

Έκφραση

ΑΥΓΟΥΣΤΟΣ - ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ - ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ 2020

ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΗ

ΤΕΥΧΟΣ 176

ΤΡΙΜΗΝΗ ΕΚΔΟΣΗ ΤΟΥ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟΥ
ΚΕΝΤΡΟΥ ΕΡΓΑΖΟΜΕΝΩΝ ΟΤΕ ΝΟΜΟΥ ΑΤΤΙΚΗΣ

Εξώφυλλο: Ο Αχελλώς από ψηλά.
Φωτογραφία του Γιάννη Κωνσταντινίδη

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

- | | | |
|----------------------------------|------------------------|---------------------------------|
| ▶ EDITORIAL | ▶ ΕΙΚΑΣΤΙΚΗ ΑΝΑΚΥΚΛΩΣΗ | ▶ ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ (Κατερίνα Περίσση) |
| ▶ ΟΡΕΙΒΑΣΙΑ | ▶ ΖΩΓΡΑΦΙΚΗ | ▶ Η ΣΧΕΣΗ ΜΑΣ ΜΕ ΤΑ ΖΩΑ |
| ▶ ΒΙΒΛΙΟ & ΔΑΝΕΙΣΤΙΚΗ ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ | ▶ ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΑ | ▶ ΟΙ ΣΥΝΑΔΕΛΦΟΙ ΓΡΑΦΟΥΝ |
| ▶ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ | ▶ ΤΡΑΓΟΥΔΙΑ ΚΑΙ ΧΟΡΟΙ | ▶ ΥΓΕΙΑ & ΠΑΝΔΗΜΙΑ |
| ▶ ΚΟΣΜΗΜΑ | ▶ ΙΣΤΟΡΙΑ ΚΑΙ ΜΝΗΜΗ | ▶ ΣΤΟ ΔΙΚΤΥΟ |
| ▶ ΕΚΔΡΟΜΙΚΟ ΤΜΗΜΑ | ▶ ΜΕΡΕΣ ΜΟΥΣΕΙΩΝ | ▶ ΠΡΟΣ ΤΕΡΨΗ ΚΑΙ ΑΝΑΖΗΤΗΣΗ |

ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΗ Έκφραση

Τρίμηνη Έκδοση του Πολιτιστικού Κέντρου
Εργαζομένων ΟΤΕ Νομού Αττικής
Διεύθυνση: Γ' Σεπτεμβρίου 110, 104 34 Αθήνα
Τηλ.: 210-8253303, Φαξ: 210-8253511

www.pkeote.gr

pkeotena@otenet.gr

Τεύχος 176 - Έτος 31ο

Αύγουστος-Σεπτέμβριος-Οκτώβριος 2020

Κωδικός: 014308

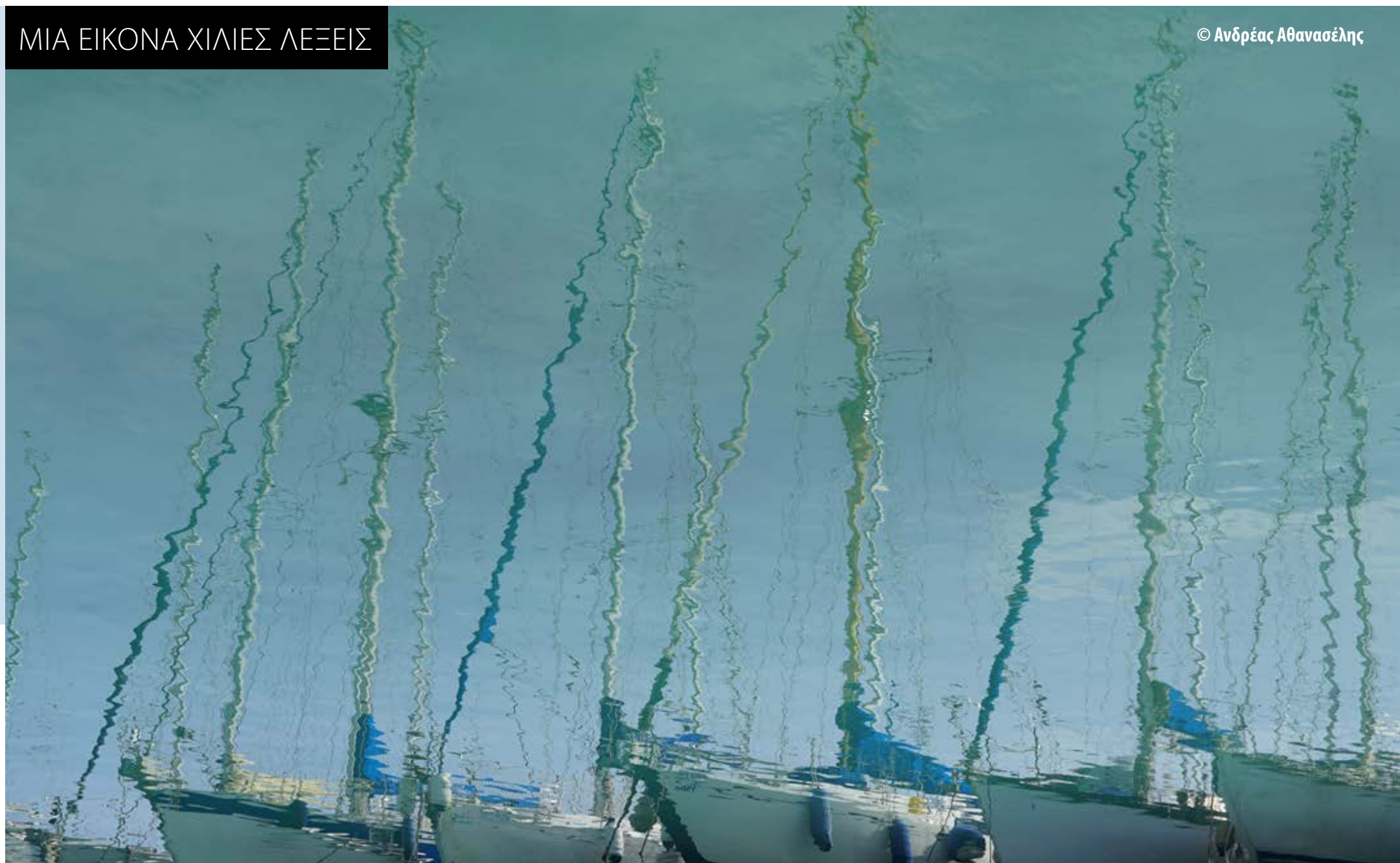
Εκδότης - Διευθύντρια: **Αντωνέλου Εβίτα**

Διεύθυνση Ύλης: Άρθρα, συνεργασίες, φωτογραφίες, σκίτσα κλπ, μπορούν να αποστέλλουν όλοι οι υπάλληλοι του ομίλου ΟΤΕ. Η δημοσίευσή τους δεν είναι υποχρεωτική. Τα χειρόγραφα δεν επιστρέφονται στους ενδιαφερόμενους. Τα ενυπόγραφα άρθρα δεν εκφράζουν αναγκαστικά τις θέσεις και τις απόψεις του Περιοδικού και του Δ.Σ. του Πολιτιστικού Κέντρου.

Παραγωγή: Zedaxis, Τηλ.: 210 6010758
e-mail: zedaxis3@gmail.com

ΜΙΑ ΕΙΚΟΝΑ ΧΙΛΙΕΣ ΛΕΞΕΙΣ

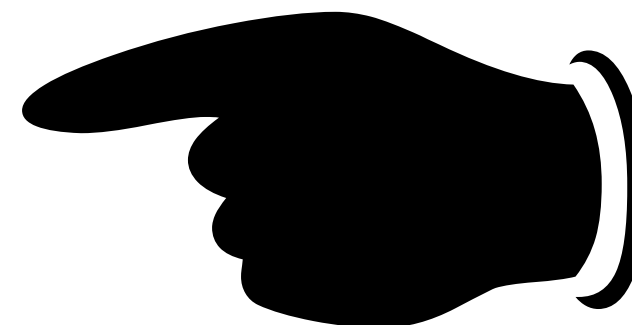
© Ανδρέας Αθανασέλης



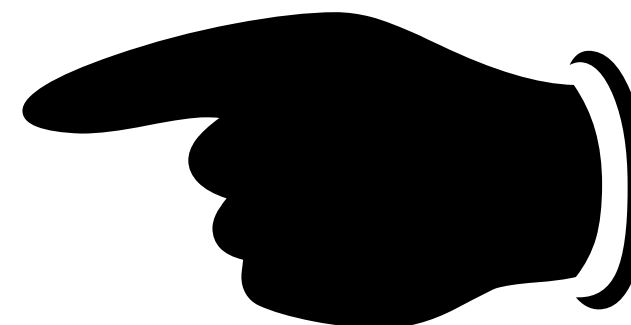
EDITORIAL



Δύσκολη όσο και ιδιαίτερη η περίοδος που διανύουμε. Άγνωστος τόπος, νέα δεδομένα. Για τον πολιτισμό έφερε αναστάτωση, δυσλειτουργία, απόσταση, σιωπή.



Συνάδελφοι, μέλη και φίλοι του ΠΚ.



ΟΡΕΙΒΑΣΙΑ

Το Πολιτιστικό Κέντρο Εργαζομένων ΟΤΕ Ν. Αττικής με το Ορειβατικό του τμήμα πραγματοποίησε ορειβατική & περιβαλλοντική εξόρμηση στην Κοιλάδα Αχελώου – Όρη Βάλτου 10 - 11 Οκτωβρίου, συμμετέχοντας στο project «Ο Αχελώος στην EUGreenWeek 2020», τη μεγαλύτερη περιβαλλοντική διοργάνωση της Ευρώπης.

Μαζί με την εθελοντική ομάδα ΕΠΠΙ - ΔΡΟΥΜΕ πραγματοποιήσαμε ανάβαση με πεζοπορία στην κορυφογραμμή της Καλάνας ακολουθώντας μία φανταστική σε φυσικό κάλλος διαδρομή πάνω από τη λίμνη των Κρεμαστών και επισκεφθήκαμε το ερημικό ξωκλήσι - σπήλαιο του Αγίου Ανδρέα του Ερημίτη. Στα πλαίσια της εξόρμησης πραγματοποιήθηκε από τις δύο ομάδες η σηματοδότηση του μονοπατιού για πεζοπόρους στο ΔΑΣΟΣ NATURA που βρίσκεται στα Όρη Βάλτου κοντά στο Ιστορικό χωριό Σακαρέτσι.

Οι δράσεις αυτές εντάσσονται στην προσπάθειά μας για την ανάδειξη της προστασίας του περιβάλλοντος, την παύση χρήσης πλαστικών μίας χρήσης και την διατήρηση της βιοποικιλότητας των περιοχών.

Ο ΑΧΕΛΩΟΣ ΣΤΗΝ EUGREENWEEK 2020



Για να δείτε τα clip κάντε κλικ εδώ



<https://www.youtube.com/watch?v=k3KfDOfqXe0&t=258s>



<https://www.youtube.com/watch?v=vy4VXt5NczM>





ΕΚΕΙ ΠΟΥ ΠΕΡΠΑΤΗΣΑΝ ΟΙ ΚΛΕΦΤΕΣ ΚΑΙ ΟΙ ΑΡΜΑΤΟΛΟΙ

Χαράματα Σαββάτου, 10 Οκτωβρίου, το ραντεβού μας είναι γνωστό, έξω από το Πολιτιστικό Κέντρο. Οι μισοί είμαστε άπντοι και οι άλλοι μισοί αγουροξυπνημένοι: Εμείς οι ορειβάτες είμαστε μαθημένοι στις βάρβαρες ώρες. Προορισμός μας αυτή τη φορά είναι το Παλιό Χαλκικόπουλο, ένα ερειπωμένο χωριό στην περιοχή του Ορεινού Βάλτου Αιτωλοακαρνανίας, για να γνωρίσουμε από εκεί τον Αχελώο, το πιο μακρύ ποτάμι της Ελλάδας, λίγο πριν ενωθεί με το Ιόνιο Πέλαγος. Το ταξίδι είναι μεγάλο και καθώς πλησιάζουμε, το τοπίο μας δίνει υποσχέσεις. Η καινούρια μας φίλη, η Νία από την τοπική περιβαλλοντική και πολιτιστική οργάνωση ΕΠΠΙ-ΔΡΟΥΜΕ, φροντίζει να ντύσει τις όμορφες εικόνες που βλέπουν τα μάτια μας με παλιές και σύγχρονες ιστορίες από τον τόπο.

Η μεγάλη μας χαρά είναι όταν κατεβαίνουμε πια από το πούλμαν, φορτώνουμε τους σάκους μας, σφίγγουμε τα κορδόνια μας και ανοίγουμε τα μπατόν μας. Μαζί ανοίγει και η καρδιά μας. Γυρίζουμε το κεφάλι, βλέπουμε την Καλάνα, την κορυφή που μας έφερε μέχρι εδώ και νιώθουμε το ίδιο δέος και την ίδια ανυπομονησία που νιώθουμε πάντα πριν ξεκινήσουμε. Η πορεία στην αρχή είναι ήπια, μέσα σε όμορφο δασωμένο μονοπάτι, στη σκιά και τη δροσιά που μόνο τα βουνά

ξέρουν να προσφέρουν το καταμεσήμερο. Κάνουμε την πρώτη στάση σε ένα παρατηρητήριο, που όταν το φτάνουμε, μένουμε όλοι άφωνοι από τον Αχελώο, που εντελώς ξαφνικά μας φανερώνει τη μεγαλοπρέπειά του. Όλοι μονολογούμε πως τέτοιο θέαμα δεν έχουμε ξαναδεί, και μετά το πρώτο σοκ, το ρίχνουμε στα γέλια και τις φωτογραφίες. Η στάση όμως είναι σύντομη και γρήγορα φεύγουμε για παραπέρα. Σε πολύ λίγο, αυτό το παρατηρητήριο μας φαίνεται πια πολύ χαμηλά.

Όσο ανεβαίνουμε ψηλότερα, δεν αργούν να σωθούν τα δέντρα, να μεγαλώσει η κλίση και να εμφανιστούν οι πρώτοι ζόρικοι βράχοι. Δεν ήταν αστεία τα μονοπάτια που περπάτησαν οι Κλέφτες και οι Αρματολοί! Είμαστε ομάδα όμως, και όπως μου ανέλυσε ένας φίλος εκείνη τη μέρα, στην ορειβασία δεν έχει σημασία τι κάνεις ή ποιος είσαι στην υπόλοιπη ζωή σου. Στην ορειβασία είσαι ο καλός σου εαυτός, που τη μια στιγμή ενθαρρύνεις το συνορειβάτη σου με μια κουβέντα και την άλλη στιγμή στηρίζεις πάνω του. Κάπως έτσι φτάνουμε όλοι στην κορυφή, καινούριοι φίλοι και παλιοί, λαχανιασμένοι, κουρασμένοι, ενθουσιασμένοι και πιο δυνατοί από ό,τι ξεκινήσαμε. Έτσι είναι στα βουνά. Το τοπίο, σωστή αεροφωτογραφία, μας αποζημιώνει σε όλη τη διαδρομή. Για όση ώρα ξεκουραζόμαστε πάνω, ξεχνάμε τον Covid, ξεχνάμε τις δυσκολίες, παίρνουμε βαθιές

ανάσες, απολαμβάνουμε την παρέα, μοιραζόμαστε το φαγητό μας, γελάμε και τα μάτια μας συνηθίζουν στην πιο σπάνια και πολύτιμη ομορφιά.

Η κατάβαση απαιτεί να είμαστε προσεχτικοί, το σώμα μας να είναι δυνατό και να έχουμε όλες τις αισθήσεις μας ενεργοποιημένες. Κάποια βουνά πιο εύκολα τα ανεβαίνεις, παρά τα κατεβαίνεις και σε κάποια σημεία η Καλάνα μου φάνηκε πως είναι ένα από αυτά. Περάσαμε από το Ασκηταριό του Οσίου Ανδρέα και ανάψαμε τους φακούς μας στο σπήλαιο πίσω από το Ιερό. Το κλείσιμο μιας πορείας, οι πλαγιές που φωτίζει το τελευταίο φως του ήλιου, το κρύο το βουνίσιο που σιγά σιγά απλώνεται παντού, το σώμα το βαρύ και η καρδιά που ξέρεις ότι είναι πια γεμάτη είναι η δική μου αγαπημένη ώρα. Είμαστε κι ένα βήμα πιο κοντά στην ταβέρνα, που όταν έχεις ανεβοκατέβει σε μια μέρα ένα βουνό, είναι από μόνη της προορισμός! Αν μη τι άλλο, εμείς οι ορειβάτες το τρώμε όλο μας το φαγητό!

Την Κυριακή το πρωί ξυπνήσαμε, για να βαφτίσουμε ένα μονοπάτι! Ξεκινήσαμε από το χωριό Περδικάκι, μπήκαμε στο δάσος Natura κι ένας ένας αρχίσαμε να καρφώνουμε στα δέντρα κόκκινα ταμπελάκια. Στο μέλλον, οι πεζοπόροι θα πατούν στο δικό μας μονοπάτι, το μονοπάτι της Ορειβατικής Ομάδας του Πολιτιστικού Κέντρου Εργαζομένων ΟΤΕ νομού Αττικής, κι αυτό είναι φυσικά για όλους εμάς μια πολύ μεγάλη τιμή. Το ότι μας παρέσυρε η χαρά, μας μπέρδεψαν τα έλατα και καταλήξαμε μερικοί να χάνουμε το δρόμο μας, δε στάθηκε ικανό να μας πτοήσει καθόλου. Κι αν είμαστε όλοι μαζί, κι αν είμαστε πιο λίγοι, είμαστε πάντα ομάδα. Και όπου δεν υπάρχει μονοπάτι, το φτιάχνουμε μόνοι μας.

Μετά κι από αυτό, απολαύσαμε λίγο ακόμα τους δρόμους του Αχελώου, σταματήσαμε στο γεφύρι που χωρίζει την Αιτωλοακαρνανία από τα Αγραφα, δοκιμάσαμε νόστιμες τοπικές πίτες, ήπιαμε το κρασί μας στην υγεία των νιόπαντρων και των μελλοντύμων της ομάδας μας και πηραμε το μεγάλο δρόμο της επιστροφής. Σε 2 μέρες χωρέσαμε μια κορυφή, ένα μονοπάτι που πριν από εμάς δεν είχε όνομα, την εξερεύνηση μια άγνωστης περιοχής της Ελλάδας, καινούριους φίλους, όμορφες στιγμές με τους παλιούς, πολύ γέλιο, τραγούδια στο πούλμαν, γνώσεις, ιστορίες, προκλήσεις, συζητήσεις, συγκινήσεις, περιπέτειες... Μπορείς να ζητήσεις περισσότερα από ένα Σαββατοκύριακο; Μπορείς να περιμένεις περισσότερα. Στην επόμενη εξόρμηση, την επόμενη φορά.

Γράφει η συνάδελφος
Χρυσάνθη Σούλη

ΒΙΒΛΙΟ & ΔΑΝΕΙΣΤΙΚΗ ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ

Το Τμήμα Βιβλίου - Δανειστικής Βιβλιοθήκης συνεχίζει δυναμικά να προσφέρει στα μέλη και τους φίλους του ΠΚ πνευματική τροφή. Στεγάζεται στο κτίριο του ΠΚ στον 1ο όροφο.

Για να δείτε την Δανειστική Βιβλιοθήκη και τον τρόπο δανεισμού των βιβλίων, Επισκεφτείτε το ιστολόγιο του Π.Κ. <http://www.pkeote.gr/> και να επιλέξετε από τα Τμήματα, το Τμήμα Βιβλίου. Για να την δείτε επιλέξτε-πατήστε **ΔΑΝΕΙΣΤΙΚΗ ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ**

Έχουμε δημιουργήσει και την πύλη ebooks (Ηλεκτρονικού Βιβλίου) που έχει μεγάλη επισκεψιμότητα. Τα μέλη και οι φίλοι επισκέπτονται ιστοσελίδες που διαθέτουν ηλεκτρονικά βιβλία, με δυνατότητα OnLine ανάγνωσης και download.

Για να την δείτε την πύλη, από το Τμήμα Βιβλίου επιλέξτε Πύλη ebooks http://www.pkeote.gr/index.php?view=view_articles&option=bibliou&item=1449824359&lang=el

Το Τμήμα Βιβλίου πραγματοποίησε πολλές παρουσιάσεις βιβλίων εξαιρετων συγγραφέων τον προηγούμενο χρόνο, οι οποίες στέφθηκαν με επιτυχία.

Τούλα Μπελίτση
Υπεύθυνη Τμήματος



❶ Η βιβλιοθήκη μας. Παρουσιάσεις: ❷ Πορφύρος Ηγέτης, Κωνσταντίνα Κοντομάρη. ❸ Γιάννης Δριμής, Η σκιά. ❹ Ρούσα Κακολύρη, Ένα ατελείωτο ταξίδι. ❺ Αγγελική-Χριστίνα Κρίμπαλη, Pr8ject (Η Αφύπνιση). ❻ Στέφανος Σταμέλος, Από τον Παγασητικό έως τον Αμβρακικό. ❼ Χρήστος Τεγόπουλος, Πέρα απ' την ομίχλη λάμπουν τ' αστέρια. ❽ Ζανέτα Βλαχούτα, Σας παρακαλώ, με συνδέετε με το γέλιο; ❾ Δημήτρα Ιωάννου, Η κληρονόμος του ποταμού.



ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ

Αναπαλαίωση επίπλου
με χρώματα εμποτισμού
(τεχνική που φαίνονται
τα νερά του ξύλου)

Πολλές φορές έχουμε έπιπλα ή αντικείμενα στο σπίτι που δεν μας αρέσουν και θέλουμε να τα βάλουμε σε μια αποθήκη ή ακόμη και να τα πετάξουμε. Μετά το σεμινάριο για την αναπαλαίωση επίπλου που παρακολούθησα τον περασμένο Οκτώβρη ξεκίνησα να ψάχνω, να μαζεύω και τελικά να μεταποιώ παλιά έπιπλα.

Έπιπλα που είχαν τη δική τους ιστορία, όμως αν μπεις στη διαδικασία να τα μεταποιήσεις βγαίνει ένα υπέροχο αποτέλεσμα.

Σε καμία περίπτωση δεν μπορούμε να συγκρίνουμε την ποιότητα ενός παλιού αντικειμένου που έχει πίσω του χρόνια με ένα καινούργιο.

Ευχαριστώ τον Πολιτιστικό που μέσα από αυτή την ιδιαίτερη διαδικασία μου άνοιξε τους ορίζοντες και την φαντασία μου.

Εν αναμονή μιας νέας δημιουργικής χρονιάς

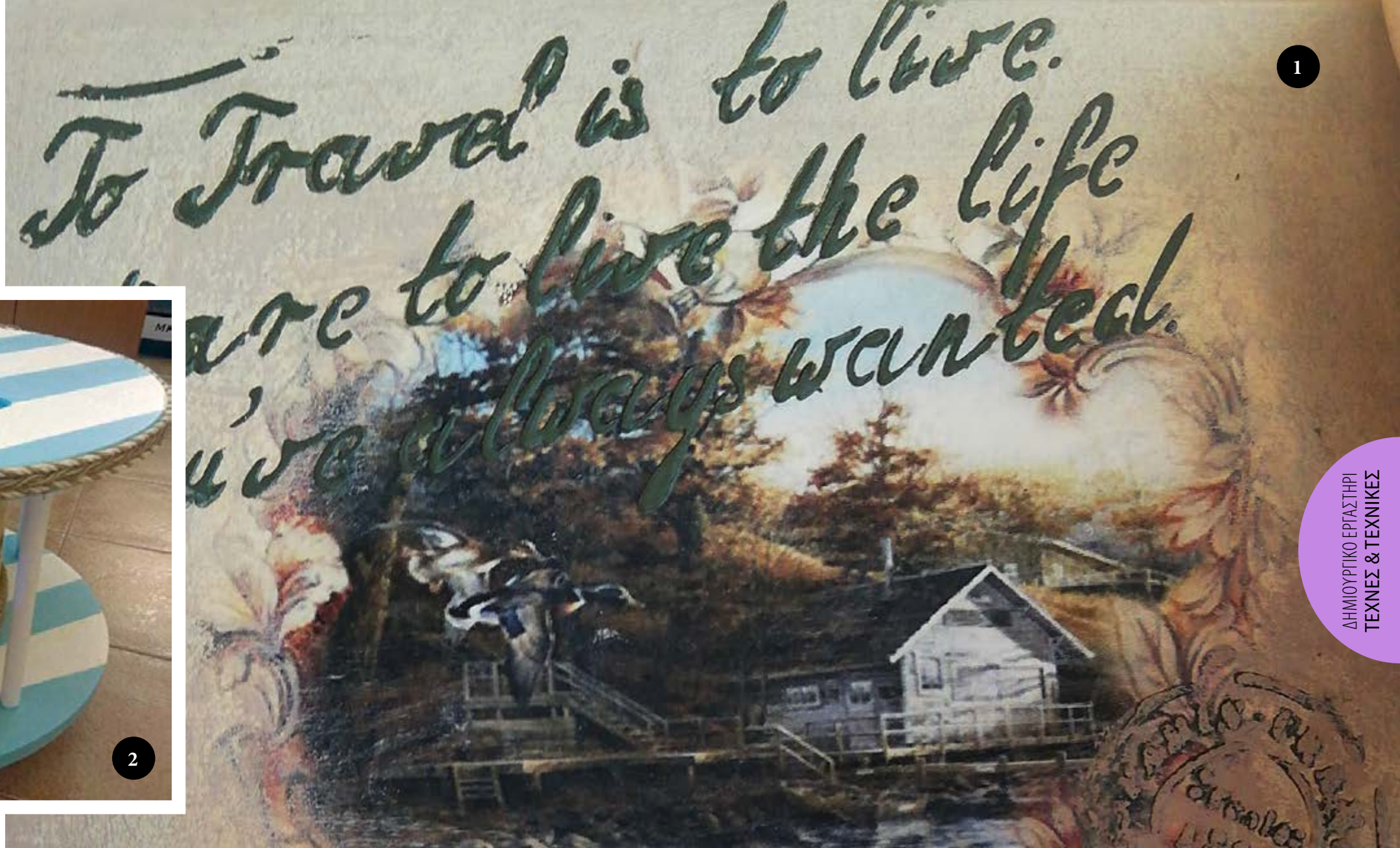
Ελισάβετ Πατσιώτου



❶ Νατάσσα Μάργαρη.
❷ Τάνια Τσαγκά.
❸ & ❹ Αναπαλαίωση στη πράξη.



2



1 & 2 Έργα της ομάδας.

3 Από αριστερά:
Ν. Μασαράς & Γ. Κωνσταντινίδης.

4 Από αριστερά: Δήμητρα Ευθυμίου
Πένυ Γκαβού & Νατάσσα Μάργαρη.



3



4

ΚΟΣΜΗΜΑ

Κρατώντας όλες τις αποστάσεις με λίγα άτομα σε κάθε τμήμα ξεκίνησε και η αργυροχρυσοχοΐα τις δημιουργίες της. Τα μαθήματα πραγματοποιούνται κάθε Τρίτη στο χώρο του Π.Κ.



ΚΟΣΜΗΜΑ

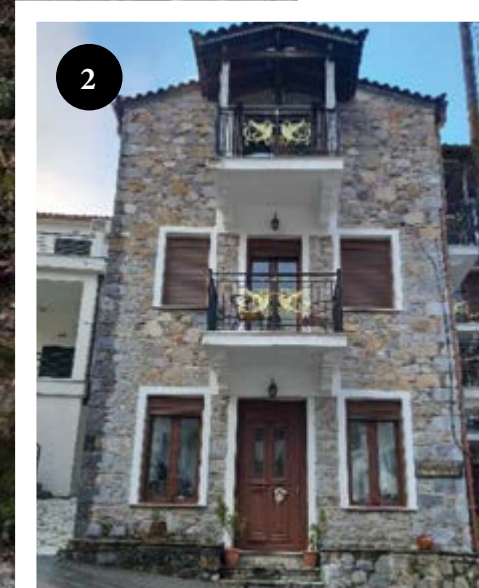


ΕΚΔΡΟΜΙΚΟ ΤΜΗΜΑ

Τα ταξίδια μας συγκλονίζουν, γεμίζουν το μυαλό μας όμορφες εικόνες και αποτελούν μια ιδανική αφορμή για να γνωρίσουμε νέα μέρη που ίσως δεν καταφέρουμε να επισκεφθούμε για δεύτερη φορά. Η ιδιαίτερη αυτή γοητεία των ταξιδιών έχει αποτυπωθεί στις παρακάτω εικόνες στην εκδρομή του ΠΚΕ ΟΤΕ που πραγματοποιήθηκε στο Εργοστάσιο Μανιταριών Δίρφους, στην Αγ. Κυριακή και στη Στενή Ευβοίας.



1



2

1 & 2 Η Στενή Δίρφους είναι ημιορεινό χωριό του Δήμου Διρφύων - Μεσσαπίων της Εύβοιας, είναι χτισμένη στις νότιες πλαγιές του όρους Δίρφου.

3 Η εκκλησία της Αγίας Κυριακής στα Καμπιά της Εύβοιας, είναι κτισμένη σε μία πανέμορφη τοποθεσία ανάμεσα σε πλατάνια και τρεχούμενα νερά.

4 Το Μανιταροπωλείο είναι το κατάστημα της Μανιτάρια Δίρφους, με φρέσκα και αποξηραμένα δημοφιλή, εκλεκτικά πανόστιμα και ευεργετικά προϊόντα.

5 & 6 & 7 ΜΑΝΙΤΑΡΙΑ ΔΙΡΦΥΣ, οι μονάδες παραγωγής νωπών μανιταριών που συγχρόνως λειτουργεί και ως κεντρική μονάδα παραγωγής υποστρωμάτων στους Καθενούς Ευβοίας. Έχουν πάρει πολλά Βραβεία και Διακρίσεις για την ποιότητά τους.



3



4



5

ΕΚΔΡΟΜΙΚΟ ΤΜΗΜΑ
ΜΕ ΑΕΡΟΠΛΑΝΑ & ΒΑΤΟΡΙΑ



6



7

ΕΙΚΑΣΤΙΚΗ ΑΝΑΚΥΚΛΩΣΗ

Η εικαστική ανακύκλωση
εν ώρα δημιουργίας!



ΜΗΝ ΠΕΤΑΞΕΙΣ ΤΙΠΟΤΑ

ΕΙΚΑΣΤΙΚΗ ΑΝΑΚΥΚΛΩΣΗ
ΜΗΝ ΠΕΤΑΞΕΙΣ ΤΙΠΟΤΑ



ΕΙΚΑΣΤΙΚΗ ΑΝΑΚΥΚΛΩΣΗ

Φύλλα με τεχνική
«Μακράμε»
και διακοσμητικά
με ανάγλυφο γύψο



ΕΙΚΑΣΤΙΚΗ ΑΝΑΚΥΚΛΩΣΗ
ΜΗΝ ΠΕΤΑΞΕΙΣ ΤΙΠΟΤΑ



ΖΩΓΡΑΦΙΚΗ

Το τμήμα ζωγραφικής του πολιτιστικού μας σ' ένα ξεχωριστό μάθημα στον υπέροχο εθνικό κήπο δημιουργεί ανάμεσα σε λίμνες!



ΟΧΙ ΚΑΙ ΤΟΣΟ ΝΕΚΡΗ ΦΥΣΗ

❶ Από αριστερά:
Μελίνα Καραμάνου &
Μαρία Σκορδάκη.

❷ Από Αριστερά:
Τζοβάννα Σπήλιου,
Νίκος Σταυρόπουλος
& Ειρήνη Δελικούρα.



ΖΩΓΡΑΦΙΚΗ
ΖΩΓΡΑΦΙΣΤΩ ΤΟΝ ΚΟΣΜΟ ΜΟΥ

ΖΩΓΡΑΦΙΚΗ



Το τμήμα της ζωγραφικής
λειτουργεί κάθε Τετάρτη στην
αίθουσα Καρόλου 2.

Φέτος τα τμήματα έχουν
μικρή χωρητικότητα (έως 8
άτομα), κρατάμε αποστάσεις,
τηρούμε τα μέτρα και
συνεχίζουμε!



ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΑ

Το φωτογραφικό τμήμα στα πλαίσια των μαθημάτων του, πραγματοποιεί σε τακτά χρονικά διαστήματα, φωτογραφικές εξορμήσεις σε εξωτερικούς χώρους.

Τη Δευτέρα 21 Σεπτεμβρίου πραγματοποίησε επίσκεψη στην έκθεση με τίτλο «Εικόνες Ελπίδας» που φιλοξενείται στην Ελληνοαμερικάνικη Ένωση.

Μια έκθεση με φωτογραφίες 21 προσφύγων, 13-17 ετών. Τα έργα είναι αποτέλεσμα σεμιναρίων που πραγματοποιήθηκαν στον ξενώνα για ασυνόδευτα παιδιά πρόσφυγες της Faros.

Στις 5 Οκτωβρίου το τμήμα επισκέφθηκε το ίδρυμα Σταύρος Νιάρχος και στις 26 του ίδιου μήνα το Allou fan park.

❶ Το τμήμα της φωτογραφίας του Π. Κ. ξεκίνησε τα μαθήματά του στον κήπο, με δημιουργική διάθεση!

❷ & ❸ Φωτογραφίες προσφύγων, από την έκθεση «Εικόνες Ελπίδας» που φιλοξενήθηκε στην Ελληνοαμερικάνικη Ένωση.



ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΑ

1

2

3

4

5

1 Ανδρέας Αθανασέλης.

2 Από την επίσκεψη στις 5 Οκτωβρίου στο ίδρυμα Σταύρος Νιάρχος. Από αριστερά: Νίκος Χατζηνέστης, Δημήτρης Ζαχαρίου, Έλενα Κολάτου.

3 Βίκυ Λιούμη.

4 Δέσποινα Γούργαρη.

5 Ανδρέας Κουνένης.

ΤΡΑΓΟΥΔΙΑ ΚΑΙ ΧΟΡΟΙ

Ιδιαίτερα δύσκολη η χρονιά
για τα μουσικά τμήματα.
Εκδηλώσεις δεν μπορούν να
πραγματοποιηθούν,
ούτε πρόβες όπως τις ξέραμε
μέχρι σήμερα. Όμως η τέχνη
βρίσκει πάντα τη λύση.
Μικρότερος αριθμός ατόμων,
μεγάλες αποστάσεις
και ο κόσμος της
τεχνολογίας είναι τα εργαλεία
που θα χρησιμοποιήσουμε
για να επικοινωνήσουμε
και να παρουσιάσουμε τη
δουλειά μας.

1

Μέσα απο το κανάλι youtube
που λειτουργεί εδώ και μήνες
θα παρουσιάσουμε συναυλίες,
πρόβες, συζητήσεις και
παρουσιάσεις μέσα στο χρόνο.

2

Stay tuned...

3

- 
- ❶ Ρεμπέτικη ορχήστρα.
 - ❷ Χορωδία.
 - ❸ Μοντέρνο χορευτικό.
 - ❹ Έντεχνη ορχήστρα.



4

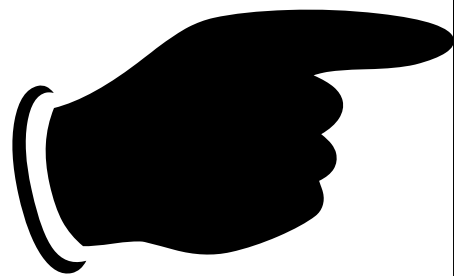
ΤΡΑΓΟΥΔΙΑ
ΚΑΙ ΧΟΡΟΙ

ΙΣΤΟΡΙΑ ΚΑΙ ΜΝΗΜΗ

Μέσα από τις σελίδες ενός περιοδικού μπορούμε να μάθουμε πολλά πράγματα για την εποχή του, τον τρόπο ζωής, τις συνήθειες αλλά και τους ανθρώπους που το δημιουργήσαν.

Η ιστορία της «Πολιτιστικής έκφρασης» είναι και η ιστορία της Λέσχης μας που εξελίχθηκε σε Πολιτιστικό Κέντρο.

Όλα τα τεύχη έως και το... βρίσκονται δεμένα σε τόμους στο Πολιτιστικό μας για να μας θυμίζουν ότι ο Πολιτισμός αποτελεί την παρακαταθήκη της κάθε γενιάς.

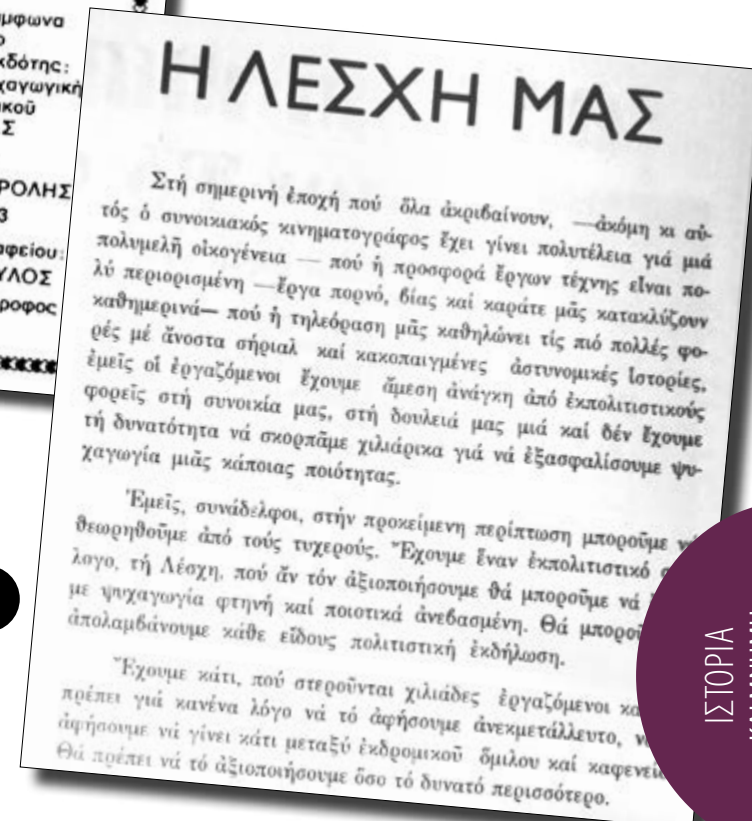
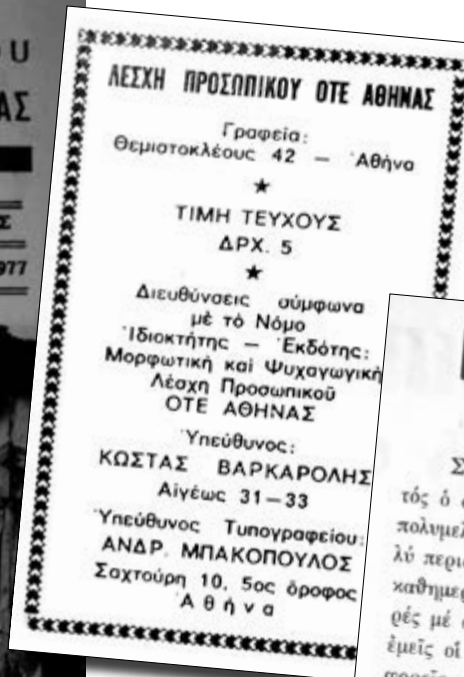


❶ Το Εξώφυλλο του πρώτου του τεύχους μας.

❷ Η εκδοτική ταυτότητα του περιοδικού.

❸ Το πρώτο editorial σε πολυτονικό.

❹ Παρουσίαση για παράσταση της εποχής.

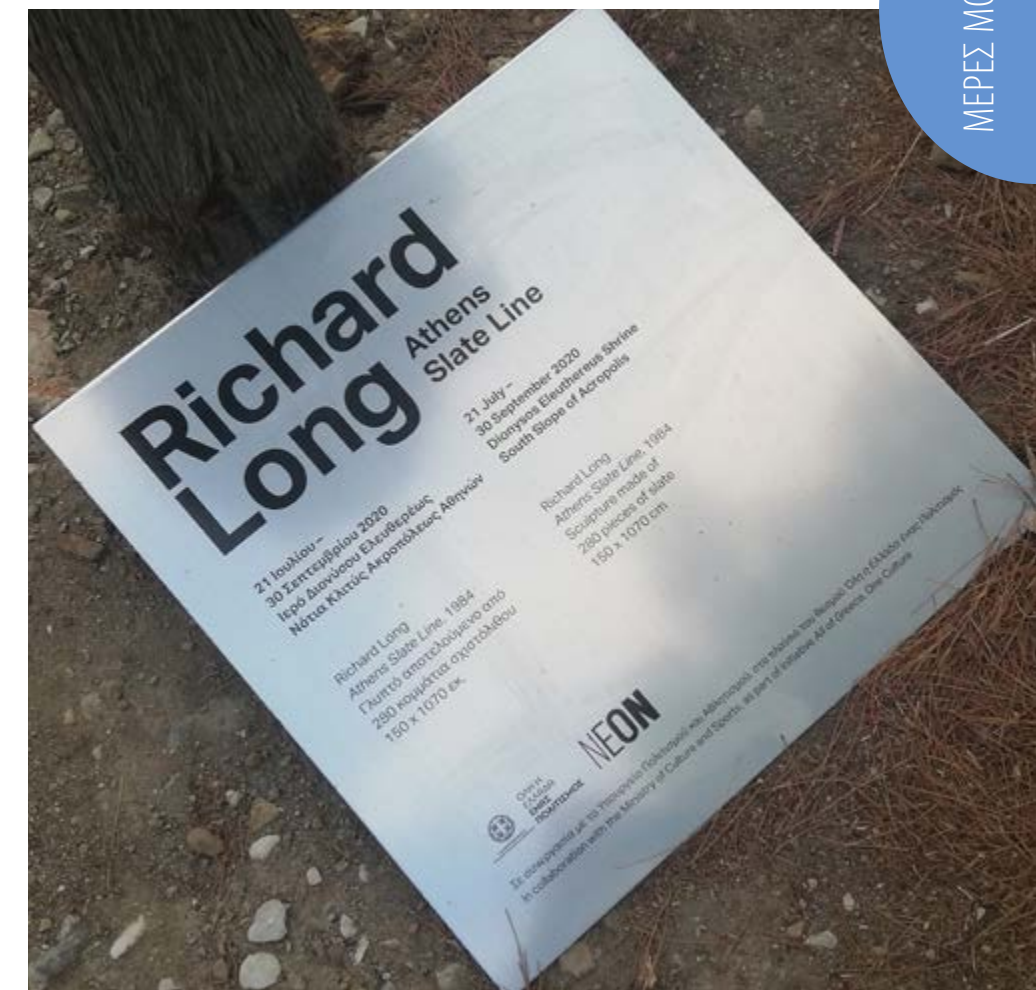


ΜΕΡΕΣ ΜΟΥΣΕΙΩΝ

Το Π.Κ. όλο το χρόνο
διοργανώνει ξεναγήσεις
σε αρχαιολογικούς
χώρους, εκθέσεις, μουσεία,
περιπάτους κ.ά.

Ένας καλλιτέχνης «αντί
εμπορικός» που μας βγάζει
από το χώρο της γκαλερί
εκθετοντας τα έργα του
σε φυσικούς χώρους.
Πρωτοπόρος της Land Art
στη Βρετανία στη δεκαετία
του 1960 μας καλεί
μέσα από το βάδισμα να
ανακαλύψουμε ο καθένας
το δικό του μονοπάτι...
Έκθεση στο πλαίσιο του
θεσμού Όλη η Ελλάδα ένας
Πολιτισμός.

Για μια ακόμα φορά, ο
ΝΕΟΝ ενεργοποιεί έναν
αρχαιολογικό χώρο
σε συνάρτηση με τη
σύγχρονη τέχνη.
Επίσκεψη με το Π.Κ φυσικά



ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ

Η κ. Κατερίνα Περίσση είναι μια συνάδελφος που υπήρξε στη μεγάλη οικογένεια του ΟΤΕ για πολλά χρόνια. Τα περισσότερα από αυτά υπήρξε υπεύθυνη από τη μεριά της εταιρείας για τα πολιτιστικά κέντρα που έχουν οι εργαζόμενοι του ΟΤΕ.

Από τη θέση της αυτή παρακολουθούσε, ενημέρωνε, συμβούλευε, πρότεινε και φυσικά συζητούσε τα όποια προβλήματα παρουσιαζόντουσαν προτείνοντας λύσεις.

Εθελούσια πλέον από τον Όμιλο συνεχίζει να είναι δραστήρια και πολυπράγμων. Για το Π.Κ.Ε.ΟΤΕ Ν. Αττικής δεν ήταν μόνο εκπρόσωπος αλλά και ενεργό μέλος που έδινε (και εξακολουθεί να δίνει) το παρόν σε εκδηλώσεις, πολιτιστικές προτάσεις, εκδρομές κ.α.

Σίγουρα μια συζήτηση για τα πολιτιστικά αλλά και τον πολιτισμό γενικότερα μαζί της είναι ιδιαίτερα ενδιαφέρουσα ας την παρακολουθήσουμε.

Συνέντευξη στην
Εβίτα Αντωνέλου



ΚΑΤΕΡΙΝΑ ΠΕΡΙΣΣΗ Ο πολιτισμός είναι αντίδοτο στη πανδημία

Ο πολιτισμός είναι ένας χώρος που ενώνει και αφήνει περιθώρια για συναπαντήματα ανάμεσα στους ανθρώπους μέσα από την τέχνη. Πώς βίωσες εσύ αυτή τη σχέση;

Μέχρι τη στιγμή που ανέλαβα τη διαχείριση των ΠΚ εργαζομένων του ΟΤΕ, η σχέση μου με τον πολιτισμό και τους ανθρώπους του ήταν αυτή του ανθρώπου που αγαπάει τις τέχνες και απολαμβάνει ότι έχουν να προσφέρουν χωρίς όμως να έχει ενεργή συμμετοχή σε αυτές και χωρίς να γνωρίζει τις θυσίες που πρέπει να κάνει όποιος

ασχολείται με αυτές. Η επαφή με τους ανθρώπους του ΟΤΕ που ασχολούνται ερασιτεχνικά με τις τέχνες ενώ προσφέρουν εθελοντικά και στον ελεύθερό τους χρόνο στην κοινωνία, με έκανε να εκτιμήσω πραγματικά αυτό που κάνουν, που πέρα από οτιδήποτε άλλο είναι η ανιδιοτελής προσφορά σε μια χώρα που συνηθίζουμε να λέμε ότι ο εθελοντισμός δεν είναι στο dna μας!! Νομίζω ότι τελικά με έκανε καλύτερο άνθρωπο η επαφή μου με τα Πολιτιστικά, δεν ήταν ποτέ δουλειά με την κλασική έννοια αν και συμπερι-

λαμβάνονταν στο ρόλο μου, ήταν πραγματικά αγάπη και θαυμασμός για ότι έκαναν οι συνάδελφοί μου σε όλη την Ελλάδα. Το πολυτιμότερο από όλα για μένα, είναι το δίκτυο των συναδέλφων και των φίλων που απέκτησα σε όλη την Ελλάδα.

Πόσο δύσκολο είναι να συντονίσει κάποιος όλα αυτά τα πολιτιστικά αλλά και τους ανθρώπους τους;

Ο συντονισμός 54 Πολιτιστικών Κέντρων σε όλη την Ελλάδα δεν είναι μια εύκολη διαδικασία και γίνεται κυρίως με τους επικεφαλής των ΔΣ και άτομα που αναλαμβάνουν συγκεκριμένες αρμοδιότητες. Η διαχείριση έπρεπε να είναι επαγγελματική μιας και τα Πολιτιστικά Κέντρα σε μεγάλο βαθμό είναι το κοινωνικό πρόσωπο της εταιρείας μας στις τοπικές κοινωνίες και ο δικός μου ρόλος ήταν μεταξύ άλλων να εξασφαλίσω την ομαλή λειτουργία τους. Πάντα όμως έβλεπα τους συναδέλφους μου που ήταν επιφορτισμένοι με τη λειτουργία τους ως συνοδοιπόρους και υποστηρικτές του ίδιου οράματος και νομίζω ότι αυτό με βοήθησε να φέρω σε πέρας αυτή τη δύσκολη ομολογουμένως διαδικασία με τον καλύτερο δυνατό τρόπο. Τουλάχιστον αυτό πιστεύω και ελπίζω και οι συνάδελφοι με τους οποίους συνεργάστηκα όλα αυτά τα χρόνια να συμφωνούν. Αυτό φυσικά δεν σημαίνει ότι δεν υπήρχαν δυσκολίες, διαφωνίες και θέματα που έπρεπε να διαχειριστούμε.

Πόσο σημαντικός είναι ο ρόλος ενός πολιτιστικού κέντρου στην κοινωνία κατά τη γνώμη σας;

Πιστεύω πραγματικά ότι ο ρόλος των Πολιτιστικών είναι πολύ σημαντικός για τις τοπικές κοινωνίες, ιδιαίτερα στις μικρότερες κοινωνίες στις οποίες οι δυνατότητες για την ανάπτυξη της ερασιτεχνικής δημιουργίας στη μουσική, τις εικαστικές τέχνες την παράδοση αλλά και τον αθλητισμό είναι πολύ μικρές. Επιπλέον τα Πολιτιστικά έχουν σημαντική συνεισφορά σε κοινωνικά θέματα και υποστήριξη ευαίσθητων κοινωνικών ομάδων Όσον αφορά το Πολιτιστικό της Αττικής πιστεύω ότι παίζει ένα διαφορετικό ρόλο λαμβάνοντας υπόψη ότι πάνω από το 70% των εργαζομένων είναι στην Αττική. Οι προκλήσεις αλλά και οι ευκαιρίες είναι διαφορετικές. Στην Αττική πιστεύω το στοίχημα είναι το Πο-

λιτιστικό να αποτελέσει πόλο έλξης των νέων συναδέλφων και να τους δώσει την ευκαιρία να αναδείξουν τα ταλέντα τους και να νιώσουν μέρος της μεγάλης οικογένειας του ΟΤΕ. Αυτό φυσικά ισχύει για όλα τα Πολιτιστικά αλλά η βαρύτητα στην Αττική είναι πολύ μεγαλύτερη.

Μπορεί η τέχνη να σώσει τον κόσμο;

Δεν μπορώ να πω αν η τέχνη μπορεί να σώσει τον κόσμο, σίγουρα όμως μπορεί να τον κάνει καλύτερο. Μπορείτε να φανταστείτε ένα κόσμο χωρίς μουσική, χορό, ποίηση, φαντασία, χρώματα, εικόνες, δημιουργία αλλά και προσφορά προς το συνάνθρωπο; Εγώ πραγματικά δεν μπορώ και δεν θα ήθελα να ζήσω σε ένα τέτοιο κόσμο!

Πόσο επηρεάζεται ο πολιτισμός και τα πολιτιστικά με τη νέα αυτή κατάσταση της πανδημίας;

Στη νέα κατάσταση που ζούμε ο Πολιτισμός και οι άνθρωποί του είναι από τις ομάδες που πλήττονται ιδιαίτερα κατά συνέπεια και τα Πολιτιστικά Κέντρα. Από την άλλη πλευρά όμως οι τέχνες και ο πολιτισμός είναι από τα πιο σημαντικά εφόδια που διαθέτει η ανθρωπότητα για να αντιμετωπίσει τις συνέπειες της πανδημίας και την απομόνωση που φέρνει. Ενα ωραίο βιβλίο, μια live streaming θεατρική παράσταση ή συναυλία, μια ποιητική βραδιά, η ζωγραφική ή άλλες εικαστικές τέχνες είναι τα όπλα μας για να αντιμετωπίσουμε την κατάθλιψη, τη μοναξιά και την απομόνωση. Αυξημένη και η ευθύνη των Πολιτιστικών που πρέπει να παραμείνουν ενεργά και να ανακαλύψουν νέους τρόπους επικοινωνίας με τα μέλη τους και να βρουν νέα πιθανά διαδικτυακά μέσα για να σχεδιάσουν και υλοποιήσουν τις δράσεις τους.

Υπάρχει κάποια στιγμή ή κάποια εκδήλωση που ξεχωρίζεις όλα αυτά τα χρόνια;

Είναι πραγματικά πολύ δύσκολο να ξεχωρίσω μια δράση ή μια εκδήλωση γιατί πιστεύω ότι θα αδικούσα όλες τις άλλες που δεν θα αναφέρω. Η κάθε μια ήταν ξεχωριστή και όσοι συμμετείχαν ανιδιοτελώς έδιναν πάντα τον καλύτερό τους εαυτό. Ισως μπορώ να ξεχωρίσω ομαδικές προσπάθειες όπως τα προγράμματα αιμοδοσίας με σημαντική συνεισφορά στην κοινωνία,

ερασιτεχνικές αθλητικές συναντήσεις, δράσεις για το περιβάλλον και την κοινωνία και τόσες άλλες.

Ως υπεύθυνη για τα περιβαλλοντικά ζητήματα πόσο πιστεύεις ότι μπορούν οι άνθρωποι του πολιτισμού να προβάλλουν αυτό το θέμα;

Οι άνθρωποι του πολιτισμού είναι οι καλύτεροι πρεσβευτές σε θέματα προστασίας του περιβάλλοντος, κυρίως γιατί οι ίδιοι ως προσωπικότητες είναι ευαίσθητοποιημένοι σε κοινωνικά θέματα και επηρεάζουν πολλούς ανθρώπους, επίσης υπάρχει κίνημα κυρίως εικαστικών καλλιτεχνών, που με όχημα τις περιβαλλοντικές τους ανησυχίες δημιουργούν τα έργα τους με υλικά φιλικά προς το περιβάλλον ή ανακυκλωμένα και δίνουν το δικό τους μήνυμα.

Το θέμα του περιβάλλοντος είναι πρωτίστως κοινωνικό γιατί επηρεάζει την ποιότητα της ζωής μας και πολλές φορές την ίδια την ύπαρξη της, πχ, μεταλλαγμένα τρόφιμα, μη πόσιμο νερό κλπ.

Κλείνοντας τι συμβουλή θα μας έδινες για το μέλλον των πολιτιστικών;

Κάθε εποχή και κάθε άνθρωπος δίνει το δικό του στίγμα, έτσι και στην περίπτωση των Πολιτιστικών, οι νέες συνθήκες θα οδηγήσουν τους υπευθύνους στις κατάλληλες αποφάσεις έτσι ώστε τα Πολιτιστικά να παίξουν το ρόλο τους. Αν μπορώ να προτείνω κάτι για το μέλλον θα ήταν η γρήγορη προσαρμογή όλων των Πολιτιστικών και όχι μόνο των μεγάλων, σε νέους τρόπους επικοινωνίας τόσο με τα μέλη τους όσο και με την κοινωνία με στόχο να υλοποιούν δράσεις που θα προσελκύουν τους νέους και θα ακολουθούν την στρατηγική της εταιρείας. Επίσης καλό θα ήταν να αναζητηθούν τα μέσα και για εναλλακτική χρηματοδότηση και οικονομική αυτονομία. Αυτό θα βοηθούσε στην βιωσιμότητα των πολιτιστικών και στη σταδιακή απεξάρτηση από την οικονομική υποστήριξη του ΟΤΕ

Σας ευχαριστώ πραγματικά για τη δυνατότητα που μου δώσατε να μοιραστώ μαζί σας κάποιες σκέψεις από τη διαδρομή μου στα Πολιτιστικά Κέντρα, Θα δηλώνω πάντα εθελοντής και υποστηρικτής του έργου τους και είμαι στη διάθεσή σας για ότι χρειαστεί.

Η ΣΧΕΣΗ ΜΑΣ ΜΕ ΤΑ ΖΩΑ

Χρήσιμες πληροφορίες
για όλους

**Μαζεύουμε τις ακαθαρσίες των ζώων μας.
Νόμος 4235/2014. πρόστιμο 100€**

**Επιτρέπετε η σίτιση και
το πότισμα των ζώων.
Νόμος 4235/2014. Άρθρο 46**

**Δεν πετάμε αποφάγια!!!
Τους βάζουμε σε κάποιο μπουλ ώστε να
κρατάμε τον χώρο καθαρό.**

**Φροντίζουμε τα αδέσποτα της γειτονιάς μας
είναι υποχρέωσή μας.
Νόμος 4039/2012. Άρθρο 16**

**Η κακοποίηση και η δηλητηρίασή τους,
διώκονται ποινικά με
(1-5 έτη φυλάκισης και χρηματικό
πρόστιμο 5,000-15,000€)
Νόμος 4039/2016. Άρθρο 16**

**Η εγκατάλειψη ζώων είναι ποινικό αδίκημα
και διώκονται με (1 έτους φυλάκιση και με
χρηματική ποινή 5,000€ έως 15,000€)
Νόμος 4235/2014**

Ο,ΤΙ ΜΑΣ ΑΠΟΜΕΙΝΕ ΑΠΟ ΤΟΝ ΠΑΡΑΔΕΙΣΟ

.....Το ζώο στη ζωή μας δεν είναι υποκατάστατο. Η σχέση μαζί του είναι μια πρότυπη, αυθεντική, πρωταρχική σχέση, υπαγορευμένη από την ίδια την φύση. Θα προχωρήσω όμως πάρα πέρα. Οχι μόνο το ζώο δεν είναι υποκατάστατο – αλλά για τον άνθρωπο είναι αναντικατάστατο. Η σύνδεση με αυτό προσφέρει κάτι που δεν μπορεί να το αντλήσουμε από αλλού. Ούτε από την σχέση με άλλον άνθρωπο.

Με αυτά τα λόγια του γνωστού συγγραφέα Νίκου Δήμου, θα ξεκινήσουμε σήμερα το ταξίδι μας στον κόσμο της σχέσης μας με τα ζώα.

Το πιο συγκινητικό περιστατικό που έχει ποτέ γραφτεί για συμπεριφορά ζώου αριθμεί ηλικία τριών χιλιάδων ετών: Ο Αργος, ο σκύλος του Οδυσσέα, περίμενε είκοσι χρόνια να δει τον άνθρωπό του για να ξεψυχήσει. Μοίρα έχει και ο Αργος. Σαν τους ανθρώπους. Περίμενε είκοσι χρόνια. Πέστε μου μετά πως ο σκύλος έρχεται μόνο για το κόκαλο, κι η γάτα για το ψάρι.

Αυτή την σταθερότητα, αυτή την πίστη, σπάνια – ή ποτέ – δεν την βρίσκεις σε άνθρωπο. Στο ζώο πάντα. Εκεί ισχύουν νόμοι ενός άλλου κόσμου. Το κοντινό μας ζώο είναι ό,τι μας απόμεινε από τον παράδεισο. Από την κατάσταση της σιγουριάς, της αθωότητας και της απλότητας που κάποτε εγκαταλείψαμε.

Ηδη οι ψυχίατροι έχουν αποδείξει πως ένας τετράποδος σύντροφος είναι το καλύτερο αντίδοτο στο άγχος της ύπαρξης. Ο άλλος άνθρωπος δεν μπορεί να σας δώσει αυτό το αίσθημα του απόλυτα απλού. Ίσως μόνο ένα βρέφος, που κι αυτό στην αρχή, είναι καθαρή φύση.

Αν ρωτήσετε τους περισσότερους ζωόφιλους, τι τους ελκύει στα ζώα, θα σας μιλήσουν για την σταθερότητα, την εμπιστοσύνη. Το ζώο, θα σας πουν, δεν σε προδίδει ποτέ. Γιατί δεν προδίδει ούτε τον εαυτό του. Είναι αυτό που είναι. Ξέρει αυτά που ξέρει, απόλυτα. Δεν ταλαντεύεται. Δεν παλινδρομεί. Δεν αμφιβάλλει ούτε αμφισβητεί. Δεν έχει άγχος θανάτου ούτε ζωής. Και η αγάπη του είναι σταθερή και διαυγής. Δεν έχει προϋποθέσεις, ούτε διαθέσεις, ούτε διακυμάνσεις.

Κι όσο περισσότερο απομακρυνόμαστε από τη φύση, τόσο πιο πολύ θα μας χρειάζονται τα ζώα. Για να εξισορροπούν την αμφιβολία. Να μας βοηθήνε να ξεχνούμε την αλλοτρίωση. Να αποκαθιστούν μέσα μας την αρμονία και την ενότητα.

Αλεξάνδρα Ποντίδου

ΟΙ ΣΥΝΑΔΕΛΦΟΙ ΓΡΑΦΟΥΝ

Το 1940 η ΤΤΕ είχε παραγγείλει σε 3 εταιρείες του εξωτερικού 4 αξίες χαρτονομισμάτων αυτές των 50 100 500 1000. Αυτές των 50, 500, 1000 κυκλοφόρησαν κανονικά. Η αξία όμως των 100 είχε «περιπέτειες». Αναλυτικότερα, η αξία των 100 δεν πρόλαβε να κυκλοφορήσει γιατί κηρύχτηκε ο Ελληνοϊταλικός πόλεμος, η ΤΤΕ είχε ανεπάρκεια σε 1000 αλλά δεν μπορούσε να παραγγείλει. Έλλειπαν από την αγορά 1000 και είχε 100 τα οποία δεν είχαν κυκλοφορήσει. Έτσι λοιπόν αποφάσισε να κάνει το 100, 1000 με επισύμνηση. Έλα όμως που το ατμόπλοιο Ζάκυνθος που μετέφερε τα χαρτονομίσματα βυθίστηκε στην μονεμβασιά και ένα μέρος των χαρτονομισμάτων έπεσε σε χέρια παραχαρακτών οι οποίοι το επισύμαναν και αυτοί με την σειρά τους σαν 1000...

Λεωνίδας Τζωρτζάκης*

**Συνάδελφος με χόμπι την ενασχόληση με συλλεκτικά είδη.*



Η ΙΣΤΟΡΙΑ ΤΟΥ 100 ΔΡΑΧΜΟΥ ΤΟΥ 1939





ΤΟ ΜΑΘΗΤΙΚΟ ΚΟΙΝΟ ΣΤΟΥΣ ΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΟΥΣ ΧΩΡΟΥΣ...

Στους πολιτιστικούς χώρους τα παιδιά μαθαίνουν και παράλληλα ψυχαγωγούνται, περνώντας δημιουργικά το χρόνο τους. Μέσω της βιωματικής μάθησης που παρέχεται στους πολιτιστικούς οργανισμούς, τα παιδιά είναι σε θέση να αφομοιώσουν καλύτερα τις πληροφορίες που τους δίνονται από ότι θα ήταν μέσα στο χώρο του σχολείου. Τα παιδιά έχουν τη δυνατότητα μέσα από τα εκπαιδευτικά προγράμματα να συνδυάσουν τη θεωρία με την πράξη. Τα εκπαιδευτικά προγράμματα των πολιτιστικών οργανισμών, προσφέρουν μια μοναδική εμπειρία στα παιδιά, καθώς συμβάλλουν στη διαμόρφωση της προσωπικότητάς τους, στην εξέλιξη της κριτικής τους ικανότητας και στην ευρηματικότητά τους. Όταν οι υπεύθυνοι της επικοινωνιακής στρατηγικής, σχεδιάζουν τα εκπαιδευτικά τους προγράμματα εστιάζουν στην ποικιλία των οπτικοακουστικών μέσων. Υπάρχουν λοιπόν κάποιες τεχνικές που χρησιμοποιούνται από τους πολιτιστικούς οργανισμούς για να προσελκύσουν τα παιδιά, κάποιες από αυτές είναι τα εργαστήρια ζωγραφικής, οι μουσειοκατασκευές, τα εργαστήρια κατασκευών, το θεατρικό παιχνίδι, η μέθοδος της αράχνης, η αφήγηση παραμυθιών, τα ψηφιακά παιχνίδια ακόμα και τοπωλήτριο. Τέλος, μέσω των εκπαιδευτικών προγραμμάτων επιδιώκουν να αλλάξουν τους λόγους επίσκεψης των παιδιών στους πολιτιστικούς χώρους. Σκο-

πός είναι, το παιδί να απολαμβάνει την επίσκεψη αναπτύσσοντας την κριτική του σκέψη.

ΨΗΦΙΑΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΙΔΡΥΜΑΤΟΣ ΩΝΑΣΗ Ψηφιακό κανάλι YouTube

Το Ίδρυμα Ωνάση και η Στέγη επιθυμώντας να προσαρμοστούν άμεσα με τις συνθήκες της εποχής και να ξεπεράσουν τις αντιξοότητες που έχει δημιουργήσει η πανδημία του COVID19 δημιούργησαν και πραγματοποιούν μια σωρεία ψηφιακών προγραμμάτων. Επιθυμώντας να διατηρήσουν μια στενή επαφή με το κοινό τους και να συνεχίσουν το έργο τους απομακρυσμένα, παρουσιάζουν το Ίδρυμα και τις δράσεις του στο ψηφιακό κανάλι που δημιουργήθηκε στο YouTube. Στο κανάλι ανεβαίνει κάθε μέρα δωρεάν περιεχόμενο από διάφορες στιγμές, εικόνες, συζητήσεις, ήχους, Sold-out παραστάσεις, podcasts, εκπαιδευτικά προγράμματα, virtual κινηματογραφικές πρεμιέρες, online μαθήματα αλλά και συναυλίες. Η πραγματικότητα του Ίδρυματος Ωνάση γίνεται ψηφιακή για να διασκεδάσει, να επιμορφώνει, να ενώνει και να δημιουργεί διαλόγους.

ON STAGE

Μέσω του "On Stage" παρουσιάζονται ξανά γνωστές παραστάσεις και συναυλίες, που ήταν sold-out ή που δεν πρόλαβε να δει το κοινό. Μέσα από μια ανασκόπηση των δέκα χρόνων λειτουργίας

της Στέγης, αλλά και υλικό από το Onassis USA στη Νέα Υόρκη που δεν έχει δει το ελληνικό κοινό, η νέα ψηφιακή πλατφόρμα του Ίδρυματος Ωνάση ανεβάζει στη σκηνή θρυλικές παραστάσεις θεάτρου και χορού, καθώς και συναυλίες.

ONASSIS ENCOUNTERS

Το «Onassis Encounters» παρουσιάζει καλλιτέχνες, συγγραφείς, επιστήμονες, ανθρώπους που επιχειρούν να αλλάξουν τον τρόπο σκέψης του κοινού, μέσα από τη δουλειά και τη ζωή τους. Κάθε βίντεο είναι και μια μοναδική συνάντηση, μια ευκαιρία ανασκόπησης του παρελθόντος, αλλά και σκέψη του μέλλοντος, δίνοντας ένα βήμα στον πολιτισμό του σήμερα.

FUTURE IN COMMON

Το «Future in Common» είναι ένα πρόγραμμα που δημιουργήθηκε για όσα απασχολούν το κοινό, από το σήμερα μέχρι το αύριο. Ένα σημείο όπου η τέχνη συναντά την κρίση του περιβάλλοντος και η μόδα συναντά σκέψεις, ιδέες και έναν κόσμο τρισδιάστατα φτιαγμένο με ψηφία.

ONASSIS PODCASTS

Τα νέα "Onassis Podcasts" φτιαγμένα για εκείνους που έχουν περιέργεια να ανακαλύψουν όσα συμβαίνουν γύρω τους. Μιλούν στοχαστές, ακτιβιστές και δημοσιογράφοι για όλα τα σημαντικά ζητήματα του σήμερα.

ONASSIS CINEMA

Το curated πρόγραμμα "Cinema" περιλαμβάνει επιλεγμένες ταινίες δημιουργών που τολμούν, πειραματίζονται και επαναπροσδιορίζουν την έννοια του κινηματογράφου. Υβριδικά ντοκιμαντέρ, ταινίες μικρού μήκους, δυνατές ιστορίες, ανάμεσά τους και νέες ταινίες που συστήνονται για πρώτη φορά στο κοινό, κάνοντας virtual πρεμιέρα στο ψηφιακό κανάλι του Ίδρυματος Ωνάση.

Η χρηματοδότηση των πολιτιστικών οργανισμών στην περίοδο της οικονομικής κρίσης

Στα χρόνια της οικονομικής κρίσης, που έχει πλήξει τόσο την Ελλάδα, όσο και το σύνολο της Ευρωπαϊκής Ένωσης, έχει τεθεί το θέμα της χρηματοδότησης των πολιτιστικών μονάδων. Σίγουρα οι μη κερδοσκοπικοί πολιτιστικοί οργανισμοί χρειάζονται ένα καλά σχεδιασμένο, βιώσιμο οικονομικό πλάνο και μια δυνατή στρατηγική, ώστε να κατα-

*Σπούδασε Διαχείριση
Πολιτισμού και Νέες Τεχνολογίες
στο Πανεπιστήμιο Πατρών και
έχει Μεταπτυχιακό στη Διοίκηση
Πολιτισμικών Μονάδων
από το ΕΑΠ.



ΟΙ ΣΥΝΑΔΕΛΦΟΙ ΓΡΑΦΟΥΝ

❶ Έργα από το
Παιδικό Τμήμα του ΠΚΕ.

φέρει να καταστεί βιώσιμος ο οργανισμός. Στην μείωση των χρηματοδοτήσεων έχουν συντελέσει, η δημιουργία νέων πολιτισμικών μονάδων, η λειτουργία τοπικών πολιτιστικών οργανισμών, αστικών μη κερδοσκοπικών εταιρειών που υπάγονται στην εξουσιοδότηση δήμων, καθώς και η οικονομική κρίση που δυσχεραίνει κάθε προσπάθεια πολιτιστικής επιδότησης. Στην Ελλάδα, ο οικονομικός προγραμματισμός μεγάλου ποσοστού των πολιτισμικών μονάδων, αναζητεί κρατικούς πόρους, ιδρωτικές χορηγίες, αλλά και χρηματοδοτήσεις από προγράμματα της Ε.Ε. Αρκετοί οικονομικοί διαχειριστές πολιτισμικών μονάδων, επιχειρούν να διαμορφώσουν τα οικονομικά προγράμματά τους βάσει των προδιαγραφών των ευρωπαϊκών προγραμμάτων, χωρίς όμως να λαμβάνουν υπόψη τους, δείκτες παραγωγικότητας, βιωσιμότητας, αποτελεσματικότητας και αποδοτικότητας του συγκεκριμένου οικονομικού προγραμματισμού. Μέσω των Κοινοτικών Πλαισίων Στήριξης αναδείχτηκε ο πολιτισμός για πρώτη φορά ως αυτοτελής τομέας διαρθρωτικής παρέμβασης σύμφωνα με την Προστασία και την Ανάδειξη της Πολιτιστικής Κληρονομιάς και την Ανάπτυξη του Σύγχρονου Ελληνικού Πολιτισμού. Τέλος το ΕΣΠΑ, το Εταιρικό Σύμφωνο για το Πλαίσιο Ανάπτυξης, αποτελεί το βασικό στρατηγικό πλάνο για την ανάπτυξη της Ελλάδος μέσω προερχόμενων πόρων από τα Ευρωπαϊκά Διαρθρωτικά και Επενδυτικά Ταμεία (ΕΔΕΤ) της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Στα χρόνια της οικονομικής κρίσης από το ΕΣΠΑ έχουν πραγματο-

ποιηθεί πολλά αναπτυξιακά προγράμματα, καθώς και πληθώρα προγραμμάτων που σχετίζονται με τον πολιτισμό.

ΤΟ ΕΥΓΕΝΙΔΕΙΟ ΠΛΑΝΗΤΑΡΙΟ

Στο παρελθόν η παρουσία ενός Πλανηταρίου σε κάποια περιοχή ήταν δείγμα του πολιτιστικού και κοινωνικού της επιπέδου. Πλέον παγκοσμίως λειτουργούν πάνω από 3.000 πλανητάρια, η πλειοψηφία των οποίων αποτελείται από μικρά πλανητάρια τα οποία είναι εγκατεστημένα σε σχολεία ή μουσεία. Τα Πλανητάρια μεγάλης δυναμικής και δυνατοτήτων είναι περίπου 250 παγκοσμίως και εντοπίζονται σε μεγάλες πόλεις και πρωτεύουσες του κόσμου. Στην Ελλάδα το Πλανητάριο λειτουργεί για πρώτη φορά στις 7 Ιουνίου του 1966 για το Ίδρυμα Ευγενίδου με διευθυντή τον Δημήτρη Κωστάκη. Το χρηματικό ποσό που χρησιμοποιήθηκε για το σκοπό αυτό ήταν τεράστιο για τα δεδομένα της εποχής. Εγινε χρήση του παγκόσμιου προβολέα «Zeiss Mark IV» που λειτουργεί από το 1966 έως το 1999. Το 1972 ο Διονύσης Σιμόπουλος διαδέχτηκε τον Δημήτρη Κωστάκη και έφερε καινοτομίες στον τρόπο λειτουργίας των επιστημονικών διαλέξεων του Πλανηταρίου, μεγεθύνοντας έτσι θεαματικά το κοινό. Μέσα στα επόμενα έτη το μέγεθος των επισκεπτών του Πλανηταρίου είχε αυξηθεί στο μέγιστο φτάνοντας τους 116.000 τον χρόνο, μέγεθος που δεν θα μπορούσε να ξεπεραστεί λόγω τον αριθμό των θέσεων που. Ο μεγάλος όγκος επισκεψιμότητας αποδόθηκε επίσης και

στην εγκατάσταση δεκάδων νέων προβολέων. Την δεκαετία του 70' το Πλανητάριο κατείχε πάνω από 75 προβολείς και τουλάχιστον 200 προβολείς ειδικών εφέ, που δεν θα μπορούσε να παρουσιάσει ο προβολέας της Zeiss. Μετά τα μέσα της δεκαετίας του 80' στο Πλανητάριο χρησιμοποιούνται τεχνολογίες που αναπαριστούν τα ουράνια φαινόμενα στο θόλο μέσα σε μικρό χρονικό διάστημα και με πλήρη συγχρονισμό των κινήσεων του πολύπλοκου μηχανισμού του συστήματος. Τον 21ο αιώνα το Ίδρυμα Ευγενίδου προσέφερε υπηρεσίες που αποτέλεσαν σημαντικό παράγοντα για τον εκσυγχρονισμό. Πραγματοποιήθηκε εγκατάσταση ενός νέου αμφιθεατρικού πλανηταρίου, ο αριθμός των θέσεων περιορίστηκε στις 278 προκειμένου τα καινούργια καθίσματα να είναι αναπαυτικά και να υπάρχει χώρος ανάμεσα στις σειρές. Το ίδιο χρονικό διάστημα έγινε επέκταση της Νέας Πτέρυγας των Διαδραστικών Εκθεμάτων, όπως και η ανακαίνιση της βιβλιοθήκης, επίσης δημιουργήθηκαν βοηθητικοί χώροι όπως γραφεία, στούντιο παραγωγής, αναψυκτήριο και κατάστημα αναμνηστικών δώρων και βιβλίων. Το Νέο Ψηφιακό Πλανητάριο άρχισε να λειτουργεί στις 3 Νοεμβρίου 2003 και έκτοτε μετατράπηκε σε ένα από τα πλέον δημοφιλή αξιοθέατα ολόκληρης της χώρας, αφού μόλις στα δέκα χρόνια λειτουργίας του (2003-2013) υποδέχτηκε περισσότερους από 3.000.000 θεατές. Μπορούμε να πούμε πως πλέον το Νέο Ψηφιακό Πλανητάριο είναι ένα από τα δέκα μεγαλύτερα και καλύτερα εξοπλισμένα ψηφιακά Πλανητάρια στον κόσμο. Λόγω του μεγάλου αριθμού των προβολικών συστημάτων του, έχει τη δυνατότητα παρουσίασης εκατομμυρίων άστρων και γαλαξιών, απεικονίζοντας τα έτσι όπως είναι, όχι μόνο από τον πλανήτη μας και το ηλιακό σύστημα, αλλά και από οποιοδήποτε άλλο άστρο σε απόσταση εκατομμυρίων ετών φωτός από τη Γη. Η μεταφορά σε αυτό τον χώρο πραγματοποιείται μέσα σε λίγα μόνο δευτερόλεπτα, παρέχοντας στους θεατές την ψευδαισθηση μετακίνησης τους με μια μηχανή του χρόνου σε ολόκληρο το συμπάν των 100 δισεκατομμυρίων γαλαξιών. Το Νέο Ψηφιακό Πλανητάριο λειτουργεί ως ένα κέντρο διάχυσης και εκλαΐκευσης των επιστημονικών γνώσεων για την Αστρονομία, την Αστροφυσική και το Διάστημα. Επίσης, αποτελεί ένα σπουδαίο παράδειγμα για το πώς η επιχειρηματικότητα μπορεί να μετατραπεί σε προσφορά παιδείας και πολιτισμού σε μια εποχή που η κοινωνία μας την έχει μεγάλη ανάγκη.

Γράφει ο
Γιώργος Μιχαλόπουλος
Αντιπρόεδρος Πολιτιστικού
Κέντρου Εργαζομένων
ΟΤΕ Νομού Αττικής

Ο ΙΟΣ ΠΟΥ ΑΠΟΚΑΛΥΠΤΕΙ ΤΙΣ ΑΔΥΝΑΜΙΕΣ ΜΑΣ

Ο νέος κορωνοϊός SARS-CoV-2 δεν είναι η πρώτη πανδημία που πλήττει τον πλανήτη και αλλάζει σε μικρό ή μεγαλύτερο βαθμό τον ρου της ανθρώπινης ιστορίας. Η πρώτη πανδημία καταγράφηκε το 430 π.Χ, κατά τον Πελοποννησιακό Πόλεμο, στην πόλη-κράτος των Αθηνών, προκαλώντας τον θάνατο ενός μεγάλου ποσοστού των κατοίκων, μεταξύ των οποίων και ο Περικλής. Η εν λόγω πανδημία ονομάστηκε «Λοιμός των Αθηνών» ή «Σύνδρομο του Θουκυδίδη» και αντιμετωπίστηκε με τη συνεισφορά του Ιπποκράτη, ο οποίος βρισκόταν στην πόλη εκείνο το διάστημα. Ακολούθησαν, ωστόσο κι άλλες πανδημίες που είχαν αντίκτυπο σε όλη την υφήλιο, δοκιμάζοντας τις ανθρώπινες υποδομές και αντοχές.

- Η **πανδημία της πανώλης** επί Ιουστινιανού με ανθρώπινες απώλειες κοντά στο 50% του πληθυσμού της Γης εκείνη την εποχή, ζημίωσε σημαντικά το εμπόριο της Βυζαντινής αυτοκρατορίας, ενώ έδωσε τη δυνατότητα σε άλλους πολιτισμούς να επανακτήσουν Βυζαντινές περιοχές στη Μέση Ανατολή, τη Βόρεια Αφρική και σε τμήματα της Ασίας.

- Ο «**Μαύρος Θάνατος**», όπου έχασαν τις ζωές τους περίπου 25 εκατομμύρια άνθρωποι μόνο στην Ευρώπη ενώ μαζί με την Ασία, εκτιμάται ότι οι νεκροί

ανήλθαν τελικά ανάμεσα σε 100 και 200 εκατομμύρια έδωσε το χαρακτηριστικό χτύπημα στη δουλεία, καθώς λόγω των απωλειών προέκυψαν πολλές θέσεις εργασίας, με καλές απολαβές. Κατά το ξέσπασμα της μαύρης πανώλης όμως καταγράφηκαν αιματηρά πογκρόμ σε βάρος μειονοτήτων όπως οι Εβραίοι και οι Ρομά.

- Η **ευλογιά** άρχισε να κάνει την εμφάνισή της στην Ευρώπη κατά τον Μεσαίωνα, ενώ τον 15ο αιώνα το ποσοστό θνησιμότητας έφτανε το 30%. Κατά τον 15ο έως τον 17ο αιώνα περίπου 20 εκατομμύρια άνθρωποι στην αμερικανική ήπειρο (περίπου το 90% του πληθυσμού) νόσησαν, δίνοντας τη δυνατότητα στους Ευρωπαίους να προχωρήσουν σε αποικισμούς και κατακτήσεις.

- Η πρώτη πανδημία **χολέρας** ξεκίνησε από τον Ινδία και εξαπλώθηκε σε πολλές γειτονικές περιοχές. Ήταν η πρώτη από τις επτά μεγάλες πανδημίες χολέρας που μέχρι σήμερα έχουν στερήσει τις ζωές σε εκατομμύρια ανθρώπους.

- Η **Ισπανική Γρίπη** ήταν μια πανδημία που ξεκίνησε το 1918, κατά την οποία προσβλήθηκαν από τον ιό 500 εκατ. άνθρωποι, ενώ έχασαν τις ζωές τους πάνω από 50 εκατ. άνθρωποι σε όλο τον κόσμο στη δύση

του Α' Παγκοσμίου Πολέμου. Οι Αρχές δημόσιας υγείας δεν είχαν κανένα πρωτόκολλο τότε για να αντιδράσουν σε πανδημίες και γι' αυτόν τον λόγο οι απώλειες ζώων ήταν τεράστιες.

- Οι απώλειες της **γρίπης του Χονγκ Κονγκ** σε ανθρώπινες ζωές υπολογίζονται στο ένα εκατομμύριο, ενώ ο ιός ήταν ένας από τους πιο μεταδοτικούς καθώς σε διάστημα δυο εβδομάδων, προσέβαλε 500.000 ανθρώπους. Θεωρείται η πρώτη πανδημία της σύγχρονης εποχής, όπου οι συνθήκες μετάδοσης της οποίας, επιδεινώνονται από τον πολλαπλασιασμό των αεροπορικών μετακινήσεων, και προκαλεί παγκόσμια κινητοποίηση, υπό τον συντονισμό του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας. Η συγκεκριμένη πανδημία ανέδειξε για πρώτη φορά τη σημασία δημιουργίας εμβολίων κατά των επικίνδυνων ιών.

- Οι πρώτες περιπτώσεις του **HIV/AIDS** καταγράφηκαν το 1981 οριοθετώντας ένα σεξουαλικά μεταδιδόμενο νόσημα, για το οποίο έως και σήμερα δεν υπάρχει θεραπεία. Ο ιός έδωσε αφορμή για ομοφοβικά ξεσπάσματα που συνεχίζονται έως τώρα.

- Από το **SARS** προσβλήθηκαν πάνω από 8.000 άνθρωποι, ενώ έχασαν τις ζωές τους 774, ένα πολύ μεγάλο ποσοστό. Οι συνέπειες της πανδημίας του SARS περιόρισταν λόγω της ταχείας αντίδρασης των υγειονο-

ΟΙ ΣΥΝΑΔΕΛΦΟΙ ΓΡΑΦΟΥΝ

μικών Αρχών, παγκοσμίως, που επέβαλαν καραντίνες σε συγκεκριμένες περιοχές και απομόνωναν ύποπτα περιστατικά, ενώ συνέβαλε σημαντικά στην ανάπτυξη υγειονομικών πρωτόκολλων για τα νοσοκομεία (απολυμάνσεις, χρήση масκών).

όμως εξαιρετικά θανατηφόρος αφού σκότωσε 11.325 ανθρώπους από τους 28.600 που προσβλήθηκαν από αυτόν. Θεωρείται ότι κόστισε 3,77 δισ. ευρώ στη Γουινέα, τη Λιβερία και τη Σιέρα Λεόνε ενώ τα θύματά του ήταν οι χώρες που δεν είχαν τις υποδομές για να

παραβλέψουμε:

■ Θα επιταχυνθεί η κίνηση της «προόδου», μετασχηματίζοντας τις κοινωνικές και ανθρώπινες σχέσεις, αυτοματοποιώντας τις κοινωνικές λειτουργίες και την εργασία;

■ Θα οξυνθεί η κριτική ματιά των πολιτών και θα βαθύνει το αίσθημα αλληλεγγύης, ή θα ενταθεί ο ατομοκεντρικός προσανατολισμός του ανθρώπινου βίου;

■ Θα προκληθεί αμφισβήτηση των δογμάτων του παγκοσμιοποιημένου, νεοφιλελεύθερου μοντέλου διαχείρισης του καπιταλισμού ή θα ενσωματωθούν οι αντιδράσεις στο αφήγημα της «φυσικής καταστροφής», αποσιωπώντας την όποια διασύνδεσή έχει με τα παραγωγικά και καταναλωτικά πρότυπα της αέναης μεγέθυνσης του πλούτου, του βιασμού της φύσης και της συρρίκνωσης του κοινωνικού κράτους;

■ Η ιερότητα της ανθρώπινης ζωής θα συμπεριλάβει τα ετήσια εκατομμύρια των θυμάτων των μη μεταδοτικών «ασθενειών» της πείνας, της φτώχειας και του υποσιτισμού;

Οι αντιθέσεις είναι ήδη εδώ.

■ Η εθνοκρατική αναδίπλωση των ισχυρών της «ενωμένης» Ευρώπης και η αναπαραγωγή της διαίρεσης ανάμεσα στον ενάρετο Βορρά και τον προβληματικό Νότο.

■ Η επιστημονική ορθολογικότητα που δίνει τη θέση της στον ισχυρό ανταγωνισμό των φαρμακευτικών εταιρειών.

■ Το ρέκβιεμ για τους θανάτους που θα αντικατασταθεί σύντομα από τα εμβτήρια της νέας συσσώρευσης πλούτου με την «ορθολογική» αιτιολόγηση της αναγκαίας λιτότητας για την οικονομική ανάκαμψη.

Ζούμε σε ένα πλανητικό εφιάλτη, με τις επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής ορατές στην καθημερινότητά μας, με αλληπάλληλες «νέες κανονικότητες» που μας καθιστούν προσωρινούς, αναλώσιμους και αμνήμονες. Μέσα σ' έναν απολύτως εκχρηματισμένο κόσμο που η ζωντανή εργασία είναι είδος υπό εξαφάνιση, ο πολιτισμός γίνεται κουρελόχαρτο και η τέχνη υγειονομική απειλή.

Κι αν είναι σήμερα πολυτέλεια η αγωνία για την «ανθρώπινη ύπαρξη» αυτή είναι η μόνη οικουμενικότητα που προκρίνουμε εμείς.

**Ο ιός μας έδειξε τις αδυναμίες μας.
Ας γίνει αυτό η δύναμή μας.**



**Κάνσας, ΗΠΑ, 1918.
Θάλαμος νοσοκομείου που στήθηκε
ειδικά για την αντιμετώπιση της
ισπανικής γρίπης. Εικονίζονται
στρατιώτες ασθενείς.**

• Το 2009 μια νέα μορφή γρίπης, που έμελε να προσβάλει 60,8 εκατομμύρια ανθρώπους στις ΗΠΑ και να προκαλέσει, παγκοσμίως, εκατοντάδες χιλιάδες θανάτους, Ο **H1N1** του 2009 ονομάστηκε «Γρίπη των χοίρων» καθώς ξεκίνησε από γουρούνια που είχαν επαφή με ανθρώπους και δίδαξε στην επιστημονική κοινότητα πόσο γρήγορα μπορεί να εξελιχθεί ένας ιός σε πανδημία, κατά τον 21ο αιώνα και επισήμανε ότι θα πρέπει να γίνονται προετοιμασίες για τέτοιες πανδημίες, ώστε οι υγειονομικές αρχές να ανταποκρίνονται ταχύτερα στο μέλλον.

• Ο ιός **Εμπολα**, είχε περιορισμένο πεδίο συγκριτικά με άλλες πανδημίες της σύγχρονης εποχής, ήταν

τον αντιμετωπίζουν.

• Το εν εξελίξει ξέσπασμα του **COVID-19**, αποκάλυψε τα τρωτά σημεία των συστημάτων υγείας, παγκοσμίως. Ο αριθμός των κρουσμάτων αυξάνεται καθημερινά, όπως και αυτός των θανάτων. Υπάρχουν εκτιμήσεις που αναφέρουν ότι ο νέος κορωνοϊός θα εξαπλωθεί και θα προσβάλει το 40% με το 70% του παγκόσμιου πληθυσμού προξενώντας και πλήγμα τρισεκατομμυρίων ευρώ στο παγκόσμιο ΑΕΠ.

Τα σημερινά ερωτήματα των επιπτώσεων της πανδημίας είναι πολλά και ίσως να μη μπορούμε να τα απαντήσουμε όλα, ωστόσο έχει σημασία να μην τα

ΕΡΓΑΣΙΑΚΟ ΑΓΧΟΣ ΕΝ ΜΕΣΩ ΠΑΝΔΗΜΙΑΣ

Γράφει η **Ξανθήκη Μαρία**,
Ψυχολόγος MSc-ΓΣΘ
Ψυχοθεραπεύτρια Ενηλίκων

«Η κατάσταση στο γραφείο είναι πλέον ανυπόφορη, όχι μόνο γιατί είμαστε πολύ λίγα άτομα και ο όγκος της δουλειάς έχει πολλαπλασιαστεί, αλλά όλοι είναι μέσα στη γκρίνια και στην κατήφεια. Είμαι τόσο εκνευρισμένος και κουρασμένος, θέλω να πάρω τις υπόλοιπες μέρες άδειας μου αλλά θα με κοιτάνε με μισό μάτι σα να τεμπελιάζω, σα να φταίω εγώ που είμαστε λίγα άτομα και αναγκαστικά όσοι μένουν πίσω τ' ακούν όλα από τη διευθύντρια για τους στόχους, τους άλλους συναδέλφους κτλ. Κουράστηκα, και δεν υπάρχει διέξοδος. Μου είπε και ο καρδιολόγος ότι το άγχος φταίει και το τσιγάρο για τους πόνους στο στήθος και τις αϋπνίες, και κινδυνεύω για έμφραγμα.. αλλά τι να κάνω;!»

Αυτή είναι μόνο μία από τις πολλές μαρτυρίες που μου έχουν εμπιστευτεί θεραπευόμενες/-οι με PTSD-μετατραυματικό στρες, καταθλιπτική συμπτωματολογία, συμπτώματα εργασιακής εξουθένωσης (burnout), κρίσεις πανικού, αϋπνίες, ιλίγγους, ημικρανίες, πόνους στη μέση ή στο στομάχι και άλλα επίπονα συμπτώματα ψυχικής και σωματικής υγείας. Συχνά, αυτά τα συμπτώματα είναι αποτέλεσμα του εργασιακού εκφοβισμού, της ηθικής παρενόχλησης, της εργασιακής επισφάλειας, της έλλειψης οργανωσιακής δικαιοσύνης και κατ' επέκταση της έλλειψης ενός υγιούς εργασιακού πλαισίου. Το Διεθνές Γραφείο Εργασίας [1] διακρίνει την ηθική παρενόχληση και τον εκφοβισμό ως εξής:

• Η ηθική παρενόχληση στον εργασιακό χώρο συμβαίνει όταν ένας άνθρωπος ή/και μία ομάδα

ανθρώπων από το περιβάλλον εργασίας συνασπίζονται ενάντια σε έναν εργαζόμενο υποβάλλοντάς τον σε ψυχολογικό πόλεμο. Συνεχή αρνητικά σχόλια, κριτική, απομόνωση, κουτσομπολιά ή γελοιοποίηση του ατόμου είναι συμπεριφορές ηθικής παρενόχλησης.

• Ο εργασιακός εκφοβισμός αφορά την προσβλητική συμπεριφορά μέσω εκδικητικών, μνησικάκων, εχθρικών ή εξευτελιστικών προσπαθειών να υποβαθμιστεί ένας εργαζόμενος ή μια ομάδα εργαζομένων.

Επιπροσθέτως, το Υπουργείο Εργασίας και Κοινωνικής Ασφάλισης [2] αναφέρει σε σχετικό κείμενο μερικά παραδείγματα απαράδεκτων συμπεριφορών στην εργασία:

• Εργασία που δεν μπορεί να διεκπεραιωθεί, στενά χρονικά περιθώρια φόρτος εργασίας, υπερβολικές απαιτήσεις, προκαθορισμένη αποτυχία, μη διαχείρισιμος φόρτος εργασίας, ασήμαντες εργασίες, ανεπιθύμητα καθήκοντα, υποβάθμιση των προσωπικών ικανοτήτων, υπονόμηση, υποτίμηση της συνεισφοράς

• Ελλειψη ανταμοιβής, διαρκής κριτική, εργασία κατώτερη των αρμοδιοτήτων, αφαίρεση ευθυνών, υποβιβασμός, παράλογος έλεγχος, ελλειψη υποστήριξης από τη διοίκηση, κακομεταχείριση, αναγκαστικές / αδικαιολόγητες πειθαρχικές αποφάσεις, ασαφείς ρόλοι, έλλειψη εμπιστοσύνης, κακόβουλες φήμες, κουτσομπολιά, υποτιμητικά σχόλια, ψεύδη, δημόσιος εξευτελισμός, ταπείνωση, γελοιοποίηση, προσβολές, αστεία πειράγματα, σαρκασμός, επιπλήξεις, φωνές, απειλές για βία

• Προσβλητικά σχόλια για την ιδιωτική ζωή

• Φυσικές επιθέσεις

• Επιθέσεις σχετικά με τον τρόπο ζωής, την εμφάνιση, τα προσωπικά πιστεύω, διάκριση λόγω φύλου/σεξουαλικού προσανατολισμού/κ.ά, φήμες για την

ψυχική υγεία

•Επίμονη κριτική κυρίως μπροστά σε άλλους.

Τα προαναφερθέντα παραδείγματα είναι μία σκληρή πραγματικότητα για πολλούς εργαζομένους που δυστυχώς θυματοποιούνται καθημερινά με την ανοχή των συναδέλφων και του συνόλου του οργανισμού ή της εταιρείας. Πολλοί εργαζόμενοι είναι εγκλωβισμένοι σε δυσλειτουργικές επαγγελματικές σχέσεις, καθώς συνήθως βρίσκονται εκεί μετά από συνέντευξη, από ανάγκη για βιοπορισμό, και χωρίς να επιλέγουν ούτε να γνωρίζουν το πλαίσιο συνεργασίας μεταξύ των εργαζομένων, των υπευθύνων, των στελεχών και γενικά την πολιτική των ιδιοκτητών του μαγαζιού, του οργανισμού ή της εταιρείας. Συνήθως, δεν γίνεται αντιληπτή η σταδιακή αύξηση του άγχους, της απελπισίας, της απόγνωσης, της ματαιώσης και όλων των αρνητικών συναισθημάτων που προκύπτουν από το τοξικό και κακοποιητικό εργασιακό περιβάλλον μέχρι να διαμαρτυρηθεί το σώμα με τα «πρώτα καμπανάκια» ήπιων συμπτωμάτων και ξαφνικά οι σκέψεις για παραίτηση ή αναρρωτική άδεια γίνονται καθημερινές ως τη μοναδική διέξοδο.

Σε όλα αυτά έρχεται να προστεθεί και η νέα έκρυθμη πραγματικότητα της πανδημίας Covid-19 με δυσχερείς συνέπειες για τους πολίτες, αλλά και για την οικονομία της χώρας. Η 10ετής ήδη οικονομική κρίση, η εν εξελίξει πανδημία και οι αλλαγές που επέρχονται στις εργασιακές σχέσεις είναι πιθανό να συντελέσουν σε συχνότερη εμφάνιση φαινομένων βίας στους εργασιακούς χώρους. Ηδη από το 2017 ίσως και εξαιτίας της οικονομικής κρίσης, η Ελλάδα κατείχε την τρίτη υψηλότερη θέση στην Ευρώπη, με ποσοστό 13%, σε ό,τι αφορά τον εργασιακό εκφοβισμό (workplace bullying) [3].

Η εργασιακή ανασφάλεια έχει επιστημονικά αποδειχθεί ότι επιβαρύνει σωματικά και ψυχικά τις/τους εργαζόμενους/ες με έκπτωση της λειτουργικότητάς τους στην εργασία τους, αλλά και συνολικά στη ζωή τους. Σε περιπτώσεις που γίνονται περικοπές, μειώσεις ωραρίων και μισθών, προγράμματα εθελουσίας εξόδου, απολύσεις ή γενικά ανακατατάξεις και αναδιαρθρώσεις, οι εργαζόμενοι/ες συχνά βιώνουν έντονο εργασιακό άγχος και ανασφάλεια τόσο για τις άμεσες επιπτώσεις των αλλαγών όσο και για τις πιθανές μελλοντικές επιπτώσεις (π.χ. απόλυση, μετάταξη). Χαρακτηριστική είναι η Ελληνική μελέτη [4] σχετικά με τις βραχυπρόθεσμες επιπτώσεις της εργασιακής ανασφάλειας τη χρονική περίοδο 2012 που με νέα νομοθεσία (ν.4023/2012) ανακοινώθηκε η μετάταξη και η μεταφορά 2000 μόνιμων δημοσίων υπαλλήλων σε άλλες υπηρεσίες [4,5]. Σύμφωνα με αυτή τη μελέτη, οι εργαζόμενοι/ες που ήταν στη φάση μετάταξης συγκριτικά με όσους δεν ήταν, εί-



ΥΓΕΙΑ & ΠΑΝΔΗΜΙΑ

χαν σημαντικά χειρότερα σκορ στα ερωτηματολόγια στρες, άγχους, κατάθλιψης, αρνητικού συναισθήματος, κοινωνικής στήριξης, δυσμενέστερες οικογενειακές σχέσεις, έντονα σωματικά συμπτώματα και συχνότερους μυοσκελετικούς πόνους [4]. Το 2019, η τραγική είδηση του αιφνίδιου θανάτου ενός εργαζομένου από έμφραγμα στο σπίτι του και η πρωτοφανής απόφαση του Πρωτοδικείου (1358/2018) ότι ήταν εργατικό ατύχημα εξαιτίας του έντονου εργασιακού άγχους, αποδεικνύουν τις τραγικές συνέπειες που μπορεί να έχουν για τις/ τους εργαζομένους/ες όλες οι προαναφερθείσες ψυχοπαιστικές και εξουθενωτικές συνθήκες εργασίας [6].

ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ ΓΙΑ ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΤΩΝ ΕΡΓΑΣΙΑΚΩΝ ΣΥΝΘΗΚΩΝ

Εάν είστε άνθρωποι σε θέσεις με διοικητικό ρόλο ή σε όποια θέση με εξουσία, δεν περιμένει κανείς να είστε προετοιμασμένοι άψογα για αυτές τις πρωτόγνωρες συνθήκες πανδημίας. Ωστόσο, οι δικές σας αποφάσεις θα επηρεάσουν τόσο τη δική σας καθη-

μερινότητα στον εργασιακό χώρο, αλλά και συνολικά όλη την ομάδα ή το τμήμα σας. Είναι μία καλή ευκαιρία να επαναπροσδιορίσετε τις ισχύουσες διαδικασίες και να δημιουργήσετε ένα πιο ήρεμο και ευχάριστο εργασιακό περιβάλλον προστατεύοντας τη ψυχική και σωματική υγεία των εργαζομένων, με σαφέστατα ευνοϊκότερα αποτελέσματα για το σύνολο της εταιρείας ή του οργανισμού. Εξάλλου, η οργανωσιακή δικαιοσύνη, όπως ορίζεται από τις επιστήμες της Ψυχολογίας, της Διοίκησης Ανθρώπινου Δυναμικού και από άλλες, έχει αποδεδειγμένα θετικά αποτελέσματα στην απόδοση και την υγεία των εργαζομένων, ενώ αντίθετα συνθήκες κακοποίησης, εκφοβισμού ή/και άνισης μεταχείρισης σχετίζονται με δυσμενείς συνέπειες αντίστοιχα. Αναμφισβήτητα, ο ρόλος των στελεχών στη Διοίκηση Ανθρώπινου Δυναμικού είναι περισσότερο από καταλυτικός για την εφαρμογή παρεμβάσεων βελτίωσης του εργασιακού κλίματος και μείωσης ή εξάλειψης των ψυχοπαιστικών και αγχογόνων εργασιακών συνθηκών. Επί παραδείγματι, σύμφωνα με άρθρα στο Journal of Stress Management,

ο υποστηρικτικός τύπος ηγεσίας που προάγει την επικοινωνία και τη συμμετοχή των εργαζομένων αλλά και η προσήλωση σε ένα task και όχι σε πολλά ταυτόχρονα, όπως και ένας κανόνας με τις ώρες που μπορούν οι εργαζόμενοι να ελέγχουν και να απαντούν τα emails κατά τη διάρκεια της ημέρας μπορεί να αποδειχθούν καταλυτικοί στη διαχείριση του καθημερινού φόρτου εργασίας που συμβάλλει στο εργασιακό άγχος.

Εάν είστε εργαζόμενοι που βιώνετε ψυχοπαιστικές και κακοποιητικές συνθήκες εργασίας, ακολουθούν μερικές πρακτικές συμβουλές διαχείρισης.

ΒΗΜΑΤΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΚΟΥ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΑΓΧΟΥΣ

1) **Άμεση αντίδραση:** Παθητική, συμφιλωτική, διεκδικητική ή επιθετική συμπεριφορά; Τις πρώτες φορές ίσως δοκιμάσεις και τις 4 αυτές συμπεριφορές για να διαχειριστείς την κακοποιητική ή άδικο συμπεριφορά που δέχτηκες από συναδέλφους ή κάποιον εργοδότη. Ανάλογα με τη συχνότητα των γεγονότων, κάποιες μέρες θα προτιμάς να τους αγνοήσεις, ή μπορεί με ένα αστείο και δείχνοντας καλή πρόθεση να προσπαθήσεις να βελτιώσεις τη σχέση σας, ενώ άλλες φορές ίσως αντιδράσεις θυμωμένα. Κάποιες άλλες μέρες ίσως επιλέξεις να εκφράσεις ήρεμα και ευγενικά την ενόχλησή σου στον θύτη ή σε κάποιον ανώτερο (manager, ιδιοκτήτη, κ.ά.) και σίγουρα αξίζει τον κόπο να το προσπαθήσεις. Αν λύθηκε τόσο απλά το θέμα μάλλον ήταν μεμονωμένο γεγονός και δεν χρειάζεται να ανησυχείς. Εάν όμως δεν λύθηκε, τότε θα χρειαστείς άμεσα ένα πιο δραστικό πλάνο διαχείρισης.

2) **Καταγραφή των γεγονότων και συλλογή αποδείξεων (εμαιλ, μαρτυρίες από συναδέλφους, προφορικές ανακοινώσεις πιθανόν απολύσεων, κ.ά):** Η τήρηση ημερολογίου θα σε βοηθήσει να συνειδητοποιήσεις τη συχνότητα και τη σοβαρότητα των περιστατικών που σου συμβαίνουν, όπως και να θυμάσαι λεπτομέρειες που πιθανόν από τη στενοχώρια, το θυμό ή/και το άγχος να τις ξεχάσεις σε λίγο καιρό. Δεν είναι χαζό να τα καταγράψεις ούτε τους δίνεις μεγαλύτερη διάσταση έτσι! Δυστυχώς, είναι η πραγματικότητα ότι αν συμβεί μία φορά να σου φερθούν κακοποιητικά και υποτιμητικά, σύντομα θα συμβεί και δεύτερη και τρίτη και πολλές ακόμα φορές.

3) **Αναζήτηση υποστήριξης:** Η αναζήτηση υποστήριξης και βοήθειας από συναδέλφους που υφίστανται τις ίδιες ή παρόμοιες καταστάσεις, ή από ειδικούς και θεσμικά όργανα εντός του πλαισίου (π.χ. κανονιστικά πλαίσια εταιρείας, κανονισμοί προσωπικού, πρωτοβάθμια σωματεία, σύλλογοι εργαζομένων,



ΥΓΕΙΑ & ΠΑΝΔΗΜΙΑ

εργατικά κέντρα) ή εκτός (π.χ. επιθεώρηση εργασίας, ΣΕΠ, εργατολόγοι) θα σε βοηθήσουν να μην απομονωθείς και να μη «βουλιάξεις» σε φαύλους κύκλους ενοχών, άγχους, θλίψης, σκέψεων για προσωπική υπαιτιότητα, αποτυχίας, αναξιοτήτας και ανεπάρκειας, αλλά αντίθετα θα συνειδητοποιήσεις ότι κι άλλοι νιώθουν το ίδιο, ότι οι υπαίτιοι είναι όσοι διατηρούν και αποφασίζουν για τέτοιες δυσάρεστες εργασιακές συνθήκες τόσο στη συγκεκριμένη δουλειά αλλά και γενικότερα.

4) **Νομική συμβουλή:** Μία επίσκεψη σε δικηγόρο

που εμπιστεύεσαι ή είναι ειδικός σε Εργατικό δίκαιο θα είναι πολύ διαφωτιστική πριν πάρεις οποιαδήποτε απόφαση για παραίτηση ή συναινετική απόλυση. Για παράδειγμα, μία επιλογή είναι η υποβολή μήνυσης για παραβίαση της αρχής ίσης μεταχείρισης, καθώς και για επιμέρους στοιχειοθετούμενα αδικήματα του ποινικού κώδικα, όπως η εξύβριση (361 ΠΚ), και η συκοφαντική δυσφήμιση (363 ΠΚ).

5) **Δραστικές λύσεις:** Εάν η κατάσταση παραμένει η ίδια ή επιδεινώνεται, θα χρειαστεί να αποφασίσεις για δραστικές λύσεις. Κατέγραψε τις επιλογές σου σε

ένα χαρτί από το καλύτερο σενάριο στο χειρότερο, και στο τέλος πρόσθεσε και όσες θα σκεφτόσουν αν συμβούλευες ένα φίλο σου ή μια φίλη σου. Η συζήτηση με έμπιστους ανθρώπους στο περιβάλλον σου ίσως να σε βοηθήσει να προχωρήσεις στην εύρεση ουσιαστικών λύσεων για τη δική σου προστασία και φροντίδα, ακόμα κι αν χρειαστεί να εξαντλήσεις τρόπους και να συγκρουστείς με συναδέλφους ή/και εργοδότες ώστε να γίνει κάτι πιο δραστικό. Αξίζει να το δοκιμάσεις, καθώς ακόμα κι αν παραιτηθείς από τη δουλειά σου, είναι σημαντικό να είναι συνειδητή η απόφαση αυτή και τότε είναι πολύ πιθανό ψυχικά να έχεις λιγότερα ή και καθόλου τραύματα.

6) **Γνωσιακή-Συμπεριφοριστική Ψυχοθεραπεία:** Η ψυχοθεραπεία θα σε βοηθήσει να ανακτήσεις ή να διατηρήσεις την ψυχική σου ανθεκτικότητα καθ' όλη τη διάρκεια αυτής της διαδικασίας και να μην ενταθούν τα ψυχικά συμπτώματα του άγχους, της απελπισίας και της απόγνωσης που βιώνεις. Η φροντίδα και η θωράκιση της υγείας σε προσωπικό επίπεδο θα επηρεάσει τον τρόπο που νοηματοδοτείς τις δεδομένες συνθήκες και τους παράγοντες που έχουν διαμορφώσει ένα τοξικό-κακοποιητικό εργασιακό περιβάλλον ή την εργασιακή σου ανασφάλεια. Η διεκδικητικότητά σου και το πως να θέτεις τα προσωπικά σου όρια, επίσης, μπορούν να ενισχυθούν και να βελτιωθούν στο πλαίσιο της ψυχοθεραπείας με εξειδικευμένες τεχνικές. Όσο νωρίτερα ξεκινήσεις ψυχοθεραπεία τόσο καλύτερα για τη ψυχική και σωματική σου υγεία!

Τέλος, να θυμάσαι ότι όσο καθυστερείς και αποφεύγεις να διαχειριστείς την κατάσταση, υποφέρεις μάταια και το πρόβλημα δεν λύνεται. Ο φόβος και το άγχος που θα έχεις ήδη βιώσει θα εντείνεται καθημερινά και μόνο στη σκέψη ότι μπορεί να σου συμπεριφερθούν έτσι ξανά και ξανά. Πάρε μια βαθιά ανάσα και ξεκίνα από σήμερα να κάνεις κάποια από τα παραπάνω απλά βήματα πριν οδηγηθείς σε κάτι πιο δραστικό.

Σύντομες πληροφορίες για τη συντάκτρια του άρθρου:

Η Μαρία Ξανθάκη είναι Ψυχολόγος-Ψυχοθεραπεύτρια με πολυετή επιστημονική και επαγγελματική εμπειρία σε εθνικό και διεθνές επίπεδο.

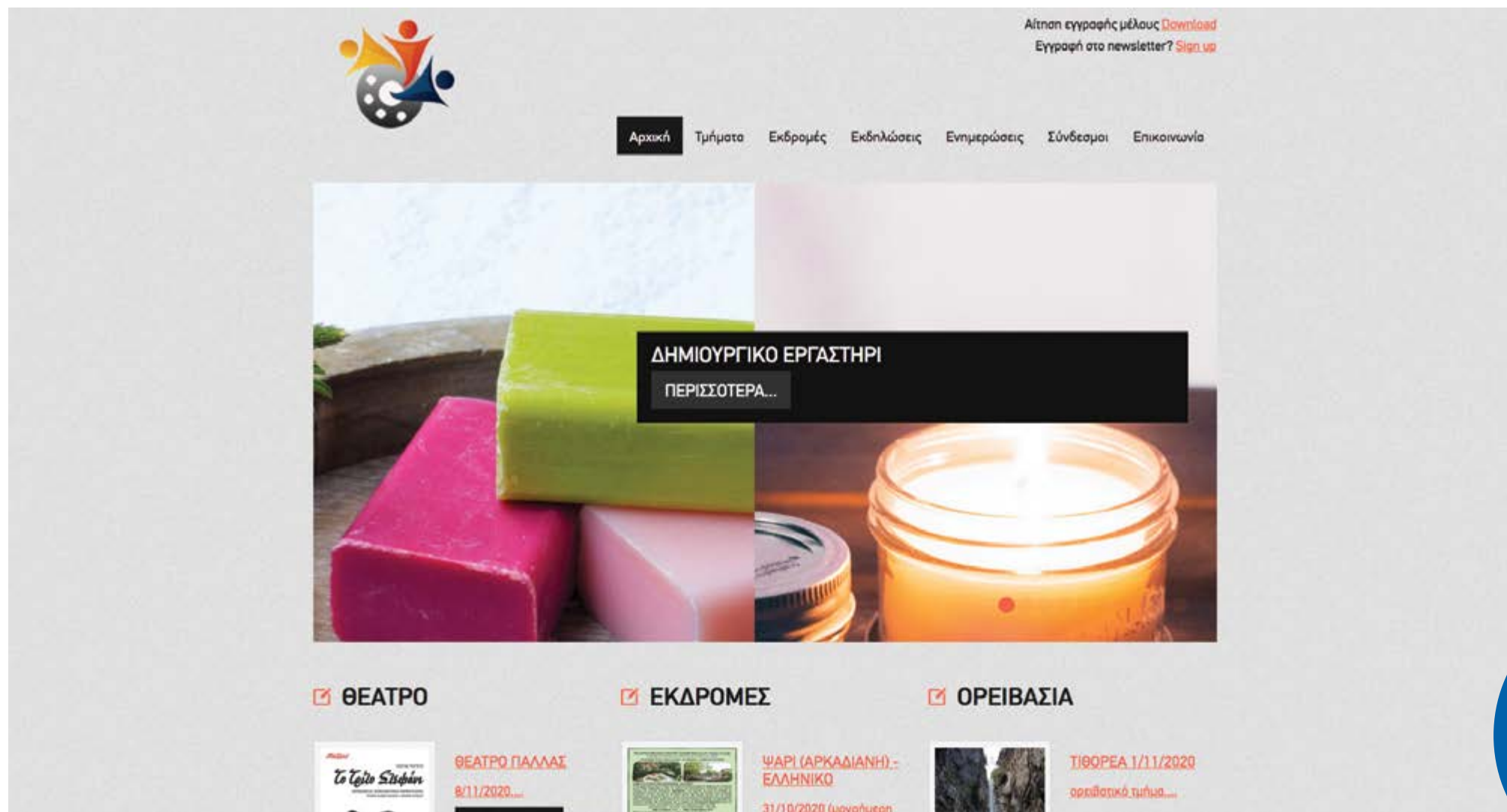
Πηγές και άλλοι χρήσιμοι ιστότοποι

1. https://www.ilo.org/global/about-the-ilo/newsroom/news/WCMS_711891/lang--en/index.htm
2. <https://www.ypakp.gr/uploads/docs/5153.pdf>
3. <https://www.iefimerida.gr/news/343295/triti-stin-eyropi-i-ellada-sto-ergasiako-bullying-i-krisi-epideinose-tin-katastasi>
4. <https://www.hindawi.com/journals/bmri/2015/673623/>
5. https://www.e-forologia.gr/lawbank/document.aspx?digest=7_99DF24548E489B0.21E447CC04&version=2_017/07/31
6. <https://www.lawspot.gr/nomika-nea/enypekk-ergatiko-atyhima-o-thanatos-toy-ergazomenoy-apo-emfragma-sto-spiti-toy-logu//https://www.voria.gr/article/dikastiki-apofasi---stathmos-ergatiko-atichima-to-stres>

ΣΤΟ ΔΙΚΤΥΟ

Το πολιτιστικό μας κέντρο λειτουργεί απο το1953 με σκοπό να προσφέρει στους εργαζόμενους δράσεις, μάθηση, πολιτιστικές προτάσεις κ.α.

Μέλη του Πολιτιστικού Κέντρου, μπορούν να γίνουν όλοι οι εργαζόμενοι του Ομίλου καθώς και οι σύζυγοι ή και τα παιδιά τους (έως 26 ετων). Τα μέλη μπορούν με τη συνδρομή τους και χωρίς επιπλέον χρέωση να συμμετέχουν σε όλα τα τμήματα, στις πολιτιστικές προτάσεις, στις εκδρομές κ στις ορειβατικές εξορμήσεις (με την τιμή μέλους).



Συμπληρώστε την αίτηση εγγραφής που βρίσκεται πάνω δεξιά στο site και στη συνέχεια κάντε αποστολή στο e-mail του Πολιτιστικού: pkeotena@otenet.gr
Η χρέωση είναι 3 ευρώ το μήνα.



<http://www.pkeote.gr>

Γνωρίστε το πολιτιστικό μας μέσα απο το site του:



<http://www.pkeote.gr>

και το κανάλι youtube:



<https://www.youtube.com/channel/UCaduev-TbpsKLMU-Yms8jmg>

Μπορείτε να κάνετε εγγραφή στο newsletter ώστε να λαμβάνετε ενημερώσεις.



<http://www.pkeote.gr>



Βιβλία

από την Εβίτα Αντωνέλου



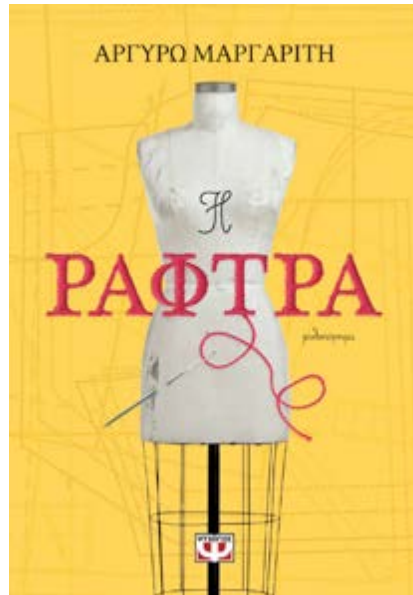
Ένα σύννεφο για τα γενέθλιά μου

Σοφία Αλεξίου, Εικονογράφηση: Αλεξία Λουγιάκη Καπατσούλια, Ψυχογιός

Ένας ταξιδιωτικός οδηγός της Ελλάδας για μικρά και μεγάλα παιδιά!

Η Έλλη και ο Ερμής φωνάζουν «Ζήτω οι διακοπές» και κάνουν όλο εκδρομές! Στα ταξίδια τους έχουν μαζί τον σκύλο τους, τον Ντίνο, που είναι μέγας οικολόγος, κι ένα μυρμήγκι που κάνει όλο σκανταλιές! Ελάτε να εξερευνήσουμε μαζί τους την Ελλάδα! Να ανακαλύψουμε νέα μέρη, μνημεία, σπάνια ζώα και φυτά, σύγχρονα σπορ, ιστορίες της ελληνικής μυθολογίας και κρυμμένους αρχαίους θησαυρούς! Στην περιπέτεια αυτή η παρέα ξεκινάει από την Αθήνα και ταξιδεύει από το Σούνιο και τον Αργοσαρωνικό μέχρι την Πελοπόννησο και την Κρήτη!

Σακίδιο, νερό, φωτογραφική και φύγαμε, εξερευνητές!



Η ράφτρα

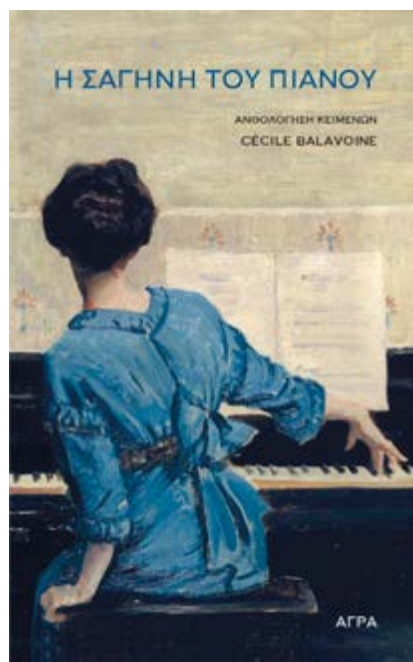
Αργυρώ Μαργαρίτη, Ψυχογιός

ΘΡΑΚΗ, 1895-1913. Στη μαγική πόλη της Ξάνθης, σπουδαίες μοδίστρες με ασημένιες δαχτυλήθρες ντύναν τις Θράσες με την τελευταία λέξη της μόδας. Κι ολόγυρα καπνοχώραφα με το χρυσόφυλλο φυτό που γέμιζε παράδες τους καπνέμπορους. Αρχοντικά με ζωγραφισμένα ταβάνια, το βουνό με τους θρύλους... Θα μπορούσε να είναι όμορφη η ζωή, αν δε σπέρνανε φωτιά οι κοιτατζήδες. Στα πλούσια αρχοντόσπιτα, στα ταπεινά πετρόχτιστα του Σαμακώβ, σε ένα παράξενο μοναστήρι, ράβουν και ξηλώνουν τη ζωή τους τα πρόσωπα αυτής της ιστορίας.

Κερασώ: Η ράφτρα. Για να διασώσει μια πάνινη ταυτότητα, μαθαίνει να πατά βελονιές. Μα τρύπωσε πάνω στην καρδιά της τάματα βαριά, κι όταν εκείνος ο άντρας μπήκε στη σπηλιά της, δε γινόταν να τον υποτάξει με τις χάρες του θηλυκού, γιατί είχε ξυρίσει το κεφάλι, είχε βάλει φούμο στα μούτρα, αυτός τηνε νόμιζε αγόρι.

Μήτσος Γιαβάσογλου: Ο αντάρτης καπνέμπορος. Μεγάλο πάθος ο καπνός και η λευτεριά της Θράκης. Όταν λαβώθηκε σε κείνο το αλισβερίσι με τους λαθρέμπορες, νόμιζε πως η πληγή του θα κλείσει γρήγορα. Μα εκείνη η ράφτρα τονε σακάτεψε με το ασημένιο της βελόνι.

Ένα μυθιστόρημα που θα μπορούσε να είναι παραμύθι ανατρεπτικό, με αρχοντόπουλα, κυράδες και θεριά που ράβουν τα πάθη, τους έρωτες, τα μυστικά και τις προδοσίες με γερές βελονιές πάνω στη ζωή τους. Εκεί στη Θράκη: Ξάνθη, Γενί Κιοϊ, Ντεντέαγατς, Γκιουμουλτζίνα, Αντριάνού...



Η σαγήνη του πιάνου

Επιλογή-σχολιασμός: CÉCILE BALAVOINE, Μετάφραση: ΓΙΑΝΝΗΣ ΣΙΔΕΡΗΣ, Άγρα

Δεν είναι απαραίτητο να μάθεις πώς παράγονται οι ήχοι – ένα άγγιγμα του πλήκτρου αρκεί και αυτό θα αρχίσει να τραγουδά. Τόσο απλά. Το πιάνο έχει αυτή την ιδιαιτερότητα σε σχέση με τα υπόλοιπα όργανα. Τα ογδονταοκτώ του πλήκτρα, ορατά με μια ματιά, προσφέρονται για τους άπειρους πιθανούς συνδυασμούς του μέλλοντος και του παρελθόντος της δυτικής μουσικής. Αύταρκες, επιβλητικό, μοναχικό, είναι το όργανο του βιρτουόζου και το εργαλείο του διευθυντή ορχήστρας, ικανό να συμπυκνώσει όλη την πολυπλοκότητα μιας όπερας ή συμφωνίας. Το πιάνο συναρπάζει, και όχι μόνο τους μουσικούς. Ο Ρουσσώ, ο Ντιντερό, ο Φλωμπέρ, ο Φοντάνε, όπως και ο Τολστόι, η Τζέην Όστιν, ο Ζολά, η Ζωρζ Σαντ, ο Βερλαίν ή ο Προυστ έγραψαν για το πιάνο. Μουσικοί και συνθέτες υπέκυψαν στον πειρασμό να γράψουν και εκείνοι. Πρώτα ο Μότσαρτ και ύστερα ο Μπερλιόζ, ο Ρόμπερτ και η Κλάρα Σούμαν, ο Λιστ και άλλοι. Όλος ο 19ος αιώνας ανέπτυξε έναν στοχασμό γύρω από το νέο, ογκώδες, φλογερό και μαγικό όργανο. Ο 20ος αιώνας παραμένει γοητευμένος από αυτό, όπως μας δείχνουν τα κείμενα του Τόμας Μανν, του Βιάν, της Σαγκάν, της Κολέτ, της Ντυράς ή του Άλφρεντ Μπρέντελ. Όσο για τον 21ο αιώνα, συγγραφείς όπως ο Εσενόζ και ο Μπαρνς διαιωνίζουν τον απόηχο του.

Μουσική

από την Εβίτα Αντωνέλου



Αυτό που σκοτώνει

Γιάννης Λάφης

Ο Γιάννης Λάφης μας συστήνεται και δισκογραφικά τραγουδώντας «Αυτό Που Σκοτώνει» στο debut single του που κυκλοφορεί μαζί με music video.

Αποτελώντας έναν από τους πλέον ταλαντούχους καλλιτέχνες της νεότερης γενιάς, ο Γιάννης Λάφης ερμηνεύει με την ξεχωριστή χροιά του μία δυναμική ερωτική μπαλάντα. Τη μουσική και τους στίχους του τραγουδιού υπογράφει ο Andy Nicolas.

Αν και το ευρύ κοινό τον γνώρισε πέρυσι μέσα από το talent show «The Final Four», όπου έκλειψε τις εντυπώσεις της κριτικής επιτροπής και των τηλεθεατών, ο Γιάννης Λάφης έχει ήδη στο ενεργητικό του σπουδαία βήματα.



Aranjuez

Thibaut Garcia

Ο Γαλλο-Ισπανός κιθαρίστας Thibaut Garcia, ηχογράφησε το πολύ γνωστό κοντσέρτο του Rodrigo's Concierto de Aranjuez μέσα από μια νέα ματιά κανοντάς το ν' ακούγεται φρέσκο, λαμπερό αλλά και θλιμένο, όπως πρέπει δηλαδή. Προβάλλοντας τη δική του πολιτιστική ταυτότητα, ο κιθαρίστας Thibaut Garcia συνδυάζει το αρχιτυπικό ισπανικό Concierto de Aranjuez του Rodrigo με μια δήλωση l'esprit français: το νεοκλασικό Musique de cour του Alexandre Tansman, εμπνευσμένο από το δικαστήριο του Louis XIV. Η κληρονομιά του Garcia είναι Ισπανική, όμως είναι Γάλλος, γεννημένος στην Τουλούζη. Ηχογράφησε το άλμπουμ με την Orchestre National du Capitole de Toulouse και μαέστρο το νεαρό Βρετανό Ben Benberg. Εκτός από το κοντσέρτο υπάρχουν ακόμη τέσσερα σόλο κομμάτια από τον Regino Sáinz de la Maza, τον κιθαρίστα που έδωσε την πρεμιέρα του Concierto de Aranjuez το 1940.



D'Ici Et D'Ailleurs

Soha

Γεννημένη στη Γαλλία από Αλγερινούς γονείς, η Soha συνδέει το R&B με το dancehall. Τραγουδάει στα γαλλικά για να τονίσει ότι δεν είναι αμερικανικές οι παραγωγές της. Μπορεί να συγκεντρώσει αποπνικτικούς ρυθμούς και συναισθήματα στο «Ma Mélancolie» ή στο «Mon Rêve à Moi» όμως βγάζει ιδιαίτερη δυναμική και υπάρχουν πινελιές reggae χρωματισμού «Heureuse». Ξεκινά το «On Ne Saura Jamais» ως χιπ-χοπ-ανακλαστικό R & B και ύστερα επιστρέφει σε dancehall midsong. Με απαλή, φωνή που τη χαρακτηρίζει μας προτείνει να την ακούσουμε προσεκτικά...



Η COSMOTE ΦΕΡΝΕΙ ΑΚΟΜΑ ΜΕΓΑΛΥΤΕΡΗ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ ΣΤΟΝ ΚΟΣΜΟ ΤΟΥ INTERNET

**Ο άνθρωπος δημιούργησε τον κόσμο του Internet
για να κάνει τον κόσμο του καλύτερο.**

Στην COSMOTE έχουμε το ίδιο όραμα.

Και δουλεύουμε για να το κάνουμε πραγματικότητα.

Για να απολαμβάνουμε όλοι τον κόσμο του Internet ακόμα πιο ελεύθερα.

cosmote.gr



COSMOTE

Ένας κόσμος, καλύτερος για όλους.