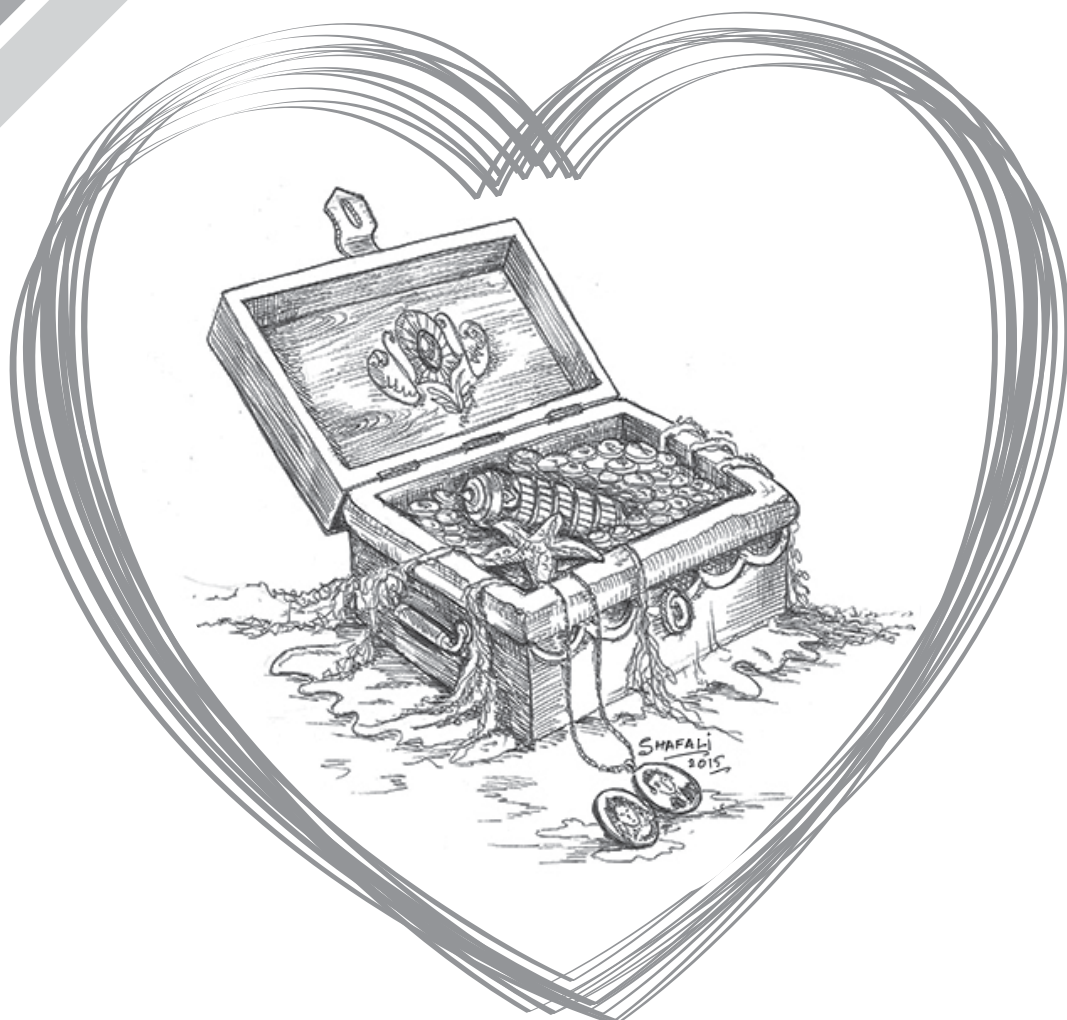




**ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ
& ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ ΔΗΜΟΥ ΓΑΛΑΤΣΙΟΥ
Κ.Α.Π.Η. ΓΑΛΑΤΣΙΟΥ**

Ο θησαυρός της δικής μας καρδιάς

ΤΕΥΧΟΣ 2
ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ 2017



Ο ΘΗΣΑΥΡΟΣ της δικής μας καρδιάς

Το ταξίδι της διάσωσης και διάδοσης του Θησαυρού της δικής σας καρδιάς, που από το πρώτο τεύχος αποδείχτηκε πολύτιμος, σημαντικός και ανεξάντλητος, συνεχίζεται με το δεύτερο τεύχος που κρατάτε στα χέρια σας.

Το τεύχος αυτό περιέχει πλούσιο υλικό, που μεταξύ άλλων θα μας ταξιδέψει: στα παλιά ξεχασμένα επαγγέλματα, στα μαθητικά σας χρόνια, στις γεωργικές φθινοπωρινές εργασίες, στην αξία των χρημάτων και το κόστος της ζωής τότε, στο παλιό όμορφο Γαλάτσι, στα μαρτυρικά χρόνια της κατοχής και γενικά στο χθες.

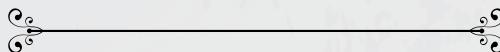
Το β' τεύχος λοιπόν είναι το επόμενο δρομολόγιο του ταξιδιού μας και στόχο έχει να σας καλωσορίσει από τις καλοκαιρινές σας διακοπές

και να σας βοηθήσει να προσαρμοστείτε ομαλά στο Φθινόπωρο που ξεπροβάλλει.

Παράλληλα είναι το δώρο μας για όλους εσάς που γιορτάζεται την 1η του Οκτώβρη, που είναι η μεγάλη γιορτή της Τρίτης Ηλικίας.

Σας το παραδίδουμε λοιπόν με την ευχή να είστε πάντα καλά, να νιώθετε ενεργοί και χρήσιμοι και να συνεχίσετε να είστε στήριγμα εμπειρίας, γνώσης και προσφοράς για τις νεότερες γενιές.

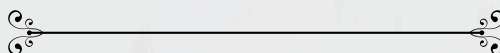
**Χρόνια σας Πολλά, Καλό Φθινόπωρο
και καλή ανάγνωση**



Το πέρασμα των χρόνων σας έχει χαρίσει αμέτρητες χαρές αλλά και λύπες. Έντονες συγκινήσεις και ανάμικτα συναισθήματα. Έτσι όμως, έχετε μάθει να αντιμετωπίζετε με γενναιότητα τις αντίξοες συνθήκες αλλά και να εκτιμάτε περισσότερο τη ζωή και αυτά που προσφέρει.

Συνεχίστε λοιπόν γεροί και δυνατοί, με κέφι για τη ζωή και δείξτε και σε μας τους νεότερους τον δρόμο. Υγεία σε σας και τις οικογένειες σας και ό,τι καλύτερο!

ΔΗΜΑΡΧΟΣ ΓΑΛΑΤΣΙΟΥ ΓΙΩΡΓΟΣ ΜΑΡΚΟΠΟΥΛΟΣ



Σας ευχόμαστε να έχετε καλή υγεία, να συνεχίσετε να είστε δραστήριοι και ενεργοί. Υποστηρικτικοί στον εαυτό σας, στην οικογένεια σας και την κοινωνία. Η δύναμη και οι αντοχές σας είναι άξιες θαυμασμού και παράδειγμα προς μίμηση.

Σας οφείλουμε σεβασμό και τιμή για όλα όσα έχετε προσφέρει αλλά και συνεχίζετε να προσφέρετε. Αποτελείται τον φάρο της ελληνικής οικογένειας.

Συνεχίστε έτσι γεμάτοι ενθουσιασμό και δημιουργικότητα και εμείς θα είμαστε δίπλα σας!

Χρόνια πολλά μα πάνω απ' όλα Χρόνια Καλά με υγεία σε σας και τις οικογένειες σας!

ΠΡΟΕΔΡΟΣ Ο.Κ.Π.Α. ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ ΣΠΗΛΙΟΠΟΥΛΟΥ – ΧΡΥΣΑΓΗ

Η ιστορία του καπνού

Γεννήθηκα και μεγάλωσα με τα 8 αδέρφια μου σ' ένα χωριό της Αιτωλοακαρνανίας, στην Παντάνασσα Τριχωνίδας Αγρινίου.

Ο πατέρας μου ήταν καπνοπαραγωγός. Φτωχή και πολυμελής οικογένεια. Πάλευε με την παραγωγή καπνού να μας μεγαλώσει.

Απ' ότι θυμάμαι από μικρή, 7-8 χρόνων μπαίναμε και μεις τα παιδιά στην βιοπάλη. Η καλλιέργεια ξεκίναγε τον Μάρτη που πηγαίναμε ακόμη σχολείο.

Οι γονείς μας έσπερναν τον σπόρο σε βραγιές δηλαδή το χώμα το οποίο το είχανε σκάψει και κοπρίσει για να είναι αφράτο.

Το βρέχανε σχεδόν κάθε μέρα μέχρι να φυτρώσει και να μεγαλώσει για να γίνει φυτάνι, μικρό φυτό για φύτεμα.

Αυτό είναι το πρώτο στάδιο και χρειάζονταν να περάσει ένας μήνας και μετά άρχιζε το φύτεμα.

Εδώ πρέπει να πω ότι χρειάζονταν πολλά χέρια για να γίνει η δουλειά και εκείνα τα χρόνια η βοήθεια ερχόταν από συγγενείς και φίλους, ο ένας βοηθούσε τον άλλον, σήμερα εγώ αύριο εσύ.



Βγάζανε λοιπόν το φυτάνι ρίζα ρίζα και το φύτευαν στο χωράφι, αυτό γινόταν τον Απρίλιο με Μάιο και ήταν το δεύτερο μέρος της καλλιέργειας που λέγεται φυτέματα.

Πολύ κουραστική δουλειά από το πρωί ως το βράδυ σκυμμένοι να φυτεύουν ρίζα ρίζα σε απόσταση 40 εκατοστά περίπου σε μεγάλα χωράφια.

Εμείς όταν σχολάγαμε από το σχολείο το μεσημέρι δεν πηγαίναμε σπίτι αλλά στο χωράφι για φαγητό που η μάνα μας είχε φέρει από το πρωί ότι είχε ετοιμάσει.

Εκεί καθόμασταν λίγο και μετά πάλι σχολείο γιατί τότε είχαμε και τα απογεύ-

ματα.

Έτσι τελειώνει και το φύτεμα και αρχίζει το τρίτο μέρος της καλλιέργειας.

Σκάλισμα και πότισμα μέχρι να μεγαλώσει ο καπνός να φτάσει το ένα μέτρο ύψος και αυτό γινόταν μέχρι τέλος Ιουνίου με αρχές Ιουλίου. Εδώ πρέπει να πω ότι όταν τελειώναμε το σχολείο δεν πηγαίναμε διακοπές και μπάνια όπως τα σημερινά παιδιά, μπαίναμε και μεις κανονικά στην δουλειά.

Τώρα πάλι χρειάζονταν πολλά χέρια για το μάζεμα και αρμάθιασμα του καπνού και σ' αυτή την φάση μπορούσαμε να βοηθήσουμε και μεις τους γονείς μας.

Εδώ άρχιζε το πανηγύρι για μας, το λέω έτσι γιατί ήταν κουραστικό, μας ξύπναγε η μάνα μας νύχτα αζημέρωτα για να πάμε να μαζέψουμε φύλλο φυλλό τον καπνό, το φύλλο είχε ένα νουόδι σαν κόλλα και όταν το μαζεύαμε μαύριζαν τα χέρια και τα ρούχα και είχε και μια πίκρα αν ερχόταν στο στόμα.

Βάζαμε τον καπνό στις μεγάλες καλάθες και τις πηγαίναμε στο σπίτι για αρμάθιασμα. Έπρεπε η δουλειά αυτή να γίνει πρωί πρωί πριν βγεί ο ήλιος να έχει τελειώσει το μάζεμα.

Ήταν πανηγύρι γιατί για να ξεχάσουμε την νύστα και την κούραση τότε με γέλια και τότε

με κλάμματα σκαρφιζόμασταν διάφορα.

Όπως μαζεύαμε τον καπνό βρίσκαμε πάνω στις ρίζες πολλά τζιτζίκια και τα πιάναμε και τα βάζαμε ανάμεσα στα φύλλα οπότε όταν αδειάζαμε τις καλάθες στην αυλή σχηματίζοντας ένα βουνό από τα φύλλα και καθόμασταν γύρω γύρω και αρχίζαμε το αρμάθιασμα μας έλεγε η μάνα μας όποιος βρεί το τζιτζίκι θα του δώσω λουκούμι ή καραμέλα, έτσι κάναμε πιο γρήγορα το αρμάθιασμα το οποίο άρχιζε από τις 9.00 μέχρι τις 4-5 το απόγευμα.

Αυτή η δουλειά ήταν κουραστική αλλά και ευχάριστη γιατί ήμασταν όλοι



μαζεμένοι γύρω από τον λόφο καπνού και η μάνα μας τραγουδούσε πολύ ωραία και μας έλεγε τραγούδια και ιστορίες για να περνάει η ώρα.

Ένα τραγούδι που μας άρεσε και το ζητάγαμε συνέχεια ήταν το αρχοντονιός παντρεύεται που δεν το είχα ακούσει ποτέ από το ραδιόφωνο και το άκουσα μετά από πολλά χρόνια τυχαία και η συγκίνησή μου δεν περιγράφεται.

Το αρμάθιασμα λοιπόν γινόταν ως εξής, περνάγαμε τα φύλλα ένα ένα σε μεγάλες βελόνες και μετά σε κλωστή που τις λέγαμε αρμάθες, μετά τις απλώναμε στις λιάστρες όπως λέγαμε, αυτή η φάση τελείωνε τέλος Αυγούστου.

Τον Σεπτέμβρη πριν αρχίσουν οι βροχές μαζεύαμε και τον σπόρο τις κατσούλες όπως τις λέγαμε που ήταν στην κορυφή της κάθε ρίζας.

Από 30-40 ρίζες περίπου βγάζαμε τον σπόρο για την επόμενη χρονιά και έτσι τελείωνε η δική μας δουλειά στα καπνά και μπορούσαμε για λίγο πριν αρχίσουν τα σχολεία να χαρούμε και να παίξουμε.

Οι γονείς μας όμως δεν τελείωναν εδώ αφού έπρεπε να μαζέψουν τις αρμάθες από τις λιάστρες και να τις κάνουνε βαντάκια, 4-5 αρμάθες μαζί τις τύλιγαν και τις έκαναν σαν μπάλα και τις έβαζαν στην αποθήκη.

Όταν ο καιρός ήταν νοτιάς δηλαδή υγρός για να μην τρίβονται τα φύλλα περνάνε μία μία αρμάθα και προσέχανε μην έχουν μέσα μαύρο φύλλο και τα βάζανε σ' ένα καλούπι που το λέγανε μέγκενη και τα έκαναν δέματα.

Ο έμπορος που θα ερχόταν να πάρει τον καπνό θα έλεγε την ποιότητα και αναλόγως θα έδινε τιμή.

Αυτή ήταν η καλλιέργεια του καπνού που με αυτή μεγάλωσανε γενιές και γενιές.

*Παρασκευοπούλου Ελευθερία,
Α' Κ.Α.Π.Η.*

Ήμουν 16 ετών θυμάμαι! Λίγο ονειροπόλα. Στα εφηβικά μου μάτια τα έβλεπα όλα τόσο φαντασμαγορικά.

Άλλωστε το χωριό μου είχε τόσα πολλά ωραία που δεν χωρούσε καμία αμφιβολία για τις υπέροχες ομορφιές του.

Το είχε ο Μεγάλος Θεός προικίσει με όλα τα κάλλη της φύσης. Δεν θα ήθελα να αφήσω πότε την σκέψη μου να χαθεί στην λήθη του χρόνου, γι' αυτό που θα σας διηγηθώ, μαζί με τόσα άλλα ωραία που έχει το χωριό.

Αναπολώ πολλές φορές και νιώθω σαν να τα ζω τώρα. Είχε λοιπόν ένα μοναδικό λιθόστρωτο του οποίου οι πέτρες ήταν ακατέργαστες. Ξεκινούσε δε ο δρόμος από το ένα χωριό και έφτανε στο άλλο.

Καθώς προχωρούσες, στο μονοπάτι παράλληλα κυλούσε ένα ποταμάκι. Προς το τέλος του πέρναγε κάτω από ένα ωραίο γεφυράκι που ο μύθος ήθελε να το λέει μαγεμένο (εξού και η ονομασία του).

Το βράδυ μόλις έβγαινε το φεγγαράκι στο στερέωμα του ουρανού η πρώτη του δουλειά ήταν να ρίξει τις αργυρές του ακτίδες στα πράσινα νερά του.

Έλεγαν ότι εκείνη την ώρα έβγαιναν και δυο πανέμορφες νεράιδες. Δεξιά λοιπόν ήταν το μονοπάτι. Αριστερά του υπήρχε μια βλάστηση μοναδική. Στη μέση ήταν το ποτάμι.

Σου έδινε την εικόνα ότι όλο αυτό το πράσινο που έπεφτε στην όχθη του

Ομορφιές, Αγάπες & Έρωτες

ρουφούσε ακατάπαυστα το γάργαρα νερό του. Κάθε βραδάκι στις οκτώ, στις όμορφες βραδιές του καλοκαιριού, μαζεύομαστε παρέες, οι πιο πολλοί από μας ήταν ζευγάρια ερωτευμένα, με αγνό αληθινό έρωτα.

Ο δρόμος ήταν σκοτεινός και ερημικός, το μόνο που φωτίζε ήταν αυτός ο έναστρος ουρανός με ενορχήστρωση το ασημένιο φεγγάρι που μας έκανε τη χάρη να είναι πάντα στρογγυλό (πανσέληνος σωστή).

Και μείς για να του δείξουμε πόσο το αγαπάμε του τραγουδούσαμε (φεγγαράκι φωτίζε τα βράδια, τα θερμά φιλιά μας και τα χάδια....) κι άλλα πολλά γλυκά τραγούδια.

Όταν φτάναμε τραγουδώντας στο τέλος του δρόμου, βγαίναμε στο μαγεμένο γεφυράκι, σηκώναμε ένα πετραδάκι από κάτω, το πετάγαμε μέσα στο ποταμάκι και κάναμε μια ευχή για να μας ακούσουν οι καλές νεράιδες και η ευχή να πιάσει.

Περνάγαμε το γεφυράκι και βγαίναμε σε μια μικρή πλατεία με χαμηλό φωτισμό. Επάνω στην θάλασσα υπήρχαν γραφικές ανηφορίες που όποια και αν ανέβαινες θα σε έβγαζε ψηλά στο βουνό.

Στους πρόποδες του βουνού υπάρ-

χουν φτωχικά αλλά όμορφα πεντακάθαρα ασβεστωμένα σπίτια, πιο πάνω απ' αυτά στο ύψωμα, ξεπροβάλλει καμαρωτό το εκκλησάκι του Αη Γιώργη, με το ψηλό καμπαναριό του.

Πλάι του, σαν από θαύμα ανάβλυζε κρυστάλλινο τρεχούμενο νερό που έφτανε στην πλατεία, δρόσιζε και ξεδίψαγε όλο το χωριό και κάθε διαβάτη περαστικό.

Συνεχίζοντας το ταξίδι του έμπαινε σε ένα περιβόλι που ήταν γεμάτο με καλλωπιστικά δέντρα όπως: ακακίες, πικροδάφνες, γαζίες, αγγελικές, μπουκαμβίλιες και άλλα.

Εκεί ανάμεσα σε όλες αυτές τις μυρωδιές υπήρχε ένα μικρό κεντράκι διασκέδασης. Την ώρα που έκανε την εμφάνιση του το φεγγάρι περνώντας από τα πυκνά κλαδιά τους το απαλό γλυκό του φως, μαγεμένοι όλοι άλλαζαν όρκους και υποσχέσεις αγάπης για να παντρευτούν.

Μετά από αυτά πήγαιναν στο κεντράκι και ξεφάντωναν χορεύοντας σάμπα, ρούμπα, ταγκό και ένα γρήγορο βαλς που ξεσήκωνε τις καρδιές κι ανέμιζαν τα φουρό και οι ροζ οργαντίνες...

Θα ήθελα και άλλα πολλά να σας πω ή μάλλον να σας γράψω, αλλά φοβάμαι ότι σας κούρασα και θα σταματήσω εδώ, αφού πρώτα σας πω το λυπηρό ότι τώρα πια το τοπίο αυτό που σας περιέγραφα είναι ξερό.

Ρουγγέρη Κλημεντίνη, Γ' Κ.Α.Π.Η.

Μιλούν τα ορφανά αδέρφια για το δώρο της γιαγιάς, που τα ανασταίνει, μιας και κοντεύει Πρωτοχρονιά.

Ο πιο μικρός πετιέται με μάτια ολόλαμπρα και λέει: «Για την γιαγιά, εγώ θα σας μιλήσω.

Εγώ δώρο δεν θέλω. Πέρσι της πήραμε δώρο της γιαγιάς δόντια. Φέτος πάτε στον μεγάλο γιατρό και ρωτήστε. Δεν μπορούν τάχα αυτοί που κάνουν δόντια να κάνουν και μάτια να βλέπει η γιαγιά μου;

Αχ ολοένα και σβήνουν τα μάτια της. Σε λίγο σας λέω και τον ήλιο δεν θα τον βλέπει. Εμένα, όχι μόνο φέτος, αλλά, ποτέ να μην μου κάνετε δώρο αν τα μάτια είναι ακριβά. Ποτέ! Και αν οι γιατροί δεν μπορούν να τα κάνουν ο Θεός μπορεί.

Να την πάτε στην Βαγγελίστρια να την κάνει να βλέπει. Για να δει εμένα που έχω τα χρυσά μαλλιά και τα μάτια της μητέρας μας, να παρηγορηθεί».

Τα αδέρφια δεν απάντησαν, μόνο το φίλησαν βουρκωμένα.

Αναστασία Παπαδοπούλου, Β' Κ.Α.Π.Η.



Το σχολείο μου

Το σχολείο μου βρισκόταν σ' ένα προάστειο του Ηρακλείου της Κρήτης που εκείνα τα χρόνια ήταν σαν χωριό. Ήταν χτισμένο μέσα στο λιβάδι αρκετά μακριά από τα σπίτια.

Η διαδρομή ήταν λίγο δύσκολη γιατί περνούσες μέσα από τα χωράφια που ήταν κακοτράχαλα και έπρεπε να προσέχεις μην σκοντάψεις στις πέτρες που προεξείχαν.

Όταν έφθανα εκεί, σ' ένα κιόσκι δίπλα στις αίθουσες διδασκαλίας υπήρχε ένα μεγάλο καζάνι με ζεστό γάλα και μια μεγάλη φέτα ψωμιού με τυρί Ολλανδίας, τη γεύση αυτού του γάλακτος που ήταν υπέροχη ακόμη την έχω στο μυαλό μου.

Αφού λοιπόν παίρναμε το πρωινό μας πασούσαμε το περιτύλιγμα του τυριού που γινόταν μια ωραία τσίχλα.

Η μητέρα μου αφού με χτένιζε πριν φύγω μου έδενε ένα τεράστιο φιόγκο στα μακριά μαύρα μου μαλλιά.

Αυτό έδωσε έμπνευση στην δασκάλα μου της πρώτης τάξης να με ζωγρα-

φίσει. Στην αρχή δεν το καταλάβαινα γιατί κάθε μέρα με είχε ένα μισάωρο όρθια και κάτι σχεδίαζε. Το κατάλαβα αφού τελείωσε το έργο της και μου το έδειξε.

Γράφαμε με κονδυλοφόρο που τον βουτούσαμε σε μελάνι συνήθως με γράμματα καλλιγραφικά και για τετράδιο μια πλάκα μικρή όπως ο πίνακας με κιμωλία.

Στα διαλείμματα παίζαμε σε μια αυλή που ήταν στολισμένη με λογής λογής αγριολούλουδα, ήταν σαν λουλουδένιο χαλί με κόκκινες ανεμώνες, λευκά χαμομηλάκια και στολισμένες σαν νυφούλες μαργαρίτες.

Όλα αυτά έδεναν με το κελάηδισμα των πουλιών. Ένιωθες ότι ήσουν τυλιγμένη με ένα μαγικό φως ξεγνοιασιάς και χαράς. Αυτό το κελάηδισμα των πουλιών πολλές φορές μου αποσπούσε την προσοχή την ώρα του μαθήματος, ήταν σαν ουράνια συναυλία.

Στο τέλος της χρονιάς εκτός από τα τραγούδια με τις μαντινάδες που λέγαμε, κάναμε και γυμναστικές επιδείξεις.

Ντυμένοι με τις μπλέ ποδίτσες μας ή με άσπρο πουκάμισο και μπλέ φουστίτσες, χορεύαμε ή κάναμε διάφορα αθλήματα που προκαλούσαν τον θαυμασμό και το χειροκρότημα.

Θυμάμαι και ένα θεατρικό που υποδύομαι τον Αθανάσιο Διάκο, είχα μάθει και έπαιξα τον ρόλο μου με πατριωτισμό και συγκίνηση που πιστεύω ότι αυτά τα συναισθήματα τα μετέδωσα, νιώθοντας τη χαρά με τις αγκαλιές και την αγάπη που εισέπραξα.

Αυτά λοιπόν είναι κάποια κομμάτια από την σχολική περίοδο όπως τα έζησα στον όμορφο τόπο που μεγάλωσα και έχει μείνει για πάντα στην ψυχή μου.

Θα κλείσω με κάτι που είναι άξιο να αναφερθεί και νομίζω ότι ένα παιδί κάπως έτσι βλέπει τον κόσμο με την φιλοσοφία που κλείνει αυτή η μαντινάδα

κανέλα και γαρύφαλο
αρισμαρί και дуόσμο
βάλασμο και βασιλικό
ετσά θελά τον κόσμο

Χρυσούλα Γκιώνη, Γ' Κ.Α.Π.Η.

Τα μαθητικά τα χρόνια

Ο άνθρωπος δεν μπορεί να σταματήσει το χρόνο που κυλάει σα γάργαρο νερό, ούτε όμως και τις αναμνήσεις που τον γυρνούν στα περασμένα.

Πόσες μνήμες υπάρχουν χαραγμένες στο μυαλό ενός παιδιού που έζησε τα πρώτα σχολικά του χρόνια μετά την γερμανοιταλική κατοχή και που μένουν όσα χρόνια και να περάσουν...μνήμες που δεν πρέπει να χαθούν.

Στην πατρίδα μου, το Διδυμότειχο Έβρου λειτουργούσαν τρία Δημοτικά σχολεία, το καθένα όμως είχε τρεις δασκάλους γιατί ήταν λίγοι τότε.

Στο Δημοτικό σχολείο πηγαίναμε σε ηλικία 6 ή 7 ετών, εγώ πήγα 6 γιατί ήμουν γεννημένη τέλος Δεκεμβρίου.

Την πρώτη μέρα στο σχολείο με πήγε η γιαγιά μου γιατί η μαμά μου κρατούσε τον μικρότερο αδελφό μου.

Το σχολείο ήταν κοντά, ένα ωραίο νεοκλασικό κτίριο.

Διευθυντής ήταν ένας θεός μου γιατί είχε κάνει και μια δωρεά για να γίνει πιο σύγχρονο το κτίριο.

Το ντύσιμο ήταν ομοιόμορφο, αγόρια κορίτσια φορούσαμε μπλε ποδιές με άσπρο κολαρισμένο γιακάκι.

Τετράδια και βιβλία δεν είχαν τη δυνατότητα να έχουν όλα τα παιδιά, όμως υπήρχε αλληλεγγύη και τα μοιραζόμασταν μεταξύ μας.

Το ίδιο συνέβαινε με τις σχολικές τσάντες που λίγα παιδιά είχαν, τα περισσότερα είχαν ταγάρια υφαντά.

Τότε επειδή περάσαμε πείνα στην κατοχή, είχαν καθιερώσει να μας δίνει ο Ερυθρός Σταυρός το πρωινό μας στο σχολείο, γιατί στα σπίτια τρώγαμε τραχανά που κι αυτός όμως ήταν νοστιμότατος.

Παίρναμε λοιπόν μαζί μας τα αλουμινένια ή εμαγιέ ταπεράκια μας, ήταν σαν κουβαδάκια και εκεί μας έριχναν μια κουτάλα κακάο με γάλα

σκόνη και μαύρο ψωμί, σα λουκούμι μας φαινόταν.

Μετά άρχισαν οι Άγγλοι να στέλνουν μαρμελάδες και κουτιά γάλα και αγαλλίαζε η ψυχούλα μας. Στα διαλείμματα τα αγόρια έπαιζαν βόλους και εμείς τα κορίτσια μπάλα ή κουτσό ή την μπερλίνα, δεν έλειπε όμως και ο χορός.

Σχολείο πηγαίναμε πρωί και απόγευμα αλλά και το Σάββατο και Κυριακή εκκλησιασμός απαραιτήτως.

Μπορεί τότε να περάσαμε στερήσεις και φόβο γιατί και μετά την κατοχή ήταν δύσκολα τα χρόνια με τον εμφύλιο, τα χιόνια, το κρύο και τη φτώχεια, είχαμε όμως κότσια γιατί οι στερήσεις μας έκαναν πιο δυνατούς.

Τα παιδικά μας χρόνια ήταν παρόλα αυτά όμορφα γι' αυτό και το μυαλό γυρνάει πάντα με νοσταλγία σ' αυτά.

Σκέψεις, μνήμες, εικόνες από το παρελθόν δεν ξεχνιούνται ποτέ!!!

*Καρυδάκη Αγγελική,
Α' Κ.Α.Π.Η.*

Παλιές ασχολίες γυναικών

Οι γυναίκες ήταν επιφορτισμένες με πολλές δουλειές, από την παιδική τους ηλικία μέχρι τα γεράματα τους, στις καθημερινές δραστηριότητες του σπιτιού τους.

Μικρά κοριτσάκια ακόμη φύλαγαν τα μικρότερα αδελφάκια τους, πήγαιναν να φέρουν νερό από την βρύση, σκούπιζαν το σπίτι και την αυλή.

Μετά μεγάλες γυναίκες σήκωναν όλο το βάρος του νοικοκυριού και τη σωστή ανατροφή των παιδιών τους, ενώ παράλληλα δούλευαν υπεύθυνα και σκληρά δίπλα στους άντρες τους.

Στο σπίτι μαγείρευαν, ζύμωναν, έπλεναν τα παιδιά τους, περιποιόνταν τα ζώα, μετέφεραν ζαλίγκα, ξύλα, κλαριά, έλατο, κισσό για να τρέφουν τα ζωντανά τους, προσάναμα για να ανάβουν τη φωτιά στο τζάκι.

Ήταν τεχνίτριες στις πίτες, τυρόπιτες, γαλατόπιτες, πρασόπιτες, κολοκυθόπιτες και τραχανόπιτες.

Άνοιγαν φύλλα μόνες τους με την βοήθεια του πλάστη, ενώ σήμερα πολύ λίγες ανοίγουν φύλλα. Ζύμωναν μόνες τους το ψωμί και το ψήγανε στη γάστρα, γιατί το ζύμωμα θέλει τέχνη για να έχει καλή γεύση και να διατηρείται μαλακό το ψωμί.

Εκτός απ'αυτά βοηθούσαν τους άντρες τους σε όλες τις καλοκαιρινές, ανοιξιάτικες, φθινοπωρινές και χειμωνιάτικες αγροτικές εργασίες: όργωμα, σπορά, θέρισμα, βοτάνισμα, αλώνισμα, πότισμα, τρύγο.

Έκαναν απόσταξη σταφυλιών και μούρων για την κατασκευή παραδοσια-



κούρεμα των ζώων, στο άλεσμα σιταριού, καλαμποκιού και δεν τους δινόταν η ευκαιρία για ξεκούραση και ανάπαυση.

Οι δουλειές τους δεν είχαν τελειωμό. Πλέξιμο, κέντημα, ρόκα, μπουγάδα και ειδικά ο αργαλειός που ήταν καθαρά γυναικεία δουλειά.

Τα κορίτσια κυρίως, γνώριζαν από χρώματα, έκαναν υπέροχα κεντήματα, πραγματικά έργα τέχνης.

Την δυσκολία του αργαλειού, που απαιτούσε τέχνη και μυαλό, βεβαιώνει και το γνωστό τραγούδι «Το κέντημα είναι γλέντισμα και η ρόκα είναι σεργιάνι κι αυτός ο δόλιος ο αργαλειός της κόρης το μαράζι».

Είναι ανάγκη να σημειώσω και την κατασκευή ντοματοπελτέ και το πλύσιμο των ασπρоруχων, την λεγόμενη μπουγάδα, που ήταν ιδιαίτερα κοπιαστική.

Η κατασκευή του ντοματοπελτέ ήταν απαραίτητη για κάθε νοικοκυριό για να έχει όλο το χειμώνα.

Το Σεπτέμβρη μάζευαν όλες τις γινωμένες ντομάτες από τους κήπους και τα περιβόλια τους και αφού τις έπλεναν καλά, τις έκοβαν σε μικρά κομμάτια και τις τοποθετούσαν σε μεγάλο δοχείο.

Ρίχνανε μέσα μπόλικο χοντρό αλάτι και τις άφηναν 3-4 μέρες για να ζυμωθούν καλά και μετά τις έστυβαν με τα χέρια μέσα σε ένα μεγάλο ταψί ή σε σκαφίδι, μέχρι που να έμειναν μόνο οι φλούδες και τα σπόρια.

Το ζουμί το έβραζαν μέχρι να εξατμιστεί το νερό και να δέσει. Μετά το έβαζαν σε πήλινα δοχεία και έριχναν

λάδι από πάνω για να μην μouxλιάσει. Την μπουγάδα την έκαναν στην αυλή για



να έχουν κοντά το πηγάδι ή στην βρύση, ή στα ρέματα το καλοκαίρι.

Σηκώνονταν πρωί – πρωί, άναβαν τη φωτιά, έβαζαν δεξιά και αριστερά πέτρες αντί για πυροστιά και τοποθετούσαν επάνω το μεγάλο καζάνι να χωράει πολύ νερό για ζέσταμα.

Μετά έβαζαν την μεγάλη σκαφίδα στο άλλο πεζούλι για να μην σκύβουν. Ξεχώριζαν τα άσπρα ρούχα από τα σκούρα και έπλεναν με το άσπρο σαπούνι.

Όσο για τα άσπρα, τα τοποθετούσαν σένα μεγάλο κασόνι ή κοφίνι. Κάτω κάτω έβαζαν ένα καθαρό πανί και επάνω έβαζαν τα ρούχα λίγα- λίγα σε σειρά.

Τα πόστιαζαν όπως έλεγαν στην γλώσσα τους. Στο επάνω μέρος τοποθετούσαν το σταχτοπάνι, στο οποίο έβαζαν στάχτη σουρωμένη και καθαρή.

Μετά με ένα δοχείο έπαιρναν λίγο-λίγο ζεστό νερό και το έριχναν στην στάχτη που γινόταν αλισίβα και πότιζαν τα ασπρоруχα.

Τα άφηναν για αρκετή ώρα και έτσι μετά τα βγάζανε, με την σειρά όπως τα είχαν πριν, και τα ξανάπλεναν και στο τέλος τα ξέβγαζαν.

Η μπουγάδα γινότανε κατάσπρη και καθαρή. Μερικές γυναίκες έβαζαν μέσα στα ρούχα και συκόφυλλα για να βγάζουν σαπουνάδα.

Τελικά τα άπλωναν για να στεγνώσουν. Αυτό ήτανε το πλυντήριο της εποχής εκείνης μιας και δεν υπήρχαν τότε τα ηλεκτρικά πλυντήρια και οι ανέσεις και οι ευκολίες που έχουμε σήμερα.

Έτσι οι εργασίες των γυναικών ήταν εξαιρετικά κουραστικές εκείνο τον καιρό.

Όλα αυτά που περιγράφω τα έζησα και εγώ για λίγο καιρό όταν έζησα κοντά στην πεθερά μου στο χωριό.

**Τσιαμτσιούρη Ηλέκτρα,
Β' Κ.Α.Π.Η.**



κών ποτών καθώς και γλυκά κουταλιού. Βοηθούσαν τους κτηνοτρόφους στο

Οίνος εφραίνει καρδίαν ανθρώπου

Τον Αύγουστο αρχίζει ο τρύγος.

Νωρίτερα έχουμε βγάλει από το κατώ τα βαρέλια τα ξύλινα και τα έχουμε πλύνει με ρετσίνα ή με θυμάρι για να μοσχοβολήσουν και να έχει ευχάριστη μυρωδιά το κρασί.

Επίσης ετοιμάζαμε το λινό, δηλαδή το πατητήρι. Το πλέναμε και το καθαρίζαμε. Το ίδιο κάναμε και με το λεβέτι, δηλαδή το καζάνι που θα συγκέντρωνε το μούστο από το πατητήρι.

Στο τρύγο τα σταφύλια τα μαζεύαμε και τα βάζαμε στο κοφίνια ή τα πούρια και τα μεταφέραμε με τα γαϊδουράκια ή το κάρο. Αποφεύγαμε να βάζουμε μέσα το μαύρο σταφύλι.

Τα ρίχναμε στο λινό (άπλυτα) και μπαίναμε μέσα μικροί και μεγάλοι για να πατήσουμε καλά τα σταφύλια.

Συγκεντρώναμε τον μούστο και τον βάζαμε στα έτοιμα ξύλινα βαρέλια, φροντίζοντας να μην είναι μέχρι πάνω γεμάτο το βαρέλι, αλλά 10 πόντους πιο χαμηλά ώστε με την ζύμωση να μην χυθεί το κρασί.

Επίσης αφήναμε ανοικτό το βαρέλι και δεν κλείναμε το άνοιγμα του για 40 μέρες και 40 νύχτες που θα έβραζε

το κρασί. Από τον μούστο κρατάγαμε 30 οκάδες για να δούμε τι βαθμούς έχει το κάθε κρασί. Για να μετρήσουμε τους βαθμούς βάζαμε ένα αυγό φρέσκο άβραστο.

Όταν αυτό επέπλεε και άφηνε ακάλυπτη επιφάνεια του στο μέγεθος δεκάρας τότε ξέραμε ότι οι βαθμοί του ήταν 12,5 - 13.

Όταν οι βαθμοί οξύτητας ήταν κάτω από το κανονικό όριο π.χ. 10 βαθμούς που το κρασί είναι σαν νερό, για να ανεβάσουμε τους βαθμούς, εφόσον δεν υπήρχαν χημικά φάρμακα κάναμε το εξής: Κοπανάγαμε μισό κιλό σταφίδα μαύρη, την βάζαμε σε ένα τούλι και την βυθίζαμε στον μούστο για μια εβδομάδα.

Ύστερα την αφαιρούσαμε και ξαναμετράγαμε τους βαθμούς. Όταν σταματάει το βράσιμο γεμίζεις το βαρέλι ολοκληρωτικά και το κλείνεις, δηλαδή το σφραγίζαμε με ρετσίνα γύρω - γύρω.

Το αφήνεις έτσι ώπου να περάσουν περίπου 4 μήνες και εκεί κοντά στα Χριστούγεννα που είναι κρύος ο καιρός, ο νοικοκύρης πρώτος παίρνει το ποτήρι του και βγάζει κρασί από την κάνουλα

για να δοκιμάσει με χαρά το κρασί που έφτιαξε.

Οι πρώτοι μουσαφίρηδες που θα συναντήσει εκεί για να μοιραστούν το κρασί είναι τα κουνουπάκια - μπεκρήδες.

Στην συνέχεια ο νοικοκύρης θα σερβίρει με ελίτσες, παστό, τυράκι κ.τ.λ. στην οικογένεια, στην παρέα, στους φίλους, στο χωριό για να δοκιμάσουν το δημιούργημα του.

Με χαρά και με τραγούδια δοκίμαζαν την καινούργια σοδιά με ένα κομμάτι κρέας, με ένα κρεμμύδι ή με ένα σκόρδο.

Δοκίμαζαν το νόστιμο κρασί οι νοικοκυραίοι και έλεγαν «Ααχ και τα πουρνάρια κλήματα» εννοώντας να ήταν όλα τα φυτά κλήματα, να είχαν άφθονο κρασί να ευφραίνουν την καρδιά τους.

Αν δεν πετύχει το κρασί δεν υπάρχει λόγος μεγάλης στεναχώριας. Θα γίνει ένα ωραιότατο και πολύ απαραίτητο ξύδι για τα φαγητά, τις σαλάτες και τα τουρσιά. Κυρίως αν θα βάλουμε μέσα και ένα κόκκινο κεραμίδι θα έχουμε και καλύτερα αποτελέσματα.

Στην Υγεία μας και καλή επιτυχία

**Χρήστος Σωτηρόπουλος,
Γ' Κ.Α.Π.Η.**

Ο τρύγος και τα χατζανέματα

Σήμερα άνοιξα το μπαούλο των παιδικών μου αναμνήσεων γυρνώντας πενήντα πέντε χρόνια πίσω. Έτος 1962. Αποκαλόκαιρο στην Απείρανθο της Νάξου.

Ο πατέρας μου, ο Λευτέρης, και η αξεχαστή μου μάνα, η Κυριακή, πρωί πρωί φωνάζουν: «Σηκωθείτε παιδιά σήμερα έχουμε τρύγο». Ω πόση χαρά!

Μέρες τώρα όλοι μαζί χαρούμενοι συζητούσαμε για τον τρύγο. Τα καλάθια και τα κοφίνια στα χέρια και τ' ασκιά δεμένα στα γαϊδουρία. Όλα ήταν έτοιμα.

Η μητέρα μου, με φρεσκοζυμωμένο ψωμί από τον δικό μας φούρνο, με τις ελιές, το κεφαλοτύρι, το κρεμμύδι και τις ντομάτες στον ντουρά (δισάκι) φωνάζει χαρούμενη: «Ξεκινάμε παιδιά».

Έξι παιδιά, με την θέληση του Θεού, ξεφωνίζαμε χαρούμενα: «Μάνα είμαστε έτοιμοι».

Έτσι λοιπόν ξεκίνησε ο τρύγος και το μάζεμα των σταφυλιών. Τι χαρά! Τα ολόδροσα κεκριπαρένια κατακίτρινα σταφύλια.

Οι κατακόκκινες μαντιλαριές, οι ροδίτες, τα αηδάνια και τα μοσχάτα, γέμιζαν τα κοφίνια που ακούραστα έφερναν στην λινό (πατητήρι), τα πιο μεγάλα αδέρφια μου.

Το μεσημέρι άρχιζε το φαγοπότι. Και το απόγευμα είχαμε το πάτημα των σταφυλιών στην λινό. Πρώτα τα κεκριπαρένια σταφύλια για το λευκό κρασί και έπειτα τα κατακόκκινα για το κοκκινέλι.

Ω Θεέ μου, πόση η ευλογία σου! Όλα πήγαν καλά και η φετινή σοδειά θα μας έδινε το κρασί του χειμώνα και όλης της χρονιάς και θα δίνανε και στους γείτονες.

Αφού πέρασε ο τρύγος, τοποθετήσαμε το κρασί στα μεθύρια (βαρέλια). Μαζέψαμε τις στροφυλιές για τα Χατζανέματα που συνήθως γίνονται μετά από ένα με δυο μήνες.

Και τότε έρχονταν τα καλύτερα. Όλοι οι χωριανοί στο πόδι να κουβαλούν στους κουβάδες τις στροφυλιές, για να είναι έτοιμοι για τα Χατζανέματα.

Όλοι μαζεμένοι εκεί και δίπλα ένα τραπέζι στρωμένο με συκοκάρυδα, σταφίδες, συρικοτυριά, ανθότυρα, ξινότυρα, ελιές, κυδώνια και ποτήρια της ρακής που περιμέναμε το πρώτο απόσταγμα, το λεγόμενο πρωτοράκι.

Όταν άρχισε να βγαίνει η ρακή από τον νουλά, ένα γερό χειροκρότημα και τρανταχτά γέλια ήταν η πρώτη αντίδραση.

Μετά παίρνοντας λίγη ρακή, την έρι-

χναν στην φωτιά για να δοκιμάσουν την δύναμη της.

Σε λίγο τα ποτήρια γέμιζαν με την ευωδιαστή ρακή και όλοι ευχόντουσαν. Και του Χρόνου. Σαράντα οκτώ ώρες κρατούσε το πανηγύρι χωρίς σταματημό.

Ω! πόσο όμορφα και ευλογημένα χρόνια. Εμείς στην Απείρανθο δεν είχαμε κάστανά να ψήσουμε στο τζάκι.

Όμως είχαμε κυδώνια που τα βράζαμε μέσα στο καζάνι με τις στροφυλιές και όταν το ανοίγαμε μεθούσαμε με την γεύση και την νοστιμιά τους.

Πόσοι έρωτες δεν γεννήθηκαν τις νύχτες των Χατζανεμάτων και πόσα τραγούδια δεν ακούγονταν με την γλυκόλαλη πενιά του λαγούτου και την γλυκιά δοξαριά του βιολιού.

Να 'ταν τα Χατζουνέματα, δυο - τρεις φορές τον χρόνο

Που απ' το μεθύσι οι καρδιές θα ξέχναγαν το πόνο.

Το μπαούλο των γλυκών αναμνήσεων εδώ κλείνει και η καρδιά μένει πλημμυρισμένη από τις αναμνήσεις των παιδικών χρόνων.

**Πόπη Ελευθερίου - Λαμπροπούλου,
Γ' Κ.Α.Π.Η.**

Η μαμά μου η μοδίστρα

Η μητέρα μου ήταν μοδίστρα. Είχε βγάλει μια οικοκυρική σχολή και πλέον εργαζόταν επαγγελματικά.

Πρωί πρωί άρχιζαν να έρχονται οι μαθήτριες της 4-5 κορίτσια που καθόντουσαν στην σειρά και άλλη καρίκωνε, άλλη τρύπωνε με κέφι και ενθουσιασμό.

Το σπίτι μοσχοβολούσε από τον ασβέστη που το άσπριζε συχνά η μαμά. Τις ντουλάπες και τα έπιπλα τα περνούσε με πετρέλαιο όπου γυαλοκοπούσαν.

Οι πελάτισσες που έκαναν τις πρόβες τους μιλούσαν για την καθημερινότητα τους, πότε για τους προβληματισμούς τους για τα παιδιά τους, για την μεταχείριση των συζύγων τους ακόμη και για τις ιδιαίτερες σχέσεις τους.

Άκουγα τις ιστορίες τους και τις επεξεργάζομουν στον μυαλό μου.

Ο πατέρας μου εργαζόταν σε ψαροκάικο συνήθως έλειπε τις νύχτες και το πρωί έφερνε τελάρα με ψάρια που σπαρταρούσαν.

Στην γειτονιά μας ήταν και οικογένειες που ήταν πολύ φτωχές αλλά της μητέρας μου ποτέ δεν της έλειπαν τα χρήματα λόγω της δουλειάς της.

Πολλές φορές ξενυχτούσε για να τελειώσει στην ώρα τους τα φορέματα τους. Ερχόταν και ο κ. Νίκος που που-

λούσε ρούχα που πολλά εξ' αυτών ήταν μεταχειρισμένα. Επίσης, ερχόταν και ο υφασματέμπορος που πουλούσε με το μέτρο τα τσιτάκια έτσι λεγόταν η ποιότητα των υφασμάτων.

Συνήθως ήταν λουλουδάτα όπου η μαμά μου έραβε όμορφα φορέματα.

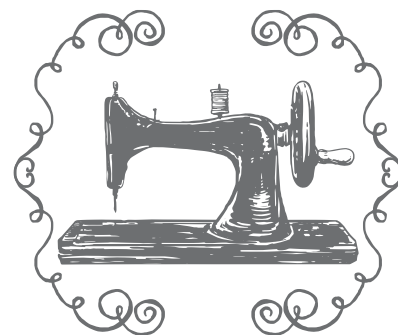
Η επίσκεψη που μου έδινε πολύ χαρά ήταν του κ. Παντελή του παραμυθά. Μας πουλούσε παραμύθια συνήθως εικονογραφημένα.

Κάποιες φορές στο τέλος της βδομάδας πηγαίναμε σινεμά, ήταν η μοναδική μας διασκέδαση το σινεμά και τα πάρτυ που πηγαίναμε τότε συνοδείας εγώ πάντα με τον αδερφό μου όπου με αστυνόμευε.

Τα πάρτυ γίνονταν στα σπίτια μας όπου χορευάμε σέικ ή μπόσανοβα και καμιά φορά κανένα τσιφτετέλι. Πίναμε συνήθως αναψυκτικά και σε ελάχιστη ποσότητα βερμούτ.

Το σινεμά το καλοκαίρι μοσχοβολούσε από τα γιασεμί και στο διάλειμμα μπορεί να σε φλερτάριζε κανένα όμορφο παλικάρι στα κλεφτά μπορεί να ανταποκρινόσουν στις ματιές με ένα χαμόγελο που μπορεί να πάγωνε με τον έλεγχο των γονιών που σε συνόδευαν.

Ήταν στην μόδα εκείνη την εποχή και οι ινδικές ταινίες που με ταξίδευαν



με την κουλτούρα και τα τραγούδια τους και με έκαναν να ονειρεύομαι έναν έρωτα παραμυθένιο.

Μια από τις μαθήτριες της μαμάς μου ερωτεύθηκε τον εξάδερφό μου και επειδή ήταν ανήλικη και δεν την έδιναν, την έκλεψε.

Το ζευγάρι ήταν πολύ φτωχό και η μητέρα μου της βρήκε ένα άσπρο φορεμά για το γάμο αλλά δεν υπήρχε πέπλο.

Έβγαλε λοιπόν την δαντελένια κουρτίνα από το παράθυρό μας και πως το διαμόρφωσε σαν πέπλο και έγινε ο γάμος.

Παρόλο που ήμουν πολύ περιορισμένη αισθανόμουν ευτυχία εκείνη την περίοδο γεμάτη με γλυκές σκέψεις και αισιοδοξία για το μέλλον, γεμάτη όνειρα με την ελπίδα κάποτε να πραγματοποιηθούν.

Γκιώνη Χρυσούλα, Γ' Κ.Α.Π.Η.

Ξεχασμένα επαγγέλματα

Πόσες φορές καθισμένη κάτω από την ανθισμένη αμυγδαλιά του σπιτιού μου δεν αναπόλησα τα ωραία εκείνα χρόνια της νιότης μου. Πόσο όμορφα και αξέχαστα χρόνια και πόσο όμορφη και απλή ήταν η ζωή μας.

Όμως όλα κάποτε χάνονται, περνούν και μόνο οι αναμνήσεις μένουν και σε ταξιδεύουν σε κείνη την ζωή. Θυμάμαι εκείνα τα παλιά επαγγέλματα που οι περισσότεροι ζήσαμε και θυμόμαστε.

Ο ΓΑΛΑΤΑΣ: Ο άνθρωπος που μας ξυπνούσε το γλυκοχάραμα κάθε καινούργιας μέρας, που φρόντιζε να μας φέρνει το γάλα, φορτωμένο στο μικρό και ήρεμο γαϊδουράκι και που πάντα μέτραγε σωστά να ξεχειλίζει η οκά μέχρι πάνω.

Η ΠΛΥΣΤΡΑ: Ποιος μπορεί να ξεχάσει την χήρα και φτωχή μανούλα που κόπιαζε για τα παιδιά της, να μην πεθάνουν από την πείνα επειδή ήταν ορφανά; Που με την σκάφη της τα μεγάλωνε και τα σπούδαζε;

Ο ΜΑΝΑΒΗΣ: Ένας άλλος καλός άνθρωπος της εποχής εκείνης που διαλα-

λούσε την πραμάτεια του σε όλες τις γειτονιές.

Γυρνούσε κάθε πρωί με το μικρό υπομονετικό χαρούμενο γαϊδουράκι του δι-αλαλώντας τα φρέσκα λαχανικά του και τραγουδώντας το «Αγκινάρα και κουκιά, κόκκινες καλές ντομάτες δυο δεκάρες η οκιά» με την βοήθεια και του μικρού ζώου του που τον συνόδευε με το δικό του φωνητικό ταλέντο το οξύ Γκα-γκα-γκα.

Ο ΠΕΤΑΛΩΤΗΣ: Η δουλειά του πεταλωτή ήταν να βάζει πέταλα στα άλογα τα οποία κάρφωνε με μικρά καρφάλια, χτυπώντας τα με ένα ειδικό σφυρί και έτσι τα ζώα μπορούσαν και βάδιζαν ακόμα και στους πιο δύσκολους και κακοτράχαλους δρόμους. Ήτανε πολύ δύσκολη η δουλειά του γιατί πρόσεχε μην πληγώσει το ζώο.

Ο ΚΑΡΕΚΛΑΣ: Ο άνθρωπος αυτός περνούσε από τις γειτονιές φωνάζοντας «Ο καρεκλάς, ο καρεκλάς...» και έφτιαχνε τις χαλασμένες καρέκλες που ήταν φτιαγμένες από ξύλο ή ψάθα.

Ο ΓΥΡΟΛΟΓΟΣ: Ήταν ένας ωραίος τύ-

πος. Ήταν ο έμπορος στους δρόμους που διαλαλούσε το εμπόρευμα του, που ήταν παπούτσια, υφάσματα, ρούχα, εργαλεία και άλλα είδη φορτωμένα σε ζώα ή μηχανή. Πολλές φορές έδινε το εμπόρευμα του και πληρωνόταν με δόσεις, ήταν ο δοσάς.

Ο ΠΑΠΛΩΜΑΤΑΣ: Γύριζε στους δρόμους και όποια νοικοκυρά είχε χαλασμένα στρώματα ή παπλώματα τα έδινε για να τα φτιάξει. Τότε τα στρώματα ήταν από βαμβάκι και από τον πολύ καιρό γίνονταν σκληρά. Ο παπλωματάς τα άνοιγε, τα χτυπούσε κι αυτά μαλάκωναν.

Ο ΓΑΝΩΜΑΤΗΣ: Αυτός περνούσε και φώναζε ότι γάνωνε τα ταψιά, τα καζάνια που βράζανε γάλα και φαγητά για τους γάμους, και τους τεντζερέδες γιατί έπιαναν γάνα σαν σκουριά και ήταν επικίνδυνα για τα φαγητά.

Αυτά ήταν τα παλιά επαγγέλματα και πολλά άλλα όπως: Η ΜΟΔΙΣΤΡΑ, Ο ΜΥΛΩΝΑΣ, Ο ΤΕΛΑΛΗΣ, Ο ΑΓΩΓΙΑΤΗΣ, Ο ΝΕΡΟΥΛΑΣ, Ο ΧΑΜΑΛΗΣ κ.τ.λ.

Άνθρωποι εργαζόμενοι που κόπιαζαν και με πολύ δύσκολο τρόπο συντηρούσαν τις οικογένειες τους.

Τσιαμτσιούρη Ηλέκτρα, Β' Κ.Α.Π.Η.

Γλυκές παιδικές αναμνήσεις

Γιαγιά και παπούς, λέξεις μικρές κι όμως γεμάτες αγάπη, στοργή και φροντίδα. Όλοι βιώνουμε την αγάπη και την τρυφερότητα των γονιών μας, όμως η αγάπη των παππούδων είναι βαθύτερη και πιο ουσιαστική.

Αυτή την αγάπη την ένιωσα κι εγώ όταν ήμουν μικρή.

Ο παπούς μου και η γιαγιά μου ζούσαν στο ίδιο χωριό με την οικογένειά μου. Ήταν αρκετά μεγάλοι στην ηλικία.

Ο παπούς είχε ολόλευκα μαλλιά και πολλές ρυτίδες στο πρόσωπο και κρατούσε και μια μαγκούρα για να στηρίζεται, ήταν ήρεμος, γλυκομίλητος, καλοσυνάτος και πολύ καλός παραμυθάς.

Η γιαγιά μου ήταν πολύ παχουλή, μπορώ να πω χοντρή. Είχε άσπρα μαλλιά μακριά, που τα έπλεκε κοτσίδες και τις έκανε στεφάνι στο κεφάλι. Φορούσε γυαλιά και πάντα μια προστοποδιά.

Ήταν νοικοκυρά και πολύ καλή μαγείρισσα, αλλά ήταν γκρινιάρια και αυστηρή...

Θυμάμαι πρέπει να πήγαινα στην πρώτη δημοτικού. Όταν τελείωνε το σχολείο η μητέρα μου, μου είχε πει, να πηγαίνω στο παπού και στη γιαγιά μέχρι να γυρίσει από τη δουλειά.

Εγώ μόλις τελείωνα έτρεχα γρήγορα στο σπίτι των παππούδων, που ήταν οι γονείς της μητέρας μου.

Άνοιγα την εξώπορτα και κάτω από μια καταπράσινη κληματαριά, σ' ένα ξύλινο παγκάκι καθόταν ο παπούς, μόλις μ' έβλεπε, άνοιγε διάπλατα τα χέρια του, φώτιζε το πρόσωπό του και μου έλεγε καλόστο το μαλαματένιο μου παιδί. Πόσο μου άρεσε αυτή η φράση.

Με έπαιρνε μέσα στην αγκαλιά του και άρχισε να με ρωτάει. Πως τα πήγα στο σχολείο, αν ήξερα το μάθημα, αν έκανα καμια αταξία και μ' έδειρε ο δάσκαλος, γιατί ήμουν πολύ ζωηρό παιδί, αν πρόλαβα να παίξω στο διάλειμμα και άλλα.

Τέλος μου έλεγε, θα πεινάς σαν λύκος, πάμε μέσα να πλύνεις τα χεράκια σου και να δούμε τι καλό έχει φτιάξει η γιαγιά για να φάμε. Ένοιωθα τόσο όμορφα και τόσο



χαρούμενη. Μόνο με μια μεγάλη αγκαλιά και με δυο γλυκά λόγια, αγαπημένο μου παπού.

Έμπαινα στη κουζίνα και έβρισκα τη γιαγιά μπροστά στο νεροχύτη να πλένει τα πιάτα, καλώς ήρθες μου έλεγε, γιατί είναι λερωμένη η ποδιά σου, πάλι δεν πρόσεξες, έλα κάθισε να φάμε.

Ότι φαγητό και να είχε φτιάξει η γιαγιά το σπίτι πάντα μοσχομύριζε, ήταν σπουδαία μαγείρισσα, μαγείρευε πάντα με μεράκι.

Ήμουν εύκολο παιδί στο φαγητό, τα έτρωγα σχεδόν όλα τα φαγητά. Μόλις τελειώναμε το φαγητό, έτρεχα και κωνόμουν στην αγκαλιά του παπού, για ν' αρχίσει να μου λέει παραμύθια και ιστορίες. Δεν χόρταινα να τ' ακούω.

Ο παπούς μου δεν ήξερε γράμματα, αλλά είχε σοφία στα λόγια του. Τα παραμύθια τα έφτιαχνε μόνος του, τότε με βασίλισσες, τότε με μάγισσες, τότε με δράκους και τότε με περιπέτειες, δεν ήθελα να τελειώσουν ποτέ.

Αμα κουραζόταν και δεν μπορούσε να αυτοσχεδιάσει άλλα παραμύθια, μου έλεγε ιστορίες από το στρατό και τον πόλεμο, είχε πολεμήσει στο Μικρασιατικό πόλεμο και είχε ζήσει αγωνίες σε πολλές μάχες.

Μου τα έλεγε τόσο ωραία και τόσο παραστατικά που κρεμόμουν από τα χείλη του, έσκυβε κάπου, κάπου και μου φι-



λούσε τα μαλλιά, λέγοντας μου την τόσο όμορφη φράση, μαλαματένιο μου παιδί, ένοιωθα υπέροχα, ευτυχισμένη.

Μερικές φορές μ' έπαιρνε και ο ύπνος στην αγκαλιά του... Η μέρα προχωρούσε, έφτανε απόγευμα και εγώ έπρεπε να ετοιμάσω τις εργασίες μου για το σχολείο, πριν έλθει η μητέρα μου για να με πάρει.

Πήγαινα στο δωμάτιο και τα έκανα όσο πιο γρήγορα μπορούσα, για να μου μείνει χρόνος να παίξω με τον παπού μου πεντόβολα.

Τα πεντόβολα ήταν ένα παιχνίδι που το παίζαμε ανά δύο ή τρία ή και περισσότερα παιδιά, με δέκα στρογγυλές πέτρες, που τις είχαμε μαζέψει το καλοκαίρι από τα βότσαλα της θάλασσας, το χωριό μου ήταν κοντά στη θάλασσα.

Καθόμασταν κάτω, πάνω σ' ένα χαλάκι και παίζαμε, πάντα γελώντας. Το παιχνίδι παιζόταν κάπως έτσι, δίπλωνα τα δάχτυλα μου τότε να περάσουν από κάτω οι δύο στρογγυλές πέτρες, τότε οι τρεις, τότε οι πέντε και το πιο δύσκολο ήταν να περάσουν οι δέκα στρογγυλές πέτρες.

Κέρδιζε όποιος κατάφερνε να τις περάσει όλες. Ο παπούς προσπαθούσε να χάνει, για να μ' αφήνει να κερδίζω, χαιρόμουν πολύ.

Όταν τελειώναμε είχε φτάσει και η ώρα που έρχονταν η μητέρα μου, για να με πάρει να πάμε στο δικό μας σπίτι.

Μπορώ να συνεχίσω να μιλάω ατέλειωτα για τον παπού και τη γιαγιά που ήταν σαν δεύτερη μητέρα.

Αλήθεια, πόσο όμορφα αισθάνεσαι όταν αναπολείς τις παιδικές σου αναμνήσεις.

Γιώτα Γεωργαλά - Δελλή,
Α' Κ.Α.Π.Η.

Αξία χρημάτων και κόστος ζωής

Χρονολογία	Αμοιβή εργασίας	Αξία προϊόντων & αγαθών
1949	• Σιδερώτρια 10 δρχ. την ημέρα.	• Εισιτήριο των αστικών συγκοινωνιών 1 δρχ. και 20 λεπτά.
1947		• 1 δεκάρα ένα σακουλάκι πασατέμπος διπλωμένος σαν χωνάκι.
1950	• Υπάλληλος της τότε Δ.Ε.Η. 800 δρχ. το μήνα	• Το ψωμί κόστιζε 5 δεκάρες.
1953	• 50 δρχ. μεροκάματο στο θέρο. • Εργασία από την ανατολή μέχρι την δύση του ήλιου. • Κολατσιό και μεσημεριανό φαγητό από το αφεντικό.	• 1 δρχ. ένα φλιτζάνι ελληνικός καφές.
1955	• Σιδερώτρια 10 δρχ. το οκτώωρο.	• Ενοικίαση ενός δωματίου στην Πεύκη κόστιζε 400 δρχ.
1957	• Υπάλληλος σε ξενοδοχείο 900 δρχ. το μήνα	• Το ψωμί 6 δεκάρες και το γάλα 3 δρχ. η οκά.
1963	• Μαθητευόμενος υπάλληλος στον τομέα του τουρισμού 500 δρχ. το μήνα • Εργάτης σε εργοτάξιο 750 δρχ. το μήνα. • 15 δρχ. μεροκάματο στο τρύγο. Εργασία από την ανατολή μέχρι την δύση του ήλιου. Κολατσιό και μεσημεριανό φαγητό από το αφεντικό.	
1966	• Υπάλληλος της τότε Δ.Ε.Η. 7.000 δρχ. το μήνα	• Αγορά διαμερίσματος (3αρι) στην Κυψέλη κόστιζε 350.000 δρχ.
1967	• Μαθητευόμενος τεχνίτης 24 δρχ. την ημέρα. • Εργάτης σε οικοδομή 60 δρχ. την ημέρα	• Ενοικίαση ενός δωματίου κόστιζε 300-400 δρχ. • Ενοικίαση μιας κάμαρης με κουζινάκι με μπερντέ 150 δρχ.
1969		• Αγορά διαμερίσματος (2αρι) στο Γαλάτσι κόστιζε 150.000 δρχ.
Δεκαετία του 1950	• Όταν δεν υπήρχαν χρήματα γινόταν ανταλλαγή προϊόντων ή υπηρεσιών, δηλαδή σε βοηθάω να μαζέψεις τις ελιές σου και μετά θα με βοηθήσεις να μαζέψω τις δικές μου. Μου κάνεις την τάδε δουλειά και σου δίνω λάδι ή στάρι ή κάτι άλλο. • Εργάτης σε δημόσια έργα οδοποιίας 11 δρχ. την ημέρα.	
1960 - 1970		• Ενοίκιο 200 δρχ. στην Φιλαδέλφεια με κοινόχρηστη τουαλέτα - λεκάνη, νιπτήρα. Μπάνιο κάθε Σάββατο στην Ομόνοια στα δημόσια λουτρά. • Μερίδα φαγητού χωρίς κρέας 4 δρχ. • Με κρέας 8 δρχ.
1970		• Ενοίκιο γκαρσονιέρας στον Γκύζη 600-800 δρχ. • 60 λεπτά η φρατζόλα το ψωμί
1972	• Μισθός δημοσίου υπαλλήλου 2.800 δρχ.	
1969 - 1971	• Μισθός ανειδίκευτου εργάτη 80 δρχ.	• Εισιτήριο συγκοινωνίας 1.20 δρχ.
1976	• Μισθός δημόσιου υπάλληλου 3.000 δρχ.	

Γεννήθηκα και μεγάλωσα στο Γαλάτσι, στο Παλιό Τέρμα, στην οδό Μπουμπουλίνας 5, σε μια μεγάλη αυλή που ήμασταν πέντε οικογένειες.

Μες στην μέση της αυλής είχε μια ακακία και κάτω από το δέντρο αυτό καθόμασταν το βράδυ όλα τα παιδιά και ακούγαμε από την γιαγιά Ολυμπία παραμύθια και ιστορίες.

Έτσι περνούσαν τα βράδια μας, με παραμύθια, ιστορίες, καραγκιόζη. Τότε το Γαλάτσι ήταν πανέμορφο. Ήταν πνιγμένο στα λουλούδια.

Είχε μεγάλα περιβόλια γιατί ήταν ανοικοδόμητο. Ανεβαίνοντας την λεωφόρο Γαλατσίου, ήταν τα περιβόλια του Καφετζόπουλου, που είχε ανθοπωλείο στην Ομόνοια και τα πουλούσε.

Μοσχοβόλαγε ο τόπος από τα ζουμπούλια, τα γαρύφαλλα, τα τριαντάφυλλα και πολλά άλλα.

Εκεί που είναι ο Σκλαβενίτης (επί της Ελ. Βενιζέλου) ήταν τα περιβόλια του Σταματάκη που έκανε εμπόριο λουλουδιών.

Πιο πέρα η Αγία Γλυκερία, μικρή μες τα δέντρα και απέναντι της ήταν ένα ξενοδοχείο, «Η ΔΡΟΣΙΑ», και η βρύση μας που παίρναμε όλοι νερό με στάμνες και με ντενεκέδες. Ήταν χωνευτικό νερό και ερχόντουσαν από παντού να πάρουν.

Μετά γκρεμίστηκε το ξενοδοχείο για να ανοίξει ο δρόμος από την Κυψέλη.

Είχε πολλά εξοχικά κέντρα και ερχόταν κόσμος και το μεγάλο κέντρο του Μοστρού, που κάθε βράδυ γέμιζε αυτο-

Το παλιό Γαλάτσι

κίνητα και έφερνε ορχήστρες και εμείς ανεβαίναμε στην ταράτσα να ακούσουμε τραγούδια.

Εκεί γυρίστηκε η ταινία Μια ζωή την έχουμε, με τον Δημήτρη Χόρν. Μετά έγιναν πολλά λατομεία και δούλευε πολύς κόσμος.

Έρχονταν από νησιά Ναζώτες, Κρητικοί, Πελοποννήσιοι να ζήσουν και να δουλέψουν στο Γαλάτσι.

Έτσι άρχισαν στα μεγάλα χωράφια να χτίζονται μικρά σπίτια. Το Γαλάτσι από την Κλωναρίδου και μετά είχε πολλά ωραία σπίτια.

Από το σχολείο του Χατζηδάκη και αριστερά η περιοχή λεγόταν Κυπριάδου και είχε τα πιο ωραία σπίτια με κήπους.

Όπως ανεβαίναμε την λεωφόρο, στου Λιναρά ήταν το πρώτο σχολείο που είχε κτιστεί. Ήταν μικρό με 3-4 δωμάτια και μικρό προαύλιο.

Γι' αυτό στα διαλλείματα τα περισσότερα παιδιά παίζαμε στον δρόμο. Κοντά στο σχολείο ήταν ο φούρνος του Δελιώτη που παίρναμε ψωμί.

Επίσης ένα περίπτερο, ένα μπακάλικο και το ψιλικατζιδικο του Λελούδα που αγοράζαμε κλωστές.

Ως για να πάρουμε ένα κουτί σπέρτα έπρεπε να πάμε στου Λιναρά αλλά στο πλάι της Λεωφόρου ήταν κάτι τσιμεντέ-

νια χαντάκια και μπαίναμε μέσα εκεί για να μη μας χτυπήσει κανένα αυτοκίνητο.

Πηγαίναμε στο κατηχητικό όλα τα παιδιά του σχολείου και κάναμε διάφορες γιορτές κα έτσι περνούσε η ζωή μας.

Μεγαλώσαμε και πήγαμε στην δουλειά. Είχαμε την γειτονιά, την αυλή και την αλληλεγγύη μεταξύ μας και έτσι ζήσαμε δύσκολα αλλά απλά και ταπεινά χρόνια που θυμόμαστε με πολύ νοσταλγία.

Το τραγουδάκι που ακολουθεί το αφιερώνω σε αυτό.

Η ΑΥΛΗ ΜΑΣ

*Δεν ξεχνάω την αυλή μας την παλιά,
που μεγάλωσα μες την φτωχολογιά
Είχε μια ακακία μες τη μέση
που κοντά της, έχω κλάψει και έχω
παίξει.*

*Γύρω - γύρω καμαρούλες φτωχικές
με καημούς και όνειρα πολλά κρυμμένα.
Τα σκαλιά ήταν πάντα ασβεστωμένα
και οι γλάστρες ήταν πάντα φουντωτές.*

*Θύμισες πολλές μου ήρθαν.
τότε που 'μασταν παιδιά,
το ψωμί ήταν πάντα λίγο
μα ήμασταν έξω καρδιά.
Το τραγούδι και το γέλιο
μας κρατούσε συντροφιά.*

Γιάκα Βασιλική, Γ' Κ.Α.Π.Η.

Το ασβεστοκάμινο του Γαλατσίου

Το ασβεστοκάμινο της οδού Καραϊσκάκη (Καμίνι), λειτούργησε από το 1935 μέχρι το 1972.

Η καμινάδα του κτίστηκε από Ιταλούς τεχνίτες και λειτουργούσε επί 24ωρου βάσεως. Το τάζαν με πέτρες.

Έκαιγε κάρβουνο και λιγνίτη, που τοποθετούσαν από τις τρύπες που ήταν κατά διαστήματα στην οροφή του πρώτου ορόφου και από τις πόρτες, που ήταν γύρω - γύρω και κατέληγαν στην αυλή του και έβγαине ο ασβέστης. Δηλαδή ψηνόταν η πέτρα και έβγαине ο ασβέστης.

Το βουνό (νταμάρι) από όπου έπαιρναν την πέτρα ήταν στο σημείο πίσω και προς τα επάνω όπου είναι σήμερα το ΙΚΑ Γαλατσίου.

Τα αυτοκίνητα - φορτηγά της εποχής ήταν μικρά έως πέντε τόνων. Τα σημερινά είναι τριάντα τόνων. Αφού λοιπόν φόρτωναν την πέτρα, τα φορτηγά κατέβαιναν από την λεωφόρο Γαλατσίου και στην θέση Συκιά, εκεί που είναι η στάση,

έστριβαν στον χωματόδρομο και έφταναν στην μεγάλη καγκελόπορτα από την οδό Καραϊσκάκη οπότε έμπαιναν στο προαύλιο και άδειαζαν.

Όπως με τον λιγνίτη το ίδιο περίπου γινόταν και με το κάρβουνο, το οποίο έφερναν τα φορτηγά από τον Πειραιά. Στον Πειραιά βεβαίως το κουβαλούσαν τα καράβια.

Αυτοκίνητα επίσης φορτηγά αλλά και κάρα φόρτωναν τον ασβέστη. Περνούσαν όπως ήταν φορτωμένα, από την γεφυροπλάστιγγα για ζύγισμα.

Ως μονάδα μέτρησης τότε ήταν το καντάρι, το οποίο ήταν ίσο με 44 οκάδες. Η ασβεστοκάμιнос ήταν πολύ αναγκαία εκείνη την εποχή, γιατί ο ασβέστης ήταν χρήσιμος εκτός των άλλων και για την κατασκευή σπιτιών.

Επίσης η ασβεστοκάμιнос ήταν μια σημαντική πηγή εργασίας για πολύ κόσμο και μάλιστα την δύσκολη εποχή της κατοχής κατά την διάρκεια της οποίας η ασβεστο-

κάμιнос του Γαλατσίου έμεινε κλειστή για 2-3 χρόνια λόγω έλλειψης κάρβουνου.

Με τα Δεκεμβριανά επάνω στην πανύψηλη καμινάδα έπεσαν δυο όλμοι και δεν προκλήθηκε σχεδόν καμία ζημιά.

Εγώ αναγνώριζα πάντα την χρησιμότητα της ασβεστοκάμινου, όμως είχα το παράπονο ότι από τα απόβλητα λερώνονταν τα ρούχα που άπλωνα να στεγνώνουν και έτσι ήμουν υποχρεωμένη να τα ξαναπλύνω.

Σήμερα το Καμίνι είναι με μεγάλες προσπάθειες των έως σήμερα αξιόλογων και αξιότιμων Δημάρχων μας, ένα υπέροχο κόσμημα.

Πνευματικό καταφύγιο φιλοσοφικού και θεατρικού λόγου, μουσικής, ζωγραφικής, γλυπτικής κ.λ.π.

Είναι το δεύτερο πνευματικό κέντρο του Γαλατσίου που στολίζει την πόλη μας και κρατά για πάντα ζωντανή την ανάμνηση της παλιάς του δόξας και ζωής.

Αικατερίνη Μοσχονά, Β' Κ.Α.Π.Η.

Ξεκίνησα από το χωριό μου, την Απείρανθο Νάξου ανήμερα του Αγίου Ανδρέα, 30 Νοεμβρίου το 1958 να πάω φαντάρος στον Άραξο που παρουσιαζόμουν στην Αεροπορία.

Με μια βαλίτσα στο χέρι μόνος μετά από 10 ώρες ταξίδι έφθασα στον Πειραιά. Εκεί με περίμενε μια θειά μου γιατί δεν ήξερα καθόλου την Αθήνα.

Την επόμενη μέρα με πήγε στον Σταθμό Λαρίσης όπου γνωρίστηκα και με άλλα παιδιά και πήγαμε μαζί στο στρατόπεδο.

Όταν πήγαμε μας κούρεψαν γουλί, μας έδωσαν τα ρούχα που σε άλλους ήθελαν στένεμα σε άλλους κόντεμα και μετά άρχισε η εκπαίδευση. Εικοσι-επτά μήνες ήταν τότε η αεροπορία.

Με τους γονείς μου ανταλλάσαμε γράμματα για να μαθαίνω τα νέα τους, με ρώταγαν αν ήθελα να μου στείλουν 100 δρχ. αλλά μου έφταναν εμένα και

Η στρατιωτική θητεία

σε άλλα παιδιά οι 50 δρχ. τον μήνα που μας έδιναν στην αεροπορία.

Από αυτά χρησιμοποιούσα για τα ξυριστικά μου και τα άλλα τα κρατούσα. έδινα και στους γονείς μου αν χρειάζοταν και αποταμεία κιόλας.

Στην άδεια γύριζα στο χωριό για να βοηθήσω τον πατέρα μου στις δουλειές, στον θερισμό, στο αλώνισμα.

Μια φορά είχα ζητήσει από τον διοικητή μου 25 μέρες άδεια γιατί δεν προλάβαινα να τελειώσουμε τις δουλειές, ήθελα και 5 μέρες για το πηγαινέλα από την Σούδα στην Κρήτη που είχα πάει για μετεκπαίδευση.

Ξαν στρατιώτης ήμουν υπάκουος και τυπικός στα καθήκοντα μου βέ-

βαια από όλους υπήρχε πειθαρχία και σεβασμός, σεβόμασταν τον σμηνία, τον διοικητή όλους.

Είχα πάρει και ένα μήνα τιμητική άδεια για ένα περιστατικό που απέδειξα ότι ήμουν σωστός στα χρέη του στρατιώτη. Απολύθηκα από την Ελευσίνα.

Ύστερα από τόσα χρόνια θυμάμαι ακόμη πρόσωπα και ιστορίες από την στρατιωτική μου θητεία και βέβαια τα συγκρίνω και με τον γιο μου αλλά και τα υπόλοιπα αγόρια που έχουν όλες τις ανέσεις από τους γονείς, χρήματα για βόλτες, φαγητά, καλούδια σε κάθε επισκεπτήριο, λιγότερη θητεία.

Το στρατιωτικό μένει σε όλους τους άντρες μέσα μας χαραγμένο.

**Βασιλακάκης Λογοθέτης,
Δ' Κ.Α.Π.Η.**

1941! Κατοχή. Πείνα μεγάλη και κρύο πολύ.

Ακούσαμε ότι στον Άγιο Παντελεήμονα Αχαρνών, που ήταν η ενορία μας, θα μοίραζαν σταφίδες. Η σταφίδα θα μαλάκωνε την πείνα μας.

Η Αθήνα ήταν μια πρωτεύουσα που πεινούσε εκτός από τους μαυραγορίτες και από εκείνους που είχαν λεφτά και ψώνιζαν από αυτούς. Τρέξαμε να σταθούμε στην ουρά για να προλάβουμε να πάρουμε και εμείς.

Η αδελφή μου επήγε πρώτη. Της έδωσαν. Ακολούθησα εγώ. Ο αδελφός μου ήταν πολύ μικρός. Μόλις έφτασα στις κυρίες, τις υπεύθυνες του Ερυθρού Σταυρού για την διανομή, μου είπε μια από αυτές «Παιδί μου μήπως εσύ δεν έχεις τόσο ανάγκη και επομένως να έρθει άλλο άτομο στην θέση σου;». Θα ερωτήσετε γιατί μου το είπε αυτό.

Απλούστατα με είδε ντυμένη νοικοκυρεμένα με ένα επα-

νωφόρι που η σεβαστή μου μητέρα, αυτοδίδακτη μοδίστρα, είχε βάλει βελούδο για γιακά και βελούδο στα κάτω άκρα των μανικιών. Είχα κάνει τότε κοτσιδούλες τα μαλλιά μου και φαίνεται της έκανα εντύπωση.

Τελικά μου έδωσε σταφίδες γιατί της απάντησα «Όχι κυρία μου εγώ έχω ανάγκη». Όταν πήγα στο σπίτι βρήκα την αδελφή μου ζαλισμένη γιατί τρώγοντας τις σταφίδες την ζάλισε το υγρό που περιέχουν.

Και η ζωή συνεχιζόταν με πάρα πολλές στερήσεις. Έως ότου ήρθε η τόσο ποθητή ημέρα της απελευθέρωσης.

Είναι ωραίο να έχεις υγεία στο σώμα, γαλήνη στο πνεύμα και φως στην ψυχή.

Αικατερίνη Μοσχονά, Β' Κ.Α.Π.Η.

Αναμνήσεις από τα δύσκολα χρόνια του πολέμου

- Τα αεροπλάνα πετούσαν και τρέχαμε να κρυφτούμε σε διάφορα καταφύγια.
- Οι άνθρωποι πέθαιναν στους δρόμους από την πείνα. Σκελετωμένοι, εξαντλημένοι και αδύναμοι. Τους μάζευαν με τα καρτσάκια.
- Μια σταφίδα βρήκαμε στον δρόμο με την αδελφή μου. Την κόψαμε μισή-μισή για να την φάμε.
- Σε ένα λάκκο στο πίσω μέρος του σπιτιού ο πατέρας μου έκρυβε τα τρόφιμα. Στο επάνω μέρος είχε βάλει λαμαρίνα, την οποία έκρυβε με ξύλα και διάφορα άλλα. Πώς αλλιώς να προστατέψεις τα βασικά σου αγαθά από τους Γερμανούς;
- Ένα καρότσι ξύλα από την Πεντέλη που μάζευαν, το αντάλλασαν οι γονείς με ένα καρβέλι ψωμί για να φάμε.
- Δελτίο, βιβλιάρια, κουπόνια, συσσώτιο.
- Όταν κηρύχτηκε ο πόλεμος το πρώτο που βομβάρδισαν ήταν ο Πειραιάς. Ο πατέρας μου με έπαιρνε αγκαλιά για να βλέπω τις φλόγες.
- Μετά ήρθαν στο σπίτι μας κάτι κυρίες από το πατριωτικό ίδρυμα. Πήραν εμένα και τα δυο αδέλφια μου και μας πήγαν στην Τεγέα σε ένα ίδρυμα για να μην πεινάσουμε.
- Μείναμε δυο χρόνια στο ίδρυμα και εγώ που ήμουν 6 χρονών, έκλαιγα και ζητούσα τους δικούς μου.
- Από την λαχτάρα μου να δω τους δικούς μου, προαισθάνθηκα τον θάνατο του πατέρα μου και προαισθάνθηκα την επίσκεψη της μαμάς μου στο ίδρυμα.
- Επέζησα από την πείνα χάρη στο σάντουιτς με ψωμί πολυτελείας ομελέτα και διάφορα άλλα που μου έδινε κρυφά ένας Ιταλός στρατιώτης κάθε βράδυ στα συρματοπλέγματα κοντά στον Περισσό.

Συμβουλές για τις νοικοκυρές

► Αν θέλετε να καθαρίσετε το φυσικό σφουγγάρι του μπάνιου σας βουτήξτε το για 24 ώρες σε διάλυμα νερού με αρκετό αλάτι. Με τον ίδιο τρόπο απολυμαίνετε και τις βούρτσες των μαλλιών ή τις οδοντόβουρτσες.

► Λίγο αλάτι στο νερό που βράζετε τα αυγά θα εμποδίσει το τσόφλι να σπάσει.

► Η μαρέγκα θα πετύχει αν την ώρα που την χτυπάτε προσθέσετε λίγο αλάτι.

► Το χοντρό αλάτι καταστρέφει τα αγριόχορτα στον κήπο σας.

► Για τους λεκέδες χρησιμοποιείται σαπουνάδα από το απορρυπαντικό σας και διάλυμα από μισό φλυτζάνι αμμωνία, μισό φλυτζάνι ξύδι, 1/4 του φλυτζανιού σόδα πλυσίματος και 4 λίτρα ζεστό νερό.

► Για τους λεκέδες ανάμεσα στα πλακάκια βουρτσίζετε με διάλυμα από το λευκαντικό των ρούχων.

**Ιδέες
Παλιές
& Νέες**



Και μην ξεχνάτε ότι η νοικοκυροσύνη είναι αρχοντιά.

Καρυδάκη Αγγελική, Α' Κ.Α.Π.Η.

Ζακυνθινές λέξεις - φράσεις

Θα παρατηρήσετε ότι στην διαλεκτό μας είναι έντονη η επίδραση της Ιταλικής γλώσσας λόγω της μακροχρόνιας Ενετικής κατοχής. Από τότε άλλωστε είναι και παγκόσμια γνωστή η Ζάκυνθος ως το Φιόρο του Λεβάντε, το άνθος της ανατολής.

- | | |
|--|---|
| • ατσιδέντε και μορογάρω, μη πρεμουράρεις =
αν τυχόν κι αργήσω, μην ανησυχήσεις | • σαρταρέλο = το κομπόδεμα |
| • δεν αφιδεύομαι = δεν εμπιστεύομαι | • κλαρόνες = ψηλομύτες, κουτσομπόλες |
| • καθίκλα = καρέκλα | • έχω μπούγιο = έχω φούσκωμα |
| • ταβλί = τραπέζι | • εφινίρισα = κουράστηκα |
| • τζιπούνι = το σακάκι | • έχω ντεφέτο = είμαι άρρωστη |
| • σοταμπάρκα = τζιν μπουφάν | • μαστελλάρω = πατάω τα σταφύλια να βγει το κρασί |
| • αριβάρω = έφτασα, κοντεύω | • εσπαβεντάρισα = φοβήθηκα |
| • πούρσα = η τσέπη | • σε εμπουρδάρισα = μπήκα στο σπίτι σου απότομα |
| • σοραμάρε = μάνα / η σοραμάρε σου = η μάνα σου | • τακουίνο = πορτοφόλι |
| • σορπάρες = πατέρας | • θα σε αβιζάρω = θα σε ειδοποιήσω |
| • κομιντόρο = ντομάτα | • ασπέταρε = περίμενε |
| • πλεζονιά = καρπούζι | • εμαλλινάρισα = φοβήθηκα |
| • επιλιόρα = προηγουμένως | • τώρα θα αρριβάρω = τώρα έφθασα |
| • μεσάλι = τραπεζομάντηλο | • φατσιλιτάρω = αμελώ |
| • καντούνια = σοκάκια | • δεν έχω πεμέντο = δεν έχω παράπονο |
| • αβεντόρος = ο φίλος, ο εραστής | • ασπετάρω = περιμένω |
| • σατοβέστα = το κομπινεζόν | |

Δάρρα Γρηγορία, Α' Κ.Α.Π.Η.



Συνταγές της καρδιάς μας

Γαύρος Μαρινάτος

Υλικά:

1 κιλό γαύρο, ξύδι, σκόρδο, μαϊντανό, καρότο και λάδι

Εκτέλεση:

Καθαρίζουμε τον γαύρο, κόβοντας μόνο το κεφάλι. Βάζουμε τον γαύρο σε ένα γυάλινο μπολ και του ρίχνουμε μια κουταλιά της σούπας αλάτι ψιλό και ξύδι μέχρι να σκεπαστεί.

Βάζουμε το μπολ στο ψυγείο για δυο ημέρες.

Μετά καθαρίζουμε τον γαύρο έναν - έναν τραβώντας το κόκαλο για να αφαιρεθεί όλο χωρίς να διαλυθεί το ψάρι. Βάζουμε τον καθαρισμένο γαύρο σε ένα σουρωτήρι και ρίχνουμε μπόλικο ξύδι κουνώντας το σουρωτήρι, ώστε να ξεπλυθεί ο γαύρος και να φύγουν τα υγρά.

Τον βάζουμε πάλι σε γυάλινο μπολ και προσθέτουμε μαϊντανό, καρότο και σκόρδο ψιλοκομμένο.

Για πιο πικάντικη γεύση μπορούμε να προσθέσουμε και καυτερή πιπεριά. Σκεπάζουμε με λάδι τα υλικά μας. (Αν χρησιμοποιήσουμε ελαιόλαδο θα πήξει στο ψυγείο.

Αν χρησιμοποιήσουμε ηλιέλαιο δεν πήζει). Ο μαρινάτος γαύρος είναι έτοιμος και διατηρείται στο ψυγείο για αρκετό διάστημα.

Είναι νόστιμος ως ορεκτικό και ως συνοδευτικό με το ουζάκι ή με το κρασάκι μας.

Καλή επιτυχία!!!

Καρανικόλα Ουρανία, Γ' Κ.Α.Π.Η.

Γλυκό κουταλιού σταφύλι

Υλικά:

1 κιλό σταφύλι (σταφίδα χωρίς κουκούτσι), 1 κιλό ζάχαρη, 2 φύλλα αρμπαρόριζα, 1 ξύλο κανέλλα, 2 φέτες λεμόνι και 2 - 3 βανίλιες.

Εκτέλεση:

Καθαρίζουμε και πλένουμε το σταφύλι.

Το βάζουμε στην κατσαρόλα μαζί με την ζάχαρη, την αρμπαρόριζα, το ξύλο κανέλλας και τις φέτες λεμονιού.

Βράζουμε σε δυνατή φωτιά αρχικά που στην συνέχεια θα χαμηλώσουμε. Είμαστε πάνω από την κατσαρόλα για να βγάζουμε τον αφρό που δημιουργείται με μια τρυπητή κουτάλα.

Αν θέλουμε να ανακατέψουμε χρησιμοποιούμε ξύλινη κουτάλα. Το γλυκό μας θα είναι έτοιμο όταν αρχίσει να κάνει φουσκάλες ή όταν η κάθε νοικοκυρά με τον τρόπο της καταλάβει πως το σιρόπι έχει δέσει.

Το σταφύλι επειδή βγάζει υγρά, συνήθως η συνταγή δεν χρειάζεται νερό. Αν όμως χρειαστεί να προσθέσουμε θα βάλουμε ένα ποτηράκι βραστό νερό.

Δυο λεπτά πριν σβήσουμε την φωτιά ρίχνουμε την βανίλια. Κατεβάζουμε την κατσαρόλα και όπως είναι ζεστό το γλυκό το μοιράζουμε σε γυάλινα βάζα.

Κλείνουμε τα καπάκια και γυρίζουμε τα βάζα μας ανάποδα. Την επόμενη μέρα αναποδογυρίζουμε.

Το γλυκό μας φυλάσσεται εκτός ψυγείου για μεγάλο διάστημα. Αν το σιρόπι μας είναι καλοδεμένο το γλυκό μας δεν θα χαλάσει.

Καλή επιτυχία!!!

Καρανικόλα Ουρανία, Γ' Κ.Α.Π.Η.



Όταν ήμουν μικρό παιδί θυμάμαι πως το σαπούνι για τις ανάγκες μας και τις ανάγκες του νοικοκυριού μας, το φτιάχναμε μόνοι μας.

Ήταν το λεγόμενο σπιτικό σαπούνι.

Χρησιμοποιούσαμε τα εξής υλικά:

Καυστική σόδα ή ποτάσα όπως την λέμε κατάλληλη για την παρασκευή μαλακότερου σε υφή σαπουνιού, νερό και λάδι καλής ποιότητας.

Η αναλογία ήταν: 1 κιλό καυστική σόδα ή ποτάσα, 3 κιλά νερό και 6 κιλά λάδι.

Εκτέλεση:

Σε μια κατσαρόλα μεγάλη ή σε ένα

Το αξέχαστο σπιτικό Σαπούνι

καζάνι (και τα δύο έπρεπε να ήταν χάλκινα), βάζαμε 3 κιλά νερό και μετά ρίχναμε σιγά σιγά το 1 κιλό ποτάσα, ανακατεύοντας συνεχώς με ξύλινη κουτάλα ή ένα σκέτο ξύλο.

Αφού είχε διαλυθεί καλά ρίχναμε τα 6 κιλά λάδι και συνεχίζαμε το ανακάτεμα μέχρι να ομογενοποιηθούν όλα τα υλικά.

Μετά ρίχναμε το μείγμα σε καλούπια και το αφήναμε 2 ημέρες μέχρι να πή-

ξει. Έπειτα το κόβαμε σε κομμάτια και το αφήναμε στην αποθήκη 1 μήνα μέχρι να ωριμάσει.

Το χρησιμοποιούσαμε για λούσιμο, μπάνιο και για πλύσιμο των ρούχων.

Σήμερα κάποιες νέες νοικοκυρές που νιώθουν αγάπη και πίστη σε παλιές παραδοσιακές συνταγές και προϊόντα επιχειρούν την παρασκευή σπιτικού σαπουνιού.

Γι' αυτό και εγώ μοιράζομαι μαζί σας την συνταγή αυτή και την εμπειρία μου.

Καλή επιτυχία!!!

Περράκη Αναστασία, Γ' Κ.Α.Π.Η.

Μαγειρικές διαδρομές



Τσικουδιά ή Ρακή

Στην όμορφη Κρήτη που γεννήθηκα και μεγάλωσα η τσικουδιά είναι πρωταγωνιστής σε κάθε σπίτι και σχεδόν όλοι οι Κρητικοί, είναι μάστορες στην παρασκευή της.

Η απόσταξη της τσικουδιάς, παραδοσιακά γίνεται σε μεγάλα καζάνια (τους αποστακτήρες) σε οργανωμένους χώρους, με τραπέζια, πάγκους και νεροχύτες που έχει φροντίσει ο καζανάρης γι' αυτά.

Ο κάθε ιδιώτης που θέλει να βγάλει την τσικουδιά του, πάει με την παρέα του, φίλους, κουμπάρους, κρατάνε κρέατα και μεζέδες και γίνεται μεγάλη γιορτή με λύρα τραγούδι και χορό.

Αφού πατήσουν τα σταφύλια και βγάλουν το κρασί τους, κρατάνε τα υπο-

λείμματα των σταφυλιών τα λεγόμενα (στράφυλα ή τσίκουδα).

Τα βάζουν σε μεγάλα δοχεία και αφήνουν 20-30εκ. κενό από την κορυφή για να μη ξεχειλίσουν με το βρασμό. Στρώνουν από πάνω καθαρά και πλυμένα ταβλάκια και τα πλακώνουν με επίσης πλυμένες και καθαρές πέτρες ή μάρμαρα.

Σκεπάζουν τα δοχεία χωρίς να τα σφραγίσουν για να φεύγουν οι αναθυμιάσεις του βρασμού.

Τα αφήνουν 1 μήνα για να γίνει η ζύμωση, (δηλαδή μετατρέπονται τα σάκχαρα σε οινόπνευμα).

Μετά βάζουν τα στράφυλα στον αποστακτήρα μαζί με το ζουμί τους, ή νερό αν δεν έχουν πολύ ζουμί, τον σφραγίζουν και τον βάζουν πάνω σε μέτρια φωτιά.

Μόλις πάρει βράση χαμηλώνουν την φωτιά για να γίνει αργά και αβίαστα η απόσταξη.

Βγαίνει σιγά σιγά ο ατμός από ένα ειδικό σωλήνα που είναι συνέχεια μέσα σε κρύο νερό, υγροποιείται και τρέχει η τσικουδιά ή ρακή.

Την μετράνε με το γράδο για να δουν τους βαθμούς της που συνήθως είναι από 18 έως 22 βαθμούς κατάλληλη για να την πιούν οι άνθρωποι.

Τα πρώτα 3 κιλά περίπου τσικουδιά που βγαίνει είναι η λεγόμενη πρωτόρακη και είναι υψηλόβαθμη γι' αυτό δεν την πίνουν αλλά την χρησιμοποιούν για εντριβές όπως το καθαρό οινόπνευμα.

Σε πολλά μέρη της Ελλάδας όταν βγάλουν την τσικουδιά ή ρακή γεμίζουν



τον αποστακτήρα με αυτή μαζί με μουλιασμένο γλυκάνισο και παράγουν έτσι τσικουδιά ή ρακή με γεύση γλυκάνισου.

Αν την πιείς με μέτρο μην την φοβάσαι γιατί όπως λένε και οι Κρητικές ματινάδες μας

*Πίνω κρασί και δεν μεθώ,
ρακή και δεν με πιάνει
μα το φιλί σου το γλυκό,
μπορεί να με τρελάνει.*

*Πίνω κρασί, δε με μεθεί,
ρακή δε με ζαλίζει
ως με μεθούν τα μάτια σου
όταν με αντικρίζεις.*

Στην υγεία μας
και Καλό Φθινόπωρο

Περράκη Αναστασία, Γ' Κ.Α.Π.Η.

Εμείς τότε δεν φτιάχναμε γλυκά του ταψιού αλλά του κουταλιού. Όπως το μελιτζανάκι, το καρύδι, σύκο, καρπούζι, νεράτζι, κίτρο, λεμόνι, πορτοκάλι, σταφύδα, βύσσινο και γλυκό και ποτό όπως και κεράσι και κρίνα.

Στα Γιάννενα τα Χριστούγεννα κάναμε τηγανίτες στην πλάκα και είναι όπως ο μπακλαβάς.

Τα φύλλα τα ψήναμε στην

Αλλιώςτικός μπακλαβάς στα Γιάννενα

μαυρόπλακα. Ρίχναμε τον κυλό σε μια πλάκα που είχε καεί στην φωτιά και ο κυλός ανοιγόταν σαν φύλλο και όταν ήταν έτοιμο τα βγάζαμε με μια σπάτουλα.

Τα εγγόνια μου λένε ότι σήμερα έτσι φτιάχνονται οι κρέπες.

Στην συνέχεια στρώναμε στο ταψί τα φύλλα και ανάμεσα τους βάζαμε καρύδια και κανέλα, το ψήναμε και στο τέλος το σιροπιάζαμε.

Η παρασκευή του χρειαζόταν ταχύτητα και δεξιότητα γιατί η πλάκα έκαιγε και ήθελε μεγάλη προσοχή για να μην καεί το φύλλο αλλά και εμείς.

Μάνου Κλεονίκη, Α' Κ.Α.Π.Η.

Αγαπητά μας μέλη, σας ευχόμαστε καλό χειμώνα
με υγεία προσωπική και οικογενειακή.
Το Κ.Α.Π.Η. σας περιμένει να συνεχίσουμε τα προγράμματα και τις
δραστηριότητές μας με τον ίδιο δραστήριο ρυθμό και με και-
νούργιες ιδέες για τη νέα σεζόν που αρχίζει.
Για την ημέρα της μεγάλης γιορτής της τρίτης ηλικίας
ευχόμαστε σ' όλους σας Χρόνια Πολλά και Καλά!

ΟΙ ΥΠΕΥΘΥΝΟΙ:

- Καραντώνη Αγγελική - Κοινωνική Λειτουργός
- Λάμπρου Ελένη - Κοινωνική Λειτουργός
- Σούχλα Αναστασία – Φυσικοθεραπεύτρια

Ως επίλογο του δεύτερου τεύχους μας
επιλέγουμε ένα ποίημα για τα ΚΑΠΗ
και τους ανθρώπους που τα αποτελούν...

Τα Κ.Α.Π.Η.

Τα κόκκαλα του ν' αγιάσουνε
που έκανε τα ΚΑΠΗ
και σ' όσους τους αρέσουνε
θαρρώ περνούν ευχάριστα και
όμορφα εκεί

Πάνε στις εκδρομούλες τους
πάνε στους περιπάτους
και λίγο αποφεύγουνε
και από τα προβλήματα τους

Όταν πηγαίνω στο ΚΑΠΗ
ανοίγει η καρδιά μου
και κάθε στεναχώρια μου
τη διώχνω μακριά μου

Γ' αυτό φίλε μου μην αργείς
και μην καθυστερήσεις
πήγαινε γράψου στο ΚΑΠΗ
δεν χάνεις, θα κερδίσεις

Θα κάνεις φίλους άγνωστους
που πρώτα δεν τους είχες
και θα περνούν οι μέρες σου
σαν όνειρο τις νύχτες

Μακάρι να 'μαστε πολλοί
μες το ΚΑΠΗ παρέα
εγώ να λέω σάτυρες
άλλοι με την κουβέντα τους
άλλοι με τα χαρτάκια τους
μονάχα μην γκρινιάζουνε
και θα περνάμε ωραία

Όλοι που είστε μόνοι σας
πολύ μην το σκεφτείτε
στο κοντινότερο ΚΑΠΗ
να πάτε να γραφτείτε

Θα βρείτε συντροφιά καλή
θα κάνετε παρέα
και θα περνάτε σίγουρα
πάρα πολύ ωραία
μπορεί και κάποιο αίσθημα
και θα είναι πιο ωραία.

*Παπαϊωάννου Μιχάλης,
Α' Κ.Α.Π.Η*



ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ & ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ ΔΗΜΟΥ ΓΑΛΑΤΣΙΟΥ Κ.Α.Π.Η. ΓΑΛΑΤΣΙΟΥ

Διευθύνσεις και τηλέφωνα των Κ.Α.Π.Η. του Δήμου μας

Α' Κ.Α.Π.Η.: Ορφέως 20, Λαμπρινή • Τηλ.: 210 29.13.064, 210 22.21.910

Β' Κ.Α.Π.Η.: Πυθαγόρα 7, πλησίον Δημαρχείου • Τηλ.: 210 21.37.701, 210 21.35.053

Γ' Κ.Α.Π.Η.: Ελ. Βενιζέλου 41, Πλατεία Κύπρου • Τηλ.: 210 29.16.552, 210 21.38.063

Δ' Κ.Α.Π.Η.: Τσακάλωφ 33 και Ξάνθου • Τηλ.: 210 29.34.698, 210 29.34.009