



Επετειακό αφιέρωμα

Δημήτριος Νικολίδης: Από τη Ζίτσα στον Ρήγα και στον Χέγκελ

Ο Δημήτριος Νικολίδης, γεννήθηκε στη Ζίτσα το 1766. Ήταν επίσης γνωστός και ως «Δημήτριος Ζιτσαίος» ή απλά Ζιτσαίος. Ο Νικολίδης, από τη Ζίτσα βρέθηκε στην Αυστρία, δίπλα στον Χέγκελ και στον Ρήγα Φερραίο.

Η τοπική παράδοση διέσωσε ότι ορφάνεψε μικρός από μάνα και πατέρα. Ο θείος του Ζαχαρίας, καλόγερος στο μοναστήρι του Αη-Λια της Ζίτσας, τον πήρε μαζί του και τον μεγάλωσε και στη συνέχεια φρόντισε να τον στείλει στη Βλαχία σε μοναστήρι-μετόχι του Αη-Λια της Ζίτσας. Εκεί με τη βοήθεια του ηγούμενου του μοναστηριού τελείωσε τις εγκύκλιες σπουδές του. Ο μητροπολίτης Δοσίθεος Φιλίτης, ηπειρώτικης καταγωγής, τον βοήθησε να μεταβεί στη Βιέννη, όπου σπούδασε ιατρική. Παίρνοντας το δίπλωμά του, εγκαταστάθηκε μόνιμα στη Βιέννη ασκώντας το επάγγελμα του ιατρού.

Ο Νικολίδης ή Ζιτσαίος έγινε μόνιμος κάτοικος Βιέννης και εξάσκησε εκεί το ιατρικό επάγγελμα. Σπούδασε στην Hohen Carlschule. Έγινε εξέχουσα προσωπικότητα των φιλοσοφικών και επιστημονικών κύκλων και ήδη, από τη Βλαχία, είχε αναπτύξει φιλική σχέση με τον Ρήγα Φερραίο.

Η Γαλλική Επανάσταση διαμόρφωσε τις πολιτικές διεργασίες, ειδικά στη φοιτηταία νεολαία και ο Νικολίδης είχε ήδη τις... απαραίτητες φιλίες, από τη Βλαχία κιόλας: τον Ρήγα Φερραίο που έστηνε τα πρώτα θεωρητικά και οργανωτικά συστήματα της απελευθερωτικής του κίνησης.

Ο Νικολίδης όμως ήταν φίλος και με έναν άλλο νεαρό, κατά τη «θητεία» του στη Στουτγάρδη: τον Γκέοργκ Βίλελμ Φρίντριχ Χέγκελ. Ένας από τους πιο θεμελιώδεις φιλοσόφους της ανθρωπίνης ιστορίας, ήταν 4 χρόνια μικρότερος του Νικολίδη. Μάλιστα, ο Νικολίδης φέρεται να αφιέρωσε ένα διήγημα στον Χέγκελ, στα γαλλικά: «Κι' ας χαιθεί για πάντα η άφρων πολιτική/ που επιβάλλει



στις καρδιές μας εξουσία δεσποτική». Η γνώριμία και η συντροφική πολιτική σχέση με τον Ρήγα ήταν πολυδιάστατη. Ο Νικολίδης ανέλαβε να επιμεληθεί την έκδοση του «Νέου Ανάχαρσι» του Ζαν Ζακ Μπαρτελεμί, που κυκλοφόρησε το 1797 στη Βιέννη. Ο Νικολίδης μετέφρασε και ένα κομμάτι του έργου, στον έβδομο τόμο.

Το Νικολίδη και τον Ρήγα, τους ένωσε ο αγώνας, αλλά και ο θάνατος. Συνελήφθη και οδηγήθηκε στη Βιέννη, την καρδιά του πολιτικού συντηρητισμού τότε και κατόπι, παραδόθηκε στους Τούρκους και διακομίστηκε στο Βελιγράδι.

Στις 24 Ιουνίου του 1798, ο Ρήγας μαζί με επτά συντρόφους του στραγγαλίστηκαν στον πύργο Νεμπόισα. Ανάμεσά τους, ήταν και ο 32 ετών τότε, Νικολίδης. Αν και είναι αλήθεια ότι πολλές μορφές που έχουν εμπνευστεί από τα ευγενέστερα ιδανικά και που με την αυταπάτη και την αυτοθυσία τους θρόνιασαν στη συνείδηση του έθνους κι έγιναν σύμβολά του, όπως ο Ρήγας, ο Νικολίδης και οι άλλοι συνεταίροι τους, είναι μορφές πανελληνίες που η ακτινοβολία τους καταυγάζει απ' άκρη σ' άκρη τον ελληνικό ουρανό και στέλνει το γλυκό της φως πολύ μακρύτερα ακόμα, στον ορίζοντα όλης της ανθρωπότητας, γιατί η απήχηση του έργου και της θυσίας τους είναι παγκόσμια.

Συνέχεια στη σελίδα 7

«ΟΥΡΙΟΣ» Ο ΑΝΕΜΟΣ ΣΤΟΝ ΠΡΟΦΗΤΗ ΗΛΙΑ ΖΙΤΣΑΣ

Σε αποδρομή βρίσκονται ήδη τα μελανά σύννεφα που πλανιόντουσαν πάνω από τη Γενέτειρας γη της Ζίτσας, αλλά και πάνω από τους απανταχού πιστούς, προσκυνητές, ερευνητές και φίλους της Ζιτσαίτικης ενδοχώρας και της Αποδημίας, που βίωσαν πικρά και δυσάρεστα συναισθήματα προκαλούμενα από όσα οδυνηρά νέα αναφέρονταν στα πρωτοσέλιδα των δύο προηγούμενων τευχών 949/21 και 950/22 των Παλμών της Ζίτσας.

Τα κείμενα αυτά κρούουν ηχηρά τον κώδωνα κινδύνου για την κατάσταση στην οποία έχει περιέλθει το καθολικό της Μονής του Προφήτη Ηλία Ζίτσας. Η από καιρό διαπιστωμένη τραγική κατάσταση του καθολικού της Μονής απειλεί με κατάρρευση τον ίδιο τον ναό αν δεν προληφθεί, ενδεχόμενο που συνακόλουθα θα επιφέρει και την απώλεια του πλούσιου και ξεχωριστού ιστορικού μνημείου και χώρου λατρείας με διαχρονικό εικονογραφικό και καλλιτεχνικό ενδιαφέρον.

Τούτο το τέμενος, ιερό τοπικό καθίδρυμα ως και πλείστα άλλα στον Ελλαδικό χώρο, έργο ευσεβών κληρικών και πιστών στέγασαν στον καιρό της μακρόχρονης δουλείας την ορθόδοξη πίστη και την ελληνικότητα του χώρου, γι αυτό και σήμερα διεκδικούν τη συνέχειά τους, η οποία και εκφράζεται στον παρόντα χρόνο και για τη δική μας Μονή «Προφήτη Ηλία Ζίτσας» με τη νοούμενη και ορώμενη από τα συντελούμενα απόφαση της Περιφέρειας Ηπείρου, με Περιφερειάρχη τον κο Αλέξανδρο Καχριμάνη να βέβαιε σε πορεία υλοποίησης την από 16/01/2019 εγκεκριμένη από την Εφορεία Αρχαιοτήτων Ιωαννίνων αναστηλωτική μελέτη του καθολικού της Μονής, η οποία και προβλέπει:

- Την εγκατάσταση επταμερούς δικτύου περιδέρησης από ανοξειδωτο χάλυβα προφανώς αντίστοιχο αυτής των Ταξιαρχών.
- Τη δημιουργία περιμετρικού αγωγού απομάκρυνσης υπογείων υδάτων (drainage).
- Επέμβαση στη Στέγη και άλλες σημαντικές περιμετρικές παρεμβάσεις που θα εξασφαλίσουν το κτίριο ως κτίσμα του 1657 και θα του δώσουν αντοχές μακράς πνοής.

Ήδη στο πλαίσιο της αποτύπωσης των λεπτομερειών ή και του προσδιορισμού των επί μέρους στοιχείων, έχουν γίνει δύο επισκέψεις – αυτοψίες στο ναό από μηχανικούς της Περιφέρειας Ηπείρου η πρώτη την 15η Απριλίου 2022 και την 28η Ιουνίου 2022 η δεύτερη από μηχανικό της Εφορείας Αρχαιοτήτων, ώστε και εκείνη να έχει άποψη και έγκριση επί των συμπληρωματικών επεμβάσεων.

Επικουρική και ενθαρρυντική είναι η δηλωμένη απόφαση της Διεύθυνσης Βυζαντινοροδοξών Μνημείων ότι είναι έτοιμη με το προσωπικό της να μπει στο Ναό και να αποτυπώσει τις φθορές



και διαβρώσεις του εικονογραφικού – τοιχογραφημένου προγράμματος ώστε με την περαίωση των οικοδομικών εργασιών να συνεχιστεί το έργο με την αποκατάσταση των τοιχογραφιών.

Έτσι, τούτη την ώρα το γεγονός είναι ότι οι αγωνίες όλων μας για την επικινδυνότητα του καθολικού της Μονής συνάντησαν ασφαλώς και «ώτα ακούντων» και προγραμματικές δράσεις των υπηρεσιών, διαμορφώνοντας έτσι μια σοβαρή κινητικότητα που γεννά από μόνη της την αισιοδοξία και τη βεβαιότητα ότι σύντομα το έργο θα χρηματοδοτηθεί από την Περιφέρεια για να προλάβουμε τα χειρότερα.

Έτσι, το έργο τούτο, τούτη την ώρα θα έρθει να δέσει αρμονικά με τα έργα της Δημοτικής Αρχής υπό τον κο Μιχάλη Πλιάκο που ολοκληρώνονται:

- Του εκθετηρίου οίνου και συναφών ειδών
- Της ανάπλασης του εμπορικού δρόμου της «Αγοράς» με το σχεδιασμό του Μετσόβιου Πολυτεχνείου
- Ως και το σε αναμονή ευρισκόμενο σχέδιο της μαθητικής εστίας, χρόνια παροπλισμένης.

Ωστόσο, με φροντίδα της Κοινότητας είναι ανάγκη να επιληφθεί η διαμόρφωση και ομαλοποίηση της πρόσβασης στη Μονή από τη Δυτική πλευρά και Δυτική Πύλη με την αποπεράτωση των λεπτομερειών του τοίχου αντιστήριξης της Μονής ως και η προστασία των κτισμάτων και περιπτέρων που χάσκουν ερειπωμένα στο χώρο της Γιορτής του Κρασιού.

Μένουμε αισιόδοξοι και σίγουροι για την συνέχιση και ολοκλήρωση των έργων της Τ. Αυτοδιοίκησης (Περιφέρειας και Δήμου) και των υπηρεσιών του τόπου μας, προσδοκώντας στη συγκρότηση ενός ειδικού αναπτυξιακού φορέα της περιοχής, με την συνδρομή του Μετσόβιου Πολυτεχνείου του Πανεπιστημίου του Τεχνικού Επιμελητηρίου και του Δήμου Ιωαννιτών για την εφαρμογή σύγχρονων ιδεών ανάπτυξης.

ΛΑΜΠΡΟΣ ΔΡΟΣΟΣ

4ος Βυρώνειος Αγώνας Δρόμου

Μετά από 2 χρόνια παύσης λόγω covid 19, ο Πολιτιστικός Σύλλογος Ζίτσας διοργάνωσε με επιτυχία τον 4ο Βυρώνειο Αγώνα Δρόμου 10Κm την Κυριακή 3 Ιουλίου 2022.

Η διαδρομή ήταν ημιορεινή και ακολούθησε στο μεγαλύτερο μέρος της την πορεία του φιλέλληνα Λόρδου Βύρωνα, που τον Οκτώβριο του 1809 διανυκτέρευσε στο Μοναστήρι



της Ζίτσας στο δρόμο του προς το Τεπελένι για να συναντήσει τον Αλή Πασά. Η διαδρομή ήταν σχετικά βαθιά με πλούσιες φυσικές ομορφιές καθότι περνούσε από τον λόφο του Προφήτη Ηλία και το πανέμορφο Μοναστήρι του, διέσχισε αμπελώνες, τον καταπράσινο κάμπο της Ζίτσας και γραφικά σοκάκια του χωριού μας. Η εκκίνηση έγινε στις 10:00 π.μ. από την κεντρική πλατεία της Ζίτσας, εκεί όπου ήταν και ο τερματισμός.

Προσφέρθηκαν μετάλλια και αναμνηστικές μπλούζες σε όλους τους δρομείς. Επίσης το πρόγραμμα περιλάμβανε διαδρομή 1 χιλιομέτρου για τους μικρούς ηλικίας 6 έως 12 ετών. Συμβολικά πήραν μέρος στον αγώνα και τρόφιμοι της Στέγης Αυτιστικών «Ελένη Γύρα».

Στο τέλος ακολούθησε πλούσιος μπουφές. Το παρόν από πλευράς δήμου, έδωσαν: Ο δήμαρχος κ. Μιχάλης Πλιάκος και ο Πρόεδρος του Νομικού Προσώπου κ. Περικλής Γρίβας, οι οποίοι και έδωσαν τα μετάλλια στους νικητές.

Συγχαρητήρια στους διοργανωτές, στους εθελοντές, στους εθελοντές του Ερυθρού Σταυρού, στους χορηγούς και στο Αστυνομικό Τμήμα Ζίτσας που βοήθησαν ώστε να γίνει άψογη από κάθε άποψη η οργάνωση του 4ου Βυρώνειο Αγώνα Δρόμου. Μακάρι να συνεχιστεί, του χρόνου να έχουμε περισσότερες συμμετοχές και να γίνει ευρύτερα γνωστός αυτός ο αγώνας.

Πως θα στέλνετε τη συνδρομή σας για την εφημερίδα

Η εφημερίδα μας για να συνεχίσει να εκδίδεται απρόσκοπτα, έχει την ανάγκη της συμπαράστασης, τόσο με υλικό για δημοσίευση, όσο και με την οικονομική υποστήριξη όλων μας. Γνωρίζουμε ότι οι καιροί είναι δύσκολοι, όσο όμως μπορεί ο καθένας μας, ας συμβάλλει στην προσπάθεια που κάνουμε, ώστε να μην πάνε χαμένοι κόποι τόσων χρόνων.

Υπενθυμίζουμε με ποιους τρόπους μπορείτε να στείλετε τη συνδρομή σας.

1. Με ταχυδρομική επιταγή στην παρακάτω διεύθυνση:
ΑΔΕΛΦΟΤΗΤΑ ΖΙΤΣΑΙΩΝ ΗΠΕΙΡΟΥ, ΒΗΛΑΡΑ 7, 104 37 ΑΘΗΝΑ
2. Με κατάθεση στο λογαριασμό της Αδελφότητας στην **ΤΡΑΠΕΖΑ ΠΕΙΡΑΙΩΣ** με τα παρακάτω στοιχεία:
IBAN GR1701718260006826140365570
στο όνομα:
ΑΔΕΛΦΟΤΗΤΑ ΖΙΤΣΑΙΩΝ ΗΠΕΙΡΟΥ.
3. Με κατάθεση στο λογαριασμό της **ALFA**

BANK GR2501403440344002101104396, πρώτο όνομα λογαριασμού **ΜΑΝΤΑΣ ΦΩΤΙΟΣ** (ταμίας Αδελφότητας).
Στις καταθέσεις μέσω τραπεζών να αναγράφεται το όνομα και το επώνυμο του καταθέτη για να αναγνωριστεί τις αποδείξεις είσπραξης.

Ευχαριστούμε όλους όσους μέχρι τώρα συμπαραστέκονται στο έργο μας και περιμένουμε τη βοήθεια όλων των συγχωριανών μας.

Το Δ.Σ. της Αδελφότητας και η Συντακτική Επιτροπή της εφημερίδας μας «ΠΑΛΜΟΙ ΤΗΣ ΖΙΤΣΑΣ»

ΔΗΜΟΤΙΚΑ ΚΑΙ ΑΛΛΑ

ΚΟΙΝΩΝΙΚΑ

ΘΑΝΑΤΟΙ

- Βασιλική Τσίντζου, σύζυγος Δημητρίου, Ζίτσα 8/5/2022
- Άννα Γκουρτσιογιάννη, Ζίτσα 28/5/2022
- Κων/νος Λιάσκος, Ζίτσα 12/6/2022
- Δήμητρα Λεοντίδη, Ζίτσα 17/6/2022
- Μαρίνα Παπαυγέρη-Αλεξίου, Ιωάννινα 25/6/2022

Το Δ.Σ. της Αδελφότητας εκφράζει στους οικείους των θανόντων τα θερμά του συλλυπητήρια.

ΓΕΝΝΗΣΕΙΣ

- Ο Ιωάννης Φωτίου του Βασιλείου και η Πόπη Ιντζέ, απέκτησαν αγόρι, Ιωάννινα 30/6/2022

Ευχόμαστε στους ευτυχείς γονείς και παππούδες-γιαγιάδες να τους ζήσει και να είναι σε όλη του τη ζωή χαρούμενο και ευτυχισμένο.

Για να μπορέσουμε να ανταποκριθούμε στην έγκαιρη και σωστή δημοσίευση των κοινωνικών (γεννήσεις, γάμοι, θάνατοι), παρακαλούμε να μας ενημερώνετε στέλνοντας fax 210 5241758 ή στο τηλέφωνο 6977 553404.

ΤΟ ΜΟΝΑΣΤΗΡΙ ΠΡΟΦΗΤΗ ΗΛΙΑ

Ύστερα από την ανάδειξη, στα προηγούμενα τεύχη της εφημερίδας μας και ειδικότερα μετά την δημοσιοποίηση της επιστολής, του συγχωριανού μας κ. Λάμπρου Δρόσου, προς τον Περιφερειάρχη κ. Καχριμάνη και τους άλλους φορείς, φάνηκε φως στο τούνελ. Η Περιφέρεια και ο Περιφερειάρχης, καθώς και ο Αντιπεριφερειάρχης Πολιτισμού κ. Πότσης ενεργοποιήθηκαν.

Κατ' αρχάς κλιμάκιο μηχανικών της Περιφέρειας πραγματοποίησε αυτοψία στο μοναστήρι του Προφήτη Ηλία για να συμπληρώσει και να επικαιροποιήσει την υπάρχουσα μελέτη. Παράλληλα έστειλε συντηρητή έργων ώστε να έχουν μια πληρέστερη εικόνα για την επικρατούσα κατάσταση στη μονή. Η εφορία αρχαιοτήτων Ιωαννίνων δεν έμεινε άπραγη. Μηχανικός της επισκέφτηκε το μοναστήρι για να επικαιροποιήσει τη μελέτη που είχε συνταχτεί από την ίδια υπηρεσία.

Ευελπιστούμε ότι όλα θα εξελεγχθούν με τον καλύτερο τρόπο όσα πρέπει να γίνουν.

Θεωρούμε, για να μην πούμε ότι είμαστε σίγουροι, ότι οι υποσχέσεις και οι δεσμεύσεις που είχαμε από τον Περιφερειάρχη κ. Αλέξανδρο Καχριμάνη και τον Αντιπεριφερειάρχη Πολιτισμού κ. Οδυσσέα Πότση θα ευοδωθούν.

ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΟ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ

Πρόεδρος: Γιάννης Τσέλιος τηλ. 6977553404
Αντιπρόεδρος: Κατερίνα Καραμίχου τηλ. 6936160902
Γραμματέας: Ρούλα Αθανασίου τηλ. 6949771999
Ταμίας: Φώτης Μαντάς τηλ. 6936547681
Μέλος: Χριστίνα Κοτσαμπασάκη τηλ. 6937231112
Μέλος: Κώστας Παπαπάνος τηλ. 6972815024
Μέλος: Εφη Μαλάμου τηλ. 6974456883

Τριμηνιαία Εφημερίδα
«ΠΑΛΜΟΙ ΤΗΣ ΖΙΤΣΑΣ»

ΙΔΙΟΚΤΗΣΙΑ: ΑΔΕΛΦΟΤΗΤΑ ΖΙΤΣΑΙΩΝ ΗΠΕΙΡΟΥ

ΕΚΔΟΤΗΣ-ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ: ΓΙΑΝΝΗΣ ΤΣΕΛΙΟΣ

ΥΠΕΥΘΥΝΟΙ ΣΥΝΤΑΞΗΣ: ΦΩΤΗΣ ΜΑΝΤΑΣ
 ΚΩΣΤΑΣ ΠΑΠΑΠΑΝΟΣ
 ΡΟΥΛΑ ΑΘΑΝΑΣΙΟΥ
 ΧΡΙΣΤΙΝΑ ΚΟΤΣΑΜΠΑΣΑΚΗ
 ΚΑΤΕΡΙΝΑ ΚΑΡΑΜΙΧΟΥ
 ΕΦΗ ΜΑΛΑΜΟΥ
 ΓΙΑΝΝΗΣ ΤΣΕΛΙΟΣ

ΑΤΕΛΙΕ-ΕΚΤΥΠΩΣΗ: ΑΒΕΛ ΓΡΑΦΙΚΕΣ ΤΕΧΝΕΣ
 ΜΕΝΕΛΑΟΥ 2, ΗΛΙΟΥΠΟΛΗ
 210 9711877, aveltypo@otenet.gr

ΕΔΡΑ-ΓΡΑΦΕΙΑ: ΒΗΛΑΡΑ 7, 104 37 ΑΘΗΝΑ
 ΤΗΛ. - FAX: 210 5241758
 http://zitsa.blogspot.com
 E-mail: tseliosgia@yahoo.gr

κωδ. 4687

ΣΥΝΔΡΟΜΕΣ

	€
1. Βασίλειος Σταμούλης, Πάτρα	25
2. Γωγώ Σκουρογιάννη, Ιωάννινα	20
3. Λένα Μουραβλιάνσκι, Καλλιθέα	40
4. Μαρίνα Κατσούκη- Πανταζάκου, Θεσ/νίκη	30
5. Αλέξανδρος Γκατζιάνης, Ιωάννινα	20
6. Σωτήριος Μαντζαρόπουλος, Ιωάννινα	20
7. Πέτρος Κ. Τσέλιος, Ηγουμενίτσα	20
8. Αναστάσιος Γκατζιάνης, Ιωάννινα	50
9. Σταύρος Οικονομέας, Ζίτσα	50
10. Τασία Καρακίτσιου- Τζίνα, Περιστέρι	20
11. Παναγιώτα Μαγκλογιάννη, Ζίτσα	20
12. Δημήτριος Κοντονίκας, Ζίτσα	20
13. Περικλής Β. Γρίβας, Ιωάννινα	20
14. Ζώης Καραφέρης, Ζίτσα	20
15. Ιωάννης Χρυσόχοος, Ζίτσα	10
16. Ελένη Τσέλιου- Τσίτου, Κληματιά	20
17. Βασιλική Τζουμάκα, Χαλάνδρι	20
18. Βαρβάρα Χρυσόχου- Κώστογλου, Θεσ/νίκη	50
19. Δημήτριος Κόρδας, Ιωάννινα	20
20. Αναστάσιος Χ. Κοντογιάννης, Ζίτσα	20
21. Ευτέρπη Μπουτάτη- Σκόπα, Χολαργός	20
22. Παναγιώτης Μπέσιος, Ζεφύρι	20

ΣΤΕΓΗ ΑΥΤΙΣΤΙΚΩΝ ΑΤΟΜΩΝ
«ΕΛΕΝΗ ΓΥΡΑ», ΖΙΤΣΑ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ
 ΤΗΛ: 26580 23497-23598, FAX: 26580 23498
 www.autismgreece.gr, email:gspapz@otenet.gr

ΕΥΧΑΡΙΣΤΗΡΙΟ

Η Στέγη Αυτιστικών Ατόμων «Ελένη Γύρα» ευχαριστεί θερμά:

- τις οικογένειες Κωνσταντίνου Γρίβα, Γεωργίου Γρίβα και Γκρέτας Αναστασιάδη για τη χρηματική προσφορά που κατέθεσαν εις μνήμη Ανδρομάχης Γρίβα.
- τους Νικηφόρο και Αλεξάνδρα Αθανασίου για τη χρηματική προσφορά που κατέθεσαν εις μνήμη Βασιλικής Τσίντζου.
- την οικογένεια Ντίνου Κοσμά για τη χρηματική προσφορά που κατέθεσε εις μνήμη Βασιλικής Φίλιου.
- τις οικογένειες Παναγιώτας και Κωνσταντίνας Μαγκλογιάννη για τη χρηματική προσφορά που κατέθεσαν εις μνήμη Βασιλικής Τσίντζου.
- την κα Διονυσία Τσιούρη για τη χρηματική προσφορά που κατέθεσε εις μνήμη των γονιών της και του αδελφού της.
- τον ανώνυμο δωρητή για τη χρηματική προσφορά που κατέθεσε εις μνήμη Σπύρου Φωτίου.
- τους Ιωάννη Παπαυγέρη, Βασιλική Καραμίχου και Ευφροσύνη Παπαυγέρη για τη χρηματική δωρεά που κατέθεσαν εις μνήμη Βασιλικής Τσίντζου.
- τους Ιωάννη και Τέρψη Μαλισσόβα και τον Βασίλειο Μαλισσόβα για τη χρηματική δωρεά που κατέθεσαν εις μνήμη Βασιλικής Τσίντζου.
- για τη χρηματική προσφορά που κατέθεσαν εις μνήμη Βασιλικής Τσίντζου τις φίλες της Αιμιλία και Αλεξάνδρα.
- τις οικογένειες Αναστασίου και Δημητρίου Κλιούμη, Γιάννη και Κώστα Φωτιάδη, Θωμά Τσίντζου και Αντρέα Τσίντζου για τη χρηματική προσφορά που κατέθεσαν εις μνήμη Βασιλικής Τσίντζου.
- τον κ. Αναστάσιο Καρακίτσιο του Νικολάου για τη χρηματική προσφορά που κατέθεσε εις μνήμη Βασιλικής Τσίντζου.
- την οικογένεια Παναγιώτας Μαγκλογιάννη για τη χρηματική προσφορά που κατέθεσε εις μνήμη Άννας Γκουρτσιογιάννη.
- τους Κωνσταντίνο και Μαρίνα Μπότσιοι για τη χρηματική προσφορά που κατέθεσαν εις μνήμη Βασιλικής Τσίντζου.
- τον κ. Δημήτριο Γκουρτσιογιάννη για τη χρηματική προσφορά που κατέθεσε εις μνήμη της μητέρας του Άννας Γκουρτσιογιάννη.
- τις κυρίες Δέσποινα Φωτίου, Μαρίνα Φωτίου και Χριστίνα Γρατσανίτη για τη χρηματική προσφορά που κατέθεσαν εις μνήμη Βασιλικής Τσίντζου.
- την οικογένεια Παναγιώτας Μαγκλογιάννη για τη χρηματική προσφορά που κατέθεσε εις μνήμη Άννας Γκουρτσιογιάννη.
- τους Αναστάσιο και Χρυσάλενα Σταμούλη, Αγγελική Γιούνη και Ιωάννη Πρωτόπαππα για τη χρηματική προσφορά που κατέθεσαν εις μνήμη Βασιλικής Τσίντζου καθώς και τον κ. Ιωάννη Πρωτόπαππα για τη χρηματική προσφορά που κατέθεσε εις μνήμη Αλεξάνδρας Εξάρχου.
- τις κυρίες Ανδρονίκη και Βασιλική Λιάσκου για την χρηματική προσφορά που κατέθεσαν εις μνήμη Κωνσταντίνου Λιάσκου.
- τις κα Αθηνά Νούλη για τη χρηματική προσφορά που κατέθεσε εις μνήμη Άννας Γκουρτσιογιάννη και Βασιλικής Τσίντζου.
- τις κυρίες Ελένη Γκουρτσιογιάννη-Κωλέτση και Βασιλική Καραμίχου για τη χρηματική προσφορά που κατέθεσαν εις μνήμη Χρήστου Κωλέτση.

ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΕΙΣ
ΜΟΝΑΣΤΗΡΙΑΚΗΣ ΕΠΙΤΡΟΠΗΣ

• Στη μνήμη της Βασιλικής Φίλου, η οικογένεια Δημητρίου Κοσμά προσφέρει χρηματικό ποσό στο μοναστήρι του Προφήτη Ηλία.
 • Στη μνήμη της Βασιλικής Τσίντζου η Λία κι ο Ντίνος Κοσμάς προσφέρουν χρηματικό ποσό στο Μοναστήρι του Προφήτη Ηλία.

Η Μοναστηριακή Επιτροπή εκφράζει τις ευχαριστίες της.

ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΧΡΗΣΤΕΣ ΤΟΥ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ

Μερικές διευθύνσεις με πληροφορίες και νέα από το χωριό και την ευρύτερη περιοχή:

1. http://zitsanews.blogspot.com
2. http://gym-zitsas.ioa.sch.gr
3. http://www.epirusnews.gr
4. http://zitsa.blogspot.com (ιστοσελίδα της Αδελφότητας)
5. http://www.zitsa.gov.gr/ (Δήμος Ζίτσας)
6. http://www.monastirizitsa.gr (Καφέ-Εστιατόριο Μοναστηρι)
7. http://www.agnantizitsas.gr (HOTEL ΑΓΝΑΝΤΙ)
8. http://www.kallitheazitsa.gr (HOTEL ΚΑΛΛΙΘΕΑ)

ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΕΙΣ
ΕΚΚΛΗΣΙΑΣΤΙΚΗΣ ΕΠΙΤΡΟΠΗΣ

Η Εκκλησιαστική Επιτροπή του Ι.Ν. Αγίου Νικολάου Ζίτσας ευχαριστεί θερμά τους παρακάτω οι οποίοι διέθεσαν χρηματικά ποσά σε εκκλησίες της ενορίας μας.

Για τον Ι.Ν. Αγίου Νικολάου:

Την κ. Δήμητρα Κ. Γιούνη.
 Την κ. Ζωή Τσέλιου.
 Τον κ. Ιωάννη Χρυσόχοο.
 Τον κ. Σόλωνα Γκόντο εις μνήμη Ιφιγένειας Γκόντου.
 Την οικ. Αναστασίου Κοντογιάννη εις μνήμη Βασιλικής Τσίντζου.
 Τον κ. Ιωάννη Χρυσόχοο εις μνήμη Βασιλικής Τσίντζου.
 Την οικ. Αποστόλου Κοσμά εις μνήμη Άννας Γκουρτσιογιάννη.
 Την κ. Βικτωρία Π. Καρώνη εις μνήμη Ευθαλίας Καρώνη.
Εις μνήμη Κωνσταντίνου Λιάσκου τους παρακάτω:
 Την κ. Κωνσταντίνα Λιάσκου, τον κ. Κων/νο Βλαχογιάννη, την οικ. Αντωνίου Ζωιτάκη, την οικ. Ιωάννου Καραλή, την οικ. Θωμά Καζαμία, την κ. Πολύτω Βλαχογιάννη, την κ. Αγγελική Κάνταρου, τον κ. Ιωάννη Βλαχογιάννη και τον κ. Ιωάννη Χρυσόχοο.
 Την οικ. Αποστόλου Κοσμά εις μνήμη Δημήτρας (Λούλας) Λεοντίδη.

Για τον Ι.Ν. της Παναγίας:

Ευχαριστούμε πολύ τις παρακάτω κυρίες οι οποίες διέθεσαν χρηματικά ποσά στις 29/5/2022, ημέρα της εορτής της Ζωοδόχου Πηγής: Την κ. Άννα Κοσμά, την κ. Γαλάτεια Παπαυγέρη, την κ. Ελευθερία Εξάρχου, την κ. Μαρίνα Χρυσόχοο, την κ. Ευφροσύνη Κοντογιάννη, την κ. Αθηνά Γρίβα, την κ. Παναγιώτα Μαγκλογιάννη, την κ. Γλυκερία Γρίβα, την κ. Τερψιθέα Ηλ. Τσίντζου, την κ. Παρασκευή Γάτσιου, την κ. Μαρίνα Κων. Μπότσιοι, την κ. Κλεοπάτρα Κοντονίκα-Παπαυγέρη, την κ. Τερψιθέα Κοντονίκα την κ. Γαλάτεια Μαγκλογιάννη και την κ. Αγγελική Καραμίνα.

Την κ. Ασπασία Φωλλίδη εις μνήμη Δημήτρας Λεοντίδη.

Εις μνήμη Βασιλικής Τσίντζου τους παρακάτω:

Την οικ. Ηλία Τσίντζου, την οικ. Ανδρέα Τσίντζου, την οικ. Ιωάννη Τσέλιου, την οικ. Δημητρίου Κοσμά και την οικ. Θεοδώρα Δ. Κοσμά.

Για τον Ι.Ν. Αγίας Παρασκευής (στέρνες):

Την κ. Ασπασία Φωλλίδη εις μνήμη Νικολάου και Αθηνάς Φωλλίδη καθώς και τέκνων αυτών.

Την κ. Ασπασία Φωλλίδη εις μνήμη Μερόπης Ζήση.

Την κ. Γαλάτεια Παπαυγέρη εις μνήμη Βασιλικής Τσίντζου.

Για τον Ι.Ν. Αγίας Παρασκευής (κοιμητήριο):

Την κ. Αικατερίνη Γ. Κοντογιάννη εις μνήμη Βασιλικής Τσίντζου.

Την κ. Βασιλική Χρ. Παπαυγέρη εις μνήμη Βασιλικής Τσίντζου.

Την κ. Βασιλική Καραμίχου εις μνήμη Άννας Γκουρτσιογιάννη.

Τον κ. Σταύρο Οικονομέα εις μνήμη Κωνσταντίνου Λιάσκου.

Την κ. Αγγελική Γιούνη εις μνήμη Δημήτρας Λεοντίδη.

Για τον Ι.Ν. Των Ταξιαρχών:

Την κ. Ελένη Γκουρτσιογιάννη-Κωλέτση εις μνήμη Άννας Γκουρτσιογιάννη.

Την κ. Αφροδίτη Κοσμά εις μνήμη Δημήτρας (Λούλας) Λεοντίδη.

Για τον Ι.Ν. Αγίου Νικολάου (μικρής συνοικίας):

Την κ. Αναστασία (Σούλα) Σωτηροπούλου εις μνήμη Δημήτρας Λεοντίδη.

Για τον Ι.Ν. Αγίας Τριάδος:

Την κ. Βικτωρία Π. Καρώνη εις μνήμη Ευθαλίας Καρώνη.

Ευχόμαστε στους αναγνώστες της εφημερίδας «καλό καλοκαίρι».

ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΕΙΣ

1. Το Δ.Σ. της Αδελφότητας και η Συντακτική επιτροπή της εφημερίδας «ΠΑΛΜΟΙ ΤΗΣ ΖΙΤΣΑΣ» επανέρχονται σε προηγούμενο κάλεσμά τους προς όλους τους φορείς και Συλλόγους της Ζίτσας και τους πληροφορούν ότι μπορούν να κάνουν δημοσιεύσεις στην εφημερίδα μας, που αφορούν τις δραστηριότητες τους και ότι άλλο κρίνουν οι ίδιοι σκόπιμο προς δημοσίευση. Υπάρχει αρκετός χώρος για να προβάλλουν το έργο τους.

2. Μη διστάζετε να στέλνετε τα γράμματά σας για να δημοσιευτούν στην εφημερίδα μας.

Όλοι μας κάτι έχουμε να πούμε, σκέψεις, προτάσεις, υποδείξεις για το καλό της Αδελφότητας και του χωριού μας, ιστορίες από το παρελθόν και το παρόν. Είναι αδιανόητο πολλοί συγχωριανοί να εκδηλώνουν την επιθυμία να γράψουν αλλά δεν το κάνουν μήπως το κείμενο δεν είναι διατυπωμένο σωστά.

Γαπητοί συγχωριανοί δεν κάνουμε διαγωνισμό γνώσεων και δημοσιογραφίας. Ο καθένας γράφει όπως μπορεί. Τα κείμενα και λάθη να έχουν θα διορθωθούν. Θα είναι μεγάλη επιτυχία να γράφουν στην εφημερίδα πολλά άτομα γιατί όλοι μας κάτι έχουμε να πούμε. Επίσης όλοι έχουν παλιές φωτογραφίες με μεγάλη ιστορική αξία, όποιος θέλει μπορεί να τις στείλει για δημοσίευση και φυσικά θα επιστραφούν στον αποστολέα. Θα είναι καλό όποιος γνωρίζει τα πρόσωπα της φωτογραφίας να τα γράφει γιατί πολλές φορές είναι αδύνατο να αναγνωριστούν από εμάς και γι' αυτό δεν γράφονται τα ονόματά τους.

Τηλέφωνο & Fax: 210 5241758

Ηλεκτρονικό ταχυδρομείο: tseliosgia@yahoo.gr

Ενθυμήσεις από τα παλιά

Ο συγχωριανός μας Τάκης Κοντονίκας, σε ένα μικρό πόνημα, συγκέντρωσε τις αναμνήσεις του, από την ζωή του, από την ζωή στο χωριό μας, έτσι όπως την έζησε και μας δίνει αυθεντικές εικόνες και γεγονότα με λόγο απλό και γνήσιο. Αποσπάσματα από αυτή την κατάθεση ψυχής, θα δημοσιεύσουμε στην εφημερίδα μας. Ας τα χαρούμε και ας μάθουμε από αυτά!

Και κάπου εδώ αρχίζει η διήγηση ...

Δύο Δεκεμβρίου, ημέρα Πέμπτη, το έτος 1999. Εδώ θα προσπαθήσω να γράψω όλη την ζωή μου από τότε που άρχισα να θυμάμαι μέχρι

- Έρχονται οι Γερμανοί!
Το μαντάτο απλώθηκε αμέσως σε όλο το χωριό, ακολούθησε πανικός! Κανείς δεν ήξερε τι να κάνει. Εγώ θυμάμαι τον πατέρα μου να βγάζει τα ρούχα από το σπίτι έξω στον κήπο και άλλα διάφορα, ότι είχαμε εκείνη την εποχή, γιατί έλεγαν πως οι Γερμανοί θα καίγανε τα σπίτια. Κατά το μεσημέρι φύγαμε όλοι από το χωριό, μερικοί, πολύ λίγοι, μείνανε. Εμάς θυμάμαι μας πήγε ο πατέρας στην Καπρινωταίων τα πρόβατα, στην Γεραλίνα, εκεί μείνανε όλο το βράδυ. Το πρωί φύγαμε προς τα κάτω, δηλαδή στο Φουντούκι, που πηγαίνει προς το Μαζαράκι. Εκεί ήταν μονοπάτι που περνούσε ο κόσμος με τα ζώα. Μόλις βγήκαμε στο λαμό της ράχης, στο Φουντούκι, από τον Αηλιά μας ρίξαν οι Γερμανοί με πολυβόλο. Αμέσως γυρίσαμε στην πίσω πλευρά της ράχης του Αηλιά, που είναι πέρα στην Γριβαίων τα μαντριά, όχι από τον Αηλιά στο μοναστήρι και εν συνεχεία κατηφορίσαμε προς το χαλκαριό, προς του Τούσια, όπως λέμε σήμερα, δηλαδή προς το Μελίσι. Εκεί βρήκαμε και άλλους συγχωριανούς και καθίσαμε και εμείς. Θυμάμαι χαρακτηριστικά δίπλα μας ήταν η οικογένεια του Γιώργου Λαβδανίτη και η κόρη του η Κούλα ήταν μικρούλα και έκλαιγε και ο πατέρας της την μάλωνε να μην κλαίει, για να μην μας ακούσουν οι Γερμανοί.

Κατά το απόγευμα είπαν να γυρίσουμε στο χωριό και ότι οι Γερμανοί δεν θα μας πειράξουν. Ξέχασα να σας πω ότι εγώ, όταν φύγαμε από το σπίτι, πήρα μαζί το χαλκό που πίναμε νερό. Ίσως να μην το ξέρετε εσείς που το διαβάζετε, το χαλκό ήταν είδος κανάτας που είχαμε τότε και ήταν από χάλκωμα, γι' αυτό το λέγα-

με. Οι Γερμανοί ως φασίστες κυνηγούσαν τους κομμουνιστές, δηλαδή αυτούς με αριστερή ιδεολογία. Ο γιός του Σπύρου Σταμούλη, ο Σταύρος ήταν αριστερός, σας γράφω ότι θυμάμαι από εκείνη την εποχή, πήγε και κρύφτηκε στο παλιό μπατζαριό, γιατί τον έψαχναν οι Γερμανοί. Ήταν πλέον Καλοκαίρι, μια μέρα μου είπε ο πατέρας να πάω εκεί στο μπατζαριό και να φωνάξω τον Σταύρο να έρθει σπίτι. Εγώ ήμουν μικρός και δεν έδινε υποψία. Έτσι και έγινε, όταν ήρθε μου είπε ο πατέρας να φύγει αμέσως γιατί κάποιος τον πρόδωσε και θα τον έπιαναν οι Γερμανοί. Τώρα ποιος το είπε στον πατέρα και από που το έμαθε, ποτέ δεν έμαθα. Ο Σταμούλης έφυγε το μεσημέρι προς τα κάτω στον λάκκο. Όταν όμως ο Σταμούλης ήρθε στο σπίτι μας, κάποιος τον είδε και το βράδυ, Καλοκαίρι με φεγγαράδα, ήρθαν δυο Γερμανοί στο σπίτι μας. Ψάξανε όλο το σπίτι και ξεσκέπασαν κι εμάς που κοιμόμασταν στα κρεβάτια και έλεγαν, "παρτιζάνο, παρτιζάνο" και ο πατέρας έλεγε "νο παρτιζάνο, νο παρτιζάνο". Μετά τους έδωσε μια μπουκάλια ρακί και τους έβρασε και αυγά και έκατσαν μπροστά στο μαγειρείο, στα σκαλοπάτια και έπιναν το ρακί. Είχαμε και ένα σκυλί, το λέγαμε μπέρκο. Ήταν Χειμώνας, είχε λίγο χιόνι, περνούσαν δυο Γερμανοί στον δρόμο και το σκυλί τους όρμηξε. Τότε ο ένας γύρισε το αυτόματο και ο άλλος του το κατέβασε. Η μάνα φώναζε το σκυλί, αλλά... που να γυρίσει, τότε γυρίζει ο Γερμανός και το γαζώνει με το αυτόματο. Εγώ έκλαιγα με μαύρο δάκρυ για τον σκύλο.

Ξέχασα να σας πω πως όταν φύγαμε από το σπίτι η μάνα έθαψε την σημαία κάτω στον λάκκο. Την τύλιξε με ένα πανί και την έβαλε μέσα στα χώματα. Ήμουν 6 χρονών όταν έγιναν όλα αυτά.

Ήταν εποχή με τα σταφύλια, οι Γερμανοί εγκαταστάθηκαν στο χωριό απάνω στο Παλιάλωνο, εκεί που είναι τα Αλεξείκια. Είχαν στήσει και ένα αντιαεροπορικό και ρίχνανε σε ότι αεροπλάνο συμμαχικό περνούσε. Ξέχασα να σας πω ότι ο Κακαϊδής ο γιατρός, έμενε στο σπίτι του Γκούμα, που σήμερα το έχει ο οικογένεια Ζυγούρη. Στο σπίτι που μένω σήμερα, πίσω εκεί που έχει ο Περικλής Νούλης, υπήρχε μια καλύβα του Σπύρου Σταμούλη, που προπολεμικά ήταν τυροκομείο, μπατζαριό όπως το λέγα-

με. Οι Γερμανοί ως φασίστες κυνηγούσαν τους κομμουνιστές, δηλαδή αυτούς με αριστερή ιδεολογία. Ο γιός του Σπύρου Σταμούλη, ο Σταύρος ήταν αριστερός, σας γράφω ότι θυμάμαι από εκείνη την εποχή, πήγε και κρύφτηκε στο παλιό μπατζαριό, γιατί τον έψαχναν οι Γερμανοί. Ήταν πλέον Καλοκαίρι, μια μέρα μου είπε ο πατέρας να πάω εκεί στο μπατζαριό και να φωνάξω τον Σταύρο να έρθει σπίτι. Εγώ ήμουν μικρός και δεν έδινε υποψία. Έτσι και έγινε, όταν ήρθε μου είπε ο πατέρας να φύγει αμέσως γιατί κάποιος τον πρόδωσε και θα τον έπιαναν οι Γερμανοί. Τώρα ποιος το είπε στον πατέρα και από που το έμαθε, ποτέ δεν έμαθα. Ο Σταμούλης έφυγε το μεσημέρι προς τα κάτω στον λάκκο. Όταν όμως ο Σταμούλης ήρθε στο σπίτι μας, κάποιος τον είδε και το βράδυ, Καλοκαίρι με φεγγαράδα, ήρθαν δυο Γερμανοί στο σπίτι μας. Ψάξανε όλο το σπίτι και ξεσκέπασαν κι εμάς που κοιμόμασταν στα κρεβάτια και έλεγαν, "παρτιζάνο, παρτιζάνο" και ο πατέρας έλεγε "νο παρτιζάνο, νο παρτιζάνο". Μετά τους έδωσε μια μπουκάλια ρακί και τους έβρασε και αυγά και έκατσαν μπροστά στο μαγειρείο, στα σκαλοπάτια και έπιναν το ρακί. Είχαμε και ένα σκυλί, το λέγαμε μπέρκο. Ήταν Χειμώνας, είχε λίγο χιόνι, περνούσαν δυο Γερμανοί στον δρόμο και το σκυλί τους όρμηξε. Τότε ο ένας γύρισε το αυτόματο και ο άλλος του το κατέβασε. Η μάνα φώναζε το σκυλί, αλλά... που να γυρίσει, τότε γυρίζει ο Γερμανός και το γαζώνει με το αυτόματο. Εγώ έκλαιγα με μαύρο δάκρυ για τον σκύλο.

Ξέχασα να σας πω πως όταν φύγαμε από το σπίτι η μάνα έθαψε την σημαία κάτω στον λάκκο. Την τύλιξε με ένα πανί και την έβαλε μέσα στα χώματα. Ήμουν 6 χρονών όταν έγιναν όλα αυτά.

Συνεχίζεται

Παύλος Γιούνης: Επιστολή που λάβαμε από την ανιψιά του Χαρίκλεια Αποστόλου

Λίγα λόγια για το θείο μου Παύλο Γιούνη και τη γυναίκα του Ελένη



Ο θείος μου ήταν γιος του Πέτρου και της Μαρίας Γιούνη. Γεννήθηκε μετά από έξι κορίτσια... Παντρεύτηκε με την όμορφη και αξιόλογη κοπέλα, την Ελένη από την Αθήνα με την οποία απέκτησαν δύο κόρες τη Μαρία και την Πετρούλα. Εργάστηκε για πολλά χρόνια στη Γερμανία μαζί με τη θεία μου και δημιούργησαν μια καλή περιουσία. Το βασικότερο όλων ήταν ο εξαιρετικός χαρακτήρας του. Παρών σε όλους που χρειαζόταν τη συμπαράστασή του. Για μένα ήταν ο λατρευτός μου θείος που όταν ερχότανε στη Ζίτσα, έτρεχε να με

βρει στην Κόνιτσα ή στο Πάπιγκο και η τηλεφωνική μας επικοινωνία ήταν τακτική και θερμή. Ο θεός να χαρίζει στις ξαδέρφες μου και στο εγγόνι του Παύλο, βάλαμο παρηγοριάς που μέσα σε λίγο χρονικό διάστημα έχασαν τους υπέροχους γονείς τους.

Κλείνοντας έρχονται στο νου μου τα λόγια της μητέρας μου, της Σταυρινής: «Μην σας κακοφαινεται μαζί με σας, αγαπώ το ίδιο και τον αδελφό μου».

Θεie και θεία μου όσο ζω δεν θα σας ξεχάσω ποτέ. Καλό Παράδεισο.

Η ανιψιά σας
Χαρίκλεια Αποστόλου

Από τα ξεχασμένα έθιμα του χωριού μας...

Κυριακή της Πεντηκοστής!



Την Κυριακή της Πεντηκοστής οι γυναίκες και τα παιδιά πήγαιναν στην εκκλησία για τη θεία λειτουργία κρατώντας κλωνάρια φύλλων καρυδιάς. Στην ακολουθία της Γονυκλισίας, που τελείται στο τέλος της λειτουργίας, όλοι γονάτιζαν και τις τρεις φορές πάνω στα καρυόφυλλα, τα οποία μετά τα έπαιρναν στο σπίτι για να τα τοποθετήσουν στο εικόνισμα ή μέσα στις κασέλες και τα ρούχα, σαν ένα είδος φυλακτού.

Το έθιμο με τα φύλλα καρυδιάς την Πεντηκοστή είναι ένα έθιμο που απαντά σε όλο τον ελληνικό χώρο, από την Κρήτη μέχρι τη Θράκη ακόμη και μέχρι τον μακρινό Πόντο. Σχετίζεται με τη δοξασία που θέλει τις ψυχές των νεκρών να ανεβαίνουν στον επάνω κόσμο κάθε Ανάσταση για πενήντα μέρες. Η Πεντηκοστή είναι η τελευταία μέρα του ταξιδιού των νεκρών, η μέρα που γυρίζουν πίσω. Την ώρα λοιπόν του γονατισματος στην ακολουθία της Γονυκλισίας οι ψυχές των νεκρών γυρίζουν στον κάτω κόσμο και οι ζωντανοί κλείνουν τα μάτια τους ώστε να μην δουν τις ψυχές που λυπημένες γυρνούν στον Άδη. Μάλιστα γονατίζουν πάνω στα φύλλα καρυδιάς γιατί συμβολίζουν την πικρία που κατέχει τις ψυχές των νεκρών την ημέρα αυτή, μιας που τα φύλλα είναι πικρά.

Σύμφωνα με μια άλλη παράδοση τα φύλλα της καρυδιάς συμβολίζουν, λόγω της ομοιότητας του σχήματος, την πύρινη γλώσσα που απεικονίζει την επιφοίτηση του Αγίου Πνεύματος στην εικόνα της Πεντηκοστής.

Παράδοση και πίστη βαδίζουν αιώνες μαζί και οφειλουμε σεβασμό! Χρόνια Πολλά!

(Πηγή Ανάρτηση στο Facebook του Πολιτιστικού Συλλόγου Ασπαραγγέλων)

Η Ζίτσα σε εγκατάλειψη

Η εγκατάλειψη της Ζίτσας είναι αισθητή. Παντού σκουπίδια χόρτα και βάτα μέσα στον οικισμό δείχνουν εικόνα ερήμωσης! Πολλοί αγροτικοί δρόμοι έχουν στενέψει από τη βλάστηση και δεν μπορούν να κυκλοφορήσουν αυτοκίνητα και μηχανήματα, υπάρχει κίνδυνος να σκοτωθούν άνθρωποι και είναι κρίμα. Ευθύνη έχει και η Περιφέρεια για τον επαρχιακό δρόμο προς Λιγούσα! Επιτέλους αν δεν υπάρχει δικό σας μηχανήμα νοικήστε. Καλά τα έργα βιτρίνας! Καλύτερα όμως τα έργα παραγωγής που θα βοηθήσουν τους λίγους πιστούς που απέμειναν στο χωριό μας ...

Εγκατάλειψη και στο λόφο του Αηλιά, δένδρα πεσμένα, κίτσικα γιορτής κρασιού κατεστραμμένα, καλώδια κομμένα, βλάστηση υπερβολική. Η αδιαφορία στο μεγαλείο της. Αν πιάσει μια φωτιά δεν θα καεί μόνο το μοναστήρι αλλά και το χωριό. Κάποιος αρμόδιος πρέπει να ενεργήσει για το καθάρισμα. Δασαρχείο, Δήμος, Μητρόπολη ...ποιος ?????????, μάλλον όλοι μαζί; Δήμος Ζίτσας δεν είναι μόνο η Ελεούσα!!!!!!

(πηγή: <https://www.facebook.com/basiles.malissobas>)

Πινακοθήκη Χαρακτικής - Ζίτσα Ιωαννίνων

Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα Εργαστηρίου Κεραμικής. Εκπαιδευτικό σεμινάριο-εργαστήρι για ενήλικες. Εκπαιδευτικό σεμινάριο-εργαστήρι για εφήβους.

Η Δημοτική Πινακοθήκη Χαρακτικής "Κώστας Μαλάμος", στη Ζίτσα Ιωαννίνων, θα πραγματοποιήσει σεμινάριο-εργαστήρι Κεραμικής Τέχνης, τον προσεχή Αύγουστο.

Το σεμινάριο-εργαστήρι θα περιλαμβάνει:

- Γκρουπ των 10 ατόμων.
- Προβολή διαφανειών (slides) για την ιστορία της Κεραμικής Τέχνης στην Ελλάδα και παγκοσμίως.
- Εκμάθηση όλων των τεχνικών της Κεραμικής.
- Κατασκευή κεραμικών φορμών, διακόσμηση και ολοκλή-

ρωση με ψήσιμο στο καμίνι του εργαστηρίου μας. • Το πρόγραμμα θα ολοκληρωθεί σε 4-5 εβδομαδιαία ωριαία μαθήματα.

Πληροφορίες και δηλώσεις συμμετοχής μέχρι τις 20 Ιουλίου στα τηλέφωνα 2658022810, 6986577088, 6944379370.

Θα τηρηθεί σειρά προτεραιότητας, έως τη συμπλήρωση τεσσάρων (4) γκρουπ.

Δυνατότητα συμμετοχής έχουν άτομα από 12 ετών και άνω.

Δηλώσεις συμμετοχής μέχρι τις 20 Ιουλίου.

Κόστος συμμετοχής 10 € το άτομο.

Βασιλική Π. Φωλλίδη

(Κόρη του Παναγιώτη Φωλλίδη)

**Χειρουργός
Οφθαλμίατρος-Παιδοφθαλμίατρος**

Χατζηκώστα 11- Πλατεία Μαβίλη - Αθήνα
Τηλ.: 21 6900 1818 - Κιν. 6976 637188
e-mail: info@vickyfollidi.gr - www.vickyfollidi.gr

Δρ Ελένη Ι. Τσέλιου

ΠΝΕΥΜΟΛΟΓΟΣ

Ειδικευθείσα εις ΝΝΘΑ «Σωτηρία»
Διδάκτωρ Ιατρικής Σχολής Πανεπιστημίου Αθηνών

Ομοιοπαθητικός Ιατρός

Μεσογειών 248 - Χολαργός

πλησίον Μετρό «Χολαργός»

Τηλ.: 210 6538392 • Κιν.: 6974 390641

www.tselioueleni.com

Email: elentsel@gmail.com

Ειρήνη Σπυριδάκη

MD PhD ΠΑΙΔΙΑΤΡΟΣ

(κόρη της Ρούλας Μ. Γάτσιου)

Ελ. Βενιζέλου 56, Νέο Φάληρο

Τηλ.: 211 770 0757 - Κιν.: 6947 071695

e-mail: ispyridakis@gmail.com

WWW.irinispyridaki.gr

Διονυσία Δ. Παπαδήμα

Χειρουργός Οtorinolaryγγολόγος

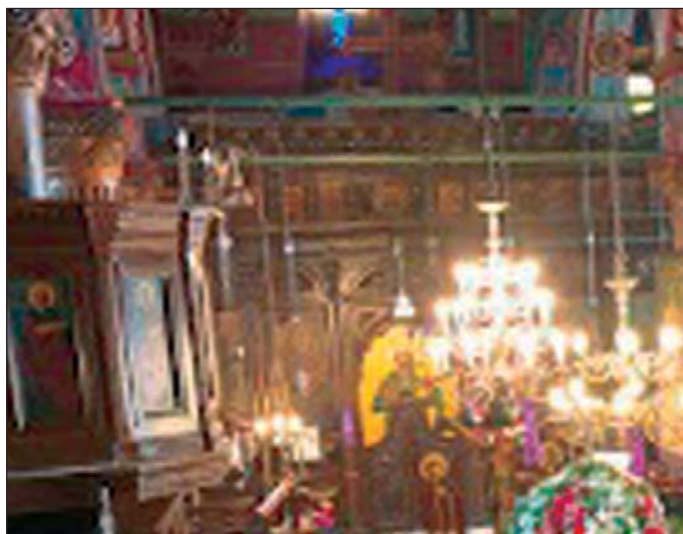
Ειδικός στην Παιδο-ΩΡΛ

Περικλέους 8 - Χολαργός

Τηλ. 210 6513060 • Κιν. 6974 100120

e-mail: papadima.dionysia@yahoo.gr

Πάσχα 2022



Στολισμός Επιταφίου



Το φετινό Πάσχα πολλοί Ζιτσιώτες της διασποράς το πέρασαν στη Ζίτσα. Σ' αυτό βοήθησε ο καιρός που ήταν θαυμάσιος και όσοι ήμασταν εκεί νιώσαμε πραγματικά «αγαλλίαση ψυχική».

Η περιφορά του επιταφίου και η συμμετοχή του κόσμου ήταν μεγάλη. Είχαμε δυο-τρία χρόνια να δούμε τόσο κόσμο στην περιφορά του επιταφίου.

Στο «Δεύτε λάβετε Φως» δόθηκε μάχη για το ποιος θ' ανάψει πρώτος τη λαμπάδα από το τρικέρι του παπά. Αργότερα στον περίβολο της εκκλησίας με το είπε ο παπάς το Χριστός Ανέστη η νύχτα έγινε μέρα από τα βαρελότερα και τα βεγγαλικά.

Τη δεύτερη μέρα στον Άι-Γιώργη που είχε την τιμητική του η «απλάδα» πήγαινε και έρχονταν στους Γιώργηδες.

Την Παρασκευή της Ζωοδόχου «βγήκαν» τα εικονίσματα. Εδώ δεν μπορεί να μην θυμηθούμε τα παλιότερα χρόνια όταν ο μάρμπα Κλης στη ρούγα φώναζε: Πενήντα ο Χστος, Εξήντα η Πανένια, ο-γδόντα η Ζωοδόχος Πηγή!

Όμορφα χρόνια!!!

Την Κυριακή του Θωμά είναι η σειρά του μοναστηριού του Προφήτη Ηλία να δεχτεί τους προσκυνητές. Το παρόν έδωσε και η Αντιδήμαρχος κ. Γιάννα Γεωργούλη.

Το Άγιο φως της Ανάστασης να φωτίσει τις καρδιές μας, να μας δώσει δύναμη για το μέλλον, πίστη στον εαυτό μας και Αγάπη...!

Χριστός Ανέστη και Χρόνια Πολλά!

ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΣΤΟ ΕΚΚΛΗΣΑΚΙ ΤΟΥ ΑΓΙΟΥ ΝΙΚΟΛΑΟΥ ΜΙΚΡΟΥ ΜΑΧΑΛΑ

Την Πέμπτη 19 Μαΐου παραμονή της εορτής της Ανακομιδής και μετακομιδής των λειψάνων του Αγίου Νικολάου πραγματοποιήθηκε εσπερινός στο ομώνυμο εκκλησάκι του Αγίου Νικολάου στο μικρή συνοικία. Χοροστάτησε ο πατήρ Αλέξανδρος Σπίλιας, ιερέας του χωριού μας και ο πατήρ Δημήτριος Τσομπανίδης, ιερέας που μένει μόνιμα στο χωριό μας. Να έχουμε τη βοήθεια του Αγίου!

Πληροφορίες για τον Ιερό Ναό.

Βρίσκεται στο χώρο, φυτώριο Στεργίου στη μικρή συνοικία, που παλιά υπήρχε εκκλησία του Αγίου Νικολάου, η οποία με την πάροδο του χρόνου ερημώθηκε και δεν γνωρίζουμε το έτος κτίσης του. Περί το 1993 η Καλλιρρόη Γύρα-Ματσάγκα έχτισε στη μνήμη του συζύγου της Ιωάννη και των γονέων της Βασιλείου και Ουρανίας Γύρα το εκκλησάκι του Αγίου. Είναι μονόχωρος και κεραμοσκεπής. Η είσοδος του ναού βρίσκεται στο δυτικό τοίχο και προστατεύεται από καμαροειδές υπόστεγο, πάνω στο οποίο στηρίζεται η καμπάνα. Τα θυρανοίξια έγιναν στις 3/9/1993, εφημερεύοντας του παπα-Κώστα Παππά. Το εκκλησάκι γιορτάζει κάθε χρόνο στις 20 Μαΐου, ημέρα της ανακομιδής των λειψάνων του Αγ. Νικολάου Μύρων της Λυκίας του Θαυματουργού.



Δρόμοι του Κρασιού: Ανοιχτές πόρτες στα οινοποιεία Κατώγι και Ζοίνος, δύο χρόνια μετά

Ανοιχτές Πόρτες Ξανά! Μετά από 2 χρόνια (λόγω covid) άνοιξαν τις πόρτες τους τα οινοποιεία των Δρόμων του Κρασιού της Βορείου Ελλάδας και προσκάλεσαν τους φίλους του κρασιού, της φύσης και του οινοτουρισμού, να γιορτάσουν την άνοιξη, την ανθοφορία, τον νέο κύκλο ζωής, που έχει ξεκινήσει στους αμπελώνες, για να δώσει τον καρπό και τέλος το νέο κρασί της σοδειάς του 2022. Έτσι λοιπόν το Σαββατοκύριακο 28 και 29 Μαΐου είχαν τις πόρτες τους ορθάνοιχτες για τους επισκέπτες τους, για Ξεναγήσεις και ατελείωτες γευστικές δοκιμές. Παράλληλα, κάποια από τα οινοποιεία έχουν προετοιμάσει ορισμένες προτάσεις και εκδηλώσεις για μικρούς και μεγάλους.

Στην Ήπειρο, στους δρόμους του κρασιού μετείχαν το οινοποιείο Κατώγι Αβέρωφ στο Μέτσοβο και το οινοποιείο Ζοίνος στη Ζίτσα.

Η ανοιξιάτικη εορταστική εκδήλωση των οινοποιείων "Ανοιχτές Πόρτες" και πάλι στη ζωή μας!!!

Το Σάββατο και την Κυριακή 28-29 Μαΐου 2022 (11:00 – 19:00) στο Οινοποιείο της Ζοίνος στη Ζίτσα έγινε Ξεναγήση στους χώρους της, στην τέχνη της οινοποίησης, της απόσταξης και της παλαίωσης οίνων και αποσταγμάτων. Ήταν ομολογουμένως πολύ όμορφα στο οινοποιείο, πολύς κόσμος, ωραία μουσική και εξαιρετική φιλοξενία.



ΟΙ ΕΠΙΣΚΕΨΕΙΣ ΣΤΗΝ ΠΙΝΑΚΟΘΗΚΗ ΣΥΝΕΧΙΖΟΝΤΑΙ!

Την Πέμπτη 14 Απριλίου, η Πινακοθήκη υποδέχτηκε τους μαθητές της Δ' τάξης του 5ου Δημοτικού Σχολείου Ιωαννίνων. Η εκπληξή μας ήταν πολύ ευχάριστη, διότι τα παιδιά ήταν πολύ καλά προετοιμασμένα και ενημερωμένα για αυτή τους την επίσκεψη. Έδειξαν πολύ μεγάλο ενδιαφέρον και ενθουσιάστηκαν. Αξίζει να συγχαρούμε τους δασκάλους τους κ. Μαρία Χαλιάσου και κ. Τσέτη Ελένη, που τα συνόδευαν, καθώς και την δασκάλα των εικαστικών τους, κ. Χριστίνα Τζουμπέ!

Την Παρασκευή 20 Μαΐου 2022, υποδέχτηκε με χαρά στο χώρο της πινακοθήκης τα παιδιά του Δημοτικού Σχολείου Ζίτσας.

Το ενδιαφέρον που έδειξαν για τις τεχνικές των καλλιτεχνών και ο ενθουσιασμός τους τόσο για τον χώρο όσο και για τα έργα, μας εξέπληξαν ευχάριστα!

Ευχαριστούμε τους δασκάλους τους κ. Θέμη Κάντα, κ. Ηρακλή Γκόνη και την κ. Ειρήνη Μπάρκα για την επίσκεψή τους, καθώς και τα παιδιά για την άψογη παρουσία τους στην πινακοθήκη μας!

Την Κυριακή 19 Ιουνίου, το Τμήμα Χαρακτικής Πολιτιστ. & Μορφωτ. Συλλόγου "Το Αιτωλικό" επισκέφθηκε την Πινακοθήκη Χαρακτικής - Ζίτσα Ιωαννίνων-Πινακοθήκη Χαρακτικής - Ζίτσας Ιωαννίνων! Μια από τις σημαντικότερες Πινακοθήκες της Ελλάδας και μοναδική στον χάρτη της Χαρακτικής Τέχνης στην χώρα μας! - Ευχαριστούμε από καρδιάς για την φιλόξενη υποδοχή! Η Πινακοθήκη Χαρακτικής είναι δημιούργημα του σπουδαίου Ζιτσαίου ζωγράφου Κώστα Μαλάμου (1913-2007), η συλλεκτική δραστηριότητα του οποίου οδήγησε στην ύπαρξη αυτής της πλούσιας συλλογής δίνοντάς μας έτσι το υπέρτατο πλεονέκτημα να περιηγηθούμε σε έναν χώρο στην πορεία της νεοελληνικής Χαρακτικής από τον 19ο αι. έως τις μέρες μας - μια Πινακοθήκη Χαρακτικής μοναδική στο είδος της σε ολόκληρη την Ελλάδα!



Από την επίσκεψη των μαθητών του Δημ. Σχολείου Ζίτσας

Καφέ - Εστιατόριο «ΜΟΝΑΣΤΗΡΙ»

Τηλ.: 26580 22456
Κιν.: 6936160905 - 6936160903
mail: info@monastirizitsa.gr

Ξενοδοχείο ΑΓΝΑΝΤΙ

Τηλ. 26580 22090 • Κιν: 6944277107 •
www.agnantizitsas.gr

Σ. ΚΟΣΜΑΣ

ΑΝΤΑΛΛΑΚΤΙΚΑ • ΦΟΡΤΗΓΑ
ΔΟΜΙΚΑ ΜΗΧΑΝΗΜΑΤΑ

SCHWING
LIEBHERR
Stetter
Putzmeister

Α) ΚΑΤΑΣΤΗΜΑ (Εκθεση) : Περιφ. Ασπράγγου, Ασπράγγου
Β) ΚΑΤΑΣΤΗΜΑ : Θεση Αγ. Γεωργίου, Ασπράγγου
Τηλ.: 210 5577608, 210 5576190 - Fax: 210 5579465
Κιν.: 6937 887899, 6932 463708
e-mail: traxkos@otenet.gr

ΡΕΤΣΙΝΑ Μπάρμπα Γιάννη

Καλωσήρθατε

Ενημερωθείτε μέσα από την σελίδα μας του Facebook για όλα τα νέα της αγαπημένης μας ρετσίνας καθώς και για διαγωνισμούς με δώρα, αλλά και για τη δοσολογία του προϊόντος.

ΕΠΙΛΟΓΕΣ ΠΡΑΣΣΟΥ ΕΠΕ

Η ρετσίνα Μπάρμπα - Γιάννη

Επικοινωνήστε μαζί μας

ΟΙΝΟΠΟΙΙΑ ΠΡΑΣΣΟΥ 26510 61567 & 26580 23539
FAX: 26510 63500

Η ΛΟΥΤΣΑ ΜΑΣ

Δεν ξέρω πώς μπορεί ένα τόσο ταπεινό και απλό κομμάτι της φύσης να προσφέρει τόσα πολλά σε ένα τόπο! Πώς γίνεται, το λιγοστό και σχεδόν βρώμικο νερό, μαζεμένο σε μια μεγάλη γούρνα, να είναι πηγή ζωής για ένα ολόκληρο χωριό. Πώς, χωρίς να είναι φρέσκο, τρεχούμενο και διάφανο νεράκι, ανάμεσα σε δέντρα, δροσιές, πρασινάδες, λουλουδάκια και χορτάρια, άφηνε στον τόπο τόση ομορφιά κι ας είχε μόνο τρία, τέσσερα πλατάνια, να το συντροφεύουν. Και η χωμάτινη ανοιχτωσιά τριγύρω, που τους χειμώνες ξεχειλίζει και αυτή, να γίνει αγαπημένο σημείο αναφοράς, για όλους μας. Αν και όπως γράφει στο βιβλίο της η Αμαλία Παπασταύρου,* όταν πρωτοκατοικήθηκε το χωριό μας, ήταν όμορφη πηγή εδώ, που άφηνε το νεράκι της να κυλά χαριτωμένα μέσα σε δάσος από πανύψηλες αμυγδαλιές και καστανιές. Αργότερα με την υλοτομία και με την αύξηση των κατοίκων, το δάσος εξαφανίστηκε και το νερό λιγότεψε, ώσπου μαζεύτηκε σε μια μεγάλη λούτσα.

Είναι η Λούτσα μας αυτή! Ένας τόπος, μια λέξη, γεμάτη από την ζωή μας, από στιγμές και μέρες και χρόνια, με ήλιο και βροχή και εκείνο τον βοριά που σφύριζε αλλόκοτα και δαιμονισμένα εκεί πάνω. Κλείνω τα μάτια στο σήμερα που με πονά και αφήνω τον λογισμό μου να ταξιδέψει στα χρόνια, που η ομορφιά περίσσευε. Και μην βιαστείτε να πιστέψετε πως μιλώ μόνο για την ομορφιά του τόπου, μιλώ και για την ομορφιά της καθημερινότητας, για τις εικόνες που σφράγιζαν τον αγώνα της επιβίωσης, για την ζήση που, αν και δύσκολη, τραγουδούσε εκεί.

Από το χάραμα, όταν το δροσερό αεράκι, που κατέβαινε από το Μοναστήρι, χάιδευε και ρυτίδωνε το νερό, ξεκινούσε η ζωή με χίλια δυο χρώματα, φωνές και ήχους. Με ανθρώπους γεμάτους έγνοια για το βίος τους, με βιασύνη και το βλέμμα στην μέρα που ξάνοιγε και τους καλούσε στην βιοπάλη, με τις καλημέρες και τις πρώτες κουβέντες, τις απλές τις καθημερινές, τις ανθρώπινες. Ζώα μικρά και μεγάλα, γαϊδουράκια κι άλογα, φορτωμένα με σύνεργα δουλειάς, με φτσέλες για νερό, με τενεκέδες για το γάλα, με τροφές, με ριγωτά σακούλια, με τα φτσέλια για το ξεδίπασμα στον κόπο τους, από κοντά και ένα δυο μανάρια, αλλά και βόδια, την εποχή της σποράς.

Στέκονταν για λίγο να ποτίσουν τα ζωντανά τους, ή να γεμίσουν τις φτσέλες, όταν ήταν αναγκαίο και ύστερα έπαιρναν τους δρόμους που ήταν από την μια και την άλλη μεριά της εκκλησίας της Αγίας Παρασκευής, για να πάνε, στ' αμπέλια, στον κάμπο ή στα χειμάδια. Και ήταν αυτή η καθημερινότητα, που διάβαινε πρωί και βράδυ αδιάκοπα, έχοντας με την Λούτσα μας ένα αδιάλειπτο δέσιμο ζωής.

Υπήρχαν όμως κι εκείνες οι μέρες και οι καιροί που η Λούτσα μας γέμιζε με ξεχωριστά χρώματα και εικόνες. Ποιος μπορεί να ξεχάσει, εκεί κατά το τέλος του Μαΐου, τους πατ(η)τάδες, μισοβαλμένους μέσα στο νερό, ολόγυρα στην λούτσα. Εκεί οι χωριανοί μας έφκιαχναν το υλικό με την γαλαζόπετρα (γυαλόπετρα) και το κουβαλούσαν με τις φτσέλες στ' αμπέλια για να ραντίσουν τα κλήματα. Οι πατ(η)τάδες έμεναν εκεί ένα μήνα σχεδόν, βαμμένοι γαλάζιοι, από την γαλαζόπετρα που χινόνταν απ' έξω.

Και άλλες φορές, τις νοικοκυρές του χωριού μας, που άναβαν φωτιές και έστηναν καζάνια για να ζεματίσουν τα μαλλιά από το κούρεμα των προβάτων, να τα πλύνουν μέσα στην λούτσα και στην συνέχεια να τ' απλώσουν τριγύρω στα σύρματα, που έκλειναν τ' αλώνια, για να στεγνώσουν.

Θα τα δούλευαν μετά με τέχνη για να φτιάξουν πανέμορφα υφαντά, στολίδι στα σπία και καμάρι στις προίκες, καθώς και μάλλινα ρούχα για την οικογένεια. Άλλες πάλι φορές έφερναν τις κουρελούδες για να τις πλύνουν και τις χτυπούσαν με τον κόπανο στις πλακουδερές πέτρες, που ήταν μέσα στο νερό, ή τις βαριές κάπες που φορούσαν οι βοσκοί τον Χειμώνα. Και είναι ν' απορεί κάποιος πώς, το στεκούμενο νερό της, δεν βρώμιζε πολύ και δεν πρασίνιζε κι ας πατούσαν μέσα τόσα και τόσα ζώα.

Εκείνοι που ξέρουν λένε πως ο αέρας που φυσούσε πάντα εκεί πάνω καθάριζε το νερό, που αυτοκαθαριζόταν επίσης στο χώμα αντάμα με άμμο, που ήταν τριγύρω.

Εκεί και οι ασβεσταριές, που τις έφτιαχναν όσοι επρόκειτο να χτίσουν σπίτι και ήταν απαραίτητο να έχουν μεγάλη ποσότητα ασβέστη. Έσκαβαν μια μεγάλη γούρνα δίπλα στο νερό και εκεί έσβηναν με τέχνη τον ασβέστη, τον σκέπαζαν και έμενε εκεί όσο καιρό χρειαζόταν για το χτίσιμο της οικοδομής. Αξέχαστες μέρες όμως για όλους, ήταν εκείνες του τρύγου, με το ασταμάτητο πήγαινε - έλα μικρών και μεγάλων, με τα φορτώματα, που άλλα τραβούσαν για το σπίτι και αλλά ξεφορτώνονταν εκεί για να περιμένουν τον έμπορο. Έβαζαν τα σεπέτια κάτω από τον πλάτανο, στην βορινή πλευρά της λούτσας, τα σκέπαζαν με στρωσίδια ή κουρελούδες και περίμεναν, συχνά, ακόμα και κάτω απ' το Φθινοπωρινό ψιλοβρόχι. Και ήταν φορές που η χαρά του τρύγου, γίνονταν πόνος και απογοήτευση, όταν οι εκπρόσωποι των εμπόρων, που αποφάσιζαν ποιο "σταφύλι" θα πάρουν και ποιο θ' αφήσουν, ξεχώριζαν κάποια και τ' αφήναν κι ας παρακαλούσαν με δάκρυα στα μάτια οι νοικοκυραίοι, αφού τα σταφύλια για πολλούς ήταν το μοναδικό τους βίος και από αυτό περίμεναν να ζήσουν την οικογένειά τους.

Μα η πιο μεγάλη φασαρία γίνονταν όταν έφερναν στην Λούτσα τα κοπάδια για να τα ποτίσουν. Τούτο γίνονταν μέρα παρά μέρα και είχε την δική του ομορφιά, με τα κουδούνια, τα βελάσματα, το ποδοβολητό, τις φωνές και τα σφυρίγματα των τσοπάνηδων, που είχαν και ένα δικό τους τρόπο, όταν τα κοπάδια συναπαντιόταν στο δρόμο, να περνούν, χωρίς να μπερδεύονται τα ζωντανά. Άγραφοι κανόνες, που όμως σε αυτούς στηρίζονταν η αγαθή συμβίωση στην κοινωνία.

Σφράγισε πολλές πτυχές της ζωής μας η Λούτσα!

Ακόμα κι απ' τα πολύ μικρά μας χρόνια, όταν, σαν τα χελιδόνια που πηγαινοέρχονταν εκεί για να παίρνουν λάσπη και να χτίσουν τις φωλιές τους, πηγαίναμε κι εμείς για να παίξουμε και να γεμίσουμε φαντασία και όνειρα τις μικρές μας ζωές.

Πατούσαμε πάνω στις μεγάλες πλακουδερές πέτρες, που ήταν τριγύρω, κοιτούσαμε μακριά και λέγαμε πως ταξιδεύαμε στην θάλασσα, ή φορτώναμε τα όνειρά μας σ' ένα ξυλάκι και το ρίχναμε να ταξιδέψει.

Τρομάζαμε τα λαχανιασμένα βτραχάκια, τα δικά μας μπακακάκια και τους γυρίνους, που γέμιζαν τις άκρες της λούτσας μας και με πλακουδερές πετρούλες κάναμε πλέγες πάνω στο νερό. Και όταν βλέπαμε τις γυναίκες να γυρίζουν απ' το Κουτσοντόμπρι, με τα ζώα φορτωμένα χλωρασιές, τρέχαμε κοντά και μας φίλευαν τρυφερά, γαλατένια αραποσίτια για να ψήσουμε και δροσερά ξυλάγκουρα, που τα τρώγαμε επί τόπου με μεγάλες δαγκωνιές και γινόμασταν αφάνταστα ευτυχημένα. Και θαυμάζαμε τα υπερφίαλα αγόρια που έλεγαν πως, τα Καλοκαιρινά μεσημέρια κάνανε μπάνιο στην λούτσα, ή πως, όταν ήταν παγωμένη τον Χειμώνα, περνούσαν από πάνω με τα πατίνια!



Για να θυμηθούμε ξανά εδώ την Αμαλία Παπασταύρου* που γράφει στο βιβλίο της πως, πολύ παλιά, οι νεαροί Ζιτσιώτες έρχονταν εδώ την ημέρα των Θεοφανείων, σε δυο ομάδες και παρότρυνε η μία την άλλη, τάζοντας τοίπουρο και κρασί, να βουτήξουν στα παγωμένα νερά.

Και τον καιρό της εφηβείας μας ήταν η χαρά μας, τα Καλοκαιρινά απογεύματα, να πάμε στην λούτσα για να πάρουμε νερό για τα λουλούδια. Πηγαίναμε μια και δυο φορές, κι αν κάποια γειτόνισσα μας ζητούσε να πάμε και για εκείνη, όχι δεν λέγαμε. Φορτώναμε τις φτσέλες στα γαϊδουράκια και εκείνα ήξεραν τον δρόμο, πήγαιναν και στέκονταν δίπλα στις πέτρες και περίμεναν υπομονετικά. Πατούσαμε πάνω σε αυτές και με το χωνί και ένα παλιό κατσαρόλι παίρναμε νερό και γεμίζαμε τις φτσέλες, δύο από δω, δύο από εκεί, για να μην γέρνουν. Και είχαν όλοι να το λένε πως, όταν ποτίζαμε με νερό από την λούτσα, θέρειναν τα μιρτζούσια, τα βασιλικά και τα πετουίνια, οι μπαμπάδες, τα νησιώτικα κι οι νυχτοτέντες, όλα εκείνα τα ταπεινά λουλουδάκια που γέμιζαν τους ασπρισμένους τενεκέδες στις αυλές, με φυταριές που έδινε η μιά νοικοκυρά στην άλλη. Ήταν βλέπεις τα κατούρια και οι κοπριές που αφήναν τα ζώα, όταν έπιναν νερό, που γίνονταν λίπασμα σπουδαίο για τα φυτά.

Το δειλινό ήταν η πιο όμορφη ώρα, εκεί πάνω! Είχε μια γλύκα και μια τρυφεράδα αντάμα!

Ήταν το τελείωμα μιας κοπιαστικής μέρας, η ώρα που γυρνούσαν όλοι στο σπίτι και τούτο ήταν αρκετό για να καλοκαρδίσουν, ν' ακουμπήσει στις κουρασμένες μορφές, πράοτητα και γαλήνη.

Και πιο όμορφα απ' όλα, ήταν εκείνα τα γλυκά δειλινά του Σεπτέμβρη, όταν τα κορίτσια, με τις λουλουδάτες φούστες και τ' άσπρα φακιόλια στο κεφάλι, γυρνούσαν απ' τ' αμπέλια με καλάθια γεμάτα πρώιμα σταφύλια, σκεπασμένα με φρέσκα αμπελόφυλλα και στα πεζούλια απ' την άλλη μεριά, περίμεναν για ν' ανταμώσουν τις ματιές τους, οι νιοί, με τα άσπρα πουκάμισα και τις καλοκαμωμένες χωρίστρες στα μαλλιά.

Κι όταν και το τελευταίο γαϊδουράκι, στάζοντα νερά, έπαιρνε τον δρόμο για το σπίτι, το μούχρωμα της νύχτα που έπεφτε, έβαφε πλάβο τον ορίζοντα και ζωντάνευε τις φλογίτσες που τρεμπόπαιζαν στα καντηλάκια, λίγο πιο πέρα, στο κοιμητήριο της Αγίας Παρασκευής. - Εδώ διάλεξαν οι συγχωριανοί μας ν' αναπαύονται, για να "γεύονται" τον ρυθμό της ζωής που πάλονταν εκεί έξω. - Ενώ στα νερά της λούτσας μας καθρεφτιζόνταν το φεγγαράκι, καθώς ξεμυτούσε πίσω από τα δέντρα του Μοναστηριού

μας και τα βτραχάκια κούρδιζαν τις φωνούλες τους, για ν' αρχίσουν την συναυλία.

Μια συναυλία που ακούγονταν σ' όλο το χωριό, αντάμωνε με την μονότονη φωνή του γκιώνη και την συγχροδία των τριζονιών κι' απ' τα καλοκαιρινά παράθυρα, συντρόφευε τα όνειρά μας.

Όμως δεν θέλω να τελειώσω τούτο το αφιέρωμα, χωρίς ν' αφήσω τον τρυφερό και ευαίσθητο λόγο, δύο συγχωριανών μας, του αείμνηστου Πανταζή Γουδίνου και του καλού μας Τάκη Κοντονίκα να μας ταξιδέψει και να μας συγκινήσει.

Η Λούτσα

*Κάπου εδώ μου ξάπλωνες πλατιά
κι έκλεινες μέσα τον δικό σου κόσμο,
δεν ήσουν ξάστερη με πρώτη τη ματιά,
χωρίς λουλούδια, ούτε λίγο δυόσμο.*

*Μόνο πλατάνια γύρω σου αφηλά
και όχτοι που φυτρώναν βασιניים,
τραγούδι σου έλεγε τ' αγέρι σιγαλά
κι βάτραχοι με χίλες δυο πενιές.*

*Τριγύρω η πεζούλα σου γραμμένη
με πέτρα που πελέκισαν μαστόροι,
να κάθονται οι νιοι κι γερασμένοι
σαν γύριζαν το δειλί οδοιπόροι.*

*Κάπου εδώ, και κράταγες γερά
την στρογγυλάδα τόσα χρόνια ίδια
κι αν μαύρα, θολωμένα τα νερά,
μου δρόσιζες κοπάδια από γίδα.*

*Τώρα χωράφι απλώνεσαι αδειανό,
προσμένεις μια σταλιά νερό να πέσει,
με τ' όνειρό σου το αγνό, το μακρινό
και τόση δα λακκούβα, μες την μέση.*

*Ήσουν κι εσύ μια ομορφιά για το χωριό μας
όλο ζωντάνια ειδικά τα Καλοκαίρια
μα ξάφνου χάθηκες μέσα στο χρόνο
μαζί με σένα, το φεγγάρι και τ αστέρια.*

Π. Γ.

Ζίτσα 21-8-88

Συνέχεια στη σελίδα 7


ΚΤΗΜΑ ΓΚΛΙΝΑΒΟΣ
ΖΙΤΣΑ

www.glinavos.gr
e-mail: admin@glinavos.gr
Τηλ.: 26580 22212, 26510 28162 FAX: 26580 22261

ΓΕΩΡΓΙΚΑ ΕΦΟΔΙΑ
Φυτοφάρμακα - Φυτά - Σπόροι - Λιπάσματα
- Ζωοτροφές - Εργαλεία

ΤΣΙΝΤΖΟΥ ΕΥΦΡΟΣΥΝΗ
ΓΕΩΠΟΝΟΣ ΑΠΘ

Ζίτσα Ιωαννίνων
Τηλ. 26580 22140 - Κιν. 6932 580454
E-mail: effrosynik.tsintzou@gmail.com

Οινοποιείο Ζίτσα
Ζίτσα Ιωαννίνων • Τ.Κ 44003


Ζοίνος Α.Ε.
ΖΙΤΣΑ
...όνομα με περιεχόμενο

www.zitsawine.gr
Τηλ.: 26580 22297 • FAX: 26580 22500

παντοπωλείο
Νούλης Περικλής
τηλ: 26580-22208



Κιν: 6971551006

ΔΗΜΟΤΙΚΑ ΝΕΑ

- Οι δύσκολες συνθήκες που δημιουργούνται εξαιτίας του αυξημένου κόστους στις ζωοτροφές και την ενέργεια καθώς και οι αναπτυξιακές προοπτικές του κλάδου της πτηνοτροφίας που αποτελεί βασικό πυλώνα της επιχειρηματικότητας στο Δήμο Ζίτσας αλλά και της ευρύτερης περιοχής αποτέλεσαν μεταξύ άλλων το αντικείμενο της συνάντησης του Δημάρχου Ζίτσας Μιχάλη Πλάσιου με τον Πρόεδρο του Δ.Σ. της «ΠΙΝΔΟΣ» Ανδρέα Δημητρίου.
- «Η γυναίκα στο προσκήνιο» ήταν το θέμα της ημερίδας που διοργάνωσαν ο Δήμος Ζίτσας, το Κέντρο Κοινότητας και η Δημοτική Επιτροπή Ισότητας των Φύλων με ομιλητές τον Υφυπουργό Δικαιοσύνης Γεώργιο Κώτσηρα, τον Αντιεισαγγελέα Εφετών Ιωαννίνων Ευάγγελο Μάστακα και την Επιμελήτρια Β' ΕΣΥ ΚΟΚΕ-ΨΥΠΕ του Πανεπιστημιακού Νοσοκομείου Ιωαννίνων Ιουλιανή Κούλουρου. Στη διάρκεια της ημερίδας αναδείχθηκαν ζητήματα για τη θέση της γυναίκας στην κοινωνία καθώς και τα φαινόμενα της έμφυλης – ενδοοικογενειακής βίας τα οποία παίρνουν ανησυχητικές διαστάσεις τα τελευταία χρόνια.
- Τις μεταρρυθμίσεις σε όλες τις βαθμίδες του εκπαιδευτικού συστήματος παρουσίασε με ομιλία της η Υπουργός Παιδείας Νίκη Κεραμέως στην εκδήλωση που πραγματοποιήθηκε στο Δήμο Ζίτσας στο πλαίσιο της διήμερης επίσκεψής της στα Ιωάννινα.
- Εκδήλωση ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης για τα αδέσποτα πραγματοποιήσε ο Δήμος Ζίτσας στο Γυμνάσιο Μεταμόρφωσης. Την εκδήλωση διοργάνωσαν το Γραφείο Διαχείρισης Αδέσποτων και Ανεπιτήρητων Ζώων σε συνεργασία με τη Δευτεροβάθμια Σχολική Επιτροπή του Δήμου Ζίτσας στο πλαίσιο των δράσεων που είχε ξεκινήσει τον περασμένο Απρίλιο με στόχο την ευαισθητοποίηση των μαθητών.
- Συντονισμός ενεργειών για την αντιπυρική περίοδο. Πρακτικά ζητήματα που θα βοηθήσουν στην βελτίωση του επιχειρησιακού σχεδιασμού στη διάρκεια της αντιπυρικής περιόδου, καθώς και θέματα που αφορούν στη βελτίωση της συνεργασίας για την εφαρμογή συντονισμένων μέτρων και δράσεων με στόχο την πρόληψη και έγκαιρη αντιμετώπιση των πυρκαγιών, εξετάστηκαν στη διάρκεια της συνεδρίασης του Συντονιστικού Τοπικού Οργάνου (Σ.Τ.Ο.) Πολιτικής Προστασίας του Δήμου Ζίτσας το πρωί της Δευτέρας (30/05/2022).
- Οι νέοι συμμετέχουν ενεργά στα κοινά. Ο Δήμος Ζίτσας συμμετέχει στο πρόγραμμα YOUTH REACTION (YOUTH in REmote areas become ACTive citizens and take actiON) που στοχεύει στην εκπαίδευση και προώθηση της ενεργούς συμμετοχής των νέων στα κοινά και την ενίσχυση της περιφερειακής στρατηγικής πολιτικής για τη νεολαία.
- Σε μήνυση κατά αγνώστων προχώρησε ο Δήμαρχος Ζίτσας Μιχάλης Πλάσιος για τη δολιοφθορά που προκλήθηκε το βράδυ της Κυριακής του Πάσχα στις εγκαταστάσεις της δεξαμενής ύδρευσης στην Ελεούσα με αποτέλεσμα το πρωί της Δευτέρας τμήμα του οικισμού να μείνει για κάποιες ώρες χωρίς νερό.
- Στο «πλευρό» παιδιών ευπαθών οικογενειών συνεχίζει να βρίσκεται ο Δήμος Ζίτσας με δράσεις που ενισχύουν το κοινωνικό του «πρόσωπο». Μέσω του Κέντρου Κοινότητας που ανταποκρίθηκε για ακόμη μία φορά, στην πρόσκληση της οργάνωσης «Μαζί για το Παιδί» μοίρασε παπούτσια σε 40 παιδιά ηλικίας 4 έως 18 ετών. Η δράση, υλοποιήθηκε χάρη στην πολύτιμη υποστήριξη της εταιρείας TOMS που προσέφερε τα καινούργια ζευγάρια παπούτσια.
- Συνάντηση εργασίας με την Υφυπουργό Μετανάστευσης και Ασύλου Σοφία Βούλτεψη πραγματοποιήσε ο Δήμαρχος Ζίτσας Μιχάλης Πλάσιος παρουσία του Γενικού Γραμματέα Υποδοχής Αιτούντων Άσυλο Μάνου Λογοθέτη και του Ειδικού Γραμματέα Συντονισμού Εμπλεκόμενων Φορέων του Υπουργείου Μετανάστευσης και Ασύλου Ευάγγελου Κωνσταντίνου.
- Ο Δήμαρχος Ζίτσας ανακοίνωσε και την χρηματοδότηση με απόφαση του Υπουργού Νότη Μηταράκη, της πρότασης του Δήμου Ζίτσας για τη δημιουργία κολυμβητηρίου σε δημοτική έκταση στην Κοινότητα Αγ. Ιωάννη, το οποίο με τη λειτουργία του θα αναβαθμίσει σημαντικά τις αθλητικές υποδομές του Δήμου γενικότερα.
- Πρακτικά ζητήματα που θα βοηθήσουν στην βελτίωση του επιχειρησιακού σχεδιασμού στη διάρκεια της αντιπυρικής περιόδου, καθώς και θέματα που αφορούν στη βελτίωση της συνεργασίας για την εφαρμογή συντονισμένων μέτρων και δράσεων με στόχο την πρόληψη και έγκαιρη αντιμετώπιση των πυρκαγιών, εξετάστηκαν στη διάρκεια της συνεδρίασης του Συντονιστικού Τοπικού Οργάνου (Σ.Τ.Ο.) Πολιτικής Προστασίας του Δήμου Ζίτσας το πρωί της Δευτέρας (20/05/2022).

ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΖΙΤΣΑΣ

Β Α Δ Ο Κ Ε Ι Α 2 0 2 2

- 30 & 31 Ιουλίου:** Φιλοτελική & Φιλοσυλλεκτική Έκθεση στο Πνευματικό Κέντρο Ζίτσας.
31 Ιουλίου: Θεατρική παράσταση από την Θεατρική ομάδα «Επί σκηνής» του Δήμου Ζίτσας.
7 Αυγούστου: Μουσική βραδιά στο κέντρο «Καλλιθέα» στη Ζίτσα.

Αρχαιρεσίες του Πολιτιστικού Συλλόγου Ζίτσας

Στη Γενική Συνέλευση που πραγματοποίησε ο Πολιτιστικός Σύλλογος του χωριού μας στις 14 Απριλίου στο Πνευματικό Κέντρο Ζίτσας είχαμε την εκλογή του νέου Διοικητικού Συμβουλίου.

Το νέο Δ. Σ. του Συλλόγου έχει ως εξής:

Πρόεδρος: Κοντζιά Αρετή
 Αντιπρόεδρος: Καραμπίνα Αγγελική
 Γ. Γραμματέας: Σλήτα Ευθαλία
 Ε. Γραμματέας: Μπλιζου Νικολέτα
 Ταμίας: Παντούλας Σπύρος

Εφορος Αθλητικών: Καραουλάνης Σπυριδών
 Εφορος Πολιτιστικών: Γκέλη Ελευθερία
 1ο μέλος: Τσομπανίδης Δημήτριος
 2ο μέλος: Φούκα Παναγιώτα.

Σημείωση σύνταξης:

Ευχόμαστε στο νέο Δ.Σ. να έχει μία γόνιμη και εποικοδομητική θητεία για το καλό του χωριού μας. Η Αδελφότητα Ζιτσαίων θα είναι δίπλα βοηθός και συμπαραστάτης όπως έπραξε και στο παρελθόν σε όλους τους Συλλόγους που δραστηριοποιούνται στο χωριό μας.

Να ζεις και όχι μόνο να επιζεις με χρόνιο πόνο

Γράφει η Πάττυ Γκατζιάνη, φυσίατρος - αλγολόγος

Τι είναι ο χρόνιος πόνος; Χρόνιος ονομάζεται ο πόνος που διαρκεί πάνω από 3 μήνες ή περισσότερο από την αναμενόμενη ίαση της αιτίας που τον προκαλεί. Ο πόνος έχει βιολογική αξία, λειτουργεί σαν συναγερμός στο σώμα μας. Μπορεί να είναι δυσάρεστος αλλά είναι απαραίτητος για την επιβίωση μας γιατί μας προειδοποιεί και μας προστατεύει. Ο χρόνιος πόνος συμβαίνει όταν αυτός ο συναγερμός συνεχίζει να υπάρχει ακόμη κι όταν η αρχική αιτία που τον έχει προκαλέσει δεν υπάρχει πια λόγω αλλαγής στην κυκλοφορία των επώδυνων ερεθισμάτων στο σύστημα του πόνου. Γι' αυτό οι απεικονιστικές και αιματολογικές εξετάσεις δεν μπορούν να δείξουν το πραγματικό πρόβλημα που ο ασθενής βιώνει.

Ο πόνος είναι μια αίσθηση; Όχι, ο πόνος δεν είναι μόνο μία αίσθηση όπως το ζεστό και το κρύο, πρόκειται για εμπειρία. Γι' αυτό και είναι υποκειμενικός. Δηλαδή ο κάθε ασθενής ακόμη και για την ίδια αιτία πονάει με διαφορετικό τρόπο. Δεν πρέπει να τον συγκρίνουμε και να τον αμφισβητούμε. Ως εμπειρία ο πόνος διεγείρει διάφορα τμήματα του εγκεφάλου που μπορούν να αφορούν την αίσθηση, το πόσο πονάει και τον χαρακτήρα του πόνου (κάψιμο, σουβλιά, μυρμήγκιασμα, ηλεκτρικό ρεύμα), το συναίσθημα, γι' αυτό και συνδέεται με θλίψη και άγχος αλλά και τη συμπεριφορά (απόσυρση ή υπερδραστηριότητα).

Όταν έχω έναν πόνο που δεν περνάει τι πρέπει να κάνω; Είναι πολύ

σημαντικό ο ασθενής να συμμετέχει στη διαχείριση και αντιμετώπιση αλλά χρειάζεται και καθοδήγηση από έναν ειδικό αποκατάστασης. Σημασία δεν έχει να λαμβάνει ο ασθενής μόνο παθητικές θεραπείες για ανακούφιση, δηλαδή θεραπείες που κάνει κάποιος άλλος στον ασθενή, αλλά ο ασθενής ο ίδιος να έχει καθοδήγηση για να αποκτήσει εφόδια που να μπορεί να τα χρησιμοποιήσει στην καθημερινή του ζωή και να μειώσει/αλλάξει τους επιβαρυντικούς παράγοντες και μετά τη λήξη του προγράμματος αποκατάστασης του.

Ποιες θεραπευτικές μέθοδοι μπορούν να βοηθήσουν; Η σταδιακά αυξανόμενη φυσική δραστηριότητα, η επανεκπαίδευση σε σωστή στάση και βάρδια αλλά και σωστή τακτική στις καθημερινές εργασίες, σωστή καθιστή θέση στο χώρο εργασίας και εργονομία (σωστή καρέκλα, ύψος στο γραφείο, σωστή θέση υπολογιστή), εκπαίδευση στη συμπεριφορά ώστε να μπορεί ο ασθενής να διαχειριστεί τις κρίσεις του πόνου χωρίς να υπερβαίνει το άγχος του. Υπάρχει φυσικά και η φαρμακευτική αγωγή που πρέπει να δίνεται αφού ο γιατρός έχει καταλήξει στο είδος του πόνου και δώσει τη σωστή αγωγή για κάθε είδος πόνου και στη μικρότερη δυνατή θεραπευτική δόση ώστε να έχουμε τις λιγότερες παρενέργειες. Η φυσιοθεραπεία, η θεραπευτική άσκηση, ο βελονισμός, το πιλάτες και οι τεχνικές χαλάρωσης μπορούν να έχουν επίσης πολύ καλά αποτελέσματα.

Τι περιλαμβάνει ένα πρόγραμμα διαχείρισης πόνου; Πρόκειται για μια ολιστική προσέγγιση. Αρχικά θα πρέπει να γνωρίζεις γιατί συνεχίζεις να πονάει και πώς σκοπεύουμε να το χειριστούμε. Αυτό γίνεται μετά από ανάλυση του πόνου με καλή κλινική εξέταση και καταγραφή των επιβαρυντικών παραγόντων. Έπειτα στοχεύουμε στη μείωση των επιβαρυντικών παραγόντων ρυθμιζοντας τη δραστηριότητα στην καθημερινή ζωή, δομώντας ένα πρόγραμμα ισορροπημένης φυσικής δραστηριότητας. Αξιολογούμε τον τρόπο που εκτελεί ο ασθενής τις καθημερινές του δραστηριότητες και τον επανεκπαιδύουμε σε έναν πιο εργονομικό τρόπο. Επιβλέπουμε την εργονομία στο εργασιακό του περιβάλλον και προτείνουμε πιο εργονομικές λύσεις. Πολλές φορές ζητάμε τη βοήθεια ειδικού ψυχολόγου στην διαχείριση των κρίσεων πόνου που δημιουργεί υπερβάλλον άγχος και κάποιες φορές κρίσεις πανικού. Η κινητοποίηση, ο βελονισμός, η θεραπευτική άσκηση, η φυσιοθεραπεία μπορούν επίσης να αποτελούν με σωστούς συνδυασμούς και δοσολογία μέρος του προγράμματος. Το πρόγραμμα είναι εξατομικευμένο και προσαρμοσμένο σε λειτουργικούς στόχους που τίθενται μαζί με τον ασθενή. Καταγράφουμε επίσης και προτείνουμε στρατηγικές και για τα θέματα ύπνου αλλά και για τις κοινωνικές συνέπειες που μπορεί να επιφέρει ο χρόνιος πόνος.

(Αναδημοσίευση Ηπειρωτικός Αγών)

Η ασθένεια ως πορεία της ψυχής

Η υγεία και η ασθένεια είναι έννοιες που φιλοσοφικά έχουν απασχολήσει από αρχαιοτάτων χρόνων πολλά φωτισμένα και σκεπτόμενα μυαλά με σκοπό να αποδοθεί ένας ορισμός και μια προσέγγιση που θα ωφελούσε και θα πλησίαζε με τη μεγαλύτερη ακρίβεια την ολότητα ενός ανθρώπου που νοσεί ή έχει την τύχη να είναι υγιής. Η Ιατρική του 21ου αιώνα τείνει να αντιμετωπίζει την ασθένεια ως μια ενοχλητική διαταραχή της υγείας επιβληθείσα από εχθρικούς εξωτερικούς ή εσωτερικούς διαταραγμένους παράγοντες (μικρόβια, ιοί, αυτοαντισώματα, αλλεργιογόνα) και προσπαθεί να ανακόψει την πορεία αυτής της διαταραχής όσο το δυνατόν γρηγορότερα ωστόσο τελικά την ξεριζώνει. Αν ωστόσο θέλουμε να οξύνουμε την αντίληψη μας, θα μπορούσαμε να δούμε την ασθένεια όχι απλά ως μία εχθρική ή λειτουργική ατέλεια της φύσης αλλά ως μηχανισμό ενός ολιστικού ρυθμιστικού συστήματος με σκοπό την εξέλιξη και την ίαση-λύτρωση. Υπό την θεώρηση αυτή, θα μπορούσε να πει κανείς ότι ο άνθρωπος νοσεί γιατί του

λείπει η ενότητα. Ο άνθρωπος ζει μέσα από το Εγώ του, που πάντα λαχταρά τον έλεγχο και την εξουσία. Το Εγώ ζει μέσα στην οριοθέτηση και εμπομένως φοβάται τη χαλάρωση στην αγάπη, την εμπιστοσύνη, την ενοποίηση. Η ασθένεια μοιάζει με το βήμα εκείνο που πραγματοποιεί ο άνθρωπος μέσα από την ύβρι του Εγώ προς την ταπεινότητα και αποδοχή της αδυναμίας. Η ασθένεια δίνει στον άνθρωπο τη δυνατότητα να λυτρωθεί. Η συμφορά μπορεί να μετατραπεί σε λύτρωση. Προς τον σκοπό αυτό πρέπει ο άνθρωπος να σταματήσει τον αγώνα του να αντιμάχεται και να μάθει να ακούει τί θέλει να του πει η ασθένειά του, να πορευτεί σε επικοινωνία με τα συμπτώματά του. Πρέπει να είναι έτοιμος να αμφισβητήσει τις απόψεις και τις ιδέες που έχει για τον εαυτό του. Η ίαση-λύτρωση συνδέεται πάντοτε με μια διεύρυνση της συνείδησης και με ωριμότητα. Αν το σύμπτωμα εμφανίστηκε επειδή κάποια σκιά βυθίστηκε και εγκαταστήθηκε στο σώμα, η ίαση είναι η αντιστροφή αυτής της διαδικασίας. Θα μπορούσαμε να προβάλουμε

τις παραπάνω απόψεις σε πολλές νοσογόνους καταστάσεις με σκοπό να αποκαταστήσουμε το χαμένο μήνυμα της ίασης. Πάντα βέβαια η ερμηνεία τους πρέπει να γίνεται εξατομικευμένα με σεβασμό στα μύχια της ψυχής του ασθενούς, που ούτως ή άλλως είναι ο μόνος που μπορεί να κάνει και την αναστροφή διεργασία της συνειδητότητας. Ως παρατηρητές θα μπορούσαμε αρχικά να δώσουμε έμφαση στην παρατήρηση των σημείων και των τομών όπου εκδηλώνονται τα συμπτώματα προκειμένου να δώσουμε μια κατεύθυνση προς την ίαση. Για παράδειγμα, αν πάρουμε την κατάσταση ενός κοινού κρουολογίματος. Το κρουολόγημα εμφανίζεται πάντοτε σε καθεστώς κρίσεων, όπου μπουκνύουμε και κλείνουμε. Με την έννοια της κρίσης εννοούμε και όλες τις καθημερινές συγκρούσεις που φορτίζουν την ψυχή μας. Επειδή την στιγμή εκείνη δεν είμαστε έτοιμοι να αποδεχτούμε την πρόκληση αυτών των κρίσεων, τις σωματοποιούμε. Το κρουολόγημα μας επιτρέπει να αποτραβηχτούμε κατ'αρχήν από την ενοχλητική αυ-

τή πρόκληση και να αφοσιωθούμε λίγο στον εαυτό μας και μάλιστα με την αμέριστη κατανόηση του περίγυρου. Την ευαισθησία μας την βιώνουμε τώρα έτσι στο σωματικό επίπεδο. Το κεφάλι πονά, τα μάτια δακρύζουν, η μύτη τρέχει, όλα είναι ερεθισμένα. Η μύτη και τα αυτιά είναι βουλωμένα καθιστώντας κάθε επικοινωνία αδύνατη. Ο ερεθισμένος λαιμός ως μέσο επικοινωνίας περιορίζει την έκφραση και την συνδιαλλαγή μας με τους άλλους. Οι αμυγδαλές ως αμυντικός μηχανισμός διογκώνονται σε βαθμό που να μην μπορεί να καταπιεί οτιδήποτε. Τί ακριβώς αρνείται να καταπιεί; Η κατάποση είναι πράξη αποδοχής. Οι πόνοι στους μύς και η γενικευμένη κόπωση αποτρέπουν κάθε κίνηση, οι πόνοι στους ώμους απεικονίζουν το βάρος των προβλημάτων που λυγίζουν τους ώμους, προβλήματα που δεν μπορούμε άλλο να σηκώσουμε. Αρκετά μεγάλο ποσοστό αυτών των προβλημάτων προσπαθούμε να αποχρεμίσουμε με τη μορφή πυώδους βλέννας. Η παχύρρευστη βλέννα που έκλινε στην αρχή κάθε ροή πρέπει να διαλυθεί να ρευ-

στοποιηθεί ώστε να αρχίσουν τα πράγματα να ρέουν. Η αντιστοιχία με το ψυχοδιανοητικό μας επίπεδο εμφανής, πρέπει να κάνουμε ένα βήμα πίσω για ανασύνταξη δυνάμεων, να ξεκολλήσουμε ίσως από μια περιοριστική αντίληψη, να απορρίψουμε τοξικές απόψεις, να μεγεθύνουμε την αντίληψη και το εύρος των αντιδραστικών μας μηχανισμών και όλα αυτά προτού επιστρέψουμε στην κανονική μας ζωή και σε επικοινωνία με τους άλλους ανθρώπους. Οι μαλακτικές τροφές είναι συνήθως βάλσαμο προς την κατεύθυνση αυτή αφού μαλακώνουν τον ερεθισμένο βλεννογόνο, προσφέροντας έτσι την αγκαλιά και την κατανόηση που και οι ψυχές μας θα ήθελαν από τον συνάνθρωπο για να παρηγορηθούν, να νιώσουν αποδοχή και να μαλακώσει ο ερεθισμός τους.

Τσέλιου Ελένη

Βασισμένο σε πηγές από το βιβλίο «Η ασθένεια ως πορεία της ψυχής, ερμηνεία και σημασία των συμπτωμάτων», εκδόσεις Πύρινος κόσμος.

Πάττυ Γκατζιάνη Φυσίατρος - Αλγολόγος

Εργαστήριο διαχείρισης πόνου, βελονισμού και αποθεραπείας
Νευρολογικών και μυοσκελετικών παθήσεων

ΚΕ.ΠΑ.ΒΙ - Αρχ. Μακαρίου 11, έργ. 103, Τ.Κ. 452 21 Ιωάννινα
Τηλ. 26510 20210 • Κιν. 6976129515

Στέφανος Γ. Μαγκλογιάννης Τοπογράφος Μηχανικός Ε.Μ.Π

Τηλ. 210 8817478 • Κιν. 6978 771318
Ψαρών 58-62, Σταθμός Λαρίσης, 104 39 Αθήνα

Δικηγορικό Γραφείο Κων/νου Παπαπάνου

Δικηγόρος LL.M. Παρ' Εφέταις
Λάμπρου Κατσώνη 48 & Λουκάρεως,
Αθήνα 11471 (έναντι Αρείου Πάγου)
Τηλ: 210-6457110, 6972815024
email: k.papapanos@yahoo.gr



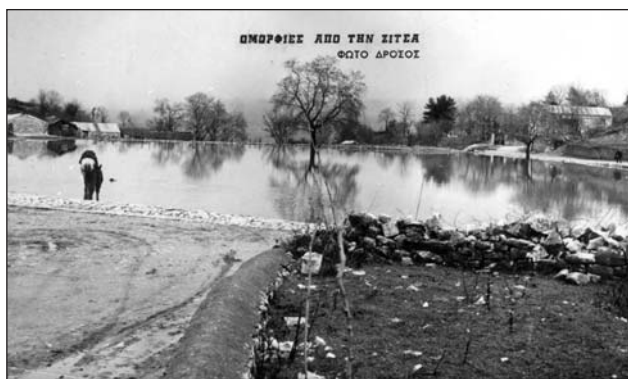
Τσέλιου Ελένη
Λογοθεραπεύτρια

Αξιολόγηση - Διάγνωση - Αντιμετώπιση
Διαταραχών Λόγου - Φωνής - Όμιλίας
Παιδιών & Ενηλίκων

κω. 6974077209 email: tselenaki@hotmail.com

Συνέχεια από σελ. 5

Η Λούτσα



Σ' εσένα στηρίζαν τις ελπίδες
τα ζώα, τα πουλιά, στα σπίτια τα λουλούδια,
αμέτρητα βατράχια στοιβαγμένα
που κάναν συναυλίες με τραγούδια.
Όταν σουρούπωνε και χάλαγε η μέρα
γινόταν πανηγύρια εκεί τα βράδια
σαν έρχονταν να πιούνε διψασμένα
από τον κάμπο κομπανίες τα κοπάδια.

Μαζί με σένα χάθηκε ακόμα
το υλικό που πρόσφερε αιώνια
και κουβαλούσαν ασταμάτητα όλη μέρα
να χτίσουν τις φωλιές τα χελιδόνια.

Και χάθηκες μαζί με τόσα άλλα,
που σώζαν χρόνια το χωριό μας,
ήταν κι αυτό, ας μην ξεχνάμε,
λάθος ανθρώπινο, δικό μας.

Ζίτσα, Φεβρουάριος 1991

T. K.

Βιβλιογραφία:

Αμαλίας Παπασταύρου. Η ΖΙΤΣΑ - ΓΕΩΓΡΑΦΙΚΗ
ΚΑΙ ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ, ΑΘΗΝΑΙ 1895

Σημείωση. Ευχαριστώ θερμά την Τέρψω και τον Τάκη Κοντονίκα για το όμορφο "ταξίδι" που κάναμε παρέα στα "νερά" της λούτσας μας, καθώς και την Βάνα Γουδίνου που έψαξε, βρήκε και μου έστειλε το ποίημα του πατέρα της. Το δημοσιεύουμε στην μνήμη του.

Βούλα Λεοντίδη - Πλάτωνα

ΓΙΟΡΤΗ ΤΗΣ ΜΗΤΕΡΑΣ

ΧΡΟΝΙΑ ΠΟΛΛΑ σε όλες τις μανούλες του κόσμου. Η αγάπη της μάνας δεν έχει τέλος. Δεν συγκρίνεται με τίποτα άλλο σε όλο τον κόσμο. Οι πρώτες αναφορές για τη ΓΙΟΡΤΗ ΤΗΣ ΜΗΤΕΡΑΣ και της μητρότητας έρχονται από την αρχαία Ελλάδα. Η μητέρα Γη (Γαία), σύζυγος του Ουρανού, είναι η προσωποποίηση της φύσης, που γεννά όλο τον κόσμο και λατρεύεται σαν η υπέρτατη θεότητα. Η λατρεία περνά στη συνέχεια στην κόρη της, Ρέα, σύζυγο και αδερφή του Κρόνου. Η Ρέα λατρεύεται σαν η "Μητέρα των Θεών", καθώς φαίνεται να είναι η πρώτη, που γέννησε με τοκετό και ανάθρεψε τα παιδιά της με μητρικό γάλα. Οι αρχαίοι Έλληνες απέδιδαν τιμές στη Ρέα κάθε άνοιξη, καθώς ήταν και θεά της γης και της γονιμότητας. Στην Ελλάδα η γιορτή της μητέρας συνδέθηκε με την εορτή της Υπαπαντής (2 Φεβρουαρίου). Τότε η ορθόδοξη εκκλησία γιορτάζει την Παναγία με τον Ιωσήφ που πηγαίνουν τον 40ήμερο Ιησού στο Ναό για ευλογία. Να "σαραντίσει", με σύγχρονη ορολογία. Μια κίνηση που ακόμα σήμερα κάνουν οι χριστιανές μητέρες (Σαραντισμός). Όμως κατά την δεκαετία του 1960, ο εορτασμός ατόνησε και ενισχύθηκε η δυτικόφερτη συνήθεια εορτασμού της 2ης Κυριακής του Μαΐου.

Συνέχεια από σελ. 1

Από τη Ζίτσα στον Ρήγα και στον Χέγκελ

Τέτοιες λοιπόν ολύμπιες μορφές ασφαλώς δεν εγκλωβίζονται και δεν χωρούν σ' έναν μικρό και περιορισμένο τόπο, την ιδιαίτερη πατρίδα, αλλά πετούν σαν αετοί, αγκαλιάζουν και κάνουν πατρίδα ολόκληρη την Ελλάδα για την ελευθερία της οποίας αφοσιώθηκαν ολόψυχα και πρόσφεραν και την ύπαρξή τους ακόμα ολοκαύτωμα στο βωμό της κι έγιναν πρωτομάρτυρές της. Η Ζίτσα σαν γενέτειρα του Νικολίδη δικαιούται να είναι περήφανη και να τον θεωρεί καύχημά της και πραγματικό στολίδι της.

Ο τόπος μας έχει ανάγκη από σύγχρονους Εθνεγέρτες. Εθνεγέρτες της ειρήνης. Ο λαός μας έχει φιλότιμο, πλάθεται, πείθεται, ακολουθεί αν βρεθούν οι κατάλληλοι τους οποίους θα πιστέψει και θα τους εμπιστευθεί. Δεν είναι εύκολο να ξεπηδήσουν σήμερα έτσι απλά νέοι Εθνεγέρτες που θα συνταράξουν στ' αλήθεια το λαό. Γι' αυτό ας πούμε στους εκάστοτε κυβερνώντες, ας αναλογιστούν τις ευθύνες που μόνοι τους θέλησαν να αναλάβουν, ας μπουν μπροστά

και με το σάλπισμα του Θούριου ας πείσουν το λαό ότι από εδώ και πέρα ΜΟΝΑΔΙΚΟΣ τους στόχος είναι να πάει μπροστά αυτός ο τόπος και τότε θα ιδούν ότι ο λαός θα τους κατανοήσει, θα τους ακολουθήσει και θα κάνει κι αυτός τη δική του επανάσταση για τις λαθεμένες αξίες, τους λαθεμένους στόχους, τις λαθεμένες νοοτροπίες.

Κλεινόντας θα ήθελα να αναφέρω, ότι η Αδελφότητά μας ως ελάχιστο δείγμα ευγνωμοσύνης προς τον ήρωα - εθνεγέρτη και σύντροφο του Ρήγα Δημήτριο Νικολίδη μετονομάστηκε σε Αδελφότητα Ζιτσαίων Ηπειρώ «ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ ΝΙΚΟΛΙΔΗΣ». Προηγούμενος δε, το έτος 1992, έμπροσθεν του δημαρχείου, τοποθετήθηκε η προτομή του Δημητρίου Νικολίδη, δωρεά του ευεργέτη της Ζίτσας και πρώην προέδρου της Αδελφότητας Αθανασίου Βαδόκα.

Επίσης δρόμος των Ιωαννίνων, λίγο μετά το (παλιό πλέον) ΙΚΑ φέρει το όνομά του.

Πατερική Θεολογία

(Το κείμενο επιμελήθηκε ο μοναχός Δημήτριος από την Ιερά Μονή Προφήτη Ηλίου της Ζίτσας και προέρχεται από τις παραδόσεις του μακαριστού Πρωτοπρ. Ιωάννη Σ. Ρωμανίδη, καθηγητή πανεπιστημίου)

Τι είναι ο νους του ανθρώπου

Η θεραπεία της ψυχής του ανθρώπου είναι η κύρια μέριμνα της ορθόδοξης εκκλησίας. Η Εκκλησία πάντοτε θεράπευε τον χώρο της ψυχής. Είχε διαπιστώσει, από την εβραϊκή παράδοση και από τον ίδιο τον Χριστό και τους Αποστόλους, ότι στο χώρο της φυσικής καρδιάς λειτουργεί κάτι, που οι Πατέρες ονόμασαν «νου». Πήραμε δηλαδή τον παραδοσιακό «νου», που σημαίνει διάνοια και λόγος και κάναμε μία διαφοροποίηση. Ονόμασαν νου αυτή τη νοερά ενέργεια, η οποία λειτουργεί στην καρδιά του υγιούς ψυχικά ανθρώπου. Δεν γνωρίζουμε πότε έγινε αυτή η διαφοροποίηση, διότι συμβαίνει επίσης μερικοί Πατέρες να ονομάζουν με την ίδια λέξη, νου και τη λογική, αλλά και την νοερά ενέργεια, όταν αυτή κατεβαίνει και λειτουργεί στο χώρο της καρδιάς.

Οπότε εξ αυτής της απόψεως η νοερά ενέργεια είναι μία και μόνη ενέργεια της ψυχής, η οποία στον μεν εγκέφαλο λειτουργεί ως λάμψη, η ίδια όμως λειτουργεί συγχρόνως και στην καρδιά ως νους. Δηλαδή το ίδιο όργανο, ο νους, προσεύχεται αδιάλειπτα στην καρδιά, σε όσους εννοείται έχουν αδιάλειπτη καρδιακή προσευχή και συγχρόνως σκέπτεται π.χ. μαθηματικά προβλήματα και οτιδήποτε άλλο στον εγκέφαλο.

Πρέπει να πούμε ότι αυτό που ο Απόστολος Παύλος ονομάζει νουν ταυτίζεται με αυτό που οι Πατέρες ονομάζουν διάνοια. Είναι μία διαφορά στην ορολογία. Όταν ο Απόστολος Παύλος λέγει «προσεύχομαι τω πνεύματι»¹ εννοεί αυτό που λένε οι πατέρες «προσεύχομαι τω νοί» και όταν λέγει «προσεύχομαι τω νοί» εννοεί «προσεύχομαι τη διάνοια» το όνομα «νους», των πατέρων δεν είναι ο νους, του Αποστόλου Παύλου, αλλά είναι το πνεύμα του Αποστόλου Παύλου, όταν λέει προσεύχομαι τω νοί, προσεύχομαι τω πνεύματι, ή ψάλλω τω νοί, ψάλλω τω πνεύματι και όταν λέγει το πνεύμα του θεού συμμαρτυρεί τω πνεύματι ημών με τη λέξη πνεύμα εννοεί αυτό που λένε οι πατέρες νουν και με τη λέξη νους εννοεί τη διάνοια, τη λογική.

Στην έκφρασή του «το πνεύμα του Θεού συμμαρτυρεί τω πνεύματι ημών»², μιλάει για δύο πνεύματα: Για το πνεύμα του θεού και για το ανθρώπινο πνεύμα. Αυτό το ανθρώπινο πνεύμα κατά κάποια παράξενη εξέλιξη εμφανίζεται αργότερα στην εποχή του αγίου Μακαρίου του Αιγυπτίου να ονομάζεται νους και μόνο τα ονόματα λόγος και διάνοια να παραμένουν και να αναφέρονται στην λογική του ανθρώπου. Έτσι ταυτίστηκε ο «νους» με το «πνεύμα» δηλαδή με την καρδιά. Διότι ο χώρος του πνεύματος του ανθρώπου είναι η καρδιά, κατά τον Απόστολο Παύλο³. Έτσι η λογική λατρεία γίνεται για τον απόστολο Παύλο με τον νου, δηλαδή με τη διάνοια, τη λογική, ενώ η νοερά ευχή γίνεται με το πνεύμα και είναι η πνευματική ευχή, δηλαδή η καρδιακή προσευχή⁴. Είναι εκείνο που λέγει ο Απόστολος Παύλος «αλλ' εν εκκλησία θέλω πέντε λόγους, δια του νοός μου λαλήσαι, ίνα και άλλους κατηχήσω, ή μυσίους λόγους εν γλώσση»⁵ σημαίνει ότι προτιμούσε να πει πέντε λέξεις, πέντε λόγια δηλαδή για να κατηχήσει άλλους παρά να προσεύχεται νοερώς. Αυτό που λέγει εδώ ο Απόστολος Παύλος ερμηνεύεται από μερικούς μοναχούς ότι μίλησε ο Απόστολος για την ευχή του Ιησού, δηλαδή για το «Κύριε Ιησού Χριστέ ελέησόν με» που αποτελείται από πέντε λέξεις. Αλλά εδώ ο Απόστολος Παύλος μιλάει για λόγια με τα οποία κατηχούσε άλλους.⁶ Διότι πως μπορεί να γίνει κατήχηση με νοερά προσευχή, αφού η νοερά προσευχή είναι εσωτερική προσευχή του ανθρώπου και οι άλλοι γύρω του δεν ακούνε τίποτε; Η κατήχηση όμως γίνεται με λογική διδασκαλία και λογική λατρεία. Διδάσκουμε και μιλούμε μέσω της λογικής, που είναι η συνήθης επικοινωνία μεταξύ των ανθρώπων.⁷ Επικοινωνία όμως έχουν μεταξύ τους και όσοι έχουν νοερά ευχή μέσα στην καρδιά τους.

Μπορούν δηλαδή να καθίσουν μαζί και ο ένας να επικοινωνεί με τον άλλον νοερώς, χωρίς να μιλάνε. Να υπάρχει δηλαδή μεταξύ τους πνευματική επικοινωνία. Αυτό φυσικά

συμβαίνει σ' αυτούς εκ του μακρόθεν και αυτοί επίσης έχουν το διορατικό και το προορατικό χάρισμα με το διορατικό ανιχνεύουν τα αμαρτήματα κάθε ανθρώπου καθώς και τις σκέψεις τους, ενώ με το προορατικό βλέπουν και μιλάνε για πράγματα, πράξεις και γεγονότα μέλλοντα. Πράγματι υπάρχουν τέτοιοι χαρισματικοί άνθρωποι και αν πάτε να εξομολογηθείτε σ' αυτούς, ξέρουν όλα όσα έχετε κάνει στη ζωή σας πριν ανοίξετε το στόμα σας για να τους το πείτε.

Σημείωση:

1. Α' Κορινθ. 14-15
2. Ρωμ. 8, 16
3. Που σημαίνει ότι το πνεύμα του Θεού μιλάει στο δικό μας πνεύμα, ο Θεός δηλαδή μιλάει στην καρδιά μας δια της χάριτος του Αγίου Πνεύματος. Βλέπετε Φιλοκαλία, τόμος Δ. Ενώ ο άγιος Γρηγόριος ο Παλαμάς στον β' λόγο του, Υπέρ των Ιερών ησυχάζοντων αναφέρει ότι η «καρδιά» είναι ο ηγεμόνας όλης της υπάρξεως εκεί είναι ο νους και όλοι οι λογισμοί της ψυχής. Εδώ ο άγιος Γρηγόριος με τον όρο καρδιά δεν εννοεί τη φυσική καρδιά, αλλά τη βαθεία καρδιά, ενώ με τον όρο νους δεν εννοεί τη διάνοια, αλλά την ενέργεια της καρδιάς, την νοερά ενέργεια, η οποία πηγάζει από την ουσία του νου, δηλαδή την καρδιά. Οι όροι καρδιά και νους ως ουσία ταυτίζονται. Γι' αυτό προσθέτει ο άγιος Γρηγόριος: Ο νους είναι το ενδόπατο σώμα του σώματος, δηλαδή η καρδιά (ο.π., 6.282). Με αυτούς ταυτίζεται και ο όρος πνεύμα.
4. Βλ. Μητρ. Ιεροθέου (Βλάχου) το πρόσωπο στην ορθόδοξη παράδοση, όπου αναφέρει τα εξής. Ο άνθρωπος έχει δύο γνωστικά κέντρα. Το ένα είναι ο νους, που είναι το κατάλληλο όργανο για να δεχτεί την αποκάλυψη του Θεού. Η οποία στην συνέχεια διατυπώνεται με τη λογική και το άλλο είναι η λογική, που γνωρίζει τον αισθητό κόσμο που μας περιβάλλει.
5. Α' Κορινθ. 14, 19
6. Βλ. Φιλοκαλία Γ, εκδόσεις Αστέρους 1976 σ. 42 παρ. 29 και σ. 353, Π.Θ
7. Βλ. Φιλοκαλία Γ, εκδόσεις Αστέρους 1976 σ. 352, Π.Θ

ΙΣΤΟΔΙΑΓΝΩΣΗ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ

Αντιγόνη Ντούλια
(κόρη της Βούλας Βάη)
Ναυσικά Σίμου
Παθολογοανατόμοι

Δαγκλή 1 - Ιωάννινα
Κτίριο Β - 3ος όροφος

Τηλ. 26510 27605/27905
Κιν. 6976713599/6979771112
e-mail: istodiagnosi.ioa@gmail.com

ΓΡΙΒΑ ΜΑΡΙΑ
Ασφαλιστικός πράκτορας

Βαλαωρίτου 10, Ιωάννινα
Τηλ.: 26510 77283

Ασφαλιστικό Γραφείο
Γιάννης Φωτίου

Αγίου Γεωργίου 1, 142 34 Νέα Ιωνία
Τηλ: 210 2759035 - Fax: 211 800 1520
Κιν: 697 6606291

ΔΙΚΗΓΟΡΙΚΟ ΓΡΑΦΕΙΟ

ΘΕΟΔΩΡΟΥ ΚΑΡΑΚΙΤΣΙΟΥ
ΔΙΔΑΚΤΩΡ ΝΟΜΙΚΗΣ
ΔΙΚΗΓΟΡΟΣ ΠΑΡ' ΑΡΕΙΩ ΠΑΓΩ

Μπιζανίου 8-10 452 Ιωάννινα
Τηλ. 26510 72995 - Κιν. 6944 817271

ΚΕΝΤΡΟ
ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ
ΚΟΝΤΟΝΙΚΑΣ Α. ΙΩΑΝΝΗΣ

Εξάρχεια, Κομνηνών 25-27
Τηλ. 210 6449653 - Κιν. 6972 779933

Καφενείον «Η ΩΡΑΙΑ ΖΙΤΣΑ»

Αναδημοσίευση από το Γαστρονόμο

“Ο Βασίλης Καλλιδής μας ξεναγεί σε 10 κρυμμένες γωνιές της Ομόνοιας”

Ο Βασίλης Καλλιδής είναι άνθρωπος του κέντρου - εκεί ζει και εκεί του αρέσει να τριγυρίζει πέφτοντας συνεχώς πάνω σε κάτι καινούργιο. Όταν ζητήσαμε από τον δημοφιλή σεφ να μοιραστεί μαζί μας τις αγαπημένες του νόστιμες γωνιές της Ομόνοιας εκείνος δήλωσε απεριφράστα την αγάπη του για μαγαζιά-θεσμούς όπως η Στάνη και ο Λευτέρης ο Πολίτης, και έπειτα μας πήγε για φαγητό και ψώνια σε λιγότερο γνωστά μαγαζιά που ανακάλυψε βολτάροντας στην πλατεία και τα περίεργα.

Η Ζίτσα: Σημείο συνάντησης από το 1936. Στο ίδιο σημείο από το 1936, η Ζίτσα ήταν για δεκαετίες σημείο αναφοράς για τους Ηπειρώτες της πρωτεύουσας, οι οποίοι έρχονταν εδώ για να κουβεντιάσουν με τους συντοπίτες τους ή να παραλάβουν τα πεσκέσια από το χωριό. Μέχρι τις αρχές της δεκαετίας του '80, το καφενείο-ουζερί φιλοξενούσε μάλιστα και "κονσέρτα" κλαρίνου, με εμφανίσεις από δεξιότε-

χνες του είδους, όπως ο Πετρολούκας Χαλκιάς. Σήμερα θα πάτε για να χαζέψετε το αυθεντικό ντεκόρ και να πιείτε μια παγωμένη μπύρα, δύο βήματα από την Πλατεία Ομοιοίας (Βεραντζέρου 23).

Σημείωση σύνταξης: Το καφενείο "Η Ωραία Ζίτσα" πρωτοάνοιξε το 1936 ο Ζιτωίτης Γιώργος Στάρας. Το 1938 το νοίκιασαν συνεταιρικά οι επίσης Ζιτωίτες Γιώργος Παπακώστας και Ζώης Εξαρχος. Ο δεύτερος σε λίγο αποχώρησε και συνέχισε να λειτουργεί ο Γιώργος Παπακώστας, παίρνοντας βοήθη του τον συγχωριανό Σωκράτη Μπέγκα. «Η Ωραία Ζίτσα», ήταν ο τόπος συνάντησης των Ζιτωίων, τόσο αυτών που έμεναν στην Αθήνα, όσο οι εκείνων που έρχονταν απ' το χωριό. Ιδιαίτερως για τους δεύτερους ήταν μια όαση μέσα στην άγνωστη γι' αυτούς Αθήνα, εκτός από την εγκάρδια υποδοχή του Γιώργου Παπακώστα, με ή και χωρίς ραντεβού, θα συναντούσαν κάποιον χωριανό για να τους ξεναγήσει ή να τους μιήσει στα μονοπάτια της αθηναϊκής ζωής.



ΚΑΦΕΝΕΙΟΝ "Η ΩΡΑΙΑ ΖΙΤΣΑ" Στην οδό Βεραντζέρου, 12 Αυγούστου 1955

Κάποιες μέρες το καφενείο έφερνε και κλαρίνα. Με τη μορφή αυτή λειτουργήσε μέχρι το 1979 που συνταξιοδοτήθηκε ο Γιώργος Παπακώστας. Τον διαδέχτηκαν έκτοτε ο Βασίλης και ο Τέλης Θεμελής από τη Λάκκα Σούλι. Με την πάροδο όμως των χρόνων και καθώς σήμερα η Ομόνοια έχει πάψει να είναι το κέντρο των εξελίξεων, όπως ήταν στον παρελθόν, ένα σημαντικό μέρος από την παλιά αίγλη της «Ωραίας Ζίτσας» έχει χαθεί.

Ο Δήμος Ζίτσας τίμησε τη διακεκριμένη Ζιτσαία γιατρό Νίκη Γύρα - Αγνάντη

Με μια λιτή εκδήλωση, συγκινησιακά φορτισμένη ο Δήμος Ζίτσας τίμησε στη γενετείρά της, τη διακεκριμένη γιατρό Νίκη Γύρα - Αγνάντη, Ομότιμη Καθηγήτρια Παθολογικής Ανατομικής της Ιατρικής Σχολής, τέως Πρόεδρο της Ιατρικής Σχολής και τέως Αντιπρύτανη του Πανεπιστημίου Ιωαννίνων.

Ανοίγοντας τον κύκλο των ομιλιών στην κατάμεστη από κόσμο αίθουσα του Πνευματικού Κέντρου Ζίτσας, όπου πραγματοποιήθηκε η εκδήλωση, ο Δήμαρχος Ζίτσας Μιχάλης Πλιάκος επισήμανε: «Η κα Γύρα - Αγνάντη στη διάρκεια της διαπρεπούς της καριέρας έχει αναγνωρισθεί και τιμηθεί τόσο στη χώρα μας όσο και στο εξωτερικό για το επιστημονικό της έργο, την ακαδημαϊκή της δράση καθώς και την κοινωνική της προσφορά, θεωρούμε όμως ότι η τιμή στον γενεθλίο τόπο έχει άλλο ειδικό βάρος». Καλωσορίζοντας δε, την τιμώμενη υπογράμμισε «την υποδεχόμαστε με αισθήματα χαράς και ευγνωμοσύνης γιατί μας δίνει τη δυνατότητα τη σημερινή εποχή που τείνουν να ισοπεδωθούν οι ηθικές αξίες εμείς μέσα από εκείνη να προβάλουμε μια προσωπικότητα που μπορεί να αποτελέσει φωτεινό παράδειγμα για τους νεότερους».

«Με ξάφνιασε ευχάριστα και με γύρισε πίσω στα παιδικά μου χρόνια αυτή η εκδήλωση» τόνισε η κα Γύρα - Αγνάντη ανεβαινόντας στο βήμα και ευχαρίστησε το Δήμαρχο και το Δημοτικό Συμβούλιο για την πρωτοβουλία τους να την τιμήσουν για την προσφορά της στην ιατρική επιστήμη. «Προσπάθησα να είμαι χρήσιμη, να βοηθήσω το συνάνθρωπο, άλλωστε με αυτές τις αρχές μεγάλωσα και αυτά τα μαθήματα ζωής πήρα από τον πατέρα μου», ανέφερε εμφανώς συγκινημένη. Τους σημαντικότερους σταθμούς της σταδιοδρομίας της παρουσίασε ο Πρόεδρος του Δημοτικού Συμβουλίου Ιωαννίνων και ανιψιός της κας Γύρα - Αγνάντη, Δημήτρης Πα-



παγωγίον ο οποίος συντόνιζε και την εκδήλωση.

Τη Ζιτσαία διακεκριμένη γιατρό και πανεπιστημιακό που τίμησε τον τόπο με το έργο της, παραδίδοντας ταυτόχρονα μαθήματα ήθους, ανθρωπιάς και απλότητας σκιαγράφησαν με τις ομιλίες τους η Καθηγήτρια Παθολογικής Ανατομικής της Ιατρικής Σχολής του Πανεπιστημίου Ιωαννίνων Άννα Γούσια και η Γενική Ιατρός Μαρίνα Γύρα ανιψιά της τιμώμενης.

Στην εκδήλωση απεύθυναν χαιρετισμό η βουλευτής Ιωαννίνων της Ν.Δ. Μαρία Κεφάλα και ο Αντιπεριφερειάρχης Θωμάς Πιτούλης, ενώ χαιρετισμούς απέστειλαν ο Πρόεδρος της Βουλής Κωνσταντίνος Τασούλας, ο Υφυπουργός Περιβάλλοντος & Ενέργειας Γεώργιος Αμυράς, ο Πρύτανης του Πανεπιστημίου Ιωαννίνων Τριαντάφυλλος Αλμπάνης και ο Βουλευτής Ιωαννίνων Ν.Δ. Σταύρος Καλογιάννης.

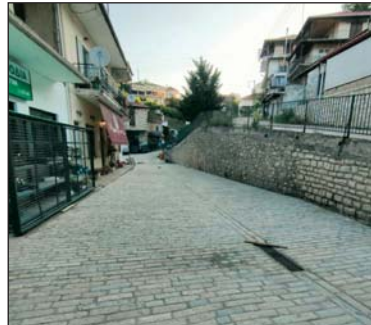
Η εκδήλωση ολοκληρώθηκε με την απονομή τιμητικής πλακέτας στην κα Γύρα - Αγνάντη από το Δήμαρχο Ζίτσας Μιχάλη Πλιάκο, παρουσία Αντιπεριφερειάρχων, Αντιδημάρχων, του Προέδρου του Δημοτικού Συμβουλίου Ζίτσας, Δημοτικών Συμβούλων, του τέως Πρύτανη του Οικονομικού Πανεπιστημίου Αθηνών Κώστα Γάτσιου, της Προέδρου του Ιατρικού Συλλόγου Σοφίας Τσιάρα, του Δ/ντη του Κ.Υ. Βουσαρά Δημήτρη Δράκου, γιατρών, πανεπιστημιακών και δεκάδες κόσμου.

Ανάπλαση πλατεία και εμπορικού δρόμου της Ζίτσας

Συνεχίζονται οι εργασίες ανάπλασης του κεντρικού δρόμου του χωριού μας από το κτήριο του πρώην Δημαρχείου μέχρι το κτήριο του παλιού Ειρηνοδικείου. Οι εργασίες έχουν ξεκινήσει από το Ειρηνοδικείο και έχουν φτάσει μπροστά από το ταχυδρομείο. Ο προϋπολογισμός του έργου είναι 215χιλ. ευρώ και έχει εγκριθεί από το «Πράσινο Ταμείο» με χρηματοδότηση 80%, ενώ το υπόλοιπο 20% από πόρους του Δήμου Ζίτσας. Το έργο αφορά την ανάπλαση του εμπορικού δρόμου της Ζίτσας, που ξεκινά από το κτήριο του πρώην Δημαρχείου έως και το κτήριο του παλιού Ειρηνοδικείου, έκτασης 1.400 τ.μ. περίπου, και

περιλαμβάνουν τη δημιουργία πρασίονου και την εφαρμογή λιθόστρωτου παραδοσιακής μορφής. «Εκμεταλλευόμαστε όλα τα χρηματοδοτικά εργαλεία για να υλοποιούμε έργα σε όλους τους οικισμούς του Δήμου. Έργα που ως στόχο έχουν να δημιουργήσουν ολοκληρωμένες παρεμβάσεις οι οποίες αλλάζουν τη μορφή των χωριών μας», επισημαίνει ο Δήμαρχος Ζίτσας Μιχάλης Πλιάκος.

Στόχος του έργου αυτού είναι η ανάκτηση της παραδοσιακής φυσιογνωμίας της Ζίτσας. Οι παρεμβάσεις που προβλέπονται στη σχετική μελέτη αναμένεται να βελτιώσουν περιβαλλοντικά και αισθητικά την περιοχή, να α-



ναβαθμίσουν την ποιότητα ζωής των κατοίκων και να καταστήσουν τον οικισμό πόλο έλξης για τους επισκέπτες.

Εξωκλήσι της Αγίας Τριάδας της μεγάλης συνοικίας



Το εξωκλήσι της Αγίας Τριάδας άνοιξε, όπως κάθε χρόνο για να γιορτάσει την εορτή του Αγίου Πνεύματος. Αρκετοί χωριανοί μας παρακολούθησαν τη θεία λειτουργία.

Το εξωκλήσι χτισμένο στις αρχές του 20ου αιώνα, πριν από 120 χρόνια περίπου, έχει υποστεί πολλές φθορές στους τοίχους και τη στέγη που αν δεν αποκατασταθούν σύντομα κινδυνεύει να καταρρεύσει. Οι αναστηλωτικές εργασίες, μετά από μελέτη που πραγματοποιήθηκε από μηχανικό εξειδικευμένο σε τέτοιου είδους εργασίες, έχουν τόσο κόστος που οι οικονομικές δυνατότητες της Εκκλησιαστικής Επιτροπής

είναι αδύνατον να το καλύψουν.

Γνωρίζοντας την ευαισθησία όλων των Ζιτωίων για την διάσωση των Μνημείων του τόπου μας, παρακαλούμε τους απανταχού συντοπίτες μας να συνδράμουν οικονομικά, ώστε να διασωθεί ένα ακόμη θρησκευτικό μνημείο της Ζίτσας. Βέβαιοι όντες ότι θα ανταποκριθείτε στην παράκλησή μας σας ευχαριστούμε πολύ εκ των προτέρων. Τη δωρεά σας μπορείτε να τη δώσετε απ' ευθείας στα μέλη της Εκ. Επιτροπής ή να την καταθέσετε στο βιβλιόριο του Ιερού Ναού Αγίου Νικολάου Ζίτσας στην Εθνική Τράπεζα Ελλάδος με IBAN λογαριασμού

GR500110359000035963490053, με αιτιολογία κατάθεσης «δωρεά».

Για οποιαδήποτε πληροφορία μπορείτε να απευθύνεστε στους: Πρόεδρο της Εκ. Επιτροπής ιερέα Αλέξανδρο Σπηλιά στο τηλ.698 366 1800 Ταμία της Εκ. Επιτροπής Αγγελική Καραμπίνα στο τηλ.694 091 7418.

Για την ιστορία του ναού: Σύμφωνα με την παράδοση οι Τούρκοι ξεκίνησαν κάποτε να κάψουν τη Ζίτσα. Όταν έ-

φτασαν στο σημείο που βρίσκεται η εκκλησία, τα άλογά τους χλιμντρίζαν, σηκώνονταν στα μπροστινά τους πόδια και δεν ήθελαν να προχωρήσουν. Έτσι αναγκάστηκαν και γύρισαν πίσω. Εκεί ύστερα, στη θέση παλιότερου ναού, πιθανότατα το 1903-1904, χτίστηκε η εκκλησία με δαπάνες του Ζιτωίου Αναστασίου Κ. Γάγαλη, πλούσιου γαιοκτήμονα στη Ρουμανία που όταν του απαλλοτρίωσαν τα εκεί κτήματα, γύρισε στην Ελλάδα κι αγόρασε το χωριό Μπουγάτι της Αττικής. Ο Αναστάσιος Κ. Γάγαλης γεννήθηκε το 1860 στη Ζίτσα. Το έτος 1904 νυμφεύθηκε στη Βραίλα της Ρουμανίας την Ευθυμία Κουτσογιαννοπούλου.

Στο τέμπλο υπάρχουν αγιογραφημένες εικόνες του Ιωαννίτη ζωγράφου Νικολάου Χρ. Παλιάγκα, της Παναγίας της Βρεφοκρατούσας, του Χριστού, του Ιωάννη του Προδρόμου και της Αγίας Τριάδας. Οι εικόνες έχουν αγιογραφηθεί το έτος 1904. Στον περίβολο της εκκλησίας παλιά υπήρχε νεκροταφείο, όπου έθαβαν εκείνους που είχαν μεταδοτικές ασθένειες.

Η ΥΠΟΥΡΓΟΣ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΣΕ ΕΚΔΗΛΩΣΗ ΤΟΥ ΔΗΜΟΥ ΖΙΤΣΑΣ

Την Τετάρτη 4 Μαΐου 2022 σε κατάμεστη αίθουσα, ο Δήμος Ζίτσας πραγματοποίησε συνάντηση-ομιλία με θέμα «Μεταρρυθμίσεις στην παιδεία: θεμέλια για ένα καλύτερο παρόν και μέλλον για τα παιδιά μας», με Ομιλήτρια την Υπουργό Παιδείας κα Νίκη Κεραμής η οποία σε ανάρτησή της στο διαδίκτυο αναφέρει: «Είχαμε την ευκαιρία να συζητήσουμε για όσα κάνουμε πάνω από 2.5 χρόνια για μια καλύτερη εκπαίδευση στη χώρα μας, αλλά και να δούμε στην πράξη τα έργα των παιδιών μας. Μοναδικές συμμετοχές από νηπιαγωγεία της περιοχής στον πανελλήνιο διαγωνισμό Ρομποτικής, θεματική που μπήκε στα σχολεία μας από πέρυσι μέσω των Εργαστηρίων Δεξιοτήτων. Επενδύουμε €30εκ. για 177.000 σετ ρομποτικής που θα διανεμηθούν



σε σχολεία μας σε όλη τη χώρα. Είχα τη χαρά να συζητήσω με εκπαιδευτικούς μας και στελέχη εκπαίδευσης στη ΔΕΕΠ Ιωαννίνων για να ακούσω τις σκέψεις και προτάσεις τους. Κοινό μας στόχος ένας: να δώσουμε περισσότερα και καλύτερα εφόδια στα παιδιά μας.»

Η εφημερίδα μας δημοσιεύεται ηλεκτρονικά και στην ιστοσελίδα

<http://www.tzourlakos.com>

ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ Α.Ε Κέντρο Αποκατάστασης & Αποθεραπείας

Διευθυντής Κέντρου: Περικλής Στοφόρος, γιος της Ουρανίας Ζέρβα - Στοφόρου

Το κέντρο αποκατάστασης και αποθεραπείας ημερήσιας και κλειστής νοσηλείας ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ Α.Ε. βρίσκεται στο 6ο χιλιόμετρο της Εθνικής οδού Τρικάλων - Καρδίτσας και σε απόσταση 7 χιλιομέτρων από τον οδικό κόμβο Τρικάλων - Λάρισας. Είναι χτισμένο σε έκταση 20 στρεμμάτων και μέσα στα 5000 τ.μ. που καταλαμβάνει στεγάζεται η διάθεση των ανθρώπων που το οραματίστηκαν, να προσφέρουν τις καλύτερες μετανοσοκομειακές υπηρεσίες φυσικής αποκατάστασης.

Υπάρχουν συμβάσεις με τα ακόλουθα ασφαλιστικά ταμεία:
ΔΗΜΟΣΙΟ-ΤΥΔΚΥ-ΟΑΕΕ-ΙΚΑ-ΟΓΑ- ΣΤΡΑΤΙΩΤΙΚΩΝ (ΓΕΣ-ΓΕΑ-ΛΙΜΕΝΙΚΩΝ)
ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ Α.Ε.

6ο Χιλ. Εθνικής οδού Τρικάλων-Καρδίτσας, 42100-ΤΡΙΚΑΛΑ, Τηλ. 24310 43207-9
e-mail: info@reha.gr <http://www.reha.gr/>



**HOTEL
ΚΑΛΛΙΘΕΑ ΖΙΤΣΑΣ**

Τηλ.: 26580 23733

<https://www.booking.com/hotel/gr/kallithea-zitsas.el.html>

Δρ. ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΑ ΣΤΟΦΟΡΟΥ
(κόρη της Ουρανίας Ζέρβα)

ΝΕΥΡΟΧΕΙΡΟΥΡΓΟΣ
ΔΙΔΑΚΤΩΡ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ

Μυκηνών 3, ΧΑΛΑΝΔΡΙ - Τηλ. 2106139326 - Κιν.: 6977602957
E-mail: dani@ath.forthnet.gr