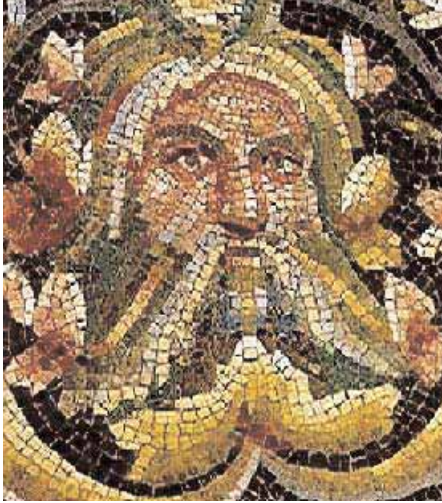


# Δεν ήξερες, δεν ρώταγες!!!

Επιμέλεια: Άννα Αρσένη

## Γλωσσάρι



### • Αχελώος

Αχελώος: Πρώτη θέση στη φύση. Αν και νικήθηκε από τον Ηρακλή, στη μυθολογία η ζωή των ανέδειξε νικητή, αφού κυριαρχεί ακόμα στην περιοχή, δημιουργώντας και προκαλώντας με τα κάλλη του. Ερίζουν ακόμα σήμερα ποιοι θα τον υποτάξουν και κυρίως ποιοί θα τον εκμεταλλευτούν. Σύμφωνα με τη μυθολογία, ο Αχελώος θεωρείται ο σπουδαιότερος ποτάμιος θεός, γιος του Ωκεανού και της Τηθύος, πατέρας των Νυμφών και των Σειρήνων. Ο Όμηρος μάλιστα τον βάζει πριν από τον Ωκεανό που είναι η αρχή του παντός. Η θάλασσα, οι πηγές, τα ποτάμια και τα νερά που ξεπετιούνται από τη γη μπορούσαν επίσης να πηγάζουν από τον Αχελώο. (Ο Απολλώδωρος τον παρουσιάζει σαν σύζυγο μιας Αιτωλής της Στερόπης, αφού απέτυχε να παντρευτεί μια άλλη Αιτωλή τη Δηϊάνειρα. Το τελευταίο όνομά του Αχελώος το χρωστά στον ήρωα Αχελώο, που τραυματισμένος από ένα τόξο, καθώς περνούσε τον ποταμό, έπεσε και πνίγηκε μέσα στο ποτάμι. Κόρη του είναι η Καλλιρόη που γέννησε τον Ακαρνάνα.

Δημιούργησε πλούσιες πεδιάδες, έκαμα στεριά τα νησιά των Εχινάδων, έγινε η οριακή γραμμή μεταξύ δύο συγγενών λαών, Ακαρνάνων και Αιτωλών, δημιούργησε έριδες εκατονταετηρίδων μαζί τους. Το ρεύμα του είναι "μέγα και πολύ θολερό". Δημιούργησε θρύλους, μύθους και ιστορίες. Ο Θουκυδίδης τον αποκαλεί "ποταμόν της Ελλάδος". Είναι η αφορμή των πολέμων, των αμφισβητήσεων αλλά και της ενότητας. Αργότερα έγινε ο "Κρείων" κατά τον Όμηρο ποταμός, αφορμή για το χωρισμό των δύο ισχυρών και συγγενικών λαών, των Ακαρνανών και των Αιτωλών).

## Βότανα

### • Γαϊδουράγκαθα

Τα γαϊδουράγκαθα είναι ένα εξαιρετικό βότανο. Χολαγωγικό και χολαιρετικό που συνιστάται ιδιαίτερα για αρρώστιες του ήπατος, (ηπατίτιδα, ίκτερος, πέτρες στη χολή). Είναι ορεκτικό και τονωτικό του οργανισμού.

Διατίθεται χύμα, με το κιλό.

## Σπαζοκεφαλιά

Ένας υπάλληλος καθάριζε τα τζάμια παραθύρων ενός πανύψηλου κτιρίου γραφείων, όταν γλίστρησε και έπεσε από μια σκάλα ύψους 18 μέτρων στο τσιμεντένιο πεζοδρόμιο που βρισκόταν από κάτω. Κατά έναν περιεργό τρόπο δεν τραυματίστηκε καθόλου. Γιατί;

## Γεωγραφία



### • Φλωρεντία

Η Φλωρεντία (ιταλικά: Firenze), είναι πόλη της Ιταλίας, πρωτεύουσα της περιφέρειας της Τοσκάνης και της ομώνυμης επαρχίας. Από το 1865 έως το 1870 ήταν η πρωτεύουσα του Βασιλείου της Ιταλίας. Η πόλη βρίσκεται επί του ποταμού Άρνο (Arno) και αριθμεί περίπου 400.000 κατοίκους που ονομάζονται Φλωρεντίνοι. Κέντρο εμπορίου κατά τον Μεσαίωνα, η Φλωρεντία κυβερνήθηκε από την οικογένεια των Μεδίκων (Medici). Θεωρείται ως η γενέτειρα της ιταλικής Αναγέννησης και είναι γνωστή για τις καλές τέχνες και την αρχιτεκτονική της. Τα αξιοθέατα της πόλης έχουν χαρακτηριστεί Μνημείο Παγκόσμιας Πολιτιστικής Κληρονομιάς και τελούν υπό το καθεστώς της UNESCO.

Στο κέντρο της πόλης και προ της πλα-

## Οι συνταγές της παρέας

### Γιουβέτσι

Υλικά: Αλάτι - 1/2 κουτ. Βούτυρο 4 φύλλα Δάφνη - 4 κουτ. Ελαιόλαδο 1/2 κιλό Κοφτό Μακαρονάκι 1 ψιλοκομμένο Κρεμμύδι(α) 1/2 κιλό Κρεμμυδάκια σιφάδου 150 γρ. Μανιτάρια 1 κιλό Μοσχαρίσιο κρέας 400 γρ. Πασάτα - Πιπέρι 2 σκελ. Σκόρδο - 150 γρ. Κρασί λευκό ξηρό

### Τρόπος παρασκευής

Ζεσταίνετε το λάδι σε φαρδιά κατσαρόλα και τηγανίζετε το κρέας να ροδίσει απ' όλες τις πλευρές. Προσθέτετε το κρεμμύδι και το σκόρδο, ανακατεύετε και ρίχνετε μέσα το κρασί να βράσουν για 4-5 λεπτά.

Προσθέτετε την πασάτα και 1 φλυτζάνι ζεστό νερό.

Αλατωπιπερώνετε, σκεπάζετε και σιγοβράζετε για 1 ώρα, να μαλακώσει το κρέας και να μείνει με τη σάλτσα του. Σε τηγάνι ζεσταίνετε το βούτυρο και τηγανίζετε τα κρεμμυδάκια να ροδίσουν και τα ρίχνετε στο κρέας μαζί με τα μανιτάρια και τη δάφνη 30 λεπτά πριν τελειώσει το βράσιμο. Στο μεταξύ, βράζετε σε άφθονο νερό τα μακαρονία ή όποιο ζυμαρικό χρησιμοποιείτε. Τα σουρώνετε και τα βάζετε σε πλήινο ή πυρίμαχο σκεύος ή τα μοιράζετε σε 4 ατομικά. Βάζετε πάνω το κρέας, περιχύνετε με τη σάλτσα του και τυρί τριμμένο και το ψήνετε στους 220 βαθμούς για 20-30 λεπτά να ροδίσει ελαφρά η επιφάνεια.



τείας μητροπόλεως, "Πιάτσα ντελ Ντουόμο", (βόρειο σημείο διαμερισματος Α στο χάρτη), βρίσκεται ο περίφημος καθεδρικός ναός Ντουόμο με το θαυμαστό τρούλο, αφιερωμένος στην Παναγία. Δίπλα ακριβώς βρίσκεται το μεγάλο κωδωνοστάσιο από τα περιφημότερα της Ιταλίας που κτίστηκε το 1334 πιθανώς από τον Τζιότο και συμπληρώθηκε από τον Ανδρέα Πιζάνο. Ακριβώς δίπλα βρίσκεται η Λόντζα ντελ Μπιγκάλλο, σε μορφή ανοικτού νάρθηκα με θαυμάσιο γλυπτό στέγαστρο. Πίσω από τον καθεδρικό ναό βρίσκεται ένα από τα σημαντικότερα μουσεία της πόλης, το "Μουσείο Έργων του Ντουόμο" με θαυμάσια γλυπτά καθώς και το οκτάγωνο μαρμάρινο Βαπτιστήριο που κτίστηκε πιθανώς τον 7ο αιώνα. Νοτιότερα, στο ίδιο διαμέρισμα, παρά τον ποταμό Άρνο και πέριξ της πλατείας "Πιάτσα ντέλλα Σινιορία", που αποτελεί και το κέντρο της πολιτικής κίνησης της πόλης υφίσταται έτερο συγκρότημα ιστο-

ρικών κτιρίων σημαντικότερα των οποίων είναι το ομώνυμο "Παλάτσο ντέλλα Σινιορία", γνωστότερο και ως "Παλάτσο Βέκκιο", που κτίστηκε το 1298 με τον χαρακτηριστικό πύργο ύψους 95 μ., καθώς και το μουσείο "Λόντζα ντέ Λάντσι" με αξιολογα γλυπτά.

## Φώτο της Ημέρας ΜΑΪΜΟΥ - ΚΙΘΑΡΙΣΤΑΣ



Δεν γνωρίζουμε αν η ίδια η επτάχρονη μαϊμού Κέι Λεκ το διασκεδάσει, πάντως δουλειά της, όπως και δεκάδων... συναδέλφων της, είναι να διασκεδάσουν τους επισκέπτες του νησιού Σαμουί στην Ταϊλάνδη. Υπάρχει, μάλιστα ένα ειδικό θέατρο, το Θέατρο Μαϊμού, όπου τα ζωντανά εκπαιδεύονται σε διάφορες τέχνες, όπως να παίζουν κιθάρα, κρουστά να χορεύουν -αυτό βέβαια το θυμόμαστε και στην Ελλάδα πριν επέμβουν οι φιλοζωικές οργανώσεις- αλλά και να μαζεύουν επιδεξία τις καρύδες. Επειδή μάλιστα το νησί είναι γεμάτο καρύδες, οι ντόπιοι εκπαιδεύουν τα οικιακά μαϊμουδάκια τους, έτσι ώστε να τους βοηθούν στις φυτείες καρύδας.

## Ηλεκτρικό από τα γαϊδουράγκαθα

- Τα καλλιεργούν αγρότες του νομού Κοζάνης και τα πωλούν στη ΔΕΗ
- Αγρότες του νομού Κοζάνης «στην πόρτα μιας νέας εποχής»



Πολλοί αγρότες στο λεκανοπέδιο της Πτολεμαΐδας εγκαταλείπουν τις παραδοσιακές καλλιέργειες (καλαμπόκι, σιτάρι) και επενδύουν στα γαϊδουράγκαθα. Η βιομάζα από τα φυτά θα χρησιμοποιείται για τον εμπλουτισμό του καυσίμου στα εργοστάσια της ΔΕΗ και οι παραγωγοί της περιοχής δηλώνουν αισιόδοξοι για το τόλμημά τους, προσδοκώντας ένα καλό εισόδημα. Το 2010 η παραγωγή τους θα ξεπεράσει τους 6.000 τόνους.

γγραφο οδ31ογληπλοχ

010 Λ010Κ31Ζ:- ΖΙΚΟΚ Η3ΗΤΗΝΠΠ

Παροιμία της ημέρας: Άβρακος έβαλε βρακί σε κάθε πόρτα το έδειχνε.