



PELICAN VOICE

pelicanvoice@gmail.com

11 Απριλίου 2019- ΦΥΛΛΟ 14

ΜΗΝΙΑΙΑ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ
ΙΔΙΩΤΙΚΩΝ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΗΡΙΩΝ ΜΥΚΟΝΟΥ ΣΥΓΧΡΟΝΗ ΠΑΙΔΕΙΑ



ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ
ΧΘΕΣ & ΣΗΜΕΡΑ

Σελ 11



Αντιρατσιστικά μηνύματα από
τη Disney

Σελ 3



Συνέντευξη “απ’ τα ψηλά”
Τατιάνα Γκούσιν

Σελ 8,9,10



Πώς θα εξασφαλίσουμε τα
ανθρώπινα δικαιώματα

Σελ 6

Διαβάστε Επίσης:

English Corner	Cine Pelican	Pelican Sports	Bookacholic	Play Time
Μικρές ιστορίες για το Bullying	Μηνιαία πρόταση για ταινία	Αφιέρωμα Κατερίνα Στεφανίδη	Πρόταση για βιβλίο	Δοκιμάζοντας τις γνώσεις μας
Σελ 14	Σελ 14	Σελ 15	Σελ 7	Σελ 16

ΣΥΝΤΑΚΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ

Γκούντα Φιλοπατρή

Γ' Γυμνασίου

Δακτυλίδη Ελευθερία

Γ' Γυμνασίου

Δακτυλίδη Ζίνα

Γ' Λυκείου

Δήμα Άννα

Β' Λυκείου

Ζήση Φαίη

Α' Γυμνασίου

Θεοδωροπούλου Ιλιόνη

Α' Γυμνασίου

Κανάρη Βάλια

Β' Γυμνασίου

Κουκά Άλεξάνδρα

Α' Γυμνασίου

Κουκά Νικόλ

Γ' Γυμνασίου

Κουτσοθανάς Γιώργος

Γ' Γυμνασίου

Κουτσούκος Ιάκωβος

Γ' Γυμνασίου

Λαζάρου Γωγώ

Β' Γυμνασίου

Μαχειρίδης Τόνυ

Β' Γυμνασίου

Μαραγκός Μανόλης

Β' Λυκείου

Νάνος Ιωάννης

Β' Γυμνασίου

Σταυρακόπουλος Γιώργος

Β' Λυκείου

Συκινιώτη Αλεξάνδρα

Β' Γυμνασίου

Ρεπόρτερ Δημοτικού

Δάντου Μαρίντα

Στ' Δημοτικού

Σιφουνιός Λευτέρης

Γ' Δημοτικού

Ειδικοί Συνεργάτες

Αργουδέλη Ζαχαρούλα

Φιλολόγος

Παραπονιάρη Ευτυχία

Μαθηματικός

Πατουλιώτης Γιώργος

Φυσικός

Σχολικές Διακρίσεις

Με την πράσινη σημαία του **Eco School** βραβεύτηκε το σχολείο μας για οικολογικές δράσεις που ανέλαβε τα δύο τελευταία χρόνια.



Το 3ο βραβείο πανελλαδικά κέρδισαν οι μαθητές της ΣΤ' δημοτικού στην κατηγορία μυθολογία – ταινίας μικρού μήκους, με θέμα « Λευκό Ρόδο».

ΡΟΜΠΟΤΙΚΗ

Η ομάδα του δημοτικού κατατάχθηκε στις θέσεις μεταξύ 20 και 40, θέση που συνιστά μεγάλη επιτυχία. Επίσης το δημοτικό κέρδισε:

- 2ο βραβείο για την μακέτα του έργου που παρουσίασαν
- Βραβείο αειφορίας, για την επιλογή του θέματος.

Η ομάδα του γυμνασίου κατέκτησε την 9η θέση, που αυτονόητα αποτελεί πάρα πολύ σημαντική διάκριση.



Η «Ευριπίδεια Διαδρομή», θα διεξαχθεί στο νησί μας το Σάββατο, 13 Απριλίου 2019. Οι αγώνες πραγματοποιούνται για τέταρτη συνεχή χρονιά και είναι αφιερωμένοι στη μνήμη του Ευριπίδη Σκληριανίτη, Παγκόσμιου Πρωταθλητή του Ναυτικού Ομίλου Ιωαννίνων στο άθλημα της Κωπηλασίας, ο οποίος έχασε τη ζωή του σε τροχαίο στη Μύκονο όπου εργαζόταν ως εκπαιδευτικός στο σχολείο μας...



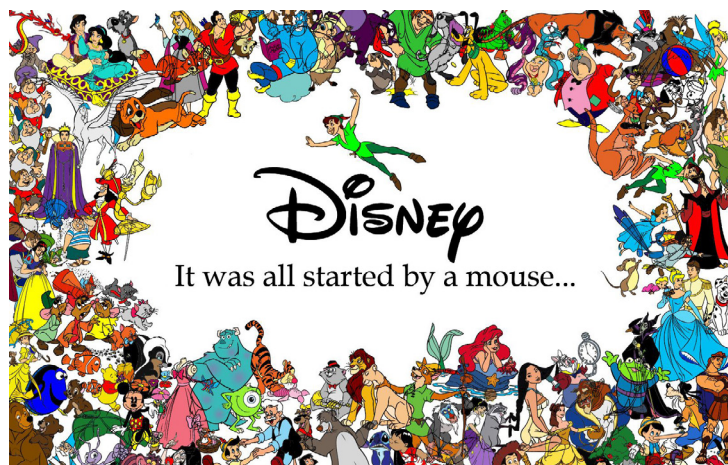
Η Disney είναι αντιρατσίστρια!



Tns Eleutherias Daktylidou

Στον πλανήτη μας ζουν 7,6 δισεκατομμύρια άνθρωποι από τους οποίους κανένας δεν μοιάζει στο ελάχιστο με τον διπλανό του. Έχεις σκεφτεί ποτέ τι θα γινόταν αν ήμασταν όλοι ίδιοι; Αν είχαμε όλοι τα ίδια μάτια, τα ίδια μαλλιά, το ίδιο ύψος, τις ίδιες απόψεις, τις ίδιες συνήθειες... Πόσο βαρετός θα ήταν ο κόσμος; Στη σημερινή κοινωνία είναι γνωστό ότι πολλές φορές κρινόμαστε από το «φαίνεσθαι» κι όχι από το «είναι».

Η Disney στο πέρασμα των χρόνων δίνει το καλό παράδειγμα στους μικρούς θεατές ώστε μεγαλώνοντας να μην έχουν μια διαστρεβλωμένη άποψη για τα κριτήρια, που πρέπει να πληροί κανείς για να τον κάνουν παρέα. Σκέψου μόνο πόσα παραδείγματα σου έχει δώσει... Τρανό παράδειγμα ο Ντάμπο. Τι σημασία έχει αν έχεις μεγάλα αυτιά ή μεγάλη μύτη, δικά σου είναι ό,τι θέλεις τα κάνεις. Και αν τα «μειονεκτήματά» σου τα κάνεις προτερήματα; Άραγε είχαν σκεφτεί ποτέ ότι ο Ντάμπο που τον κορόιδευαν για τα αυτιά του ίσως άκουγε καλύτερα από όλους; Και φυσικά δεν αρκέστηκε εκεί. Η Πεντάμορφη και το Τέρας



ένα από τα γνωστότερα παραμύθια της Disney. Ποιος θα περίμενε ότι μία πανέμορφη πριγκίπισσα θα ερωτευόταν ένα άσχημο τέρας; Στην πραγματικότητα μόνο άσχημο δεν ήταν. Αντίστοιχα ο Κουασιμόδος από την Παναγία των Παρισίων. Πολλοί τον είχαν αποκαλέσει άσχημο, πολλοί τον χλεύασαν, κανένας όμως δεν τον γνώρισε πραγματικά. Αυτό που πολλές φορές δεν διακρίνουμε είτε άθελα μας είτε επειδή είμαστε στενόμυαλοι είναι η ψυχή του ανθρώπου και, πιστέψτε με, οι δύο αυτοί ήρωες που μόλις αναφέρθηκαν είχαν πολύ όμορφη ψυχή.



Αν πιστεύετε ότι τελείωσε εδώ ... είστε πολύ γελασμένοι. Για σκεφτείτε λίγο καλύτερα... Μουλάν: η πρώτη γυναίκα που κατάφερε να διεκδικήσει ουσιαστική ισότητα ανάμεσα στους άντρες και στο «αδύναμο φύλο». Ίσως όχι πολύ εύκολα στην αρχή αλλά το αποτέλεσμα μετράει. Για να προστατέψει τον ηλικιωμένο πατέρα της αρχίζει να ζει τη ζωή ενός άντρα μέσα στις κακουχίες του πολέμου. Το αποτέλεσμα; Η Μουλάν ως εκπρόσωπος του γυναικείου πληθυσμού απέδειξε πόσο δυνατά πλάσματα είναι οι γυναίκες.

Τέλος και προσωπικά το αγαπημένο μου είναι η Πριγκίπισσα και ο βάτραχος. Η Τιάνα μια νεαρή κοπέλα ονειρεύεται να γίνει σεφ. Η απώλεια του πατέρα της όμως την κρατάει πίσω με αποτέλεσμα

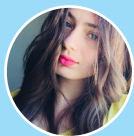


να αναγκάζεται να δουλεύει ως σερβιτόρα. Ο Ναβίν νεαρός πρίγκιπας προετοιμάζεται για τον γάμο του με την πλούσια Σαρлот. Δυστυχώς και ευτυχώς τα σχέδια αλλάζουν όταν ο Ναβίν έρχεται σε επαφή με έναν μάγο, ο οποίος τον μεταμορφώνει σε βάτραχο. Η Τιάνα στην προσπάθειά της να λύσει τα μάγια μεταμορφώνεται και η ίδια σε βάτραχο. Τα μάγια λύνονται όταν παντρεύονται και πλέον η πρωταγωνίστριά μας είναι πραγματική πριγκίπισσα με αποτέλεσμα το φιλί της να λύσει το ξόρκι και των δύο.

Ο λόγος που ένιωσα εντυπωσιασμένη από αυτήν την ταινία είναι το σκουρόχρωμο δέρμα της πρωταγωνίστριας που δεν μείωσε το θάρρος της να βοηθήσει τον συνάνθρωπό της. Η Disney δεν δίστασε να καταδείξει το γεγονός ότι όλοι είμαστε ίσοι, όσο διαφορετικοί και αν είμαστε. Ό,τι χρώμα δέρματος και αν έχουμε, η ανθρωπιά κι η καλοσύνη δεν γνωρίζουν εμφάνιση.

Ο κάθε άνθρωπος είναι διαφορετικός. Τι κι αν είσαι κοντός, ψηλός, παχουλός αδύνατος; Κι αν σε πουν άσχημο; Με ποια κριτήρια; Τα δικά τους κριτήρια. Για κάποιους είσαι ελαττωματική/ος. Για κάποιους άλλους είσαι ιδιαίτερη/ος. Μπορεί να μην είσαι τέλειος αλλά πάντα να θυμάσαι ότι η ομορφιά βρίσκεται στη διαφορετικότητα. Γεννήθηκες για να είσαι αληθινός όχι τέλειος. Αγάπησε τον εαυτό σου για αυτό που είναι γιατί αν δεν το κάνεις εσύ δεν θα το κάνει κανένας.

Υ.Γ. Αν θες να δεις μια αλλαγή στον κόσμο, γίνε εσύ η αλλαγή.

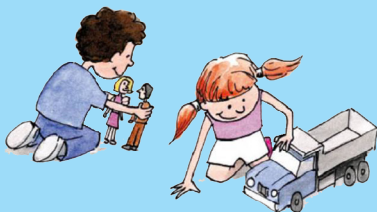


"ΣΤΕΡΕΟΤΥΠΑ"

Tns Άννας Δήμα

Ζούμε σε μια κοινωνία που έχει συνθηθεί να κατακρίνει και να βάζει στο περιθώριο οτιδήποτε το διαφορετικό. Ας θυμηθούμε για αρχή, τα παιχνίδια που παίζαμε όταν ήμαστε μικροί. Σιδερώστρα, κουβάς με σφουγγαρίστρα και σκούπα με φαράσι, μωρά, κουζινικά, ήταν τα παιχνίδια για τα κορίτσια ενώ από την άλλη πλευρά τα αγόρια είχαν να κάνουν με παιχνίδια όπως το βαλτσάκι του «Μπομπ Μάστορα», Πόκεμον, σπαθιά, όπλα, αυτοκινητάκια, ρομπότ...

Η κοινωνία έχει αποφασίσει κι έχει δώσει τις αρμοδιότητες του καθενός... απ' όταν βρισκόμαστε ήδη στην κούνια!!! Τι γίνεται όμως στην περίπτωση που ο Κανακάρης μας, ο λεβέντης μας θέλει να γίνει μάγεις; Κι επειδή μάγεις δεν μπορεί να γίνει από τώρα, ζητάει από τη μαμά και τον μπαμπά κουζινικά;;;



Αυτομάτως τα χαμόγελα σβήνουν από το πρόσωπο των γονιών και θα κάνουν ό,τι μπορούν προκειμένου να αλλάξουν στον μικρό γνώμη ή προσπαθώντας να του κεντρίσουν το ενδιαφέρον με κάποιο άλλο συναρπαστικό αυτοκινητάκι, διότι τα κουζινικά ως γνωστόν είναι μόνο για τα κοριτσάκια... Λες και τα αγοράκια δε θα χρειαστεί να φροντίσουν αργότερα ένα σπίτι...

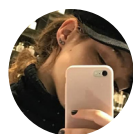
Ταμπέλες όμως υπάρχουν παντού, στην τάξη έχουμε τα λεγόμενα «φυτά», τους σπασίκες, εκείνους δηλαδή που είναι καλοί σε όλα τα μαθήματα κι έχουν πάντα καλούς βαθμούς με αποτέλεσμα να εκνευρίζονται αυτοί που δεν είναι καλοί και που αντί να τους συγχαρούν προβαίνουν στους παραπάνω χαρακτηρισμούς. Καταλήγουμε να κολλάμε ετικέτα στο μέτωπο του μαθητή χωρίς ο ίδιος να μπορεί να δει τι γράφει! Έχουμε μάθει να βάζουμε και να μας βάζουν ταμπέλες... Τι σημασία έχει εάν είμαι όμορφος, άσχημος, χοντρός ή αδύνατος; Σημασία έχει η προσωπικότητα και ο χαρακτήρας του καθενός. Δεν χρειάζεται να έχουμε όλοι τα ίδια ενδιαφέροντα, τους ίδιους στόχους, την ίδια ψυχαγωγία... εάν ήμαστε όλοι ίδιοι, ο κόσμος θα ήταν βαρετός. Θα καταλήγαμε όλοι



μια μάζα, σαν ένα κοπάδι με πρόβατα... Απλά θα προχωρούσαμε χωρίς να σκεφτόμαστε, χωρίς να κάνουμε αυτό που θέλουμε... Οι κινήσεις μας θα ήταν μηχανικές και όχι από την καρδιά μας.

Το να είσαι διαφορετικός δεν είναι ελάττωμα αλλά προτέρημα.

I'm a Barbie girl in a Barbie world



Tns Φαίης Ζήτων

Μπορεί σε κάποιους να φανεί περίεργο το γεγονός ότι υπάρχει ένα «Barbie άρθρο» σε αυτήν την εφημερίδα. Αλλά σήμερα δεν είμαστε εδώ για να μιλήσουμε για κάτι άλλο εκτός από τη διαφορετικότητα. Για να μην χρονοτριβώ, λοιπόν, θα μιλήσουμε για τα διάφορα μοντέλα που έχει ιδρύσει η Mattel (Η εταιρία ιδρύσας της Barbie).

Σχεδόν όλοι ξέρουμε, κυρίως τα κορίτσια, τις Barbie αυτές που μας είχαν ξετρελάνει όταν ήμαστε στις πρώτες τάξεις του δημοτικού. Ναι, για αυτές θα μιλήσουμε σήμερα. Σχεδόν όλες αγοράζαμε τις κλασικές κούκλες, τις ξανθιές, λεπτοκαμωμένες και ψηλές. Είμαι βέβαιη ωστόσο ότι κανένας από τους αναγνώστες δεν γνωρίζει ότι έχουν βγει και άλλα μοντέλα, πιο ιδιαίτερα, που μας θυμίζουν τον κόσμο στον οποίο ζούμε και είμαστε τόσο διαφορετικοί αλλά και ταυτόχρονα τόσο όμοιοι μεταξύ μας.

Για να μην σας κρατώ άλλο σε αγωνία θα σας αποκαλύψω επιτέλους μερικά από τα ιδιαίτερα μοντέλα που είναι εμπνευσμένα



από τον κόσμο μας. Ένα από αυτά είναι η Barbie σε αναπηρικό αμαξίδιο, που έχει αρθρωτό σώμα ώστε να κάθεται εύκολα στο καροτσάκι. Σε αυτήν την σειρά βέβαια και άλλες κούκλες μπορούν να χρησιμοποιήσουν το αμαξίδιο.

Η δεύτερη κούκλα είναι εκείνη με το πρόσθετο πόδι, το οποίο θα μπορεί να αφαιρεθεί. Πρόκειται να κυκλοφορήσει τον Ιούνιο. Επίσης θα βγουν και Barbie με λεπτές πλεξούδες στα μαλλιά και νέο σωματότυπο, καθώς θα έχουν μικρότερο μπούστο και λιγότερο έντονο το περίγραμμα της μέσης. Η Mattel δεν σταματά εκεί... Μια έγχρωμη Barbie, μια με κατσαρά μαλλιά και μια παχύσαρκα δίνουν το παράδειγμα στα μικρά παιδιά που παίζουν με τις κούκλες αυτές.

Η Mattel προσπαθεί, για πρώτη φορά, το 1997 να κάνει την Barbie-άτομο με ειδικές ανάγκες ώστε ο κόσμος της να μοιάζει με τον δικό μας. Η προσπάθεια εκείνη κράτησε μόνο έναν χρόνο. Ας επλίσουμε ότι αυτό το νέο εγχείρημα θα έχει διάρκεια στον χρόνο.

Μια “ματιά” στη ζωή των τυφλών

Του Φιλοπατήρ
Γκούντα



Με τον όρο τύφλωση εννοούμε την εκτενή μείωση ή απώλεια της όρασης ενός ατόμου λόγω νευρολογικών παραγόντων. Σήμερα υπολογίζεται ότι ο αριθμός των τυφλών παγκοσμίως ανέρχεται στα 39 εκατομμύρια. Αυτό σημαίνει ότι πάρα πολλοί άνθρωποι σήμερα ζουν στο απόλυτο σκοτάδι. Αντιλαμβάνονται τον κόσμο με έναν εντελώς διαφορετικό τρόπο, δίνοντας περισσότερη βάση στους ήχους και στις γεύσεις του. Με την έλλειψη όρασης όμως συνεπάγονται τεράστιες δυσκολίες, καθώς οι τυφλοί στερούνται έναν φυσιολογικό τρόπο ζωής. Για εμάς είναι σχεδόν αδιανόητο να επιβιώσουμε στον αμείλικτο έξω κόσμο χωρίς τα μάτια μας. Ποια είναι λοιπόν τα προβλήματα που αντιμετωπίζουν οι τυφλοί;



Η πρώτη πρόκληση που έρχεται στο νου του καθενός είναι ο προσανατολισμός. Η κίνηση σε εξωτερικούς χώρους είναι δύσκολη και ειδικά όταν υπάρχει συνωστισμός και η διάσχιση του δρόμου είναι επικίνδυνη. Γι' αυτόν τον λόγο, οι τυφλοί προτιμούν τη μετακίνηση σε μια μη οικεία περιοχή με τη συνοδεία ενός φίλου ή συγγενή. Η δυσκολία της κίνησης δεν περιορίζεται μόνο στους άγνωστους χώρους. Είναι απαραίτητο να απομνημονεύσουν τη θέση κάθε αντικείμενου στο οικιακό τους περιβάλλον, προκειμένου να προσανατολιστούν χωρίς τη βοήθεια κάποιου.

Η τύφλωση μπορεί να προκαλέσει μια ποικιλία κοινωνικών προκλήσεων, επειδή υπάρχουν πολλές δραστηριότητες στις οποίες δεν μπορούν να συμμετάσχουν

εύκολα, όπως είναι τα αθλήματα. Αυτό ενδεχομένως μπορεί να περιορίσει την κοινωνικοποίηση ενός τυφλού ατόμου. Επιπρόσθετα, η τύφλωση επηρεάζει άμεσα τις επαγγελματικές επιλογές ενός ατόμου και τις λιγοστεύει. Αυτό οφείλεται στη δυσκολία των τυφλών να διεκπεραιώσουν διάφορες εργασίες. Μπορούν επίσης να υπάρξουν θύματα ρατσισμού και υποτίμησης από τους συμμαθητές ή συναδέλφους τους.

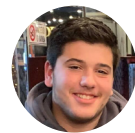
Επιπλέον, η χρήση της σύγχρονης τεχνολογίας, ιδιαίτερα του διαδικτύου και των μεσών μαζικής ενημέρωσης, αποτελεί μεγάλη δοκιμασία, αφού αυτή έχει διεισδύσει σχεδόν σε κάθε τομέα της ζωής μας. Το σερφάρισμα στο διαδίκτυο, βέβαια, μπορεί να γίνει με λογισμικό ανάγνωσης οθόνης, ώστε οι πληροφορίες να αποδίδονται σε μορφή ήχου, αλλά η διαδικασία είναι βαρετή και επίπονη. Για να επικοινωνήσει μέσω μηνυμάτων ή ηλεκτρονικού ταχυδρομείου ένας τυφλός χρειάζεται τη βοήθεια κάποιου, γεγονός που έχει συνέπειες στην προσωπική του ζωή. Αντί να βλέπει εικόνες, εξαρτάται από την περιγραφή αυτών των εικόνων.

Δυστυχώς, αυτοί που έχουν ελλιπή όραση κινδυνεύουν από κοινωνική εκμετάλλευση και κλοπή. Για παράδειγμα, όταν ένας τυφλός πληρώνεται ή παίρνει ρέστα από μια αγορά που έκανε, υπάρχει περίπτωση να εξαπατηθεί και να λάβει μικρότερης αξίας χαρτονομίσματα απ' ό,τι θα έπρεπε. Για να αποτραπεί αυτό, μερικοί τυφλοί τυλίζουν το χαρτονόμισμα γύρω από το δάχτυλο τους και καταλαβαίνουν την αξία του από το μήκος του.

Εν κατακλείδι, παρ' όλες τις δυσκολίες, οι τυφλοί συμβιώνουν ανάμεσά μας και ενσωματώνονται ομαλά στη σύγχρονη κοινωνία. Η αντιμετώπιση όλων αυτών των προβλημάτων είναι ένας πραγματικός άθλος. Οπότε, την επόμενη φορά που θα δείτε έναν στο δρόμο, αντί να τον λυπηθείτε, θαυμάστε τον αγώνα του.

ΠΡΟΚΑΤΑΛΗΨΕΙΣ

Του Ιάκωβου Κουτσούκου



Η σύγχρονη κοινωνία αν και πολυπολιτισμική εξακολουθεί να έχει αρκετές προκαταλήψεις.

Μια από αυτές αφορά το φύλο. Δυστυχώς όταν μιλάμε για φύλο εννοούμε αυτό που συνήθως αποκαλούν «ασθενές φύλο», δηλαδή τη γυναίκα. Ακόμα και σήμερα υπάρχουν αρνητικές αντιλήψεις για τη θέση της γυναίκας. Πολλοί θεωρούν ότι δεν μπορεί να κατέχει σημαντικές θέσεις στον εργασιακό χώρο. Υπάρχει μια επιφυλακτικότητα ως προς τις γνώσεις, την εκπαίδευση και τις ικανότητές της. Υπάρχει διαχωρισμός σε ανδρικές και γυναικείες δουλειές καθώς και «ανδροκρατούμενα» επαγγέλματα. Κάποια θεωρούνται ανώτερα επαγγέλματα και είναι μόνο για άντρες (διευθυντής) και κάποια υποβαθμισμένα (καθαρίστριες). Οι γυναίκες έχουν δώσει πολλές μάχες για να διεκδικήσουν ίσες ευκαιρίες στην εργασία και να μπορέσουν να αποκτήσουν τη θέση που πραγματικά τους αξίζει. Ευτυχώς τα τελευταία χρόνια οι προκαταλήψεις όσον αφορά την γυναίκα έχουν μειωθεί σημαντικά. Εξάλλου όλο και σε περισσότερα «ανδροκρατούμενα» επαγγέλματα υπάρχουν γυναίκες που διαπρέπουν.

Μια άλλη πολύ σημαντική προκατάληψη που υπάρχει



ακόμα και σήμερα στην κοινωνία μας αφορά την χώρα προέλευσης.

Δυστυχώς εξακολουθεί να γίνεται διαχωρισμός ανάμεσα σε ανθρώπους από διαφορετικές χώρες. Κάποιοι θεωρούν υποδεέστερους τους ανθρώπους που έχουν έρθει από άλλα μέρη και με τη συμπεριφορά τους, τους απομονώνουν από το κοινωνικό σύνολο. Καθημερινά παρατηρούνται φαινόμενα ρατσισμού και αρνητικής συμπεριφοράς. Κάποιοι ξεχνούν πως οι μετανάστες έχουν αναγκαστεί να αφήσουν το σπίτι τους εξαιτίας οικονομικών προβλημάτων και κυρίως του πολέμου. Ιδιαίτερα τα τελευταία χρόνια η χώρα μας έχει γίνει σταθμός υποδοχής χιλιάδων μεταναστών. Όλοι οι άνθρωποι έχουν δικαίωμα σε μια καλύτερη ζωή κι ο ρατσισμός σίγουρα δεν βοηθάει αφού έχει μόνο αρνητικές συνέπειες.

Με τον αποκλεισμό κάποιων κοινωνικών ομάδων καταπατάται το θεμελιώδες δικαίωμα κάθε ανθρώπου να ζει χωρίς διακρίσεις. Η άνιση μεταχείριση των ευάλωτων κοινωνικών ομάδων όπως οι γυναίκες και οι αλλοδαποί, είναι άδικη και δεν θα πρέπει να υπάρχει. Όλοι οι άνθρωποι είναι ίσοι κι έχουν ίσα δικαιώματα στη ζωή και αυτό πρέπει να το εξασφαλίζει κάθε σύγχρονη δημοκρατική κοινωνία.

« Πώς μπορούμε να διαφυλάξουμε τα ανθρώπινα δικαιώματα; »

Της Ζίνας Δακτυλίδη

Τα ανθρώπινα δικαιώματα είναι εκείνα που προάγουν τον πολιτισμό και την αξία των ανθρώπων. Στην σύγχρονη εποχή όμως, με διάφορους τρόπους καταστρατηγούνται από κυβερνήσεις, καθεστώτα ή ακόμη και από τους άλλους πολίτες. Οπότε, είναι πλέον σημαντικό χρέος της πολιτείας να ευαισθητοποιήσει και να δραστηριοποιήσει τους πολίτες, προκειμένου να διασφαλίστούν αυτά.



Αρχικά, μια από τις αιτίες της καταπάτησης των ανθρωπίνων δικαιωμάτων είναι η τάση που έχουν τα ισχυρότερα κράτη να επιβάλλονται και να εκμεταλλεύονται τα αδύναμα κράτη. Επιπρόσθετα, το δίκαιο της πυγμής φαίνεται ότι είναι αυτό που επικρατεί όταν συγκρούονται τα ανταγωνιστικά πολιτικά και οικονομικά συμφέροντα των κρατών, ενώ παράλληλα στις συγκρούσεις αυτές, συνήθως αυτοί που υποφέρουν περισσότερο από όλους είναι οι τριτοκοσμικές χώρες, τις οποίες εποφθαλμιούν οι ισχυροί του κόσμου για να ικανοποιήσουν τα ποικίλα συμφέροντά τους. Επιπλέον, η προσπάθεια κάποιων διεφθαρμένων ηγετών και πολιτικών να μπορέσουν να διατηρήσουν την εξουσία και τον πλούτο, έχει ως αποτέλεσμα την χρήση απάνθρωπων μέσων, που προσβάλλουν την αξιοπρέπεια της ανθρώπινης ζωής, προκειμένου να επιτύχουν τους στόχους τους. Ακόμη, οι μεγάλες αντιφάσεις που επικρατούν στην εποχή μας, όπως η ανισότητα, οι έντονες διαφορές μεταξύ πλουσίων-φτωχών και η οικολογική καταστροφή, πυροδοτούν την εκμετάλλευση ανθρώπων και λαών.

Συνεχίζοντας, το υλιστικό πνεύμα της εποχής μας σε συνδυασμό με τις προκαταλήψεις και τα στερεότυπα που επικρατούν σε μεγάλο βαθμό, αναπαράγουν διακρίσεις, φανατισμό και βία. Από την άλλη, η άγνοια, η παθητικότητα και η ιδεολογική σύγχυση των πολιτών σε φαινόμενα καταστρατήγησης ενισχύουν την καταπάτησή τους από τους μηχανισμούς της εξουσίας. Καταληκτικά, η αναποτελεσματικότητα του ΟΗΕ, αποτελεί μία μεγάλη πληγή για την διατήρηση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων σε παγκόσμιο επίπεδο.

Η μόνη λύση που έχει απομείνει πλέον για τη διατήρηση και τη διασφάλιση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων είναι οι πολίτες να ευαισθητοποιηθούν για να τα προασπιστούν, καθώς αποτελούν για την εποχή μας ανθρωπιστική και

δημοκρατική επιταγή. Αρχικά, είναι απαραίτητο το σχολείο, να παρέχει μία ολοκληρωμένη ανθρωπιστική παιδεία, να ενημερώσει, να ευαισθητοποιήσει και να αφυπνίσει του νέους, διδάσκοντάς τους το δημοκρατικό ήθος, τη διαλλακτικότητα, την καταπολέμηση των στερεοτύπων σε καθημερινή βάση, την αλληλεγγύη και την ανεκτικότητα. Ακόμη, δεν πρέπει να υιοθετείται η αντίληψη ότι ο αγώνας για τα ανθρώπινα δικαιώματα είναι κρατική υπόθεση, διότι η αντίληψη αυτή λειτουργεί ως αντικίνητρο στην ενεργοποίηση των πολιτών και πρόφαση για την αποποίηση της προσωπικής τους ευθύνης.

Επιπρόσθετα, είναι αναγκαίο η Πολιτεία να διασφαλίσει την ισονομία και την αξιοκρατία, ενώ παράλληλα οφείλει να μεριμνά για την προστασία των ευπαθών κοινωνικών ομάδων, εξαλείφοντας την ξενοφοβία και τον κοινωνικό αποκλεισμό και προσφέροντας ίσες ευκαιρίες σε όλους. Επίσης, είναι απαραίτητο να ενισχυθούν τα εθελοντικά κινήματα που μάχονται για τα ανθρώπινα δικαιώματα, ενώ παράλληλα θα ήταν χρήσιμο να επιβληθούν αυστηρές κυρώσεις και ποινές σε όσους καταστρατηγούν τα ανθρώπινα δικαιώματα. Επιπλέον είναι αναγκαίο να αυτονομηθούν οι διεθνείς οργανισμοί από πολιτικοοικονομικούς παράγοντες, αποφεύγοντας την επιλεκτική στάση απέναντι σε κυβερνήσεις και κράτη. Από την άλλη, πρέπει να πραγματοποιούνται διεθνείς έλεγχοι με την θέσπιση οργάνων επιφορτισμένων με την επίβλεψη της διατήρησης των ανθρωπίνων δικαιωμάτων σε παγκόσμιο επίπεδο. Ακόμη, αποτελεί επιτακτική ανάγκη να αποσταλεί υλικότεχνική βοήθεια σε τριτοκοσμικές χώρες για την ταχύτερη ανάπτυξή τους. Καταληκτικά, είναι απαραίτητο να εδραιωθεί η δημοκρατία η οποία αποτελεί προϋπόθεση για την προστασία των ελευθεριών των πολιτών.



Είναι συλλογική μας υποχρέωση και όχι αποκλειστικά κρατική, η πραγματοποίηση αγώνων για την υπεράσπιση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων ανεξάρτητα από εθνικά ή φυλετικά κριτήρια. Επιπρόσθετα, τα ανθρώπινα δικαιώματα πρέπει να λάβουν την θέση που τους αξίζει στις κοινωνίες του 21ου αιώνα, λειτουργώντας ως δικλείδα ασφαλείας από τις αυθαιρεσίες των ισχυρών. Με αυτόν τον τρόπο οι αγώνες που έχουν δοθεί για την ελευθερία, την ισότητα των δύο φύλων, την καθιέρωση του οκτάωρου κλπ, θα αποκτήσουν ουσιαστικό νόημα και θα δικαιωθούν.



Της Ιλιόνης Θεοδοπούλου

Αγαπητό μου ημερολόγιο,



Σήμερα την ώρα της Φιλαναγνωσίας διαβάσαμε ένα βιβλίο με τίτλο «Ο Θωμάς» της Λίτσας Ψαραύτη! Ένα βιβλίο γραμμένο με απλό και λιτό τρόπο γεμάτο πανέμορφα μηνύματα! Ο Θωμάς είναι ένας ενήλικας με νοητική υστέρηση. Ξέρεις τι είναι αυτό; Ο Θωμάς και κάθε παιδί που έχει νοητική υστέρηση αναπτύσσεται μόνο στο σώμα αλλά όχι και στο μυαλό. Το γεγονός αυτό όμως δεν τον εμποδίζει να κάνει σπουδαία πράγματα!

Για να μην σου τα πολυλογώ, ο κύριος Γεράσιμος, ο γυμναστής του εικοσάχρονου Θωμά τυχαία μια μέρα ανακαλύπτει το ταλέντο του Θωμά. Είναι εξαιρετικός στο τρέξιμο! Μάλιστα, χωρίς καμία προπόνηση μπόρεσε να τρέξει πάνω από 100 μέτρα σε περίπου 15 δευτερόλεπτα! Απίθανο! Ο προπονητής -που υποστηρίζει και ασχολείται με τον Θωμά με όλη του την καρδιά - προτείνει σε αυτόν και στη μητέρα του να συμμετάσχει (ο Θωμάς) στους Παραολυμπιακούς αγώνες που θα γίνονταν στην Αμερική.

Είναι πολύ ωραίο αγαπητό μου ημερολόγιο να ξέρεις ότι υπάρχει, έστω και ένα άτομο που πιστεύει σε εσένα! Τέλος πάντων, η μαμά στην αρχή διστάζει αλλά ο προπονητής την πείθει και τελικά... ύστερα από αρκετές προπονήσεις η μαμά και ο Θωμάς βρίσκονται στο αεροπλάνο για Αμερική! Ο Θωμάς -αν και αγχωμένος- είναι πανέτοιμος να διαγωνιστεί! Πρέπει να σου πω ότι ήθελε πολύ να διακριθεί και να αποκτήσει ένα μετάλλιο! Είχε την ανάγκη για αναγνώριση! Ήθελε να ανταμειφθούν οι κόποι του και οι προσπάθειές του! Μην νομίζεις πως αυτά που για εμάς είναι αυτονόητα, δεδομένα και εύκολα, είναι και για ένα παιδί με ιδιαιτερότητες. Για παράδειγμα, ο Θωμάς καθώς έτρεχε ξαφνικά σταματούσε και πήγαινε πάλι στην αφετηρία. Δεν μπορούσε να αντιληφθεί ότι έπρεπε να τερματίσει. Επίσης του ήταν εξίσου δύσκολο να τρέξει ακολουθώντας τη δική του γραμμή. Συνήθως έβγαινε στο διπλανό «κουλουρά» που έτρεχαν οι αθλητές. Αλλά δεν πειράζει, ο άνθρωπος αυτός, όπως και όλοι οι άνθρωποι του κόσμου είναι ξεχωριστοί, έχουν τις ιδιαιτερότητές τους! Αλλά δεν πρέπει να ξεχνάμε ότι αγαπάμε τον άλλον όπως είναι, διαφορετικός και μοναδικός.

Για να σου συνεχίσω, ο Θωμάς σε λίγο θα αρχίσει να αγωνίζεται... Ξεκινά, τρέχει, τρέχει, τρέχει! Είναι τρίτος! Ξαφνικά ένα αγοράκι, για την ακρίβεια, ο Γίομο από την Κένυα, ο πρώτος στον αγώνα, καθώς έτρεχε, στραβοπάτησε και έπεσε! Όλοι συνέχισαν, λες και δεν είχε συμβεί τίποτα απολύτως. Τι αδιαφορία! ο Θωμάς παρολ'αυτά σταμάτησε. Έσκυψε. Βοήθησε το αγόρι. Ο Θωμάς έδειξε πόσο ανώτερος ήταν! Έδειξε το μεγαλείο της ψυχής του. Πόσο

πλούσιο συναισθηματικό κόσμο έχει ο Θωμάς! Αυτή ήταν μια πραγματική πράξη καλοσύνης, αγάπης, αλληλεγγύης... Ο Θωμάς είναι ένας πραγματικός ήρωας με τις πιο αγνές προθέσεις. Ένωσα τελείως ασήμαντη μπροστά στο αγόρι αυτό!

Αισθάνθηκα αληθινά περήφανη γι' αυτόν! Ο Θωμάς μπορεί να μη τερμάτισε πρώτος, να μην ήταν νικητής αυτού του «τυπικού» αγώνα αλλά κατάφερε να δείξει ότι όλοι, μα όλοι, οι άνθρωποι οφείλουμε να αισθανόμαστε! Καθώς η κυρία μας διάβαζε το βιβλίο, κατάλαβα τι δύναμη κρύβει ο κάθε άνθρωπος μέσα του! Σήμερα έμαθα και κάτι άλλο... Άθελά μας μειώνουμε κάποιες φορές τα άτομα με αναπηρίες. Ένα αδιάκριτο βλέμμα,

μια συμπονετική φράση, μπορεί να πληγώσουν. Όπως είπε και η καθηγήτριά μας, είναι καλό να βλέπουμε τους γύρω μας με τα μάτια της ψυχής μας γιατί τις περισσότερες φορές είναι αλήθεια! Μέχρι τώρα νόμιζα ότι είναι εύκολο να αναθρέψεις ένα παιδί με νοητική στέρηση. Το βιβλίο αυτό με βοήθησε να καταλάβω ότι δεν είναι. Για τους γονείς είναι πραγματικά δύσκολο να συνειδητοποιήσουν ότι το παιδί τους είναι διαφορετικό.

Όμως το σίγουρο είναι ότι όλα τα καταφέρνουμε στο τέλος, όλοι τα αντιμετωπίζουμε αρκεί να έχουμε κίνητρο, συντροφιά, υποστήριξη, αισιοδοξία και αγάπη!

Και κάτι ακόμη θέλω να μοιραστώ με εσένα, αγαπητό μου ημερολόγιο. Έμαθα σήμερα πως αν δεν τα καταφέρω σε ένα τεστ, σε ένα μάθημα ή σε οτιδήποτε άλλο, θα θυμίζω στον εαυτό μου ότι ίσως έχει γεννηθεί για μεγαλύτερα και σημαντικότερα πράγματα που ακόμη δεν έχω ανακαλύψει. Έτσι κι ο Θωμάς ο οποίος δυσκολευόταν στην αριθμητική να μάθει πόσο κάνει 5+5, είδαμε και εγώ αλλά και εσύ ότι κατόρθωσε αξιοσημείωτες πράξεις! Απέδειξε στον εαυτό του αλλά και σε όλους εμάς την εσωτερική δύναμη που έχει! Προσπάθησε πολύ και τα κατάφερε με το παραπάνω! Μάλιστα, όπως συζητήσαμε και στην τάξη, το αγόρι αυτό υποστήριξε τα ολυμπιακά ιδεώδη και το πραγματικό πνεύμα των Ολυμπιακών αγώνων που δεν είναι άλλο από τον σεβασμό στον συναθλητή, την αλληλοβοήθεια, την αλληλεγγύη και την ευγενή άμιλλα. Το βιβλίο αυτό με προβληματίσε πολύ, μα πολύ! Μου αρέσουν τα βιβλία που με προβληματίζουν και με κάνουν καλύτερο άνθρωπο! Θα θυμάμαι πως δεν πρέπει να έχω ιδιαίτερα συναισθήματα γι' αυτούς τους ανθρώπους. Είναι ήρωες και παραδείγματα για όλη την ανθρωπότητα! Έμαθα πολλά σήμερα...

ΥΓ· Με εντυπωσίασε επίσης ημερολόγιό μου η αφιέρωση της συγγραφέα: το βιβλίο αυτό είναι αφιερωμένο σε όλα τα παιδιά που, όπως ο Θωμάς, ομορφαίνουν τη ζωή μας!



Interview



Επιμέλεια Νικόλ Κουκά

Σάββατο 9 Φεβρουαρίου. Στάδιο Ειρήνης και Φιλίας. Πανελλήνιο πρωτάθλημα κλειστού στίβου. Το στάδιο είναι σχεδόν γεμάτο. Περίμενα τη σειρά μου για κάνω τις δοκιμαστικές μου εκκινήσεις λίγα λεπτά πριν ξεκινήσει ο αγώνας. Ακούω ρυθμικά παλαμάκια. Γυρίζω το κεφάλι μου και ψάχνω να βρω ποιος αγωνίζεται. Η ματιά μου πέφτει στο άλμα εις ύψος. Είναι μια νεαρή αθλήτρια έτοιμη για την προσπάθειά της. Ψάχνω να βρω το ταμπλό για να μάθω το όνομά της. Τατιάνα Γκούσιν! Αρχίζω να χτυπάω και εγώ παλαμάκια.

Η Γκούσιν ξεκινάει απόλυτα συγκεντρωμένη. Περνάει τον πήχη στο 1,94. Κάνει ατομικό ρεκόρ. Πανηγυρισμοί, φωνές, μεγάλα χαμόγελα. Οι θεατές στις κερκίδες ζητωκραυγάζουν. Το ίδιο και η αθλήτρια. Εγώ, χαμογελώντας αυθόρμητα στρέφω το βλέμμα μου στην προπονήτριά μου, που είναι πάνω στις κερκίδες και με επιβλέπει όση ώρα κάνω τις δοκιμαστικές μου εκκινήσεις, και απορημένη την ρωτάω: «Μα πως είναι δυνατόν να μπορούν να πηδούν πιο ψηλά από το ύψος τους;».

Χαμογελάει και μου υπενθυμίζει να συγκεντρωθώ γιατί σε λίγο ξεκινάει ο αγώνας.

Δευτέρα 1 Απριλίου. Εγώ, κάποιες συμμαθήτριάς μου και η καθηγήτριά μας μαζευόμαστε σε μια αίθουσα. Θέλουμε να κάνουμε μια συνέντευξη σε μια αθλήτρια, η οποία κάνει άλμα εις ύψος και πρόσφατα είχε μια μεγάλη επιτυχία. Ναι, είναι η Τατιάνα Γκούσιν!! Θα μιλήσουμε μέσω Skype. Η συνέντευξη κυλάει ομαλά. Η διάθεση είναι χαλαρή και σπάει αμέσως ο πάγος. Της ζητήσαμε να μας περιγράψει την εμπειρία της στο κλειστό τον Φεβρουάριο. Αρχίζει να μας περιγράφει την στιγμή στο ΣΕΦ. Είμαι ενθουσιασμένη και νιώθω απίστευτα τυχερή που είχα τη δυνατότητα να την παρακολουθήσω από κοντά. Η συζήτησή μας ξεφεύγει από τις ερωτήσεις που είχαμε προετοιμάσει και συζητάμε για διάφορα θέματα με την αθλήτρια.

Την ευχαριστούμε πολύ που μοιράστηκε την εμπειρία της μαζί μας, μαζί με τις καλοδεχούμενες συμβουλές της!

Πώς και πότε αποφασίσατε να ξεκινήσετε στίβο και ειδικότερα άλμα εις ύψος; Δοκιμάσατε τις δυνάμεις σας και σε άλλα αθλήματα πριν από αυτό;

Ναι! Ήμουν σε αθλητικό γυμνάσιο κι έκανα μπάσκετ, το οποίο δεν μου άρεσε πολύ γιατί είναι ένα ομαδικό άθλημα που εξαρτάται από πολλά άτομα. Ένωθα ότι όση προσπάθεια κι αν κατέβαλλα, δεν απέδιδε η ομάδα πάντοτε όσο θα ήθελα. Έψαχνα να βρω άλλα αθλήματα που ίσως μου ταιριάζουν κι ένας προπονητής μου, μου είπε ότι το σώμα μου κάνει για άλμα εις ύψος. Τον ρώτησα με απορία τι είναι το άλμα εις ύψος γιατί δεν ήξερα. Το δοκίμασα και σιγά σιγά γινόμουν καλή. Όταν ξεκίνησαν τα ταξίδια, μου άρεσε και αυτή η διαδικασία πάρα πολύ. Αισθανόμουν καλύτερα επίσης σε αυτό το άθλημα που ήταν ατομικό, επειδή βασίζομαι στις δικές μου δυνάμεις και το αποτέλεσμα εξαρτάται από εμένα. Παιζει και αυτό ρόλο. Έτσι του έδωσα μια ευκαιρία. Ε και μετά, αφού πήγα να καλά, δεν μου πέρασε ξανά από το μυαλό να δοκιμάσω κάτι άλλο.

Πόσες ώρες προπονείστε καθημερινά;

Τουλάχιστον δύο ώρες την ημέρα. Πολλές φορές έχουμε διπλή, οπότε κάνουμε πρωί – απόγευμα. Μετά



περνάμε τουλάχιστον μια ώρα στο φυσικοθεραπευτήριο. Είμαστε γύρω στις 5 ώρες στο γήπεδο την ημέρα.

Οι προπονήσεις σας, στάθηκαν εμπόδιο στην προσωπική σας ζωή; Στερηθήκατε κάτι άλλο;

Εγώ μεγάλωσα σε μια πολύ άσχημη περιοχή της Αθήνας και νιώθω ότι οι προπονήσεις με κράτησαν μακριά από τις κακές παρέες και τις κακές συνήθειες όπως είναι το τσιγάρο, τα ξενύχτια κλπ. Όταν ξέρεις ότι έχεις προπόνηση το πρωί, δεν έχεις την αντοχή να βγεις έξω. Υπήρχαν «στερήσεις», αλλά τα θετικά στο ζύγισμα ήταν πολλά παραπάνω. Τις στερήσεις μαθαίνεις να τις αγαπάς μετά από ένα σημείο! Εκτιμάς παραπάνω τα καλά που έρχονται μετά. Νιώθω ότι πήρα τις σωστές αποφάσεις.

Ποιοι από το περιβάλλον σας σας υποστήριξαν; Υπήρχαν κάποιοι που σας αποθάρρυναν;

Εξαρτάται πώς το εννοείτε. Εγώ πήρα κάποιες αποφάσεις στη ζωή μου σχετικά με τον αθλητισμό. Πήρα μια υποτροφία και πήγα για σπουδές στην



Αμερική. Εκεί δεν με στήριξαν πολύ. Αν εννοείτε σε σχέση με τον αθλητισμό, όχι δεν θα έλεγα ότι υπήρχε κανείς που με αποθάρρυνε. Ε, η μητέρα μου είχε κάποιες ανησυχίες, ειδικά με τους τραυματισμούς. Φοβόταν και ήθελε να προσέχω.

Είχα όμως δύσκολες στιγμές στον αθλητισμό, αν θέλετε να το συζητήσουμε και αυτό!

Εννοείται πως θέλουμε!

Εγώ γεννήθηκα στην Μολδαβία, αλλά μεγάλωσα στην Ελλάδα. Την πρώτη φορά που συμμετείχα σε ελληνική αποστολή, υπήρχαν άτομα που μου έστειλαν μήνυμα ότι δεν θα έπρεπε να φοράω το εθνόσημο, ότι τα ελληνικά χρώματα δεν μου ταιριάζουν...

Νιώθετε δηλαδή ότι οι ρίζες σας στάθηκαν εμπόδιο ώστε να σας αναγνωρίσουν ως μέλος της ελληνικής αποστολής;

Ναι, στην αρχή... Κάποιοι άγνωστοι, μέσω facebook μου έστειλαν τέτοιου είδους μηνύματα. Το περιβάλλον μου με στήριξε απόλυτα σε αυτό. Εξάλλου... Μεγάλωσα στην Ελλάδα! Έχω τα χρώματα τα ελληνικά! Δεν μοιάζω καθόλου με τη μαμά μου που είναι από την Μολδαβία κι έχει ξανθά μαλλιά και πράσινα μάτια!

Τα προβλήματα υγείας στάθηκαν εμπόδιο στην καριέρα σας. Πώς καταφέρατε να τα ξεπεράσετε;

Εγώ είχα κάποια προβλήματα και δυστυχώς ήταν χρόνια. Υπήρχε ένα χρονικό διάστημα, ειδικά όταν ήμουν στην Αμερική που πέρναγα 5 ώρες στο φυσικοθεραπευτήριο. Έτσι τα ξεπερνάς τα προβλήματα. Τώρα έμαθα ότι η πρόληψη είναι αυτό που σε σώζει. Δηλαδή, οι ασκησούλες στην προπόνηση. Ψυχολογικά βοηθάει καμιά φορά να μείνεις λίγο εκτός γηπέδου, Θα ακουστεί λίγο περίεργο αυτό, αλλά, καμιά φορά το να στερηθείς να πας στο γήπεδο για 10-15 μέρες, κοιτάς πώς θα ξαναγυρίσεις στο γήπεδο και έχεις παραπάνω όρεξη. Παρότι τραυματίστηκες δηλαδή κι έμεινες εκτός. Στους τραυματισμούς παίζει μεγάλο ρόλο η ψυχολογία, πώς να μην αφήσεις τον τραυματισμό να σε πάρει από κάτω, αλλά να γυρίσεις αλλιώς το συναίσθημα.

Σκεφτήκατε ποτέ να τα παρατήσετε;

Πάρα πολλές φορές! Εννοείται ότι περνάνε τέτοιες σκέψεις από το μυαλό σου, ειδικά όταν η προπόνηση είναι πολύ βαριά και δεν υπάρχουν και υποδομές. Εγώ από πέρσι που γύρισα από την Αμερική, και ενώ ήταν όλα έτοιμα για μένα, και το μόνο που με ένοιαζε ήταν να πηγαίνω προπόνηση, αλλά ήταν πολύ δύσκολες οι συνθήκες. Έχω σκεφτεί πολλές φορές να τα παρατήσω διότι η ομοσπονδία δεν στηρίζει, δεν υπάρχουν χορηγοί, και αισθανόμουν το άγχος του για πόσο ακόμα θα είμαι βάρος στην οικογένειά μου. Αλλά θυμάμαι τους στόχους μου και τι θέλω να πετύχω και αυτό με κάνει να μην σταματήσω.

Περιγράψτε μας την στιγμή στο ΣΕΦ!

Εκείνη την ημέρα πήγα και είπα. Δεν θα αγωνιστώ! Είχα κάποια ενόχληση πάλι στο πόδι. Λίγο πριν τον αγώνα η φυσικοθεραπεύτρια του ΣΕΓΑΣ ήρθε, με κοίταξε, μου έκανε κάποιες «ξεκλειδώσεις» και ένιωσα καλύτερα. Αυτό ήταν κλειδί στο να αλλάξει το κλίμα. Ξεκινώντας τον αγώνα κατάλαβα ότι τελικά η μέρα είναι καλή, ότι υπάρχουν ιδανικές συνθήκες για να πηδήξω ψηλά. Μπορεί να ακουστεί κακό, αλλά ένιωσα ότι πάω για να κερδίσω. Ήθελα να βοηθήσω τον σύλλογό μου. Το 1.90 το φιλοπερίμενα, γιατί ήταν καλά τα άλματα και ήξερα ότι είμαι για παραπάνω. Είλικρινά το 1.94 δεν το περίμενα.

Φάνηκε από την αντίδρασή μου! Όλα έγιναν γρήγορα. Δεν συνειδητοποίησα κατευθείαν τι έκανα. Βγήκα το βράδυ με την παρέα μου και μου έλεγαν: «Καταλαβαίνεις ότι έκανες 1.94;». Γιατί το 1.94 ήταν και όριο για την Ολυμπιάδα. Πλέον δεν είναι. Το ανεβάσανε. Ήταν όμως ένα άλμα που θα θυμάμαι για πάρα πολύ καιρό!!

Ποιοι είναι οι επόμενοι στόχοι σας;

Αρχικά είναι το ευρωπαϊκό ομάδων, το καλοκαίρι, το Bruno Zauli και το παγκόσμιο πρωτάθλημα. Θέλω αυτή την χρονιά να πηδήξω 1.96 για να πιάσω το όριο για την Ολυμπιάδα που είναι του χρόνου. Με το που πιάνεις τα όρια λίγο καθησυχάζεις και ψυχολογικά είσαι καλύτερα να προχωρήσεις την προπόνησή

σου. Αν πιάσω το όριο από φέτος, θα μπω του χρόνου με άλλη ψυχολογία. Και με άλλη στήριξη...Θα έρθει στήριξη ίσως από χορηγούς, από την Ολυμπιακή επιτροπή, που θα βοηθήσει πάρα πολύ.

Ποιο είναι το πρότυπό σας;

Έχω πολλά. Ανθρώπους που γνώρισα στην Αμερική, όπως η Keturah Orji. Υπήρξαμε μαζί συναθλήτριες στην Αμερική. Το ήθος της, ο τρόπος που προπονείται και διαγωνίζεται είναι για μένα κάτι μοναδικό και αυτή την αθλήτρια κοιτούσα πάντα και ήθελα να της μοιάσω. Βγήκε τέταρτη στην Ολυμπιάδα στα 19 της! Προφανώς η Κωνσταντίνοβα που έχει το παγκόσμιο ρεκόρ και η Μπακογιάννη. Την Keturah την έζησα από κοντά και ίσως γι' αυτό συνέκρινα τον εαυτό μου μαζί της και προσπαθούσα να της μοιάσω. Τις υπόλοιπες αθλήτριες τις παρακολουθώ από βιντεάκια. Την κυρία Μπακογιάννη την έχω γνωρίσει από κοντά, αλλά δεν είχα την ευκαιρία να την γνωρίσω καλύτερα.

Ποιο είναι το παγκόσμιο ρεκόρ;

2,09! (ακούγονται επιφωνήματα) Ψηλό...Το ξέρω! Και το πανελλήνιο είναι 2,03! Η Μπακογιάννη δεν μου έκανε την ζωή εύκολη! (γέλια)



Έχετε νιώσει ποτέ αδικία στον χώρο;

Είναι δύσκολο να γίνουν αδικίες στον στίβο διότι έχουμε τα όρια...Έχω φίλους που κάνουν ξιφασκία, Tae Kwon Do ή ενόργανη, που εκεί εξαρτάσαι από κάποιον άλλο. Στον στίβο εξαρτάσαι μόνο από τον εαυτό σου.

Με ποιον τρόπο καλύπτονται τα έξοδα της προετοιμασίας σας;

Πολύ καλό! Δεν ξέρω, το ψάχνω ακόμα αυτό! Κάποια χρήματα έρχονται από τον σύλλογό μου, τον Γ.Σ. Κηφισιάς και άλλα από τον ΣΕΓΑΣ. Αυτήν τη στιγμή, επειδή πέρσι ήμουν τραυματισμένη, η ομοσπονδία δεν έχει επιλέξει να με βοηθήσει. Οπότε, κάνω κάποιες γενικές δουλειές... Φέτος έχω κάνει και μπογιατζής (γέλια)! Για δύο εβδομάδες. Έχω κάνει φωτογραφίες και βιντεάκια, για κάποιους ανθρώπους. Αυτό είναι και το αντικείμενο των σπουδών μου. Προσπαθώ να βρω πράγματα να κάνω σε ώρες που να βολεύουν και με την προπόνηση. Κανονική δουλειά δεν μπορώ να βρω. Άρα τα λεφτά της προετοιμασίας έρχονται από «δεξιά και αριστερά»



Θέλετε να συζητήσουμε λίγο αυτό που λέτε, για τις χορηγίες; Πότε στηρίζεται ένας αθλητής από χορηγούς;

Αυτό προσπαθώ να το καταλάβω και εγώ ακόμα! Στην Αμερική δεν μου επιτρέπονταν οι χορηγίες, τώρα που γύρισα το σκεφτόμουν. Πίστευα ότι μετά το 1,94 που είναι ένα καλό άλμα, θα έρθουν και οι χορηγίες. Έχω πάρει μηδενική στήριξη από χορηγίες μέχρι στιγμής. Πιστεύω ότι τα πράγματα έχουν αλλάξει. Ίσως το παιχνίδι έχει γυρίσει στα social media. Καθαρά με το πόσους ακόλουθους έχεις και το τι προβάλλεις εκεί. Αυτό πιστεύω ότι ενδιαφέρει αυτή την στιγμή τους χορηγούς, ώστε να προωθήσεις και το προϊόν τους. Εγώ δεν έχω δυνατό Instagram, όπως ίσως έχουν άλλες συναθλήτριάς μου, ανεξαρτήτως επιπέδου. Τα χρόνια αλλάζουν και τα κοινωνικά δίκτυα έχουν μεγάλη δύναμη. Κάτι άλλο που συμβαίνει είναι ότι η Ολυμπιακή επιτροπή ψάχνει και σου βρίσκει χορηγούς, αλλά είναι συμβάσεις αυτά που σου βρίσκουν. Ας πούμε τώρα έχουμε πρόσβαση σε ένα από τα μεγαλύτερα γυμναστήρια της Αθήνας και έχουμε τη στήριξη ενός νοσοκομείου.

Πώς συνδυάζονται οι σπουδές με τον πρωταθλητισμό;

Στην Ελλάδα, δεν ξέρω...Δύσκολα... Εγώ που έφυγα στην Αμερική, το σύστημα είναι δομημένο έτσι ώστε όλα να είναι πιο

εύκολα ώστε να μπορείς να κάνεις κανονικά και προπονήσεις και να ακολουθήσεις το πρόγραμμα σπουδών σου. Είσαι πρώτα μαθητής και μετά αθλητής. Υπήρχαν μέρες βέβαια που ξυπνούσα από τις 5 το πρωί για να κάνω προπόνηση, μάθημα και ξανά προπόνηση. Δεν είναι εύκολο, δεν θα σας το πω αυτό, αλλά μπορείς να τα συνδυάσεις ώστε να τελειώσεις τις σπουδές σου σε 4-5 χρόνια. Εδώ δεν ξέρω αν γίνεται αυτό. Στην Αμερική για παράδειγμα όταν έφευγα για αγώνες είχα απόλυτη στήριξη. Οι απουσίες ήταν δικαιολογημένες, τα μαθήματα οργανώνονταν ώστε να τα παρακολουθήσουμε από μακριά. Είναι άλλη φιλοσοφία.

Τι θα συμβουλευάτε παιδιά στην ηλικία μας που ασχολούνται με τον αθλητισμό;

Αλήθεια δεν μου είπατε...Πόσο χρονών είστε; Τι τάξεις πάτε; (γέλια)

Δώδεκα, δεκατρία, δεκατέσσερα. Από 'Α έως 'Γ Γυμνασίου.

Εγώ στην ηλικία σας ξεκίνησα τον στίβο! Τρίτη Γυμνασίου. Θα σας έλεγα να βρείτε κάτι που αγαπάτε και κάτι που σας ενθουσιάζει να κάνετε. Εγώ θυμάμαι έφευγα από το σπίτι γεμάτη χαρά να πάω στην προπόνηση. Ήταν η αγαπημένη μου ώρα της ημέρας. Περνούσαμε και καλά στις προπονήσεις με την παρέα μου. Και αθλούμαστε και γελάγαμε. Σε αυτή την ηλικία ίσως δεν χρειάζεται μόνο να το δείτε σοβαρά. Πρέπει να περνάτε και καλά. Να χαίρεστε να πηγαίνετε. Και να βρείτε κάτι που να είστε καλοί. Να δείτε σε ποιο αγώνισμα έχετε κλίση. Και μετά να βάλετε κι άλλη προσοχή, κι άλλη δουλειά. Αλλά να μείνετε στον αθλητισμό! Σας το λέω εγώ που είχα πάρα πολλές δυσκολίες από μικρή. Με έχει βοηθήσει απίστευτα. Ευκαιρίες που ποτέ δεν φαντάστηκα, ήρθαν στο δρόμο μου.

Αυτά είχαμε να σας ρωτήσουμε! Σας ευχαριστούμε πάρα πολύ, απολαύσαμε την κουβέντα μας! Θα σας στείλουμε το τεύχος μας, εννοείται όταν αυτό είναι έτοιμο!

Εγώ ευχαριστώ!! Θα το περιμένω!

Έχω σπουδάσει δημοσιογραφία, οπότε προσέξτε τι θα γράψετε!! (γέλια)

Της Βασιλικής Σαντοριναίου



ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ ΧΘΕΣ & ΣΗΜΕΡΑ

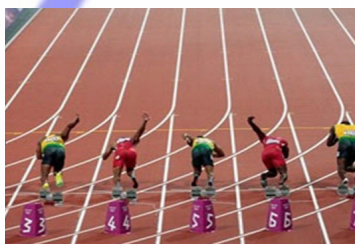
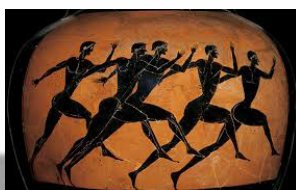
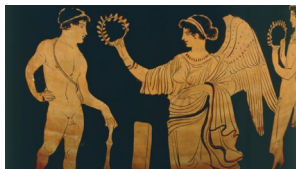


Τηs Αλεξάνδρας Κουκά

Οι Ολυμπιακοί Αγώνες χωρίς αμφιβολία είναι το μεγαλύτερο αθλητικό γεγονός του 20ου αιώνα. Έχοντας ήδη συμπληρώσει έναν αιώνα ζωής αποτελούν μια γιγαντιαία διοργάνωση η οποία επισκιάζει με την αίγλη της όλες τις άλλες διεθνείς αγωνιστικές εκδηλώσεις. Υπάρχουν όμως κάποιες διαφορές.

ΑΡΧΑΙΟΙ ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ :

- Στην Ολυμπία
- Θυσία στον Δία μπροστά στο άγαλμά του
- Μόνο Έλληνες αθλητές
- Η ολυμπιακή φλόγα γυρνούσε όλη την Ελλάδα
- Γινόταν εκεχειρία
- Απαγορευόταν η είσοδος σε γυναίκες
- Μόνο άνδρες αθλητές
- Αγωνίζονταν γυμνοί



ΣΥΓΧΡΟΝΟΙ ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ:

- Σε διαφορετικά κράτη
- Τελετή έναρξης
- Αθλητές από όλο τον κόσμο
- Η ολυμπιακή φλόγα περνάει από όλα τα κράτη
- Δεν γίνεται εκεχειρία
- Είσοδος και σε γυναίκες
- Αθλητές και από τα δύο φύλα
- Αγωνίζονται με την κατάλληλη ενδυμασία

ΠΑΡΑΟΛΥΜΠΙΑΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ

Η μεγαλύτερη αθλητική διοργάνωση παγκοσμίως για άτομα με σωματικές και νοητικές αναπηρίες, κατά το πρότυπο των Ολυμπιακών Αγώνων.

- Οι παραολυμπιακοί αγώνες είναι οι αντίστοιχοι ολυμπιακοί αγώνες για τους αθλητές με κινητικές, οπτικές ή διανοητικές αναπηρίες.
- Γίνονται για να τονίσουν ότι η διαφορετικότητα δεν έχει σημασία.
- Δηλώνει ότι όλοι έχουν δικαίωμα στον αθλητισμό.



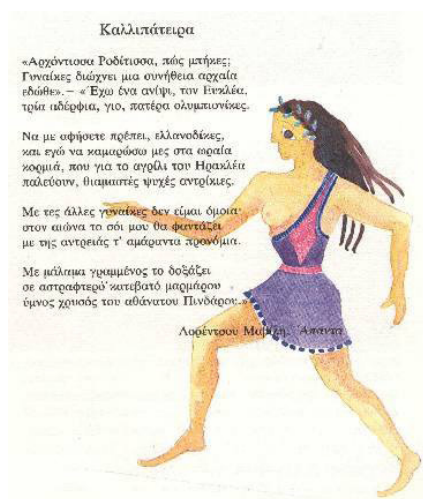


Δραματοποίηση αρχαίων Ολυμπιακών

Της Αλεξάνδρας Συκινιώτη



Με λένε Καλλιπάτειρα, είμαι η κόρη του Ολυμπιονίκη Διαγόρα του Ροδίου, αδερφή άλλων δυο Ολυμπιονικών και μητέρα ενός ακόμα Ολυμπιονίκη, του Πεισίρροδου. Ίσως με έχετε ακουστά ως την πρώτη γυναίκα της αρχαιότητας που μπήκε μέσα σε αθλητικό χώρο και παρακολούθησε τους αρχαίους Ολυμπιακούς αγώνες. Όμως στην πραγματικότητα, είμαι απλά μια γυναίκα που πάλεψε για τα δικαιώματά της.



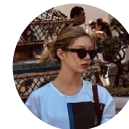
Ήταν πρωί όταν το αποφάσισα. Δεν με ένοιαζε το τίμημα. Ήθελα να το ρισκάρω. Αυτό είναι γνώρισμα του χαρακτήρα μου. Φόρεσα τον χιτώνα του άντρα μου και ξεκίνησα προς την Ολυμπία. Κάποιοι θα φοβόντουσαν ή θα έκριναν ότι είναι μια δύσκολη απόφαση. Για εμένα ήταν εύκολο! Εξάλλου ποτέ δεν συμφωνούσα με τη

θέση των γυναικών στον κόσμο. Αυτή θα ήταν η επανάστασή μου, η αρχή μιας νέας εποχής όπου θα υπήρχε ισότητα ανάμεσα στα δυο φύλα.

Όταν έφτασα στο Ολυμπιακό στάδιο θαμπύθηκα από την ομορφιά της αρχιτεκτονικής του. Το φρέσκο χορταράκι μύριζε σαν το δροσερό αεράκι της ευτυχίας που πλημμύριζε τις ψυχές χιλιάδων αντρών και μιας γυναίκας. Οι αγώνες άρχισαν και κάθε νίκη του μοναχογιού μου έμοιαζε με ένα ακόμα διαμάντι στην καρδιά μου.

Λίγες ώρες μετά έβλεπα τον Πεισίρροδο να στεφανώνεται με ένα κλαδί αγριελιάς. Όλοι χειροκροτούσαν! Ποτέ δεν περίμενα ότι θα ζούσα για να το βιώσω και αυτό! Από το συναίσθημα της ικανοποίησης, της απόλυτης ευτυχίας κατέβηκα για να τον επιβραβεύσω η ίδια. Τότε όλα γκρεμίστηκαν, είναι απίστευτο πώς σε μια στιγμή μπορούν να καταστραφούν τα πάντα. Μου είχε λυθεί ο χιτώνας και όλοι κοιτούσαν ξαφνιασμένοι και απορημένοι. Οι Ελλανοδίκες ήρθαν και με πήραν για να δικαστώ. Οι άγριες φωνές του δικαστή ηχούσαν στο μυαλό μου για ώρες και όταν με ρώτησε τι έχω να δηλώσω, του είπα «Εγώ η Καλλιπάτειρα, κόρη του Διαγόρα του Ροδίου, αδερφή δυο Ολυμπιονικών και μητέρα άλλου ένα του Πεισίρροδου, δεν μετανιώνω για τίποτα!» Και εκείνος με τιμή και σεβασμό για την ξακουστή οικογένειά μου, με άφησε ελεύθερη. Και εγώ έφυγα με μόνη ελπίδα ότι ο κόσμος θα άλλαζε κάποτε, προς το καλύτερο!

Της Βάλιας Κανάρη



Γεια σου

Διαγόρα με λένε

και σε χαιρετώ. Επιτέλους το νιώθω

Νιώθω ευτυχισμένος

Νιώθω περήφανος

Και ναι,

τώρα σαν με κρατούν ψηλά•

στα χέρια τους, οι γιοι μου

Νιώθω Την ξεγνοιασιά

Νιώθω Την εξουσία

...ένα αίσθημα γλυκό

Και ναι,

τώρα ήρθε η ώρα...

Νιώθω να πέφτω• για ν' ανεβώ

Σαν στου Ολύμπου τις πύλες να πλησιάζω

μοιάζει (αυτό)

...Χαμογελώ

και νιώθω να πέφτω

Χαμογελώ

Και νιώθω να χάνομαι

Χαμογελώ

Και σε χαιρετώ

- Κατθανε...-

Ήμουν ο Διαγόρας

Ο ύμνος των σημερινών Ολυμπιακών αγώνων, που ακούγεται στην έναρξή τους κάθε τέσσερα χρόνια, γράφτηκε από τον Εθνικό μας ποιητή Κωστή Παλαμά.

**Αρχαίο Πνεύμ' αθάνατον, αγνέ πατέρα
του ωραίου, του μεγάλου και τ' αληθινού,
κατέβα, φανερώσου κι άστραψ' εδώ πέρα
στη δόξα της δικής σου γης και τ' ουρανού.**

**Στο δρόμο και στο πάλεμα και στο λιθάρι,
στων ευγενών Αγώνων λάμψε την ορμή,
και με τ' αμάραντο στεφάνωσε κλωνάρι
και σιδερένιο πλάσε κι άξιο το κορμί.
Κάμποι, βουνά και έλαγα φέγγουν μαζί σου
σαν ένας λευκοπόρφυρος μέγας ναός,
και τρέχει στο ναό εδώ προσκυνητής σου,
Αρχαίο Πνεύμ' αθάνατο, κάθε λαός.**





Του Γιώργου Κουτσοθανά

Της Γωγώς Λαζάρου



Είμαι ο Διαγόρας ο Ρόδιος, ο πατέρας της Καλλιπάτειρας, του Δαμάγπτου και του Ακουσίλαου. Βρίσκομαι στο Ολυμπιακό στάδιο. Σήμερα συμμετέχουν στους Ολυμπιακούς αγώνες οι δυο γιοι μου. Νιώθω την καρδιά μου να χτυπάει πολύ δυνατά από την αγωνία, το άγχος, τον ενθουσιασμό και την υπερηφάνεια που νιώθω αυτή τη στιγμή. Βλέπω τα παιδιά μου να περπατούν με γρήγορους και ανοδικούς ρυθμούς στο μονοπάτι που είχα περπατήσει κι εγώ κάποτε. Και τώρα είμαι εδώ και τους κοιτάζω με καμάρι. Τους βλέπω να αγωνιούν για να πραγματοποιήσουν τον στόχο τους, το όνειρό τους. Είμαι σίγουρος πως θα τα καταφέρουν γιατί το αγαπούν πολύ αυτό που κάνουν. Έχουν πείσμα και αυτό φαίνεται από τη σπίθα που έχει ανάψει στα μάτια τους...

Ο αγώνας τελείωσε! Πλησιάζει η ώρα που θα ανακοινώσουν τα αποτελέσματα. Είναι και οι δύο νικητές! Ο ένας στην πυγμαχία κι ο άλλος στο παγκράτιο. Νιώθω απίστευτη υπερηφάνεια γι' αυτούς. Τα δάκρυά μου ρέουν σαν ποτάμι. Οι δύο μου γιοι με στεφάνια αγριελιάς στο κεφάλι !!! Μα τι κάνουν; Έρχονται προς το μέρος μου και με σκώνουν στους ώμους τους. Η ψυχή μου ξεχειλίζει από χαρά όμως... νιώθω μια παράξενη ζάλη αλλά την προσπερνώ. Οι ζητωκραυγές του πλήθους με κάνουν να την ξεχνώ! Ο κόσμος γύρω μου φωνάζει ρυθμικά το όνομά μου! Δεν μπορώ να αναπνεύσω πολύ καλά, τα μάτια μου θαμπώνουν... Ξαφνικά μέσα από το πλήθος ακούω κάποιον να μου απευθύνει τον λόγο. Λέω στους γιους μου να τον πλησιάσουν. Τον ακούω να μου λέει: "Κάτθανε Διαγόρα ουκ εις Όλυμπον αναβήση". Πραγματικά, τί άλλο να θελήσω από τη ζωή μου; Αξιώθηκα κι έζησα αυτήν την πολύτιμη στιγμή. Είδα τους δύο γιους μου Ολυμπιονίκες!!!

Ξαφνικά όλες αυτές οι επευφημίες από το στάδιο, όλες αυτές οι φωνές σταματούν. Τα δάκρυα στο πρόσωπό μου δεν κυλούν πια, οι αναμνήσεις από την πρώτη στιγμή της ζωής μου περνούν μία μία σαν μία ταινία χωρίς ήχο, βουβές... Νιώθω μια παράξενη ανακούφιση... μέχρι που η "ταινία" φτάνει στο τέλος όπως και η ζωή μου...



Ολυμπία, Νεμέα, Ίσθμια, Πύθια. Οι τέσσερις μεγαλύτεροι πανελλήνιοι αγώνες στην αρχαία Ελλάδα. Οι Ολυμπιακοί Αγώνες και όχι η Ολυμπιάδα, όπως συχνά αναφέρεται λανθασμένα, από την ίδρυση τους το 776 π.Χ. έως και τις ημέρες μας, λογίζονται ως ένα από τα σημαντικότερα γεγονότα, αν όχι το σημαντικότερο, αθλητικά και πολιτικά.

Ήταν δε τέτοια η σπουδαιότητά τους που αποτελούσαν και χρονολογικό σημείο αναφοράς σε χρόνους που δεν υπήρχε το προ και μετά Χριστόν. Κάποιο γεγονός τοποθετούνταν χρονικά, με βάση το μεσοδιάστημα ανάμεσα στους Ολυμπιακούς Αγώνες (Ολυμπιάδα) δηλ. ο πόλεμος έγινε τον τρίτο χρόνο της 15ης Ολυμπιάδας.

Εκτός τούτου, η σημαντικότητα των Ολυμπιακών Αγώνων φαίνεται και στις αρχές που διέπουν τη διοργάνωση αυτή, τα Ολυμπιακά Ιδεώδη.

Αυτά χωρίζονται σε πανανθρώπινα και ατομικά.

Όσον αφορά τα πανανθρώπινα, δηλαδή τα ιδεώδη που αφορούν και επηρεάζουν τον κόσμο όλο σαν ενότητα, αυτά είναι τα εξής:

1. Η διεθνής κατανόηση, δηλαδή η ανεμπόδιστη ανάπτυξη επικοινωνίας μεταξύ των λαών και των ανθρώπων, απαλλαγμένη από ρατσισμό και προκατάληψη και με αποδοχή των εθνικών ιδιαιτεροτήτων.
2. Η αξιοκρατία δηλαδή η χωρίς περιορισμούς ανάδειξη του πρώτου και καλύτερου με υγιή ανταγωνισμό.
3. Η ισότητα δηλαδή η ίση κατανομή πιθανοτήτων σε κάθε αθλητή για διάκριση, απ' όπου κι αν προέρχεται και σύμφωνα με τις δυνατότητές του.
4. Ο σεβασμός στους κανόνες, το γνωστό μας fair play. Οι Αρχαίοι Έλληνες ήταν ιδιαίτερα σχολαστικοί με το ευ αγωνίζεσθαι και η κηλίδα στο όνομα αυτού που δεν σέβονταν τους κανόνες ήταν εξίσου σημαντική και με την υστεροφημία του Ολυμπιονίκη.

Όσο για τα ατομικά Ολυμπιακά ιδεώδη αυτά είναι:

1. Η αριστεία δηλαδή ο αγώνας για διαρκή βελτίωση. Οι αθλητές οφείλουν να προσέχουν το σώμα και την ψυχή τους και διαρκώς να μάχονται για τη βελτιστοποίησή τους. Nous υγιής εν σώματι υγιεί...
2. Η αυτοπειθαρχία – αυτοκυριαρχία δηλαδή το αν μπορεί ένας αθλητής να ξεπερνά τις δυσκολίες της ζωής, τις στερήσεις του πρωταθλητισμού και να βγαίνει νικητής πρώτα απέναντι στην υλική του υπόσταση και μετά στους αγώνες.

Οι Ολυμπιακοί Αγώνες είναι από τα ελάχιστα πανανθρώπινα γεγονότα που υφίστανται στην εποχή μας.

Μπορεί να μην έχουν πια τις τιμές των αρχαίων χρόνων (ρίψη τειχών, σίτιση και στέγαση από την πόλη κλπ), αποτελούν όμως ακόμα έναν φάρο πολιτισμού και επικοινωνίας των λαών και τα ιδεώδη τους είναι χαραγμένα με χρυσά γράμματα στο βιβλίο των ανθρωπότητας.

“As little... was approaching school”

by Ioannis Nanos

As little Octavia was approaching school, she noticed that the school bully was standing near the entrance. She rapidly turned around and sat at the school's bus stop hoping that eventually he would get bored and leave. She remembered what he had done to her last week, and last month and the month before that.

The bully slowly turned his head from one side to another as if he was scanning for “easy prey”. And, suddenly, he did find his first victim of the day. It was Shannon from seventh grade: blond hair, black skin and a surprisingly big talent in playing piano.

“Hey!” the bully shouted. Immediately Shannon (that had almost no confidence) replied.

“Hi, how are you?” she muttered as though she wanted nobody to listen.

“My friends and I are having great fun with you and hmmmm... how is that other girl's name?” the bully continued.

“I've told you it's Octavia!” she said raising her voice a bit.

“Why don't you tell her to come here to talk to us? Is she afraid of us?” one of Billy's friends said before the actual bully could make up something to say.

“I'm not afraid of you!” Octavia shouted.

“Just because, you guys, offend us doesn't mean I'm afraid of you. I'm just disgusted!” she added to her sentence.

“Whoa...chill Octavia... what have we really done to you?” the bully said.

“Let me see... telling me that I'm ever darker than whole wheat bread, telling my whole class to call me black bean and convincing Mr. Smith that you never told me anything.”

“So what? These are facts and you can't deny them!” he said with a smile on his face.

The following three days Octavia wouldn't eat, wouldn't talk to her

friends or family and wouldn't complete her homework. The fourth day her parents decided to talk to her and they were pretty surprised about what had happened that or all the previous days. They talked to her for a lot of time trying to explain why she shouldn't take such thing personally and just simply don't care about what they say but they also said that a trip to Mr. Smith's office wouldn't really bother them.

The family eventually visited Mr. Smith and the bully has actually stopped harassing her in front of everyone or calling her names based on her skin color.

by Tony Mahairidis

As little Timmy was approaching school, he noticed that the school bully was standing near the entrance. Little Timmy tried to avoid him but he couldn't. The bully saw him and grabbed him by his backpack. “If you don't give me your lunch money, I will punch you!” the bully threatened him. Timmy didn't have another choice, so he gave him his lunch money. Sadly, this wasn't the only thing that the bully did to little Timmy. He would also lock him in the bathroom in the passing period, spread rumors about him and a lot more. This kept happening every day until little Timmy couldn't take it anymore, so he spoke to his parents.

Timmy's parents were shocked and called immediately the principal. The next day Little Timmy expected the bully to be near the school entrance but he wasn't there. Before class started the principal called little Timmy to his office. The principal told him that he didn't have to worry about being bullied anymore because the bully had got expelled. Little Timmy finally got to enjoy school the way it should really be, without having to worry about being bullied. Remember: actions have consequences and if you are getting bullied speak now! Don't let them make you feel worthless

CINE PELICAN



Tns Maritinas Δάντου

Η ταινία Robogirl μιλάει για ένα κορίτσι που χάρη στο πάθος της για τον χορό καταστρέφει το αγαπημένο ρομπότ του αριστούχου αδελφού της. Όμως για να το διορθώσει, πρέπει να γραφτεί στο μάθημα ρομποτικής. Εκεί θα μάθει πως όλα είναι δυνατά αρκεί να το πιστέψεις και να το προσπαθήσεις.

Όταν αρχίζει τα μαθήματα ρομποτικής, τα αγόρια από το τμήμα τής έλεγαν



ότι επειδή ήταν κορίτσι δεν θα τα κατάφερνε. Ενώ ταυτόχρονα οι γονείς της πίστευαν ότι χαράμιζε τη ζωή της στον χορό και δεν την υποστήριζαν. Όμως διαψεύονται, όταν νικάει τον διαγωνισμό. Ο αδελφός της την υποστήριζε σε ό,τι κι αν αποφάσιζε να κάνει στη ζωή της. Αυτό κι αν είναι αδελφική αγάπη. Την ταινία θα την πρότεινα ανεπιφύλακτα και νομίζω ότι θα ήταν ένα ωραίο παράδειγμα για τα κορίτσια, ανεξάρτητα από την ηλικία. Επειδή περνάει το μήνυμα ότι τα κορίτσια μπορούν να κάνουν τα πάντα αρκεί να το πιστέψουν.



Pelican Sports

Κατερίνα Στεφανίδη

Του Μανόλη Μαργακού

Το κορίτσι θαύμα του Ελληνικού στίβου, που έχει σκοπό να αφήσει το δικό της στίγμα με τις επιτυχίες και τις διακρίσεις της.

Η Κατερίνα, είναι γεννημένη στις 4 Φεβρουαρίου του 1990, και σήμερα το 2019 βρίσκεται στο 29ο έτος της ζωής της. Αν και δεν είναι ακόμα μεγάλη σε



ηλικία, έχει καταφέρει να κάνει τον κόσμο να παραμιλάει με τα κατορθώματά της.

Πιο συγκεκριμένα, η Στεφανίδη αγωνίστηκε στους Ολυμπιακούς Αγώνες του 2012 και του 2016, όπου και κατάφερε στην 2η συμμετοχή της να πάρει και το χρυσό μετάλλιο στο Ρίο ντε Τζανέιρο. Η Κατερίνα λοιπόν έχει κατακτήσει το χρυσό μετάλλιο στο Ρίο ντε Τζανέιρο όπως προείπαμε στους ολυμπιακούς Αγώνες ενώ στο παγκόσμιο πρωτάθλημα του 2016 πάλι κατέκτησε το χρυσό μετάλλιο αλλά στο Λονδίνο αυτή τη φορά.

Επιπροσθέτως να σημειώσουμε ότι έχει καταφέρει 3 φορές να ανέβει στο βάθρο του Ευρωπαϊκού πρωταθλήματος. Αρχικά το 2014 πήρε το αργυρό μετάλλιο στη Ζυρίχη, έπειτα το 2016 στο Άμστερνταμ ανέβηκε στην πρώτη θέση του βάθρου παίρνοντας το χρυσό μετάλλιο, ενώ το 2018 στο Βερολίνο διατήρησε την πρώτη θέση του βάθρου.

Κλείνοντας θα θέλαμε να ευχηθούμε στην Κατερίνα, Καλή επιτυχία, και να συνεχίσει να μας κάνει υπερήφανους με τους τίτλους που ευχόμαστε ολόψυχα να συνεχίσει να κατακτά.

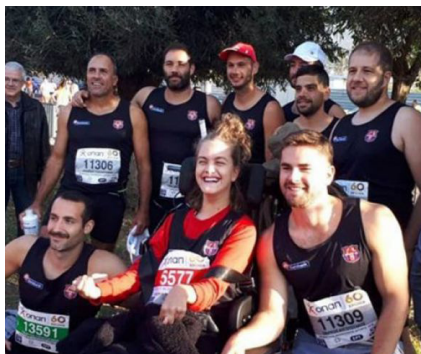
36ος Μαραθώνιος

Του Γιώργου Σταυρακόπουλου

« Όλοι οι άνθρωποι είναι ίσοι απ' την φύση, πλασμένοι από το ίδιο χώμα και από τον ίδιο Πλάστη. Όσο κι αν απατώμαστε, ο θεός αγαπάει τόσο τον φτωχό χωρικό όσο και τον ισχυρό ηγεμόνα». Αυτό το γνωμικό του Πλάτωνα χιλιάδες χρόνια μετά ξανααποδεικνύεται με χαρακτηριστικό παράδειγμα τον αγώνα της Μαρίας Αυγουστάκη, η οποία μαζί με ακόμα 6 ανθρώπους με αναπηρικά αμαξίδια μετέτρεψαν τον 36ο Μαραθώνιο της Αθήνας σε μια πράξη ισότητας.

Πιο συγκεκριμένα, η μαθήτρια διένυσε 42 χιλιόμετρα με αναπηρικό αμαξίδιο και λίγα μέτρα πριν τον τερματισμό σκώθηκε και διένυσε πεζή τα τελευταία μέτρα της διαδρομής -υποβασταζόμενη από συγγενικό πρόσωπο -γεμίζοντας ελπίδα και θαυμασμό όλους τους συναθλητές της.

« Ο Μαραθώνιος δεν ήταν ο πρώτος αγώνας που έδωσε η Μαρίας καθώς



μάχεται από την στιγμή που άνοιξε πρόωρα τα μάτια της » είπε περήφανα ο πατέρας της ! Επίσης ο τερματισμός της διοργάνωσης συνοδεύτηκε με κάποιους συγκινητικούς αγώνες μεταξύ αυτών των 7 ταλαντούχων ανθρώπων. Ας μην ξεχνάμε πως κανένας άνθρωπος δεν είναι κατώτερος, όλοι είμαστε ίσοι, όλοι είμαστε διαφορετικοί.

Ελλάδα - Βοσνία



Του Λεωτέρη Σιφουνιού

Τρίτη. Κάθομαι στον καναπέ περιμένοντας να αρχίσει το ματς Ελλάδα – Βοσνία/Ερζεγοβίνη. Επιτέλους ξεκίνησε. Οι παίκτες των δύο ομάδων βγαίνουν, κρατώντας μικρά παιδιά από το χέρι. Αναρωτιέμαι γιατί οι ποδοσφαιριστές βγαίνουν μαζί με τα παιδιά και το ψάχνω στο google. Φοράνε τα μπλουζάκια της αντίπαλης ομάδας και αυτό συμβολίζει τη φιλία ή μπλουζάκια που γράφουν μηνύματα για τον ρατσισμό και τη βία. Σκέφτομαι πώς θα ήταν να με κρατάει από το χέρι

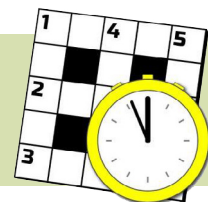


ο Μανωλάς και να κοιτάω από μέσα το γεμάτο γήπεδο. Το ματς άρχισε άσχημα για την Ελλάδα, με το γκολ του Βίσκα στο 10' και του Πιάνιτς στο 15'. Ήξερα ότι μπορούσε να τα καταφέρει. Προσπαθούσε με όλη της την ψυχή. Στο δεύτερο ημίχρονο πολύ καλύτερα. Ο Φορτούνης έκανε πολύ καλή επίθεση, κέρδισε το πέναλτι από τον Σούνγιτς και έβαλε το 1ο γκολ. Ο Πιάνιτς έκανε αντιαθλητικό φάουλ (κόκκινη κάρτα) και από εκεί και πέρα η ομάδα του έμεινε με δέκα παίκτες. Στο 85' ο Κολοβός κατάφερε να πετύχει και το 2ο γκολ.

Το 2-2 είναι δίκαιο σκορ, επειδή και οι δύο ομάδες απέδειξαν πόσο θέλουν τη νίκη. Ευχαριστημένος θα ήμουν με κάθε αποτέλεσμα γιατί σημασία έχει η ομάδα μου να παίζει με την ψυχή της και να κερδίζει δίκαια. Μετά από αυτό το ματς ήμουν χαρούμενος και περήφανος.



Play Time

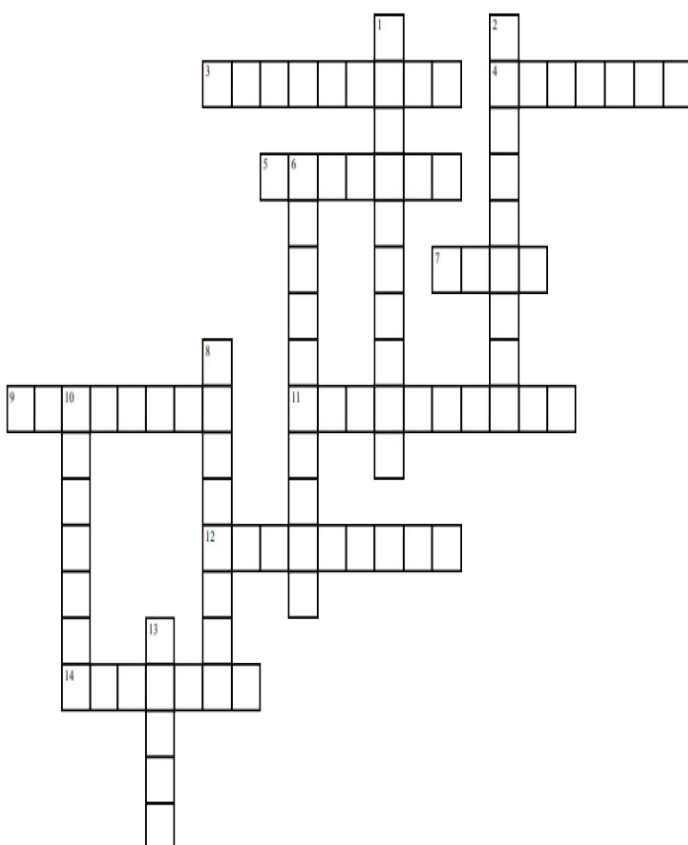


ΤΟ ΚΡΥΠΤΟΛΕΞΟ ΤΩΝ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΩΝ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ

Στο διπλανό κρυπτόλεξο βρείτε τις 10 κρυμμένες λέξεις

Τ	Ρ	Ο	Φ	Η	Μ	Φ	Ζ	Δ	Α	Ι	Σ	Θ	Ε	Ρ	Χ	Ι	Ε	Μ	Τ
Η	Κ	Δ	Ο	Χ	Ο	Ο	Ν	Χ	Α	Σ	Φ	Θ	Χ	Α	Φ	Χ	Ι	Ο	Ψ
Ζ	Λ	Λ	Π	Φ	Ρ	Β	Λ	Ο	Κ	Ο	Β	Ρ	Π	Λ	Λ	Μ	Ρ	Ν	Ω
Δ	Ρ	Θ	Σ	Π	Φ	Ε	Μ	Δ	Υ	Τ	Α	Ι	Ο	Ρ	Τ	Υ	Η	Φ	Φ
Ω	Τ	Ξ	Π	Λ	Ω	Β	Ζ	Λ	Χ	Η	Ι	Ξ	Λ	Υ	Α	Δ	Ν	Φ	Π
Ψ	Β	Μ	Ε	Ρ	Σ	Η	Ω	Ν	Π	Τ	Β	Υ	Ζ	Ζ	Ξ	Κ	Η	Β	Μ
Ι	Π	Κ	Ι	Ξ	Η	Ε	Φ	Γ	Κ	Α	Θ	Α	Ρ	Ι	Ο	Τ	Η	Τ	Α
Μ	Ψ	Β	Ζ	Θ	Ο	Ι	Λ	Κ	Χ	Ζ	Ο	Π	Ζ	Μ	Σ	Λ	Ο	Ο	Π
Χ	Ξ	Θ	Α	Ψ	Μ	Υ	Λ	Π	Ψ	Ζ	Ι	Π	Δ	Ι	Τ	Σ	Ο	Ξ	Κ
Ι	Η	Θ	Σ	Φ	Γ	Η	Κ	Β	Β	Μ	Σ	Ρ	Θ	Ψ	Ε	Ο	Π	Ε	Σ
Θ	Β	Δ	Ι	Α	Σ	Κ	Ε	Δ	Α	Σ	Η	Κ	Π	Κ	Γ	Ι	Ο	Κ	Ε
Δ	Α	Ε	Κ	Ο	Π	Ζ	Υ	Ζ	Χ	Μ	Η	Τ	Β	Ξ	Η	Α	Ζ	Ο	Λ
Λ	Θ	Φ	Ο	Η	Υ	Ο	Γ	Γ	Η	Ω	Ψ	Ι	Ο	Π	Ν	Σ	Ε	Υ	Φ
Κ	Ρ	Γ	Η	Ι	Κ	Θ	Ω	Ε	Σ	Ξ	Κ	Ο	Ρ	Υ	Γ	Φ	Ρ	Π	
Π	Ι	Μ	Λ	Ν	Π	Ζ	Χ	Ψ	Α	Τ	Π	Ο	Λ	Η	Ν	Λ	Π	Α	Χ
Β	Η	Σ	Ε	Β	Α	Σ	Μ	Ο	Σ	Ρ	Υ	Υ	Ρ	Ψ	Β	Τ	Λ	Σ	Λ
Υ	Β	Γ	Γ	Ξ	Α	Σ	Δ	Ρ	Τ	Υ	Θ	Ι	Ο	Π	Α	Β	Ν	Η	Θ
Τ	Π	Ψ	Κ	Χ	Ζ	Κ	Ο	Μ	Λ	Ο	Υ	Λ	Τ	Π	Φ	Ξ	Κ	Μ	Π
Τ	Ο	Ρ	Α	Χ	Σ	Ο	Δ	Μ	Π	Λ	Θ	Μ	Λ	Ι	Μ	Σ	Μ	Η	Σ
Ε	Λ	Ε	Υ	Θ	Ε	Ρ	Ι	Α	Η	Ν	Δ	Ξ	Θ	Ρ	Ο	Μ	Δ	Α	Α

ΣΤΑΥΡΟΛΕΞΟ



Οριζόντια

- 3..... ή θάνατος. Η δυνατότητα κάποιου να δρα κατά βούληση.
4. Τα παιδιά μεανάγκες έχουν δικαίωμα να απολαμβάνουν ισότιμη και αξιοπρεπή ζωή.
5. Όλοι οι άνθρωποι τον αξίζουν. Ιδιότητα της αγάπης.
7. Όλοι διαφορετικοί όλοι.....
9. Τα παιδιά έχουν δικαίωμα στην ανάπαυση, στο..... και την ψυχαγωγία.
11. Όλοι οι άνθρωποι έχουμε.....
12. Θεωρία διάκρισης των φυλών (λαών - εθνών)σε ανώτερες και κατώτερες.
14. Κάθε δικαίωμα είναι η ελευθερία ικανοποίησης μιας.....

Κάθετα

1. Τα παιδιά έχουν δικαίωμα..... από κάθε μορφής κακομεταχείριση.
2. Η αρνητική αντιμετώπιση και στάση σε οτιδήποτε ξένο.
6. Όλα τα παιδιά πρέπει να έχουν ίσες ευκαιρίες σε αυτήν.
8. Άδικη μεταχείριση. Μορφή εκδήλωσης ρατσισμού.
10. Αρχή αθλητικού ιδεώδους.
13. Συναισθημα έντονης στοργής και προσωπικής αφοσίωσης.

