

δημιουργία

ΕΚΔΟΣΗ ΤΩΝ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΗΡΙΩΝ «Η ΘΕΟΜΗΤΩΡ» • ΤΕΥΧΟΣ 31 • ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ 2025- ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ 2026



Δημιουργίες με έμπνευση και ταλέντο



Κατερίνα Μαντα
Γ2 Λυκείου



ΕΚΔΟΣΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΗΡΙΩΝ "Η ΘΕΟΜΗΤΩΡ"
Ελ. Βενιζέλου 128, Ηλιούπολη τηλ. 210 99 15 449

Υπεύθυνη Σύνταξης:
Βλαβιανού Μαρία, φιλόλογος

Συντακτική Ομάδα:
Μπιλάλη Βασιλική, φιλόλογος
Μαθητές και Μαθήτριες του σχολείου

Δημιουργικό - Εκτύπωση:
Λυχνία Α.Ε., τηλ. 210 3410436
www.lyhnia.com

Έπρεπε νάμαστε τρεις.
Αν δεν ήταν τόσο σκοτάδι,
θα καταλάβαινα ίσως, γιατί
έχω μείνει τόσο μονάχος.

Πόσο έχω ξεχάσει.
Πρέπει απ' αρχής πάλι το ταξίδι
ν' αρχίσει.

Πότε ξεκινήσαμε, τότε, οι τρεις;
Ή μήπως, κάποτε, είχαμε ανταμώσει...
Μαζί πορευτήκαμε ένα διάστημα,
όσο μας οδηγούσε άστρο λαμπρό.
Αυτό άλλαξε την οδό ή εγώ
τίποτα πια να δω δεν μπορώ;
Πού βρίσκομαι τώρα, σε τέτοιον καιρό,
σκληρό, ανένδοτο, δύσκολο,
εγώ, ανήσυχος, βιαστικός.
Μήπως κι' η ώρα πλησίασε;
Πού να το ξέρω!

Πού είναι τα δώρα;
είχαμε τότε τοιμάσει δώρα
ήμερα, ήσυχα
δώρα ημών των ταπεινών, χρυσόν
λίβανον και σμύρναν άηλιτοτε
με θαυμασμό κι' ευλάβεια τού φέρναμε.

Τώρα σ' αυτόν τον καιρό
σίδερο, κεραυνό και φωτιά.

Ήμασταν τρεις,
τώρα κανέναν άηλιτον δε βλέπω
κι' αισθάνομαι τα χέρια μου
πότε άδεια, πότε βαριά.
Βασιλείς τότε προς τον βασιλέα
του κόσμου, τώρα κανείς
δε βασιλεύει με βεβαιότητα.
Σκοτάδι βαρύ. Ποιος μ' οδηγεί;
Δίχως συντροφιά,
δίχως άστρο κανένα πηγαίνω.
Μόνη προσφορά, η μεγάλη που γνωρίζω,
συμφορά της στέρνησής Του.
Τι να προσφέρω σημάδι ευλάβειας
κι' υποταγής; Εμείς, άνθρωποι
της παράφορης τούτης εποχής,
τι μπορούμε, δικό μας, ευτυχείς
να Του δώσουμε; Είναι ανάγκη
να βρούμε την προσφορά.
Τίποτα δεν προσφέρει της ψυχής μας
ο τόσος αγώνας.
Χρυσόν, λίβανον και σμύρναν
άηλιτοτε, δώρα απλά.
Μας παιδεύει η ασυμπλήρωτη προσφορά.
Τώρα που πορεύομαι στο σκοτάδι,
χωρίς τη χαρά των δώρων, μονάχος,
δεν έχω παρά τον εαυτό μου να δώσω.

Εν συντριβή βαδίζοντα.

**ΖΩΗ ΚΑΡΕΛΛΗ,
"ΤΟ ΤΑΞΙΔΙ ΤΩΝ ΜΑΓΩΝ" (1955)**



Τι θα είχαν άραγε σήμερα να μας πουν;

Σεβαστή Γερώντισσα και αδελφές,
Αγαπητοί συνοδοιπόροι, συνάδελφοι καθηγητές,
Αγαπημένα μας παιδιά,

Πέμπτη 30 Ιανουαρίου 2020.

Εορτή των Τριών Ιεραρχών.
Εορτή της Παιδείας!
2020!

Τι θα είχαν άραγε σήμερα να μας πουν;

Τρεις Ιεράρχες της Εκκλησίας. Μέγας Βασίλειος, Άγιος Γρηγόριος ο θεολόγος και Άγιος Ιωάννης ο Χρυσόστομος.

Σπουδαίοι για την εποχή τους. Σίγουρα άνθρωποι των γραμμάτων. Άνθρωποι με πολύπλευρη μόρφωση και γνώση. Άνθρωποι με όραμα και έργο, που έγιναν πτωχοί για να πλουτίσουν τους πτωχούς, που θεράπευσαν σώμα και ψυχή.

Ήταν τρεις! Όχι χιλιάδες! Κι όμως δεν τους πτόησε αυτό. Είχαν μαζί τους τον Χριστό. Έγιναν οι ίδιοι θεοφόροι και έφεραν τον Θεό σε κάθε ανθρώπινο σοκάκι που συνάντησαν.

Πράγματι! Ιεροί άνδρες... για την εποχή τους!

Σήμερα όμως 1600 και πλέον χρόνια αργότερα τι θα είχαν να μας πουν; Θα μπορούσε άραγε η φωνή τους να ακουστεί σε αυτό τον κόσμο, τον χαμένο στις οθόνες; Αλλά και σ' έναν κόσμο που αλληλάζει μέρα με τη μέρα, χρόνο με το χρόνο. Δυο- τρία χρόνια περνούν και δεν μπορείς να καταλάβεις την επόμενη γενιά που έρχεται!

Ο Θεός πέθανε! Και στο κάτω κάτω τι με νοιάζει αν υπάρχει. Μπορώ και μόνος να τη ζήσω τη ζωή. Δικιά μου είναι και μου ανήκει.

Τι να πουν; Σε μια εποχή που έξυπνος θεωρείται αυτός που ξέρει να σε κοροϊδεύει μπροστά στα μάτια σου και να μην υπολογίζει καμία αρχή. Αλλάωστε όλοι έτσι κάνουν.

Εορτή των Τριών Ιεραρχών... Αλλά έχει κι άλλα προβλήματα ο κόσμος... Δεν έχει ψωμί να φάει, δεν έχει στέγη και οι αλληλοδαποί να παίρνουν τα επιδόματα των φτωχών ανθρώπων της Ελλάδος. Να τους λησπηθείς; Να θυμώσεις μαζί τους; Και οι φυσικές καταστροφές; Αναρωτιέται κανείς αν τα ζώα που σώθηκαν από τις φωτιές της Αυστραλίας νιώθουν να βρίσκονται στην αγκαλιά του σωτήρα τους ανθρώπου ή στην αγκαλιά του δολοφόνου τους. Και οι πόλεμοι; Οι απειλές; Τα κοιτάσματα και τα αμείλικτα υπονοούμενα; Άραγε τι να πουν; Μάλλον θα σιωπούν. Θα σιωπούν και θα προσεύχονται δακρυσμένοι.

Γιορτή ή μάλλον... πένθος;

Μα η ζωή είναι ωραία! Ενεργοποιείς την οθόνη του κινητού σου. Το wifi είναι free και ταξιδεύεις σ' ολόκληρο τον κόσμο! Γίνεσαι διάσημος. Η φωνή σου είναι δυνατή. Έχεις και followers και χιλιάδες likes να σε επιβεβαιώνουν. Αν και σ' αυτόν τον κόσμο της τεχνολογίας δεν υπάρχουν πάντα χαμόγελα... Η κακία του ανθρώπου παρεισφύει



παντού. Την έχει αυτή την ανα θεματισμένη ιδιότητα.

Ε, τότε τι να πουν; Εμείς ζούμε σε άλλη εποχή! Ευλογημένοι άνδρες για την Ιστορία αλλά και αυτή αν θέλουμε την πιστεύουμε...

Μέγας Βασίλειος: Θα ήθελα κάτι να πω.

Μα Σεβασμιώτατε... εμείς; Ξέρετε; Ζούμε σε άλλη εποχή. Εσείς;

Πράγματι, έζησα το 330-370 μ.Χ. στην Καισάρεια της Καππαδοκίας- δεν είναι πλέον ελληνική. Πήγα στα μεγαλύτερα πολιτιστικά κέντρα της εποχής μου και σπούδασα, στην Καισάρεια της Παλαιστίνης, στην Κων/πολη, στην Αθήνα. Όπως και σήμερα πολλοί νέοι αναζητούν καλύτερες σπουδές και σταδιοδρομία στο εξωτερικό.

Ο άγιος Γρηγόριος ο θεολόγος, καρδιακός φίλος και συμφοιτητής εξαιρετικός. Δεν πήρα μόνο ένα πτυχίο. Αγαπούσα τη θεολογία, όμως διέπρεπα παντού! Στα μαθηματικά, στην αστρονομία, την ιατρική, τη φιλοσοφία, τη ρητορική κ.α.

Διαπίστωσα όμως ότι παρά τις σπουδές μου υπήρχε μια δίψα μέσα μου. Πέτυχα πολλά αλλά τίποτα δε με γέμισε. Ήταν πολλά αλλά και τόσο λίγα γι' αυτό που διψούσε η ψυχή μου. Ήθελα να ζήσω σαν πτωχός, σαν ασήμαντος, σα χαμένος από όλους αλλά ιδωμένος από τον Θεό. Ένας κόκκος άμμου κάτω από τα πόδια του Χριστού μου.

Το έβλεπα στο Σταυρό. Η δόξα του Κυρίου ήταν η φάτνη Του, ο Σταυρός Του, όλα όσα πέρασε για την αγάπη Του, για το πλάσμα Του.

Η ταπείνωση είναι ένδυμα θεϊκό. Αυτό ποθούσα να φορέσω. Μέσα σε αυτό να χαθώ.

Επέστρεψα στη γενέτειρά μου, όχι ως πτυχιούχος και πανεπιστήμων, αλλά ως ξένος, γνωστός όμως στον Θεό. Χάθηκα μέσα στην αδιάλειπτη προσευχή και τη μελέτη, μέσα στο αγαπημένο μου ασκηταριό στα Άννυσα του Πόντου. Σε λίγο ήρθε κοντά μου κι ο Γρηγόριος, αλλά και πολλός κόσμος ερχόταν να μας δει, άνθρωποι κάθε ηλικίας και κοινωνικής τάξης. Τελικά όσο κρύβεσαι, σε φανερώνει ο Θεός. Πολλοί νέοι μας πλησίασαν. Συζητήσεις ατέλειωτες, άλλοτε ζωηρές κι άλλοτε μυσταγωγικές. Ήταν τότε που πιεζόμενος από τις απορίες και το πείσμα τους να βρουν την ξεκάθαρη απάντηση και λύση συνέγραψα ένα κείμενο γι' αυτούς σχετικά με το πως θα μπορούσαν να ωφεληθούν από τα κοσμικά αναγνώσματα της κλασικής ελληνικής γραμματείας, την οποία μερικοί υπερεκτιμούσαν την αξία της και άλλοι δικάζονταν να την προσεγγίσουν μοιλονότι φάνταζε μακριά από κείνα που πίστευαν για το Θεό και τον κόσμο. Βρίσκονταν σε δίλημμα. Θα μπορούσαν να βρουν την ισορροπία; Το μέτρο; Ναι

«Πρώτα θα έτοιμάσουμε τη συνείδησή μας με την κοσμική σοφία» τους έγραψα «κι ύστερα θ' ακούσουμε τὰ ἱερά και βαθιά νοήματα τῆς χριστιανικῆς διδασκαλίας. Πρώτα θα συνθίσουμε νὰ βλέπουμε τὸν ἥλιο μέσα στὸ νερό κι ὕστερα θ' ἀτενίσουμε τὸν ἴδιο τὸν ἥλιο».

Με τον ίδιο τρόπο να προσλαμβάνετε κι εσείς σαν τις μέλισσες οτιδήποτε καλό και ωφέλιμο πηγάζει από την κοσμική σοφία, την τέχνη και την τεχνολογία και οδηγεί στην αρετή και στην αληθινή σοφία. Όπως έλεγε κι ο Πλάτων «παιδεία ἐστὶ οὖν τὴν ὑδρίαν πληρῶσαι ἀλλὰ ἀνάψαι αὐτήν» δηλαδή παιδεία τελικά δεν είναι να γεμίσουμε το δοχείο του μυαλού μας με κοσμική και ανθρώπινη σοφία αλλά να το ανάψουμε! Με τι; Με τη φλόγα της άνωθεν σοφίας θα έλεγα εγώ κι αυτή η φλόγα βρίσκεται στην Εκκλησία, είναι η χάρη η αγιοπνευματική.

Γρηγόριος ο Θεολόγος: Θα συμφωνήσω με τον αγαπημένο μου φίλο και πνευματικό αδελφό Βασίλειο. «Οφείλεις να γίνεις ο ίδιος φως κι έπειτα να φωτίσεις τον κόσμο όλο». Μην αρκεστείς παιδί μου στην ορατή πραγματικότητα και μόνο. Είναι πολύ λίγη για σένα. Η ψυχή σου διψάει να χωρέσει πολλά περισσότερα. Αλλά μέσα από αυτήν την ορατή πραγματικότητα κοίτα το κάτι βαθύτερο. Από τη γνώση των όντων ανέβα στη θεία γνώση. Σε αυτή την ανοδική πορεία βρίσκεται όλη η αξία του ανθρώπινου βίου. Αυτό προφανώς είναι και το νόημα της εορτής που καθιερώθηκε ως εορτή της Παιδείας. Να γίνει το βιβλίο σου ένα παράθυρο για τον ουρανό! Άνοιξέ το! Και μύρισε καθάριο αέρα! Αυτό είναι ζωή! Γιατί δεν είσαι μόνο γη, είσαι κι ουρανός!

Ιωάννη;

-Πράγματι, «Δεν είναι δυνατόν αυτός που είναι προσκολλημένος στα γήινα και στα παρόντα να δεχτεί κάποτε

να γεμίσει από τον πόθο των μελλοντικών αγαθών».

«Εκείνος που θέλει να βρει την Αλήθεια πρέπει να καθαρθεί πρώτα από τα πάθη του. Γιατί όποιος απαλλάσσεται από τα πάθη, απαλλάσσεται και από την πλάνη και γνωρίζει την Αλήθεια».

«Όσο τα εμπόδια είναι μεγαλύτερα, τόσο πιο πολύ αξία έχει ο θρίαμβος της αρετής»

«Αδιαφόρησε για τις ανέσεις και τότε θα αποκτήσεις άνεση. Αδιαφόρησε για τα υλικά αγαθά και τότε θα τα πάρεις όχι σα δέσμιος αυτών, ούτε σαν δούλος, αλλά σαν ελεύθερος». Τελικά το αντίθετο του φόβου δεν είναι η αφοβία, αλλά η ελευθερία και η εμπιστοσύνη στον Θεό.

Μαθήτρια Γ' Λυκείου: Μου επιτρέπεται να παρέμβω; Μιας και μιλήσατε για τον φόβο. Προσωπικά νιώθω ότι ο μεγαλύτερος φόβος μου είναι η μοναξιά. Είναι κάτι που από μικρή απεχθανόμουν αν και άργησα να το παραδεχτώ. Εσείς φοβηθήκατε ποτέ; Νιώσατε μόνοι;

Άγιος Ιωάννης ο Χρυσόστομος: Γλυκό μου παιδί... ίσως ήμασταν κυρίως μόνοι. Η πολιτική ηγεσία εναντίον μας, οι θρησκευτικοί ηγέτες και τάχα ποιμένες της Εκκλησίας το ίδιο. Ο κόσμος διχασμένος. Άλλοτε ωσαννά ωσαννά και έπειτα άρον άρον σταύρωσον αυτόν. Δε φοβηθήκαμε τη δήμευση της περιουσίας μας- την είχαμε όλη διαθέσει στην υπηρεσία του αδελφού. Δε φοβηθήκαμε τα βασανιστήρια- ένα βήμα πιο κοντά στο θάνατο, ένα βήμα πιο κοντά στο Χριστό. Όμως είναι αλήθεια η μεγαλύτερη δοκιμασία που υπέμεινα για την αγάπη του Κυρίου ήταν η εξορία και η στέρση κι αυτής της αλληλογραφίας με τα αγαπημένα μου παιδιά. Έτσι τελείωσα τη σύντομη ζωή μου. Μόνος στην εξορία, χωρίς ένα αδελφικό αποκούμπι να ακούσει τον κρυφό μου στεναγμό. Γονάτισα στην αγία τράπεζα ενός ναού που βρέθηκε στην πορεία μας. Δόξα τω Θεώ πάντων ένεκεν! Δόξα τω Θεώ για όλα! Ήταν τα τελευταία μου λόγια. Αυτή η πύρινη ευγνωμοσύνη σφράγισε το τέλος της επίγειας ζωής μου στην εξορία και άνοιξε το δρόμο για την ουράνια και αρχαία Πατρίδα! Πού τη βρήκα τη δύναμη; Θυμήθηκα τα λόγια του Κυρίου μου που είχαν άλλοτε μιλήσει στην ψυχή μου. Εκεί στην έρημο του Καυκάσου ακούγονταν πλέον καθάρια. Στάσου κι εσύ μέσα σου να ακούσεις. Εγώ για σένα πατέρας, λείο ο Χριστός, εγώ αδελφός, εγώ σύζυγος, εγώ σπίτι, εγώ τροφή, εγώ ρούχο, εγώ ρίζα, εγώ θεμέλιο, ό,τι θέλεις Εγώ. Τίποτα να μη σου λείψει. Εγώ θα δουλέψω. Ήρθα να σε υπηρετήσω, όχι να με υπηρετήσεις. Εγώ και φίλος και μέλος του σώματός σου και κεφάλι και αδελφός και αδελφή και μητέρα, όλα εγώ. Μόνο να είσαι κοντά μου. Εγώ φτωχός για σένα και αλήτης για σένα. Στο Σταυρό για σένα, στον τάφο για σένα. Στον ουρανό παρακαλώ για σένα τον Πατέρα μου. Στη γη έρχομαι πρεσβευτής του Πατέρα μου για σένα. Εσύ μου είσαι τα πάντα για μένα, και αδελφός και συγκληρονόμος και φίλος και μέλος του σώματός μου. Τι πλέον θέλεις;» Ναι, Κύριε, τίποτε άλλο δε θέλω. Μόνο Εσένα... Καταλαβαίνεις τώρα παιδί μου; Δεν υπάρχει μεγαλύτερο κοινωνικό δίκτυο από το Σώμα του Χριστού. Είμαστε όλοι ενωμένοι σε Αυτό. Πονάει το ένα μέλος- συ-

μπάσχει όλο το Σώμα. Δοξάζεται το άλλο μέλος- όλο το Σώμα χαίρει. Τα μηνύματα αναρίθμητα αποστέλλονται δια της προσευχής.

Μαθήτρια Γ΄ Λυκείου: Για μένα ο μεγαλύτερος φόβος είναι η απώλεια αγαπημένων προσώπων. Φοβάμαι τον θάνατο. Λυπάμαι τα πρόσωπα που θα μείνουν πίσω. Θα ήθελα να έχω μια γεμάτη ζωή...

Μαθητής Γ΄ Λυκείου: Κι όμως, όταν το χειρότερο έχει συμβεί, δε φοβάσαι τίποτα.

Άγιος Ιωάννης ο Χρυσόστομος: Αν λυπάσαι γι' αυτούς που πεθαίνουν να λυπάσαι και γι' αυτούς που τρώνε και γι' αυτούς που πίνουν. Διότι όπως αυτό είναι φυσικό έτσι κι εκείνο. Ας μη σε λυπούν οι καταστάσεις της φύσεως. Ας σε λυπούν αυτά που προέρχονται από την κακή προαίρεση. Ούτε να πενήσεις αυτόν που πέθανε, αλλά να πενήσεις εκείνον που ζει μέσα στην αμαρτία γιατί δεν υπάρχει μεγαλύτερο δεινό από αυτήν. Να μην έχετε σκέψη μικρού παιδιού αλλά την ακακία του. Τα μικρά παιδιά φοβούνται τις αγριωπές αλλά ακίνδυνες μάσκες. Δε φοβούνται όμως τη φωτιά και συμβαίνει να πλησιάζουν το χέρι και να καίγονται.

Μαθήτρια Γ΄ Λυκείου: Φοβάμαι την αποτυχία.

Άγιος Γρηγόριος ο Θεολόγος: Ούτε να έχεις μεγάλο θάρρος, ούτε να απελπίζεσαι υπερβολικά. Το πρώτο σε εξασθενεί. Το δεύτερο σε ρίχνει κάτω.

Μαθητής Β΄ Γυμνασίου: Να σας κάνω μια ερώτηση; Τελικά εσείς τι πιστεύετε για την αργία της εορτής σας; Θα έπρεπε να κάνουμε μάθημα ή όχι;

Μέγας Βασίλειος: «Εμείς οι μεγάλοι δε θα πρέπει να γινόμαστε μικρόψυχοι για τα παιδιά μας, ούτε να φοβηθούμε μήπως κοπιάσουν, αλλά να χαιρόμαστε γιατί κοπιάζοντας θα δοξαστούν» Εντέλει τιμή αγίου είναι η μίμηση του αγίου.

Μαθήτρια Α΄ Λυκείου: Χαρήκαμε που σας είχαμε σήμερα κοντά μας. Μακάρι να δοθούν και άλλες ευκαιρίες να συνομιλήσουμε ξανά. Δεν μπορούμε να πούμε ότι όλα όσα μας είπατε τα αφομοιώσαμε, αλλά σίγουρα πήραμε κάτι, νιώσαμε κάτι διαφορετικό. Εύχεσθε για εμάς!

Κλείνοντας.. μια τελευταία παρατήρηση: Όταν μπήκαμε στην ΕΟΚ, στην ευρωπαϊκή οικονομική κοινότητα το 1979 η γαλλική εφημερίδα ΛΕ ΜΟΝΤ έγραψε: «καλωσορίζουμε τη χώρα της φιλοκαλίας, τη χώρα του Βασιλείου, του Γρηγορίου, του Χρυσοστόμου». Αυτό περιμένει ο κόσμος από εμάς, τον φιλοκαλικό άνθρωπο, τον φίλο του καλού, τον άγιο, τον άνθρωπο που όπως έλεγε ο αγαπητός μας Άγιος Ιωάννης ο Χρυσόστομος είναι πλούσιος όχι γιατί έχει πολλά, αλλά γιατί δεν έχει ανάγκη από τίποτα!

Αδελφή Ευφημία Αρχόντη,
θεολόγος-διευθύντρια Γυμνασίου

Με πολλή χαρά και αγάπη φτιάξαμε το πρώτο μας πρόσφορο και το προσφέραμε στο Ναό στη σχολική θεία Λειτουργία μας!



Η αξία της μουσικής για τον άνθρωπο

Χωρίς να το συνειδητοποιούμε, η μουσική μας συνοδεύει στην καθημερινότητά μας. Όταν χαλαρώνουμε, όταν διαβάζουμε, όταν είμαστε χαρούμενοι καθώς και όταν περνάμε δύσκολες στιγμές, θα έχουμε πάντα μαζί μας έναν πιστό συνοδό, την μουσική. Είναι ένα στοιχείο που προσθέτει χρώμα και ρυθμό στην ζωή μας.

Η μουσική, λοιπόν, αποτελεί μία από τις πιο σημαντικές τέχνες στην ζωή του ανθρώπου. Πρώτα από όλα, διότι μας βοηθάει να εκφράζουμε τα συναισθήματά μας. Ένα χαρούμενο τραγούδι μπορεί να μετατρέψει μια βαρετή μέρα σε ενδιαφέρουσα, γεμίζοντας μας με ενέργεια. Αντιθέτως μία ήρεμη μελωδία θα μας βοηθήσει να χαλαρώσουμε μετά από μια δύσκολη ή δυσάρεστη εμπειρία στο σχολείο ή στην δουλειά. Η μουσική μας προσφέρει την σπάνια ευκαιρία να επικοινωνήσουμε όταν δεν έχουμε την δυνατότητα να βρούμε τις κατάλληλες λέξεις.

Πρόσθετα, εκτός από συναισθηματική αξία, η μουσική έχει τη σπουδαία δύναμη να ενώνει τους ανθρώπους. Συμμετέχοντας σε διάφορες μουσικές ομάδες-π.χ. σε σχολικές χορωδίες, σε ορχήστρες, σε συγκροτήματα—δημι-

ουργείται ένα αίσθημα ομαδικότητας και συνεργασίας. Μοιραζόμαστε μέσα από την μουσική κοινές εμπειρίες και δημιουργούμε νέες φιλίες. Γνωρίζουμε νέους ανθρώπους που έχουν την ίδια αγάπη και το ίδιο πάθος με εμάς και όλους μας συνδέει αυτή η όμορφη τέχνη, η μουσική.

Τέλος, αξίζει να αναφέρουμε πως η μουσική συμβάλλει στη βελτίωση της συγκέντρωσης και της δημιουργικότητας μας. Μας δίνει έμπνευση για να εργαστούμε, πολλές φορές βοηθάει και τους μαθητές να διαβάσουν για το σχολείο.

Συνοψίζοντας, η μουσική, όπως και όλες οι τέχνες έχει ανεκτίμητη αξία. Μας προσφέρει χαρά, έκφραση, συνεργασία και όρεξη για δημιουργία. Η μουσική ομορφαίνει την ζωή μας, την κάνει καλύτερη, γεμάτη χαρές, γεμάτη ενέργεια. Κατανοούμε μέσα από αυτήν τον εαυτό μας, σε ένα βαθύτερο επίπεδο. Αξίζει γι' αυτό να την αγαπάμε και πάντα να την κρατάμε στην ζωή μας, να την αξιοποιούμε όσο μπορούμε και να μην απομακρυνόμαστε από εκείνη.

Κωστοπούλου Δανάη, Γ1 Γυμνασίου

Οι μαθητές προβληματίζονται...

Στις 10 Οκτωβρίου, η παγκόσμια κοινότητα αναγνωρίζει μια μέρα αφιερωμένη στην ευαισθητοποίηση για το άγχος. Για τους μαθητές της Α, Β και Γ τάξης, το άγχος μπορεί να μοιάζει με έναν δύσκολο συνοδοιπόρο, ειδικά όταν περίοδοι με σχολικές απαιτήσεις και άλλες φροντίδες πλησιάζουν. Αυτή η μέρα μας θυμίζει πως το άγχος είναι ένα συναίσθημα που όλοι νιώθουμε, μικροί και μεγάλοι.

Το σημαντικό είναι να μάθουμε να το αναγνωρίζουμε και να το αντιμετωπίζουμε με υγιείς τρόπους. Όταν τα παιδιά νιώθουν ασφαλή, στηριγμένα και μπορούν να μιλήσουν ανοιχτά για το πώς αισθάνονται, τότε το άγχος χάνει τη δύναμή του. Με την καθοδήγηση των ενηλίκων και μικρές καθημερινές συνήθειες, μπορούν να αναπτύξουν αντοχή και αυτοπεποίθηση.

Είναι επίσης χρήσιμο να γνωρίζουν ότι δεν είναι μόνο τους. Πολλοί μαθητές βιώνουν ανησυχία, ειδικά σε περιόδους αλλαγών, εξετάσεων ή κοινωνικών δυσκολιών. Το σχολείο μπορεί να γίνει ένα στήριγμα, όταν οι δάσκαλοι,

οι γονείς και οι συμμαθητές συνεργάζονται. Με μικρά βήματα, μπορούμε να κάνουμε το σχολικό περιβάλλον πιο ήρεμο και φιλικό.

Παράλληλα, η μέρα αυτή μας καλεί να αντιληφθούμε ότι το άγχος δεν “παλεύεται” μόνο με σκέψη, αλλά και με πράξη. Όταν τα παιδιά μαθαίνουν πρακτικούς τρόπους αποφόρτισης, αποκτούν εργαλεία ζωής. Έτσι, με λίγη υποστήριξη, κατανόηση και σταθερές συνήθειες, μπορούμε να κάνουμε τις αγχωτικές μέρες πιο διαχειρίσιμες.

Δραστηριότητες για την καλύτερη ψυχική υγεία των μαθητών:

1. Το “Βαζάκι των Σκέψεων”

Κάθε παιδί γράφει σε χαρτάκι μια σκέψη που το ανησυχεί και τη ρίχνει σε ένα βαζάκι. Στη συνέχεια συζητάμε ποιες σκέψεις μπορούμε να αλλοδώσουμε και ποιες να αφήσουμε στην άκρη.

2. Ασκήσεις αναπνοής 2 λεπτών

Τα παιδιά κλείνουν τα μάτια και κάνουν αργές εισπνοές και εκπνοές. Μαθαίνουν πώς να “πατάνε φρένο” στις δύσκολες στιγμές.

3. Το Συννεφάκι των Συναισθημάτων

Σχεδιάζουν ένα σύννεφο και γράφουν μέσα τα συναισθήματα της ημέρας. Έτσι μαθαίνουν να τα αναγνωρίζουν και να τα ονοματίζουν.

4. Περπάτημα στην τάξη με αργό ρυθμό

Όλα τα παιδιά περπατούν αργά, αθόρυβα και προσεκτικά στο χώρο. Η άσκηση βοηθά στη συγκέντρωση και στη ρύθμιση της έντασης.

5. Κύκλος Ευγνωμοσύνης

Κάθε παιδί λέει κάτι μικρό για το οποίο νιώθει ευγνωμοσύνη σήμερα. Η άσκηση μειώνει το στρες και ενισχύει το θετικό κλίμα.

Ζερβός Χρήστος, Βουκάτου Φωτεινή
Γ1 Γυμνασίου

Παγκόσμια ημέρα ψυχικής υγείας

Η 10η Οκτωβρίου έχει καθιερωθεί ως Παγκόσμια Ημέρα Ψυχικής Υγείας με σκοπό την ευαισθητοποίηση της κοινωνίας σχετικά με ζητήματα που αφορούν στην ψυχική υγεία των ανθρώπων. Σύμφωνα με τον Π.Ο.Υ. ως ψυχική υγεία ορίζεται η κατάσταση εκείνη του ατόμου κατά την οποία μπορεί έχοντας ψυχική ευεξία και ανθεκτικότητα να ανταποκριθεί στις προκλήσεις της ζωής, να αντιμετωπίσει πιέσεις και να νιώθει αλλιά και να είναι χρήσιμο μέλος μιας ολοένα και πιο απαιτητικής κοινωνίας. Δυστυχώς για πολλά έτη και αιώνες οι ψυχικά ασθενείς αποτελούσαν μίasma για μια κοινωνία, ήταν το «βάρος» μιας οικογένειας αφού η κάθε οικογένεια που είχε στους κόλπους της ένα τέτοιο άτομο έπρεπε να το κρύβει για να αποφεύγει το κοινωνικό στίγμα. Έτσι οι ψυχικά ασθενείς υποχρεωτικά ήταν «αόρατοι» με ό,τι αυτό συνεπάγεται και πάνω απ' όλα με το έλλειμμα ουσιαστικής φροντίδας.

Έχουν κατά καιρούς δει το φως της δημοσιότητας περιπτώσεις που οι συγγενείς ψυχικά ασθενών είχαν φτάσει ακόμη και στο σημείο να τους κρατούν κλειδωμένους στο υπόγειο του σπιτιού τους για να μην τους δει κανείς και σε άλλες ακραίες μορφές κακοποίησης θεωρώντας την ύπαρξή τους «μίasma» για την οικογένεια, κάτι που δυστυχώς το συναντάμε και στις σύγχρονες ευνομούμενες κοινωνίες. Έτσι λοιπόν σύμφωνα με έρευνες 1 στους 8 ενήλικες μεταξύ αυτών συμπεριλαμβάνονται και οι έφηβοι πάσχουν από ψυχικά νοσήματα.

Η ψυχική υγεία είναι ένα ανθρώπινο δικαίωμα και όλοι μας θα πρέπει να το περιφρουρούμε τόσο σε ατομικό επίπεδο όσο και σε συλλογικό. Οι πόλεμοι, η πανδημία, η οικονομική κρίση είναι μερικοί παράγοντες που δίνουν μεγάλη ευαισθητότητα στην ανθρώπινη φύση και την οδηγούν να δοκιμάζει τα όριά της. Όμως και ατομικές συνθήκες όπως μια απώλεια, μια αποτυχία, μια ματαιώση σε πολλά επίπεδα μπορεί να συντελέσουν ώστε ένας άνθρωπος να μην έχει ψυχική υγεία. Έτσι συγκεντρωτικά θα λέγαμε πως βιολογικοί-κληρονομικοί, κοινωνικοί παράγοντες είναι αυτοί που οδηγούν ένα άτομο στο να μην είναι ψυχικά υγιές. Αυτά είναι τα δεδομένα. Το ζητούμενο είναι όλοι, άτομα και κοινωνία να σταθούμε δίπλα στα άτομα που πάσχουν και να προσπαθούμε με βασικότερο όπλο την αποδοχή και την αγάπη προς το συνάνθρωπο να τους εντάσσουμε στη ζωή χωρίς να παραβλέψουμε το ότι τον 21ο αιώνα η επιστήμη της ψυχολογίας επικουρούμενη από την ψυχιατρική έχει κάνει τεράστια άλματα. Και είναι τόσο λεπτές αυτές οι κόκκινες γραμμές που ο καθένας μας κάτω από ένα ψυχοπαιστικό γεγονός μπορεί να τις περάσει και να βρεθεί στην άλλη πλευρά!

Έτσι λοιπόν θα δούμε τι δεν είναι ψυχική υγεία για να

μπορέσουμε να την προστατεύσουμε και να βοηθήσουμε τους νέους ανθρώπους, οι οποίοι κατά την περίοδο της εφηβείας βιώνουν μεγάλες διακυμάνσεις.

Ψυχική υγεία δεν είναι:

- Να είσαι όλη μέρα μπροστά από μια οθόνη στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης ή να παίζεις ηλεκτρονικά παιχνίδια
- Να μένεις όλη μέρα κλεισμένος σ ένα δωμάτιο μένοντας άπρακτος
- Να μην επικοινωνείς και να μην έχεις την επιθυμία να επικοινωνήσεις με κανέναν
- Να μη βλέπεις κανένα θετικό στοιχείο στη ζωή
- Να μην έχεις στόχους
- Να μην αθλείσαι
- Να μην απολαμβάνεις τη στιγμή
- Να μην είσαι ευγνώμων γι αυτά που έχεις
- Να εγκαταλείπεις «τη μάχη», να παραιτείσαι και να μην αγωνίζεσαι παραβλέποντας το γεγονός πως σημασία δεν έχει το αποτέλεσμα, αλλά η προσπάθεια
- Να απαξιώνεις τον εαυτό σου
- Να μην κοιμάσαι καλά και να ξενυχτάς άσκοπα
- Να μην τρέφεις σωστά και να είσαι στα άκρα (υπερφαγικά επεισόδια-ανορεξία)
- Να μην σέβεσαι τον εαυτό σου και να επιτρέπεις στους άλλους να ξεπερνούν τα όρια,
- Να μην τηρείς εσύ τα όρια
- Να μην έχεις υγιεινές συνήθειες και να κάνεις χρήση ουσιών ή να κάνεις χρήση αλκοόλ
- Να παραμελείς την αυτοφροντίδα σου
- Να μη λήξεις μόνιμα σε καυγάδες και να συμμετέχεις σε βίαια επεισόδια
- Να θεωρείς πως δεν έχει κανένα νόημα να ζεις ξεχνώντας πως η ζωή είναι Θείο δώρο!

Επειδή λοιπόν η υγεία μας είναι η πρώτιστη φροντίδα μας, γιατί χωρίς αυτήν δυσλειτουργούμε, εάν νιώσεις κάτι να σε δυσκολεύει, να σου προκαλεί ψυχικό πόνο και σε κρατάει μακριά από τις χαρές της ζωής μη διστάσεις να επικοινωνήσεις με κάποιον ειδικό. ΖΗΤΑ ΒΟΗΘΕΙΑ!!!, Γιατί το σώμα θα πει όσα δε λήει η ψυχή και δυστυχώς θα τα εκφράσει μέσω των ασθενειών!

Κα ΦΩΤΕΙΝΗ ΛΕΙΒΑΔΙΤΗ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΟΣ MSc
ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΥΤΡΙΑ
Email:foteinileibatiti@gmail.com

Διάλεκτοι της ελληνικής γλώσσας. Σκέψεις μαθητών

Η ελληνική γλώσσα αποτελεί μία από τις αρχαιότερες και σημαντικότερες γλώσσες του κόσμου, με ιστορία που ξεπερνά τις τέσσερις χιλιετίες. Στη μακρόχρονη πορεία της δεν υπήρξε ποτέ ενιαία και απολύτως ομοιόμορφη. Αντίθετα, σε κάθε εποχή και περιοχή αναπτύχθηκαν διάφορες διάλεκτοι, δηλαδή γλωσσικές μορφές της ίδιας γλώσσας που παρουσιάζουν διαφορές στην προφορά, στο λεξιλόγιο και στη γραμματική. Οι διάλεκτοι αποτελούν σημαντικό στοιχείο της πολιτιστικής ταυτότητας των Ελλήνων και αποτυπώνουν την ιστορία και τον πολιτισμό κάθε τόπου.

Στην αρχαιότητα υπήρχαν αρκετές ελληνικές διάλεκτοι, όπως η ιωνική, η αττική, η δωρική και η αιολική. Μέσα από αυτές γράφτηκαν σπουδαία έργα, όπως η Ιλιάδα και η Οδύσσεια του Ομήρου (που ανήκουν κυρίως στην ιωνική), αλλά και οι τραγωδίες της κλασικής Αθήνας, γραμμένες στην αττική διάλεκτο. Με την επικράτηση του Μεγάλου Αλεξάνδρου, δημιουργήθηκε η Κοινή Ελληνιστική, από την οποία προήλθε αργότερα η Νέα Ελληνική.

Στη σύγχρονη Ελλάδα, αν και υπάρχει μια κοινή επίσημη γλώσσα, επιβιώνουν ακόμη διάλεκτοι και ιδιώματα. Μερικές από τις πιο γνωστές είναι τα ποντιακά,

τα κρητικά, τα κυπριακά και τα καππαδοκικά. Η ποντιακή διάλεκτος έχει ιδιαίτερο λεξιλόγιο και χαρακτηριστική προφορά, αποτέλεσμα της ιστορίας των Ποντίων στη Μικρά Ασία. Τα κρητικά φημίζονται για τις ιδιόμορφες λέξεις και τον έντονο ρυθμό τους, ενώ τα κυπριακά διατηρούν αρχαϊκά στοιχεία που δεν υπάρχουν πια στην κοινή νεοελληνική.

Οι διάλεκτοι δεν είναι «λάθος» τρόποι ομιλίας είναι ζωντανή απόδειξη της πολυμορφίας της γλώσσας και συνδέουν τους ανθρώπους με τον τόπο και την παράδοσή τους. Μέσα από τη μουσική, τη λογοτεχνία, τις θεατρικές παραστάσεις και την καθημερινή ομιλία, οι διάλεκτοι συνεχίζουν να μεταβιβάζονται από γενιά σε γενιά.

Συμπερασματικά, οι ελληνικές διάλεκτοι αποτελούν πολύτιμο κομμάτι της γλωσσικής μας κληρονομιάς. Η προστασία και η μελέτη τους μπορούν να μας βοηθήσουν να κατανοήσουμε βαθύτερα την ιστορία, τον πολιτισμό και την ψυχοσύνθεση του ελληνικού λαού. Είναι καθήκον μας ως νέοι να σεβόμαστε και να γνωρίζουμε τις διαλεκτικές μορφές της γλώσσας μας, γιατί μέσα από αυτές διατηρείται ζωντανή η ελληνική παράδοση.

**Σταματόπουλος Αναστάσιος,
Α2 Λυκείου**



Γνωριμία με τους Λογοτέχνες....



Με χαρά σας ανακοινώνουμε ότι το σχολείο μας θα πραγματοποιεί κάθε μήνα ένα αφιέρωμα σε έναν σπουδαίο λογοτέχνη, πεζογράφο ή ποιητή, δίνοντας την ευκαιρία στους μαθητές να συγκεντρώνουν υλικό για το έργο και τη ζωή του, να εμπνεόνται από αυτόν και να μπορούν να παρουσιάσουν και οι ίδιοι τις καλλιτεχνικές τους δημιουργίες.

Αυτές οι δημιουργίες των μαθητών, όπως ποιήματα, διηγήματα, έργα ζωγραφικής, συνθέσεις κολάζ θα αναρτώνται σε πίνακα - ταμπλό στον χώρο του σχολείου, ώστε να τα βλέπουν όλοι και να συμμετέχουν σε νοερό διάλογο με τον καλλιτέχνη και τους συμμαθητές τους. Στη συνέχεια κάποια από τα έργα των μαθητών θα δημοσιεύονται στο επόμενο τεύχος του σχολικού περιοδικού «Δημιουργία».

Περιμένουμε, λοιπόν, με ανυπομονησία την συμμετοχή σας, την ανταπόκριση σας στο σύνθημα:

“Γράψε, τόλμησε, δημιούργησε...!”

Η πρόσκληση απευθύνεται σε όλους, μαθητές και μαθήτριες Γυμνασίου και Λυκείου, γιατί η λογοτεχνία είναι ένα ταξίδι....για όλους!

Αρχίζουμε με αφιέρωμα στον ποιητή Γιάννη Ρίτσο τον Ιανουάριο και συνεχίζουμε....

κ. Βασιλική Μπιλάλη, Φιλολόγος
κ. Βλαβιανού Μαρία, Φιλολόγος

Ειρήνη

Τ' όνειρο του παιδιού είναι η ειρήνη.
Τ' όνειρο της μάνας είναι η ειρήνη.
Τα λόγια της αγάπης κάτω απ' τα δέντρα,
είναι η ειρήνη.

Ο πατέρας που γυρνάει τ' απόβραδο μ' ένα φαρδύ χαμόγελο στα μάτια
μ' ένα ζεμπίλι στα χέρια γεμάτο φρούτα
κι οι σταγόνες του ιδρώτα στο μέτωπό του
είναι όπως οι σταγόνες του σταμνιού που παγώνει το νερό στο παράθυρο,
είναι η ειρήνη.

Όταν οι ουλές απ' τις λαβωματιές κλείνουν στο πρόσωπο του κόσμου
και μες στους λιάκκους που 'σκαψαν οι οβίδες φυτεύουμε δέντρα
και στις καρδιές που 'καψε η πυρκαϊά δένει τα πρώτα της μπουμπούκια η ελπίδα
κι οι νεκροί μπορούν να γείρουν στο πλευρό τους και να κοιμηθούν δίχως παράπονο
ξέροντας πως δεν πήγε το αίμα τους του κάκου,
είναι η ειρήνη.

Ειρήνη είναι η μυρουδιά του φαγητού το βράδυ,
τότε που το σταμάτημα του αυτοκινήτου στο δρόμο δεν είναι φόβος,
τότε που το χτύπημα στην πόρτα σημαίνει φίλος,
και το άνοιγμα του παραθύρου κάθε ώρα σημαίνει ουρανός
γιορτάζοντας τα μάτια μας με τις μακρινές καμπάνες των χρωμάτων του,
είναι η ειρήνη.

Ειρήνη είναι ένα ποτήρι ζεστό γάλα κι ένα βιβλίο μπροστά στο παιδί που ξυπνάει.
Τότε που τα στάχια γέρνουν τόνα στ'άηλο λέγοντας: το φως το φως, το φως,
και ξεχειλάει η στεφάνη του ορίζοντα φως
είναι η ειρήνη

Το σχολείο τιμά την επέτειο της 28ης Οκτωβρίου 1940



εται για να υπηρετήσει το χιτλερικό σχέδιο κυριαρχίας των ηλών. Επιλέγει να σταθεί στη λανθασμένη πλευρά της ιστορίας και υποστηρίζει τη φασιστική εισβολή στην Ευρώπη. Αυτή η απόφαση λειτουργεί καταλυτικά για τις σχέσεις του με την ελληνική οικογένεια που, πλέον, δεν μπορεί να διατηρήσει μια φιλία με χρώμα ναζισμού. Το διαχρονικό ερώτημα πώς η ανθρωπιά μπορεί να επιβιώσει μέσα στη δίνη του πολέμου, έρχεται να συναντήσει τους ήρωες επί σκηνής.

Η σύγκρουση τους με το ναζιστικό καθεστώς που ο Κηλάους αντιπροσωπεύει είναι ισχυρή.

Σε αυτήν ακριβώς τη σύγκρουση κρύβεται και η ουσία του θεατρικού κειμένου. Όλα τα πρόσωπα δοκιμάζονται στη φανερή αντίθεση ανάμεσα στην επίσημη, απρόσωπη ιδιότητα του στρατιώτη και την ατομική, ανθρώπινη συνείδηση. Ο Κηλάους δεν είναι ένας «κακός» Γερμανός στρατιώτης, αλλά ένα πρόσωπο που δικάζεται ανάμεσα στο στρατιωτικό καθήκον και στην αγάπη προς τους Έλληνες που τον είχαν

«Ο Καλός στρατιώτης Κηλάους»: Μια ιστορία ανθρωπιάς μέσα στη βιαιότητα του πολέμου

Στο πλαίσιο των σχολικών εκδηλώσεων για την επέτειο της 28ης Οκτωβρίου, τα παιδιά της Γ' Γυμνασίου με διάθεση, δημιουργικότητα, αλληλία και σεβασμό στην ιστορική πραγματικότητα και τα μηνύματα εκείνης της περιόδου, ετοίμασαν μια θεατρική παράσταση και την παρουσίασαν στους καθηγητές, τους γονείς και τους μαθητές του Γυμνασίου και Λυκείου.

Η ιστορία του θεατρικού έργου «Ο καλός στρατιώτης Κηλάους» (τίτλος εμπνευσμένος από το αντιπολεμικό, σατιρικό μυθιστόρημα «Ο καλός στρατιώτης Σβέικ» του Τσέχου συγγραφέα Γιάρουσλαβ Χάσεκ), περιστρέφεται γύρω από έναν Γερμανό φοιτητή, τον Κηλάους, που ζει σε μια φιλόξενη ελληνική οικογένεια, λίγο πριν τον Ελληνοϊταλικό Πόλεμο του 1940. Η συμβίωσή του με τον κύριο Διονύση και την κυρία Μάρθα, με τα παιδιά, την Έλλη και τον Ορέστη, αλληλία και τον Εβραίο φίλο Ιωσήφ, στηρίζεται στην αμοιβαία αγάπη και τον σεβασμό, ξεπερνώντας τα εθνικά στεγανά. Το ξέσπασμα, όμως, του πολέμου έρχεται να κλονίσει και, τελικά, να ανατρέψει, τους δεσμούς φιλίας μεταξύ των κεντρικών προσώπων της ιστορίας. Ο Κηλάους, ως Γερμανός πολίτης, στρατεύ-



φιλοξενήσει στο παρελθόν. Ο ίδιος είναι ένα θύμα των περιστάσεων και οι αποφάσεις του κρίνουν τη συνέχεια της ιστορίας. Ο προβληματισμός του νεαρού Κλήους θέτει στο θεατρικό κοινό καίρια ερωτήματα για τον εθνικισμό, την προκατάληψη και την ανθρώπινη φύση. Ο σκηνικός διάλογος δείχνει πως οι λαοί, ανεξάρτητα από εθνικότητα, μπορούν να συνυπάρξουν ειρηνικά, ενώ ο πόλεμος και οι πολιτικές αποφάσεις των ηγετών είναι αυτά που τους χωρίζουν.

Αυτό το θεατρικό έργο που προσεγγίζει ανθρώπινα την ιστορία, επιλέχτηκε να διασκευαστεί και να παρουσιαστεί από τα παιδιά της Γ΄ Γυμνασίου στα πλαίσια των εκδηλώσεων για την επέτειο της 28ης Οκτωβρίου 2025. Οι μαθητές εργάστηκαν ακούραστα και με μεράκι για την άρτια σκηνική απόδοση του έργου, τη μουσική του επένδυση, αλλά και για το εικαστικό μέρος της παράστασης. Όλοι κατέθεσαν τον χρόνο και την ικανότητά τους για να παρουσιαστεί μια εκδήλωση που τιμά το πνεύμα της επετείου. Συνοδοιπόροι των μαθητών σε αυτή την προσπάθεια στάθηκαν οι υπεύθυνοι καθηγητές: Α. Αλβέρτη, Ρ. Χατζηγούλα, Μ. Τσιτάκη, διδασκαλία του κειμένου, Π. Κόρδης, μουσική διδασκαλία, Β. Γκαβαϊσέ εικαστική δημιουργία.

Μέσα από την ιστορία του Κλήους, οι μαθητές κατάνοησαν ότι οι εθνικές ταυτότητες δεν ορίζουν την ηθική και ότι ο ανθρωπισμός είναι μια πανανθρώπινη αξία που υπερβαίνει τις πολιτικές διαμάχες και τα πολιτικά οράματα.

Η γιορτή της Γ΄ Γυμνασίου για την 28η Οκτωβρίου έκλεισε με το διαχρονικό μήνυμα της συμφιλίωσης των λαών και την νηρηή κατάθεση της ελπίδας για ένα ειρηνικό μέλλον με πρωτεργάτες τους νέους.

κ. Μαριάνθη Τσιτάκη
Φιλόλογος



Γυναίκες της Αντίστασης Λέλα Καραγιάννη (1898-1944)

Η Λέλα Καραγιάννη υπήρξε ηρωίδα της Εθνικής Αντίστασης, που εκτελέστηκε από τα γερμανικά στρατεύματα κατοχής στο Δαφνί για την εθνική δράση της στις 8 Σεπτεμβρίου 1944. Αποτέλεσε μία από τις σπουδαιότερες γυναικείες προσωπικότητες της Αντίστασης, ηγούμενη της ομάδας κατασκοπείας ονόματι «Μπουμπουλίνα» όπως θα δούμε παρακάτω.

Γεννήθηκε στις 24 Ιουνίου 1898 στη Λίμνη Ευβοίας. Η κατάληψη της Ελλάδας από τους Ιταλογερμανούς μεταμόρφωσε την «ελληνίδα νοικοκυρά» σε πρωτοεργάτιδα της Εθνικής Αντίστασης. Από τις πρώτες ημέρες της Κατοχής έφτιαξε μία ομάδα με πυρήνα μέλη της οικογένειάς της και άρχισε το έργο της απόκρυψης και φυγάδευσης των βρετανών στρατιωτικών που είχαν εγκλωβιστεί στην Ελλάδα. Με την πάροδο του χρόνου, η μικρή οικογενειακή ομάδα διευρύνθηκε και εξελίχθηκε στην αντιστασιακή οργάνωση «Μπουμπουλίνα». Στις αρχές Μαΐου του 1941, αριθμούσε πάνω από 100 μέλη. Η Λέλα Καραγιάννη, ως επικεφαλής της αντιστασιακής οργάνωσης, ήταν εκείνη που έθεσε τους κανόνες για τη δράση και την ασφάλεια των μελών της.

«Ο αγώνας μας δεν έχει μέτωπο, μόνο στόχους. Για να πετύχουμε τους στόχους μας χρειάζεται πειθαρχία, απόλυτη μυστικότητα και σύνεση. Πρέπει να χτυπήσουμε τον εχθρό με τα δικά του όπλα, εκ των έσω. Θα φτιάξουμε τον δικό μας Δούρειο Ίππο», έλεγε η Λέλα.

Κύριος στόχος της οργάνωσης αυτής ήταν η φυγάδευση βρετανών στρατιωτών από την κατεχόμενη Ελλάδα προς το Κάιρο, η διενέργεια σαμποτάζ και η δημιουργία δικτύου κατασκοπίας εις βάρος του γερμανού κατακτητή. Τον Ιού-



λιο του '44, η λεγόμενη «Μπουμπουλίνα της Κατοχής» συνελήφθη ως αρχηγός της αντιστασιακής οργάνωσης. Κατηγορήθηκε για κατασκοπεία και μετάδοση πληροφοριών στους Εγγλέζους και τους συμμάχους τους και υποβλήθηκε σε φρικτά βασανιστήρια. Στις 8 Σεπτεμβρίου 1944, η Λέλα Καραγιάννη εκτελέστηκε μαζί με άλλα 70 άτομα στο Χαϊδάρι. Ξεψύχησε με τη φράση **«Ζήτω η Πατρίδα! Ζήτω η Λευτεριά!»**

«Αν νομίζουν τα ναζιστικά θηρία πως οι Έλληνες έχουμε υποκύψει και ο πόλεμος έχει τελειώσει, θα τους δώσουμε να καταλάβουν πως για μας ο πόλεμος μόλις έχει αρχίσει», ήταν τα λόγια της όταν ανέλαβε και πάλι τα νήνια της οργάνωσης, μετά την αποφυλάκισή της.

Για τη δράση της και το μαρτυρικό και ηρωικό τέλος της, η Λέλα Καραγιάννη τιμήθηκε ως εθνική ηρωίδα στην Ελλάδα και στο εξωτερικό όσο λίγοι αγωνιστές του απελευθερωτικού αγώνα.

**Σίλια Μαυρίδη
Α2 Λυκείου**

Πηγές και βιβλιογραφία:

-sansimera.gr

-mixanitouxronou.gr

-in.gr

-Ιστορία του Ελληνικού Έθνους, Εκδοτική Αθηνών

Βήματα στη στρατιωτική ιστορία : Μια επίσκεψη στο Πολεμικό Μουσείο



Στις 16 Οκτωβρίου 2025, οι μαθητές των τάξεων του Γυμνασίου, είχαν την ευκαιρία να επισκεφθούν το Πολεμικό Μουσείο και να δουν από κοντά τη στρατιωτική ιστορία του τόπου μας, όπως αυτή καταγράφεται μέσα από μοναδικά έργα τέχνης, συλλογές όπλων, στρατιωτικές στολές, σημαίες, λάβαρα, σπάνιες φωτογραφίες, αλλά και πολεμικά αεροσκάφη και πυροβόλα διαφόρων διαμετρημάτων.

Οι μαθητές με τη συνοδεία των καθηγητών τους, ξεναγήθηκαν σε αίθουσες επιλεγμένων θεματικών ενότητων που άγγιζαν τις γνώσεις τους και τους καλούσαν να ανιχνεύσουν γεγονότα και μηνίες του ιστορικού παρελθόντος. Τα παιδιά, αρχικά, είδαν εκθέματα που αφορούσαν την πολεμική ιστορία της Αρχαιότητας, για να προχωρήσουν σε αίθουσες με κράνη, ομοιώματα πλοίων και στρατιωτικό υλικό των περιόδων του Βυζαντίου, της Ελληνικής Επανάστασης του 1821, του Ελληνοϊταλικού πολέμου και της γερμανικής εισβολής στην Ελλάδα. Η ξενάγηση ολοκληρώθηκε με την πλούσια ιδιωτική συλλογή σπαθιών και όπλων του Πέτρου Σαρόγλη, που φιλοξενείται σε μια από τις κεντρικές αίθουσες του μουσείου.

Η μεγαλοπρέπεια, όμως, και το εντυπωσιακό μέγεθος των πολεμικών αεροσκαφών και πυροβόλων στον προαύλιο χώρο του μουσείου κέρδισαν, τελικά, τις εντυπώσεις και το μονοπώλιο της προσοχής των παιδιών. Αληθινά ελικόπτερα και μικρά αεροσκάφη περιόδων της αεροπορικής ιστορίας προκάλεσαν στα παιδιά θαυμασμό, αλλά και την επιθυμία να τα αγγίξουν και να τα επεξεργαστούν, κάτι που έπραξαν με τη βοήθεια και την καθοδήγηση των



υπεύθυνων του χώρου. Ήταν για τα παιδιά μια μοναδική εμπειρία που σίγουρα θα τους μείνει αξέχαστη!

Η επίσκεψη στο Πολεμικό Μουσείο έδωσε στους μαθητές την ευκαιρία να ανακαλύψουν με αφετηρία τα πολεμικά κειμήλια και τα ενθύμια, τις θυσίες και τους αγώνες του λαού μας για την ελευθερία και να αντιληφθούν την ιστορική συνέχεια και την ενότητα του Ελληνισμού μέσα



από τη μακραίωνη πολεμική του ιστορία.

Είναι σημαντικό ότι η Ιστορική Μνήμη αποτελεί για τα παιδιά την έμπνευση να κατανοήσουν το παρόν και να σχεδιάσουν το μέλλον στη βάση της εθνικής και ατομικής συνείδησης. Και αυτός ο στόχος υπηρετήθηκε με επιτυχία μέσα από αυτή την εκπαιδευτική δράση των μαθητών του Γυμνασίου.

**κ. Μαριάνθη
Τσιτάκη
Φιλόλογος**

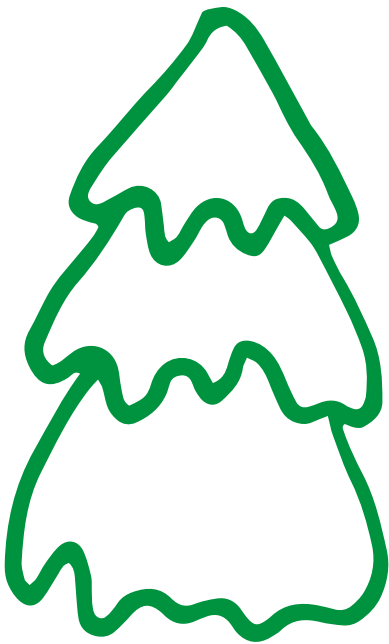


«Μια Χριστουγεννιάτικη Συνάντηση»



Η φετινή θεατρική μας παράσταση αποτέλεσε διασκευή βασισμένη σε δύο διαχρονικά λογοτεχνικά έργα: τη «Χριστουγεννιάτικη Ιστορία» του Καρόλου Ντίκενς και τη «Σταχομαζώχτρα» του Αλέξανδρου Παπαδιαμάντη. Δύο κείμενα διαφορετικών εποχών και πολιτισμών συναντήθηκαν στη σκηνή αναδεικνύοντας κοινές αξίες και πανανθρώπινα μηνύματα.

Μέσα από τις μορφές του φιλήργου Σκρουτζ και της ταπεινής Σταχομαζώχτρας οι μαθητές της Α' Λυκείου μάς ταξίδεψαν σε μια πορεία μεταμόρφωσης, όπου η ψυχρότητα και η αδιαφορία δίνουν τη θέση τους στη ζεστασιά και την ανθρωπιά. Οι δύο όψεις της ανθρώπινης εμπειρίας —της πείνας και της αφθονίας, της μοναξιάς





και της λύτρωσης— ενώθηκαν, για να δείξουν πως το αληθινό θαύμα των Χριστουγέννων δε βρίσκεται στα δώρα ούτε στα στολίδια, αλλά στην αγάπη προς τον συνάνθρωπο. Έτσι, ο φιλάργυρος και η φτωχή γυναίκα στάθηκαν κάτω από το ίδιο φως!

Σημαντικό ρόλο στη διαμόρφωση της ζεστής ατμόσφαιρας είχε και η μουσική. Η χορωδία με χριστουγεννιάτικες μελωδίες έντυσε τις σκηνές και ενίσχυσε το συναίσθημα

συμβάλλοντας ουσιαστικά στη συγκινητική εμπειρία του κοινού.

Το έργο λειτούργησε ως ένα ταξίδι ανθρωπιάς και ενσυναίσθησης φωτίζοντας την καρδιά και τη σκέψη μικρών και μεγάλων. Γιατί, τελικά, οι θησαυροί δε μετριοούνται με χρυσάφι, αλλά με πράξεις αγάπης!

Επιμέλεια γιορτής:

κ. Θεοδοσιάδη Αναστασία &

κ. Φύτρου Μαρία

Διασκευή κειμένου:

κ. Θεοδοσιάδη Αναστασία

(φιλόλογος)

Διδασκαλία χορωδίας:

κ. Κόρδης Παύλος

Εικαστικά: κ. Γκαβαϊσέ Βασιλική,

κ. Νίνας Βασιίλης



Η Βραδιά του Ερευνητή στο Ε.Μ.Π.



Φέτος, δόθηκε η ευκαιρία στους μαθητές των τάξεων της Γ' Γυμνασίου και της Α' Λυκείου να παρευρεθούν στην Βραδιά του Ερευνητή.

Μια καθιερωμένη εκπαιδευτική εκδήλωση που πραγματοποιήθηκε στον χώρο του Εθνικού Μετσόβειου Πολυτεχνείου.

Στην αρχή, οι μαθητές περιηγήθηκαν στο προαύλιο χώρο του Πολυτεχνείου, παρακολουθώντας μια έκθεση καινοτομιών από τους ίδιους τους φοιτητές να πληροφορούν σχετικά τους μαθητές.

Ακολούθησε η ξενάγηση στα εργαστήρια και η ακόμη λεπτομερέστερη παρουσίαση πρωτοπόρων εφευρέσεων.

Έτσι, οι μαθητές κατάφεραν να αλληλεπιδράσουν με ανθρώπους που τους ενέπνευσαν. Οι παραπάνω εμπειρίες συνέβαλαν στο να κατασταλάξουν επαγγελματικά οι παρευρισκόμενοι μαθητές κι αδιαμφισβήτητα η Βραδιά θα μας μείνει αξέχαστη!

Κατερίνα Σταματίου, Α2 Λυκείου



Διάκριση μαθητή μας στην Ελληνική Μαθηματική Εταιρεία



Το Σχολείο μας συγχαίρει θερμά τον Δημήτρη Κώστα, μαθητή της Γ' Λυκείου, ο οποίος διακρίθηκε στον Πανελλήνιο Μαθηματικό Διαγωνισμό «ΘΑΛΗΣ» της Ελληνικής Μαθηματικής Εταιρείας.

Η επιτυχία αυτή είναι αποτέλεσμα συστηματικής προσπάθειας, αγάπης για τα μαθηματικά και υψηλού επιπέδου γνώσεων. Η Σχολική κοινότητα είναι υπερήφανη για τον Δημήτρη.

Η επιτυχία του αποτελεί τιμή για το Σχολείο μας και πηγή έμπνευσης για όλους τους μαθητές.

Ευχόμαστε στον Δημήτρη Κώστα καλή επιτυχία στους στόχους που θέτει και να συνεχίσει να διαπρέπει στο πεδίο των Μαθηματικών!

κ. Μπενέκου Πέγκυ, μαθηματικός

Πενθήμερη εκδρομή Γ΄ Λυκείου στη Θεσ/νίκη

4 Δεκεμβρίου: η έναρξη της πολυήμερης σχολικής μας εκδρομής! Έπειτα από ένα πολύωρο, αλλιά γεμάτο κέφι και χαρά ταξίδι, φτάσαμε στον προορισμό μας, τη Θεσσαλονίκη! Το ξενοδοχείο μας βρισκόταν στις δυτικές συνοικίες της πόλης!

Την επόμενη μέρα επισκεφτήκαμε τον Αρχαιολογικό χώρο της Βεργίνας και θαυμάσαμε τους βασιλικούς τάφους των Μακεδόνων, τις σαρκοφάγους, τις τοιχογραφίες και τον πλούτο της εποχής εκείνης.

Η επόμενη στάση μας ήταν στους καταρράκτες της Έδεσσας! Δεν μας εμπόδισαν ούτε η βροχή ούτε διάφο-

ρα άλλα απρόοπτα από το να βγάλουμε εντυπωσιακές φωτογραφίες στον χώρο.

Το πρόγραμμά μας περιελάμβανε βόλτα στο κέντρο της Θεσσαλονίκης, στους δρόμους και τις πλατείες της, που ήταν πολύ όμορφα στολισμένες για τα Χριστούγεννα!

Τέλος, η επίσκεψη μας στην Καστοριά θα μας μείνει αξέχαστη... Η λίμνη της πόλης και τα εξαιρετικά αρχοντικά της συνέθεσαν ένα εκπληκτικό τοπίο... Όμορφες στιγμές ξεγνοιασιάς... που τις χρειαζόμασταν όλοι!!

**Αναστασία Γκίνη,
Γ1 Λυκείου**



Εκδρομή της Α΄ Λυκείου στο Ολύμπειο



Στύλοι Ολυμπίου Διός, Αψίδα του Αδριανού, περίπατος στη Διονυσίου Αρεοπαγίτη: Η Α' Λυκείου στο κέντρο της Αθήνας!

Αθλητική Ημέρα



Ο αθλητισμός είναι πάντα στο επίκεντρο της σχολικής ζωής, μπάσκετ, βόλεια, ποδόσφαιρο!

Δράση ενημέρωσης και προστασίας: «Ρώτα τον σεισμολόγο»

Στο πλαίσιο των αντισεισμικών μέτρων που εφαρμόζει το σχολείο μας και με στόχο την ενημέρωση και ευαισθητοποίηση της σχολικής κοινότητας, πραγματοποιήθηκε μια ιδιαίτερα σημαντική εκπαιδευτική δράση με θέμα τον σεισμό και την προστασία. Μία ομάδα καθηγητών και μια ομάδα μαθητών, με τη συμμετοχή δύο μαθητών από κάθε τμήμα, συγκέντρωσε ερωτήσεις για να συζητήσουν με τον σεισμολόγο κ. Σάκη Κουρουζίδη που επισκέφθηκε πρόσφατα το σχολείο μας.

Μέσα από έναν ζωντανό και ουσιαστικό διάλογο, ο κ. Κουρουζίδης εξήγησε στην ομάδα τους λόγους για τους οποίους η Ελλάδα είναι μια έντονα σεισμογενής χώρα, αναλύοντας με απλό και κατανοητό τρόπο τα γεωλογικά φαινόμενα. Ιδιαίτερη έμφαση δόθηκε στις απορίες των μαθητών/τριών σχετικά με τα μέτρα πρόληψης που πρέπει να λαμβάνουμε πριν από έναν σεισμό αλλά και στη σωστή στάση που οφείλουμε να τηρούμε κατά τη διάρκειά του για να παραμείνουμε ασφαλείς.

Στη συνέχεια, οι μεγαλύτεροι μαθητές της ομάδας ανέλαβαν να δημιουργήσουν μια ολοκληρωμένη παρουσίαση με βάση τα όσα συζητήθηκαν στη συνάντηση. Αφού μελετήθηκε από όλα τα μέλη της ομάδας, η παρουσίαση διαδόθηκε στους συμμαθητές τους από τους ίδιους τους



μαθητές, οι οποίοι λειτούργησαν ως «πολιηλαπλισιαστές γνώσης».

Η δράση αυτή συνέβαλε ουσιαστικά στην ενίσχυση της αντισεισμικής παιδείας στο σχολείο μας, καλλιεργώντας την υπευθυνότητα, τη συνεργασία και την ενεργό συμμετοχή. Τέλος, υπενθύμισε σε όλους μας πως, απέναντι στον απρόβλεπτο σεισμό, η πρόληψη και η ψυχραιμία αποτελούν τα ισχυρότερα μας εφόδια.

Ευχαριστούμε θερμά τον κ. Κουρουζίδη που μας τίμησε με την επίσκεψή του στα εκπαιδευτήριά μας για δεύτερη φορά.

**κ. Ναυσικά Παππά,
καθηγήτρια Πληροφορικής**

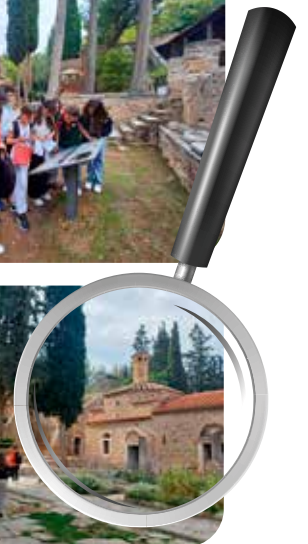


Οργάνωση της Δανειστικής μας Βιβλιοθήκης! Μιλάμε για δουλειά!



Εξερεύνηση στη Μονή Καισαριανής!

Μαθητές της Α΄ Γυμνασίου ξεχύθηκαν στα μονοπάτια του Υμηττού και της Μονής για να ανακαλύψουν τους θησαυρούς τους!!



Γνωριμία ... με τον Κυκλαδικό Πολιτισμό!



Με αφορμή το εκπαιδευτικό πρόγραμμα του Μουσείου Κυκλαδικής Τέχνης γνωρίσαμε πιστά αντίγραφα κυκλαδικών ειδωλίων. Η φυσική διεύθυνση του Μουσείου Κυκλαδικής Τέχνης είναι Νεοφύτου Δούκα 4 στο κέντρο της Αθήνας, ενώ για πιο πολλές πληροφορίες,

μπορείτε να επισκεφτείτε την ιστοσελίδα του μουσείου Cycladic.gr. Όταν αντίκρισα τα κυκλαδικά ειδώλια με κατέκλυσα πληθώρα συναισθημάτων, όπως δέος και θαυμασμός σχετικά με τον τρόπο δημιουργίας αυτών των αριστουργημάτων. Έργα που σε κάνουν να νιώθεις ηρεμία και γαλήνη καθώς τα κοιτάς και μεταφέρεσαι στη μακρινή εποχή της Προϊστορίας. Τέλος, αυτό που μου άρεσε πιο πολύ στον τρόπο δημιουργίας των ειδωλίων ήταν η απλότητα και ταυτόχρονα η αδρομερής επεξεργασία των μορφών που παρίσταναν.

Πραγματικά, νιώθω πολύ περήφανη που είμαι απόγονη των Κυκλαδιδιών.

**Ανθή Γούλα,
Α1 Γυμνασίου**

Η Αναγέννηση μέσα από την τέχνη



Οι μαθητές της Β' Γυμνασίου (σχολικό έτος 2024–2025) γνώρισαν την περίοδο της Αναγέννησης μέσα από την τέχνη της. Οι καλλιτέχνες της εποχής (Λεονάρντο ντα Βίντσι, Μιχαήλ Άγγελος, Ραφαήλ, Σάντρο Μποττιτσέλλι

κ.ά.), κατά τον 15ο και 16ο αιώνα μ.Χ., μελέτησαν το ανθρώπινο σώμα, τη φύση και το φως, ενώ αξιοποίησαν την προοπτική για να αποδώσουν τον κόσμο με ρεαλισμό.

Τη φετινή σχολική χρονιά (2025–2026), η θεματική αυτή συνδέθηκε, για τους μαθητές της Γ' Γυμνασίου, με το μάθημα «Εργαστήρια Δεξιότητων» και συγκεκριμένα με τη θεματική ενότητα «Πολιτιστική Κληρονομιά», ώστε να εμπλουτιστεί με περισσότερα σχέδια, δημιουργικές εργασίες και ιστορικές πληροφορίες.

**κ. Βάσω Γκαβαϊσέ,
καθηγήτρια Εικαστικών**



Μια εξόρμηση έκπληξη στον Ύμητό!

Η Α' Γυμνασίου άφησε για λίγο τα θρανία και έκανε ένα μάθημα στο βουνό! Να ήταν όλα τα μαθήματα έτσι...

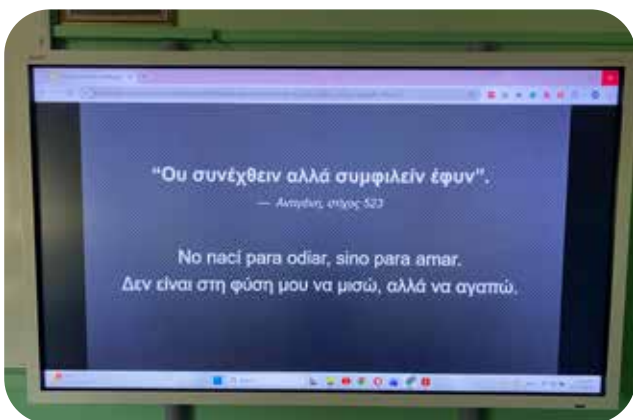


Ένα eTwinning έργο για τις διαφορετικές οπτικές στην εικόνα και τη λογοτεχνία



Στο πλαίσιο του eTwinning έργου «Image, Literature and Perspective in Greece and Spain», ομάδα μαθητών και μαθητριών της Γ' Λυκείου του σχολείου μας και του Λυκείου της Ισπανίας «IES Miguel Catalan», συνεργάστηκαν για την εκπόνηση μίας κοινής εργασίας.

Βασικός στόχος του έργου ήταν η ανάδειξη των διαφορετικών προσεγγίσεων στην ερμηνεία της εικόνας και της λογοτεχνίας, υπογραμμίζοντας ότι το ίδιο υλικό μπορεί να γίνει αντιληπτό με ποικίλους τρόπους, ανάλογα με την



“Ου συνέχθην αλλά συμφιλίειν ἔβην”.
— Αισχύλος, στίχος 523

No nació para odiar, sino para amar.
Δεν είναι στη φύση μου να μισώ, αλλά να αγαπώ.

οπτική γωνία, το πολιτισμικό πλαίσιο και τις προσωπικές εμπειρίες του παρατηρητή ή του αναγνώστη.

Στο πλαίσιο αυτό, βασικό λογοτεχνικό κείμενο του έργου αποτέλεσε η «Αντιγόνη» του Σοφοκλή, η οποία λειτούργησε ως κοινό σημείο αναφοράς για τους μαθητές των δύο χωρών.

Ιδιαίτερη σημασία έχει το γεγονός ότι η ισπανική ομάδα διδάσκεται Αρχαία Ελληνικά, γεγονός που επέτρεψε μια πιο άμεση και ουσιαστική επαφή

το κείμενο και ενίσχυσε τον διαπολιτισμικό διάλογο.

Στη σύγχρονη διαδικτυακή συνάντηση οι εκπαιδευτικοί – συντονιστές των δύο σχολείων σχεδίασαν από κοινού διαδραστικές δραστηριότητες για τους μαθητές και των δύο χωρών.

κ. Παναγιώτα Αγγελουπούλου, φιλόλογος
κ. Ναυσικά Παππά, καθηγήτρια Πληροφορικής



Γιορτάζοντας την Ευρωπαϊκή Ημέρα Γλωσσών στο σχολείο μας!

Celebrating the European Day of Languages at our school!

Célébrons la Journée européenne des langues dans notre école !

2025: Οι γλώσσες ανοίγουν την καρδιά και το μυαλό!

2025: Languages open the heart and the mind!

2025 : Les langues ouvrent le cœur et l'esprit !

Η Ευρωπαϊκή Ημέρα Γλωσσών, που γιορτάζεται κάθε χρόνο στις 26 Σεπτεμβρίου, είναι μια ξεχωριστή ευκαιρία για όλους τους μαθητές να ανακαλύψουμε τον πλούτο και την ομορφιά των ξένων γλωσσών.

The European Day of Languages, celebrated every year on 26th September, is a special opportunity for all students to discover the richness and beauty of foreign languages.

La Journée européenne des langues, célébrée chaque année le 26 septembre, est une occasion unique pour tous les élèves de découvrir la richesse et la beauté des langues étrangères.

Φέτος, στο σχολείο μας, οι καθηγήτριες και οι μαθητές των τμημάτων Αγγλικών και Γαλλικών συνεργάστηκαν για να τιμήσουν αυτή τη μέρα με πολλές δημιουργικές δράσεις!

This year, at our school, the English and French teachers and students worked together to celebrate this day with many creative activities!

Cette année, dans notre école, les professeures et les élèves des départements d'anglais et de français ont collaboré pour célébrer cette journée à travers de nombreuses activités créatives !

- Η σημασία του να γνωρίζεις ξένες γλώσσες
- The importance of learning foreign languages
- L'importance d'apprendre des langues étrangères

Μιλήσαμε για τη σημασία του να γνωρίζεις ξένες γλώσσες, γιατί κάθε γλώσσα είναι ένα παράθυρο σε έναν διαφορετικό πολιτισμό. Μέσα από τη γλώσσα μπορείς να επικοινωνήσεις, να εκφραστείς, να ταξιδέψεις και να γνωρίσεις νέους ανθρώπους.

We discussed the importance of learning foreign languages, as every language is a window into a different culture. Through language, we can communicate, express ourselves, travel, and meet new people.

Nous avons parlé de l'importance d'apprendre des langues étrangères, car chaque langue est une fenêtre ouverte sur une autre culture. Grâce aux langues, nous pouvons communiquer, nous exprimer, voyager et rencontrer de nouvelles personnes.

- Δημιουργώντας γλωσσικές γέφυρες
- Building bridges between languages
- Construire des ponts entre les langues

Μαζί με τους συμμαθητές μας από το γαλλικό τμήμα, δημιουργήσαμε αφίσες με λέξεις που μοιάζουν στα αγγλικά και στα γαλλικά, όπως television - télévision, animal - animal, important - important. Παρατηρήσαμε ότι, παρόλο που η προφορά διαφέρει, οι δύο γλώσσες έχουν πολλές κοινές ρίζες!

Together with our classmates from the French section, we created posters with words that look similar in English and French,

such as television - télévision, animal - animal, important - important. We noticed that, even though the pronunciation is different, the two languages share many common roots!

Avec nos camarades de la section anglaise, nous avons créé des affiches avec des mots similaires en anglais et en français, comme television - télévision, animal - animal, important - important. Nous avons remarqué que, même si la prononciation diffère, les deux langues partagent de nombreuses racines communes !

- Δημιουργία και διασκέδαση
- Creativity and fun
- Créativité et plaisir

Η Ευρωπαϊκή Ημέρα Γλωσσών μάς έδωσε την ευκαιρία όχι μόνο να μάθουμε νέες λέξεις σε διάφορες γλώσσες, αλλά και να πειραματιστούμε καλλιτεχνικά. Ζωγραφίσαμε, κόψαμε, κολλήσαμε και δημιουργήσαμε πολύχρωμες αφίσες γεμάτες λέξεις από όλη την Ευρώπη!

The European Day of Languages gave us the opportunity not only to learn new words in different languages, but also to experiment artistically. We painted, cut, glued, and created colourful posters full of words from all over Europe!

La Journée européenne des langues nous a donné la possibilité non seulement d'apprendre de nouveaux mots dans différentes langues, mais aussi d'expérimenter artistiquement. Nous avons peint, découpé, collé et créé des affiches

colorées pleines de mots venus de toute l'Europe !

- Μια μέρα γεμάτη έμπνευση και δημιουργικότητα
- A day full of inspiration and creativity
- Une journée pleine d'inspiration et de créativité

Η Ευρωπαϊκή Ημέρα Γλωσσών είναι σίγουρα μια μέρα που λειτουργεί επικοινωνιακά και προς όφελος των μαθητών, καθώς μας δίνει το έναυσμα να σκεφτούμε, να δημιουργήσουμε και να ανακαλύψουμε ξένες λέξεις, κατανοώντας πόσο πλούσια σε ιστορία και σημασία μπορεί να είναι μία λέξη.

The European Day of Languages is certainly a constructive and beneficial day for students, as it gives us the motivation to think, create, and discover foreign words, understanding how rich in history and meaning a single word can be.

La Journée européenne des langues est sans doute une journée constructive et bénéfique pour les élèves, car elle nous incite à penser, créer et découvrir des mots étrangers, en comprenant combien un mot peut être riche en histoire et en sens.

Παράλληλα, μέσα από τις διάφορες δράσεις και τη συμμετοχή μας σε διαγωνισμούς αφίσας και σχεδιασμού T-shirt, είχαμε την ευκαιρία να ακονίσουμε και τα καλλιτεχνικά μας ταλέντα, αποδεικνύοντας ότι η γλώσσα και η τέχνη συνδέονται στενά.

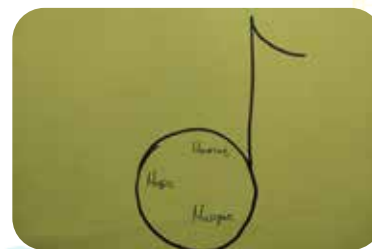
At the same time, through the various activities and our participation in the poster and T-shirt design contests, we had the chance to sharpen our artistic talents, proving that language and art are closely connected.

En même temps, grâce aux différentes activités et à notre

participation aux concours d'affiches et de design de T-shirts, nous avons eu la possibilité d'aiguiser nos talents artistiques, prouvant que la langue et l'art sont étroitement liés.

- Η φετινή Ευρωπαϊκή Ημέρα Γλωσσών μάς έδειξε ότι οι γλώσσες δεν είναι απλώς λέξεις - είναι πολιτισμός, φαντασία και δημιουργία!
- This year's European Day of Languages showed us that languages are not just words - they are culture, imagination, and creativity!
- La Journée européenne des langues de cette année nous a montré que les langues ne sont pas seulement des mots - elles sont culture, imagination et créativité !

Οι υπεύθυνες καθηγήτριες των αγγλικών και γαλλικών μαζί με τους μαθητές της α' γυμνασίου



Bonfire Night!



No language can be successfully mastered unless its cultural and historical background is taught to its potential receivers. Based on this specific argument the 5th November or Bonfire Night or Guy Fawkes Night triggered a great opportunity for the students of the 1st class of High school to dive into history events and emerge with knowledge unknown up to that day to them.

The origins of **5th November Firework Night**, traditionally known as **Guy Fawkes Night**, stem from the dramatic events surrounding the **Gunpowder Plot of 1605**. This conspiracy sought to annihilate King **James I** and the **Houses of Parliament** in a single, catastrophic explosion. Their aim was to destabilise the Protestant establishment and reinstall a Catholic monarch upon the English throne. Among the conspirators, **Guy Fawkes**, an accomplished explosives specialist, was entrusted with igniting the barrels of gunpowder concealed beneath the House of Lords. His arrest, however, averted what could have been an unprecedented act of political violence. Londoners were encouraged to kindle **bonfires** in spontaneous celebration. Parliament subsequently enacted the **Observance of 5th November Act (1606)**, institutionalising the day as an annual occasion of national thanksgiving.



Over the centuries, the commemoration gradually evolved into a broader cultural festivity. Effigies of Fawkes—known popularly as “the guy”—were consigned to bonfires, and **fireworks** became emblematic of the explosives that never ignited. Today, Firework Night endures as a distinctive British tradition. What astonished the students the most was the fact that reenactments of the events take place annually around the country and even famous British actors take part in them. Lastly, the conspiracy itself gave birth to a guerilla figure who stars in a film that was released in 2005.

Mrs Mary Georgiou
English teacher



Δράσεις στο μάθημα των Γερμανικών



Η ημέρα γερμανικής ενότητας γιορτάζεται με λαμπρότητα κάθε χρόνο στις 3 Οκτωβρίου, θυμίζοντας την ημέρα επανένωσης της Γερμανίας το 1990.

Η ημέρα αυτή συνδέεται άμεσα με έννοιες όπως η Ελευθερία, η Ενότητα των λαών και η Δημοκρατία. Πολλοί άνθρωποι βγαίνουν στους δρόμους με πανό, σημαίες συμμετέχοντας σε μία πληθώρα εκδηλώσεων θέλοντας να δώσουν ιδιαίτερο νόημα και αξία στην ημέρα αυτή.

Der Tag der Deutschen Einheit am 30. Oktober erinnert an die Wiedervereinigung Deutschlands im Jahr 1990. Er steht für Freiheit, Einheit und demokratische Werke.

Viele Menschen feiern diesen bedeutenden Feiertag mit Veranstaltungen oder Zeit mit der Familie und Freunden.

Λαγγούσης Λουκάς , γ1 γυμνασίου

Wir fahren nach Berlin!! - Φύγαμε για Βερολίνο!!

Οι μαθητές της Α' Λυκείου στο πλαίσιο της ενότητας του σχολικού βιβλίου : "Die Kultur von Deutschland-O Πολιτισμός της Γερμανίας" ταξίδεψαν νοερά σε αυτή την όμορφη πρωτεύουσα και επέλεξαν να μας παρουσιάσουν κάποια από τα αξιοθέατα -μνημεία αυτής της πόλης. As τα γνωρίσουμε!!

Das Deutsche Technikmuseum befindet sich in Berlin und verfügt über eine beeindruckende und vielfältige Sammlung von Exponaten, die viele Bereiche der Wissenschaft und Technologie abdecken. Dazu gehören die Luftfahrt, die Schifffahrt, der Schienenverkehr, die Automobiltechnik sowie weitere kleinere Bereiche wie die Informatik, die Geografie, die Chemie und die Industrietechnik.

Η λεωφόρος "Kudamm" είναι ένας από τους πιο

εμπορικούς δρόμους της πόλης προσφέροντας πολυάριθμα καταστήματα, καφετέριες και εστιατόρια. Η λεωφόρος "Kurfürsterdamm" προσελκύει κάθε χρόνο πολλούς επισκέπτες και θεωρείται το σύμβολο της σύγχρονης πλευράς του Βερολίνου



Σωτηρίου Μαρία - Δήμητρα, Α2 Λυκείου



Το Γερμανικό μουσείο Τεχνολογίας βρίσκεται στο Βερολίνο και διαθέτει μία εντυπωσιακή και ποικίλη σθλλογή εκθεμάτων που καλύπτουν πολλούς τομείς της επιστήμης και της τεχνολογίας. Σε αυτούς ανήκει η αεροπορία, η ναυτιλία, οι σιδηροδρομικές μεταφορές, η αυτοκίνηση αλλά και άλλους μικρότερους τομείς, όπως η πληροφορική, η φωτογραφία, η χημεία και η βιομηχανική τεχνολογία.

Αγγηιάς Βασίλης Α1 Λυκείου

Der Kurfürsterdamm, oft Kudamm genannt, ist eine der bekannteste Einkaufsstraße Berlins. Er liegt im Herzen der Stadt und bietet zahlreiche Geschäfte, Cafes und Restaurants. Der Kudamm zieht jedes Jahr viele Besucher an und gilt als Symbol für die moderne Seite Berlins.

Das DDR Museum liegt in Berlin und bietet eine interaktive und authentische Erfahrung des alltäglichen Lebens in der ehemaligen DDR. Das Museum ist ein der bekanntesten berühmten und inaktivsten Museen der Welt. Die Besucher haben hier die Möglichkeit die Geschichte der ehemaligen DDR mit aller Sinne zu erleben.

Το DDR Μουσείο βρίσκεται στη καρδιά του Βερολίνου και προσφέρει μία διαδραστική και αυθεντική εμπειρία της καθημερινής ζωής στην πρώην Ανατολική Γερμανία. Το μουσείο είναι γνωστό ως ένα από τα πιο διαδραστικά σε όλο τον κόσμο. Οι επισκέπτες έρχονται να αγγίξουν, να αισθανθούν και να αλληλεπιδράσουν με τα εκθέματα, βιώνοντας την ιστορία με όλες τους τις αισθήσεις.

Κουνής Αλέξανδρος, Α1 Λυκείου

Υπεύθυνη δράσεων: κ. Λιόση Έφη, καθηγήτρια Γερμανικών

Δράσεις στο μάθημα των Γαλλικών

L'IMPORTANTANCE DE L'AMITIÉ

De nos jours les jeunes aiment passer du temps avec leurs amis qui deviennent très importants. Ils trouvent la confiance et l'approbation chez eux. Ils parlent avec eux de leur avenir, de leurs projets, de leurs rêves.

En effet, l'amitié est une relation basée sur la confiance mutuelle, la compréhension, le respect et l'amour entre deux ou plusieurs personnes. C'est un lien fort qui offre un soutien émotionnel, de l'amusement, de l'encouragement.

En plus, les amis nous écoutent, nous aident et nous acceptent tels que nous sommes. Ils gardent nos secrets et ils sont toujours là aux moments difficiles. Les jeunes apprennent à se connaître et à construire leur identité.

Enfin, grâce à l'amitié les ados apprennent à discuter, à échanger des opinions et des idées et à exprimer leurs sentiments. En général, ils apprennent à devenir adultes.

Theano Schiza
Γ2 Γυμνασίου



QU'EST-CE QUE L'AMITIE POUR VOUS ?

Selon Aristote:

"L'amitié est une âme en deux corps."

Selon notre classe :

3e CLASSE DU COLLEGE

Poème : L'amitié c'est...

L'amitié, c'est la confiance et le respect,
C'est l'amour sincère qu'on ne rejette
jamais.

Un soutien quand la vie devient
compliquée,

De la joie et du bonheur à partager.

C'est la solidarité, la générosité,

Et un grand cœur plein de fraternité.

Polychronopoulou Marianne
Γ2 Γυμνασίου



L'enfant prodige du taekwondo

Il y a quelques jours, nous avons eu l'opportunité d'interviewer le champion grec de taekwondo, Giorgos Skafidas, et nous lui avons posé les questions suivantes :

1. À quel âge as-tu commencé le taekwondo ?

J'ai commencé le taekwondo à l'âge de 5 ans.

2. Quelle ceinture as-tu ?

J'ai une ceinture noire avec une dan.

3. As-tu eu des problèmes de peau graves et si oui, combien de temps as-tu été absent ?

Oui, pendant un mois.

4. Quels prix as-tu reçus ?

5 médailles européennes et une troisième place au championnat panhellénien.

5. Est-ce que le taekwondo t'impose des privations dans ta vie ?

Oui, il n'a pas de temps libre.

6. As-tu déjà envisagé de pratiquer le taekwondo professionnellement ?

Comme amateur oui, comme profession autant que possible.

7. Dans quelle mesure ta vie s'est-elle améliorée grâce au taekwondo ?

Ma vie s'est beaucoup améliorée.

8. Sur une échelle de 1 à 10, à quel point aimes-tu le taekwondo ?

10/10

9. Suives-tu un régime alimentaire particulier ? Comment maintiens-tu ton poids ?

Je fais attention aux quantités de nourriture, surtout avant les compétitions.

10. À quelle heure dois-tu te réveiller pour les matchs ?

À 6 heures.

11. Dans quel club vas-tu ?

Au club GS Byronas.

12. Fais-tu des entraînements individuels ?

Oui, pendant les week-ends.

13. As-tu pratiqué d'autres sports ?

Oui, la boxe à l'école primaire.

14. Dans quels pays as-tu participé à des compétitions ?

En Slovénie, en Serbie, en Albanie, en Roumanie, aux Pays-Bas, en Belgique et en Bulgarie.



Επιμέλεια παρουσίασης:
κ. Ιωάννα Μπίθα, καθηγήτρια Γαλλικών



Οι οριζόντες

Οριζόντες, οριζόντες.

Τετράπλευροι ουρανοί μπροστά μας,
και μέσ' από τη φυλακή μας
και λαχταριστά σας βλέπουμε
και με τα μάτια ολάνοιχτα
και με κλειστά μάτια, στα όνειρά μας.

Κ. Παλαμάς