

# Ο ΝΟΣΤΑΛΓΟΣ

ΟΡΓΑΝΟ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ ΤΩΝ ΜΕΛΩΝ ΤΟΥ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟΥ & ΕΞΩΡΑΪΣΤΙΚΟΥ  
ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΤΡΟΒΑΤΟΥ ΑΓΡΑΦΩΝ ΕΥΡΥΤΑΝΙΑΣ

Χρόνος 33ος • Αρ. φύλλου 135 • Ιανουάριος - Φεβρουάριος - Μάρτιος 2013 • Γραφεία: Μακρυγιάννη 2 Σχηματάρι Βοιωτίας  
Τ.Κ. 32009 • Τηλ: 6942201960, 22620 59854 • www.e-trovato.gr • e-mail: trovato1@yahoo.gr



Το Δ.Σ. του Συλλόγου και ο "ΝΟΣΤΑΛΓΟΣ"  
εύχονται σε όλους τους Τροβατιανούς  
και Φίλους Καλό Πάσχα



## ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ ΓΝΩΣΤΟΠΟΙΗΣΗ

Το Δ.Σ. του «ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟΥ ΚΑΙ ΕΞΩ-  
ΡΑΪΣΤΙΚΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΤΡΟΒΑΤΟΥ ΑΓΡΑ-  
ΦΩΝ ΕΥΡΥΤΑΝΙΑΣ» ανακοινώνει και γνω-  
στοποιεί την δημιουργία **Τράπεζας Αίμα-  
τος**.

Όποιος επιθυμεί την καταγραφή του στο  
μητρώο της Τράπεζας, να επικοινωνήσει με  
οποιοδήποτε μέλος του Συλλόγου.

Χρέος όλων μας είναι η άμεση εθε-  
λοντική εγγραφή και η δραστηριοποίηση  
σε κάθε εθελοντική αιμοδοσία.

**Το Δ.Σ. του Συλλόγου**

## Σ' αυτό το φύλλο διαβάστε:

- Η Γενιά μου .....σελ.2
- Από την Εκκλησιαστική Επιτροπή .....2
- Ανακοίνωση («Βοήθεια στο Σπίτι») .....2
- Νοοτροπίες Κρίσεως .....3
- Ο Ρωμηός (ποιήμα του Σουρή).....3
- Η Πρωτοχρονιάτικη πίτα  
του Πολιτιστικού Συλλόγου.....4-5
- Κοινωνικά-Επιτυχόντες-Συνδρομές.....6
- Η ιστορία της πατάτας  
και ο λιποτάκτης λοχαγός .....6
- Τα 3Ι και τα 3Δ της Δημοκρατίας .....7
- Σουρής-πάντα επίκαιρος .....7
- Επιστροφή στην ύπαιθρο .....8
- Γλύκισμα χαράς .....8

## «ΑΣΑΛΕΥΤΟ ΠΑΡΟΝ»

Αγαπητοί χωριανοί, αγαπητοί φίλοι Σα-  
ρακατσάνοι.

Δεν ξέρω αν το καταλάβαμε, αλλά με-  
ταξύ των άλλων, με τα σημερινά με-  
γάλα προβλήματα που αντιμετωπι-  
ζουμε, την κρίση και την ανεργία, ήρθε  
η Άνοιξη. Ήρθε η Άνοιξη και όλα αν-  
θίζουν. Όλα λουλουδιάζουν και αφή-  
νουν το άρωμά τους να μας ευωδιά-  
ζει και να μας μαγεύει.

Θα μου πείτε εδώ χανόμαστε και  
εσύ μου λες για Άνοιξη και λουλούδια;

Κι όμως φίλοι μου, παρόλο που  
σήμερα μας έχει φύγει η διάθεση για  
πολλά πράγματα, όταν βλέπουμε τα  
ανθισμένα δέντρα, με πρώτες τις  
αμυγδαλιές να ανθίζουν, μη μου πει-  
τε ότι δεν λέμε πολλές φορές **«ήρθε  
η Άνοιξη»**. Μη μου πείτε ότι δεν ανοίγει η  
καρδιά μας και ότι δεν αλλάζουμε την διά-  
θεσή μας, έστω και για λίγο;

Ο Σαρακατσάνος, ο Τροβατιανός, είναι  
συνδεδεμένος με την Άνοιξη. **Είναι όλη του  
η ζωή**. Είναι ένα με τη φύση. Όλο τον χει-  
μώνα, με ανυπομονησία, περιμένει για να  
ανέβει στα ψηλά βουνά.

Φίλες και φίλοι, οι δύσκολες στιγμές που  
περνάμε, όλοι μας ανεξαιρέτως σήμερα,  
μας έχουν καταβάλλει, μας έχουν αφαιρέ-  
σει την **ελπίδα** αλλά και τη **διάθεση**.

Φίλες και φίλοι, οι δύσκολες στιγμές που  
περνάμε, όλοι μας ανεξαιρέτως σήμερα,  
μας έχουν καταβάλλει, μας έχουν αφαιρέ-  
σει την **ελπίδα** αλλά και τη **διάθεση**.

τόσα χρόνια.

Οι ίδιοι άνθρωποι τόσα χρόνια έχουν πάει  
τα χωριά μας τόσο πίσω με τις πράξεις τους



ή μάλλον με την απραξία τους, λες και ήταν  
όλοι συνεννοημένοι. Σαν να βάδιζαν όλοι  
πάνω σε μια γραμμή και δεν μπορούσαν να  
παρεκκλίνουν από την πορεία τους, για να  
μην πέσουν στο κενό.

**Όμως δεν καταλαβαίνουμε ΓΙΑΤΙ;**

Εφόσον θα μας γύριζαν τόσα χρόνια  
πίσω για ποιο λόγο να κάναμε βήματα  
μπροστά;

Στα τόσα χρόνια, ποτέ δεν υπήρξε μια  
κοινή πορεία από τους «τοπικούς δημοτικούς  
άρχοντες». Η κεντρική πολιτική και κομμα-  
τική εξουσία, φυσικά παρούσα, όμως  
για το θεαθήναι. **Ποτέ δεν μπήκαν στο  
πετσί του ρόλου τους για τον οποίο  
ψηφίστηκαν και πήραν εξουσία**. Να  
βοηθήσουν τον τόπο τουλάχιστον,  
όπου γεννήθηκαν, ώστε να τον βγά-  
λουν από την αφάνεια. Να κάνουν  
κάτι βρε αδερφέ, για τους γέροντες  
που έζησαν εκεί τα καλύτερά τους  
χρόνια. Εκεί γεννήθηκαν, εκεί έκαναν  
τα πρώτα τους βήματα που μεγάλω-  
σαν και έκαναν οικογένειες, εκεί  
έχουν τις αναμνήσεις τους. Αλλά να  
κάνουν κάτι και για τους νέους όπου  
επιθυμούν την επιστροφή στις ρίζες  
τους. **Τίποτε όμως δεν έκαναν από**



Δεν έχουμε απογοητευτεί μόνο από όλα  
αυτά που συμβαίνουν γύρω μας στις πόλεις  
που ζούμε, αλλά έχουμε απογοητευτεί και  
με αυτά που γίνονται στην περιφέρειά μας  
και στο πανέμορφο χωριό μας.

Τσακμοί και καταγγελίες, ένθεν και έν-  
θεν, στον Δήμο Αγράφων για οικονομικά  
σκάνδαλα, για καύσιμα, για..., για..., για...,  
όλα τα έχουμε ακούσει, όλα τα έχουμε δει

**όλα αυτά**. Λίγες ήταν οι φορές που έγινε  
κάτι για το κοινωνικό σύνολο και αυτό με  
πολύ «σπρώξιμο» και πίεση, από διάφορους  
«παράγοντες». Αλλά και αυτό σταματούσε  
χωρίς να ολοκληρωθεί τις περισσότερες φο-  
ρές, λες και υπήρχε ένα μεγάλο «τείχος»  
μπροστά και τους εμπόδιζε.

## «ΑΣΑΛΕΥΤΟ ΠΑΡΟΝ»

Συνέχεια από την σελ. 1

Όπως λέει και ο λαός μας «**ήμουνα νιος και γέρασα**». Πάντα τα ίδια και τα ίδια. **Φτάνει πια**. Ας αντισταθούμε. Στο χέρι μας είναι. Πρέπει να το κάνουμε με το δικό μας καθαρό τρόπο. Μας έχουν εγκλωβίσει και περιμένουμε κάποιον από μηχανής θεό να μας σώσει.

Δυστυχώς μόνο εμείς πρέπει να το κάνουμε. Ας μην είμαστε απαθείς και περιμένουμε καρτερικά την ώρα μας για αφανισμό. Ας αναλάβουμε το μερίδιο ευθύνης που μας αναλογεί. Γιατί τόσα χρόνια ήμασταν αμέτοχοι σε πολλά και βασικά πράγματα. Βλέπαμε να συμβαίνουν διάφορα γύρω μας και δεν δίναμε σημασία.

Δεν μιλούσαμε και αφήναμε άλλους να αποφασίζουν για μας, χωρίς εμάς.

**Το πανέμορφο χωριό μας, μάς χρειάζεται, τώρα μας έχει ανάγκη. Μας κρούει τον κώδωνα του κινδύνου. Δεν πρέπει να εγκαταλείψουμε τώρα.**

Όπως έχουμε πει πολλές φορές οι Πολιτιστικοί Σύλλογοι μαζί με όλους τους χωριανούς θα είναι αυτοί που θα κρατήσουν τις παραδόσεις μας, τα ήθη και έθιμά μας. Είναι αυτοί που θα παίξουν τον πιο καθοριστικό ρόλο στη δύσκολη συνέχεια. Μην ξεχνάμε ότι Σύλλογος είμαστε όλοι εμείς. Όλοι οι χωριανοί, όλοι οι Τροβατιανοί, τόσο στην Ελ-

λάδα, όσο και στο Εξωτερικό, και όχι μόνο μια ομάδα ανθρώπων.

Η Τροβατιανή αλληλεγγύη είναι το καλύτερο φάρμακο. Μόνο μέσα από αυτό το μονοπάτι θα μπορέσουμε να επιβιώσουμε και να συνεχίσουμε να υπάρχουμε. Να έρθουμε ο ένας κοντά στον άλλον. Να βοηθήσουμε ο ένας τον άλλον με οποιοδήποτε τρόπο μπορούμε.

Ο Πολιτιστικός Σύλλογος ξεκίνησε μια μεγάλη προσπάθεια δημιουργίας **Τράπεζας Αίματος**. Είναι μια πολύ σημαντική πρωτοβουλία. Είναι μια προσπάθεια που χωρίς να επιβαρυνθούμε τίποτε οικονομικά μπορούμε να σώσουμε ζωές. Είμαστε βέβαιοι πως θα ανταποκριθούν όλοι οι Τροβατιανοί και φίλοι ώστε να υπάρχει το καλύτερο δυνατό αποτέλεσμα, δηλώνοντας συμμετοχή στα μέλη του Συλλόγου.

Το Άγιο Πάσχα είναι κοντά μας. Ελπίζουμε ότι με σύμμαχο τον καλό καιρό, να εκμεταλλευτούμε την ευκαιρία αυτή για μια εκδρομή στο πανέμορφο χωριό μας.

Μόνο όλοι μαζί θα καταφέρουμε να βγούμε από αυτό το τούνελ.

Το Δ.Σ. του Πολιτιστικού Συλλόγου εύχεται σε όλους τους Τροβατιανούς και φίλους Καλό Πάσχα και Καλή Ανάσταση.

## Η ΓΕΝΙΑ ΜΟΥ

Μια γενιά ίσως άτυχη ή μία γενιά όπου θα μάθει πολλά. Γεννημένοι από οικογένειες με ήθος και φιλοπατρία το μοναδικό μας πλεονέκτημα. Είμαστε οι νέοι όπου τα όνειρά μας βυθίζονται στο απόλυτο σκοτάδι, όπως όταν γίνεται διακοπή ρεύματος και επικράτει μαύρο σκοτάδι. Όμως αυτό στις μέρες μας ίσως είναι και πραγματικότητα για τις άπορες οικογένειες. Οι σκέψεις μας για ένα καλύτερο αύριο και για μία καλή δουλειά πέφτουν σαν ντόμινο και μπροστά μας ξετυλίγεται μια δύσκολη πορεία για να αλλάξουμε το μέλλον. Μερικές φορές αναρωτιέμαι γιατί στην δική μας γενιά, γιατί να υπάρχει κρίση τώρα; Πληρώνουμε τα λάθη των μεγαλύτερων και οδηγούμαστε όλοι μας σε ένα αδιέξοδο. Πρέπει να ανασυγκροτηθούμε και να γεμίσουμε το όπλο μας, τη γνώση με όσο περισσότερα χρήσιμα πράγματα μπορούμε, ώστε να είμαστε ικανοί να αλλάξουμε το μέλλον και βγαίνοντας από αυτήν την κρίση. Μόνο εμείς μπορούμε να εισχωρήσουμε στον οργανισμό της όπως ένας ιός και να ξεπεράσουμε όλες τις κακουχίες βγαίνοντας νικητές. Μόνο εμείς οι νέοι και όχι αυτοί που μας κυβερνάνε δίχως λογική.

**Αθράμπος Γεωργ. Λάμπρος (μαθητής)**

### ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΚΚΛΗΣΙΑΣΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ

Η Εκκλησιαστική Επιτροπή ευχαριστεί τον **Νταλλή Νικόλαο** του **Παπά Πέτρου** για την προσφορά του ποσού των 1.700,00 ευρώ για αποπεράτωση του Ιερού Ναού του Αγ. Γεωργίου Τροβάτου εις μνήμην των γονιών του.

**Επίσης εύχεται σε όλους τους Τροβατιανούς και φίλους Χρόνια Πολλά, Καλό Πάσχα και ενημερώνει ότι την Μεγάλη Εβδομάδα από Μ. Τετάρτη έως και την Κυριακή του Πάσχα θα υπάρχει παπάς στο χωριό μας, ο παπάς Ηλίας Νασιώκας.**

Παραλία Αστακού  
Τηλ: 26460 41095  
6936 768219

**ostria**  
CAFÉ

**FIAT**  
**servizio Potenza**

ΚΑΘΕΤΗ ΕΞΕΙΔΙΚΥΜΕΝΗ ΤΕΧΝΙΚΗ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ

**ΠΑΠΑΣ ΓΙΑΝΝΗΣ**  
ΔΗΜ. ΠΑΓΚΑΛΟΣ

Υγραριοκίνηση με 4 ατόκες δόσεις

SERVICE  
ΤΩΡΑ SERVICE ΚΑΙ ΣΤΑ ΠΕΤΡΕΛΑΙΟΚΙΝΗΤΑ  
ΦΑΝΟΠΟΙΕΙΟ - ΒΑΦΕΙΟ - ΤΟΠΙΚΗ ΒΑΦΗ  
ΒΕΛΤΙΩΣΕΙΣ ΚΙΝΗΤΗΡΩΝ - TURBO  
ΚΛΙΜΑΤΙΣΜΟΣ (ΤΟΠΟΘΕΤΗΣΗ - ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ)  
ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΔΙΑΓΝΩΣΗ  
ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ ΜΠΕΚ  
ΓΝΗΣΙΑ ΑΝΤΑΛΛΑΚΤΙΚΑ  
ΑΝΑΡΤΗΣΕΙΣ  
ΣΥΜΦΕΡΟΥΣΣΕ ΤΙΜΕΣ ΣΕ ΑΝΤΑΛΛΑΚΤΙΚΑ & ΕΡΓΑΣΙΑ

Χωρίς κεραιά επιβάρυνση  
κρούει για όλους τον αυστηρότερο κανόνα

ΔΗΜ. ΠΑΓΚΑΛΟΣ  
ΓΙΑΝΝΗΣ ΠΑΠΑΣ

Για πληροφορίες καλέστε μας  
210 56 111 78 - 210 56 111 87

**ΓΡ. ΛΑΜΠΡΑΚΗ 24 - ΝΙΚΑΙΑ**

### ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ

Ο Πολιτιστικός και Εξωραϊστικός Σύλλογος Τροβάτου Αγράφων Ευρυτανίας, συμμετείχε και φέτος ενεργά στο πρόγραμμα «**Βοήθεια στο Σπίτι**» της Δημοτικής Ενότητας Αγράφων, προσφέροντας οικονομική ενίσχυση, ως ελάχιστη ένδειξη συμπαραστάσης και αλληλεγγύης στους ηλικιωμένους συμπολίτες μας.

**Το Δ.Σ. του Συλλόγου**



**Ο ΝΟΣΤΑΛΓΟΣ**  
Ιδιοκτησία: Πολιτιστικός & Εξωραϊστικός Σύλλογος Τροβάτου Αγράφων Ευρυτανίας.  
Α.Φ.Μ.: 099063177  
Δ.Ο.Υ.: Καρπενησίου  
Εκδότης - Διευθυντής **Κουτσολάμπρος Παναγιώτης**  
Μακρυγιάννη 2 Σχηματάρι Βοιωτίας  
Τ.Κ. 32009  
Επιμέλεια ύλης: Το Δ.Σ. του Συλλόγου  
Επιταγές - Συνδρομές: **Γιώργος Αθράμπος** ταμίας του Συλλόγου

Χατζηδούρου Τέρμα  
Θήβα Τ. Κ. 32200  
Τηλ.: 22620-24201  
Κιν. 6976760055  
e-mail: trobato2@otenet.gr

Ετήσιες συνδρομές  
Εσωτερικού 10€  
Εξωτερικού 20€  
Λογαριασμός Συλλόγου Eurobank:  
0026-0146-73-0101584374

Ηλεκτρονική Σελιδοποίηση  
Εκδόσεις - Γραφικές Τέχνες  
Καρπούζη Αριστέα & Υιοί Ο.Ε.  
Θεοδοσίου 23 1ηλιον  
Τηλ-Fax: 210 - 2619003  
e-mail: karpouzi@otenet.gr

**Παιζώ τοπος**

...για τον καφέ & το ποτό του μπαμπά & της μαμάς για το πάρτυ γενεθλίων & την ονομαστική γιορτή του παιδιού

Παναγιώτης Καραγεώργος  
τηλ. 6977 207083 - Α. Δημοκρατίας 17 (δίπλα στο Γυμνάσιο) Αλιάρτος

**ΚΟΚΚΑΛΗΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ**  
ΣΥΝΕΡΓΕΙΟ ΑΥΤΟΚΙΝΗΤΩΝ

ΕΜΠΟΡΙΑ  
• ΑΝΤΑΛΛΑΚΤΙΚΩΝ  
• ΕΛΑΣΤΙΚΩΝ

**ΕΥΘΥΓΡΑΜΜΙΣΗ - ΖΥΓΟΣΤΑΘΜΙΣΗ**  
ΕΞΑΤΜΙΣΕΙΣ - ΚΑΤΑΛΥΤΕΣ

ΟΙΝΟΝ ΣΧΗΜΑΤΑΡΙΟΥ  
ΤΗΛ.: 22620 57970 - ΚΙΝ.: 6944 151542

Εργαστήριο Βροσοκομίας  
**ΠΑΝΟΥΣΗΣ**  
Χειροποίητα Κοσμήματα

ΠΑΡΑΛΙΑ ΑΥΛΙΑΣ ΤΗΛ/ΦΑΧ: 22210 33044, 31011  
ΣΧΗΜΑΤΑΡΙ: ΚΟΥΚΟΥΛΕΖΑ 137 - ΤΗΛ.: 22620 59360

**ΓΙΟΥΛΗ**

ΕΣΠΕΡΟΥΧΑ  
• Γυναικεία • Ανδρικά • Παιδικά

ΣΠΥΡΙΔΟΥΛΑ ΜΟΥΡΚΟΒΙΤΗ  
Σχηματάρι - Τηλ.: 22620 58873

## ΝΟΟΤΡΟΠΙΕΣ ΚΡΙΣΕΩΣ...

### Η Επανάσταση του καφέ

Ναι εκείνου του ροφήματος, ζεστού ή κρύου που διατίθεται σε μεγάλη ποικιλία σε χώρους συνάθροισης και προβληματισμού. Εκεί όπως όλα δείχνουν επιλέξαμε να κάνουμε τη δική μας μοντέρνα και στιλάτη επανάσταση, απέναντι σε όσα ενοχλούν. Ακούγεται άσχημο; Συμβαίνει! Ας αντικρύσουμε την πραγματικότητα όπως είναι.

Αντιδρούμε. Ναι αντιδρούμε. Με διάφορους καθιστικούς, θεωρητικούς αν θες τρόπους. Ίσως όσο η υπομονή μας το επιτρέπει θα σκεφτούν ορισμένοι. Η πρόοδος όμως στις ανθρώπινες κοινωνίες πραγματοποιούνταν πάντα μέσω της αλλαγής. Όχι απαραίτητα κάποιας βίαιης ή αιματηρής. Ενδεχομένως μίας πνευματικής που ενέπνεε ιδέες στον άνθρωπο για ένα καλύτερο μέλλον. Όλα αυτά πλέον έχουν λησμονηθεί. Αποφασίσαμε να δεχόμαστε σιωπηλά, διαφωνώντας ή συμφωνώντας προφορικά και άπρακτα.

Γιατί όμως; Μήπως η απάντηση είναι λίγο πολύ γνωστή; Ας μου επιτραπεί να πιθανολογήσω μία. Το προσωπικό βόλεμα. Όχι μην πάει ο νους σου σε μια καλή θέση στο δημόσιο. Αυτός ο πύργος από τραπουλόχαρτα έχει σωριαστεί. Αναφέρομαι στην αδιαφορία. Στο συναίσθημα εκείνο που εκφράζει την απάθεια, για το τι συμβαίνει δίπλα σου, όταν εσύ μπορείς ακόμη να έχεις κάτι που το λες δικό σου. Για να γίνουν κατανοητά τα περιεργα λόγια μου, φτάνει να σκεφτείς, πως θα αντιδρούσαμε αν δεν είχαμε ούτε τα απαραίτητα, όπως ο ρακένδυτος, ο συνταξιούχος, ο άνεργος, που ψάχνει τα σκουπίδια έξω απ' το σπίτι σου. Μήπως μόνο τότε θα αντιδρούσαμε; Αυτή θα ήταν η σταγόνα που ξεχειλίζει το ποτήρι;

Όλα αυτά δείχνουν αποτελέσματα ενός παρακμάζοντος τρόπου ζωής και νοοτροπίας. Ψάχνοντας λοιπόν τους υπαίτιους, εμφανίστηκε κάτι αναπάντεχο, που μέχρι πριν λίγα χρόνια φάνταζε αδιανόητο...

### Η Επανάσταση κατά των χρωμάτων

Ατέλειωτες οι συζητήσεις για τα χρώματα του ουρανού τόξου. Τα χρώματα που χρόνια τώρα έβαφαν και στόλιζαν τα απατηλά μας όνειρα, προσφέροντας δίχως φειδώ «δώρα» που θάμπωναν.

Και ξαφνικά κανένα δεν μας αρέσει. Όχι βέβαια σε όλους. Υπάρχουν ακόμη ορισμένοι που χτυπούν χρωματιστά παλαμάκια, μάλλον από συνήθεια. Μα άφησαν κάτι πίσω. Ένα ξεθωριασμένο λευκό που υπόσχεται την επίπονα δυσβάσταχτη μελλοντική σωτηρία και ένα μαύρο της βίαιης, στο όνομα της καθαρότητας, δικαιοσύνης.

Ας μην υποκρινόμαστε. Έχουμε απογοητευτεί. Σε όλους όμως υπήρχε μια υποβόσκουσα υποψία ότι κάτι τέτοιο θα συνέβαινε. Η αποτυχία τους βέβαια δεν ήταν τόσο ιδεολογική. Σχετίζεται κυρίως με τα όσα μας έταζαν. Γιατί μέσα σε μια νύχτα τα πήραν όλα πίσω. Αυτό ενόχλησε. Επομένως μάλλον ζούσαμε ζητώντας και εκείνοι μας έδιναν. Τώρα κρίνουμε τα πάντα σαν να μην ήμασταν ποτέ μέρος της διαδικασίας «πάρε και δώσε».

Εδώ όμως υπάρχει ένα ενδιαφέρον λάθος. Σαν άτομα δεν κρίνουμε σχεδόν ποτέ το Εγώ μας. Εμφανιζόμαστε αποστασιοποιημένοι απ' όλα. Απλά αρκούμαστε σε ένα ακόμη θεωρητικό «Αν ήμουν Εγώ στη θέση του». Αυτή είναι η εύκολη λύση. Έτσι ήρθε στο προσκήνιο...

### Η Επανάσταση του Εγώ

Λίγο πολύ ο καθένας από εμάς έχει σκεφτεί ό,τι θα έκανε καλύτερα όσα οι άλλοι δεν μπορούν. Ξαφνικά ο καθένας από εμάς μπορεί να γίνει ο σωτήρας της εύκολης λύσης. Μην γελιόμαστε. Αν έρθει για κάποιον αυτή η ώρα, η θέση του «Θα αλλάξω τον κόσμο» φέρνει μαζί της και μια μεταμόρφωση του χαρακτήρα. Η δύναμη άλλωστε αλλοιώνει, θαμπώνει, σε μπερδεύει.

Πριν λοιπόν κρίνουμε, καλό θα ήταν να κριθούμε από εμάς. Έτσι εμφανίζεται η αλλαγή. Με την αυτοκριτική. Και μετά; Μετά ας δώσουμε λίγο παραπάνω σημασία στο εμείς.

Συμπέρασμα  
**ΟΧΙ**, δεν πίνουμε μόνο καφέ αμπελοφιλοσοφώντας. Ξέρουμε και να πράττουμε. Ίσως την τελευταία στιγμή, μα όχι ποτέ.

**ΟΧΙ**, δεν κρύβω κάποιο χρώμα πίσω από τις λέξεις. Γιατί όταν εκφράζεται κάποιος πρέ-

πει να αντιπροσωπεύει κάποια απόχρωση; Δεν έχουμε το δικαίωμα να αναζητούμε το καινούριο; **ΟΧΙ**, δεν πιστεύω στον εγωισμό. Πιστεύω στη μεγαλοψυχία και το φιλότιμο.

**ΝΑΙ**, συνεχίζω να ονειρεύομαι. Αυτό δεν κοστίζει ακόμα όπως λέει και ένας φίλος.

**ΝΑΙ**, σωστά το υποψιάζεσαι. Η ιδέα μου ήρθε σε ένα καφέ. Ήμουν και εγώ σε ένα τέτοιο νεκροταφείο ιδεών της νεολαίας.

**ΝΑΙ**, τόλμησα να μοιραστώ τα όσα σκέφτηκα. Έτσι κατάλαβα ότι αρχίζω με κάποιο τρόπο να πράττω, με την ελπίδα ότι και άλλοι θα προβληματιστούν πράττοντας...

ΚΑΛΟΓΕΡΑΚΗΣ Π. ΛΑΜΠΡΟΣ  
(Φιλολόγος)

### Ό Ρωμηός

Στόν καφενέ άπ' έξω σάν μπέτης ξαπλωμένος,  
του ήλιου τις ακτίνες άχόρταγα ρουφώ,  
και στών εφημερίδων τ'ά νέα βυθισμένος,  
κανέναν δέν κοιτάζω, κανέναν δέν ψηφώ.  
Σέ μία καρέκλα τ'όνα ποδάρι μου τεντώνω,  
τό άλλο σέ μίαν άλλη, κι όλίγο παρεκεί  
άφήνω τό καπέλο, και άρχινώ με τόνο  
τούς ύπουργούς νά βρίζω και τήν πολιτική.  
Ψυχή μου! τί λιακάδα! τί ούρανόσ! τί φύσις!  
άχνίζει έμπροστά μου ό καίμακλής καφές,  
κι εγώ κατεμπνευσμένος για όλα φέρνω κρίσεις,  
και μόνος μου τις βρίσκω μεγάλες και σοφές.  
Βρίζω Έγγλέζους, Ρώσους, και όποιους άλλους θέλω,  
και στρίβω τό μουστάκι μ' άγέρωχο πολύ,  
και μέσα στό θυμό μου κατά διαόλου στέλλω  
τόν ίδιον έαυτό μου, και γίνομαι σκυλί.  
Φέρνω τόν νοϋν στόν Διάκο και εις τόν Καραίσκο,  
κατενθουσιασμένος τ'ά γένια μου μαδῶ,  
τόν Έλληνα εις όλα άνώτερο τόν βρίσκω  
κι άπάνω στην καρέκλα χαρούμενος πηδῶ.  
Τήν φίλη μας Εύρώπη με πέντε φασκελώνω,  
άπάνω στό τραπέζι τόν γρόθο μου κτυπῶ...  
Έχ'υθη ό καφές μου, τ'ά ρούχα μου λερώνω,  
κι όσες βλαστήμιες ξέρω άρχίζω νά τις πῶ.  
Στόν καφετζή ξεσπάω... φωτιά κι εκείνος παίρνει.  
Άμέσως άνω κάτω τού κάνω τόν μπουφέ,  
τόν βρίζω και με βρίζει, τόν δέρνω και με δέρνει,  
και τέλος... δέν πληρώνω δεκάρα τόν καφέ.

Γεώργιος Σουρήs  
(2 Φεβρουαρίου 1853 - 26 Αυγούστου 1919)

ΣΙΔΗΡΙΚΑ - ΧΡΩΜΑΤΑ  
ΥΔΡΑΥΛΙΚΑ - ΗΛΕΚΤΡΙΚΑ  
ΓΕΩΡΓΙΚΑ ΕΡΓΑΛΕΙΑ

**ΑΣΤΑΚΟΣ**  
**Γ. ΜΑΡΓΩΝΗΣ**

Τηλ.: 26460 41862, Κιν.: 6977 419074

ΕΥΛΟΥΡΓΙΚΕΣ ΕΡΓΑΣΙΕΣ  
ΕΚΘΕΣΗ ΕΠΙΠΛΩΝ

**ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ**  
**ΚΟΥΚΟΥΡΑΒΑΣ**

ΚΑΙΝΟΥΡΓΙΟ ΤΡΙΧΩΝΙΑΔΑΣ - ΤΗΛ.: 26410 62465  
ΚΙΝ.: 6976 603200 - ΤΗΛ. ΟΙΚ.: 26410 63352

**ΚΑΡΑΓΕΩΡΓΟΣ Γ. ΣΤΑΥΡΟΣ**  
Λογιστικά - Φοροτεχνικά  
Μέλος Ο.Ε.Ε. - Α' Τάξης

Σχηματάρι Θηβών Βοιωτίας - Τηλ.: 22620 59005 - Κιν.: 6977 095780

**Κάλλης Παναγιώτης**

• Service  
• Εγκαταστάσεις  
• Ψυγεία  
• Κλιματισμός

Κουκούλεζα 42  
Σχηματάρι Τ.Κ.: 32009

6932 430003  
22620 59244

ΗΡΘΕ ΓΙΑ ΝΑ ΤΡΕΛΑΝΕΙ ΤΟΝ ΚΟΣΜΟ ΜΕ ΓΕΥΣΕΙΣ!

**planet**  
FOOD & COFFEE

Ο πλανήτης των γεύσεων σ'ας περιμένει για να σας εντυπωσιάσει με τις εκπληκτικές γεύσεις του. Πολλές και διαφορετικές γεύσεις σε προϊόντα ζυμής, πίτσα, κρέμα, γλυκά, σαλάτες, κρύα σάντουιτς, club σάντουιτς, μπασκέτες αλλιά και κοφτόδες και σοφρίτσια.

ΚΟΚΚΑΛΗΣ ΝΙΚΟΣ, ΔΙΟΔΙΑ ΣΧΗΜΑΤΑΡΙΟΥ, (έξοδος από Σχηματάρι, στο ρεύμα από Αθήνα προς Λαμία)  
ΤΗΛ. 22620 58959, email: Planet\_Food\_Coffee@yahoo.gr

## Η ΠΡΩΤΟΧΡΟΝΙΑΤΙΚΗ ΠΙΤΑ ΤΟΥ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ

Την Κυριακή 3 Φεβρουαρίου 2013 πραγματοποιήθηκε η κοπή της Πρωτοχρονιάτικης Πίτας του Πολιτιστικού Συλλόγου Τροβάτου.

Η εκδήλωση πραγματοποιήθηκε στο μαγαζί του συγχωριανού μας **Κόκκαλη Γιώργου** στο Σχηματάρι.

Η παρουσία των Τροβατιανών για μια ακόμη φορά ήταν συγκλονιστική. Μέσα σε λίγη ώρα ο πολύ όμορφα διαμορφωμένος χώρος, γέμισε από Τροβατιανούς και φίλους, (150 άτομα περίπου), οι οποίοι αντάμωσαν και αντάλλαξαν ευχές



για το νέο έτος. Την έναρξη της εκδήλωσης έκανε ο πρόεδρος του Συλλόγου **Κουτσολάμπρος Παναγιώτης**, ο οποίος καλωσόρισε τους παρευρισκόμενους και τους ευχήθηκε Καλή Χρονιά με υγεία. Ο νέος χρόνος που ήρθε ας μας γεμίσει όλους ελπίδα και αισιοδοξία.

Οι μέρες και η κρίση που ζούμε σήμερα, τόνισε, είναι πρωτόγνωρες για όλους μας, γι' αυτό σήμερα όσο ποτέ άλλοτε είναι απαραίτητη και επιβεβλημένη η αλληλεγγύη μεταξύ μας.

Μόνο αυτό θα μας κρατήσει ζωντανούς στις



δύσκολες μέρες που έρχονται.

Ως Σύλλογος προσπαθούμε με τις διάφορες δραστηριότητες (Κοπή της πίτας, το Αντάμωμα στο πανέμορφο χωριό μας, η έκδοση της εφημερίδας και του ημερολογίου, η ιστοσελίδα μας), να σμίξουμε ώστε να κάνουμε πιο ισχυρή την Τροβατιανή επικοινωνία.



Στη συνέχεια ανακοίνωσε την απόφαση του Συλλόγου μετά από ώριμη σκέψη, για την δημιουργία Τράπεζας Αίματος. Όπως χαρακτηριστικά είπε "πολλές φορές δεν είναι μόνο η οικονομική βοήθεια που μπορεί να σώσει καταστάσεις. Η προσφορά αίματος, αυτού του τόσο πολύτιμου αγαθού, το οποίο δεν μας επιβαρύνει καθόλου οικο-

νομικά, αλλά είναι τόσο πολύτιμο που μπορεί στην κυριολεξία να σώσει ζωές".

Οι περισσότεροι από εμάς τόνισαν έχουμε βρεθεί στη θέση να ζητήσουμε αίμα για κάποιο συγγενικό μας πρόσωπο. Η ύπαρξη της Τράπεζας



Αίματος σε μεγάλο ποσοστό θα λύσει αυτό το πρόβλημα για τους χωριανούς και φίλους, που θα έχουν τον πρώτο λόγο.

Η εθελοντική αιμοδοσία είναι στάση ζωής και όλοι μας αναγνωρίζουμε την αξία της.



Οι διαδικασίες για την δημιουργία της Τράπεζας έχουν ήδη ξεκινήσει, γι' αυτό σήμερα από εδώ από το Σχηματάρι θέλουμε να γίνει η αρχή για μια μεγάλη και αξιόπαινη πρωτοβουλία.

Στη συνέχεια έγινε η δοξολογία και κοπή της πίτας από τον **πάτερ- Γεώργιο Ρέμπελο**, ο οποίος τελειώνοντας την λειτουργία είπε χρόνια πολλά σε όλους, Καλή Χρονιά με υγεία και τόνισε πως ότι και να μας κάνουν πρέπει να καταφέρουμε να

Συνέχεια στη σελ. 5

**ΚΡΕΟΠΩΛΕΙΟ**

**ΘΩΜΑΣ ΔΙΑΜΑΝΤΗΣ**  
ΠΕΥΚΟΦΥΤΟ ΚΑΡΔΙΤΣΑΣ - ΤΗΛ.: 24450/42169  
ΚΙΝ.: 6977586456

**ΦΑΝΟΠΟΙΪΑ - ΒΑΦΕΣ ΦΟΥΡΝΟΥ**

**Α/ΦΟΙ ΤΣΑΤΣΑΡΩΝΗ**  
**ΕΛΑΙΩΝΑΣ ΘΗΒΩΝ**  
Τηλ: 22620 71945 6972071396

**ΧΑΡΔΑΛΙΑΣ ΧΡΗΣΤΟΣ**

**ΧΩΜΑΤΟΥΡΓΙΚΕΣ ΕΡΓΑΣΙΕΣ**  
Φορτωτάκι ειδικά για μικρούς χώρους  
Καθαρισμός: Στάβλους - Ποιμνιστάσια  
Μπαζώματα Πολυκατοικιών & Περιβόλια  
Κήπους - Θερμοκηπίων.

Τηλ. οικ. 24910 93315  
κιν.: 697 4875954 - 697 4772149  
ΔΙΛΟΦΟ ΦΑΡΣΑΛΩΝ

**ΣΥΝΕΡΓΕΙΟ ΑΥΤΟΚΙΝΗΤΩΝ**

ΕΞΕΙΔΙΚΕΥΜΕΝΟ SERVICE

**ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ ΧΡ. ΚΑΛΛΗΣ**  
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΟΣ ΘΗΒΩΝ - ΛΙΒΑΔΕΙΑΣ (όμοθεν Sprider Stores)  
ΘΗΒΑ - ΤΗΛ. 22620 26448 FAX: 22620 28044  
ΚΙΝ. 6977 713221

**ΜΑΡΓΩΝΗΣ ΗΛΙΑΣ**

ΗΛΕΚΤΡΟΛΟΓΙΚΕΣ ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ  
ΟΙΚΙΩΝ & ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΩΝ ΧΩΡΩΝ

ΑΥΤΟΜΑΤΙΣΜΟΙ ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΑΣ

ΤΟΠΟΘΕΤΗΣΕΙΣ ΣΥΝΑΓΕΡΜΩΝ  
& ΔΟΥΡΥΦΟΡΙΚΩΝ ΣΥΣΤΗΜΑΤΩΝ

ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ ΠΟΛΥΚΑΤΟΙΚΙΩΝ

ΘΕΜΕΛΙΑΚΕΣ ΓΕΙΩΣΕΙΣ

ΜΕΛΕΤΕΣ ΚΑΙ ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΕΙΣ ΦΩΤΟΒΟΛΤΑΪΚΩΝ

ΜΕΛΕΤΕΣ ΚΑΙ ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΕΙΣ Α.Π.Ε.  
(Ανανεώσιμων πηγών ενέργειας)  
ΚΙΝ.: 6945 796 122

**ΧΩΜΑΤΟΥΡΓΙΚΕΣ ΕΡΓΑΣΙΕΣ**

**ΜΕΤΑΦΟΡΕΣ ΟΙΚΟΔΟΜΙΚΩΝ ΥΛΙΚΩΝ**

**ΝΤΑΛΛΗΣ Λ. ΣΤΕΦΑΝΟΣ**

Τηλέφωνο: 6977572879  
Τροβάτο Αγράφων

**ΣΑΛΤΗΣ Γ. ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ**

**ΟΙΚΟΔΟΜΙΚΕΣ ΕΡΓΑΣΙΕΣ**

**Κτισίματα - Σοβατίσματα**

**Τοποθέτηση πλακιδίων**

**ΣΧΗΜΑΤΑΡΙ - ΤΡΟΒΑΤΟ**

Τηλ: 6972229648

**ΕΥΑΓΓΕΛΟΣ ΑΝΤ. ΧΑΡΙΑΤΗΣ**

ΕΙΔΙΚΟΣ ΚΑΡΔΙΟΛΟΓΟΣ

ΑΠΟΦΟΙΤΟΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ ΠΑΝ/ΜΙΟΥ ROSS U.S.A.

ΑΠΟΦΟΙΤΟΣ ΒΙΟΛΟΓΙΑΣ ΠΑΝ/ΜΙΟΥ SLIPPERY ROCK U.S.A.

ΠΛ. ΜΑΧΗΣ ΑΝΑΛΑΤΟΥ 1  
(3ος όροφος) - Ν. ΚΟΣΜΟΣ  
ΔΕΧΕΤΑΙ ΜΕ ΠΑΝΤΕΟΥΣ

ΤΗΛ.: 210 90 28 919  
ΚΙΝ.: 6972 139 586

# Η ΠΡΩΤΟΧΡΟΝΙΑΤΙΚΗ ΠΙΤΑ ΤΟΥ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ

**Συνέχεια από τη σελ. 4**

μην επηρεαστούμε εσωτερικά στην ψυχή μας για να ξεπεράσουμε τούτες τις δυσκολίες.

βουλίου Τροβάτου **Τσιτσικός Χρήστος** και μέλη του Συλλόγου της Ένωσης Απανταχού Ευρυτανιστών Αειφόρου Ανάπτυξης της Ευρυτανίας.



Η υπομονή και η αλληλεγγύη είναι το φάρμακο ώστε να βγούμε από αυτές τις δυσκολίες.

Η ευλογία του Τιμίου Σταυρού που έχετε στο χωριό σας να σας φυλάει πάντα και να είστε καλά.

Στην εκδήλωση παραβρέθηκαν επίσης ο αντιδήμαρχος Σχηματαρίου **Κόκκαλης Γεώργιος**, ο συγγραφέας του βιβλίου μας "ΤΟ ΤΡΟΒΑΤΟ ΑΓΡΑΦΩΝ" **Σαλαγιάννης Παναγιώτης**, ο πρόεδρος του τοπικού συμ-

Το συμβολικό δώρο για το φλουρί της πίτας ήταν ένας ασημένιος σταυρός προσφορά του Συλλόγου και η τυχερή ήταν η **Καλογεράκη Ειρήνη του Παναγιώτη**. Το Δ. Σ. του συλλόγου θέλει να ευχαριστήσει τους χωριανούς και τους φίλους που έδωσαν το παρόν στην εκδήλωση.

Το επόμενο ραντεβού στο Τροβατιανό Αντάμωμα.

ΕΠΙΠΛΟ ΚΟΥΖΙΝΑΣ  
ΠΟΡΤΕΣ - ΝΤΟΥΛΑΠΕΣ

**ΚΟΥΤΣΟΛΑΜΠΡΟΣ Γ. ΙΩΑΝΝΗΣ**

Κλεφτών & Αρματολών 2  
ΠΥΡΙ ΘΗΒΩΝ  
ΤΗΛ: 22620.29201 ΚΙΝ: 6932.222.577

**ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ ΑΒΡΑΜΠΟΣ**

ΕΡΓΟΛΑΒΟΣ  
ΟΙΚΟΔΟΜΩΝ  
ΜΠΕΤΑ - ΚΤΙΣΜΑΤΑ  
ΘΗΒΑ  
Τηλ: 22620 25903  
Κιν: 6976766868

ΔΙΑΚΩΣΤΟ ΚΑΤΑΓΕΤΗΜΑΤΩΝ ΗΛΕΚΤΡΙΚΩΝ ΣΥΣΚΕΥΩΝ

**ΣΕΗΟΣ** **EURONICS**

ΑΦΟΙ ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΥ ΜΑΡΓΩΝΗ & ΣΙΑ Ο.Ε.  
Στρ. Σαρότην, Αλιάρτος  
Τηλ: 22680 23669 - Fax: 22680 24020

ΤΗΛΕΟΡΑΣΕΙΣ  
VIDEO - DVD  
ΒΙΝΤΕΟΚΑΜΕΡΕΣ  
ΣΤΕΡΕΟΦΩΝΙΚΑ - COMPUTERS  
ΟΙΚΙΑΚΕΣ ΣΥΣΚΕΥΕΣ - ΜΙΚΡΟΣΥΣΚΕΥΕΣ  
ΚΛΙΜΑΤΙΣΜΟΣ

**Γεώργιος & Λεωνίδα Κόκκαλης Ο.Ε.**

Εμπόριο ελαστικών - ζαντών - service - Ελαστικά όλων των τύπων

**Μεταφερθήκαμε στο νέο ιδιόκτητο χώρο μας στα Διόδια Σχηματαρίου**

**Διόδια Σχηματαρίου - Τηλ. 22620 59609, 6972322625, 6977282704**

## ΚΟΙΝΩΝΙΚΑ

### ΓΑΜΟΙ

• Παντρεύτηκαν στον Πλαταμώνα ο **Κόκκαλης Παναγιώτης** του Δημητρίου με την **Γαλάνη Μαγδαληνή**.

• Παντρεύτηκαν στο Καινούργιο Αγρινίου ο **Κόκκαλης Σωτήριος** του Σταύρου με την **Κακούρη Μαρία**.

Στους νεόνυμφους ευχόμαστε κάθε ευτυχία.

### ΘΑΝΑΤΟΙ

• Πέθανε στο Σχηματάρι η **Ντάλλη Δήμητρα** συζ. Γεωργίου.

• Πέθανε στο Σχηματάρι η **Τσιτσικίου Ουρανία** συζ. Γεωργίου.

• Πέθανε στην Αθήνα ο **Παπαδόπουλος Δημήτριος** του Ηλία.

• Πέθανε στο Βόλο ο **Παπαδόπουλος Χαράλαμπος** του Γεωργίου.

• Πέθανε στην Αθήνα η **Μαργώνη Σπυριδούλα** του Γεωργίου.

• Πέθανε στο Λιοντάρι Καρδίτσας ο **Καπερώνης Λάμπρος** του Ιωάννη.

• Πέθανε στο Καινούργιο Αγρινίου η **Κουκουράβα Γιαννούλα** συζ. Παναγιώτη.

Στους οικειούς θερμά συλλυπητήρια.

Έφυγε από κοντά μας ο **Παπαδόπουλος Δημήτριος** του μπαρμπα-Λία. Διετέλεσε γραμματέας στο Δ.Σ. του Πολιτιστικού Συλλόγου Τροβάτου επί σειρά ετών (1984-1994). Ήταν ένας δραστήριος άνθρωπος και ήταν πάντα κοντά στον Σύλλογο και στο αγαπημένο του χωριό το Τροβάτο. Το Δ.Σ. του Συλλόγου Τροβάτου εκφράζει τα θερμά συλλυπητήρια στην οικογένειά του.

### «ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΜΑΣ ΣΤΗΝ ΤΡΙΤΟΒΑΘΜΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ»

Επιτυχόντες στην τριτοβάθμια εκπαίδευση ακαδημαϊκού έτους 2012-2013:

• **Κάλλη Κων/να** του Ηλία Πολιτικών Δομικών Έργων Τ.Ε.Ι. Πειραιά.

Το Δ.Σ του Συλλόγου της εύχεται καλή φοίτηση.

## ΑΝΤΙΟ



"...ένα αστειό η ζωή, δεν έχει πως ούτε γιατί..."

Για μας η ασθένειά σου ήταν ένα κακόγουστο αστειό και τώρα που έχεις φύγει ζούμε μια κακόγουστη πραγματικότητα. Είμαστε σίγουροι πως θα είσαι καλά εκεί που έχεις πάει και πάλι θα λες ιστορίες για το Τροβάτο σου και τα βουνά των Αγράφων που τόσο πολύ αγαπούσες.

Θα σε αγαπάμε για πάντα, δεν θα σε ξεχάσουμε ποτέ...

Η οικογένειά σου

## ΣΥΝΔΡΟΜΕΣ

Χαλίλης Θωμάς .....	50€	Κόκκαλης Φ. Αριστείδης .....	20€
Γεωργίου Β. Λάμπρος .....	50€	Φασλής Ηλίας .....	20€
Ντάλλη Βούλα .....	20€	Σαλαγιάννη Φ. Καλυψώ .....	10€
Πολύζος Πέτρος .....	60€	Θηβαίου Ολυμπία .....	10€
Αναστασίου Ελένη .....	10€	Καλογερογιάννη Ουρανία .....	15€
Νταλλή Όλγα .....	20€	Σαλαγιάννης Επ. Κων/νος .....	10€
Πολύζος Ιωάννης .....	50€	Καβαδία Θεοδώρα .....	30€
Ζαρκαδούλας Κων. Λάμπρος .....	50€	Σαλαγιάννη Φ. Μαρία .....	10€
Μαργώνης Θ. Βασίλειος .....	50€	Σαλαγιάννης Φώτης .....	10€
Σαλαγιάννης Β. Παναγιώτης .....	50€	Κωνσταντινίδης Χαράλαμπος .....	30€
Γεωργίου Κ. Π. ....	20€	Μπίος Κων/νος .....	20€
Γούλας Ιωάννης .....	10€	Κόκκαλης Κ. Δημήτριος .....	50€
Κουτσοβασίλη Σταθούλα .....	10€	Κόκκαλη Κ. Γιάννα .....	10€
Κόκκαλης Ν. Παναγιώτης .....	50€	Καραγεώργου Γ. Αγγελική .....	20€
Γεωργίου Κ. Γεώργιος .....	45€	Κάλλης Χ. Αναστάσιος .....	20€
Κόκκαλη Ν. Γεωργία .....	20€	Καλογεράκη Γ. Ευσταθία .....	20€
Τσατσαρώνη-Κουλούτσου Θεοδώρα .....	15€	Φερεντίνου Λεμονία συζ. Βαγγέλη .....	100€
Τσατσαρώνης Δ. Λάμπρος .....	10€	Σαλαγιάννη Γ. Βασιλική .....	20€
Αντωνίου Α. Ηλίας .....	20€	Μάκκας Λάμπρος .....	100€
Αντωνίου Α. Θωμάς .....	10€	Πολύζος Δημήτριος .....	70€
Ζιώγας Αναστάσιος .....	10€	Αθανασόπουλος Λάμπρος .....	20€
Γεωργίου Π. Αρετή .....	20€	Αθανασοπούλου Γεωργία .....	20€
Γεωργίου Π. Αγγελική .....	20€	Παπαδόπουλος Χαράλαμπος .....	20€
Γεωργίου Περικλής .....	20€	Τσιτσικός Γεώργιος .....	40€
Ντάλλη Λ. Σταυρούλα .....	10€	Γεωργίου Θωμάς .....	20€
Κωνσταντινίδης Παναγιώτης .....	30€	Ψηφής Κων/νος .....	20€
Χρήστου Ε. Παναγιώτης .....	50€	Μαργώνης Δημήτριος .....	20€
Παπαδόπουλος Α. Κων/νος .....	20€		

## Η ιστορία της πατάτας και ο λιποτάκτης λοχαγός

Του Παναγιώτη Αγ. Κατσιούλα

Όταν οι Ισπανοί είχαν καταλάβει το Περού (16ος αι.) σε μια επαρχιακή πόλη κάποιος λοχαγός του ισπανικού στρατού είχε ερωτευθεί μια ντόπια κοπέλα, που άκουγε στο όνομα: **Πατάτα**. Ο λοχαγός ζήτησε από τους προϊστάμενους του την άδεια να παντρευτεί την κοπέλα, αλλά εκείνοι του αρνήθηκαν. Λιποτάχτηκε τότε, παντρεύτηκε τη κοπέλα και, για να αποφύγει τις συνέπειες, κατέφυγε με τη γυναίκα του στα βουνά. Η ζούγκλα του Περού, με την τεράστια ποικιλία βλάστησης, τους παρείχε πλουσιοπάροχα ό,τι χρειαζόνταν για να ζήσουν. Εγκαταστάθηκαν σε μια σπηλιά και, ενώ ο λοχαγός ασχολούνταν με το άφθονο κυνήγι, η γυναίκα του συνέλεγε φρούτα, καρπούς και διάφορους νόστιμους βολβούς.

Μια μέρα, εκεί που σκάλιζε τη γη για βολβούς, βρήκε ένα περίεργο φυτό που είχε πολλούς βολβούς, μεγάλους και μικρότερους. Συνέλεξε τους μεγάλους και έθαψε τους μικρότερους στο χώμα. Το βράδυ έψησαν τους νέους βολβούς και διαπίστωσαν ότι, εκτός από νόστιμοι, ήταν και χορταστικοί. Συγκέντρωσαν τότε και άλλους πολλούς βολβούς, επέλεξαν το κατάλληλο έδαφος και τους καλλιεργήσαν. Επειδή το νέο φυτό δεν είχε όνομα, ο λοχαγός του έδωσε το όνομα της γυναίκας του: **Πατάτα**. Μετά από χρόνια, όταν πια ξεχάστηκε η δώξη του λοχαγού, εκείνος με τη γυναίκα του κατέβηκε στην πόλη και διέδωσε την καλλιέργεια της πατάτας σε όλο το Περού και αργότερα σε όλη τη Λατινική Αμερική. Επιστρέφοντας οι Ισπανοί στην Ευρώπη, το 1565, μαζί με τον **καπνό** και τη **ντομάτα**, έφεραν και την καλλιέργεια της πατάτας.

Στην Ελλάδα η πατάτα ήρθε τη εποχή του Καποδίστρια (1828-1831). Λέγεται ότι το πλοίο ξεφόρτωσε τις πατάτες στον Πειραιά, όλοι τις κοί-

ταζαν με περιέργεια, αλλά ήταν επιφυλακτικοί. Ο Κυβερνήτης τότε, είπε να βάλουν φρουρούς στην αποθήκη, αλλά να «ξεχάσουν» την πίσω πόρτα ανοιχτή. Οι πονηροί Πειραιώτες σκέφτηκαν ότι, για να τις φυλάνε, πρέπει να είναι πολύτιμες! Έτσι τη νύχτα μπήκαν στην αποθήκη και τις έκλεψαν όλες. Τις δοκίμασαν και, αφού διαπίστωσαν ότι είναι νόστιμες άρχισαν την καλλιέργειά.

Σήμερα η πατάτα κατέχει την πρώτη θέση μεταξύ των προϊόντων της γης σε παγκόσμια κλίμακα και αυτό το χρωστάμε στον απότακτο ισπανό λοχαγό και τη γυναίκα του, **Πατάτα**.

Σ.Σ. Ήδη από το 1812 οι Γάλλοι καλλιεργήσαν πατάτα στην Κέρκυρα. Ο Καποδίστριας εξεδήλωσε το ενδιαφέρον του και είχε επαφές με Ευρωπαίους επιστήμονες για την διάδοση της καλλιέργειας της πατάτας στην Ελλάδα, πολύ πριν εγκατασταθεί ως Κυβερνήτης. Το θέμα της καλλιέργειας της πατάτας συζητήθηκε το 1827 και στη Βουλή των Ελλήνων και εκδόθηκε σχετικό φυλλάδιο. Για την ιστορία.

Αναδημοσίευση από τα "Ζωγλοπίτικα Χρονικά"

**ΨΑΡΡΑΚΟΥ Κ. ΜΑΡΙΑ**  
Ψυχολόγος - Ψυχοθεραπεύτρια  
Πτυχιούχος Παντείου Πανεπιστημίου & κάτοχος  
MASTER Εργαλειομετρίας του UCL Βελγίων  
Συμβουλευτική Υποστήριξη Γονέων Ψυχοθεραπεία Παιδιών & Εφήβων  
Τηλ. Επικ.: 6948 595 973 - email: mpsarrakou@gmail.com

**ΜΑΡΙΩΝΗΣ Ν. ΛΑΜΠΡΟΣ**  
ΟΙΚΟΝΟΜΟΛΟΓΟΣ ΠΤΥΧΙΟΥΧΟΣ Π.Α.Σ.Π.Ε  
ΑΡΙΘ. ΑΔΕΙΑΣ 26248 Α' ΤΑΞΗΣ  
ΑΣΤΑΚΟΣ - ΑΙΤΩΛΑ/ΝΙΑΣ Τηλ.: 2646041644 ΓΡΑΦΕΙΟ  
Κιν.: 697 2819357 Τηλ.: 2646042359 ΣΠΗΤ

**ΣΥΝΕΡΓΕΙΟ ΑΥΤΟΚΙΝΗΤΩΝ**  
**ΚΙΣΡΑΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ**  
4ο χλμ. ΑΓΡΙΝΙΟΥ - ΑΜΦΙΛΟΧΙΑΣ  
(κόμβος Νεάπολης) **Μ. ΧΩΡΑΣ**  
τηλ. 26410 - 54844 κιν. 6946 456077

## «Τα 3Ι και τα 3Δ της Δημοκρατίας»

«Η Δημοκρατία είναι προνόμιο μόνο των αναπτυγμένων οικονομιών; Τα άτομα που αποτελούν τον κοινωνικό ιστό έρχονται και παρέρχονται, μέσω μιας ολισθηρής δημοκρατικής ευαισθησίας. Η έλλειψη ποιοτικής πληροφόρησης οδηγεί την κριτική σκέψη σε αλλότριους δρόμους. Η καταγραφή με επιστημονικά κριτήρια της υφής της διάκρισης των λειτουργιών του δημοκρατικού πολιτεύματος αφήνει περιθώρια αντικειμενικής αντιμετώπισης του ερωτήματος: «Είναι πράγματι η δημοκρατία προνόμιο μόνο των αναπτυγμένων οικονομιών ή το θεωρητικό πλαίσιο διαμόρφωσης της δημοκρατικότητας μιας οικονομίας, που προσδιορίζεται από ιδεολογικά, κοινωνικά και ιστορικά στοιχεία του παρελθόντος;»

Το άθροισμα των σημείων δεν προσδιορίζει πάντα την ύπαρξη μιας συνεχούς ευθείας. Μια υγιής, αρμονική σχέση μεταξύ των λειτουργιών ή κατά το μάλλον ή ήττον, των εξουσιών, δημιουργεί ένα υγιές υπόβαθρο δημοκρατικών διεργασιών, εξοβελίζοντας και εξοστρακίζοντας μύρια δείγματα δημοκρατικής ευαισθησίας. Η ύπαρξη της ασυνέχειας στην ευθεία του δημοκρατικού δόγματος δημιουργεί αλλοπρόσαλλες καταστάσεις. Η διάκριση των λειτουργιών τείνει να δώσει το στίγμα της δημοκρατικής ευαισθησίας των ατόμων.

Η ευθυκρίσια του πολιτικού λόγου ενέχει στοιχεία δημοκρατικότητας. Η ευθύνεια των πράξεων των πολιτικών ελέγχεται. Η δύναμη του ελέγχου συνυφαίνεται στο τέλος της τετραετίας. Η αντικειμενικότητα και η σχετικότητα είναι στοιχεία δημοκρατικής ευαισθησίας ενός υγιούς ιστού οικονομικής ανάπτυξης. Εντός του πλαισίου της οικονομικής μεγέθυνσης και ανάπτυξης, ιδιαίτερο ρόλο διαδραματίζει και με περίτεχνο τρόπο πρέπει να κινούνται, η ισονομία, η ισοπολιτεία, η ισηγορία, η ελευθερία της βού-

λησης, το δικαίωμα του συνέρχεσθαι και του συνεταιρίζεσθαι.

Θεμελιώδης, λοιπόν, αρχή του δημοκρατικού πολιτεύματος, είναι η ελευθερία, όπως χαρακτηριστικά αναφέρει ο Αριστοτέλης στα «Πολιτικά». Είναι δύσκολο παρόλα αυτά, να διακρίνεις την σχέση αιτίου-αιτιατού. Τα στοιχεία που συνθέτουν το πλαίσιο της αμφίδρομης σχέσης δεν είναι ευδιάκριτα αλλά είναι το ελάχιστο δυνατό.

Ο κοινωνικός ιστός δημιουργείται από μυριάδες υποκείμενα και αντικείμενα, όπου η διεύρυνση του «ποιόν» τους, δυσχεραίνει το έργο της πολιτείας. Η διάχυση των ιδεολογικών σκέψεων προς το εκλογικό σώμα είναι σημαντικό στοιχείο της δημοκρατικής ευαισθησίας των πολιτικών. Η ύπαρξη μη δημοκρατικής «ανησυχίας» είναι σημείο των καιρών μας. Ο διττός ρόλος των πολιτικών αλλά και των πολιτών εξυπηρετεί το optimum σημείο της διαίωσης της κοινωνικής πραγματικότητας.

Εν κατακλείδι αν αναγνωρίσουμε τα τρία βασικά γνωρίσματα της Δημοκρατίας:

> **Ισηγορία:** Δυνατότητα ίσου χρόνου λόγου σε όλους τους πολίτες.

> **Ισονομία:** Ισότητα των πολιτών απέναντι στους νόμους.

> **Ισοκρατία:** Ίσο βάρος των πολιτών στις αποφάσεις της πολιτείας, δηλ. ίσα πολιτικά δικαιώματα.

Αλλά και τα τρία επιπλέον:

> **Διαφάνεια** των δημόσιων δεδομένων.

> **Δημοσιότητα** όλων των δημόσιων λειτουργιών.

> **Διαβούλευση** πριν από τη λήψη αποφάσεων και ας τα αφομοιώσουμε στην καθημερινότητά μας, τόσο σε ατομικό όσο και συλλογικό επίπεδο.

Καραγεώργος Γ. Σταύρος

## ΣΟΥΡΗΣ - Πάντα επίκαιρος

Ποιος είδε κράτος λιγοστό  
σ' όλη τη γη μοναδικό,  
εκατό να εξοδεύει  
και πενήντα να μαζεύει;

Να τρέφει όλους τους αργούς,  
νά 'χει επτά Πρωθυπουργούς,  
ταμείο δίχως χρήματα  
και δόξης τόσα μνήματα;

Νά 'χει κλητήρες για φρουρά  
και να σε κλέβουν φανερά,  
κι ενώ αυτοί σε κλέβουνε  
τον κλέφτη να γυρεύουνε;

'Όλα σ' αυτή τη γη μασκαρευτήκαν  
ονείρατα, ελπίδες και σκοποί,  
οι μούρες μας μουτσούνες εγινήκαν  
δεν ξέρομε τί λέγεται ντροπή.

Σπαθί αντίληψη, μυαλό ξεφτέρι,  
κάτι μισόμαθε κι όλα τα ξέρει.  
Κι από προσπάππου κι από παππού  
συγχρόνως μπούφος και αλεπού.

Θέλει ακόμα -κι αυτό είναι ωραίο-  
να παριστάνει τον ευρωπαϊό.  
Στα δυό φορώντας τα πόδια που 'χει  
στο 'να λουστρίνι, στ' άλλο τσαρούχι.

Σουλούπι, μπόι, μικρομεσαίο,  
ύφος του γόη, ψευτομυαίο.  
Λίγο κατσούφης, λίγο γκρινιάρης,  
λίγο μαγκούφης, λίγο μουρντάρης.

Και ψωμοτύρι και για καφέ  
το «δε βαριέσαι» κι «ωχ αδερφέ».  
Ωσάν πολίτης, σκυφτός ραγιάς  
σαν πιάσει πόστο: δερβέν αγάς.

Δυστυχία σου, Ελλάς,  
με τα τέκνα που γεννάς!  
'Ω Ελλάς, ηρώων χώρα,  
τί γαιδάρους βγάξεις τώρα;

Γεώργιος Σουρής (2 Φεβρουαρίου 1853  
- 26 Αυγούστου 1919):  
σατιρικός ποιητής από την Σύρο,  
έξεδιξε επί μακρόν την καθόλα  
έμμετρη έφημερίδα «ό Ρωμηός»

**Ψησταριά - Ταβέρνα  
"Ο Συνοικισμός"**  
Μπαμπάτσικος Λάμπρος  
Αλιάρτος τηλ.: 22680 23718

Ηλεκτρολογικές Εγκαταστάσεις - Περιλήψεις  
Θέρμανση - Κλιματισμός - Ηλιακά Συστήματα

**ΚΑΠΛΑΝΗΣ**

**ΗΛΕΚΤΡΙΣΜΟΣ - ΣΥΣΚΕΥΕΣ**  
Αριστοφάνους & Αλιάρτου, Λιβαδειά  
τηλ 22610 24500 - fax 22610 88527 - κιν 6944 205150  
e-mail: kaplanisk@hol.gr

**ΧΩΜΑΤΟΥΡΓΙΚΕΣ ΕΡΓΑΣΙΕΣ**

**ΤΑΒΕΡΝΑ - ΨΗΣΤΑΡΙΑ**  
ΚΟΥΤΣΟΛΑΜΠΡΟΣ  
ΓΙΩΡΓΟΣ  
Τροβάτο Ευρυτανίας  
Τηλ: 24450 31805, 6974945254

**ΤΑΠΗΤΟΚΑΘΑΡΙΣΤΗΡΙΑ**  
Καθαρισμός Σαθονίων

**ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ Ι. ΖΥΓΟΥΡΗΣ**  
Παναϊτώδιο ☎ 26410 50088

**Τεχνική Κατασκευαστική**  
**ΑΦΟΙ ΚΟΚΚΑΛΗ**  
ΠΩΛΟΥΝΤΑΙ ΔΙΑΜΕΡΙΣΜΑΤΑ & ΜΕΖΟΝΕΤΕΣ

Σχηματάρι • Τηλ.: 22620 59919 • Κιν.: 6973791512

**ΕΗΙΝ** Πρατήριο Υγρών Καυσίμων  
**Αφοί Κων/νου ΚΟΚΚΑΛΗ**

- Εμπόριο Λιπαντικών • Πλυντήριο Αυτοκινήτων
- Πετρέλαιο Θέρμανσης (διανομή κατ'οίκον)

Αφεί Κ. Κόκκαλη Ο.Ε.  
10 Χιλ. Περιφερειακής οδού Σχηματαρίου - Θηβών - Τηλ.: 22620 59919 - Fax: 22620 59920

## Επιστροφή στην ύπαιθρο

Διερχόμεθα καιρούς χαλεπούς. Έχω την αίσθηση πως η πείνα θα επιτεθεί απότομα και θα βρει πολύ κόσμο απροετοίμαστο. Εύχομαι φυσικά, μετά από κάποια χρόνια να διαβάσουν αυτές τις αράδες κάποιοι και να χαμογελάνε ειρωνικά, επειδή τίποτα άσχημο δε θα έχει συμβεί.

Το 2008 οι 20 ισχυρότερες οικονομικά δυνάμεις του πλανήτη, πήραν αποφάσεις για εμάς, χωρίς εμάς. Όμως αυτό που πολλοί αποκαλούν παγκόσμια τάξη πραγμάτων, δείχνει να αλλάζει καθημερινά και τα πράγματα να παίρνουν απότομες στροφές, με στόχο την εξαθλίωση των μεσαίων και των πιο αδύναμων κοινωνικά ομάδων (οι οποίες αποτελούν και τη συντριπτική πλειοψηφία του παγκόσμιου πληθυσμού) και να ενισχύεται η θέση των ισχυρότερων.

Ακόμα και η διατροφή του λαού κατευθύνεται από παγκόσμια κέντρα. Τροφές μεγαλωμένες με «παρά φύσει» τρόπους καταλήγουν στα πιάτα μας καθημερινά και τα νοσοκομεία γεμίζουν από ασθενείς που νοσοούν από την επάρατο, αδυνατώντας να αποδείξουν την πηγή του κακού. Τα markets δέχονται από τους παραγωγούς μόνο τα ομοιόμορφα καλογουαλισμένα φρούτα, χωρίς τα σημάδια που σε κανονικές συνθήκες θα έπρεπε να έχουν. Οι παραγωγοί με τη σειρά τους δηλητηριάζουν τις σοδειές τους με πανίσχυρα φάρμακα και μαζί μ' αυτές δηλητηριάζουν τους καταναλωτές, αλλά και τη μάνα γη, η οποία για να αποδώσει ίδια σοδειά τον επόμενο χρόνο, θα χρειαστεί περισσότερη ποσότητα φαρμάκων.

Φταίμε. Μη πει κανείς πως δε φταίμε κι εμείς. Είτε αυτοί είναι οι γονείς μας, είτε οι παππούδες μας, είτε εμείς οι ίδιοι. Εγκαταλείψαμε την ύπαιθρο και μαζευτήκαμε στην πόλη αναζητώντας μια καλύτερη και ποιοτικότερη ζωή. Ας βάλουμε τα πράγματα σε μια συλλογιστική βάση κι ας αναρωτηθούμε. Ποιο είναι το καλύτερο, ποια είναι η ποιότητα; Τα καυσαέρια της Αθήνας, Θεσσαλονίκης, Πάτρας; Το άγχος της καθημερινότητας για το μεροκάματο του τρόμου; Οι γρήγοροι ρυθμοί; Τρέχουμε από το πρωί μέχρι το βράδυ για να προλάβουμε κάτι που πραγματικά δε ξέρουμε! Το πράγμα βέβαια άρχισε να γιγαντώνεται από το 2009 και μετά, αλλά ο κόσμος αντέδρασε μηδενικά ή ελά-

χιστα. Περιμένουμε κάθε μέρα το επόμενο χαράτσι, την επόμενη απόλυση, την επόμενη βλαπτική μεταβολή σ' αυτό που μάθαμε να ονομάζουμε ποιότητα ζωής. Με την απάθειά μας όμως, το μόνο που κάνουμε είναι να ενισχύουμε τις βλέςεις των ολίγων, που μας θέλουν ταπεινούς υπηρέτες των ανεπτυγμένων, παρέχοντας πάμφθηνες υπηρεσίες και αγαθά, μη μπορώντας να απολαύσουμε τη χώρα μας, ίσως την πιο όμορφη χώρα σ' αυτό τον πλανήτη, αλλά και την πιο άτυχη συνάμα.

Αντίδραση. Τώρα. Το δυσκολότερο κομμάτι είναι η απόφαση. Ας αφήσουμε την πόλη. Ας στραφούμε στο χωριό. Όσοι από εμάς έχουμε τη δυνατότητα να το κάνουμε. Σίγουρα είμαστε πολλοί. Για όσους δεν έχουν, τα πράγματα θα είναι πιο εύκολα όταν αποκεντρωθεί η πόλη. Πόσο δύσκολα θα είναι στην αρχή; Σίγουρα θα είναι. Μπορείς όμως να το κάνεις σταδιακά. Βήμα - βήμα. Προετοίμασε τη γη. Φτιάξε υποδομή για νερό. Κλάδεψε τα δέντρα.

Το στάβλο για τα ζώα, μια αποθήκη για τις σοδειές σου, το σπιτάκι να έχει τα βασικά. Κάνε επαφές με τους γείτονές σου. Ο Θεός κι ο γείτονας λέγανε παλιά. Θα τον βοηθήσεις και θα σε βοηθήσει. Απόκτησε αυτάρκεια.

Οι γέροι θα είναι οι μεγαλύτεροι σύμβουλοι στα της υπαίθρου. Μπορούν και θέλουν να προσφέρουν με τη γνώση τους. Για τα παιδιά μην ανησυχείτε. Είναι ευπροσάρμοστα, αρκεί να τους δώσετε να καταλάβουν πως αυτό πρέπει να γίνει.

Ακόμα και στην ακραία περίπτωση που δεν θα υπάρχουν χρήματα, ή αυτά δεν θα έχουν καμία δυναμική, τα αγαθά του αγροκτήματός σας, θα αποτελούν εξαιρετικά ανταλλακτικά μέσα για να συμπληρώνουν τις ελλείψεις του δικού σας σπιτικού.

Κάποια στιγμή που θα έχουν μπει τα πράγματα σε μια σειρά, θα καταλάβετε και τη διαφορά της ποιότητας ζωής. Του καθαρού αέρα, της γνήσιας καθαρής νόστιμης τροφής, αλλά και της ανθρώπινης επαφής που χάθηκε τώρα πια. Παλιά υπήρχαν χίλιοι λόγοι για να σμίγουν στα σπίτια τους οι άνθρωποι για να χαίρονται τις χαρές τους και να συμεριζόνταν τη λύπη αυτών που το χρειάζονταν. Σήμερα όχι. Η επιστροφή στην ύπαιθρο θα μας χαρίσει χρόνια ζωής, θα μας βοηθήσει να επιβιώσουμε

από τα κακά που μάλλον σύντομα θα ταλαιπωρήσουν πολύ κόσμο, αλλά το σπουδαιότερο είναι πως θα ξαναγίνουμε άνθρωποι.

Δε θέλω να περιμένω μια καλή νεράιδα, που μπορεί να μην εμφανιστεί ποτέ. Θέλω να αντιδράσω μόνος μου. Σήμερα. Τώρα.

Κι αν αποτύχω, θα μπορώ να περηφανεύομαι πως τουλάχιστον προσπάθησα...

Μαργώνης Λάμπρος του Δημητρίου

## ΓΛΥΚΙΣΜΑ ΧΑΡΑΣ

### ΥΛΙΚΑ

- 1 κιλό απλή καρδιά
- 2 κιλά φαιδρό πρόσωπο
- ½ του κιλού ήσυχη συνείδηση
- 800 γρ. αγάπη
- 2 φλιτζάνια γέλιο
- 2 κουταλιές του γλυκού εξοχή

### ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Ρίχνετε στην κατσαρόλα εσωτερικού κόσμου την ήσυχη συνείδηση και την απλή καρδιά. Τα δουλεύετε μέχρι να ασπρίσουν, να φουσκώσουν και να γεμίσει ολόκληρη η κατσαρόλα **ΨΥΧΗ**. Προσθέτετε την **ΑΓΑΠΗ**, και το γλυκό σας παίρνει ένα ωραίο ρόδινο χρώμα. Τότε ρίχνετε το **ΦΑΙΔΡΟ ΠΡΟΣΩΠΟ** και το **ΓΕΛΙΟ**. Προσέχετε το δούλεμα, γιατί ένα κατσούφιασμα θα κόψει το γλυκό.

Στη συνέχεια ρίχνετε τα 2 κουταλάκια εξοχή για άρωμα. Κατόπιν βάζετε το γλυκό στο ταψί της **ΨΥΧΗΣ**, το στρώνετε με την κουτάλα της θελήσεως, και το ψήνετε στον φούρνο της υπομονής.

Αφού ψηθεί το σεβίριτε ραντισμένο με εμπιστοσύνη στο Θεό.

Όσοι έφαγαν το γλύκισμα αυτό, ομολόγησαν το κύριο χαρακτηριστικό της γεύσης του, που είναι **Η ΨΥΧΙΚΗ «ΓΑΛΗΝΗ»**.

Καλή επιτυχία λοιπόν και καλή σας όρεξη.

Μαργώνη Σταυρούλα

Οικολογικά παραδοσιακών ζυμαρικών, πλιτών και γλυκών εδεσμάτων

**περί Ορέξεως**

Ντάλλη Ικόλφω - Φωτοίρα Νικολίτσα Ο.Ε.  
Tel / mobile : 22330 91061, 69736 36082  
e-mail: periorexeos06@gmail.com  
Αρκίτσα Φθιώτιδας

**ΚΑΦΕ ΨΗΣΤΑΡΙΑ**

**ΗΛΙΑΣ ΤΟΤΡΑΛΙΑΣ**  
ΜΟΤΖΑΚΙ ΤΗΛ. 2445042851

**Salagiannis Travel**

www.salagiannistravel.gr κιν 6974053623  
info@salagiannistravel.gr  
τηλ 2631024300

**Blue Bay Seafood Restaurant**  
1007 East Innes Street  
Salisbury NC 28144  
704-633-9585  
Καλογερομήτρος Κώστας

Αφοι ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΥ ΜΑΡΓΩΝΗ & ΣΙΑ Ο.Ε.  
Στρ. Σαρύφης - Αλιάρτος  
τηλ: 22680-25609 - fax: 22680 24020

- Λέβητες Πέλλετ-βιομάζας
- Σόμπες πέλλετ
- Ξυλόσομπες
- Ηλεκτρικές σόμπες

Κέντρο διανομής πέλλετ αρίστης ποιότητας για οικονομική θέρμανση

Επικοινωνήστε μαζί μας για να σας δώσουμε λύσεις

**DISK JOCKEY**  
Θανάσης Μαργώνης

Τηλ: 2268022154 Κιν: 6974612234

**LIAS FIATAGRI OPEL**

ΣΥΝΕΡΓΕΙΟ - ΑΝΤΑΛΛΑΚΤΙΚΑ ΛΙΠΑΝΤΙΚΑ ΑΥΤΟΚΙΝΗΤΩΝ & ΓΕΩΡΓΙΚΩΝ ΜΗΧΑΝΗΜΑΤΩΝ

ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΣ ΚΥΠΡΑΙΟΣ

Αλιάρτος Βοιωτίας  
1ο χλμ. Αλιάρτου - Λιβαδειάς  
τηλ. 2268 024157, κιν. 6977 776059  
e-mail: kypbab@hotmail.gr

**ΧΩΜΑΤΟΥΡΓΙΚΕΣ ΕΡΓΑΣΙΕΣ**

**ΜΕΤΑΦΟΡΕΣ ΟΙΚΟΔΟΜΙΚΩΝ ΥΛΙΚΩΝ**

**ΚΟΥΤΣΟΛΑΜΠΡΟΣ Μ. ΒΑΣΙΛΗΣ**

Τηλέφωνο: 6972401634  
Τροβάτο Αγράφων Ευρυτανίας

ΧΩΜΑΤΟΥΡΓΙΚΕΣ & ΟΙΚΟΔΟΜΙΚΕΣ ΕΡΓΑΣΙΕΣ

ΕΠΑΜΕΙΝΩΝΔΑΣ ΤΣΙΠΕΙΚΑΟΣ  
ΤΗΛ 6976031588  
Τροβάτο Ευρυτανίας