



# ΤΑΞΙΔΙΑ ΓΕΥΣΗΣ ΑΠΟ ΣΥΜΜΑΘΗΤΕΣ ΜΑΣ

## ΚΟΎΜΠΕ-ΚΊΜΠΕ

Κίμπε: Αποτελείται από

- Πλιθούρι
- κρέας
- κρεκκύδια
- καρύδια

- Μουλιάζουμε το πλιθούρι σε νερό και το τρΐβουμε, καχειρεύουμε το κρέας με τα κρεκκύδια, το ενώνουμε με το πλιθούρι και το τσιγαρίζουμε στο λάδι.

Με τα πρώτα ελληνικά που έμαθε η συμμαθήτριά μας. Μπράβο!!

**Σιλίνα Σελμάν (B2)**

# ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ:

## ΠΩΣ Η ΔΙΑΣΗΜΟΤΗΤΑ ΕΠΗΡΕΑΖΕΙ ΤΗΝ ΖΩΗ



Ο αθλητισμός ανέκαθεν αποτελούσε μία προσπάθεια του ανθρώπου να κάνει τη ζωή του πιο ισορροπημένη και πιο ενδιαφέρουσα.

Το να είναι κάποιος αθλητής διάσημος είναι ένα σημαντικό προνόμιο το οποίο για να το αποκτήσει χρειάζεται σκληρή δουλειά, πίστη στον εαυτό του και επιμονή με αποτέλεσμα την επιτυχία σε αυτό που κάνει. Η ψυχολογία του είναι πάντα σε υψηλό επίπεδο με αποτέλεσμα να νιώθει περήφανος για αυτό που είναι. Επίσης εκτός από τον αθλητισμό δεν θα πρέπει να αμελεί οποιαδήποτε άλλη υποχρέωση του. Όμως, δεν είναι λίγες οι περιπτώσεις που διάσημοι αθλητές σταματάνε να δουλεύουν σκληρά, να έχουν πίστη στον εαυτό τους και να επιμένουν με αποτέλεσμα οι αθλητικές τους αποδόσεις να πέφτουν και έτσι παύουν να είναι πλέον πασίγνωστοι.

Η διασημότητα έχει αρκετές θετικές και αρνητικές συνέπειες. Καταρχάς, η

διασημότητα αποφέρει πολλά χρήματα και πολλά υλικά αγαθά όπως σπίτια, αυτοκίνητα και άλλα. Όταν ένας αθλητής είναι διάσημος πιθανότατα θα αλλάξει τον τρόπο σκέψης του και τον τρόπο ζωής του. Επίσης δίνονται παραπάνω δυνατότητες σε κάθε διάσημο αθλητή.

Παρ' όλα αυτά υπάρχουν πολλές αρνητικές συνέπειες της διασημότητας στη ζωή κάθε αθλητή. Πρώτον, δεν υπάρχει καμία προστασία της ιδιωτικής ζωής του αθλητή. Επιπρόσθετα, ό,τι γίνεται στη ζωή κάθε αθλητή (θάνατοι, γεννήσεις, διαζύγια, ασθένειες) είναι θέμα για τις εφημερίδες, την τηλεόραση και τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης με αποτέλεσμα η κερδοσκοπία όλων αυτών να καταλήγει στα Μέσα Μαζικής Ενημέρωσης. Τέλος, η ανατροφή των παιδιών των διασήμων γίνεται δύσκολη τόσο για τους αθλητές όσο και για τα παιδιά τους. Πολλοί διάσημοι αθλητές όπως και τα παιδιά τους έχουν αγωνιστεί με θέματα ναρκωτικών και αλκοόλ ακόμη και κατάθλιψης που οδηγεί στην αυτοκτονία. Τέλος, οι διάσημοι από το χώρο του αθλητισμού όπως και του θεάματος, μπορεί να απολαμβάνουν την προσοχή του κοινού και όσα αυτό συνεπάγεται, πληρώνοντας όμως και ένα τίμημα: ζουν λιγότερα χρόνια, σύμφωνα με ερευνητές των

Στον .....9<sup>ο</sup> Ουρανό!! Η εφημερίδα του 9ου Γυμνασίου Ηρακλείου

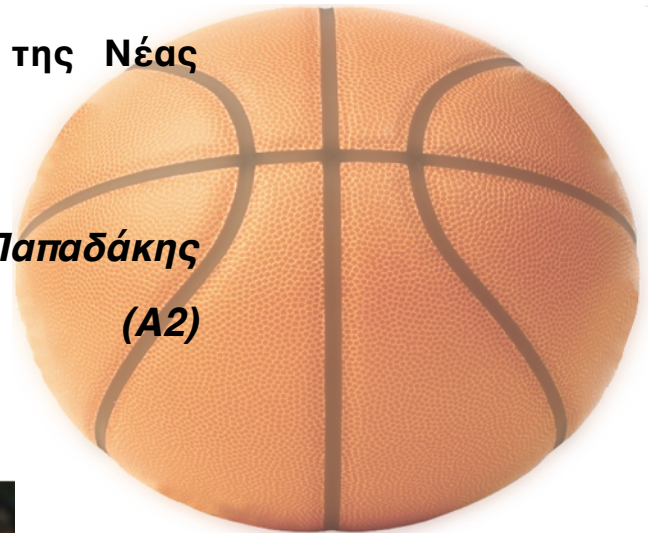
# ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ:

## ΠΩΣ Η ΔΙΑΣΗΜΟΤΗΤΑ ΕΠΗΡΕΑΖΕΙ ΤΗΝ ΖΩΗ ΤΩΝ

### ΑΘΛΗΤΩΝ

πανεπιστημίων του Κουίνσλαντ και της Νέας Νότιας Ουαλίας.

**Αναστάσης Παπαδάκης**  
**(A2)**





# Συνέντευξη με τον προπονητή μου

Στις 3/3 ο κύριος Κώστας Δαμαβολίτης δάσκαλος της πολεμικής τέχνης του kick boxing δέχτηκε να του πάρω συνέντευξη για την εφημερίδα του σχολείου μας στο χώρο της σχολής. Πυξ Λαξ ακολουθούν παρακάτω οι απαντήσεις που μου είπε.

**Σε τι ηλικία αρχίσατε αυτό το αθλήμα και τι σας κίνησε το ενδιαφέρον για να το ξεκινήσετε?**

Ξεκίνησα σε ηλικία 14 ετών μου άρεσαν πάντα οι μαχητικές τέχνες υπήρχαν κάποιες δυσκολίες οπότε σε αυτή την ευκαιρία μπορούσα να ξεκινήσω αν μπορούσα όμως θα είχα ξεκινήσει από πιο πριν. Αυτό που με τράβηξε ήταν η μαχητικότητα του αθλήματος, ο δυναμισμός του αλλά κυριότερα το ήθος, η πειθαρχία και ο αυτοέλεγχος που παράγει.

**Πώς καταφέρατε να είστε στο σημείο που βρίσκεστε σήμερα δηλαδή να έχετε τη δικιά σας σχολή κλπ.?**

Το πιο βασικό συναίσθημα είναι η αγάπη διότι πρέπει να αγαπάς αυτό που κάνεις μάλιστα υπάρχει ένα γνωμικό που λέει: "Αν αγαπάς αυτό που κάνεις, δε θα χρειαστεί να δουλέψεις ούτε μία μερα στη ζωή σου!" Εγώ επειδή αγαπώ αυτό

που κάνω δεν νομίζω πως κάνω δουλειά όσο σκληρά κι αν εργάζομαι. Εδώ έφτασα με σκληρή δουλειά ως αθλητής μέχρι ένα διάστημα όσο καιρό έκανα πρωταθλητισμό και αργότερα ως επαγγελματίας στο χώρο ως δάσκαλος με βασικότερο την εργατικότητα και με σοβαρό τρόπο συμπεριφοράς.

**Για ποιόν λόγο αποφασίσατε να γίνετε δάσκαλος και να ανοίξετε δική σας σχολή?**

Άνοιξα τη δική μου σχολή διότι μου άρεσε αυτό που έκανα τόσο πολύ που ήθελα να το κάνω και επάγγελμα δηλαδή εκτός απο χόμπι ήθελα να το εξελίξω κι εκεί.

**Πιστεύετε πως ένας άνθρωπος μπορεί να αλλάξει λόγω της διασημότητας που λαμβάνει κι αν ναι πως?**

Η διασημότητα και η προβολή μπορούν να επηρεάσουν αρνητικά έναν άνθρωπο εάν δεν έχει αρχές. Όταν έχει αρχές και αξίες είναι ρίζες δυνατές που όσο κι αν εκτεθεί στη διασημότητα όπως προανέφερες και στην προβολή δε θα χάσει.

Τέλος το τελευταίο ερώτημα που του αναθέτηκε από εμένα ήταν:

**Τι θα συμβουλεύατε τα παιδιά που θα 'θελαν να ασχοληθούν επαγγελματικά με τον**



# Συνέντευξη με τον προπονητή μου

## αθλητισμό?

Ο επαγγελματικός αθλητισμός είναι κάτι δύσκολο, έχει μεγάλο κόστος εφόσον έχει πολλούς τραυματισμούς και πολλές προκλήσεις. Το να φτάσει ένα παιδί να κάνει πρωταθλητισμό διότι είναι άλλο από τον επαγγελματισμό. Η συμβουλή μου είναι να φτάνουν στο επίπεδο του ερασιτεχνισμού και να κάνουν πρωταθλητισμό. Εάν όμως υπάρχει τόσο πολλή αγάπη και πάθος για το άθλημα είναι μοιραία η εξέλιξη στον επαγγελματικό αθλητισμό. Κι αυτό που λέω σε όλους όσοι θέλουν να ασχοληθούν με τον πρωταθλητισμό ή με τον επαγγελματισμό και στα παιδιά της σχολής είναι ότι

θα εξαντλήσουμε όλες μας τις δυνάμεις, όλη μας τη προσπάθεια χωρίς όμως να καταλήξουμε σε ουσίες αναβολικά, δηλαδή! Ότι μπορούμε να το δώσουμε το κάνουμε Μ'ΟΝΟ με τη τροφή μας, τη σκληρή δουλειά και τη προσήλωση.

Έπειτα ευχαρίστησα τον δάσκαλο μου - κύριο Κώστα

Δαμαβολίτη για τη τιμή που έκανε για την εφημερίδα του σχολείου μας και πήρε χρόνο για να απαντήσει τις παραπάνω ερωτήσεις.

**Ανθούλα Ντέτσικα  
A2**



# Παιδική εργασία: Ένα αιώνιο πρόβλημα που πρέπει να κάνει τους ισχυρούς όλου του κόσμου να ντρέπονται!!

Ένα παγκόσμιο πρόβλημα που επικρατεί εδώ και αιώνες είναι το φαινόμενο της παιδικής εργασίας.

Τί είναι παιδική εργασία?

Παιδική εργασία είναι όταν ένας ανήλικος δουλεύει παράνομα σε έναν ιδιώτη κάτω από άθλιες εργασιακές συνθήκες με ελάχιστο μισθό.

Σε ποιές χώρες τη συναντάμε και ποιοι είναι οι λόγοι της?

Αυτό το φαινόμενο επικρατούσε κυρίως



κατά τον 18ο με 19ο αιώνα μ.Χ αλλά και στην εποχή μας στις περιοχές της Ασίας. Για να καταλήξει ένα παιδί στη παιδική εργασία υπάρχουν διάφοροι λόγοι.

Έλλειψη εκπαίδευσης

Άθλια οικονομική

κατάσταση

Το στέλνουν με το ζόρι οι γονείς του

Θέλει να βοηθήσει/  
Νιώθει πως είναι καθήκον του

Ποιες είναι οι συνέπειες της?

Η παιδική εργασία είναι άμεσα συνδεδεμένη με τη μόρφωση των παιδιών που εργάζονται. Το 7% των παιδιών της ηλικίας 5-9 ετών συνδιάζει την εργασία με το σχολείο αυτό εννοείται πως έχει μεγάλο αντίκτυπο στην απόδοση των παιδιών στο σχολείο, η οποία δεν είναι καλή αφού τα παιδιά δεν παρακολουθούν το σχολείο τακτικά. Έρευνες έχουν δείξει ότι όσο περισσότερες είναι οι

# Παιδική εργασία: Ένα αιώνιο πρόβλημα.....

ώρες εργασίας τόσο χειρότερη είναι η απόδοση των παιδιών στο σχολείο. Δεν έχουν κοινωνική ζωή, είναι ευάλωτα σε φυσική εκμετάλλευση, δεν παίζουν, δεν διασκεδάζουν, δεν έχουν καμιά υποστήριξη από γονείς και φίλους. Πολλά παιδιά που εργάζονται στις βιομηχανίες και τις φυτείες, δουλεύουν κάτω από εξαιρετικά ανθυγιεινές συνθήκες. Όσα εργάζονται στα λατομεία και τα ορυχεία υποφέρουν από πνευμονικές λοιμώξεις, άσθμα, βρογχίτιδα, φυματίωση, δερματικές παθήσεις και αύξηση της πιθανότητας εμφάνισης καρκίνου. Η παιδική εργασία υποθηκεύει το μέλλον όχι μόνο των παιδιών που εργάζονται αλλά όλης της κοινωνίας. Τα παιδιά είναι το μέλλον κάθε κοινωνίας, όμως όταν εργάζονται δεν έχουν την ευκαιρία να κοινωνικοποιηθούν, να κάνουν παρέες, να παίξουν και να διασκεδάσουν

**καταλαβαίνουμε ότι αν ένα παιδί έχει άθλιες συνθήκες ζωής τότε το ίδιο παιδί μπορεί να καταλήξει στα χνάρια της παιδικής εργασίας που αυτό συνεπάγεται με την απώλεια της παιδικής του ηλικίας και τις παιδικές του χαρές.**



Ανθούλα Ντέτσικα Α2



**Συμπεραίνοντας λοιπόν,**



# Η βία



# σε όποιο πλαίσιο

σχολείο, οικογένεια, αθλητισμό, εργασία,  
ευρύτερη κοινωνία

# κι αν ασκείται



# καταδικάζεται !

Επιμέλεια σκίτσων : Γραμματικάκη Μαρία Β4

Ευχαριστούμε θερμά την κα Χατζηστεφάνου Αναστασία, εκπαιδευτικό καλλιτεχνικών του σχολείου μας.



## Ήρωες της καθημερινότητας

# Συνεντεύξεις από μαθήτριες του Εσπερινού ΓΕΛ Ηρακλείου Κρήτης Η Κα Χ. : "Πάντα θα υπάρχει χώρος για εξέλιξη !"

-Έχω γεννηθεί το 63 ,ήταν κάτι που μου έλλειπε πολύ αλλά οι συνθήκες δεν μου επέτρεπαν να το κάνω και όταν βρήκα λίγο χρόνο που λέω πρέπει να το κάνω• πίεςτηκα

λίγο γιατί έχω και την ηλικία και όσο πήγαινα, ήμουν λίγο διστακτική στην αρχή για το πώς θα συνδυάσω σχολείο μπορεί να μην μπορέσω να το χωρέσω στην καθημερινότητά μου. αλλά στην πορεία αφήνω τις δουλειές μου λίγο λίγο λίγο για να μη χάσω μαθήματα..!

- Οπότε είναι κάτι που σας ευχαριστεί και το θέλετε..

- Πάρα πολύ ναι, με ολοκλήρωσε σαν άνθρωπο.

-Κατά τη γνώμη σας η εκπαίδευση εν έτη 2022 πιστεύετε ότι παρέχει τα εφόδια για ένα πιο προσδόκιμο μέλλον στους μαθητές;

-Πιστεύω ότι η υποχρεωτική εκπαίδευση μέχρι και το λύκειο δεν μπορεί να στα δώσει πρέπει εσύ να τα συλλέξεις, η εκπαίδευση θα σου δώσει μία βάση, εσύ αυτή τη βάση μπορείς να την απλώσεις στο τμήμα που σε ενδιαφέρει. Αλλά νομίζω ότι είναι μία καλή αρχή στο να μπει σε αυτό το κομμάτι.

-Σε ποιο στάδιο αφήσατε το σχολείο;

-Στο δημοτικό!.

-Είχα πάει στο Καπετανάκειο και μου είχε πει ο καθηγητής μου ότι για μένα που θέλω να κάνω το κέφι μου και όχι να αποκατασταθώ επαγγελματικά μπορώ να πάω και στο σχολείο

μπορώ να πάω και στο σχολείο δεύτερης ευκαιρίας εγώ του απάντησα ότι θέλω να ζήσω το σχολείο πραγματικά, τα σχολικά χρόνια, δεν με νοιάζει αν πιεστώ δεν με νοιάζει αν ζοριστώ αλλά

θέλω να το ξαναζήσω!

-Αρα εσείς αφήσατε το σχολείο λόγω κάποιων δυσκολιών.

-Φαντάσου τώρα ότι πριν 60 χρόνια οι συνθήκες ήταν εντελώς διαφορετικές, άλλος ο τρόπος σκέψης των γονιών άλλα τα θέλω τα δικά μου τότε, εντελώς άλλη

νοοτροπία όμως στην πορεία είδα ότι το χρειάζομαι σαν άνθρωπος αυτό!

-Χρειαζόσασταν περισσότερο πνευματικά ή και στην πρακτική σας ζωή;

-Εγώ απλά ήθελα να πάω στο σχολείο δεν έχω κάποιο συμφέρον πρακτικά γιατί σε δύο χρόνια συνταξιοδοτούμαι και τα παιδιά μου δεν το διαπραγματεύτηκαν μου είπαν να πας και με στήριξαν !

-Θέλετε να μας πείτε τι εργασία κάνατε;

-Ήμουν ξενοδοχοϋπάλληλος.

-Πολύ ωραία.

Τι θα συμβουλευάτε έναν νέο;

-Να μην διαπραγματευτούν τις σπουδές τους. Οι σπουδές, η καλλιέργεια του πνεύματος.. προχωράς λίγο παραπέρα.. στο σχολείο υπάρχουν



Νικολάι Ματβέεβιτς Ποζντέεφ, Autumn Day, 1961

## Ήρωες της καθημερινότητας

# Συνεντεύξεις από μαθήτριες του Εσπερινού ΓΕΛ Ηρακλείου Κρήτης

άνθρωποι που έχουν πνευματική μόρφωση και δεν έχουν πάει σχολείο όμως αυτοί που -έχουνε πάει κακά τα ψέματα- έχουν πάει ένα βήμα παραπέρα, η μόρφωση η πνευματική είναι κάτι που σε ακολουθεί όλη τη ζωή. Δεν μπορεί να στην πάρει κανείς! Κανένας κακός κυβερνήτης, κανένας κακός γείτονας, κανένας, κανένας, κανένας, το κουβαλάς ότι ρούχα και να φοράς, χτενισμένη ή αχτένιστη, περιποιημένη ή απεριποίητη είναι μαζί σου πάντα!

-Όταν ανακοίνωσα στα παιδιά μου ότι θα συνεχίσω το σχολείο, με ενθάρρυναν και χάρηκαν που επιτέλους το πήρα απόφαση.

-Αν η οικογένεια σας είχε διαφορετική άποψη θα κάνατε προσπάθεια ή θα δεχόσασταν την επιθυμία τους και δεν θα συνεχίζατε;

-Δεν υπήρχε περίπτωση η οικογένεια μου να είχε διαφορετική άποψη. Με ένα στόμα και οι δυο μου κόρες με ενθάρρυναν να ξεκινήσω το σχολείο!

-Παρότι ζω μόνη μου, έχω οικονομική ζημιά, και οι βενζίνες για το σχολείο με επιβαρύνουν... αλλά η πνευματική ευχαρίστηση που μου προσφέρει ήταν μεγαλύτερη από την πίεση οικονομικά.

-Μία ερώτηση που θέλω να σας κάνω είναι ότι οι νέοι έχουν μία λανθασμένη οπτική για το μέλλον και την ζωή, θεωρούν ότι όλα θα τους χαριστούν χωρίς να προσπαθήσουν και προφανώς αυτή είναι μία λανθασμένη εικόνα αλλά καλώς ή κακώς παραμελούν τις σχολικές υποχρεώσεις και αυτό θα επιφέρει συνέπειες στο μέλλον. Τι έχετε να πείτε για αυτήν την λογική;

-Να μην αφήσουν ούτε στιγμή από τη ζωή τους να πάει χαμένη. Φυσικά να διασκεδάζουν να ζήσουν την όμορφη ηλικία

της εφηβείας αλλά να μην παραμελούν και το σχολείο. Φυσικά να δημιουργήσουν στιγμές αξέχαστες για αυτή την ηλικία αλλά να βάλουν προτεραιότητες και για το μέλλον.

-Άρα ισορροπία στην κοινωνική ζωή και την μόρφωση.

- Πάντα θα υπάρχει χρόνος χώρος για εξέλιξη!

Υ.Γ. Ευχαριστούμε την κα. Χ. μαθήτρια του Εσπερινού ΓΕΛ Ηρακλείου που μας αφιέρωσε το χρόνο της για να μοιραστεί μαζί μας τις σκέψεις της!

Επίσης τον εκπαιδευτικό του σχολείου μας κο Ντίνα Θεόδωρο που μας βοήθησε να βρούμε μαθητές που επιθυμούσαν να δώσουν συνέντευξη σε μαθητές γυμνασίου.

**Επιμέλεια άρθρου :**  
**Κατσαράκη Χριστίνα**  
**Μαθήτρια Γ4**



## Ήρωες της καθημερινότητας

# Συνεντεύξεις από μαθήτριες του Εσπερινού ΓΕΛ Ηρακλείου Κρήτης

Η κα Δ. : “Η δύναμή μας δεν είναι μόνο σωματική αλλά και πνευματική”

- “Όταν ήμουν στη δευτέρα γυμνασίου έμεινα στην ιστορία αργότερα έμαθα ότι είχα δυσλεξία. Τότε δεν το ήξερα. Η ιστορία λοιπόν της δευτέρας γυμνασίου μου φάνηκε δύσκολη. Το μυαλό μου δεν συγκρατούσε τίποτα και έτσι οι γονείς μου δεν μπορούσαν να διανοηθούν ότι θα πάω

φροντιστήριο για την ιστορία. Πήγα μόνο στη φυσική, στη χημεία και στα μαθηματικά. Λέω στους γονείς μου να κάνουμε ιδιαίτερα στην ιστορία. Δεν το δέχτηκαν έτσι δίνω και εγώ εξετάσεις και τίποτα. Η φιλόλογος μας

με αγαπούσε πάρα πολύ και στη δευτέρα γυμνασίου που με πήρε μία άλλη κυρία την παρακάλεσε .να με πάρει με ανταλλαγή, δεν δέχτηκε. Από εκείνη τη στιγμή η συγκεκριμένη καθηγήτρια με πήρε με στραβό μάτι και έκανε το παν για να μείνω. Ντράπηκα μετά και δεν ξαναπήγα στη δευτέρα γυμνασίου από ντροπή και έτσι πήγα στη δουλειά . Τότε επειδή ήμουνα καλή στη ζωγραφική με πήραν να τους κάνω ρετούς σε φωτογραφίες, τότε που τα κάναμε στο χέρι και έτσι προχώρησε ζωή μου. Παντρεύτηκα

τον γνώριζα από παιδί, γείτονας και αν και δεν έπρεπε να γίνει τόσο σύντομα ,έγινε, και παντρεύτηκα. Μέχρι τη μέρα που γέννησα δούλευα στο εργαστήριο και μέχρι ενός ετών που ήταν το μωρό δεν μπορούσα να το αφήσω γι αυτό είχα πάρει μία κάμερα και τραβούσα βίντεο, ασχολιόμουν, όπως επίσης έφτιαχνα μπιζού και τα πουλούσα. Πέρασε

ο καιρός μετά πήγα στο Κρήτη tv άνοιξα δικό μου μαγαζί το είχα 23 χρόνια και μετά έλεγα κακώς που δεν τελείωσα το σχολείο και άρχισα να με τρώει το μαράζι. Άρχισε να μου μπαίνει

σαν ιδέα! Μετά ο ξάδερφός μου που ήταν στον Άγιο Νικόλαο και μου λέει ότι κάνω μαθήματα σε ενήλικες και λέω πώς γίνεται αυτό και μου λέει γίνεται και στο Ηράκλειο και στην Τύλισο. Εγώ όμως είχα το μαγαζί και δεν μπορούσα να πάω στην Τύλισο ήτανε πολύ μακριά και τι θα γινόταν στο μαγαζί; Μετά χώρισα πέρασα καρκίνους έκλεισα το μαγαζί και λέω τώρα όπα, μπορώ! Μου λέει η αδερφή μου τότε που είχαμε το πρώτο lockdown μου ότι έχει έρθει στα δειλινά και πάω και γραφτούμε, πήγα να το βγάλω έτσι επειδή το ήθελα δεν ήθελα να συνεχίσω το λύκειο .Με την καμία. Μετά την

-“Εάν θέλαμε να βάλουμε μία εικόνα ή έναν πίνακα που να συνοδεύει το άρθρο για εσάς, τι θα θέλατε”;

- “Μία τίγρη”

