



Κέντρο Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης
Κισσάβου – Ελασσόνας



Περιβάλλον και Εκπαίδευση
Πρακτικά Σεμιναρίων του
ΚΠΕ Κισσάβου – Ελασσόνας 2011 – 2012.
Όλυμπος – Κίσαβος – Παράδοση και Αειφόρος
Ανάπτυξη

Ελασσόνα, Ιούνιος 2012

ISBN: 978-960-98101-6-6

© Copyright 2012 Κέντρο Περιβαλλοντική Εκπαίδευσης Κισσάβου - Ελασσόνας

Κέντρο Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης (Κ.Π.Ε.) Κισσάβου - Ελασσόνας

Βλαχοδήμου 1, 40200 Ελασσόνα

E-mail: kpe@thess.pde.sch.gr

Ιστοσελίδα: <http://thess.pde.sch.gr/kpe>

Τηλ.: 24930 29571

FAX: 24930 29570

ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ ΕΚΔΟΣΗΣ

Αναγνωστάκης Σπυρίδων Υπεύθυνος ΚΠΕ

Γκανάσιος Ανδρέας Αναπληρωτής Υπ. ΚΠΕ

Οικονόμου Κωνσταντίνος Μέλος Παιδαγωγικής Ομάδας ΚΠΕ

Σπανός Κωνσταντίνος Μέλος Παιδαγωγικής Ομάδας ΚΠΕ

ΣΥΓΓΡΑΦΙΚΗ ΟΜΑΔΑ

Αναγνωστάκης Σπυρίδων

Γιακούλα Στέλλα

Γκανάσιος Ανδρέας

Δρ. Ζάγκας Θεοχάρης

Δρ. Καλέσης Αλέξανδρος

Δρ. Κατσαρός Νικόλαος

Δρ. Μπάτζιου Ανθή

Δρ. Παπαγεωργίου Βαρσάμης

Δρ. Πολυμέρου Αικατερίνη - Καμηλάκη

Ζιούρα Θεοδώρα

Λάζαρης Κωνσταντίνος

Μηνάς Θεόδωρος

Οικονόμου Κωνσταντίνος

Σπανός Κωνσταντίνος

Φουνταρλή Ανδρομάχη

Φτίκα Ζωή

Απαγορεύεται η αποθήκευση ή αναπαραγωγή ή ανατύπωση μέρους ή του συνόλου των φωτογραφιών και των κειμένων σε οποιαδήποτε μορφή και με οποιοδήποτε μέσο, χωρίς έγγραφη άδεια του Κέντρου Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης Κισσάβου - Ελασσόνας.

Το παρόν βιβλίο δε διατίθεται προς πώληση.

Περιεχόμενα

ΠΡΟΛΟΓΟΣ	4
ΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟΣ ΤΗΣ ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗΣ ΔΙΕΥΘΥΝΤΡΙΑΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ	5
Διατροφή, Υγεία και Παραγωγικές Διαδικασίες.....	6
Διατροφή και εκπαίδευση – Διατροφικός γραμματισμός στο ελληνικό σχολείο, Οικονόμου Κώστας, φιλόλογος, & Γκανάτσιος Ανδρέας, καθηγητής αγγλικών, Παιδαγωγική Ομάδα ΚΠΕ Κισσάβου-Ελασσόνας	7
Εισαγωγή: Η διατροφή πεδίο κοινωνικού και εκπαιδευτικού ενδιαφέροντος.....	7
Διατροφικός γραμματισμός μέσα από τα γνωστικά αντικείμενα του σχολείου	10
Διατροφικός γραμματισμός στα προγράμματα σχολικών δραστηριοτήτων	23
Δράσεις και προγράμματα με θέμα τη διατροφή	32
Σχετικά με τη λειτουργία των σχολικών κυλικείων	41
Συμπεράσματα.....	45
Μεσογειακή διατροφή και μεταλλαγμένα, Νίκος Κατσαρός, Διευθυντής Τμήματος Διατροφολογίας New York College, Επιστημονικός Συνεργάτης ΕΚΕΦΕ ΔΗΜΟΚΡΙΤΟΣ, π. πρόεδρος ΕΦΕΤ	47
Εισαγωγή.....	47
Ιστορικό.....	47
Μεσογειακή Διατροφή και Υγεία.....	50
Συμπεράσματα.....	52
Αρνάκι-Κατσικάκι Ελασσόνας ή Αρνάκι Νέας Ζηλανδίας; ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝτας με γνώση τη διατροφή μας, Ζιούρα Θεοδώρα, καθηγήτρια μουσικής, Παιδαγωγική Ομάδα ΚΠΕ Κισσάβου - Ελασσόνας.....	53
Βιολογικά προϊόντα online, Σπανός Κωνσταντίνος, καθηγητής πληροφορικής, Παιδαγωγική Ομάδα ΚΠΕ Κισσάβου - Ελασσόνας.....	57
Τι είναι τα βιολογικά προϊόντα	57
Online Πληροφόρηση	58
Φορείς Πιστοποίησης	62
Εκθέσεις Βιολογικών Προϊόντων	66
Online καταστήματα βιολογικών προϊόντων.....	66
Λαϊκές αγορές βιολογικών.....	67
Φύση και Παράδοση του Ολύμπου	68
«Φύση και τοπικές κοινωνίες: Μία σχέση που διαταράξαμε, πληγώνοντας τη Φύση και ‘ξεπερνώντας’ την Παράδοση», Στέλλα Γιακούλα, Υπεύθυνη Σχολικών Δραστηριοτήτων Μαγνησίας.....	69

Βότανα και ιατρική - Από το μύθο στην αλήθεια, Δρ. Β. Β. Παπαγεωργίου, Ιατρός-Δασολόγος	78
Εισαγωγή. Η ιατρική στα ομηρικά έπη	78
Κλασική εποχή (5ος αι. π.Χ.-330 π.Χ.).....	83
Ελληνιστική εποχή (330-30 π.Χ.).....	86
Ρωμαϊκή εποχή (30 π.Χ. - 476 μ.Χ.).....	86
Μεσαίωνας ή Μέσοι Χρόνοι (476 μ.Χ.-τέλος 15ου αι. μ.Χ.).....	87
Βότανα και λαϊκή ιατρική στη σκλαβωμένη Ελλάδα και μετά	91
Βότανα και Λαϊκή Ιατρική σήμερα.....	98
Βότανα και σύγχρονη κλασική ιατρική. Εθνοφαρμακολογία.....	99
Συζήτηση, Συμπεράσματα.....	100
Διαχείριση των δασών του Ολύμπου, Ζωή Φτίκα, MSc Δασολόγος -Περιβαλλοντολόγος, Δασάρχης Ελασσόνας	103
Η Φυσική Βλάστηση του Ολύμπου	103
Διαχείριση των δασών μας	106
Η Αρχαιολογία των Παραολύμπιων Οικισμών, Δρ. Ανθή Μπάτζιου – Ευσταθίου, Προϊσταμένη ΙΕ΄ Εφορείας Προϊστορικών και Κλασικών Αρχαιοτήτων.....	110
Η αρχαιολογία των παραολύμπιων περιοχών.....	110
Οι Περραιβοί στη Μυθολογία.....	110
Η Περραιβία στα ιστορικά χρόνια.....	110
Το Κοινό των Τριπολιτών	111
Πύθιο.....	112
Δολίχη.....	114
Άζωρος.....	114
Ολοσσών	115
Οι πόλεις στη νότια χώρα της Περραιβίας	116
Επίλογος.....	118
Η Θρησκευτική Παράδοση των Παραολύμπιων Οικισμών, Κώστας Λάζαρης, φιλόλογος ..	119
Ο λαϊκός πολιτισμός, μοχλός ανάπτυξης της τοπικής οικονομίας του Ολύμπου, Δρ. Αικατερίνη Πολυμέρου – Καμηλάκη, Διευθύντρια του Κέντρου Ερεύνες της Ελληνικής Λαογραφίας της Ακαδημίας Αθηνών.....	126
Αειφορική Ανάπτυξη.....	132
Οι οικισμοί της ΝΔ πλευράς του Ολύμπου: μια διαχρονική προσέγγιση, Σπύρος Αναγνωστάκης, Med, Msc Περιβαλλοντολόγος Μηχανικός	141
Προσαρμογή των παραολύμπιων οικισμών στο φυσικό περιβάλλον	142

Οικισμοί της ΝΔ παραολύμπιας περιοχής.....	143
Πολοδομική Συγκρότηση	144
Μνημεία - Μοναδικά στοιχεία.....	145
Ο Όλυμπος με τα μάτια των περιηγητών, Δρ. Αλέξης Καλέσης, καθηγητής γαλλικών.....	149
Ο Όλυμπος του Leon Heuzey	154
Ο Όλυμπος στις δράσεις του ΚΠΕ Κισσάβου – Ελασσόνας, Ανδρέας Γκανάτσιος, Msc, Παιδαγωγική Ομάδα ΚΠΕ Κισσάβου – Ελασσόνας.....	159
Τα Μονοπάτια του Ολύμπου, Ανδρομάχη Φουνταρλή, Εκπαιδευτικός, Δίκτυο Συλλόγων «Περραιβία» για το Περιβάλλον και τον Πολιτισμό.....	161
Διαδρομές – Μονοπάτια Ολύμπου.....	163
Το φυσικό περιβάλλον της Ελλάδας από την αρχαιότητα μέχρι σήμερα, Δρ. Θ. Ζάγκας, Καθηγητής στη Σχολή Δασολογίας και φυσικού περιβάλλοντος Α.Π.Θ.....	166
Εισαγωγή.....	166
Το φυσικό περιβάλλον στην αρχαία Ελλάδα.....	166
Το φυσικό περιβάλλον από τη Ρωμαϊκή εποχή και μέχρι την περίοδο της Τουρκοκρατίας	167
Το φυσικό περιβάλλον της Ελλάδος κατά το 20ο αιώνα.....	168
Συμπεράσματα.....	169
Summary	170
Παράρτημα	172
Environmental education in Greece: An outline, Konstantinos Oikonomou, Environmental Centre Kissavos-Elassona	172
INTRODUCTION	172
THE GREEK MODEL.....	173
A) IN-SCHOOL ENVIRONMENTAL PROJECTS	175
B) THE ENVIRONMENTAL EDUCATION CENTRES	177

ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Με τη νέα του ονομασία και το νέο του ρόλο, που επέκτειναν τη γεωγραφική ακτίνα δράσης και τη στοχοθεσία του, το Κέντρο μας, πλέον ως ΚΠΕ Κισσάβου-Ελασσόνας, ολοκληρώνει φέτος τον τρίτο χρόνο επιτυχούς λειτουργίας του. Εκτός από το εκπαιδευτικό του έργο, που αυτά τα χρόνια σήμανε την περιβαλλοντική εκπαίδευση άνω των 5.000 μαθητών και 500 συνοδών εκπαιδευτικών τους, το ΚΠΕ έχει στους στόχους, αλλά και στις υποχρεώσεις του, την παροχή επιμόρφωσης σε εκπαιδευτικούς και ενήλικους με τη διοργάνωση σχετικών σεμιναρίων και δράσεων διά βίου μάθησης. Πέρυσι κυκλοφόρησε σε έντυπη μορφή ο τόμος *Το φυσικό περιβάλλον του Ολύμπου & Όλυμπος, αειφόρος ανάπτυξη*, Ελασσόνα 2011, με πρακτικά σεμιναρίων της προηγούμενης χρονιάς. Την πρακτική αυτή συνεχίζουμε, λοιπόν, και φέτος και με πολύ μεγάλη χαρά προβαίνουμε στην ηλεκτρονική, αυτήν τη φορά, έκδοση ενός μεγάλου αριθμού εισηγήσεων από τις επιμορφωτικές δράσεις που έχουμε υλοποιήσει κατά την τρέχουσα χρονιά. Επιδίωξή μας είναι, όπως πάντοτε, η διάχυση των περιεχομένων των δράσεών μας και συγκεκριμένα η διάδοση των γνώσεων που παρουσιάστηκαν, των ιδεών και των προτάσεων που κατατέθηκαν, των προβληματισμών που αναπτύχθηκαν. Και ο τόμος αυτός απευθύνεται σ' ένα πολύ πλατύ κοινό, για την ακρίβεια σε όλα τα μέλη της τοπικής κοινωνίας, για τα οποία η ευαισθητοποίηση και στη συνέχεια η ουσιαστικότερη ενημέρωση σε θέματα φυσικού, κοινωνικού και πολιτιστικού περιβάλλοντος και της διαχείρισής τους με γνώμονα την αειφορία αποτελούν αναγκαίες προϋποθέσεις για οικονομία και κοινωνία ανθεκτικές και ισχυρές στο χρόνο. Θα θέλαμε και από τη θέση αυτή να ευχαριστήσουμε όλους τους συμμετέχοντες στα σεμινάρια, τους υποστηρικτές των δράσεων, τις εκπαιδευτικές αρχές και την τοπική αυτοδιοίκηση, καθώς και τους φίλους του ΚΠΕ, προσβλέποντας στη συνέχιση της δράσης και της συνεργασίας μας.

Η Παιδαγωγική Ομάδα του ΚΠΕ Κισσάβου-Ελασσόνας

ΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟΣ ΤΗΣ ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗΣ ΔΙΕΥΘΥΝΤΡΙΑΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ

Για δεύτερη συνεχή χρονιά το Κέντρο Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης Κισσάβου-Ελασσόνας θέτει σε κυκλοφορία τόμο με τα πρακτικά των σεμιναρίων τα οποία υλοποίησε στο πλαίσιο της δράσης του για τη διά βίου μάθηση. Με τη διοργάνωση των σεμιναρίων αυτών, που απευθύνονται σε ομάδες ενηλίκων, το ΚΠΕ Κισσάβου-Ελασσόνας ανταποκρίνεται με επιτυχία στις απαιτήσεις της πολιτείας και της εποχής για εκπαίδευση και επιμόρφωση όχι μόνον της εκπαιδευτικής κοινότητας, αλλά και της ευρύτερης κοινωνίας επάνω σε κάθε είδους περιβαλλοντικά θέματα. Σήμερα, περισσότερο από ποτέ, η ανάγκη για ευαισθητοποίηση και προβληματισμό για το περιβάλλον προβάλλει ιδιαίτερα έντονη και οι δράσεις του ΚΠΕ κινούνται επιτυχώς προς την κάλυψη της ανάγκης αυτής, ενώ με τη δημοσίευση των πρακτικών γίνεται δυνατή η αποτελεσματική διάχυση γνώσεων και απόψεων. Χαιρετίζω, λοιπόν, με πολύ μεγάλη ικανοποίηση και τη φετινή έκδοση των πρακτικών και συγχαίρω θερμά την Παιδαγωγική Ομάδα του ΚΠΕ για τις δραστηριότητές της.

ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΑ ΠΡΑΝΤΖΟΥ-ΚΑΝΙΟΥΡΑ

Διατροφή, Υγεία και Παραγωγικές Διαδικασίες

Διατροφή και εκπαίδευση – Διατροφικός γραμματισμός στο ελληνικό σχολείο, Οικονόμου Κώστας, φιλόλογος, & Γκανάσιος Ανδρέας, καθηγητής αγγλικών, Παιδαγωγική Ομάδα ΚΠΕ Κισσάβου-Ελασσόνας

Περίληψη

Αντικείμενο της εργασίας αυτής είναι η γνώση και η παιδεία που προσφέρει το σύγχρονο ελληνικό σχολείο στα παιδιά σχετικά με τη διατροφή. Για το σκοπό αυτό εξετάζεται το περιεχόμενο και ο τρόπος προσέγγισης του θέματος στο Πρόγραμμα Σπουδών και στα διδακτικά βιβλία, δηλαδή το «τι» και το «πώς» της διατροφής στα γνωστικά αντικείμενα και στις ποικίλες δραστηριότητες του σχολείου, ενώ γίνεται αναφορά και στη σίτιση των μαθητών μέσα στο σχολείο. Από τη θεώρηση αυτή συνάγεται ότι το ελληνικό σχολείο τα τελευταία χρόνια λειτουργεί στη λογική της παροχής ενός διατροφικού γραμματισμού, επιλογή που αξιολογείται θετικά.

Εισαγωγή: Η διατροφή πεδίο κοινωνικού και εκπαιδευτικού ενδιαφέροντος

Μπορεί και πρέπει η είσοδος θρεπτικών ουσιών στον ανθρώπινο οργανισμό, ό,τι δηλαδή ονομάζουμε διατροφή, να προσφερθεί ως γνωστικό αντικείμενο στους μαθητές στο σχολείο και αν ναι, γιατί, με ποιο τρόπο και με ποια επιθυμητά αποτελέσματα; Πριν απαντήσουμε στην ερώτηση αυτή, πρέπει να επισημάνουμε ότι η διατροφή αποτελεί σήμερα διακριτό πεδίο επιστημονικής και διεπιστημονικής ενασχόλησης, το οποίο περιλαμβάνει διάφορους επιμέρους κλάδους (διατροφολογία, χημεία τροφίμων, διαιτολογία, παραγωγή και κατανάλωση κλπ.) και αντίστοιχες επαγγελματικές ειδικότητες και καλλιεργείται σε πανεπιστήμια, ιδρύματα και ερευνητικά κέντρα. Στο πεδίο αυτό συναντώνται και αλληλεπιδρούν διάφορες φυσικές και κοινωνικές επιστήμες (βιολογία, χημεία, ιατρική, ψυχολογία, οικονομικές επιστήμες, κοινωνιολογία). Αυτό αποδεικνύει ότι η διατροφή, που δεν είναι μόνο είσοδος και επίδραση θρεπτικών ουσιών στον οργανισμό, αλλά επίσης κοινωνική παραγωγή και κατανάλωση προϊόντων και πολλές άλλες διαδικασίες, συνιστά πολυσύνθετο φαινόμενο της βιολογικής και κοινωνικής πραγματικότητας. Γι' αυτό και σε κρατικό επίπεδο η διατροφή απασχολεί έντονα τη διεθνή κοινωνία: η ΕΕ π.χ., στο πλαίσιο της δράσης της έχει προχωρήσει, μεταξύ άλλων, και στη σύνταξη λευκής βίβλου με στρατηγική για τη διατροφή.¹ Ανάλογα και στην Ελλάδα, η διατροφή είναι αντικείμενο δράσης κρατικών υπηρεσιών² και μη κρατικών οργανώσεων³, ενώ έχει εξελιχθεί σε τομέα έντονου απλού, καθημερινού και μη εξειδικευμένου ενδιαφέροντος: όλο και περισσότεροι Έλληνες, όπως συμβαίνει και σε πολλές άλλες περιοχές του κόσμου, νοιάζονται και ασχολούνται

¹ http://ec.europa.eu/health/nutrition_physical_activity/policy/index_el.htm

² Π.χ.: Γενική Γραμματεία Καταναλωτή του Υπουργείου Εργασίας και Κοινωνικής Ασφάλισης (<http://www.efpolis.gr/>), Ενιαίος Φορέας Ελέγχου τροφίμων του Υπουργείου Υγείας και Κοινωνικής Αλληλεγγύης (<http://www.efet.gr/>) κ.α.

³ Π.χ. Ελληνικό Ινστιτούτο Διατροφής (<http://www.eid.org.gr/>), Ινστιτούτο Διατροφικών Μελετών και Ερευνών (<http://www.insr.gr/index-2.html>) κ.ά., καθώς και πολλοί φορείς για την υγεία, όπως π.χ. η αντικαρκινική οργάνωση *Μείνε δυνατός* (www.bestrong.org.gr).

συστηματικά με το θέμα, προβληματίζονται για την υγεία τους και την κατάσταση του σώματός τους, ακολουθούν διατροφικές τάσεις και κινήματα (π.χ. χορτοφαγία, βιολογικά προϊόντα, ελληνικά προϊόντα), ενδιαφέρονται για διατροφικά προβλήματα, σκάνδαλα κλπ., διερωτώνται τι τρώνε, αν και πόσο υγιές είναι αυτό, ποια η σύσταση και η προέλευσή του, τι περιέχει και πώς επιδρά, πώς ο οργανισμός επεξεργάζεται την τροφή, απευθύνονται σε ειδικούς κ.ο.κ. Πολύ περισσότερο από άλλες εποχές σήμερα είμαστε σε θέση να μαθαίνουμε και να γνωρίζουμε διάφορα πράγματα για τη διατροφή χάρη στην πληθώρα των ειδήσεων, των αναφορών, των άρθρων και των ερευνών στον έντυπο και ηλεκτρονικό τύπο, των εκδόσεων, των περιοδικών, των περισσότερο ή λιγότερο επιστημονικών και εκλαϊκευμένων δημοσιεύσεων, των τηλεοπτικών εκπομπών, των ηλεκτρονικών πυλών, των ενημερωτικών δράσεων των δημόσιων και ιδιωτικών φορέων, παρόλο που πολλές από τις πληροφορίες αυτές διοχετεύονται ως ενημέρωση στη μαγειρική. Ορισμένες έρευνες, βέβαια, δείχνουν ότι οι Έλληνες αγνοούν αρκετά σημαντικά πράγματα για τη διατροφή και τις συναρτήσεις της με την υγεία, αφού θέτουν τη δεύτερη σε κίνδυνο με εσφαλμένες επιλογές, με την οικονομία και την κοινωνία, αφού συχνά λειτουργούν ως απερίσκεπτοι καταναλωτές, και με το περιβάλλον, αφού δεν αναλογίζονται τις βλάβες που αυτό υφίσταται.⁴ Η διαπίστωση αυτή αφορά και στη σχέση παιδιών και διατροφής: πολλά παιδιά στην Ελλάδα γίνονται θύματα κακών διατροφικών επιλογών είτε στο πλαίσιο της οικογένειας, που ουσιαστικά το διαπαιδαγωγεί διατροφικά, είτε, εκτός οικογένειας, για ψυχοκοινωνικούς λόγους, δηλαδή υπό την επίδραση των συνομηλικών και της διαφήμισης, και έχουν έτσι ιδιαίτερη ανάγκη από σωστή διατροφή. Ενώ μέχρι τώρα ακούγαμε για την παχυσαρκία ή την κακή σίτιση των παιδιών εξαιτίας του στρες των εξετάσεων, πρόσφατα, μετά το ξέσπασμα της οικονομικής κρίσης, που πλήττει την ελληνική οικογένεια και σε αυτόν τον τομέα, ακούμε από τα ΜΜΕ ακόμη και για παιδιά που λιποθυμούν στο σχολείο από ασιτία. Σε κάθε περίπτωση αναγνωρίζουμε ότι όλοι οι άνθρωποι έχουν χρεία απόκτησης στοιχειωδών γνώσεων επάνω στο ευρύ θέμα της διατροφής ως ενιαίου αντικειμένου, καθώς και εξοικείωσης με βασικούς όρους, έννοιες, αριθμούς, φαινόμενα και διάφορες άλλες σημαντικές θεωρητικές και πρακτικές πτυχές του. Μόνο η οικειοποίηση τέτοιων γνώσεων οδηγεί στο ζητούμενο, που είναι μια συνειδητοποιημένη διατροφική συμπεριφορά, απαραίτητη για λόγους βιολογικούς, οικονομικούς, κοινωνικούς, περιβαλλοντικούς και πολιτιστικούς: διακυβεύεται η υγεία, επηρεάζεται η οικονομία, η κοινωνική συνοχή και η αειφορία, ενώ η γνωστή φράση “είμαστε ό,τι τρώμε” σημαίνει ότι η διατροφή είναι και μέρος της συγκρότησης ταυτότητας.⁵ Εξάλλου, για την απόκτηση γνώσεων προσφέρονται όλες οι μορφές της διά βίου μάθησης, ενώ το σχολείο με την ισχυρή πολυετή

⁴ Π.χ.: <http://www.bestrong.org.gr/el/healthylife/healthydiet/dietingreece/>

⁵ Πβ. π.χ. τους στόχους του ΙΔΜΕ: η προώθηση προτύπων υγιεινής διατροφής, η συμβολή στην πρόληψη και αντιμετώπιση του φαινομένου της παχυσαρκίας, η προώθηση της διατροφικής αγωγής μέσω της οργάνωσης προγραμμάτων πληροφόρησης και βιωματικής εκπαίδευσης για την παραδοσιακή ελληνική και μεσογειακή διατροφή, την παχυσαρκία και τη σωματική άσκηση, η ανάπτυξη και διάδοση βέλτιστων πρακτικών για την προώθηση της υγείας, της υγιεινούς διατροφής και της φυσικής άσκησης στα παιδιά και στους νέους, η προώθηση της έρευνας στο πεδίο της διατροφής ώστε να αυξηθούν οι γνώσεις σχετικά με τους καθοριστικούς παράγοντες των διατροφικών επιλογών σε σχέση με την υγεία, η ενίσχυση της συνεργασίας, της συνηγορίας και της αλληλεπίδρασης των φορέων σχεδιασμού και υλοποίησης διατροφικών πολιτικών σε εθνικό, Ευρωπαϊκό και διεθνές επίπεδο, καθώς και φορέων σχεδιασμού και υλοποίησης δράσεων για την υγεία.

εκπαιδευτική και κοινωνικοποιητική δύναμή του διαδραματίζει τον πλέον καθοριστικό ρόλο. Έτσι, η απάντηση στην ερώτηση που τέθηκε στην αρχή, αν η διατροφή μπορεί και πρέπει να διεκδικεί θέση στο σχολείο, είναι βέβαια καταφατική: η διατροφή οφείλει να αποτελέσει θεματικό-γνωστικό άξονα στο σχολείο με σκοπό την επίτευξη βραχυπρόθεσμων (παιδική και εφηβική ηλικία) και μακροπρόθεσμων αποτελεσμάτων (ενηλικίωση). Αυτό είναι μια επιταγή της επιστημονικής εξέλιξης, αλλά και της κοινωνικής εξέλιξης, που η εφαρμογή της έχει ενσωματωθεί σήμερα, μαζί με άλλα επίκαιρα, καθημερινά και κοινωνικά ζητήματα στα εκπαιδευτικά συστήματα.

Αν επικεντρωθούμε στο ελληνικό εκπαιδευτικό σύστημα, παρατηρούμε καταρχήν ότι στις γενικές αρχές που υιοθετεί το ισχύον ΔΕΠΠΣ-ΑΠΣ (ΦΕΚ 303B και 304B/13-03-2003), δηλαδή το επίσημο Πρόγραμμα του ελληνικού εκπαιδευτικού συστήματος (στο εξής: ΠΣ), τονίζεται μεταξύ άλλων ότι *οι γνώσεις, οι δεξιότητες και οι στάσεις του ατόμου, οι οποίες σχετίζονται με τη διατήρηση και την ανάπτυξη της φυσικής και ψυχικής του υγείας, πρέπει να αποτελούν βασικό συστατικό στοιχείο της παιδείας κάθε μαθητή, ώστε αργότερα ως ενήλικας, να είναι υπεύθυνος για την ποιότητα τόσο της δικής ζωής όσο και αυτής του κοινωνικού συνόλου στο οποίο εντάσσεται*. Σύμφωνα, επομένως, με αυτή τη βασική αρχή του ΠΣ, το οποίο ρητά επιδιώκει τη σύνδεση παιδείας και σχολείου με τη σύγχρονη κοινωνία και την εξέλιξή της, η ενασχόληση στο πλαίσιο του ελληνικού εκπαιδευτικού συστήματος με τη διατροφή είναι προδιαγεγραμμένη ή, τουλάχιστον, επιθυμητή. Εξάλλου, τα εκπαιδευτικά συστήματα σήμερα τηρούν διαφορετική στάση απέναντι στη γνώση, αφού αποσκοπούν όχι στη γνώση για τη γνώση, αλλά στη γνώση που έχει αξία για την πραγματική ζωή, κάτι που προϋποθέτει συγκεκριμένο τρόπο διδασκαλίας, συγκεκριμένα αυτόν στον οποίον το μανθάνον υποκείμενο δρα. Ομοίως και το ελληνικό ΠΣ διέπεται από τις αρχές της διαθεματικότητας και της μαθητοκεντρικότητας (αυτενέργεια, κριτική ανάπτυξη, συμμετοχικότητα) και υποστηρίζει σε όλη την έκταση αυτόν τον τρόπο διδασκαλίας των γνώσεων. Γι' αυτού του είδους τη βαθιά, ουσιαστική, κριτική κατανόηση της πραγματικότητας χρησιμοποιούνται συχνά σήμερα στις παιδαγωγικές επιστήμες οι έννοιες γραμματισμός και του πολυγραμματισμός.⁶ Η έννοια διατροφικός γραμματισμός, που αναφέρεται στον υπότιτλο της εργασίας, δεν έχει χρησιμοποιηθεί, όσο γνωρίζουμε έως τώρα σε ελληνικά εκπαιδευτικά, επιστημονικά και παιδαγωγικά κείμενα και πιθανώς χρησιμοποιείται στην εργασία αυτή για πρώτη φορά. Δηλώνει εδώ όχι μόνο τις στοιχειώδεις γνώσεις, που οι μαθητές και οι μαθήτριες του σχολείου μπορούν να αποκτήσουν, αλλά και τη δυνατότητα κριτικού αναστοχασμού γύρω από αυτές και την εμπέδωση της πρόθεσης για εφαρμογή τους, δηλαδή δεξιότητες και στάσεις περί διατροφής, που αναμένουμε να αποκτήσουν στο σχολείο οι αυριανοί πολίτες.⁷ Πώς, λοιπόν, και τι διδάσκει το ελληνικό σχολείο στους μαθητές και τις μαθήτριες ως προς το

6 Mike Baynham, *Πρακτικές γραμματισμού*, Αθήνα, Μεταίχμιο 2002.

⁷ Σχετική αναζήτηση στο διαδίκτυο οδηγεί στην εύρεση του τίτλου The Nutrition Literacy Toolkit, που ανήκει σε ένα λογισμικό. Δεν πρόκειται βέβαια για την έννοια του διατροφικού γραμματισμού, απλώς το συγκεκριμένο λογισμικό που έχει κατασκευαστεί από το Υπουργείο Παιδείας του Κολοράντο (ΗΠΑ), αποσκοπεί στη διδασκαλία δεξιοτήτων γλώσσας και μαθηματικών με θεματικό υπόβαθρο την υγιεινή διατροφή (<http://www.cde.state.co.us/nltk/default.asp>).

Θέμα διατροφή κι αν η διδασκαλία αυτή ισοδυναμεί με γραμματισμό, δεν περιορίζεται δηλαδή σε λίγες και επιφανειακές γνώσεις, αλλά προχωρεί βαθύτερα και επιχειρεί να προετοιμάσει ενεργοποιημένους διατροφικά πολίτες, είναι το αντικείμενο της εργασίας αυτής. Ως παράγοντες που καθορίζουν το τι και το πώς της εκπαίδευσης, το ΠΣ και το αντίστοιχο εκπαιδευτικό υλικό του σχολείου είναι οι πηγές που θα χρησιμοποιηθούν για την ανασύνθεση αυτής της διαδικασίας του διατροφικού γραμματισμού, την οποία μπορεί, τουλάχιστον θεωρητικά και ιδεοτυπικά, να προσφέρει το σημερινό ελληνικό σχολείο.

Διατροφικός γραμματισμός μέσα από τα γνωστικά αντικείμενα του σχολείου

Σημαντικό χαρακτηριστικό των παιδιών του Δημοτικού είναι ότι προσέρχονται στο σχολείο φέρνοντας από την οικογένεια συνήθειες και προϋπάρχουσες γνώσεις, που συναντώνται και διαπλέκονται με τις γνώσεις που αποκτούν στο σχολείο. Αν ξεκινήσουμε από τη Νεοελληνική Γλώσσα, που διεκδικεί κεντρικό ρόλο στο πρόγραμμα του Δημοτικού, θα δούμε ότι το ΠΣ ορίζει για τη διδασκαλία της ανάγνωσης στη Γ και Δ δημοτικού την επεξεργασία συνταγών (ως επεξηγηματικού-κατευθυντικού κειμένου) από διάφορες περιοχές, καθώς και την πραγματοποίηση αναφορών σε γιορτές, έθιμα, νηστείες, υγιεινή διατροφή, μεσογειακή διατροφή κτλ. Η δραστηριότητα αυτή ορίζεται ως διαθεματική και επεκτείνεται σε διάφορα αντικείμενα: Φυσικά, Μελέτη Περιβάλλοντος, Κοινωνική και Πολιτική Αγωγή, Θρησκευτικά, Ιστορία, Γεωγραφία, Αγωγή Υγείας, Αγωγή Καταναλωτή. Εξάλλου, στο βιβλίο της Γ δημοτικού περιλαμβάνεται ενότητα με τον τίτλο *Του κόσμου το ψωμί*, όπου οι μαθητές έρχονται μεθοδικά σε επαφή με τις έννοιες της διατροφικής πυραμίδας, της επικίνδυνης και υγιεινής διατροφής και της ποιότητας των προϊόντων του σχολικού κυλικείου. Στην επόμενη τάξη, στην ενότητα με τον τίτλο *Ελιά*, γίνεται αναλυτικά λόγος για τον καρπό αυτό και την αξία του και παρέχονται και συνταγές με ελαιόλαδο. Στην ΣΤ τάξη υπάρχει ολόκληρη ενότητα με τίτλο *Διατροφή*, που προσφέρει στους μαθητές ιστορικά και θεωρητικά στοιχεία για το θέμα και τους εισάγει και στην έννοια της διαφήμισης.

Ενώ στο μάθημα της γλώσσας η διατροφή προσφέρει τη θεματική βάση για τη γλωσσική διδασκαλία, ενδελεχή κάλυψη του θέματος της διατροφής καθεαυτήν, σε όλη την έκταση της υποχρεωτικής εκπαίδευσης, εξασφαλίζει το ΠΣ των φυσικών επιστημών. Ειδικά το ΠΣ για τη Μελέτη του περιβάλλοντος στις 4 πρώτες τάξεις του Δημοτικού, που αποτελεί συνδυαστική διδασκαλία ύλης από τις φυσικές και τις κοινωνικές επιστήμες, θέτει ευρεία, πολυθεματική, επίκαιρη και ρεαλιστική στοχοθεσία. Συγκεκριμένα για την Α τάξη:

Στόχοι δραστηριότητες	Θεματικές ενότητες	ενδεικτικές
Να διακρίνουν βασικές ανάγκες που έχουν οι άνθρωποι για ένδυση, τροφή, στέγη, κ.λπ.	Οι ανάγκες του ανθρώπου Οι βασικές ανάγκες του ανθρώπου	Ασκούνται στην αυτοεξυπηρέτηση (βάζουν και βγάζουν το πανωφόρι τους, δένουν τα κορδόνια των παπουτσιών τους, κ.λπ.) και αναπαριστούν αισθητικά τις κινήσεις (Αισθητική Αγωγή, Φυσική Αγωγή, Γλώσσα).
Να αναφέρουν συνήθειες που συμβάλλουν στην ικανοποίηση ορισμένων αναγκών τους (φαγητό, ύπνος, ένδυση	Οι ιδιαίτερες ανάγκες του ανθρώπου (Τρόποι ικανοποίησης των	

<p>καθαριότητα, ψυχαγωγία). Να αναγνωρίσουν ότι οι βασικές ανάγκες είναι ίδιες για όλα τα παιδιά του κόσμου και επιπλέον ότι υπάρχουν παιδιά στον κόσμο που δεν έχουν τη δυνατότητα να καλύψουν τις βασικές (π.χ. διατροφικές) τους ανάγκες.</p>	<p>αναγκών του ανθρώπου, Αγωγή υγείας) (3 ώρες)</p>	<p>Τρώνε όλοι μαζί το πρωινό τους στην τάξη και συζητούν για τις βασικές τους ανάγκες και τις διατροφικές τους συνήθειες. Παίζουν σε θεατρικό παιχνίδι με θέμα τους κανόνες που αφορούν την υγεία και την καθαριότητα. Συγκεντρώνουν εικόνες, φωτογραφίες, αποκόμματα εντύπων κ.λπ. που δείχνουν παιδιά τα οποία στερούνται των βασικών αγαθών. Συζητούν, με αφορμή κάποιες εικόνες για διεθνείς οργανισμούς (UNICEF, ACTION AID) που έχουν αναλάβει τη βοήθεια των παιδιών αυτών καθώς και για τις δυνατότητες που έχουν τα ίδια τα παιδιά να παράσχουν τη δική τους βοήθεια.</p>
<p>και στη συνέχεια για τη Γ Τάξη:</p>		
<p>Να αναγνωρίσουν τη σημασία της τροφής για την επιβίωση του ανθρώπου. Να γνωρίσουν βασικές «αποθήκες» ενέργειας. Να κατανοήσουν, ότι η αποθηκευμένη ενέργεια μετατρέπεται σε άλλη μορφή, όταν συμβούν μεταβολές στην ύλη μέσα στην οποία περικλείεται (τα καύσιμα καίγονται, η τροφή διασπάται κ.λπ.). Να εντοπίσουν και να περιγράψουν την αλληλεπίδραση των</p>	<p>Τροφή και άλλες αποθήκες ενέργειας Τροφή και ενέργεια «Αποθήκες» ενέργειας (Μετατροπή ενέργειας, ήπιες μορφές ενέργειας) (2 ώρες)</p>	<p>Συγκεντρώνουν στην τάξη και ταξινομούν έντυπο υλικό με τροφές που τρώει ο άνθρωπος. Συζητούν, μέσα από παραδείγματα, για τις βασικές «αποθήκες» ενέργειας: τρόφιμα, καύσιμα, μπαταρίες κ.λπ. Διαπιστώνουν, μέσα από δραστηριότητες ή παραδείγματα, ότι η αποθηκευμένη ενέργεια μετατρέπεται σε άλλη μορφή (τα καύσιμα καίγονται, η τροφή διασπάται κλπ.). Κατασκευάζουν μια πυραμίδα που ξεκινάει από τα φυτά και</p>

οργανισμών στη φύση: ζώα-φυτά, άνθρωπος-φυτά ή ζώα.

Να προσεγγίσουν την έννοια της ήπιας μορφής ενέργειας μέσα από παραδείγματα και δραστηριότητες που σχετίζονται με αποθήκευση ενέργειας (π.χ. ηλιακός θερμοσίφωνας).

καταλήγει στον άνθρωπο ή παριστάνουν με όποιο τρόπο επιθυμούν μια τροφική αλυσίδα (έδαφος, φυτά, ζώα, άνθρωποι) (Αισθητική Αγωγή, Μαθηματικά)

Κατασκευάζουν απλό κύκλωμα με μπαταρία, καλώδια, ηλεκτρικό κινητήρα (ανεμιστηράκι) ή λαμπάκι και παρατηρούν ότι η μπαταρία είναι «αποθήκη» ενέργειας η οποία μετασχηματίζεται.

Συζητούν, μέσα από παραδείγματα, για τις ήπιες μορφές ενέργειας (ηλιακή, κ.λπ.) και οργανώνουν δραστηριότητες αξιοποίησής της (π.χ. δημιουργία βιολογικού λιπάσματος στο σχολείο).

Τα βιβλία και των τεσσάρων πρώτων τάξεων του Δημοτικού περιλαμβάνουν ενότητες που υποστηρίζουν αυτούς και άλλους παρεμφερείς στόχους: *Οι ανάγκες του ανθρώπου, Οι ανάγκες και τα δικαιώματά μου, Τα φυτά, Τροφή και ενέργεια, Τι χρειαζόμαστε για να ζούμε, Επαγγέλματα και προϊόντα στον τόπο μας, Γνωρίζουμε και προσέχουμε το σώμα μας*. Όπως στα περισσότερα από τα διδακτικά πακέτα, που είναι σε χρήση και συντάχθηκαν για το ισχύον ΠΣ με βάση τις σύγχρονες αρχές της διδακτικής, πρόκειται και εδώ για κεφάλαια περιεκτικά και καλογραμμένα συνοδευόμενα από καλοσχεδιασμένες δραστηριότητες, που υποστηρίζουν επιτυχώς τη στοχοθεσία του ΠΣ.

Λιγότερες, αλλά εξίσου σημαντικές αναφορές στη διατροφή απαντούν ακόμη στο μάθημα της Γεωγραφίας, που ασχολείται με την Ελλάδα (Ε τάξη) και με τις ηπείρους (ΣΤ), ενώ και τα ΠΣ των ξένων γλωσσών περιλαμβάνουν το θέμα της διατροφής, η αξιοποίησή του οποίου δίνει έτσι την ευκαιρία να διευρύνουν οι μαθητές την οπτική τους βλέποντας το θεματικό πεδίο έξω από το γλωσσικό και πολιτισμικό πλαίσιο της Ελλάδας, μέσα από μια διαπολιτισμική προοπτική. Η παρατήρηση αυτή ισχύει για την ξενόγλωσση διδασκαλία σε όλες τις βαθμίδες.

Από τα παραπάνω στοιχεία συνάγουμε ότι η διατροφή, θέμα από τη φύση του πολυδιάστατο, είναι παρόν σε όλα σχεδόν τα γνωστικά αντικείμενα του Δημοτικού σχολείου, ενώ από το ίδιο το ΠΣ συστήνεται να προσεγγίζεται διαθεματικά. Σε γενικές γραμμές θεωρούμε ότι η κάλυψη του θέματος στο Δημοτικό σχολείο είναι ικανοποιητική, ενώ μπορεί να συμπληρωθεί και από τις εξωδιδακτικές δραστηριότητες που τυχόν θα υλοποιηθούν. Αν και δεν μπορούμε σε καμιά περίπτωση να γνωρίζουμε τη διδακτική πραγματικότητα, τι δηλαδή *πραγματικά* συμβαίνει μέσα στην αίθουσα διδασκαλίας, θεωρούμε ότι το ΠΣ και το αντίστοιχο εκπαιδευτικό υλικό

προσφέρουν τις προϋποθέσεις, ώστε ο μαθητής και η μαθήτρια του Δημοτικού να αναδιαμορφώσουν, να διορθώσουν και να αναπροσανατολίσουν την προϋπάρχουσα γνώση τους οικοδομώντας μια στοιχειώδη, αλλά καθόλου επουσιώδη, επαφή με τη διατροφική θεματική, για να εμβαθύνουν, όπως προτείνει η σπειροειδής αρχή της μάθησης, σε αυτή στο Γυμνάσιο.

Η είσοδος των μαθητών στο Γυμνάσιο είναι ταυτόχρονη με την είσοδό τους στην περίοδο της εφηβείας, στην περίοδο δηλαδή της μερικής αποδέσμευσης από την οικογένειά τους και της αυτονόμησής τους, οπότε οι έφηβοι αντιμετωπίζουν με διαφορετικό τρόπο μεταξύ άλλων και τη σωματική τους ανάπτυξη. Γι' αυτό η απόκτηση γνώσεων, δεξιοτήτων και συγκεκριμένων στάσεων γύρω από τη διατροφή είναι ιδιαίτερα σημαντική. Η επαφή με τον κόσμο της διατροφής στο Γυμνάσιο πραγματοποιείται σε δύο κυρίως μαθήματα. Το ένα είναι η Οικιακή οικονομία, στο πλαίσιο της οποίας έχει οριστεί πλούσια, σφαιρική και ρεαλιστική στοχοθεσία. Για την Α Γυμνασίου:

<p>Να κατανοήσουν την εξάρτηση που έχει η ζωή μας από τη σωστή διατροφή.</p>	<p><i>Διατροφή</i> Τροφή και τρόφιμα.</p>	<p>Συζήτηση για την αναγκαιότητα της τροφής για τη σωστή πνευματική και σωματική ανάπτυξη (Θρησκευτικά, Βιολογία, Φυσική Αγωγή, Γλώσσα, Πληροφορική, Αρχαία Ελληνικά, Αγωγή Υγείας).</p>
<p>Να αποκτήσουν δεξιότητες στην αναγνώριση, την ομαδοποίηση των τροφίμων, την ενέργεια που προσφέρουν τα συστατικά των τροφών και τις σωστές επιλογές για την καθημερινή τους διατροφή.</p>	<p>Ομάδες τροφίμων. Ομάδα γάλακτος. Φρούτα και χορταρικά. Δημητριακά – ψωμί. Κρέας – ψάρια – όσπρια.</p>	<p>Διαχωρισμός των τροφίμων και των παραγώγων τους σε ομάδες (Βιολογία, Φυσική Αγωγή, Πληροφορική, Αγωγή Υγείας, Αισθητική αγωγή).</p>
<p>Να μάθουν να συνδέουν τη σωματική και ψυχική τους ανάπτυξη με τις διατροφικές τους επιλογές και να διαμορφώνουν ένα δυνατό χαρακτήρα.</p>	<p>Λίπη – έλαια. Γλυκίσματα, ροφήματα, ποτά. Σχεδιασμός γευμάτων.</p>	<p>Γίνεται αντιπαράθεση σχετικά με τα μειονεκτήματα και πλεονεκτήματα των ομάδων τροφίμων (Βιολογία).</p>
	<p>9 ώρες</p>	<p>Συλλογή και αξιολόγηση πληροφοριών για τα διάφορα επαγγέλματα που έχουν σχέση με την προετοιμασία, παρασκευή και διάθεση τροφίμων (Πληροφορική, βιολογία). Παρασκευάζεται και παρουσιάζεται στην τάξη πρωινό και δεκατιανό γεύμα.</p>

και για τη Β Γυμνασίου:

<p>Να αποκτήσουν ειδικές γνώσεις για δίαιτες και διαιτολόγια, να κατανοήσουν τη σχέση που υπάρχει μεταξύ διατροφής και υγείας.</p> <p>Να ασκηθούν στο πώς μπορούν να φτιάξουν το ατομικό τους διαιτολόγιο, να σχεδιάζουν τα γεύματα.</p> <p>Να εμπλουτίσουν το λεξιλόγιό τους. Να μάθουν να παρατηρούν, να ερευνούν, να συνεργάζονται και να μεταφέρουν χρήσιμες γνώσεις στην οικογένειά τους. Να αποκτήσουν σωστές συνήθειες διατροφής.</p> <p>Να κατανοήσουν ότι οι ποσότητες αναγκαίων θρεπτικών συστατικών διαφέρουν ανάλογα με την ηλικία, την κατάσταση, την εργασία και το περιβάλλον διαβίωσης και ότι ορισμένοι άνθρωποι χρειάζονται ιδιαίτερη διατροφική φροντίδα.</p>	<p><i>Διατροφή και Διαιτολογία</i></p> <p>Διατροφή και Υγεία.</p> <p>Θερμίδες.</p> <p>Πρωτεΐνες.</p> <p>Υδατάνθρακες.</p> <p>Λιπίδια.</p> <p>Βιταμίνες.</p> <p>Μεταλλικά στοιχεία.</p> <p>Νερό και Ηλεκτρολύτες.</p> <p>Φυτικές ίνες.</p> <p>Διατροφή στον κύκλο της ζωής.</p> <p>Σύνταξη διαιτολογίου.</p> <p>Διαιτολόγιο αθλητών.</p> <p>Σύγχρονη τεχνολογία και τρόφιμα.</p> <p>13 ώρες</p>	<p>Διερεύνηση των διατροφικών συνηθειών στην οποία χρησιμοποιούνται μικρά ερωτηματολόγια, ολιγόλεπτα τεστ, σταυρόλεξα, εργασίες, διαφάνειες, άρθρα από περιοδικά και εφημερίδες, εργασίες παιδιών. (Γλώσσα, Πληροφορική, Αγωγή Υγείας, Αισθητική αγωγή).</p> <p>Οργανώνουν δραστηριότητες ευαισθητοποίησης για τα ανήμπορα άτομα και μαθαίνουν να προσφέρουν όχι μόνο γνώσεις, αλλά και υπηρεσίες (Φυσική αγωγή, Αγωγή Υγείας, Αισθητική Αγωγή).</p> <p>Επίσκεψη σε χώρους παραγωγής, επεξεργασίας, διατήρησης, συντήρησης και παρασκευής τροφίμων και σχεδιασμός ενός δείγματος τροφίμου που θα μπορούσε να μπει στην παραγωγή (Αγωγή Υγείας, Αγωγή καταναλωτή, Πληροφορική, Τεχνολογία).</p>
--	--	--

Εξάλλου, από το ΠΣ θεωρείται για τη διδασκαλία της Οικιακής Οικονομίας επιβεβλημένη η μαθητοκεντρική διδασκαλία. Έτσι, συστήνεται οι μαθητές και οι μαθήτριες να συμμετέχουν ενεργά, η τάξη να χωρίζεται σε ομάδες εργασίας, με παραδείγματα που αναφέρονται από τους ίδιους τους μαθητές να εντοπίζονται διάφορα προβλήματα και να προτείνονται λύσεις, να εντοπίζονται λανθασμένες πρακτικές, τάσεις και συμπεριφορές, με μικρόερευνες από μαθητές να βγαίνουν συμπεράσματα, να καταγράφονται και να κρίνονται μηνύματα από τα διάφορα Μ.Μ.Ε., να ελέγχονται επιθυμίες, να λαμβάνονται αποφάσεις κλπ. Όπως για τα περισσότερα μαθήματα, έτσι και για τη Οικιακή Οικονομία το ΠΣ προτείνει επίσης την υλοποίηση σχεδίων εργασίας. Τα προτεινόμενα σχέδια καταδεικνύουν ότι η διατροφή είναι έντονα διαθεματική ή μάλλον υπερθεματική έννοια και η διδακτική αξιοποίησή της με αυτόν τον τρόπο είναι ιδιαίτερα αποδοτική:

Ομάδες Τροφίμων. Εκπόνηση ατομικών και ομαδικών εργασιών με καθήκοντα τη συγκέντρωση πληροφοριών για κάθε τρόφιμο, συλλογές εικόνων από αρχαία αγγεία, συλλογές κειμένων από αρχαίους συγγραφείς, σύνθεση κατάλληλων σκηνικών και κοστουμιών, με σκοπό τη δημιουργία μιας θεατρικής παράστασης που να παρουσιάζει τα

πλεονεκτήματα και μειονεκτήματα των ομάδων τροφίμων. **Θεμελιώδεις διαθεματικές έννοιες:** Διάσταση, Αλληλεπίδραση, Ομοιότητα-Διαφορά, Μεταβολή, Μονάδα-Σύνολο, κ.λπ. **Προεκτάσεις** στην Αισθητική Αγωγή, Τεχνολογία, Γλώσσα, Βιολογία, Χημεία.

Ελληνική παραδοσιακή διατροφή – Ήθη, έθιμα, παραδόσεις του Ελληνικού λαού: Οργάνωση ατομικών και ομαδικών εργασιών με καθήκοντα τη συγκέντρωση στοιχείων και εικόνων από περιοδικά και βιβλία, από αρχαία κείμενα, από προφορικές αφηγήσεις γεροντότερων, με σκοπό τη δημιουργία έκθεσης με τοπικά εδέσματα και τοπικά έθιμα και παραδόσεις. **Θεμελιώδεις διαθεματικές έννοιες:** Διάσταση, Αλληλεπίδραση, Επικοινωνία, Ομοιότητα-Διαφορά, Μεταβολή, Μονάδα-Σύνολο, Πολιτισμός κ.λπ. **Προεκτάσεις** στην Αισθητική Αγωγή, Φυσική Αγωγή, Ιστορία, Γλώσσα, Γεωγραφία, Θρησκευτικά.

Τα σχετικά κεφάλαια των εγχειριδίων της Οικιακής Οικονομίας με τους τίτλους *Διατροφή* στην Α Γυμνασίου και *Διατροφή και Διαιτολογία και Συμπεριφορά του Καταναλωτή* στη Β Γυμνασίου κερδίζουν επίσης τις εντυπώσεις μας, αφού τα περιεχόμενά τους είναι ιδιαίτερα περιεκτικά και επίκαιρα και συνοδεύονται από πολύ αποτελεσματικές εργασίες και δραστηριότητες. Το κεφάλαιο της Α Γυμνασίου, π.χ., υπηρετεί έναν πλούτο στόχων και προσφέρει εξίσου ευρύ εννοιολογικό οπλοστάσιο:

Να συνειδητοποιήσουν τη σπουδαιότητα της διατροφής για την επιβίωση, την ανάπτυξη και την υγεία, δηλαδή για την ποιότητα της ζωής τους.

Να κατατάσσουν τα τρόφιμα στις ομάδες τροφίμων που ανήκουν.

Να γνωρίζουν τα θρεπτικά συστατικά και την επίδρασή τους στον οργανισμό.

Να αναγνωρίζουν τα τρόφιμα που ανήκουν στην ομάδα γάλακτος και γαλακτοκομικών.

Να γνωρίζουν τα θρεπτικά συστατικά που περιέχονται στην ομάδα αυτή.

Να γνωρίζουν τις μορφές κυκλοφορίας γάλακτος και γαλακτοκομικών στην αγορά.

Να αναγνωρίζουν τα τρόφιμα που ανήκουν στην ομάδα των λαχανικών και φρούτων.

Να γνωρίζουν τα θρεπτικά συστατικά των λαχανικών και των φρούτων.

Να γνωρίζουν τις ημερήσιες συνιστώμενες ποσότητες.

Να συνειδητοποιήσουν την ευεργετική τους επίδραση στην υγεία μας.

Να αναγνωρίζουν τα τρόφιμα που ανήκουν στην ομάδα των δημητριακών και τον ψωμιού.

Να γνωρίζουν τα θρεπτικά συστατικά των δημητριακών και τον ψωμιού.

Να εντοπίσουν τα οφέλη των προϊόντων ολικής άλεσης των δημητριακών.

Να αναγνωρίζουν τα τρόφιμα που ανήκουν στην ομάδα τον κρέατος-ψαριού-οσπρίων.

Να διακρίνουν τα σημαντικότερα συστατικά που περιέχουν και την επίδρασή τους στην υγεία μας.

Να γνωρίζουν γιατί συστήνεται στους ενήλικες περιορισμένη πρόσληψη κόκκινου κρέατος και να αναγνωρίσουν από ποια τρόφιμα μπορεί να αντικατασταθεί.

Να αναγνωρίζουν τα τρόφιμα που ανήκουν στην ομάδα των λιπών και ελαίων.

Να διακρίνουν τα είδη λιπιδίων που περιέχει κάθε κατηγορία και την επίδραση τους στην υγεία μας.

Να γνωρίζουν γιατί συστήνεται το ελαιόλαδο και γιατί αποφεύγουμε τα στερεά λιπίδια.

Να αναγνωρίζουν τα τρόφιμα που ανήκουν στα γλυκίσματα-ροφημάτα-ποτά.

Να διακρίνουν τα συστατικά που επηρεάζουν αρνητικά την υγεία μας.

Να συνειδητοποιήσουν τα οφέλη και τους κινδύνους της κατανάλωσης οινοπνεύματος.

Να γνωρίζουν ποια είδη γλυκισμάτων και αναψυκτικών πρέπει να προτιμούν και γιατί.

Να αναγνωρίζουν τις τροφές οι οποίες, όταν καταναλώνονται συστηματικά σε μεγάλες ποσότητες, ενδέχεται να προκαλέσουν βλάβες στον οργανισμό, ώστε να τις αποφεύγουν.

Να γνωρίζουν την Ελληνική Μεσογειακή Διατροφή και να διακρίνουν την ευκολία στην εφαρμογή της.

Να μάθουν με ποια συχνότητα και σε ποιες αναλογίες συστήνεται να καταναλώνουμε τα τρόφιμα κάθε ομάδας.

Να διακρίνουν τη σημασία της ποικιλίας στο ισορροπημένο διαιτολόγιο.

Να συνειδητοποιήσουν ότι η σωστή διατροφή επηρεάζει την έκβαση της υγείας και την ποιότητα της ζωής μας.

Λέξεις κλειδιά: τρόφιμο, τροφή, φαγητό, επιστήμη διατροφής-διαιτολογίας, ποιότητα ζωής, ευεξία, διατροφοεξαρτώμενη ασθένεια, υποσιτισμός, υπερφαγία, αναιμία, οστεοπόρωση, παχυσαρκία, διατροφικές συνήθειες, θρεπτικά συστατικά, ομάδες τροφίμων, αντιοξειδωτικές ουσίες, θερμίδες, συμπληρώματα διατροφής, γάλα, τυρί, γιαούρτι, γαλακτοκομικά προϊόντα light, είδη γάλακτος, κορεσμένα λιπίδια, ασβέστιο, οστεοπόρωση, πρωτεΐνη και ριβοφλαβίνη, λαχανικά, ζαρζαβατικά, χορταρικά, μυρωδικά, φρούτα, διατροφοεξαρτώμενες ασθένειες, δημητριακά, δημητριακά πρωινού, ψωμί, προϊόντα ολικής άλεσης, πατάτες, ρύζι, ζυμαρικά, κόκκινο κρέας, αλλαντικά, πουλερικά, ψάρι, θαλασσινά, αβγό, όσπρια, κορεσμένα λιπαρά οξέα, χοληστερόλη (χοληστερίνη), διατροφοεξαρτώμενη ασθένεια, ελαιόλαδο, σπορέλαια, βούτυρο, μαργαρίνη, ξηροί καρποί, μονοακόρεστα- πολυακόρεστα- κορεσμένα λιπαρά οξέα, χοληστερόλη (χοληστερίνη), ζάχαρη, κενές θερμίδες, παραδοσιακά γλυκά, οινοπνευματώδη ποτά, κρασί, αλκοολισμός, αναψυκτικά, ροφήματα, νερό, πυραμίδα διατροφής, Ελληνική Μεσογειακή διατροφή, οδηγίες σε επίπεδο τροφίμων, ισορροπημένο διαιτολόγιο, ποικιλία τροφίμων, μέτρο στην ποσότητα τροφής.

Παράλληλα, στο τετράδιο εργασιών του μαθήματος περιέχονται πολύ αξιόλογες δραστηριότητες που αποσκοπούν στην όξυνση της κριτικής ικανότητας των μαθητών, όπως π.χ. η σύγκριση μεταξύ ποικίλων τιμών που χαρακτηρίζουν δύο διαφορετικά τρόφιμα.

Το συμπέρασμα λοιπόν που προκύπτει είναι ότι η συνεισφορά του μαθήματος της Οικιακής Οικονομίας στο διατροφικό γραμματισμό των μαθητών είναι κεφαλαιώδης.

Η διδασκαλία της Οικιακής Οικονομίας πραγματοποιείται στις δύο πρώτες τάξεις του Γυμνασίου και πολλές έννοιες, όροι και ιδέες, που αυτή διδάσκει απαντούν και σε άλλα μαθήματα, όπως της Γεωλογίας-Γεωγραφίας στην Α και Β Γυμνασίου και της Φυσικής και της Χημείας στη Β και Γ Γυμνασίου. Με αυτόν τον τρόπο “δένονται” όλες οι παρεχόμενες γνώσεις και υλοποιείται στην πράξη η διδακτική ιδέα ότι η γνώση είναι ενιαία, η ολιστική ιδέα δηλαδή περί γνώσης και διδασκαλίας, που ανήκει στις αρχές του ΠΣ. Ο άλλος πυλώνας που στηρίζει τη διατροφή ως γνωστικό άξονα στο Γυμνάσιο είναι η Βιολογία, η οποία διδάσκεται στην Α και Γ Γυμνασίου. Το μάθημα αυτό προβάλλει τη διαδικασία της διατροφής ως βιολογικό φαινόμενο από διευρυμένη οπτική γωνία, δηλαδή σε σχέση με όλα τα έμβια όντα. Για την Α Γυμνασίου ορίζονται τα εξής:

<p>Να αναγνωρίζει ότι οι οργανισμοί, προκειμένου να επιβιώσουν, ανταλλάσσουν ουσίες με το περιβάλλον τους (αλληλεπίδραση).</p>	<p><i>Πρόσληψη θρεπτικών ουσιών – πέψη</i> Τροφή: πηγή ενέργειας και θρεπτικών ουσιών για τους οργανισμούς.</p>	<p>Συγκέντρωση και καταγραφή στοιχείων που αφορούν τους μηχανισμούς πρόσληψης τροφής φυτικών και ζωικών οργανισμών - Ομαδοποίηση των οργανισμών με βάση τα στοιχεία αυτά.</p>
<p>Να αναγνωρίζει ότι οι οργανισμοί καλύπτουν τις ανάγκες τους σε θρεπτικές ουσίες και ενέργεια με την τροφή.</p>	<p>Παραγωγή θρεπτικών ουσιών στα φυτά – Φωτοσύνθεση. Πρόσληψη τροφής και πέψη θρεπτικών ουσιών:</p>	<p>Παρατήρηση της μεταφοράς του νερού στα φυτά - Τριχοειδή φαινόμενα, ώσμωση, ανταλλαγή ουσιών διαμέσου μεμβράνης (Φυσική).</p>
<p>Να διακρίνει τους διαφορετικούς τρόπους με τους οποίους εξασφαλίζουν θρεπτικές ουσίες τα φυτά και τα ζώα.</p>	<p>σε μονοκύτταρους οργανισμούς σε ασπόνδυλα σε σπονδυλωτά</p>	<p>Εργαστηριακές Ασκήσεις Ανίχνευση σακχάρων σε φυτό.</p>
<p>Να ονομάζει τι χρησιμοποιείται και τι παράγεται κατά τη διάρκεια της φωτοσύνθεσης, και να επισημαίνει το ρόλο της φωτεινής ακτινοβολίας σ' αυτήν.</p>	<p>(4 ώρες)</p>	<p>Ανίχνευση αμύλου σε φύλλο. Ανίχνευση του οξυγόνου που παράγεται κατά τη φωτοσύνθεση.</p>
<p>Να αιτιολογεί τη σημασία της φωτοσύνθεσης για τη ζωή στον πλανήτη μας.</p>		<p>Σχεδιασμός πειράματος με το οποίο αποδεικνύεται η επίδραση της θερμοκρασίας στη διαδικασία της φωτοσύνθεσης.</p>

Να περιγράφει τη διαδικασία πρόσληψης τροφής από μονοκύτταρους οργανισμούς με φαγοκυττάρωση.

Να αναγνωρίζει την ποικιλομορφία των μηχανισμών πρόσληψης της τροφής στους ζωικούς οργανισμούς και να περιγράφει τους πιο χαρακτηριστικούς από αυτούς σε ασπόνδυλα και σπονδυλωτά.

Να διακρίνει την ενδοκυτταρική (μονοκύτταροι οργανισμοί) από την εξωκυτταρική (πολυκύτταροι οργανισμοί) πέψη.

Να περιγράφει, με αδρές γραμμές, την πορεία πέψης στα ασπόνδυλα χρησιμοποιώντας ένα χαρακτηριστικό παράδειγμα.

Να περιγράφει, σε γενικές γραμμές, την πορεία πέψης σε σπονδυλωτά, χρησιμοποιώντας για κάθε ομάδα (ψάρια, αμφίβια, πτηνά, θηλαστικά) από ένα χαρακτηριστικό παράδειγμα.

Να διακρίνει μορφολογικά ή λειτουργικά χαρακτηριστικά που αφορούν την πρόσληψη τροφής ή την πέψη και να τα συσχετίζει με την εξέλιξη των οργανισμών.

Να ονομάζει και να περιγράφει, συνοπτικά, τα όργανα του πεπτικού συστήματος του ανθρώπου και να εξηγεί το ρόλο καθενός από αυτά στη διαδικασία της πέψης

Το πεπτικό σύστημα του ανθρώπου.

Συστατικά της τροφής του ανθρώπου – θρεπτικές ουσίες – προϊόντα διάσπασης των

Εργασία των μαθητών με προπλάσματα των οργάνων του πεπτικού συστήματος του ανθρώπου για την κατανόηση της δομής του και της πορείας που ακολουθεί η τροφή κατά

(καταμερισμός, συνεργασία).	Θρεπτικών ουσιών.	την πέψη.
Να εξηγεί το ρόλο των δοντιών στη διαδικασία της πέψης και να αιτιολογεί την ανάγκη προστασίας τους.	Όργανα του πεπτικού συστήματος –δομή και λειτουργία.	Παρατήρηση της συσκευασίας διαφόρων προϊόντων διατροφής και καταγραφή των στοιχείων που αφορούν την παρεχόμενη ενέργεια, τις βιταμίνες, την ύπαρξη σ' αυτά πρόσθετων ουσιών (συντηρητικά κτλ.). Συζήτηση και προβληματισμός για τη συμπεριφορά του καταναλωτή των προϊόντων αυτών.
Να αναφέρει τις βασικές κατηγορίες θρεπτικών ουσιών και να εξηγεί το ρόλο τους στη λειτουργία του ανθρώπινου οργανισμού.	Διαδικασία πέψης της τροφής – διάσπαση των θρεπτικών ουσιών - απορρόφηση χρήσιμων ουσιών – αποβολή άχρηστων.	Συζήτηση για τις ενέργειες που βοηθούν στην προστασία των δοντιών – Σχολιασμός εικόνων που περιγράφουν το σωστό τρόπο βουρτσίσματος των δοντιών. Σύγκριση από κάθε μαθητή της δικής του καθημερινής πρακτικής με τη σωστή
Να αναφέρει τα προϊόντα της διάσπασης των πρωτεϊνών, των υδατανθράκων και των λιπών στο πεπτικό σύστημα.	Τροφή και ενέργεια.	Πραγματοποίηση εργασιών (ομαδικών ή ατομικών) σε θέματα που αφορούν τη διατροφή του σύγχρονου ανθρώπου και τις διάφορες τάσεις που επικρατούν σχετικά μ' αυτήν (χορτοφαγία κτλ.). Σύγκριση και προβληματισμός για τις διατροφικές συνήθειες των μελών της ομάδας (Οικ. Οικονομία).
Να αναφέρει ασθένειες που αφορούν το πεπτικό σύστημα και να συσχετίζει την εμφάνισή τους με τη δράση διαφόρων παραγόντων του περιβάλλοντος ή παραγόντων που σχετίζονται με ατομικές πρακτικές ή συμπεριφορές (π.χ. διατροφή).	Διατροφικές ανάγκες του ανθρώπινου οργανισμού. Παράγοντες που επηρεάζουν την λειτουργία του πεπτικού συστήματος (αλκοόλ κ.ά.). (4 ώρες)	Εργαστηριακές Ασκήσεις Προσδιορισμός της αποδιδόμενης ενέργειας από την καύση ενός φιστικιού. Ανίχνευση πρωτεϊνών, ζαχάρων, αμύλουλιπιδίων σε τρόφιμα.

και η εξής για τη Γ Γυμνασίου:

Να αναγνωρίζει την τροφή ως πηγή ενέργειας και χημικών ουσιών για τον ανθρώπινο οργανισμό.

Να αναγνωρίζει ότι οι διαδικασίες του οργανισμού με τις οποίες απελευθερώνεται ή καταναλώνεται ενέργεια στηρίζονται σε χημικές αντιδράσεις.

Να ορίζει την έννοια του μεταβολισμού (αναβολισμού – καταβολισμού) και να τη συσχετίζει με τις ενεργειακές μεταβολές στα κύτταρα.

Να αιτιολογεί γιατί οι αναβολικές και οι καταβολικές αντιδράσεις γίνονται ταυτόχρονα στον ανθρώπινο οργανισμό.

Να αναγνωρίζει το ρόλο της γλυκόζης στη κάλυψη των ενεργειακών αναγκών του κυττάρου.

Να περιγράφει τη διαδικασία της κυτταρικής αναπνοής και να αναγνωρίζει το ρόλο της στην εξασφάλιση ενέργειας.

Να διακρίνει την κυτταρική αναπνοή σε αερόβια και αναερόβια και να αναφέρει απλά χαρακτηριστικά παραδείγματα για την κάθε περίπτωση.

Να αιτιολογεί τη σημασία των ενζύμων για τη διεξαγωγή των χημικών αντιδράσεων που γίνονται στον οργανισμό.

Να περιγράφει τον τρόπο

Τροφή: πηγή ενέργειας - Ένζυμα - Μεταβολισμός

Εξώθερμες – ενδόθερμες αντιδράσεις – Μεταφορά ενέργειας

Μεταβολισμός (Αναβολισμός - Καταβολισμός) - Κυτταρική αναπνοή

Ένζυμα – τρόπος δράσης – παράγοντες που επηρεάζουν τη δράση τους

(3 ώρες)

Πραγματοποίηση εργασιών (ομαδικών ή ατομικών) σχετικών με την αξιοποίηση των ενζύμων στην καθημερινή ζωή. Με τη βοήθεια κατάλληλων παραδειγμάτων (π.χ. συμπτώματα από την εμφάνιση πυρετού, οδηγίες για τη χρήση προϊόντων που περιέχουν ένζυμα όπως τα απορρυπαντικά κ.ά.) οι μαθητές αναγνωρίζουν τη χρησιμότητα των γνώσεων που αποκτούν για την καθημερινή τους ζωή και ασκούνται στο να τις χρησιμοποιούν.

Προσδιορισμός παραγόντων που επηρεάζουν το μεταβολισμό (Χημεία, Οικ. Οικονομία).

Εργαστηριακές ασκήσεις

Κατασκευή πρόχειρου θερμιδόμετρου ή χρησιμοποίηση υπάρχοντος στο σχολικό εργαστήριο, και μέτρηση της εσωτερικής ενέργειας ζάχαρης, φασολιών κλπ.

Πείραμα προσθήκης H_2O_2 σε ιστό ήπατος για την ανίχνευση της δράσης των ενζύμων.

Μελέτη της σχέσης φωτοσύνθεσης και αναπνοής με τον προσδιορισμό του παραγόμενου και του καταναλισκόμενου, αντίστοιχα, διοξειδίου του άνθρακα.

δράσης των ενζύμων και να αναφέρει παράγοντες που την επηρεάζουν.

Να χρησιμοποιεί τις γνώσεις του σχετικά με τα ένζυμα για να ερμηνεύει φαινόμενα ή καταστάσεις που αφορούν τον εαυτό του (π.χ. αποτελέσματα του πυρετού κτλ.) ή να αιτιολογεί οδηγίες που πρέπει να ακολουθεί στην καθημερινή του ζωή (π.χ. κατά τη χρησιμοποίηση διαφόρων προϊόντων, όπως τα απορρυπαντικά κ.ά.)

Το ΠΣ προτείνει επίσης ενδεικτικά για την Α Γυμνασίου την πραγματοποίηση ενός διαθεματικού σχεδίου εργασίας, που αναδεικνύει, ειδικά μέσω της διαθεματικής - πολυθεματικής αξιοποίησής του, το θέμα ως θεμελιώδες, επίκαιρο και σύνθετο:

Διατροφή – Μεσογειακή διαίτα, η σχέση της με το περιβάλλον, τα αποτελέσματά της για τη ζωή των μεσογειακών λαών. Οι μαθητές συλλέγουν και φέρνουν στην τάξη προϊόντα που αποτελούν συστατικά της Μεσογειακής διατροφής (όσπρια, λαχανικά, ψάρια, λάδι κλπ) και πραγματοποιούν εργασίες σχετικές με την καταγραφή των συστατικών αυτών των τροφών (βιταμίνες, φυτικές ίνες κ.ά.), τη σημασία τους για την υγεία του καταναλωτή, τα είδη των τροφών στα οποία είναι πλούσια σ' αυτές, τη διαθεσιμότητά τους στις διαφορετικές εποχές του έτους. Μετά την παρουσίαση των εργασιών οι μαθητές συγκρίνουν διαφορετικές τροφές (π.χ. μια πίτσα με ένα παραδοσιακό μεσογειακό πιάτο) από την άποψη του θερμιδικού περιεχομένου, την ύπαρξη φυτικών ινών, πολυακορέστων λιπών κτλ. **Θεμελιώδεις διαθεματικές έννοιες:** Σύστημα, ισορροπία, αλληλεπίδραση. **Προεκτάσεις:** στη Χημεία και στην Οικιακή οικονομία

Όπως εκείνα της Οικιακής Οικονομίας, έτσι και τα εγχειρίδια της Βιολογίας αναπτύσσουν το ΠΣ σε πολύ ικανοποιητικά διδακτικά κεφάλαια. Στην Α Γυμνασίου το κεφάλαιο που τιτλοφορείται *Πρόσληψη ουσιών και πέψη* υπηρετεί πλατιά στοχοθεσία:

Αυτότροφοι οργανισμοί προμηθεύονται από το περιβάλλον απλές χημικές ουσίες και, με τη βοήθεια της ηλιακής ακτινοβολίας, συνθέτουν πιο πολύπλοκες με τη διαδικασία της φωτοσύνθεσης. Οι υπόλοιποι οργανισμοί παίρνουν έτοιμη την τροφή τους, είναι δηλαδή ετερότροφοι (καταναλωτές ή αποικοδομητές). Οι μονοκύτταροι οργανισμοί διασπούν την τροφή στο εσωτερικό του κυττάρου τους (ενδοκυτταρική πέψη). Τα θηλαστικά μπορεί να είναι φυτοφάγα ή σαρκοφάγα. Το πεπτικό σύστημα του ανθρώπου αποτελείται από τη

στοματική κοιλότητα, τον φάρυγγα, τον οισοφάγο, το στομάχι, το λεπτό και το παχύ έντερο και τους προσαρτημένους αδένες (σιελογόνοι αδένες, συκώτι και πάγκρεας). Ο άνθρωπος πρέπει μέσα από μια ισορροπημένη διατροφή να προσλαμβάνει υδατάνθρακες, λίπη, πρωτεΐνες, βιταμίνες, άλατα μετάλλων και νερό. Για τη διασφάλιση της υγείας μας πρέπει να ακολουθούμε την ελληνική παραδοσιακή διατροφή και να φροντίζουμε τα δόντια μας.

Λέξεις Κλειδιά τροφή, Θρεπτικές ουσίες, μεταβολισμός, φωτοσύνθεση, χλωροφύλλη, γλυκόζη, ενδοκυτταρική και εξωκυτταρική πέψη, φαγοκυττάρωση, ψευδοπόδια, πεπτικό σύστημα, στόμα, φάρυγγας, οισοφάγος, στομάχι, λεπτό και παχύ έντερο, πρωκτός, αμάρα, προσαρτημένοι αδένες, σιελογόνοι αδένες, συκώτι, πάγκρεας, αμυλάση, δόντια, γαστρικό υγρό, λάχνες, χολή, υδατάνθρακες, λίπη, πρωτεΐνες, ισορροπημένη διατροφή, φυτικές ίνες, τερηδόνα, ουλίτιδα.

Στο εγχειρίδιο της Γ Γυμνασίου παρέχονται επιπλέον στοιχεία για τη διατροφή, που ολοκληρώνουν την παρουσίαση του θέματος, ενώ και η διδασκαλία της Βιολογίας θα πρέπει κανονικά να διεξάγεται με βάση τις αρχές και μεθόδους που αναφέρθηκαν πιο πριν προκειμένου για την Οικιακή οικονομία.

Η επισκόπηση ολοκληρώνεται με το μάθημα της Ελληνικής Γλώσσας, όπου το εγχειρίδιο της Α τάξης περιέχει ενότητα με τον τίτλο *Φροντίζω για τη διατροφή και την υγεία μου*. Σκοπός της ενότητας είναι η διδασκαλία γλωσσικών δομών, που πραγματοποιείται με βάση το θέμα της διατροφής, γύρω από το οποίο θα πρέπει να αναπτυχθούν οι διάφορες δραστηριότητες. Είναι σημαντικό ότι περιέχει ποικίλα αξιόλογα μη λογοτεχνικά κείμενα με τη θεματική αυτή, που μπορούν να τροφοδοτήσουν πολλές σχετικές συζητήσεις. Η διαθεματική δραστηριότητα με την οποία είθισται να λήγει κάθε διδακτική ενότητα της σειράς για την Ελληνική γλώσσα του Γυμνασίου καλεί τους μαθητές να κατασκευάσουν, αξιοποιώντας και διάφορες διαδικτυακές πηγές, ένα εβδομαδιαίο πρόγραμμα υγιεινής διατροφής.

Εξάλλου, στη λογική της διαθεματικότητας και της πολυέδρης αντιμετώπισης των γνωστικών θεμάτων ένα θέμα, όπως η διατροφή, δεν μπορεί να εξετάζεται στο σχολείο, και ειδικά στην υποχρεωτική εκπαίδευση, μονόπλευρα, π.χ. μόνο ως βιολογικό φαινόμενο. Ιδιαίτερα επίκαιρος, από ψυχοκοινωνικοεπιστημονική οπτική γωνία, είναι π.χ. ο συσχετισμός του με τα θέματα της φτώχειας και του καταναλωτισμού, που προτείνεται σε σχέδιο εργασίας το οποίο συστήνεται στο μάθημα της Κοινωνικής και Πολιτικής Αγωγής της Γ Γυμνασίου:

Φτώχεια, ανεργία, καταναλωτισμός: Εκπόνηση ατομικών ή ομαδικών εργασιών (πίνακες, διαγράμματα, εκθέσεις κ.λπ.) μετά από συγκέντρωση στοιχείων από εφημερίδες, περιοδικά, βιβλία, Ε.Σ.Υ.Ε., ΟΑΕΔ κ.λπ για τη φτώχεια, την ανεργία, τον καταναλωτισμό. **Θεμελιώδεις έννοιες:** Αλληλεπίδραση, μεταβολή, Άτομο-κοινωνία, Σύστημα, Πολιτισμός κ.λπ. **Προεκτάσεις** στην Οικιακή Οικονομία, την Ιστορία, τα Μαθηματικά, τη Γεωγραφία, το ΣΕΠ και τη Γλώσσα.

Τέλος, επειδή η διατροφή σχετίζεται στενά με τη σωματική υγεία, είναι σαφές ότι η προβληματική της αγγίζει και τη Φυσική Αγωγή, προτεραιότητα της οποίας είναι, σύμφωνα με το ΠΣ, *η ανάπτυξη των κινητικών δεξιοτήτων των μαθητών και μέσω αυτών η καλλιέργεια των φυσικών τους ικανοτήτων και η προαγωγή της υγείας τους*. Για τη Φυσική Αγωγή προτείνεται ενδεικτικά το εξής σχέδιο, στο οποίο διαπλέκονται ποικίλα θέματα, όπως άσκηση, υγεία, διατροφή:

«Άσκηση και Υγεία» ή «Διά βίου άσκηση». Εκπόνηση ομαδικών και ατομικών εργασιών με καθήκοντα τη συλλογή πληροφοριών που σχετίζονται με το θέμα, με ανασκόπηση της βιβλιογραφίας (γραφτού και ηλεκτρονικού τύπου), την καταγραφή των ωφελειών της άσκησης, τη βιντεοσκόπηση ή τη φωτογράφιση αθλημάτων αναψυχής (ράφτινγκ, πεζοπορία, ορειβασία κ.ά.), τη συμμετοχή σε αθλήματα του βουνού και της θάλασσας, τη μελέτη της πυραμίδας μεσογειακής διατροφής, την κατασκευή αυτής της πυραμίδας στο μάθημα της Τεχνολογίας. **Θεμελιώδεις διαθεματικές έννοιες:** Χώρος, χρόνος, πολιτισμός, παράδοση, ομοιότητες - διαφορές, ισορροπία, συνεργασία, επικοινωνία, ομαδικότητα, εξέλιξη, μεταβολή, σύστημα, άτομο. **Προεκτάσεις** στην Αισθητική Αγωγή (Εικαστικά, Μουσική), στην Τεχνολογία, στην Οικιακή Οικονομία, στην Πληροφορική, στη Λογοτεχνία.

Από τα παραπάνω διαπιστώνουμε ότι η διδασκαλία επάνω και γύρω από τον άξονα της διατροφής στο Γυμνάσιο, όπως τουλάχιστον αναδύεται μέσα από το ΠΣ και το αντίστοιχο εκπαιδευτικό υλικό, εμφανίζει ως ύλη και διαδικασία ιδιαίτερο ενδιαφέρον: υπό ιδεατές συνθήκες στο μαθητικό κοινό προσφέρεται ευρύ φάσμα γνώσεων επάνω στο θεματικό πεδίο, ενώ η ποικιλία των γνωστικών αντικειμένων, που το διεκδικούν, το εμπριέχουν ή το φιλοξενούν στη θεματική τους, καθώς και το είδος των διδακτικών μεθόδων που προτείνεται να χρησιμοποιηθούν για την προσέγγισή του με κυρίαρχη την ερευνητική-ανακαλυπτική, εγγυώνται ότι οι γνώσεις μπορούν, τουλάχιστον, να μετατραπούν σε δεξιότητες και στάσεις/αξίες, ώστε να διαμορφωθούν ενεργοί και συνειδητοποιημένοι ως προς το θέμα πολίτες. Μπορούμε λοιπόν να πούμε ότι με τα γνωστικά αντικείμενα τίθεται το υπόβαθρο όχι μόνο για την απόκτηση από τους μαθητές γνώσεων για τη διατροφή, αλλά και για την ανάπτυξη της κριτικής τους ικανότητας, για την αφομοίωση δηλαδή των γνώσεων και για την απόκτηση των δεξιοτήτων που συνολικά ονομάσαμε διατροφικό γραμματισμό. Αυτός ο διατροφικός γραμματισμός μέσα από τα γνωστικά αντικείμενα, που μπορεί να χαρακτηριστεί θεωρητικός, θα πρέπει να διευρυνθεί και να εμπλουτιστεί με την εμπλοκή των μαθητών με τη διατροφή σε ένα άλλο σχολικό πεδίο, αυτό των σχολικών δραστηριοτήτων, το οποίο αντιπροσωπεύει μια πιο πρακτική πλευρά του διατροφικού γραμματισμού.

Διατροφικός γραμματισμός στα προγράμματα σχολικών δραστηριοτήτων

Όπως γνωρίζουμε, το ισχύον ΠΣ εισήγαγε με επίσημο τρόπο στο σχολείο τα λεγόμενα “προγράμματα σχολικών δραστηριοτήτων”, καταρχήν αυτό της Αγωγής υγείας και της Περιβαλλοντικής εκπαίδευσης, αργότερα και αυτά της Αγωγής σταδιοδρομίας, της Αγωγής καταναλωτή, των Πολιτιστικών θεμάτων κλπ. Με την εισαγωγή των προγραμμάτων, τα οποία, ιδίως στο Δημοτικό, ταυτίζονται με τη λεγόμενη Ευέλικτη ζώνη, εξυπηρετούνται προπαντός οι αρχές της διαθεματικότητας και της μαθητοκεντρικότητας που έχει υιοθετήσει το ελληνικό ΠΣ, αφού οι μαθητές επεξεργάζονται θέματα από την οπτική διαφόρων γνωστικών αντικειμένων και τα προσεγγίζουν μέσω της ανακαλυπτικής, της ερευνητικής και της βιωματικής μεθόδου.⁸ Γενικά με τα προγράμματα αυτά εισάγεται η πράξη στην ελληνική εκπαίδευση.⁹ Όσον αφορά τη διατροφή το ενδιαφέρον συγκεντρώνει και η Περιβαλλοντική

⁸ Ειδικό αφιέρωμα στην ευέλικτη ζώνη, *Επιθεώρηση εκπαιδευτικών θεμάτων* 6, 2002 και Καινοτόμα προγράμματα στην εκπαίδευση, *Επιθεώρηση εκπαιδευτικών θεμάτων* 13, 2007, 69 κ.ε.

⁹ Βλ. ενδεικτικά *Αξιολόγηση του Καινοτόμου Πιλοτικού Προγράμματος της Ευέλικτης Ζώνης στα σχολεία της υποχρεωτικής εκπαίδευσης*, Αθήνα 2001-02.

Εκπαίδευση, αλλά κυρίως η Αγωγή Υγείας, ως σκοπός της οποίας έχει οριστεί από το ΠΣ η προάσπιση, η βελτίωση και η προαγωγή της ψυχικής και σωματικής υγείας και της κοινωνικής ευεξίας των μαθητών, αφενός με την ανάπτυξη των κοινωνικών δεξιοτήτων τους και της κριτικής τους σκέψης, αφετέρου με την αναβάθμιση του κοινωνικού και φυσικού περιβάλλοντός τους. Η διατροφή αποτελεί έναν από τους βασικούς άξονες περιεχομένου στην Αγωγή υγείας και στην Αγωγή καταναλωτή, είναι με άλλα λόγια θέμα διαχρονικό και θεμελιώδες, με το οποίο θα πρέπει η εκπαιδευτική κοινότητα πάντοτε να ασχολείται. Με εγκύκλιο της Διεύθυνσης ΣΕΠΕΔ του Υπουργείου Παιδείας, που επικαιροποιείται κάθε χρόνο και συντονίζει την υλοποίηση των προγραμμάτων, τα χρόνια από το 2005 έως το 2014 έχουν ονομαστεί δεκαετία της εκπαίδευσης για την αειφορία και έχουν αφιερωθεί σε ποικίλα θέματα, τα οποία ευνοούν την υλοποίηση σχεδίων εργασίας με θέμα τη διατροφή: 2006 Νερό – Γαλάζιος Πλανήτης, 2007 Καταναλωτισμός & Περιβάλλον, 2008 Δάσος – Πράσινος Πλανήτης, 2009 Γεωργία, Διατροφή & Ποιότητα Ζωής, 2010 Ενέργεια- Ανανεώσιμες Πηγές & Τοπικές Κοινωνίες, 2011 Εκπαίδευση για τα Ανθρώπινα Δικαιώματα, 2012 Υγεία & Παραγωγικές Διαδικασίες, 2013 Ανθρωπογενές Περιβάλλον & Αειφόρος Διαχείριση, 2014 Ενεργοί Πολίτες.

Προκειμένου να διευκολυνθούν εκπαιδευτικοί και μαθητές, που θα επιθυμούσαν να εμπλακούν στη διαδικασία εκπόνησης τέτοιου προγράμματος, το ΠΣ περιείχε ως μοντέλο ένα προσεγμένο και ολοκληρωμένο σχέδιο για υλοποίηση πρότζεκτ διατροφής με τίτλο *Διατροφή και σκοπό την προαγωγή της ψυχικής και σωματικής υγείας των μαθητών με την υιοθέτηση υγιεινών διατροφικών συνηθειών*:

	Στόχοι	Θεμελιώδεις έννοιες
Υποενότητες		Διαθεματικής προσέγγισης
Η προέλευση των τροφών. Ποια είναι η θρεπτική αξία των τροφών σήμερα. Τι επιπτώσεις έχει η διατροφή στην υγεία.	Να κατανοήσουν την προέλευση των τροφών, την αξία τους και τις επιδράσεις τους στην υγεία.	Χώρος, Μεταβολή, Παράδοση, Εξάρτηση, Αλληλεπίδραση, Ισορροπία, Γνώση, Οργάνωση, Εξέλιξη, Άτομο, Κοινωνία, Άγχος, Αυτοεκτίμηση
Ποιες τροφές καταναλώνει ο άνθρωπος σήμερα. Ποια ήταν η διατροφή του σε άλλες εποχές.	Να ερευνήσουν τη σχέση της διατροφής με τον τόπο, το χρόνο, την οικονομία, τη θρησκεία και τον πολιτισμό. Να αξιολογήσουν τις πληροφορίες και να υιοθετούν θετικές στάσεις και συμπεριφορές.	Ομοιότητα – διαφορά. Εξέλιξη, Ανάπτυξη, Επικοινωνία, Χώρος, Χρόνος Παράδοση, Πολιτισμός, Μεταβολή, Σύστημα, Εξάρτηση

Πόσο υγιεινή είναι η διατροφή σήμερα. Πώς θα εξασφαλιστεί η σωστή διατροφή.	Να αναπτύξουν δεξιότητες ώστε να κατατάσσουν, να επεξεργάζονται και να αξιολογούν τις πληροφορίες και να συνειδητοποιούν τους κινδύνους που απειλούν την υγεία τους.	Μεταβολή, Ισορροπία, Ενέργεια, Υπευθυνότητα, Αυτοπροστασία Ιεράρχηση προτεραιοτήτων, Ταξινόμηση, Οργάνωση, Επικοινωνία, Αυτογνωσία
Πόσα ξοδεύει ο άνθρωπος σήμερα για την διατροφή. Η πείνα στον τρίτο κόσμο Μεταλλαγμένα προϊόντα Οικονομία και διατροφή	Να ερευνήσουν πόσο καθορίζει η οικονομική κατάσταση το επίπεδο ζωής και την διατροφή.	Ιεράρχηση προτεραιοτήτων Οικονομία, Εξέλιξη, Υπευθυνότητα Αυτογνωσία, Αλληλεγγύη, Εξάρτηση, Χώρος, Ανισορροπία, Άτομο, Κοινωνία Επικοινωνία, Αυτονόμηση, Ενημέρωση, Αλληλεπίδραση, Σύγκρουση, Αυτοπροστασία, Ιδιοτέλεια, Οργάνωση
Διαφήμιση και διατροφή	Να αναγνωρίζουν τη δύναμη της διαφήμισης στην κατανάλωση των τροφών, και να αντιστέκονται αναπτύσσοντας κριτική σκέψη.	Ενημέρωση, Σύγκρουση Προστασία, Άτομο, Κοινωνία, Αυτοπροστασία

Το Παιδαγωγικό Ινστιτούτο στη συνέχεια ανέπτυξε επιμορφωτική δράση και επεξεργάστηκε υλικό για την εξυπηρέτηση αυτών των καινοτόμων δράσεων και της Ευέλικτης ζώνης, στο οποίο συμπεριλήφθηκε αρκετή ύλη περί αγωγής υγείας και καταναλωτή και ειδικότερα περί διατροφής: *Οδηγός για την εφαρμογή της ευέλικτης ζώνης, Βιβλίο για το Δάσκαλο*, Αθήνα 2001, *Οδηγός για την εφαρμογή της ευέλικτης ζώνης καινοτόμων δράσεων, Βιβλίο για τον Καθηγητή*, Αθήνα 2001, *Βλέπω το σημερινό κόσμο, Πολυθεματικό βιβλίο για το Δημοτικό (2 τόμοι για τους μαθητές)*, Αθήνα 2001 και *Ευέλικτη ζώνη: διαθεματικότητα, πολυθεματικό βιβλίο και σχέδια εργασίας για το Γυμνάσιο* (βιβλίο μαθητή/καθηγητή), Αθήνα 2001.¹⁰ Τα εγχειρίδια αυτά, καθώς και το εξειδικευμένο *Αγωγή Υγείας, Βασικές Αρχές-Σχεδιασμός Προγράμματος*, *Εγχειρίδιο για Εκπαιδευτικούς Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης*¹¹, στα οποία προτείνονταν θεματικές, μεθοδολογίες και πορείες υλοποίησης, έχουν αποτελέσει χρήσιμα εργαλεία για την εκπόνηση προγραμμάτων για τη διατροφή¹².

¹⁰ Όλα ανακτητά στη διεύθυνση <http://www.pi-schools.gr/programs/EuZin>.

¹¹ Μπορεί να ανακτηθεί στη διεύθυνση http://www.pi-schools.gr/programs/agogi_ygeias/agogi_ygeias.pdf.

¹² Επιπλέον στοιχεία: <http://www.pi-schools.gr/programs/seppe/programms/Diatrofi.htm>.

Πολύ ενδιαφέροντα μοντέλα προγραμμάτων διατροφής εκπονήθηκαν επίσης με ιδιωτική πρωτοβουλία. Τα μοντέλα αυτά περιλαμβάνουν προσεγγμένα και τελειοποιημένα σχέδια. Ενδεικτικά αναφέρουμε εδώ ένα πρόγραμμα για το Δημοτικό που εντοπίσαμε στην πύλη του *Βιωματικού Σχολείου* και φέρει τον τίτλο *Μας αρέσουν τα φρούτα, τα λαχανικά και τα όσπρια*; με την ακόλουθη προτεινόμενη δομή:

ΣΚΟΠΟΣ

Οι εκπαιδευόμενοι μαθητές κατανοούν και εφαρμόζουν τις γνώσεις, για ένα υγιεινό τρόπο ζωής στην προσωπική τους ζωή, συνδέουν τη σωστή διατροφή (φρούτα, λαχανικά και όσπρια) με τη σωματική, πνευματική και την ακαδημαϊκή τους επιτυχία και τέλος, μαθαίνουν να εφαρμόζουν στην πράξη τα δικαιώματά τους (αγωγή καταναλωτή).

ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

1. Ο εκπαιδευτικός δίνει στα παιδιά ένα ερωτηματολόγιο για τις διατροφικές τους συνήθειες. Αφού το συμπληρώσουν, τους μιλά για τη μεσογειακή διατροφή, δίνοντάς τους την πυραμίδα της μεσογειακής δίαιτας. Τα παιδιά συζητούν τυχόν απορίες τους.

2. Κάθε μαθητής, φτιάχνει την «ατομική πυραμίδα εβδομαδιαίας διατροφής», με βάση το συμπληρωμένο ερωτηματολόγιό του. Μετά, συγκρίνουν και τις δύο πυραμίδες.

3. Τα παιδιά χωρίζονται, σε ομάδες και προσπαθούν να εντοπίσουν τις διαφορές ανάμεσα στις ατομικές τους πυραμίδες και σε αυτή της μεσογειακής διατροφής. Κάθε ομάδα παρουσιάζει τα αποτελέσματά της. Συζητούν μαζί τα λάθη στην καθημερινή τους διατροφή στο σπίτι, στο σχολικό διάλειμμα, στο ολοήμερο σχολείο.

4. Τα παιδιά συγκεντρώνουν πληροφορίες από περιοδικά, εφημερίδες, βιβλία. Τις κολλούν στις φωτογραφίες με τις ομάδες τροφών και φτιάχνουν κολάζ. Εστιάζουν στη χρησιμότητα των φρούτων, των λαχανικών και των οσπρίων στην καθημερινή διατροφή τους.

5. Τα παιδιά συζητούν τα αίτια που πιστεύουν ότι προκαλούν τις «κακές διατροφικές συνήθειες» και τις επιπτώσεις τους στην υγεία τους. Συνειδητοποιούν ότι η παράλειψη κανονικών γευμάτων και τα «πλαστικά φαγητά» βοηθούν στην ανάπτυξη και τη διατήρηση ανθυγιεινών διατροφικών συνθηκών. Κατόπιν, φτιάχνουν ένα κολάζ με τις υγιεινές τροφές και ένα άλλο με τις ανθυγιεινές τροφές (γαριδάκια, γλυκά, αναψυκτικά, πατατάκια...). Συζήτηση.

6. Σύνδεση με το μάθημα της Αισθητικής Αγωγής

Ο εκπαιδευτικός εξηγεί τα πέντε χρώματα στη διατροφή μας και ζητάει από τους μαθητές να προτείνουν φρούτα, λαχανικά και όσπρια, για κάθε χρώμα. Τα παιδιά ζωγραφίζουν αυτό που αγαπούν να τρώνε περισσότερο. Φτιάχνουν το «Δεκάλογο των φρούτων, λαχανικών και οσπρίων» και τον πλαστικοποιούν ως δώρο για τη μητέρα τους και τους άλλους δασκάλους του σχολείου.

7. Σύνδεση με το μάθημα της Μελέτης Περιβάλλοντος- Φυσικής

Τα παιδιά φέρνουν φακές, φασόλια, ρεβίθια και σπόρους λαχανικών ή φρούτων. Τα φυτεύουν σε γλαστρούλες, έχοντας την απόλυτη ευθύνη για τη φροντίδα και το μεγάλωμά τους. Συζητούν για τις ευεργετικές επιδράσεις του ήλιου, του αέρα και του νερού στην ανάπτυξη των φυτών και την προστασία του περιβάλλοντος.

8. Σύνδεση με το μάθημα των Μαθηματικών

Τα παιδιά κόβουν εικόνες με όσπρια, φρούτα και λαχανικά και μετρώντας, τις ταξινομούν στη σωστή ομάδα. Παίζουν με τους αριθμούς από το 1-20. Ανεβαίνουν 2-2 ή 5-5 μέχρι το 20. Κάνουν προσθέσεις και αφαιρέσεις με βάση τις αριθμημένες εικόνες τους (Α', Β', Γ' Τάξη). Συνθέτουν και αναλύουν προβλήματα με φρούτα, λαχανικά και όσπρια που αγοράζουν στη λαχαναγορά ή στο super-market (βάρος, κιλά, γραφήματα κλπ. για τους μεγαλύτερους μαθητές).

9. Σύνδεση με το μάθημα της Γλώσσας

Τα παιδιά φτιάχνουν βιβλίο με υγιεινές και παραδοσιακές συνταγές με φρούτα, λαχανικά και όσπρια. Συνθέτουν σταυρόλεξα, βρίσκουν παροιμίες, γλωσσοδέτες και αινίγματα με το ίδιο θέμα, που επίσης καταγράφουν στο βιβλίο τους.

10. Σύνδεση με το μάθημα της Ιστορίας

Τα παιδιά βρίσκουν πληροφορίες για τις διατροφικές συνήθειες των αρχαίων Ελλήνων και συνειδητοποιούν τη διαχρονικότητα σε πολλές τροφές των αρχαίων και σύγχρονων Ελλήνων. Διαπιστώνουν το είδος των τροφών που υπάρχουν σήμερα αλλά όχι και τότε, τα είδη των λαχανικών, οσπρίων και φρούτων που αγαπούσαν οι Έλληνες από την αρχαιότητα ως σήμερα.

11. Σύνδεση με το μάθημα των Θρησκευτικών και της Γεωγραφίας

Τα παιδιά αναζητούν και δείχνουν στον παγκόσμιο γεωγραφικό χάρτη χώρες ή λαούς που λόγω θρησκευτικών πεποιθήσεων απαγορεύεται να γευθούν κάποιες τροφές. Συνειδητοποιούν τη διαφορετικότητα των λαών, μαθαίνουν να τη σέβονται και να την αποδέχονται. Οι «διαφορετικοί» μαθητές, μιλούν για τις διατροφικές τους συνήθειες, τα ήθη ή έθιμα, σε ένα σχολείο που δεν τους περιθωριοποιεί κοινωνικά λόγω της διαφορετικής εθνικής, γλωσσικής, πολιτισμικής και οικονομικής καταγωγής ή των διαφορετικών χαρακτηριστικών εμφάνισης (Διαπολιτισμική Εκπαίδευση).

12. Σύνδεση με το μάθημα της Θεατρικής Αγωγής

Τα παιδιά παίζουν θέατρο ή κουκλοθέατρο με αφορμή το παραμύθι της Σοφίας Μαντούβαλου «Μια φορά ήταν η Κολοτούμπα». Έτσι, αποκτούν τη δυνατότητα της ελεύθερης καλλιτεχνικής τους έκφρασης.

ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΑ ΕΡΓΑΛΕΙΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

1. ΠΥΡΑΜΙΔΑ ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ

2. ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ

«ΟΙ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΕΣ ΣΥΝΗΘΕΙΕΣ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ ΑΝΑ ΕΒΔΟΜΑΔΑ»

(Κυκλώνω ένα κάθε φορά)

Ποιο από τα παρακάτω γεύματα τρώτε καθημερινά;

Πρωινό

Μεσημεριανό

Βραδινό

Ενδιάμεσα

2. Πόσα γεύματα τρώτε την ημέρα;

0

1

2-4

5-7

Περισσότερα από 8

3. Πόσα γεύματα τρώτε σε fast food, σε εστιατόρια την εβδομάδα;

0

1

2-4

5-7

Περισσότερα από 8

4. Πόσες φορές τη βδομάδα τρώτε «πλαστικό» φαγητό απ' έξω;

0

1

2-4

5-7

Περισσότερα από 8

5. Τι τρώτε όταν παραμένετε στο ολόημερο;

Σπιτικό φαγητό

Τρόφιμα του κυλικείου

6. Συνήθως τι αγοράζετε από το κυλικείο του σχολείου;

Σοκολάτες 0 1 2 3 4 5 6 7

Γαριδάκια 0 1 2 3 4 5 6 7

Πατατάκια 0 1 2 3 4 5 6 7

Τοστ 0 1 2 3 4 5 6 7

Τυρόπιτες 0 1 2 3 4 5 6 7

Τυρόπιτες 0 1 2 3 4 5 6 7

με ζαμπόν

Φρούτα 0 1 2 3 4 5 6 7

Γιαούρτι 0 1 2 3 4 5 6 7

Αναψυκτικά 0 1 2 3 4 5 6 7

7. Πόσες φορές τρώτε την εβδομάδα τα παρακάτω;

Γαλακτομικά 0 1 2 3 4 5 6 7

Γάλα 0 1 2 3 4 5 6 7

Κρέας κόκκινο 0 1 2 3 4 5 6 7

Κοτόπουλο 0 1 2 3 4 5 6 7

Γαλοπούλα 0 1 2 3 4 5 6 7

Ψάρι 0 1 2 3 4 5 6 7

Ζυμαρικά 0 1 2 3 4 5 6 7

Όσπρια 0 1 2 3 4 5 6 7

Λαδερά 0 1 2 3 4 5 6 7

Λαχανικά 0 1 2 3 4 5 6 7

Φρούτα 0 1 2 3 4 5 6 7

Ψωμί 0 1 2 3 4 5 6 7

Γλυκά 0 1 2 3 4 5 6 7

Αναψυκτικά 0 1 2 3 4 5 6 7

Πατάτες τηγανητές 0 1 2 3 4 5 6 7

Αλλαντικά 0 1 2 3 4 5 6 7

Σαλάτες 0 1 2 3 4 5 6 7

8. Προσέχετε τη συσκευασία του προϊόντος που τρώτε;

Λίγο

Πολύ

9. Προσέχετε την «ημερομηνία λήξης» του προϊόντος;

Λίγο

Πολύ

Μία ακόμη πρωτοβουλία προέρχεται από το Ελληνικό Ινστιτούτο Διατροφής (ΕΙΔ) με τίτλο «Σκέφτομαι και Τρώω», που απευθύνεται σε παιδιά ηλικίας 11-14 ετών σε σχολεία της Αττικής και έχει ως στόχο να ενημερώσει για την αξία της ισορροπημένης διατροφής.

Σύμφωνα με το πρόγραμμα αυτό, κλινικοί διαιτολόγοι-διατροφολόγοι, μέλη και επιστημονικοί συνεργάτες του ΕΙΔ, επισκέπτονται σχολεία του νομού Αττικής, ενημερώνοντας έτσι τα παιδιά για την σπουδαιότητα της σωστής διατροφής και της άσκησης για την επίτευξη καλής υγείας και ευεξίας, με τρόπο απόλυτα προσαρμοσμένο στις ανάγκες τους. Κατά τη διάρκεια των επισκέψεων του ΕΙΔ στα σχολεία τα παιδιά έχουν τη δυνατότητα να παρακολουθήσουν εκπαιδευτικό βίντεο πάνω στη διατροφή και τη φυσική δραστηριότητα και παράλληλα να συμμετέχουν σε διαδραστικές παρουσιάσεις. Επιπλέον, το ΕΙΔ έχει δημιουργήσει και διανέμει στα σχολεία ειδικό ενημερωτικό έντυπο υλικό, που απευθύνεται στους γονείς. Το πολυσέλιδο έντυπο περιέχει σύντομες και εύχρηστες συμβουλές και προτείνει τρόπους για να αλλάξουν οι διατροφικές συνήθειες όλης της οικογένειας, προκαλώντας έτσι τους μεγάλους να γίνουν πρότυπα προς μίμηση για τα παιδιά τους. Στο πλαίσιο διεξαγωγής του «Σκέφτομαι και Τρώω», το ΕΙΔ αποστέλλει στους δασκάλους των σχολείων, εκπαιδευτικό υλικό με τίτλο *Το Γλωσσάρι της Σωστής Διατροφής*. Το υλικό αυτό συνοδεύεται από σύντομα ερωτηματολόγια που θα συμπληρωθούν στις τάξεις των σχολείων, έτσι ώστε το ΕΙΔ να συλλέξει στοιχεία για το βάρος και τις διατροφικές συνήθειες των παιδιών του σήμερα. Τα στοιχεία αυτά θα μελετηθούν και θα δημοσιοποιηθούν στο μέλλον από το Ινστιτούτο. Το «Σκέφτομαι και Τρώω» τελεί υπό την αιγίδα της Γενικής Γραμματείας Καταναλωτή του υπουργείου Ανάπτυξης και υποστηρικτής του είναι η εταιρία Kellogg's.

Λόγω των ιδιαίτερων χαρακτηριστικών και της συμβολής στην εκπαιδευτική διαδικασία καλό είναι εδώ να γίνει ξεχωριστή αναφορά σε μια συγκεκριμένη κατηγορία εκπαιδευτικού υλικού, τα λογισμικά για τη διατροφή. Ένα λογισμικό φέρει τον τίτλο *Διατροφή και Υγεία* και υλοποιήθηκε από το Πανεπιστήμιο Κρήτης, τον Τομέα κοινωνικής ιατρικής και το Εργαστήριο πολυμέσων. Πρόκειται για μια πολυμεσική εφαρμογή στην οποία μπορεί κάποιος να πλοηγηθεί μέσα από εύχρηστα και φιλικά στο χρήστη μενού, με όμορφες εικόνες, κοντά στην

ηλικία των μαθητών του Γυμνασίου, στους οποίους και απευθύνεται. Τα 3 κύρια μενού του εξαιρετικά ενδιαφέροντος και πετυχημένου αυτού λογισμικού είναι «Η διατροφή μου», «Ασφαλής χρήση τροφίμων», «Διατροφικές πληροφορίες», που περιλαμβάνουν ανάλογα υπομενού. Οι στόχοι του λογισμικού υποδηλώνονται από τους τίτλους των μενού.

Μια άλλη αξιόλογη προσπάθεια κατασκευής λογισμικού προέρχεται από την παιδαγωγική ομάδα του ΚΠΕ Κόνιτσας και φέρει τον τίτλο *Τροφοχώρα*, διαθέσιμο στην ιστοσελίδα του κέντρου <http://www.kpekonitsas.gr/kpegames.htm>.

Σε μια επιφάνεια είναι σχεδιασμένη μια διαδρομή με πετρούλες και εικονίδια που πάνω τους έχουν αριθμούς από το 1 έως το 50. Στο παιχνίδι μπορούν να συμμετέχουν ένας ή δυο παίκτες. Το παιχνίδι παίζεται με ζάρια και πιόνια. Πατώντας το ζάρι, το πιόνι προχωράει τόσες πετρούλες όσες δείχνει το ζάρι. Όταν το πιόνι βρεθεί πάνω σε ένα εικονίδιο (π.χ. ένα φρούτο), τότε εμφανίζεται μια κάρτα, μέσα από την οποία παρουσιάζεται στα παιδιά ένα διατροφικό μήνυμα και ο παίκτης μπορεί να κερδίσει ή να χάσει κάποιες θέσεις ανάλογα με την απάντηση που δίνει. Στόχος του παιχνιδιού είναι να συνειδητοποιήσουν τα παιδιά, μέσω της περιπλάνησης τους στην τροφοχώρα, ότι οι επιλογές τους επηρεάζουν τόσο την υγεία τους όσο και το περιβάλλον.

Ένα άλλο λογισμικό φέρει τον τίτλο *Θα φααάμε, θα πιουούμε και... - Ο μικρός Τάκης μαθαίνει για τη διατροφή και τις διατροφικές συνήθειες* και απευθύνεται σε μαθητές της Γ' και Δ' τάξης του Δημοτικού Σχολείου¹³.

Αποτελείται από 44 φόρμες οι οποίες περιλαμβάνουν κείμενα, εικόνες και ήχο. Στην πρώτη φόρμα αναγράφεται ο τίτλος του λογισμικού και ακολουθεί η παρουσίαση του λαίμαργου Τάκη, του πρωταγωνιστή. Στη συνέχεια εμφανίζεται η κεντρική φόρμα πλοήγησης, με τη μαμά του Τάκη. Στη φόρμα αυτή τα παιδιά μπορούν να επιλέξουν να ενημερωθούν για μία από τις εξής τέσσερις θεματικές ενότητες: *Τι τρώω και γιατί το τρώω, Πώς και πόσο χρειάζεται να τρώω, Τρώνε όλοι απ' όλα;, Τι έτρωγαν παλιά*. Στο τέλος της πλοήγησης κάθε ενότητας υπάρχουν δραστηριότητες που αναφέρονται σε αυτό. Π.χ. Για την πρώτη θεματική ενότητα υπάρχουν οι εξής δραστηριότητες: «Βρίσκω τα αινίγματα των τροφών», «Ζωγραφίζω τροφές», «Το σταυρόλεξο των οσπρίων», «Φτιάχνω το παζλ της ντομάτας».

Από τα παραπάνω, πολύ ενδεικτικά στοιχεία προκύπτει ότι στο πεδίο των προγραμμάτων δραστηριοτήτων (projects) ως ξεχωριστό παιδαγωγικό μηχανισμό εντός της σχολικής ζωής έχει ήδη δημιουργηθεί αξιόλογη υποδομή, που είναι δυνατό να αξιοποιηθεί για την πιο πρακτική προσέγγιση του διατροφικού γραμματισμού, τον οποίο συνιστά η υλοποίηση προγραμμάτων και δράσεων. Στη συνέχεια θα γίνει αναφορά σε διάφορες συγκεκριμένες περιπτώσεις υλοποίησης προγραμμάτων και δράσεων, ανεξάρτητα από την αξιοποίηση ή μη της υποδομής αυτής. Απέναντι στην ιδεατή διδακτική πραγματικότητα του ΠΣ, των επισήμων κειμένων και των εκπαιδευτικών υλικών που περιγράφηκαν έως τώρα, τα παραδείγματα αυτά μας μεταφέρουν –τηρουμένων των αναλογιών- στην πραγματικότητα των σχολικών τάξεων και αποτελούν ρεαλιστικά κριτήρια της διαδικασίας του διατροφικού γραμματισμού.

13 Παρουσίαση στη διεύθυνση <http://www.etpe.gr/files/proceedings/filesyn/B460-462.pdf>.

Δράσεις και προγράμματα με θέμα τη διατροφή

Επειδή, εκτός από κάποιες μεμονωμένες συλλογές¹⁴, δεν έχει συγκροτηθεί, σε πανελλήνιο ή περιφερειακό επίπεδο, μια εύκολα προσπελάσιμη τράπεζα δεδομένων για όλα τα εκπονηθέντα προγράμματα και επειδή το τελικό προϊόν τους δεν είναι πάντα προσβάσιμο έξω από το ίδιο το σχολείο, η στατιστική επεξεργασία και αξιολόγηση των προγραμμάτων είναι σχετικά δύσκολη.

Παρόλ' αυτά, πηγές που διαθέτουμε για τη Μαγνησία δείχνουν ότι το 1/4 των προγραμμάτων που εκπονήθηκαν σε σχολεία δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης αφορούσαν τη διατροφή.

ΕΕΕΕΚ Βόλου	"Γνωρίζω τα τρόφιμα και επιλέγω να τρέφομαι σωστά"
Γενικό Λύκειο Καναλιών	"Σχολική Πραγματικότητα και Μεσογειακή Διατροφή"
ΓΕΛ Αλμυρού	"Μεσογειακή διατροφή και υγεία"
Γυμνάσιο Καναλιών	"Κυλικείο & Μεσογειακή διατροφή"
Γυμνάσιο Ευξεινούπολης	"Διατροφή και υγεία"
Γυμνάσιο Ιωλκού	"Βιολογικά προϊόντα" μύθος ή αλήθεια;
Γυμνάσιο Ιωλκού	"Ενέργεια και διατροφή στην υπαίθρια ζωή"
Γυμνάσιο Σκιάθου	"Διατροφικές συνήθειες στην εφηβική ηλικία"
Λύκειο Καναλιών	"Σχολική πραγματικότητα & Μεσογειακή Διατροφή"
2ο ΓΕΛ Βόλου	"Ελαιόλαδο- Δώρο της Φύσης"
3ο ΕΠΑΛ Βόλου	"Υγεία δια-τροφής"
ΕΕΕΕΚ Βόλου	"Υγιεινή διατροφή- πρόληψη εφηβικής παχυσαρκίας-φυσική άσκηση"
Γυμνάσιο Αγριάς	"Τα βότανα στη διατροφή μας"
ΓΕΛ Βελεστίου	"Πρώτες βοήθειες-Διατροφικές Συνήθειες"
ΕΠΑΣ Ν. Ιωνίας	"Υγιεινή διατροφή και φυσική άσκηση στα σχολεία της Ευρώπης"

Ακολουθούν σχολεία και τίτλοι προγραμμάτων:

Από το μικρό αυτό δείγμα προκύπτει μεταξύ άλλων ότι το θέμα κινεί το ενδιαφέρον της εκπαιδευτικής κοινότητας και ότι η πλειονότητα των σχολείων, άρα και των μαθητών, της Μαγνησίας καταπιάνονται ευχαρίστως με αυτό. Μια ματιά στους έξυπνους τίτλους, που περιέχουν πολλές από τις σημαντικές έννοιες-κλειδιά που σχετίζονται με τη διατροφή, δείχνει ότι τα προγράμματα αυτά υποστηρίζουν ευρύ ρεπερτόριο θεμάτων: μεσογειακή διατροφή, υγεία, σχολείο, κυλικείο, βιολογικά προϊόντα, ενέργεια, εφηβεία, φυσικά προϊόντα κ.ο.κ. Από τις λεπτομέρειες των προγραμμάτων διαπιστώνουμε ότι σε κάθε περίπτωση υπάρχει ευρεία στοχοθεσία, ενώ η ίδια η εκτέλεση του προγράμματος με τη συνεπαγόμενη εμπλοκή των μαθητών, τις πρωτοβουλίες τους, την ενεργοποίησή τους, τις μικροέρευνές τους και γενικά τη

¹⁴ Κατά την πιλοτική εφαρμογή της ευέλικτης ζώνης εκδόθηκαν από το Παιδαγωγικό Ινστιτούτο συλλογές με αντιπροσωπευτικές εργασίες μαθητών πρωτοβάθμιας και δευτεροβάθμιας κατά το έτος 2003-04 ανά περιφέρεια: http://www.pi-schools.gr/programs/EuZin/ergasies_03_04.php.

δραστηριοποίησή τους προσφέρει αναμφισβήτητα στα παιδιά και ευρύτερα στη σχολική κοινότητα πολλαπλά οφέλη. Εξάλλου, στον παραπάνω πίνακα βλέπουμε ότι στις δράσεις συμμετέχουν και Λύκεια. Αν αναρωτηθούμε για την τύχη του διατροφικού γραμματισμού στο Λύκειο, θα διαπιστώσουμε ότι δεν καλλιεργείται όπως στις προηγούμενες βαθμίδες. Αν και το θέμα αναφέρεται στο μάθημα της Βιολογίας και μπορεί να συζητηθεί και σε άλλα αντικείμενα, όπως π.χ. η Νεοελληνική Γλώσσα, συμπιέζεται από τον εξειδικευμένο και μονοθεματικό χαρακτήρα των λυκειακών σπουδών, καθώς και από την προετοιμασία για τις εξετάσεις, που δεν ευνοούν τη συμμετοχή των μαθητών σε τέτοιες προαιρετικές δράσεις. Για το λόγο αυτό θεωρούμε ιδιαίτερα σημαντικό το έργο που παράγεται κυρίως στην υποχρεωτική εκπαίδευση. Η συμμετοχή όμως μαθητών των Λυκείων σε τέτοια προγράμματα αποδεικνύει ότι ο διατροφικός γραμματισμός, που έλαβε χώρα στις προηγούμενες τάξεις, επιδρά στην ύστερη εφηβεία των μαθητών και θέτει –γιατί όχι;- τα θεμέλια για ένα μακροπρόθεσμο διατροφικό ενδιαφέρον, όταν θα ενηλικιωθούν και θα γίνουν πολίτες. Εξάλλου, στο πλαίσιο της Τεχνικής-Επαγγελματικής εκπαίδευσης η διατροφή συναποτελεί αντικείμενο σπουδών στην ειδικότητα *Τεχνολογίας και ελέγχου τροφίμων του κύκλου Γεωπονίας, τροφίμων και περιβάλλοντος* στη Γ τάξη των ΕΠΑΛ. Επειδή εδώ ενδιαφερόμαστε κυρίως για τη γενική εκπαίδευση και τη σχολική ζωή γενικότερα, θα αποφύγουμε να σχολιάσουμε το περιεχόμενο των εξειδικευμένων αυτών σπουδών της τεχνικής-επαγγελματικής εκπαίδευσης.

Πολύ αξιόλογη για την ιδέα που χρησιμοποιήθηκε, τη μέθοδο που ακολουθήθηκε και το τελικό αποτέλεσμα που προέκυψε ήταν η δράση μαθητών σχολείου του Βόλου, που συνεργάστηκαν με συμμαθητές τους άλλων ευρωπαϊκών κρατών -της Ιταλίας και της Πολωνίας- στο πλαίσιο σχολικής σύμπραξης Comenius πραγματοποιώντας διακρατική έρευνα με θέμα "Παραδόσεις και γαστρονομία ευρωπαϊκών περιοχών". Αν και είναι έργο παιδιών, η δράση αυτή αποτελεί σοβαρή προσπάθεια και κεντρίζει το ενδιαφέρον μας για να τη μελετήσουμε. Και σε μια ακόμη περίπτωση από το Βόλο το θέμα της διατροφής βγήκε εκτός συνόρων και απασχόλησε μαθητές από Ελλάδα και Σκωτία.

Στοιχεία για την υπόλοιπη Ελλάδα μπορούμε να αναζητήσουμε στο διαδίκτυο. Εφόσον τα θεωρήσουμε αντιπροσωπευτικά, διαπιστώνουμε ότι η διατροφή είναι γενικά θέμα τόσο δημοφιλές όσο στη Μαγνησία. Θεωρούμε σκόπιμο να δούμε αναλυτικά το περιεχόμενο μερικών από τα προγράμματα αυτά.¹⁵

Ένα πρόγραμμα εκπονήθηκε στο Δημοτικό Σχολείο Προκοπίου Εύβοιας το έτος 2003-4 και είχε τον τίτλο "Ισορροπημένη Διατροφή και Διατροφικές συνήθειες".

Οι στόχοι που τέθηκαν ήταν:

Να γνωρίσουν και να υιοθετήσουν οι μαθητές σωστές διατροφικές συνήθειες.

¹⁵ Όλα τα στοιχεία αναζητήθηκαν και εντοπίστηκαν στο διαδίκτυο, στους ιστοχώρους των σχολείων, και μπορούν να χρησιμοποιηθούν ως πρότυπα στη διδακτική πράξη.

Να χρησιμοποιήσουν τις γνώσεις τους για την υγιεινή διατροφή έτσι ώστε να μπορούν να αντιστέκονται στις αρνητικές επιδράσεις και να παίρνουν αποφάσεις που θα στοχεύουν στην καλή τους υγεία.

Να χρησιμοποιήσουν τις γνώσεις τους για να αλλάξουν τις διατροφικές συνήθειες του οικείου τους οικογενειακού και φιλικού περιβάλλοντος.

Να αναπτύξουν καλύτερη επικοινωνία και συνεργασία.

Να γνωρίσουν τις ομάδες των τροφών.

Να γνωρίσουν τις χρήσιμες και τις άχρηστες τροφές.

Να κινητοποιηθούν οι μαθητές μέσα από τη συνεργατική μάθηση και έρευνα.

Τα επιμέρους θέματα που επιλέχθηκαν ύστερα από διάλογο με τους μικρούς μαθητές ήταν:

Γνωριμία με τις πέντε οικογένειες των τροφών.

Γνωριμία με τις άχρηστες και ανθυγιεινές τροφές.

Αναφορά στη στοματική υγιεινή.

Εκμάθηση του ρόλου των τροφών.

Αναφορά στις κακές συνήθειες του καπνίσματος και της κατανάλωσης αλκοόλ.

Γνωριμία με την ποικιλία των τροφίμων και των θρεπτικών ουσιών που περιέχουν.

Καταγραφή των αρχικών διατροφικών συνηθειών των μικρών μαθητών.

Δημιουργία διαιτολογίου ισορροπημένης διατροφής.

Με την έναρξη του προγράμματος μοιράστηκαν στα παιδιά ερωτηματολόγια καθώς και εβδομαδιαία διαιτολόγια προκειμένου να συγκεντρωθεί υλικό γύρω από τις διατροφικές τους συνήθειες και τις γνώσεις τους για τη διατροφή (υγιεινή και μη). Οι απαντήσεις των μαθητών ταξινομήθηκαν και έπειτα ανακοινώθηκαν και αποτέλεσαν αφορμή για την ευαισθητοποίηση και τον προβληματισμό των μαθητών γύρω από το θέμα της υγιεινής διατροφής. Στη συνέχεια, κάθε ομάδα συγκέντρωσε θέματα-ερωτήματα με τα οποία θα ήθελε η καθεμιά να ασχοληθεί. Έπειτα, κάθε ομάδα άρχισε να συγκεντρώνει άρθρα, εικόνες και πληροφορίες από εφημερίδες, βιβλία και περιοδικά για τα θέματα που ήθελε να ασχοληθεί. Σε πρώτη φάση οι ομάδες συγκέντρωσαν υλικό που αφορούσε τις ομάδες των τροφών και τη μεσογειακή διατροφή και κατασκεύασαν ταμπλό με εικόνες για την κάθε ομάδα τροφών και μια πυραμίδα που περιλάμβανε εικόνες των τροφών και τις ποσότητες τις οποίες πρέπει να καταναλώνουμε με βάση τη μεσογειακή διατροφή. Σε δεύτερη φάση, οι μαθητές συγκέντρωσαν άρθρα για τη μεσογειακή διατροφή. Τέλος, έφτιαξαν ποιήματα και έμαθαν τραγούδια για τη διατροφή.

Οι μαθητές αφού έμαθαν τις ομάδες των τροφών παρακολούθησαν στην τάξη μια βιντεοκασέτα με τίτλο «Η σωστή διατροφή». Η βιντεοκασέτα αυτή αποτέλεσε αφορμή για την

εκκίνηση νέων δραστηριοτήτων σχετικών με τις τροφές και τη διατροφή, οι οποίες πραγματοποιήθηκαν λειτουργώντας πλέον ως ένα ενιαίο σύνολο.

Ξεκινώντας από την ομάδα «Όσπρια-Δημητριακά», οι μαθητές έκαναν τις παρακάτω δραστηριότητες:

α) φύτεψαν φακές, φασόλια και ρεβίθια και φρόντισαν για την ανάπτυξή τους.

β) έφεραν στην τάξη διάφορες συσκευασίες (κορν-φλέικς, πακέτα από όσπρια, αλεύρι, σιμιγδάλι) για να μελετήσουν τα συστατικά τους και για να γνωρίσουν τις θρεπτικές τους ουσίες.

γ) έφεραν τη συνταγή και τα υλικά για την Παρασκευή ψωμιού, το ζύμωσαν, το έψησαν και το κατανάλωσαν με ενθουσιασμό.

Συνεχίζοντας με την ομάδα «Φρούτα-Λαχανικά» έγιναν τα παρακάτω:

α) έφεραν στην τάξη διάφορα φρούτα και αγνό μέλι με τα οποία έφτιαξαν μια δροσερή φρουτοσαλάτα.

β) έκοψαν χάρτινα λαχανικά (πιπεριές, κρεμμύδια, αγγούρια, κολοκυθάκια) και συγκέντρωσαν στοιχεία για τα θρεπτικά συστατικά του καθενός.

Όσον αφορά την ομάδα των λιπών, πραγματοποιήθηκε επίσκεψη σε ένα ελαιολατοείο στις Κεχριές όπου οι μαθητές ξεναγήθηκαν στις εγκαταστάσεις του, γνώρισαν τον τρόπο με τον οποίο παράγεται από τον καρπό των ελιών το ελαιόλαδο, που είναι βασικό στοιχείο της μεσογειακής διατροφής. Στη συνέχεια, οι μαθητές συνέλεξαν στοιχεία για όλα τα είδη λαδιού αλλά και για τα «ανθυγιεινά» λίπη.

Περνώντας στην ομάδα «Κρέας-Ψάρι» οι μαθητές συγκέντρωσαν παραδοσιακές συνταγές της Εύβοιας που περιλάμβαναν κρέας ή ψάρι και αφού τις παρουσίασαν στην τάξη έγινε συζήτηση για τα θρεπτικά συστατικά τους, τις πρωτεΐνες και βιταμίνες που περιέχουν. Ολοκληρώνοντας τις ομάδες των τροφών με τα γαλακτοκομικά έγινε επίσκεψη σε μια μικρή κτηνοτροφική μονάδα όπου τα παιδιά εξασκήθηκαν στο άρμεγμα του γάλακτος, κάτι που πραγματικά τα εντυπωσίασε.

Τελειώνοντας το πρόγραμμα έγιναν οι ακόλουθες δραστηριότητες:

A. Οι μαθητές έφεραν στην τάξη ό,τι πίστευαν ότι ανήκει στην κατηγορία ανθυγιεινό (γαριδάκια, γλυκά, αναψυκτικά, μπουκάλια με αλκοολούχα ποτά, εικόνες από «πλαστικό» φαγητό) και έπειτα έγινε συζήτηση για τα συστατικά και τα συντηρητικά που περιέχουν καθώς και για τις επιπτώσεις που έχει η δίχως μέτρο κατανάλωσή τους στην υγεία μας (παχυσαρκία, χαλασμένα δόντια, αλκοολισμός και καρδιακά νοσήματα).

B. Κατασκευή με χαρτόνια μιας οδοντοστοιχίας υγιούς και μίας με προβληματικά δοντάκια.

Γ. Έγιναν διάφορες δραματοποιήσεις με στόχο την εξάσκηση στη λήψη αποφάσεων ως καταναλωτές.

Δ. Ανάγνωση μέσα στην τάξη διάφορων βιβλίων (όπως «μια φορά ήταν η Κολοτούμπα») και παραμυθιών και σχολιασμός τους.

Ε. Κατάρτιση ισορροπημένου εβδομαδιαίου διαιτολογίου βασισμένου στη μεσογειακή διατροφή και εφαρμογή του σε συνεργασία με τους γονείς.

ΣΤ. Συμπλήρωση του αρχικού ερωτηματολογίου για την παρατήρηση της αλλαγής των διατροφικών συνθηκών και για την τελική αξιολόγηση του προγράμματος.

Ολοκληρώνοντας το πρόγραμμα, τα παιδιά επέλεξαν να φτιάξουν αφίσες με συνθήματα και συμβουλές για τη διατροφή και να τραγουδήσουν τα τραγούδια που έμαθαν.

Η αξιολόγηση του προγράμματος έγινε με δύο τρόπους. Πρώτον, καθ' όλη τη διάρκεια του προγράμματος με την παρουσίαση της δουλειάς των παιδιών στην τάξη και την αξιολόγησή της από τους υπόλοιπους μαθητές οι οποίοι έκριναν με ειλικρίνεια τα θετικά και τα αρνητικά στοιχεία της δουλειάς τους. Σημαντικό κρίνεται επίσης το κλίμα συνεργατικότητας και κινητοποίησης που αναπτύχθηκε μεταξύ των μαθητών. Τα παιδιά ανέπτυξαν τη φαντασία τους, χάρηκαν για τις εργασίες τους και έδειχναν πραγματικό ενδιαφέρον και ενθουσιασμό για τη συμμετοχή τους στις δραστηριότητες. Ανέπτυξαν επίσης πολύ το λεξιλόγιό τους μαθαίνοντας και φτιάχνοντας τραγούδια και ποιήματα καθώς και ποικίλες άλλες δεξιότητες (να κόβουν με ευκολία, να ζωγραφίζουν) με τα ταμπλό και τις κατασκευές που έκαναν.

Το θετικότερο όμως είναι ότι οι μαθητές άλλαξαν στο σύνολό τους τις διατροφικές τους συνήθειες. Χαρακτηριστικό είναι ότι έφεραν στο σχολείο για δεκατιανό υγιεινές τροφές π.χ. φρούτα, τοστ, βραστά αυγά, τυρί και ελιές ενώ παράλληλα πολλές μητέρες μου μετέφεραν πως τα παιδιά τους ζητούν να τους μαγειρεύουν περισσότερα λαχανικά και κατανάωναν πιο πολλά φρούτα και λιγότερα γλυκά.

Αναφορά θα πρέπει επίσης να γίνει στην ανακάλυψη νέων ταλέντων στη ζωγραφική, ποίηση και στο τραγούδι καθώς και στο άνοιγμα της κλειστής κοινωνίας του σχολείου και τη συνεργασία του με διάφορους φορείς και επαγγελματίες(κτηνοτρόφους, ελαιοτριβείο, καταστηματαρχες).

Με την ολοκλήρωση του προγράμματος, η αξιολόγηση έγινε και με τη συμπλήρωση ερωτηματολογίων, τα αποτελέσματα των οποίων συγκρίθηκαν με τα αρχικά και πραγματικά παρατηρήθηκαν αλλαγές στις διατροφικές συνήθειες ενώ φάνηκε πως οι μαθητές γνώρισαν πολλά στοιχεία για τις τροφές(υγιεινές και μη) και τις ουσίες που περιέχουν.

«Το πρόγραμμα Αγωγής Υγείας έδωσε την ευκαιρία να γνωρίσουμε σημαντικά πράγματα για τη διατροφή και την υγεία μας με ευχάριστο και εποικοδομητικό τρόπο.»

Ένα άλλο ενδιαφέρον πρόγραμμα προέρχεται από τη Λύκειο της Λίμνης Ευβοίας, οι μαθητές του οποίου δημοσίευσαν την ακόλουθη περιγραφή:

Πρόγραμμα «Υγιεινή διατροφή»

Την φετινή χρονιά η τάξη της Β' Λυκείου του Λυκείου Λίμνης στα πλαίσια του προγράμματος σχετικά με την διατροφή σήμερα ασχολήθηκε με την υγιεινή διατροφή, τον τρόπο με τον

οποίο τρέφονται οι νέοι την σημερινή εποχή και πως θα έπρεπε να τρέφονται ώστε να έχουν μία υγιεινή ζωή.

Αρχικά δημιουργήσαμε κάποια ερωτηματολόγια σχετικά με διατροφή στην καθημερινότητα των εφήβων ώστε να έχουμε μια καλύτερη άποψη και γνώμη για το πώς τρεφόμαστε και με τι επί καθημερινή βάση.

Στη συνέχεια παρακολουθήσαμε ένα ντοκιμαντέρ στο οποίο αναφερόταν η το πόσο επιβλαβές είναι η ανθυγιεινή διατροφή στον οργανισμό του ατόμου.

Τέλος στα πλαίσια του προγράμματος αυτού πραγματοποιήθηκε μία εκδρομή στον Βόλο με απώτερο σκοπό να δούμε πως δημιουργούνται βιολογικά προϊόντα.

Το κατά πόσο οι άνθρωποι σήμερα προσέχουν τη διατροφή τους είναι ένα θέμα που απασχολεί και δημιουργεί προβληματισμούς σε πολλούς διατροφολόγους αλλά και γιατρούς οι οποίοι διαπιστώνουν έντρομοι ότι τα προβλήματα υγείας που δημιουργούνται από κακό τρόπο διατροφής θα οδηγούν σε θάνατο τα επόμενα χρόνια και θα αποτελούν τη «νούμερο 1» αιτία θανάτου!

Σ' αυτή την κοινωνία υπερκαταναλωτισμού που ζούμε, οι άνθρωποι έχουν ξεχάσει πια τι σημαίνει όριο και μέτρο. Οι ρυθμοί ζωής έχουν ανέβει τόσο πολύ ώστε το έτοιμο φαγητό μοιάζει σαν «σανίδα σωτηρίας» σε όλους αυτούς που τα ωράρια εργασίας τους είναι εξαντλητικά και δεν τους επιτρέπουν να απολαύσουν ένα γευστικό και προπάντων υγιεινό γεύμα στο σπίτι. Αυτή την πραγματικότητα που ζούμε σήμερα, γνωρίσαμε καλύτερα στην ταινία που παρακολουθήσαμε στο σχολείο στα πλαίσια ενός προγράμματος αγωγής υγείας με το οποίο καταπιαστήκαμε φέτος. Η ταινία έχει τίτλο 'Super Size Me' και επίσης έχει αποσπάσει βραβείο σε μεγάλη καλλιτεχνική διοργάνωση.

Η ταινία αυτή έχει διδακτικό περιεχόμενο. Ο πρωταγωνιστής της ταινίας, ο οποίος είναι και ο εμπνευστής της, δέχτηκε να συμμετάσχει σε ένα πείραμα για να αποδείξει σε όλους εμάς ότι στην παχυσαρκία οδηγούνται αυτοί που τρέφονται επί καθημερινής βάσεως με έτοιμα φαγητά και ότι τα προβλήματα υγείας που αντιμετωπίζουν τέτοιοι άνθρωποι μπορεί να αποβούν μοιραία. Αρχικά ξεκίνησε να τρέφεται καθημερινά με πρόχειρα φαγητά (McDonald's). Το χρονικό του όριο ήταν 30 μέρες. Κατά τη διάρκεια αυτού του μήνα, αυτός ο άνθρωπος άρχισε να εμφανίζει συμπτώματα που προμήνυαν σοβαρά προβλήματα υγείας (π.χ κύρωση του ήπατος, καρδιαγγειακές παθήσεις κ.τ.λ.) Το βάρος του είχε ανέβει αισθητά και όσο για τη σεξουαλική του ζωή, δεν είναι δύσκολο να καταλάβει κανείς πως ήταν ανύπαρκτη. Αφού το πείραμα τελείωσε, ο άνθρωπος αυτός κατάφερε να χάσει τα 11 κιλά που είχε πάρει μετά από 14 μήνες εντατικής δίαιτας και συνεχούς ιατρικής παρακολούθησης. Τα κιλά εξαφανίστηκαν και η υγεία του επανήλθε.

Πιστεύω πως κανένας δεν έμεινε ασυγκίνητος από αυτή την ταινία. Η παχυσαρκία είναι επικίνδυνη για όλους και πρέπει να αποφεύγεται με τον ένα ή με τον άλλο τρόπο αλλιώς τίθεται σε κίνδυνο η ίδια μας η ζωή.

ΤΑ ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ ΜΑΣ

Με το τέλος της χρονιάς και με την ολοκλήρωση του προγράμματος αγωγής υγείας σχετικά με την διατροφή, καταλήξαμε σε κάποια συμπεράσματα ως έφηβοι αλλά και ως καταναλωτές. Η προβολή της επώνυμης ταινίας Super Size Me καθώς και άλλων επιμορφωτικών ταινιών με θέμα την διατροφή, η επίσκεψή μας στο Γυναικείο Συνεταιρισμό της Πορταριάς στο Βόλο, τα ερωτηματολόγια που φτιάξαμε από μόνοι μας και τα αποτελέσματα που συγκεντρώσαμε από αυτά υπήρξαν καταλυτικοί παράγοντες και επηρέασαν τις απόψεις όλων. Η σωστή διατροφή είναι πολύ σημαντική στη ζωή μας και δυστυχώς πλέον κανένας δεν δίνει την απαραίτητη προσοχή. Στις μέρες μας η ίδια έχει μετατραπεί σε μία τεράστια βιομηχανία, αυτή του κέρδους, και η μεγαλύτερη ευθύνη είναι δική μας. Πολλές ώρες εργασίας, υποχρεώσεις, οικογένεια, και άπειροι άλλοι λόγοι που μας έχουν αποξενώσει από την κουζίνα και την μαγειρική μας. Γι' αυτό και καταφεύγουμε στα έτοιμα, πρόχειρα γεύματα αγνοώντας και μην θέλοντας ενδεχομένως να μάθουμε τις συνέπειες. Αυτό θα πρέπει να αλλάξει. Πρέπει επιτέλους να ενημερωθούμε για την σημασία της διατροφής στη ζωή μας και για το πόσο άμεσα συνδεδεμένη είναι με την υγεία μας. Είναι ανάγκη να αρχίσουμε να ενδιαφερόμαστε για το τι καταναλώνουμε αφού στην τελική είμαστε ό,τι τρώμε. Το φετινό πρόγραμμα ήταν ενδιαφέρον και έκανε όλους όσους συμμετείχαν σ' αυτό να αναθεωρήσουν κάποιες απόψεις και να διαμορφώσουν ολοκληρωμένη γνώμη γύρω από το θέμα της διατροφής. Μαθητές και καθηγητές είμαστε υπερήφανοι για την δουλειά που κάναμε και γενικά για την ενασχόλησή μας με το συγκεκριμένο πρόγραμμα.

Ένα άλλο πρόγραμμα με τον τίτλο *Υγιεινή διατροφή-Διατροφικές συνήθειες-Στοματική υγιεινή* εκπονήθηκε από μαθητές του Δημοτικού Σχολείου Χώρας Άνδρου:

A. ΚΡΙΤΗΡΙΑ ΕΠΙΛΟΓΗΣ ΤΟΥ ΘΕΜΑΤΟΣ

Η διατροφή είναι άμεσα συνδεδεμένη με την ψυχοσωματική και την πνευματική ευεξία.

Η αύξηση της παχυσαρκίας στα παιδιά.

Ο χρόνος επώασης των περισσότερων χρόνιων νοσημάτων αρχίζει από την παιδική ηλικία.

Οι διατροφικές συνήθειες των παιδιών.

Πιθανή πρόληψη ασθενειών

B. ΣΤΟΧΟΙ

Να αποκτήσουν τα παιδιά σωστές διατροφικές συνήθειες για έναν υγιεινό τρόπο ζωής.

Να γνωρίσουν οι μαθητές το σώμα τους για να μάθουν να ενδιαφέρονται γι' αυτό και να φροντίζουν την υγεία τους.

Να μάθουν τα παιδιά ότι πρέπει να τρώνε όλα τα τρόφιμα γιατί η ποικιλία στα γεύματα αποτελεί τη βάση της σωστής διατροφής.

Να μάθουν τη σημασία του πρωινού.

Να μάθουν για τις τροφές που καταστρέφουν τα δόντια αλλά και πώς να προστατεύουν τα δόντια τους με μια σωστή διατροφή.

Να μάθουν τις ομάδες τροφών και τα βασικά είδη θρεπτικών συστατικών που χρειάζεται το ανθρώπινο σώμα για την καλή υγεία.

Να μάθουν την πλούσια θρεπτική αξία του ελαιόλαδου, των φρούτων και των λαχανικών.

Να εκφραστούν καλλιτεχνικά μέσα από τη ζωγραφική, το κολάζ, τη μουσική, το παραμύθι και τη δραματοποίηση.

Να διευρύνουν τον κύκλο των παραστάσεων και των εμπειριών τους, να ψυχαγωγηθούν και να διασκεδάσουν.

Να καταλάβουν τα παιδιά ότι η σωματική άσκηση είναι απαραίτητη για την υγεία του ανθρώπου.

Σύμπραξη του σχολείου με άλλες δομές παροχής υπηρεσιών υγείας.

Να αντισταθούν και να αποκτήσουν κριτική στάση στην επιβολή κατευθύνσεων στην καθημερινή διατροφή του σύγχρονου ανθρώπου μέσα από τη διαφήμιση.

Γ. ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ – ΣΤΑΔΙΑ ΥΛΟΠΟΙΗΣΗΣ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

Φάση προβληματισμού και ευαισθητοποίησης.

Σχεδιασμός των δραστηριοτήτων

Διεξαγωγή των δραστηριοτήτων: Συλλογή πληροφοριών – Προγραμματισμένες επισκέψεις-Ανασυγκρότηση πληροφοριών

Δ. ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

Επίσκεψη σε κοντινό φούρνο. Παρατήρηση των μηχανημάτων και της διαδικασίας παρασκευής του ψωμιού. Οι μαθητές παίρνουν συνέντευξη από το φούρναρη.

Επίσκεψη του οδοντίατρου του Κέντρου Υγείας στο σχολείο για συμβουλές και δημιουργική συζήτηση με τα παιδιά για τη στοματική υγιεινή.

Επίσκεψη του παιδίατρου και του οδοντίατρου του Κέντρου Υγείας στο χώρο του σχολείου για προβληματισμό πάνω στο θέμα της παχυσαρκίας και της υγιεινής διατροφής.

Επίσκεψη στο μανάβικο της γειτονιάς. Συνέντευξη από το μανάβη. Γνωριμία με τα φρούτα και τα λαχανικά.

Δημιουργία κολάζ από φωτογραφίες και ζωγραφιές των παιδιών με θέμα υγιεινές τροφές.

Συλλογή παραδοσιακών συνταγών με αγνά υλικά. Παρασκευή κάποιων φαγητών στο χώρο του σχολείου.

Συλλογή πληροφοριών για τη μεσογειακή διατροφή και τη διατροφή του ανθρώπου σε περασμένες εποχές και σήμερα.

Κατασκευές από πηλό, γύψο και γυαλί με θέμα τις τροφές.

Επίσκεψη στο ίδρυμα Κυδωνιέως και κατασκευή πήλινων με θέμα φρούτα και λαχανικά καθώς και φρουτιέρες.

Φύτεμα σπόρων από όσπρια – κατανόηση της εξέλιξης του φυτού από τον σπόρο ως τον καρπό- φροντίδα των φυτών από τα παιδιά.

Γνωριμία με τις ομάδες των τροφών.

Δημιουργία γωνιάς υγιεινής διατροφής με τρόφιμα από όλες τις ομάδες.

Κατασκευή της πυραμίδας της μεσογειακής διαίτας.

Δραματοποίηση

Συνεργασία με τη ΦΑΓΕ. Αποστολή του βιβλίου τη κ. Ειρήνης Μαραζιώτη « Χτίζω εμένα»

Δημιουργία τραγουδιού

Δημιουργία παραμυθιού

Επίσκεψη σε ένα από τα Super Markets της περιοχής. Τα παιδιά προσπαθούν να βρουν τα επεξεργασμένα, τα ζωικά και τα φυτικά τρόφιμα. Ελέγχουν για επικίνδυνα συντηρητικά που αναγράφονται πάνω στα τρόφιμα.

Επίσκεψη στο Εμπειρικό Γηροκομείο και συνομιλία με τους ηλικιωμένους για τη διατροφή τους στα παιδικά τους χρόνια.

Πρόσκληση στο σχολείο της γιαγιάς ενός παιδιού για να μας ζυμώσει παραδοσιακό χωριάτικο ψωμί το οποίο θα καταναλώσουν οι μαθητές την ώρα του διαλείμματος.

Αναφορά σε αινίγματα, παροιμίες και εκφράσεις σχετικά με τη διατροφή.

Κατασκευή масκών σε σχήμα φρούτων με αφορμή τις Απόκριες.

Με αφορμή τη νηστεία της Σαρακοστής τα παιδιά μιλούν για τη διατροφική αξία της νηστείας, ζωγραφίζουν, κόβουν και κρεμούν στην τάξη την κυρά Σαρακοστή.

Τραγουδούν και χορεύουν παραδοσιακά τραγούδια όπως «Μήλο μου κόκκινο», «Κοντούλα λεμονιά».

Δώσαμε έμφαση στη σημασία της άσκησης και της κίνησης του σώματος σε συνδυασμό με την υγιεινή διατροφή. Καλέσαμε για το λόγο αυτό το γυμναστή του σχολείου ο οποίος μας μίλησε γιατί πρέπει να γυμναζόμαστε και το πόσο σημαντικό ρόλο παίζουν η καρδιά και οι πνεύμονες στη διατήρηση της υγείας του ανθρώπου.

Ε. ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

Οι μαθητές και οι γονείς αξιολόγησαν το πρόγραμμα απαντώντας σε ερωτηματολόγια.

Αξιολόγηση από τη δασκάλα και τους γονείς αν τα παιδιά υιοθέτησαν ένα υγιεινότερο τρόπο ζωής(σωστή διατροφή, στοματική υγιεινή, σωματική άσκηση, καθαριότητα και φροντίδα του σώματος).

Τα περισσότερα παιδιά δήλωσαν ότι το πρόγραμμα τους επηρέασε και προσέχουν πλέον περισσότερο τι τρώνε. Αυτό το διαπιστώσαμε και στο σχολείο όπου τα παιδιά κατανάλωναν στο σχολείο φρούτα, γιαούρτι ή σπιτικό σάντουιτς.

Οι γονείς επίσης διαπίστωσαν την ανάγκη για πιο υγιεινή διατροφή και άλλαξαν κάποιες κακές διατροφικές συνήθειες της οικογένειας.

Πρέπει τέλος να δηλώσουμε ότι αυτό που εντυπωσίασε περισσότερο από το πρόγραμμα τους μαθητές ήταν η παρασκευή ψωμιού και φρουτοσαλάτας στο σχολείο καθώς και η ζωγραφική πάνω σε γυαλί με θέμα τα φρούτα και τα λαχανικά. Βίωσαν την υγιεινή διατροφή με τον καλύτερο τρόπο!

Από τις έως τώρα επισημάνσεις επιβεβαιώνεται ότι οι μαθητές και οι μαθήτριες δείχνουν ενδιαφέρον για το θέμα της διατροφής και επιθυμούν να ασχοληθούν με αυτό σε μια διαδικασία παράλληλη με την παρακολούθηση των γνωστικών αντικειμένων, αυτήν των εξωδιδασκικών δράσεων. Πρόκειται για δύο διαδικασίες που, όπως συνιστά το ΠΣ, αλληλοσυμπληρώνονται και αλληλεπιδρούν. Είναι πολύ σημαντικό το γεγονός ότι η συμμετοχή τους σε τέτοιες δράσεις συνεπάγεται μια πιο ενεργητική προσέγγιση της διατροφικής θεματικής, με τον τρόπο δηλαδή που περιγράψαμε. Έτσι, διάφορα επιμέρους στοιχεία και πτυχές του όλου θέματος έχουν μεγαλύτερες πιθανότητες να βιωθούν, να αφομοιωθούν και να μεταπλαστούν σε δεξιότητες και στάσεις, για να εκδηλωθούν στην πράξη τόσο βραχυπρόθεσμα όσο και μακροπρόθεσμα.

Σχετικά με τη λειτουργία των σχολικών κυλικείων

Όπως είδαμε στην προηγούμενη ενότητα, οι μαθητές κατά το σχεδιασμό και την υλοποίηση των σχολικών δραστηριοτήτων επιλέγουν ως θέμα τους τη διατροφή, πολύ συχνά σε σχέση με την ηλικία τους και με το χώρο τους, το σχολείο. Αυτό σημαίνει ότι ο χώρος και ο τρόπος διατροφής τους στο σχολείο, το κυλικείο, τους απασχολούν σημαντικά. Το ενδιαφέρον τους αντιστοιχεί στο γενικότερο κοινωνικό ενδιαφέρον που εκδηλώνεται αναφορικά με την ποσότητα και την ποιότητα της τροφής που τα παιδιά λαμβάνουν εκτός και εντός σχολείου, θέμα ευρύ και υψίστης σημασίας, που αφορά κυρίως στην πράξη της διατροφής. Η πράξη της διατροφής των παιδιών είναι από τη μια το πεδίο στο οποίο εμφανίζεται σαφέστερα η θετική ή αρνητική διατροφική διαπαιδαγωγική επίδραση της οικογένειας, αλλά από την άλλη και το πεδίο στο οποίο τα οποιαδήποτε λάθη και προβλήματα που τυχόν συμβαίνουν μπορούν – τουλάχιστον θεωρητικά και ιδεατά- να διορθωθούν μέσω –γιατί όχι;- του εκπαιδευτικού συστήματος. Η διατροφή των παιδιών είναι δηλαδή ουσιαστικά το κατεξοχήν πεδίο στο οποίο μπορούν να διαπιστωθούν οι ευεργετικές επιδράσεις του διατροφικού γραμματισμού, για τον οποίο συζητούμε στην εργασία αυτή. Από πολλές έρευνες, για τις οποίες όλοι έχουμε ακούσει, προκύπτει μια όχι και τόσο ενθαρρυντική εικόνα για τα παιδιά στην Ελλάδα ως καταναλωτικά και ως διατρεφόμενα όντα, για τη σωματική τους κατάσταση ειδικότερα, αλλά και για τις συνθήκες που ρυθμίζουν τη διατροφική τους συμπεριφορά. Αλλά συχνά ακούμε και ότι στα κυλικεία σημειώνονται καταχρήσεις ποικίλων μορφών κι ότι οι μαθητές

αναγκάζονται να ψωνίζουν κακής ποιότητας τρόφιμα. Καθώς πύκνωσαν οι φωνές που εναντιώθηκαν σ' αυτήν την κατάσταση, επειδή έγιναν αντιληπτοί κίνδυνοι για την υγεία (παχυσαρκία, ασθένειες κλπ.) και διάφορα οικονομικά ζητήματα, προέκυψε η ανάγκη να ληφθούν μέτρα και να καθοριστεί νομικά τι μπορούν οι μαθητές να αγοράζουν και να τρώνε. Βέβαια, όπως έχει επισημάνει η καταναλωτική οργάνωση Κέντρο Προστασίας Καταναλωτή (ΚΕΠΚΑ), παρά την ύπαρξη νομοθετικού πλαισίου κάθε χρόνο πολλά κυλικεία διαθέτουν μη εγκεκριμένα είδη, με επιχείρημα την οικονομική απόδοση της επιχείρησης ή τη δυνατότητα των μαθητών να προμηθεύονται τα απαγορευμένα είδη από τα γειτονικά καταστήματα και ζητεί άμεσους και αυστηρούς ελέγχους από τους αρμόδιους φορείς, δηλαδή τις Διευθύνσεις Υγείας των Νομαρχιακών Αυτοδιοικήσεων και τις περιφερειακές διευθύνσεις του Ενιαίου Φορέα Ελέγχου Τροφίμων (ΕΦΕΤ). Βάσει της πιο πρόσφατης Υγειονομική Διάταξης για τους κανόνες υγιεινής και τον καθορισμό των προϊόντων που διατίθενται από τα κυλικεία δημοσίων και ιδιωτικών σχολείων (ΦΕΚ 1183/31.08.2006) επιτρέπονται προς πώληση και αγορά συγκεκριμένα προϊόντα:

α) στα δημοτικά σχολεία: Σάντουιτς - τοστ, με ψωμί ολικής αλέσεως ή λευκό, τυρί, γαλοπούλα, ντομάτα, χωρίς μαγιονέζα και χωρίς βούτυρο. Καλόν είναι να μη προστίθεται ούτε μαργαρίνη, αλλά αν προστεθεί, τότε η περιεκτικότητά της, σε trans λιπαρά, δεν πρέπει να υπερβαίνει το 2% των ολικών λιπιδίων. Απλά αρτοσκευάσματα (φρυγανιές, αρτίδια, φρατζολάκια, σησαμένια κουλούρια, παξιμάδια, κριτσίνια), σε ατομική συσκευασία (μέχρι 50g). Αν περιέχουν λιπαρές ουσίες, δεν πρέπει τα trans λιπαρά να υπερβαίνουν το 2% των ολικών λιπιδίων. Σταφιδόψωμο, μουστοκούλουρα, σε ατομική συσκευασία (έως 60g). Μπισκότα απλά, χωρίς γέμιση, σε ατομική συσκευασία (έως 60g), η περιεκτικότητα των οποίων, σε trans λιπαρά, δεν πρέπει να υπερβαίνει το 2% των ολικών λιπιδίων. Επίσης, ανά 100g, η ζάχαρη δεν πρέπει να υπερβαίνει τα 10g, τα ολικά λιπαρά τα 10g, τα κορεσμένα λιπαρά τα 5g, το νάτριο (αλάτι) τα 0,5g. Τυρόπιτα - σπανακόπιτα (έως 200g), με τυρί φέτα ή κασέρι. Γιαούρτι, χωρίς συνθετικές γλυκαντικές ουσίες. Φρέσκα φρούτα, καλά πλυμένα και σε ατομική συσκευασία. Ξερά φρούτα, σε ατομική συσκευασία (έως 50 g). Γάλα χαμηλό σε λιπαρά, πλήρες ή με κακάο, χωρίς συνθετικές γλυκαντικές ουσίες, σε ατομική συσκευασία (έως 250ml το γάλα - κακάο, έως 330ml το άσπρο). Ρυζόγαλο, κρέμα χωρίς προσθήκη άλλων συστατικών και σε συσκευασία έως 150ml. Φυσικοί χυμοί φρούτων (100% χυμός), χωρίς πρόσθετη ζάχαρη, σε ατομική συσκευασία (έως 330ml). Εμφιαλωμένο νερό του 0,5 λίτρου.

β) στα γυμνάσια - λύκεια - νυχτερινά σχολεία: Όλα τα παραπάνω, με μόνη διαφορά ότι το άσπρο γάλα μπορεί να πωλείται, σε συσκευασία έως 500ml. Ξηροί καρποί, ανάλατοι, σε ατομική συσκευασία (έως 50g). Μέλι, σε ατομική συσκευασία. Χαλβάς - παστέλι, σε ατομική συσκευασία (έως 50g). Σοκολάτα υγείας και γάλακτος, χωρίς γέμιση, σε συσκευασία έως 30g. Από όλα τα κυλικεία, διατίθεται καφές, και αφεψήματα, μόνο για το προσωπικό. Παράλληλα, με αγορανομική διάταξη έχουν οριστεί οι ανώτατες τιμές διάθεσης προϊόντων για τα κυλικεία και συγκεκριμένα:

- Σάντουιτς ή τοστ από ψωμί ολικής αλέσεως ή λευκό, με τυρί (με προσθήκη ή μη λαχανικών, τομάτας, μαργαρίνης και άλλων) μέχρι 1,30 ευρώ.
- Σάντουιτς ή τοστ από ψωμί ολικής αλέσεως ή λευκό, με τυρί και γαλοπούλα (με προσθήκη ή μη λαχανικών, τομάτας, μαργαρίνης και άλλων) μέχρι 1,70 ευρώ.

- Απλό αρτοσκεύασμα (σησαμένιο κουλούρι) σε ατομική συσκευασία (μέχρι 50 γραμ.) έως 0,50 ευρώ.
- Τυρόπιτα-σπανακόπιτα με τυρί φέτα ή κασέρι (μέχρι 200 γραμ./τεμάχιο) έως 1,30 ευρώ.
- Φυσικοί χυμοί φρούτων με 100% χυμό (χωρίς πρόσθετη ζάχαρη) 330 ml έως 1 ευρώ.
- Εμφιαλωμένο νερό 500 ml μέχρι 0,50 ευρώ.

Εντωμεταξύ είναι σε εξέλιξη διαδικασία κατάρτισης νέου προσχεδίου νόμου σχετικά με τα σχολικά κυλικεία, που το Υπουργείο Υγείας & Κοινωνικής Αλληλεγγύης έθεσε προς διαβούλευση. Για το προσχέδιο αυτό εκφράστηκαν επιφυλάξεις και ανησυχία ότι οι διαφοροποιήσεις που θα εισαχθούν πιθανόν να οδηγούν στη μη αναμενόμενη κατεύθυνση. Για να γίνει καλύτερα κατανοητή η σπουδαιότητα ποικίλων ζητημάτων που συχνά μας διαφεύγει, μπορούμε στο σημείο αυτό να αναφέρουμε ορισμένες από τις αντιρρήσεις που εξέφρασε το Ινστιτούτο Διατροφικών Μελετών & Ερευνών:

1. Σύμφωνα με το παράρτημα Ι, παράγραφος 2 του νέου σχεδίου, αναφέρεται ότι δεν επιτρέπεται η προσθήκη κακάο και άλλων πρόσθετων σακχάρων στο γάλα, όπως και η διάθεση σοκολατούχου γάλακτος.

Όπως αναφέρεται: “Γάλα τυποποιημένο φρέσκο αποβουτυρωμένο (2% λιπαρά) σε ατομική συσκευασία έως 500 ml. Δεν επιτρέπεται η προσθήκη ζάχαρης, κακάο καθώς και άλλων πρόσθετων σακχάρων. Δεν επιτρέπεται η διάθεση σοκολατούχου γάλακτος”.

Αντίθετα, στην παρακάτω παράγραφο επιτρέπεται η προσθήκη μελιού ή κακάο (ένα κουταλάκι ανά μερίδα) σε ροφήματα που προέρχονται από συνδυασμό γάλακτος με φρούτο. Όπως αναφέρεται: “Ροφήματα από συνδυασμούς φρέσκου γάλακτος και φρέσκων φρούτων που θα παρασκευάζονται στο κυλικείο μόνο «εφόσον διαθέτει άδεια προετοιμασίας και διάθεσης». Το ρόφημα θα παρασκευάζεται με προσθήκη 1 μερίδας γάλακτος (1 ποτήρι 250 ml) και 1 μερίδας φρούτου. Επιτρέπεται η προσθήκη μελιού ή κακάο σε ποσότητα 1 κουταλάκι ανά μερίδα. Δεν επιτρέπεται η προσθήκη ζάχαρης. Απαγορεύεται η διάθεση τυποποιημένων milkshakes καθώς και η χρήση έτοιμης σκόνης για milkshake”.

Το Ι.Δ.Μ.Ε. εκφράζει τη διαφωνία του σχετικά με τη χρήση του κακάο σε κάθε προϊόν που έχει ως πρώτη ύλη το γάλα ανεξαιρέτως.

2. Στο γάλα τίθενται όρια μέχρι 2% (λιπαρά) ενώ στο γιαούρτι μέχρι 5% (λιπαρά). Όπως αναφέρεται: “Γάλα τυποποιημένο φρέσκο ημιαποβουτυρωμένο (2% λιπαρά) σε ατομική συσκευασία έως 500 ml”. Επίσης, “Γιαούρτι τυποποιημένο (έως 5% λιπαρά), χωρίς πρόσθετα σάκχαρα, σε ατομική συσκευασία έως 200 γρ”.

Από τη στιγμή που αυτά τα δύο προϊόντα γάλακτος δεν διαφέρουν σημαντικά ως προς τη σύστασή τους και τη θρεπτική τους αξία, δεν τεκμηριώνεται και δεν γίνεται αντιληπτό για ποιο λόγο διαφοροποιούνται τα όρια στην περιεκτικότητα λίπους.

3. Στην παράγραφο 6, όπου γίνεται αναφορά στα αρτοσκευάσματα, απαγορεύεται, όπως αναφέρεται, η διάθεση τυρόπιτας και σπανακόπιτας. Όπως αναφέρεται: “Δεν επιτρέπεται η

διάθεση τυρόπιτας, σπανακόπιτας, ζαμπονοτυρόπιτας, λουκανικόπιτας, πιροσκή, κρουασάν και άλλων προϊόντων που δεν περιλαμβάνονται στα ανωτέρω”.

Στο σημείο αυτό δεν λαμβάνεται υπόψη ότι η τυρόπιτα και η σπανακόπιτα αποτελούν δύο ελληνικά παραδοσιακά τρόφιμα, τα οποία αν και εφόσον παρασκευαστούν με τα κατάλληλα υλικά και τις κατάλληλες μεθόδους, θα μπορούσαν να χαρακτηριστούν ως και θρεπτικά. Άξιο αναφοράς είναι ότι η τυρόπιτα αποτελεί καλή πηγή ασβεστίου εφόσον περιέχει 140-200 mgCa/100gr, ενώ η σπανακόπιτα θεωρείται καλή πηγή Ω-3 λιπαρών οξέων λόγω του ότι περιλαμβάνει 0,89 mg/g αναλογία υγρού βάρους (Macro- and Micronutrients in a Traditional Greek Menu, Forum Nutr. Basel, Karger by Trichoroulou et al 2005).

Στο σημείο αυτό θεωρείται σκόπιμο να αναφερθούν αποσπάσματα άρθρου από το Περιοδικό «Ελληνική Επιθεώρηση Διαιτολογίας – Διατροφής» του οποίου συντάκτης είναι η κα Αντωνία Τριχοπούλου, ομότιμη καθηγήτρια Διατροφής και Προληπτικής Ιατρικής του Πανεπιστημίου Αθηνών, που αναφέρει: «Επισημαίνεται ότι τα επιστημονικά στοιχεία που τεκμηριώνουν τις ευεργετικές ιδιότητες της Μεσογειακής Διατροφής αφορούν την παραδοσιακή Μεσογειακή Διατροφή και όχι τη σημερινή διατροφή των χωρών της Μεσογειακής περιοχής. Στο πλαίσιο αυτό χρειάζεται η διαμόρφωση μίας πολιτικής για τη διατήρηση του εξαιρετικού αυτού προτύπου διατροφής». Σε άλλο σημείο τονίζει: «Τα παραδοσιακά Μεσογειακά Τρόφιμα αποτελούν μία διαχρονική έκφραση της πολιτιστικής μας κληρονομιάς. Παρά το γεγονός ότι ζούμε σε μία εποχή παγκοσμιοποίησης, πολλά παραδοσιακά μεσογειακά τρόφιμα έχουν ιστορία αιώνων και έχουν αφήσει τη σφραγίδα τους στο σημερινό μεσογειακό τρόπο διατροφής» και συμπληρώνει «... είναι ανάγκη να νομοθετηθεί και να τυποποιηθεί η παραγωγή των παραδοσιακών τροφίμων, έτσι ώστε να προστατευθούν τα προϊόντα, οι παραγωγοί και οι καταναλωτές».

Επίσης, σύμφωνα με μελέτη χαρακτηριστικών παραδοσιακών τροφίμων που αφορά τα Κρητικά Χορτοπιτάκια η οποία πραγματοποιήθηκε με υπεύθυνη την κα Τριχοπούλου, (ομότιμη καθηγήτρια Διατροφής και Προληπτικής Ιατρικής του Πανεπιστημίου Αθηνών), είναι πολύτιμη η θρεπτική αξία των χόρτων στο τελικό προϊόν που είναι η χορτόπιτα και τα χορτοπιτάκια, καθώς αυτά είναι πλούσια σε πρωτεΐνες και διαιτητικές ίνες. Επίσης η υψηλή αναλογία μονοακόρεστων λιπαρών οξέων οφείλεται στη χρήση ελαιολάδου. Έτσι ο συνδυασμός αυτών των θρεπτικών συστατικών καθιστά τη χορτόπιτα ένα πολύτιμο σνακ.

Βάσει όλων των παραπάνω, βασική θέση του Ι.Δ.Μ.Ε. είναι ότι ο αφορισμός τροφίμων, όταν αυτά μπορούν να παρασκευαστούν με κατάλληλες μεθόδους έτσι ώστε να υπάρχει όριο ως προς τις θερμίδες, το ποσοστό λίπους και τις αναλογίες κορεσμένων, μονοακόρεστων και πολυακόρεστων λιπαρών οξέων, αποτελεί την εύκολη λύση και δεν βοηθάει τελικά στην προσπάθεια καταπολέμησης της παχυσαρκίας. Αντίθετα προτείνεται να τεθούν όρια και προϋποθέσεις κατά τρόπο ώστε οι εταιρείες αρτοποιημάτων να γίνουν πιο ανταγωνιστικές παρασκευάζοντας πιο υγιεινά τρόφιμα και τελικά να μην απαγορευτούν και χαθούν ελληνικά παραδοσιακά τρόφιμα. Αυτό ουσιαστικά απαιτεί τη συνεργασία της βιομηχανίας με τους επιστήμονες διατροφής. Προς την κατεύθυνση αυτή κρίνεται σημαντικό να ληφθεί σοβαρά υπόψη η Υγειονομική Διάταξη αναφορικά με τους κανόνες υγιεινής και τον καθορισμό προϊόντων που διατίθενται από τα κυλικεία δημοσίων και ιδιωτικών σχολείων Αριθμ. ΔΥ1γ/Γ.Π./οικ.93828 (ΦΕΚ Β'1183/31.8.2006), στην οποία, σε πολλές περιπτώσεις γίνεται

αναφορά σχετικά με την ποσότητα των trans λιπαρών οξέων που πρέπει να επιτρέπεται σε κάθε τρόφιμο αλλά και τα όρια σε λίπος, νάτριο, ζάχαρη κ.λ.π. που δεν πρέπει να υπερβαίνονται.

Ως συμπέρασμα, η αυστηρή και απαρέγκλιτη θέση ορίων στη σύσταση, στη θερμιδική αξία και στα επιτρεπόμενα ποσοστά παρουσίας βλαβερών συστατικών (όπως είναι τα trans λιπαρά οξέα) στο τρόφιμο, κρίνεται πολύ πιο αποτελεσματική για την επίτευξη του στόχου του Υπουργείου Υγείας & Κοινωνικής Αλληλεγγύης να προασπίσει τα παιδιά από το φαινόμενο της παιδικής παχυσαρκίας, παρά η απαγόρευση κάποιων τροφίμων.

Με τη θέση αυτή συναινούν και οι επιστήμονες, επιστημονικοί συνεργάτες του Ι.Δ.Μ.Ε., κα. Καραγιαννοπούλου-Κόγιου Σοφία (Παιδίατρος – Πρόεδρος της Ελληνικής Εταιρίας Κοινωνικής Παιδιατρικής και Προαγωγής της Υγείας Παραρτήματος Θεσσαλονίκης, Αν. Διευθύντρια Ε.Σ.Υ. Θεσσαλονίκης, Δρ ΑΠΘ και Διδάσκουσα Αγωγής Υγείας του ΑΠΘ της Παιδαγωγικής Σχολής) και κα. Τσιλιγκιρογλου-Φαχαντίδου Άννα (Παιδίατρος, με σχολιατρική ιδιότητα από 1976 έως 1989 και Καθηγήτρια ΤΕΦΑΑ ΑΠΘ – Διευθύντρια Εργαστηρίου Υγιεινής Διατροφής Αθλουμένων και διδάσκουσα Αγωγής Υγείας ΑΠΘ).

«Πιστεύουμε ότι το Ελληνόπουλο χρειάζεται να μάθει να τρώει καλό και ποιοτικό πρωινό, π.χ. δημητριακά με γάλα αλλά και ποιοτικά σνακ, στις 10-11 πμ που τα συμπτώματα της υπογλυκαιμίας είναι έντονα, ιδίως αν δεν έχει καταναλώσει πρωινό. Μέσα στα προτεινόμενα για πρωινό μπορεί να είναι γαλοπούλα, χυμός και λαχανικά, ένα αυγό, 3-4 φορές την εβδομάδα. Δεν μπορούμε να εξαιρέσουμε ένα παραδοσιακό προϊόν όπως είναι η πίτα είτε ως τυρόπιτα είτε ως σπανακόπιτα και αυτό γιατί ανήκει στους σύνθετους υδατάνθρακες που δεν ανεβάζουν απότομα τη γλυκόζη στο αίμα και δεν έχει ζάχαρη. Απλά οι αυστηρές προδιαγραφές αφορούν το κορεσμένο λίπος και το αλάτι που προάγουν τις καρδιαγγειακές παθήσεις. Το λίπος πρέπει να είναι ελαιόλαδο σε κανονική ποσότητα και να μην περιέχει πολύ αλάτι. Η τυρόπιτα δίνει και καλή πρωτεΐνη, αν το τυρί φέτα είναι ποιοτικό και επιπλέον ασβέστιο και ω3 λιπαρά ενώ η σπανακόπιτα εκτός από αυτά, προσφέρει σίδηρο και έχει σχετικά λίγες θερμίδες (250 kcal) γιατί, πάνω από όλα, χρειάζεται πρόληψη της παιδικής παχυσαρκίας.»

Συνεπώς, η λειτουργία των σχολικών κυλικείων είναι θέμα αρκετά προβληματικό που πρέπει να παρακολουθείται πολύ στενά από όλα τα εμπλεκόμενα μέρη, πολιτεία, εκπαιδευτική κοινότητα, συλλόγους γονέων κλπ. Πρέπει όμως να απασχολεί αρκετά και τους μαθητές που στην επαφή και τη δοσοληψία μαζί τους θα πρέπει να χρησιμοποιούν την κριτική τους ικανότητα, η απόκτηση της οποίας έχει τεθεί ως στόχος του διατροφικού γραμματισμού.

Συμπεράσματα

Στην εργασία αυτή επιχειρήσαμε, μέσω της συλλογής στοιχείων από το ΠΣ, τα σχολικά βιβλία και τις σχολικές δραστηριότητες, να ανασυνθέσουμε και να περιγράψουμε από οριζόντια και κάθετη οπτική την παρουσία της διατροφής ως ενότητας διδακτικού περιεχομένου στο σύγχρονο ελληνικό σχολείο. Η διατροφή παλαιότερα δεν ήταν θέμα άγνωστο στο σχολείο, αλλά ούτε και ιδιαίτερα διαδεδομένο, αφού αναπτυσσόταν κυρίως στο πλαίσιο του μαθήματος της Οικιακής οικονομίας. Κατά τα οριζόμενα, όμως, και στο ισχύον ΠΣ τα τελευταία χρόνια έχει αποτελέσει, όπως είδαμε, ένα σημαντικό θεματικό άξονα μέσα στα

εκπαιδευτικά περιεχόμενα. Αυτή η αναβάθμιση είναι σε αντιστοιχία με την αύξηση του ευρύτερου κοινωνικού ενδιαφέροντος για το θέμα. Λόγω της συνθετότητας και της σπουδαιότητάς του το θέμα έχει καταρχήν εξασφαλίσει μια θέση σε ποικίλα γνωστικά αντικείμενα της υποχρεωτικής εκπαίδευσης. Η επιτυχία της διδασκαλίας του, που υποστηρίζεται από αξιόλογο και μοντέρνο εκπαιδευτικό υλικό, έντυπο και ηλεκτρονικό, εξαρτάται από την τήρηση της προϋπόθεσης ότι το σχετικό γνωστικό υλικό (έννοιες, ιδέες, θέματα, προεκτάσεις κλπ.) διδάσκεται με στόχους την όσο το δυνατό πιο ενεργητική πρόσκτησή του σε ένα ολιστικό μαθησιακό πλαίσιο και την όξυνση της κριτικής ικανότητας των παιδιών. Επίσης, στο θέμα αποδίδεται κεντρικός ρόλος και στο πλαίσιο της υλοποίησης σχολικών δραστηριοτήτων, οι οποίες υποχρεωτικά διεξάγονται με βάση τις διδακτικές αρχές της διαθεματικότητας και της μαθητοκεντρικότητας, που αποτελούν βασικά συστατικά του ΠΣ. Επειδή η διατροφή είναι φαινόμενο πολυσύνθετο και πολυδιάστατο, προσφέρεται ιδιαίτερα για αξιοποίηση στις σχολικές δραστηριότητες. Τα στοιχεία δείχνουν πράγματι ότι οι μαθητές τρέφουν έντονο ενδιαφέρον για συμμετοχή σε τέτοιες δράσεις που έχουν ως αντικείμενο ποικίλες πτυχές της πλούσιας θεματικής διατροφής. Με τη συμμετοχή στις δραστηριότητες δίνεται στα παιδιά η ευκαιρία να αναλάβουν δράση και να προσεγγίσουν τη διατροφή πολύ πιο βιωματικά απ' ό,τι στο πλαίσιο ενός μόνο μαθήματος. Αυτού του είδους η εκπαιδευτική προσέγγιση σήμερα είναι προϋπόθεση για τη δημιουργία διατροφικά συνειδητοποιημένων πολιτών αύριο, που είναι σκοπός της εκπαίδευσης. Υπό αυτήν την έννοια μπορούμε πράγματι να δεχθούμε ότι το ελληνικό σχολείο λειτουργεί στη λογική ενός διατροφικού γραμματισμού, αφού τουλάχιστον καταβάλλεται προσπάθεια οι μαθητές στο σχολείο να αποκτήσουν όχι μόνο γνώσεις, αλλά συγχρόνως και με διάφορους τρόπους και τη δυνατότητα της εφαρμογής τους και τώρα και στην ενήλικη ζωή τους. Εξάλλου, διαπιστώνουμε ότι ο διατροφικός αυτός γραμματισμός εξελίσσεται και τελειοποιείται στα νέα ΠΣ, τα οποία έχουν δημοσιευθεί και εφαρμόζονται δοκιμαστικά σε ορισμένα σχολεία. Παρόλ' αυτά, η «πραγματική» πράξη των μαθητών δεν είναι τελικά παρά η διατροφική συμπεριφορά τους. Η ορθή και άψογη διατροφική συμπεριφορά εντός και εκτός σχολείου αποτελεί το πιο σημαντικό ζητούμενο και το πεδίο στο οποίο προπαντός θα μετρηθεί η επιτυχία του διατροφικού γραμματισμού που μας απασχόλησε στην εργασία αυτή.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ-ΔΙΚΤΥΟΓΡΑΦΙΑ

- Παιδαγωγικό Ινστιτούτο, *Οδηγός σχεδίων εργασίας για τον εκπαιδευτικό*, Αθήνα 2002.
- Δ. Σπυροπούλου, Α. Βαβουράκη, Χ. Κούτρα, Ε. Λουκά, Σ. Μπούρας, Καινοτόμα προγράμματα στην εκπαίδευση, *Επιθεώρηση Εκπαιδευτικών Θεμάτων* 13, 69-83.
- Mike Baynham, *Πρακτικές γραμματισμού*, Αθήνα, Μεταίχμιο 2002.
- Ιστότοπος του Ενιαίου Φορέα Ελέγχου Τροφίμων <http://www.efet.gr/>
- Ιστότοπος Ελληνικού Ινστιτούτου Διατροφής <http://www.eid.org.gr/>
- Παιδαγωγικό Ινστιτούτο, *Αγωγή Υγείας, Βασικές Αρχές-Σχεδιασμός Προγράμματος*, *Εγχειρίδιο για Εκπαιδευτικούς Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης*, Αθήνα 2001
- Παιδαγωγικό Ινστιτούτο, *ΔΕΠΠΣ-ΑΠΣ*, Αθήνα 2001 κ.ε.

Μεσογειακή διατροφή και μεταλλαγμένα, Νίκος Κατσαρός, Διευθυντής Τμήματος Διατροφολογίας New York College, Επιστημονικός Συνεργάτης ΕΚΕΦΕ ΔΗΜΟΚΡΙΤΟΣ, π. πρόεδρος ΕΦΕΤ

Εισαγωγή

Η αλλαγή του τρόπου ζωής είχε σαν αποτέλεσμα και την αλλαγή των διατροφικών συνηθειών με κύρια χαρακτηριστικά:

- τρόφιμα με αυξημένη ποσότητα ζωικού λίπους
- τρόφιμα με αυξημένες ποσότητες αλατιού και νατρίου
- τρόφιμα με αυξημένες ποσότητες ζάχαρης.

Συγχρόνως, η αυξημένη κατανάλωση αλκοολούχων ποτών και αναψυκτικών σε συνδυασμό με την καθιστική ζωή έχει οδηγήσει στα κύρια συμπτώματα της εποχής:

Παχυσαρκία

Η παχυσαρκία έχει χαρακτηριστεί ως νόσος με κύρια συμπτώματα: την υπέρταση, την καρδιοπάθεια, τα αγγειακά νοσήματα, τον σακχαρώδη διαβήτη τύπου II, βλάβες στο συκώτι και τα νεφρά κλπ. Τέλος, μορφές καρκίνου όπως αυτός του παχέος εντέρου, του στομάχου, του οισοφάγου, του παγκρέατος κλπ. Η παχυσαρκία αποτελεί μάστιγα και για την χώρα μας, ιδιαίτερα στην νεολαία. Τέσσερα στα δέκα ελληνόπουλα είναι υπέρβαρα και ένα στα δέκα παχύσαρκο. Το σχετικό ποσοστό των υπέρβαρων παιδιών έχει διπλασιαστεί τα τελευταία είκοσι χρόνια. Το σχετικό ποσοστό ήταν 20% το 1980 και σήμερα προσεγγίζει το 40%. Υπολογίζεται ότι επτά χιλιάδες έλληνες χάνουν κάθε χρόνο την ζωή τους από αίτια που άμεσα σχετίζονται με την παχυσαρκία.

Ταχυφαγεία, καταστήματα έτοιμου φαγητού, κονσερβοποιημένα και συσκευασμένα προϊόντα, γλυκίσματα και αναψυκτικά, τσιπς κάθε είδους είναι συνήθως τα αίτια της παχυσαρκίας σε συνδυασμό με την καθιστική ζωή.

Τα πρόσθετα στα συσκευασμένα τρόφιμα, τα γενετικά τροποποιημένα τρόφιμα, τα συμπληρώματα διατροφής, τα κλωνοποιημένα τρόφιμα, και διάφορα τροφοπαρασκευάσματα δεν έχουν ελεγχθεί για τις μακροχρόνιες επιπτώσεις στον ανθρώπινο οργανισμό. Συγχρόνως, τα υπολείμματα φυτοφαρμάκων σε φρούτα και λαχανικά, τα υπολλείματα ορμονών και αντιβιοτικών στα ζωικά προϊόντα και πληθώρα από τοξικές και επικίνδυνες ουσίες μεταναστεύουν στα τρόφιμα από το χώμα, τον υδροφόρο ορίζοντα και τα υλικά συσκευασίας δηλητηριάζοντας καθημερινά τον ανθρώπινο οργανισμό.

Ιστορικό

Το 2003 η UNESCO ενέκρινε ότι εκτός από τα φυσικά μνημεία μπορούν να ενταχθούν και αυτά που ονομάζουμε άυλη πολιτιστική κληρονομιά της ανθρωπότητας, όπως τραγούδια, χοροί, τεχνουργήματα (υφαντά κλπ), διατροφικές συνήθειες κλπ. Η χώρα μας ενέκρινε την πρόταση αυτή το 2006. Το 2008 υποβλήθηκε πρόταση από την Ιταλία, την Ελλάδα, την Ισπανία και το Μαρόκο να ενταχθεί η Μεσογειακή Διατροφή στην άυλη πολιτιστική κληρονομιά της ανθρωπότητας. Η πρόταση στηρίχθηκε στο γεγονός ότι παρά τις διατροφικές

διαφοροποιήσεις και τις πολιτιστικές συνήθειες που τις συνοδεύουν από χώρα σε χώρα τα προϊόντα που διαμορφώνουν γιορτές και κύκλους ζωής είναι παρόμοια: ελαιόλαδο, σιτάρι και κρασί είναι η χρυσή τριλογία για όλη τη Μεσόγειο.

Τα έξι βασικά σημεία της πρότασης ήταν:

A) Φέρνει τους ανθρώπους πιο κοντά και ενδυναμώνει τις κοινωνικές σχέσεις. Ο Πλούταρχος έγραφε: «δεν καθόμαστε στο τραπέζι για να φάμε αλλά για να φάμε μαζί».

B) Συμβάλλει στη βιώσιμη διαχείριση της υπαίθρου και των φυσικών πόρων και ιδιαίτερα στην διατήρηση παραδοσιακών πρακτικών καλλιέργειας, κτηνοτροφίας και αλιείας.

Γ) Συμβάλλει στην καλή σωματική και ψυχική υγεία και δημιουργικότητα.

Δ) Αποτελεί στοιχείο διαπολιτιστικής και διαγενεακής ανταλλαγής γνώσεων, συνηθειών, παραδόσεων κλπ.

Ε) Βρίσκεται στο κέντρο σημαντικών κοινωνικών εκδηλώσεων, πανηγύρια, γάμους, βαφτίσια κλπ.

ΣΤ) Είναι διαρκώς παρούσα στην προφορική παράδοση: τραγούδια, χοροί, παροιμίες, κουβέντες έπειτα από γεύμα.

Επίσης, κάθε χώρα έπρεπε να προτείνει μια αντιπροσωπευτική πόλη της Μεσογειακής Διατροφής, έτσι η Ελλάδα πρότεινε την Κορώνη, η Ιταλία το Τσιλέντο, η Ισπανία την Σόρια και το Μαρόκο το Σεφσάουεν. Δημιουργήθηκε μια δικαιολογημένη πικρία από τους Κρητικούς διότι δεν προτάθηκε μια πόλη της Κρήτης από όπου ξεκίνησε η Κρητική διατροφή, σύμβολο υγείας, ευζωίας και μακροζωίας και στη συνέχεια έγινε αντικείμενο εμπορικής εκμετάλλευσης και μετονομάστηκε Μεσογειακή Διατροφή.

Επίσης, κάθε χώρα έπρεπε να προτείνει και ένα βασικό πιάτο. Έτσι η Ελλάδα πρότεινε την χωριάτικη σαλάτα, η Ιταλία την καπρέζε (μοτσαρέλα-ντομάτα), η Ισπανία την παέλια και το Μαρόκο τα Μαροκινά τατζίν. Η επιλογή της χωριάτικης σαλάτας για την Ελλάδα ήταν σωστή. Δεν προβλήθηκε όμως στην πρόταση όσο έπρεπε το μέλι. Η χώρα μας διαθέτει το ποιοτικά καλύτερο και υγιεινότερο μέλι, από τα καλύτερα στον κόσμο. Έπρεπε λοιπόν να προβληθεί πολύ περισσότερο το μέλι. Όμως οι οιοσδήποτε πικρίες και παραλείψεις πρέπει να ξεπερασθούν, να προβάλλουμε και να εκμεταλλευθούμε με κάθε τρόπο το σημαντικό αυτό γεγονός.

Τα κύρια χαρακτηριστικά της Μεσογειακής Διατροφής είναι:

Αφθονία τροφών φυτικής προέλευσης, φρούτα, λαχανικά, κηπευτικά, δημητριακά και εσπεριδοειδή (όσπρια, ξηροί καρποί).

Ελαιόλαδο, βασικό συστατικό όχι μόνο στις σαλάτες αλλά και στο μαγείρεμα. Το ελαιόλαδο αντικαθιστά όλα τα άλλα λίπη και σπορέλαια.

Καθημερινή λήψη μικρών ποσοτήτων γαλακτοκομικών όπως τυρί και γιαούρτι.

Κατανάλωση ψαριού και πουλερικών, όχι σε καθημερινή βάση (εβδομαδιαία).

Αυγά το πολύ μέχρι τέσσερα την εβδομάδα.

Κόκκινο κρέας (μοσχάρι, χοιρινό κλπ) μόνο λίγες φορές το μήνα.

Λογική κατανάλωση κρασιού (ένα ή δύο ποτηράκια) σε κάθε γεύμα.

Φυσική δραστηριότητα.

Βασικό συστατικό της Μεσογειακής Διατροφής είναι ότι πάνω από το 60% των προϊόντων που καταναλώνουμε είναι ωμά, φρούτα, λαχανικά, ξηροί καρποί. Σε αυτή την κατηγορία περιλαμβάνονται και τα όσπρια διότι με το βράσιμο ανοίγει μόνο ο φλοιός και μαλακώνει το εσωτερικό χωρίς να λαμβάνουν χώρα χημικές διεργασίες όπως π.χ. με το ψήσιμο του κρέατος. Στην Μεσογειακή Διατροφή περιλαμβάνονται οι φυσικοί χυμοί. Υπάρχει τέτοια ποικιλία φρούτων, λαχανικών και οσπρίων που οι χυμοί αυτοί μπορούν να ικανοποιήσουν κάθε γεύση. Έτσι στην Μεσογειακή Διατροφή δεν επιτρέπονται τα ανθρακούχα αναψυκτικά.

Επίσης στην Μεσογειακή Διατροφή δεν περιλαμβάνονται τα μεταλλαγμένα προϊόντα φυτικής προέλευσης, τα κλωνοποιημένα ζώα και τα συμπληρώματα διατροφής. Όλα τα παραπάνω καμία σχέση δεν έχουν με την παραδοσιακή Ελληνική Διατροφή. Επίσης τα βιομηχανοποιημένα (συσκευασμένα) τρόφιμα με διάφορα ποσοστά προσθέτων πρέπει να περιορίζονται στο ελάχιστο και να αντικαθίστανται από φρέσκα, εποχιακά προϊόντα.

ΠΙΝΑΚΑΣ 1. Χαρακτηριστικά της παραδοσιακής Μεσογειακής διατροφής.

Υψηλή κατανάλωση ελαιολάδου (καταχρηστικά ακόρεστων λιπιδίων) συγκριτικά με κορεσμένα λιπίδια

Υψηλή κατανάλωση οσπρίων

Υψηλή κατανάλωση κυρίως ανεπεξέργαστων δημητριακών

Υψηλή κατανάλωση φρούτων

Υψηλή κατανάλωση λαχανικών

Χαμηλή κατανάλωση γαλακτοκομικών προϊόντων

Μέτρια προς υψηλή κατανάλωση ψαριού

Χαμηλή κατανάλωση κρέατος και προϊόντων κρέατος

Μέτρια κατανάλωση κρασιού, εφόσον επιτρέπεται από θρησκευτικούς και κοινωνικούς κανόνες

Όταν αναφερόμαστε στην παραδοσιακή Μεσογειακή διατροφή, δεν μπορούμε να ισχυριστούμε ότι τηρείται από όλους ή ακόμη από τους περισσότερους από τους σημερινούς κατοίκους των Μεσογειακών χωρών. Δυστυχώς αυτό το διατροφικό πρότυπο αργά αλλά σταθερά εγκαταλείπεται. Επιστημαίνεται ότι τα επιστημονικά στοιχεία που τεκμηριώνουν τις

ευεργετικές ιδιότητες της Μεσογειακής διατροφής αφορούν στην παραδοσιακή Μεσογειακή διατροφή και όχι τη σημερινή διατροφή των χωρών της Μεσογειακής περιοχής. Στο πλαίσιο αυτό χρειάζεται η διαμόρφωση μιας πολιτικής για τη διατήρηση του εξαιρετικού αυτού προτύπου διατροφής.

Καταρχήν, είναι σκόπιμη η δημιουργία ενός ευρύτερα αποδεκτού ορισμού για τη Μεσογειακή διατροφή, αφού ο λογότυπος Μεσογειακή διατροφή χρησιμοποιείται συχνά και χωρίς ιδιαίτερη προσοχή. Ο ορισμός αυτός θα πρέπει να αναφέρεται στην παραδοσιακή Μεσογειακή διατροφή και να σέβεται την πολιτισμική κληρονομιά. Η Μεσογειακή διατροφή, αλλά και τα συνδεδεμένα με αυτή παραδοσιακά τρόφιμα, επωφελούνται αλλά και τίθενται σε κίνδυνο από το αυξημένο εμπορικό ενδιαφέρον για την προστιθέμενη αξία την οποία συνεπάγεται η Μεσογειακή διασύνδεση. Πολλά νεοφανή προϊόντα τροφίμων παρουσιάζονται ως Μεσογειακά, παραπλανώντας έτσι τους καταναλωτές και διακυβεύοντας την υπόσταση της Μεσογειακής διατροφής. Φυσικά η Μεσογειακή Διατροφή καμία σχέση δεν έχει με τα μεταλλαγμένα τρόφιμα.

Μεσογειακή Διατροφή και Υγεία

Είναι γνωστές οι ευεργετικές ιδιότητες της Μεσογειακής Διατροφής στην υγεία, την ευζωία και την μακροζωία. Οι αντιοξειδωτικές ουσίες που περιέχονται μαζί με άλλα χημικά συστατικά όχι μόνο δρουν προληπτικά για μια σειρά από ασθένειες όπως σακχαρώδης διαβήτης τύπου II, καρδιαγγειακά νοσήματα, υπέρταση, παχυσαρκία κλπ, αλλά δρουν ευεργετικά και σε μια σειρά από άλλες καταστάσεις.

Αλτσχάιμερ και Μεσογειακή Διατροφή

Ερευνητές του Ιατρικού Κέντρου του Πανεπιστημίου Ρας του Σικάγου με επικεφαλής την Δρ. Κριστίνα Τανγκνι μελέτησαν τις διατροφικές συνήθειες και τις νοητικές λειτουργίες 4.000 ατόμων άνω των 65 ετών.

Οι επιστήμονες χώρισαν τους εθελοντές σε δυο ομάδες: η μια ακολουθούσε πιστά την παραδοσιακή διατροφή του ελληνικού πληθυσμού (ελαιόλαδο, φρούτα, λαχανικά, όσπρια, θαλασσινά, μέτρια κατανάλωση κρασιού και κόκκινου κρέατος) ενώ η άλλη ομάδα την τυπική αμερικανική διατροφή. Κάθε τρία χρόνια οι ερευνητές αξιολογούσαν τις νοητικές επιδόσεις των συμμετεχόντων. Διαπιστώθηκε ότι όσοι είχαν ακολουθήσει πιστά την ελληνική διατροφή είχαν διαχρονικά την βραδύτερη επιδείνωση των νοητικών γνωστικών λειτουργιών τους άσχετα από παράγοντες όπως το επίπεδο μόρφωσης κλπ. Αντίθετα τα άτομα που είχαν ακολουθήσει πιστά τις οδηγίες της αμερικανικής δίαιτας δεν έδειξαν κάποια ωφέλεια από πλευράς επιβράδυνσης των εγκεφαλικών λειτουργιών τους.

Η νέα μελέτη έρχεται να επιβεβαιώσει προηγούμενη έρευνα στην Γαλλία και αποδίδουν αυτό στο γεγονός ότι η Μεσογειακή Διατροφή μειώνει το οξειδωτικό στρές και τη χρόνια φλεγμονή.

Ελαιόλαδο κατά της κατάθλιψης

Ειδικό από τα Πανεπιστήμια Λας Πάλμας και στα Κανάρια νησιά διαπίστωσαν ότι η Μεσογειακή Διατροφή με βάση το ελαιόλαδο μειώνει τον κίνδυνο κατάθλιψης. Οι

επιστήμονες μελέτησαν 12.000 εθελοντές για έξι χρόνια απο τους οποίους κανείς δεν είχε κατάθλιψη. Μετά απο έξι χρόνια, 657 απο αυτούς είχαν διαγνωστεί με κατάθλιψη. Πιστεύεται οτι τα ωμέγα-3 λιπαρά οξέα μειώνουν τον κίνδυνο κατάθλιψης.

Καταρράκτης και Μεσογειακή Διατροφή

Σύμφωνα με βρετανική έρευνα που διεξήχθη σε 27.600 εθελοντές άνω των 40 ετών και κατέγραψαν τις διατροφικές τους συνήθειες στο διάστημα 1993-1999 και κατόπιν παρακολούθησαν την κατάσταση της υγείας τους απο το 2008-2009, διαπίστωσαν ότι όσοι ακολουθούσαν την μεσογειακή διατροφή, είχαν λιγότερες πιθανότητες να αναπτύξουν καταρράκτη σε σύγκριση με όσους κατανάλωναν συχνά κόκκινο κρέας.

Εγκέφαλος και Μεσογειακή Διατροφή

Πρόσφατες έρευνες έδειξαν οτι μια σειρά απο προϊόντα μεσογειακής διατροφής εξασφαλίζουν ενα υγιές και παραγωγικό μυαλό. Τα πιο αντιπροσωπευτικά δείγματα αναφέρονται παρακάτω:

-Αμυλούχα προϊόντα: ψωμί, μακαρόνια, πατάτα είναι βασική πηγή υδατανθράκων. Οι υδατάνθρακες αποτελούν την μοναδική πηγή ενέργειας για τον εγκέφαλο. Ο εγκέφαλος ενος μέσου ενήλικα καταναλώνει 100 γρ., δηλαδή το 20% της ημερήσιας πρόσληψης θερμίδων. Τα αμυλούχα προϊόντα ολικής άλεσης είναι πλούσια σε φολικό οξύ το οποίο αυξάνει την εγκεφαλική αιμάτωση. Επίσης περιέχουν βιταμίνες του συμπλέγματος Β και κυρίως θειαμίνη και νιασίνη που ενισχύουν τη μνήμη.

-Λιπαρά ψάρια. Εχουν πολύ υψηλά επίπεδα ω-3 λιπαρών οξέων τα οποία προστατεύουν τους νεύρωνες απο την συγκέντρωση χοληστερόλης και κεκορεσμένων λιπαρών. Τα ω-3 λιπαρά οξέα επίσης ενισχύουν την παροχή οξυγόνου στον εγκέφαλο. Καλύτερες επιλογές ο τόνος, ο σολωμός και η σαρδέλα.

-Αβοκάντο. Πλούσια πηγή πολυακόρεστων λιπαρών αντιοξειδωτικών και βιταμίνης Ε.

-Πράσινα φυλλώδη λαχανικά. Μαρούλι, σπανάκι, λάχανο κ.α. επιδρούν στην ανάκληση πληροφοριών. Αυτό γιατί είναι πλούσια σε βιταμίνες Β6 φολικό οξύ και σίδηρο που μειώνουν τα επίπεδα ομοκυστεΐνης. Η ομοκυστεΐνη παράγεται κατά την διάσπαση πρωτεϊνών η οποία οδηγεί σε απώλεια μνήμης εκτός των άλλων επιδράσεων.

-Βατόμουρα. Πλούσια σε αντιβιοτικά και φλαβονοειδή. Ευνοούν την μαθησιακή ικανότητα.

-Αυγά. Οι εγκεφαλικές λειτουργίες όπως και των άλλων οργάνων του σώματος ατροφούν με την πάροδο του χρόνου. Αυτό μπορεί να αποφευχθεί με την κατανάλωση αυγών. Τα αυγά είναι η καλύτερη πρωτεΐνη υψηλής βιολογικής αξίας και είναι πλούσια σε βιταμίνη Β12, και λεκιθίνη που καταπολεμούν την εγκεφαλική λειτουργία. Επιπλέον τα αυγά περιέχουν την χολίνη απαραίτητη για την εγκεφαλική λειτουργία.

-Στρείδια. Λόγω της υψηλής περιεκτικότητας σε ψευδάργυρο και σίδηρο βοηθούν στην λειτουργία της μνήμης και ιδιαίτερα στην συγκέντρωση και ανάκληση πληροφοριών.

-Ρόδι. Είναι πλούσιο σε τρεις διαφορετικές μορφές αντιοξειδωτικών, τις τανίνες, τις ανθοκυανίνες και το ελλαγικό οξύ και προστατεύει τον εγκέφαλο από τη γήρανση.

-Ελαιόλαδο. Πλούσιο σε βιταμίνη Ε αυξάνει την μαθησιακή ικανότητα και εξασφαλίζει την σωστή αιμάτωση του εγκεφάλου. Βοηθά στην συντήρηση της μυελίνης, ουσίας που επικαλύπτει και προφυλάσσει τα νεύρα.

Συνοπτικά η μεσογειακή διατροφή είναι απαραίτητη για την καλή πνευματική υγεία.

Συμπεράσματα

Τα οφέλη για τη χώρα μας θα πρέπει να είναι πάρα πολλά. Καταρχήν είναι γεγονός ότι με το σύγχρονο τρόπο ζωής έχουμε ξεφύγει από την Ελληνική παραδοσιακή διατροφή. Το γρήγορο φαγητό, τα αναψυκτικά που έχουν ως χαρακτηριστικό το ζωικό λίπος, το αλάτι και την ζάχαρη είναι δυστυχώς ο σύγχρονος τρόπος διατροφής. Πρέπει η Μεσογειακή διατροφή να καθιερωθεί ως τρόπος ζωής. Αυτό το σύμβολο υγιεινής διατροφής, ευζωίας και μακροζωίας πρέπει να υιοθετηθεί από όλους.

Καταρχήν:

Θα πρέπει στα σχολεία να διδάσκεται η Μεσογειακή διατροφή δεν εννοώ ως επιπλέον μάθημα, αλλά οριζόντια π.χ. ο καθηγητής της γεωγραφίας να αναφέρεται στις διατροφικές συνήθειες διαφόρων λαών, ο ιστορικός στην διατροφή διαμέσου των αιώνων, ο καθηγητής θρησκευτικών για τη σημασία των νηστειών κλπ. επίσης στα κυλικεία των σχολείων να επικρατούν τα Μεσογειακά εδέσματα.

Η Επιστημονική κοινότητα τα ΑΕΙ, ΤΕΙ και τα Ερευνητικά Κέντρα της χώρας να τεκμηριώνουν επιστημονικά τα πλεονεκτήματα της Μεσογειακής Διατροφής.

Οι Σύλλογοι Γονέων και Κηδεμόνων, οι καταναλωτικές οργανώσεις, οι περιβαλλοντικές οργανώσεις, οι επιστημονικοί και κοινωνικοί φορείς να ενημερώνουν υπεύθυνα, αντικειμενικά και συστηματικά για τα πλεονεκτήματα της Μεσογειακής διατροφής.

Ο Γαστρονομικός Τουρισμός ν' αποτελέσει κύριο μέλημα της Πολιτείας, παράλληλα με τα Ξενοδοχειακά Επιμελητήρια και τα τουριστικά γραφεία.

Το σύνθημα «Καταναλώνω ό,τι παράγω» πρέπει να προβληθεί παντού ώστε να αποτελέσει και παράγοντα οικονομικής ανάπτυξης.

Αρνάκι-Κατσικάκι Ελασσόνας ή Αρνάκι Νέας Ζηλανδίας; ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝτας με γνώση τη διατροφή μας, Ζιούρα Θεοδώρα, καθηγήτρια μουσικής, Παιδαγωγική Ομάδα ΚΠΕ Κισσάβου - Ελασσόνας

Τα καταναλωτικά πρότυπα και οι αξίες που προβάλλονται και επιβάλλονται σήμερα από τους νόμους της αγοράς και το σύγχρονο marketing ωθούν στον υπερκαταναλωτισμό και γενικότερα σε μια αλαζονική καταναλωτική συμπεριφορά. Νέες ανάγκες δημιουργούνται και οι καταναλωτές καλούνται να τις ικανοποιήσουν αγοράζοντας συνεχώς νέα προϊόντα και υπηρεσίες. Οι καθημερινές μας όμως συνήθειες, ο τρόπος ζωής και οι αξίες μας δεν αφορούν μόνο εμάς αλλά και ολόκληρο τον πλανήτη. Ο τρόπος που ντυνόμαστε, που τρεφόμαστε, που μετακινούμαστε, οι κατοικίες που χτίζουμε συνδέονται άμεσα με την υπερθέρμανση του πλανήτη, τη χρήση των φυσικών πόρων, την ανισότητα μεταξύ αναπτυγμένου και αναπτυσσόμενου κόσμου, μεταξύ βορρά και νότου, μεταξύ πλουσίων και φτωχών.

Ποια είναι άραγε η οικολογική επιβάρυνση του πλανήτη από την παραγωγή και κατανάλωση της τροφής, μιας και **περιβάλλον** και **διατροφή** του ανθρώπου είναι δυο πόλοι που αναπτύσσουν ισχυρές και αμφίδρομες σχέσεις εξάρτησης και αλληλεπίδρασης;

Η προστασία του περιβάλλοντος περνάει από το πιάτο μας, η αειφόρος προσέγγισή του καθορίζεται από καθημερινές μας συνήθειες. Ο τρόπος και ο τόπος παραγωγής της τροφής, η επεξεργασία, η συσκευασία και διακίνησή της επηρεάζουν καθοριστικά όχι μόνο το παρόν αλλά κυρίως το μέλλον του πλανήτη.

Σήμερα είμαστε όλοι κοινωνοί ενός διατροφικού μοντέλου που έχει αποστασιοποιηθεί από την παράδοση, την κουλτούρα και τον πολιτισμό της κάθε χώρας, υιοθετώντας καταναλωτικές συνήθειες και επιλογές που επιτάσσει η σύγχρονη μόδα και το φαινόμενο της παγκοσμιοποίησης. Έτσι, αβίαστα γεμίζουμε το τραπέζι μας με μπανάνες, με τζίντζερ, με αβοκάντο. Προϊόντα που θέλουμε να απολαμβάνουμε, αλλά βέβαια δεν παράγει η χώρα μας. Το χειρότερο όμως είναι ότι φτάνουν στο τραπέζι μας πατάτες και λεμόνια Τουρκίας, σκόρδα Κίνας, κρεμμύδια Ολλανδίας, μαρούλια Ιταλίας, ντομάτες Ισραήλ και τόσα άλλα. Και παράλληλα, τα σκόρδα Πλατυκάμπου μένουν αδιάθετα, τα λεμόνια Άργους μένουν μακριά από ράφια των καταστημάτων, τα καρπούζια Μακρυχωρίου σαπίζουν στο χωράφι και οι πατάτες Νευροκοπίου παραμένουν αδιάθετες στις αποθήκες των παραγωγών.

Τι συμβαίνει λοιπόν; Ποιος είναι ο δυνατός κρίκος στην αλυσίδα της διατροφής και ποιος υστερεί; Ποια η σχέση και ποια η διαφορά μεταξύ παραγωγού, εμπόρου, καταναλωτή;

Το φαγητό που τρώμε έχει διανύσει πολλές φορές εκατοντάδες ή και χιλιάδες χιλιόμετρα από τον παραγωγό μέχρι να φτάσει στο πιάτο μας (**τροφοχιλιόμετρα**). Για τη μεταφορά των τροφών χρησιμοποιούνται όλα τα μέσα μεταφοράς και ανάλογα με την απόσταση που έχουν διανύσει, καταγράφονται και αντίστοιχες αρνητικές επιπτώσεις στο περιβάλλον.

Η μεταφορά των τροφίμων επιφορτίζεται-αφομοιώνει-καταγράφει τις εκπομπές ρύπων του μεταφορικού μέσου με το οποίο διακινήθηκαν. Πρέπει να υπολογίσει κανείς όλες τις μετακινήσεις, από το στάδιο της συλλογής των πρώτων υλών και τη διοχέτευση του προϊόντος στην αγορά μέχρι και τη δική μας χρήση του αυτοκινήτου να πάμε στο σούπερ μάρκετ να το

αγοράσουμε. Έρευνες στην Αγγλία έχουν δείξει ότι κάθε χρόνο η μεταφορά της τροφής προσθέτει στην ατμόσφαιρα 19 εκατ. τόνους CO₂, από τους οποίους οι δύο προέρχονται αποκλειστικά από τη χρήση του αυτοκινήτου από και προς τα καταστήματα τροφίμων!

Μπορεί λοιπόν τα σκόρδα Κίνας να είναι πιο φθηνά για τον καταναλωτή (ή πιθανώς μπορεί να προσδίδουν πολύ μεγαλύτερο περιθώριο κέρδους στον τελικό ή/και στους ενδιάμεσους μεταπωλητές), έχουν όμως προσθέσει μεγάλες ποσότητες αέριων ρύπων στην ατμόσφαιρα που εντείνουν το φαινόμενο του θερμοκηπίου.

Επιπλέον, για να αντέξουν στα ταξίδια οι τροφές έχουν υποστεί διάφορες επεξεργασίες τόσο στη συσκευασία τους όσο και στον τρόπο συντήρησής τους. Με την προσθήκη δηλαδή χημικών συντηρητικών γίνονται λιγότερο ασφαλείς (και πιθανώς επικίνδυνες) για την υγεία των καταναλωτών και επιβαρύνουν ακόμα περισσότερο το περιβάλλον με το ενεργειακό-οικολογικό αποτύπωμά τους. Και ως **οικολογικό- ενεργειακό αποτύπωμα** εννοούμε την έκταση παραγωγικής γης, πόσιμου νερού και θάλασσας που είναι απαραίτητα για την κάλυψη των καθημερινών αναγκών σε ενέργεια και νερό, συνυπολογίζοντας τις εκπομπές των ρύπων αλλά και την έκταση που χρειάζεται για την απόθεση των απορριμμάτων. Είναι ουσιαστικά ο ρυθμός με τον οποίο ο άνθρωπος εκμεταλλεύεται τους φυσικούς πόρους της γης. Και διαιρώντας κανείς την έκταση των καλλιεργήσιμων εκτάσεων – συμπεριλαμβανομένου και του καθαρού- πόσιμου νερού- με τον πληθυσμό της γης διαπιστώνει ότι σε κάθε άνθρωπο αντιστοιχούν περίπου 2 εκτάρια. Είναι όμως αρκετά;

Η βιόσφαιρά μας είναι ένα κλειστό σύστημα με περιορισμένους πόρους και διαρκώς συρρικνούμενη δυνατότητα για αυτορρύθμιση και αυτοανανέωση. Εξαρτιόμαστε από τους φυσικούς πόρους του πλανήτη και δυστυχώς έχουμε από καιρό υπερβεί κατά πολύ τα όρια αντοχής του. Σύμφωνα με μια έκθεση του 2010 από το WWF, το ZSL (Zoological Society of London) και το Global Footprint Network, τα παγκόσμια φυσικά οικοσυστήματα υποβιβάζονται σε ένα ποσοστό πρωτοφανές στην ανθρώπινη ιστορία και αν ο άνθρωπος δεν σταματήσει την υπερεκμετάλλευση των φυσικών πόρων της Γης, σε 20 χρόνια θα τους έχει εξαντλήσει και για να επιβιώσει η ανθρωπότητα θα χρειάζεται πλέον μια... δεύτερη Γη!

Για παράδειγμα το προηγούμενο έτος το οικολογικό αποτύπωμα της ανθρωπότητας έφτασε τους 1,3 πλανήτες. Αυτό σημαίνει ότι ο πλανήτης χρειάζεται ένα χρόνο και 4 μήνες για να παράγει τους πόρους που καταναλώνουμε και να απορροφήσει τα απορρίμματα που εναποθέτουμε σ' αυτόν. Και αν εξετάσουμε χωριστά το οικολογικό αποτύπωμα της κάθε χώρας, θα διαπιστώσουμε τεράστιες ανισότητες και αδικίες, που αντί να εξαλείφονται, εξακολουθούν προκλητικά να συνεχίζονται προσβάλλοντας κάθε έννοια αειφορικής διαχείρισης των φυσικών πόρων της γης και αξίες όπως η ισότητα και η δικαιοσύνη.

Έτσι, αν ζούσαμε όλοι όπως ο μέσος Αμερικανός, θα χρειαζόμασταν 5 πλανήτες για να συντηρηθούμε και αν ζούσαμε όπως ο μέσος Ευρωπαίος (ανάμεσα σε αυτούς και οι Έλληνες), θα χρειαζόμασταν 3. Που βρίσκουμε λοιπόν τους υπόλοιπους 2 με 4 πλανήτες; Είναι προφανές ότι για να έχουν οι αναπτυγμένες χώρες μεγάλο οικολογικό αποτύπωμα, έχουν πολύ μικρότερο οι αναπτυσσόμενες. Τη στιγμή που εμείς στην Ελλάδα καταναλώνουμε και μολύνουμε σαν να έχουμε στη διάθεσή μας τρεις πλανήτες, περισσότεροι από ένα

δισεκατομμύριο άνθρωποι στον πλανήτη υποφέρουν από πείνα. Ουσιαστικά δανειζόμαστε - αν δεν κλέβουμε- το μερίδιο κατανάλωσης και ρύπανσης των αναπτυσσόμενων χωρών!

Οι ανθρώπινες δραστηριότητες με το μεγαλύτερο οικολογικό αποτύπωμα είναι οι μεταφορές, τα κτίρια, η παραγωγή και η κατανάλωση τροφής.

Σχετικά με την παραγωγή της τροφής τα στοιχεία είναι πολλές φορές τρομακτικά. Χαρακτηριστικά αναφέρουμε ότι τα 2/3 του χρησιμοποιούμενου νερού του πλανήτη απορροφώνται από τη γεωργία και την κτηνοτροφία, και η ολοένα αυξανόμενη παραγωγή κρέατος συνεισφέρει το 15% με 20% της παγκόσμιας ποσότητας μεθανίου μέσω των αερίων του στομάχου των μηρυκαστικών. Φτάσαμε στο σημείο, που κυρίαρχο είδος αυτή τη στιγμή στον πλανήτη να μην είναι ο άνθρωπος αλλά τα πρωτεΐνοπαραγωγά του είδη.

Τεράστιες ποσότητες φυτοφαρμάκων και λιπασμάτων επίσης χρησιμοποιούνται αφήνοντας κατάλοιπα όχι μόνο στις τροφές αλλά και στο περιβάλλον. Το 25% των λιπασμάτων που καταναλώνεται στο Βορρά δεν χρησιμοποιείται καθόλου από τα φυτά αλλά τροφοδοτεί τα υπόγεια νερά. Τα δε φυτοφάρμακα με την έκπλυση των γεωργικών εδαφών και με τη μεταφορά τους από τους ποταμούς μέχρι τις θάλασσες έχουν διασπαρεί σε όλη την υδρόγειο σφαίρα μέχρι και τους πόλους, αλλά και στους ιστούς όλων των ανθρώπων.

Καταγράφεται ακόμη η περιβαλλοντική υποβάθμιση πολλών περιοχών του πλανήτη από την επικράτηση καλλιεργειών με σκοπό την παραγωγή ζωοτροφών και με παραγκωνισμό την ίδια στιγμή καλλιεργειών για την παραγωγή τροφής των ανθρώπων. Τακτική που έχει προκαλέσει σε πολλές χώρες επισιτιστική κρίση με τη ραγδαία αύξηση τιμών σε είδη πρώτης ανάγκης.

Στην αντίπερα όχθη, αυτοί που έχουν τη δύναμη και άνεση της αθρόας αγοράς τροφίμων τα καταναλώνουν; Είναι απαραίτητα για τη διατροφή και διαβίωσή τους;

Έρευνες στην Αγγλία και τις Η.Π.Α. δείχνουν ότι το 35% περίπου των τροφίμων που αγοράζονται καταλήγουν στον κάλαθο των αχρήστων. Αμετροέπεια, αδυναμία ελέγχου, υπερκαταναλωτισμός;

Αντίπαλο δέος;

Και βέβαια, τοπικά προϊόντα, βιολογικής παραγωγής, με τη μικρότερη δυνατή συσκευασία και τη φρεσκάδα της παραδοσιακής κουλτούρας και γνώσης του κάθε λαού. Κι η **μεσογειακή διατροφή** (τουλάχιστον για μας τους Έλληνες) αποτελεί το ασφαλέστερο καταφύγιο.

Καλή μας όρεξη!

BIBΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

ΓΕΩΡΓΟΠΟΥΛΟΣ, Α., *ΓΗ: Ένας Μικρός και Εύθραυστος Πλανήτης*, Gutenberg, Εκπαίδευση και Περιβάλλον, Αθήνα, 2005.

EUROCHARITY YEARBOOK 2008, *Πράσσειν Έλλογα, Πράσινη Ανάπτυξη και Αειφορία, Καινοτομία- Επιχειρηματικότητα- Ανταγωνιστικότητα*, LIBANH, Αθήνα, 2009.

<http://www.myfootprint.org/>

http://viosimotita.blogspot.com/2007/12/blog-post_02.html

<http://www.dipe-serron.gr/apotipoma/index.php?id=3>

http://en.wikipedia.org/wiki/Ecological_footprint

<http://diatrofisimera.blogspot.com/2010/10/food-miles.html>

<http://webcache.googleusercontent.com/>

http://europa.eu/travel/environment/index_el.htm

<http://www.unep.org>

<http://www.earthday.net/footprint/index.asp>

<http://www.agrotypos.gr/index.asp?mod=articles&id=69654>

Βιολογικά προϊόντα online, Σπανός Κωνσταντίνος, καθηγητής πληροφορικής, Παιδαγωγική Ομάδα ΚΠΕ Κισσάβου - Ελασσόνας

Τι είναι τα βιολογικά προϊόντα

Προϊόντα βιολογικής γεωργίας είναι τα προϊόντα που για την παραγωγή τους έχουν εφαρμοστεί κανόνες που καθορίζονται από την κοινοτική και εθνική νομοθεσία οι οποίοι σκοπό έχουν την προστασία του περιβάλλοντος, τη διατήρηση ή και την αύξηση της ευφορίας και της βιολογικής δραστηριότητας του εδάφους, καθώς και τη δημιουργία κατάλληλων συνθηκών για τη διατήρηση της αλληλεξάρτησης μεταξύ του εδάφους με τα φυτά, των φυτών με τα ζώα και των ζώων με το έδαφος χωρίς την προσφυγή σε παράγοντες παραγωγής εξωτερικής προέλευσης .

Τα βιολογικά προϊόντα είναι απαλλαγμένα από:

- χημικά λιπάσματα
- παρασιτοκτόνα
- τοξικά φυτοφάρμακα
- αντιβιοτικά
- ορμόνες
- συντηρητικά
- βελτιωτικά γεύσης
- τεχνητά χρώματα
- αρώματα
- γενετικά τροποποιημένα υλικά

Έτσι τα βιολογικά προϊόντα έχουν:

- λιγότερο νερό στην σύνθεση τους
- περισσότερες πρωτεΐνες
- περισσότερα μεταλλικά άλατα
- περισσότερα ένζυμα
- περισσότερες βιταμίνες
- καλύτερη γεύση
- καλύτερο άρωμα

Όπως γίνεται κατανοητό, η μη χρήση χημικών λιπασμάτων, συντηρητικών και ορμονών στα βιολογικά προϊόντα έχουν ως αποτέλεσμα τη μικρότερη παραγωγή προϊόντων σε ποσότητα, τη λιγότερη διάρκεια συντήρησης και αντοχής των προϊόντων (μιας και δεν υπάρχουν συντηρητικά) και ως επακόλουθο το αυξημένο κόστος των προϊόντων.

Online Πληροφόρηση

1) Τι είναι τα προϊόντα βιολογικής γεωργίας;

Προϊόντα βιολογικής γεωργίας είναι τα προϊόντα που για την παραγωγή τους έχουν εφαρμοστεί κανόνες που καθορίζονται από την κοινοτική και εθνική νομοθεσία οι οποίοι σκοπό έχουν την προστασία του περιβάλλοντος, τη διατήρηση ή και την αύξηση της ευφορίας και της βιολογικής δραστηριότητας του εδάφους, καθώς και τη δημιουργία κατάλληλων συνθηκών για τη διατήρηση της αλληλεξάρτησης μεταξύ του εδάφους με τα φυτά, των φυτών με τα ζώα και των ζώων με το έδαφος χωρίς την προσφυγή σε παράγοντες παραγωγής εξωτερικής προέλευσης.

2) Ποια είναι η νομοθεσία για τα προϊόντα βιολογικής γεωργίας;

Οι κανόνες παραγωγής και τα μέτρα ελέγχου των προϊόντων βιολογικής γεωργίας καθορίζονται από την εθνική και κοινοτική νομοθεσία η οποία είναι η εξής:

Ο ΚΑΝ(ΕΚ)834/2007, ο ΚΑΝ(ΕΚ)889/2008, ο ΚΑΝ(ΕΚ)1235/2008 και ο ΚΑΝ(ΕΕ)271/2010.

Η Κοινή Υπουργική Απόφαση αριθμ. 245090/06 που καθορίζει τα συμπληρωματικά μέτρα για την εφαρμογή της κοινοτικής νομοθεσίας.

Η Υπουργική Απόφαση αριθμ. 273234/17-10-03 (ΦΕΚ 1579/27-10-03) που αφορά τον «Καθορισμό συμπληρωματικών μέτρων για τον προσδιορισμό της προέλευσης του κρέατος που παράγεται σύμφωνα με τον Καν. (ΕΟΚ) 2092/91 του Συμβουλίου» όπως έχει τροποποιηθεί και ισχύει.

Η υπ. αριθμ. 217002/27-2-2004 εγκύκλιος του Υπουργείου Αγροτικής Ανάπτυξης και Τροφίμων, η οποία αφορά τη «δημιουργία βάσης δεδομένων πολλαπλασιαστικού υλικού παραχθέντος με βιολογικό τρόπο όπως προβλέπεται από τον Κανονισμό 1452/2003/ΕΚ και διαδικασίες παρέκκλισης όπως προβλέπονται από το άρθρο 6 παράγραφος 3 του Κανονισμού 2092/91/ΕΟΚ».

Η Υπουργική Απόφαση αριθμ. 336650/22.12.06 (ΦΕΚ 1927/29.12.06) για τον καθορισμό λεπτομερειών εφαρμογής της ΚΥΑ αριθμ. 245090/06.

Κανονισμός Αξιολόγησης και Επίβλεψης του Συστήματος Ελέγχου και Πιστοποίησης Προϊόντων Βιολογικής Γεωργίας του AGROCERT Ο.Π.Ε.ΓΕ.Π..

3) Πώς μπορώ να αναγνωρίσω τα προϊόντα βιολογικής γεωργίας;

Στην επισήμανση ή διαφήμιση των προϊόντων βιολογικής γεωργίας θα πρέπει να υπάρχουν οι εξής ενδείξεις:

Το εθνικό σήμα αναγνώρισης πιστοποιημένων προϊόντων βιολογικής γεωργίας.

Η ένδειξη «ΠΡΟΙΟΝ ΒΙΟΛΟΓΙΚΗΣ ΓΕΩΡΓΙΑΣ» σε συνδυασμό με την ονομασία πώλησης του προϊόντος.

Η ένδειξη «ΠΡΟΙΟΝ ΒΙΟΛΟΓΙΚΗΣ ΓΕΩΡΓΙΑΣ ΣΕ ΜΕΤΑΒΑΤΙΚΟ ΣΤΑΔΙΟ» μόνο σε προϊόντα φυτικής προέλευσης που η καλλιέργεια τους βρίσκεται σε περίοδο μετατροπής, σε συνδυασμό με την ονομασία πώλησης του προϊόντος.

Το Κοινοτικό λογότυπο.

Ο κωδικός αριθμός έγκρισης του Οργανισμού Ελέγχου & Πιστοποίησης

4) Μπορούν να πωλούνται χύμα τα προϊόντα βιολογικής γεωργίας;

Οι επιχειρήσεις εξασφαλίζουν ότι τα βιολογικά προϊόντα μεταφέρονται σε άλλες μονάδες, περιλαμβανομένων των επιχειρήσεων χονδρικού και λιανικού εμπορίου, μόνο στην κατάλληλη συσκευασία με τρόπο που να μην είναι δυνατή η αντικατάσταση του περιεχομένου χωρίς την παραβίαση ή φθορά της σφραγίδας και με την ύπαρξη ετικέτας που να αναφέρει την επωνυμία του προϊόντος την ονομασία του προϊόντος, τον Οργανισμό Ελέγχου και Πιστοποίησης.

5) Ποιοι είναι οι αρμόδιοι φορείς και ποιοι οι Οργανισμοί Ελέγχου και Πιστοποίησης προϊόντων βιολογικής γεωργίας στην Ελλάδα;

Στην Ελλάδα έχει θεσπιστεί ένα Σύστημα ελέγχου και πιστοποίησης το οποίο εποπτεύεται από το Υπουργείο Αγροτικής Ανάπτυξης και Τροφίμων με την αρμόδια Διεύθυνση Βιολογικής Γεωργίας, ενώ επιβλεπτικός ρόλος έχει ανατεθεί στον Οργανισμό Πιστοποίησης και Επίβλεψης Γεωργικών Προϊόντων (Ο.Π.Ε.ΓΕ.Π.) AGROCERT.

Οι εγκεκριμένοι Οργανισμοί Ελέγχου και Πιστοποίησης είναι οι εξής:

Οργανισμοί Ελέγχου και Πιστοποίησης Προϊόντων Βιολογικής Γεωργίας

6) Υπάρχουν εγκεκριμένα για τη βιολογική γεωργία φυτοπροστατευτικά και εδαφοβελτιωτικά σκευάσματα στην Ελλάδα;

Στην Ελλάδα δεν έχουν εγκριθεί προς το παρόν σκευάσματα για τη βιολογική γεωργία. Τα προϊόντα που μπορούν να χρησιμοποιηθούν είναι αυτά που έχουν εγκριθεί για την κάθε καλλιέργεια και δεν περιέχουν μη επιτρεπόμενες από την κείμενη νομοθεσία ουσίες.

7) Ποια διαδικασία πρέπει να ακολουθήσει ένας παραγωγός προκειμένου να ενταχθεί στο Σύστημα ελέγχου και πιστοποίησης προϊόντων βιολογικής γεωργίας;

Ένας παραγωγός προκειμένου να ενταχθεί στο Σύστημα ελέγχου και πιστοποίησης προϊόντων βιολογικής γεωργίας θα πρέπει αρχικά να επιλέξει τον Οργανισμό Ελέγχου και Πιστοποίησης με τον οποίο θα συνεργαστεί και:

να υποβάλει στον Οργανισμό Ελέγχου και Πιστοποίησης μία Αίτηση συνοδευόμενη από μία Υπεύθυνη Δήλωση με την οποία θα δεσμεύεται για την εφαρμογή της νομοθεσίας

να υπογράψει με τον Οργανισμό Ελέγχου και Πιστοποίησης Σύμβαση συνεργασίας

να γνωστοποιήσει την έναρξη της δραστηριότητάς του σχετικά με το βιολογικό τρόπο παραγωγής προϊόντων εντός 10 (δέκα) ημερών, από την υπογραφή της Σύμβασης, στη Δ/ση

Αγροτικής Ανάπτυξης της Νομαρχιακής Αυτοδιοίκησης στα διοικητικά όρια της οποίας βρίσκεται η έδρα της εκμετάλλευσης ή της επιχείρησής του.

8) Για να αναθέσω υπεργολαβικά μία εργασία σε τρίτο θα πρέπει και αυτός να είναι ενταγμένος στο Σύστημα ελέγχου και πιστοποίησης;

Όταν ανατίθενται σε τρίτους υπεργολάβους εργασίες, τότε θα πρέπει να γίνεται πλήρης περιγραφή της μονάδας, όπως απαιτείται και για την ένταξη, καθώς και:

- να κατατίθεται κατάλογος των υπεργολάβων με περιγραφή των δραστηριοτήτων τους και μνεία των οργανισμών στους οποίους υπόκεινται. Οι εν λόγω υπεργολάβοι πρέπει να έχουν συμφωνήσει να υπόκειται η εκμετάλλευσή τους στο καθεστώς ελέγχου,
- να εφαρμόζονται όλα τα συγκεκριμένα μέτρα, που περιλαμβάνουν μεταξύ άλλων κατάλληλο σύστημα τήρησης λογιστικών βιβλίων, τα οποία πρέπει να ληφθούν στο επίπεδο της μονάδας για να εξασφαλισθεί ότι μπορούν να εντοπισθούν οι προμηθευτές και, αν διαφέρουν, οι πωλητές των προϊόντων που ο επιχειρηματίας διαθέτει στην αγορά, καθώς και οι παραλήπτες τους και, αν διαφέρουν, οι αγοραστές τους.

9) Τι απαιτείται προκειμένου να εισάγω προϊόντα βιολογικής γεωργίας από τρίτες χώρες;

Προκειμένου να πραγματοποιηθεί εισαγωγή προϊόντων βιολογικής γεωργίας από τρίτη χώρας τα οποία δεν συμμορφώνονται με τη κοινοτική νομοθεσία, ο εισαγωγέας πρέπει να λάβει ειδική άδεια εισαγωγής αφού πρώτα προσκομίσει τα απαραίτητα δικαιολογητικά στον Ο.Π.Ε.ΓΕ.Π. AGROCERT. Η άδεια αυτή εκδίδεται εφόσον από τα προσκομιζόμενα δικαιολογητικά αποδειχθεί η ισοδυναμία των κανόνων παραγωγής, παρασκευής, επισήμανσης και ελέγχου που ισχύουν και εφαρμόζονται στην Τρίτη Χώρα, με τις αντίστοιχες απαιτήσεις της κοινοτικής νομοθεσίας.

Η άδεια εκδίδεται για μια συνολική ποσότητα και όχι για κάθε παρτίδα εισαγωγής. Το εισαγόμενο προϊόν πρέπει να συνοδεύεται από έγγραφο πιστοποίησης της αρχής ή του φορέα της Τρίτης Χώρας του οποίου το σύστημα ελέγχου, μετά από τον έλεγχο του Ο.Π.Ε.ΓΕ.Π, έχει αποδειχθεί ισοδύναμο με αυτό της κοινοτικής νομοθεσίας.

Οι εισαγωγείς οφείλουν πριν την εισαγωγή να υποβάλουν στον Ο.Π.Ε.ΓΕ.Π. AGROCERT:

Σχετική αίτηση στην οποία θα αναφέρεται η χώρα, το είδος και η ποσότητα των προϊόντων που πρόκειται να εισαχθούν καθώς και η περιοχή ή η μονάδα προέλευσης των προϊόντων.

Πρότυπα παραγωγής των προϊόντων στην εν λόγω περιοχή ή μονάδα της τρίτης χώρας, καθώς και επαρκείς αποδείξεις ότι τα εν λόγω πρότυπα ισοδυναμούν με τα αναφερόμενα στην κοινοτική νομοθεσία.

Τα μέτρα ελέγχου που εφαρμόστηκαν κατά την παραγωγή των εν λόγω προϊόντων, καθώς και επαρκείς αποδείξεις ότι τα μέτρα αυτά ισοδυναμούν με τα αναφερόμενα στην κοινοτική νομοθεσία και ότι η εφαρμογή τους είναι αποτελεσματική και διαρκής.

Τις προϋποθέσεις που πληροί ο Οργανισμός Ελέγχου της τρίτης χώρας καθώς και επαρκείς αποδείξεις ότι οι εν λόγω προϋποθέσεις ισοδυναμούν με τις αναφερόμενες στην κοινοτική νομοθεσία.

Η ισοδυναμία των προτύπων παραγωγής, παρασκευής και των μέτρων ελέγχου του Οργανισμού ελέγχου για την εν λόγω περιοχή ή μονάδα της Τρίτης Χώρας, κρίνεται με απόφαση του Υπουργού Αγροτικής Ανάπτυξης και Τροφίμων η οποία εκδίδεται ύστερα από εισήγηση της Διεύθυνσης Βιολογικής Γεωργίας του Υπουργείου Αγροτικής Ανάπτυξης και Τροφίμων.

Φορείς Πιστοποίησης



ΒΙΟΕΛΛΑΣ

Κοδριγκτώνος 11B - 10434, Αθήνα

Τηλ: 210 8211940, 210 8211707

E-mail: biohellas@yahoo.gr

Ιστοσελίδα: www.bio-hellas.gr

Κωδικός: ΕΛ - 03 - ΒΙΟ

ΓΕΩΤΕΧΝΙΚΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ Α.Ε.

Δ.Δ. Παλαιοχωρίου, Δ. Πλατέος - 59032, Ημαθία

Τηλ: 23330 64387

E-mail: info@geolab.gr

Ιστοσελίδα: www.bio-geolab.gr

Κωδικός: ΕΛ - 08 - ΒΙΟ



ΔΗΩ

Αριστοτέλους 38 - 10433, Αθήνα

Τηλ: 210 8224384

E-mail: info@dionet.gr

Ιστοσείδα: www.dionet.gr

Κωδικός: ΕΛ - 01 - ΒΙΟ



ΠΡΑΣΙΝΟΣ ΕΛΕΓΧΟΣ-GREEN CONTROL

100 Χλμ. Βέροιας-Σκύδρας 59035, Τ.Θ. 50

Τηλ: 23320 43508

E-mail: greencontrol@hol.gr

Ιστοσελίδα: www.greencontrol.gr

Κωδικός: ΕΛ - 07 - ΒΙΟ



ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΚΗ

Ν. Πλαστήρα 24 - 59300, Αλεξάνδρεια Ημαθίας

Τηλ. 23330 24440

E-mail: fysicert@acn.gr

Κωδικός: ΕΛ - 02 - ΒΙΟ



A CERT ΕΥΡΩΠΑΪΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΣΗΣ

Τήλου 2 - 54638, Θεσσαλονίκη - Τηλ: 2310 210777, 2310 210417

E-mail: info@a-cert.org

Ιστοσελίδα: www.a-cert.org

Κωδικός: ΕΛ - 05 - ΒΙΟ



GM Cert Ο.Ε. «Πράσινη Μεσογειακή Πιστοποίηση Ο.Ε

Ρ. Φεραίου 15, 56429, Ν. Ευκαρπία Θεσσαλονίκης

Τηλ. 2310-699850

Email: info@gmcert.gr

Ιστοσελίδα: www.gmcert.gr

Κωδικός: ΕΛ - 10 - ΒΙΟ



IRIS-A.ΧΑΤΖΗΔΑΚΗΣ & ΣΙΑ Ε.Ε.

Α. Παπανδρέου 52 - 71305, Ηράκλειο Κρήτης

Τηλ: 2810 360715-7

E-mail: info@irisbio.gr

Ιστοσελίδα: www.irisbio.gr

Κωδικός: ΕΛ - 06 - ΒΙΟ

LACON ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ ΕΠΕ

Λευκωσίας 8 - 112 52 Αθήνα

Τηλ. 210 86 16 953

E-mail: lacon@otenet.gr

Κωδικός: ΕΛ - 09 - ΒΙΟ



Q WAYS ΔΙΑΔΡΟΜΕΣ ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ Α.Ε.

Δημοκρατίας 8 - 15127, Μελίσσια

Τηλ: 210 6130070, 210 6136326

E-mail: info@qways.gr

Ιστοσελίδα: www.qways.gr

Κωδικός: ΕΛ - 04 ΒΙΟ

Εκθέσεις Βιολογικών Προϊόντων

Ecofestival (Νοέμβριος, ΜΕΚ Αθήνα)

BIOLOGICA (Μάρτιο, Ηεlexpo Θεσσαλονίκη)

BIO-ΤΕΡΨΗ (Νοέμβριος, Λιμάνι Θεσσαλονίκης)



Member of

Online καταστήματα βιολογικών προϊόντων

<http://www.bioshop.gr/>

<http://www.ebio.gr/>

<http://organictreasures.gr>

www.botani-bioshop.gr

www.natour.gr

www.elmeliabio.gr

www.europe-greece.com/

Λαϊκές αγορές βιολογικών

Α/Α	ΗΜΕΡΑ	ΔΗΜΟΣ	ΟΔΟΣ	ΩΡΑ
1	Δευτέρα	Χαϊδάρη	Όπισθεν νέου Δημαρχείου	Θερινό: 16:30-19:30 Χειμερινό: 14:30-17:30
2	Δευτέρα	Κηφισιά	Χ. Τρικούπη τέλος	Θερινό: 16:30-19:30 Χειμερινό: 14:30-17:30
3	Δευτέρα	Νέα Σμύρνη	Ιωσηφόγλειο Ίδρυμα (παράδρομος Λ.Συγγρού)	Θερινό: 16:30-19:30 Χειμερινό: 14:30-17:30
4	Τρίτη	Κορυδαλλός	Πλατεία Ελευθερίας	Θερινό: 15:00-18:00 Χειμερινό: 14:30-17:30
5	Τρίτη	Νέο Ηράκλειο	Ελ. Βενιζέλου	Θερινό: 16:30-19:30 Χειμερινό: 14:30-17:30
6	Τρίτη	Παλαιό Ψυχικό	Πλατεία Αρσακείου	Θερινό: 16:30-19:30 Χειμερινό: 14:00-17:30
7	Τετάρτη	Ηλιούπολη	Μ.Αντύπα	Θερινό: 16:30-19:30 Χειμερινό: 14:30-17:30
1	Λάρισα	Λάρισα	Αθηνάς (δίπλα στο ποτάμι)	12:00-16:00
2	Λάρισα	Φάρσαλα	Σκεπαστή Αγορά	11:00 – 15:00
3	Λάρισα	Νεάπολη Λάρισα	Σκεπαστή Αγορά	11:00-14:30

Φύση και Παράδοση του Ολύμπου

«Φύση και τοπικές κοινωνίες: Μία σχέση που διαταράξαμε, πληγώνοντας τη Φύση και ‘ξεπερνώντας’ την Παράδοση», Στέλλα Γιακούλα, Υπεύθυνη Σχολικών Δραστηριοτήτων Μαγνησίας

«Φύση και τοπικές κοινωνίες: Μία σχέση που διαταράξαμε, πληγώνοντας τη Φύση και ‘ξεπερνώντας’ την Παράδοση»

«Φύση και Παράδοση στον Όλυμπο». Ο τίτλος του σεμιναρίου μας. Ωστόσο, για να φθάσουμε να αναλύσουμε, να βρούμε τη σχέση της συγκεκριμένης παράδοσης των κοινωνιών των οικισμών του Ολύμπου με τον τόπο, τη φύση μέσα στην οποία αναπτύχθηκε αυτή η σχέση, πρέπει πρώτα να ορίσουμε τι εννοούμε λέγοντας Παράδοση. Έως τότε μπορούμε να προσδιορίσουμε χρονικά ότι η Παράδοση ή ο λαϊκός πολιτισμός λειτουργούσε, καθορίζοντας τις σχέσεις των ανθρώπων, τις λειτουργίες των τοπικών κοινωνιών, τη σχέση των τοπικών κοινωνιών με τη Φύση. Απαντώντας σε αυτά τα ερωτήματα, ανακύπτουν νέα για το χαρακτήρα αυτών των σχέσεων ανάμεσα στις τοπικές κοινωνίες και τη Φύση.

«Φύση και τοπικές κοινωνίες». Τι έχει απομείνει από αυτή τη σχέση ή μάλλον πως έχει εξελιχθεί αυτή η σχέση στη διάρκεια του χρόνου; Γιατί θεωρούμε ως δεδομένο ότι αυτή η θετική σχέση υπήρξε στο παρελθόν και πώς διαμορφώθηκε ως τις μέρες μας;

Τι ορίζουμε λοιπόν ως λαϊκό πολιτισμό, ως παράδοση; Η Άλκη Κυριακίδου-Νέστορος απαντά στο ερώτημά μας ως εξής: «Λαϊκός πολιτισμός νοείται ο πολιτισμός του χωριού, σε αντίθεση με τον πολιτισμό της πόλης, που χαρακτηρίζεται ως ‘ανώτερος’, ‘σύγχρονος’ ή ‘αστικός’ πολιτισμός.»

«Παράδοση είναι η γνώση την οποία αποθησαύρισε μέσα σε ένα μεγάλο χρονικό διάστημα μια κοινωνία ανθρώπων και την παραδίδει απ’ τη μια γενιά στην άλλη. Η γνώση αυτή καθορίζει την κοινωνική συμπεριφορά και δεν είναι ατομική αλλά ανήκει στην κοινωνία, εδράζεται στη συλλογική μνήμη της κοινωνίας».

Τα χαρακτηριστικά της Παράδοσης ή του Λαϊκού Πολιτισμού για τον Ελληνικό Χώρο είναι ότι

1) αναπτύχθηκε σε μικρές κοινότητες στην ύπαιθρο «όπου η επικοινωνία των ατόμων είναι άμεση, προφορική, χωρίς τη μεσολάβηση της κεντρικής εξουσίας και της γραπτής επίσημης γλώσσας».

2) αφορά κοινότητες με προκαπιταλιστικές μορφές παραγωγής

3) η ακμή του συμπίπτει με τα χρόνια της Τουρκοκρατίας και ο δεύτερος παγκόσμιος πόλεμος και η ταραγμένη εποχή που τον ακολούθησε με τον εμφύλιο, ήταν η αρχή της παρακμής του.

Όταν αναφερόμαστε στους παραδοσιακούς οικισμούς που είναι κτισμένοι σε βουνά (π.χ. χωριά Ολύμπου, χωριά του Πηλίου, Ζαγόρι, κλπ.), δεν πρέπει να ξεχνάμε τις ιστορικές συνθήκες κάτω από τις οποίες οι ομάδες των ανθρώπων που αποτέλεσαν τους πρώτους κατοίκους αυτών των οικισμών, σκαρφάλωσαν στα βουνά. Ήταν η Τουρκοκρατία κυρίως που ανάγκασε ομάδες πληθυσμών να καταφύγουν στα βουνά, και συναντώντας εκεί άλλες ομάδες νομάδων ή ημινομάδων κτηνοτρόφων κατά κύριο λόγο, να δημιουργήσουν

καινούργιες τοπικές κοινωνίες, που άνθισαν και πρόκοψαν και των οποίων κάποια σημάδια του παραδοσιακού τους πολιτισμού υπάρχουν ακόμη και σήμερα.

«Ο ελληνικός πολιτισμός της Τουρκοκρατίας (όσον αφορά την ηπειρωτική Ελλάδα τουλάχιστον) είναι κυρίως πολιτισμός των βουνών και η οικολογική σχέση του βουνού με τους κατοίκους του είναι εκείνη που διαμορφώνει τον ιδιαίτερο χαρακτήρα του πολιτισμού σε κάθε περιοχή»

Και ας αρχίσουμε από τη δημιουργία του οικισμού.

Η θέση του καθορίζεται ουσιαστικά από τον τόπο. Οι παραδοσιακοί οικισμοί είναι συνήθως κτισμένοι σε τόπο απάνεμο, με ανατολικό ή νότιο προσανατολισμό και το βουνό να τους προστατεύει από το βοριά.

Ο εξανθρωπισμένος χώρος του οικισμού ορίζεται κυρίως από την παρουσία του θείου με τη μορφή εκκλησιών, στα τέσσερα σημεία του ορίζοντα, γύρω-γύρω από το χωριό, ή με μικρά εκκλησάκια στις εισόδους του. Οι εκκλησίες, κτισμένες κάποιες φορές στα ερείπια παλαιότερων ναών, καθαγιάζουν και ημερεύουν τον τόπο, προστατεύοντας συγχρόνως τον οικισμό από την «άγρια» φύση, που τον περιέβαλε. Το «ζώσιμο» του οικισμού γινόταν βεβαίως και με έθιμα ή τελετουργίες, πάντοτε με αφορμή κάποια έκφραση του Θείου. Στο βλαχοχώρι Περιβόλι Γρεβενών στις 8 Σεπτεμβρίου, της Παναγίας της Μικρής (Σταμαριε Νίκα) γίνεται ακόμη και σήμερα, με μεγάλη συμμετοχή της τοπικής κοινωνίας το έθιμο «σίγνιλι». Στη σύγχρονη εποχή οι Περιβολιώτες το ονομάζουν «Κύριε ελέησον».

Συνοπτικά: Μετά το τέλος της Θείας Λειτουργίας «σηκώνουμε το ύψωμα» στην αυλή της εκκλησίας, της κεντρικής εκκλησίας του χωριού, του Αη-Γιώργη. Στη συνέχεια ένας επίτροπος με την πιο δυνατή φωνή, αρχίζει και διευθύνει τη διαδικασία που στα Βλάχικα λέγεται «χτυπάω το ύψωμα». Όποια συντεχνία δώσει τα πιο πολλά χρήματα, είναι εκείνη που σηκώνει και μεταφέρει το μπαϊράκι, όλα τα λάβαρα της εκκλησίας και τη βαριά ασημένια εικόνα του Αγίου Γεωργίου, η οποία κατεβαίνει από το τέμπλο της εκκλησίας για τη μεγάλη λιτανεία, γύρω-γύρω από το χωριό, σε έναν κύκλο ιερό, ο οποίος κλείνει απ' έξω κάθε κακό για τους κατοίκους του. Τώρα πια βεβαίως το ύψωμα κάθε χρόνο το παίρνουν οι κτηνοτρόφοι, καθώς οι συντεχνίες των πριονάδων και των κυρατζήδων έπαψαν να υπάρχουν.

Ας περάσουμε τώρα λοιπόν στους ίδιους τους οικισμούς

Όλοι οι παραδοσιακοί οικισμοί έχουν κάποια κοινά χαρακτηριστικά σε σχέση με τη φύση, σε σχέση με τον τόπο. Όλοι οι δημόσιοι χώροι του οικισμού – πλατεία, εκκλησίες, αυλές εκκλησιών- έχουν συνήθως νερό, ωραία θέα και δένδρα.

Το Νερό με τη μορφή της πηγής ή βρύσης βρίσκεται στους κοινούς, τους δημόσιους χώρους του οικισμού, στην πλατεία, σε κάποια ανοίγματα των δρόμων και κάποιες φορές στις αυλές των εκκλησιών, κυρίως εκκλησιών οι οποίες είναι αφιερωμένες σε δρακοκτόνους Αγίους π.χ. συνήθως οι εκκλησίες που είναι αφιερωμένες στο όνομα της Αγίας Παρασκευής ή του Αγίου Γεωργίου είναι κτισμένες επάνω ή δίπλα σε πηγή. Βεβαίως και παλαιότεροι ναοί ήταν κτισμένοι σε τόπο με νερό, και έτσι συνεχίζοντας οι άνθρωποι την αρχαία μερικές φορές παράδοση, καθαγιάζουν εκ νέου την πηγή ή τη βρύση, προστατεύοντας τη ταυτόχρονα,

μετατρέποντάς τη σε «αγίασμα», το οποίο ευρισκόμενο σε βακούφι, σε περιουσία της εκκλησίας δηλαδή, δεν μπορεί να ιδιοποιηθεί από καμία εξουσία, είτε από τη κεντρική εξουσία, είτε από τον τοπικό τσιφλικά. Αλλά και έξω από τους οικισμούς τα εξωκκλήσια και τα μοναστήρια έχουν συνήθως νερό.

Η θέα είναι ένα πολύ σημαντικό στοιχείο της ομορφιάς, του «Ωραίου» για τους ανθρώπους των παραδοσιακών κοινωνιών. Σε πολλά χωριά υπήρχε το «αγνάντι», τόπος με πολύ ωραία θέα, έξω από το χωριό.

Σε κάποια άλλα το μεσοχώρι ή η πλατεία (Περιβόλι) είναι σημείο με εξαιρετική θέα, και βεβαίως παρατηρείστε την επόμενη φορά που θα βρεθείτε σε έναν παραδοσιακό οικισμό τα παράθυρα και γενικότερα τα ανοίγματα των σπιτιών του. Σπάνια, σχεδόν ποτέ το ένα σπίτι δεν κρύβει τη θέα του άλλου, και αυτό δεν οφείλεται στην κλίση του εδάφους (δείτε σε κάποια χωριά με σύγχρονη δόμηση πως είναι κτισμένα τα σπίτια, το ένα ακριβώς στα παράθυρα του άλλου), αλλά στο σεβασμό και στην αρμονία που ο τόπος επέβαλε στους κατοίκους.

Οι αυλές, τα σοκάκια, τα καλντερίμια ένωναν τα σπίτια και τις οικογένειες, ήταν οι δίοδοι επικοινωνίας ανάμεσα στα σπίτια και τις γειτονίες. Εκεί, έξω στο καλντερίμι, στο μεσοχώρι, ή σε κάποιο άνοιγμα έπαιζαν τα παιδιά και ξεκουράζονταν, συναλλάσσονταν, έκλειναν συμφωνίες ακόμη και προξενιά οι άνδρες. Στο σοκάκι, στη βρύση ή σε κάποιο πλάτωμα συγκεντρώνονταν οι γυναίκες για να πάρουν νερό, να ανταμωθούν, να γνέσουν ή και να «ιδιάσουν», εργασία που γινόταν απαραίτητα στην ύπαιθρο. Όλοι αυτοί οι κοινοί, οι κοινοτικοί ή δημόσιοι χώροι, με αποκορύφωμα τις αυλές των εκκλησιών και τους πανηγυρότοπους στο κέντρο, στις παρυφές ή έξω από τα όρια του οικισμού, συνήθως σε εξωκκλήσια και μοναστήρια, είναι τόποι μοναδικής ομορφιάς, με ωραία θέα. Αυτή η θέα ωστόσο δεν μένει στην αρχική της μορφή. Από τη στιγμή της θεμελίωσης του ναού ή του μοναστηριού φυτεύονται δένδρα, συνήθως κυπαρίσσια στις εκκλησίες, δένδρα τα οποία προστατεύουν από τον αέρα, και από το άγριο, το ανεξέλεγκτο του τοπίου, έτσι ώστε τεμαχίζοντας το την τοποθετούν σε ένα πλαίσιο, την «καδράρουν», ημερεύοντάς την. Στην πλατεία, το μεσοχώρι, ο πλάτανος έχει την τιμητική του. Σημείο συνάντησης νέων και γερόντων, στον ίσκιο του μεγάλωσαν γενιές και γενιές.

Όλα τα σπίτια του οικισμού είναι φτιαγμένα από υλικά του τόπου, κυρίως πέτρα και ξύλο. Από τα ίδια υλικά έχουν κατασκευασθεί και όλα τα δημόσια κτίσματα, εκκλησίες, μοναστήρια, βρύσες, πλατείες, καλντερίμια, σοκάκια. Ο τόπος ορίζει τη μορφή προσφέροντας τα ανάγλυφο, τα υλικά δόμησης, το κλίμα. Τετράγωνοι λευκοί όγκοι με υπόσκαφα στα νησιά, πέτρινα σπίτια με κεφαλόσκαλα, αυλές, μαγεριά, αυλόπορτες, καμάρες στους ορεινούς οικισμούς μας.

Σε ιστότοπο για το Λιβιάδι Ολύμπου διαβάζουμε:

«Τα αρχιτεκτονικά χαρακτηριστικά αφορούν καθαρά τα κύρια υλικά δόμησης, που είναι τα φυσικά υλικά της περιοχής: η πέτρα, το ξύλο, το αργιλικό χώμα.

Η διάρθρωση του σπιτιού αναφέρεται στην μορφοποίηση και λειτουργία του Λιβαδιώτικου σπιτιού, που εκφράζεται ως τύπος διώροφου σπιτιού με χώρους διαμονής στον όροφο και

βοηθητικούς στο υπόγειο, χώρους που στη διαμόρφωση τους κυριαρχεί το βλάχικο, Λιβαδιώτικο, σκληραγωγημένο στοιχείο.»

Τα ίδια τα σπίτια σε όλους τους ορεινούς παραδοσιακούς οικισμούς, είναι απολύτως βιοκλιματικά με τους χοντρούς πέτρινους τοίχους, τις πέτρινες σκεπές, τα μικρά ανοίγματα, τον σωστό προσανατολισμό. Εξυπηρετούν τις ανάγκες των κατοίκων με σεβασμό στη Φύση, και σε όσα τους προσφέρει.

Σας διαβάζω ένα απόσπασμα του Δημήτρη Πικιώνη από μία μελέτη του του 1925 με τίτλο: «Η ΛΑΪΚΗ ΜΑΣ ΤΕΧΝΗ ΚΙ ΕΜΕΙΣ»

«Τη φύση πήρε για δάσκαλο ο άνθρωπος στο δρόμο του, στη ζωή του. Μιαν ιδέα του φυσικού τούτου δρόμου μπορούμε σήμερα να πάρουμε από τη ζωή του φυσικού ανθρώπου, του χωριάτη. Αν κοιτάξεις, θα δεις πως η Φύση είναι εκείνη που έβαλε τις βάσεις και ρύθμισε τη ζωή του. Τα αναγκαίο, το χρήσιμο, τη γεμίζουν τόσο, όσο που να μην περισσεύει χώρος για το αυθαίρετο και το περιττό. Ας δούμε αίφνης πως χτίζει το σπίτι του ο χωρικός. Τον φυσικό δρόμο που ακολουθεί γι' αυτό.

Δεν του χρειάζεται κανένα γραφείο, ούτε μολύβι, για να αραδιάσει μάταιες γραμμές της φαντασίας του. κανένα βιβλίο αρχιτεκτονικής δεν διάβασε. Από ρυθμούς και χαρακτήρα δε νοιώθει. Μα τα πραγματώνει ασυνείδητα, ακολουθώντας τη Φύση.

Ξέρει πλήρως τις ανάγκες του. Στο έδαφος επάνω θα χαράξει το χώρο τον χρήσιμο για την κατοικία του. Τη φαντάζεται κιόλας έτσι στο χώρο, υψωμένη μπροστά του. Με τις πέτρες που ο ίδιος, ο μάστορας αρχίζει το έργο του. Γερό μόνο να είναι το χτίσιμο, και η φύση θα αναλάβει μόνη της τα άλλα. Το σχήμα, το χρώμα, οι πέτρες, το δέσιμο θα είναι η αρχιτεκτονική αξία του τοίχου. Όσο για τις αναλογίες ανάγκες πάλι, ανάγκες φυσικές και γι' αυτό αληθινές και ωραίες, και η φύση του υλικού – αυτά τα δύο θα τις ρυθμίσουν.

Ακανόνιστο χωρίς να το ζητήσει ξεπίτηδες, κανονικό τόσο όσο είναι βολετό, συμμετρικό ή ασύμμετρο, τι ωραία ενώνεται με τη φύση γύρω! Θαυμαστή συνεργασία φύσης και ανθρώπου.»

Σε αυτά τα πέτρινα οικοδομήματα ζούσαν και λειτουργούσαν οι οικογένειες, μία ομάδα ανθρώπων με δεσμούς αίματος μεταξύ τους. Η δομή της οικογένειας στις παραδοσιακές τοπικές κοινωνίες ήταν η πατροπλευρική/αδερφική οικογένεια, στην οποία στηριζόταν η κτηνοτροφία μεγάλων κοπαδιών, όσον αφορά ειδικά τις ορεινές κοινότητες, και από την οποία προέκυπτε η παραμονή κάποιων προσώπων στο σπίτι, παραδείγματος χάρη του παππού και της γιαγιάς, αλλά κυρίως των γυναικών. Η αναφορά στη δομή της οικογένειας και στο ρόλο των γυναικών σε αυτή, γίνεται κυρίως για να σημειωθεί και να τονισθεί η σχέση των τοπικών κοινωνιών με τη Φύση που τους περιέβαλε, και με ένα ακόμη παράδειγμα. Αυτό της υφαντικής τέχνης γενικά και της βαφής του μαλλιού ειδικότερα.

Η πρώτη ύλη, δηλαδή το μαλλί, ήταν άφθονο, όλα τα εργαλεία της υφαντικής τέχνης ήταν φτιαγμένα από ξύλο που αφθονούσε στην περιοχή, και οι ανάγκες της οικογένειας και των οικιών για ένδυση και προστασία από το κρύο, ήταν μεγάλες.

Οτιδήποτε είχε σχέση με το μαλλί και την υφαντική τέχνη ήταν γυναικεία υπόθεση. Οι γυναίκες παρήγαγαν οτιδήποτε φορούσε η οικογένεια, οτιδήποτε ζέσταινε και στόλιζε το σπίτι, οτιδήποτε χρησιμοποιούσαν για να σκεπαστούν οι άνθρωποι και τα ζώα, οτιδήποτε χρησιμοποιούσαν για να μεταφέρουν πράγματα από το σπίτι στο χωριό στα πρόβατα, στα πριόνια κλπ.

Η διαδικασία του βαψίματος γινόταν με φυσικές βαφές, που έβραζαν στο καζάνι με το νερό και τα νήματα, όση ώρα ή όσες φορές χρειαζόταν για να πετύχουν το επιθυμητό αποτέλεσμα, το επιθυμητό χρώμα. Το κόκκινο βυσσινί χρώμα το έφτιαχναν με το κρεμέζι-σπόρους τους οποίους αγόραζαν. Το ροζ-μπεζ χρώμα το έφτιαχναν βράζοντας το ριζάρι- ρίζα θάμνου. Το μπλέ βράζοντας το γνωστό λουλάκι, το κίτρινο βράζοντας τη σαριά (το νερό στο οποίο είχαν ζεματίσει το μαλλί μετά το κούρεμα) ή βράζοντας κουκουλέτσιου, ένα φυτό σαν το ραδίκι, το μπέζ (βελανί) βράζοντας βελανίδια και το καφέ βράζοντας φύλλα καρυδιάς. Μαύρο χρώμα έβαφαν βράζοντας φύλλα από βάτα (αρούντζ), κλαδιά από το δένδρο φράξο (φράξιμ(ου)) και από το δένδρο νέρατζ(ου), είδος άγριας νεραντζιάς. Για το μουσταρδί έβραζαν φύλλα και φλούδα αγριομηλιάς ή φύλλα από κρεμμύδια.

Η άλλη εξίσου σημαντική ασχολία των γυναικών ήταν φυσικά η φροντίδα της οικογένειας, της οποίας φροντίδας μεγάλο μέρος είναι η διατροφή. Η διατροφή η οποία ήταν πλήρως εναρμονισμένη με το φυσικό περιβάλλον και με ότι αυτό προσέφερε στον άνθρωπο. Πολλά τυροκομικά προϊόντα, κρέας από τα κοπάδια, κυνήγι, πίτες που γινόταν συνήθως από αλεύρι, τυρί και χόρτα από τον μικρό κήπο του κάθε σπιτιού, και ότι άλλο ήταν δυνατόν να ευδοκιμήσει στους ορεινούς όγκους της πατρίδας μας, με τα μικρά και δροσερά καλοκαίρια, όπως κολοκύθες, φασόλια, λίγα δημητριακά κ.α.

Η φύση ωστόσο, ο τόπος δεν επηρέαζε μόνο τις γυναίκες και τις γυναικείες ασχολίες των τοπικών κοινωνιών. Οι παραγωγικές διαδικασίες, τα επαγγέλματα ήταν άμεσα συνδεδεμένα με τις δυνατότητες του τόπου. Κτηνοτρόφοι, υλοτόμοι, πριονάδες και μυλωνάδες, αγωγιάτες ή κυρατζήδες, χτιστάδες από τα μαστοροχώρια της Ηπείρου και της δυτικής Μακεδονίας, όλα τα επαγγέλματα γινόταν με απόλυτο σεβασμό στη φύση, η οποία τα δημιουργήσε, δίνοντας στους ανθρώπους της και τις πρώτες ύλες. Τα αλπικά λιβάδια στους κτηνοτρόφους, το δάσος στους υλοτόμους και στους πριονάδες, τα ποτάμια με το νερό να γυρίσει τον μύλο των μυλωνάδων, την πέτρα στους χτιστάδες της Ηπείρου, για να απαντήσει κατά τη χειροτονία του ένας υποψήφιος παπάς στον Δεσπότη-εξεταστή, στην ερώτηση «ποιος έκτισε τον κόσμο;» «Οι Πυρσιογιαννίτες, Δέσποτά μου, βοήθησαν όμως και οι Βουρμπιανίτες, κουβαλώντας λάσπη»

Μένουν ωστόσο οι αγωγιάτες, οι κυρατζήδες οι οποίοι έπρεπε να διασχίζουν τη φύση, τον τόπο, ενώνοντας χωριά μεταξύ τους, με τα παζάρια του διοικητικού κέντρου, φθάνοντας πολλές φορές ως τα μεγάλα αστικά κέντρα της Ευρώπης, φθάνοντας στην ξενιτιά. Οι παραδοσιακοί οικισμοί επικοινωνούσαν μεταξύ τους και με το διοικητικό και εμπορικό κέντρο της περιοχής τους -και όχι μόνο- με τα μονοπάτια. Τα μονοπάτια ήταν φτιαγμένα έτσι ώστε να είναι ασφαλή, επιλέγοντας πάντοτε την πιο μικρή απόσταση, και τη διαδρομή με τη μικρότερη δυσκολία στην κατασκευή.

Αντιθέτως σήμερα στη θέση των παλιών μονοπατιών έχουμε το «δασικό οδικό δίκτυο» το οποίο σύμφωνα με τον Δασολόγο Γιώργο Ντούρο: «επεκτείνεται σε όλο και επικλινέστερα εδάφη, κατασκευάζεται με όλο και μεγαλύτερα και βαρύτερα σκαπτικά μηχανήματα, κατά κανόνα έχει πλατύτερη ζώνη καταλήψεων, διασχίζει εκτάσεις χωρίς υψηλή δασική βλάστηση και είναι ορατό από μεγάλες αποστάσεις. Οι εγκρίσεις για τη διάνοιξη νέων δασικών δρόμων είναι αρμοδιότητα που έχει αποκεντρωθεί στις νομαρχίες και οι έλεγχοι είναι χαλαρότεροι. Γενικά δίνεται η εντύπωση ότι οι δρόμοι είναι αυτοσκοπός. (...) Οι 50.000 χλμ. Δασικοί δρόμοι που κατασκευάστηκαν (μέχρι το 1990) σε παραγωγικά δάση για τις δασικές μεταφορές, σε αλπικές περιοχές για την κτηνοτροφία, σε πευκοδάση και θαμνώνες για την αντιπυρική προστασία, για τη διευκόλυνση των αναδασώσεων ή άλλων έργων, δεν φαίνεται να αυξάνουν την δασική παραγωγή ή να λύνουν το πρόβλημα των πυρκαγιών. Αντίθετα κάνουν τη δασική εκμετάλλευση εντατικότερη, τη λιβαδοπονία εκτατικότερη, τις πυρκαγιές περισσότερες, ενώ διασπούν οικοσυστήματα, απαρτίζουν και υποβαθμίζουν το δασικό τοπίο, διευκολύνουν τη θήρα –νόμιμη και παράνομη- και μειώνουν δραστικά τους πληθυσμούς των άγριων ζώων».

Σε αντίθεση με την παραπάνω αντιοικολογική στάση και δράση των σύγχρονών μας κοινωνιών, οι παραδοσιακές τοπικές κοινωνίες, έχοντας βεβαίως και λιγότερες μετακινήσεις μια και ήταν δυνατόν τις περισσότερες ανάγκες τους να τις ικανοποιήσουν στα πλαίσια της κοινότητας, δεν κατέστρεψαν τον τόπο έξω από τους οικισμούς τους. Τον ημέρευαν, τον εξανθρόπισαν για να τον χρησιμοποιήσουν, τον σημάδεψαν και σε κάποιες περιπτώσεις τον καθαγίασαν, πάντοτε ωστόσο στα πλαίσια του σεβασμού και –μη ξέροντας τη λέξη- στα πλαίσια της αειφορίας.

Η δασική εκμετάλλευση υπήρχε και πριν τον Δεύτερο Παγκόσμιο Πόλεμο σε πολλές ορεινές κοινότητες, όπως αναφέρθηκε και παραπάνω, διότι το δάσος και η ξυλεία ήταν για κάποιους από τους κατοίκους αυτών των κοινοτήτων η κύρια απασχόληση. Δεν χρειαζόταν ωστόσο πλατείς δρόμους, διότι η μεταφορά των κομμένων δένδρων γινόταν από τα σημεία ξύλευσης στα «πριόνια» -τα οποία δούλευαν με το νερό των ποταμών- με τα ζώα, (άλογα και μουλάρια). Οι δασικοί δρόμοι που κατασκευάστηκαν σε αλπικές ζώνες για να διευκολύνουν την κτηνοτροφία δεν την προστάτεψαν –τουλάχιστον την μετακινούμενη κτηνοτροφία-, δεν μπόρεσαν να αποτρέψουν την συρρίκνωση της ή τη μετάλλαξή της σε μια κτηνοτροφία «σταβλισμένη». Χαρακτηριστικό παράδειγμα είναι η ορεινή κοινότητα του Περιβολίου Γρεβενών, όπου ενώ στις αρχές του εικοστού αιώνα η κτηνοτροφία ήταν περίπου 150.000 αιγοπρόβατα, στις μέρες μας δεν ξεπερνάει τις 15.000, οι πυρκαγιές ανύπαρκτες ή πολύ μικρής έκτασης παλαιότερα, αυξάνονται και σε συχνότητα και σε ένταση, και ο Εθνικός Δρυμός της Βάλια Κάλντα κινδυνεύει ΚΑΙ από τα λίγα κοπάδια αιγοπροβάτων που υπάρχουν και βόσκουν μέσα στα όριά του.

Παράλληλα με το δίκτυο των μονοπατιών και με σκοπό την υποστήριξή του και την εξυπηρέτηση των κατοίκων των οικισμών, οι οποίοι μετακινούνταν είτε ως έμποροι, είτε ως μαστόροι, (τα περίφημα ισνάφια), είτε ως κτηνοτρόφοι, είτε ως αγωγιάτες, είτε ως ταξιδευτές γενικότερα, κατασκευάστηκαν χάνια, εικονοστάσια, εξωκκλήσια και το σπουδαιότερο, γεφύρια πάντα σε αρμονία και με σεβασμό προς τη φύση, από την οποία ήταν εξαρτημένοι οι άνθρωποι των παραδοσιακών κοινωνιών.

«Τα γεφύρια βρίσκονται σε κομβικά σημεία και συχνά πάνω στη χάραξη αρχαίων και μεταγενέστερων δρόμων και άλλων υπερτοπικών διαδρομών

Είναι άρρηκτα δεμένα με την τοπική ιστορία

Είναι ιδιαίτερα σημαντικά επιτεύγματα και συγχρόνως αντιπροσωπευτικά δείγματα της Ελληνικής Λαϊκής αρχιτεκτονικής, αφού τα περισσότερα απ' αυτά είναι έργα ανώνυμων και ασπούδαστων μαστόρων.

Είχαν ιδιαίτερη αξία στο παρελθόν και πλαισίωναν κάθε οικισμό, ιδιαίτερα τους ορεινούς.»

Όπως όλα τα κτίσματα, έτσι και τα γεφύρια είναι κτισμένα με πέτρα της περιοχής, στο στενότερο σημείο του ποταμού, το οποίο όμως είχε και το πιο στέρεο υπόβαθρο για τη θεμελίωση του. Ακόμη και σήμερα περνώντας κανείς πάνω από μία τσιμεντένια γέφυρα μπορεί πολλές φορές να διακρίνει στο βάθος ή δίπλα της, την ταπεινή αλλά ταυτόχρονα περήφανη πέτρινη γέφυρα να στέκει εκεί, υποδεικνύοντας το σωστό σημείο για την κατασκευή της νέας. Τα γεφύρια χτισθήκαν με χρήματα πλουσίων μελών των τοπικών κοινωνιών, πολλές φορές εμπόρων ή ξενιτεμένων, και πήραν το όνομά τους από τον χορηγό τους και σπανιότερα από το όνομα του Πρωτομάστορα του σιναφιού των μαστόρων που το έκτισε. Σε κάποιες άλλες περιπτώσεις ολόκληρα χωριά συγκέντρωναν χρήματα για την κατασκευή του γεφυριού. Γύρω από τη θεμελίωση, και γενικότερα γύρω από τα γεφύρια αναπτύχθηκε ένα μεγάλο κομμάτι του λαϊκού μας πολιτισμού, τραγούδια, παραμύθια, μύθοι κλπ.

Χαρακτηριστική απόδειξη της μεγάλης σημασίας που είχαν τα γεφύρια για τις τοπικές κοινωνίες, την επικοινωνία και εντέλει την επιβίωσή τους είναι οι παροιμίες που τα αφορούν. Από το αρχείο του Γιώργη Πλατάρη-Τζίμα σας παραθέτω μερικές:

1. Τον άνθρωπο που κάνει γεφύρια, τον έχει ο Θεός από το χέρι.
2. Όποιος κάνει γεφύρι, πιάνεται από το χέρι του θεού.
3. Όποιος βγάζει έστω και μια πέτρα από γεφύρι, είναι διάβολος.
4. Η εκκλησία σώζει ψυχές. Το γεφύρι σώζει ψυχές, ζωές και περιουσίες.
5. Όποιος δένει τον τόπο με γεφύρι, δένεται με το θεό.
6. Όποιος γκρεμίζει ένα γεφύρι, γκρεμίζει δέκα εκκλησίες.

Σε πολλές περιπτώσεις δίπλα στο γεφύρι βρίσκουμε τα απομεινάρια ενός μύλου με το μαντάνι και τη δριστέλα απαραίτητα τα δύο τελευταία όχι μόνο για το πλύσιμο, αλλά και για την επεξεργασία των μάλλινων υφαντών της περιοχής.

Τα πριόνια, κατασκευασμένα και αυτά δίπλα στο ποτάμι, μια και λειτουργούσαν με τη δύναμη του νερού, είναι χώροι εργασίας που σε πολλές περιπτώσεις έγιναν τοπωνύμια, συμβάλλοντας και αυτά στον εξανθρωπισμό της φύσης. Όλες οι παραγωγικές διαδικασίες της κοινότητας είχαν σχέση με τη φύση, με τον τόπο. Όχι με μία φύση ανταγωνιστή που πρέπει να την κατακτήσουμε, να την εκμεταλλευτούμε αλλά με την φύση που την είχαν μετατρέψει σε ΤΟΠΟ, τον τόπο τους, τον οποίο οι άνθρωποι των παραδοσιακών κοινωνιών σέβονταν, διότι δεν τον θεωρούσαν κτήμα τους, αλλά χάρη που τους γινόταν, που τους δινόταν. Αυτό τον σεβασμό τον βρίσκουμε στα τοπωνύμια με τα οποία ονομάτιζαν τις βρύσες, τις πηγές, τις

κορυφές, τα σταυροδρόμια, κάποιες σημαντικές περιοχές. Το ανώνυμο, με τη έννοια της έλλειψης ταυτότητας, είναι ίσως και ασήμαντο για τους ανθρώπους των παραδοσιακών κοινωνιών.

Θα αναφέρω μερικές από τις βρύσες στο Λιβάδι Ολύμπου, κάποιες από τις κοντινές στο χωριό, από άρθρο του Νίκου Καραϊσκού:

- Τη βρύση στο Σάλτσι.
- Την ονομαστή για το θαυμάσιο χωνευτικό νερό βρύση της Γουρνίτσας, κάτω από τον Πολέζο.
- Του «Μαρόιου» (γάτου), δίπλα από τις «Τρεις Βρύσες».
- «Φ'αιντίνα αλ Ζιώζη». Λίγο πιο πέρα από το Σάλτσι, κάτω από δρόμο προς Κατερίνη. Κάποτε είχε χαθεί ο Ζιώσης (γνωστός γραφικός τύπος) και τον βρήκαν να κοιμάται στη βρύση αυτή. Λέγεται και «Φ' ντινίκα».
- Την πηγή (ίσβουλου) στην «Γκουλεβράγκα» που σήμερα είναι βρύση.
- Τις βρύσες της Αγίας Τριάδας.
- Τη βρύση του «Γιαννίκη», λίγο πιο πέρα από τον Άγιο Χαράλαμπο. Στη βρύση αυτή πλένονταν οι Λιβαδιώτες και Λιβαδιώτισσες την ημέρα της Ανάληψης.
- Τη βρύση του «Αγοράστη».
- Την ονομαστή βρύση στην «Πιτικά» που χάθηκε.
- Τη βρύση του «Αδάμου».
- Τη βρύση του «Νάκα» στους μπαξέδες του Ράπτη.
- Τη βρύση που συναντάμε στο σημείο «Άσπρα Χώματα» στον ανηφορικό δρόμο προς Προφήτη Ηλία.
- Τη βρύση του Προφήτη Ηλία».

Τίποτε δεν αφήνεται να υπάρχει τυχαία στις παραδοσιακές τοπικές κοινότητες. Όλα είναι προσδιορισμένα, και ονοματισμένα. Ολόκληρη η κοινωνία υπακούει στα έθιμα και στις τελετουργίες που η ίδια δημιούργησε, στην διάρκεια του χρόνου, εμπλουτίζοντας τη συλλογική μνήμη. Μπορούμε να φέρουμε πάρα πολλά παραδείγματα της σχέσης των τοπικών κοινωνιών με τη φύση, που επαναλαμβάνω δεν είναι κάτι απρόσωπο, είναι ο τόπος τους. Σε σημαντικές στιγμές του βίου ο τόπος είναι κυρίαρχος. Η βρύση από την οποία η νύφη θα πάρει να πάρει τη Δευτέρα μετά το γάμο, εν πομπή το νερό, το χοροστάσι όπου θα γίνει ο γενικός χορός της κοινότητας, διάφορες τοποθεσίες, όπου όλη η κοινότητα σε συγκεκριμένες ημερομηνίες περνάει όλη την ημέρα γλεντώντας. Στα Ζαγοροχώρια αυτό το έθιμο λέγεται «ζιαφέτι». Στο Περιβόλι Γρεβενών το έθιμο είναι συνδεδεμένο με θρησκευτικές γιορτές και εκκλησίες. 20 Ιουλίου ολόκληρη η κοινότητα περνά τη μέρα της γλεντώντας στον Αϊ-λιά, κοντά στην ομώνυμη βρύση, στις 29 Ιουλίου στην Γκριντίνα άλι Έρι τοποθεσία με βρύση, χωρίς εκκλησία, την 1η Αυγούστου στην Πάντια αλι τρουμπιά τοποθεσία με βρύση χωρίς εκκλησία επίσης, στις 6 Αυγούστου στην κορυφή του βουνού κόντουρου, με το εξωκκλήσι του Αγίου Σωτήρα και στις 16 Αυγούστου στην τοποθεσία Άγιος Νικόλας, με την ομώνυμη εκκλησία που παλαιότερα ήταν εκκλησία μοναστηριού.

Η επίδραση του τόπου στην παράδοση και στον λαϊκό μας πολιτισμό είναι ορατή και στην μουσική των τοπικών κοινωνιών, στη δημοτική μας μουσική παράδοση. Εύκολα, χωρίς να

είμαστε ειδικοί, χωρίς να είμαστε μουσικολόγοι, μπορούμε να αναγνωρίσουμε τους δυνατούς και συγχρόνως βαρείς ορεινούς όγκους, στους Ηπειρώτικους Δωρικούς ρυθμούς ή στα κλέφτικα τραγούδια του Ολύμπου. Όπως αντίστοιχα η ελαφράδα, το παιγνίδισμα, το γαλάζιο και ο ανοιχτός ορίζοντας του θαλασσινού τοπίου, εύκολα αναγνωρίζεται στη νησιώτικη μουσική παράδοση.

Και θα τελειώσω με τις σκέψεις της Άλκης Κυριακίδου Νέστορος, σε μια συνέντευξη της το 1988 , που ήθελε να ξαναπιάσουμε το νήμα που μας φέρνει πίσω στην παράδοση: (σας διαβάζω αυτολεξεί) «Για μένα, έτσι, να πω κάτι πολύ γενικό, λίγο πειραματικά, εκείνο που έχει σημασία είναι απέναντι στη σκληρότητα της ζωής-είτε αυτό έχει σχέση με την υγεία, είτε έχει σχέση με τους δυσκολίες τις οικονομικές, είτε οτιδήποτε- απέναντι, τέλος πάντων στην ωμή ζωή πρέπει να έχεις μια πανοπλία, μια πανοπλία, αν θέλεις, με πολλά... πώς να το πω αυτό, μια πανοπλία με πολλά φύλλα. Ούτως ώστε να μπορείς ορισμένα από τα φύλλα αυτά της πανοπλίας σου κάθε φορά να τα επικαλείσαι, να τα βάζεις ανάμεσα σε σένα και στην ωμή ζωή για να μπορέσεις να ζήσεις (τι να πω ευτυχής;)για να μπορέσεις να διασωθείς. Λοιπόν, τόσο η μόρφωση όσο και η παράδοση αποτελούν τέτοιου είδους απορροφητικά παπλώματα για τις κατραπακιές που σου δίνει η ζωή. Αυτό είναι. Λοιπόν , σίγουρα πρέπει να το ξέρουν όσοι βρίσκονται αντιμέτωποι με την ωμή ζωή, χωρίς να έχουν ένα πάπλωμα να φέρουν μπροστά τους, για να μπορέσουνε πίσω από εκεί να οχυρωθούνε.»

Εμείς εδώ, σε αυτό το σεμινάριο, ευτυχώς προσπαθούμε να ξαναβρεθούμε με την παράδοση, να ξαναβρεθούμε με τη φύση, να διδαχθούμε από αυτή τη σχέση, μήπως και διασωθούμε.

Βότανα και ιατρική - Από το μύθο στην αλήθεια, Δρ. Β. Β. Παπαγεωργίου, Ιατρός- Δασολόγος

Εισαγωγή. Η ιατρική στα ομηρικά έπη

Η λατρεία των ιερών δέντρων σαν θεών και η ενστικτώδης αναζήτηση από τον άνθρωπο ορισμένων βοτάνων, κάτι ανάλογο με τα ζώα που καταναλώνουν εμετικά φυτά όταν έχουν στομαχικές ενοχλήσεις, θα πρέπει να αποτέλεσε το ξεκίνημα της θεραπευτικής βοτανολογίας. Αργότερα με τη συσσώρευση σχετικής εμπειρίας θα προχώρησε ο άνθρωπος σε κάποια επιλεκτική ταξινόμηση των βοτάνων ανάλογα με τις ιδιότητές τους.

Η χρήση βοτάνων για θεραπευτικούς σκοπούς χάνεται στο λυκαυγές της ιστορίας και οι πρώτες σχετικές αναφορές είναι ντυμένες με το υλικό του μύθου. Κατά τον Αισχύλο, ο Προμηθέας, ανάμεσα στις τόσες τέχνες και τρόπους που σοφίστηκε και δίδαξε στους ανθρώπους, τους φανέρωσε και τη χρήση των βοτάνων, πώς να τα αναδεύουν και μ'αυτά να φροντίζουν πληγές και να θεραπεύουν αρρώστους (Αισχύλου, Προμηθέας Δεσμώτης).

Στην ελληνική μυθολογία είναι πλήθος οι θεοί και οι ημίθεοι, οι ήρωες και οι θνητοί γνώστες των βοτάνων και ιατήρες. Στην αρχή ο Απόλλωνας, ο πρώτος και ξεχωριστός θεραπευτής, αφού σ'αυτόν δόθηκε το βοτάνι για κάθε αρρώστια, η <παιωνία>, <η πασάων βοτάνων βασιληίδα>. Σύμφωνα με το μύθο, στο πανέμορφο αυτό λουλούδι μεταμορφώθηκε ο μαθητής του Ασκληπιού Παιών (ή Παίμων) μετά το θάνατό του (Ιλιάδα, Ε, 401). Ύστερα ο γιος του Απόλλωνα και της Κορωνίδας, ο Ασκληπιός, <ος πάντα φάρμακα οίδεν>, που έφτασε δηλ. να κατέχει όλα τα μυστικά για τις ρίζες και τους χυμούς των φυτών και που κατακεραυνώθηκε από τον Δία, όταν ο Πλούτων του παραπονέθηκε πως εξ αιτίας του άρχισαν πλέον να μένουν έρημα τα δώματά του. Φυτό αφιερωμένο στη μνήμη του είναι η πανέμορφη <γεντιανή του Ασκληπιού> (*Gentiana asclepiadea*), που χρησιμοποιήθηκε ευρέως σαν ευστόμαχο από το βασιλιά της Ιλλυρίας Γέντιο, θανόντα το 167 π.Χ. και σαν αποτελεσματικό στη μάχη κατά της πανούκλας. Ο Διοσκουρίδης το ονομάζει και <ρίζα Κενταύρου>, λόγω των πολλών θεραπευτικών ιδιοτήτων που αναγνώριζε σ'αυτό και που πιθανόν να χρησιμοποίησε και ο Κένταυρος Χείρων. Επίσης, η μάγισσα Μήδεια, η περιφημότερη φαρμακεύτρα της αρχαιότητας, <η πολυφάρμακος και δολόεσσα> κόρη της Εκάτης. Η δύναμη των φαρμάκων της είναι ακαταμάχητη. Με <καυκασιανό κρόκο> και <άρκευθο> βοήθησε τους Αργοναύτες, εξουδετερώνοντας το δράκο που φύλαγε το χρυσόμαλλο δέρας. Με τα μαγικά της βότανα θα κάνει επίσης αήττητο τον Ιάσωνα, μ'αυτά τελικά θα πεθάνει και η επόμενη σύζυγός του. Ο σοφός Κένταυρος Χείρων, ο γιατρός και δάσκαλος τόσων ηρώων, μαζί και του Ασκληπιού, που έζησε στις μαγευτικές λαγκαδιές του Πηλίου και που τον φέρνουν στη μνήμη μας τα φυτά <πάνακες Χειρώνιον> ή <ελένιον> του Θεοφράστου (*Inula helenium*) (ο Διοσκουρίδης ως <πάνακες χειρώνιον> περιγράφει το <υπερικό> (*Hypericum perforatum*) ή <βάλσαμο> κατάλληλο για δήγματα φιδιών) και το <μέγα κενταύριο> (*Centaurea* sp.) ή <χειρωνιά> ή <αίμα του Ηρακλέους>. Μ'αυτό ο Κένταυρος Χείρων θεράπευσε την πληγή που του προξένησε ο ίδιος ο Αχιλλέας. Ακόμη, ο αργοφονιάς Ερμής, που γλίτωσε τον Οδυσσέα από τα μάγια της Κίρκης με το μυστηριώδες βότανο <μώλυ> και πλήθος άλλοι.

Θα επιχειρήσουμε μια σύντομη ιστορική αναδρομή, με αφετηρία τους πρώιμους ιστορικούς χρόνους (11ος π.Χ. αιώνας) για να δούμε πότε άρχισε και πως εξελίχτηκε η άσκηση της

ιατρικής στο πέρασμα των αιώνων. Ποιες είναι αλήθεια οι πρώτες αρχές της ελληνικής ιατρικής; Το ερώτημα παρουσιάζεται ιδιαίτερα γοητευτικό, η απάντηση όμως σ' αυτό είναι ακόμη και σήμερα αδύνατη. Δεν είναι μόνο οι γραπτές μαρτυρίες που μας λείπουν. Και τα αρχαιολογικά μας δεδομένα δεν μπορούν προς το παρόν να θεωρηθούν επαρκή. Η ιστορία λοιπόν της ελληνικής ιατρικής αρχίζει υποχρεωτικά με τα έπη του Ομήρου, τα παλαιότερα μνημεία γραπτού ελληνικού λόγου. Παρά τις διιστάμενες απόψεις των ερευνητών (M. Riemschneider, Fr. Albracht, Sainte Beuve, Henry E. Sigerist) για το αν ο Όμηρος γνώριζε από πόλεμο και μάχες, καθώς και από ιατρική, ένα είναι βέβαιο: πως ο Όμηρος δεν ήταν γιατρός και τα δύο μεγάλα του έπη, η Ιλιάδα και η Οδύσσεια, δεν είναι βιβλία ιατρικά. Κάθε φορά που ο περίφημος αυτός αφηγητής μαχών αναφέρεται σε θέματα ιατρικά, όπως είναι οι περιπτώσεις θανάτων ή τραυματισμών ηρώων, όπου περιγράφει με θαυμαστή ακρίβεια ανατομικές λεπτομέρειες του ανθρωπίνου σώματος, αλλά και τρόπους περιποίησης των πληγών, η ευκαιρία είναι έξοχη για να δείξει πιο πολύ την ποιητική του δεξιότητα, παρά την ιατρική του κατάρτιση. Αυτή είναι μια πρώτη επιφύλαξη για όποιον σκοπεύει να χρησιμοποιήσει τα ομηρικά έπη ως πηγή ιατρικών πληροφοριών. Μια δεύτερη επιφύλαξη οφείλεται στο γεγονός ότι, ενώ ο πολιτισμός που περιγράφουν τα έπη είναι ο μυκηναϊκός, ο επικός ποιητής είναι πολύ μεταγενέστερος και έχει ενσωματώσει στα έπη πολιτιστικά στοιχεία και από τη δική του εποχή. Έτσι είναι δύσκολο να διακρίνουμε κάθε φορά ποιες από τις ιατρικές πληροφορίες καθρεφτίζουν τη δική του εποχή και ποιες την εποχή των ηρώων του. Μια τρίτη επιφύλαξη υπαγορεύεται από το γεγονός ότι στον κόσμο των θεών και των ηρώων όλα είναι αλλιώτικα. Οι νόμοι λειτουργούν με διαφορετικό τρόπο και τα θαύματα δεν είναι ασυνήθιστο φαινόμενο, όπως ακριβώς και στα παραμύθια. Με όλες αυτές τις επιφυλάξεις μπορούν ωστόσο τα έπη του Ομήρου να μας βοηθήσουν να σχηματίσουμε κάποια ιδέα, ας είναι αμυδρή και με πλήθος κενά, για την ιατρική στην παλαιά εκείνη εποχή.

α) Η ομηρική ιατρική είναι στη βάση της θρησκευτικής. Η οργή των θεών είναι η αποκλειστική σχεδόν αιτία που προκαλεί τις αρρώστιες στους ανθρώπους. Πράγματι στην αρχή της Ιλιάδας (Α 9) ο Απόλλων, ο γιος της Λητούς και του Διός, είναι που στέλνει <νούσον κακήν> στο στρατόπεδο των Αχαιών, οργισμένος γιατί ο βασιλιάς Αγαμέμνονας πρόσβαλε με βάνουσο τρόπο τον ιερέα του Χρύση. Μέρη κρατά η οργή του θεού και όλες αυτές τις μέρες <ολέκοντο λαοί>, ανήμποροι να προσφέρουν οι ίδιοι και την παραμικρότερη βοήθεια στον εαυτό τους. Μισημένος από τους θεούς ο Βελλεροφόντης, γυρίζει μόνος του <στης Ερημιάς τον κάμπο>. Η μελαγχολία του τρώει σα σκουλήκι την ψυχή (Ζ 200). Αφημένος ο Φιλοκτήτης από τους Έλληνες στην έρημη Λήμνο (Β 721) θα γλυτώσει από τα <κρατερά άλγεα>, που του προκαλεί το έλκος του, μόνο όταν οι θεοί το θελήσουν. Κατά βάθος το δάγκωμα του φιδιού, που του προκάλεσε τη φοβερή πληγή, ήταν θεϊκή τιμωρία για κάποια επιορκία του.

β) Στα χέρια όμως των θεών βρίσκεται και η θεραπεία των αρρώστων. Αυτοί επεμβαίνοντας με θαυματουργό τρόπο, απαλλάσσουν τους ανθρώπους από τα δεινά τους, φτάνει οι ίδιοι να τους το ζητήσουν. Έτσι, ο Διομήδης βαριά πληγωμένος από τον Πάνδαρο, ζητά τη γιατρεία του από την Αθηνά, με μια θερμή προσευχή (Ε 115 εξ.). Και η θεά δεν θ' αργήσει να δώσει πάλι στον ήρωα τη δύναμή του για τη μάχη. Στην ίδια ραψωδία ο Διομήδης, με μια ασήκωτη πέτρα σημαδεύει το γιο της Αφροδίτης Αινεία, που σωριασμένος στα γόνατα, δέχεται τις περιποιήσεις της μητέρας του (Ε 311 εξ.). Σε άλλη ραψωδία (Π 514 εξ.), ο Απόλλωνας ακούοντας την προσευχή του Γλαύκου σταματά την αιμορραγία του τραύματός του και

καταπραΐνει τους αβάσταχτους πόνους του. Ο Γλαύκος θα είναι σε λίγο έτοιμος πάλι για τον πόλεμο. Κάθε θεός μπορεί να βοηθήσει τον άρρωστο, ορισμένοι όμως θεοί σχετίζονται πιο άμεσα με την υγεία και τη θεραπεία της αρρώστιας. Γιατρός των θεών είναι στην Ιλιάδα ο Παιών η Παιών. Στη ραψωδία Ε παρουσιάζεται από τον ποιητή να θεραπεύει τον Άδη πρώτα (στ. 401) και ύστερα τον Άρη (στ. 900), χρησιμοποιώντας <οδυνήφατα> φάρμακα (φάρμακα που σκοτώνουν τον πόνο). Με τον καιρό το όνομα αυτού του θεού έγινε επωνύμιο άλλων θεών. Στην πραγματικότητα στους άλλους αυτούς θεούς αποδόθηκαν με τον καιρό οι δικές του θεραπευτικές ιδιότητες. Θεός όμως της ιατρικής έγινε, από πολύ νωρίς, κυρίως ο Απόλλων. Μερικά από τα επίθετα που του προσάπτουν (Ακέσιος, Αλεξίκακος, Αποτρόπαιος, Επικούριος, Ιατρός Παιάν ή Παιών, Σωτήρ) υποδηλώνουν την ιδιαίτερη σχέση αυτού του θεού με την υγεία, την αρρώστια και την ίαση. Αργότερα, στον Ιπποκρατικό όρκο, οι γιατροί θα ορκίζονται στον όνομα του Απόλλωνος ιητρού για να βεβαιώσουν με τον πιο επίσημο τρόπο την εμμονή τους στις αρχές του υψηλού λειτουργημάτων τους. Ιδιαίτερες σχέσεις με την ιατρική έχουν επίσης ο Ήφαιστος, η Ήρα, η Άρτεμη, η Αθηνά, η Ειλείθια. Για τον Ασκληπιό, τον γιο του Απόλλωνα και της Κορωνίδας, που θα γίνει ο κατ'έξοχόν θεός της ιατρικής, παραμερίζοντας όλους τους άλλους, στον Όμηρο δεν φαίνεται να ήταν ακόμη θεός. Στον Όμηρο ο Ασκληπιός είναι απλά ένας <αμύμων ιητήρ>, ανάμεσα στους τόσους άλλους κί'αυτός, που διδάχτηκε ήπια φάρμακα κοντά στον Κένταυρο Χείρωνα και αναφέρεται ως ένας απλός ηγεμόνας από τους πολλούς της Θεσσαλίας. Σύμφωνα με ένα παλιό θεσσαλικό θρύλο, που μας διέσωσε ο Ησίοδος, ο Ασκληπιός, παράνομος καρπός του Απόλλωνα με την Κορωνίδα, κόρη του Λαπίθη Φλεγύα, μετά τη θανάτωση (τόξευση) της αγαπημένης του από την Άρτεμη, αφαιρέθηκε από την κοιλιά της ζωντανός από τον ίδιο τον Απόλλωνα, που τον παρέδωσε στο Κένταυρο Χείρωνα. Κοντά στο φημισμένο δάσκαλο, ο Ασκληπιός έγινε ένας έξοχος γιατρός, που όχι μόνο θεράπευε με γητειές, φάρμακα και εγχειρήσεις τους αρρώστους, αλλά ανάστανε και νεκρούς, ώσπου κατακεραυνώθηκε από τον Δία, όταν ο Πλούτων παραπονέθηκε πως εξ αιτίας του ερημώθηκε το βασίλειό του. Σε άλλο μεταγενέστερο θρύλο (Παυσανίας II 26) η γέννηση του Ασκληπιού έγινε στην Επίδαυρο. Η Κορωνίδα που ήρθε εκεί ακολουθώντας τον πατέρα της, γέννησε κρυφά τον παράνομο καρπό του έρωτά της με τον Απόλλωνα και το έκθετο βρέφος με τη θεϊκή λάμψη ανακαλύφθηκε σε μια σπηλιά στο Μύρτιον όρος από ένα βοσκό που διέδωσε παντού την ευχάριστη είδηση. Οι γνώμες των ειδικών ερευνητών για το πως ο Ασκληπιός έγινε ο κατ'έξοχόν θεός της ιατρικής, επισκιάζοντας όλους τους άλλους, ακόμη και τον πατέρα του Απόλλωνα, δίστανται. Για άλλους ο Ασκληπιός δεν ήταν αρχικά παρά μια χθόνια θεότητα στη Θεσσαλία (κάτι σαν τον Αμφιάραο ή τον Τροφώνιο), που με τον καιρό κατόνησε ένας απλός ήρωας, αργότερα όμως σχεδόν τυχαία αποκαταστάθηκε στη θεϊκή του ιδιότητα. Στους Θεσσαλούς οφείλεται η εισαγωγή της λατρείας του χθόνιου αυτού δαίμονα στην Πελοπόννησο και από εκεί απλώθηκε ύστερα παντού. Άλλοι όμως ερευνητές δέχονται ως πιο σωστή τη γνώμη που υποστήριξαν οι Emma και L. Edelstein. Σύμφωνα με αυτήν ο Ασκληπιός, ο αμύμων ιητήρ του Ομήρου δεν άργησε να γίνει ο προστάτης των γιατρών. Λαμβάνοντας υπόψη πως για πολλούς αιώνες οι γιατροί ασκούσαν το έργο τους ως περιοδευτές, θα κατανοήσουμε ασφαλώς πως τίποτε άλλο δεν θα μπορούσε να ενισχύσει καλύτερα το κύρος που χρειαζόνταν στις περιοδείες τους, όσο η πλαστή άποψη ότι οι γιατροί είναι απόγονοι του ήρωα Ασκληπιού. Και αυτό είναι στην πραγματικότητα το περιεχόμενο του όρου Ασκληπιάδες. Όχι ιερείς, αλλά απόγονοι του ήρωα Ασκληπιού. Στην πραγματικότητα ο Ασκληπιός δεν θεράπευε αρρώστους,

απλώς προστάτευε τους θεραπευτές γιατρούς και έτσι στην ψυχή του λαού ταυτιζόταν όλο και πιο πολύ με την ιατρική, ώσπου έγινε ο κατ'εξοχήν γιατρός. Η θεοποίησή του πρέπει να συντελέστηκε στα τέλη του 6ου αι. π.Χ. κατά πάσα πιθανότητα στην Επίδαυρο. Από την Επίδαυρο η λατρεία του νέου θεού άρχισε να εξαπλώνεται με αστραπιαία ταχύτητα, σε όλη την Ελλάδα, ηπειρωτική και νησιωτική, καθώς και στη Μικρά Ασία, και έγινε αργότερα, σε όλη την έκταση της ρωμαϊκής αυτοκρατορίας, ο μέγας αντίπαλος και αυτού του ιδρυτού της χριστιανικής θρησκείας. Περισσότερους από τετρακόσιους ναούς και ιερά είχε αφιερώσει η αρχαιότητα στον Ασκληπιό. Μερικά από αυτά λειτουργούσαν ακόμη και μέχρι τον 6ο αι. μ.Χ. Τα ονομαστότερα πάντως Ασκληπιεία ήταν της Επιδαύρου, των Αθηνών, της Τρίκκης, της Κω, της Περγάμου. Οι άρρωστοι προσέρχονταν ζητώντας από το θεό να θεραπεύσει τις αρρώστιες τους και εκείνος παρουσιαζόταν στα όνειρά τους και υποδείκνυε τη θεραπεία που έπρεπε να εφαρμόσουν. Τα περισσότερα από τα μεγάλα Ασκληπιεία ήταν ολόκληρα συγκροτήματα κτιρίων, με θέατρα, ωδεία, ιπποδρόμους, στάδια κλπ. που χρησίμευαν για τη στέγαση, νοσηλεία και ψυχαγωγία των ασθενών, αλλά και των συγγενών τους. Η επικοινωνία του αρρώστου με το θεό γινόταν στο Άβατον. Εκεί πρέπει να γινόταν η εγκοίμησις. Σε ειδικές πλάκες συνήθισαν να αναγράφουν το ιστορικό των διαφόρων περιπτώσεων και τις θεραπείες των αρρώστων. Τέτοιες πλάκες διασώθηκαν στο Ασκληπιείο της Επιδαύρου.

Με θεραπευτικές όμως ιδιότητες είναι προικισμένοι και ορισμένοι ήρωες-ημίθεοι. Στον ποιητή της Οδύσσειας είναι γνωστό το όνομα του Μελάμποδος, του <αμύμονος μάντεως>. Ο μυθογράφος Απολλόδωρος λέει γι'αυτόν πως ήταν ο πρώτος <ευρηκώς την δια φαρμάκων θεραπείαν>. Ακριβώς με τη δεύτερη μέθοδο θεράπευσε από την τρέλα τους τις κόρες του Προίτου, βασιλιά της Τίρυνθας. Από τον Θεόφραστο μαθαίνουμε πως ο Μελάμπους ήταν ο πρώτος που χρησιμοποίησε τον <μαύρο ελλέβορο> (*Helleborus niger*) (ή <μελαμπόδιον> προς τιμή του, κ. σκάρφη), ένα φάρμακο που οι αρχαίοι Έλληνες το χρησιμοποιούσαν σε πολλές αρρώστιες, ιδίως όμως στην παραφροσύνη. Γνωστοί στον ποιητή της Οδύσσειας είναι και οι απόγονοι του Μελάμποδος, με σημαντικότερο τον Αμφιάραο, που η λατρεία του ως <χθόνιου ήρωος> γινόταν στον Ωρωπό. Στο ιερό του δεν δίνονταν μόνο χρησμοί, αλλά θεραπεύονταν και άνθρωποι με εγκοίμηση, λουτρό στα ψυχρά νερά μιας πηγής και παντελή νηστεία για ορισμένο χρονικό διάστημα. Εγκοίμηση και νηστεία, ήταν τα βασικά στοιχεία της θεραπευτικής αγωγής και στο ιερό ενός άλλου χθόνιου δαίμονα του Τροφωνίου, σε ένα άντρο κοντά στη Λειβαδειά (Παυσανίας, IX 39).

γ) Αν οι θεοί δεν το θέλουν, οι άνθρωποι είναι ανήμποροι μπροστά στην αρρώστια τους με τις δικές τους μόνο δυνάμεις. Το μόνο που μπορούν να κάνουν είναι να ζητήσουν από τους μάντεις και τους κάθε λογής εξηγητές να τους αποκαλύψουν την αιτία της οργής των θεών. Αυτοί θα τους υποδείξουν και με ποιο τρόπο θα καταπραΰνουν τον θυμωμένο θεό. Οι ιεροτελεστίες θα εξευμενίσουν το θεό και η γιατρεία μπορεί τότε να γίνει εύκολη.

δ) Η μαγεία, πρώτο και έσχατο καταφύγιο των ανθρώπων για τη θεραπεία των ασθενειών τους, εμφανίζεται στον Όμηρο μόνο κατ'εξάιρεση. Ο Οδυσσεύς κυνηγώντας στον Παρνασσό και πληγωμένος άσχημα από αγριογούρουνο γίνεται καλά από τους γιους του Αυτόλυκου με μια γητεία (επαειδή). Το ότι η μαγεία δεν θα ήταν άγνωστη στην εποχή του Ομήρου, ανάμεσα στις λαϊκές τάξεις για τη θεραπεία των ασθενειών, το συμπεραίνουμε από τη διάδοση που

είχε και στην εποχή του Ιπποκράτη. Ποια άλλωστε εποχή θα μπορούσε να καυχηθεί πως δεν θήτευσε στις δυνάμεις αυτές που δυναστεύουν παράλογα τον άνθρωπο;

ε) Η Ιλιάδα είναι το έπος του πολέμου, του πολέμου που παρασύρει ακόμη και τους θεούς. Στα πεδία των ομηρικών μαχών συχνά ακούονται οι οιμωγές των τραυματισμένων. Ποιος θα τους βοηθήσει να τραβήξουν έξω το σφηνωμένο στο σώμα τους βέλος; Ποιος θα σταματήσει το αίμα που τρέχει άφθονο από την πληγή; Ποιος θα τους κοιμίσει του αβάσταχτους πόνους; Συχνά ζητούν τη βοήθεια των θεών. Καμιά φορά τα καταφέρνουν και μόνοι τους, συχνότερα όμως έχουν την ανάγκη εμπειρότερων ανθρώπων. Όλους κάτι τους δίδαξε ο δεκάχρονος πόλεμος. Μερικοί όμως από αυτούς έχουν περισσότερες και ειδικότερες ιατρικές γνώσεις. Τις είχαν αποκτήσει πριν ακόμη ξεκινήσουν για τον πόλεμο. Παράδειγμα ο Αχιλλέας, που είχε μάθει πλήθος <ήπια φάρμακα>, όταν μαθήτευσε κοντά στον Χείρωνα, τον <δικαιότατον των Κενταύρων>. Οι γιοι του Ασκληπιού Μαχάων και Ποδαλείριος, που ζούσαν στην Τρίκκη, πήγαν και αυτοί να πολεμήσουν στην Τροία επικεφαλής τριάντα καραβιών-ήταν κάποτε και αυτοί μνηστήρες της Ελένης. Ο Όμηρος τους αναφέρει ως <αγαθούς ιητήρες> που έμαθαν την πολύτιμη τέχνη από τον πατέρα τους (Δ 219). Σε άλλη αναφορά του ποιητή, ο Μαχάων χαρακτηρίζεται σαν γιατρός, <πολλών αντάξιος άλλων> (Λ 514). Οι υπηρεσίες που προσφέρει στους συμπολεμιστές του ο Μαχάων είναι πολύτιμες. Ξέρει να τραβήξει από το σώμα το βέλος και να γιατρέψει ύστερα την πληγή με βότανα (Δ 210 εξ.). Από διάφορες αναφορές στην Ιλιάδα, αλλά και ένα αρχαίο σχόλιο σε ποίημα του Πινδάρου (Πυθ. Ι 109 α), όπου ο Μαχάων θεράπευσε την πληγή του Φιλοκτήτη, σχηματίζουμε μια σαφή ιδέα για τον τρόπο με τον οποίο γινόταν η περιποίηση των τραυμάτων στην αρχαϊκή Ελλάδα. Πρώτα απομακρύνονταν τα ξένα σώματα, ύστερα πλένονταν η πληγή και τέλος προσθέτονταν και φάρμακα. Αν υπήρχε ανάγκη το τραύμα δενόταν με μαλλί. Οπωσδήποτε δεν ακούμε να γίνεται κανένας λόγος για χειρουργικά εργαλεία. Για τις υπηρεσίες του Ποδαλείριου δεν γίνεται κανένας λόγος στην Ιλιάδα. Σε ένα επικό ποίημα του Αρκτίνου χρωστούμε την πληροφορία πως τα δύο αδέρφια δεν είχαν την ίδια ειδικότητα. <Τον Μαχάονα μόνον χειρουργείν εθέλουσι, τον γαρ Ποδαλείριον διαιτάσθαι φασί τας νόσους>. Στους ήρωες της εποχής του Τρωϊκού πολέμου ή της εποχής του ποιητή που ύμνησε αυτόν τον πόλεμο τίποτε δεν ήταν τόσο αγαπητό όσο η ζωή και η υγεία και τίποτα πιο μισητό από ό,τι ο θάνατος. Γι' αυτό και η αρρώστια λογαριαζόταν μεγάλη συμφορά. Για να την προλάβουν, φρόντιζαν να διατηρούν γερό το σώμα τους. Η λιτή δίαιτα, οι σωματικές ασκήσεις, μαζί και η καθαριότητα τους βοηθούσαν πολύ σ' αυτό. Από την Οδύσεια τέλος μαθαίνουμε ότι στην εποχή για την οποία μας μιλά ο Όμηρος, πρέπει να υπήρχαν και επαγγελματίες γιατροί και μάλιστα περιοδευτές (ρ 384). Ποιες όμως ήταν οι γνώσεις και οι επαγγελίες τους δεν θα μπορούσαμε να πούμε με βεβαιότητα. Αιώνες ύστερα από τον Όμηρο, όταν πια η ιατρική άρχισε να καλλιεργείται σε επιστημονικότερες βάσεις, διάφοροι γιατροί -οι διασημότεροι ανάμεσά τους- είχαν τη φιλοδοξία να συνδεθούν γενεαλογικά με κάποιον από τους θεούς, προφανώς για να αναγάγουν σ' αυτόν τις γνώσεις τους. Δείγμα και αυτό πως τα μυστικά της ιατρικής τα κρατούσαν στις παλαιότερες εποχές οι θεοί. Αυτοί αν ήθελαν τα αποκάλυπταν και σε εξάιρετους θνητούς, τους ήρωες, γιους και αυτούς, συχνά, θεών. Πότε όμως η ιατρική άρχισε στον ελληνικό χώρο να χάνει το θρησκευτικό της χαρακτήρα και να γίνεται επιστήμη; Καίριο και αποφασιστικό ρόλο γι' αυτή τη μεταστροφή έπαιξαν οι προσωκρατικοί φιλόσοφοι (οι τρεις Μιλήσιοι Θαλής, Αναξίμανδρος, Αναξίμενης, ο Πυθαγόρας και η σχολή του, ο Αλκμαίων ο Κροτωνιάτης, ο Δημοκίδης, ο Ηράκλειτος ο Εφέσιος, ο Παρμενίδης, ο Εμπεδοκλής ο

Ακραγαντίνος, ο Αναξαγόρας ο Κλαζομένιος, ο Δημόκριτος και ο Διογένης Απολλωνιάτης). Δεν ήταν γιατροί οι Προσωκρατικοί φιλόσοφοι. Η βασική τους προσπάθεια-και αυτό φαίνεται καθαρά στην παλαιότερη κυρίως εποχή- ήταν να διερευνήσουν και να εξηγήσουν τον κόσμο. Γρήγορα όμως οι σοφοί αυτοί ερευνητές επεξέτειναν την προσοχή τους από το μακρόκοσμο, τον έναστρο επάνω τους ουρανό και τη γύρω τους φύση, και στον μικρόκοσμο, τον άνθρωπο και έφτασαν στο συμπέρασμα ότι οι νόμοι που διέπουν τον πρώτο είναι και του δεύτερου οι νόμοι. Κάθε ερμηνεία επομένως που θα μπορούσε να δοθεί στον πρώτο, θα μπορούσε να βρει και στο δεύτερο απόλυτη εφαρμογή και η μέθοδος που θα μπορούσε να χρησιμοποιηθεί για τη διερεύνηση των φαινομένων της φύσης, θα μπορούσε να εφαρμοστεί και για τη διερεύνηση των ανθρώπινων φαινομένων, επομένως και των φαινομένων της υγείας, της αρρώστιας και της ιατρικής. Και ήταν αυτό το σημαντικότερο μάθημα που κληροδότησαν στη μεταγενέστερη ιατρική οι προσωκρατικοί φιλόσοφοι. Έτσι άρχισε να συντελείται η αποδέσμευση της ιατρικής από το θαύμα και η προοδευτική ανέλιξή της σε επιστήμη. Αυτό βέβαια δεν οδήγησε στην κατάργηση της θρησκευτικής ιατρικής, η οποία συνεχίζει να υπάρχει και σήμερα και θα συνεχίσει να υπάρχει ασφαλώς και στο μέλλον. <Η θρησκευτική ιατρική>, έγραψε χαρακτηριστικά ένας ειδικός στα θέματα αυτά, <είναι στην πραγματικότητα άχρονη. Σε όλους τους πολιτισμούς, σε όλες τις εποχές υπήρξαν θρησκευόμενα άτομα, που σε περίπτωση αρρώστιας προτιμούσαν να ζητούν βοήθεια από τον ιερέα μάλλον παρά από το γιατρό>. Όμως με τη συμβολή των προσωκρατικών φιλοσόφων, παράλληλα με τη θρησκευτική ιατρική, θα υπάρχει πλέον στην Ελλάδα και η ιατρική που γεννήθηκε από την παρατήρηση, την εμπειρία και τη λογική του ανθρώπου.

Κλασική εποχή (5ος αι. π.Χ.-330 π.Χ.)

Στις 27 του μηνός Αγριανίου (που στο ημερολόγιο της Κω φαίνεται ότι αντιστοιχούσε στο δικό μας Ιανουάριο) του έτους 460 π.Χ. πρωτοείδε το φως του ήλιου ο Ιπποκράτης, ο άνθρωπος που το όνομά του επρόκειτο να συνδεθεί τόσο στενά με τη θεμελίωση της επιστημονικής ιατρικής, ώστε δικαιολογημένα να αποκληθεί αργότερα ο <πατέρας> της. Ο Ιπποκράτης υπήρξε ο σημαντικότερος εκπρόσωπος της ιατρικής σχολής της Κω, αλλά και της ιατρικής στην αρχαιότητα. Ιατρικές σχολές υπήρχαν στην Ελλάδα από πολύ παλιά. Οι αρχαίοι μνημόνευαν ιδιαίτερα τις σχολές της Κυρήνης, της Ρόδου, του Κρότωνος, της Κνίδου και της Κω. Δυστυχώς οι περισσότερες από αυτές δεν είναι για μας σήμερα παρά απλά ονόματα. Μόνο για τις σχολές της Κνίδου και της Κω έχουμε αρκετές και σημαντικές ειδήσεις. Φαίνεται πως ήταν οι σημαντικότερες στην εποχή του Ιπποκράτη. Η σχολή της Κω οφείλει τη φήμη της κατά κύριο λόγο στον Ιπποκράτη. Βιογραφικές ειδήσεις για τη μεγάλη αυτή προσωπικότητα που άσκησε τεράστια επίδραση έχουμε: α) σε έναν Βίο που έγραψε στον 2ο αι. μ.Χ. ο Εφέσιος γιατρός Σωρανός (Ιπποκράτους γένος και βίος κατά Σωρανόν), β) στη Σούδα, το γνωστό Βυζαντινό εγκυκλοπαιδικό λεξικό, γ) στις Χιλιάδες (VII 944-989) του Τζέτζη, γνωστού βυζαντινού λόγιου του 12ου αι. και δ) σε έναν λατινικά γραμμένο Βίο, που διασώθηκε σε ένα Βρυξελλικό χειρόγραφο του Πρισκιανού. Επίσης δυο σημαντικές πληροφορίες για τη φήμη του ως μεγάλου γιατρού μας δίνουν ο Πλάτωνας (Φαίδρος 270 c) και ο Αριστοτέλης (Πολιτικά Η 4. 1326 a 13 εξ.). Τι είναι ιστορία και τι θρύλος μέσα στα διασωθέντα κείμενα, είναι δύσκολο να διακρίνει κανείς. Ο Ιπποκράτης γιος του Ηρακλείδη και της Φαιναρέτης, διδάχτηκε την τέχνη της ίασης δίπλα στον γιατρό πατέρα του και όταν έγινε κάτοχος της τέχνης αυτής την άσκησε με το συνήθη τρόπο της εποχής, ως περιοδευτής γιατρός,

ταξιδεύοντας πολύ και μακριά (Ελληνικός χώρος, Σκυθία, Περσία, Αίγυπτος). Στις αρχές του Πελοποννησιακού πολέμου η δραστηριότητά του πρέπει να είχε φτάσει στην ακμή της. Πέθανε σε βαθιά γεράματα το 380 ή το 277 π.χ. (κατ' άλλους έζησε 104 χρόνια). Κοντά στη Λάρισα (στη σημερινή Γυρτώνη, νότια του Τυρνάβου) έδειχναν ως τον 2ο αι. μ.Χ. τον τάφο του. Ο Σωρανός ο Εφέσιος μάλιστα προσθέτει το θρύλο ότι για πολλά χρόνια υπήρχε στο μνήμα του σμήνος από μέλισσες, το μέλι των οποίων θεράπευε τις άφθες των παιδιών. Αυτά τα τόσο λίγα φαίνεται πως είναι όλα όσα θα μπορούσε να πει κανείς με βεβαιότητα για τη ζωή του Ιπποκράτη. Με το όνομα του Ιπποκράτη έφτασαν ως εμάς ένα πλήθος από έργα, περίπου εξήντα, γραμμένα σε ιωνική διάλεκτο, η <Ιπποκρατική Συλλογή>. Στη διάδοση των έργων αυτών ως Συλλογής πρέπει να υποθέσουμε ότι σημαντικό ρόλο έπαιξε η περίφημη βιβλιοθήκη της Αλεξάνδρειας των Πτολεμαίων. Ίσως μάλιστα εκεί για πρώτη φορά τα έργα αυτά να συνδέθηκαν με το όνομα του Ιπποκράτη και να έλαβαν την οριστική τους μορφή (γύρω στο 300 π.Χ.). Οι γλωσσικές και πραγματικές διαφορές που παρουσιάζουν τα επί μέρους έργα μεταξύ τους, το πλήθος των θεμάτων με τα οποία ασχολούνται οι διάφορες πραγματείες, η διαπίστωση ότι υπάρχουν στη Συλλογή έργα δύο τουλάχιστον αρχαίων ιατρικών σχολών (της Κνίδου και της Κω) και ένα πλήθος από παρόμοιες δυσκολίες, είναι προβλήματα που βρίσκονται στο κέντρο της Ιπποκρατικής έρευνας και δυστυχώς σύμφωνα με τους μεγάλους Ιπποκρατιστές κανένα από τα έργα της Ιπποκρατικής Συλλογής δεν μπορεί με βεβαιότητα να αποδοθεί στον Ιπποκράτη. Αναφορικά με τη χρονολόγησή τους, που και αυτή όπως και η γνησιότητα, αποτελεί ακανθώδες και δυσεπίλυτο πρόβλημα, των μεν παλιών τοποθετείται γύρω στα 450 π.Χ. των δε νεώτερων στην εποχή του βασιλιά Φιλίππου της Μακεδονίας, δηλ. στο δεύτερο τρίτο του 4ου αι. π.Χ. Είναι φανερό ότι αν Ιπποκρατική ιατρική είναι η ιατρική που διαβάζουμε στην Ιπποκρατική Συλλογή, τότε με τον όρο αυτό δηλώνεται όχι μόνο η ιατρική του Ιπποκράτη, αλλά μαζί και η ιατρική των μαθητών και των οπαδών του μεγάλου γιατρού, που εργάστηκαν εμπνεόμενοι από το παράδειγμα και τη διδασκαλία εκείνου. Με το ευρύτερο αυτό νόημα τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά και οι θεμελιώδεις διδασκαλίες της Ιπποκρατικής σχολής είναι τα ακόλουθα: α) Η Ιπποκρατική σχολή εναντιώνεται σε μια ιατρική θεωρία και πράξη που βασίζεται στις αρχές της φιλοσοφικής σκέψης και δίνει μεγάλη σημασία στην παρατήρηση, την οποία ανήγαγε σε διαγνωστική μέθοδο ανώτερη από κάθε άλλη (αυτή καθιέρωσε τους τρόπους εξέτασης που χρησιμοποιεί και η σημερινή ιατρική για τη διάγνωση δηλ. την επισκόπηση, την ψηλάφηση και την ακρόαση β) απορρίπτει την υπερφυσική εξήγηση στο θέμα της προέλευσης των ασθενειών και δέχεται για την εξήγησή τους φυσικά αίτια (έκαστον νόσημα φύσιν έχει και πρόφασιν), γ) αποδίδει θεμελιώδη σημασία στους περιβαλλοντικούς (αέρας, νερό τοποθεσία) και διατροφικούς παράγοντες σαν αιτίες πρόκλησης ασθενειών, αλλά και σαν συντελεστές για τη θεραπεία τους. Οι προκαλούμενες βλάβες εξαρτώνται από την ιδιοσυγκρασία του οργανισμού και τονίζουν στο σημείο αυτό την ιδιαίτερη σημασία της κληρονομικότητας (πάντα τα νοσήματα άρχεται κατά γένος), δ) τα κύρια συστατικά του οργανισμού είναι τέσσερεις χυμοί, το αίμα, το φλέγμα, η κίτρινη και η μαύρη χολή. Οι τέσσερεις αυτοί χυμοί βρίσκονται στο κέντρο της Ιπποκρατικής νοσολογίας. Η υγεία οφείλεται κατά κύριο λόγο στη σωστή ανάμειξή τους (ευκρασία). Κάθε διαταραχή της ισορροπίας των χυμών προκαλεί την εμφάνιση της αρρώστιας (δυσκρασία). Οι άρρωστοι περνούν από τρία στάδια, της απειψίας, της πέψεως και της κρίσεως. Στο πρώτο στάδιο προκαλείται η διαταραχή της αναλογίας των χυμών, στο δεύτερο ο οργανισμός αντιδρά με πυρετό, στο τρίτο σημειώνεται το τέλος. Αν ο

άρρωστος επιζήσει, το τέλος της αρρώστιας του επέρχεται είτε απότομα (με απότομη αποβολή των υπολειμμάτων της πέψεως (κρίσις)), είτε με βραδύ ρυθμό (λύσις). Κρίσιμες μέρες είναι συνήθως η τέταρτη και η έβδομη από την αρχή της αρρώστιας (Προγνωστικών). ε) ο κυριότερος θεραπευτικός παράγοντας είναι η φύση, ο γιατρός όμως πρέπει να ενισχύει ή και να διορθώνει τη φυσική αμυντική προσπάθεια του οργανισμού. Η σωστότερη μέθοδος είναι η χρησιμοποίηση των <εναντίων> (τα εναντία τοις εναντίοις εισίν ιήματα).

Πολύ συζητήθηκε τα τελευταία χρόνια το <επίπεδο> της Ιπποκρατικής ιατρικής. Κάποιοι, κυρίως γιατροί, άκριτα μάλλον, και μέσα σε μια ατμόσφαιρα που δημιουργεί ο ενθουσιώδης λόγος, βιάστηκαν να διακηρύξουν ότι <από την Ιπποκρατική ιατρική ως την ιατρική των ημερών μας συνεχίζει να υπάρχει το ίδιο πνεύμα, η ίδια μέθοδος, το ίδιο επιστημονικό ιδεώδες>. Η αντίθετη άποψη υποστηρίζει πως <δεν είναι αρκετό μια ιατρική να έχει σπάσει τους δεσμούς της με τη μαγεία και τη θρησκεία για να χαρακτηριστεί υποχρεωτικά και μόνο γι'αυτό το λόγο επιστημονική. Μια τέτοια ιατρική είναι βέβαια ορθολογιστική, ανάμεσα όμως στον ορθολογισμό και στην επιστήμη μπορεί ακόμη να υπάρχει άβυσσος>. Η μέση οδός που σε τέτοιες περιπτώσεις είναι η καλύτερη υποδείχτηκε με την ακόλουθη διατύπωση: <Δεν υπάρχει αμφιβολία ότι πολλά από αυτά που διαβάζουμε στα έργα της Ιπποκρατικής συλλογής μας φαίνονται σήμερα παράξενα, μπορεί και γελοία, το γεγονός όμως ότι η ιατρική επιστήμη μπόρεσε να φτάσει στις μέρες μας σε ένα επίπεδο τόσο υψηλό, οφείλεται κατά ένα μεγάλο μέρος στον Ιπποκράτη. Μπορεί πράγματι οι γνώσεις του να έχουν σε πολλά ξεπεραστεί, είναι όμως απόλυτα βέβαιο ότι από εκείνον ξεκίνησαν οι πρώτες ωθήσεις για πολλές από τις κατακτήσεις της σημερινής ιατρικής επιστήμης>. Τα έργα της Ιπποκρατικής συλλογής αποτελούν ένα από τα σημαντικότερα κεφάλαια στην ιστορία της αρχαίας ελληνικής γραμματείας, αλλά και της ιατρικής επιστήμης. Μόνο με τη στενή συνεργασία φιλόλογων και γιατρών σε παγκόσμιο επίπεδο θα καταστεί δυνατή η οριστικότερη ερμηνεία των δύσκολων αυτών κειμένων και η σωστότερη αξιολόγησή τους.

Με τον Ιπποκράτη η ιατρική απομακρύνεται από τον ασφυκτικό θεουργικό της χαρακτήρα και αρχίζει να γίνεται πιο επιστημονική και ανθρωποκεντρική, χωρίς όμως να απορρίπτεται εντελώς η θεϊκή παρέμβαση στην ίαση. Οι γιατροί ορκίζονται στον Ασκληπιό και θεωρούνται απόγονοι αυτού (Ασκληπιάδες). Οι άρρωστοι εκτιμούν την επιστημονική ιατρική, αλλά εξακολουθούν να συρρέουν κατά χιλιάδες στα Ασκληπιεία.

Η Ιπποκρατική σχολή στη θεραπευτική της πρακτική, στηρίζεται κυρίως στα βότανα. Η παράδοση θέλει τον Ιπποκράτη μαζί με το γιο του Θεσσαλό, να βρίσκεται στην Αθήνα στα πρώτα χρόνια του πελοποννησιακού πολέμου, κατά τη διάρκεια του μεγάλου λοιμού και να βοηθάει τους Αθηναίους στην αντιμετώπισή του, με τη ανάρτηση στεφανιών από αρωματικά φυτά στα παράθυρα των σπιτιών και την καύση αρωμάτων (επιδημία πανώλους από την οποία πέθανε ο Περικλής το 429 π.Χ. και πενήντα χιλιάδες Αθηναίοι πολίτες). Ο ίδιος ταξινόμησε 237 βότανα σε κατηγορίες ανάλογα με τις θεραπευτικές τους ιδιότητες και τη χρησιμότητά τους σε διάφορες αρρώστιες που ο ίδιος διεγίνωσκε. Σημαντικός γιατρός τον 4ο αι. π.Χ. είναι ο Διοκλής από την Κάρυστο, ο οποίος μάλιστα γράφει το πρώτο ελληνικό βιβλίο για φαρμακευτικά φυτά, το Ριζοτομικόν.

Ελληνιστική εποχή (330-30 π.Χ.)

Στην Ελληνιστική εποχή η ιατρική και η φαρμακολογία γνωρίζουν μια καταπληκτική άνθηση. Η αρχή της περιόδου σηματοδοτείται με τα βιοϊατρικά Περί Ζώων έργα του Αριστοτέλη και με το Περί Φυτών Ιστορίαί έργο του Θεόφραστου του Ερέσιου (372-287 π.Χ.) που τον αναγορεύει δίκαια σε πατέρα της Βοτανολογίας. Διάδοχος του Αριστοτέλη στο Λύκειο και κύριος αποδέκτης των φυσιολογικών πληροφοριών που συναποκόμισε από την Ανατολή το ερευνητικό επιτελείο του Μεγάλου Αλεξάνδρου, ο πολυγραφότατος Λέσβιος σοφός πιστώνεται με την επιστημονική ταξινόμηση των φυτών και ορυκτών της τότε οικουμένης. Την περίοδο αυτή η Ιπποκρατική σχολή στην Κω εμφανίζει νέα ώθηση με πλειάδα διάσημων γιατρών, ενώ συγχρόνως λειτουργεί στην Κνίδα μια νέα μεγάλη σχολή, η οποία την ανταγωνίζεται. Επίσης, στην περιφέρεια του παλιού ελληνικού χώρου καθιερώνονται νέα κέντρα ιατρικής γνώσης (σχολή Περγάμου, σχολή Αλεξάνδρειας κ.ά.). Η σχολή της Αλεξάνδρειας ιδιαίτερα επηρέασε για αιώνες την ευρωπαϊκή και μεσογειακή ιατρική. Την εποχή αυτή επικρατούν στην ιατρική διάφορες απόψεις, όπως των δογματιστών, των εμπειριστών, των πνευματιστών. Όλοι αυτοί δρουν μέσα σε ένα διεθνιστικό περιβάλλον και αντλούν γνώσεις από όλους τους λαούς με τους οποίους έρχονται σε επαφή. Η φαρμακολογία της Αιγύπτου τεράστια και πολύπλοκη, γνωστή από το 1600 π.Χ. (πάπυρος Ebers), γίνεται πλέον προσιτή στην ελληνική ιατρική σκέψη. Η Ελληνιστική εποχή τερματίζεται τυπικά το 30 π.Χ. με την κατάκτηση του τελευταίου ελληνιστικού βασιλείου των Πτολεμαίων της Αιγύπτου από τους Ρωμαίους, αλλά οι ελληνιστικές ιδέες θα επιζήσουν και θα επηρεάσουν για αιώνες την ιατρική αλλά και τη γενικότερη επιστημονική σκέψη.

Ρωμαϊκή εποχή (30 π.Χ. - 476 μ.Χ.)

Στη Ρωμαϊκή εποχή οι κύριες κατηγορίες των θεραπευτών που διακονούν την ιατρική είναι τρεις:

Στην πρώτη ανήκουν κυρίως μέλη μιας Elite μορφωμένων Ρωμαίων ευγενικής καταγωγής και πλούσιας τάξεως, όχι απαραίτητα γιατροί (Πλίνιος ο Πρεσβύτερος, Κικέρων, Κάτων κ.ά.). Αυτοί αμφισβητούν την αποτελεσματικότητα των επίσημων φαρμάκων και εμπιστεύονται τη θεραπεία με απλά βότανα που αφθονούν στη φύση.

Στη δεύτερη κατηγορία υπάγονται οι επιστήμονες γιατροί, που θήτευαν επί μακρόν σε κάποια αυθεντία ή ιατρικό κέντρο και εκτελούσαν με αίσθημα ευθύνης και σοβαρότητας το έργο τους, παρέχοντας ιατρικές συμβουλές σε άτομα ανώτερης τάξης, αλλά και σε δούλους ακόμη. Μέχρι τον 3ο αι. μ.Χ. η τάξη αυτή αποτελείται κυρίως από Έλληνες, με σπουδαιότερους τον Ανδρόμαχο, το Διοσκουρίδη και το Γαληνό.

Ο Ανδρόμαχος, γιατρός του Νέρωνα, τον 1ο αι. μ.Χ. περιγράφει τη Θηριακή, οπιούχο σκεύασμα με 70 περίπου βότανα και άλλα συστατικά, το οποίο αποτέλεσε ένα είδος πανάκειας μέχρι και τις αρχές του περασμένου αιώνα.

Ο Διοσκουρίδης (25-90 μ.Χ.) με το πεντάτομο έργο του <Περί Ύλης Ιατρικής> (De Materia Medica), γίνεται ο θεμελιωτής της σύγχρονης φαρμακογνωσίας. Γεννημένος στην Ανάζαρβο της Κιλικίας, κοντά στην Ταρσό, την εποχή του Νέρωνα και του Βεσπασιανού, συνόδευε με την ιδιότητα του στρατιωτικού γιατρού τις Ρωμαϊκές λεγεώνες σε πολλές επαρχίες της

Ανατολής (από την Ελλάδα ως τη Μεσοποταμία και την Αίγυπτο) και είχε έτσι την ευκαιρία να γνωρίσει όλα τα βότανα και τα ιατρικά παρασκευάσματα των αναπτυγμένων χωρών του τότε γνωστού κόσμου. Με μοναδικό τρόπο και σύστημα κατέγραψε και περιέλαβε στο βιβλίο του όχι μόνο όλα τα γνωστά την εποχή εκείνη φαρμακευτικά φυτά, αλλά και τις οργανικές και ανόργανες ουσίες που απαντώνται στη φύση. Το έργο του είχε τεράστια απήχηση για δέκα πέντε συνεχείς αιώνες και μεταφράστηκε σε όλες τις γλώσσες Ανατολής και Δύσης, καθώς και στην Ελληνική. Υπήρξε πρότυπο για όλα τα φαρμακευτικά βιβλία της εποχής. Παρά τους είκοσι αιώνες της ηλικίας του, διατηρεί ακόμη και σήμερα την πρακτική του αξία. Οι Άραβες μάλιστα αποκάλεσαν τον Διοσκουρίδη <απεσταλμένο του Θεού της Βοτανικής>.

Ο περίφημος Γαληνός (129-210 μ.Χ.) από την Πέργαμο, που ζει στην αυλή του Μάρκου Αυρήλιου, χρησιμοποιεί στην άσκηση της ιατρικής του τα πιο εκλεκτά βότανα, που τα προμηθεύεται από χώρες που επισκέπτεται ο ίδιος, παρακάμπτοντας του συλλέκτες ριζοτόμους (βάλσαμο της Μέκκας, ινδικό Lycium κ.ά.). Γνωστά είναι ακόμη και σήμερα τα γαληνικά σκευάσματα (είναι οι τελικές μορφές που λαμβάνουν οι φυτικές δρόγες και οι διάφορες φαρμακευτικές πρώτες ύλες μετά από ειδική κατεργασία, προκειμένου να καταστούν πλέον σταθερές και πιο εύληπτες). Ο Γαληνός θεωρείται μετά τον Ιπποκράτη, ο μεγαλύτερος και πολυγραφότερος γιατρός της αρχαιότητας, οι δε πραγματείες του αποτέλεσαν θέσφατα μέχρι τον 16ο αι. μ.Χ.

Η τρίτη κατηγορία θεραπειών είναι οι πρακτικοί γιατροί ή και κοινοί απατεώνες που πρόσφεραν κάθε είδους θεραπεία σε βαλανεία, γυμναστήρια και ιδιωτικές κατοικίες. Τα θεραπευτικά μέσα περιλάμβαναν κατά κανόνα βότανα, αλλά και αρωματικά έλαια, άλατα λουτρού κ.ά. Η θέση της επίσημης ιατρικής δεν ήταν απορριπτική για τέτοιες θεραπείες, καθώς δε γνώριζε κι'αυτή κάτι περισσότερο. Τα διάφορα θεραπευτικά προϊόντα γίνονταν άμεσα δημοφιλή σε ένα κοινό που λάτρευε τη χλιδή, την καλοπέραση και την ενασχόληση με το γυμνό σώμα. Η όλη κατάσταση θύμιζε κάτι από τα σημερινά ιατρικά κέντρα υγιεινής, αισθητικής, διαιτητικής κ.λπ.

Όπως σε όλες τις χρονικές περιόδους, έτσι και στη Ρωμαϊκή εποχή, παράλληλα με την άσκηση της επιστημονικής ιατρικής, εδραιώνεται όλο και περισσότερο η πίστη στον ημιθεϊκό ρόλο του γιατρού-φαρμακοποιού (μυρεψού). Το τέλος της Ρωμαϊκής εποχής, με την καταστροφή της Ρώμης από τους Γότθους (476 μ.Χ.), αφήνει έναν κόσμο ιδιαίτερα ανήσυχο με τη δυσιдайμονία να εξαπλώνεται παντού και τις διάφορες μαγικές θεραπείες να κυριαρχούν εφεξής για όλη την περίοδο του Μεσαίωνα.

Μεσαίωνας ή Μέσοι Χρόνοι (476 μ.Χ.-τέλος 15ου αι. μ.Χ.)

Ο Μεσαίωνας δεν θα πρέπει να θεωρείται πλέον σαν μια αδιατάρακτη περίοδος θρησκοληψίας και αμάθειας, αλλά σαν ένα δραστήριο σύνολο ειρηνικών και εμπόλεμων περιόδων, όπου και οι δύο ωφέλησαν την επιστήμη και έθεσαν τις βάσεις της ευρωπαϊκής ενότητας και φιλοσοφίας. Ειδικότερα η ιατρική και φαρμακολογία, ουδέτεροι κατ'εξοχήν επιστημονικοί κλάδοι, δεν επηρεάζονται σοβαρά από αυστηρά δογματικές πολιτικές και εμφανίζουν στους μέσους χρόνους μια εντυπωσιακή διεθνή μορφή και ανάπτυξη. Η παράδοση που θέλει την ιατρική σχολή του Σαλέρνο, πόλης της νότιας Ιταλίας (που αποκαλείται και Ιπποκρατική πόλη-Civitas Hippocratica) να την έχουν ιδρύσει ένας Έλληνας,

ένας Λατίνος, ένας Άραβας και ένας Εβραίος, απηχεί το πνεύμα της πολυεθνικής επιστημονικής συνεργασίας της εποχής εκείνης. Τα επιστημονικά ρεύματα που χαρακτηρίζουν όλη την περίοδο του Μεσαίωνα είναι τρία: α) Το Βυζαντινό, β) Το Αραβικό (Ισλαμικό) και γ) το Δυτικό.

A) Βυζάντιο

Στο Βυζάντιο τους πρώτους αιώνες της Αυτοκρατορίας, μέχρι τον 6ο αι. μ.Χ. περίπου, η ιατρική και ο ιατρικός κόσμος βρίσκονται σε περίοπτη θέση, συνεχίζοντας την παράδοση της αλεξανδρινής και γενικότερα της ελληνορωμαϊκής ιατρικής. Από τον 7ο αιώνα και μετά αρχίζει μια φθίνουσα πορεία του κύρους και της αίγλης των γιατρών, οφειλόμενη αφενός στην αρχόμενη άνοδο της αραβικής ιατρικής και αφετέρου στην αυξανόμενη τάση των ασθενών να εμπιστεύονται περισσότερο την υπερβατική ιατρική. Αργότερα, κατά τον 11ο αι. μ.Χ. το κύρος του ιατρικού σώματος ανακάμπτει εκ νέου. Οι γιατροί αναλαμβάνουν υψηλά αξιώματα και ο κόσμος μιλάει με εκτίμηση γι'αυτούς. Οι λόγοι αυτής της αναβάθμισης θα πρέπει να αποδοθούν: α) στη διαπίστωση ότι οι θεουργικές θεραπείες δεν αρκούσαν για την ίαση των ασθενών, β) στην αυξημένη αναζήτηση από τους γιατρούς μορφωτικών πηγών, πέραν της στενής βυζαντινής παράδοσης, με μεταφράσεις π.χ. έργων Αράβων στα ελληνικά και γ) στη γενικότερη στάση της εκκλησίας, η οποία πρωτοστάτησε στην ανέγερση και λειτουργία γνήσιων νοσηλευτικών ιδρυμάτων. Η έντονη επιρροή των γιατρών στα κοινωνικά δρώμενα της εποχής φαίνεται έμμεσα από τον αφορισμό του Ιωάννη Βρυένιου, πως τα κακά της Αυτοκρατορίας οφείλονται στην πρόσληψη Εβραίων γιατρών. Ονόματα άξια μνείας στη Βυζαντινή περίοδο είναι ο Ορειβάσιος (4ος αι.μ.Χ.), ο Αέτιος ο Αμιδηνός (τέλος 5ου-αρχές 6ου αι. μ.Χ.), ο Παύλος ο Αιγινίτης (7ος αι. μ.Χ.), ο Συμεών Σηθ (11ος αι. μ.Χ.) μάγιστρος στην Αντιόχεια της Συρίας (το έργο του Περί Τροφών Δυνάμεως αποτελεί ανεξάντλητη πηγή πληροφοριών για τον ιατροφαρμακευτικό κόσμο των μέσων και μεταβυζαντινών χρόνων), ο Νικόλαος Μυρεψός (13ος αι. μ.Χ.) από τη Νίκαια (το Μέγα Δυναμερόν είναι ένα ολοκληρωμένο συνταγολόγιο και αποτελεί σημείο αναφοράς σε Ανατολή και Δύση μέχρι τον 18ο αι. μ.Χ.) κ.ά. Θα πρέπει ακόμη να τονιστεί ότι στο Βυζάντιο, την εποχή του Μεσαίωνα, γνωρίζει εξαιρετική άνθηση η παρασκευή αρωμάτων, με άρωμα αναφοράς το μύρο (μίγμα αρωματικών ρητινών και ελαίων, που σύμφωνα με την παράδοση η συνταγή πρωτοδόθηκε από το Θεό στο Μωυσή), δραστηριότητα ανάλογη με αυτήν της Αλχημείας στη Δύση. Χαρακτηριστικό της αγάπης των βυζαντινών για τα αρώματα είναι το απόσπασμα από τη Χρονογραφία του Μιχαήλ Ψελλού (1018-1078 μ.Χ.), όπου περιγράφει το χαρακτήρα της Αυτοκράτειρας Ζωής. Η αυτοκράτειρα διέθετε όλο της το χρυσάφι για την αγορά αυθεντικών ινδικών αρωμάτων, όλων ανεξαιρέτως, καθώς και φλοιών ελαιοδέντρων και δαφνοδέντρων με φυσικό άρωμα, αποφεύγοντας συστηματικά κάθε γυναικεία ενασχόληση και αδιαφορώντας παντελώς για τους καλλωπισμούς που ταίριαζαν στην αυτοκρατορική της θέση. <Ένα μόνο την ενδιέφερε, σε ένα μόνο πράγμα σπαταλούσε όλη την ενεργητικότητα. Να μεταλλάξει τη φύση των μυροβόλων ουσιών σε αρώματα, να δημιουργήσει καινούργιες ευωδιές με ιδιαίτερη οσμή (μυρεψείν), να επινοήσει άλλες ή να βελτιώσει τις υπάρχουσες. Έτσι ο ιδιωτικός της θάλαμος δεν ήταν κατώτερος σε διακόσμηση από τα εργαστήρια της αγοράς, όπου οι χειρώνακτες και σιδηρουργοί δουλεύουν με τη φωτιά. Γιατί παντού μέσα στο δωμάτιό της έκαιγαν αμέτρητα χάλκινα μαγκάλια και από τις υπηρέτριες, άλλη μετρούσε τις ποσότητες των αρωμάτων, άλλη τα αναμίγνυε και άλλη έκανε κάτι σχετικό. Η ίδια ωστόσο,

εντελώς αναισθητη στον καύσωνα, παρέμεινε ακλόνητη εκεί μέσα, έχοντας πιστή φρουρά γύρω της, αμέτρητα αναμμένα μαγκάλια>.

Β) Ισλαμικός κόσμος

Η ραγδαία εξάπλωση του Ισλάμ αρχίζει τον 7ο αι. μ.Χ. με κατακτήσεις στη Μέση Ανατολή, την Περσία και τη Β. Αφρική και συνεχίζεται τον 8ο αι. μ.Χ. με την κατάκτηση της Ισπανίας και της Σικελίας. Οι Άραβες έδρασαν σε περιοχές όπου υπήρχε έντονη και μακράιωνη ελληνική, βυζαντινή και εβραϊκή παράδοση (Μεσοποταμία, Περσία), οι δε Χαλίφες της Βαγδάτης τον 8ο αι. μ.Χ. προωθούν την ιατρική με μια πρωτόγνωρη μεταφραστική ορμή των κλασικών έργων του Γαληνού, του Αριστοτέλη κ.ά. και αργότερα (13ος αι. μ.Χ.) του Διοσκουρίδη. Διαπρεπείς Άραβες γιατροί είναι οι Ραζής και Αβικένας τον 9ο αι. μ.Χ., ο El Zahrawi ή Άλμπουκασί τον 10ο αι. μ.Χ., ο Αβερόης, ο Αβενζοάρ και ο Εβραίος Μείμονίδης τον 13ο αι. μ.Χ. Βασικό χαρακτηριστικό της αραβικής ιατρικής είναι η εκτεταμένη χρήση βοτάνων που αφθονούσαν στην περιοχή του Ισλάμ. Αυτό ήταν σύμφωνο και με τα κηρύγματα του Μωάμεθ, ο οποίος στο Κοράνιο λέγει ότι <ο Θεός δεν θα έστελνε τις αρρώστιες αν δεν έστελνε και τις θεραπείες>.

Γ) Δυτική Ευρώπη

Βασικό χαρακτηριστικό της καθολικής Δύσης στο Μεσαίωνα ήταν η ίδρυση από τους πρώτους ακόμη χριστιανικούς χρόνους νοσοκομείων μέσα στα μοναστήρια που αποτελούν μοναδικό καταφύγιο φτωχών και πασχόντων. Στα μοναστήρια αυτά υπάρχει μεγάλος κήπος με φαρμακευτικά φυτά (Herbarium), καθώς και φαρμακοποιός και γιατρός. Τα νοσοκομεία πολλαπλασιάζονται την περίοδο των σταυροφοριών, λόγω των αυξημένων αναγκών, με τη σύσταση θρησκευτικών ταγμάτων με νοσηλευτική αποστολή (τάγμα Ιπποτών Αγ. Ιωάννου, τάγμα Τευτονικό, τάγμα Αγ. Λαζάρου). Στο τέλος του Μεσαίωνα, στη Δύση ακμάζει η αλχημεία, με ορισμένους αλχημιστές να θεωρούνται από τα μεγαλύτερα πνεύματα της ιατρικής και φαρμακολογίας (Albertus Magnus, Raimondo Lull, Arnold de Villanova, Paracelsus). Στη συνολική του θεώρηση ο Μεσαίωνας, παρά τις συντελεσθείσες προόδους στο χώρο της ιατρικής και φαρμακολογίας, είναι για τις πλατιές λαϊκές μάζες μιας περιόδου σκοταδισμού, απόλυτης φτώχειας και άκρας δυστυχίας. Οι κακές συνθήκες διατροφής, στέγασης, ύδρευσης, αποχέτευσης, η έλλειψη υγιεινολογικής διαφώτισης και οι διαρκείς πολεμικές συρράξεις γίνονται αιτίες για επέλευση συχνών, σοβαρών επιδημιών. Η πλέον σοβαρή ήταν η επιδημία πανώλους τον 14ο αιώνα που αποδεκάτισε το ένα τέταρτο του πληθυσμού της Ευρώπης και απορρύθμισε πλήρως τον κοινωνικό και πολιτιστικό ιστό της γηραιάς ηπείρου.

Νεότεροι χρόνοι (16ος-20ος αι. μ.Χ.)

Οι νεότεροι χρόνοι χαρακτηρίζονται από μια ραγδαία ανάπτυξη των επιστημών και της τεχνολογίας.

Τον 16ο αιώνα παρά την συντελεσθείσα πρόοδο και την αύξηση της θετικής γνώσης, η υπερβατική ιατρική εξακολουθεί να διατηρεί τα κεκτημένα της, αφού ο άνθρωπος, παρά την εξέλιξη της επιστήμης, σε θέματα υγείας εναποθέτει πάντα τις ελπίδες του στο Θεό. Είναι ακόμη πεπεισμένος ότι πολλές αρρώστιες οφείλονται στην αθέτηση θεολογικών επιταγών και κανόνων, κάτι ανάλογο με τα σημερινά εκφυλιστικά νοσήματα που οφείλονται σε οικολογικές

και διαιτητικές παρεκτροπές. Έτσι ποικίλα φυλαχτά-αγιάσματα και τεκμήρια του άλλου κόσμου διατηρήθηκαν κατά κόρον τον 16ο αιώνα και συνεχίζουν και μέχρι σήμερα. Ιδιαίτερα δημοφιλής στην ύστερη Αναγέννηση ήταν ο <λίθος Benzoe>. Υποτίθεται πως ήταν αυγό δράκου που υπόσχονταν θεραπεία για κάθε νόσο. Στην πραγματικότητα ήταν νεοσχηματιζόμενος λίθος (κοπρόλιθος) στο πεπτικό σύστημα του θηλαστικού *Capra aegagrus*. Παράλληλα όμως με τη θεοκρατική ιατρική προωθείται και η Ιπποκρατική ιατρική, ενώ οι απόψεις του Αριστοτέλη αμφισβητούνται και πολλές του Πλίνιου αναθεωρούνται. Η αλχημεία βρίσκεται στο απόγειο, με μεγάλο κριτικό πνεύμα τον Παράκελσο (1493-1541 μ.Χ.), πατέρα της φαρμακολογίας. Η αιτιολογία των επιδημιών τον 16ο αιώνα αλλάζει. Επικρατούν επιδημίες αφροδισίων (σύφιλη, γονόρροια) και διαφόρων δυσεντεριών.

Ο 17ος αιώνας που είναι αιώνας της επιστημονικής επανάστασης κυριαρχείται από τρία επιστημονικά ρεύματα: τον Αριστοτελισμό, το Γαληνισμό και τον Παρακελσισμό. Τον αιώνα αυτό ανθίζει η αναλυτική χημεία, ανακαλύπτεται το μικροσκόπιο, γίνεται αθρόα εισαγωγή φαρμακευτικών φυτικών ουσιών από το νέο κόσμο, όπως η κιγχόνη (κινίνη) για τη θεραπεία της ελονοσίας κ.ά. Η ιατρική και φαρμακολογία προωθούνται σημαντικά τον 17ο αιώνα, αλλά αυτή η έκρηξη των επιστημών γενικά δεν εμποδίζει την επιβίωση ημιμαγικών θεραπειών, όπως είναι η θεραπεία με πούδρα αιγυπτιακής μούμιας.

Ο 18ος αιώνας, που δίκαια αποκαλείται αιώνας της γνώσης, χαρακτηρίζεται από την εμφάνιση δύο πολιτιστικών ρευμάτων, της αριστοκρατικής τάξεως και των διανοουμένων. Τα δύο αυτά ρεύματα οδηγήθηκαν σε ρήξη που γέννησε τη γαλλική επανάσταση. Η ιατρική και φαρμακολογία συνεχίζουν την πρόοδο του περασμένου αιώνα. Παράλληλα όμως με την επιστημονική φαρμακολογία συνεχίζεται η άσκηση εναλλακτικών θεραπειών, που κινούνται στη σφαίρα της απάτης. Η παρασκευή θηριακής π.χ. γίνεται ακόμη τελετουργικά με τη συμμετοχή της κοινότητας και την ετοιμασία μεγάλων ποσοτήτων για τις ανάγκες ολόκληρων πόλεων. Όπως ειπώθηκε και προηγουμένως, η πρώτη συνταγή θηριακής ανάγεται στη Ρωμαϊκή Αυτοκρατορία και αποδίδεται στον έλληνα γιατρό Ανδρόμαχο. Η ευρεία διάδοση του οπιούχου φαρμάκου, με εβδομήντα περίπου βότανα και άλλα συστατικά, οφείλεται στη μεταγενέστερη πραγματεία του Γαληνού <Περί Θηριακής Εκλείψματος>, η δε μεγάλη του δημοτικότητα παρέμεινε αμείωτη ανά τους αιώνες, με μια αξιοσημείωτη ευρύτητα και αοριστία ενδείξεων. Τα θηριακά φάρμακα ήταν αντίδοτα που προορίζονταν για την αντιμετώπιση ιοβόλων φιδιών και άλλων δηλητηριωδών ζώων, κατ'αναλογία προς τα αλεξιφάρμακα που δίνονταν για τις δηλητηριώδεις ουσίες. Κατά τον Καρυοφύλλη (1895) η θηριακή <ως φάρμακον ενέχει εν εαυτώ τας μάλλον συγκρουσόμενας ιδιότητες, διότι περιέχει ουσίας διεγερτικές, τονωτικές, στυπτικές, αντισπασμωδικές, προ πάντων δε το όπιον.....Δίδεται εις τας γαστραλγίας, τας εντεραλγίας και εις αρρώστους ατονικούς>. Υπάρχουν μαρτυρίες ότι η θηριακή υπήρξε μέχρι και τις αρχές του περασμένου αιώνα ένα είδος πανάκειας που χορηγούνταν εμπειρικά ακόμη και για το κοινό κρυολόγημα. Άλλωστε από τη θηριακή έλκει την καταγωγή της και η λέξη θηριακλής που υποδηλώνει εξάρτηση από το όπιο και κατά συνεκδοχή κάθε είδους ισχυρή εξάρτηση.

Οι 19ος και 20ος αιώνας χαρακτηρίζονται από την εδραίωση του καπιταλισμού, τη μεγάλη τεχνολογική εξέλιξη, την πρόοδο της αναλυτικής και συνθετικής χημείας, της μοριακής βιολογίας (αποκρυπτογράφηση ανθρώπινου γονιδιώματος, διαγνωστική και θεραπευτική

προσέγγιση νοσημάτων σε γονιδιακό επίπεδο) και την αθρόα παραγωγή πάσης φύσεως φαρμάκων σε βιομηχανική κλίμακα και ουδείς οίδεν τι τεύξεται ο 21ος αιώνας, τα πρώτα βήματα του οποίου διανύουμε.

Βότανα και λαϊκή ιατρική στη σκλαβωμένη Ελλάδα και μετά

Μετά την άλωση της Πόλης, οι Έλληνες για τετρακόσια χρόνια στενάζουν αλυσωμένοι κάτω από τον Τούρκο δυνάστη, μέσα στο σκοτάδι, την καταφρόνια, τη δυστυχία, ολάρφανοι και λησμονημένοι από όλους. Κατά τον εθνικό μας ποιητή Βαλαωρίτη, που <ένοιωθε για την πατρίδα στα σπλάχνα χαλασμό>:

<δεν είχε η ζωή γ'αυτούς γλυκάδες και λουλούδια,/ δεν είχε η άνοιξη χαρές και τα πουλιά τραγούδια,/ φεύγαν οι χρόνοι σκοτεινοί...>.

Το ελληνικό γένος πορεύεται αποκομμένο εντελώς από τις πολιτιστικές και επιστημονικές επιρροές που πρόσφερε η Αναγέννηση στις χώρες της Δύσης. Τα κείμενα των αρχαίων ελλήνων γιατρών Ιπποκράτη, Γαληνού, Διοσκουρίδη, αλλά και των μεταγενέστερων βυζαντινών Ορειβάσιου, Αμιδηνού, Αιγινίτη, Σηθ, Μυρεψού, καθώς και γιατρών του αραβικού (Ραζή, Αβικένα) και δυτικού κόσμου (Παράκελσου κ.ά) αποξεχάστηκαν τελείως για το ευρύ κοινό που δεν είχε καμία ευκαιρία και δυνατότητα πρόσβασης σ'αυτά. Μόνο προς το τέλος της δουλείας, ανάμεσα στα βιβλία που εκδόθηκαν σε μια προσπάθεια ανάνηψης από τη μακρόχρονη χειμερινή πνευματική νάρκη, υπήρξαν και λιγοστά ιατρικά βιβλία. Τα πιο ενδιαφέροντα είναι η <Ονοματολογία Βοτανική> (1787) του κ. Ζαβίρα, η οποία περιγράφει 771 είδη βοτάνων, η <Εικονολογία Παιδική> των αδελφών Μαν. και Κυρ. Καπετανάκη (1811-1812), στην οποία περιλαμβάνονται και εικόνες 34 φαρμακευτικών φυτών (ακόνιτο, στραμόνιο, οφίοστρυχνο, ευφόρβιο, μήκων η ήμερος, κιχόνη κ.ά.) και κάποια ιατρικά δημοσιεύματα του περιοδικού <Ερμής ο Λόγιος> (Ιστορία της Βοτανικής το 1813, το αντικαρκινικό βότανο Γάλιον Απαρίνη-Γαλατσίδα το 1814 και το Ελαιόλαδο, ως προφυλακτικό του Θανατικού το 1820). Θα σταθώ λίγο ιδιαίτερα σε μια πολυσύνθετη προσωπικότητα, το γιατρό και <ιατροδιδάσκαλο>, διδάκτορα του πανεπιστημίου της Παβίας, τον αρχιμανδρίτη Διον. Πύρρο το Θετταλό (Καστανέα Τρίκκης, 1773-1853), Πολυγροφότατος, εξέδωσε εκτός των άλλων το 1818 τη Φαρμακοποιία Γενική, στην οποία περιγράφει με αναλυτικό τρόπο την Παρασκευή όχι μόνο των χημικών αλλά και των φυτικών παρασκευασμάτων. <Βάλε άνθη ξηρά της αφινθέας δράμια 50 εις 200 δράμια πνεύμα του οίνου δια να μουσκεύσωσιν εις δύο. Έπειτο πίεσον το πνεύμα τούτο καλώς και χύσον αυτό επάνω εις 16 δράμια χόρτου της αφινθέας...> Το σκεύασμα προορίζονταν για ταρακτικές θέρμας (πυρετός, ρίγος) και εις αδυναμίες στομάχου. Το 1831 εξέδωσε το δίτομο Εγκόλπιον των Ιατρών, ήτοι πρακτική ιατρική, όπου στο 2ο τόμο περιγράφει 150 φαρμακευτικά φυτά (ονοματολογία ελληνική, ιταλική και τουρκική, ταξινόμηση κατά Λιναίο, μορφολογία, φαρμακολογικές δράσεις κ.ά.). Το 1838 εξέδωσε στην Αθήνα δίτομη Βοτανική Πρακτική, αναλόγου με τα προηγούμενα περιεχομένου. Ο Πύρρος, διαθέτοντας βαθιές βοτανικές γνώσεις, μόχθησε να τις διασώσει και διαδώσει στο ευρύ κοινό, όπως επέτασσε η διπλή του ιδιότητα, του ιερέα και του γιατρού.

Οι λίγοι επιστήμονες γιατροί που υπήρχαν στα χρόνια της τουρκοκρατίας ήταν συγκεντρωμένοι σε ισχυρά διοικητικά και οικονομικά κέντρα με σχέση εξαρτημένης εργασίας,

κοντά σε πρόσωπα που ασκούσαν πολιτική και οικονομική εξουσία. Μερικοί από τους γιατρούς αυτούς στο λίγο χρόνο που διέθεταν, ασκούσαν τη φιλάνθρωπη και αφιλοκερδή ιατρική τους και για τον απλό λαό. Έτσι κάτω από αυτές τις συνθήκες, ο πολύς και απλός κόσμος έπρεπε ο ίδιος να διαθέτει αδρές γνώσεις βοτανολογίας ή εμπιστεύονταν την τύχη του σε πρακτικούς θεραπευτές. Γιατί, πως αλλιώς να βρει γιατρεία και πώς να επιβιώσει με βαρυχειμωνιές και αγριοκαίρια στις αντίξοες συνθήκες της ποιμενικής και αγροτικής ζωής, στην ασφυκτική και επικίνδυνη μοναξιά της καλύβας του ή του απόμακρου συνοικισμού του; <Οι άνθρωποι μοναχοί τ'ς πήγαιναν και μάζευαν βότανα, τα βράζαν και πίναν του ζουμί τ'ς για να γιάν'νε>. Οι εμπειρικοί θεραπευτές στην άσκηση της λαϊκής ιατρικής χρησιμοποιούσαν τα λεγόμενα γιατροσόφια. Τα γιατροσόφια ήταν ιατρικές συνταγές με δομή και περιεχόμενο αρχαίας ιατρικής επιστημονικής γνώσης, αλλά παραποιημένες και συμπληρωμένες με ξόρκια, μαγείες, προσευχές, νέες βοτανικές γνώσεις και αστρολογικές εικασίες. Τα γιατροσόφια αυτά αποτέλεσαν τους Κώδικες Ιατρικής του Γένους, σόλο το μακρύ διάστημα της δουλειάς και μ'αυτά μεγάλωσαν και γιατροπορεύτηκαν οι γενιές των σκλάβων. Ένας προσεχτικός και βαθύς μελετητής αναγνωρίζει στα κείμενά τους ρίζες της Ιπποκρατικής ιατρικής, συνταγές του Γαληνού, γνώσεις του Διοσκουρίδη, του Αέτιου του Αμιδηνού, του Ορειβάσιου, του Αιγινίτη κ.ά. Ίσως το πιο καθαρό κομμάτι των θεραπευτικών αυτών κωδίκων ήταν εκείνο που αναφέρονταν στα βότανα. Οι εμπειρικοί θεραπευτές λειτουργούσαν σαν ευσυνείδητοι επαγγελματίες, με έντονη την αίσθηση του κοινωνικού χρέους και με θεμελιώδη αρχή της χρηστής ιατρικής τους φροντίδας, στο μέτρο βέβαια του δυνατού, την Ιπποκρατική ρήση ωφέλειν ή μη βλάπτειν. Γι'αυτό και φρόντιζαν με την επιμονή τους και τη μεγάλη σχολαστικότητά τους να αποκτήσουν βαθιές και ουσιαστικές γνώσεις βοτανολογίας (αναγνώριση φαρμακευτικών φυτών, εξειδικευμένη χρήση τους, δραστηριότητα φυτικών μερών, χρόνος και τρόπος συλλογής των βοτάνων, μέθοδος ξήρανσης, επεξεργασίας κ.λπ. Έτσι περιοχές με πλούσια φαρμακευτική χλωρίδα, όπως η Θεσσαλία (πήλιο), η Ήπειρος (χαράδρα του Βίκου), η Φθιώτιδα, η Πελοπόννησος, η Κρήτη, η Χαλκιδική (Αθως), τα νησιά (Χίος) κ.ά. ανέδειξαν πολλούς και σπουδαίους εμπειρικούς θεραπευτές και γιάτρισσες, εξειδικευμένους στα βότανα.

Μικρό απάνθισμα σχετικών γνώσεων αποτελούν οι παρακάτω συνταγές: Για τη ζάλη (στην Ήπειρο). <Πήγανον, άνηθον, μάλανθρον βράσον, δος πιείν και ιάται. Μάσα και αγριοσταφίδα και ιαθήσεται>. Για τη γιατρεία του στομαχιού (στη Χίο). <Άμα μπονείς το στομάχι σου, βράσε καλάνθρωπα για χαμομήλι γκαι πιε το>. Για την ημιπληγία (στη Φθιώτιδα). <Χαμόμηλο, μπαλεργιάνα, αψηντιά, φασκόμηλο, τσάι, τίλιο>.

Ξακουστοί παραμένουν οι αυτοδίδακτοι γιατροί από τα Ζαγόρια της Ηπείρου, οι <βικογιατροί>, οι οποίοι μάζευαν τα βότανα από την πλούσια χαράδρα του Βίκου. Ο καθηγητής της Βοτανικής Γκανιάτσας αναγνώρισε αργότερα εκεί 219 φυτικά είδη, πολλά από τα οποία (54) έχουν φαρμακευτική αξία. Ακροζυγισμένοι, ώρες και μέρες πολλές, οι βικογιατροί στους μυτερούς, γκρίζους σαν φρέσκο ατσάλι, βράχους του φαραγγιού, ίδιοι σταυραητοί, βοτανολογούσαν με υπομονή μεγάλη το ξακουστό βουνό και μοχλούσαν να μαντεύσουν τα μυστικά της χλωρίδας του. Περισπούδαστοι φυσιολίφες, ολόιδιοι απόγονοι του μεγάλου βοτανικού Λιναίου, με σπάνια φυσικά ταξινομικά χαρίσματα, οξυδερκή ματιά και κριτική σκέψη, ξεδιάλεξαν τα πολύτιμα και θαυματουργά βότανα και ξεχύνονταν ύστερα με την πολύτιμηπραμάτεια τους, σε πολιτείες και χωριά να γιατρέψουν τις πληγές και τα

μύρια βάσανα του κόσμου. Περιόδευαν σε όλο τον ελλαδικό και τουρκοκρατούμενο βαλκανικό χώρο, αλλά και στην ίδια την Τουρκία, φτάνοντας μέχρι τις αυλές των Σουλτάνων. Πολλές δε ιστορίες θρυλούνται για τις ιατρικές τους επιδόσεις, κινούμενες ανάμεσα στο μύθο και την αλήθεια. Πολλοί από αυτούς ταξίδευαν πεζοί, κρατώντας για στήριγμα ένα ματσούκι (μπαστούνι), γι' αυτό και η ονομασία ματσουκάδες. Το μπαστούνι αυτό πιο δυνατό και από την εφτατόμαρη ασπίδα του Αϊάντα, προφύλαγε το σώμα του αφέντη άτρωτο από κάθε τροχισμένο σκυλόδοντο και κάθε πεινασμένου λύκου αγριοχύμισμα. Μ' αυτό ο αφέντης δρασκελίσε ποτάμια και κάμπους και βουνά. Μαζί του κόνεψε σε χώρες και χωριά και καλυβάκια. Παρέα δέχτηκαν την πλούσια ελεημοσύνη του άρχοντα και το μονόλεφτο της χήρας. Έφαγαν τ' αποφάγια του αφέντη και του δούλου. Ήπιαν το απόπιμα του γερού και του αρρώστου. Κοιμήθηκαν στο στάβλο και τον αχερώνα, εμπρός στο κατώφλι της πόρτας και το νάρθηκα της εκκλησιάς, στου βουνού το διάσελο και στο γούπατο κατακαμπίς. Πάνω στη ράχη του ο αφέντης χάραζε με γραμμές ό,τι αξιοθύμητο συναντούσε στα ατέλειωτα οδοιπορικά του. Στα μπαστούνι ήταν αποτυπωμένη όλη η ιστορία των ταξιδιών και της ζωής του, της γεμάτης περιπέτειες, τρόπαια και δόξα. Άλλοι πάλι μετακινούνταν έφιπποι, έχοντας μαζί τους και συνοδούς που τους ντελάλιζαν και τους προσφωνούσαν <εξοχώτατους>. Ακόμα αντιλαλεί στα αυτιά μας ο απόηχος τέτοιων αναμνήσεων των παιδικών μας χρόνων.

Όμως ανάμεσα στους καλοπροαίρετους και έντιμους θεραπευτές υπήρξαν και πολλοί αγύρτες και μάγισσες. Η έξοχη ελληνική γραμματεία βρίθει από τέτοιου είδους αναφορές.

Γνωστή είναι η <γόησσα> στη Λυγερή του Καρκαβίτσα, η κυρά Παγώνα για τους εξορκισμούς και τα μάγια της. <Φεύγα ρουσούμπελη. Σε κυνηγά η φωτιά, το στουρνάρι και ο πρυόβολος-σύρε σ' άγρια όρη σ' άγρια βουνα>. Η κυρά Παγώνα θεωρούνταν στη περιοχή της (στα Λεχαινά της Ηλείας), <η ανωτέρα όλων δια την επιτυχίαν των γοήτρων και την ποικιλίαν των γνώσεών της... Καμία αρρώστεια δεν ήτο μυστική εις αυτήν, κανέν αερικόν πάθημα δεν διέφευγε την δικαιοδοσίαν της. Εκτός της ρουσούμπελης, εγήτευε τον σπλήνα, τις παραμαγούλες, τον στυλίτην, τον πονοκέφαλον, τον στρόφον, το λίθωμα των βυζών. Εξόρκιζε το μάτιασμα... το ανεμοπύρωμα... τον πονόματον... την λιμόκαψαν, επίβουλη αρρώστειαν, η οποία ρέβει τον άνθρωπο ολίγον κα' ολίγον, όπως το σκουλήκι που φωλιάζει εις τον κορμόν του δένδρου... Και δεν διέφερε μόνον εις τούτο από τους άλλους συντοπίτας της η κυρά Παγώνα, αλλά και εις τα μέσα τα οποία μετεχειρίζετο δια την επιτυχίαν του σκοπού της... Εκτός των εξορκισμών της, η ογδοηκοντούτις γραία εις πολλές παθήσεις εδέχετο συνεπικούρους και αλοιφάς και φάρμακα διάφορα. Το μικρόν κατακαπνισμένο σπιτάκι της, δεν ήτο μόνον θεραπευτήριον, αλλά και βοτανών αποθήκη. Εντός τριών χαμηλών ερμαρίων περιέκλειε δέσμας απεξηραμένων φυτών, τα οποία αυτή ανεκάλυψεν, ρίζας βαρυόσμους, των οποίων την θεραπευτικήν δύναμιν αυτή μόνη εγνώριζεν, εργαλεία χειρουργικά κατεσκευριασμένα εξ αιμάτων και πύου, έμπλαστρα διαφόρου μεγέθους, τουλίπας βάμβακος και ξαντού. Μικρά υέλινα δοχεία εφύλασσον το βάλσαμον, τα μεταξώδη εκείνα λευκά πούπουλα, τα αποσπώμενα από τους στήθους των αγριοχώνων και ικανά να κρατήσουν το ορμητικότερον ρεύμα του αίματος και να επουλώσουν πάσαν πληγήν Χύτραι μικραί μετά μεγάλων έφερον διάφορα εκχυλίσματα και βάμματα και αλοιφάς ικανάς να κατατρώγουν τας σαπισμένας σάρκας, να ρευστοποιούν τα κόκκαλα, να αποσυνθέτουν τας τρίχας, να διαχωρίζουν τους υμένας, να ισοπεδώνουν και τας πλέον παλαιωμένας υπερσαρκώσεις>.

Επίσης, σ'άλλο διήγημά του, στο Ζητιάνο, ο ομώνυμος ήρωάς του, ο Τζιριτόκωστας, σπουδαγμένος από μικρός στην πατρίδα του τη Ρούμελη, που χωρούσε στα στενά της σύνορα όλη την ιστορία της ελληνικής ζητιανιάς, με όλα της ζητιανιάς τα καμώματα, είχε μάθει στο μακρύ ζητιανικό του βίο <να μαντεύει όλα της ψυχής τα πάθη και της καρδιάς τα απόκρυφα. Από μακρινή παρατήρηση εγνώριζε πως ο κόσμος αυτός, που άνωθεν εστάλθηκαν οι ζητιάνοι να τον εκμεταλλεύονται με την πονηριά τους, είχε ένα σωρό αδυναμίες και μυριοπρόσωπες ανάγκες>. Γι'αυτό κουβαλούσε μαζί του ολοζωής το θαυματουργό εκείνο σακούλι με την ακριβή, ως άγια λείψανα,πραμάτεια, <τα ευεργετικά, τα παρήγορα βότανα της γης, που γιατρεύουν κάθε σωματική πληγή, που καταπαύουν κάθε ψυχικό πόνο, που αλαφρώνουν κάθε της καρδιάς μαρασμό και τη γυρίζουν πάλι στην πρώτη νεότητα και στην αρχική της ακμή>. <Είχε εκεί μέσα το γαργαλιστικό φιδόχορτο, το σερνικοβότανο, το σιδερόχορτο και άλλα μύρια βότανα της γης>. <Τα διαλαλούσε το ένα με τ'άλλο, έλεγε τη χρήση τους και την παντοδυναμία τους με τέχνη και υψηλή πλαστικότητα λόγου>. <Ηταν αυτός ένας παντοδύναμος μάγος που συγκέντρωνε στα στιβαρά του χέρια όλες τις δυνάμεις της γης και τα στοιχεία του αιθέρος και ήταν ικανός να αλλάξει όχι μόνο την τύχη αλλά και αυτή την ίδια τη φύση των όντων>. Γι'αυτό και όταν παρουσιάστηκε μπροστά του η Κρουστάλλω, θεόσταλο θύμα της μαγγανευτικής του πονηρίας, η οποία είχε αποκάμει να γεννοβολά μέχρι τότε θηλυκά παιδιά και πάλι εγκυμονούσε, ζήτησε με λαχτάρα και αγωνία μεγάλη από το ζητιάνο να μαντέψει το φύλο και αν αυτό ήταν θηλυκό να της δώσει το γιατρικό που θα μπορούσε να μεταλλάξει το είδος του καρπού της. Και ο ζητιάνος που δεν είχε μέχρι τότε εφεύρει κανένα τέτοιο γιατρικό, αλλά και δεν ημπορούσε να ομολογήσει την αδυναμία του, ξεδίπλωσε από το σακουλάκι του και της πρόσφερε λίγη ψιλή και σταχτερή σκόνη. <Ηξευρε αυτός πολύ καλά την επικίνδυνη ενέργεια της σκόνης που έδινε για να μεταλλάξει το φύλο του εμβρύου στη μήτρα της χωριάτισσας>. Δεν ήταν τίποτε άλλο, παρά σκόνη εκτριωτική (επρόκειτο για το σκληρώτιο του μύκητα που παρασιτεί στους στάχεις της βρίζας, την ερυσιβώδη όλυρα). <Την είχε πουλήσει συχνά τη σκόνη αυτή, στα ατέλειωτα ζητιανικά του ταξίδια, αντί μεγάλης αμοιβής σε κορίτσια κρυφογκάστρωτα. Πολλών άνομες σπορές ετίναξεν ασώματες από τις μήτρες με τη σκόνη αυτή. Αλλά και πολλά σώματα έστειλε πάρωρα στον τάφο. Το ήξευρεν αλλά και τι να κάμει. Δεν ημπορούσε να αρνηθεί την υπηρεσία του, αφού την εζητούσαν και μάλιστα με τόση πληρωμή>. Τελικά οι σκόνες του Τζιριτόκωστα παρμένες ασυλλόγιστα οδήγησαν τη χωριάτισσα σε φριχτό τέλος. Σε μια στιγμή μανίας και άκρας απελπισίας κάτω από τη φοβερή επίδραση της ερυσιβώδους όλυρας, έκαμε βρόχο ένα σχοινί, το πέρασε στο λαιμό και παραδόθηκε τυφλή στο θάνατο. Τα διηγήματα αυτά αποτελούν δυο καταπληκτικές, γλαφυρές και ολοζώντανες ηθογραφίες του μεγάλου πεζογράφου και γιατρού Καρκαβίτσα για τον κόσμο της γενέτειράς του και για τους άξεστους καραγκούνηδες της Θεσσαλικής γης.

Στο <Θάνατο του Παλληκαριού> του Παλαμά, του μεγάλου αυτού πνευματικού εργάτη του έμμετρου αλλά και πεζού λόγου, ξετυλίγεται το δράμα μιας πραγματικής ιστορίας που άκουσε ο συγγραφέας από το στόμα μιας αγράμματης γυναίκας, της Χαραυγής. Στην ιστορία αυτή διασώζονται επίσης πλήθος ιατρολαογραφικών πληροφοριών και αποτυπώνεται ανάγλυφα ο τρόπος άσκησης της λαϊκής ιατρικής από γιατρολόγους, τσαρλατάνους και μάγισσες. Πάνω από την κλίνη του ρουμελιώτη ήρωα με το άσχημα σπασμένο γόνατο, του Μήτρου, του αληθινού παλληκαριού, του μονάκριβου γιου της χήρας Δήμαινας, παρήλασαν για να το γιάννουν κάθε λογής θεραπευτές. Σπουδαγμένοι γιατροί, κομπογιαννίτες, μάγισσες

και αγύρτες. Ένας ήταν ο στοχασμός του παλληκαριού που ετοιμάζονταν να στεφανωθεί απόλαμπρα και τη Μεγάλη Παρασκευή τον ήρε το μεγάλο κακό. Δεν ήθελε να μείνει <σημαδεμένος>. <Για παλληκάρια σαν το παιδί της Δήμαινας είναι ατιμιά η ασχημιά>. Ο σπουδαγμένος θαλασσοχωρίτης γιατρός που τον είδε πρώτος <καλάμισε> σφιχτά το πόδι του και σύστησε υπομονή για λίγο καιρό. Σαν πέρασαν υπομονετικά τρεις μήνες από τη νύχτα της Μεγάλης Παρασκευής και κατεβαίνοντας από το κρεβάτι δοκίμασε να περπατήσει και είδε πως το πόδι στράβωσε και το σπασμένο γόνατο δε λύγιζε, είπε και κάλεσαν το <γιατρολόγο> της Λυγαριάς, ακουσμένο σ'όλη τη Ρούμελη και πέρα στο Μωριά. <Θα στο γιατρέψω, είπε. Θα στο κάμω κατά πως ξέρω γω>. Και πρόσταξε γοργά στη Δήμαινα δυναμωτικό μαντζούνι πριν από τη θεραπεία. <Πέντε δράμια συναμική, δέκα δράμια μαστίχα, οχτώ δράμια ρεβέντι, πέντε δράμια αρσενικό λιβάνι... Πάρε μια οκά μέλι...>. Και αφού πέρασαν οι <αχαμνές> μέρες και βρήκε την καλή μέρα, ξανάσπασε το πονεμένο πόδι διπλώνοντάς το βίαια στον αντικρινό ώμο, κάτω από το λιονταρίσιο μούγκρισμα του βασανισμένου παλληκαριού και στράφηκε πάλι στη Δήμαινα προστάζοντας γοργά: <Μολύβι κοπανιστό, βάλε το στο ξίδι, έπειτα κάψε το καλά με το θειάφι, να γίνη στάχτη. Κιαυτή ανακάτωσέ την με χώμα κόκκινο, κερι, λιβάνι, μαστίχα κ'αγουρόλαδο και βάλε την απάνου στο πόδι την αλοιφή πρωί βράδυ>. Κί'άλλα λόγια δεν ξανάειπε, ούτε πρόσταξε, πήρε την αδρή αμοιβή του κατά τη συμφωνία, άφησε γεια και κανείς δεν τον ξανάειδε. Από τότε ο Μήτρος ο Ρουμελιώτης δεν ξανάδε προκοπή. Στη συνέχεια έφεραν άλλο <γιατρολόγο>, έναν ξακουσμένο Μωραίτη, που έτυχε να διαβεί χειμώνα καιρό από το Θαλασσοχώρι. Στρογγυλοκάθισε κί'αυτός στο σπίτι του <βαρεμένου> <και δος του μαντζούνια στον άνθρωπο, δος του βεντούζες στο πόδι και βιζιγάντια και αλοιφές> και αφού πήρε κί'αυτός τον ακριβό παρά του, ούτε που ξαναφάνηκε. Κί'ο <βαρεμένος> μέρα με τη μέρα πήγαινε χειρότερα. Ύστερα από επτά-οχτώ μήνες τον ξανάδε ο Θαλασσοχωρίτης γιατρός που πρώτος τον είχε κοιτάξει. Κρυφά από τον άρρωστο, είπε στη Δήμαινα ξερά και παστρικά. <Αδύνατον να γιατρευτεί. Οι τσαρλατάνοι που φέρατε τότε σκότωσαν τον άνθρωπο..., δε γλιτώνει αν δεν του κοπεί το πόδι. Κοιτάχτε το γρηγορότερο να τον πάτε στην Αθήνα. Προφτάστε τον>. Τελικά η μάνα η Δήμαινα και οι φίλοι που τον παράστεκαν, πείστηκαν πως το παιδί το είχαν μαγεμένο και πως το κακό του ήταν ανθρώπινο κακό. Και αντί για την Αθήνα, τράβηξε η Δήμαινα για την Πάτρα, παίρνοντας μαζί της και σημάδια του αρρώστου-μαλλιά από το κεφάλι του-συνάντησε τη γρια μάντισσα, ξακουσμένη σ'όλη τη Ρωμιοσύνη και γύρεψε απόκριση. <Αδύνατον να γιατρευτεί. Τόχουν κάμωμα φοβερό>. <Και της έδωσε βοτάνια μαγικά, να τον δίνει το ζουμί τους, όταν τονέ θυμώνει ο πόνος να τον περνά. Κί'έννοιωσεν η Δήμαινα πως για παρηγοριά της τάδινε και όχι για γιατρεία>. Και γύρισε στο Θαλασσοχώρι και στο γιο της έφερε μόνο τα βότανα της μάντισσας, χωρίς να τον φανερώσει και τα λόγια της. Κί'ο γιος που δεν άκουγε από γιατρούς, αλλά τα μάγια τα πίστευε, σαν έφεραν για να τον δει μια μάγισσα Οβριά, τη δέχτηκε εκεί στο στρώμα καρφωμένος, όπως δέχονταν καπετάνιος το πρίμο τ'αεράκι στα ταξίδια του. <Και διώρισε και αυτή κάτι χόρτα, να τα πίνει βρασμένα με κρασί> και επιστρέφοντας τα ξημερώματα ζητάει το σημάδι του αρρώστου – το <πόδημα> που ξενύχτησε στα κεραμίδια- το κοιτάει καλά καλά, λιγάκι συλλογίζεται, γλυκογελάει του Μήτρου και λέγει χωριστά της Δήμαινας. <Δε σας το είπα εγώ; Το παιδί είναι μαγεμένο. Των αδυνάτων να γιατρευτεί...>. και όσο τους απέλπιζαν οι μάντισσες, τόσο στα μαντολόγια έριχναν τοις ελπίδες τους. Και πήραν στερνή μεγάλη απόφαση να πάνε στον ξακουστό μάντη από τον Έπαχτο που γιάτρευε και την πιο κακή αρρώστια. Αυτός θ'άλεγε τον τελευταίο λόγο. Δεν είχαν πλέον να ελπίσουν από πουθενά. Και

ήρθε η απόκριση του μάντη. <Να μαυροφορέσετε από τώρα..., των αδυνάτων αδύνατον να ιδή προκοπή..., τον έφαγαν τα μάγια της αγάπης. Κακά στοιχεία τονέ χτύπησαν>. Και μέσα σε ένα χρόνο από τη μέρα που ήρθε το αναπάντεχο κακό, το πόδι γαγγραινίασε, απλώθηκε το φαρμάκι σ'όλο το αίμα και το αμίλητο και άσειστο παλληκάρι περίμενε το χάρο να λογαριαστούν. Άνοιξη ήταν πάλι, είχε ξαναγυρίσει η εβδομάδα των παθών και ο νιόφερτος Απρίλης ξανάνιωνε τη ζωή, σκορπούσε νέα δύναμη και νέες ελπίδες για της ζωής τους αγώνες, γλύκανε μαζί και η βασανισμένη ψυχή του απελπισμένου, σφιχταγκάλιασε τη ζωή και δεν ήθελε να την αποχωριστεί. Και σαν ξημέρωσε η Μεγάλη Παρασκευή, αλλιώτικη από τις άλλες χρονιές, όχι με μαύρο ουρανό, αλλά καταγάλανη και ξανθή, με έναν ήλιο που πλημμύρισε το σκοτιδιασμένο και έρμο σπίτι και φώτισε βαθιά το λογισμό του, κατάλαβε ο Μήτρος πως ήρθε η στερνή ώρα και πως έπρεπε να παραδοθεί σαν άξιο παλληκάρι στο χάρο που πλάκωνε. Ξάναψε έξαφνα μέσα του για στερνή φορά η φροντίδα της νιότης, η έγνοια του στολιδιού, ήθελε να συγυρίσει τη λεβεντιά του για το ταξίδι του κάτω κόσμου. Και με την αλάλητο καημό της λεβεντιάς, <αχ, ωραία νιάτα που θα φάει η γης> έκραξε τη δυστυχισμένη μάνα του και της ζήτησε μια μόνο χάρη, <να τον κλάψει ζωντανό> και να φέρει και κόσμο πολύ. Σαν έπεσε το κακό μαντάτο σαν χαλάζι στο Θαλασσοχώρι, μαζεύτηκε στο σπίτι κόσμος πολύς, γυναίκες ομορφοσυγυρισμένες και γυναίκες ανάλλαγες, παιδιά μικρά και κάθε λογής άντρες, νοικοκυραίοι, δουλευτάδες της θάλασσας και της στεριάς. Και να μην ήξερε κανείς τίποτε, να μη γροικούσε τον ήχο, θα στοχάζονταν πως μέσα στο σπίτι με την ολάνοιχτη πόρτα και τα παραθύρια, λουσμένο από τον ήλιο του μεσημεριού, δεν διάβαινε ο χάρος, μας πως είχε στηθεί μεγάλο πανηγύρι. Και κατά το δειλινό, ύστερα από βαρύ ψυχομαχητό, ο χτυπημένος Μήτρος, ο ζηλοφτονεμένος νέος, ο μαγεμένος λεβέντης παράδοσε στο χάρο τη ζωή. <Ξεψύχησε μπροστά στα μάτια του κόσμου> που τον μοιρολογούσε ζωντανό, <μέσα στου Θαλασσοχωριού την αγκαλιά, σαν λεύκα ρηγμένη από ξυλοκόπο, ύστερα από βαρύ αγώνα, σ'άνοιχτά, μπροστά στην όψη ολόκληρου του ανήμπορου λόγγου>.

Κείμενα με αναφορές στη λαϊκή ιατρική και στα βότανα συναντούμε σε έργα πολλών ακόμη σημαντικών πεζογράφων και ποιητών, αλλά και στο δημοτικό τραγούδι.

Στη <Φόνισσα> του Παπαδιαμάντη, πέρα από το μεταφυσικό στοιχείο, δίνονται επίσης ολοζώντανα και καθαρά τα ήθη, τα έθιμα και οι συνήθειες που επικρατούν στη γενέτειρά του σχετικά με χειροπρακτικές δεξιότητες και βοτανοθεραπείες. Η ηρωίδα Φραγκογιαννιού <επιτηδειότατη μεταξύ όλων των γυναικών έδιδε βότανα, έκαμνε κηραλοιφάς, εξετέλει εντριβάς, εθεράπευε την βασκανίαν, παρεσκεύαζε φάρμακα δια τας πασχούσας, δια τας χλωρωτικές και αναϊμικές κόρας, δια τας εγκύους και τας λεχούς και τας χλωρωτικές αλγηδόνων πασχούσας>. <Με το καλάθιον υπό τον αγκώνα της αριστεράς χειρός..., εξήρχετο εις τους αγρούς, ανέβαινεν εις τα όρη, διέτρεχε φάραγγας, κοιλάδας και ρεύματα, έψαχνε να εύρη τα βότανα, όσα αυτή εγνώριζε –την αγριοκρομμύδα, την δρακοντιά, το τρίμερο και άλλ' ακόμη- τα έκοπτεν ή τα εξερρίζωνεν, εγέμιζε το καλάθιον κ'έπέστρεφε το βράδυ εις την οικίαν>. <Με αυτά τα βότανα κατεσκεύαζε διάφορα μαντζούνια, τα οποία εσύσταινεν αλάνθαστα κατά των χρονίων πόνων του στήθους, της κοιλίας, των εντέρων κ.λπ.>.

Ο εθνικός μας ποιητής Βαλαωρίτης, γνήσιος λάτρης των παραδόσεων του τόπου, του λαϊκού πολιτισμού και του περιβάλλοντος, αποτυπώνει στους στίχους του με έξοχο και γλαφυρό

τρόπο τις βαθιές βοτανικές γνώσεις και τις οικολογικές του ευαισθησίες. Μικρό δείγμα του ευαίσθητου ποιητή αποτελούν οι παρακάτω σίχοι:

<Χαρούμενα τα λούλουδα φιλούν το μέτωπό του./ Χάνει με μιας την ασχημιά και την ταπεινωσύνη/ ο έρμος ο αζώηρος η ταπεινή λαψάνα,/ γλυκαίνει το χαμαίδρυο, στου χαμαιλιού τη ρίζα/ αποκοιμιέται ο θάνατος και το περικοκλάδι/ που πάντα κρύβεται δειλό και τ'άπλερο κορμί του/ αλλού στυλώνει το φτωχό δυναμωμένο τώρα>. Άσμα Πρώτο, Αθ. Διάκος

<Μες στο σκοτάδι το βαθύ χιλιόχρονο ρουπάκι,/ φοβέριζε τον ουρανό με τ'αγριομανητό του./...../ Εις τον βαρύ τον ίσκιο του περίχαρο λουλούδι/ποτέ δεν εξεφύτρωσεν. Ούτε το χαμομήλι/ ούτε η χολάτη η κυκλαμιά. Ολόγυρά του σπλόνοι/ και δρακοντιές φαρμακερές...>. Άσμα Τέταρτο, Αθ. Διάκος

<Ήρθε στην Κόκκινη Εκκλησιά εξήντα χρόνους πίσω/ ένας σοφός καλόγερος φευγάτος απ' την πόλη/...../ Ήξερε γράμματα πολλά κι εγιάτρευε του κόσμου/ με ξόρκια και με βότανα τα χίλια μύρια πάθη./ Το ρίμα, το κακό σπυρί, τη φάγουσα, το λέφα,/ το μαλαθράκι, το καρφί, τη λιόκριση, τη λύσσα>. Άσμα Δεύτερο, Φωτεινός

Ο ποιητής Κρυστάλλης κάνει και αυτός αναφορές σε φαρμακευτικά φυτά:

<Τα δυο τα σταυραδέλφια του τονέ γιατρολογούσαν/ με ρίζες μ'αγριοβότανα, με σταυρωμούς, με ξόρκια>. <..απ'όλα τ'αγριοβότανα κι απ' τα καλά χορτάρια/ θε να μου φέρουν τη γιατρεία...>.

Ο ποιητής Αθάνας αναφέρεται επίσης στους σίχους του σε διάφορα βότανα. Μνημονεύει τη ρίγανη, τη μέντα, τον απήγανο, την αγριάμπελη, τα τριβόλια, τις λαγοκοιμηθιές, το φλισκούνη, τα σαρκοτρόφια, το φλόμο, καθώς και το πολυθρύλητο βοτάνι της αγάπης.

Η δημοτική μας ποίηση κάνει κι'αυτή ατέλειωτες αναφορές σε διάφορα βότανα και γιατρικά της ελληνικής χλωρίδας:

<Αρρωστημένος του γιατρού πάντα ζητάει βοτάνι>

<Εις του θανάτου τις πληγές βοτάνια δε χωράνε>

<Τα βότανα, τα γιατρικά, μον' το κορμί γιατρεύουν>

<Για ιδέστε τον αμάραντο σε τι βουνά φυτρώνει>.

Όλες αυτές οι αναφορές και πολλές άλλες, πέρα από τη λογοτεχνική τους αξία, είναι ιδιαίτερα χρήσιμες για την επιστήμη της ιατρικής λαογραφίας, αλλά και για την εθνική μας γλώσσα και την εθνική μας αυτογνωσία.

Έτσι λοιπόν γιατροπορεύτηκε το ελληνικό γένος στα χρόνια της τουρκοκρατίας, αλλά και αργότερα, μέχρι τα μισά σχεδόν του 20ου αιώνα. Με μια μικρή αστική τάξη να χαίρει των προνομίων της όποιας επίσημης ιατρικής και τον πολύ απλό λαό να εμπιστεύεται τις τύχες της υγείας του και της υπόστασής του στην καλοπροαίρετη, φιλόανθρωπη και έντιμη διάθεση των

λίγων σπουδαγμένων γιατρών και των έμπειρων πρακτικών και συγχρόνως στην κερδοσκοπική και αδηφάγο μαγγανευτική πονηριά των αγυρτών, των τσαρλατάνων και των μαγισσών. Η παρεχόμενη θεραπευτική φροντίδα, πέραν των άλλων πρακτικών (βεντούζες, αφαιμάξεις, βδέλλες, υποκλυσμοί κ.ά.)στηρίζονταν κατά βάση στα βότανα. Άλλωστε την ίδια περίοδο και η επίσημη ιατρική χρησιμοποιεί γνώσεις βοτανοθεραπείας, οι οποίες είχαν επικυρωθεί πρακτικά μέσα από τη μακρόχρονη εμπειρία.

Βότανα και Λαϊκή Ιατρική σήμερα

Σήμερα η κατάσταση αναφορικά με τη σωστή ή μη χρήση των βοτάνων στη θεραπευτική λαϊκή ιατρική έχει μεταβληθεί σημαντικά προς το καλύτερο. Τα <γιατροσόφια> απώλεσαν την παλιά τους αίγλη, δίνουν ύστατο αγώνα επιβίωσης, <πνέουν τα λούσθια> σχεδόν και τη θέση τους καταλαμβάνει μια νέα μορφή αμιγούς βοτανοθεραπείας πιο ορθολογική και πιο επιστημονική. Παρόλα αυτά, υπάρχουν δυστυχώς ακόμη και σήμερα περιοχές και άνθρωποι που εξακολουθούν να εμπιστεύονται την πρακτική βοτανοθεραπεία με τις όποιες δοξασίες της, παρά τη θεαματική πρόοδο της ιατρικής επιστήμης στο θεραπευτικό τομέα. Αυτές οι λιγοστές εστίες αντίστασης απέναντι στην κλασική ιατρική αφορούν κοινωνίες κλειστές, προσηλωμένες σε παλιές αντιλήψεις και παραδόσεις και άτομα χαμηλού κατά κανόνα κοινωνικού, μορφωτικού και βιοτικού επιπέδου, καθώς και άτομα όπου η φύση της επίβουλης αρρώστιας τα οδήγησε στο έσχατο σημείο της απελπισίας (κακοήθειες, χρόνια εκφυλιστικά νοσήματα, σοβαρές αναπηρίες κ.λπ.). Στην πολύχρονη άσκηση της ιατρικής και στη συνεχή επαφή μας με κόσμο της υπαίθρου, μας δόθηκε η ευκαιρία να γνωρίσουμε πολλές περιπτώσεις συνανθρώπων που αναζητούν τη συνδρομή της λαϊκής ιατρικής για μείζονα ή ελάσσονα προβλήματα υγείας. Πολλές από τις θεραπευτικές αυτές επιλογές, επιστημονικά κρινόμενες, διαθέτουν στοιχεία σωστής ιατρικής ή είναι πλήρως αποδεκτές, καθώς αποτελούν απόσταγμα εμπειρίας αιώνων. Όμως, υπάρχουν και πάρα πολλές οι οποίες είναι εντελώς ανορθόδοξες και αστήρικτες επιστημονικά και κινούνται στη σφαίρα του επικίνδυνου. Σταχυολογήσαμε τις πιο συχνές και τις παραθέτουμε ενδεικτικά, με ανάλογα διευκρινιστικά σχόλια: Ερυσιβώδης όλυρα, εσωτερικά ως εκτριωτικό, Κέδρος, η εκ καρπών δρόγη ως εκτριωτικό, Ίταμος ή τάξος, ως αντινεοπλασματικό, Δάφνη, η εκ καρπών δρόγη ως αντιρρευματικό και παρασιτοκτόνο, Ανεμώνη, η εκ βλαστών δρόγη υπό μορφή καταπλάσματος σε ρευματισμούς και δερματοπάθειες τριχωτού κεφαλής, Κλεμάτις, ο χυμός της δρόγης εσωτερικά και εξωτερικά σε κυκλοφορικές διαταραχές και δη σε φλεβικά έλκη, Αγκβιλέτζια, ο χυμός των φύλλων για επούλωση πληγών και προφύλαξη από <κακό μάτι>, Ελλέβορος-κ. σκάρφη, σε οδονταλγίες, αλλά και σε παραφροσύνη (σχιζοφρένεια), Χελιδόνιο, εσωτερικά ως σπασμολυτικό του γαστρεντερικού και της χολής, Παπαρούνα, το εκχύλισμα εσωτερικά ως κατευναστικό και αποχρεμπτικό, Παριετάρια-κ. περδικάκι ή παρθενούλι, η εκ βλαστών δρόγη ως καταπραϋντικό και αντιφλογιστικό, Πικραμυγδαλιά, τα σπέρματα, ιδιαίτερα τοξικά λόγω του υδροκυανίου, ως καθαρτικό, Λαβούρνο, το εκχύλισμα των ανθέων ως εμετικό, καθαρτικό, αντιυπερτασικό, αντιασθματικό, αντινευραλγικό, Αστράγαλος, η εκ βλαστών δρόγη ως καθαρτικό, Γλυκύρριζα-κ. γιάμπολη, η εκ βλαστών δρόγη ως αντιβηχικό, αποχρεμπτικό και διορθωτικό γεύσεως, Μελίλωτος, η εκ βλαστών δρόγη ως αντιπηκτικό και αντιθρομβωτικό (αντιβιταμίνη Κ), Ίλεξ- κ. αρκουδοπούρναρο, ως ανθελονοσιακό, διουρητικό, αντιδιαρροϊκό, σε ουρική αρθρίτιδα, σε κολικούς και ως αντιεπιληπτικό, Μυρτιά, σε νοσήματα πεπτικού και ουροποιητικού και σε δήγματα αραχνών και σκορπιών, Ροδιά, ο

φλοιός με ταινιοκτόνο δράση, Σινάπι, υπό μορφή καταπλάσματος σε μυοσκελετικά σύνδρομα, Υπερικό κ. βαλσαμόχορτο, εξωτερικά ως επολωτικό πληγών και εγκαυμάτων και σε δήγματα φιδιών, εσωτερικά ως αντισπασμωδικό (το <πάνακες χειρώνιον> του Διοσκουρίδη), Ιπποκαστανιά, ως αντιαμορροϊδικό, Κώνιο, εξωτερικά σε νευραλγίες και καρκινικούς πόνους, Σανίκουλα, στο παρελθόν βότανο για όλες τις νόσους. Εσωτερικά σε πνευμονικές αιμορραγίες, αιματουρίες και γαστραλγίες, Δρυς, οι κηκίδες εσωτερικά ως στυπτικό αιμοστατικό, ως αντιαμορροϊδικό, σε εγκαύματα, σε διάφορες δερματικές παθήσεις και ως αντίδοτο σε δηλητηριάσεις με αλκαλοειδή, Καρυδιά, σε τραχηλικές αδενίτιδες (αντιχοιραδικό), επίσης ως ήπιο αντιυπερτασικό και αντιδιαβητικό, Ινδική κάνναβη κ. μαριχουάνα ή χασίς, το ρητινώδες εκχύλισμα της δρόγης ως υπνωτικό, αναλγητικό και αντιβηχικό και ευρέως ως ηδονιστική ουσία, Ρετινολαδιά, ως ευοδωτικό της τριχοφυίας, Εουφόρβια- κ. γαλασίδα, ως εμετικό και καθαρτικό, Ιξός κ. γκυ, ως αντιεπιληπτικό, αντισπασμωδικό και αντιαμορροϊδικό, Γεντιανή, ως ανθελονοσιακό, ως ταινιοκτόνο, ως αντίδοτο σε δηλητήρια φιδιών και ως καθαρτικό του αίματος, επίσης παλαιότερα χρησιμοποιήθηκε εναντίον της πανούκλας, ακόμη ως ορεξιογόνο και ενισχυτικό της πέψης (η γνωστή <ρίζα κενταύρου> του Διοσκουρίδη), Πικροδάφνη, μαζί με κρασί σε δήγματα δηλητηριωδών ζώων, Χειλανθή είδη (λεβάντα, μέλισσα, μέντα, θυμάρι, ρίγανη, μαντζουράνα, δενδρολίβανο, φασκομηλιά, σιδερίτης), σε φλεγμονές στοματικής και φαρυγγικής κοιλότητας, σε καταρροϊκά, αναπνευστικά νοσήματα, σε δυσμηνόρροιες, ως ευστόμαχα, εξωτερικά σε δυσίατα έλκη και πληγές κ.ά., Ευθαλεία η άτροπος-κ. μπελλαντόνα, η δρόγη και τα εξ αυτής σκευάσματα σε νοσήματα πεπτικού και ουροποιητικού, σε βρογχικό άσθμα, ως μυδριατικό της κόρης των ματιών και ως αντίδοτο σε δηλητηριάσεις με οργανοφωσφορικούς στέρες. Ανάλογη δράση έχουν και τα συγγενικά Ντατούρα και Υοσκύαμος, Δακτυλίτιδα- κ. χελιδονόχορτο ή κορακοβότανο, σε καρδιακά νοσήματα (μαζί με την παπαρούνα και την κιχρόνη αποτελούν τα σπουδαιότερα φαρμακευτικά φυτά), Βερμπάσκουμ- κ. φλόμος ή καλάνθρωπος, ως εφιδρωτικό και διουρητικό και εξωτερικά σε γαργαρισμούς και υποκλυσμούς, Πλαντάγκο ή πεντάνευρο ή αρνόγλωσσο, ως άριστο καθαρτικό, Σαμπούκουκ ή κουφοξυλιά, σε κρυολογήματα, πυρετό και για στοματοφαρυγγικές πλύσεις, Βαλεριάνα, σε αϋπνίες, υπερκόπωση, καταστάσεις υστερίας, αγχώδους νεύρωσης, σε επιληψία, έμμηνη ρύση, κλιμακτηριακές διαταραχές κ.λπ., Ματρικάρια- κ. χαμομήλι, πολύπλευρη θεραπευτική δράση με προέχουσα την αντιφλογιστική δράση, Αρτεμισία, ως ανθελμινθικό, ως αντιεμετικό, σε αναιμίες, επίσης ως εκτριπτικό και εμμηναγωγό, Ταραξάκο κ. πικροράδικο, ως διουρητικό, σε παθήσεις χολής και ήπατος, σε αναιμίες και σε χρόνια ρευματικά νοσήματα, Τουσιλάγκο-κ. χαμαιλεύκη, ως αντιβηχικό, σε γαργάρες και υποκλυσμούς, Βέρατρο, σε ρευματικά και νευρολογικά νοσήματα και εξωτερικά σε κνησμούς, δερματοπάθειες και φθειρίαση, Κολχικό, στη θεραπεία της ουρικής αρθρίτιδας, Ίρις ή κρίνος, ως αποχρεμπτικό και αντισπασμωδικό του ΓΕ, Σαλέπι ή σερνικοβότανο, ως αφροδισιακό, Αγριάδα, θεωρείται διαχρονικό βότανο και δίνεται ως διουρητικό, σε κολικούς ουροποιητικού, σε καταρροϊκά νοσήματα του αναπνευστικού, του πεπτικού και ως υπολιπιδαιμικό και αντιδιαβητικό. Υπάρχει πλήθος ακόμη βοτάνων, η παράθεση των οποίων παρέλκει εν προκειμένω.

Βότανα και σύγχρονη κλασική ιατρική. Εθνοφαρμακολογία

Τα τελευταία χρόνια επανήλθε στο προσκήνιο και σημειώνει μια αυξημένη δημοτικότητα η ανάπτυξη συμπληρωματικών θεραπευτικών μεθόδων (βοτανοθεραπεία, αρωματοθεραπεία,

ομοιοπαθητική κ.ά.). Οι εναλλακτικές αυτές μορφές θεραπείας, στηριζόμενες σε επιστημονικές πλέον βάσεις, χάρη στην πρόοδο της φαρμακευτικής χημείας και άλλων συναφών επιστημών (φαρμακοτεχνίας, φαρμακογνωσίας, μοριακής βιολογίας κ.λπ.) έρχονται να βοηθήσουν την κλασική ιατρική, εκεί που αυτή συναντά δυσκολίες ή αδυνατεί να δώσει λύσεις.

Αποτελεί γενική πεποίθηση ότι δεν πρόκειται για παροδικό <συρμό>, που σύντομα θα καταλήξει σε παρακμή και απαξίωση. Αυτή η αναζωπύρωση του ενδιαφέροντος ενδεχόμενα να εκφράζει μια δυσαρέσκεια απέναντι στη συμβατική θεραπευτική που δεν ικανοποιεί πάντα τις υψηλές ανθρώπινες προσδοκίες, μια επιφυλακτικότητα επίσης απέναντι στην αλόγιστη χρήση ή και κατάχρηση φαρμάκων και στη λεγόμενη <προκλητή ιατρική ζήτηση> και τέλος ένα γενικότερο προβληματισμό σε θέματα οικολογίας, σωστής διατροφής, υγιεινής διαβίωσης και ολιστικής αντιμετώπισης των προβλημάτων υγείας.

Η Εθνοφαρμακολογία (διεθνής όρος από τις ελληνικές λέξεις έθνος και φάρμακο), πεδίο ενασχόλησης πολλών ειδικοτήτων (φαρμακοποιών, γιατρών, βιολόγων, δασολόγων, γεωπόνων, οικολόγων κ.λπ.), έρχεται να καλύψει σήμερα αυτήν ακριβώς την αναγκαιότητα, δηλαδή την καταγραφή και μελέτη των παραδοσιακών θεραπευτικών μεθόδων και πρακτικών, των εναλλακτικών και συμπληρωματικών ιατροφαρμακευτικών γνώσεων και την αξιολόγηση και σύνδεσή τους με τις σύγχρονες τάσεις της θεραπευτικής.

Συζήτηση, Συμπεράσματα

Ανάμεσα στον άνθρωπο και το φυτικό κόσμο αναπτύχθηκε ένας βαθύς και ακατάλυτος δεσμός, τόσο παλιός όσο και η ιστορία του. Η φύση στάθηκε γι'αυτόν ένα ιερό σύμβολο, η δύναμη των βοτάνων ένα δώρο των θεών και η εκπληκτική ποικιλία των λουλουδιών και των φυτικών μορφών μια διαρκής πηγή έμπνευσης για τις καλλιτεχνικές του αναζητήσεις.

Η χρήση βοτάνων για θεραπευτικούς σκοπούς χάνεται στα βάθη της προϊστορίας και συνεχίζεται ακόμη και σήμερα. Καθώς ο κόσμος βγαίνει από το μύθο για να μπει στην ιστορία, το έργο των αρχαίων γιατρών, πολλαπλά εμπλουτισμένο, γίνεται υπόθεση μιας μακράς σειράς από θεραπευτές, φαρμακοτρίφτες, βοτανοσυλλέκτες και <πρακτικούς> εμπειρικούς, που η αρωγή τους φτάνει χρονικά ως τις παρυφές της λεγόμενης κλασικής σύγχρονης ιατρικής επιστήμης. Της επιστήμης που μέχρι χτες τους αντιμετώπιζε εχθρικά, αλλά που σήμερα τους αποδίδει την οφειλόμενη αναγνώριση και αφουγκράζεται τις συμβουλές του μύθου τους. Βέβαια η ιατρική των αρχαίων και στη συνέχεια η λαϊκή ιατρική, όπως ασκήθηκε μέσα στους αιώνες, με κύριο θεραπευτικό μέσο τα βότανα και τις παραγόμενες από αυτά φυτικές δρόγες, ήταν αυστηρά συνδεδεμένη με τη λατρεία, τη μαγεία και τις προλήψεις και περιείχε μέσα της το στοιχείο της υπερβολικής πίστης για τη θεραπευτική τους αξία. Το βότανο ήταν γι'αυτούς η <πανάκεια>, η οποία γιάτρευε κάθε ανθρώπινο <πάθος>. Θεωρούνταν το <βάλσαμο> για κάθε ψυχικό και σωματικό πόνο. Όμως, η αντίληψη αυτή δε μειώνει καθόλου την αξία των φυτών σαν πηγής για την παραγωγή πλήθους φαρμακευτικών ουσιών με ιδιαίτερα μεγάλη θεραπευτική αξία. Η επιβεβαίωση αυτή ήρθε μέσα από τη σύγχρονη επιστημονική έρευνα, η οποία απομόνωσε από τα φυτά ουσίες και παρήγαγε σπουδαία φάρμακα με μεγάλη συμβολή στην υπηρεσία της ιατρικής (αντιβιοτικά, ισχυρά αναλγητικά, σπασμολυτικά, αντιρρευματικά, αντιυπερτασικά,

αντιδιαβητικά, κατευναστικά, ψυχοτρόπα, καρδιοτονωτικά, κυτταροστατικά κ.ά.). Έτσι, φθάσαμε στο σημείο της <απομυθοποίησης> των βοτάνων, αλλά συγχρόνως και στη διαπίστωση και αναγνώριση της μεγάλης θεραπευτικής αξίας που αυτά διαθέτουν. Σήμερα, η βοτανοθεραπεία αποτελεί κομμάτι της εκ νέου ανακάλυψης και σύνδεσής μας με το παρελθόν, με αυτό που κάποτε υπήρξαμε, καθώς συνειδητοποιούμε πως θα ήταν ένα είδος άτεγκτου και ζηλότυπου μονοθεϊσμού η προσκόλληση στην ιδέα της κλασικής ιατρικής, σαν μοναδικής πρότασης-απάντησης στον ανθρώπινο πόνο.

Η πλούσια ελληνική χλωρίδα (με 6.000 περίπου φυτικά είδη και με πολλά από αυτά ενδημικά), πέρα από τις παντοειδείς και ποικίλες ανθρώπινες ανάγκες-αφού η ιστορία του ξύλου είναι συνυφασμένη με την ιστορία του ανθρώπινου πολιτισμού, υπηρέτησε πιστά και με πληρότητα στο πέρασμα των αιώνων και τις ιατροφαρμακευτικές του ανάγκες. Υπήρξε κυριολεκτικά μια μεγάλη και αστείρευτη <φαρμακαποθήκη> και μια πραγματική <κιβωτός> από βότανα-φυτικές δρόγες ανεκτίμητης αξίας.

Παρόλο που η βλάστηση της χώρας μας υποβλήθηκε για χιλιάδες χρόνια στην καταστρεπτική επίδραση της ανθρώπινης παρουσίας, αφού η Ελλάδα υπήρξε το <λίκνο> πολλών πολιτισμών, εν τούτοις τα φυτικά της είδη κατάφεραν να επιζήσουν και υπάρχουν ακόμη περιοχές, όπως ο Όλυμπος, ο Ταΰγετος, ο Άθως, τα βουνά της Κρήτης, η Ροδόπη, η χαράδρα του Βίκου στην Ήπειρο κ.ά. πραγματικοί <βοτανικοί παράδεισοι> με φυτά μοναδικά σ'όλο τον κόσμο.

Σήμερα όμως, η εντεινόμενη με ταχείς ρυθμούς ομογενοποίηση των πολιτισμών οδηγεί σταθερά στη συρρίκνωση ή και απώλεια της πολιτισμικής κληρονομιάς των λαών, επομένως και της δικής μας.

Πολλά από τα अपαράμιλλης ομορφιάς και σημαντικής αξίας ευάριθμα βότανα της ελληνικής χλωρίδας απειλούνται με εξαφάνιση και μαζί τους θα χαθούν για πάντα και οι παραδοσιακές-ιατρολαογραφικές και άκρως σημαντικές από κάθε άποψη γνώσεις που σχετίζονται μ'αυτά. Να σημειωθεί ότι από τα 300.000 γνωστά φυτικά είδη της γης, εκτιμάται ότι 40.000 έχουν κάποια θεραπευτική ή θρεπτική αξία και μέχρι στιγμής έχουν μελετηθεί επαρκώς μόνο 5.000. Σήμερα απειλούνται με εξαφάνιση από το πρόσωπο της γης περίπου 65.000 ανθοφόρα φυτά. Στη χώρα μας από τα 6.000 περίπου φυτικά είδη απειλούνται άμεσα 571, σύμφωνα με τα στοιχεία της Διεθνούς Ένωσης για την Προστασία της Φύσεως (IUCN).

Αποτελεί επομένως αδήριτη ανάγκη η καταγραφή και διάσωση αυτής της γνώσης, που αποτελεί κληρονομιά του πλανήτη μας, στις βιβλιοθήκες και στη μνήμη των υπολογιστών, πριν χαθεί για πάντα από τη μνήμη των ανθρώπων.

Οι κίνδυνοι που απειλούν τη χλωρίδα μας σήμερα είναι περισσότερο ορατοί από ποτέ. Μερικά σπάνια είδη που απαντώνται σε μικρούς πληθυσμούς κινδυνεύουν να εξαφανιστούν εξ αιτίας διαταραχών που προκαλούνται στους φυσικούς τους βιότοπους. Η έλλειψη οικιστικής πολιτικής και χωροταξικού προγραμματισμού, η εντατική βόσκηση, η τουριστική-βιομηχανική και οικιστική ανάπτυξη, η επέκταση των γεωργικών καλλιεργειών, οι πυρκαγιές, οι διανοίξεις δρόμων, τα λατομεία, η εμπορία σε μεγάλη κλίμακα άγριων ειδών της ελληνικής χλωρίδας και η ανεξέλεγκτη συλλογή φυτών από βοτανικούς και ερασιτέχνες για επιστημονικούς ή ανθοκομικούς σκοπούς, είχαν σαν αποτέλεσμα τη σοβαρή μείωση του πληθυσμού πολλών ειδών ή και την εξαφάνιση σπάνιων ειδών της ελληνικής χλωρίδας.

Καλούμαστε λοιπόν όλοι σε μια ιερή σταυροφορία διάσωσης και προστασίας της ελληνικής χλωρίδας και των αντίστοιχων παραδόσεων που συνδέονται μ'αυτήν. Για όσους αγαπούν αυτόν τον τόπο, την ιστορία του και τη θαυμάσια ελληνική φύση, πέρα από αυτά που προβλέπει η Κοινοτική και Εθνική Νομοθεσία για την προστασία των ειδών, η προτροπή μας είναι να αποφεύγουν να κόβουν φυτά και αγριολούλουδα. Να θυμούνται πάντα ότι μια <καλή φωτογραφία> είναι προτιμότερη από ένα ζωντανό, κομμένο εφήμερο λουλούδι που θα ξηραθεί σύντομα. Μόνο έτσι τα φυτά των προγόνων μας, τα δικά μας φυτά και η σημαντική πολιτισμική τους κληρονομιά που τα συνοδεύει, θα εξακολουθήσουν να ζουν, για να μπορούν να τα απολαμβάνουν και να τα χαίρονται οι επόμενες γενιές, τα παιδιά μας και τα εγγόνια μας. <Αυτή την πλάση δεν την κληρονομήσαμε από τους γονείς μας, τη δανειστήκαμε από τα παιδιά μας> και οφείλουμε να την επιστρέψουμε σ'αυτά αλώβητη, ανέγγιχτη και ακέραια.

Καθώς σκέφτομαι πως πολλά από τα θαυματουργά βότανα της γης είναι συγχρόνως και ισχυρά δηλητήρια (χελιδονόχορτο, υπνοφόρος παπαρούνα, μπελλαντόνα, γεντιανή, κώνιο, πικροδάφνη, ίταμος κ.ά.) έρχονται συνειρμικά στο νου μου κάποιοι στοχασμοί. Γράφει ο Μυριβήλης στο <Βασίλη τον Αρβανίτη>, <για κάτι νερομάνες που αναβρύζουν ολομόναχες στην ερημιά κάτω από τον ουρανό. Τινάζουν τη δροσιά τους μέσα από την πυρωμένη πέτρα και κανένας δεν είναι εκεί να απλώσει τη φούχτα στο χόχλο να αναστηθεί η καρδιά του. Τα νερά τάχατες τραγουδούν για τον εαυτό τους; Η χαρά τους βουίζει μάταια, δίχως να ξεδιψάσει ψυχή;>. Ορθώνεται λοιπόν το ερώτημα, σαν τι να χρειάζονται στη φύση τόσα μύρια βότανα, πολλά από τα οποία κρύβουν μέσα τους, ίδιο της όχεντρας θανατηφόρο φαρμάκι. Ας μην αμαρτάνουμε και ας μη γινόμαστε άκριτα αφελείς. Όλα στη φύση έχουν το δικό τους κρυφό, τις πιο πολλές φορές, σκοπό και όλα είναι υποταγμένα σε μια παγκόσμια τάξη, γεμάτη σοφία, αρμονία και αυστηρή νομοτέλεια. Από την ταπεινή κάπαρη που φυτρώνει εκεί που τρίζει η άμμος μεσ' τη μοναξιά και δε βρίσκει μια χαραμάδα για τη ρίζα της, μέχρι τα ασήμαντα αγριολούλουδα των αλπικών βράχων που αψηφώντας το κρύο, ξεπροβάλλουν με αυθάδεια στο χιονιά τα θεσπέσια άνθη τους, από την πικραμυγδαλιά που χάσκει ανάερα ριζωμένη στο γκρεμό και που μικροί σε μια επίδειξη αντρείουσνης μαζεύαμε τα πράσινα τσάγαλα και παραβγαίναμε στο ποιος θ'αντέξει την πικράδα να φάει περισσότερο, μη νογώντας τον ελλοχεύοντα κίνδυνο, μέχρι την επικίνδυνη σκάρφη με το φανταχτερό της άνθος, από την αιωνόβια δρυ, τη βαθύσκια οξιά, το λυγερό κυπαρίσσι, τη γραφική κουκουναριά, τον υδατοτραφή πλάτανο, την ουρανομήκη ελάτη, μέχρι τη θανατηφόρα πικροδάφνη, το ύπουλο χελιδονόχορτο ή κορακοβότανο, την εφήμερη ανεμώνη, τον χνουδωτό φλόμο, τη ζηλευτή πρίμουλα, το βελτοτόκο δίκταμο, τη λάγνα γεντιανή, τον ξανθό ασφόδελο, το ταπεινό γιούλι, το βελούδινο πανσέ, τη σπαθόφυλλη δρακοντιά, το ελπιδοφόρο σερνικοβότανο, την υπνοφόρο παπαρούνα, το μεθυστικό σπάρτο, τη μπελλαντόνα με τους μαυλιστικούς καρπούς, το σκυθρωπό ίταμο ή δέντρο του θανάτου, το ένοχο κώνιο και όλα τα συνόμοιά τους, παντού υπάρχει ένας Θεός περίγυρα που τα κυβερνά, τα χαίρεται και ανασαίνει γαληνά την ειρήνη Του. Για μας, μπορεί όλα αυτά να φαντάζουν αχρείαστα και ανεξήγητα, όμως όλα τους είναι μεγάλη χαρά μπρος στα μάτια του Θεού που σπαρταρά μέσα τους. Όλα τα νοιάζεται και τα κρατά στοργικά στους κόρφους της και τα θρέφει ακατάπαυστα η μάνα Φύση. Θεότης αυτή αδιάφορη, ανεπηρέαστη, ίση δείχνοντας αγάπη και στου Κάιν τους καρπούς και στα πρωτοτόκια του Άβελ.

Διαχείριση των δασών του Ολύμπου, Ζωή Φτίκα, MSc Δασολόγος - Περιβαλλοντολόγος, Δασάρχης Ελασσόνας

Ο ορεινός όγκος του Ολύμπου βρίσκεται στο μέσο περίπου της ηπειρωτικής Ελλάδας και η προσπέλασή του είναι εύκολη από το εθνικό οδικό και σιδηροδρομικό δίκτυο Αθηνών – Θεσσαλονίκης και από επαρχιακούς δρόμους που συνδέουν τις πόλεις και χωριά γύρω από το βουνό .

Το σχήμα του Ολύμπου με την πολύμορφη φύση του με τις ψηλές κορυφές του με ομίχλη και σύννεφα που φέρνουν συχνά καταιγίδες ,προκάλεσαν δέος στον προϊστορικό άνθρωπο που κατοίκησε στους πρόποδες του από την εποχή του σιδήρου. Οι πρώτοι αυτοί κάτοικοι της περιοχής δημιούργησαν θρύλους που αργότερα θα δώσουν το Δωδεκάθεο των Αρχαίων Ελλήνων τοποθετώντας ακριβώς στις κορυφές του και στα φαράγγια του την κατοικία των Θεών .

Ο Όλυμπος είναι από τα σχετικά νεώτερα βουνά μας, αφού η ηλικία των κυρίως πετρωμάτων του υπολογίζεται ότι δεν ξεπερνά τα 200.000.000 χρόνια. Ως προ το μέγεθός του είναι ένας σχετικά μικρός σε έκταση και σχεδόν στρογγυλός ορεινός όγκος. Η συνολική έκταση του Δρυμού ανέρχεται σε 234.000 στρ. ,ενώ ο πυρήνας του σε 40.000 στρ. (1938 έτος κήρυξης του Ολύμπου ως Εθνικού Δρυμού).

Η χλωρίδα του μελετήθηκε από το 1836 (Γάλλος βοτανολόγος ΕΛΟΥ) και καταγράφηκαν πάνω από 1700 είδη. Ωστόσο ξεχωρίζουν πολύ λίγα δενδρώδη είδη όπως είναι η Μαύρη Πεύκη, το Ρόμπολο, η Οξιά ,η Ελάτη και η Δρυς γιατί αυτά αποτελούν πολύτιμα παραγωγικά δάση . Στις βορειοδυτικές πλαγιές του Ολύμπου μεταξύ των χωριών Κοκκινοπηλός και Λόκοβη Πιερίας συναντούμε πυκνά Δάση από ευθύκορμα πεύκα πάνω σε απότομες και δύσβατες πλαγιές που εκτείνονται σχεδόν κάθετα κάτω από τις ψηλότερες κορυφές του. Εκεί που οι κλίσεις είναι πολύ ισχυρές, όπως αυτό συμβαίνει στις βραχώδεις περιοχές κάτω από την κορυφή του Μύτικα, οι χιονοστιβάδες μέσα σε απότομες ρεματιές καταστρέφουν κάθε είδους βλάστηση και διαμορφώνουν ένα πολύ άγριο τοπίο. Αντίθετα στα χαμηλά υψόμετρα και ιδιαίτερα στις προσήλιες πλαγιές τα τελευταία χρόνια διαμορφώθηκε ένα ήρεμο δασικό τοπίο από νεαρά δάση Δρυός, διότι χαλάρωσαν τόσο η υπερβόσκηση όσο και οι ληστρικές υλοτομίες. Πάντως στις ανήλιες πλαγιές εξακολουθούν να υπάρχουν μικρές συστάδες από γέρικα άτομα Οξιάς και Ελάτης.

Η Φυσική Βλάστηση του Ολύμπου

- Ζώνη αειφύλλων πλατυφύλλων (Quercetalia ilicis)
- Ζώνη Οξιάς - Ελάτης (Fagetalia)
- Ζώνη ψυχρόβιων κωνοφόρων (Vaccinio picetalia) Ρόμπολο ,Μαύρη Πεύκη
- Αζωνική βλάστηση (κοίτες των ρεμάτων με πλάτανο, ιτιά συκιά και καρυδιά)
- Λιβάδια της ορεινής ζώνης (Πουρνάρι μέχρι και 1200 μ πυξάρι ψηλότερα και νανώδεις θάμνοι όπως juniperus communis)

- Λιβάδια της αλπικής ζώνης (Σε υψόμετρο πάνω από 2.400 μ. καταγράφηκαν 150 φυτικά είδη, τα 12 είναι ενδημικά του Ολύμπου)
- Η βλάστηση του Ολύμπου και ιδιαίτερα η κατανομή της, παρουσιάζει πολλές ιδιαιτερότητες. Έτσι ενώ σε γειτονικές οροσειρές (Όσσα, Πιέρια) υπάρχει μια σαφής διαδοχή ζωνών βλάστησης εδώ παρατηρούμε το φαινόμενο της "Αναστροφής". (Αναρχία στη διαδοχή των ζωνών βλάστησης)
- Πλούσια είναι η χλωρίδα του Ολύμπου σε φυτικά είδη, αρωματικά φυτά βότανα, διαφορετικά είδη ορχιδεοειδών. Χαρακτηριστικό το τσάι του Ολύμπου, η ρίγανη, το βαλσαμόχορτο, η Αχχίλεια κ.ά.

Πού βρίσκονται :

- ΒΔ στις πλαγιές του Ολύμπου και μεταξύ Κοκκινοπηλού και Λόκοβης Πιερίας συναντούμε πυκνά Δάση Πεύκης σε απότομες και δύσβατες πλαγιές.
- Νεαρά Δάση Δρυός σε χαμηλά υψόμετρα και προσήλιες πλαγιές.
- Μικρές συστάδες γέρικων ατόμων Οξιάς και Ελάτης στις ανήλιες πλαγιές.
- Εκεί που οι κλίσεις είναι πολύ ισχυρές, όπως αυτό συμβαίνει στις βραχώδεις περιοχές κάτω από την κορυφή του Μύτικα, οι χιονοστιβάδες μέσα σε απότομες ρεματιές καταστρέφουν κάθε είδους βλάστηση και διαμορφώνουν ένα πολύ άγριο τοπίο.
- Αραιά πουνάρια και βράχοι (λόγω υπερβόσκησης και παλιών λαθροϋλοτομιών) παρουσιάζονται στο δυτικό όγκο του Ολύμπου πάνω από τα χωριά Πύθιο, Καλύβια, Ολυμπιάδα, Σπαρμό, Κρυόβρυση και Σκαμνιά.

Δάση Ολύμπου:

- Δημόσιο Δάσος Κοκκινοπηλού. Έκταση 40.000 στρ.με είδη όπως Μαύρη Πεύκη, Δρύ Ελάτη, Οξιά, ευγενή πλατύφυλλα
- Το Δημόσιο Δάσος Καρυάς. Έκταση 50.000 στρ με 10.000 υψηλό δάσος Μαύρη Πεύκη, Οξιά, Ελάτη, Δρύ, Λευκόδερμο Πεύκη(ρόμπολο), Σφένδαμο, Οστρυά, Γαύρος, Καστανιά
- Μοναστηριακό Δάσος Ι. Μ. Σπαρμού. Έκταση 17.800 Στρ. με δασοσκεπείς εκτάσεις. 5000 στρ. Δρύς, Οξιά, Έλατο και πουνάρι
- Συνιδιόκτητο δάσος Καρυάς με έκταση 18.149 στρ. και δασικά είδη Μ. Πεύκη, Δρύς, Ελάτη και Οξιά
- Δάσος Κωνόσπολης – Διάβας, με έκταση 17600 στρ. και Δασικά είδη Μ. Πεύκη και Δρυς .

Τα δάση μας είναι χαμηλής παραγωγικότητας. Έχουν στο σύνολό τους προστατευτικό χαρακτήρα. Οι ωφέλειές τους δεν αποτιμώνται σε χρήμα και δεν καταχωρίζονται στους εθνικούς λογαριασμούς. Ωστόσο η Δασοπονία συνδέεται στενά με την οικονομία των

ορεινών και ημιορεινών περιοχών της χώρας μας, και ιδιαίτερα της περιοχής μας αν λάβει κανείς υπόψη ότι από τις 5500 κοινότητες της χώρας οι 3.056 είναι ορεινές και ημιορεινές, από τις οποίες οι 2486 ή το 81% αυτών έχουν στην περιφέρειά τους δάση. Οι διαφορές μεταξύ Ελλάδας και κρατών όπως οι ΗΠΑ, Καναδάς, Γερμανία, Γαλλία κ.λπ. όσον αφορά την διαχείριση των δασών, είναι καταρχήν η έκταση. Τα προαναφερόμενα κράτη έχουν τεράστιες εκτάσεις χωρίς την πίεση των οικισμών και αυτό αποτελεί τον κύριο λόγο για το ότι καταφέρνουν να έχουν διαφορετική δασική πολιτική με διαφορετικά οικονομικά αποτελέσματα.

Στην Ελλάδα αντίθετα αυτό δεν συμβαίνει. Η μορφολογία του εδάφους οι μικρές εκτάσεις και γενικά η φύση της Ελλάδας εμφανίζει σημάδια ανθρώπινης δραστηριότητας που ξεκινούν από τα αρχαία χρόνια και φτάνουν μέχρι και σήμερα σε όλα τα μήκη, ύψη και πλάτη της, με αποτέλεσμα κάθε περιοχή (μικρή περιοχή της τάξης δεκάδων στρεμμάτων) να έχει την δική της ιστορία που είναι διαφορετική από την διπλανή και που υπάρχουν άνθρωποι που μπορεί να μην μένουν εκεί, αλλά την θεωρούν κοιτίδα τους.

Η προστασία των δασών και των δασικών εκτάσεων της χώρας μας αποτέλεσε φροντίδα όλων των νομοθετημάτων που κατά καιρούς θεσπίστηκαν. Από το πρώτο νομοθέτημα για τα δάση (1836) μέχρι σήμερα, διαμορφώθηκε ένα θεσμικό πλαίσιο το οποίο με ένα σύνολο θετικών ή απαγορευτικών διατάξεων, προσδιορίζει τις ενέργειες και δράσεις που αποτρέπουν αυτούς τους κινδύνους.

Το θεσμικό πλαίσιο για τα δάση και τις δασικές εκτάσεις:

- Προδιαγράφει τις υποχρεώσεις του Κράτους για τη λήψη των κατάλληλων διοικητικών μέτρων αντιμετώπισης των κινδύνων σε προληπτικό και κατασταλτικό επίπεδο.
- Προσδιορίζει τις υποχρεώσεις των κρατικών και κοινωνικών φορέων, τα καθήκοντα των κρατικών οργάνων και τις υποχρεώσεις και ενέργειες των πολιτών για την αποτροπή των κινδύνων.
- Προβλέπει την ενημέρωση του κοινού, την καλλιέργεια φιλοδασικού πνεύματος και τη συμμετοχή των κοινωνικών φορέων στην κατάρτιση και υλοποίηση των σχεδίων δασοπροστασίας
- Επιφυλάσσει βαρύτατες ποινές στους παραβάτες των προστατευτικών, απαγορευτικών διατάξεων.

Η δασική υπηρεσία της Ελλάδας ξεκίνησε από την αρχή του Ελληνικού κράτους (ο Όθωνας έφερε δασοκόμους από την Γερμανία) και συνέβαλε σημαντικά στην ανάπτυξη του Ελληνικού Κράτους. Ίσως μέχρι τέλος του 60 να ήταν η πιο παραγωγική υπηρεσία της Ελλάδος. Ενδεικτικά αναφέρουμε ότι το 80% των δρόμων της Ελλάδος που διασυνδέει οικισμούς έχει συνολικά υλοποιηθεί από την δασική υπηρεσία.

Οι αναδασώσεις των γυμνών εκτάσεων ειδικά γύρω από τους οικισμούς, τα λεγόμενα περιαστικά δάση επίσης ήταν ένα από τα μεγάλα έργα που επιτέλεσε η Δασική Υπηρεσία από το 1950 ενώ παρουσίασε βαθμιαία ελάττωση από το 1987 έως και το 1998 περίπου.

Ανατρέχοντας στο δασικό παρελθόν στην Ελληνική Αρχαιότητα βρίσκουμε πολλές και πολύτιμες Δασολογικές παρατηρήσεις. Από τη Μινωική εποχή πριν 3.000 έτη εμφανίζεται η συστηματοποίηση της διαχείρισης των δασών και η οργάνωση της παραγωγής των δασικών προϊόντων, μινωικοί κίνες από κυπαρίσσια, ναυπηγήσιμη ξυλεία κ.α. Χαρακτηριστικά δασικά εργαλεία είναι οι «κόφτρες» που χειρίζονταν από δυο άτομα. Στον Όμηρο δε ο δρυτόμος (υλοτόμος) έχαιρε ιδιαίτερης εκτίμησης .

Διαχείριση γενικά λέγοντας, εννοούμε την οργάνωση, καθοδήγηση και τρόπο ενέργειας όλων εκείνων των παραγόντων, η εκπλήρωση των οποίων συμβάλλει στην πραγματοποίηση του σκοπού μιας επιχείρησης που τέθηκε από την αρχή.

Περιλαμβάνει δε τρεις αλληλοεπηρεαζόμενους παράγοντες:

1. τρόπο ενέργειας
2. σχεδιασμός και οργάνωση
3. καθοδήγηση
4. και έλεγχος.

Η Δασική Διαχειριστική κατά το Γεωργόπουλο (1963) θεωρεί σαν αντικείμενο αυτής τη με βάση ενός σχεδίου παντοειδή οργάνωση της δασοπονίας, μέσα στο πνεύμα της αειφορίας (διαρκής ίση παραγωγή) για την επιτυχία του δασοπονικού σκοπού, δίνοντας σχηματικά το παρακάτω:

Αειφορία

Δασοπονικοί σκοποί

Οικονομική οργάνωση δασοπονίας

Τεχνική οργάνωση δασοπονίας

(κατά χρόνο τάξη)

(Κατά χώρο τάξη)

Καθορισμός λήμματος

Διαχείριση των δασών μας

Η μέθοδος διαχείρισης που ακολουθεί για τα παραγωγικά δάση (παραγωγικά λέμε τα δάση που παράγουν ξυλεία άρα υπάρχει και οικονομικό αποτέλεσμα) είναι η καλύτερη στον κόσμο από περιβαλλοντική άποψη από οικονομική άποψη και από την κοινωνική άποψη.

- Είναι οι επιλεκτικές υλοτομίες, δηλαδή, σε κάθε τμήμα δάσους υπολογίζεται η συνολική ποσότητα ξύλου που παράγεται στο διάστημα μίας δεκαετίας συνήθως (το διάστημα αυτό εξαρτάται από το είδος των δένδρων και την γονιμότητα του τόπου) και αυτή αφαιρείται με την μορφή μεγάλων κορμών μία φορά στο ίδιο χρονικό διάστημα. Αυτό έχει σαν αποτέλεσμα το δάσος να μην έχει επιπτώσεις από την υλοτομία.
- Ουσιαστικά αφαιρούνται μεγάλα δένδρα διάσπαρτα δημιουργώντας μικρά διάκενα που υποστηρίζουν την πανίδα και την φυσική αναγέννηση του δάσους. Επειδή δεν είναι δυνατή η χρήση μεγάλων μηχανημάτων οι επενδύσεις κρατούνται χαμηλά και ταυτόχρονα

δίνεται εργασία σε κόσμο της περιοχής συντηρώντας οικισμούς που δεν είχαν άλλη διέξοδο για εργασία. (Οι τοπικοί Δασικοί Συνεταιρισμοί).

Διαχείριση των Δασών σύμφωνα με τις διατάξεις της ισχύουσας Δασικής Νομοθεσίας

Προηγείται ειδική μελέτη διαχείρισης προκειμένου να διατηρείται η ισορροπία του περιβάλλοντος, να μην υπάρχουν απώλειες και να γίνεται προγραμματισμένα η ενίσχυση του.

- Η εν λόγω μελέτη συντάσσεται κάθε δέκα (10) χρόνια και αφορά στη διαχείριση της περιοχής αρμοδιότητας του Δασαρχείου και σύμφωνα με αυτή υλοτομείται ανά χρόνο και διαφορετικό τμήμα δάσους, στο οποίο η υλοτόμηση θα ξαναγίνει τουλάχιστον μετά από δέκα χρόνια και αν κριθεί ότι ενδείκνυται.
- Πραγματοποιούνται εργασίες ενίσχυσης και φροντίδας της φυσικής βλάστησης (κλάδεμα, αραίωμα κ.ά.), δίνοντας ιδιαίτερη βαρύτητα στη βοήθεια προς αναγέννηση του φυσικού περιβάλλοντος.

Πραγματοποιείται η λεγόμενη καλλιεργητική αναγεννητική υλοτομία.

Τα είδη των δέντρων που υλοτομούνται, για χρήση προς καυσόξυλα, είναι δρυς και οξιά, ενώ σταδιακά μειώνεται το ποσοστό κοπής δέντρων που υλοτομούνται για χρήσιμη ξυλεία.

Τα ξύλα για χρήση προς καυσόξυλα μεταφέρονται με τα μουλάρια σε θέσεις προσβάσιμες για τους πολίτες που θα τα παραλάβουν κι αυτό συνεχίζεται με τον ίδιο τρόπο από το 1960 και έως σήμερα.

«Οι ντάνες» των ξύλων μετριοούνται με μετροταινία από τους Δασικούς Υπαλλήλους στο μήκος, πλάτος και ύψος και υπολογίζονται τα χωρικά μέτρα (ΧΜ) που υλοτομήθηκαν και θα διανεμηθούν στους κατοίκους των ορεινών οικισμών με μικρότερο αντίτιμο.

Η χρήσιμη ξυλεία διαμορφώνεται στο υλοτόμιο (χώρος υλοτομίας) από τους υλοτόμους, ενώ μετατοπίζονται οι κορμοί με τα ζώα, λόγω της ιδιαίτερης μορφολογίας και κλίσης των δασών μας, αλλά και για την καλύτερη προστασία τους.

Στις υλοτομημένες και όχι μόνο περιοχές απαγορεύεται η βοσκή μικρών και μεγάλων ζώων με την έκδοση απαγορευτικών διατάξεων βοσκής για δέκα χρόνια.

Δασικοί Συνεταιρισμοί

Όλες οι δασικές εργασίες που γίνονται στα Δημόσια, Κοινοτικά, Συν/τα κ.λ.π δάση της Περιφέρειας του Δασαρχείου Ελασσόνας είτε από πλευράς εκμετάλλευσης (υλοτομία, μετατόπιση Δασικών προϊόντων) είτε από πλευράς καλλιέργειας, γίνονται από δασεργάτες που είναι οργανωμένοι σε Αγροτικούς Δασικούς Συνεταιρισμούς. Η Δύναμή τους ανέρχεται σε 220 μέλη περίπου συνολικά, ενώ στην περιοχή μας δραστηριοποιούνται επτά (7) στον αριθμό και στους οικισμούς Βερδικούσια, Λιβάδι, Κοκκινοπηλό και Καρυά.

Καύσιμος ύλη για ασβεστοποιεία.

Στην περιοχή του χωριού Κοκκινοπηλού λειτουργούσαν 3 – 5 ασβεστοκάμινα.

Οι ανάγκες αυτών σε καύσιμο ύλη καλύπτονταν με συλλογή από τους ενδιαφερόμενους ξηρών και κατακείμενων δέντρων κυρίως Πεύκης και Ελάτης από όλη την επιφάνεια του δάσους κατόπιν αδειάς της Δασικής Υπηρεσίας και καταβάλλοντας το καθορισμένο μίσθωμα βάσει σχετικών διαταγών.

Το *illex aquifolium* (αρκουδοπούρναρο) φύτεται στην περιοχή μας στο δάσος Καρυάς, Συκαμινέας και Κοκκινοπηλού. Η συλλογή συγκεκριμένης ποσότητας κλώνων του και βάσει των διαχειριστικών μελετών, γίνεται το Δεκέμβριο από τους Δασικούς Συνεταιρισμούς κατόπιν αδειάς της Δασικής Υπηρεσίας και καταβάλλοντας το καθορισμένο μίσθωμα βάσει σχετικών διαταγών.

Ο Όλυμπος χαρακτηρίζεται από πλούσια πανίδα. Εδώ απαντώνται σχεδόν όλα τα θηλαστικά που απαντώνται στα ελληνικά δάση όπως:

Λύκος (*Canis lupus*), Τσακάλι (*Canis aureus*), Αλεπού (*Vulpes vulpes*), Αγριόγατος (*Felis sylvestris*), Ζαρκάδι (*Capreolus capreolus*), Αγριόγιδο (*Rupicapra rupicapra*), Αγριόχοιρος (*Sus scrofa*), Κουνάβι (*Martes foina*), Λαγός (*Lepus europeus*), Σκίουρος (*Sciurus vulgaris*), Αρκούδα (*Ursus arctos*).

Απαντώνται επίσης 22 είδη ερπετών (φίδια, χελώνας, σαύρες), 8 είδη αμφιβίων και μια μεγάλη ποικιλία εντόμων.

Για την προστασία της πανίδας των πολύτιμων δασών μας διατηρούμε και προσέχουμε τα μεγάλα, γέρικα και κουφαλερά δέντρα που μπορούν να αποτελέσουν φωλιές για τα μικρά ζώα.

Δυστυχώς :

- Η έλλειψη περιβαλλοντικής συνείδησης
- Η ανευθυνότητα των πολιτών (επιζητούμε την αστυνόμευση, αλλά και τη φύλαξη του περιβάλλοντος μόνο από τις αρχές!!!!)
- Η οικονομική κρίση
- Η αύξηση της τιμής των υγρών καυσίμων αύξησε την λαθρούλοτομία που με την λαθροθηρία, τις παράνομες εκχερνώσεις κ.ά. οδηγεί σε υποβάθμισή της φύσης και έμμεσα σε υποβάθμιση της ποιότητας της ζωής μας.
- Κάθε χρόνο παρατηρούνται κρούσματα παράνομης υλοτομίας, βέβαια τελευταία το πρόβλημα βρίσκεται σε έξαρση και σε μια εποχή με τραγικά οικονομικά προβλήματα δημιουργούνται επίσης μεγαλύτερα περιβαλλοντικά προβλήματα.
- Η Δασική Υπηρεσία όλο το χρόνο και όλο το 24ωρο πραγματοποιεί εντατικούς ελέγχους και περιπολίες στα δάση προκειμένου να τα διαφυλάξει, τόσο από παράνομους υλοτόμους όσο και από λαθροθήρες. Σημαντικό είναι να αναφερθεί η άριστη συνεργασία τελευταία με όλους τους φορείς της περιοχής για την προστασία των δασών μας όπως με το Δήμο Ελασσόνας, την ΠΥ, την Αστυνομία, την Ομοσπονδιακή Θηροφυλακή αλλά και τους ενεργούς πολίτες και ιδιαίτερα τα παιδιά.

- Κάθε παράνομη δράση ακολουθεί το δρόμο της δικαιοσύνης.
- Βέβαια και η βοήθεια ευαισθητοποιημένων ανθρώπων που δεν διστάζουν να καταγγείλουν τέτοια περιστατικά αποδεικνύεται πολύ σημαντική για την προστασία του Δάσους μας.
- Ο εθελοντισμός βέβαια και πάνω από όλα η περιβαλλοντική συνείδηση ειδικά των παιδιών μας αποδεικνύεται πολύ σημαντική για την Προστασία του Δάσους που είναι το σπίτι όλων μας.

Η διαχείριση των δασών και δασικών εκτάσεων με σημαντική δασική βιοποικιλότητα στηρίζεται στο αξίωμα: Η φύση και ο πολιτισμός αποτελούν εθνική κληρονομιά.

Μπορούμε να δώσουμε στα παιδιά μας τη δυνατότητα να ζήσουν όμορφα αγαπώντας και φροντίζοντας το περιβάλλον του τόπου μας και της πατρίδας μας .

Βιβλιογραφία

1. Διαχειριστική Μελέτη Δ.Δάσους Κοκκινοπηλού του Δασαρχείου Ελασσόνας (1999-2008)
2. Διαχειριστική Μελέτη Δ.Δάσους Καρυάς του Δασαρχείου Ελασσόνας (2001-2010)
3. Διαχειριστική Μελέτη Συνιδιόκτητου Δάσους Καρυάς (2006-2015)
4. Διαχειριστική Μελέτη Δ.Δάσους Συκαμινέας Δασαρχείου Ελασσόνας (2001-2010)
5. Διαχειριστική Μελέτη Μοναστηριακού Δάσους Ι. Μονής Σπαρμού (2003-2007)
6. Κων/νος Αστέρης, Θεσσαλονίκη 1984 , Δασική Διαχειριστική Τόμος Α΄
7. Αστέριος Στ.Ζάχαρης, Αθήνα 2006, Φύση και Δάση στην Αρχαία Ελλάδα, (Τόμοι Β και Γ).
8. Υπουργείο Γεωργίας, Αθήνα 2000, Κριτήρια και Δείκτες αειφορικής διαχείρισης των Δασών της Ελλάδας.
9. ΥΠΕΧΩΔΕ, Αθήνα 2003,Ειδική Περιβαλλοντική Μελέτη Εθνικού Δρυμού Ολύμπου.
10. e-roosters.blogspot.com

Η Αρχαιολογία των Παραολύμπιων Οικισμών, Δρ. Ανθή Μπάτζιου – Ευσταθίου, Προϊσταμένη ΙΕ΄ Εφορείας Προϊστορικών και Κλασικών Αρχαιοτήτων

Η αρχαιολογία των παραολύμπιων περιοχών

Τα όρια της αρχαίας Περραιβίας, μιας κλειστής λοφώδους περιοχής, αποτελούν οι ορεινοί όγκοι του Ολύμπου, του Τίταρου και των Καμβουνίων και του Μεγάλου Ελευθεροχωρίου, ενώ το φυσικό όριο με τη Θεσσαλία προς νότον ήταν ο Πηνειός.

Οι Περραιβοί στη Μυθολογία

Στα τέλη της μυκηναϊκής εποχής οι Λαπίθες κατείχαν τις πόλεις Άργισσα, Γυρτώνη, Όρθη, Ηλώνη, Ολοοσσόνα που εντοπίζονται στη βόρεια Πελασγιώτιδα και τη νότια Περραιβία. Από τη μεθωμηρική γραμματεία μαθαίνουμε ότι οι Λαπίθες είχαν εκτοπίσει από εκεί τους Αινιάνες και υποτάξει μέρος των Περραιβών. Στην αρχαιότητα οι κάτοικοι της Θεσσαλίας διηγούνταν θαυμαστές ιστορίες για τους Λαπίθες, που ήταν μια γιγαντογενιά, μιλούσαν για τις μάχες τους με τους Κενταύρους, για τους αλαζονικούς βασιλιάδες των Λαπιθών- όπως ο Ιξίων, ο Πειρίθους και ο Καινέας που είχαν οικτρό τέλος γιατί προκάλεσαν την οργή των θεών. Λίγοι λαοί περιπλανήθηκαν όσο οι Λαπίθες. Ξεκίνησαν από την Περραιβία και την Πελασγιώτιδα και απλώθηκαν σε όλη τη Θεσσαλία, τη Βοιωτία, την Αττική, την Πελ/σο, τη Ρόδο και την Κνίδα. Οι αρχηγοί τους, Καινέας, Πειρίθους, Πολυποίτης και Μόψος, πήραν μέρος στα πιο σημαντικά μυθικά γεγονότα: στην αργοναυτική εκστρατεία, στους αγώνες προς τιμή του νεκρού Πελία, στο κυνήγι του Καλυδώνιου κάπρου και στον Τρωικό πόλεμο.

Στον ομηρικό κατάλογο των ελληνικών φύλων που έλαβαν μέρος στην τρωική εκστρατεία, Περραιβοί και Αινιάνες έχουν κοινό αρχηγό και κατέχουν μια περιοχή που είχε πρωτεύουσα την πόλη Κύφο. Σ' αυτήν περιλαμβανόταν μια περιοχή που ονομαζόταν Δωδώνη και διασχιζόταν από τον Τιταρήσιο, παραπόταμο του Πηνειού (Ιλιάς Β 748-755).

Η Περραιβία στα ιστορικά χρόνια

Οι Θεσσαλοί στα τέλη του 12ου π.Χ. αι. πέρασαν από την Ήπειρο στη δυτική Θεσσαλία και σιγά-σιγά έως τον 9ο αι., εξαπλώθηκαν στη θεσσαλική πεδιάδα, υποτάσσοντας ή απωθώντας τους παλαιούς κατοίκους προς τους πέριξ της θεσσαλικής πεδιάδας ορεινούς όγκους. Οι λαοί που απωθήθηκαν ήταν οι Περραιβοί, οι Μάγνητες, οι Αχαιοί Φθιώτες, οι Μαλιείς, οι Αινιάνες και οι Οιταίοι, οι οποίοι ονομάζονταν περίοικοι.

Κατά τον Στράβωνα, σε απόσπασμα όπου αναφέρεται σε ποταμούς ως φυσικά όρια μεταξύ Μακεδονίας, Θεσσαλίας και Ηπείρου, (7, απόσπ.12) η Περραιβία ανήκε στη Μακεδονία: "ότι Πηνειός ορίζει την κάτω και προς τη θάλαττη Μακεδονίαν από Θετταλίας και Μαγνησίας, Αλιάκμων δε την άνω Μακεδονίαν ορίζει και έτι τους Ηπειρώτας και τους Παίονας και αυτός και ο Ερίγων και ο Αξιός και έτεροι".

Η περιοχή της Άνω Μακεδονίας υπήρξε σταθμός της πορείας του "πολυπλάνητου" έθνους των βορειοδυτικών ελληνικών φύλων στα οποία ανήκαν οι Μακεδόνες και οι Δωριείς(Ηρόδοτος 1.56, 8.137-139, Θουκυδίδης 2.99).

Στην Εποχή του Σιδήρου, γνωστή και ως ΠΓ-Γ εποχή, χρονολογούνται πολλά ταφικά ευρήματα από την Άζωρο και την περιοχή γύρω από αυτήν που μαρτυρούν τη στενή σχέση της με τους πληθυσμούς της Μακεδονίας. Οι πληθυσμοί από τη Μακεδονία έφθασαν στην Κεντρική και Ανατολική Θεσσαλία, όπως μαρτυρούν τα αρχαιολογικά ευρήματα.

Από την Περραιβία διέρχονται όλοι οι δρόμοι που συνδέουν τη Μακεδονία με τη νότια Ελλάδα. Η κοιλάδα του Τιταρήσιου αποτελούσε το δρόμο της διαβάσεως από την Πέτρα προς την Κάτω Μακεδονία και εχρησιμοποιείτο κατά προτίμηση σε πολέμους για να παρακαμφθεί η κοιλάδα των Τεμπών. Ο δεύτερος, μεταξύ του Τιταρήσιου και των Καμβουνίων, είναι τα γνωστά στενά της Βολουστάνας ή Σαρανταπόρου. Μια τρίτη διάβαση είναι αυτή που οδηγεί από την Λεπτοκαρυά-Ζηλιάννα-Ασκουρίδα προς Γόννους και τέλος στα ανατολικά όρια της Περραιβίας, η κοιλάδα των Τεμπών. Για το λόγο αυτό η περιοχή άλλαξε πολλές φορές κυρίαρχο και κατεχόταν εναλλάξ από τους Περραιβούς, τους Μακεδόνες ή από τους Θεσσαλούς.

Η Περραιβία μνημονεύεται από τον Ηρόδοτο(7.173.4), όταν περιγράφει την εισβολή των στρατευμάτων του Ξέρξη στη Θεσσαλία: "εσβολήν ες Θεσσαλούς κατά την άνω Μακεδονίην δια Περραιβών κατά Γόννων πόλιν, τη περ δή και εσέβαλε η στρατιή η Ξέρξεω". Η διέλευση των περσικών στρατευμάτων από την Περραιβία τεκμηριώνεται από τους δυο χρυσούς δαρειακούς που βρέθηκαν στις ανασκαφές της Αζώρου.

Το Κοινό των Τριπολιτών

Οι επιχειρήσεις των βασιλέων της Μακεδονίας κατά της Περραιβίας άρχισαν από το τέλος του 5ου αι.π.Χ. (410-400) επί Αρχελάου. Οι Μακεδόνες, στα μέσα του 4ου αι. επί Φιλίππου Β', προσπάθησαν να αποκτήσουν επιρροή στην περιοχή και προσάρτησαν το βορειότερο τμήμα της Περραιβίας, την Τρίπολη (Πύθιο, Άζωρο, Δολίχη) στην Ελιμιώτιδα της Άνω Μακεδονίας. Οι διαμάχες με τους γείτονες για εδαφικές κτήσεις δεν ήταν άγνωστες όπως μας πληροφορεί λατινική επιγραφή που βρέθηκε στη Δολίχη, σύμφωνα με την οποία ο αυτοκράτωρ Τραϊανός (101 μ.Χ.) καθορίζει τα όρια μεταξύ Ελιμιωτών και Δολιχινών επαναφέροντας σε ισχύ παλαιότερη διάταξη του βασιλιά Αμύντα Γ' (393-369 π.Χ.) που αφορούσε το ίδιο ζήτημα.

Στον 3ο αι. χρονολογούνται επιστολές, των Μακεδόνων βασιλέων, μια του Δημητρίου Β' (239-229π.Χ.) και δυο του Αντιγόνου Δώσωνας (229-222/1π.Χ.). Η μια-που χρονολογείται ακριβώς λόγω του ιστορικού γεγονότος που περιγράφεται, 222π.Χ.- απευθύνεται προς τον βασιλικό επιστάτη και αφορά την αποκατάσταση Τριπολιτών εταίρων, οι οποίοι έλαβαν μέρος στη μάχη της Σελλασίας το 222π.Χ., συνέβαλαν στη νίκη των Μακεδόνων και των συμμάχων επί των Σπαρτιατών και απέτρεψαν την ηγεμονία της Σπάρτης από την Πελ/σο.

Η Άζωρος, η Δολίχη και το Πύθιο, έμειναν υπό την Μακεδονική κυριαρχία από τα μέσα του 4ου αι. το τέλος του Β' Μακεδονικού πολέμου το 196 π.Χ. Τότε, μετά την ήττα του Μακεδόνα βασιλιά Φιλίππου Ε', συγκροτείται και πάλι το Κοινό των Περραιβίων, ένα είδος συμπολιτείας, και οι Ρωμαίοι ήταν πλέον οι ρυθμιστές των πολιτικών πραγμάτων στην περιοχή. Η περίοδος της αυτονομίας ήταν πολύ σύντομη, ως το 146 π.Χ. οπότε οι Ρωμαίοι κατέλαβαν τη χώρα. Οι Περραιβοί συμμετείχαν στη Δελφική Αμφικτιονία μέχρι το 30 π.Χ. Τότε ο Αύγουστος τους αφαιρεί την ψήφο και τους συνενώνει με τους Θεσσαλούς. Από τότε δεν αναφέρονται πλέον από τις ιστορικές πηγές.

Πύθιο

Γύρω από το λόφο “Άγιοι Απόστολοι” στις δυτικές υπώρειες του Ολύμπου, εκτείνεται το Πύθιο, θρησκευτικό κέντρο της Τριπολίτιδος. Εδώ έχουν αποκαλυφθεί τρεις ναοί που σχετίζονται με τρεις από τις κύριες θεότητες που προαναφέρθηκαν: Απόλλων Πύθιος, Ποσειδών Πατρώος και Άρτεμις. Οι ναοί χρονολογούνται στη ρωμαϊκή εποχή στα χρόνια του αυτοκράτορα Οκταβιανού Αυγούστου, αλλά κάτω από την τελευταία οικοδομική φάση υπήρχε πρωιμότερη.

Ο ρωμαϊκός ναός του Απόλλωνα Πυθίου διαστάσεων 33X13μ. είναι χτισμένος πάνω σε πόδιο –περιμετρικό πλακόστρωτο-ύψους 0,50μ. Έχει πρόναο και σηκό. Οι τοίχοι του είναι κατασκευασμένοι με σχιστόπλακα και επιχρισμένοι με κονιάματα. Στο ελάχιστο τμήμα του μαρμαροστρωμένου δαπέδου του σηκού που σώθηκε, βρέθηκαν σε θραύσματα δυο ακέφαλα λατρευτικά αγάλματα του θεού. Το ένα από αυτά φέρει στο βάθρο του την επιγραφή του καλλιτέχνη “Φιλήμων εποίησε”.

Κάτω από το επίπεδο του ρωμαϊκού σηκού βρέθηκαν επιγραφές και γλυπτά που προέρχονταν πιθανότατα από το αρχαιότερο ιερό. Από τις αναθηματικές επιγραφές πληροφορούμαστε ότι λατρεύονταν και άλλες θεότητες όπως ο Ασκληπιός, η Άρτεμις Φωσφόρος και Αγαγυλαία, ο Δίας Κεραύνιος και Ολύμπιος, η Αφροδίτη και ο Απόλλων Δώριος.

Η εξάπλωση της λατρείας του Πύθιου Απόλλωνα οφείλεται σε πολιτικούς λόγους. Μια πανελλήνια θεότητα, ο Πύθιος Απόλλων στα τέλη του 5ου-αρχές 4ου αι.π.Χ. υπήρξε αντικείμενο πολιτικής εκμετάλλευσης από τον Ιάσονα, τύρανο των Φερών, ο οποίος αφού έγινε ταγός των Θεσσαλών, χρησιμοποίησε αυτή τη θεότητα για να χτίσει τη θεσσαλική συνείδηση και ταυτότητα και μέσω αυτής να οικοδομήσει μια σταθερή τοπική κοινότητα που θα στήριζε την εξουσία του. Η επιλογή του Απόλλωνα έγινε διότι ήταν οικείος και αγαπητός θεός, καθώς οι τιμές που του αποδίδονταν στους Δελφούς ήταν κοινές και στη Θεσσαλία από τον 5ο αι.(επιγραφή από Θητώνιο που αναφέρεται στον Απόλλωνα Δελφαίο και από τη Λάρισα που αναφέρεται στον Απόλλωνα Πύθιο) . Επί πλέον η στενή σχέση Δελφών και Θεσσαλίας αποδεικνύεται από την περιοδική τέλεση ανά εννέα έτη των εορτών των Σεπτηρίων στο ιερό του θεού στα Τέμπη . Οι τελετές περιελάμβαναν αναπαράσταση του εξαγνισμού του Απόλλωνα, συγκομιδή της δάφνης και την επιστροφή στους Δελφούς “δαφνοφορία”. Αυτές οι τελετές είχαν την προέλευσή τους όχι στους Δελφούς αλλά στους κατοίκους της περιοχής δηλ. στους Θεσσαλούς και στους Περραιβούς, οι οποίοι ως το τέλος της ελληνιστικής εποχής διατήρησαν τις γιορτές και τη λατρεία. Επιγραφές αποκαλύπτουν την ύπαρξη ενώσεων με δαφνοφόρους (δαυχνάφοροι) στις Φερές, στη Γυρτώνη και στο Δώτιο. Οι ενώσεις αυτές διασφαλίζουν τον καθιερωμένο και μόνιμο χαρακτήρα της δελφικής πομπής.

Η λατρεία του Πύθιου Απόλλωνα μαρτυρείται στην περιοχή της Περραιβίας (Ελασσόνα, Γόννοι, Πύθιο, αλλά και στη Λάρισα , στην Κραννώνα και άλλες θέσεις όπως μαρτυρούν επιγραφικά ευρήματα. Η απεικόνιση της Απολλώνιας τριάδας απαντά σε δυο ανάγλυφα της Περραιβίας (α)αναθηματικό ανάγλυφο από τον Γοννοκόνδυλο που είχε μετονομαστεί από τους Μακεδόνες σε Ολυμπιάδα, με την επιγραφή Απόλλωνι Πυθίω Αντιγόνα Ξενάρχου ανέθηκεν και β) αναθηματική στήλη. Το δεύτερο είναι μια πολύ σημαντική επιγραφή για την ιστορία της Περραιβίας, η οποία χρονολογείται στο α΄ μισό του 4ου αι. π.Χ. Πρόκειται για ένα κατάλογο των Περραιβικών πόλεων και αποτελεί την παλαιότερη επιγραφική μαρτυρία γί

αυτές. Κάτω από την παράσταση της Απολλώνιας τριάδας (Απόλλων Πύθιος, Άρτεμις, Λητώ), στην επιγραφή που δεν σώζεται ολόκληρη περιλαμβάνονται ονόματα πόλεων σε γενική και ονόματα πολιτών-αντιπροσώπων στη δελφική αμφικτυονία, των αναφερομένων πόλεων σε ονομαστική. Οι πόλεις δεν εκλέγουν τον ίδιο αριθμό αντιπροσώπων: Ολοοσσών(3-4), Φάλαννα(6;), Μυλαί(3), Χυρετίαι(2), Ερεϊκίνιο(1-2), Μάλλοια(2), Μονδαία(2) και Γόννοι(5). Δεν περιέχονται οι πόλεις Πύθιο, Δολίχη, Άζωρος, επειδή κατά τον 4ο αι., εποχή που χρονολογείται η επιγραφή, ανήκαν στη Μακεδονία. Για τις πόλεις της Περραιβίας που βρίσκονται στην κοιλάδα του Ευρωπού: Μονδαία, Μάλλοια, Χυρετίες, Ερεϊκύνιον και Μυλές δεν υπάρχουν ασφαλείς ενδείξεις για την ταύτιση όλων με συγκεκριμένες θέσεις.

Ο Απόλλων τιμάται επίσης στην Περραιβία με τα επίθετα Λύκειος και Δώρειος. Το επίθετο Λύκειος παλιότερα είχε συσχετιστεί με τη ρίζα της λέξης *lux* και ο “λύκιος” Απόλλων θεωρήθηκε θεός του φωτός ή του ηλίου. Στα νεώτερα χρόνια μερικοί το συσχετίζουν με τη Λυκία και θεωρούν τον Απόλλωνα θεότητα μικρασιατικής καταγωγής, οι περισσότεροι όμως το σχετίζουν με το λύκο θεωρώντας τον Απόλλωνα θεό ποιμενικό και προστάτη των κοπαδιών από τους λύκους, “λυκόεργο” ή “λυκοκτόνο”. Η επωνυμία Δώρειος συνδέεται με τους Δωριείς.

Στην Αρτέμιδα, αδελφή του Απόλλωνα, κατ’ εξοχήν παρθενική θεά, είναι αφιερωμένος ο δεύτερος ναός του Πυθίου. Ναοί της υπήρχαν σε πόλεις και χωριά της Θεσσαλίας και της Περραιβίας, σε άλση αφιερωμένα σ’ αυτή ή τεμένη με βωμούς της (Γόννοι, Τέμπη, Άζωρος). Λατρεύτηκε ως κυνηγέτις-απεικονίζεται με τόξο και φαρέτρα- και προστάτιδα της άγριας πανίδας αλλά και ως θεά του τοκετού ή ως κουροτρόφος.

Ο τρίτος ναός του Πυθίου, είναι αφιερωμένος στον Ποσειδώνα Πατρώο. Έχει τις ίδιες διαστάσεις με αυτόν του Απόλλωνα. Οι Θεσσαλοί τιμούσαν τον Ποσειδώνα ως χθόνιο γαιήοχο και γαιοσειστή, όχι ως θαλάσσιο θεό. Ο Ηρόδοτος (Ζ’ 129) αναφέρει ως ζωντανή την παράδοση πως ο θεός αυτός άνοιξε τον αυλώνα των Τεμπών ανάμεσα στα βουνά Όλυμπο και Όσσα για να βρει διέξοδο στη θάλασσα ο Πηγνείος και να φανεί η κατακλυσμένη με νερά θεσσαλική πεδιάδα. Ο Όμηρος συνοδεύει το όνομά του με επίθετα που τον δένουν με τη γη: ενοσίχθων, εννοσίγαιος (αυτός που σείει τη γη).

Η μεγάλη τοπική γιορτή τα Πελώρια, λέγεται ότι είχε καθιερωθεί από τον βασιλιά Πελασγό, τη μέρα που πληροφορήθηκε πως ο σεισμός έσπασε τα Τέμπη και έφυγε το νερό της λίμνης. Κατά τη γιορτή οι Θεσσαλοί εστιούσαν ντόπιους και ξένους και την ημέρα αυτή υπηρέτες ήταν οι εν αξιώματι (Αθήναιος, 14, 639 b-f). Στα ιστορικά χρόνια ήταν πολύ διαδεδομένη στη θεσσαλική ενδοχώρα η λατρεία του χθόνιου Ποσειδώνα που είχε το προσωνύμιο Πετραίος, γιατί κατά τον σχετικό αιτιολογικό μύθο ο Ποσειδώνας είχε σκίσει με την τρίαινα το βράχο και έκανε να αναπηδήσει το πρώτο άλογο στον κόσμο ο Σκύφιος. Στα Τέμπη τελούνταν προς τιμήν του ιππικοί αγώνες, τα Πετραία.

Σε όλα τα ποσειδώνια της ενδοχώρας (Θεσσαλίας, Στερεάς Ελλάδας, Πελοποννήσου) αναγνωρίζονται οι ιδιότητες του θεού ως κυρίαρχου του κάτω κόσμου και γαιοσειστή είτε την άμεση εξέλιξή του ως θεό των πηγών που αναδύονται από τα έγκατα της γης και βοηθούν τη βλάστηση.

Στον Πηνειό έχουν εντοπισθεί παρόχθια ιερά που σχετίζονται με τη λατρεία του ίδιου και των Νυμφών, στον Άτραγα και στον Τιταρήσιο κοντά στο Δαμάσι.

Δολίχη

Πρόταση για την ταύτιση της Δολίχης με θέση που ανασκάφηκε ΝΑ του Σαρανταπόρου σε στρατηγικής σημασίας θέση κοντά στο πέρασμα Βολουστάνα έγινε από τον επίτιμο Έφορο Αρχ/των κ. Α.Τ., βάσει ενός δίγλωσσου (ελληνικά-λατινικά) οριοδείκτη που βρέθηκε το 1997. Σ' αυτό το σημείο εντοπίστηκε ακρόπολη οχυρωμένη με ισχυρότατο τείχος πλ.3μ. ενισχυμένο από ημικυκλικούς εξωτερικά πύργους (διαστήματα 29μ.). Μέσα στην πόλη ανασκάφηκε τμήμα στοάς ελληνιστικών χρόνων σε μήκος 85μ. Περιμετρικά της στοάς άρχισαν να αποκαλύπτονται κτίρια σε δυο οικοδομικές φάσεις, του 3ου αι.π.Χ. και των αυτοκρατορικών ρωμαϊκών χρόνων.

Ωστόσο στις ανασκαφές που διενεργεί η 7η ΕΒΑ στο Καστρί Λιβαδίου με πολύ σημαντικά αποτελέσματα, από το πλήθος επιγραφών της ελληνιστικής και ρωμαϊκής εποχής, ξεχωρίζει μια τιμητική επιγραφή που μας πληροφορεί ότι η πόλις των Δολιχαίων τιμά την γυναίκα του Φοξίνου και τη θεωρεί ευεργέτιδά της.

Η παρουσία συνεπώς δυο επιγραφών σε διαφορετικά σημεία, που αναγράφουν την ονομασία της Δολίχης, ίσως πρέπει να μας κάνει επιφυλακτικούς για την αποδοχή της μιας ή της άλλης άποψης αν δεν προηγηθεί μελέτη όλων των δεδομένων.

Στο Καστρί Λιβαδίου από επιγραφές βεβαιώνεται η λατρεία του Ηρακλή Κυναγίδα, του οποίου το ιερό θα πρέπει να βρίσκεται μέσα στην ακρόπολη ή στην πόλη .

Αζωρος

Στην περιοχή της Αζώρου μετά από πρόσφατες επιφανειακές έρευνες της ΙΕ' ΕΠΚΑ και του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας έχει διαπιστωθεί κατοίκηση από την νεολιθική εποχή και την Πρώιμη εποχή του Χαλκού.

Η Αζωρος είναι χτισμένη πάνω σε λόφο δίπλα στο ποτάμι και εποπτεύει όλη την περιοχή. Τα τείχη είναι οργανωμένα σε τρεις ζώνες που αντιστοιχούν πιθανότατα με διαφορετικές χρονικά περιόδους και ανάγκες. Το ύψος τους σε ορισμένα σημεία φθάνει τα 4μ. και ενισχύονται από ορθογώνιους πύργους.

Στις ανασκαφές του 1995-6 αποκαλύφθηκε ένα πολύ μικρό τμήμα της πόλης, με την επισήμανση ενός αναλημματικού τοίχου του 5ου αι.π.Χ. μήκους 47μ., χτισμένου με πολυγωνικό σύστημα.

Σε ψηλότερο επίπεδο και παράλληλα προς αυτόν, ένας τοίχος της ελληνιστικής εποχής, ορίζει ένα οικοδόμημα με επιχρίσματα στους τοίχους. Στο κτήριο αυτό, του 3ου αι.π.Χ., βρέθηκε στημένη στη θέση της μια επιγραφή –επιστολή του βασιλιά της Μακεδονίας Αντίγονου του Δώσωνος, προς τον βασιλικό επιστάτη της περιοχής και αφορούσε την διαχείριση της περιουσίας κάποιου Νικάρχου, γιού του Αλκίππου, ο οποίος εγκατέλειψε άκληρος τον μάταιο τούτο κόσμο. Οι βασιλικοί επιστάτες στα χρόνια της μακεδονικής κυριαρχίας, σύμφωνα με τις

πληροφορίες του Διοδώρου, έμεναν στον τόπο των κατακτημένων χωρών, είχαν δικούς τους γραμματείς, δική τους αστυνομία και εκπροσωπούσαν τη βασιλική εξουσία.

Ανατολικότερα, ανασκάφηκε ένα κτίριο το οποίο ο ανασκαφέας ονομάζει ναό ρωμαϊκό, διαστάσεων 8X13μ. Παράλληλα σ' αυτό το κτίριο, ανασκάφηκε χριστιανικός ναός και αρκετοί τάφοι της ίδιας εποχής. Στον περιβάλλοντα χώρο των κτισμάτων που προαναφέραμε επισημάνθηκαν τμήματα αρχιτεκτονικών μελών που ανήκουν πιθανόν σε ναό και τμήματα γλυπτών: γείσα, βάσεις κίωνων, αετώματα με επιγραφές που αναφέρουν τον Απόλλωνα Λύκειο, οι δυο χρυσοί δαρειακοί, επιτύμβιες στήλες, κ.α. Τα ευρήματα αυτά που σχετίζονται με ιερό, μας κάνουν να σκεφθούμε μήπως η βασιλική επιστολή στήθηκε σε ένα μεγάλο και πολυσύχναστο ιερό ή δημόσιο χώρο, Αγορά, όπως άλλωστε συνηθίζονταν σε όλες τις αρχαίες πόλεις.

Η λατρεία του Διός Υψίστου τεκμηριώθηκε από την αναθηματική στήλη που απεικονίζει τον αετό με ανοιχτά φτερά και την επιγραφή :Ερμοκλής Υψίστω Ευξάμενος δώρον.

Ο Δίας Ύψιστος αποτελεί μια διαφορετική υπόσταση από τον Δία Ολύμπιο. Είναι ο θεός του Ουρανού, των κορυφών του Ολύμπου, αποτελεί τον μοναδικό, τον ανώτερο θεό. Ο αετός είναι το σύμβολο του θεού ως βασιλιάς των πετεινών του Ουρανού, και χρησιμοποιείται σε όλες τις απεικονίσεις του θεού. Στο Ιερό του θεού στο Δίον βρέθηκαν 14 αναθήματα με απεικόνιση του αετού. Η λατρεία του Διός Υψίστου φαίνεται ότι καλλιεργήθηκε πιο έντονα στις αρχές του 2ου αι.π.Χ. από τους μακεδόνες βασιλείς Φίλιππο Ε΄ και Περσέα.

Έξω από την πόλη εκτείνονταν τα νεκροταφεία απ' όπου περισυλλέγησαν πάνω από εκατό επιτύμβιες στήλες και εντοπίστηκε ένας τύμβος με θαλαμωτό τάφο μακεδονικού τύπου που ήταν συλημένος.

Η πόλη κατοικήθηκε και στα βυζαντινά χρόνια. Στη θέση "Παλιοκλήσι" κατά τα έτη 1996-1998, η 7η Ε.Β.Α. πραγματοποίησε ανασκαφές όπου αποκαλύφθηκε μια Στοά σε δυο οικοδομικές φάσεις προφανώς ελληνιστικής ή ρωμαϊκής εποχής. Το δάπεδο έφερε λίθινες πλάκες οι οποίες καταστράφηκαν από παλαιοχριστιανικές ταφές. Από αυτήν προέρχεται ένα άτεχνο άγαλμα Αρτέμιδος.

Ολοσσών

Η ταύτιση της Ολοσσόνας με την Ελασσόνα βασίζεται στη συνεχή χρήση του αρχαίου ονόματος από τον Όμηρο μέχρι τη σημερινή εποχή. Η συνοικία "Βαρούσι" κατελάμβανε την κάτω πόλη της αρχαίας Ολοσσόνας σύμφωνα με τη μαρτυρία του Α. Αρβανιτόπουλου για την κατάσταση των αρχαιοτήτων που αντίκρισε στις αρχές του 20ου αι. στην Ελασσόνα. Διέκρινε ελάχιστα υπολείμματα του αρχαίου τείχους και τμήμα του αρχαίου νεκροταφείου κατά μήκος του ποταμού. Λίθοι του τείχους της ακρόπολης χρησιμοποιήθηκαν για το κτίσιμο της Παναγίας της Ολυμπιώτισσας. Μέσα στην αρχαία ακρόπολη εντοπίστηκαν λείψανα κτιρίου και κεραμικής ελληνιστικής εποχής καθώς και νεολιθική κεραμική και εργαλεία. Εδώ πρέπει να βρισκόταν η Ομηρική πόλη (Ιλιάς Β 738 κ.εξ.).

Το επίθετο λευκή προέρχεται από τη λάμψη και τη φωτεινότητα των ασβεστούχων βράχων και των βουνών γύρω από την πόλη και συμπίπτει με τον χαρακτηρισμό "ασπρή"(άσπρη γη)

όπως ονομάζεται ο τόπος από την κορυφή της Μελούνας προς την Ολοσσόνα, καθώς και με την εξήγηση του Στράβωνα ΙΧ 5.19 “και Ολοόσων δε λευκή προσαγορευθείσα από του λευκάργιλος είναι”.

Από περισυλλογή και από ανασκαφές τάφων προέρχονται λίγα ευρήματα μυκηναϊκής εποχής, ενώ στις δυτικές παρυφές της πόλης ανασκάφηκε ένας θολωτός τάφος της Γεωμετρικής εποχής. Περιείχε πλήηνα αγγεία, χάλκινα και χρυσά κοσμήματα και ψήφους όρμου.

Όπως αποδεικνύεται από δυο νομίσματα που βρίσκονται σε ιδιωτική συλλογή του εξωτερικού, η Ολοσσών είχε δικό της νομισματοκοπείο ήδη από τον 5ο αι. π.Χ. Η παράσταση του εμπροσθότυπου απαντά στη θεσσαλική και μακεδονική εικονογραφία των νομισματικών τύπων του 5ου και 4ου αι.π.Χ. και σε πολλές θεσσαλικές πόλεις όπως η Κραννών, η Λάρισα, η Πέλινα, η Φάρσαλος, οι Φερές και η Τρίκκη. Εικονίζεται υπέας με πέτασο, κοντό χιτώνα και χλαμύδα που ανεμίζει. Η “υπερτοπική” χρήση της παράστασης ταυτίζει τον υπέα με τον Θεσσαλό ήρωα. Στον οπισθότυπο εικονίζεται ο Δίας Κεραύνιος.

Ο αγαλματικός τύπος του Διός Κεραύνιου απαντά και σε ανάγλυφο που βρέθηκε στο χωριό Τοπόλιανη κοντά στο Πύθιο.

Επιγραφές, αναθήματα ιερέων στη θεότητα που υπηρετούσαν, μαρτυρούν για τη λατρεία του Απόλλωνος Λυκείου, του Ηρακλή και του Ασκληπιού.

Δυο γραφές για την ονομασία της πόλης παραδίδονται από τις αρχαίες πηγές: η ομηρική Ολοόσων και Ολοσσών, η οποία χρησιμοποιείται σε μνημεία των ιστορικών χρόνων: σε απελευθερωτικές επιγραφές του 1ου και των αρχών του 2ου αι. μ.Χ.(εποχή Αυγούστου και Τιβερίου) που βρέθηκαν στην Παναγία Ολυμπιώτισσα και στα νομίσματα: ΟΛΟΣΣΟ-Ν[ΙΩΝ].

Ο Αρβανιτόπουλος ήταν ο πρώτος που μέσα στις δυσκολίες των χρόνων της απελευθέρωσης της Ελασσόνας, ασχολήθηκε με τις αρχαιότητες της περιοχής, ανέσκαψε, κατέγραψε και ίδρυσε το πρώτο μουσείο στην Ελασσόνα, στο κτίριο του τούρκικου τελωνείου, όπου έναν αιώνα μετά προσπαθούμε να ξαναστήσουμε ένα μουσείο.

Οι πόλεις στη νότια χώρα της Περραιβίας

Κονδαία

Ταυτίζεται με τη θέση Ροδιά Τυρνάβου και σύμφωνα με επιγραφή (I.G.IX 2, 521) είναι Περραιβική πόλη. Από το νεκροταφείο της Κονδαίας προέρχονται κτερίσματα και επιτύμβιες στήλες, μερικές από τις οποίες αποτελούν ιδιαίτερα σημαντικά δείγματα των θεσσαλικών εργαστηρίων πλαστικής της κλασικής εποχής(η στήλη της θηλάζουσας μητέρας που χρονολογείται στο τέλος του 5ου αι.π.Χ. καθώς και η στήλη του νέου που κρατάει λαγό).

Ηλώνη

Ο Όμηρος την αναφέρει μαζί με την Ολοσσόνα ανάμεσα στις πόλεις του Πολυποίτη. Κατά τον Στράβωνα η πόλη αυτή ονομάζεται Λειμώνη στα ιστορικά χρόνια (Στράβων ΙΧ, 440: η δ’ Ηλώνη μετέβαλε τούνομα Λειμώνη μετονομασθείσα. Κατέσκαπτε δε νυν.). Για την πόλη αυτή δεν υπάρχει άλλη ιστορική μαρτυρία, ούτε νομίσματα, ούτε επιγραφές.

Η θέση της πόλης κάτω από τον Όλυμπο, τα πλούσια λιβάδια που ποτίζονται από την πηγή Μάτι και ο έλεγχος των στενών της Μελούνας, η αρχαιολογική θέση με κατοίκηση κατά τη Μέση και Ύστερη εποχή του Χαλκού στο “Πάνω Αργυροπούλι” και οι ανασκαφές δυο θολωτών ΠΓ τάφων, ενισχύουν την ταύτιση της Ηλώνης με τη θέση του Αργυροπουλίου.

Γόννοι

Βρίσκονται 4χλμ. περίπου δυτικά των Τεμπών στη θέση Καστρί ή Παλαιόκαστρο μεταξύ της Ιτέας και της σύγχρονης κωμόπολης των Γόννων. Οι Γόννοι υπήρξαν μια από τις σπουδαιότερες πόλεις των Περραιβών λόγω της στρατηγικής τους θέσης, καθώς ήλεγχαν τις δυο κύριες διόδους επικοινωνίας της Θεσσαλίας με τη Μακεδονία, δηλ. τη δίοδο των Τεμπών και την ορεινή διάβαση του Κάτω Ολύμπου, μέσω Καλλιπεύκης.

Τα τείχη της αρχαίας πόλης περιβάλλουν τρεις λόφους που σχηματίζουν ένα φυσικό αμφιθέατρο ανοιχτό προς τα ΝΑ και σε ορισμένα σημεία σώζονται σε ύψος 6μ.

Στα μέσα του 4ου αι. π.Χ. οι Γόννοι ουσιαστικά προσαρτήθηκαν στη Μακεδονία από τον Φίλιππο Β΄. Οι Μακεδόνες βασιλείς οχύρωσαν την πόλη, την οργάνωσαν διοικητικά και κατασκεύασαν δημόσια κτίρια και ναούς. Οι Γόννοι έπαιξαν ιδιαίτερα σημαντικό ρόλο στο αμυντικό σύστημα των Μακεδόνων κυρίως κατά την περίοδο του Β΄ και Γ΄ Μακεδονικού πολέμου. Μετά την ήττα των Μακεδόνων από τους Ρωμαίους, οι Γόννοι χάνουν την παλιά τους αίγλη, για να περιπέσουν σε παρακμή κατά την αυτοκρατορική εποχή.

Τον πιο ψηλό λόφο κατελάμβανε η ακρόπολη στην κορυφή της οποίας βρίσκεται ο αρχαϊκός ναός της Αθηνάς Πολιάδος. Μπροστά στο ναό, στο εσωτερικό του περιβόλου ήταν στημένα ψηφίσματα και αναθηματικές επιγραφές. Βρέθηκαν πήλινα γείσα και ακροκέραμα, αγγεία, χάλκινες πόρπες κλ.π.

Ναός Αρτέμιδος Εννοδίας (αλλά και Ευωνύμου σύμφωνα με μια επιγραφή) επισημάνθηκε δυτικά της ακρόπολης.

Στην πεδιάδα, νοτιοδυτικά της αρχαίας πόλης, βρέθηκαν τα λείψανα ενός κτιριακού συγκροτήματος που ταυτίστηκαν με μεγάλη πιθανότητα με ιερό του Ασκληπιού και της Υγείας. Η χρήση του ιερού χρονολογείται από τον 3ο αι.π.Χ. ως τα ρωμαϊκά χρόνια. Από το πλήθος των ευρημάτων (νομίσματα, αναθηματικές στήλες, αγγεία) ξεχωρίζει ο κορμός αγαλαματιδίου μικρού αγοριού με χλαμύδα.

Στους Γόννους λατρευόταν ακόμα ο Απόλλων με την επίκληση Πανλίμνιος και Αισώνιος με άμεση αναφορά στην Αισωνία και στην ανάδειξη του Απόλλωνα ως προστάτη της Αργοναυτικής εκστρατείας και των ναυτιλομένων (και οι δυο επικλήσεις σχετίζονται με την προστασία αυτών που κινδύνευαν στα νερά των λιμνών και θαλασσών).

Από τις επιγραφές μαθαίνουμε για δημόσια κτίρια, όπως το νομοφυλακείο και το πρυτανείο, για ψηφίσματα τιμητικά και προξενικά, διευθέτηση συνοριακών διαφορών κ.α.

Επίλογος

Ένας αριθμός αρχαίων τοπωνυμίων της Περραιβίας έχει ταυτιστεί με ασφάλεια με θέσεις όπου έχουν εντοπιστεί μνημεία κινητά και ακίνητα. Ωστόσο υπάρχουν ακόμη πολλά τοπωνύμια που αναμένουν την σύνδεσή τους με κάποιο συγκεκριμένο χώρο, αλλά και χώροι με ευρήματα που παραμένουν ανώνυμοι και ουσιαστικά ανεξερεύνητοι λόγω της έλλειψης ασφαλών στοιχείων. Η ΙΕ' Ε.Π.Κ.Α. έχει δημιουργήσει τρεις επισκέψιμους αρχαιολογικούς χώρους στο Πύθιο, Σαραντάπορο και Άζωρο. Οι επισκέψεις σ' αυτούς τους χώρους γίνονται μετά από συνεννόηση. Το καλοκαίρι του 2010 και 2011 προσπαθήσαμε να φέρουμε σε επαφή τα μνημεία με το κοινό, ανοίγοντας για μια ξενάγηση και μουσική εκδήλωση τους χώρους του Πυθίου και της Αζώρου. Το 2011 περιήλθε στην αρμοδιότητα της ΙΕ' Ε.Π.Κ.Α. το κτήριο του τουρκικού τελωνείου Ελασσόνας για να στεγάσει την αρχαιολογική συλλογή της πόλης. Αυτή την εποχή προετοιμάζουμε σε συνεργασία με το Δήμο Ελασσόνας το κτήριο και ταυτόχρονα συντάσσεται η μουσειολογική και μουσειογραφική μελέτη. Η έκθεση και το εποπτικό υλικό στοχεύουμε να λειτουργήσει ως κέντρο πληροφόρησης για όλη την Περραιβία και να προωθήσει τα αποτελέσματα των μελετών και των ερευνών όλου του διαθέσιμου ως σήμερα υλικού προς κάθε ενδιαφερόμενο αλλά κυρίως προς την εκπαιδευτική κοινότητα.

Η Θρησκευτική Παράδοση των Παραολύμπιων Οικισμών, Κώστας Λάζαρης, φιλόλογος

Ένας από τους παράγοντες που συναποτελούν την ταυτότητα ενός λαού είναι και η παράδοση.

Η θρησκευτική παράδοση, στην περίπτωση των δυτικών παραολύμπιων οικισμών, δηλ. της σημερινής επαρχίας Ελασσόνας που παλαιότερα ονομαζόταν Περραιβία, έχει τα δικά της χαρακτηριστικά, όπως διαμορφώθηκαν στο διάβα των αιώνων.

Γιατί η θρησκευτική παράδοση δεν είναι μια αφηρημένη έννοια ή απρόσωπη διαδικασία.

Είναι η θρησκευτική πίστη, όπως γεννήθηκε και ρίζωσε στις ψυχές των ανθρώπων στη διαχρονική αναζήτησή τους προκειμένου να βρουν απάντηση στα αιώνια και πανανθρώπινα μεταφυσικά ερωτήματα: από πού, γιατί και πού.

Διαμορφώθηκε δε σε συγκεκριμένο χρόνο και χώρο από ανθρώπους και εκφράζεται με τις εκδηλώσεις τους, τους θεσμούς, τις ιδέες, τις αντιλήψεις περί του θείου, τις λατρευτικές τελετές, τους ναούς, την τέχνη.

Κυρίαρχο ρόλο στη διαμόρφωση της θρησκείας, των σχετικών μύθων και της θρησκευτικής παράδοσης στους παραολύμπιους οικισμούς και γενικότερα στην επαρχία μας κατά την προχριστιανική εποχή έπαιξε ασφαλώς η γεωγραφική θέση και το φυσικό περιβάλλον, κυριώτατα δε ο Όλυμπος.

Ο Όλυμπος, βουνό πανύψηλο και μεγαλοπρεπές, ορατός από κάθε σημείο της Ελασσόνας, αλλά και από κάθε σπιθαμή γης της αρχαίας Περραιβίας, ασκούσε γοητεία και προκαλούσε δέος στους ανθρώπους με τις άγριες χαράδρες και τον επιβλητικό όγκο του.

Στις κορυφές του φαντάστηκαν την κατοικία των θεών του οι πρόγονοί μας κι έγινε από τότε ο Όλυμπος βουνό σύμβολο της ιδεολογίας του Δωδεκαθέου.

Πολύ σωστά υποστηρίζει ο ιστορικός και βαλκανιολόγος Αχ. Λαζάρου ότι ο Όλυμπος είναι η θρησκευτική και εθνική κοιτίδα του ελληνισμού, αφού το θρησκευτικό οικοδόμημα που συγκροτήθηκε με βάση τις περί αυτόν σχετικές μυθικές δοξασίες συνετέλεσε μεταξύ των άλλων στη σφυρηλάτηση της εθνικής ενότητας των Ελλήνων.

Εδώ λοιπόν οι πρόγονοί μας δημιούργησαν οργανωμένες κοινωνίες, ίδρυσαν ονομαστές πόλεις και χωριά, τη Λευκή Ολοοσσόνα του Ομήρου, την Άζωρο, τη Δολίχη, το Πύθιο και την Κύφο, τις Χυρετίες, τη Μονδαία κ.ά., και ακολούθησαν την τύχη των άλλων Ελλήνων, καλλιέργησαν τη γη και ανήγειραν ιερά για να λατρεύουν τους θεούς τους υπό τη σκια-κυριολεκτικά-του Ολύμπου.

Ανθρωπομορφική ήταν η θρησκεία του Δωδεκαθέου. Ο Δίας, πατέρας θεών και ανθρώπων κάθεται στο θρόνο του, στην κορυφή του βουνού – στο Μύτικα, και εξαπολύει τους κεραυνούς του, το σύμβολο των καιρικών μεταβολών και το όργανο της θείας δίκης και τιμωρίας.

Στο παλάτι του και οι άλλοι θεοί, Ήρα, Αθηνά, Ποσειδώνας και λοιποί, ο καθένας με τις ιδιότητες που οι ίδιοι οι άνθρωποι τους απέδωσαν. Εκεί κοντά και το εργαστήρι του Ηφαίστου, στο Καζάνι, που από τον άνεμο στριφογυρίζουν τα σύννεφα και ανεβαίνουν προς τα πάνω.

Εκτός από το Δωδεκάθεο η θρησκεία των Περραιβών ήταν γεμάτη – σύμφωνα με αρχαίες μαρτυρίες- από πλήθος θεογονικές και μυθολογικές παραδόσεις και από δευτερεύουσες θεότητες, όπως οι Μούσες που λατρεύονταν στα Λείβηθρα (περιοχή των Κανάλων).

Ξεχωριστά λατρευτικά κέντρα δημιούργησαν: για το Δία στην Άζωρο, το Μαντείο του Δωδωναίου Πελασγικού Διός των Περραιβών, για τον Απόλλωνα στο Πύθιο, το ιερό Μαντείο του Πυθίου Απόλλωνα, για την Θέμιδα ιερό στην Μονδαία (Παλαιόκαστρο), ενώ για τον Ασκληπιό υπήρχε ιερό (Ασκληπιείο) στην Ακρόπολη των Χυρετιών (Δομενίκου) και στο λόφο της Ολυμπιώτισσας στην Ελασσόνα.

Σ' αυτά τιμούσαν ιδιαίτερα και με κάθε επισημότητα τους θεούς, τους προσέφεραν θυσίες και ζητούσαν ανταπόδοση και προστασία.

Σύμφωνα με τη γνώμη των ιστορικών ο Ποσειδώνας λατρευόταν με εντελώς ξεχωριστό τρόπο.

Οι Περραιβοί, όπως και όλοι οι Θεσσαλοί, πίστευαν ότι ο θεός αυτός στάθηκε ο μεγαλύτερος ευεργέτης τους, καθώς με την τρίαινά του απέσυρε τα νερά από το έδαφος της πατρίδας τους και τους χάρισε την καρποφόρα γη και τα πλούσια λιβάδια. Για το λόγο αυτό τον ονόμαζαν «Πετραίο Ποσειδώνας». Πίστευαν ακόμη ότι ο ίδιος ο θεός τους χάρισε εξαιρετικής ράτσας άλογα και τους ονομαστούς ταύρους που είχαν σημαντική θέση στην οικονομική, κοινωνική και στρατιωτική ζωή της χώρας. Γι' αυτό και καθιέρωσαν μεγαλόπρεπες αθλητικές εκδηλώσεις προς τιμήν του «Ταύρειου Ποσειδώνας», τα Ποσειδώνια Ταύρεια ή Ταυροκαθάψια.

Η ξεχωριστή αυτή τιμή και λατρεία του Ποσειδώνα φαίνεται καθαρά στα Περραιβικά νομίσματα. Σε νομίσματα της «Ολοοσώνος» απεικονίζονται ακόμη ο Δίας, η Ήρα και η Αθηνά.

Από πολύ νωρίς μπήκε, επίσης, στη λατρεία των Περραιβών και ο «Καρπαίος Διόνυσος». Το θεό αυτό της καρποφορίας της γης, τον προστάτη των αμπελιών και του γλεντιού φαίνεται ότι τον τίμησαν υπερβαλλόντως, αν κρίνουμε από τους τρόπους και τις συνήθειες των Περραιβών. Ο Θεόπομπος τους χαρακτήρισε «ακόλαστους», ο Αθήναιος «ευτραπέζιους» (=καλοφαγάδες) και ο Λουκιανός «εξαίρετους χορευτές».

Σύμφωνα με τον Γρηγόρη Βέλκο, απομεινάρια από τις παλιές εκείνες Διονυσιακές γιορτές, με τις παννύχιες ευωχίες, τους χορούς και τα ξεφαντώματα ίσως να είναι και τα ποικίλα και γραφικά έθιμα της επαρχίας μας με τα «μπαμπαλιούργια» και τα «ροκατσάρια», στα οποία χρησιμοποιούνται για το μασκάρωμα δέρματα ζώων, προσωπίδες, κουδούνες...

Ιδιαίτερο στοιχείο στη γεμάτη προλήψεις και δεισιδαιμονίες κοινωνική ζωή των Περραιβών ήταν και η μαγεία και μαγγανία, πράγμα που εντυπωσίασε τους Ρωμαίους συγγραφείς, οι οποίοι μιλούν με λεπτομέρειες για τις μαγικές τελετές.

Όσο πλησιάζουμε προς το τέλος της π.Χ. αρχαιότητας τόσο περισσότερο αμφισβητείται από Έλληνες φιλοσόφους και ποιητές η αλήθεια της Αρχαίας θρησκείας, που δεν τους ικανοποιεί πλέον εσωτερικά.

Ήδη η ανθρωπότητα –εκτός από τις προρρήσεις των Ισραηλιτών Προφητών- με το σπερματικό λόγο είχε αρχίσει να ετοιμάζεται για κάτι καινούριο, για την έλευση του Μεσσία.

Και οι Περραιβοί συνειδητοποίησαν ότι τα ανθρώπινα πάθη και οι αδυναμίες δεν μπορεί να είναι γνωρίσματα του «θείου». Απογοητευμένοι καθώς ήταν από το άδικο, σάπιο και διεφθαρμένο παλιό ρωμαϊκό καθεστώς, είχαν κάθε λόγο να εγκαταλείψουν την παγανιστική θρησκεία της πλάνης.

Συγκλονίστηκαν από τον επαναστατικό και συνάμα γλυκό λόγο του Ευαγγελίου του Χριστού και ενωρίς ασπάστηκαν τη θρησκεία της αγάπης.

Ο πρώτος σπόρος της χριστιανικής διδασκαλίας έπεσε στην Ελασσόνα τον 1ο μ.Χ. αιώνα πιθανόν από τον Απόστολο Παύλο. Εκείνος που αναμφίβολα δίδαξε συστηματικά και δημιούργησε την πρώτη χριστιανική εκκλησία στην περιοχή ήταν ο Απόστολος Ανδρέας ο Πρωτόκλητος, ο οποίος, σύμφωνα με τις πράξεις των Αποστόλων διελθών τε την Θεσσαλίαν και Ελλάδα και τους εν αυταίς ταις πόλεσιν το της οικονομίας Χριστού του Θεού μυστήριον εκθέμενος αυτόθεν μέτεισιν προς την Αχαΐαν».

Το γεγονός της παρουσίας του Απ. Ανδρέα στην Ελασσόνα επιβεβαιώνει μια σπουδαία ανακάλυψη που έγινε πριν 40 χρόνια. Συγκεκριμένα το 1972 ανακαλύφθηκε στη συνοικία Βαρόσι, δίπλα από το ναό της Παναγίας, ένα ενεπίγραφο ψηφιδωτό δαπέδου, το οποίο σύμφωνα με τους αρχαιολόγους ανήκει σε πρωτοχριστιανική Βασιλική του 4ου αιώνα και φέρει την επιγραφή «Άγιο Ανδρέα μνήσθητι της δούλης σου Μαρίας». Αυτό μαρτυρεί ότι αναμφισβήτητα πού ενωρίς οι Περραιβοί συγκρότησαν τοπική χριστιανική εκκλησία και στο ναό που έκτισαν για τη λατρεία του αποκεκαλυμμένου θεού τιμούσαν και τον ιδρυτή της εκκλησίας τους Άγιο Ανδρέα.

Αδιάψευστη μαρτυρία του γεγονότος ότι οι κάτοικοι της περιοχής δέχτηκαν με λαχτάρα τη θεία διδασκαλία της αγάπης και της ισότητας αποτελούν οι εκατοντάδες αθρόες απελευθερώσεις δούλων, που βρέθηκαν σε επιγραφές του 2ου και 3ου μ.Χ. αιώνα σε όλη την επαρχία Ελασσόνας (Σπύρου Μπούμπα, Περραιβία). Η ολοκληρωτική επικράτηση του Χριστιανισμού έγινε και εδώ μετά την παύση των διωγμών, με το διάταγμα των Μεδιολάνων και την ανάρρηση στον αυτοκρατορικό θρόνο της Ρωμαϊκής αυτοκρατορίας του Μεγάλου Κωνσταντίνου.

Στην ψυχή του λαού τώρα έχει περάσει το οριστικό τέλος της ειδωλολατρίας, παρά τις όποιες όψιμες προσπάθειες για αναβίωσή της.

Από τότε οικοδομούνται ελεύθερα καινούριοι ναοί για να λατρεύεται ο αληθινός, ο Τριαδικός θεός. Οι ναοί αυτοί χτίζονται πολύ κοντά στους παλιούς ή, σε μερικές περιπτώσεις, πάνω στους ειδωλολατρικούς που κατεδαφίζονται, όπως ο αρχαίος ναός του Ασκληπιού στο Δομένικο, στη θέση του οποίου χτίστηκε ο ναός του Αγ. Γεωργίου, ο αρχαιότερος μητροπολιτικός ναός της επαρχίας.

Κυριαρχούν οι ναοί οι αφιερωμένοι στην Αγία Τριάδα: Αγία Τριάδα Σπαρμού Ολύμπου, Αγία Τριάδα Σκαμνιάς στους πρόποδες επίσης του Ολύμπου, Αγία Τριάδα Λιβαδίου Ολύμπου, Αγία Τριάδα Φλαμπούρου, Αγία Τριάδα Γιαννωτών, Βαλανίδας, Γεράνειας. Η επιλογή της ονομασίας δεν είναι τυχαία βεβαίως, αλλά ενέχει ιδιαίτερο συμβολισμό.

Άλλοι τόποι λατρείας και ναοί είναι αφιερωμένοι στη Μεταμόρφωση του Σωτήρος, όπως στη Δολίχη, στο λόφο της Ελασσόνας (σημερινή Ολυμπιώτισσα), στη Μονή Παλαιοκαρυάς, άλλοι στην Παναγία (Μονή Κανάλων, παλαιά Μονή Καρυάς, Παναγία Ολυμπιώτισσα) και άλλοι μεταγενέστεροι σε άλλους Αγίους, μάρτυρες και οσίους.

Οι περισσότεροι ναοί ανηγέρθησαν στις πλούσιες κωμοπόλεις: Δομένικο, Τσαριτσάνη και Λιβιάδι.

Εκκλησιαστικά η περιοχή απετέλεσε ξεχωριστή επισκοπική περιφέρεια.

- Στη σημερινή περιοχή Δολίχης-Λιβαδίου-Πυθίου-Στενών Πέτρας συναντούμε ήδη από τον 4ο αιώνα την «Επισκοπή Δολίχης Περραιβίας» και αργότερα (5ο αιώνα) την «Επισκοπή Δωδώνης)
- Τον 9ο αιώνα (879) αναφέρεται η «Επισκοπή Λευκής», που κάλυπτε την περιοχή Ελασσόνας και Δομενίκου
- Από τον 11ο αιώνα η επισκοπή αυτή έχει χάσει το παλιό όνομά της και παρουσιάζεται με το όνομα επισκοπή ή αρχιεπισκοπή «Δομενίκου» ή «Δομενίκου και Ελασσώνος», μέχρι το 1814, οπότε προήχθη σε μητρόπολη με την ίδια ονομασία.

Από το 1928 με το συνοδικό τόμο του Πατριαρχείου ανήκει στις μητροπόλεις των Νέων Χωρών που παραχωρήθηκαν «άχρι καιρού» στην αυτοκέφαλη Ελλαδική Εκκλησία. Τον επισκοπικό της θρόνο λάμπρυναν αρκετές σημαντικές προσωπικότητες, μεταξύ αυτών ο Άγιος Βησσαρίων, μετέπειτα αρχιεπίσκοπος Λαρίσης, και ο Άγιος Αρσένιος, τον οποίο τιμά ιδιαιτέρως η πόλη μας με περικαλλή ναό, όπου φυλάσσονται και τα λείψανά του.

Από το 1420 που η επαρχία υποδουλώθηκε στους Τούρκους η Ελασσόνα έγινε τουρκόπολη και χτίστηκαν τζαμιά για τους επήλυδες Μωαμεθανούς κατακτητές.

Ο χριστιανικός λαός συσπειρώνεται τότε γύρω από την Εκκλησία. Κοντά της βρίσκει καταφύγιο και παρηγοριά, αλλά και τα εφόδια και τη δύναμη να αντιμετωπίσει τις πιέσεις που δέχεται για να αλλαξοπιστήσει.

Σημαντικό ρόλο για τη διατήρηση της θρησκευτικής και εθνικής ταυτότητας, αλλά ακόμη και τη φυσική ύπαρξη των Ελασσονιτών –της πόλης και των οικισμών- έπαιξαν τα μοναστήρια. Αρκετοί εμπνευσμένοι και δυναμικοί ηγούμενοι διαχειρίστηκαν με τον καλύτερο τρόπο τη μεγάλη μοναστηριακή περιουσία και στήριξαν ηθικά, πνευματικά και υλικά τους φτωχούς εξαθλιωμένους και αμόρφωτους ραγιάδες.

Από τα 12 μοναστήρια που ιδρύθηκαν και λειτούργησαν ή λειτουργούν στην περιοχή θα αναφερθούμε σ' αυτά που η δράση τους τα έκανε ονομαστά και πέρα από τον περραιβικό χώρο.

Το αρχαιότερο μοναστικό καθίδρυμα με το οποίο συνδέθηκε στενά η ιστορία της Ελασσόνας και όλων των παραολύμπιων οικισμών είναι το Σταυροπηγιακό μοναστήρι της Παναγίας της Ολυμπιώτισσας, αφιερωμένο αρχικά στη Μεταμόρφωση του Σωτήρος Χριστού.

Ιστορικά και αρχαιολογικά δεδομένα ανάγουν το Καθολικό της Μονής στα τέλη του 13ου αιώνα, επί αυτοκράτορος Ανδρονίκου Β΄ Παλαιολόγου. Ο ναός ο ίδιος είναι ένα αρχιτεκτονικό στολίδι με λεπτοκαμωμένο τρούλο, πλούσιο κεραμοπλαστικό διάκοσμο και πλινθοπερίκτιστη τοιχοδομία που αντιπροσωπεύει την εποχή της ακμής της τέχνης των Παλαιολόγων. Ο εξαιρετος αγιογραφικός διάκοσμος είναι της σχολής του μεγάλου αγιογράφου Πανσέληνου, ενώ μετσοβίτης καλλιτέχνης δημιούργησε τα ξυλόγλυπτα τέμπλο-θρόνο, προσκυνητάρια κλπ.

Ιερό παλλάδιο της Μονής είναι η εικόνα της Παναγίας η οποία σύμφωνα με την παράδοση μεταφέρθηκε κατά τρόπο θαυματουργικό από παλιό μοναστήρι της Καρυάς Ολύμπου και έκτοτε η Μονή της Ελασσόνας ονομάστηκε Ολυμπιώτισσα.

Το έργο όμως το οποίο συνετέλεσε στο να αυξηθεί το κύρος της Μονής και να την ευλαβούνται περισσότερο οι Ελασσονίτες ήταν η φιλανθρωπική δράση των μοναχών (Διονυσίου Ιατρού, Ανθίμου). Το όνομα το οποίο συνεδέθη περισσότερο με το φιλανθρωπικό αυτό έργο είναι του Άνθιμου Ολυμπιώτη. Συγκεκριμένα το 1780, οπότε ανέλαβε την ηγουμενία ο Άνθιμος, ήταν έτος σκληρός για τους κατοίκους της Ελασσόνας και γενικά της Θεσσαλίας. Αφορία, σιτοδεία και αφόρητος λιμός εμάστιζαν Τούρκους και Έλληνες. Τα τρόφιμα έλειψαν παντελώς και τα ελάχιστα που υπήρχαν ήταν απρόσιτα. Ο φιλάνθρωπος ηγούμενος, όπως πληροφορούμαστε, από κώδικα της Μονής «περιέθαλψε τους πένητας της Ελασσώνος, Τούρκους και Χριστιανούς αδιακρίτως. Διέθετε καθ' όλην την διάρκεια του λιμού καθημερινώς, 50 οκάδες σίτου και επί πλέον συνολικά 800 γιδοπρόβατα και 80 βοοειδή. Τέλος εξεποιήθησαν παλαιά σκεύη και κανδήλια διά τας επισιτιστικές ανάγκες των Ελασσονιτών». Ο ίδιος ο Άνθιμος σημειώνει: «εφυλάχθημεν άπας ο λαός από την πείναν, εξωτερικός και εσωτερικός, δηλαδή ευσεβής και ασεβής, και εμεγαλύνθη το όνομα της κυρίας ημών Θεοτόκου πανταχού, εις τε τους ομοπίστους και αλλοεθνείς».

Η Ι. Μονή Αναλήψεως του Σωτήρος Συκιάς, καθολικό κατάγραφο Αθωνικού τύπου, έργο του 1650, έγινε ονομαστή πέρα από τα όρια της επαρχίας, στη Θεσσαλία και στη Μακεδονία. Πλήθη πιστών συρρέουν για να προσκυνήσουν και να εκφράσουν την ευγνωμοσύνη τους για πολλά θαύματα που έζησαν και κατέγραψε η παράδοση, για την πολυσχιδή προσφορά της.

Από τη μεγάλη περιουσία της Μονής ζούσαν πολλοί κάτοικοι των γύρω χωριών στα δύσκολα χρόνια της σκλαβιάς, χαρακτηριστικά αναφέρεται ότι ο φούρνος που ήταν στη γωνία του μοναστηριακού συγκροτήματος έβγαζε καθημερινά ψωμί που μοιραζόταν στους φτωχούς περαστικούς εργάτες.

Εκεί, πολύ πιθανόν στο παρεκκλήσι του Αγιάσματος, λειτουργούσε σχολείο για τα παιδιά των γύρω χωριών, ενώ με τα χρήματα της Μονής λειτούργησαν σχολεία στη Συκιά, Βερδικούσα και Δομένικο.

Στην αδελφότητα της Μονής Αναλήψεως ανήκε ο μοναχός Ιωσήφ, μετέπειτα επίσκοπος Ρωγών, ο δεσπότης των ελεύθερων πολιορκημένων του Μεσολογγίου. Από τη δράση του

είναι εμπνευσμένος ζωγραφικός πίνακας του μεγάλου καλλιτέχνη Βρυζάκη, αντίγραφο του οποίου φυλάσσεται στη μονή.

Υλική βοήθεια και προστασία προσέφερε το μοναστήρι και στους αγωνιστές του Μακεδονικού Αγώνα. Τέλος, μετά τη Μικρασιατική καταστροφή, τα περισσότερα από τα κτήματά του δόθηκαν για την αποκατάσταση των ακτημόνων Ποντίων προσφύγων. Γι' αυτό κι αυτοί σε κάθε ευκαιρία εκφράζουν την αιώνια ευγνωμοσύνη τους.

Η Μονή με την πιο συμβολική θέση είναι αυτή της Αγίας Τριάδας Σπαρμού, σε υψόμετρο 1000 μέτρων, στη νοτιοδυτική πλευρά του Ολύμπου, σε τόπο κατάφυτο και ευδουλλιακό. Με την επιλογή αυτής της θέσης οι κτίτορες θέλησαν να διδάξουν και να αποκαλύψουν τον αληθινό τριαδικό θεό, έναντι του μυθικού δωδεκαθέου που λατρευόταν μέχρι τότε στην περιοχή. Το σημερινό Καθολικό, ρυθμού Βασιλικής χωρίς τρούλο, ανακαινίσθη και ανιστορήθη το 1633, σύμφωνα με την κτιτορική επιγραφή.

Οι τοιχογραφίες διασώζονται σε καλή κατάσταση και ανήκουν στην Κρητική τέχνη. Της ίδιας εποχής είναι και το ξυλόγλυπτο τέμπλο, ενώ λίγο μεταγενέστερα είναι τα 4 παρεκκλήσια (Αγ.Χαραλάμπους, Τιμίου Προδρόμου, Αγίων Πάντων και Αγίας Ζώνης). Εκτός από την εθνική προσφορά με τη βοήθεια και περίθαλψη που παρείχε σε Έλληνες αγωνιστές και αρματολούς στα χρόνια της δουλείας, σημαντικότερη υπήρξε η πνευματική προσφορά και ηθική στήριξη στο λαό της περιοχής. Οι μορφωμένοι μοναχοί της συγκρότησαν στη Μονή πλούσια βιβλιοθήκη με έντυπα και χειρόγραφους κώδικες ποικίλου περιεχομένου. Διακρίθηκαν ιδιαίτερα οι λόγιοι ιερωμένοι και διδάσκαλοι: Γερμανός Κρητικός, γνώστης πολλών ξένων γλωσσών, έξοχος μουσικός και συγγραφέας, ο ονομαστός μαθηματικός, διδάσκαλος και συγγραφέας Ιωνάς Σπαρμιώτης, ο λόγιος Γερμανός Σπαρμιώτης κ.ά. που δίδαξαν και στη σχολή της Τσαριτσάνης.

Στην ίδια ζώνη ανήκει και το επίσης Σταυροπηγιακό μοναστήρι του Γενεσίου της Θεοτόκου Κανάλων Καρυάς, σ' ένα αλπικό τοπίο, κτισμένο κατά την παράδοση τον 11ο αιώνα. Οι περισσότερες σχετικές γραπτές μαρτυρίες είναι του 17ου αιώνα, οπότε είχαμε και τη μεγαλύτερή του ακμή.

Το αρχαιότερο κτίσμα του συγκροτήματος είναι το παρεκκλήσι του Αγίου Δημητρίου, στο οποίο σώζονται και οι ωραίες του αγιογραφίες.

Κοντά στο ορεινό Λιβιάδι, σε υψόμετρο περίπου 1000 μ., στις πλαγιές του Τίταρου, ακριβώς απέναντι από τις κορφές του Ολύμπου ιδρύθηκε, πιθανόν το 17ο αιώνα, μια άλλη μονή της Αγίας Τριάδας. Η γειτνιάσή της με την πατρίδα των μεγάλων αρματολών του Ολύμπου συνέδεσε το όνομά της με την εθνική δράση τους. Η μονή αυτή θεωρείται τόπος αφετηρίας της επανάστασης του Ολύμπου του 1822 και του 1878.

Μοναδικής πνευματικής αξίας σωζόμενα κειμήλια της Μονής είναι απότμημα από την κάρα του Αγίου Προκοπίου και λείψανα διαφόρων άλλων αγίων.

Τελευταία αναφορά θα κάνουμε στην πλούσια κωμόπολη του κάμπου, την ξακουστή Τσαριτσάνη, με την πλειάδα των εκκλησιών και παρεκκλησιών και τα μοναστήρια του Αγίου Αθανασίου και του Αγ. Δημητρίου στο Βαλέτσικο.

Ο πλούτος των κατοίκων την περίοδο της ακμής (18ος αιώνας) αντικατοπτρίζεται στον αγιογραφικό διάκοσμο με τις σπάνιες τοιχογραφίες, όπως του ναού του Αγίου Παντελεήμονα και του Αγίου Νικολάου (Ρίζα του Ιεσσαί με τους αρχαίους Έλληνες σοφούς και φιλοσόφους, «ο καιρός του χρόνου», ο ζωδιακός κύκλος), τα ξυλόγλυπτα και άλλα κειμήλια.

Θρησκευτικός και πνευματικός φάρος υπήρξε η Τσαριτσάνη κατά τον 18ο και 19ο αιώνα, με τα περίφημα σχολεία και τους ονομαστούς δασκάλους, με εξέχουσα φυσιογνωμία το Μεγάλο Διδάσκαλο του Γένους Κωνσταντίνο Οικονόμο, τον οποίον τιμά με ιδιαίτερη λαμπρότητα η γενέτειρά του κάθε χρόνο την Κυριακή της Ορθοδοξίας για την πλούσια πολυσχιδή δράση του, τις αρετές, τις ευεργεσίες του, το πνευματικό και διδακτικό του έργο και τους αγώνες του για την Ορθοδοξία και το Έθνος.

Κυρίες και κύριοι,

Μέσα στους ενοριακούς ναούς, στα ερημοκλήσια, που είναι διάσπαρτα στους παραολύμπιους οικισμούς, και στις Μονές που αναφέραμε, και όπου αλλού που για λόγους οικονομίας παραλείψαμε, καλλιεργήθηκε η ορθόδοξη πνευματικότητα από φωτεινούς κληρικούς και τον πιστό λαό, με τις ακολουθίες, την προσευχή, τα ιερά μυστήρια, τους εκκλησιαστικούς ύμνους, τα σύμβολα και την κατήχηση.

Σήμερα, πολλά αντικείμενα λατρείας που εξυπηρέτησαν το λαό και τους λειτουργούς της Εκκλησίας, πολύτιμα ιερά κειμήλια, σκεύη, βιβλία, χειρόγραφα μουσικά και λογοτεχνικά, κώδικες, πατερικά κείμενα και σπάνιες εικόνες, που αποτελούν κι αυτά μέρος της θρησκευτικής παραδόσεως –της καλλιτεχνικής θρησκευτικής παράδοσης-φυλάσσονται και εκτίθενται σε ειδικούς χώρους, στο κειμηλιαρχείο της Ολυμπιώτισσας, στο εκκλησιαστικό μουσείο της Μονής Σπαρμού, στη συλλογή της Αναλήψεως και αλλού, περιμένουν τους φιλόστορες και λάτρεις της παραδόσεως να θαυμάσουν και να απολαύσουν τη μαεστρία, το μεράκι, την καλαισθησία και την πίστη των δημιουργών του.

Η θρησκευτική παράδοση στο σύνολό της ψηλαφείται αλλά και βιούται στη λειτουργική ζωή στους ναούς και στις Μονές της επαρχίας μας, γιατί δεν είναι μόνο παρελθόν, αλλά και ζωντανό και φωτεινό παρόν. Εκεί καλούμαστε κι εμείς να ζήσουμε και να χαρούμε πνευματικές εμπειρίες.

Ο λαϊκός πολιτισμός, μοχλός ανάπτυξης της τοπικής οικονομίας του Ολύμπου, Δρ. Αικατερίνη Πολυμέρου – Καμηλάκη, Διευθύντρια του Κέντρου Ερεύνης της Ελληνικής Λαογραφίας της Ακαδημίας Αθηνών

Στην ιστορία του πολιτισμού μέχρι τον εικοστό αιώνα οι μεγάλες τομές, κοινωνικές και τεχνολογικές, υπήρξαν πολλές και σημαντικές αλλά τα αποτελέσματά τους ενσωματώθηκαν αργά στους πολιτισμούς των λαών, ανάλογα με τις δυνατότητες, που διέθεταν οι παραδοσιακές κοινωνίες να αφομοιώσουν και να ενσωματώσουν νέα στοιχεία σε επίπεδο δομών και θεσμών αλλά και τεχνολογίας.

Οι εκρηκτικές ωστόσο αλλαγές που έφερε η τεχνολογία στον εικοστό αιώνα, ιδιαίτερα στον τομέα της επικοινωνίας και μετάδοσης της γνώσης βρήκαν τους μηχανισμούς των παραδοσιακών κοινωνιών ανέτοιμους και αδύναμους να υποδεχθούν και να αφομοιώσουν τις νέες γνώσεις και τις συνέπειές τους στην καθημερινότητα των πληθυσμών με αποτέλεσμα αξίες και αρχές, που ίσχυσαν χιλιετίες και οδήγησαν τα βήματα της ανθρωπότητας μέχρι πρόσφατα να υποχωρήσουν και να ισοπεδωθούν. Ο όγκος της πληροφορίας, που αφορά τις ανθρώπινες δραστηριότητες και προσδιορίζει τη συμπεριφορά των ανθρώπων σε ατομικό και συλλογικό επίπεδο είναι δυσβάστακτος και η διαχείρισή του συχνά ανέφικτη. Έτσι δεν φαίνεται παράδοξο που πληθυσμοί ακόμα και με υψηλό πολιτιστικό επίπεδο, και περισσότερες κατά τεκμήριο αφομοιωτικές δυνατότητες, δεν μπορούν να διαχειριστούν την γνώση και τις συνέπειές της στη ζωή τους και αδυνατούν να ενσωματώσουν στον πολιτισμό τους τα νέα στοιχεία. Αυτό ισχύει σε μεγαλύτερο βαθμό για τους πληθυσμούς-λαούς με λιγότερες δυνατότητες (οικονομικές, πληθυσμιακές) και αντιστάσεις, οι οποίοι κατ' ανάγκην υιοθετούν τα νέα «αλλότρια» πολιτισμικά στοιχεία ισοπεδώνοντας, και εν πολλοίς εξαφανίζοντας, τις δικές τους παραδοσιακές δομές.

Η “παράδοση”, όπως είναι γνωστό, περιλαμβάνει ό, τι “παραδίδεται” από γενιά σε γενιά και ενσωματώνεται στην κοινωνική μνήμη μέσω διαφόρων μηχανισμών κοινωνικοποίησης (δηλαδή μέσω της παιδείας, της ψυχαγωγίας και της εν γένει δημοσιοποίησης, μέσω της κοινωνικής ένταξης στον ιδιωτικό και στον δημόσιο χώρο, μέσα από διαχρονικές βιωματικές διαδικασίες). Δεν πρόκειται, λοιπόν, όπως συχνά έχει χαρακτηριστεί, για μια ρομαντική επιστροφή στο παρελθόν, το οποίο συχνά αναλογιζόμαστε με νοσταλγία. Πρόκειται για ζώντα οργανισμό, ο οποίος εμπλουτίζεται αργά αλλά σταθερά από την τεχνολογία και τον πολιτισμό των ξεχωριστών ατόμων –«τον ανώτερο», όπως συνηθίζουμε να τον λέμε, αφομοιώνοντας ό, τι είναι απαραίτητο. Βεβαίως ό, τι ενσωματώνεται στον παραδοσιακό πολιτισμό δεν είναι πάντοτε σωστό.

Το βέβαιο είναι ότι η αργή αλλά σταθερή διαδικασία ένταξης εξωτερικών επιρροών στον παραδοσιακό πολιτισμό εξασφάλιζε κατά το παρελθόν την μακρά συνέχεια σε μικρότερες χωρικές ενότητες και την κοινότητα θεμελιακών γνωρισμάτων που αντανάκλουν την υποταγή στη φύση και τον περιορισμό στο αναγκαίο και απαραίτητο. Οι καινοτομίες και οι επιρροές αφομοιώνονταν σε μια βαθιά ριζωμένη και καταξιωμένη σε ιστορικογεωγραφικά πλαίσια πολιτισμική ενότητα, και οι εκδηλώσεις της ζωής αποκτούσαν και διατηρούσαν για καιρό ευδιάκριτη πολιτισμική ταυτότητα.

Αυτή η συνέχεια υπήρξε, με την διάχυση της πληροφορίας πέρα από συμβατικά σύνορα, το μεγαλύτερο θύμα της παγκοσμιοποίησης, σιωπηρά στην αρχή και εμφανέστερα αντιληπτό,

όταν οι παραδοσιακές δομές αποδιοργανώθηκαν και οι προσπάθειες επιστροφής έλαβαν τον χαρακτήρα της νοσταλγίας και της ρομαντικής επιστροφής στη «χαμένη αθωότητα» της παραδοσιακής ζωής. Η ενσωμάτωση των νέων τεχνολογικών επιτευγμάτων στον κορμό των παραδοσιακών πολιτισμών και η προβολή όσων στοιχείων προωθούν πανανθρώπινες, διαχρονικές-παραδοσιακές αξίες, θα φέρουν ενδεχομένως την ισορροπία η οποία έχει κλονισθεί κάτω από το καταγιστικό βάρος των ετερόκλητων «αλλότριων» πολιτιστικών αγαθών που συνωστίζονται με την ευκολία της επικοινωνίας πάνω στο παραδοσιακό υπόβαθρο των πολιτισμών. Αυτό σημαίνει ότι και η σχέση μας με την παράδοση νομιμοποιείται και καταξιώνεται μέσα από μια σοβαρή συζήτηση και μελέτη για την αξία της για το παρόν και το μέλλον κάθε τόπου.

Με αυτά τα δεδομένα προκύπτουν αδυναμίες δημιουργίας συγκεκριμένης ταυτότητας στους συγχρόνους πολιτισμούς των επιμέρους πληθυσμών, στους οποίους τα κύρια χαρακτηριστικά διαμορφώνονται από την επικράτηση των ισχυροτέρων στοιχείων.

Με αυτό το σκεπτικό για την αξία της παράδοσης και συνακόλουθα του λαϊκού πολιτισμού το Κέντρο Λαογραφίας της Ακαδημίας Αθηνών, την τελευταία δεκαετία, αξιοποιώντας τα εργαλεία που η σύγχρονη τεχνολογία στον τομέα της πληροφορίας προσφέρει έχει δημιουργήσει ένα δίκτυο συνεργασίας σε εθνικό, κυρίως, αλλά και διεθνές επίπεδο προκειμένου να υποστηρίξει στο μέτρο του δυνατού τις αξίες που αποτέλεσαν τη σπονδυλική στήλη του παραδοσιακού πολιτισμού του λαού μας. Ψηφιοποίησε το σύνολο σχεδόν του αρχαιακού του υλικού (ένα εκατομμύριο τεκμήρια), δημιούργησε την υποδομή για την συνέχιση της ψηφιακής καταγραφής στο μέλλον και μέσω του δικτυακού του κόμβου (portal) συνδέεται με τους ομοειδείς φορείς (ερευνητικά ιδρύματα, πολιτιστικούς εθνοτοπικούς συλλόγους) στην Ελλάδα και το Εξωτερικό, που ενδιαφέρονται για την διατήρηση και αξιοποίηση της πολιτιστικής κληρονομιάς των λαών ως το φυσικό και στερεό υπόβαθρο για την πραγματική παγκοσμιοποίηση των πανανθρώπινων αξιών. Το ίδιο σκεπτικό προωθεί εμπράκτως με προγράμματα, λειτουργία μουσείων, πραγματοποίηση συνεδρίων, εκθέσεων κλπ.

Η παράδοση και ιδιαίτερα η λαϊκή παράδοση είναι ένα θέμα που έχει απασχολήσει γενιές νεοελλήνων από την ίδρυση του νέου ελληνικού κράτους και εξής. Το γεγονός ότι, όταν αναφερόμαστε στο λαϊκό πολιτισμό, είμαστε υποχρεωμένοι να κάνουμε μιά σειρά από διευκρινίσεις και αποκαταστάσεις, για το τι είναι παράδοση και ποιά είναι η σχέση της με την συντήρηση είναι χαρακτηριστικό της σημασίας που της αποδίδεται συνήθως. Υπήρξαν περίοδοι στην πρόσφατη ιστορία μας κατά τις οποίες ο παραδοσιακός ή λαϊκός πολιτισμός σήμαινε παραμονή σ' ένα μουσειακό τρόπο ζωής, που δεν εξελίσσεται και αντιστρατεύεται την πρόοδο. Σήμερα, τουλάχιστον σε επίπεδο θεωρητικής προσέγγισης, ο λαϊκός πολιτισμός αντιμετωπίζεται ως μέρος της νεότερης πολιτιστικής κληρονομιάς.

Είναι γνωστό ότι η επιστήμη που μελετά και ερευνά τον λαϊκό πολιτισμό ξεκίνησε στα τέλη του περασμένου αιώνα από την μελέτη των επιβιωμάτων, «ως μνημείων της αρχαιότητας ζώντων παρά τω ελληνικώ λαώ» και από τις αρχές του αιώνα μας μέχρι σήμερα πέρασε στη μελέτη και της σύγχρονης καθημερινής ζωής, που συγκροτεί το πρόσωπο του νέου ελληνισμού. Προσπάθειες να αξιολογηθεί η παραδοσιακή κληρονομιά, ως υλική (αρχιτεκτονική, τεχνολογία, χειροτεχνία κ.λπ.) ή εθιμική (γιορτές, δρώμενα, λαϊκή διήγηση

κλπ.) έχουν γίνει επανειλημένα. Υπενθυμίζω το έτος της παράδοσης (1979), το έτος Αρχιτεκτονικής Κληρονομιάς (1975). Στον χώρο της Ευρώπης οι προσπάθειες για διάσωση στοιχείων από την αρχιτεκτονική κληρονομιά είχαν περισσότερο θετικά αποτελέσματα. Στον ελληνικό χώρο, όπου η διατήρηση των υπό αξιοποίηση κτιρίων και κυρίως της γης, ιδιαίτερα στα αστικά κέντρα και σε κεντρικούς χώρους τους ήταν ιδιαίτερα επιτακτική, έγιναν πολλές παραβιάσεις ακόμη και των στοιχειωδών κανόνων αισθητικής. Μόλις τα τελευταία χρόνια και μετά από επίμονους αγώνες των ειδικών έχει αρχίσει συνειδητή προσπάθεια από ευαισθητοποιημένους πολίτες αλλά και το Κράτος να δοθεί προτεραιότητα στο παραδοσιακό δηλ. ιστορικό παρελθόν, που συνήθως συμβαδίζει –δεν είναι τυχαίο- με την αισθητική.

Το ερώτημα αν η παράδοση, όπως αυτή έχει καταγραφεί και αποτυπωθεί στα μουσεία, όπως ζει ακόμη στη συλλογική μνήμη του λαού, και όπως διαιωνίζεται μέσα από τις γενιές να δώσει λύσεις σε διλήμματα και να οδηγήσει σε σωστές αποφάσεις; Οι γνώσεις μας από την παράδοση μπορούν να μας δώσουν ένα στήριγμα στις αποφάσεις για το πρόσωπο των πόλεων και των χωριών μας στο σήμερα και προπάντων στο μέλλον;

Αν συνειδητοποιήσουμε με ειλικρίνεια ότι ο λαϊκός πολιτισμός είναι ο μόνος πολιτισμός με συνέχεια, ο οποίος κατόρθωσε να διατηρηθεί και εξελιχθεί δημιουργικά στη μακρά διάρκεια σε αντίθεση προς τον επίσημο πολιτισμό μας που δέχθηκε επιδράσεις και επιρροές από Ανατολή και Δύση και δεν κατόρθωσε να εξασφαλίσει τη συνέχεια και την εξέλιξή του, θα αντιληφθούμε γιατί είναι απολύτως αναγκαίο να στραφούμε προς τη μελέτη του. Η Ελλάδα, λοιπόν, δεν μπόρεσε να αναπτύξει μια νεότερη αστική αρχιτεκτονική, αλλά περιορίστηκε βασικά σε μορφές αγροτικής αρχιτεκτονικής, συνυφασμένες με τρόπους ζωής που σήμερα τείνουν να εκλείψουν, ενώ καθώς ήταν μια χώρα μικρή και υπανάπτυκτη μετά την απελευθέρωσή της, με ανεξέλικτες κοινωνικές δομές και με καθυστερημένη παιδεία, για να εξασφαλίσει την επιβίωσή της, άρχισε να δέχεται παθητικά λογής πολιτισμικές επιρροές για να εξασφαλίσει τον εκσυγχρονισμό της.

Στη σημερινή Ελλάδα, παρά τις προσπάθειες που έγιναν για να δημιουργηθεί και να αξιοποιηθεί, όπως θα έλεγε ο Γ. Σεφέρης ο “ελληνικός ελληνισμός”, η παραδοσιακή κληρονομιά κατακλύστηκε από “χίλιες αλλότριες αξίες”, εξαρτημένη οικονομικά και πολιτικά από τα μεγάλα ευρωπαϊκά και υπερατλαντικά κέντρα, υποχρεωμένη να δέχεται απ’ έξω τα στοιχεία του σύγχρονου τεχνικού και πνευματικού πολιτισμού. Και τα στοιχεία αυτά εισβάλλουν πια σε ποσότητες και με ρυθμούς που καθιστούν εξαιρετικά δύσκολη την αφομοίωσή τους, την κριτική αντιμετώπισή τους, την προσαρμογή τους στις ιδιαίτερες συνθήκες του τόπου. Από την άλλη πλευρά οι φυσικοί δεσμοί των ανθρώπων του τόπου με την παράδοσή τους έχουν γίνει αρκετά χαλαροί, με αποτέλεσμα και η φυσιολογική τους αντίδραση στις «αλλότριες αξίες» να παρουσιάζεται εξαιρετικά μειωμένη.

Αυτό δεν σημαίνει ότι θα πρέπει να είμαστε επιφυλακτικοί στα ρεύματα που έρχονται από τα μεγάλα κανάλια του κόσμου. Μακριά από μένα μια τέτοια πρόταση. Αυτό, ωστόσο, προϋποθέτει μια Ελλάδα διαφορετική από τη σημερινή. Μια Ελλάδα που έχει εμπεδώσει τον «ελληνικό ελληνισμό» και με ένα δικό της, εδραιωμένο ήδη πολιτισμικό υπόβαθρο, με τη δική της σύγχρονη παράδοση, θεωρητικά, ερευνητικά και δημιουργικά, και όχι απλώς με κάποιες φωτεινές εξαιρέσεις, συγκεκριμένα άτομα, να πετύχει την ένταξή της στον παγκόσμιο πολιτισμό. Επίσης, θεωρώ, ότι το πρόβλημά μας δεν είναι τόσο ο συχνά αναφερόμενος ως

κίνδυνος, δηλαδή η αλλοίωση ή απώλεια της σχηματισμένης στο παρελθόν εθνικής ταυτότητας, όσο η αδυναμία μας να αποκτήσουμε μια σύγχρονη ταυτότητα, ξεφεύγοντας από τον κύκλο, όπου αναπαράγεται ή πολιτισμική μας αλλοτρίωση. Μάλλον η απροσδιόριστη συνείδηση αυτού το προβλήματος είναι που μας οδηγεί να αναζητούμε συνεχώς στηρίγματα στο αδιαμφισβήτητα λαμπρό παρελθόν και κυρίως στην αρχαιότητα. Αυτή η αντίληψη, νομίζω ότι διατρέχει και την φιλοσοφία και κατά συνέπεια τον εθνικό μας προγραμματισμό από την ίδρυση του νεοελληνικού Κράτους μέχρι σήμερα. Έτσι η πολιτική της προστασίας της πολιτιστικής μας κληρονομιάς ξεκινάει πάντοτε από την αρχαιότητα, όπου εξαντλείται το εβδομήντα τοις εκατό της κρατικής μέριμνας και φροντίδας, για να περάσουμε, τις τελευταίες δεκαετίες, στο βυζάντιο που προσελκύει το είκοσι επί τοις εκατό του υπολοίπου ενδιαφέροντός μας, για να μείνει ένα δέκα επί τοις εκατόν για τον σύγχρονο πολιτισμό, κορμός του οποίου είναι ο παραδοσιακός λαϊκός πολιτισμός. Αυτή η άνιση, ούτως ή άλλως αντιμετώπιση έχει ως συνέπεια την σε όλα τα επίπεδα υποβάθμιση της ανάγκης προστασίας αυτού του τμήματος του πολιτισμού.

Οι προβαλλόμενοι λόγοι είναι πολλοί και δεν είναι του παρόντος άρθρου η ανάλυσή τους. Ωστόσο πρέπει να επισημανθεί ότι η ταύτιση του παραδοσιακού πολιτισμού με την συντηρητικότητα, υπήρξε η κυριότερη αιτία υποβάθμισής του σε ιδεολογικό και πραγματικό επίπεδο. Βεβαίως αποτελεί οξύμωρο σχήμα το γεγονός ότι θεωρητικά γίνεται πολύς λόγος για στοιχεία του λαϊκού πολιτισμού, όπως το δημοτικό τραγούδι, η παραδοσιακή διατροφή, και η επιστροφή στις ρίζες για δεκαετίες υπήρξε εθνικό σύνθημα για την αντιμετώπιση ουσιαστικών προβλημάτων της νεοελληνικής κοινωνικής πραγματικότητας. Μέσα σ' αυτή την πραγματικότητα ο λαϊκός πολιτισμός στο σύνολό του θεωρείται άλλοτε το τμήμα εκείνο του πολιτισμού που έφυγε ανεπιστρεπτί και άλλοτε ως η πανάκεια για την αντιμετώπιση της παγκοσμιοποίησης και της επικράτησης «αλλότριων αξιών». Μας αρκεί όμως για να σωθούμε η προσφυγή στο τραγούδι και τον χορό, σε όποια μορφή κι αν έχουν αυτά διασωθεί στη σύγχρονη αστικοποιημένη κοινωνία, στον χαρακτηρισμό κάποιων οικισμών ως παραδοσιακών και γι' αυτό διατηρητέων, στη δημιουργία λαογραφικών συλλογών-μουσείων, συχνότατα χωρίς καμιά μουσειολογική προδιαγραφή κ.ό.κ.

Παρ' όλα αυτά, οι φυσικοί δεσμοί με αυτή την παράδοση, ακόμη και με τα όσα στοιχεία της έχουν επιβιώσει οργανικά μέχρι σήμερα, είναι πια πολύ χαλαροί. Αυτό σημαίνει πώς είμαστε υποχρεωμένοι να νομιμοποιούμε κάθε φορά τη σχέση μας με την παράδοση, είτε προσπαθώντας να διατηρήσουμε τα παραδομένα είτε να αναζητήσουμε σ' αυτά πρότυπα για το παρόν. Κριτήριο κι εδώ δεν μπορεί παρά να είναι η πράξη. Αυτή και μόνο αποκαλύπτει κατά πόσο ή αναφορά σε στοιχεία της παράδοσης μας βοηθάει πράγματι να αποφασίσουμε πιο σωστά για τον τόπο μας, να συμβάλουμε στη δημιουργία σύγχρονων πολιτιστικών στοιχείων. Αυτό μπορεί να συμβεί, για παράδειγμα, στην αρχιτεκτονική, στην παραδοσιακή διατροφή, στην χειροτεχνία τομείς που συνδέονται με όλους τους άλλους τομείς του πολιτισμού, αλλά και με το σύνολο της εθνικής ζωής, με τις κοινωνικές, οικονομικές και πολιτικές δομές, που τους συγχέουν και με τις προοπτικές μετασχηματισμού τους.

Αν πάρουμε ως παράδειγμα το Πήλιο, η παράδοση, η πολιτιστική κληρονομιά του παρελθόντος, και μέσα σ' αυτό περιλαμβάνεται το φυσικό περιβάλλον, το οποίο οι προηγούμενες γενιές σεβάστηκαν και παρέδωσαν - κι εδώ παράδοση - σ'εμάς αλώβητο, η

πολιτιστική κληρονομιά αποτελεί τον πραγματικό και διαρκή πλούτο του, αφού σ' αυτόν στηρίζεται η σύγχρονη οικονομία κατά το 60%. Το Πήλιο χωρίς τους παραδοσιακούς του οικισμούς, τα καλντερίμια, τις βρύσες, τις εκκλησίες με τα ξυλόγλυπτα τέμπλα και ό, τι αποτελεί τον δομημένο χώρο δεν θα μπορούσε να είναι αυτό που σήμερα γνωρίζουν οι θαυμαστές του.

Ο δομημένος, λοιπόν, χώρος με την αργή προσαρμογή του ευτυχώς για το Πήλιο στις ραγδαίες αλλαγές, καθώς διατηρεί τις περισσότερες φορές στοιχεία και χαρακτηριστικά προηγούμενων εποχών, αποτελεί σημαντικό φορέα πληροφοριών για την αναπαράσταση των κοινωνικών δομών, των τεχνικών, των λειτουργιών και συμβολισμών που εξυπηρετεί διαχρονικά. Ουσιαστικά είναι φορέας ιδεολογίας, αισθητικής και αντανάκλα την κοινωνική ζωή για χρόνο πολύ μεγαλύτερο από την πραγματική του ζωή και τροφοδοτεί τη συλλογική μνήμη με στοιχεία που μας οδηγούν στα ίχνη της ιστορίας, του πολιτισμού και της κοινωνίας που τον χρησιμοποίησε για την κάλυψη των αναγκών της. Η προσέγγιση του χώρου από την πλευρά της λαογραφίας, η οποία βασίζεται στη συλλογική μνήμη, όπως αυτή εκφράζεται μέσα από τις παραδόσεις και τις λαϊκές διηγήσεις μας βοηθάει να κατανοήσουμε τις ανάγκες και τις προτεραιότητες που εξυπηρετήσαν οι επεμβάσεις συγκεκριμένων κοινωνικών ομάδων στο χώρο. Το σχήμα ενός οικισμού, η θέση του ναού σε σχέση με τα υπόλοιπα σπίτια, οι κοινόχρηστοι χώροι, ο προσανατολισμός του υπακούουν σχεδόν νομοτελειακά σε κάποιες διαχρονικές αρχές. Ο οικισμένος χώρος αποτελεί μιά οικονομική, κοινωνική και συμβολική πραγματικότητα με διαχρονική διατηρήσιμη αξία. Δημιουργεί παράδοση η οποία αξίζει να διατηρηθεί και να χρησιμεύσει για μελλοντικές αναζητήσεις.

Συνοψίζοντας: Η παράδοση δεν είναι ένα νεκρό μουσειακό αντικείμενο, που συνήθως ρομαντικά χαϊδεύει τ' αυτιά και τις ψυχές μας για το χθες που χάθηκε και για συνήθειες που δεν γνωρίζω πόσο θα θέλαμε να ισχύουν και σήμερα. Ο λαϊκός πολιτισμός είναι ένας ζωντανός πολιτισμός που συνεχώς εμπλουτίζεται με νέα στοιχεία και προσαρμόζεται στα νέα δεδομένα. Ως ζωντανός, λοιπόν, πολιτισμός μπορεί να θεωρηθεί, ιδιαίτερα για περιοχές που ανέπτυξαν ιδιαίτερα και σημαντικά από απόψεως ποιότητας χαρακτηριστικά, μοχλός ανάπτυξης για το μέλλον. Το πολιτιστικό παρελθόν είναι ήδη μια εξαιρετικά μεγάλη περιουσία που ανήκει στη δικαιοδοσία μελέτης και έρευνας του λαϊκού πολιτισμού. Αυτή η περιουσία αποτελεί το «τάλαντον» της παραβολής που πρέπει να πολλαπλασιασθεί και να αποδώσει ανάλογης ποιότητας καρπούς και να μην εκφυλισθεί σε μια κακή διαχείριση του θησαυρού. Για να αξιοποιηθεί είναι αναγκαία η μελέτη και προστασία του ήδη υπάρχοντος και με βάση το υπάρχον, που μπορεί να λειτουργήσει ως πρότυπο και παράδειγμα να προδιαγραφεί το μέλλον.

Προέχει, επομένως μια συνολική μελέτη σκοπιμότητας αξιοποίησης της παραδοσιακής κληρονομιάς σε όλες της τις εκφάνσεις και η χάραξη εθνικών στόχων που θα πραγματοποιηθούν με τη συνεργασία των τοπικών κοινωνιών και της πολιτείας και γνώμονα την αναβάθμιση του χώρου και την οικονομική ανάπτυξη για όλους. «Οι καιροί ου μενετοί». Για να μη θρηνούν επί των ερειπίων οι απόγονοί μας και κληρονόμοι του πολιτισμού που εμείς δημιουργούμε εν γνώσει και εν αγνοία μας ή με την ανοχή μας ας προχωρήσουμε: α) στην προστασία του δομημένου και φυσικού περιβάλλοντος. Δεν αρκούν οι λυρικές αναγωγές στο παρελθόν. Να αποκατασταθούν και να συντηρηθούν με τις σύγχρονες

μεθόδους τα μνημεία (εκκλησίες, παραδοσιακά σπίτια, βρύσες, καλντερίμια), να προστατευθεί και ενισχυθεί η παραδοσιακή χειροτεχνική παραγωγή, η παραδοσιακή διατροφή αλλά και η άυλη πολιτιστική κληρονομιά, η προφορική παράδοση, ο τρόπος ψυχαγωγίας (πανηγύρια, χώροι αναψυχής, όπως οι πλατείες και οι παραλίες) και τέλος να δημιουργηθούν σε χώρους επιλεγμένους με επιστημονικά και αντικειμενικά κριτήρια και όχι καθαρά τοπικιστικά Μουσεία-Ινστιτούτα έρευνας της ιστορίας και του πολιτισμού κάθε περιοχής.

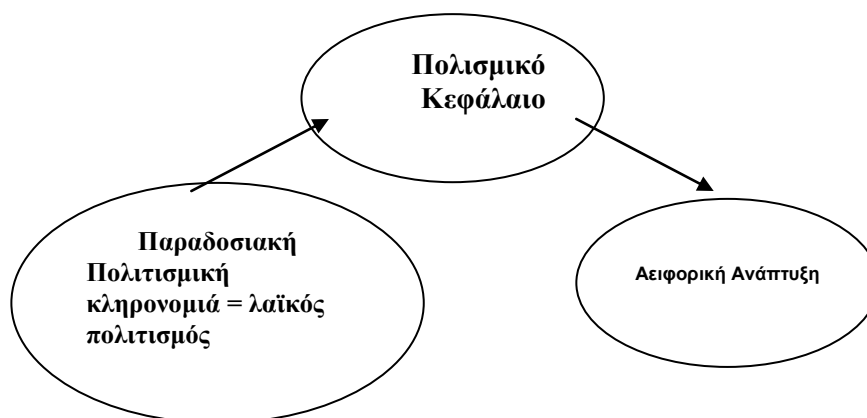
Το 1985 ο αείμνηστος Στάθης Δαμιανάκος στο αιρετικό τότε βιβλίο του «Παράδοση ανταρσίας και λαϊκός πολιτισμός» κάνει λόγο για την διαφαινόμενη ομογενοποίηση και την ανάγκη για συγκέντρωση και διάσωση βιοϊστορικών μαρτυριών που αναφέρονται στους λαϊκούς πολιτισμούς των οποίων οι τελευταίοι φορείς χάνονται, ο ένας μετά τον άλλο, μπροστά στα μάτια μας. «Σήμερα, γράφει, εποχή γενικευμένης και άκριτης κατεδάφισης, όταν και οι ύστατες επιβιώσεις της πηγαίας συλλογικής δημιουργικότητας έχουν τεθεί υπό ανηλεή διωγμό ή τις έχει οικειοποιηθεί η εμπορική διαφήμιση, ένα τέτοιο έργο (προστασίας του λαϊκού πολιτισμού) δεν εξυπηρετεί μόνο ερευνητικές ανάγκες ή ανάγκες προσδιορισμού μιας δυσεύρετης, πολιτισμικής ταυτότητας. Η χρησιμότητά του, πέρα και έξω από κάθε διάθεση ρομαντισμού και επιστροφής στο παρελθόν, έγκειται κυρίως στην ανίχνευση προοπτικών και δυνατοτήτων για νέες μορφές συμβίωσης και πολιτισμού που η ανυποψίαστη καταναλωτική ιδεολογία των καιρών έχει αδρανοποιήσει». Σήμερα που στην καταναλωτική ιδεολογία έχει προστεθεί η παγκοσμιοποίηση μέσω του διαδικτύου τα λόγια αυτά αποκτούν μεγαλύτερη σημασία».

Για να προσθέσει ο ίδιος: «Όταν χαθεί και ο τελευταίος λαϊκός ζωγράφος, τεχνίτης ή μάστορας, όταν σβήσει η φωνή και του τελευταίου καραγκιοζοπαίχτη, παραμυθά ή λυράρη, όταν αχρηστευθεί και η τελευταία μοιρολογίστρα ή υφάντρα του χωριού... τότε θα συνειδητοποιήσουμε άοπλοι πια ότι η ελευθερία, που είχαμε ελπίσει σπάζοντας τα δεσμά της παλιάς συμβιωτικής κοινωνίας, δεν έκρυβε παρά ένα νέο ραγιαδισμό και μια άλλη πιο βαθιά αλλοτρίωση: την εξουθένωση της πηγαίας δημιουργικότητας, την ισοπέδωση κάθε πολιτισμικής ποικιλίας, τον εξανδραποδισμό κάθε αυθόρμητης συλλογικής πρωτοβουλίας... Όταν την αιωνόβια σοφία εκτοπίσει οριστικά η αυθάδης ημιμάθεια του πολίτη του κόσμου, τότε θα γίνει κατανοητό πως αν πολεμήσαμε τόσον καιρό για να απαλλαγούμε από τις παλιές προλήψεις, δεν ήταν παρά για να τις αντικαταστήσουμε με άλλες, πιο «λειτουργικές», σ' ένα σύστημα που μας υπόσχεται την πολιτιστική έρημο...».

Ο κοσμοπολίτης ποιητής Γιώργος Σεφέρης, γράφει με ψυχραιμία στις Δοκίμες του (1, 520) “Μήτε την προσκόλληση σε άδειους τύπους, μήτε το γυρισμό στα περασμένα συμβούλεψα ποτέ μου. Το αντίθετο. Η παράδοση για μένα αποτελεί ένα σπουδαίο μέρος της γνώσης του ζωντανού ανθρώπου. Κι αυτό κανείς δεν μπορεί να αποφύγει. Άλλο ζήτημα αν υπάρχουν εκείνοι που κλείνοντας τα μάτια νομίζουν πως τ' αποφεύγουν. Δεν αποφεύγει τίποτε κανείς αν δεν το κοιτάξει κατάματα. Με άλλα λόγια: Ένα μέρος του παρελθόντος πεθαίνει τη στιγμή, που η θνησιμότητά του μας μολύνει, αν προσκολληθούμε σ' αυτό με υπερβολική αγάπη. Ένα μέρος του παρελθόντος μένει πάντα ζωντανό, και κινδυνεύουμε καταφρονώντας τη ζωντάνια του(...)».

Αρχικά δεχόμαστε ότι ο πολιτισμός, υλικός και άυλος, είναι το σύνολο όλων των εκφάνσεων της ανθρώπινης ζωής. Ο πολιτισμός της υπαίθρου, ή του αγροτικού χώρου, παραδοσιακός στη βάση του, χαρακτηρίζεται κι αυτός από πολιτισμικά στοιχεία, όπως είναι ο τρόπος ζωής, η διατροφή, η ενδυμασία, οι διάφορες τεχνικές κατασκευής, παραγωγής κλπ., τα ήθη και τα έθιμα, οι ιδέες, οι χρήσεις γης, η αρχιτεκτονική, οι τέχνες (καλές και εφαρμοσμένες), τα τραγούδια, οι γιορτές, οι τρόποι διασκέδασης κ.λπ. Είναι βέβαιο ότι σήμερα με τις επικοινωνιακές δυνατότητες που προσφέρει η τεχνολογία, ο παραδοσιακός αγροτικός πολιτισμός αποτελεί μέρος του ευρύτερου πολιτισμού, που κυριαρχεί και είναι απαραίτητο να παρακολουθήσουμε πως ο παγκόσμιος πολιτισμός επηρεάζει την πολιτισμική ταυτότητα των κατοίκων της μιας περιοχής και να ενισχύσουμε την αυτογνωσία τους. Αν βεβαίως θεωρούμε ότι ο ρόλος της πολιτισμικής κληρονομιάς είναι πολύ σημαντικός, αφού αυτή είναι σε μεγάλο βαθμό που διαμορφώνει την ταυτότητα των συγκεκριμένων κοινωνιών αλλά και επηρεάζει τον σύγχρονο πολιτισμό τους. Ο σύγχρονος πολιτισμός της υπαίθρου είναι, λοιπόν, ή τουλάχιστον πρέπει να είναι συνδεδεμένος με την πολιτισμική κληρονομιά. Η τελευταία μάλιστα σχετίζεται και με την αειφορική ανάπτυξη των περιοχών αυτών. Η αειφορική ανάπτυξη μπορεί να προωθηθεί μέσα από την πολιτισμική κληρονομιά, όταν αναγνωριστεί ότι η τελευταία μπορεί να προσφέρει οικονομικά οφέλη σε μια περιοχή αφ' ενός μέσω του τουρισμού και αφ' ετέρου να υποδείξει ήπιους τρόπους χρήσης των φυσικών της πόρων και τρόπους αξιοποίησης των παραδοσιακών τεχνικών. Τέλος, ας παραδεχτούμε ότι η πολιτισμική κληρονομιά, ως πηγή πολιτισμικής ταυτότητας, μπορεί να ενδυναμώσει την περηφάνια των κατοίκων για τον τόπο τους και να ενισχύσει την κοινωνική τους συνοχή.

Σχηματικά η σχέση:



Στην πολιτιστική κληρονομιά συμμετέχουν οι άνθρωποι και το τοπίο, που συγκροτεί το φυσικό και το ανθρωπογενές περιβάλλον. Είναι γνωστό επίσης, από μελέτες και επιστημονικά πορίσματα, ότι σχεδόν όλα τα τοπία τουλάχιστον στην Ευρώπη, είναι διαμορφωμένα από τον άνθρωπο. Ακόμη και αυτά που παλαιότερα μπορεί να θεωρούνταν ως «αδιάφθορα από τον πολιτισμό» και «καθαρά» έχει αποδειχθεί ότι με τον ένα ή τον άλλο τρόπο έχουν επηρεαστεί από τις ανθρώπινες δραστηριότητες. Πέρα λοιπόν από φυσικά χαρακτηριστικά, τα Ευρωπαϊκά τοπία χαρακτηρίζονται από ανθρώπινες παρεμβάσεις (πχ. πεζούλες, καλντερίμια, στάνες, συστήματα ύδρευσης, εξημέρωση ζώων, παραδοσιακή αρχιτεκτονική και υποδομές κλπ) που έχουν παίξει και συνεχίζουν να παίζουν σημαντικό ρόλο στη διαμόρφωση τόσο του

αισθητικού όσο και του λειτουργικού τους αποτελέσματος. Το τοπίο είναι μέρος της πολιτιστικής κληρονομιάς και ως τέτοιο αναγνωρίζεται από φορείς όπως το Συμβούλιο της Ευρώπης, η UNESCO κλπ.

Το πολιτισμικό τοπίο της υπαίθρου, χαρακτηρίζεται από το φυσικό περιβάλλον (χλωρίδα και πανίδα), τη γεωμορφολογία του εδάφους και τον πολιτισμό (υλικό και άυλο). Ειδικά η άυλη διάσταση του τοπίου αποτελεί σημαντικότερο παράγοντα της ύπαρξής του, καθώς είναι φορτισμένο με μνήμες (συλλογικές και προσωπικές), με αντιλήψεις αλλά και συγκεκριμένη αισθητική. Έτσι κάθε τοπίο αντικατοπτρίζει όχι μόνο τις καθαρά παραγωγικές και σε σχέση με την ύλη ανθρώπινες δραστηριότητες αλλά και την άυλη διάσταση που έχουν προσδώσει σε αυτό οι τοπικές κοινωνίες πχ. Η Παναγία η Ελασσωνίτισσα, το Κεφαλόβρυσο, Το Κουμ Παζάρ κ.λπ.

Το θέμα μου είναι ο λαϊκός-παραδοσιακός πολιτισμός ως μοχλός ανάπτυξης του Πηλίου. Για να συζητήσουμε το δεύτερο σκέλος της ανακοίνωσής μου θα μου επιτραπεί να ασχοληθώ εν συντομία με το πρώτο.

Ο Οδυσσεάς Ελύτης σε μια πολύ σημαντική ανάγνωση του Αλέξανδρου Παπαδιαμάντη σχολιάζει ως εξής τη στροφή της κριτικής προς τη μελέτη του μεγάλου Σκιαθίτη:

«Στον έναν περίπου αιώνα που μας χωρίζει για παράδειγμα από το θάνατο του Παπαδιαμάντη τ' αντιστύλια του οικοδομήματός του έπεσαν ένα προς ένα. Η αγροτική φάση πέρασε στη βιομηχανική, το χωριό στην πολιτεία, ο χριστιανός στον άπιστο. Κοινοτοπίες που αν είχαν τη σημασία του αναπότρεπτου για το πνεύμα όση έχουν για την καθημερινή μας ζωή, θα έπρεπε η μορφή του Σκιαθίτη πεζογράφου μας να μας γίνει αγέρας. Δεν έγινε. Μια μέρα το παρελθόν δεν θα μας αιφνιδιάζει με τη δύναμη της επικαιρότητάς του. Δεν θά 'χει αλλάξει εκείνο αλλά το μυαλό μας...» .

Φαίνεται πάντως ότι έφτασε σιγά σιγά η ώρα που μπορούμε να βλέπουμε στο παρελθόν μας τα αντιστύλια για το μέλλον μας. Ίσως να έφθασε η ώρα της ωριμότητας.

Η παράδοση και ιδιαίτερα η λαϊκή παράδοση είναι θέμα που έχει απασχολήσει γενιές νεοελλήνων από την ίδρυση του νέου ελληνικού κράτους και εξής . Άλλοτε με διάθεση ρομαντική προς την κατεύθυνση της παροιμιακής έκφρασης «κάθε πέρ'σι και καλύτερα», άλλοτε τελείως αρνητικά, ως αιτίας συντήρησης και οπισθοδρόμησης, άλλοτε ως «πανάκεια» για όλα τα προβλήματα.

Στη πραγματικότητα, όταν αναφερόμαστε στο λαϊκό πολιτισμό, είμαστε υποχρεωμένοι να κάνουμε μιά σειρά από διευκρινίσεις και αποκαταστάσεις. Τί είναι παράδοση, τί συντήρηση και πού αυτά τα δυό συναντιούνται ή αποκλίνουν. Βεβαίως πέρασε η εποχή που παραδοσιακός λαϊκός πολιτισμός σήμαινε παραμονή σ' ένα μουσειακό τρόπο ζωής, που δεν εξελίσσεται και αντιστρατεύεται την πρόοδο. Σήμερα, τουλάχιστον σε ένα μεγάλο βαθμό, υπάρχει ένας νέος τρόπος διαχείρισης της πολιτιστικής κληρονομιάς.

Η παράδοση, λοιπόν, και οι κανόνες διατήρησης στοιχείων της δεν είναι μιά ρομαντική επιστροφή στο παρελθόν, το οποίο όλοι μας αναλογιζόμαστε με νοσταλγία. Η παράδοση, και κυρίως η λαϊκή, η οποία εμπλουτίζεται αργά αλλά σταθερά από την τεχνολογία και τον

πολιτισμό των ξεχωριστών ατόμων –«τον ανώτερο», όπως συνηθίζουμε να τον λέμε, αφομοιώνοντας με σύνεση ό, τι είναι απαραίτητο και εποικοδομητικό για το σύνολο του λαού, αποτελεί και πρέπει να αποτελεί στην αρχή της τρίτης χιλιετίας τρόπο ζωής με κύριο χαρακτήρα την εξασφάλιση της ποιότητας της ζωής των κατοίκων μιάς περιοχής.

Προσπάθειες να αξιολογηθεί η παραδοσιακή κληρονομιά, ως αρχιτεκτονική ή εθιμική (γιορτές, δρώμενα, λαϊκή διήγηση κλπ.) έχουν γίνει σε μεγάλη έκταση. Θυμίζω το έτος της παράδοσης (1979), το έτος Αρχιτεκτονικής Κληρονομιάς (1975), κατά το οποίο έγιναν πολλές παρεμβάσεις, όχι πάντοτε επιτυχημένες, στο πλαίσιο κυρίως της οικονομικής αξιοποίησης. Στο χώρο της Ευρώπης οι προσπάθειες για διάσωση στοιχείων από την αρχιτεκτονική κληρονομιά είχαν περισσότερο θετικά αποτελέσματα. Στον ελληνικό χώρο, όπου η διατήρηση των υπό αξιοποίηση κτιρίων και κυρίως της γης, ιδιαίτερα στα αστικά κέντρα και σε κεντρικούς χώρους τους ήταν ιδιαίτερα επιτακτική, έγιναν πολλές παραβιάσεις ακόμη και των στοιχειωδών κανόνων αισθητικής. Μόλις τα τελευταία χρόνια και μετά από επίμονους αγώνες των ειδικών έχει αρχίσει η προσπάθεια από ευαισθητοποιημένους πολίτες αλλά και συχνά από το Κράτος, να δοθεί προτεραιότητα στην αρχιτεκτονική παράδοση, που συνήθως συμβαδίζει –δεν είναι τυχαίο- με την αισθητική.

Βεβαίως είμαστε μια μικρή πτωχευμένη χώρα στην περιφέρεια της Ευρώπης στη χειρότερη φάση καταρράκωσης θεσμών και αξιών, πλην με πλούσιο παρελθόν, μακρινό και πρόσφατο, στο οποίο εδώ και τρεις δεκαετίες εισβάλλουν με ραγδαίο ρυθμό στοιχεία του σύγχρονου πολιτισμού και της τεχνολογίας. Είναι δύσκολο και συχνά αδύνατο να συγχρονιστούν οι δύο αντίρροπες τάσεις. Οι σημερινοί ρυθμοί δεν μας δίνουν τη δυνατότητα να γίνουν στοχαστικές αναπολήσεις και να πολυσυζητηθεί το θέμα του εκσυγχρονισμού με παράλληλη διατήρηση στοιχείων της παράδοσης.

Μπορεί άραγε η παράδοση, όπως αυτή έχει καταγραφεί και αποτυπωθεί στα μουσεία, όπως ζει ακόμη στη ραγισμένη συλλογική μνήμη του λαού, και όπως διαιωνίζεται μέσα από τις γενιές να δώσει λύσεις σε διλήμματα και να οδηγήσει σε σωστές αποφάσεις; Οι γνώσεις μας από την παράδοση μπορούν να εξασφαλίσουν στήριγμα στις αποφάσεις για το πρόσωπο των πόλεων και των χωριών μας σήμερα και προπάντων στο μέλλον; Η εντύπωσή μου είναι ότι όσο οι νεοέλληνες θα συνειδητοποιούν μέσα από την παιδεία τους την αξία του παρελθόντος τους για την μελλοντική τους πρόοδο η σχέση ανάμεσα στο παρελθόν και το μέλλον θα είναι ένα περισσότερο ευτυχισμένο παρόν.

Η συμμετοχή των λογής ιδεολογιών στο θέμα της διατήρησης, διάσωσης της εθνικής μας ταυτότητας, της επιστροφής στις ρίζες, της αναβάπτισης στα νάματα του λαϊκού πολιτισμού, γεννήματα του ευρωπαϊκού ρομαντισμού, ενός κινήματος με προοδευτικό και αντιδραστικό ταυτόχρονα χαρακτήρα, έδωσαν τους καρπούς τους στην εποχή τους.

Τί είναι τελοσπάντων παράδοση; Είναι αυτό που συναισθηματικά μας αρέσει και θέλουμε να το διατηρήσουμε για λόγους οικογενειακούς, ιστορικούς, ακόμη αισθητικής και ταυτόχρονα να απαλλαγούμε από αυτό για λόγους οικονομικούς, πρακτικούς και άλλους ;

Παράδοση είναι λέξη - έννοια ουδέτερη, σύμφωνα με τα Λεξικά. Δεν είναι από μόνη της αντιδραστική, συντηρητική ή προοδευτική. Παράγεται από το ρήμα παραδίδω και σημαίνει στη συγκεκριμένη περίπτωση παράδοση στοιχείων πολιτισμού από μια γενιά σε άλλη.

Πρόκειται για παράδοση γραπτή και προφορική. Η γραπτή είναι ό,τι έχει διασωθεί γραπτώς από την αρχαιότητα μέχρι σήμερα. Για μας τους Έλληνες ανάγεται σε μεγάλο βάθος χρόνου, που συνεχώς επεκτείνεται με τις αρχαιολογικές έρευνες. Ιστορική και φιλολογική κληρονομιά αξιοζήλευτη. Κανείς δεν θα τολμούσε να τη χαρακτηρίσει συντηρητική, χωρίς να προκαλέσει τη θυμηδία. Η παράδοση αυτή περνάει εν μέρει στο ζωντανό τμήμα του λαού μέσα από την καθημερινή του ζωή με τα έθιμα και τις εκδηλώσεις του, με τον προφορικό του λόγο έτσι που επιτρέπει να κάνουμε λόγο για τη συνέχεια και την προφορική λαϊκή παράδοση, αυτό που χωρίς κόπο παραδίδεται από γενιά σε γενιά και συγκροτεί τον πυρήνα του λαϊκού μας πολιτισμού. Ο πυρήνας αυτός εμβολιάζεται συνεχώς από νέα στοιχεία, που φέρνουν οι επαφές με άλλους πολιτισμούς, τα επιτεύγματα της τεχνολογίας, οι ιστορικές συγκυρίες. Διαμορφώνεται έτσι μια παράδοση που διατηρεί τα αρχικά βασικά χαρακτηριστικά αλλά προσαρμόζεται στις νέες συνθήκες της κάθε εποχής. Η ελληνική λαϊκή παράδοση, ανθεκτική μέχρι πρόσφατα, παρουσιάζει τα τελευταία χρόνια ραγδαία υποχώρηση εξαιτίας της εισβολής των ευρωπαϊκών και κυρίως των αμερικανικών παγκοσμίων προτύπων.

Το γεγονός ότι η Παράδοση δεν είναι μια έννοια αναλλοίωτη και σταθερή οδήγησε στη χρησιμοποίησή της για σκοπιμότητες, ανάλογα κάθε φορά με τους ιδεολογικούς προσανατολισμούς όσων την χρησιμοποιούν για να στηρίξουν τα επιχειρήματά τους. Έτσι η χρήση της είναι εκείνη που φορτίζεται με το νόημα που της αποδίδουν. Ιδιαίτερα για την Ελλάδα, μια χώρα στο σταυροδρόμι τριών ηπείρων, δύσκολα θά μπορούσαμε να την εντάξουμε στο σχήμα ενός ενιαίου και αναλλοίωτου προτύπου. Οι καινοτομίες και οι επιρροές αφομοιώνονταν σε μία βαθιά ριζωμένη και καταξιωμένη σε ιστορικογεωγραφικά πλαίσια πολιτισμική ενότητα, και οι εκδηλώσεις της ζωής αποκτούσαν και διατηρούσαν για καιρό μία ευδιάκριτη πολιτισμική ταυτότητα. Ακόμη πρέπει να γίνει διάκριση μεταξύ της επίσημης πολιτιστικής παράδοσης και του λαϊκού πολιτισμού. Γιατί, ενώ ο επίσημος πολιτισμός συνήθως απλωνόταν σε ευρύτερους γεωγραφικούς χώρους αλλά και γνώριζε σημαντικές αλλαγές, ο λαϊκός πολιτισμός χαρακτηριζόταν από μια μεγαλύτερη συνέχεια σε μικρότερες χωρικές ενότητες ή και από μια κάποια κοινότητα θεμελιακών γνωρισμάτων που αντανάκλασε την υποταγή στη φύση και τον περιορισμό στο αναγκαίο και απαραίτητο. Ωστόσο ορισμένες π.χ. αρχές ή αρετές της λαϊκής μας αρχιτεκτονικής -τη λιτότητα και την καθαρότητα των μορφών, την αίσθηση του μέτρου και της ανθρώπινης κλίμακας, την ένταξη των κτισμάτων στο τοπίο- μπορούμε να τις θεωρήσουμε κατ' εξοχήν ελληνικές. Σ' ένα αρχιτεκτονικό έργο την ιδέα της "ελληνικότητας" μπορεί να την υποβάλει άλλοτε η παρουσία ιστορικά σημασμένων μορφολογικών στοιχείων (όπως τό αέτωμα, το δίλοβο τοξωτό παράθυρο και τό χαγιάτι), άλλοτε μία ορισμένη διάταξη (περιστύλιο, αίθριο, ανοίγματα) κι άλλοτε ή χρησιμοποίηση παραδοσιακών υλικών και κατασκευών (του λευκού μαρμάρου, της ξερολιθιάς, του άσβεστωμένου τοίχου, της στέγης με τις πηλιορείτικες πλάκες). Τα στοιχεία αυτά μπορεί να είναι κυρίαρχα και να παρουσιάζουν μια φανερή συγγένεια με τα πρότυπά τους, ώστε να ύπογραμμίζουν την "ελληνικότητα" του έργου, ή να έχουν μεταπλαστεί και ενταχθεί σε μια σύγχρονη κατασκευή, ώστε να λειτουργούν απλώς υπαινικτικά. Πότε τέτοιες λύσεις είναι θεμιτές, ποιά μπορεί να είναι τα στοιχεία αναφοράς και πώς πρέπει να χρησιμοποιηθούν είναι, πιστεύω, ζητήματα για τα οποία είναι αδύνατο να υπάρξουν a priori κανόνες. Οι συγκεκριμένες πάντως πηγές αποκαλύπτουν, πέρα από τυχόν ιδιοσυγκρασιακές ροπές, την ιδεολογία της εποχής ή και της κοινωνικής ομάδας που εκφράζει κάθε φορά ο αρχιτέκτονας.

Στο Πήλιο, η παράδοση, η πολιτιστική κληρονομιά του παρελθόντος, και μέσα σ' αυτή περιλαμβάνεται το φυσικό περιβάλλον, το οποίο οι προηγούμενες γενιές σεβάστηκαν και "παρέδωσαν" σ' εμάς σχεδόν αλώβητο, αποτελεί τον πραγματικό και διαρκή πλούτο του, αφού σ' αυτόν στηρίζεται η σύγχρονη οικονομία του κατά το 60%. Σκεφτείτε το Πήλιο χωρίς τους παραδοσιακούς του οικισμούς, τα καλντερίμια, τις βρύσες, τις εκκλησίες με τα ξυλόγλυπτα τέμπλα και ό,τι αποτελεί τον δομημένο χώρο. Πιστεύετε ότι η καταπληκτική πράγματι, φυσική ομορφιά, θα μπορούσε από μόνη της να προσελκύσει τόσους φανατικούς θαυμαστές;

Ο δομημένος, λοιπόν, χώρος με την αργή προσαρμογή του στις ραγδαίες αλλαγές, ευτυχώς για το Πήλιο, καθώς διατηρεί τις περισσότερες φορές στοιχεία και χαρακτηριστικά προηγούμενων εποχών, αποτελεί μοχλό και οικονομικής ανάπτυξης, σημαντικό φορέα πληροφοριών για την αναπαράσταση των κοινωνικών δομών, των τεχνικών, των λειτουργιών και συμβολισμών. Η προσέγγιση του χώρου από την πλευρά της λαογραφίας, η οποία βασίζεται στη συλλογική μνήμη, όπως αυτή εκφράζεται μέσα από τις παραδόσεις και τις λαϊκές διηγήσεις μας βοηθάει να κατανοήσουμε τις ανάγκες και τις προτεραιότητες που εξυπηρέτησαν οι επεμβάσεις συγκεκριμένων κοινωνικών ομάδων στο χώρο. Το σχήμα ενός οικισμού, η θέση του ναού σε σχέση με τα υπόλοιπα σπίτια, οι κοινόχρηστοι χώροι, ο προσανατολισμός του υπακούουν σχεδόν νομοτελειακά σε κάποιες διαχρονικές αρχές. Ο οικισμένος χώρος αποτελεί μιά οικονομική, κοινωνική και συμβολική ταυτόχρονα πραγματικότητα με διαχρονική διατηρήσιμη αξία. Δημιουργεί παράδοση η οποία αξίζει να διατηρηθεί και να χρησιμεύσει για μελλοντικές αναζητήσεις.

Αν θέλουμε νά κάνουμε λόγο για αρχιτεκτονική παράδοση στον τόπο μας πρέπει να αναγνωρίσουμε κατ' αρχήν ότι ως έθνος βρεθήκαμε συχνά σε αδυναμία να συνεχίσουμε την όποια πολιτιστική μας παράδοση, ή έστω, να δημιουργήσουμε μια καινούρια και πως η αδυναμία τούτη οφείλεται σέ δυσκολίες ριζωμένες τόσο στο ιστορικό παρελθόν του τόπου μας όσο και στη σημερινή του θέση μέσα στο σύγχρονο κόσμο. Η μακρόχρονη διακοπή του ελληνικού πολιτισμού στην περίοδο της τουρκοκρατίας δεν έμεινε χωρίς συνέπειες. Η Ελλάδα γνώρισε αναγέννηση και το διαφωτισμό μέσα από τις δυτικές επιδράσεις. Αυτό που κατόρθωσε να διατηρήσει και να προαγάγει δημιουργικά ήταν ο λαϊκός πολιτισμός της. Ετσι, ενώ δεν κατόρθωσε μπόρεσε να αναπτύξει μια νεώτερη αστική αρχιτεκτονική, παράτη νεοκλασικίζουσα ως αντιδάνειο από την Ευρώπη, δημιούργησε σημαντικές μορφές ημιαστικής και αγροτικής αρχιτεκτονικής, συνυφασμένες με τους τρόπους ζωής των διαφόρων περιοχών του ελληνικού χώρου.

Δεν είναι, λοιπόν, περίεργο που ο Πικιώνης, που δεν ήταν καθόλου λαϊκιστής, στην προσπάθειά του να οραματιστεί ποιά θα ήταν η αρχιτεκτονική της ελληνικής αναγέννησης, "μιάς εποχής που θα μπορούσε να είχε υπάρξει αλλά που δεν της δόθηκε να υπάρξει", έλκεται περισσότερο από τα ηλιοροφίτικα και τα μακεδονίτικα αρχοντικά παρά από τα αιγαιοπελαγίτικα σπίτια, είναι, υποθέτω, γιατί στα πρώτα βρήκε κάποια μεγαλύτερης κλίμακας και πιό περίτεχνα πρότυπα.

Το Πήλιο θα μπορούσε με τους σημαντικούς οικισμούς του, και εφόσον ληφθεί πρόνοια για την ουσιαστική προστασία και ανάδειξή τους, να αποτελέσει ένα ζωντανό σχολείο για τους αρχιτέκτονες και πολεοδόμους, καθώς θα μπορούσαν να μελετήσουν λύσεις,

παραδειγματιζόμενοι από τους παραδοσιακούς τεχνίτες, για την αποτελεσματική αντιμετώπιση προβλημάτων που προέρχονται είτε από το φυσικό περιβάλλον ή άλλους εξωγενείς παράγοντες .

Τίποτε δεν είναι τόσο μακριά από την πραγματικότητα από την συχνά εκφραζόμενη άποψη ότι στις παραδοσιακές κοινότητες η έλλειψη σχεδιασμού και προγραμματισμού «επί χάρτου» οδηγούσε κάθε φορά σε τυχαίες λύσεις. Το γεγονός ότι οι περισσότεροι οικισμοί δημιουργήθηκαν με τη βοήθεια εσωτερικών αγράφων κανονισμών οι οποίοι υπαγόρευαν, ανάλογα με τα οικονομικά και κοινωνικά κριτήρια που ίσχυαν κάθε φορά, τη μία ή την άλλη λύση δεν σημαίνει ότι δημιουργήθηκαν κατά τύχη. Για την επιλογή του χώρου εγκαταστάσεως ενός οικισμού η εξασφαλισμένη ύδρευσή του αποτελούσε το πρώτο κριτήριο. Το υγιεινό κλίμα, η οχυρή θέση (φυσική ή τεχνητή: κάστρα,) και η δυνατότητα επικοινωνίας με άλλο οικισμό ακολουθούσαν με σειρά προτεραιότητας στην αξιολόγηση των σχετικών κριτηρίων. Η ανάπτυξη ενός οικισμού επιτυγχάνεται με την εξασφαλισμένη ύδρευση και άρδευση των καλλιεργειών, τη φυσική ή τεχνητή οχύρωσή του (κάστρα, πύργοι) και τους ελεγχόμενους δρόμους επικοινωνίας (βίγλες, καραούλια). Χωρίς αυτά τα τρία στοιχεία δεν θα ήταν δυνατή, ιδιαίτερα σε ταραγμένες περιόδους, η επιβίωσή τους.

Η διατήρηση του δομημένου χώρου είναι το πρώτο και σημαντικότερο στοιχείο για την οικονομική ανάπτυξή του. Και επειδή παρατηρείται τελευταία οικοδομικός οργανισμός είναι ανάγκη να οριοθετηθεί αυστηρά ο δομημένος χώρος και να σχεδιασθεί ο υπό δόμησιν για να μη συμβεί αυτό που θα μπορούσε να οδηγήσει στο ανεπανόρθωτο λάθος. Ο δομημένος χώρος είναι το κέλυφος μέσα στο οποίο θα αναπτυχθούν οι δραστηριότητες του οικισμού. Το δεύτερο στοιχείο είναι η εξασφάλιση επαρκούς ποσότητας νερού για τις αυξημένες ανάγκες του πληθυσμού τουλάχιστον κατά τους θερινούς μήνες. Τα πηγαία πόσιμα νερά γενικά λιγοστεύουν στον πλανήτη μας και ιδιαίτερα στον πάντοτε «αυχημένο» (ξηρό) ελληνικό χώρο. Το Πήλιο, ευνοημένο από τη φύση δεν ήξερε ως πρόσφατα πόσο μεγάλο είναι το πρόβλημα της ξηρασίας, της ανομβρίας και της λειψυδρίας. Οι παραδόσεις για το νερό, γνωστές από όλο τον ελληνικό χώρο για δράκους, δράκοντες και στοιχειά που με αιματηρές θυσίες προσπαθεί να εξευμενίσει ο άνθρωπος παραπέμπουν σε φιλονικίες μέχρι θανάτου για το μίρασμα των νερών, που συμβαίνουν προπάντων μεταξύ συγγενών-αδερφών, στην κυριαρχία των νερών και τη σχέση της με την διαφέντευση του συγκεκριμένου χώρου. Η εξασφάλιση επάρκειας νερού σε οργανωμένους οικισμούς, που δεν διαθέτουν αείρωρες πηγές επιτυγχάνεται με τη δημιουργία υδραγωγείων και δικτύων υδρεύσεως. Δείγματα μεγάλων υδραυλικών έργων έχουμε από τις αρχαίες ελληνικές και ρωμαϊκές πόλεις, το Βυζάντιο και την τουρκοκρατία . Η ίδρυση πηγαδιού ή βρύσης είναι πολλές φορές έργο ατόμων που θεωρούνται ευεργέτες και μνημονεύονται από τους μεταγενέστερους. Οι κρήνες φέρουν τα ονόματα των κτητόρων τους, τους οποίους μνημονεύουν οι επόμενες γενιές με ευγνωμοσύνη. Στο κατάφυτο και κατάρρυτο Πήλιο, ποιά μεγάλα έργα έχουν γίνει για την επάρκεια του νερού τα επόμενα 50 χρόνια; Αντίθετα γνωρίζω ότι στην Τσαγκαράδα πολλές πηγές-βρύσες έχουν στερέψει, χωρίς επιστροφή, και συχνά το καλοκαίρι λιγοστεύει το νερό του δικτύου. Οι βροχοπτώσεις και οι χιονοπτώσεις δημιουργούν ποτάμια που παρασύρουν τα εδάφη προς τη θάλασσα. Τι έχει γίνει για αποθήκευση σε φυσικές και τεχνητές δεξαμενές αυτών των υδάτων;

Αναμφίβολα οι διατροφικές συνήθειες της ελληνικής αγροτοποιομενικής παραδοσιακής κοινωνίας αποτελούν στοιχείο αξιολόγησής της και έκφραση του πολιτιστικού της επιπέδου. Ειδικότερα η μελέτη των διατροφικών συνηθειών του ελληνικού λαού από την Τουρκοκρατία μέχρι πρόσφατα οδηγεί στη γνώση των οικονομικών και κοινωνικών συνθηκών της ζωής του, στις διαφοροποιήσεις του βιοτικού του επιπέδου και των διατροφικών του συμπεριφορών στα δύσκολα χρόνια της Τούρκικης κατοχής αλλά και με τον ερχομό των μικρασιατών προσφύγων (1922), στη δεκαετία του 1940 και μετέπειτα ως τις μέρες μας με την “επιδημική” επέλαση ξένων διατροφικών συνηθειών.

Στην αγροτικές κοινωνίες οι αλλαγές γίνονταν με πολύ αργό ρυθμό. Έτσι και οι διατροφικές συνήθειες παρέμειναν σε μεγάλο βαθμό ανεπηρέαστες. Καινούργιες διατροφικές συνήθειες και παραδοσιακά φαγητά του Ελληνισμού της Ανατολής εμφανίζονται με τον ερχομό των Μικρασιατών προσφύγων (1922). Στη δεκαετία 1950-1960, όταν κορυφώθηκε η εσωτερική μετανάστευση και συσσωρεύτηκε ο αγροτικός πληθυσμός στα αστικά κέντρα, ο τρόπος ζωής άλλαξε και μαζί οι διατροφικές συνήθειες. Στην εγκατάλειψη των παραδοσιακών διατροφικών συνηθειών συνέβαλε και η κυριαρχία των Μ.Μ.Ε με τον καταιγισμό των διαφημίσεων νέων ειδών διατροφής.

Τα τελευταία χρόνια υπάρχει μεγάλη κινητικότητα γύρω από θέματα της παραδοσιακής διατροφής γενικότερα και πιο ειδικά του ελαιολάδου. Συνέδρια, μελέτες, ιατρικές έρευνες ανιχνεύουν διαρκώς νέα στοιχεία για θέματα που σχετίζονται με την ανθρώπινη υγεία, σε σχέση με τη διατροφή. Στο Πήλιο η διατροφή, στηριγμένη στην πλούσια αυτοφυή εδώδιμη βλάστηση, την τοπική παραγωγή και το κλίμα παρουσιάζει ιδιαιτερότητες, οι οποίες τα τελευταία χρόνια τείνουν να εξαφανισθούν. Γίγαντες Πηλίου, όχι ελέφαντες, ποικιλία φασολιών, που σήμερα σχεδόν εξαφανίστηκαν, σπετζοφάι από ντόπια υλικά - όχι αυτό που φτιάχνει κάποιος και στην Αθήνα, μανιτάρια, κρίταμα, τσιτσιράφα - που εξαφανίστηκαν από την αλόγιστη συλλογή τους, είναι μερικά από τα τοπικά προϊόντα που πλέον σπανίζουν. Γλυκά του κουταλιού, όπως το βύσσινο και το καρυδάκι, το φιρίκι και άλλα σπάνια ευρίσκονται στα πηλιορείτικα σπίτια. Όλα αυτά προϋποθέτουν καλλιέργειες παράλληλα προς τον τουρισμό. Και είναι οξύμωρο να υπάρχουν τόσες ακαλλιέργητες εκτάσεις (μπαϊρία), σήμερα που τα μέσα καλλιέργειας είναι τόσα πολλά. Ενδεχομένως προορίζονται για οικόπεδα. Σ' αυτή τη λύση όμως παραμονεύει ο κίνδυνος για εξαφάνιση του μοναδικού τοπίου που γνωρίζουμε ως Πήλιο.

Η καστανιά το δέντρο που δίνει τον χρωματικό τόνο στο Ανατολικό Πήλιο πρέπει επίσης να προστατευθεί και να αξιοποιηθεί, με την πρωτοβουλία συλλογικού οργάνου, ενδεχομένως του Δήμου, το πολύτιμο προϊόν της, που πάει χαμένο.

Η άποψη ότι η οικονομία μιας περιοχής αρκεί να στηριχθεί στην παροχή υπηρεσιών με την ανάπτυξη τουριστικών μονάδων και την εγκατάλειψη της γης έχει οδηγήσει πολλές περιοχές της Ελλάδας σε αδιέξοδο. Το καλοκαίρι του 2001 πραγματοποίησα επιτόπια λαογραφική έρευνα στα ορεινά χωριά του νομού Χανίων στην Κρήτη, όπου πλέον ο τουρισμός έχει δημιουργήσει υδροκέφαλες λουτροπόλεις με υποβαθμισμένες υπηρεσίες και χαμηλές τιμές και έχει ερημώσει τα παραγωγικά χωριά του Σελίνου και των Σφακίων. Ένα καινούργιο στούντιο με «σύγχρονες ανέσεις» δεν κοστίζει περισσότερο από 10.000 δραχμές σε περίοδο αιχμής. Αυτό σημαίνει ότι, εκτός των μεγάλων συγκροτημάτων που αποτελούν πολυεθνικές

επιχειρήσεις, ο τουρισμός από μόνος του ως μοναδική οικογενειακή απασχόληση δεν επαρκεί για την κάλυψη των οικονομικών αναγκών. Η παραμελημένη γεωργία και η κτηνοτροφία ωστόσο μπορούν να προσφέρουν το συμπληρωματικό και πολλαπλασιαστικά χρήσιμο εισόδημα.

Η χειροτεχνία παραγωγής χρηστικών αντικειμένων, με ιδιαίτερο χρώμα και ποιότητα αποτελεί επίσης μια δυναμική δυνατότητα, επειδή στο Πήλιο δεν έχουν αναπτυχθεί μεγάλες μονάδες παραγωγής φτηνών τουριστικών ειδών. Η παράδοση μας έχει διδάξει ότι η συνεργασία με συνεταιρισμούς στον τομέα αυτόν, μπορεί να κάνει θαύματα. Χωρίς να καταργήσει την οικογενειακή επιχείρηση μπορεί να υπάρξει σε οργανωμένη συνεταιριστική βάση χειροτεχνικής παραγωγής (υφαντά, κεραμικά, είδη διατροφής, ξυλόγλυπτα, λιθανάγλυφα, βότανα κλπ.) η οποία θα διαθέτει σύγχρονο μηχανισμό διάθεσης και εμπορίας, εντός και εκτός των οικισμών.

Συνοψίζοντας: Η παράδοση δεν είναι ένα νεκρό μουσειακό αντικείμενο, που συνήθως ρομαντικά χαϊδεύει τ' αυτιά και τις ψυχές μας για το χθές που χάθηκε και για συνήθειες που δεν γνωρίζω πόσο θα θέλαμε να ισχύουν και σήμερα. Ο λαϊκός πολιτισμός είναι ένας ζωντανός πολιτισμός που συνεχώς εμπλουτίζεται με νέα στοιχεία και προσαρμόζεται στα νέα δεδομένα. Ως ζωντανός, λοιπόν, πολιτισμός μπορεί να θεωρηθεί, ιδιαίτερα για περιοχές, όπως το Πήλιο, που ανέπτυξαν ιδιαίτερα και σημαντικά από απόψεως ποιότητας χαρακτηριστικά, μοχλός ανάπτυξης για το μέλλον. Το πολιτιστικό παρελθόν στο Πήλιο είναι ήδη μια εξαιρετικά μεγάλη περιουσία που ανήκει στη δικαιοδοσία μελέτης και έρευνας του λαϊκού πολιτισμού. Αυτή η περιουσία αποτελεί το «τάλαντον» της ευαγγελικής παραβολής, που χρειάζεται παραγωγική τοποθέτηση για να πολλαπλασιασθεί και να αποδώσει ανάλογης ποιότητας καρπούς και να μην εκφυλισθεί σε μια κακή διαχείριση του θησαυρού. Για να αξιοποιηθεί είναι αναγκαία η μελέτη και προστασία του ήδη υπάρχοντος υλικού και με βάση το υπάρχον, που μπορεί να λειτουργήσει ως πρότυπο και παράδειγμα να προδιαγραφεί το μέλλον. Προέχει, επομένως μια συνολική μελέτη σκοπιμότητας αξιοποίησης της παραδοσιακής κληρονομιάς σε όλες της τις εκφάνσεις και η χάραξη στόχων που θα καταβληθούν προσπάθειες να πραγματοποιηθούν με τη συνεργασία της τοπικής κοινωνίας και της πολιτείας και γνώμονα την αναβάθμιση του χώρου και την οικονομική ανάπτυξη για όλους. «Οι καιροί ου μενετοί». Για να μη θρηνούν επί των ερειπίων οι απόγονοί μας και κληρονόμοι του πολιτισμού που εμείς δημιουργούμε εν γνώσει και εν αγνοία μας ή με την ανοχή μας ας προχωρήσουμε: α) στην προστασία του δομημένου και φυσικού περιβάλλοντος με την δημιουργία των προϋποθέσεων να λειτουργήσει το Πήλιο ως ένα ζωντανό ανοιχτό Μουσείο του παραδοσιακού πολιτισμού, ενταγμένο στην σύγχρονη πραγματικότητα. Δεν αρκούν οι λυρικές αναγωγές στο παρελθόν. Να αποκατασταθούν και να συντηρηθούν με τις σύγχρονες μεθόδους τα μνημεία (εκκλησίες, παραδοσιακά σπίτια, βρύσες, καλντερίμια), να αποκατασταθεί η εσωτερική επικοινωνία των οικισμών, με σήμανση και διαφωτιστικά φυλλάδια, ομαλή μετάβαση από τον αυτοκινητόδρομο στο καλντερίμι κ.ο.κ. Να κυκλοφορήσουν κατατοπιστικά βιβλία με την ιστορία και εξέλιξη των οικισμών (ιστορία, λαογραφία, αρχιτεκτονική και χωροταξική μελέτη). Να προωθηθεί τάχιστα η χωροταξική μελέτη για την μελλοντική επέκταση των υπάρχοντων οικισμών και τη δημιουργία νέων. Η άναρχη δόμηση δημιουργεί προβλήματα και θα δημιουργήσει ανυπέβλητα στο μέλλον.

Άμεση πρόνοια για τα πανηγύρια, τη λειτουργία των χώρων αναψυχής, όπως οι πλατείες και οι παραλίες, και τέλος τη δημιουργία σε χώρο επιλεγμένο με αντικειμενικά κριτήρια και όχι καθαρά τοπικιστικά ενός Μουσείου-Ινστιτούτου έρευνας της περιοχής, που θα παρακολουθεί την εξέλιξή της και θα παρεμβαίνει με το επιστημονικό του έργο στην σωστή «καθοδήγηση», της ανάπτυξής του, ώστε να μην διατρέξει τους κινδύνους που όλοι διαβλέπουμε και όλοι ομολογούμε κατ' ιδίαν αλλά καμιά φορά δεν θέλουμε να παραδεχθούμε.

Ο ποιητής Γιώργος Σεφέρης συμβουλεύει: “Μήτε την προσκόλληση σε άδειους τύπους, μήτε το γυρισμό στα περασμένα συμβούλεψα ποτέ μου. Το αντίθετο. Η παράδοση για μένα αποτελεί ένα σπουδαίο μέρος της γνώσης του ζωντανού ανθρώπου. Κι αυτό κανείς δεν μπορεί να αποφύγει. Άλλο ζήτημα αν υπάρχουν εκείνοι που κλείνοντας τα μάτια νομίζουν πως τ' αποφεύγουν. Δεν αποφεύγει τίποτε κανείς αν δεν το κοιτάξει κατάματα. Με άλλα λόγια : Ένα μέρος του παρελθόντος πεθαίνει τη στιγμή, που η θνησιμότητά του μας μολύνει, αν προσκολληθούμε σ' αυτό με υπερβολική αγάπη. Ένα μέρος του παρελθόντος μένει πάντα ζωντανό, και κινδυνεύουμε καταφρονώντας τη ζωντάνια του(...)».

Οι οικισμοί της ΝΔ πλευράς του Ολύμπου: μια διαχρονική προσέγγιση, Σπύρος Αναγνωστάκης, Med, Msc Περιβαλλοντολόγος Μηχανικός

Υπεύθυνος ΚΠΕ Κισσάβου - Ελασσόνας

Οι ιστορικές, οικονομικές και κοινωνικές συνθήκες σε συνδυασμό με την προσαρμογή στις φυσικές συνθήκες, διαμόρφωσαν διαχρονικά το οικιστικό περιβάλλον. Σ' αυτήν την κατεύθυνση τα μορφολογικά πρότυπα των οικισμών, που αναπτύχθηκαν στον ελλαδικό χώρο κατά την μεταβυζαντινή εποχή μέχρι τα μέσα του 19ου αιώνα, είναι συνδεδεμένα με λειτουργικούς και αισθητικούς κανόνες των τοπικών κοινωνιών.

Οι μεγάλες δημογραφικές ανακατατάξεις που ακολούθησαν την τουρκική εισβολή στον ελλαδικό χώρο ήταν αιτία για τη δημιουργία νέων αγροτικών οικισμών. Σύμφωνα με τον Μουτσόπουλο (1993) οι ελληνικοί και οι ελληνοβλαχικοί πληθυσμοί εγκαταλείπουν τους οικισμούς των εύφορων πεδιάδων και καταφεύγουν στα ψηλά βουνά. Εκεί δημιουργούν νέες εστίες και διαμορφώνουν τις προϋποθέσεις για τη διατήρηση του ελληνισμού. Τα ψηλά βουνά γίνονται οι θύλακοι της αντίστασης της φυλής στα δύσκολα χρόνια της τουρκοκρατίας και της αναβίωσης του οράματος για ελεύθερη Ελλάδα. Οι πλαγιές του Ολύμπου γίνονται καταφύγια των υπόδουλων κατοίκων της ευρύτερης περιοχής. Διαμορφώνονται και ενισχύονται οικιστικά σύνολα, όπως το Λιβάδι, ο Κοκκινοπηλός, η Καρυά, το Πύθιο κ.ά. Παράλληλα, αναπτύσσεται η τάση να εγκαταλείπονται μικροί και απομονωμένοι οικισμοί και οι πληθυσμοί να συγκεντρώνονται σε μεγαλύτερους οικισμούς, όπου υπάρχει ασφάλεια. Στις αρχές του 17ου και κατά τη διάρκεια του 18ου αιώνα οι εμπορικές δραστηριότητες των Ελλήνων αντανakλούν στην οικονομική άνθηση και στις συνθήκες ζωής των κατοίκων. Το οικιστικό περιβάλλον αλλάζει, νέες εκκλησίες χτίζονται και πλουσιότερα αρχοντικά στολίζουν τους ορεινούς οικισμούς. Φαίνεται λοιπόν ότι ο αγροκτηνοτροφικός χαρακτήρας αυτών των οικισμών ενισχύεται με την ανάπτυξη του εμπορίου και τη βιοτεχνία.

Κατά τη διάρκεια του Β' Παγκοσμίου πολέμου πολλοί ορεινοί της πατρίδας μας οικισμοί καταστράφηκαν ή εγκαταλείφθηκαν από τους κατοίκους. Η ανάγκη στέγασης οδήγησε τους κατοίκους στη δημιουργία νέων οικισμών κοντά σε οδικούς άξονες προκειμένου να ανταποκρίνονται στις ανάγκες επιβίωσης. Τέτοια φαινόμενα έχουμε στις παραολύμπιες περιοχές με την πυρπόληση οικισμών (Λιβάδι, Κοκκινοπηλός, Ολυμπιάδα, Πύθιο, Κρούβρυση, Καρυά κ.ά.) από τις δυνάμεις κατοχής. Αυτό είχε ως αποτέλεσμα είτε τον μετασχηματισμό του παραδοσιακού χαρακτήρα των οικιστικών συνόλων στους εναπομείναντες οικισμούς είτε τη δημιουργία νέων οικισμών (Σκαμνιά, Σπαρμός).

Στις παραολύμπιες περιοχές οι οικισμοί, οι οποίοι αναπτύχθηκαν, είναι συνδεδεμένοι αφενός με τον αγροτικό βίο των κατοίκων και αφετέρου με το γενικότερο κοινωνικοοικονομικό και πολιτιστικό πλαίσιο της εκάστοτε εποχής (Δημητριάδης, χ.χ.). Παράλληλα, οι παραδοσιακές μορφές της αρχιτεκτονικής αυτών των οικισμών ακολουθούν την απόκριση στις κλιματολογικές συνθήκες, καθώς και τα τοπικά υλικά δομής, όπου κυριαρχεί συνήθως η πέτρα και το ξύλο. Αυτός ο μικτός τύπος οικοδόμησης των κατοικιών χαρακτηρίζεται από την πέτρινη δόμηση του κορμού καθώς και από την κατασκευή των ενδιάμεσων τοίχων από ξύλο (τσατμάς) (Μουτσόπουλος 1993).

Η εικόνα των παραολύμπιων οικισμών που αντικρίζουμε σήμερα μοιάζει με τον «ιστό της αράχνης». Οι κατοικίες έχουν κτιστεί μ' ένα συνεκτικό ιστό στο κέντρο του οικισμού, διατηρώντας συνήθως αυλή για τις δευτερεύουσες αγροτικές ασχολίες. Σε μια διάμετρο, που ποικίλλει από το μέγεθος του οικισμού, απλώνονται οι υπόλοιπες κατοικίες οι οποίες στα όρια του οικισμού γίνονται διάσπαρτες. Οι καλλιέργειες γύρω από κάθε οικισμό ακολουθούν είτε τις φυσικές διανομές του ανάγλυφου είτε στις μεγάλες κλίσεις του εδάφους την κατασκευή αναβαθμίδων.

Το φαινόμενο των πληθυσμιακών μετακινήσεων από τον ορεινό προς τον πεδινό χώρο αρχίζει προς το τέλος του 18ου αιώνα και αποκτά πιο έντονη μορφή μετά την ίδρυση του ελεύθερου κράτους το (Δημητριάδης, χ.χ.). Στις αρχές του 19ου αιώνα έγινε εγκατάσταση προσφύγων από την Αν. Θράκη και από την Μικρά Ασία στην ηπειρωτική Ελλάδα. Στην ΝΔ. του Ολύμπου εγκαταστάθηκαν μικρασιάτες πρόσφυγες δημιουργώντας νέους οικισμούς (Ολυμπιάδα, Λόφος). Παράλληλα, οι παραολύμπιοι οικισμοί αντιμετώπισαν το πρόβλημα της αστυφιλίας είτε ως με την μετανάστευση στο εξωτερικό είτε με την μετακίνηση του πληθυσμού στα αστικά κέντρα της χώρας (Αθήνα, Θεσσαλονίκη, Λάρισα κ.ά.). Αποτέλεσμα τα μεγάλα χωριά του Ολύμπου να έχουν υποστεί μια πληθυσμιακή αφαίμαξη (Λιβιάδι, Κοκκινοπηλός, Καρυά Ολύμπου).

Πρέπει να αναφερθεί ότι οι παραολύμπιοι οικισμοί της ΝΔ. πλευράς του Ολύμπου συνδέονται μέσω της Παλιάς Εθνικής Οδού και τοπικών οδών με το οικονομικό και διοικητικό κέντρο του Δήμου Ελασσόνας, την πόλη της Ελασσόνας.

Τα τελευταία χρόνια στο πλαίσιο ανάπτυξης των ορεινών όγκων στους παραολύμπιους οικισμούς γίνεται μια προσπάθεια να ενισχυθεί η ιδέα της παραθεριστικής κατοικίας και να δοθεί έμφαση στην αναβίωση των παραδοσιακών δραστηριοτήτων καθώς και στην προώθηση οικοτουριστικών δράσεων.

Προσαρμογή των παραολύμπιων οικισμών στο φυσικό περιβάλλον

Οι γενικότερες συνθήκες που επικρατούσαν διαχρονικά στην παραολύμπια περιοχή (επιδρομές Σλάβων, Τούρκων κ.λ.π.) αναγκάζουν τους κατοίκους των πεδινών περιοχών να αναζητήσουν χώρο κατοίκησης που να παρέχει ασφάλεια, δυνατότητα εύκολης απομάκρυνσης σε περίπτωση μεγάλου κινδύνου, θέαση του ορίζοντα και γενικότερα ευνοϊκές γεωμορφολογικές συνθήκες (νερό, κλίμα, έδαφος, ηλιασμός). Φαίνεται λοιπόν ότι οι κάτοικοι αναζητούσαν τρόπους αξιοποίησης της γεωμορφολογίας του εδάφους και του μικροκλίματος της περιοχής ώστε έτσι να προστατεύονται από ληστρικές επιθέσεις καθώς και από τις αντίξοες συνθήκες του περιβάλλοντος (ήλιο, ανέμους). Παράλληλα, η όλη ανάπτυξη των κτισμάτων και των δρόμων του οικισμού προσαρμόζονταν ανάλογα, ώστε να καλύπτονται επαρκώς οι επιμέρους λειτουργίες του οικισμού.

Μέσα από την αξιοποίηση των τοπικών οικοδομικών υλικών όπως και από τη διαμόρφωση των επιμέρους στοιχείων των κτισμάτων (εξώστες, ανοίγματα, βεράντες, αυλές) οι οικισμοί προσαρμόζονται στα τοπικά κλιματικά και φυσικογεωγραφικά δεδομένα, προκειμένου έτσι να επιτύχουν ευνοϊκές συνθήκες διαβίωσης των κατοίκων.

Οικισμοί της ΝΔ παραολύμπιας περιοχής

Λιβάδι Ελασσόνας

Το Λιβάδι Ελασσόνας, κωμόπολη πληθυσμού 3000 κατοίκων, είναι χωροθετημένο σε υψόμετρο 1200 μ. στη νότια πλευρά του όρους Τίταρος, όμορο βουνό του ορεινού όγκου του Ολύμπου. Τα παραδοσιακά χαρακτηριστικά του χωριού, η μοναδική θέαση του τοπίου (πανοραμική άποψη της οροσειράς της Πίνδου και των κορυφών του Ολύμπου) και τα φιλόξενα αισθήματα των κατοίκων, συνθέτουν την ταυτότητα του χωριού, που την προσεγγίζει άμεσα και ευχάριστα όποιος επισκέπτεται την γραφική αυτή κωμόπολη της επαρχίας Ελασσόνας.

Ιστορική ανάλυση

Ο οικιστικός χώρος του Λιβαδίου εικάζεται ότι προήλθε από οικισμούς νομάδων που δημιούργησαν οι Βλάχοι όταν κατά τον 11ο αιώνα εγκαταστάθηκαν στον Θεσσαλικό χώρο. Μέχρι τον 16ο αιώνα που η πίεση των Τούρκων στις πεδινές περιοχές ήταν μεγάλη, η οικονομική ζωή του οικισμού στηρίχθηκε στην κτηνοτροφία. Η τυροκόμηση και η εμπορία του γάλακτος αποτελούν την κύρια πηγή εσόδου για τους κατοίκους. Μετά τον 17ο αιώνα που άρχισε η ανάπτυξη του εμπορίου και της βιοτεχνίας, Λιβαδιώτες εμπορεύονται τα τυροκομικά προϊόντα στον ευρύτερο ελλαδικό χώρο. Παράλληλα, η οικοτεχνία στις διάφορες μορφές της, όπως η επεξεργασία του μαλλιού για κατασκευή ρούχων και σκεπασμάτων (φλοκάτες), και η κατασκευή τσαρουχιών, αναπτύσσεται και εντάσσεται στις εμπορικές δραστηριότητες των κατοίκων.

Η γεωργική ενασχόληση των κατοίκων αυξήθηκε μετά τον 18ο αιώνα που τους δόθηκε η δυνατότητα απόκτησης καλλιεργήσιμων εκτάσεων. Η καλλιέργεια των δημητριακών και η αμπελουργία, πέρα από την κάλυψη των ντόπιων αναγκών, συνεισφέρει στο εισόδημα των κατοίκων με την εμπορία τους.

Στα χρόνια της Τουρκοκρατίας η σχολική εκπαίδευση των αρχικά γίνεται μέσα στις εκκλησίες και στο μοναστήρι της Αγίας Τριάδας από εγγράμματους παπάδες και μοναχούς. Η ίδρυση σπουδαίων σχολείων γίνεται στις αρχές του 18ου αιώνα, όπου διδάσκουν μεγάλοι δάσκαλοι όπως ο Ιωάννης Πέζαρος από τον Τύρναβο, ο Άνθιμος Ολυμπιώτης, ο Ιωνάς Σπαρμιώτης κ.α. Συνέπεια αυτής της εκπαιδευτικής αναβάθμισης του χωριού είναι η κατάρτιση Λιβαδιωτών στις τέχνες και τα γράμματα (ανώτεροι κληρικοί, δικηγόροι, γιατροί, δάσκαλοι κ.λ.π.).

Το Λιβάδι στον Αγώνα του 1821 έδωσε έναν από τους πρωτεργάτες της επανάστασης, τον Γεωργάκη Ολύμπιο που θυσιάστηκε στην Μονή Σέκου, πολεμώντας τους Τούρκους στις παραδουνάβιες ηγεμονίες.

Συμπερασματικά, λόγοι ίδρυσης του οικισμού είναι :

- Ιστορικοί (τουρκική καταπίεση στις πεδινές περιοχές)
- Οικονομικοί (αγροτοκτηνοτροφική ενασχόληση των κατοίκων)
- Περιβαλλοντικοί (οχυρή θέση του οικισμού, προσανατολισμός, ύπαρξη νερού).

Σχέσεις του οικισμού με τον ευρύτερο γεωγραφικά χώρο

Ο οικισμός είναι χωροθετημένος στις απόκρημνες πλαγιές του βουνού και έχει ως φυσικά όρια ανατολικά και δυτικά απότομες χαράδρες. Ο περιαστικός χώρος του χωριού βόρεια περιλαμβάνει δασικό οικοσύστημα κωνοφόρων (πεύκης και ελάτης), στην δυτική πλευρά συναντάμε αμπέλια φυτεμένα σε παράλληλα διατεταγμένες σειρές με κατάλληλη αντιστήριξη (πεζούλες) λόγω της μεγάλης κλίσης του εδάφους. Στην ανατολική πλευρά αναπτύσσεται η βλάστηση των αείφυλλων - σκληρόφυλλων (πουρνάρια κ.λ.π.), την οποία συναντάμε και στην νότια πλευρά.

Το κλίμα χαρακτηρίζεται ηπειρωτικό με βαρύ χειμώνα (μεγάλη διάρκεια χιονόπτωσης) και σχετικά δροσερά καλοκαίρια λόγω υψομέτρου.

Παραγωγικές δραστηριότητες που αναπτύσσονται στην ευρύτερη περιοχή του οικισμού (ορεινή - πεδινή) είναι κυρίως η κτηνοτροφία και η γεωργία. Περιμετρικά δε συναντάμε αγροτοκτηνοτροφικές μονάδες (πέτρινες προβάτες, στρούγκες, γεωργικές ξύλινες καλύβες).

Άξονες επικοινωνίας του οικισμού με την ευρύτερη περιοχή είναι δύο. Ο ένας άξονας επικοινωνίας είναι ο παλιός δρόμος Μακεδονίας -Θεσσαλίας που συνδέει το χωριό με την Κατερίνη. Ο άλλος συνδέει τον οικισμό με την Ελασσόνα και τους οικισμούς της ευρύτερης περιοχής (Άνω Περραιβιακής χώρας).

Συμπερασματικά, οι ανάγκες των κατοίκων καλύπτονται σε μεγάλο μέρος μόνο από τοπικά αγροτοκτηνοτροφικά προϊόντα, ενώ έχει εισροές σε μεταποιητικά προϊόντα από την ευρύτερη περιοχή. Οι εκροές περιλαμβάνουν εμπορία αγροτικών και κτηνοτροφικών προϊόντων (πατάτα, γάλα, κρέας, τυρί).

Υπηρεσίες υγείας είναι αυτές που παρέχονται σε έναν οικισμό, ενώ οι εκπαιδευτικές εγκαταστάσεις περιλαμβάνουν δημοτικό, γυμνάσιο με λυκειακές τάξεις.

Πολεοδομική Συγκρότηση

Συνοικίες

Ο πολεοδομικός ιστός του οικισμού σε σχέση με το ανάγλυφο του εδάφους αναπτύσσεται σε τρία επίπεδα. Στο βόρειο τμήμα του χωριού λόγω της έντονης κλίσης, τα κτίρια στις όψεις είναι διώροφα, ενώ στο πίσω μέρος, οι στέγες είναι στο επίπεδο του εδάφους. Στο μεσαίο τμήμα, όπου βρίσκεται η κεντρική πλατεία με τον χαρακτηριστικό αιωνόβιο πλάτανο και την βρύση - το κέντρο της κοινωνικής ζωής του χωριού, δεν υπάρχει μεγάλη κλίση. Απεναντίας στο ανατολικό τμήμα όπου συναντάται το παλιό κομμάτι του χωριού, η κλίση είναι πάλι έντονη.

Διαδρομές

Οι περισσότεροι δρόμοι αρχίζουν από τον κεντρικό δρόμο και ακολουθούν τις ισοϋψείς του εδάφους. Όπου υπήρξε ανάγκη για την καλύτερη κυκλοφορία ανθρώπων και ζώων σχηματίζουν στενά κλιμακωτά δρομάκια (καλντερίμια). Τα καλντερίμια ήταν καμωμένα από σχιστόλιθο. Η πλακόστρωσή τους σχημάτιζε επίπεδες επιφάνειες όταν ακολουθούσαν τις ισοϋψείς του εδάφους, ενώ όταν ήταν κάθετες προς αυτές, σχημάτιζαν κλιμακωτά επίπεδα, έχοντας στις άκρες τους μια σειρά από προεξέχουσες πέτρες για να μην γλιστρούν τον

Παγωμένο χειμώνα άνθρωποι και ζώα. Η μορφή των δρόμων, που ήταν συνήθως στενοί, δημιουργούσε πρόβλημα στην διέλευση των ζώων, κυρίως όταν σχημάτιζε γωνία οπότε γινόταν το κόψιμο του τοίχου (μανδρότοιχου η τοιχοποιία σπιτιού) στο ύψος του ζώου.

Οικόπεδα - Οικοδομικές νησίδες

Οι μανδρότοιχοι που περικλείουν αυλές, αποτελούν συνήθως μέρος του σπιτιού η ενός βοηθητικού χώρου. Το κτίσιμό τους γινόταν με ξηρολιθιά που έφθανε πολλές φορές σε ύψος 2 μέτρων. Αυτό γινόταν για κρύβει τους ενοίκους από αδιάκριτα βλέμματα αλλά και να παρέχει ασφάλεια σε κάθε προσπάθεια παράνομης εισόδου στο εσωτερικό του σπιτιού. Από τον μανδρότοιχο η είσοδος στην αυλή γινόταν με εξώπορτα που ήταν συνήθως στεγασμένη με δίρριχτη στέγη. Αυτό ήταν συνήθως το όριο ιδιωτικού με τον δημόσιο χώρο. Η πόρτα ήταν ξύλινη, δίφυλλη και επιβλητική. Η πλακόστρωση της αυλής γινόταν κατά ένα μέρος, ενώ υπήρχε και ακάλυπτος χώρος για φύτευση λουλουδιών. Στην αυλή θα βρούμε και τους υπόλοιπους βοηθητικούς χώρους το αποχωρητήριο, τον φούρνο και το πλυσταριό.

Μνημεία - Μοναδικά στοιχεία

Σημείο αναφοράς στο ιστορικό περιβάλλον του οικισμού αποτελούν οι εκκλησίες και τα μοναστήρια. Η πρώτη εκκλησία χτίστηκε το 1760 και είναι αφιερωμένη στους Αγίους Αναργύρους (το τέμπλο του ναού είναι αριστούργημα ξυλογλυπτικής). Ακόμη η εκκλησία της κοιμήσεως της Θεοτόκου, η εκκλησία του Αγίου Κωνσταντίνου, το μοναστήρι της Αγίας Τριάδας, που χτίστηκε το 1300 μ.Χ. περίπου και αποτελεί μνημείο εθνικών αγώνων για τους κατοίκους (καταφύγιο κλεφτοαρματωλών και ανταρτών) όπως και το μοναστήρι του Προφήτη Ηλία αποτελούν χώρους θρησκευτικού προσκυνήματος του χωριού.

Στην κεντρική πλατεία του χωριού βρίσκεται η βρύση, ένας γεροπλάτανος και το λαογραφικό μουσείο που στεγάζεται στο σπίτι που γεννήθηκε ο Γεωργάκης Ολύμπιος.

Στην είσοδο του οικισμού από τη μεριά της Ελασσόνας, αναπτύσσεται ένα γραφικό πάρκο αναψυχής και κοινωνικών εκδηλώσεων, το Κιόσκι, ένας επίπεδος φυσικός εξώστης, με φύτευση πεύκης, με πανοραμική θέα του Θεσσαλικού Ολύμπου και του κάμπου του Σαρανταπόρου.

ΚΑΤΟΙΚΙΑ

Στο Λιβαδιώτικο σπίτι συναντάμε εκείνα τα χαρακτηριστικά της παραδοσιακής αρχιτεκτονικής όπως, λειτουργικότητα, οικονομία υλικών με έμφαση στην χρήση τοπικών υλικών δόμησης. Παράλληλα οι κατασκευές έγιναν με κριτήριο την άμυνα και την προστασία από τις κατά καιρούς εχθρικές επιδρομές

Υλικά

Τα υλικά δόμησης που χρησιμοποιήθηκαν είναι οι πλάκες από σχιστόλιθο για την κάλυψη των στεγών (προστασία από τον άνεμο και την βροχή) και την κατασκευή των καλντεριμιών. Η πέτρα (ξηρολιθιά) χρησιμοποιείται για την θεμελίωση και την τοιχοποιία (εξωτερικοί τοίχοι - μεσότοιχοι υπογείου). Συνδυετικό κονίαμα στις παραπάνω κατασκευές απετέλεσε η αργιλώδης λάσπη μια και ο ασβέστης είναι σπάνιος στην περιοχή. Οι μεσότοιχοι του ισογείου και του

ορόφου έγιναν από επιχρισμένες ξύλινες πήχεις (μπαγδατί). Ξύλινα στοιχεία (δοκάρια, γριντιές) χρησιμοποιήθηκαν για την στήριξη δαπέδων και στεγών με επένδυση σχιστολιθικών πλακών. Ξύλο χρησιμοποιήθηκε ακόμη και για την κατασκευή των κουφωμάτων.

Μετά την χρηματοδότηση του σχεδίου Μάρσαλ αρχίζει το 1950 η ανοικοδόμηση του χωριού, αποκατάσταση των ζημιών από την καταστροφή του 1943, με τα ίδια υλικά την πέτρα και το ξύλο μέχρι τα τέλη του 1960 οπότε με την έντονη οικοδομική δραστηριότητα (ηλεκτροδότηση - τηλέφωνο) ενσωματώνονται νέα υλικά δόμησης στα υπάρχοντα όπως μπετόν, τούβλα, κεραμίδια, σίδηρο, λαμαρίνα του τείνουν πλέον να αντικαταστήσουν πλήρως την χρήση των παραδοσιακών υλικών. της πέτρας, του ξύλου και της σχιστόπλακας.

Τυπολογία

Τα σπίτια στις όψεις τους είναι διώροφα με ανώγι και κατώγι, με την πίσω όψη όμως να είναι μονώροφη, λόγω της έντονης κλίσης του εδάφους. Ο χώρος του κατωγιού κατά το ήμισυ χρησιμοποιείται σαν χώρος διαμονής και κατά το άλλο ήμισυ σαν χώρος αποθηκών.

Η διάταξη του Λιβαδιώτικου σπιτιού περιλαμβάνει την αυλή που ορίζεται από τον μανδρότοιχο και τους χώρους του κυρίως σπιτιού που σχηματίζουν ένα Γ με τους βοηθητικούς χώρους (το αποχωρητήριο, τον φούρνο, το πλυσταριό, το αχούρι για τα ζώα). Από τον πλακοστρωμένο δρόμο, για να μπούμε στην αυλή περνάμε από την βαριά δίφυλλη πόρτα. Ο χώρος της αυλής κατά ένα μέρος είναι πλακοστρωμένος για να υπάρχει δυνατότητα διάβασης και έχει μέρος διαμορφωμένο για κήπο. Ακόμη υπάρχουν γλάστρες με αρωματικά φυτά για την βελτίωση της αισθητικής του χώρου. Ανεβαίνοντας την εξωτερική σκάλα, περνάμε από τον στολισμένο με γλάστρες εξώστη (χαγιάτι) οπότε μπορούμε να εισέλθουμε στο κυρίως σπίτι. Ο πρώτος εσωτερικός χώρος του σπιτιού είναι η πλακοστρωμένη σάλα και αμφίπλευρα ο χώρος υποδοχής των επισκεπτών (ο μουσαφίρ οντάς) και το καθημερινό (χειμερινός οντάς). Ο μουσαφίρ οντάς αποτελεί το καλό δωμάτιο του σπιτιού, στρωμένο με γραφικά υφαντά και έχοντας στη μια πλευρά του τον καναπέ με τα αναπαυτικά μαξιλάρια και τις φλοκάτες όπου κάθονται οι επισκέπτες του σπιτιού. Το χειμερινό είναι ο χώρος συγκέντρωσης της Λιβαδιώτικης οικογένειας, όπου δίπλα στο τζάκι, στους αμφίπλευρα τοποθετημένους καναπέδες (μιντέρια), τα μέλη της οικογένειας θα φάνε και θα κοιμηθούν. Όλος ο χώρος του σπιτιού διακοσμείται από κιλίμια, φλοκάτες απλωμένες, λαϊκά σκεύη και περίτεχνα κεντητά.

Μορφολογικά στοιχεία που συναντάμε σ' ένα Λιβαδιώτικο σπίτι είναι

- η πόρτα εισόδου, επενδεδυμένη με προστατευτική λαμαρίνα και ασφαλισμένη στο πίσω μέρος με μάνταλο και οριζόντιο δοκάρι που μπαίνει σε εσοχή στον τοίχο.
- τα παράθυρα που προστατεύονται με σιδεριές
- το τζάκι που χρησιμοποιείται για την παρασκευή του φαγητού και σαν το κύριο μέσο θέρμανσης

Η μετάβαση από τον παραδοσιακό στον σύγχρονο οικισμό έγινε μέσα από την εξέλιξη των ιστορικών, οικονομικών και κοινωνικών δομών που χαρακτηρίζουν διαχρονικά τον Ελλαδικό χώρο (τουρκοκρατία, επανάσταση του 1821, μετανάστευση, γερμανοϊταλική κατοχή κ.λ.π.).

Έτσι το πέρασμα από τον παραδοσιακό τρόπο δόμησης στον καινούργιο χαρακτηρίζεται από την καθ' ύψος δόμηση λόγω της ανάγκης κάλυψης των στεγαστικών αναγκών (έλλειψη οικοπέδων - συστέγαση οικογενειών - μείωση ελεύθερου χώρου), όπως ακόμη από την χρήση νέων υλικών δόμησης (μπετόν, σίδηρο, κεραμίδι) με αντίστοιχη υποβάθμιση και αντικατάσταση των υλικών παραδοσιακού χρώματος. Αποτέλεσμα αυτής της εξελικτικής πορείας είναι η αλλοίωση του χαρακτήρα του οικισμού, που τείνει πλέον να χάσει σε μεγάλο βαθμό τα ιδιαίτερα παραδοσιακά του χαρακτηριστικά. Η τοπική κοινωνία, με ανθρώπους που οραματίζονται μια αναβάπτιση της παραδοσιακής αισθητικής του χωριού τους, ενταγμένη όμως σε οικολογικά πρότυπα (χρήση νέων υλικών, φιλικών προς το περιβάλλον - λειτουργίες εξοικονόμησης ενέργειας κ.λ.π.), όπως ακόμη η ανάπτυξη και η ενίσχυση οικοτουριστικών λειτουργιών (οικολογική κτηνοτροφία & γεωργία, τουριστικές υπηρεσίες, ανάδειξη των φυσικών και πολιτισμικών μνημείων της περιοχής), θα δώσει λύσεις για τη διατήρηση της παράδοσης σ' αυτό το απομονωμένο αλλά τόσο ζεστό και γραφικό χωριό της Θεσσαλίας.

Τσαριτσάνη

Η σημερινή κωμόπολη αναπτύσσεται στους πρόποδες κατάφυτων λόφων στο ΒΑ άκρο του οροπεδίου της Ελασσόνας. Η Τσαριτσάνη βρίσκεται στην περιοχή της ομηρικής πόλεως Ηλώνης. Απέχει από της Ελασσόνα 4 χλμ. Ο σημερινός οικισμός ιδρύθηκε μάλλον από το 10 αι. μ.Χ. Από το 17 αι. ξεκινά η οικονομική και πολιτιστική της ακμή, που κορυφώνεται το 18 αι. και την αναδεικνύει σε σπουδαίο πολιτιστικό κέντρο του Ελληνισμού. Στην περίφημη Οικονόμειο Σχολή της Τσαριτσάνης δίδαξαν σημαντικές προσωπικότητες, όπως οι Δ. Πέζαρος, Κ. Κούμας και ο ιερέας και λόγιος Κ. Οικονόμου. Κάνοντας ειδική μνεία για τον διαπρεπή συγγραφέα και κληρικό πρέπει να αναφέρουμε ότι ο Κων. Οικονόμου (1780-1857) συνέγραψε πολλά έργα με χαρακτήρα εκκλησιαστικό και φιλοσοφικό με αποτέλεσμα να καταξιωθεί ως μια μεγάλη μορφή της εκκλησίας και του έθνους. Σήμερα η Οικονόμειος Σχολή με την αξιόλογη αρχιτεκτονική κοσμή τον οικισμό στεγάζοντας το Γυμνάσιο της Τσαριτσάνης και καλύπτοντας έτσι τις εκπαιδευτικές ανάγκες της πόλης.

Το χωριό ξεχωρίζει για τα αρχοντικά, τους ναούς και τα πυργόσπιτα. Ο πύργος του Μάμτζιου, δείγμα μοναδικής αρχιτεκτονικής, βρίσκεται στο βορειοανατολικό τμήμα της Τσαριτσάνης. Πανύψηλο κτίσμα 15 μ., με χαρακτήρα καθαρά αμυντικό και με αρμονία γραμμών δίνει στο τοπίο έναν τόνο άγριας ομορφιάς. Η θέση αυτή είναι από τη φύση της ασφαλής και οχυρωμένη, γιατί προς τα βόρεια υπάρχει κάλυψη από λόφους ενώ από τα νοτιοδυτικά κυλάει ένα χείμαρρος. Πρέπει να αναφερθεί ότι δίπλα από τον πύργο βρέθηκε μία μαρμάρινη πλάκα με τη χρονολογία 1770 και εικάζεται ότι προσδιορίζει το έτος ανέγερσής του. Η βάση του πύργου είναι τετράγωνη. Ο πύργος είναι τριώροφος με ημιυπόγειο, που έχει βάθος 1,85μ. Ένα στοιχείο που χαρακτηρίζει το οίκημα είναι η ύπαρξη πολεμιστρών. Οι πολεμιστρες έχουν σχήμα λοξοειδές για ασφάλεια. Το άνοιγμά τους εσωτερικά είναι κανονικό ορθογώνιο, που στενεύει συνεχώς προς τα έξω, με αποτέλεσμα ο αμυνόμενος να εκθέτει μικρή επιφάνεια στον εχθρό και να ελέγχει έτσι τις κινήσεις του, χωρίς να διακινδυνεύει μια που οι σφαίρες θα εξοστρακίζονται χωρίς έτσι να φτάνουν στο εσωτερικό του πύργου. Ένα άλλο στοιχείο που χαρακτηρίζει τον πύργο είναι η ανάπτυξη καταχύστρων στον δεύτερο και στον τρίτο όροφο, από όπου οι αμυνόμενοι έριχναν καυτό λάδι στους επιτεθμένους. Ο τρίτος όροφος είχε καλή οχύρωση μια που αποτελούσε το χώρο διαμονής της οικογένειας του νοικοκύρη και

συγχρόνως, τη κύρια θέση άμυνας. Ο Πύργος παρουσιάζει μία ελαφρή κλίση προς τα μέσα και φαίνεται να στενεύει προς το πάνω. Το ύψος του από την εξωτερική βάση μέχρι την κορνίζα είναι 10,60 μ. και μέχρι το παρατηρητήριο 12 μ. περίπου. Ο φωτισμός του Πύργου, εκτός από τον κατοικίσιομο τρίτο όροφο, είναι μικρός γιατί έτσι επιτυγχάνεται καλύτερη ασφάλεια.

Εξετάζοντας τη τυπολογία του κτίσματος (πόρτα, τοιχοποιία, πολεμίστρες, καταχύστρες, παράθυρα, στέγη, παρατηρητήριο) συμπεραίνουμε ότι ο Πύργος έχει πολεμικό χαρακτήρα, στοιχείο το οποίο υποδηλώνει και τη διαχρονική ανάγκη των κατοίκων της Τσαριτσάνης για αμυντικές οχειρώσεις που θα τους προστάτευαν από εχθρικές επιδρομές.

Τέλος, είναι σημαντικό να αναφερθεί ότι στην εκκλησία του Αγίου Νικολάου υπάρχει μια πελώρια τοιχογραφία «Ρίζα του Ιεσσαί» που ξεχωρίζει (90 μορφές από τις οποίες οι 12 παριστάνουν σοφούς της αρχαιότητας). Ακόμη, ο επισκέπτης προσκυνητής έχει την ευκαιρία να θαυμάσει την μοναδικότητα της τοιχογραφίας του Ζωδιακού Κύκλου καθώς και του «Καιρού του Χρόνου». Επισημαίνεται, ακόμη ότι ο κυρίως ναός έχει ένα ωραιότατο ξυλογλυπτο τέμπλο και πέτρινο δάπεδο.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Αδάμου, Γ. (1990). Η Τσαριτσάνη, Κοινότητα Τσαριτσάνης

Αμούργης, Σ. & Καλογεράς, Ν. (2001). Ελληνική Πολεοδομική και Αρχιτεκτονική Παράδοση και Φυσικό Περιβάλλον, στο Αμούργης, Σ. και άλλοι (επιμ.) «Περιβαλλοντικός Σχεδιασμός Πόλεων και ανοικτών Χώρων, Τόμος Α΄ - Περιβαλλοντική Τεχνολογία», Ελληνικό Ανοικτό Πανεπιστήμιο, Πάτρα.

Δημητριάδης, Ε. (χ.χ.). Η Αναγέννηση των Οικισμών του Ελληνικού Χώρου κατά την Όψιμη Τουρκοκρατία, Αρχαιολογία & Τέχνες 65.

Δίκας, Α, και άλλοι (1998). Ανάδειξη Ιστορικού Κέντρου Λιβαδίου-Λιθόστρωτοι Δρόμοι-Αποκατάσταση Μνημείου 3 βρυσών Λιβαδίου, Τεύχος Ι, Πολεοδομική Διερεύνηση, Τεκμηρίωση, Προτάσεις, Δήμος Λιβαδίου ν. Λάρισας.

Κόσσυβα, Κ. (2000). Παραδοσιακή Αρχιτεκτονική & Διακόσμηση, 6ο Γυμνάσιο Λάρισας, Λάρισα.

Μουτσόπουλος, Ν. (1993). Ελλάδα, στο Βαγενά – Παπαϊωάννου, Λ. & Κομίνη – Διαλέτη, Δ. (επιμ). «Βαλκανική Παραδοσιακή Αρχιτεκτονική», Εκδόσεις Μέλισσα.

Παπαϊωάννου, Ν. (1994). Λαϊκή Αρχιτεκτονική και τρόπος διάσωσης της στην περιοχή του Λιβαδίου, Πρακτικά του Ζ΄ Πανελληνίου Συνεδρίου «Ο Όλυμπος στους Αιώνες», Πολιτιστικός Οργανισμός Δήμου Ελασσόνας.

Ο Όλυμπος με τα μάτια των περιηγητών, Δρ. Αλέξης Καλέσης, καθηγητής γαλλικών

Ο 18ος αιώνας είναι καθοριστικός για τη σχέση της Δύσης με το νεώτερο ελληνικό κόσμο. Σοβαρές εξελίξεις σε πολιτικό, οικονομικό ιδεολογικό και αισθητικό επίπεδο γεννούν «ένα νέο τύπο περιέργειας» αναφορικά με τη νεότερη Ελλάδα, η οποία, ως τότε, αποτελεί για το δυτικό φαντασιακό μια «ονειρική χώρα», εικόνα που εγγράφεται στη δυτική συλλογική μνήμη από τη σχολική ακόμη ηλικία. Η Ευρώπη του Διαφωτισμού, στο πλαίσιο του οποίου αναπτύχθηκε μια ψυχολογία εξωστρέφειας και μια διάθεση γνωριμίας και επικοινωνίας με τον υπόλοιπο κόσμο, νιώθει την ανάγκη για μια επαφή με τη «μυθική» αυτή γη, η οποία θα συνέδεε «τις αναμνήσεις της ανάγνωσης με την σύγχρονη πραγματικότητα». Ο περιηγητικός λόγος θα γίνει έτσι το όχημα της ικανοποίησης αυτής της «περιέργειας» και θα προσφέρει στο δυτικό κοινό την ευκαιρία για μια πρώτη ουσιαστική προσέγγιση της νεότερης Ελλάδας, η ύπαρξη της οποίας ως τότε, δεν απασχολούσε την ευρωπαϊκή πραγματικότητα.

Ως το 18ο αιώνα, η Ευρώπη κυριαρχείται από την εικόνα της κλασσικής Ελλάδας, την οποία ο κλασικισμός έχει επιβάλει ως κυρίαρχο αισθητικό και ιδεολογικό πρότυπο. Η νεότερη Ελλάδα είναι ένα σημαίνον κενό σημαινόμενου. Όπως παρατηρεί ο Gustave Fougères, η Ευρώπη δεν υποψιαζόταν καν ότι υπήρχε μια πραγματική Ελλάδα, ένα ζωντανό «κάδρο» μιας αρχαιότητας που τόσο θαύμαζε. Είχε ξεχάσει ότι Έλληνες με σάρκα και οστά συνέχιζαν να μιλούν τη γλώσσα των ηρώων της κλασσικής αρχαιότητας και η νεφελώδης ατμόσφαιρα του αρχαίου μύθου κάλυπτε τη συγχρονική πραγματικότητα. Αναπόφευκτα, η οπτική αυτή απεικονίστηκε στον ταξιδιωτικό λόγο του 16ου και 17ου αιώνα. Οι ταξιδιώτες που επισκέφθηκαν και γνώρισαν την οθωμανική Ανατολή βρέθηκαν σε εμφανή αδυναμία να προσδιορίσουν το σημασιολογικό πεδίο της Ελλάδας. Όπως μελαγχολικά διαπίστωνε ο μεγάλος Ελληνιστής Johann – Joachim Winkelmann (1717-1768) στον επίλογο του μνημειώδους έργου του Ιστορία της Τέχνης στην Αρχαιότητα, η Ελλάδα της εποχής για τη δυτική διανόηση απεδείχθη ότι δεν ήταν «παρά μονάχα μια σκιά αυτού που αποτελεί το αντικείμενο των επιθυμιών μας». Η διάψευση αυτή, σε ένα πρώτο στάδιο συμβάλλει ώστε ο στη συνείδηση των Ευρωπαίων ταξιδιωτών, ο νεώτερος ελληνισμός να κατέχει μια αρνητική θέση και η Ελλάδα, να προσδιορίζεται συνήθως με αντιθετικούς όρους, είτε ως μια χώρα «ετερόδοξη» και «σχισματική» σε σχέση με τον καθολικισμό, είτε ως τμήμα της Οθωμανικής Αυτοκρατορίας, η οποία από μόνη της συνιστά αντιθετική έννοια ως προς τη Δύση. Ωστόσο, η Ελλάδα αναγνωρίζεται ως η κοιτίδα του δυτικού πολιτισμού και περιγράφεται με θετικούς προσδιορισμούς όταν επανασυνδέεται με το αρχαίο παρελθόν της που ο δυτικός ταξιδιώτης αναζητά και επιδιώκει να αποκαταστήσει στη συνείδηση του.

Κατά τις τελευταίες δεκαετίες του 18ου αιώνα, με τη ραγδαία άνθιση του ταξιδιωτικού ρεύματος προς τον ελλαδικό χώρο, η σχέση μεταξύ αρχαίας-νέας Ελλάδας θα διερευνηθεί διεξοδικά, στη βάση των πραγματικών δεδομένων που προσφέρει η συνάντηση με την ως τότε «μυθική» χώρα. Είναι η αρχή της αλλαγής των δεδομένων. Το πραγματικό ταξίδι, με την έννοια της βιωμένης πια εμπειρίας, μόλις αρχίζει.

Βασικό στοιχείο της θεωρίας του ταξιδιού, είναι το εικονολογικό υλικό που προϋπάρχει στις νοητικές αποσκευές του ταξιδιώτη. Προϋπάρχουσες ιδέες και αντιλήψεις, στερεότυπα, εικόνες, συμβολισμοί, θρύλοι, δοξασίες που έχουν διαμορφωθεί στον πολιτισμό προέλευσης

από διάφορες πηγές (π.χ κοινωνικό φαντασιακό, πρωτογενές και δευτερογενές περιβάλλον, εκπαίδευση, προγενέστερες αναγνώσεις κλπ.) συνοδεύουν τον ταξιδιώτη. Το υλικό αυτό θα αντιπαρατεθεί με τη βιωμένη εμπειρία και, αφού περάσει μέσα από την κρησάρα της γραφής και των πολυδαίδαλων μηχανισμών της, θα καταλήξει να μας δώσει την υποκειμενική εικόνα του ξένου πολιτισμού, ο οποίος βέβαια δεν είναι παρά μια «κατασκευή» του ταξιδιώτη, η οποία έχει μεγάλο ενδιαφέρον να αναλυθεί.

Όταν ο –συνήθως μορφωμένος- δυτικός ταξιδιώτης του 18ου αιώνα έρχεται στην Ελλάδα, μεταφέρει στις νοητικές του αποσκευές ορισμένα βασικά σημεία αναφοράς, αναγκαία για να αναγνωρίσει και να προσεγγίσει τον επισκεπτόμενο χώρο. Αθήνα και Ακρόπολη, Σπάρτη, Αρχαία Ολυμπία, μυθική Αρκαδία κ.α είναι μερικά από τα μέρη που ονειρεύεται να επισκεφθεί επιδιώκοντας συμμετοχή σε μια μυσταγωγία καλλιεργημένη από τα σχολικά του ακόμη βιβλία και στην οποία αυθυποβάλλεται συνεπικουρούμενος και από το πνεύμα του κλασικισμού που διαπερνά τη Δύση. Μέσα σ' αυτό το «σύστημα σημείων» που ενεργοποιείται στο μυαλό του όταν σκέφτεται τον ελλαδικό χώρο, ο Όλυμπος κατέχει δεσπόζουσα θέση. Είναι η «κατοικία των Θεών», ένας μυθικός χώρος (*espace mythique*), ένας χώρος αρχέγονος, αναλλοίωτος α-χρονικός, α-τοπικός.

Η διαφορά σε σχέση με τους άλλους μυθολογικά φορτισμένους χώρους είναι ότι ο δυτικός ταξιδιώτης γνωρίζει ή αντιλαμβάνεται φτάνοντας στην Ελλάδα ότι ο Όλυμπος είναι και ένας χώρος απρόσιτος και απροσπέλαστος, λόγω των αντικειμενικών δυσκολιών του ταξιδιού που είναι κατά κύριο λόγο η έλλειψη πρόσβασης αλλά και το σοβαρό ζήτημα ασφάλειας που υπάρχει γενικότερα στην ελληνική ενδοχώρα

Ειδικά στον Όλυμπο, χώρο καταφυγής κλεφτών και άλλων επαναστατημένων Ελλήνων, η κατάσταση είναι τόσο ανεξέλεγκτη ώστε ο περιηγητής Εβλιγιά Τσελεμπή, περνώντας το 1668 τα στενά του Σαρανταπόρου, καίτοι ως Τούρκος αξιωματούχος διέθετε μια σχετική ασφάλεια στις μετακινήσεις του, έγγραφε σχετικά:

«Ο ακατάληπτος Θεός νά δώση νά μην ξαναπεράσω από το στενό αυτό γιατί στον καθένα μυρίζει ανθρώπινο αίμα. Άπιστοι πού ονομάζονται «χαϊντούκ» εξολοθρεύουν τούς ανθρώπους. Εδώ κάθε άνδρας χύνει αίμα, σκοτώνει και υποφέρει. Γιατί επάνω και κάτω οι δρόμοι του είναι φοβεροί κι' επικίνδυνοι και ολότελα δασωμένοι. Είναι όλοι τόποι για ενέδρα. Σε κάθε λάκκο του χιλιάδες μάρτυρες είναι θαμμένοι· γιατί άλογο δεν περνά. Ένας-ένας είναι ανάγκη νά περάση κανείς πεζός . . .».

Προκύπτει από αρκετά περιηγητικά κείμενα της εποχής ότι η αδυναμία πρόσβασης στον Όλυμπο –και ειδικά από τη δυτική του πλευρά, από το σημερινό Νομό Λάρισας- εξακολουθεί να ισχύει μέχρι τα μέσα του 19ου αιώνα τουλάχιστον. Όπως παρατηρεί ο Π. Δουλμές, αναφερόμενος στην κατάσταση που επικρατούσε στα χρόνια του Όθωνα, οι δυτικοί επισκέπτες προτιμούσαν την ασφάλεια των ελεύθερων εδαφών για τις περιηγήσεις τους, μακριά από κλέφτες και αρματολούς, από τις επιθέσεις των Αρβανιτών και τα μπουγιουρντιά των πασάδων. Λίγοι αποφάσιζαν να συνεχίσουν βορειότερα αυτήν την εποχή, όπου οι Θεσσαλοί κλεφταρματολοί των σωμάτων του Ολύμπου και της Όσσας καταζητούνταν με στόχο την εξάφάνισή τους.

Πραγματικά, ως τότε, είναι σχετικά μικρός ο αριθμός των ταξιδιωτών που προχώρησαν στα ενδότερα του Ολύμπου. Μερικοί κατάφεραν να φτάσουν μέχρι την Ελασσόνα, αρκετοί περισσότεροι περιηγήθηκαν τον Κάτω Όλυμπο- κυρίως στη Ραψάνη και τον Πυργετό- με αφορμή σύντομες μεταβάσεις στην Κοιλιάδα των Τεμπών, που ήταν βασικός προορισμός για κάθε συνειδητοποιημένο ταξιδιώτη του ελλαδικού χώρου. Αρκετοί επιχειρούν μικρές διεισδύσεις από τη πλευρά του Λιτοχώρου, καθ' οδόν προς τη Θεσσαλονίκη.

Οι περισσότεροι λοιπόν ταξιδιώτες κατά το 18ο αιώνα μιλούν ή περιγράφουν τον Όλυμπο εκ του μακρόθεν, καθώς αναπόφευκτα τον αντικρίζουν από την πόλη της Λάρισας όπου καταλύουν, ή καθ' οδόν προς τον Τύρναβο που ήταν ένα συνηθισμένο δρομολόγιο της εποχής.

Ο Όλυμπος χρησιμοποιείται έτσι ως σημείο γεωγραφικού προσδιορισμού της Λάρισας και άλλων θεσσαλικών πόλεων και χωριών.

Ωστόσο, ακόμα και οι αποσπασματικές αυτές περιγραφές είναι αρκετές για να προσδιορίσουν μια πρώτη εικόνα του Ολύμπου στην ταξιδιωτική λογοτεχνία της εποχής.

Κατ' αρχάς πρέπει να αναρωτηθούμε ποια εικόνα προϋπάρχει στο μυαλό του δυτικού ταξιδιώτη για τον Όλυμπο –που δημιουργήθηκε μέσα από συγκεκριμένους μηχανισμούς στον πολιτισμό προέλευσης του:

Στο ερώτημα αυτό θα απαντούσαμε εν συντομία ότι είναι η εικόνα που διαμόρφωσε μέσα από τα κλασικά κείμενα του Ομήρου, του Ηρόδοτου, του Πausανία του Οβίδιου, του Βιργίλιου με τα οποία γαλουχείται ο μορφωμένος Ευρωπαίος επισκέπτης με την κλασική παιδεία. Είναι όμως και η εικόνα που καλλιέργησε το σύνολο της εικονολογικής παραγωγής της εποχής του. Είναι τα τοπία των κορυφαίων κλασικιστών ζωγράφων Πουσέν και Νταβίντ, είναι εμβληματικές μουσικές παραγωγές όπως η όπερα «Ορφέας και Ευρυδίκη» του συνθέτη Gluck, είναι οι μύθοι του Λαφοντέν που παραπέμπουν στην αισώπεια παράδοση, είναι τα ανυπέβλητα θεατρικά του Ρακίνα που αναβιώνουν την ελληνική αρχαιότητα. Όλα αυτά τα έργα, δομημένα γύρω από ιστορίες θεών και ηρώων της ελληνικής αρχαιότητας, συνδέουν αυτόματα το συλλογικό φαντασιακό της Δύσης με τον Όλυμπο, που λειτουργεί συνειδητά ή ασύνειδα, άμεσα ή έμμεσα ως κυρίαρχο ντεκόρ.

Επί πλέον, η δημοσίευση το 1788 από τον αββά Μπαρτελεμύ, αυτόν τον σύγχρονο Ευρωπαίο Pausανία, του «Νέου Ανάχαρση» ενός έργου- σταθμού στην ευρωπαϊκή γραμματεία, ήλθε να συνοψίσει όλο αυτό το διάσπαρτο καλλιτεχνικό υλικό γύρω από την κλασική αρχαιότητα και να μετατρέψει το ενδιαφέρον του κοινού για την Ελλάδα σε επιθυμία για μια γνωριμία με τη «μυθική αυτή χώρα»

Η αντικειμενική λοιπόν αδυναμία προσέγγισης του Ολύμπου και η εκ του μακρόθεν παρατήρηση του βουνού με διπλό αποτέλεσμα :

Πρώτον κρατά μακριά τον μύθο του Ολύμπου από τη φθορά, την παρακμή και την θλίψη που γεννά η συγχρονική Ελλάδα στους δυτικούς ταξιδιώτες.

Δεύτερον, σε συνάρτηση με το παραπάνω, οδηγεί σχεδόν πάντοτε σε θετική κειμενική συμπεριφορά και ενισχύει το μύθο του Ολύμπου στο αναγνωστικό κοινό της Δύσης. Είναι

γεγονός ότι δεν θα βρει κανείς ούτε μια αρνητική αναφορά για τον Όλυμπο. Τα σύστημα των επιθέτων που επιδαψιλεύουν στον Όλυμπο οι περιηγητές –και τα οποία παίζουν καταλυτικό ρόλο στη διαμόρφωση της εικόνας σύμφωνα με τον Daniel Pageaux είναι χαρακτηριστικό: Ο Όλυμπος είναι «μεγαλειώδης» «στητός», «όμορφος» κατά τον Λαπεϊρ (Hippolyte Lapeyre) προσφέρει «θαυμάσιο θέαμα» σύμφωνα με τον Ληκ (W.M Leake) που τον αντικρίζει από το μπαλκόνι του Επισκοπείου της Λάρισας και που αργότερα θα φτάσει ως την Ελασσόνα. Από την πλευρά του, ο Πουκεβίλ (F.C.H.L. Rouquerville) βλέπει τις κορυφές του Ολύμπου να διαγράφονται «μεγαλοπρεπείς» στον ορίζοντα πάνω από τη ζώνη των χιόνων.

Ο Όλυμπος γίνεται έτσι ένα από τα λίγα διακριτά σημεία αναπόλησης της νεώτερης Ελλάδας, ένας χώρος που ικανοποιεί το φαντασικό του επισκέπτη και την μόνιμη επιθυμία και αγωνία του να ανακαλύψει στη σύγχρονη Ελλάδα τη χαμένη αρχαιότητα.

Σε αρκετά περιηγητικά κείμενα ο Όλυμπος χρησιμοποιείται από τον ταξιδιώτη

συγκριτικά. Μέσα από αντιθετικά δίπολα επιχειρείται να τονιστεί ακόμη περισσότερο η ανωτερότητα για την οποία οι ταξιδιώτες είναι εκ προοιμίου πεπεισμένοι.

Βασικό αντιθετικό δίπολο είναι αυτό του Ολύμπου με τον Κίσαβο, ο οποίος περιγράφεται πάντοτε με όρους εμφανούς κατωτερότητας. Ο Κίσαβος είναι «βατός» και δεν έχει την «επιβλητική παρουσία» του Ολύμπου (Λαπεϊρ), είναι «χαμηλότερος» από τον Όλυμπο (Χόλαντ), καίτοι ομολογείται ότι με τα μέσα της εποχής δεν υπήρχε δυνατότητα υπολογισμού του ύψους των δυο βουνών.

Δεύτερο αντιθετικό δίπολο που αναδεικνύει ο περιηγητικός λόγος είναι αυτό του Ολύμπου με την πόλη της Λάρισας. Η αρνητική εικόνα της τελευταίας ως «λασπούπολης», «βρώμικης πόλης», «τουρκόπολης» που κυριαρχεί στα περιηγητικά χρονικά οδηγεί τον ταξιδιώτη να περιγράψει τον Όλυμπο με όρους «καθαρότητας», μέσα από την οποία το Εγώ που περιγράφει αναζητεί να περισώσει την εξιδανικευμένη εικόνα της αρχαιότητας. Γράφει ο περιηγητής Ραούλ ντε Μαλερμπ 1843:

« Απ' όλο το ένδοξο της η Λάρισα κρατούσε μόνο το όνομα της καθώς δεν υπήρχε τίποτα που να θυμίζει την πανάρχαια ομορφιά της, το μεγαλείο και τη δόξα της. Μόνο ο Όλυμπος είχε μείνει στητός και όμορφος, παρότι που τον είχαν εγκαταλείψει προ πολλού οι θεοί και οι ημίθεοι του, ενώ οι κάτοικοι που περιφέρονταν στους δρόμους δεν έφερναν κανένα απολύτως χαρακτηριστικό της ευγενικής γενεάς τους, καθώς ήταν απλά «άνθρωποι» λαϊκοί και αμόρφωτοι».

Η σύνδεση του Ολύμπου με τη μυθολογία που τον συνοδεύει -και που παρατηρείται και στο πιο πάνω απόσπασμα- είναι μια συνηθισμένη και αναμενόμενη κειμενική πρακτική στον περιηγητικό λόγο της εποχής. Ο Μπαρτόλντι (1803-1804) – και δεν είναι ο μόνος - αναφέρεται στις γεωλογικές μεταβολές του Ολύμπου και του Κισσάβου που μετέτρεψαν τη Θεσσαλία από λίμνη σε εύφορη πεδιάδα μιλώντας με όρους μυθολογίας. Ανάλογη είναι και η οπτική του και η Christopher Wordsworth (1832-1833) που σημειώνει ότι «τα νερά των παραποτάμων κατέκλυζαν την ύπαιθρο με πλήθος στάσιμου νερού πριν η τρίαίνα του Ποσειδώνα δώσει διέξοδο και δημιουργήσει την κοίτη του Πηνειού, ανάμεσα σε Όλυμπο και Όσσα, διαμέσου μιας πανέμορφης κοιλάδας». Άλλοτε ο Όλυμπος αναφέρεται ως «θέατρο

πολέμου» μεταξύ των θεών, αλλά και ως τόπος που φιλοξενεί τη «Δωδώνη των Θεσσαλών Πελασγών», όπως αναφέρει ο Πουκεβίλ. Πρόκειται για τη γνωστή τάση μυθοποίησης του Ολύμπου, που αποτελεί κοινό τόπο του περιηγητικού λόγου της εποχής.

Σε πολλές περιπτώσεις ο Όλυμπος αποτελεί αντικείμενο ιστορικής έρευνας. Ο Μπαρτόλντι, με τη βοήθεια αρχαίων ιστορικών όπως ο Τίτος Λίβιος και ο Διόδωρος Σικελιώτης προσπαθεί να ανακαλύψει τα μονοπάτια του Ξέρξη στην εκστρατεία του κατά των Ελλήνων, ενώ ο Χόλλαντ –κατά μια συνήθη πρακτική- επιχειρεί ανατρέχοντας σε πληροφορίες αρχαίων συγγραφέων όπως ο Όμηρος να εξηγήσει ετυμολογικά διάφορα ολύμπια τοπωνύμια, μεταξύ αυτών και της «Ολουσόνας» (Ελασσόνας), που οφείλει το όνομά της στο «χαρακτηριστικό λευκό χρώμα του εδάφους της».

Το γεγονός ότι ο Όλυμπος περιγράφεται κατά το 18ο αιώνα με όρους ιστορίας και μυθολογίας αποτελεί και βασική αδυναμία του περιηγητικού λόγου. Αυτό το πρώτο κύμα περιηγητών, εκόν άκον υπηρετεί την παράδοση του εγκυκλοπαιδισμού που κυριαρχεί στη Δύση. Ερχόμενοι στην Ελλάδα, σε μια χώρα δηλαδή που θυμίζει γι' αυτούς ανεξερεύνητο πλανήτη, θα περιγράψει με εξονυχιστική λεπτομέρεια, με «αντικειμενική» ματιά και ουδέτερη γραφή ακόμη και το τελευταίο χωριό, για να δώσει πληροφορίες σε ένα κοινό που διψάει για τη γνωριμία με νέους τόπους, στο πλαίσιο ενός διαδεδομένου ρεύματος εξωτισμού. Και αφού έδωσε τις εγκυκλοπαιδικές πληροφορίες, ένα δεύτερο κύμα περιηγητών με δεσπίζουσα μορφή το Σατωβριάνδο θα περιγράψει την Ελλάδα με όρους πιο προσωπικούς και με διάθεση λυρική, αφού ήδη ο ρομαντισμός έχει κάνει την εμφάνισή του.

Ο Όλυμπος, για τους λόγους που εξηγήσαμε θα προκαλέσει απευθείας ρομαντικές περιγραφές, ακόμη και από περιηγητές όπως ο Πουκεβίλ, κατεξοχήν εκπρόσωπος του εγκυκλοπαιδικού ρεύματος. Ας παρακολουθήσουμε πώς χειρίζεται την εξ αποστάσεως αναφορά του στον Όλυμπο:

« Ο Όλυμπος, τον οποίο οι γεωγράφοι εντάσσουν τόσο στη Μακεδονία όσο και στη Θεσσαλία, καθώς βρίσκεται στην είσοδο των στενών των διαρρέομενων από τον Τιταρήσιο, δεν έχει να επιδείξει τις απότομες πλαγιές και τους κελαριστούς καταρράκτες τους τόσο χαρακτηριστικούς των Άλπεων! [...] Ο Όλυμπος, περιβεβλημένος με τα πιο γλυκά χρώματα, ορθώνει τις στρογγυλεμένες του ακρώρειες επιβλητικά μέσα σε μια εξάισια πανδαισία φωτός, αφήνοντας να προβάλλουν ανάμεσα από τους τρούλους του, αντί για τους αιώνιους παγετώνες του Λευκού Όρους, τα ίχνη μιας βλάστησης που προσκαλεί τους κτηνοτρόφους σε μαγευτικές απόμερες γωνιές, ακόμη ομορφότερες το καλοκαίρι όταν σκεπάζονται με τα φυτά και τα λουλούδια του βουνού. Η Όσσα, που ορθώνεται σαν πυραμίδα στα ανατολικά. Θυμίζει και αυτή με τη χλωρίδα της τις Άλπεις. Αλλά αυτές οι Άλπεις της Ανατολής, είναι οι Άλπεις της Ελλάδας, όπου το γενναϊόδωρο χέρι του Θεού σκόρπισε μια μαγευτική αρμονία που αγγίζει τις αισθήσεις, τις συγκινεί, τις συναρπάζει, συνιστά ένα έναυσμα για το πνεύμα και δεν το καταθλίβει με φρικιαστικές εικόνες. Όλες οι σκηνές του βουνού συγκεντρώνονται σ' αυτό το τοπίο, αλλά όλες με τόνους γεμάτους χάρη και με ποιοτικά επεισόδια, επιλεγμένα από τον Όμηρο, τον Ησίοδο, τον Πίνδαρο, και από τα τέκνα της Μνημοσύνης που τα γραπτά τους θα είναι τα αιώνια τεκμήρια αυτών των εικόνων μιας απaráμιλλης ομορφιάς φύσης».

Μια πρώτη απόπειρα για «εγκυκλοπαιδικού» τύπου προσέγγιση έχουμε από τον περιηγητή Sonpini (1777) ο οποίος πέτυχε μια σχετική διείσδυση στον Όλυμπο από την πλευρά της Πιερίας στα μέσα Ιουλίου. Παράλληλα, μεταφέροντας την προσωπική του περιπέτεια, μας δίνει ένα πρώτο δείγμα των δυσκολιών που αντιμετώπιζε την εποχή αυτή η επιχείρηση της ανάβασης στον Όλυμπο. Σημειώνει σχετικά:

«Πάνω από το μοναστήρι του Αγίου Διονυσίου, απομονωμένο σε μια πολύ άγρια περιοχή, δεν υπάρχουν πια σπίτια στον Όλυμπο. Θα αρχίζαμε σε λίγο να συναντάμε πελώριους σωρούς από χιόνι.... Σκαρφαλώσαμε, όπως μπορέσαμε, το μεγαλύτερο μέρος της ημέρας, κρεμασμένοι από τα κλαδιά των θάμνων, που ολοένα και πιο σπάνιοι γίνονταν όσο ανεβαίναμε.. Αλλά σε λίγη απόσταση απ' την κορυφή του βουνού, τίποτε δεν φύτρωνε, δεν υπήρχε βλάστηση. Αυτή η κορυφή είναι γυμνή και δεν παρουσιάζει παρά μόνο ένα θόλο σαν πελώριο σκούφο από χιόνια και πάγους όπου είναι αδύνατο να κρατηθείς όρθιος και να βαδίσεις. [...] Η ζέστη ήταν ανυπόφορη στους πρόποδες του βουνού όσο και στον κάμπο και οι μάζες του χιονιού που είχαν γίνει πέτρα κοντά στην κορυφή δεν έδειχναν σημεία για να αρχίσουν να λιώνουν...»

Ο ίδιος θα αναφερθεί και στους κατοίκους της περιοχής, περιγράφοντας τους ως καχύποπτους αλλά και καθυστερημένους και «αθώους» με αποτέλεσμα να πέφτουν συχνά θύματα «θλιβερού εμπαιγμού» από απατεώνες που δήλωναν γιατροί. Εικόνα που δεν διαφέρει από τη συνήθη εικόνα που δίνουν πολλοί ξένοι περιηγητές αναφερόμενοι στους κατοίκους της ελληνικής υπαίθρου.

Ο Όλυμπος του Leon Heuzey

Η πρώτη σοβαρή, τεκμηριωμένη και επιστημονική προσέγγιση για τον Όλυμπο – που ήλθε με καθυστέρηση μισού και πλέον αιώνα να καλύψει το εγκυκλοπαιδικό κενό γύρω από την περιοχή του, σημειώνεται με το Γάλλο διαπρεπή αρχαιολόγο Λεόν Εζέ (Leon Heuzey), ο οποίος επιχειρεί αρχαιολογικές μελέτες στη Θεσσαλία από το 1858 και μετά.

Ο Εζέ, κυριολεκτικά «πάτησε» σε παρθένο έδαφος. Το έργο του *Le mont Olympe et l'Acarnanie*, συνιστά πραγματική προσφορά, αφού χάρη σ' αυτό διασώθηκε πληθώρα πληροφοριών για τον Όλυμπο της εποχής, πληθώρα ονομάτων και τοπωνυμίων, ένας πολύ μεγάλος όγκος αρχαιολογικών και ιστορικών πληροφοριών που εκείνος πρώτος επεξεργάστηκε. Οι μελέτες του είχαν αρχαιολογικό κίνητρο, πλην όμως γρήγορα διαπίστωσε την ανάγκη να καλύψει και το κενό για τη συγχρονική κατάσταση που συνάντησε στον Όλυμπο. Έτσι, λειτούργησε σαν γεωγράφος, λαογράφος, ανθρωπολόγος, ακόμη και βοτανολόγος.

Θα χρειαζόταν πολύς χρόνος να μιλήσουμε για το περιεχόμενο του έργου του. Θα σταθούμε σε ορισμένες βασικές δομές που δίνουν την εικόνα της περιοχής του Ολύμπου.

- Για πρώτη φορά έχουμε τόσο ακριβή περιγραφή του ορεινού αλλά και του αστικού (πόλεις, χωριά...) τοπίου του Ολύμπου και παράλληλα ακριβείς πληροφορίες για τους δρόμους και τα μονοπάτια που ένωναν τις διάφορες Κοινότητες μεταξύ τους.
- Έχουμε πλήρη περιγραφή των βασικότερων πόλεων (Ελασσόνα, Τσαριτσάνη, Λιβάδι) και περιοχών (Τριπολίτιδα).

- Υπάρχει μια καλή πληροφόρηση για την οικονομική ζωή στον Όλυμπο κατά το δεύτερο μισό του 19ου αιώνα
- Λάβαμε σημαντικές πληροφορίες για το θρησκευτικό πλούτο της περιοχής.

Το πνεύμα που αποπνέουν τα κείμενα του Εζέ όταν περιγράφει ανθρώπινες ομάδες, που ζουν στον Όλυμπο υπακούει σε μια συγκεκριμένη λογική, αρκετά διαδεδομένη στους περιηγητές του 18ου αιώνα: Είναι από τη μια οι Έλληνες, που περιγράφονται με όρους δυναμισμού και ενεργητικότητας, ως ένα στοιχείο που αποπνέει υγεία και ακμή και από την άλλη οι Τούρκοι, για τους οποίους η εικόνα της παρακμής και της αυτοεγκατάλειψης είναι πλέον φανερή, ως γενικότερο αποτέλεσμα της κατάστασης που επικρατεί ήδη στην οθωμανική αυτοκρατορία. Δίπλα τους, οι ορεινοί πληθυσμοί, όπως οι Βλάχοι του Λιβαδίου που εισπράττουν για άλλη μια φορά πολύ θετικούς χαρακτηρισμούς ως ένα στοιχείο με αίσθηση νοικοκυροσύνης, πνεύμα οικονομίας και εργατικότητας. Η εσωτερική ανάγκη του δυτικού ταξιδιώτη να ανακαλύψει στον Άλλο τη δική του ταυτότητα, αυτήν του ενεργητικού δυτικού ανθρώπου σε αντιδιαστολή με τον νωχελικό ανατολίτη είναι φανερή.

Μερικά από τα σημαντικότερα σημεία του έργου του Εζέ αναφέρονται στα ακόλουθα:

- Αναδεικνύεται η ομηρική διάσταση του Ολύμπου και ο ρόλος του στην παγκόσμια συνείδηση. Οι όροι «ιδεατό» και «θεικό» βουνό προσδιορίζουν ένα χώρο ιερό και εξιδανικευμένο
- Αναφέρονται οι τρεις βασικοί δίοδοι προσπέλασης του Ολύμπου: η πρώτη μέσω Τεμπών που οδηγεί στον Κάτω Όλυμπο. Η δεύτερη μέσω Σαρανταπόρου, που χαρακτηρίζεται ως η πιο δύσβατη και η τρίτη μέσω Πέτρας που δίνει διέξοδο προς τον περικό Όλυμπο. Αναφέρονται ακόμη και ενδιάμεσοι δρόμοι, όπως αυτός που οδηγεί μέσα σε δυο ώρες από τους Γόννους στα υψώματα της Μελούνας και ο οποίος χαρακτηρίζεται ως «αρκετά καλός».
- Οι κάτοικοι του Κάτω Ολύμπου (ο όρος «Κάτω Όλυμπος» αναφέρεται από τον Εζέ) είναι κυρίως Τούρκοι. Στο Δερελί (Γόννοι) όπως και στα χωριά Μπαμπά, και Μπαλαμουτλού, βρήκε τους κατοίκους φιλόξενους και εργατικούς. Το Δερελί με 200 όμορφα και ασβεστωμένα σπίτια και δυο τζαμιά διοικούταν από κοτζαμπάση και έδωσε στον Εζέ μια ειδυλλιακή εικόνα με τους κατοίκους, φορώντας λευκά τουρμπάνια και φουστάνελες να κυκλοφορούν με κάρρα στα χωράφια τους. (σελ 11-12)
- Επόμενος σταθμός η Τσαριτσάνη και η «Αλασσόνα» όπως ονομαζόταν την εποχή εκείνη. Με αμιγή ελληνικό πληθυσμό η πρώτη, υπό τουρκική κυριαρχία η δεύτερη. Η υπεροχή της εικόνας της Τσαριτσάνης λόγω της ενεργητικής παρουσίας των Ελλήνων έναντι της παρακμασμένης Ελασσόνας είναι εντυπωσιακή στο έργο.

Η Τσαριτσάνη αναφέρεται ως κεφαλοχώρι με μεγάλη ακμή, ειδικά πριν την καταστροφική επέλαση του Αλή πασά και του γιου του Βελή. Ως τότε οι κάτοικοι απολάμβαναν πλήρους ελευθερίας, σε σημείο που στο καρναβάλι σατίριζαν τον σουλτάνο υπό το βλέμμα του πασά της Λάρισας που ερχόταν στις εκδηλώσεις για να διασκεδάσει. Παρά ταύτα οι κάτοικοι άντεξαν και στα χρόνια του Εζέ οι 200 περίπου εναπομείνασες οικογένειες καλλιεργούσαν για λογαριασμό τους τα ιδιόκτητα χωράφια τους. Στο ερώτημα που του γεννήθηκε: πώς οι Τούρκοι άφησαν αυτήν την ελευθερία ο Εζέ αναζητεί την εξήγηση στη χαλαρότητα και την

ατονία που χαρακτήριζε πλέον την τουρκική διοίκηση. Σκιερές πλατείες με ωραίες βρύσες, δυο γέφυρες, δυο σχολεία (ένα για τα νήπια και ένα για παιδιά που διδάσκονταν την ελληνική γλώσσα), ωραία και ψηλά σπίτια, Επισκοπείο (όπου διέμενε ο Επίσκοπος Ελασσόνας) εκκλησίες και μοναστήρια (Άγιος Αθανάσιος και Βαλέτσικο που από τότε είχε ακόμη σχεδόν εγκαταλειφθεί έχοντας ένα και μοναδικό μοναχό), όλα αυτά έδιναν την εικόνα μιας πόλης σε ακμή. Η οικονομία της βασιζόταν σε καλλιέργεια αμπελώνων, καλαμποκιού ενώ υπήρχαν μεγάλες φυτείες με μουριές. Πολλοί ασχολούνταν με την κατεργασία βάμβακος και μεταξιού. (Heuzey, σσ 20-22).

Η Ελασσόνα αντιθέτως αναφέρεται ως μια «μικρή πόλη» με 200 σπίτια και τρία τζαμιά, στην οποία η τουρκική διοίκηση είχε εγκαταστήσει στρατοχωροφυλακή από αρβανίτες με σκοπό να εξοντώσουν τους κλέφτες του Ολύμπου- τους «φυσικούς τους εχθρούς» όπως σημειώνει ο Εζέ. Υπήρχαν περί τις 25 ελληνικές οικογένειες που έμεναν σε μια γειτονιά με κατεστραμμένα σχεδόν σπίτια. Αναφέρεται «το ποτάμι της Ελασσόνας» (παραπόταμος του Τιταρήσιου) που διέσχισε την πόλη και η ύπαρξη γέφυρας με ένα και μοναδικό τόξο που ένωνε τις δυο πλευρές της πόλης. Μεγάλη σημασία αποδίδει ο Εζέ – και αρκετές σελίδες στο έργο του – για να περιγράψει την ιστορία και τον πλούτο της Μονής της Ολυμπιώτισσας με τα 17 μετόχια και τους 12 μοναχούς.

- Η περιγραφή της Τριπολίτιδας (Άζωρον, Δολίχη Πύθιον), βρίθει αρχαιολογικών πληροφοριών και πιστοποιεί το έντονο ενδιαφέρον και το μεγάλο ανταγωνισμό των ευρωπαϊών αρχαιολόγων του 19ου αιώνα για ανακαλύψεις στην Ελλάδα. (σελ 28-40).
- Ιδιαίτερα ενδιαφέρουσα για τη εικόνα του Ολύμπου είναι η περιγραφή ορεινών πληθυσμών, όπως οι Βλάχοι του Λιβαδίου. Οι περιγραφές και οι κρίσεις του Εζέ, εντυπωσιάζουν και αποκαλύπτουν ότι ορισμένα στερεότυπα που επιβιώνουν ακόμη και σήμερα για τους βλάχους («πονηρός», «έξυπνος» «παινεψιάρης» «τραχύς» «νομάδας» «άπατρις» κλπ) είχαν διαμορφωθεί και βρίσκονταν σε ισχύ και εκείνη την περίοδο. Ο Εζέ ήταν ένας από τους ελάχιστους που βρέθηκε στο Λιβάδι την εποχή εκείνη. Ήταν μεγαλύτερο από την Ελασσόνα. Το 1858 είχε 400 σπίτια, πριν από 50 χρόνια – που ο πληθυσμός το εγκατέλειψε από φόβο αναζητώντας καταφύγιο στα γειτονικά βουνά - είχε τα διπλάσια. Ο Εζέ βρήκε τους κατοίκους ευπροσήγορους, φιλόξενους και έτοιμους να παινέψουν το χωριό τους σε πρώτη ευκαιρία. Οι πέντε καλοδιατηρημένες εκκλησίες εντυπωσίασαν το Γάλλο αρχαιολόγο για τις ξυλογραφίες τους και τα σκεύη τους. Παντού τάξη και νοικοκυροσύνη – ανάλογη με αυτή που είχε δει ο Πουκεβίλ στα χωριά των Βλάχων της Πίνδου- παντού οικοτεχνίες μάλλινων ειδών που ορισμένοι εμπορεύονταν και εξήγαγαν. Η περιγραφή εξαίρει την «αγνή ποιμενική ζωή» των Βλάχων με τα «πρωτόγονα λήθη» που για το δυτικό επισκέπτη παραπέμπει στο εξιδανικευμένο φυσικό πρότυπο του Ρουσώ και τον γοητεύει.
- Ο Εζέ συνεχίζοντας την περιοδεία του εισχώρησε σχεδόν παντού. Έφτασε στην κοιλάδα του Σπαρμού, επισκέφθηκε απόμακρα χωριά όπως η Σκαμνιά και η Πουλιάνα μέσα από κακοτράχαλα μονοπάτια. Έδωσε μια λεπτομερή περιγραφή του Μοναστηριού του Σπαρμού και της ιστορίας του δίνοντας γενικά την εικόνα ενός ακμάζοντος μοναστηριού. Απ' όσα μοναστηριακά κειμήλια είδε, κατάλαβε ότι κατά το

16ο και 17ο αιώνα, μια ιδιαίτερη παράδοση εκκλησιαστικής τέχνης δημιουργήθηκε στον Όλυμπο.

Με 90 σπίτια η Πουλιάνα, διατηρούσε σχολείο με έξοδα των κατοίκων της. Αντίθετα σε παρακμή η Σκαμνιά, με 50 σπίτια και το σχολείο κλειστό. Στην Καρυά μέτρησε 70 σπίτια, βρήκε τους κατοίκους «εύρωστους», το σχολείο κλειστό και πληροφορήθηκε ότι από το χωριό αυτό κατάγονταν πολλοί Κλέφτες. (Heuzey σσ. 68-69)

Πολλές σελίδες αφιέρωσε ο Εζέ για να περιγράψει τον Κάτω Όλυμπο και τα χωριά του, ιδιαίτερα τη Ραψάνη, το Νεζερό (Καλλιπεύκη), την Κρανιά και τον Πυργετό. Μελετά ενδελεχώς τα μέρη και τις διαβάσεις απ' όπου πέρασε η ρωμαϊκή στρατιά για να κατακτήσει την Ελλάδα, βασιζόμενος στα κείμενα του ιστορικού Τίτου Λίβιου και έκανε αρκετές ταυτοποιήσεις πολύ χρήσιμες για την αρχαιολογική επιστήμη.

Ο Εζερός (που οι κάτοικοι προφέρουν Νεζερό για λόγους ευφωνίας) περιγράφεται ως μια ήσυχη ελληνική Κοινότητα με φιλόξενους κατοίκους που καλλιεργούν σιτάρι και κριθάρι δίπλα στη λίμνη. Σημαντική είναι η πληροφορία ότι από το 1850 ακόμη είχαν ξεκινήσει οι εργασίες αποξήρανσης της λίμνης από τους ίδιους τους κατοίκους, με διάνοιξη διόδων στο στόμιο της λίμνης, οι οποίες όμως απέτυχαν λόγω τεχνικού λάθους. Σημειώνει δε ότι την πληροφορία αυτή είχε και ο Ληκ, επομένως το σχέδιο αποξήρανσης της λίμνης απασχολούσε από τις αρχές του 19ου αιώνα ακόμη. (Heuzey σσ. 69-70).

Μια εικόνα μεγάλης ακμής δίνει ο Εζέ για τη Ραψάνη που το 1878 έχει 400 νεόκτιστα σπίτια, αφού το χωριό είχε καεί από τον κλέφτη Δήμο, λόγω μη καταβολής των λύτρων που είχε απαιτήσει από τους κατοίκους. Οι κάτοικοι – αμιγώς Έλληνες – ασχολούνται με την καλλιέργεια και επεξεργασία του μεταξιού. Διοικούνται από δυο κοτζαμπάσηδες και από τα δυο σχολεία το ένα ήταν κάποτε ονομαστό σε όλη τη Θεσσαλία, εφάμιλλο αυτών της Ζαγοράς και των Αμπελακίων.

Γενικά, όπως αντιλήφθηκε ο Εζέ, ο κλέφτες –που είχαν πάψει να λειτουργούν ως επαναστατικά σώματα και είχαν υποπέσει στη κατηγορία των κοινών εγκληματιών χτυπούσαν τα πλούσια ελληνικά χωριά, αφού τα τούρκικα φυλάσσονταν από αρβανίτες στρατοχωροφύλακες .

Ο Εζέ βρήκε σε μεγάλη παρακμή την Κρανιά με μόλις 60 σπίτια έναντι 400 που είχε κάποτε. Το χωριό, πατρίδα πολλών Κλεφτών, πλήρωσε ακριβά το 1822 κάποιες κινήσεις που φαίνεται ότι είχε κάνει σε συνεννόηση με τους επαναστατημένους Έλληνες του Νότου να εμποδίσει την κάθοδο των τουρκικών στρατευμάτων. Το κατέκαψε ο Μπουλουμπούντ Πασάς της Θεσσαλονίκης και οι κάτοικοι έδωσαν στον Εζέ την εντύπωση ότι είχαν μετανιώσει για την εμπλοκή αυτή που τους έφερε πόνο και βάσανα.

Τέλος ο Πυργετός στα χρόνια αυτά είναι πλέον ένα τσιφλίκι που με την πτώση του Αλή Πασά πέρασε στον Ρετσίντ Πασά. Πέρασμα πολλών κατακτητών, έχει για τον Εζέ μεγαλύτερη ιστορική σημασία από την συγχρονική κατάσταση. Το πιο ενδιαφέρον στοιχείο είναι ο τρόπος διακανονισμού της σοδειάς μεταξύ κολίγων, Κράτους και του τσιφλικά: ένα μερίδιο για το Κράτος, τρία για τον ιδιοκτήτη του τσιφλικιού και έξι για τον καλλιεργητή που επιβαρυνόταν με τα καλλιεργητικά έξοδα.

Θα μπορούσε να αναφερθεί κανείς εκτενέστερα στο χρονικό του Εζέ που αξίζει να μελετηθεί σε λεπτομέρειες. Μένουμε στο γεγονός ότι με αυτό άνοιξε το δρόμο σε διεξοδικότερες περιηγήσεις που ακολούθησαν στο βουνό κατά τον 20 αιώνα

Στις 2 Αυγούστου 1913 έχουμε την πρώτη ανάβαση στις κορυφές του Ολύμπου. Δύο Ελβετοί, ένθερμοι φιλέλληνες, ο Fred Boissonnas, και Daniel Baud-Bovy συναντούν στο Λιτόχωρο τον Χρήστο Κάκκαλο. Οι τρεις τους κατακτούν την κατοικία του δωδεκάθεου του αρχαιοελληνικού πολιτισμού σπάζοντας την από αιώνων μοναξιά των Θεών και αποτυπώνοντας τις ομορφιές του στο φωτογραφικό φακό.

Ο Όλυμπος παραμένει πάντα εδώ. Νεφοσκεπής αγέρωχος, μεγαλοπρεπής, πραγματική πρόκληση για τους πραγματικούς ταξιδιώτες όλου του κόσμου.

Σαν κατακλείδα αυτής της εργασίας δεν θα μπορούσαμε παρά να θυμίσουμε τα λόγια του Fred Boissonnas :

"Κανένα έθνος δεν έχει μία έκταση που να μπορεί να συγκριθεί με την περιοχή του Ολύμπου, τόσο πλούσια σε μύθους, αναμνήσεις ιστορικές, ομορφιές κάθε λογής.."

Ο Όλυμπος στις δράσεις του ΚΠΕ Κισσάβου – Ελασσόνας, Ανδρέας Γκανάτσιος, Msc, Παιδαγωγική Ομάδα ΚΠΕ Κισσάβου – Ελασσόνας

Θα ξεκινήσουμε την τελευταία μέρα του σεμιναρίου κάνοντας μια αναφορά στις δραστηριότητες του Κέντρου μας σε σχέση με τον Όλυμπο.

Το Κέντρο Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης της Ελασσόνας ιδρύθηκε το Δεκέμβριο του 2008 με απόφαση του Υπουργού Εθνικής Παιδείας και Θρησκευμάτων, μετά από πρόταση του Δήμου Ελασσόνας. Πρωτολειτούργησε το Σεπτέμβριο του 2009, έχοντας την ευλογία του Παναγιώτατου Οικομενικού Πατριάρχη κκ. ΒΑΡΘΟΛΟΜΑΙΟΥ.

Η κύρια επιδίωξη του Κέντρου μας είναι η ευαισθητοποίηση των μαθητών σε θέματα αειφορικής διαχείρισης των φυσικών πόρων και προστασίας των συστημάτων ζωής μέσα από τη διερεύνηση του περιβαλλοντικού πλούτου της πρώην επαρχίας Ελασσόνας, νυν Δήμος Ελασσόνας.

Τα προγράμματα που σχεδίασε και υλοποιεί το ΚΠΕ Κισσάβου - Ελασσόνας υπηρετούν τη φιλοσοφία και το περιεχόμενο της Εκπαίδευσης για την Αειφόρο Ανάπτυξη. Έτσι η παιδαγωγική ομάδα του Κέντρου επιδιώκοντας να υποστηρίξει την επισκεψιμότητα των σχολείων σχεδίασε έξι οικολογικά πεδία (πέντε αναπτύσσονται στο Δήμο Ελασσόνας και ένα στην περιοχή του Κισσάβου), τα οποία είναι στην κατεύθυνση της περιβαλλοντικής και πολιτισμικής ανάδειξης της περιοχής. Γενικότερα ζητήματα προστασίας φυσικών και ανθρωπογενών πόρων, καινοτόμες παραγωγικές δραστηριότητες καθώς και εναλλακτικές μορφές τουρισμού χαρακτηρίζουν τις δραστηριότητες του Κέντρου.

Ειδικότερα, στο εκπαιδευτικό πλαίσιο του κέντρου περιλαμβάνονται:

- Το περιβαλλοντικό και πολιτισμικό περιεχόμενο του Ολύμπου.
- Η βιολογική γεωργία και κτηνοτροφία.
- Η αξιοποίηση της υδάτινης ενέργειας (Νεροτριβές, Νερόμυλοι κ.ά)
- Οι Μορφές Παραδοσιακής Αρχιτεκτονικής (Οικισμοί, Σπίτια, Γεφύρια κ.ά.)
- Τα δίκτυα της ενέργειας στην πόλη.

Η παιδαγωγική ομάδα του Κέντρου σχεδίασε και υλοποίησε για την προηγούμενη σχολική χρονιά προγράμματα που απευθύνονται σε μαθητές και των δύο βαθμίδων εκπαίδευσης (Δημοτικό - Γυμνάσιο – Λύκειο). Πρέπει να αναφέρουμε ότι την προηγούμενη χρονιά τα σχολεία που επισκέφτηκαν το Κέντρο πλησιάζουν τα 60 με ένα σύνολο 2000 μαθητών και 200 εκπαιδευτικών. Σ' αυτούς τους αριθμούς θα κυμανθούμε και φέτος με τη διαφορά ότι θα υποστηρίξουμε πολυήμερα προγράμματα σχολείων όπου οι μαθητές θα διαμένουν και θα αναπτύξουν δραστηριότητες στην περιοχή μας.

Οι φυσικοί χώροι που προσεγγίσθηκαν από τις περιβαλλοντικές ομάδες των μαθητών είναι:

- Λιβάδι – Παραδοσιακά κτίσματα, Μουσείο Γεωργάκη Ολύμπιου.
- Δήμος Σαρανταπόρου – Στρατιωτικό Μουσείο, Βιολογικές Καλλιέργειες, Αρχαιότητες Σαρανταπόρου.
- Τσαριτσάνι – Παραδοσιακά Κτίσματα, Οικονόμιος Σχολή.
- Κεφαλόβρυσο – Δριστέλες, Λίμνη

- Ελασσόνα – Μουσείο Φυσικής Ιστορίας, Πέτρινο Γεφύρι, Μοναστήρι Ολυμπιώτισσας, Πλατεία Ελασσόνας, Κοίτη Ελασσονίτη, Μνημείο Μαυροδήμου.
- Όλυμπος – Μοναστήρι του Σπαρμού, Παλαιό Σπαρμό, Βρυσοπούλες, Αρχαιότητες Πυθίου, Πλατανόδασος.

Τέλος, το ΚΠΕ Ελασσόνας αναγνωρίζοντας την αναγκαιότητα σύνδεσης της δράσης του με το κοινωνικό γίνεσθαι της τοπικής κοινωνίας αναπτύσσει συνεργασίες με την Ιερά Μητρόπολη Ελασσόνας, το Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, την Ελληνική Εταιρεία Προστασίας της Φύσης (ΕΕΠΦ), την Πανελλήνια Ένωση των Εκπαιδευτικών για την Περιβαλλοντική Εκπαίδευση, την UNESCO ν. Λάρισας καθώς και με άλλους εκπαιδευτικούς, περιβαλλοντικούς και πολιτιστικούς φορείς.

Κάνοντας μια αναφορά στα οικολογικά πεδία του ΚΠΕ Ελασσόνας πρέπει να σταθούμε ιδιαίτερα στο πρόγραμμα «Όλυμπος, Ιστορία - Οικολογία». Ο Όλυμπος κατέχει εξέχουσα θέση στο φυσικό και πολιτιστικό πανόραμα της χώρας μας. Αποτελεί ένα παγκόσμιο σύμβολο, μια οικολογική αξία με πνευματική διάσταση, η οποία προσδιόρισε σε μεγάλο βαθμό την αρχαία ελληνική σκέψη. Οι αρχαίοι Έλληνες, ως ερευνητές της ανθρώπινης φύσης, έφτιαξαν μυθικές οντότητες, τους θεούς τους, και τους έβαλαν να κατοικήσουν πάνω σ' αυτό το βουνό. Στον ολόλαμπρο, στον απρόσιτο, στον απρόβλεπτο Όλυμπο.

Διαχρονικά ο Όλυμπος ήταν πηγή έμπνευσης για ποιητές, φιλοσόφους, λογοτέχνες, ζωγράφους, φωτογράφους και διανοητές κάθε είδους. Αποτέλεσε ορμητήριο εξεγερμένων, κλεφτών και αρματολών, ανταρτών και ληστών. Είναι το βουνό που «γοήτευσε» επιστήμονες, ορειβάτες, φυσιολάτρες και φυσιολίφες. Ένα βουνό γεμάτο μυστήριο. Παράλληλα, η οικολογία του βουνού είναι μοναδική. Για αυτό άλλωστε Ο Όλυμπος χαρακτηρίζεται ως ο Παρθενώνας της ελληνικής φύσης. Με 1600 είδη φυτών και 26 περίπου σπάνια ενδημικά φυτά. Με Αλπικά Τοπία απaráμιλλης φυσικής ομορφιάς. Με μοναδικά Περιβαλλοντικά Μονοπάτια. Ένα μνημείο της φύσης, ιδανικό πεδίο για Περιβαλλοντική Εκπαίδευση.

Στο πρόγραμμά μας επιδιώκουμε να κάνουμε ένα «ταξίδι» με τις περιβαλλοντικές ομάδες των μαθητών. Ένα ταξίδι στο «Μύθο» και στην «Ιστορία» του Ολύμπου. Ένα ταξίδι στο βουνό το οποίο επισκέπτονται άνθρωποι απ' όλο τον κόσμο τόσο για το φυσικό του στοιχείο όσο και για το έντονο πολιτιστικό του χρώμα.

Τα Μονοπάτια του Ολύμπου, Ανδρομάχη Φουνταρλή, Εκπαιδευτικός, Δίκτυο Συλλόγων «Περραιβία» για το Περιβάλλον και τον Πολιτισμό

Προσφάτως, σε μία ανάβαση στον Όλυμπο, στην κορυφή Άγιος Αντώνιος με τα μέλη του Χιονοδρομικού- Ορειβατικού Συλλόγου Σπαρμού- είναι ένας σύλλογος που εδρεύει στην περιοχή- αντικρίζοντας τις χιονισμένες πλαγιές με τα αγριοκάτσικα να τρέχουν ελεύθερα, μια ορειβάτισσα περιγράφοντας τη στιγμή, τη χαρακτήρισε ευλογημένη. Και πράγματι είναι ευλογία να έχεις τη δυνατότητα να βιώνεις κάτι τόσο μοναδικό, τόσο συγκινησιακό, να μπορείς να έρχεσαι σε επαφή με το μεγαλείο της φύσης.

Όσοι ζούμε στην επαρχία Ελασσόνας ή έχουμε τη δυνατότητα να την επισκεπτόμαστε συχνά θεωρώ ότι είμαστε τυχεροί. Τυχεροί γιατί αντικρίζουμε το μυθικό Όλυμπο και ζούμε κάτω από τη σκιά του. Ανασαινούμε τον αέρα του, απολαμβάνουμε τη θέα του.

Ο Όλυμπος δεν είναι ένα απλό βουνό. Είναι το βουνό των θεών, το βουνό με τις επιβλητικές κορυφές του, με την πλούσια χλωρίδα και πανίδα. Είναι το βουνό που η φήμη του έχει απλωθεί σε όλο τον κόσμο, που έχει λατρευτεί και λατρεύεται από πολλούς, που πατήθηκε από πολλούς και που είναι το όνειρο ακόμη περισσότερων. Ίσως για αυτόν που δεν τον έχει επισκεφτεί, οι λέξεις να είναι δύσκολες να περιγράψουν την αίσθηση που σου δίνει η επαφή με το βουνό. Γιατί ο Όλυμπος πέρα από τη φυσική ομορφιά του έχει και ιστορία. Από τη μυθολογία αναφέρεται ως κατοικία των Θεών. Στο νου σου φέρνεις αναφορές της αρχαιότητας, όπου οι άνθρωποι δραστηριοποιούνταν στην ευρύτερη περιοχή, όπως στο Δίον-κέντρο λατρείας του Ολύμπιου Zeus, στα Λείβηθρα και στην Πίμπλεια- πόλεις που σχετίζονται με τη λατρεία του Ορφέα, στο Πύθιον. Αφουγκράζεσαι ακόμη τις ιαχές των ληστών που έκαναν τον Όλυμπο καταφύγιό τους, γαληνεύεις με τις ψαλμωδίες των μοναχών στα μοναστήρια που είναι διάσπαρτα στις πλαγιές του.

Ο Όλυμπος είναι το ψηλότερο βουνό της Ελλάδας και το δεύτερο στην περιοχή των Βαλκανίων. Βρίσκεται στα όρια των νομών Πιερίας και Λάρισας και ο επιβλητικός όγκος του ορίζει τα σύνορα Θεσσαλίας - Μακεδονίας. Είναι ένα συμπαγές βουνό, με σχετικά μικρή έκταση (500 περίπου τετραγωνικών χιλιομέτρων) και σχεδόν κυκλικό σχήμα. Οι κορυφές του, άλλες ομαλές και άλλες δυσπρόσιτες, οι βαθιές χαράδρες αλλά και οι απόκρημνες κεντρικές κορυφές του εντυπωσιάζουν και σαγηνεύουν τον ορειβάτη και τον περιηγητή. Γενικά θα μπορούσαμε να το χαρακτηρίσουμε ως το πιο πολύκορφο βουνό της Ελλάδας.

Η ψηλότερη κορυφή του είναι ο Μύτικας ή Πάνθεον στα 2.918 μέτρα. 36 κορυφές του είναι πάνω από τα 2.000 μέτρα, όπως ο Άγιος Αντώνιος (2.817 μ.), ο Καλόγερος (2.701 μ.), η Τούμπα (2.801 μ.), ο Προφήτης Ηλίας (2.803 μ.), το Στεφάνι (2.909 μ.), το Σκολιό (2.911 μ.) κ.α..

Το 1938 ο Όλυμπος ανακηρύχθηκε πρώτος Εθνικός Δρυμός της Ελλάδας, με σκοπό την προστασία της γεωμορφολογίας, της πανίδας και χλωρίδας, της μοναδικής κληρονομιάς του βουνού, καθώς και των πολιτιστικών αξιών της περιοχής. Η ανακήρυξη του Δρυμού είχε σκοπό ακόμη να ενισχύσει την επιστημονική έρευνα και την περιβαλλοντική εκπαίδευση και συνείδηση του κοινού. Με ειδική νομοθεσία έχει απαγορευτεί κάθε εκμετάλλευση στον

πυρήνα του Δρυμού- σε έκταση περίπου 40.000 στρεμμάτων. Στην περιφερειακή ζώνη του Δρυμού η διαχείριση και η εκμετάλλευση θα πρέπει να γίνεται έτσι ώστε να μην επηρεάζεται η προστασία του πυρήνα.

Το 1981 η UNESCO ανακήρυξε τον Όλυμπο «Διατηρητέο Οικοσύστημα της Παγκόσμιας Βιόσφαιρας». Η Ευρωπαϊκή Κοινότητα τον έχει συμπεριλάβει στις «Σημαντικές για την Ορνιθοπανίδα Περιοχές της Ευρωπαϊκής Κοινότητας». Επίσης, έχει καταχωρηθεί στον κατάλογο του Ευρωπαϊκού Δικτύου NATURA 2000 ως «ζώνη ειδικής προστασίας» και «τόπος κοινοτικού ενδιαφέροντος».

Η κατάκτηση των κορυφών του Ολύμπου δεν είναι μια απλή ανάβαση, δεν την εντάσσεις έτσι απλά στο χώρο της ορειβασίας και αναρρίχησης. Είναι μυσταγωγία και δέσιμο με τη φύση, είναι ανάταση ψυχής και εξερεύνηση τελικά του εαυτού σου αλλά και της ύπαρξης.

Οι βουνοκορφές του Ολύμπου αρχίζουν να ελκύουν τους οδοιπόρους από τα τέλη του 18ου αιώνα. Αξίζει να επισημάνουμε ότι ο Όλυμπος ήταν καταφύγιο ληστών, μερικά ονόματα των οποίων βρέθηκαν χαραγμένα σε πέτρες. Την ιστορία πάντως της κατάκτησης του Μύτικα την έγραψαν οι Ελβετοί Frederic Boissonnas και Daniel Baud-Bovy που με οδηγό το Χρήστο Κάκκαλο, στις 2 Αυγούστου 1913 έφτασαν- πρώτος ο Κάκκαλος- στην κορυφή στις 10.25 το πρωί. Μέχρι εκείνη την περίοδο ο Μύτικας ήταν απάτητος, κυρίως λόγω της άγνοιας για το ποια ήταν τελικά η ψηλότερη κορυφή. Το Στεφάνι, η πιο απόκρημνη κορυφή (2.909 μ.) πατήθηκε για πρώτη φορά στις 12 Αυγούστου του 1921 από το Χρήστο Κάκαλο και τον Ελβετό αλπινιστή Marcel Kurz, ενώ η C. Morand κατακτά το Σκολιό (2911 μ.) και γίνεται έτσι η πρώτη γυναίκα ορειβάτης του Ολύμπου. Η πρώτη χειμερινή ανάβαση στο Μύτικα έγινε στις 20 Μαρτίου 1931 από τους Dorier, Ιωαννίδη και Νάτση. Από τότε μέχρι σήμερα είναι πολλοί εκείνοι που γεύτηκαν την αίσθηση της απόλυτης κυριαρχίας που σου δίνει η κατάκτηση μιας κορυφής και ειδικά του Μύτικα.

Ο Όλυμπος είναι παράδεισος για τους ορειβάτες, τους αναρριχητές, τους απλούς περιπατητές, τον απλό επισκέπτη. Πλήθος διαδρομών σου προσφέρουν τη χαρά της επαφής με το βουνό και ανταποκρίνονται σε κάθε είδος ορειβάτη, έμπειρο αλλά και αρχάριο.

Στον Όλυμπο υπάρχει ένα εκτεταμένο δίκτυο μονοπατιών. Πολλά χρησιμοποιούνται από την αρχαιότητα ενώ άλλα εδώ και πολλές δεκαετίες, αρχικά εξυπηρετώντας τις ανάγκες των βοσκών της περιοχής και αργότερα για λόγους αναψυχής. Άλλα έχουν χαρτογραφηθεί ενώ άλλα ακολουθούνται απλά από τους γνώστες της περιοχής.

Οι διαδρομές που θα αναφερθούν παρακάτω έχουν ως αφετηρία τη νότια πλευρά του Ολύμπου και ξεκινούν από τα χωριά της επαρχίας Ελασσόνας, που βρίσκονται στα ριζά του βουνού. Αρχικά θα αναφέρουμε τα γνωστά μονοπάτια που έχουν σήμανση και καταλήγουν στο Μύτικα. Η δυσκολία των διαδρομών από τη Σκάλα ως το Μύτικα αυξάνεται σε σχέση με το βαθμό δυσκολίας που αναφέρεται στις διαδρομές. Οι ώρες που αναφέρονται είναι μέχρι τη Σκάλα και αφορούν το μέσο περιπατητή.

Διαδρομές – Μονοπάτια Ολύμπου

1. Για την πρώτη διαδρομή που θα σας αναφέρουμε η εκκίνηση γίνεται από τον Παλαιό Σπαρμό (750 μ.) – φτάνουμε στο ΚΕΟΑΧ- και στη θέση Βρυσοπούλες (1800 μ.) οδικώς από ασφαλτοστρωμένο δρόμο –Ακολουθούμε τους πυλώνες του χιονοδρομικού κέντρου (αναβατήρες)- από κει στο Καταφύγιο ανάγκης (όπου συναντάμε το μονοπάτι Ο2)- Διάσελο Αγ. Αντωνίου (2.700 μ. περίπου)- Σκολιό (2.911 μ.)- Σκάλα (2.866 μ.)- Μύτικας (2.918 μ.), ο βαθμός δυσκολίας είναι μέτριος και οι ώρες που απαιτούνται περίπου 3,5.
2. Το επόμενο μονοπάτι έχει ως αφετηρία το χωριό Κοκκινοπηλός (1.150 μ.)- Ακολουθούμε το μονοπάτι Ε4- Μικρή Γούρνα-Μεγάλη Γούρνα - Καταφύγιο Χριστάκη (2.450 μ.)– Σκολιό- Μύτικας, βαθμός δυσκολίας μέτριος, ώρες 6-7.
3. Από το χωριό Καλύβια ακολουθούμε τη διαδρομή μέχρι τη Μεγάλη Γούρνα, μέσω χωματόδρομου με αυτοκίνητο- Σκολιό- Μύτικας, βαθμός δυσκολίας μέτριος, ώρες 2,5.
4. Ένα άλλο μονοπάτι ξεκινά από την Καρυά (στα 900 μ.)-ακολουθούμε το Μονοπάτι Ο2- Παναγιά- Χαρβαλόβρυση- Ανατολικές πλαγιές των κορυφών Εννέα Πύργοι και Κακάβρακα- Μπάρα- Βόρεια πλευρά Αγ. Αντωνίου- Σκάλα- Μύτικας, βαθμός δυσκολίας μέτριος, ώρες 8-10.
5. Και τέλος από το χωριό Κρυόβρυση (Πουλιάνα)- περνάμε στην Παλαιοσκαμνιά- Μαγούλες- Βρυσοπούλες- Άγιος Αντώνιος- Σκάλα- Μύτικας, ώρες 6-8.

Αυτό ίσως που αξίζει να αναφερθεί είναι ότι για όλες τις ψηλές κορυφές του Ολύμπου, εκτός από τον Προφήτη Ηλία, οι διαδρομές από τα μονοπάτια της επαρχίας Ελασσόνας είναι συντομότερες και ευκολότερες, όσον αφορά το βαθμό δυσκολίας.

Ιδιαίτερα δε, η πρόσβαση από την πλευρά της Ελασσόνας κρύβει σπάνιες και μοναδικές συγκινήσεις για τους ορειβάτες και αναρριχητές, που με την βοήθεια των ορειβατικών συλλόγων της περιοχής μπορούν να ανακαλύψουν μοναδικές διαδρομές, άγνωστες στους πολλούς.

Οι επόμενες διαδρομές που θα αναφέρουμε παρακάτω δεν είναι γνωστές, αλλά ο καθένας μπορεί να τις ακολουθήσει. Είναι διαδρομές που ακολουθούν οι τοπικοί ορειβατικοί σύλλογοι αλλά και οι γνώστες της περιοχής. Στόχος, βέβαια, των Συλλόγων είναι να καταγραφούν, γιατί πραγματικά είναι μοναδικής ομορφιάς, ενώ πολλά από αυτά έχουν αρχίσει να καθαρίζονται καθώς με τα χρόνια έχουν γίνει δύσβατα.

1. Η πρώτη έχει ως αφετηρία το Μοναστήρι της Αγίας Τριάδας Σπαρμού, ένα μοναστήρι του 16ου αιώνα- από κει περνάμε το φαράγγι του Μαυρατζά- και καταλήγουμε στις Βρυσοπούλες. Το επίπεδο της διαδρομής είναι αρκετά δύσκολο, εφόσον γίνεται διάσχιση της χαράδρας του Μαυρατζά, αλλά το τοπίο σε αποζημιώνει με το δασωμένο του φαράγγι. Οι ώρες διαδρομής είναι περίπου 2. Η καλύτερη περίοδος για να διασχίσεις το φαράγγι είναι από την άνοιξη έως το φθινόπωρο.

2. Μια άλλη διαδρομή, επέκταση της πρώτης, ξεκινά από την Αγία Τριάδα Σπαρμού- διάσχιση του Μαυρατζά- Βρυσοπούλες- Μπάρα- Σταυροϊτιές –Χονδρομεσοράχη- Πριόνια- μοναστήρι

του παλαιού Άγιου Διονυσίου. Είναι μια διαδρομή που δεν ακολουθείται από το σύνολο των ορειβατών, καθώς ο βαθμός δυσκολίας ποικίλλει. Μερικά μέρη της διαδρομής χαρακτηρίζονται εύκολα, ενώ κάποια άλλα είναι μεγαλύτερης δυσκολίας. Οι ώρες διαδρομής που απαιτούνται είναι περίπου 10. Να αναφερθεί ότι η συγκεκριμένη διαδρομή είναι ιδιαίτερα γνωστή και αγαπητή στους κατοίκους του Σπαρμού, εφόσον την έκαναν οι πρόγονοι των Σπαρμιωτών για να προσκυνήσουν στο μοναστήρι του Αγίου Διονυσίου.

3. Η τρίτη διαδρομή ξεκινά πάλι με αφετηρία το μοναστήρι της Αγίας Τριάδας Σπαρμού με κατάληξη την Αγία Τριάδα Παλαιοσκαμνιάς. Το επίπεδο της διαδρομής είναι πολύ εύκολο, ακόμη για τους μικρούς φίλους του βουνού. Η διαδρομή περνά μέσα από τα χαλάσματα του παλιού χωριού της Παλαιοσκαμνιάς και καταλήγει στην εκκλησία που σώζεται και σήμερα. Ώρες διαδρομής 3. Να αναφέρουμε ότι η διαδρομή ενδείκνυται και για mountain bike.

4. Μια άλλη διαδρομή ξεκινά από τον παλιό Σπαρμό- θέση Κρυόβρυση- Αγία Σοφιά, όπου βρίσκονται οι πηγές του Σπαρμιώτη ποταμού: Πρόκειται για ανάβαση δίπλα σε ένα μικρό φαράγγι κατά μήκος του ποταμού. Είναι μια πανέμορφη διαδρομή, ειδικά αν πραγματοποιηθεί τους ανοιξιάτικους μήνες, όταν τα νερά του ποταμού κυλούν ορμητικά. Ο βαθμός δυσκολίας είναι μέτριος και η διαδρομή διαρκεί περίπου 3 ώρες.

5. Βρυσούλες- Μαγούλες- τερματισμός στο χωριό Καρυά. Η διαδρομή είναι από τις ομορφότερες καθώς ένα κομμάτι της περνά μέσα από δάσος και ο ορειβάτης θα συναντήσει ρόμπολα, πεύκα, αλλά και σημάδια από χιονοστιβάδες. Ο βαθμός δυσκολίας είναι μέτριος και απαιτούνται περίπου 5-6 ώρες.

6. Από το χωριό του Νέου Σπαρμού (550 μ.) ανεβαίνουμε το βουνό Παναγιά (1.010 μ.), διασχίζουμε την κορυφογραμμή, όπου μπορούμε να θαυμάσουμε τη θέα της περιοχής και από κει περνάμε στον Άη Λια-(όπου συναντάμε και εποχικό καταρράκτη)- Μεγαλάκα- Φάιας- Άγια Σοφιά- Τούρκοβες (1.510 μ.). Πρόκειται για μια διαδρομή περίπου 5 ωρών και ο βαθμός δυσκολίας είναι μέτριος.

7. Μια τελευταία διαδρομή είναι αυτή της διάσχισης της κοίτης του Σπαρμιώτη ποταμού από θέση Κρυονέρι ως θέση Κρυόβρυση. Η διαδρομή πραγματοποιείται δίπλα στο ποτάμι, όπου υπάρχει ένα μοναδικό αιωνόβιο πλατανόδασος. Ειδικά την άνοιξη που το ποτάμι έχει νερό η διαδρομή είναι πανέμορφη. Ο βαθμός δυσκολίας είναι μέτριος, μπορεί να ακολουθηθεί η συγκεκριμένη διαδρομή και από μικρούς φίλους, ενώ οι ώρες που απαιτούνται περίπου 3-4.

Φυσικά ο περιηγητής μπορεί να ανακαλύψει και μόνος του απλές διαδρομές και να χαρεί την ομορφιά της φύσης. Μια απλά ανάβαση στον Όλυμπο είναι μια πλούσια εμπειρία και ευκαιρία αναζωογόνησης και απομάκρυνσης από την πολύβουη πόλη.

Εκτός, όμως, από την ορειβασία μπορεί να χαρεί κατά τους χειμερινούς μήνες και τη χιονοδρομία. Στον Όλυμπο, και στη θέση Βρυσούλες, λειτουργεί χιονοδρομικό κέντρο που το διαχειρίζεται ο στρατός. Υπάρχει και καταφύγιο, αλλά θα πρέπει πρώτα να υπάρξει συνεννόηση με το στρατόπεδο για άδεια παραμονής. Επίσης, στα 2.450 μ. στο τέρμα της πίστας, υπάρχει το καταφύγιο ανάγκης Κώστας Μιγκοτζίδης και μπορεί να διανυκτερεύσει οποιοσδήποτε. Διαθέτει κρεβάτια, κουβέρτες και σόμπα πετρελαίου. Το χιονοδρομικό διαθέτει δυο πίστες, με 2 συρόμενα λιφτ, με βάση τα 1.900 μ. και κορυφή τα 2.450 μ..

Επιπλέον, να αναφερθεί ότι ο Όλυμπος ενδείκνυται και για ορειβατικό σκι στις κορυφές του, όπως Πύργος, Διάσελο, Άγιος Αντώνιος, Μπάρες, Κακάβρακας, Μαγούλες και Κοκκινοπηλός σε χαμηλό υψόμετρο. Να σημειωθεί ότι την 1η Απριλίου έχει προγραμματιστεί να πραγματοποιηθεί αγώνας ορειβατικού σκι στον Όλυμπο, έναν θεσμός που ενισχύει το αθλητικό πνεύμα και την επαφή με το βουνό.

Στον Όλυμπο υπάρχει επίσης η δυνατότητα αναρρίχησης που προσφέρει μοναδική συγκίνηση στους λάτρεις του αθλήματος. Στο φαράγγι του Μαυρατζά υπάρχουν αναρριχητικά πεδία, με το μόνο όμως μειονέκτημα ότι βρίσκονται μακριά από τους τόπους προσέγγισης τους.

Το mountain bike είναι ένα άλλο άθλημα που μπορεί να πραγματοποιηθεί στις παρολύμπιες περιοχές, όπως τα Καλύβια, Κοκκινιτηλός, Κρυόβρυση, Σπαρμός. Πέρισυ πραγματοποιήθηκε με επιτυχία ο 1ος ποδηλατικός αγώνας Cross Country κατά μήκος της όχθης του Σπαρμιώτη ποταμού, όπου συμμετείχαν πολλές κατηγορίες αθλητών, ο οποίος ευελπιστεί να γίνει θεσμός στην περιοχή.

Να αναφερθεί ότι στον Όλυμπο υπάρχει πίστα αεροπτερισμού στη θέση Τουρτοφωλιά για τους λάτρεις του αθλήματος, ενώ το καλοκαίρι, στις 29 Ιουλίου, θα πραγματοποιηθεί ο 1ος Faethon Olympus Marathon, ένας μαραθώνιος περίπου 40 χλμ, με εκκίνηση από το χωριό Κοκκινοπηλός (1060μ.) ενώ η διαδρομή θα ακολουθήσει και γνωστά μονοπάτια, όπως το E4,02 και το μεγαλύτερο μέρος της θα είναι πάνω από τα 2.000 μ.

Αυτό ίσως που θα πρέπει να τονισθεί για τον καθένα που θα ανέβει στον Όλυμπο είναι το πόσο καλά οργανωμένος θα πρέπει να είναι, ώστε να αποφευχθούν ατυχήματα. Το κλίμα στον Όλυμπο δεν θα μπορούσε να δοθεί με μια απλή περιγραφή, γιατί τα μετεωρολογικά φαινόμενα παρουσιάζουν τεράστιες διακυμάνσεις. Ο καιρός αλλάζει εύκολα και θα πρέπει ο ορειβάτης να είναι πάντα ενημερωμένος για τις αλλαγές. Αρκετοί είναι εκείνοι που έχασαν τη ζωή τους στον Όλυμπο και δεν συνίσταται να δείξουμε επιπολαιότητα σε κανένα ζήτημα. Η κατάλληλη προετοιμασία, η γνώση των δυσκολιών, των καιρικών συνθηκών, η γνώση των μονοπατιών αλλά και των ίδιων μας των δυνατοτήτων είναι στοιχεία που θα μας κάνουν απλά να απολαύσουμε τις διαδρομές χωρίς να έχουμε απρόοπτα συμβάντα.

Τέλος, σημαντικό είναι ο κάθε επισκέπτης να σεβαστεί το βουνό, το περιβάλλον, την ιστορία του και να το προστατεύει από παράνομη υλοτομία, παράνομο κυνήγι αλλά και ρίψη απορριμμάτων. Το βουνό ανήκει σε όλους μας και μας χαρίζει απλόχερα την ομορφιά και τη μεγαλοπρέπειά του.

Εύχομαι να ανακαλύψετε την ομορφιά της φύσης και να βιώσετε τη μυστηριακή αυτή σχέση ανθρώπου-βουνού. Καλές αναβάσεις!!!

Το φυσικό περιβάλλον της Ελλάδας από την αρχαιότητα μέχρι σήμερα, Δρ. Θ. Ζάγκας, Καθηγητής στη Σχολή Δασολογίας και φυσικού περιβάλλοντος Α.Π.Θ.

Εισαγωγή

Η Ελλάδα είναι χώρα ορεινή, με μεγάλη ποικιλία αναγλύφου, γεωλογικών σχηματισμών, εδαφών, μικροκλιμάτων και μικροπεριβαλλόντων. Το γεγονός αυτό έχει άμεσο αντίκτυπο στη βλάστηση και τη χλωρίδα της και στη βιοποικιλότητα γενικότερα.

Η Ελλάδα είναι μια από τις δυο χώρες με την πλουσιότερη χλωρίδα στην Ευρώπη. Παρόλο που η βλάστηση υποβλήθηκε για πολλές χιλιάδες χρόνια στην καταστρεπτική επίδραση του ανθρώπου, πάνω από 6000 είδη φυτών κατάφεραν να επιζήσουν μέχρι σήμερα. Αν λάβουμε υπόψη τη σχέση ανάμεσα στον αριθμό των ειδών και την έκταση της χώρας θα διαπιστώσουμε πως η σχέση αυτή είναι έξι φορές μεγαλύτερη στην Ελλάδα απ' ό τι στα κράτη της ΒΔ Ευρώπης (Γαλλία, Γερμανία, κλπ). Ακόμα πιο εντυπωσιακός είναι ο αριθμός των ενδημικών φυτών (φυτών που συναντώνται μόνο στην Ελλάδα) αφού στη χώρα μας υπάρχουν γύρω στα 700 ενώ σε άλλες χώρες δεν υπάρχουν παρά ελάχιστα. (Μπάουμαν 1993).

Ο πλούτος όμως αυτός δεν είναι γνωστός ανά τον κόσμο και οι περισσότεροι θεωρούν ότι η Ελλάδα είναι μια χώρα με ζεστό και ξηρό κλίμα και βραχύδη νησιά και παραλίες. Για να δει κανείς το μεγαλείο του φυσικού περιβάλλοντος θα πρέπει να ταξιδέψει στην ενδοχώρα και στα ψηλά βουνά. Επίσης δεν είναι όλες οι περιοχές πλούσιες σε φυτικά είδη. Κάποια από τα βουνά μας τα οποία έμειναν σχετικά ανέπαφα από την αρχαιότητα μέχρι σήμερα χαρακτηρίζονται ως βοτανικοί παράδεισοι αφού σ' αυτά συναντά κανείς φυτά μοναδικά στον κόσμο. Τέτοια είναι ο Όλυμπος, ο Ταΰγετος, ο Άθως, τα βουνά της Κρήτης, η Ροδόπη, ο Γράμμος, τα βουνά της Ευρυτανίας και η Πίνδος γενικότερα (Ντάφης κ.α. 2002)

Πολλά από τα παραπάνω φυτά έχουν εξαιρετικές φαρμακευτικές ιδιότητες οι οποίες ήταν γνωστές από την αρχαιότητα. Δεν είναι όμως μόνο ο πλούτος της χλωρίδας που χαρακτηρίζει το φυσικό περιβάλλον της Ελλάδας. Ανάλογη περίπτωση είναι η κατάσταση στην πανίδα όπου είδη τα οποία σε άλλες χώρες έχουν εξαφανισθεί εδώ και αιώνες, στη χώρα μας διατηρούνται σε ικανοποιητικούς πληθυσμούς. Αναφέρουμε χαρακτηριστικά την καφετιά αρκούδα, το λύκο, τον αγριόκουρκο και τα διάφορα αρπακτικά τα οποία μας ξαφνιάζουν ευχάριστα στις διάφορες φυσικές περιοχές της χώρας.

Άλλο ένα σημαντικό στοιχείο του φυσικού περιβάλλοντος της Ελλάδος είναι οι γεωλογικοί σχηματισμοί οι οποίοι υπάρχουν σχεδόν σ' όλες τις γωνιές της. Αναφέρουμε χαρακτηριστικά την κοιλάδα των Τεμπών, το φαράγγι του Βίκου, την κοιλάδα του Αώου, το φαράγγι του Ενιπέα, το φαράγγι της Σαμαριάς και το εντυπωσιακό φαράγγι Πανταβρέχει στο Ν. Ευρυτανίας που πρόσφατα μελετήθηκε και πρόκειται να χαρακτηριστεί προστατευόμενη περιοχή.

Το φυσικό περιβάλλον στην αρχαία Ελλάδα

Το φυσικό περιβάλλον της Ελλάδος προκάλεσε το ενδιαφέρον και το θαυμασμό του ανθρώπου από την αρχαιότητα. Αναφορές στο φυσικό περιβάλλον και ιδιαίτερα στα δάση

απαντώνται στα έργα του Ομήρου, του Πλάτωνα, του Αριστοτέλη, του Θεόφραστου και άλλων. Ο Όμηρος αναφέρεται σε μεγάλης χρονικής διάρκειας δασικές πυρκαγιές και σε μεγάλους αριθμούς αιγών οι οποίες έβοσκαν μέσα στα δάση, ενώ ο Αριστοτέλης αναφέρει εκτενή παραγωγικά δάση στη δυτική Κρήτη και στη Μακεδονία.

Το λιμάνι της αρχαίας Αμφίπολης στη Μακεδονία χρησιμοποιούνταν για την εξαγωγή ξύλου κατάλληλου για την κατασκευή πλοίων. Είδη άγριων ζώων τα οποία σήμερα έχουν εξαφανισθεί, ζούσαν στα δάση της αρχαίας Ελλάδας, όπως βίσσονες (βουβάλια), «μακρύκεροι ταύροι» και λιοντάρια.

Πολλά από τα δάση της αρχαίας Ελλάδος έχουν συνδεθεί με τη θρησκεία και πολλά από αυτά εθεωρούντο ιερά. Για το λόγο αυτό πολλά εξ αυτών προστατεύονταν αυστηρά και αφήνονταν στη φυσική τους εξέλιξη. Το γεγονός αυτό συνετέλεσε στο να αποκτήσουν εντυπωσιακή πολυόροφη δομή παρθένων δασών. Παραδείγματα τέτοιων δασών είναι:

- Το ιερό άλσος της αρχαίας Αθήνας
- Το ιερό άλσος του Άργους
- Το ιερό άλσος της Αρτέμιδος στη Σκυλούντα
- Το ιερό άλσος της Δέσποινας στην Αρκαδία
- Το ιερό άλσος της Δωδώνης
- Το ιερό άλσος του Ευμενίδη στον Κολονό
- Το ιερό άλσος του Διός στην Ολυμπία, το οποίο ανακηρύχθηκε από τον Ηρακλή και ονομάστηκε «Άλτις» κ.λ.π.

Αυτά τα αρχαία άλση διατηρήθηκαν και διασώθηκαν με το χρόνο, ακριβώς όπως και οι ναοί των αρχαίων θεών οι οποίοι στη συνέχεια μετατράπηκαν σε χριστιανικούς ναούς.

Θεά των ελληνικών δασών, του κυνηγιού και ολόκληρης της φύσης, ήταν η δραστήρια ορεσίβια θεά Άρτεμις, αδελφή του θεού Απόλλωνα ο οποίος ήταν ο θεός του φωτός, της αρμονίας, των επιστημών και τεχνών και επίσης ο προστάτης των δασών και των ιερών αλσών.

Η Ρέα ή Κυβέλη, η μεγάλη θεά ή Μητέρα των Θεών, σύζυγος του Κρόνου, ήταν η θεά της ελεύθερης φύσης και των Ορέων. Αυτή ήταν «υπεύθυνη» κυρίως στα βουνά της Κρήτης, ενώ φυγάδευσε το γιό της το Δία για να τον προστατέψει από τον πατέρα του τον Κρόνο. Άλλες θεότητες σχετικές με το φυσικό περιβάλλον (βουνά και δάση) ήταν οι Μούσες και οι Νύμφες, ενώ ο Πάνας ήταν θεός των βοσκών (Κοντός 1929, Μπάουμαν 1993).

Το φυσικό περιβάλλον από τη Ρωμαϊκή εποχή και μέχρι την περίοδο της Τουρκοκρατίας

Ο ελληνικός πληθυσμός μειώθηκε δραματικά κατά τη Ρωμαϊκή εποχή. Η πόλη των Θηβών μετατράπηκε σε μικρό οικισμό και η πόλη του Πειραιά σε μικρό χωριό. Η Ήπειρος αναφέρεται από την Ομηρική Εποχή ως φτωχή σε δάση και πλούσια σε λιβάδια όπως σήμερα, ενώ η Μακεδονία ως πλούσια σε δάση. Γενικά, κατά τη διάρκεια της ρωμαϊκής εποχής, λόγω της μείωσης των πληθυσμών και της επακόλουθης μείωσης των αναγκών βόσκησης και καυσοξύλων, τα δάση αυξήθηκαν ακόμα και στη Νότια Ελλάδα και την Ήπειρο.

Η κατάσταση έμεινε σταθερή μέχρι τη βυζαντινή εποχή. Καταστροφές δασών από αλόγιστες υλοτομίες, δασικές πυρκαγιές και άλλες ανθρώπινες δραστηριότητες παρατηρήθηκαν γύρω από τις πόλεις των Αθηνών, της Πάτρας, της Κορίνθου, των Θηβών, του Άργους, της Θεσσαλονίκης και κατά μήκος των παραλίων.

Ωστόσο, τα δάση στο εσωτερικό της χώρας και ιδιαίτερα εκείνα των ψηλών βουνών έμειναν ανέπαφα. Κατά τη διάρκεια της βυζαντινής εποχής (1332 μ.Χ.) η Πελοπόννησος και ειδικότερα το δυτικό τμήμα της, παρήγαγε ξύλο δρυός και πεύκης κατάλληλο για ναυπηγική και αυτό συνεχίστηκε μέχρι το 1890 μ.Χ. Αυτή τη χρονική περίοδο τα ελληνικά δάση αυξήθηκαν, εκτός των εκτάσεων οι οποίες καταστράφηκαν, στη διάρκεια των πρώιμων πολιτισμών (Μινωικού, Κλασσικού, Μακεδονικού κ.λ.π.)

Τα δάση εκμεταλλεύονταν επίσης ως χώροι βόσκησης αιγοπροβάτων και είχαν ιδιαίτερη αξία ως χώροι κυνηγιού. Μεγάλη σημασία δόθηκε και από τους βυζαντινούς αυτοκράτορες στο κυνήγι.

Κατά την περίοδο της Τουρκικής κατοχής πολλές γεωργικές εκτάσεις εγκαταλείφθηκαν εξαιτίας της επιβαλλόμενης φορολογίας στη γεωργική παραγωγή. Αυτό είχε ως επακόλουθο τη φυσική αναδάσωση των εκτάσεων αυτών και την αύξηση της δασοκάλυψης της Ελλάδος κατά τη χρονική αυτή περίοδο.

Ο ελληνικός πληθυσμός μετακινήθηκε σε υποορεινές και ορεινές περιοχές (υψόμετρα 500 - 1000 μ.) και οι ανάγκες τους σε καυσόξυλα και τεχνικό ξύλο καλύπτονταν από τα γειτονικά δάση τα αποκαλούμενα «Μπαλνταλίκια». Τα δάση τα οποία υπέφεραν περισσότερο κατά αυτή την περίοδο ήταν τα δρυοδάση και τα δάση οξιάς (Κοντός 1929, Γρίσπος 1973, Γερασιμίδης 2001).

Το φυσικό περιβάλλον της Ελλάδος κατά το 20ο αιώνα.

Τα πιο ορεινά δασικά συμπλέγματα έμειναν ανέπαφα μέχρι τον 20ο αιώνα και πολλά από αυτά λόγω της φυσικότητας, της σύνθεσης, του οικολογικού ενδιαφέροντος, της φυσικής ομορφιάς και άλλων ιδιαίτερων χαρακτηριστικών, κηρύχθηκαν ως προστατευόμενες περιοχές στη διάρκεια του περασμένου αιώνα.

Η ιδέα της κήρυξης κάποιων συγκεκριμένων δασικών εκτάσεων ως φυσικών αποθεμάτων για τη διατήρηση των φυσικών χαρακτηριστικών τους γεννήθηκε και μπήκε σε εφαρμογή το έτος 1937 από τη δασική υπηρεσία. Το έτος αυτό ψηφίστηκε ο νόμος 856/1937 ο οποίος προέβλεπε την ίδρυση εθνικών δρυμών. Το πρώτο από αυτά ιδρύθηκε το έτος 1938 στον Όλυμπο, την κατοικία των δώδεκα θεών της ελληνικής μυθολογίας. Το έτος 1971 με τον νόμο 996/1971 θεσπίστηκαν δύο ακόμα κατηγορίες προστατευόμενων περιοχών γνωστές ως αισθητικά δάση και προστατευόμενα μνημεία της φύσης. Ο νόμος αυτός προέβλεπε επίσης την προστασία της πανίδας, της χλωρίδας και των οικοτόπων, ρύθμιζε το κυνήγι και προέβλεπε την ίδρυση καταφυγίων θηραμάτων, εκτροφείων θηραμάτων και ελεγχόμενες κυνηγετικές περιοχές. (Τζουβάρας 1983, Τρακόλης 1999, Trakolis et. al. 2005)

Το έτος 1986 ψηφίστηκε ο νόμος 1650/1986 για την προστασία του περιβάλλοντος. Ο νόμος αυτός προβλέπει πέντε κατηγορίες προστατευόμενων περιοχών οι οποίες είναι:

- Περιοχές απόλυτης προστασίας της φύσης
- Περιοχές προστασίας της φύσης
- Εθνικά πάρκα
- Προστατευόμενοι φυσικοί σχηματισμοί – προστατευόμενα τοπία – Στοιχεία του τοπίου και
- Περιοχές οικοανάπτυξης

Το έτος 1998 τα καταφύγια θηραμάτων μετονομάστηκαν σε καταφύγια άγριας ζωής (νόμος 2637/1998) λαμβάνοντας υπόψη ότι αυτά δεν διαχειρίζονταν μόνο για την προστασία των άγριων ζώων αλλά επίσης ως περιοχές προστασίας της φύσης.

Το ίδιο έτος δημοσιεύθηκε υπουργική απόφαση η οποία προέβλεπε τη συγκρότηση Εθνικής Επιτροπής «ΦΥΣΗ 2000» στα πλαίσια του Ευρωπαϊκού Δικτύου.

Τέλος το 1999 ψηφίστηκε ο νόμος «Για το σχεδιασμό χρήσεων γης και την αειφόρο ανάπτυξη» (νόμος 2742/1999). Ο νόμος αυτός συμπληρώνει τους παραπάνω νόμους και τροποποιεί το υπάρχον σύστημα διοίκησης και διαχείρισης των προστατευόμενων περιοχών.

Σήμερα στη χώρα μας υπάρχουν 10 Εθνικοί Δρυμοί συνολικής έκτασης 95.000 εκταρίων, 19 Αισθητικά Δάση συνολικής έκτασης 33.000 εκταρίων, 5 Προστατευόμενα Μνημεία της Φύσης έκτασης 16.500 εκταρίων, 700 καταφύγια Άγριας Ζωής έκτασης 9.000 εκταρίων, 11 Εθνικοί Υγρότοποι έκτασης 100.000 εκταρίων και 2 Μνημεία (τόποι) παγκόσμιας Κληρονομιάς, έκτασης 105.000 εκταρίων.

Με την Οδηγία 92/43 του 1992 της Ευρωπαϊκής Ένωσης του Δικτύου «Φύση 2000» επιλέχθηκαν στη χώρα μας 296 περιοχές ως σημαντικές περιοχές για την προστασία κινδυνευόντων ειδών της πανίδας και της χλωρίδας καθώς και των οικοτόπων τους. Οι περιοχές αυτές είναι διεσπαρμένες σε ολόκληρη τη χώρα, ανέρχονται σε 296 και καταλαμβάνουν έκταση περίπου 2.360.000 εκταρίων ήτοι το 18% της έκτασης της χώρας μας.

Συμπεράσματα

- Η Ελλάδα είναι μια χώρα που το φυσικό περιβάλλον της είναι πολύτιμο τόσο σε εθνικό όσο και σε διεθνές επίπεδο.
- Η οικολογική και οικονομική αξία του φυσικού περιβάλλοντος της χώρας μας είναι ανεκτίμητη και δεν έχει ακόμα αναγνωρισθεί.
- Για το λόγο αυτό θα πρέπει να διαχειριστεί σωστά έτσι ώστε να παραμείνει αναλλοίωτο στο μέλλον.
- Με τη σωστή διαχείριση και αξιοποίηση του φυσικού περιβάλλοντος και της πολιτιστικής μας κληρονομιάς είναι δυνατόν να εξοικονομηθούν οι πόροι που είναι απαραίτητοι για την αξιοπρεπή διαβίωση των μελλοντικών γενιών.
- Το φυσικό περιβάλλον της Ελλάδος παρέμεινε σε μεγάλο βαθμό αναλλοίωτο από την αρχαιότητα μέχρι σήμερα. Γιαυτό θα πρέπει να αντιμετωπίζεται με σεβασμό από όλους μας. Για να γίνει όμως κάτι τέτοιο πράξη, χρειαζόμαστε καλά ενημερωμένους πολίτες, καλά ενημερωμένα διοικητικά στελέχη και στελέχη ΟΤΑ, και προπάντων καλά ενημερωμένους πολιτικούς.

Summary

Greek natural environment attracted the attention and wonder of man from ancient times. References to the natural environment and especially to the forests of ancient Greece are found in the works of Homer, Plato, Aristotle, Theophrastus and others. Greek forests have been connected to religion and many of them were thought to be holy.

Hence many were strictly protected and left to natural development which has resulted in the attractive multistory structure of virgin forests. These holy woods have persisted over time, just as the temples of the ancient Greek Gods were transformed into Christian churches.

The greek population was extremely reduced during the Roman era and as a result of the reduced needs in grazing and fuel wood, forests increased even in southern Greece and Epirus.

This situation remained stable until Byzantine era. Forest destruction from illegal cutting, wildlife and other human activities, was observed all around cities such as Athens, Patra, Corinth, Thebes, Argos and Thessaloniki and in general along the coasts. However, the forests of the interior and especially those of the high mountains remained untouched. During the Byzantine era (1332 AD) , Peloponnesus, and particularly the western part of it produced oak and pine wood for shipbuilding and this continued until 1890. At this time greek forests increased, except for the areas where they were destroyed by early civilizations (Minoan, Classic, Macedonian etc). Forests were also exploited for sheep and goat grazing and had special value as hunting areas. Great importance was attached to hunting by the Byzantine Emperors.

During the period of Turkish domination many agricultural areas were abandoned because of the taxes imposed on agricultural production. Reforestation occurred as a consequence, and hence the forest cover of Greece increased at this time. The most mountainous forest complexes remained untouched until the 20th century and many of them, due to their naturalness, composition, ecological interest, natural beauty and other special characteristics, were designated as protected areas in this century.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Γερασιμίδης Α. 2001. Ιστορία της Δασικής Βλάστησης, Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης. Σελ. 91.

Γρίσπος Π. 1973. Δασική Ιστορία της Σύγχρονης Ελλάδος. Υπ. Εθν. Οικονομίας, Τμήμα Γεωργίας, Γεν. Διεύθυνση Δασών, Αθήνα. Σελ. 285.

Κοντός Π. 1929. Ελληνική Δασική Ιστορία. Αθήνα. Σελ. 263.

Μπάουμαν Ε. 1993. Η ελληνική χλωρίδα στο μύθο, στην τέχνη, στη λογοτεχνία. Έκδοση της Ελ. Εταιρίας Προστασίας της Φύσης. Αθήνα. Σελ. 249.

Ντάφης Σ., Ζάγκας Θ., Ισπικούδης Ι., Μιχαλοπούλου Ε., Γκανάτσας Π. 2002.

Το Ελληνικό Δάσος, Ποικιλότητα-Λειτουργίες. Γεωτεχνικό Επιμελητήριο Ελλάδος. Θεσσαλονίκη. Σελ. 23.

Τζουβάρας Θ. 1983. Το νομικό πλαίσιο των Εθνικών Δρυμών. Ανακοίνωση στη διάσκεψη για τους Εθνικούς Δρυμούς, Αθήνα, 19-20 Μαΐου 1983. Σελ. 9.

Τρακόλης Δ. 1999. Προστατευόμενες φυσικές περιοχές. Προτάσεις για διοίκηση και διαχείριση. Πρακτικά 8ου Συνεδρίου της Ε.Δ.Ε. Θεσσαλονίκη: 544-551.

Trakolis D., Meliadis J., Zagas T. 2005. Protected Forest Areas in Europe – Analysis and Harmonization. (PROFOR) Country Report – Greece. Eds J. Latham, G. Frank, O. Fahy, K. Kirby, H. Miller, and R. Stiven. Cost E27, Vienna: 159-171.

Παράρτημα

Environmental education in Greece: An outline, Konstantinos Oikonomou, Environmental Centre Kissavos-Elassona¹⁶

INTRODUCTION

Dear colleagues from all over Europe,

I would also like to welcome you to Greece and to the works of this Study Visit, which is taking place on the magnificent island of Skiathos, in so beautiful natural surroundings and in such a nice weather.

The purpose of the Study Visit is to inform you about the status and function of Environmental Education in our country, Greece. But by gaining new experiences in the environment of Skiathos and as members of this group, you will be offered many stimuli for reflecting, discussing and, if needed, for changing your attitudes regarding EE. I wish you a pleasant time during the Study Visit and hope that it will prove a very constructive experience for you.

The object of this presentation is to make a brief review of EE as an institution in Greece, to highlight its objectives, processes and aspects. The presentation is introductory and could act as the starting point for the activities of the Study Visit. Many things that will be heard and are typical for the Greek model may be well known; but besides being common places, the similarities that exist in different educational systems are in any case a good means of exchanging ideas and good practices.

My theme is the dynamics of the EE within the Greek context, but for the sake of having a framework I won't avoid a short reference to the common international background of EE. Let's recall first what EE is. According to the most famous definition, the EE is the type of education that aims to help people recognize values and clarify concepts in order to develop skills and attitudes in them so that they can understand the interrelationship among human beings, culture and biophysical environment. This process requires practical involvement in decision making and formulating a code of conduct for matters relating to the quality of the environment. This issue, the quality of the environment, may have concerned some people since early times, perhaps since the antiquity. But mankind's strong concern about environment is clearly a phenomenon arising from those world developments that emerged from the industrial revolution and have since then been continuing to this day. Unlimited development, excessive production and consumption, chase of profit, ecological crisis and climatic changes: these are some major symptoms and problems that keep on concerning us daily. Solving them requires first of all a change of attitudes and perceptions and the way to

¹⁶ Πρόκειται για συνοπτική επισκόπηση, που παρουσιάστηκε στο πλαίσιο της συνεργασίας του ΚΠΕ Κισσάβου-Ελασσόνας με το ΙΚΥ για τη διοργάνωση Επίσκεψης Μελέτης (Study Visit) με θέμα *Environmental Education in Primary and Secondary Education*, Σκιάθος 6-11 Μαΐου 2012.

this change goes through Education. This is how we have been led to conceive and cultivate a specific pedagogical field called and defined as EE.

Several important factors prepared the way to this decision, however: the most important names in the history of education had turned the interest of education to the environment and various movements, environmental and ecological, had been showing to the same direction. Although the first reference to the term usually goes back to the late 40's, there is no doubt that the concept of EE grew mainly in the decades of 60's and 70's along with the broad environmental movement of that time. Some worth mentioning landmarks are the following: Nevada, 1970, when an international meeting on EE was organized by the IUCN, leading to the formulation of its classical definition, which was adopted afterwards also by UNESCO and which we already quoted. Then, came the intergovernmental conference in Stockholm in 1972, organized by UNO to prepare a global interdisciplinary curriculum, and the international congress in Aix-en-Provence in the same year.

But the most important years seem to be 1975, when an international congress was held in Belgrade, and 1977, when an intergovernmental conference was held in Tbilisi, both organized by the International Environmental Education Programme (IEEP). Through the charter of Belgrade a very loud voice was heard, which stressed the society's need to develop a population sensitized and able to work towards correcting existing problems and preventing new ones.

Unsurpassed, though, for its comprehensiveness and value so far remains the contribution of the Tbilisi conference. There it was proclaimed that the EE must be life long, be holistic, aim at inspiring the cooperation of societies and nations and use modern methods of teaching and learning. Other important events are the International Congress in Moscow in 1987, when the concept of sustainable development appeared and was recognized as the sole solution to the environmental problem, and the Thessaloniki conference, a decade later, when the EE becomes "Education for the Environment and Sustainability".

Thus, in a relatively short time a conceptual-theoretical and educational-political framework for this type of education in the broadest sense has been formed. In the meantime its evolution has been rapid and many countries have included it, more or less integrated, in their systems, while variety regarding both contents and methods is the key-word to describe its application in every case. How exactly is the situation, then, in Greece? Let's have a look now at the Greek model.

THE GREEK MODEL

The integration of the environment as a subject in Greek school's curriculum goes back to the early 20th century, when the courses of the so-called Patridognosia (Knowledge of the country) were introduced. The teaching of the subject was very constructive, but its contents remained always rather descriptive and static.

70 years had to be spent until the term EE was clearly heard in the context of the Greek education. Here an important remark made by the historians of Greek must be pointed out: in Greece, as in other countries like Malta and Portugal, but not as in countries like the U.S. and

Britain, EE did not appear as an autonomous internal process. It was the result of the action of many international organizations, which had been working for its dissemination. In Greece there was no environmental movement in the postwar era, because the industry was not developed and because the dictatorship and the conservative ruling ideology did not allow such protests. This reality does not lower the value and power of today's EE in Greece, however. Moreover, it should be observed that some great and progressive names in earlier Greek education had pointed out the value of the study of the environment, so that its adoption in Greece, when it happened, does not appear to have taken place in a vacuum.

The most important events in the history of EE in Greece are the following: the first Greek teacher training takes place in 1980 with the cooperation of the Greek State and the Council of Europe and some years later began the work on the introduction of EE in the educational system and on evaluation and implementation of projects by teachers in schools. The first serious efforts come therefore from the 80's. But the milestone in the history of Greek EE is the year 1990, when a law was passed that established it as a part of the curriculum. This law determined the route of EE and triggered off significant and rapid developments in the Greek educational system in the coming decades. Among many scientific, pedagogical and administrative issues, the law provided for the existence of a coordinator of this kind of education within each prefecture and for the establishment of the Environmental Educational Centers, which we will talk about later.

It is of course needless to say that the perception of EE behind this law and behind the environmental practices of the educational community doesn't differ from the principles that had been internationally crystallized during the past decades: All in all EE in Greece is that part of the curriculum which aims to raise awareness and motivation of students towards making them active citizens of tomorrow, who will act responsibly in relation to the environment.

In 1992 the National Union of Teachers for EE was founded and in the Ministry of Education a specific department was set up. Since then many conferences and countless training events have been organized, the subject EE has entered the pedagogical departments and very important environmental educational materials in the broadest sense have been produced. It must be noted that in many of these steps Greece has had Europe as a valuable assistant. The origins of joint action between the European Community and the member states can be traced back to a common decision of the Ministers of Education in 1988. In this and in other texts, which resulted from various other events that followed, there are very important formulations relating to the objectives and the practices of EE, such as a) the interdisciplinary principle, b) the need for experiential learning and creating attitudes and c) the aim of sustainability. All these constitute commonplaces in most European educational systems today and of course dominate the relevant Greek context.

Now we will refer to the two main -separate, but interlinked- ways of applying EE in the schools of our country. We mean the participation of students and teachers, namely of the so-called environmental team of a school of both primary and secondary education, a) in projects which are realized in the school, independently of their combination with any pedagogical excursions organized outside it, and b) in projects organized by the Environmental Education Centres.

A) IN-SCHOOL ENVIRONMENTAL PROJECTS

The Greek curriculum provides for the implementation of a wide spectrum of activities that go beyond the teaching of traditional subjects: language, literature, history, sciences. A dominant position has been assigned to the environmental activities. Some of the goals of EE according to the Greek curriculum (latest version comes from the year 2003) are:

- The interdisciplinary –or cross-thematic/cross-curriculum- approach to a topic.
- The active participation of students in this approach with discussion, research, critical thinking and action.
- Finding out and solving problems and preventing new ones.
- The focus on sustainable development.
- Raising awareness on the rational use of natural resources and technology.
- The emergence of cooperation and new standards in relation to the environment.
- The opening of school to society and life.

The concept of environment, which is used and must be transmitted, is holistic, including the natural, the artificial / constructed, the social / economic and the historic environment, while it is interconnected with many other crucial concepts like human rights, peace and social justice.

According to the curriculum, implementing projects of this kind requires the use of those methods, in which no “ready” knowledge should be offered by teachers to children. Such methods are the well known "Project method", "Problem Solving method" and “Team work”, which here are referred to as methods-umbrellas, including every type of student-centred, experiential and constructivistic methods and ways of teaching and learning. In any case there must be an active participation of the environmental team as a whole. Students should stand in the centre of the process and the teaching material should be occasionally designed by them, while many different methods and techniques can be incorporated or function alternatively at the stages of planning and accomplishing.

STAGES IN IMPLEMENTING ENVIRONMENTAL PROJECTS IN SCHOOLS

Just for reasons of completeness I will refer now to the process, in which, in accordance with the curriculum, an environmental activity is suggested to be implemented in the Greek school. Many things might be known to all of us, if not from our school years, at least from our studies and from our teaching experience, but a short overview is not useless at this point:

- Sensitizing and motivating:

At the beginning of each school year teachers interested in EE share their interests, objectives and the whole perception with the Director and the Conference of the school as well as with the parents’ association and the local community. They highlight the necessity and value of such projects.

- Setting-up the so-called environmental team consisting of teachers and students.

Before setting up the team teachers of different subjects are encouraged to collaborate in order to achieve the interdisciplinary approach needed. Teachers discuss with their pupils to

inspire them interest on both local and world environmental problems. They also stress the importance of taking part in projects. At a next step the students who are interested constitute the team. Environmental teachers have usually to work overtime for the projects. The organization of a project is optional and voluntary for teachers and students, while the project must be approved by a Committee for School Activities.

- Financing Projects.

These projects used to be very moderately financed. Today, there is not any possibility of being financed by the state at all. Because some money is always needed for transportation expenses and stationary, the team can at least ask for economic support from, the Association of parents, the School communities, other institutions and Sponsors.

- Cooperation.

The environmental team of a school has the possibility of collaborating with other schools' teams, other governmental and municipal institutions, public or private corporations, as well as other non-profit organisations.

- Selecting a topic.

The main topic of the project should be based on the students' main interests and selected by discussing environmental problems all together. Main criteria are the following: • The students' interest in acting against a specific problem. • Relation of subject with their needs and experiences. • The possibility to acquire new abilities and to further their knowledge. • The relation of the problem to the time and place of their life. • The connection –if possible– of this particular problem with community's problems - Actuality. Usually several topics are proposed in order for the most preferred one to be selected.

- Organisation of the project - Selection of workplace.

The environmental team chooses the most suitable place in the school for their meetings, which are not included in the school's schedules. The team prepares the programme of meetings and activities and the budget and discusses its implementation.

- Visits of Environmental Education Centres by the environmental teams.

Each school's environmental team has the possibility of visiting one urban (daily visit) and one regional Environmental Education Centre (two- to four-days-visit) during the school year. The Team may also visit an Environmental Education Centre during a daily school's excursion.

- Participation in Networks of EE.

Because there may be different local approaches, communication between students and teachers in local, national and international level is very important. Exchanging information and different experiences makes people more efficient for solving problems. That is why Networks of EE are useful among schools, Centres and other institutions.

- Preparation of the team's work.

It is the longest period during the implementation (up to 6 months), during which the environmental team carefully examines all different aspects of the topic taking into account the general objectives that had been set and using a wide spectrum of methods and strategies ranging from reading books through role plays to journalism. After their work the team has to announce their conclusions.

- Presentation of the products.

Presentations of projects usually take place in May either in the school or in a cultural centre. The production of posters, booklets, DVDs etc. with the involvement of the children is in this case necessary, since it is the best way to make them remember. To prepare this presentation at the close of the school year every team can choose their own way: either narration or role game or multimedia presentations etc. Students also prepare lectures, statistical data presentation, tables, maps, drawings, simple constructions etc. During the presentation the teams talk about: 1. the knowledge they acquired, 2. the sources of information, 3. their team-activities, 4. their strategies, 6. their conclusions and proposals.

11. Evaluation of the project.

It is needed to improve and renew the pedagogic process, to explore the objectives, methods and prospects, to plan future projects, to improve everything related to the future of EE. Evaluated are: the success of the project, the cognitive progress of the students, their participation and interest, their communication and collaboration practices, the emotions that were developed and the positive attitude and behaviour. Evaluation is achieved through discussion, answering questionnaires, evaluating common and personal work, constructions, reports, etc.

The above principles refer to projects implemented in both primary and secondary education. Some statistics now: during the school year 2009-10 year less than half of the secondary schools of Larissa prefecture dealt with such projects (46 out of a total of 101 schools). The number of the projects was 90. Out of approximately 2000 teachers only 160 and only 2000 out of 15.800 students took part in these projects (see e.g.: http://www.kesyp-thessaly.gr/eueduproghthess/larissa_presentation_of_environmental_education_in_greece.pdf). These numbers can not be considered very satisfying and rather suggest that the EE in the Greek school, although not marginal, has not the strong presence it should have. Generally, there have emerged several difficulties in applying EE in the school. These are usually attributed on the one hand to the methodological specificity and function of EE in the school system (difficulty in using modern methods for which teachers must be very well trained, alleged incompatibility with the rest of curriculum etc.) and on the other hand to the overall function and organization of the Greek educational system (inflexibility, the need to prepare the students for examinations, teaching to the tests, etc.).

B) THE ENVIRONMENTAL EDUCATION CENTRES

The second pillar, which the Greek EE is based on are the Environmental Education Centers. I have already referred to them, because paying a visit there is practically part of a school project. Since the topic is very wide, I will make here just some concise remarks.

Before they appeared in Greece, the so-called environmental centres had already had a prehistory of many years in several countries. As an institution, however, they vary as to the conditions of creation, objectives, structure, philosophy etc. Regarding Greece the establishment of EECs is said to be one of the most important innovations of the educational system in the last twenty years. After a reduction of the number that occurred last year, at this time the number of the centres across Greece is 43.

The existence of a centre in a given area is closely linked to a particular natural or cultural feature of the site, which the centre studies, works on and highlights. The ambition of the state, that each region should have its own centre, seems after all today to have been met. The establishment of the EEC depends also on population data and geographic characteristics of various regions. The institution is now considered to be very successful. All admit that as educational structures the EECs, despite some weaknesses, do an exemplary work. If we look for the factors that contributed to the success of the institution, we must mention briefly: the strong interest of the state and of the local community for the EE and its aspects, the passion of the environmental teachers working in the centres, the devotion and engagement of students and teachers for the EE and the EECs, and the financial assistance from the EU.

The first EEC was founded in 1993 in Peloponnese and many other centres were gradually established in the next two decades, the centre of Kissavos-Elassona -to be presented below-being one of the most recent ones. The "life" of the centres is the responsibility of the Ministry of Education, which regulates their operation and the organization with a variety of texts, while administratively they belong to the Regional Education Directorates.

An important distinction of the centres is that between urban and regional ones. The urban centres, which are less, are located near urban centres with environmental problems and intense growth. The regional centres are close to natural ecosystems and communities with few inhabitants and little development.

The objectives of the Greek centres generally serve the basic objectives of the EE, which have emerged from the international work of so many years, while they also take into account European and Greek political and educational reality. The main aim is to sensitize young people about the environmental problem, to develop responsible attitudes and participatory behaviours that contribute to ecological balance and quality of life in the direction of sustainability.

To achieve these goals, the EECs offer environmental projects lasting 1 to 4 days mainly for secondary education students. They also support the schools of their area and work together with the environmental teams of the schools. They produce educational and informational material. They cooperate with scientific institutions, local and international, governmental and non governmental organizations etc. They also organize training events for teachers and adults. Various evaluation reports show that these objectives are met in full by the Greek EECs.

It goes without saying that infrastructure, equipment and funding of the centres are very important. Regarding their funding we must note the important role that the European funds have played so far in carrying out their work. In general, the infrastructure of the centres is satisfactory, but many things under better economic conditions could be improved. In a few

minutes you will be able to see photos of our centre. We should point out that it would be ideal for a centre to have premises, which can be used to support its projects: for example, by using alternative sources of energy and by developing the surrounding area to an exemplary ecosystem. In some cases, the partial improvement of the infrastructure of the EECs towards this direction has been feasible.

The staff of the centres comes from the ranks of education through secondment. It consists of teachers interested in EE, who are selected with strict procedures to work for four years there. They represent both levels of education, where they teach both humanities and sciences. The structure is as follows: there is the coordinator of the Centre, his deputy and three members. Together they form the so-called pedagogical team of the EEC. The five members of the team are assigned different responsibilities and tasks. Their main task is to take the children away to the field and work with them there. Prerequisite for managing the not relatively hard work of the centre is team spirit.

The operating hours of a centre are from 8 to 3, but very often environmental educators work overtime and on weekends. Schools with a priority to visit EECs are these that lie at a relatively small distance from them (maximum ca. 1 hour), but remote schools may also visit them, especially if they take part in a 2- or 3-day project. This is very important, because it means the opportunity for students to visit remote areas. The schools apply to the local educational directorates, which then send the applications to the EECs. Their members will then select the schools to be accepted. Generally, the whole operation of the centre is a joint project of the members of the pedagogical team, who determine everything according to the existing regulations.

Important for the EECs is the possibility to establish and participate in thematic networks and partnerships of environmental education together with other centres, schools and various institutions here and abroad. Network-members deal with a particular issue from their perspective: in this way they maximize the results of their work, they create a framework of continuous communication and support and they strengthen the tendency for setting up and involving in further actions.

The design and preparation of an environmental project by the pedagogical teams of the EECs are guided by the objectives and by the methodology of the EE theory and of modern pedagogy and didactics. The three basic principles that are taken into account are that EE is education: a) in the environment, b) about the environment and c) for the environment. Working on the contents of the projects is absolutely student-centred. The activities of pupils visiting the EEC involve familiar, but not always used, methods and instruments such as: problem solving, discussion, debate, environmental interpretation, simulation activities, role playing and case-studies, use of audiovisual media and of course field study and environmental pathways. In the description of the projects of my centre that follows, we will see some evidence of these methods.

In a comprehensive assessment of EECs, we could in principle say that this innovative institution has found great appeal, because it was born as a reaction to the ecological, as well as cultural, degradation occurring around us. To the school community, who suffocates within

the one-dimensional and competitive Greek school, the EE and the EECs offer an outlet for research and self-expression, away from the routine of their place of living. Statistical data show that the EECs are very well visited and attract the interest of the educational community. It should be noted however that such centres should not be just rooms, where projects are run, but dynamic places, where students and teachers acquire knowledge and skills. Moreover, the visits of EECs must be a parallel process to the implementation of environmental activities within the school; EE inside and outside school must be interacting processes and in no case should environmental work in school be replaced by visits to EECs.

In their relatively long course of operation it has been shown that EECs can perform many different functions. They constitute schools, research centres, training centres, development factors, centres of knowledge production and dissemination, etc. They can now include different social groups in their target groups and they can open fully to all members of the local community. Recently, they have been transformed into centres of lifelong learning for sustainability. Despite problems in staffing, administration and especially financing, the institution works very well and all the data document the need and possibility for its continuation. Thanks to the EECs many places, natural sites, cultural areas and ecological “monuments” along with their environmental added value were successfully transformed to interesting objects of teaching and learning and to fields easily accessed by the educational community.

Concluding: the introduction of EE and EECs in Greece shows two things: a) that the stiffness of the Greek educational system has been to some extent overcome and that its ability to become modern and extroverted has been made clear; and b) that the Greek people make serious efforts to redefine their attitude towards the environment, which is so beautiful but very often neglected.

These two optimistic observations, needed in times of a crisis, show the directions to which even greater emphasis should be given in the future by policy makers and stakeholders.

LITERATURE

- Γεωργόπουλος, Α. (επιμ.) (2005). Περιβαλλοντική εκπαίδευση. Αθήνα: Gutenberg.
- Flogaitis, E. & Alexopoulou, I. (1991). Environmental Education in Greece. *European Journal of Education* 26, 4, 339-345.
- Φλογαΐτη, Ε. (1998). Περιβαλλοντική Εκπαίδευση, Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- North American Association for Environmental Education (2004). Excellence in Environmental Education: Guidelines for learning. Rock Spring.
- Παπαδημητρίου, Β. (1998). Περιβαλλοντική Εκπαίδευση και σχολείο. Αθήνα: Δάρδανος
- UNESCO (1987). International congress on environment and development. Moscow
- www.kpe.gr
- www.peakpe.gr