κων/νος (Γ2)  
Πανταζέλου - Δανίκα Εύα (B2)  
Παπασούλη Ίρις (B2)  
Πλεσιώτη Μυρσίνη (B4)  
Σάκο Σάρα (B2)  
Στρομπολάκος Παναγιώτης (B4)  
Τάλλιου Ιωάννα (B4)  
Τσάκος Κωνσταντίνος (B2)  
Τσεπέλης Γιώργος (B4)

