

Περίοδος Β' - Χρόνος 9ος

Γραφεία: Λιβύης 22 ΙΛΙΣΙΑ.
Τηλ. 7750983Αριθ. Φύλλου 61
Τιμή φύλλου δρχ. 30

Ιούνιος - Ιούλιος 1985.

ΓΙΑ ΟΓΔΟΗ ΧΡΟΝΙΑ ΤΟ ΑΡΑΧΘΙΝΟ ΠΑΝΗΓΥΡΙ ΣΤΑ ΚΙΟΥΡΚΑ

Παρά το δισταγμό ωρισμένων να μη πραγματοποιηθεί το πανηγύρι λόγω της προεκλογικής περιόδου όμως το συμβούλιο δεν κλονίστηκε. Ο Πρόεδρος Τάκης Αντωνίου σαν έφεδρος αξιωματικός έδωσε το παράδειγμα «ποτέ πίσω» πάντα εμπρός ΑΓΩΝΑΣ, ΘΥΣΙΑ, ΝΙΚΗ και το πανηγύρι πραγματοποιήθηκε. Ημέρα θαυμάσια. Οι πατριώτες από χαράματα μετά των οικογενειών των άρχισαν να συρρέουν εκεί στην πευκόφυτη περιοχή στη δροσάτη ατμόσφαιρα ξεκινώντας από τα διάφορα σημεία της Αθήνας και τον Πειραιά για να περάσουν μια μέρα μακριά από την αποπνικτική ατμόσφαιρα της πρωτεύουσας και ν' αποφύγουν τον δαιμονιώδη θόρυβο των μεγάλων λόγω της προεκλογικής περιόδου. Με κάθε μέσον άλλοι με ΙΧ, άλλοι με μηχανάκια άλλοι με φορτηγά άλλοι με το πούλμαν του Αγαπητού μας συμπατριώτη Κώστα Αναγνωστάκη που κάθε φορά ανταποκρίνεται στο κάλεσμα του Συλλόγου και κατά το πλείστον αναδιοτιελώς. Στις 10 το πρωί άλλοι στην πλατεία και άλλοι κάτω από τα πεύκα είχαν στρώσει τις κουβέρτες και τις προμήθειές τους και είχαν πάρει θέση.

Ο πρόεδρος από μέρες πηγαίνονταν στα Κιούρκα για να κάνει την προετοιμασία διότι δεν είναι καθόλου εύκολο πράγμα αν ετοιμασθεί σε υπαίθριο χώρο ένα πανηγύρι και να βρίσκει ο επισκέπτης τα χίλια καλά. Αναψυκτικά, ψητά, νερό παγωμένο, μπύρες τα πάντα. Γι' αυτό σ' όλα τα Αραχθινά πανηγύρια ποτέ κανείς δεν έκφρασε παράπονα και γι' αυτό καθιερώθηκε στη συνειδηση του κάθε πατριώτη και του κάθε Ηπειρώτη η ετήσια αυτή ομαδική εκδήλωση. Γι' αυτό θα περιέρχεται από γενιά εις γενιά αυτό το έθιμο και διότι έτσι θα ξαναζωντανεύουν τα ήθη και έθιμα της γενιόρας μας.

Τον τόνο της ενωτικής και αδελφικής αυτής εκδήλωσης το έδωσε το Δημοτικό συγκρότημα που αποτελούνταν απ' όλα τα παιδιά του χωριού μας που πέραν απ' το μικρό ή μεγάλο όφελος κατέβαλαν κάθε προσπάθεια για να ευχαριστήσουν τους πανηγυριστές. Τους ευχαριστούμε θερμά τους καλούς αυτούς συμπατριώτες και ειδικά τον πάντοτε πρόθυμο και γελαστό Βασίλη Σπύρο που με τα γνήσια τραγούδια που σωστά ερμήνευσε μας έφερε νοερώς κοντά στην πατρίδα μας.

Στις 11 η ώρα συγκεντρώθηκαν στην πλατεία και με θρησκευτική κατανύξη παρηκολούθησαν την δοξολογία της αρτοκλασίας χοροστατούντος του καλού ιερέως των Κιούρκων του άξιου αυτού αντιπροσώπου του θεού που ποτέ δεν εδέχθη ούτε μία δραχμή εν αντιθέσει με κάτι άλλους που λένε: «Εν τη παλάμη και ούτω βοηθήσωμε». Όταν ο ιερέας εκφώνησε το Λιωνία η μνήμη μια αυθόρμητη σιγή επακολούθησε απ' όλους για τους συμπατριώτες μας που έφυγαν αυτό το χρόνο.

Μετά ταύτα ο Πρόεδρος Τάκης Αντωνίου χαίρεψε τους παρευρισκομένους με τα κάτωθι λόγια:

Αγαπητοί Συμπατριώτες και συμπατριώτισσες,
Φίλοι και Φίλες,

Σας καλωσορίζω στο Αραχθινό λαϊκό μιά πανηγύρι που γίνεται εφέτος για όγδοη συνεχή χρονιά.

Για όγδοη συνεχή χρονιά καλεσθήκατε να γιορτάσουμε όλοι μαζί έτσι όπως πριν πολλά χρόνια γιορτάζαμε στην ιδιαίτερη πατρίδα μας τα πανηγύρια και που σήμερα δεν μπορούμε να βρεθούμε εκεί όλοι μαζί.

Για όγδοη χρονιά καλούμαστε να τα βρούμε συζητώντας εδώ μέσα στη λαϊκή μας Τάβλα όπου οργιάζει το πράσινο, εδώ όπου η τσίκνα των σουβλιστών αρνιών μας φέρνει νοερά στο τόπο μας, εδώ όπου θα παίζονται ασταμάτητα τα παραδοσιακά μας τραγούδια από του πατριώτες οργανοπαίχτες. Εδώ που το μυαλό μας είναι λάγαρα μακρινά από το θόρυβο της Αθήνας και τα τσιμεντένια κλουβιά μας.

Εδώ καλούμαστε να σφυριλατήσουμε την ενότητα και την ομοψυχία που χαλεποί καιροί ετάραξαν και που τόσο ανάγκη την έχει ο τόπος μας σήμερα.

Εδώ έχουν θέση όλοι οι πατριώτες και φίλοι ανεξάρτητα απ' το ιδεολογικό μας πιστεύω.

Και μας δίνεται σήμερα εδώ μια σπάνια ευκαιρία αν και προεκλογικά να διατηρήσουμε ένα ήπιο κλίμα, κλίμα τέτοιο που να ταιριάζει απόλυτα σε πολιτισμένους ανθρώπους που ανήκουν σ' ένα πολιτιστικό Σύλλογο. Μπορεί να συζητάμε ότι θέλουμε αλλά πάντα σε πολιτισμένα πλαίσια. Αλλιώς σε εμάς όλους πολύ λίγο δεν μας χωρίζει τίποτε ενώ μας ενώνουν πολλά.

Όλοι σχεδόν τα ίδια προβλήματα έχουμε και μας ενώνει η κοινή καταγωγή, κοινά ήθη και έθιμα, φιλικό και συγγενικό δεσμοί.

Όλοι μας παιδιά μιας μάνας είμαστε της Νησιώτας Π.Ε.

Όλοι μας παιδιά της Ηπείρου είμαστε.

Σας ευχαριστούμε που ήρθατε. Σας ευχόμαστε καλή διασκέδαση.

● Μετά ταύτα το χορευτικό Συγκρότημα του Κώστα Μπασιή που ακούραστου αυτού Ηπειρώτη που πολλά προσφέρει για την διατήρηση των παραδοσιακών θεσμών, ξαφνικά κατέβηκε από την πευκόφυτη πλαγιά το χορευτικό Συγκρότημα με τις όμορφες Ηπειρωτοπούλες και με ωραίους σχηματισμούς εχόρεψαν Ηπειρώτικους χορούς αποσπώντας θερμά χειροκροτήματα των πανηγυριστών. Το συμβούλιο ευχαριστεί θερμά τον άξιο Ηπειρώτη απ' τη Πλατανούσα Κώστα Μπασιή που για μια φορά ακόμα ανταποκρίθηκε στην πρόσκληση του Προέδρου.

● Το γλέντι συνεχίστηκε χωρίς διακοπή και με μεγάλο κέφι ενωτικά πατριωτικά αδελφικά χωρίς επηρεασμούς από την προεκλογική περίοδο.

● Στις επτά η ώρα ο πρόεδρος διέκοψε το χορό και έδωσε το παράγγελμα «όλοι στο ΚΑΓΚΕΛΑΡΙ». Αμέσως χέρι χέρι όλοι μπήκαν στη

ΣΥΝΕΧΕΙΑ ΣΤΗ ΣΕΛΙΔΑ 2



ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑ- ΘΗΚΕ Η ΣΥΓΚΟΙΝΩΝΙΑ ΣΤΟ ΧΩΡΙΟ ΜΑΣ

Υστερα από παραστάσεις προς τη Νομαρχία και τους βουλευτές του Νομού μας το Λεωφορείο που εξυπηρετεί τη γραμμή Φτέρη - Βαθύκαμπο - Κρυονέρι κ.λ.π. εκτελεί δρομολόγιο 5 φορές την βδομάδα δηλαδή Δευτέρα - Τρίτη - Τετάρτη - Πέμπτη - Παρασκευή.

Ευχαριστούμε τον κ. Νομάρχη για την κατανόηση που έδειξε στο δικαιο αίτημά μας.

ΕΚΛΟΓΕΣ 1985

Τα τελικά αποτελέσματα των εκλογών στο χωριό μας Κεντρικό είναι τα κάτωθι:

N.Δ.	320
ΠΑΣΟΚ	192
ΚΚΕ	83
ΚΚΕ εσ.	7
ΕΠΕΝ	6
ΕΚΕ	1
Σύνολον	609
Άκυρα	(4)



ΑΡΤΑ (του ανταποκριτού μας)

Φόνος Λύκου από Αγροτικό Αυτοκίνητο.

Στις 13 του Ιούνη έλαβε χώραν μετωπική σύγκρουση Αγροτικού αυτοκινήτου και τεραστίου μεγέθους Λύκου υπό τας ακολούθους συνθήκες:

Αγροτικό Αυτοκίνητο οδηγούμενο υπό του Νικολάου Πλούμπη κατοίκου Βουργαρελίου και ενώ κατευθύνονταν από Κυψέλη προς Βουργαρέλι, τα μεσάνυχτα, ενώ ευρίσκετο άνωθεν των Σκιαδάδων και παρά το εξωκλήσι ΑΓΙΑ ΚΥΡΙΑΚΗ, τεράστιος λύκος ερχόμενος από την αντίθετη πλευρά συγκρούστηκε μετωπικά με το αυτοκίνητο με αποτέλεσμα ο μεν λύκος να φονευθεί επί τόπου το δε αυτοκίνητο να υποστεί ζημιές.

Ακολουθώντας το θηρίο εφορτώθη επί του Αυτοκινήτου και μεταφέρθη εις Βουργαρέλι τεθέν εις κοινήν θέαν προς μεγάλη χαρά των κτηνοτρόφων που απηλλάγησαν απ' το άγριο αυτό θηρίο που κατεσπάραζε τα γηδοπρόβατά τους. Με μεγάλη προθυμία οι κτηνοτρόφοι ανέλαβαν την επιδιόρθωση των βλαβών του Αυτοκινήτου. Ακολουθώντας ο Λύκος μεταφέρθη εις Γιάννενα προς ταρίχευσιν.

ΕΣΥ ΠΟΣΑ ΧΡΟΝΙΑ ΕΧΕΙΣ ΝΑ
ΜΑΣ ΣΤΕΙΛΕΙΣ ΤΗ ΣΥΝΔΡΟΜΗ
ΣΟΥ;

ΤΟΥ ΕΠΙΤ. ΠΡΟΕΔΡΟΥ ΔΗΜ. ΚΑΛΙΑΚΑΤΣΟΥ

ΑΙΜΟΔΟΣΙΑ

«Μια θεάρεστη πράξη του Διοικητικού Συμβουλίου».

Η πρωτοβουλία του Διοικητικού Συμβουλίου για τη δημιουργία Τράπεζας αίματος, είναι πράγματι εκδήλωση ανθρωπιστική και έξαρση πατριωτικών αισθημάτων. Η μόνη δυσκολία ήτο η φύλαξη του αίματος αλλά και αυτή αντιμετωπίστηκε επιτυχώς.

● Το πόση σημασία έχει η πράξη αυτή που μπορεί να σώσει τη ζωή ενός συμπατριώτη μας, γνωρίζω εξ ιδίας πικράς πείρας αφού πολλάκις στο παρελθόν χρειάσθηκα μετάγγιση αίματος και περίμενα ώρες και μέρα ακόμη για την εξεύρεσή του. Τώρα ο κάθε πατριώτης (αχρείαστο νάναι) αν χρειασθεί αίμα μ' ένα τηλεφώνημα στο Σύλλογο θα το έχει αμέσως.

● Γιαυτό παρακαλώ όλους τους συμπατριώτες να τρέξουν να δώσουν αίμα διότι κανείς δεν ξέρει πότε θα το χρειασθεί.

● Τόσο οι πρώτοι που έτρεξαν στο κάλεσμα του Συμβουλίου στους οποίους εκφράζω τη συμπάθειά μου, όσο και οι άλλοι που θα επακολουθήσουν, είναι άξια τέκνα της γενετήρας μας Νησιώτας Π.Ε.

● Σημειωτέον ότι δεν περιήλθε εις γνώσιν μας αν άλλος Σύλλογος είχε την ίδια πρωτοβουλία, την τόσο σημαντική που έχει άμεση σχέση με τη ζωή των συνανθρώπων μας.

● Εκφράζω τα συγχαρητήριά μου σ' όλο το Συμβούλιο για τη θεάρεστη αυτή πρωτοβουλία κι εύχομαι από τα βάθη της καρδιάς μου να έχουν πάντα υγεία και να εμπνέονται τέτοιες χριστιανικές πράξεις. Εδώ υλοποιείται και το Χριστιανικό δίδαγμα: «ΑΓΑΠΑΤΕ ΑΛΛΗΛΟΥΣ».

ΗΔΗ ο πρώτος που χρειάστηκε αίμα είναι ο συμπατριώτης μας Γιάννης Βασιλείου (για τη γυναίκα του) κάτοικος Άρτης.

ΕΚΠΛΗΚΤΙΚΟ ΤΟ ΠΑΝΗΓΥΡΙ ΣΤΟΝ ΑΗΛΙΑ

Στο όμορφο λοφίσκο, εκεί ψηλά στον Αηλία που λέει και το τραγούδι, έγινε φέτος στις 19 και 20 Ιουλίου το καλύτερο πανηγύρι όλων των εποχών.

Πολύς κόσμος, πολύ κέφι και άρτια η εξυπηρέτηση από πλευράς ψητών - αναψυκτικών και ποτών.

Αξίζουν συγχαρητήρια στους οργανωτές Χρήστο Μπήτσιο για τα ψητά και Χαρίλαο Φακίτσα - Κώστα Δήμα για τα αναψυκτικά τα ποτά και τα καθίσματα.

Εκπληκτική και η «Τζουμερκιώτικη» ορχήστρα όπως την ονόμασαν που έδωσε ότι καλύτερο μπορούσε.

Τα αυτοκίνητα που άρχισαν να συρρέουν από τις 6 το απόγευμα δημιούργησαν αδιαχώρητο αν και είναι ο μόνος ορισμός που διαθέτει πάρκιν ήταν αδύνατο να χωρέσουν όλα.

Ας δει το θέμα λίγο ο Πρόεδρος, για τη σχετική επέκταση...

Την παραμονή έγινε ωραίο γλέντι ως τις 2 τα μεσάνυχτα. Την άλλη μέρα ο χορός άρχισε στις 8 το βράδυ

συνεχίστηκε ως τις 5 η ώρα οπότε χορεύτηκε το καγκελάρι με επικεφαλής τον πρόεδρο του ΑΡΑΧΘΟΥ Χρ. Αντωνίου.

Αλλά και μετά το Καγκελάρι τραγουδήθηκαν καθιστά τραγούδια, όπως του Κίτσου η μάνα κάθονταν κ.λ.π.

Και μετά τα καθιστά ξανά χορός ως τις 6.30 το πρωί...

Όσοι είχαν φύγει γύρω στις 4 με 5 σίγουρα έχασαν αλλά και σίγουρα δεν... έκλεισαν μάτι αφού ολόκληρος ο συντοκισμός... άχαζε από το κλαρίνο των Ψυχογιού - Γιωργιγιάννη και τα μελωδικά τραγούδια του Βασίλη Σπύρου.

Και το ωραιότερο απ' όλα ήταν η αποχώρηση που έγινε χορεύοντας απ' όλους Πατινάδα...

Συγχαρητήρια παιδιά και του χρόνου παιδιά...

Και όσοι βέβαια δεν ήρθαν ας έρθουν του χρόνου σε μια... άτυπη συνάντηση των ξεριζωμένων και των ντόπιων.

Εκεί ψηλά στον Αηλία...

ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗ ΕΝΙΣΧΥΣΗ

Γιώργος Δ. Καλιακάτσος 500
Χριστόδουλος Ψυχογιός 500
Κώστας Ν. Καλιακάτσος 1.000
Γιάννης Ραυτόπουλος 1.000
Τάσος Δημακόπουλος 500
Βούλα Αρβανίτη - Καλιακάτσου 500
Τάσος Κατσινέλης 1.000
Βασίλης Γ. Παπάς 500
Μουσικό συγκρότημα 8.000
Κώστας Π. Πάνος (Πάτρα) 1.000
Ηλίας Κίτσος 500
Ναπολέων Κωσταβασιλίου 500
Βασίλης Παπανικολάου 1.000
Παναγιώτης Λιτάκης 500
Παναγιώτης Μπαρτζώκας 1.000
Κώστας Μάνος (Γραμνίτσα) 500
Βασίλης Κατσινέλης 1.000
Απόστολος Φιλάνδης 500
Θόδωρος Σφήκας 200
Χρήστος Αναγνωστάκης 1.000
Θεόδωρος Γεωργίου 500
Ηλίας Μάνος 1.000
Σωκράτης Αράνης 1.000

Βασίλης Μπόμπολης 1.000
Γρηγόρης Καλιμογιάννης 1.000
Κώστας Κίτσος 1.000
Κώστας Αναγνωστάκης 1.000
Κώστας Λύκος 1.000
Σοφία Γκαλιάκη 1.000
Βασίλης Ντάλλας 500
Χρήστος Βόβλας 1.000



ΝΕΟΣ ΑΙΜΟΔΟΤΗΣ

Ο Χρήστος Ν. Θεοδώρου συμμετέχοντας στην προσπάθεια του Συλλόγου για την δημιουργία Τράπεζας Αίματος έδωσε στο Λαϊκό Νοσοκομείο αίμα.



Μια περιήγηση.

ΣΤΑ ΨΗΛΟΤΕΡΑ ΒΟΥΝΑ ΜΑΣ.

ΠΕΤΡΟΣ ΣΚΟΥΤΕΛΑΣ

Ήταν ένα Μαγιάτικο πρωινό 1982.

Ένα ανθοστόλιστο φυσικό ορμαθίο με μια αιθερόπνοη γαλήνη και καθαρούς ορίζοντες με φέρουν έξω απ' το χωριό.

Το γραφικό κοδωνοειδές οροπέδιο που ζετνύγεται και μακραίνει ανάμεσα απ' όμορφα ρεματάκια, ομαλά πλαγιάκια και χορταριασμένα χωράφια, με οδηγεί αγαλινά κι ευχάριστα στο ποτάμι «Άσπρη Γκούρα».

Δίπλα στο ξύλινο γιοφύρι (που το διατηρούν λίγοι χειμωνιάτες), κοντοστέκω, ξανασαίνομαι και δροσοανεμίζομαι απ' το μπόλικο νερό π' αφοκυλάει. Πίνω με τη φούχτα μου και τραβάω την ανηφόρα.

Βγαίνω στο χωράφι του Διαμάντη, στο Καταφύδι. Εκεί κατάραχα στέκω και μ' αγάπη και τοπολατρεία και μ' ανασες βαθιές, γυροβλέπω δω κι εκεί, μια ανθοπράσινη όψη, δίχως καμιά άλλη ζωντανή ύπαρξη!

Μια φανταστική φυσιολατρική πανδαισία με χορταίνει απ' αρώματα και λουλούδια.

Ανασέρνω τις αχλές και τα πέπλα από ιστορίες και μνήμες και δε χορταίνω γλυκιές αναμνήσεις π' αναδύονται απ' τ' απώτερο παρελθόν. Κι ο νους που τρέχει πιο πολύ απ' όλα, όπως τότε και ο Σωκράτης, μου φέρει έτσι σαν οπτασία μπροστά μου τις θεαματικές εκείνες παιδικές σκηνές και εικόνες.

Τα μάτια μου στροβιλίζονται στα γύρω παιδικά μου στέκια και λημέρια, όπου έπαιζα κι έβουκα τις γίδες. Στ' αντίκρυ ελατοσκέπαστο υψοματάκι που παίζαμε «Κλέφτες κι αστυνόμοι», τα διάσπαρτα χωράφια που άλλοτε καλλιεργούνταν, τις χωματολιθάρες πλαγιές που ξελακωνάμε και τις γλυκοθορούσαμε ανώδυνα για καρποφόρους κάμπους στη μαιύρη κατοχή. Αντικρύζω τις γύρω καργιές - αριές τώρα - που κάναμε μπερμπέκι, όταν έρχονταν τα πρωτοβρόχια στις όμορφες λακούλες και τα ισιότοπα οροματάκια.

Και στέκει ο λογισμός μου στη σπηλιά, δώθε απ' το ποτάμι κι' αντίκρυ το καλνβάκι του Τσινέλου. Ιούνης 1943 που βομβαρδίζονταν για δεύτερη φορά τα Θεοδώριανα απ' τα γερμανικά αεροπλάνα. Χωμένος στη σπηλιά και μόνος έκλεινα τα μάτια κάθε φορά πούβλεπα τις βόμβες πάνω απ' το σκίσι να πέφτουν στο χωριό. Κι οι γίδες, θυμάμαι, είχαν σκορπίσει και κατεβεί παραπόταμα ανάμεσα στις ιτιές λουφασμένες. Παράξενος βόμβος και γι' αυτές, προτιμούσαν τον ποταμιού το θόρυβο...

Αργοδιαβαίνω το χορταριασμένο ισιόδρομο και φτάνω στη βρύση του «Σελιό». Πίνω απ' τη ξύλινη κάναλη κρύο-κρύσταλλο-μπριλάντι το νερό. Πίνω και ξαναπίνω και μούρχονται στο νου φιλοσοφικές διαπιστώσεις του Αναξίμανδρου, του Δημόκριτου, του Επικούρου και άλλων που λέγαν:

Χωρίς φωτιά, νερό και αγέρα κανένα άτομο δε ζει και δε ζωογονείται πάνω στη γη!

Δε με συντροφεύει και δε μ' ενθαρύνει καμιά άλλη ζωή! Με παραξενεύει αλλά και με γαληνεύει μια σπάνια για κεί πάνω ειδυλλιακή αρμονία ουρανού και γης.

Γροικάω τα κορφοβούνια αντίπερα με πρώτο και ανήμερο θηριό τον Κριάκουρα! Μια γαρνιτούρα χιονιού θέλγει την ορασιά μου και με κάνει να την κοντοζυγίσω.

Με ολόχαρες σκέψεις, νοσταλγίες κι εντυπώσεις τραβάω την ανηφόρα και φτάνω στα Βαρκά. Ένας απέραντος λουλουδότοπος σε κάθε απόχρωση



με κάνει να νιώθω μια υπεράτατη εμφοσίση. Πάντοτε αναβλύζουν ραϊκία καθάρια και χαριτωμένα απ' τα χιόνια στα βουνά που λιώνουν. Μια σάρα χιονιού κάτω απ' τη κορυφή της Τούρλιας στη βαθιά ρεματιά τραβάει την ορασιά μου και θέλγει τη ψυχή μου. Βιγλίζω ένα γύρο τ' αρματολίτικα βουνά με τους πελώριους και μαχαιρωτούς βράχους. Αργοπερπατάω κι αγναντεύω.

Σιωπηλός και μόνος ρεμβάζω κι απολαμβάνω, σαν ένας αθεράπευτος νοσταλγός της πατρικής γης μια φυσική μαγιάτικη ωραιότητα. Με συντροφεύουν τα πουλιά στα δέντρα και στις ψηλές πέτρες και φτεροκοπάει η καρδιά μου απ' τη συνανλία του φτερωτού κόσμου.

Τ' αντικρινό χέρσο τώρα χωράφι μου με το χαριτόβρυτο ελατοδάσος μου θυμίζει τα καλαμπόκια, τα κραμπιά και τις λαβάνες, τις ψημένες ρόκες απόνα αφράτο χιόνια που μύριζε φουσκίλα και προβατίλα.

Θυμάμαι, κοντά στην απελευθέρωση, που πρινόζιζαμε τα λαμπαδωτά ελάτια αντίπερα στον «Σκαμπαρδώνη», για γρινιές του σπιτιού που μας είχαν κάψει οι Γερμανοί.

Ανηφορίζω με σβελλάδα, λες και θέλω να πετάξω από περιηγητική λαχτάρα κι' ανεβαίνω σε μια πλαγιά δεξιά, τ' Αρτί.

Με συνεπαίρνει μια σφριγγλή ανάταση κι ένα δέος κι έξαρση, που πηγάζουν από τις βασικές ανατομίες και όψεις.

Αργοδιαβαίνω ένα μυροβόλο αγέρι πούρχεται απ' τους λοξεντούς βράχους κι από δυο μεγάλες πλαγιές πούναι διάσπαρτες βουστίνες!!!

Αργοδιαβαίνω τ' αντέρισμα και κοντοζυγώνω στη σάρα του χιονιού και στις βουστίνες που μοσχοβολάνε.

Εκεί στις λουλουδιασμένες πλαγιές αντάμωσα το Θανάση και τον Ρήγα πούχαν γιομίσει αγκαλιές βουστίνες.

Απαθανάτισαμε τις όμορφες στιγμές και σπάνιες αυτές φυσικές εικόνες!

Έμασα κι εγώ και τάκανα χειρούλες.

Κατάφορτοι κι οι τρεις από βουστίνες κα τσουκινιάκια ροβολήσαμε σ' ένα μπόσκο χιόνια, για το χωριό.

Είχαμε πολλά χρόνια να πάμε Μάη μήνα στο χωριό και να χαρούμε μια πανόρια, αόρη και βουνίσια άνοιξη! Ένα τόπο με απείραχτη τη πλούσια αμαλαία, πριν ακόμα ανέβουν τα κοπάδια απ' τα χειμαδιά.

Σημ: Βουστίνη: είναι αγριολούλουδο με ψηλό και χοντρό κοτσάνι, μ' άσπρα φύλλα και μοσχοβολάει. Φυτρώνει σ' ορισμένα μέρη και υψόμετρο 1200-1800 μέτρα, και τον Μάη μήνα.

ΤΟ ΑΝΕΚΔΟΤΟ

Παράπονα του συζύγου στο γιατρό.
- Γιατρέ είπαμε πως αν πάει η γυναίκα μου για ένα μήνα σε λουτρόπολη θα θεραπευτεί από τη στειρότητα. Ε, λοιπόν πήγαμε δύο μήνες ολόκληρους στη Λιόνη και... τίποτε.

- Είπα να πάει η γυναίκα σου, του λέει ο γιατρός. Δεν είπα να πάτε μαζί! -

ΚΟΥΙΖ

Ήταν ένας καταδικασμένος σε ισόβια δεσμά. Ο δεσμοφύλακας του έδωσε μια ευκαιρία να γλυτώσει. Βγαίνοντας από τη φυλακή ο ένας δρόμος οδηγούσε στο εκτελεστικό απόσπασμα, ο άλλος στην ελευθερία του. Το σταυροδρόμι το φύλαγαν δύο σκοποί από δύο χωριά, που στο ένα έλεγαν ότι και αν ρωτούσες, πάντα την αλήθεια και στο άλλο, ότι και αν ρωτούσες, πάντα ψέμματα.

Ο φυλακισμένος με δύο ερωτήσεις, μία στον καθένα από τους σκοπούς, κέρδισε την ελευθερία του.

Ποιες είναι οι ερωτήσεις και γιατί γλύτωσε;

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Οι σκοποί μπορεί να είναι και από το ίδιο χωριό, μπορεί όμως να είναι και από διαφορετικά χωριά.

Κώστας Καλιακάτσος

ΕΝΑ ΑΣΤΕΡΙ

Ένα αστέρι κοιτάζει τη γη και κάθε τόσο μελαγχολεί.

Έσβυσε το άρωμά της, χάθηκε η ομορφιά της.

Το όραμά της που έχει χαθεί και κυβερνά το χρώμα το σταχτί.

Ήλιος και φεγγάρι έχασαν τη χάρη.

Θα φέρνει την καταστροφή ο άνθρωπος όσο θα ζει.

Το γαλάζιο τ' ουρανού χάθηκε από παντού.

Ένα αστέρι κοιτάζει τη γη και κάθε τόσο μελαγχολεί.

Όπλα και πυρηνικά έχουν βάλει τη φωτιά.

ΤΣΙΟΥΝΗ-ΚΑΜΠΡΗ ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ
ΠΛΗΘΩΝΟΣ 5
114 73 ΑΘΗΝΑ.

ΤΟ ΑΡΑΧΘΙΝΟ ΠΑΝΗΓΥΡΙ ΣΤΑ ΚΙΟΥΡΚΑ

ΣΥΝΕΧΕΙΑ ΑΠΟ ΤΗ ΣΕΛΙΔΑ 1

γραμμή. Μπροστάρης ο πάντα θαλερός Επιτ. Πρόεδρος Δημ. Καλιακάτσος, τα όργανα άρχισαν με το «ψηλά στη Κωστήλατα» και με το πρώτο, δεύτερο και πέμπτο κάγκελο και μια τον Άγιο το Θανάση ο χορός θε να χαλάσει, τελείωσε ο πατροπαράδοτος αυτός χορός που θα διαωνίζεται από γενεάς εις γενεά διτί είναι χορός εθνικός, παραδοσιακός, συλλογικός, μεγαλοπρεπής εις εμφάνιση με τους ωραίους σχηματισμούς και που αριθμεί εκατοντάδες χρόνια, από την Τούρκικη σκλαβιά.

● Ο χορός συνεχίστηκε ως της 10 το βράδυ και έκλεισε με τον τελευταίο χορευτή επιτ. Πρόεδρο Δημ. Καλιακάτσος οπότε και άρχισαν να αποχωρούν οι πανηγυριστές κατευχαριστημένοι διότι τους εδόθη η ευκαιρία να γλεντήσουν πατριωτικά για μια φορά ακόμα για όγδοη συνεχή χρονιά στην ειδυλλιακή πευκόφυτη φυσική ομορφιά των Κιούρκων.

Το Συμβούλιο ευχαρίστησε θερμά 1) το χορευτικό συγκρότημα Κώστα Μπατσή, 2) τους Συμπατριώτες Θόδωρο Γεωργίου, Φάνη Γεωργογιάννη, Βασ. Σπύρου, Γ. Ψυχουγιό Πλαι-

σιωμένοι και από άλλους των γύρω χωριών που αποτελούσαν το Δημοτικό Συγκρότημα και που έδωσαν το γνήσιο Ηπειρώτικο Χρώμα στο Αραχθινό πανηγύρι, καθώς και όλες τις αντιπροσωπείες των Συλλόγων των γύρω χωριών μας, που μας τίμησαν με την παρουσία τους.

ΚΑΙ ΤΟΥ ΧΡΟΝΟΥ.

Ο ΠΑΡΑΤΗΡΗΤΗΣ.

«Ο ΑΡΑΧΘΟΣ»

ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ
ΤΟΥ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟΥ
ΣΥΛΛΟΓΟΥ
ΚΕΝΤΡΙΚΗΣ ΤΩΝ ΑΡΤΙΣΤΩΝ
«Ο ΑΡΑΧΘΟΣ»

Εκδίδεται από
Συντακτική Επιτροπή,
Γενικών και Υπεύθυνος:
Αρσένος Ι. Αντωνίου
Πρόεδρος Πολ. Συλλόγου
Ανεξαρτησίας 95
ΑΡΙ ΥΡΟΥΠΟΛΗ
ΤΗΛ. 99. 20. 696

Υπεύθυνος Τυπογραφείου
Μανώλης Παπαδόπουλος
4βέρση Γ', Αρσινόα, Τηλ. 49. 67. 474

ΣΤΕΙΛΤΕ ΤΗ
ΣΥΝΔΡΟΜΗ ΣΑΣ

Τζόγκινγκ: Ο νέος τρόπος άθλησης

Ο πυρετός του ελαφρού τρέξιματος ή τζόγκινγκ έχει ριζώσει σ' όλες τις υπερβιομηχανικές χώρες. Ο αριθμός των τακτικών δρομέων στις ΗΠΑ, φτάνει κατά ορισμένους υπολογισμούς, περίπου τα 20 εκατομμύρια. Στην Δυτ. Γερμανία τρέχουν περίπου 1,5 εκατομμύρια άνθρωποι δυο ή περισσότερες φορές την εβδομάδα, κατά λεπτομερείς υπολογισμούς. Στην Ελλάδα το σπορ αυτό δεν είναι διαδεδομένο και μόλις τώρα γίνονται τα πρώτα δειλά βήματα. Είναι πολύ διαδεδομένη η ιδέα της «εξασκήσεως ταυτού σου» στη σημερινή ζωή.

Εδώ και πολύ καιρό διαφημίζονται αθλήματα αερόβιας άσκησης, σαν μέσον που καταπολεμά τα προβλήματα της ανησυχίας.

Μεταξύ πολλών μορφών αερόβιας ασκήσεως το τζόγκινγκ πήρε ειδική θέση για τους εξής λόγους:

Το τρέξιμο γίνεται από οποιονδήποτε χωρίς ειδικές

τεχνικές γνώσεις. Είναι ένας φυσικός, εμφανής τρόπος κινήσεως.

Το τρέξιμο γίνεται όποτε και όπου θέλουμε. Επίσης, δεν χρειάζεται να υπακούμε ειδικές κάρπικες συνθήκες.

Το τρέξιμο είναι ένα πολύτιμο άθλημα και δεν χρειάζεται μεγάλο εξοπλισμό και άλλα πρόσθετα έξοδα.

Πρέπει να γνωρίζουμε ακόμη, ότι το τρέξιμο και άλλες μορφές αερόβιας άσκησης (κολύμπι, βόλεϊ, μπάσκετ κ.λ.π.) προξενούν: Μεγαλύτερη χωρικότητα καρδιάς.

Δυνατό μυοκάρδιο. Καρδιά μεγάλης αποδοτικότητας.

Χαμηλό αριθμό παλμών.

Μεγάλη ποσότητα παροχής αίματος με κάθε παλμό. Αύξηση της ποσότητας αιμοσφαιρίνης.

Πολλαπλασιασμό της λιποπρωτεΐνης «HDL». Καλή εκμετάλλευση της χωρητικότητας των πνευμόνων. Καλή τροφο-

δοσία οξυγόνου σ' ολόκληρο τον οργανισμό. Ρύθμιση της όρεξης. Καλή πέψη. Μεγαλύτερη κατανάλωση θερμίδων. Εξουδετέρωση εντάσεων και καταστάσεων άγχους. Εκύνωση ολόκληρου του οργανισμού.

Πριν από το τρέξιμο πρέπει να προσέξουμε τα 10 ακόλουθα σημεία:

1. Όταν αποφασίσετε να τρέξετε συστηματικά και είσασι πάνω από 40 χρόνων ή δεν έχετε κάνει σπορ το μισό αιώνα από 3 χρόνια, είναι απαραίτητο να κάνετε μια ιατρική εξέταση (ηλεκτροκαρδιογράφημα με κόπωση).

2. Σε καμιά περίπτωση — ακόμη και για μικρές διαδρομές — μη φοράτε παπούτσια του δρόμου ή απλά παπούτσια γυμναστικής. Το αμάρτητο από το τρέξιμο πόνος σας θα παρουσιάσει πολύ σύντομα προβλήματα από την υπερφόρτωση.

ΣΥΝΕΧΕΙΑ ΣΤΗ ΣΕΛΙΔΑ 3



ΑΦΙΞΕΙΣ

Την Μεγάλη Εβδομάδα αφίχθησαν από την Νέα Υόρκη, ο Γεώργιος Βασιλείου Οικονόμου από το χωριό Περάνθη Άρτης μετά της συζύγου του Τζοκίνας και το 9μηνο αγοράκι τους, και ανεχώρησαν την ίδια μέρα για το χωριό για να περάσουν τις Άγιες Ημέρες του Πάσχα, να βαφτίσουν το αγοράκι τους, και να παραστούν στο γάμο της αδελφής του Ανθούλας. Ανεχώρησαν την 24-4-85 διά Νέαν Υόρκην.

ΓΕΝΝΗΣΕΙΣ

● Η Αρχιτέκτων Βάσω Καλιακάτσου - Τσώλη στην Άρτα γέννησε κοριτσάκι, πρώτο βλαστό της οικογένειας. Στους ευτυχείς γονείς και παπούδες ευχόμαστε να τους ζήσει, και να την δουν όπως επιθυμούν.

● Η Χριστίνα Τσιροβοπούλου, κόρη του Γιάννη Δήμα από τη Φτέρη, γέννησε στην Αθήνα κοριτσάκι.

Στους ευτυχείς γονείς και παπούδες ο ΑΡΑΧΘΟΣ εύχεται να τους ζήσει και να το δουν όπως εκείνοι θέλουν...

ΒΑΠΤΙΣΕΙΣ

Την 15ην Απριλίου 1985 ημέραν Δευτέραν του Πάσχα στο χωριό Περάνθη Άρτης και εις τον Ιερόν Ναόν του Αγίου Παντελεήμονος, η κυρία Βασιλική Βήχα βάπτισε το αγοράκι του ανεψιού μας Γεωργίου και της Τζοκίνας Οικονόμου και του έδωσε τα ονόματα ΓΡΗΓΟΡΙΟΣ και ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ. Ευχόμεθα να τους ζήσει, το νεοφώτιστο.

Οι Θείοι Παναγιώτης και Ζήνα Οικονόμου.

ΑΡΡΑΒΩΝΕΣ

Έγιναν στο χωριό Μύτικα Πρεβέζης την Τρίτη του Πάσχα οι αρραβώνες του Γιώργου Ν. Ψυχογιού απ' τον Βαθύκαμπο με την Ελευθερία Ρόζη, μέσα σε εορταστική ατμόσφαιρα.

● Την 30.5.85 ετέλεσαν γάμο η Φρόσω Π. Ζαχαρή από τους Ναζαίους και ο Σπύρος Τσούρας από τα Γιάννενα, σε κλειστό οικογενειακό κύκλο. Τους ευχόμαστε βίο ανθόσπαρτο.

ΓΑΜΟΙ

● Την 21ην Απριλίου 1985 ημέραν Κυριακήν και ώραν 4 Μ.Μ. στο χωριό Περάνθη Άρτης, και στον Ιερόν Ναόν του Αγίου Παντελεήμονος, έγιναν οι γάμοι της ανεψιάς μας Ανθούλας Βασιλείου Οικονόμου, μετά του Ζώη Σιαπέρα από το χωριό Νεοχώριον Άρτης. Ως κουμπάρος των νεονύμφων παρέστη ο κ. Γρηγόριος Γεωργιάκης.

Την παραμονή του γάμου το βράδυ του Σαββάτου, παρέτθη γεύμα στο σπίτι της νύφης και ακολούθησε γλέντι μέχρι τις πρωινές ώρες. Τα ψητά αρνιά και το κοκορέτσι έδωσαν και πήραν. Την Κυριακή μετά την τέλεση του μυστηρίου, όλοι οι προσκεκλημένοι με Ι.Χ. αυτοκίνητα και ταξί συνοδεύσαμε τους νεόνυμφους μέχρι το σπίτι του γαμπρού στο Νεοχώριον Άρτης, για να παραδώσουμε-κατά την παράδοση- τη νύφη. Από πλευράς αδελφών παρευρέθησαν ο Παναγιώτης και ο Αρίστος μετά των συζύγων των. Επίσης η αδελφή μας Ιωάννα [Γιαννούλα] μετά του συζύγου της. Από το χωριό ο γαμπρός μας Αλέκος Καλιακάτσος.

Ευχόμεθα να ζήσουν ευτυχισμένοι Οι θείοι Παναγιώτης και Ζήνα Οικονόμου.

ΓΑΜΟΣ ΣΤΟ ΧΩΡΙΟ

Στις 16 Ιούνη ετελέσθησαν οι γάμοι των Βασιλίου Δ. Καλιακάτσου που μένει σε οικισμό της Καλλονής ονόματι «Κορινθιά» και την Δεσποινίδα Ελπίδα Αθ. Πλούμπη εκ Βουργαρελίου. Από το Σάββατο βράδυ στο σπίτι του γαμπρού πραγματοποιήθηκε γλέντι με παραδοσιακούς χορούς που κράτησε πέραν του μεσονυχτίου. Την Κυριακή με την συμμετοχήν πολλών προσκεκλημένων, συγγενών, φίλων και χωριανών συνεχίστηκε η διασκέδαση με φαγοπότι από άφθονους μεζέδες και τηγανίτες, με κρασοκατάνυξη από ντόπιο εκλεκτό κρασί, μπίρες κ.λ.π. μέχρι τις 4 μ.μ. οπότε έγινε το ξεκίνημα για την νύφη.

Εδώ φεύγουμε από το παραδοσιακό χρώμα. Το ξεκίνημα δεν έγινε με αλόγα και μουλάρια σκεπασμένα με πολύχρωμα σαμαροσκούτια, καραμελωτές και άλλα φκιαγμένα από την ντόπια «Βιοτεχνία», αλλά με παντός είδους τροχοφόρα: Ι.Χ., Αγροτικά, φορτηγά, Λεωφορείο.

Ο δρόμος Κυνέλης - Βουργαρελίου ασφαλτοστρωμένος. Η διέλευση τόνων ποικίλων τροχοφόρων (30 περίπου) απ' το ελατοδάσος Βουργαρελίου ήταν εντυπωσιακή εισπνοήντας άπληστα και το οξυγόνο απ' τα έλατα φθάσαμε στην πλατεία Βουργαρελίου. Η νύφη δεν προσήλθε επάνω σε μουλάρι όπως παλιά, ούτε φορούσε σιγκούνια κεντημένα και ζώνη φαρδιά και τσαρούχια με μεγάλη φούντα, αλλά προσήλθε με ΑΛΦΑ ΡΩΜΕΟ στολισμένο με λευκές κορδέλλες, με λευκό φόρεμα και πέπλο τελευταίας μόδας.

Μετά την τέλεση του μυστηρίου και τις ευχές των προσκεκλημένων εγένετο επιστροφή στο σπίτι του γαμπρού όπου συνεχίστηκε το γλέντι μέχρι τα μεσάνυχτα.

Εύχομαι στο ζεύγος των νεονύμφων αρμονικό βίο και κάθε ευτυχία.

Δ.Κ.

ΓΑΜΟΙ

● Στις 29 του Ιούνη εν μέσω πολυπληθών προσκεκλημένων συγγενών, φίλων και πολλών χωριανών ετελέσθησαν οι γάμοι της χαριτωμένης Δεσποινίδας Σοφίας Χαρ. Καλιακάτσου εγγονής του Κώστα Γ. Καλιακάτσου (ιερωάλτη) και της Σοφίας εκ Ναζαίων. Εκλεκτός της καρδιάς της ο λαμπρός νέος Γιώργος Γιαννακόπουλος από το Βόλο. Μετά την τέλεση του μυστηρίου παρέτθη δείπνον εις το κέντρον «Σαντορίνη», και επακολούθησε διασκέδαση μέχρι τα μεσάνυχτα. Εύχομαι εις το ζεύγος των νεονύμφων βίον ανθόσπαρτον και κάθε ευτυχία.

Δ.Κ.

● Στις 13 Ιούλη του 85 και ώρα 7.30 μ.μ. στον άγιο Δημήτριο Πειραιά έγιναν οι γάμοι της Δημήτρας Γ. Λαγού - τώως μέλους του Δ.Σ. του ΑΡΑΧΘΟΥ - και του Φώτη Κ. Ζουμπούλη, παρουσία πολλών πατριωτών και φίλων.

Ο «ΑΡΑΧΘΟΣ» εύχεται να ζήσουν ευτυχισμένοι.

● Στις 21 Ιούλη έγινε στο πάνω Αθαμάνιο ο γάμος του Παναγιώτη Γ. Καπρούτσου από τα Λαγιάδια Κεντρικού με την Ελένη Τριάντου.

Μετά τα στέφανα σε υπαίθρια ταβέρνα επακολούθησε φαγοπότι και χορός των προσκεκλημένων.

Το συγκρότημα Κολιοκώστα εντυπωσίασε τους καλεσμένους και χόρεψαν ιδιαίτερα τα παραδοσιακά τραγούδια.

Για την μεταφορά των καλεσμένων από τη Φτέρη - Λαγιάδια κ.λ.π. ο γαμπρός είχε νοικιάσει πούλμαν.

Από τον ΑΡΑΧΘΟ παραβρέθηκε ο Πρόεδρος Χρήστος Αντωνίου και πολλοί φίλοι του γαμπρού.

Τους ευχόμαστε να ζήσουν ευτυχισμένοι.

ΚΗΔΕΙΑ

ΧΡΗΣΤΟΣ ΑΝΑΓΝΩΣΤΑΚΗΣ

Εν μέσω πολλών συγγενών φίλων και συμπατριωτών έγινε η κηδεία στο νεκροταφείο Αργυρουπόλεως του Χρήστου Αναγνωστάκη που πέθανε στις 16 Ιούλη από ατύχημα.

Γεννήθηκε στα Πολίτσαϊνα (Βαθύκαμπο) το 1902. Εργάστηκε σκληρά στα χωράφια μέχρι το 1945. Στον Εμφύλιο ήλθε στην Αθήνα μετά της οικογένειάς του όπου και



εγκαταστάθηκε μονίμως. Υπήρξε ένας εξαιρετικός άνθρωπος, φιλήσυχος, πρoός, δίκαιος, καλωσινάτος και στοργικός οικογενειάρχης. Εδημιούργησε μια ιδανική οικογένεια ένα γιού τον Κώστα και δύο θυγατέρες. Στα παιδιά του μαζί με την αξία σύντροφό του, μεταλαμπάδευσε όλα τα προτερήματα των γονέων τους. Παιδιά αξία δημιουργικά που ταχύνουν γενική εκτίμησης και αγάπης από συγχωριανούς και γνωστούς. Η σκληρή μοίρα δυστυχώς χτυπάει αδυσόληπα τους καλούς. Από χρόνια η σύντροφός του Ανδριάντα παθαίνει βαρύ εγκεφαλικό με μεγάλη αναπηρία. Ο καλός σύντροφός της της συμπαράσταθηκε παραμένοντας συνέχεια κοντά της προσφέροντας νυχθημερόν κάθε εξυπηρέτηση. Τώρα ο Χρήστος έφυγε η οικογένεια θρηνεί αλλά μαζί θρηνεί και η οικογένεια των Νησιωτικών έχασε ένα εκλεκτό μέλος της.

Κοιμήσου αέχαστε Χρήστο τον αιώσιο ύπνο του δικαίου και όσο ζούμε δεν θα σε ξεχάσουμε.

Το συμβούλιο εκφράζει τα βαθύτατα συλλυπητήριά του προς την οικογένεια του μεταστάντος.

● Πέθανε στις 14/6/85 στην Ανεμορράχη - Άρτας ο Γιώργος Σκαλτσογιάννης (Νιάφας) σε ηλικία 82 χρόνων.

Η κηδεία του έγινε την επομένη στο Νεκροταφείο Ανεμορράχης.

Ο ΑΡΑΧΘΟΣ εκφράζει τα θερμά του συλλυπητήρια στους δικούς τους.

ΓΡΑΦΤΗΚΕ ΚΑΠΟΤΕ

Όταν αισθανθείς την επιθυμία να κατηγορήσεις την νέα γενιά ΣΚΕΨΟΥ πρώτα ποιος την ανέθρεψε.

Όποιος νομίζει ότι γεννήθηκε μόνο για τον εαυτό του ΔΕΝ έπρεπε να γεννηθεί ποτέ!..

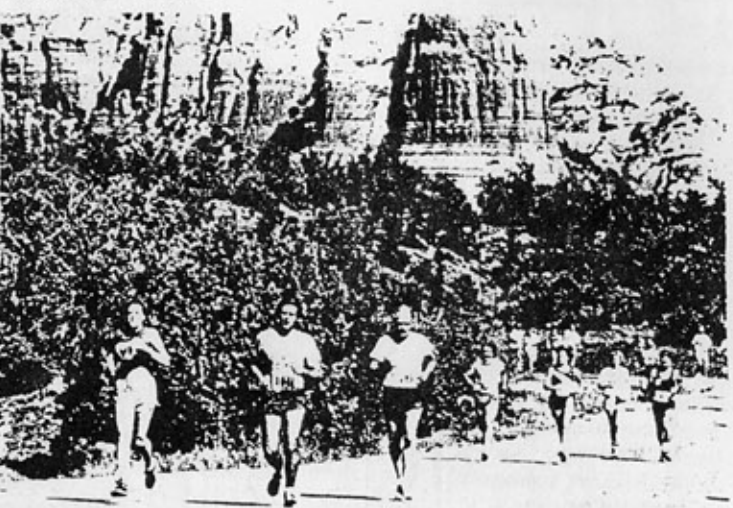
Αν θέλεις να γνωρίσεις την εφημερία ενός σπιτιού μην πάγνεις στο ψυγείο. Σκόψε στο σκουπιδοτενεκέ του.

Πολυκατοικίες: Το μόνο κοινό η εξόδορτα και η σωλήνη αποχέτευσης. Ευτυχώς που ήρθε ο σεισμός και γκρέμισε τους τοίχους της σωπής. Η ΜΟΝΗ ΕΛΠΙΔΑ ΓΝΩΡΙΜΙΑΣ Η ΣΥΜΦΟΡΑ.

Κώστας Καλιακάτσος

Τζόγκινγκ: Ο νέος τρόπος άθλησης

ΣΥΝΕΧΕΙΑ ΑΠΟ ΤΗ ΣΕΛΙΔΑ 2



1. Ενταχθείτε σε μια γνωστή ομαδα δρομέων, ή πείσιτε ένα φίλο σας να τρέξει κι αυτός μαζί σας.

4. Μη ξεκινήσετε με την προνόηση να φτάσετε όσο το δυνατόν πιο γρήγορα παλιότερις «φίρμες» δυνάμειων.

ορισμένες ημέρες της εβδομάδας για άσκηση και προσπάθειστε τις ημέρες αυτές να αποδνευτείτε από κάθε άλλη υποχρέωση.

Όταν έχετε υπερβολικό βάρος, θα πρέπει στην αρχή να κάνετε μακρινές διαδρομές με

Περπατάτε τώρα που μπορείτε για να μπορείτε πάντα



5. Αφήστε εντελώς τι φιλοδοξίες σας και τρέξτε ήρεμα και με χαμηλή ένταση.

6. Φοράτε στον οικογενειακό σας περίπατο παπούτσια τρεξιματος. Κάθε στιγμή μπορεί να παρουσιαστεί μια ευκαιρία για λίγο τρέξιμο.

7. «Δεν έχω καιρό» — η πρόφαση αυτή είναι αβάσιμη. Όταν βρισκόσαστε στην αίθουσα αναμονής του γιατρού έχετε τότε καιρό!

8. Καθορίστε κατά το δυνατό

ποδήλατο. Το σώμα θα αδυνατίσει από την ποδηλασία και δεν θα έχετε κινδύνους υπερφυστώσεως στα πόδια.

10. Μην παίρνετε το τρέξιμο σαν αγγαρεία. Πρέπει απλώς να το δείτε σαν μέσο εκτόνωσης και ψυχαγωγίας.

Προσέξτε επίσης, ότι ο όρος τζόγκινγκ είναι αμερικάνικος και σημαίνει τρέξιμο σαν τροχάδην. Η μεγαλύτερη ταχύτητα δεν πρέπει να ξεπερνά τα έξι λεπτά το χιλιόμετρο.

ΔΙΑΚΟΠΕΣ ΣΤΑ ΧΩΡΙΑ ΜΑΣ

Τώρα το καλοκαίρι που παίρναμε τις άδειές μας να μη ξεχνάμε τις ρίζες μας, το χωριό μας...

Εκεί εκτός του ότι θα περάσουμε ήσυχα και ευχάριστα θα τονώσουμε λίγο και τους ακριτές μας...

Βέβαια θάλασσα δεν έχουμε, αλλά έχουμε ποτάμι, έχουμε πλατάνια, έχουμε έλατα, έχουμε βρυσιούλες και τόσα άλλα...

Στις 22-23 Αυγούστου ας γίνει μια... άτυπη συνάντηση στο πανηγύρι των Ναζαίων των πατριωτών και φίλων που τον καιρό αυτό βρίσκονται με άδεια...

ΑΝΤΩΝΗΣ Δ. ΜΑΡΗΣ
ΠΑΙΔΙΚΑ - ΒΕΒΕ
Μαβίλη 6 Άνω Πατήσια
Τηλ. 2010763

Πατριώτη, γράψε μας
τά προβλήματα του τόπου σου, τά προβλήματά σου.
Μαζί, θά πετύχουμε πιο γρήγορα, πιο δυναμικά τη λύση.

ΔΕΥΤΕΡΗ ΕΘΕΛΟΝΤΙΚΗ ΑΙΜΟΔΟΣΙΑ

Μέσα στον Οκτώβρη θα γίνει και η δεύτερη εθελοντική αιμοδοσία προκειμένου να εμπλουτιστεί η Τμήμα αίματος που δημιουργήθηκε από τα μέλη και τους φίλους του ΑΡΑΧΘΟΥ.

Η ακριβής ημερομηνία θα ανακοινωθεί στην εφημερίδα ή με ειδική πρόσκληση.

Η συμμετοχή θα πρέπει να είναι καθολική για ένα τόσο μεγάλο σκοπό.

Κλειστό το πολιτιστικό μας Κέντρο

Το πολιτιστικό μας Κέντρο θα παραμείνει κλειστό λόγω των διακοπών ως τις 21 Σεπτεμβρίου οπότε ορίστηκε να γίνει και η πρώτη συνεδρίαση του Δ.Σ.

Στη συνεδρίαση αυτή μπορούν να έρθουν και άλλα μέλη προκειμένου να κάνουν τις προτάσεις τους για την μετέπειτα πορεία του ΑΡΑΧΘΟΥ που θ' αφορά τα πολιτιστικά - την παράδοση - τα αθλητικά κ.λπ.

Μια διευκρίνιση

Στο προηγούμενο φύλλο στο μικρό αρθρίδιο με τον τίτλο «ΜΠΡΟΣΤΑ ΣΤΗΝ ΚΑΛΠΗ» μερικοί συμπατριώτες παρερμηνεύοντας το νόημα του σχολίασαν διά με κάποια δυσμένοια.

Όμως το αδικησάν διά τους κάτωθι λόγους:

1) Ουδαμού αναφέρω συγκεκριμένο κόμμα για να του αποδοθεί κομματική χροιά.

2) Όταν αναφέρω οπισθοδρόμηση σε εποχή διώξεων, βασανισμών, τραμπουκισμών, φακέλλων, δεν χαρακτηρίζεται ένας ολόκληρος κόσμος αλλά οι ιθύνοντες που τα δημιουργήσαν και αυτοί ευθύνονται για την επάρατη αυτή εποχή.

Ο Λαός ποτέ δεν ηρωτήθη αν εγκρίνει την ανώμαλη πορεία του τόπου μας εκτός από μία ομάδα ανθρώπων που οικονομικά ωφελούνται από μια τέτοια κατάσταση.

3) Είμαι βέβαιος 100% εάν γίνη ένα ΓΚΑΛΟΠ με το ερώτημα: «Επιθυμείς επάνοδο στην εποχή των διώξεων και των φακέλλων και το χωρισμό των Ελλήνων σε κατηγορίες και μιάσματα; Ουδείς απλός πολίτης θα πει ΝΑΙ.

ΝΑΙ στην επάνοδο, θα που ορισμένοι που θα καρπωθούν οικονομικά ωφέλη από κάθε τέτοια ανωμαλία. Αυτός είναι ο δρόμος της κακίας.

4) Γράφτηκε σε μια περίοδο που ο προεκλογικός πυρετός είχε φθάσει στο αποκορύφωμα του και κατά κάποιο τρόπο δικαιολογείται χωρίς πρόθεση επαινόδου.

5) Η εφημερίδα που βγάζει ο αντισυνδεδεσμος «Η φωνή του χωριού» εκτός των άλλων παραδέχεται εμπρηστικούς άρθρων που κατά καιρούς δημοσιεύει, σε κάποιο αποκαλούσε τους συμμετέχοντες στην Εθνική αντίσταση «ΕΑΜΟΚΑ-ΘΑΡΜΑΤΑ». Αυτό σχολιάσθηκε από τους καλούς αυτούς συμπατριώτες που ενοχλήθηκαν από ένα άκακο αρθρίδιό μου;

6) Η ομαλή πορεία του τόπου μας, δημιουργεί την ομοψυχία. Από αυτή έχει ανάγκη η πατρίδα μας για να πάει μπροστά και όχι η δημιουργία σε κατηγορίες των πολιτών της. Αυτός είναι ο δρόμος της Αρετής. Στην τάξη των προνομιούχων μόνον συμφέρει να υπάρχει διχασμός στο λαό για να μπορούν εύκολα να πλουτίζουν σε βάρος τους. Αυτοί καλλιεργούν το μίσος παρ' ότι λένε ότι είναι πολλοί χριστιανοί και ότι ανάβουν μεγάλες λαμπάδες και ταυτόχρονα δημιουργούν το «Διαίρει και βασίλευε». Εις περίπτωσιν όμως εξωτερικού κινδύνου τότε παύει ο χωρισμός σε κατηγορίες και μιάσματα και θα βρυντοφωνήσουν: το «είτε παίδες Ελλήνων» τότε θα το πουν το «Αγώνας υπέρ βωμών και εστιών».

Και τότε και ο Νεοδημοκράτης και ο Παλαιοκράτης και ο σοσιαλιστής και ο Κουμμουνιστής θα βρίσκονται στις επάλξεις πλάι πλάι και θα πέφτουν στο πεδίο της μάχης. Τότε είναι κοινός ο αγώνας γιατί να μην είναι το ίδιο και σε ειρηνική περίοδο. Γιατί να μην υπάρχει και τότε Ομοψυχία; Ο κάθε αναγνώστης ας βγάλει τα συμπεράσματά του...

ΔΗΜ. ΚΑΛΙΑΚΑΤΣΟΣ

ΑΡΤΙΝΟΣ Ο ΝΕΟΣ ΥΠΟΥΡΓΟΣ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΩΝ

Επιτέλους και ένας υπουργός απ' την Άρτα. Ο Κ. Δημήτρης Τσοβόλας βουλευτής Άρτας του ΠΑΣΟΚ ορκίστηκε Υπουργός Οικονομικών στην Νέα Κυβέρνηση.

Αξιοσημείωτο είναι ότι σε κάθε αναδόμηση της Κυβερνήσεως του ΠΑΣΟΚ ο εργατικότατος συμπατριώτης ανέβηκε ιεραρχικά όλα τα σκαλοπάτια του Υπουργείου Οικονομικών.

Ανακοίνωση

Στις 18 Αυγούστου '85 ημέρα Κυριακή στο νεκροταφείο Αργυρούπολης θα γίνει 40ήμερο μνημόσυνο του μακαρίτη Χρήστου Αναγνωστάκη και Ετήσιο του μακαρίτη Χρήστου Μάνου. Πληροφορίες Κ. Αναγνωστάκης 99.17.531 & 99.15.594

Δημήτρης Τσοβόλας

Υπουργός Οικονομικών

Είναι δικηγόρος, βουλευτής από το 1977. Διατέλεσε υφυπουργός Οικονομικών και μετά αναπληρωτής υπουργός Οικονομικών.

Το Υπουργείο Οικονομικών έχει την ευθύνη της κατάρτισης και της εκτέλεσης του τακτικού προϋπολογισμού, καθώς και του Γενικού Λογιστηρίου, Προϋπολογισμού Δημοσίων Επενδύσεων, καθώς και τις παραδοσιακές αρμοδιότητες που έχει (εφορίες, τελωνεία, Γενικό Χημείο κλπ.).



□ Η «Αγρανάπανση»!



Και ένα συμπαθές απόσπασμα από την ομιλία του Α. Λαοκάπη

του ΠΑΣΟΚ πάνω στο άρθρο 1:
— «Κύριε Πρόεδρε ύστερα από μια ψυχροπορεία και καταθλιπτική προσωπική αγρανάπανση (!) των τριάντων χρόνων που πέρασαν»...
— «Είναι η παρθενική σας ομιλία σήμερα έτα δεν είναι» τον διέκοψε γλυκά ο Γ. Αλευράς
— «Μάλιστα!», βεβαίωσε ο βουλευτής με πάθος.
— «Ε λοιπόν σας ακούμε ευχαρίστως, συνεχίστε», τον παρότρυνε ο Πρόεδρος της Βουλής. Και ο βουλευτής με λυγισμό:
— «Ζήτησα το λόγο στο άρθρο 1 που αναφέρεται στην ενέργεια, για να παράγω και εγώ λίγη ατομική ενέργεια για τον εαυτό μου — διότι η ενέργεια δίνει και ζωντάνια και ζωή»!!!
Κατοχυρώθηκε και η «ζωοποιός» δύναμη της βουλευτικής ιδιότητας, δηλαδή...

ΑΠΟ τα απίστευτα: το ΚΤΕΑ Άρτας έκοψε τη συγκοινωνία σε δέκα χωριά εδώ κι' ένα χρόνο: Κάτω Κελεντινή, Δίστατο, Ανεμοράχη, Τραπεζάκι, Κεντρικό, Γοργιανά, Μακρύκαμπος, Γρακικό, Ρομανού, Ράμια.

✓ ΜΟΝΟ όταν θυμούνται στέλνουν και κανένα λεωφορείο για όλα τα χωριά!

ΟΙ ΚΑΤΟΙΚΟΙ διαμαρτύρονται, δικαιολογημένα, ότι δεν είναι δυνατόν το ΚΤΕΑ να εξυπηρετεί μόνον τις περιοχές με την μεγαλύτερη κίνηση.

ΕΠΕΙΤΑ, είναι και θ έ μ α: δέκα χωριά χωρίς συγκοινωνία, το 1985!!!

ΜΗΠΩΣ η λέξη «ντροπή» δεν... επαρκεί;

ΑΠΟ ΤΟ ΠΟΝΤΙΚΙ

ΥΦΑΣΜΑΤΑ

ΝΕΩΤΕΡΙΣΜΟΙ

ΜΑΝΟΣ

ΛΙΒΥΗΣ 21 ΑΝΘ ΙΛΙΣΙΑ - ΑΘΗΝΑ ΤΗΛ. 7754351

ΓΙΩΡΓΟΣ Ι. ΑΝΤΩΝΙΟΥ

Πολιτικός καί Τοπογράφος

Μηχανικός Ε.Μ.Π.

Λομβάρδου 144-146

Τηλ. 64.35.005 — 64.35.224

carteco

Π. ΜΠΑΡΤΖΩΚΑΣ Ε.Π.Ε.

ΜΟΚΕΤΕΣ
ΤΑΠΕΤΣΑΡΙΕΣ ΤΟΙΧΟΥ
ΚΟΥΡΤΙΝΕΣ & ΥΦΑΣΜΑΤΑ ΕΠΙΠΛΩΣΕΩΝ
ΠΛΑΣΤΙΚΟ ΔΑΠΕΔΟΥ
ΠΛΑΣΤΙΚΑ ΦΥΛΛΑ
ΠΛΑΣΤΙΚΑ ΠΛΑΚΙΔΙΑ

Αριστείδου 99, ΚΑΛΛΙΘΕΑ. ΤΗΛ. 9522501 — 5.

● Τα ενυπόγραφα άρθρα δεν εκφράζουν κατ' ανάγκη και τις απόψεις της εφημερίδας. Δημοσιεύονται — αν δεν είναι αυτονόητοι — από σεβασμό στη γνώμη εκείνου που τα υπογράφει.

ΕΞΟΧΙΚΟ

ΚΕΝΤΡΟ

“ΤΟ ΛΑΚΑΓΚΙΝΗ..”

ΤΗΛ. 0295-22181

ΑΦΙΔΝΑΙ (ΚΙΟΥΡΚΑ)
ΑΤΤΙΚΗΣ

αδελφευτα

ΤΟΥ ΕΠΙΤ. ΠΡΟΕΔΡΟΥ ΔΗΜ. ΚΑΛΙΑΚΑΤΣΟΥ ΕΛΕΥΘΕΡΕΣ ΣΚΕΨΕΙΣ ΦΑΥΛΟΣ ΚΥΚΛΟΣ Η ΣΥΓΧΥΣΗ ΦΡΕΝΩΝ

Μετά τον Β Παγκόσμιο Πόλεμο είτε το θέλουμε είτε όχι δύο υπερδυνάμεις ρυθμίζουν τις τύχες της Ανθρωπότητας. Από αυτές εξαρτάται η ζωή μας αλλά και η ύπαρξη ακόμα και αυτού του πλανήτη. Η καθ' μία συναγωνίζεται την άλλη εις τρομερές εφευρέσεις τεράστιας επιστημονικής φαντασίας με σκοπό όχι την εξασφάλιση μιας καλύτερης ποιότητας ζωής αλλά την εξόντωση και τον αφανισμό της ανθρώπινης ύπαρξης.

● Η μία υπερδύναμη θεωρείται ότι είναι υπέρμαχος των χριστιανικών ιδεωδών δηλ. παρεκκλίνει από τα διδάγματα της χριστιανικής θρησκείας, από τις εντολές του Θεάνθρωπου, ότι γι' αυτούς το τρίπτυχο: ΠΑΤΡΙΔΑ ΘΡΗΣΚΕΙΑ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ είναι το ευαγγέλιο, ότι έχουν ιδανικές οικογένειες, ότι τα εξοντωτικά όπλα που κατασκευάζει είναι αμυντικά, ότι η βόμβα Νετρονίου αφανίζει μόνο τους ανθρώπους και κάθε έμψυχο ον και όχι όμως τα σίτια και τα εργοστάσια. Τώρα τι θα χρειαστούν αυτά όταν δεν υπάρχει άνθρωπος εκείνη τη ζέρει.

● Να είναι άραγε και αυτό μέσα στα πλαίσια της χριστιανικής θρησκείας; Ως προς τα ναρκωτικά και κατά τις 40% διαλυμένες οικογένειες στην μεγάλη αυτή χώρα δεν έχει σημασία είναι σημεία των καιρών. Μήπως είναι και αυτό θέλημα Θεού;

● Η άλλη υπερδύναμη κατηγορείται ότι δεν έχει θρησκεία, ούτε πατρίδα, ούτε οικογένεια. Τώρα πως βοήθησε ο θεός τους άθεους και έγινε υπερδύναμις άλλο θέμα αυτό. Η πρώτη υπερδύναμις δημιούργησε το ΝΑΤΟ και ότι έχει αμυντική μορφή όχι επιθετική. Ότι τα κράτη που έχει υπό την επιρροή της τα προσεγγίζει πολώντας τα σύγχρονα όπλα για να' αμυνθούν, αλλά ταυτόχρονα θησαυρίζουν οι κατασκευασταί βιομηχανιών.

● Από την άλλη πλευρά το Σύμφωνο της Βαρσοβίας δημιουργήθηκε κι αυτό για άμυνα. Τι να φοβάται άραγε την Ελλάδα; Επειδή τότε στον εμφύλιο 1946 - 49 γινόταν διαδηλώσεις μαζικές από αλαλάζοντας «εθνικόφρονες» και φώναζαν: «Σόφια Μόσχα είναι το όνειρό μας» γι' αυτό εξοπλίζεται; δεν ξέρω. Αλλά αντί να πάμε στην Μόσχα μήκαν οι Τούρκοι στην Κύπρο.

● Εάν βρεθείς στην Αμερική και φωνάξεις «ζήτω η Ειρήνη» συλλαμβάνεσαι και αποστέλλεσαι στις συλακές του Σίγκ Σίγκ αφού πρώτα σε φυλοκοπήσουν όπως συνέβη τα τελευταία χρόνια που πολλές διαδηλώσεις που έγιναν μπροστά στο Λευκό Οίκο.

● Εάν βρεθείς στις χώρες του Νάτο, οι ειρηνιστές το ίδιο φυλοκοπούνται, οι δε εφημερίδες της λεγόμενης «εθνικοφροσύνης» στην πατρίδα μας χλευάζουν όσους αγωνίζονται για την Ειρήνη. Κάθε εκδήλωση που γίνεται σύμφωνα με τα κηρύγματα του Θεάνθρωπου χτυπιέται από κείνους που λένε ότι είναι Χριστιανοί και που ανάβουν μεγάλες λαμπάδες...

● Εάν βρεθείς στον Ανατολικό Συνασπισμό και φωνάξεις «ζήτω ο πόλεμος» συλλαμβάνεσαι και πας εξορία στη Σιβηρία τώρα πως συμβιβάζεται οι «Άθεοι» να υιοθετούν τα κηρύγματα της Χριστιανικής Θρησκείας; δεν το γνωρίζω.

● Εάν στην Αμερική παρουσιασθεί κάποιος καλός πρόεδρος Χριστιανός όπως ο αείμνηστος KENNEDY που συναντήθηκε στην Ευρώπη με τον Ρώσο ΚΡΟΥΤΣΕΦ για να βάλουν μια τάξη στον κόσμο, δεν άρεσε στα γεράκια του Πενταγώνου ούτε στους βιομήχανους που παράγουν τα φονικά όπλα διότι πιστεύουν μεν στην θρησκεία αλλά το θέμα αλλά το θεό τον θέλουν αλλοίως τον θέλουν βοηθό στα σχέδιά τους που είναι η εξόντωση του ανθρώπου. Γι' αυτό τον Κέννεντυ τον έστειλαν πρόωρα στον Παράδεισο.

● Οι εδώ στην πατρίδα μας «εθνικόφρονες» τον αγαπούσαν τον Κέννεντυ σαν Αμερικάνο, όχι όμως και σαν Ειρηνιστή. Όταν εδώ στις 21-4-63 έγινε πορεία ειρήνης επικεφαλής τον αείμνηστον Ιατρόν Χειρουργόν Λαμπράκη δεν άρεσε στους «εθνικόφρονες» γι' αυτό τον δολοφόνησαν στις 22-5-63 στην Θεσσαλονίκη. Να ήταν άραγε θέλημα του Θεού; Εάν ο Λαμπράκης ξεκίνησε από τον Μαραθώνα όχι σαν ειρηνιστής αλλά σαν πολεμοχαρής, θα γλύτωνε όχι μόνο το κεφάλι του, αλλά θα τον ονόμαζαν καθηγητή Πανεπιστημίου της Μαιευτικής και Γυναικολογίας (ήτοι Μαιευτήρ Γυναικολόγος).

● Στις 5-3-51 ο Νίκος Νικηφορίδης ένα παλικάρι 22 ετών παραπέμπεται στο Κακουργοδικείο καταδικάζεται εις θάνατον και εκτελείται με την κατηγορία ότι μάζευε υπογραφές για την έκκληση της Στοκχόλμης κατά των ατομικών όπλων και υπέρ του αφοπλισμού και της Ειρήνης. Τι έκανε αυτός ο νέος παραπάνω από τα διδάγματα του Χριστού για να τον εκτελέσουν εκείνοι που λένε ότι πιστεύουν στη Θρησκεία;

● Η Ρωσία που θεωρείται «άθετη» δήλωσε ότι ποτέ δεν θα χρησιμοποιήσει πρώτη τα ατομικά όπλα για την καταστροφή του ανθρώπου και κάλεσε την άλλη υπερδύναμη να δηλώσει κι εκείνη το ίδιο. Εκείνη όμως αρνήθηκε να δηλώσει κάτι τέτοιο. Μήπως ο Χριστός παρουσιάσθηκε στο Πεντάγωνο υπό άλλων μορφών του Ιμπεριαλιστή και πολεμοκάπηλου; Δεν ξέρω...

● Το Σύμφωνο της Βαρσοβίας πρότεινε στο ΝΑΤΟ να υπογράψουν σύμφωνα μη επιθέσεως, το ΝΑΤΟ όμως δεν το δέχθηκε τότε τι είδους σύμφωνο αμυντικό είναι αυτό; μήπως φοβούνται άραγε τους άοπλους λαούς που ζουν με το φόβο του αφανισμού ή τα παιδιά που δεν ξέρουν τι τους επιφυλάσσει το μέλλον;

● Μήπως χρειάζεται να συγκρενωθούν οι κορυφαίοι ψυχίατροι όλου του κόσμου να εξετάσουν διανοητικά αυτούς που χειρίζονται τις τύχες του κόσμου για να δουν το περιεχόμενο του αρρωστημένου εγκεφάλου των; Αν χρειάζεται να τους οδηγήσουν στο ψυχιατρείο για θεραπεία. Σε τι κόσμο λοιπόν ζούμε σήμερα; Περί τίνος πρόκειται.

«ΦΑΥΛΟΣ ΚΥΚΛΟΣ Η ΣΥΓΧΥΣΗ ΦΡΕΝΩΝ»;
(Στο επόμενο το Διάγγελμα του KENNEDY προς όλους του Λαούς του Κόσμου).

Διαδωσε τον «ΑΡΑΧΘΟ»
Γραψε εναν καινούργιο συνδρομητή