

Παλαιοβράχα

ΕΤΟΣ 1ο • ΑΡ. ΦΥΛΛΟΥ 2 • ΜΑΡΤΙΟΣ 2017

ΤΡΙΜΗΝΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ ΤΟΥ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΤΩΝ ΑΠΑΝΤΑΧΟΥ ΠΑΛΑΙΟΒΡΑΧΙΝΩΝ
ΓΡΑΦΕΙΑ: ΠΟΛΙΤΕΙΟΣ ΚΟΙΝΟΤΙΚΗ ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ - Τ.Κ. 35003 ΠΑΛΑΙΟΒΡΑΧΑ ΦΘΙΩΤΙΔΑΣ

Αειφόρος Ανάπτυξη στην Παλαιοβράχα Μπορούμε και θέλουμε

Διανύοντας τον όγδοο μήνα από την ίδρυση του συλλόγου μας, μια μικρή αλλά άκρως ενδιαφέρουσα αφήγηση άρχισε να δημιουργείται. Αναζητούμε εκείνες τις σχέσεις για μια υγιή και δημιουργική συλλογικότητα, μια τοπική κοινωνία ελπίδας.

Αυτό που μπορεί να εμπνεύσει όλα τα παραπάνω είναι ο **ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΣ**.

Για να επιτύχουμε αυτό που ονομάζουμε πολιτισμό πρέπει όλοι μας να συνεισφέρουμε το μέγιστο των δυνατοτήτων, αντιλαμβανόμενοι τις υποχρεώσεις που τον διέπουν. Ηθική, αλληλεγγύη, συνεργατικότητα, αλληλοσεβασμός, σύνθεση απόψεων.

Σε λίγους μόλις μήνες κατορθώσαμε να θεσμοθετήσουμε αρκετά πράγματα, όπως την έκδοση της εφημερίδας και τη γιορτή κρασιού, παράλληλα με τις εκδηλώσεις των Χριστουγέννων και της Αποκριάς.

Επειδή πολιτισμός όμως δεν είναι μόνο η ψυχαγωγία, αλλά και η υγεία και η διατροφή, ξεκινάμε δράσεις και σ' αυτόν τον τομέα.

Τη Δευτέρα 27 Μαρτίου, ως Δ.Σ του Συλλόγου, καλέσαμε στο χωριό μας τον γεωπόνο Ηλία Κάνταρο και την υπεύθυνη της GREENPEACE για αγροτικά θέματα Ναταλία Τσιγαρίδου, οι οποίοι μας επισκέφθηκαν με σκοπό να μας ενημερώσουν για τις εναλλακτικές καλλιέργειες, οι οποίες θα είναι φιλικές προς το περιβάλλον και οικονομικά αποδοτικές.

Στη συνάντηση παραβρέθηκαν και νέοι αγρότες και κτηνοτρόφοι του χωριού μας. Μετά από μια εφ' όλης της ύλης ενδιαφέρουσα συζήτηση διαπιστώσαμε ότι υπήρχε καταρχήν

συμφωνία και κατά δεύτερον ένας ευδιάκριτος μικρός ενθουσιασμός. Αποφασίστηκε λοιπόν να ξεκινήσουμε με ένα σεμινάριο για τα κτηνοτροφικά φυτά, και μάλιστα αυτά που μπορούν με αξιώσεις να αντικαταστήσουν την (εισαγόμενη, ακριβή και 99% μεταλλαγμένη) σόγια.



GREENPEACE

Στα πλαίσια αυτά το Δ.Σ. του Συλλόγου μας πήρε την πρωτοβουλία να διοργανώσει από κοινού με τον Δήμο Μακρακώμης, το Σάββατο 29 Απριλίου και ώρα 10:00-15:00 στο Συνεδριακό Κέντρο Σπερχειάδας «Αθανάσιος & Μαίρη Ακριδα», εκδήλωση με αντικείμενο τα κτηνοτροφικά φυτά και τις εναλλακτικές καλλιέργειες.

Μπορούμε, θέλουμε και πρέπει να πούμε όχι σ' αυτόν τον άτυπο χημικό πόλεμο στον τομέα της παραγωγής και της διατροφής, που καταστρέφει τις τωρινές και μελλοντικές γενιές. Μπορούμε και θέλουμε να διδαχθούμε από τις παραδοσιακές και υγιεινές μεθόδους καλλιέργειας, οι οποίες μπορούν να είναι και προσοδοφόρες.

Η κρίση μπορεί να γίνει αφορμή για νέα σκέψη και νέα οράματα.

Μπορούμε να επανασυνδεθούμε με τη ΦΥΣΗ με έναν «φυσικό» τρόπο, αντλώντας από την κοινοτική μας παράδοση, την πλούσια εμπειρία των παλαιότερων και αξιοποιώντας παράλληλα τη σύγχρονη γνώση σε συνάρτηση με την οικολογική ευαισθησία και τον σεβασμό στο περιβάλλον.

Αγαπώντας το θα το ανταποδώσει πολλαπλάσια!!!



*Καλή
Ανάσταση*

Κοινωνικά

ΘΑΝΑΤΟΙ:

- Η Τσιλιμάγκου Λεμονιά σύζυγος Κωνσταντίνου, γεννηθείσα το 1924 στην Παλαιοβράχα Φθιώτιδος, απεβίωσε στις 17-12-2016 και κηδεύτηκε Παλαιοβράχα στις 18-12-2016.
- Η Τσιφτοσή Ελένη σύζυγος Φωτίου, γεννηθείσα στις 30-6-1938 στον Άγιο Γεώργιο Τυμφορηστού, απεβίωσε στις 27-1-2017 και κηδεύτηκε Παλαιοβράχα στις 28-1-2017.
- Η Τσιφτοσή Ελισσάβη σύζυγος Φωτίου, γεννηθείσα στις 24-5-1918 στην Παλαιοβράχα Φθιώτιδας, απεβίωσε στις 1-2-2017 και κηδεύτηκε στην Παλαιοβράχα στις 2-2-2017.
- Η Κελεπούρη Μαρία του Λάμπρου, γεννηθείσα στις 26-1-1960 στην Παλαιοβράχα Φθιώτιδας, απεβίωσε στις 19-3-

2017 και κηδεύτηκε στην Παλαιοβράχα στις 20-3-2017.

- Ο Ράπτης Αθανάσιος του Γεωργίου, γεννηθείς στις 3-1-1923 στην Παλαιοβράχα Φθιώτιδας, απεβίωσε στις 31-3-2017 και κηδεύτηκε στην Παλαιοβράχα στις 1-4-2017.

Ως Δ.Σ. του Συλλόγου συλλυπούμαστε τους συγγενείς και φίλους των αποδημησάντων με την προσδοκία της συγχώρεσης και της ανάπαυσης των ψυχών τους.



Ενημερώνουμε τους φίλους αναγνώστες ότι για όποιον θέλει να καταθέσει την ετήσια συνδρομή μέλους (ποσού 10€) ή την οικονομική του ενίσχυση μέσω τραπεζής, ο ΣΥΛΛΟΓΟΣ διατηρεί ΛΟΓΑΡΙΑΣΜΟ ΟΨΕΩΣ στην ΤΡΑΠΕΖΑ ΠΕΙΡΑΙΩΣ με αριθμό **GR73 0171 2910 0062 9114 0026 758** (παρακαλούμε με την κατάθεση να συμπληρωθούν στα σχόλια ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ και ΠΛΗΡΗΣ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ του καταθέτη) ή να υπάρξει τηλεφωνική ενημέρωση του ταμιά στον αριθμό 6973779605.

Σας ευχαριστούμε εκ προοιμίου



ΔΡΑΣΕΙΣ ΑΠΟ ΤΗΝ ΟΜΑΔΑ ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΤΟΥ ΧΩΡΙΟΥ ΜΑΣ

Στις γιορτές των Χριστουγέννων με πρωτοβουλία της Ομάδας Γυναικών του Συλλόγου διενεργήθηκε bazaar (μπαζάρ) με μεγάλη επιτυχία τόσο από προσέλευση κόσμου όσο και από οικονομικής πλευράς που έγινε για πρώτη φορά στο χωριό μας. Ευχαριστούμε όλους όσους βοήθησαν και όσους μας τίμησαν με την παρουσία τους ενημερώνοντας παράλληλα ότι τα έσοδα (150€) παραδόθηκαν στο ταμείο του Συλλόγου ώστε να διατεθούν μελλοντικά για διάφορες ανάγκες του χωριού μας.

Πωλούνται αγροτεμάχια στην Παλαιοβράχα

- 1) 1,5 στρέμματα στη θέση Μισοραχιά με ελιές
- 2) 1 στρέμμα (περίπου) στη θέση Άγιος Παντελεήμονας
- 3) 1,5 στρέμματα στη θέση Πέρα Κάμπος (ποτιστικά)
- 4) 3 στρέμματα στη θέση Λόγγος (ποτιστικά)

Τηλέφωνο επικοινωνίας:
6978530365 κ. Ντίνα

ΚΑΚΟΣΜΙΑ ΣΩΜΑΤΟΣ

Η κακή αναπνοή, ή αλλιώς η κακοσμία/δυσσοσμία του στόματος ευθύνεται κυρίως στην κακή στοματική υγιεινή.

Πρώτη συμβουλή το νερό. Φυσικό εμπόδιο ενάντια στην κακοσμία του στόματος είναι το σάλιο. Χωρίς αυτό έρχεται η ξηροστομία, η οποία με την σειρά της συμβάλλει στην ανάπτυξη των βακτηρίων που προκαλούν την κακή αναπνοή. Πίνοντας άφθονο νερό ανά σύντομα χρονικά διαστήματα δεν προλαβαίνει το στόμα σας να ξεραίνεται.

Δεύτερη συμβουλή οι τσίχλες και οι καραμέλες χωρίς ζάχαρη. Η ζάχαρη στις τσίχλες και τις καραμέλες ανακατεύεται με τα βακτήρια του στόματος και στην πραγματικότητα επιδεινώνει το πρόβλημα, πάρα το λύνει. Το μυστικό είναι να επιλέγετε τσίχλες και καραμέλες χωρίς ζάχαρη.

Τρίτη συμβουλή το πράσινο τσάι. Τα αντιμικροβιακά στοιχεία που έχει το πράσινο τσάι λειτουργούν ως ένα φυσικό «αποσμητικό στόματος». Το πράσινο τσάι εκτός την αναπνοή βοηθάει και στην καλύτερη γενική υγεία.

Τέταρτη συμβουλή ξύστρα γλώσσας. Το ειδικό αυτό εξάρτημα στοματικής υγιεινής με το οποίο ξύνεται την επιφάνεια της γλώσσας σας και απομακρύνετε μεγαλύτερο ποσοστό βακτηρίων απ' ότι με την οδοντόβουρτσα. Οι περισσότεροι δεν βουρτσίζουν τη γλώσσα τους με την οδοντόβουρτσα!

Πέμπτη συμβουλή καλή, τακτική, σχολαστική στοματική υγιεινή. Φροντίστε τα δόντια σας και μην ξεχνάτε να τα βουρτσίζετε 2 φορές την ημέρα, χωρίς να παραμελείτε την γλώσσα σας.

ΒΙΡΓΙΝΙΑ ΡΑΠΤΗ

Συνδρομές - Εισφορές

Παρατίθεται κατάλογος κατ' αλφαβητική σειρά όσων ενεγράφησαν μέλη του Συλλόγου το πρώτο τρίμηνο του 2017 συνεισφέροντας την υποχρεωτική ετήσια συνδρομή μέλους των 10€ αλλά και μια επιπλέον εισφορά για την ενίσχυσή του. Τους ενημερώνουμε ότι κατέστησαν αυτοδικαίως μέλη του με όλα τα δικαιώματα και τις υποχρεώσεις που απορρέουν από το Καταστατικό ίδρυσης. Το ΔΣ τους ευχαριστεί ολόθερμα για την οικονομική βοήθεια αλλά και την ηθική συμπαράσταση που προσέφεραν σε χαλεπούς καιρούς.

Παράλληλα ευχαριστούμε την Ομάδα Γυναικών του χωριού μας για το ποσό που μας έδωσε, έσοδο του επιτυχημένου χριστουγεννιάτικου bazaar που διοργάνωσε.

1	ΑΘΑΝΑΣΙΟΥ	ΒΑΣΙΛΙΚΗ	του	ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΥ	10
2	ΒΑΡΣΟΥ	ΠΕΡΣΕΦΟΝΗ	του	ΚΩΝ/ΝΟΥ	20
3	ΒΑΣΙΛΕΙΑΔΗ	ΕΙΡΗΝΗ	του	ΕΥΣΤΑΘΙΟΥ	10
4	ΒΟΥΒΟΥΛΟΥΔΑ	ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ	του	ΚΩΝ/ΝΟΥ	10
5	ΓΙΑΚΟΥΜΑΤΟΣ	ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ	του	ΕΡΩΤΟΚΡΙΤΟΥ	25
6	ΓΙΑΚΟΥΜΑΤΟΣ	ΕΡΩΤΟΚΡΙΤΟΣ	του	ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΥ	25
7	ΕΥΣΤΑΘΙΟΥ	ΔΗΜΗΤΡΑ	του	ΓΕΩΡΓΙΟΥ	10
8	ΕΥΣΤΑΘΙΟΥ	ΑΦΡΟΔΙΤΗ	του	ΕΥΘΥΜΙΟΥ	30
9	ΖΑΡΙΚΑΣ	ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ	του	ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΥΣ	10
10	ΖΑΧΑΡΗ	ΕΥΦΡΟΣΥΝΗ	του	ΣΠΥΡΟΥ	20
11	ΚΑΡΑΜΠΟΥΛΑ	ΓΙΟΛΑΝΤΑ	του	ΚΩΝ/ΝΟΥ	10
12	ΜΠΑΚΑΣΟΥΛΑΣ	ΙΩΑΝΝΗΣ	του	ΓΕΩΡΓΙΟΥ	10
13	ΜΠΑΛΑΦΑΣ	ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ	του	ΚΩΝ/ΝΟΥ	20
14	ΜΠΑΛΑΦΑΣ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ	του	ΚΩΝ/ΝΟΥ	10
15	ΜΠΟΝΑΤΣΟΣ	ΙΩΑΝΝΗΣ	του	ΣΩΤΗΡΙΟΥ	20
16	ΜΥΛΩΝΑΣ	ΗΛΙΑΣ	του	ΗΛΙΑ	5
17	ΝΙΚΟΛΑΟΥ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ	του	ΚΩΝ/ΝΟΥ	50
18	ΠΑΤΑΡΓΙΑΣ	ΝΙΚΗΦΟΡΟΣ	του	ΧΡΗΣΤΟΥ	20
19	ΡΑΠΤΗΣ	ΗΛΙΑΣ	του	ΘΡΑΣΥΒΟΥΛΟΥ	10
20	ΡΑΠΤΗΣ	ΙΩΑΝΝΗΣ	του	ΑΘΑΝΑΣΙΟΥ	50
21	ΡΑΠΤΗΣ	ΚΩΝ/ΝΟΣ	του	ΠΑΝΑΓΙΩΤΗ	20
22	ΡΑΠΤΗΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ	του	ΙΩΑΝΝΟΥ	20
23	ΣΠΥΡΟΠΟΥΛΟΥ	ΑΝΔΡΙΑΝΑ	του	20	20
24	ΤΣΕΡΓΑ	ΔΗΜΗΤΡΑ	του	ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ	10
25	ΤΣΕΡΓΑ	ΕΛΕΝΗ	του	ΝΙΚΟΛΑΟΥ	20
26	ΤΣΕΡΓΑΣ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ	του	ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ	20
27	ΤΣΕΡΓΑΣ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ	του	ΝΙΚΟΛΑΟΥ	30
28	ΤΣΙΛΙΜΑΓΚΟΣ	ΓΡΗΓΟΡΙΟΣ	του	ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ	10
29	ΤΣΙΜΠΑΝΟΣ	ΝΙΚΟΛΑΟΣ	του	ΚΩΝ/ΝΟΥ	10
30	ΤΣΙΦΤΣΗ-ΡΑΠΤΗ	ΒΑΣΙΛΙΚΗ	του	ΚΩΝ/ΝΟΥ	20
31	ΤΣΟΓΚΑ	ΓΕΩΡΓΙΑ	του	10	10
32	ΤΣΟΓΚΑΣ	ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ	του	ΕΥΑΓΓΕΛΟΥ	20
33	ΧΑΝΗΣ	ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	του	ΕΥΑΓΓΕΛΟΥ	20
34	ΟΜΑΔΑ ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΠΑΛΑΙΟΒΡΑΧΑΣ				150

«Παλαιοβράχα»

Τριμηνιαία ενημερωτική έκδοση
του Πολιτιστικού Συλλόγου
των Απανταχού Παλαιοβραχινών

Εκδότης:

Πολιτιστικός Σύλλογος
των Απανταχού Παλαιοβραχινών
Γραφεία:
Πολίτειος Κοινοτική Βιβλιοθήκη
Παλαιοβράχα Τ.Κ. 35003

Υπεύθυνος Έκδοσης:

Τσιρώνης Κώστας
Πρόεδρος του Συλλόγου
τηλ. 6977 694345
e-mail: tsironik@otenet.gr

Υπεύθυνος ύλης

Βάρσος Χρόνης
τηλ. 6973 779605
e-mail: chvarsos@otenet.gr

Συντακτική Ομάδα:

Τσίγκανος Κανάρης
τηλ. 693 2230890
ktsingan@gmail.com
Καρυσιανός Δημήτρης
τηλ. 6942 983864
dkaristianos@yahoo.com
Χαντζούλης Κώστας
τηλ. 6973 633019
kostashantzoulis84@gmail.com

www.palaiovraxa.gr

γραφικές
Τ < Χ > Ν < > Σ

ΜΠΕΛΛΗΣ
Εκτυπώσεις
ψηφιακές & offset
ΠΑΠΑΓΙΑΝΝΙΔΗ 3 • ΛΑΜΙΑ
Τηλ. & fax: 22310 46619
e-mail: bellisk@otenet.gr
www.bellis-print.blogspot.gr

ΤΟ ΜΕΛΙ

ΤΟ ΜΕΛΙ

Η αξία του μελιού έχει εκτιμηθεί από τα πανάρχαια χρόνια. Στους αιγυπτιακούς παπύρους, πριν από 3.500 χρόνια αναφέρεται το μέλι ως θεραπευτικό μέσο. Στο βιβλίο της ζωής των αρχαίων Ινδών αναφέρεται ότι



η ζωή παρατείνεται όταν στη καθημερινή τροφή υπάρχει το γάλα και το μέλι. Το νέκταρ αποτελούσε την τροφή των αθανάτων Ολύμπιων Θεών. Με μέλι ανατράφηκε ο Δίας από τη νύμφη Μέλισσα. Ο Ιπποκράτης συνιστούσε το μέλι για τη θεραπεία πολλών ασθενειών, το ίδιο και ο Αριστοτέλης που πίστευε ότι το μέλι παρατείνει τη ζωή. Οι Αιγύπτιοι προσέφεραν στους θεούς τις κηρήθρες με μέλι ως πολύτιμο δώρο αφοσίωσης και εξευμενισμού.

Το μέλι είναι το τρόφιμο που συλλέγουν οι μέλισσες από ζωντανά μέρη των φυτών η από εκκρίσεις εντομών, που μεταφέρουν στην κυψέλη τους, το μεταποιούν, εμπλουτίζουν με τις δικές τους ουσίες και αποθηκεύουν στις κηρήθρες τους μέχρι να ωριμάσει. Σύμφωνα με τις αγορανομικές διατάξεις είναι τρόφιμο και όχι φάρμακο. Το νέκταρ που συλλέγουν οι μέλισσες και τα χημικά εκκρίματα το μετατρέπουν σε μέλι, αφού υπόκεινται σε κατεργασίες όπως την χημική αλλαγή των ζαχάρων, την απομάκρυνση ενός μεγάλου ποσοστού νερού και την προσθήκη ουσιών από τις μέλισσες (εμπλουτισμός) κ.ά.

- Το μέλι, εκτός του ότι αποτελεί άριστη φυσική γλυκαντική ουσία, έχει και θεραπευτικές ιδιότητες:

- ο στα έλκη στομάχου, στην αϋπνία, στους πονοκεφάλους, στις καρδιακές παθήσεις κ.ά.

- Αυξάνει την αιμοσφαιρίνη του αίματος και συνεπώς τη μυϊκή δύναμη

- Στα παιδιά βοηθά στην οστεοποίηση και σε εξωτερική χρήση έχει αντιβακτηριακές ιδιότητες.

ΧΗΜΙΚΗ ΣΥΝΘΕΣΗ ΜΕΛΙΟΥ

Υπάρχει μεγάλη διαφορά στη σύνθεση των διαφόρων μελιών, γιατί προέρχονται από διαφορετικά άνθη. Έτσι η μέση σύσταση των μελιών των ΗΠΑ μπορεί να διαφέρει από εκείνη των μελιών της Ελλάδας και άλλων χωρών αν έχουν διαφορετικό κλίμα και διαφορετική χλωρίδα. Έτσι η χημική σύνθεση του μελιού εξαρτάται από:

- την υγρασία του μελιού,
- τα σάκχαρα (συνήθως περιέχει δύο απλά σάκχαρα τη δεξτρόζη (γλυκόζη) και τη λεβουλόζη (φρουκτόζη))
- τα οξέα,
- τα μεταλλικά στοιχεία,
- τα ένζυμα (ιμπερτάση, διαστάση, οξειδάση της γλυκόζης και άλλα ένζυμα),
- τις πρωτεΐνες και τα αμινοξέα,
- τις βιταμίνες,

- τα φυσικά χρωστικά υλικά και
- τους κόκκους γύρης.

ΘΡΕΠΤΙΚΗ ΑΞΙΑ ΤΟΥ ΜΕΛΙΟΥ

- Τα ζάχαρα του μελιού είναι απλά, απορροφούνται αμέσως, γι' αυτό και το μέλι είναι μια γρήγορη πηγή ενέργειας για τον οργανισμό για τους αθλητές, τα παιδιά, τις εγκύους, τους αρρώστους και για κάθε ταλαιπωρημένο οργανισμό.

- Το μέλι έχει ανόργανα στοιχεία γνωστά σαν ιχνοστοιχεία, τα οποία παίζουν σπουδαίο ρόλο στο μεταβολισμό και στη θρέψη, είναι συστατικά του σκελετού και των κυττάρων, συμμετέχουν σε διάφορα ενζυμικά συστήματα και τέλος ρυθμίζουν την οξύτητα του στομάχου.

- Η συγκέντρωση των βιταμινών που έχει το μέλι δεν είναι αρκετή για τις ημερήσιες ανάγκες μας, βοηθούν όμως για την απορρόφηση των ζαχάρων.

- Το μέλι έχει αντισηπτικές ιδιότητες, είναι τονωτικό, αυξάνει το ρυθμό λειτουργίας της καρδιάς, μειώνει προβλήματα έλκους στο στομάχι και γενικά συμβάλλει στη καλή λειτουργία του ανθρώπινου οργανισμού.

- Η κατανάλωση μελιού βοηθάει στη γρηγορότερη αποκατάσταση της υγείας σε περιπτώσεις αναιμίας, λόγω σιδήρου που περιέχει.

- Το μέλι βοηθά σημαντικά στο ταχύτερο μεταβολισμό του οιοπνεύματος με αποτέλεσμα να απαλλάσσεται κανείς γρηγορότερα από την κατάσταση μέθης.

- Το μέλι έχει υψηλή περιεκτικότητα σε χολίνη που βοηθά ιδιαίτερα άτομα που λόγω της καθιστικής εργασίας υποφέρουν από δυσκοιλιότητα.

- Το μέλι έχει αντιμικροβιακή δράση και εμποδίζει την ανάπτυξη των βακτηρίων και άλλων παθογόνων οργανισμών. είναι χρήσιμο για την επούλωση και τον καθαρισμό ή την απολύμανση πληγών.

Επίσης λόγω της υψηλής θρεπτικής του αξίας το μέλι πρέπει να προτιμάται καταναλωτή. Υπάρχουν δεκάδες βιβλία γραμμένα για το μέλι, που εξυμνούν το θαυμάσιο προϊόν αυτό της φύσης. Οι ποιοι σημαντικοί λόγοι για τους οποίους ο καταναλωτής, ιδιαίτερα ο Έλληνας, πρέπει να προτιμά το μέλι αντί της ζάχαρης είναι:

- Για το Ελληνικό μέλι δεν έχει γραφεί τίποτε εναντίον.

- Αντίθετα η ζάχαρη έχει κατηγορηθεί για πληθώρα παρενεργειών στον άνθρωπο. Το υψηλό επίπεδο χοληστερίνης, οι πονοκέφαλοι, η κούραση, η ερεθιστικότητα, η δυσκοιλιότητα αποδίδονται κατά ένα μεγάλο μέρος στην κοινή ζάχαρη.

- Η ζάχαρη είναι ένα βιομηχανοποιημένο προϊόν αποτέλεσμα χημικής επεξεργασίας.

- Το μέλι είναι ένα φυσικό βιολογικό προϊόν, κατευθείαν από τη φύση, και δεν επιδέχεται καμία επεξεργασία.

- Η ζάχαρη αποτελείται αποκλειστικά από σακχαρόζη.

- Το μέλι περιέχει 180 διαφορετικές ουσίες, οι οποίες αναμειγνύονται με τέτοιο τρόπο ώστε κανείς μέχρι τώρα δεν έχει μπορέσει να το φτιάξει τεχνητά παρά τη γνωστή σύνθεση του.

ΚΑΝΑΡΗΣ ΤΣΙΓΚΑΝΟΣ
μελισσοπαγωγός

Χοιρινό με σέλινο αυγολέμονο

Υλικά για 10 μερίδες

- 2,5 κιλά χοιρινή σπάλα χωρίς κόκαλο
- Χυμό 2 λεμονιών
- Λίγο Κορνφλαουερ
- 50 γρ. βούτυρο γάλακτος
- 200 γρ. ψιλοκομμένο κρεμμύδι
- 1 1/2 λίτρο ζωμό κρέατος
- 2,5 κιλα σέλινο βρασμένο
- 5 κρόκους
- Αλάτι και πιπέρι



Εκτέλεση: Αλατοπιπερώνουμε το κρέας και το τοποθετούμε σε κατσαρόλα με το κρεμμύδι.

Αχνίζουμε με 100 γραμμάρια νερό. Μόλις εξατμιστεί προσθέτουμε το βούτυρο και το σοτάρουμε.

Στη συνέχεια ρίχνουμε το ζωμό και σιγοβράζουμε για 2 ώρες περίπου. Όταν βράσει αφαιρούμε το κρέας και περνάμε τη σάλτσα.

Μέσα εκεί προσθέτουμε πάλι το κρέας, το σέλινο και κάνουμε το αυγολέμονο.

Καλή επιτυχία!!!

Tiramisu

Υλικά (8 μερίδες)

- 10 αυγά (6 κροκοί και 4 ολόκληρα)
- 250 γρ. ζάχαρη
- 1 kg μασκαρπόνε
- 100 γρ. σαβαγιαρ
- 150 γρ. κονιάκ
- 1 σφηνάκι Gran Marnier
- 50 γρ. κουβερτούρα
- 25 γρ. καφές εσπρέσο

Εκτέλεση: Χτυπάμε τα αυγά με τη ζάχαρη στο μίξερ. Αφού φουσκώσουν, προσθέτουμε το μασκαρπόνε και συνεχίζουμε να χτυπάμε με το χέρι μέχρι το μείγμα να γίνει ομοιογενές.

Βουτάμε τα σαβαγιαρ σε μείγμα του κονιάκ, του gran Marnier και του εσπρέσο και τα τοποθετούμε ως βάση του γλυκού.

Προσθέτουμε το αρχικό μείγμα.

Σερβίρουμε με την τριμμένη κουβερτούρα, λίγο κακάο σκόνη και εάν θέλουμε να δώσουμε περισσότερο ένταση στο σερβίρισμα περιχύνουμε το γλυκό μας με επιπλέον εσπρέσο.

Καλή επιτυχία!!!

ΚΩΣΤΑΣ ΧΑΝΤΖΟΥΛΗΣ
Επαγγελματίας μάγειρας

Η γιορτή των Χριστουγέννων

Τα φετινά Χριστούγεννα, ιδίως την παραμονή, βιώσαμε κάτι διαφορετικό από άλλα χρόνια ίσως γιατί ως μέλη του ΔΣ του Συλλόγου είπαμε τα κάλαντα σχεδόν σε όλο το χωριό (όσο ήταν εφικτό), ανταλλάξαμε ευχές, γνωρίσαμε σπίτια και σοκάκια που μας ήταν άγνωστα ή ξεχασμένα. Οι συγχωριανοί μας καλοδέχτηκαν, μας φίλεψαν γλυκά αλλά και τον οβολόν τους, σε καιρούς τόσο δύσκολους, γι' αυτό και τους ευχαριστούμε εκ βαθέων.

Το βράδυ της παραμονής έγινε μια πρώτη προσπάθεια να οργανωθεί μια εκδήλωση με διαφορετικό χαρακτήρα, αλληλογνωριμίας, οικειοθελούς συνεισφοράς κρασιού και μεζεδών μαζί με μουσική και χορό για να τιμήσουμε την Άγια μέρα που ξημέρωνε. Οι εντυπώσεις όλων μας ήταν οι καλύτερες. Μακάρι τα επόμενα Χριστούγεννα να οργανωθεί ακόμη καλύτερα μια βραδιά ανταμώματος και συλλογικότητας που τόσο λείπει στις μέρες μας.

Ασφαλιστικό - Λογιστικό & Φοροτεχνικό Γραφείο

Καραγιάννης Κωνσταντίνος & Συνεργάτες
Πτυχιούχος Οικονομικών Επιστημών Πανεπιστ. Αθηνών

Τηλ.: 210.72.58.119 • Κινητό: 6977090797
Fax : 210.72.58.119
email: karagiannis_k@otenet.gr

Αναξαγόρα 9, Καισαριανή 16121



Η γιορτή της Αποκριάς

Χιλιάδες χρόνια τώρα, οι άνθρωποι δημιουργούν ευκαιρίες για να βρίσκονται μαζί, να μοιράζονται χαρές, λύπες, σκέψεις, συναισθήματα, κυρίως συναισθήματα χαράς. Να γιορτάζουν...

Αρπάξαμε και εμείς την ευκαιρία της Αποκριάς και το γιορτάσαμε δεόντως.

Με περίσσιο κέφι, καλή διάθεση, αλληλεγγύη και φαντασία μαζευτήκαμε στην όμορφη πλατεία μας, γύρω από τις αναμμένες φωτιές. Ο χορός προέκυψε αβίαστα - φρόντισε να μας παρασύρει ο Δημήτρης ο Κολοβός, με τις ξεσηκωτικές μουσικές του.

Οι έξυπνες, ευφάνταστες, αστείες και πρωτότυπες μεταμφιέσεις, απογείωσαν το κέφι και τα πειράγματα πήγαν σύννεφο.

Το άφθονο κρασί χαλάρωσε αναστολές και ντροπές, και στο τέλος τους δείξαμε μέχρι και πως το τρίβουν το ... πιπέρι!



Κρασί ναι, αλλά όχι ξεροσφύρι. Πεντανόστιμα σουβλάκια, ψημένα με μεράκι και μαστοριά από τον Κώστα Χαντζούλη, τον Πάνο Αθανασίου, τον Κώστα Κραβαρίτη και τον Γιάννη Μπακασούλα, κεράστηκαν σε όλους, δικούς μας και ξένους και προφανώς δεν έφτασαν...

Η λαχειοφόρος αγορά με την κλήρωση 53 δώρων (!) προκάλεσε ζωηρή ευθυμία στους νικητές που διαδέχτηκε την αρχική τους αγωνία για το αποτέλεσμα της επιλογής, καθώς και φανερή απογοήτευση σε όσους προσδοκούσαν να συνδυαστεί η ωραία βραδιά με ένα δώρο αλλά ατύχησαν ...

Οι επισκέπτες -και δεν ήταν λίγοι- έμειναν ενθουσιασμένοι, και υποσχέθηκαν να είναι παρόντες και του χρόνου.

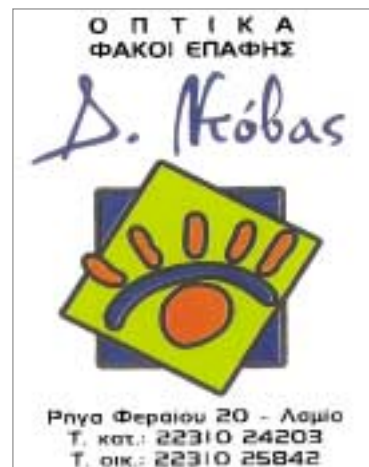
Το χωριό μας σιγά σιγά οργανώνεται, ενώνεται, ανθίζουν οι άνθρωποί του, ξεδιπλώνονται οι δυνάμεις μας, τα ταλέντα μας, και είναι πολλά.

Κι ας μην ξεχνιόμαστε: ενωμένοι μπορούμε να τα καταφέρουμε, διαιρεμένοι να χαθούμε... (όπως θα έλεγαν και οι εξ εσπερίας αγγλιστί: together we stand, devited we fall...)

ΥΓ. Το ΔΣ του Συλλόγου ευχαριστεί όσους παρευρέθησαν στην εκδήλωση και μας στήριξαν, καθώς και τους επιχειρηματίες που με τις προσφορές τους συνέβαλαν στη διεξαγωγή της ιδιαίτερα επιτυχημένης λαχειοφόρου αγοράς. Παράλληλα ζητούμε προκαταβολικά κατανόηση για τυχόν λάθη, αστοχίες και παραλείψεις. Ραντεβού του χρόνου λοιπόν...



«Το στέκι του Σωκράτη»
Κουφαλιώτης Σωκράτης
Βελεστίνου 19 - Αμπελόκηποι
210 6980182 - Αθήνα





ΑΠΟΚΡΙΕΣ 2017

Ο ΕΚΛΟΓΙΚΟΣ ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΤΗΣ ΠΑΛΑΙΟΒΡΑΧΑΣ ΤΟ 1865



Παρά τους χαλεπούς καιρούς που ζούμε, το ιστορικό βάρος που φέρει η πατρίδα μας καθώς και το πολιτιστικό φορτίο που μας έχει σημαδέψει εδώ και αιώνες, είναι ανεκτίμητα. Η ιστορική μνήμη μάλιστα, αποκτά ιδιαίτερη σημασία, όταν αφορά μικρές κοινωνίες, συλλογικότητες, οικεία πρόσωπα και τοπία.

Μ' αυτό το σκεπτικό μια «βουτιά» στο προ 150ετίας παρελθόν του χωριού μας θα αναζωπύρωνε τις μνήμες, θα φρεσκάριζε το νου, θα αγαλλίαζε την ψυχή, γεμίζοντάς μας θύμησες, ονόματα περασμένα ή και ξεχασμένα, μα πάντα ζωντανά στη συνείδηση όσων θέλουν να αντλήσουν κάτι από τα παλιά.

Σύμφωνα με την απογραφή του 1861 στο τότε μικρό και

ΧΡΟΝΗΣ ΒΑΡΣΟΣ Φιλόλογος-Ιστορικός Ερευνητής

μόλις 30 ετών, Ελληνικό κράτος, που έφτανε μέχρι λίγο παραπάνω από τη Λαμία, κατοικούσαν 1.096.810 άνθρωποι. Το χωριό μας, η Παλαιοβράχα, των 550 περίπου ανθρώπων, ανήκε στον τότε Δήμο Σπερχειάδος με πληθυσμό 5.534 κατοίκους. Η έδρα του Δήμου, η Σπερχειάδα (Αγά) είχε μόλις 387 κατοίκους!

Με βάση τον εκλογικό κατάλογο της 18ης Φεβρουαρίου 1865, το σύνολο των εκλογέων του Δήμου ανερχόταν στους 1.438 πολίτες, αποκλειστικά άνδρες άνω των 21 ετών, οι οποίοι ταξινομούνταν χωροταξικά στα 16 χωριά του Δήμου, ως εξής:



Γαρδίκι Ομιλαίων	308
Σέλινη (Μάρμαρα)	182
Φτέρη	120
Μπρούφλιανη (Δίλοφο)	115
Παλαιοβράχα	114
Αγά (Σπερχειάδα)	89
Γυφτοχώρι (Καλλιθέα)	87
Κυριακοχώρι	77
Κλωνί	67
Χαλίη (Μεσοποταμία)	64
Κολοκυθιά	54
Στάγια (Πλάτανος)	46
Αργύρια	45
Καμπιά	37
Κουφόδεντρα	22
Νικολίτσι	11
ΣΥΝΟΛΟ ΔΗΜΟΥ	1.438

Ας δούμε όμως ποιοι ήταν αυτοί οι 114 άνδρες συγχωριανοί μας με εκλογικά δικαιώματα το 1865, δηλαδή 150 χρόνια πριν:

ΕΠΙΘΕΤΟ	ΟΝΟΜΑ	ΠΑΤΡΩΝΥΜΟ	ΗΛΙΚΙΑ	ΕΠΑΓΓΕΛΜΑ
Αναστασίου	Αθανάσιος	του Αναστασίου		γεωργός
Αναστασίου	Γεώργιος	του Αθανασίου	35	γεωργός
Αναστασίου	Κωνσταντίνος	του Αθανασίου	26	γεωργός
Αναστασίου	Λάμπρος	του Αθανασίου	70	γεωργός
Αναστασίου	Χρήστος	του Δημητρίου	37	γεωργός
Ανδρίτσος	Γεώργιος	του Ιωάννου	28	γεωργός
Ανδρίτσος	Κωνσταντίνος	του Ιωάννου	26	γεωργός
Αντωνίου	Αθανάσιος	του Αντωνίου	35	γεωργός
Αντωνίου	Ιωάννης		35	γεωργός
Βαϊνάς	Γεώργιος	του Αθανασίου	45	γεωργός
Βράχας	Γεώργιος	του Κωνσταντίνου	30	γεωργός
Βράχας	Κωνσταντίνος	του Γεωργίου	25	γεωργός
Βρίζης	Δημήτριος	του Κωνσταντίνου	35	γεωργός
Γεωργίου	Δημήτριος	του Γεωργίου	47	γεωργός
Γεωργίου	Ιωάννης		42	γεωργός
Γούλας	Δημήτριος	του Γεωργίου	22	γεωργός
Γούλας	Ευάγγελος	του Γεωργίου	28	γεωργός
Δάσκαλος	Αποστόλης	του Κωνσταντίνου	60	γεωργός
Δάσκαλος	Ευάγγελος	του Αποστόλου	32	γεωργός
Θεοδοσίου	Λουκάς	του Αλεξάνδρου	35	γεωργός
Καλόγηρος	Δημήτριος	του Αντωνίου	55	γεωργός
Καραδήμας	Αναστάσιος	του Παναγιώτη	60	γεωργός
Καρέλης	Ιωάννης	του Γεωργίου	50	γεωργός
Καρέλης	Νικόλαος	του Γεωργίου	40	γεωργός
Κατσανός	Κωνσταντίνος	του Γεωργίου	29	γεωργός
Κολοβός	Γρηγόριος	του Ιωάννου	25	γεωργός

Κολοβός	Γεώργιος	του Ιωάννου	23	γεωργός
Κοντοκώστας	Δήμος	του Κωνσταντίνου	25	γεωργός
Κοντοκώστας	Κωνσταντίνος	του Δημητρίου	40	γεωργός
Κόντος	Δημήτριος	του Νικολάου	35	γεωργός
Κότσιου	Ευάγγελος	του Κωνσταντίνου	35	γεωργός
Κραββαρίτης	Νικόλαος	του Παναγιώτη	42	γεωργός
Κυρκόπουλος	Βασίλειος	του Ιωάννου	40	στρατιώτης
Κωφός	Ευάγγελος	του Αντωνίου	25	γεωργός
Λάμπου	Γρηγόριος	του Γεωργίου	27	κτηματίας
Μαραθιώτης	Βασίλειος	του Νικολάου	42	γεωργός
Μητσάκης	Κωνσταντίνος	του Δημητρίου	37	έμπορος
Μπακασούλας	Αθανάσιος	του Κωνσταντίνου	27	ποιμήν
Μπακασούλας	Δημήτριος	του Κωνσταντίνου	25	ποιμήν
Μπακασούλας	Κωνσταντίνος		50	ποιμήν
Μπακασούλας	Πέτρος		40	ποιμήν
Μπακασούλας	Χαράλαμπος		38	ποιμήν
Μπαλάφας	Αθανάσιος	του Δημητρίου	35	γεωργός
Μπαλέσα	Ελευθέριος	του Κωνσταντίνου	27	γεωργός
Μπαρμπάτσης	Γεώργιος	του Δημητρίου	40	γεωργός
Μπαρτσώκας	Αριστείδης	του Γεωργίου	26	γεωργός
Μπαρτσώκας	Κωνσταντίνος	του Γεωργίου	30	γεωργός
Μποτίνης	Κωνσταντίνος	του Γεωργίου	35	γεωργός
Νικολάου	Γεώργιος	του Νικολάου	65	γεωργός
Νικολάου	Χρήστος	του Γεωργίου	35	γεωργός
Ντερελής	Κωνσταντίνος	του Αντωνίου	37	γεωργός
Ντρούνας	Γεώργιος	του Ιωάννου	50	γεωργός
Ξάνθης	Αναστάσιος		37	στρατιώτης
Παπαδημητρίου	Κωνσταντίνος	του Δημητρίου	25	γεωργός
Παπάς	Ιωάννης	του Γρηγορίου	30	γεωργός
Παπάς	Κωνσταντίνος	του Γρηγορίου	26	γεωργός
Παταργιάς	Βασίλειος	του Δημητρίου	40	γεωργός

Παταργιάς	Κωνσταντίνος του Βασιλείου	23	γεωργός
Πλατανιάς	Γρηγόριος του Γεωργίου	25	γεωργός
Πλατανιάς	Γεώργιος του Δημητρίου	60	γεωργός
Πολίτης	Αναγνώστης του Κωνσταντίνου	35	γεωργός
Πρέσσας	Αθανάσιος του Νικολάου	50	γεωργός
Πρέσσας	Ελευθέριος του Αθανασίου	32	γεωργός
Πρέσσας	Νικόλαος του Αναστασίου	23	ποιμνήν
Ράπτης	Βασίλειος του Δημητρίου	22	γεωργός
Ράπτης	Γεώργιος του Δημητρίου	26	γεωργός
Ράπτης	Δημήτριος του Γεωργίου	70	γεωργός
Ράπτης	Ευάγγελος του Ιωάννου	26	γεωργός
Ράπτης	Ιωάννης του Δημητρίου	68	γεωργός
Ρεέμης	Γεώργιος του Μαργαρίτη	60	γεωργός
Ρίζος	Αναστάσιος του Τριανταφύλλου	37	γεωργός
Σαλούρος	Γεώργιος του Ιωάννου	48	γεωργός
Σαλωνίτης	Ηλίας του Κωνσταντίνου	80	γεωργός
Σιάμπαλης	Ιωάννης του Αθανασίου	35	γεωργός
Σκοτιδας	Γεώργιος του Ιωάννου	24	γεωργός
Σπαής	Δημήτριος του Γεωργίου	50	γεωργός
Σταμάτης	Δημήτριος του Αθανασίου	24	γεωργός
Σταμάτης	Ευάγγελος του Αθανασίου	32	γεωργός
Σταμάτης	Ιωάννης του Γεωργίου	60	γεωργός
Σταμάτης	Κωνσταντίνος του Ιωάννου	25	γεωργός
Τάσιος	Ιωάννης	42	γεωργός
Τάσιου	Αθανάσιος του Αναστασίου	31	γεωργός
Τριανταφύλλου	Αναστάσιος του Γρηγορίου	27	παντοπώλης
Τριανταφύλλου	Αντώνιος του Γρηγορίου	23	γεωργός
Τριπαμπούκης	Ιωάννης του Γεωργίου	52	γεωργός
Τριπαμπούκης	Στάμος του Γεωργίου	23	γεωργός
Τριπαμπούκης	Χρήστος του Γεωργίου	35	γεωργός
Τσάβαλος	Ιωάννης του Δημητρίου	38	χωροφύλακας
Τσατσαμπράτσας	Ιωάννης του Γεωργίου	45	γεωργός
Τσεργάς	Παναγιώτης του Νικολάου	37	γεωργός
Τσιάκας	Ανδρέας του Χριστόδουλου	42	κτηματίας
Τσιάκας	Λεωνίδα του Χριστόδουλου	35	κτηματίας
Τσιάκας	Χριστόδουλος	70	κτηματίας
Τσιλιμάγκος	Αθανάσιος του Δημητρίου	26	γεωργός
Τσιλιμάγκος	Γεώργιος του Δημητρίου	32	γεωργός
Τσιλιμάγκος	Δημήτριος του Αθανασίου	40	γεωργός
Τσιλιμάγκος	Δημήτριος του Αθανασίου	70	γεωργός
Τσιλιμάγκος	Ευάγγελος του Δημητρίου	28	γεωργός
Τσιλιμάγκος	Ιωάννης του Σπύρου	35	γεωργός
Τσιλιμάγκος	Κωνσταντίνος του Γεωργίου	37	γεωργός
Τσιλιμάγκος	Σπύρος του Αθανασίου	60	ποιμνήν
Τσιφτοής	Γεώργιος του Ιωάννου	26	γεωργός
Τσιφτοής	Ιωάννης του Γεωργίου	60	γεωργός
Φωλιάς	Κωνσταντίνος του Ιωάννου	37	γεωργός
Χανής	Αθανάσιος του Δημητρίου	35	γεωργός
Χανής	Δημήτριος του Ιωάννου	75	γεωργός
Χανής	Ευάγγελος του Δημητρίου	30	γεωργός
Χανής	Ιωάννης του Δημητρίου	27	γεωργός
Χανής	Κωνσταντίνος του Δημητρίου	40	γεωργός
Χανής	Νικόλαος του Δημητρίου	35	γεωργός
Χαραυγής	Χρήστος του Δημητρίου	60	γεωργός
Χατζίσκος	Χρήστος του Γρηγορίου	55	κτηματίας
Χειμώνας	Δημήτριος του Γεωργίου	60	γεωργός
Χριστογιάννης	Κωνσταντίνος του Ιωάννου	30	γεωργός

Δυστυχώς δεν εντόπισα τον εκλογικό κατάλογο του 1891 που υπάρχει για άλλους Δήμους της Φθιώτιδας, κάτι το οποίο θα μας έδινε απαντήσεις για το πόσοι από τους παραπάνω Παλαιοβραχινούς βρίσκονταν στο χωριό ή ήταν εν ζωή 26 χρόνια μετά. Σε κάθε περίπτωση για όσους διαβάσουν το άρθρο εύχομαι να βρείτε στον κατάλογο τον μακρινό σας πρόγονο ή τουλάχιστον να αποκτήσετε το ερέθισμα για μια επιπλέον έρευνα του οικογενειακού σας δέντρου.

ΑΝΑΤΡΕΧΟΝΤΑΣ ΣΤΟ ΠΑΡΕΛΘΟΝ

Στον παρόντα κατάλογο γίνεται μια απόπειρα καταγραφής ονομάτων που αφορούν παλιούς δασκάλους του χωριού μας, ιερείς, ιεροψάλτες, νεωκόρους και επιτρόπους, πρόσωπα γνωστά σε πολλούς, κυρίως παλιότερους ή και τελείως άγνωστα στους νεότερους. Ευελπιστώ ότι μέσα από τους πίνακες που παρατίθενται, πολλοί από τους αναγνώστες, αναζητώντας συγγενείς, γείτονες ή φίλους, θα κάνουν μια ευχάριστη και ωφέλιμη αναδρομή στο παρελθόν του χωριού μας συντηρώντας άσβεστη τη σπίθα της μνήμης.

ΔΑΣΚΑΛΟΙ ΧΩΡΙΟΥ

Τσιλιμάγκος Ηλίας
Μητσάκης Χαράλαμπος
Τριπαμπούκης Παναγιώτης
Παπαευθυμίου Γεώργιος
Παταργιάς Αθανάσιος
Πάσιος Βασίλειος
Κωνσταντίνου Ηλίας
Φωλιάς Κωνσταντίνος
Πρέσσας Χριστόφορος
Σιάμπαλης Χρήστος
Τσιλιμάγκος Σοφοκλής
Παπαϊωάννου Ελισάβετ
Αντωνίου Παναγιώτα
Ζαχαρή Ευφροσύνη
Τσέτσου Λαμπρινή
Χανή Βασιλική
Πανάγου Μαριάνθη
Πολίτης Δημήτριος

ΙΕΡΕΙΣ ΧΩΡΙΟΥ

Τριανταφύλλου Δημήτ. (1836)
Πολίτης Ανδρέας
Πολίτης Λάμπρος
Παπαευθυμίου Ευθύμιος
Κόντος Νικόλαος
Καραθανάσης Κωνσταντίνος
Ράπτης Ιωάννης

ΙΕΡΕΙΣ ΕΚ ΠΑΛΑΙΟΒΡΑΧΑΣ ΣΕ ΑΛΛΕΣ ΕΝΟΡΙΕΣ

(αποβιώσαντες)
Ράπτης Γρηγόριος
(Αγία Μαρίνα-Ράχες)
Ράπτης Κωνσταντίνος
(Ανω Καλλιθέα)
Χαραυγής Κωνσταντίνος
(Νεοχωράκι)
Ξάνθης Αναστάσιος
(Παναγία Δέσποινα - Λαμία)
Τσιαχρής Δημήτριος
(Αγία Βαρβάρα)

ΙΕΡΕΙΣ ΕΚ ΠΑΛΑΙΟΒΡΑΧΑΣ

ΣΕ ΑΛΛΕΣ ΕΝΟΡΙΕΣ

(ζώντες)

Τσιλιμάγκος Γεώργιος
(Άγιος Γεώργιος)
Τριπαμπούκης Αναστάσιος
(Αγ. Απόστολοι - Παγκράτι
Λαμίας)
Παπαστάμου Παναγιώτης
(Πύργος Υπάτης)

ΙΕΡΟΨΑΛΤΕΣ

(αποβιώσαντες)

Ράπτης Χρήστος
Κωνσταντίνου Ιωάννης
Ράπτης Κωνσταντίνος
Μοίρης Γεώργιος
Ευσταθίου Ταξιάρχης
Τσιλιμάγκος Παναγιώτης
Παπαευθυμίου Βλάσης
Χαραυγής Κωνσταντίνος
Μανώλης Νικόλαος

ΝΕΩΚΟΡΟΙ

(αποβιώσαντες)

Τσιρώνη Ελένη
Πέτρου Λεωνίδα
Ράπτης Νικόλαος
Χανή Κονδυλία
Ράπτης Ευάγγελος
Αντωνίου Αλέξανδρος
Παπαστάμου Αιμίλιος
Ευσταθίου Γεώργιος

ΕΠΙΤΡΟΠΟΙ

(αποβιώσαντες)

Γεωργίου Δημήτριος
Τσιφτης Αναστάσιος
Τσεργάς Γεώργιος
Τσεργάς Νικόλαος
Ευσταθίου Γεώργιος
Ευσταθίου Κωνσταντίνος
Χανής Βασίλειος
Χανής Ευάγγελος
Μανώλης Ευάγγελος
Τσιλιμάγκος Ηλίας
Κοντοκόστας Φώτιος
Λαμπρακόπουλος Λάμπρος
Λαμπρακόπουλος Ηλίας
Κραββαρίτης Αθανάσιος
Κυρίσης Νικόλαος
Κολοβός Γρηγόριος
Ράπτης Γρηγόριος
Ξυνογάλος Ηλίας
Πάσιος Αθανάσιος
Κραββαρίτης Γεώργιος
Τριπαμπούκης Κωνσταντίνος
Κωστούλας Νικόλαος

ΒΙΒΛΙΟΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ

Τον Οκτώβριο του 2016 κυκλοφόρησε από τις εκδόσεις της Λαμιάτικης εφημερίδας Λαμιακός Τύπος, το βιβλίο του συγχωριανού μας Βασίλη Κακατέ «*Η ΟΔΥΣΣΕΙΑ ΜΟΥ*» Ένας άξιος Έλληνας της Αμερικής.

Στις 24 σελίδες του (40 μαζί με τις φωτογραφίες), κατατίθεται μια πορεία ζωής ενός νεαρού παιδιού από την Παλαιοβράχα που βρέθηκε στα παιδικά του χρόνια μέσα στο μάτι του κυκλώνα όλων των τρομερών πολιτικο-στρατιωτικών γεγονότων - πόλεμος, κατοχή, στιγμές ηρωισμού και θριάμβων αλλά και εμφύλιου σπαραγμού και αλληλοεξόντωσης - που συντάραξαν την πατρίδα μας αλλά και την περιοχή της δυτικής Φθιώτιδας ειδικότερα.

Γεννημένος το 1936, βίωσε την απουσία του πατέρα του στο αλβανικό μέτωπο, την αγωνία της μάνας και το φόβο της πιθανής απώλειας. Η εισβολή των Γερμανών και η κατάρρευση του μετώπου, έφεραν το Βασίλη ως μικρό παιδί τότε, μπροστά στη νέα εμπειρία της ναζιστικής κατοχής με αποκορύφωμα τον εμπρησμό του χωριού μας τον Αύγουστο του 1944. Την απελευθέρωση διαδέχτηκε η ελπίδα μιας καλύτερης μέρας μαζί με τη φτώχεια, τα ερείπια αλλά - το χειρότερο - το φόβο ενός εμφύλιου σπαραγμού που φαινόταν στον ορίζοντα.

Ο Β. Κακατές θυμάται μέσα από τη γραφή του, πως το χωριό και η περιοχή συνολικά, βρέθηκαν στο κέντρο των συγκρούσεων ανάμεσα σε παρακρατικές συμμορίες, χωροφύλακες, στρατό και αντάρτες. Ο εμφύλιος πόλεμος συμπάρεσυρε τα πάντα στο διάβα του και διέλυσε την οικογενειακή πραγματικότητα του Βασίλη. Ο πατέρας συνελήφθη για συνεργασία με τους αντάρτες και εξορίστηκε, ενώ ο πληθυσμός της Παλαιοβράχας (όπως φυσικά και όλης της υπαίθρου) μετακινήθηκε αναγκαστικά για δύο χρόνια στη Λαμία, λόγω του ότι η περιοχή αποτελούσε ζώνη πολεμικών επιχειρήσεων, διαβιώντας σε παραπήγματα υπό άθλιες συνθήκες. Ο Βασίλης και οι συνομήλικόι του ενθλιώθηκαν απότομα, βίαια και πέραν του ορίου.

Στο βιβλίο, μας παρατίθεται και η θύμηση μιας επίσκεψης στο παντελώς έρημο χωριό, μεσούντος του εμφύλιου, προς ανεύρεση τροφίμων, όπου αποτυπώνεται με ζωντάνια η θλιβερή πραγματικότητα της εποχής.

Από μικρός αναγκάστηκε να δούλεψε λόγω της απουσίας του εξόριστου πατέρα. Η βοσκή αγελάδων και προβάτων, η εργασία σε αμπέλια και οικοδομές, εμπλούτιζαν τις εμπειρίες του μικρού Βασίλη και τον έφεραν πιο κοντά στον κόσμο της σκληρής εργασίας, της αγωνίας του μεροκάματου, παράλληλα με τις αγριότητες του εμφύλιου που αποτυπώνονταν βίαια στα μάτια του μικρού παιδιού (χαρακτηριστικό το περιστατικό με τα κομμένα κεφάλια των ανταρτών στη Σπερχειάδα σε μια δημόσια επίδειξη «ηρωισμού» των νικητών...).

Ο νεαρός Βασίλης μη αντέχοντας την απόλυτη φτώχεια και ταλαιπωρία που βίωνε, στην κατεστραμμένη από τον τριετή εμφύλιο Ελλάδα, κατέφυγε - όπως χιλιάδες άλλοι νέοι εκείνη την εποχή - στην Αθήνα όπου έγινε ράφτης.

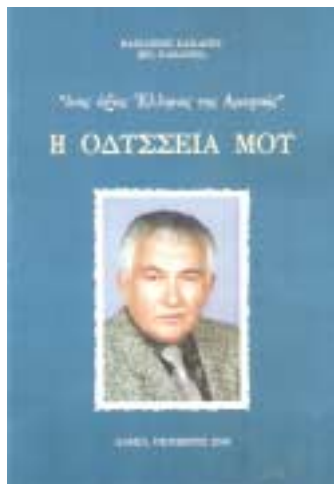
Ακολούθησε, μέσω γάμου, η οδός της μετανάστευσης στις ΗΠΑ προς ανεύρεση μιας καινούργιας ζωής στην αμερικάνικη μεγαλούπολη του Σικάγο των 3,5 εκατομμυρίων, στην πολιτεία του Ιλλινόις (με πληθυσμό 10 εκατομμύρια τότε), δίπλα στην τεράστια λίμνη Μίτσιγκαν. Μια πολιτεία σε επίπεδο έκτασης και πληθυσμού μεγαλύτερη από την Ελλάδα!

Ο Β. Κακατές, ασχολούμενος πλέον επαγγελματικά με τη ραπτική και το εμπόριο, συμμετείχε ενεργά στην οικονομική και πολιτιστική ζωή της πόλης, στα πλαίσια της εκεί ελληνικής κοινότητας (πάνω από 100.000 σήμερα), συμβάλλοντας στο μέτρο των δυνατοτήτων του στην ανάπτυξη και πρόοδο των Ελλήνων μεταναστών του Σικάγο.

Ο Βασίλης έζησε στη φτώχεια, πείνασε, κοπίασε, έγινε μάρτυρας μιας εξαιρετικά βίαιης εποχής (1940-1949), ξενιτεύτηκε, εργάστηκε σκληρά, πλούτισε, πρόκοψε, έκανε οικογένεια, παιδιά και εγγόνια, συνέβαλε τα μέγιστα στην ελληνική παροικία του Σικάγο και σήμερα μέσω του βιβλίου του, μας παραδίδει τις εμπειρίες της ζωής του και τη σοφία που αποκόμισε, μεταλαμπαδεύοντας ελπίδα και αισιοδοξία σε μια περίοδο παρακμής και γενικευμένης κατάθλιψης.

Να'σαι πάντα καλά φίλε Βασίλη, εσύ και τα αγαπημένα σου πρόσωπα, υγιής, δυνατός, δημιουργικός και πνευματικά δραστήριος.

ΧΡΟΝΗΣ ΒΑΡΣΟΣ
φιλόλογος



Ανταμώματα...

γράφει η Γιώτα Βουβουλούδα

Παλαιοβράχα...Χριστούγεννα.

Κρύο και βροχή και κρύο... ο τόπος.

Κι οι άνθρωποι; Ζεστοί και όμορφοι και γελαστοί.

Παραμονή Χριστουγέννων. Παραμονή της αγάπης και της χαράς.

Και ειπώθηκε και συμφωνήθηκε. Μια γιορτή και μια χαρά και μια συντροφιά να ανταμώσουν και να γλεντήσουν. Μαζί. Το χρόνο που πέρασε, το χρόνο που έρχεται. Να γνωριστούμε πάνω στο χορό και το τραγούδι και το κρασί.

Οι πιο καλές γνωριμίες γίνονται πάνω στο χορό, το τραγούδι και το κρασί.

Γιατί αυτά είναι αληθινά. Τίποτα ψεύτικο δεν μπορεί να έχουν.

Είπαν οι Θεοί πως, αφού οι άνθρωποι φτιάχνουν και ζουν ψέματα πολλά, θελημένα και αθέλητα μες την κάθε μέρα, ας τους δώσουν τρία πράγματα - ευχές... να ξέρουν γιατί αξίζει να ζουν.

Και κει πάνω απ την πλατεία...στα ψηλά και στα ζεστά, ένας Σύλλογος όμορφος και φρέσκος μάζεψε τους ανθρώπους του τόπου, ντόπιους και ξένους να γλεντήσουν και να χαρούν. Να γίνουν όλοι ντόπιοι.

Κι έγινε όπως έπρεπε. Στην πόρτα οι γυναίκες να μας υποδέχονται με χίλια δυο καλά και δώρα για να στηριχτεί η προσπάθειά τους για το χωριό, και ανεβαίνοντας τις σκάλες... τραπέζια το ένα δίπλα στο άλλο και φαγητά απ' το κάθε σπίτι υπηρετώντας το κοινό τραπέζι... και κρασί από τα βαρέλια όλων για όλους.

Κι ο Δημήτρης να μας βάζει τραγούδια...λαϊκά και δημοτικά και νησιώτικα και να μη λείει όχι σε καμία παραγγελιά και μεις να χορεύουμε και να κρατάμε ο ένας το χέρι του άλλου και να γινόμαστε μια καλή συντροφιά.

Και κράτησε πολύ. Όπως έπρεπε σ' ένα τέτοιο γλέντι. Το τιμήσαμε και μας τίμησε.

Και ξημέρωσαν Χριστούγεννα κι εμείς ξημερώσαμε ήμεροι και χαρούμενοι.

Και πέρασαν οι μέρες και φύγαμε, όσοι έπρεπε να φύγουμε. Και ξαναταμώσαμε αλλού, αφού πια είχαμε γίνει παρέα καλή.

Κι όπως κάνει ο καιρός πάντα-καλά αυτό που ξέρει να κάνει- περνάει σα νερό...πέρασε και πέρασε κι ήρθαν οι Απόκριες.

Και ξαναβρεθήκαμε. Εκεί.

Τώρα μέσα στην πλατεία. Με κέφι πάλι και χορό και τραγούδι.

Ο Σύλλογος πάλι διοργανωτής να χτίζει γλέντι, να ζωηρέψει ο τόπος, να διώξει το κρύο και το χιόνι του χειμώνα, να ακουστούν βήματα χορού στην πλατεία, να καμαρώσουν οι παλιοί τους νέους κι όσοι έφυγαν πια, να ξέρουν πως τίποτα δεν πήγε χαμένο.

Ακόμα τραγουδάμε, ακόμα χορεύουμε και πίνουμε και γλεντάμε. Στο όνομα των τόπων, των ανθρώπων-ζωντανών και νεκρών, των καιρών που έρχονται και φεύγουν. Στο όνομα της παρέας που πάντα βρίσκει λόγο και τρόπο να βρίσκεται. Να μιλά για τα καλά, να ξεχνά το κακό, να πολεμά το λίγο και να υπηρετεί το αληθινό.

Να στε καλά όλοι. Να στε γεροί να μας ανταμώνετε. Και μεις να τιμάμε αυτό το σμίξιμο όμορφο και καλά. Και του χρόνου κι ευχαριστούμε!

Χρόνης Κ. Βάρσος
Φιλόλογος - Ιστορικός Ερευνητής
Παράδοση ιδιαίτερων μαθημάτων
Συγγραφή ιστορικών άρθρων

τηλ. 22310 37509 - κιν. 6973779605
email: chvarsos@otenet.gr
Αιγίνης 14 - Λαμία 35131

Key Travel
Αντα Παπαμαχαρά

κομμάτι - ειδικά γευσιγασίας - διακοπές

Πύρρονος 20 - Λαμία
ΤΗΛ: 22310 28829 - Κιν: 6948542611
e-mail: antapapa@gmail.com
βλ. ΥΟ Καρδίτσας

γαία
ΠΡΟΪΟΝΤΑ ΓΗΣ

Πύρρονος 2 - Λαμία
Τηλέφωνο: 22310 28829

επισκευές, εγκαταστάσεις, συντηρήσεις, καθαρισμοί, απορρυπαντικά, απορρυπαντικά, απορρυπαντικά, απορρυπαντικά

ΚΑΤΣΟΠΙΑΝΝΟΣ

Πύρρονος 2 - Λαμία
Τηλέφωνο: 22310 28829