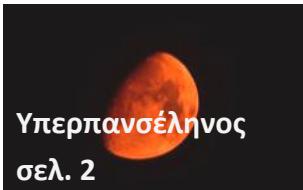


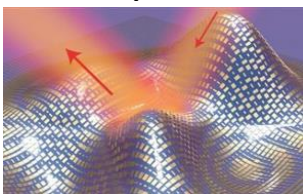
Πυανεσιών (29 ημέρες) 19 Σεπτεμβρίου - 17 Οκτωβρίου.

Γινόταν η γιορτή Πυανέψια προς τιμή του Απόλλωνα. Το μήνα αυτό γιορτάζονταν πολλές γιορτές όπως τα Προηρόσια, τα Οσχοφόρια, τα Θήσεια, τα Στήνια, τα Θεσμοφόρια, τα Χαλκεία και τα Απατούρια.

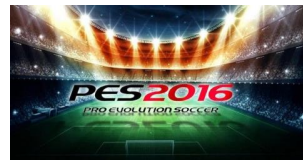


Υπερπανσέληνος σελ. 2

Ο μανδύας που «τα κάνει αόρατα σελ. 3



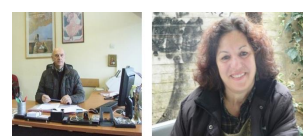
Κυκλοφόρησε το PES 2016 σελ.4



Τα 7 κακά σημεία της διατροφής σελ. 5



Όλες οι δραστηριότητες του σχολείου μας σελ. 6,7,8



Ιστορικά και ενδιαφέροντα «Το πρώτο ATM» σελ.8



Καρπενήσι σελ. 9



Μηνιαία εφημερίδα του 4ου Γυμνασίου Λαμίας
www.carpediem4gl.esy.es
 Διεύθυνση: Παλαμά & Παρδάλη 6 Τ.Κ. 35100 e-mail εφημερίδας: carpediem4gl@yahoo.gr Τηλ. 2231024430 Fax. 22310 24505

Δώσε στον άνθρωπο ένα ψάρι και θα τον χορτάσεις μια φορά. Μάθε τον να πιάνει ψάρια και θα είναι χορτασμένος σε όλη του τη ζωή.
Κινέζικη παροιμία



Σας καλωσορίζουμε όλους στη νέα σχολική χρονιά 2015-2016. Η εφημερίδα του 4ου Γυμνασίου Λαμίας θα βρίσκεται εδώ για τουλάχιστον άλλα δύο χρόνια και θα σας ενημερώνει για όλες τις εξελίξεις που συμβαίνουν στο σχολείο μας, ενώ παράλληλα θα σας μεταφέρει όλα τα νέα που ενδιαφέρουν το κοινό της. Για φέτος η εφημερίδα πρόσθεσε μια ακόμη στήλη στη θεματολογία της.

Η στήλη «Ιστορικά και ενδιαφέροντα» ως σκοπό έχει να συνδέσει το παρελθόν με το παρόν. Μην ξεχνάτε την ενημέρωσή σας σε πραγματικό χρόνο από το site της εφημερίδας μας που εξέπληξε ευχάριστα με την τεράστια αποδοχή που του δείξατε. Το carpediem4gl.esy.es θα βρίσκεται και αυτό στην πρώτη γραμμή της επικαιρότητας.

Συνεπικουρούμενο με την σελίδα μας στο Facebook.

Η νέα σχολική χρονιά μακάρι να μας βρει όλους με υγεία, με υπαγωγή στις αξίες του Δημόσιου σχολείου, που βάλλεται από παντού.

Υποδομή, εκπαιδευτικό προσωπικό, εγκαταστάσεις, χώρους άθλησης, αλλά προπάντων συνεργασία σε όλους τους τομείς δεν θα βρείτε σε κανένα φροντιστήριο.

Το Δημόσιο σχολείο θα βρίσκεται ΕΔΩ να υψώνει τον μαθητή.



Υπερθέρμανση σελ. 10



Μουσείο Ακρόπολης: Στα 15 καλύτερα σελ. 11

Αντίο ηγέτη σελ. 12



Νέα Τοπικά - Ελλάδα - Κόσμος

Τιμητικές διακρίσεις για το φιλμ "Greek Tourism. An eternal journey"

Με τρία τιμητικά βραβεία διακρίθηκε το Ελληνικό τουριστικό φιλμ «Greek Tourism. An eternal journey» σε ισάριθμα διεθνή τουριστικά φεστιβάλ, που διοργανώνονται το 2015 σε διαφορετικές πόλεις ανά τον κόσμο από τη Διεθνή Επιτροπή Φεστιβάλ Τουριστικών Ταινιών (CIFFT).



Greek Tourism
an eternal journey

Το ελληνικό βίντεο, σε παραγωγή του Ελληνικού Οργανισμού Τουρισμού και σκηνοθεσία του **Αντώνη Θεοχάρη** Κιούκα, συμμετείχε πρόσφατα στο Διεθνές Φεστιβάλ Τουριστικών και Οικολογικών ταινιών SILAFEST 2015 (30/8-5/9/2015), που έγινε στο Veliko Gradiste της Σερβίας, όπου και έλαβε το βραβείο «Blue Danube» (Γαλάζιος Δούναβης) για το καλύτερο πολιτιστικό τουριστικό φιλμ.

Μέσα στο 2015 προηγήθηκαν άλλες δύο σημαντικές διακρίσεις για το ίδιο φιλμ: Πήρε 1ο βραβείο στην κατηγορία Country στο αντίστοιχο φεστιβάλ του Βερολίνου, στο πλαίσιο της διεθνούς τουριστικής έκθεσης ITB.

Η Ελλάδα έλαβε το 1ο βραβείο στο αντίστοιχο φεστιβάλ των Η.Π.Α. «US International Film and Video Festival». Το βίντεο μπορείτε να το δείτε εδώ: <https://www.youtube.com/watch?v=YrKlUIDf4oY>. Πηγή: news.gr

Η Ελλάδα έλαβε το 1ο βραβείο στο αντίστοιχο φεστιβάλ των Η.Π.Α. «US International Film and Video Festival». Το βίντεο μπορείτε να το δείτε εδώ: <https://www.youtube.com/watch?v=YrKlUIDf4oY>. Πηγή: news.gr

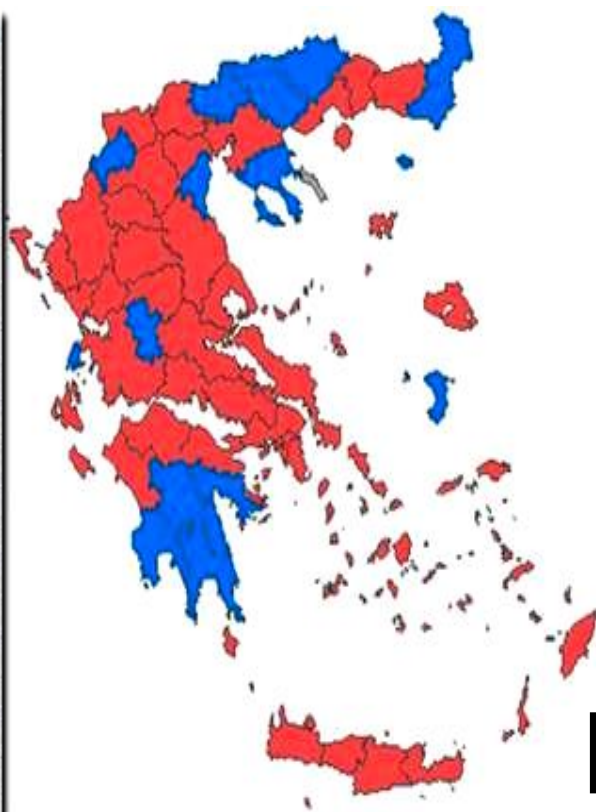
Η Ελλάδα έλαβε το 1ο βραβείο στο αντίστοιχο φεστιβάλ των Η.Π.Α. «US International Film and Video Festival». Το βίντεο μπορείτε να το δείτε εδώ: <https://www.youtube.com/watch?v=YrKlUIDf4oY>. Πηγή: news.gr

Δυστυχώς, νίκησε η ... Αποχή

Στις εκλογές που έγιναν στις 20 Σεπτεμβρίου μεγάλος νικητής αναδείχτηκε η αποχή σε ποσοστό 44%. Αυτό σημαίνει ότι περίπου ένας στους δύο Έλληνες δεν πήγε να ψηφίσει.

Το φαινόμενο της αποχής από τις εκλογές «**το ύψιστο δημοκρατικό καθήκον**» είναι ένα φαινόμενο που θα μας απασχολήσει εφέτος.

Εγγεγραμμένοι	9.831.284
Ενσωμάτωση	99,82 %
Ψήφισαν	56,56 %
Ακυρα/Λευκά	2,42 %
Εκτός Βουλής	6,41 %
	145 35,46 %
	75 28,10 %
	18 6,99 %
	17 6,28 %
	15 5,55 %
	11 4,09 %
	10 3,69 %
	9 3,43 %
	2,86 %
	0,85 %
	0,77 %
	0,65 %
	0,53 %
	0,28 %



Νέο είδος ανθρώπου στον αρχαιότερο γνωστό τάφο;;; Homo Naledi

Απολιθωμένα οστά 15 ανθρωπίδων που ανήκουν σε ένα πρωτόγνωρο είδος ανακάλυψαν παλαιoανθρωπολόγοι σε σπήλαιο της Νοτίου Αφρικής.

Μπαίνοντας μέσα στο δυσπρόσιτο σπήλαιο από μια σχισμή πλάτους μόλις 20 εκατοστών η οποία όμως οδηγούσε σε ένα σπήλαιο βάθους 30 μέτρων, τα «μικρόσωμα» μέλη της ομάδας του **Λι Μπέργκερ**, χωρίς όμως τον επικεφαλής τους, ανακάλυψαν τη μεγαλύτερη συλλογή ανθρωπίνων οστών στην ιστορία της παλαιοντολογίας.

Το σημαντικότερο πρόβλημα που καλούνται να αντιμετωπίσουν οι επιστήμονες είναι η χρονολόγηση των οστών, πράγμα που δεν έχει ακόμα επιτευχθεί. Προς το παρόν μόνο σε εικασίες μπορούν να προβούν.

Ο **Δρ Μπέργκερ**, παλαιoανθρωπολόγος του Πανεπιστημίου Ουιτγουότερσαντ στο Γιοχάνεσμπουργκ, εκτιμά, χωρίς όμως να διαθέτει επιστημονικές αποδείξεις, ότι ο **Homo naledi** εμφανίστηκε κοντά στη ρίζα του γένους Homo, πριν από 2,5 έως 2,8 εκατομμύρια χρόνια.

Παρεμπιπτόντως **Homo Naledi** είναι το όνομα που προτείνουν οι επιστήμονες από τη λέξη «**ναλέντι**» που σημαίνει άστρο στη γλώσσα της φυλής των Σότο που ζει στην περιοχή. Μεταξύ άλλων, στο σπήλαιο Ντενάλι, 50 χιλιόμετρα βορειοδυτικά του Γιοχάνεσμπουργκ, οι επιστήμονες ανακάλυψαν ότι ο **Homo naledi** είχε πέλματα, παλάμες και καρπούς παρόμοιους με του σύγχρονου ανθρώπου, όμως τα δάχτυλα και οι ώμοι του θυμίζουν πλάσμα που ζούσε στα δέντρα. Επιπλέον, ο εγκέφαλός του δείχνει δυσανάλογα μικρός.

«**Ο H.naledi είχε μικροσκοπικό εγκέφαλο, περίπου στο μέγεθος του μέσου πορτοκαλιού, στην κορυφή ενός πολύ αδύνατου σώματος**» αναφέρει ο **Τζον Χοκς** του Πανεπιστημίου του Ουισκόνσιν στο Μάντισον, μέλος της ερευνητικής ομάδας. Το πλάσμα είχε ύψος γύρω στο 1,5 μέτρο και βάρος περίπου 45 κιλών. Πηγή: eco-news.gr



Υπερπανσέληνος στις 27 Σεπτεμβρίου



Ιδιαίτερη νύχτα αναμένεται να είναι η 27η Σεπτεμβρίου. Θα έχουμε την **πρώτη ολική έκλειψη υπερπανσελήνου από το 1982** - ένα εξαιρετικά σπάνιο φαινόμενο μιας και αναμένεται να ξανα-

συμβεί το 2033.

Η NASA κυκλοφόρησε ένα βίντεο που μας συστήνει το σπάνιο αυτό φαινόμενο ενώ παράλληλα εξηγεί τη σημασία του και τη διαδικασία που το προκαλεί.

Σύμφωνα με τους υπολογισμούς τη βραδιά εκείνη, η Σελήνη θα φαίνεται έντονα κόκκινη και 14% μεγαλύτερη σε μέγεθος από το σύνηθες στην παρατήρησή της από τη Γη. Η υπερπανσέληνος συμβαίνει διότι η τροχιά της Σελήνης γύρω από τη Γη δεν είναι κυκλική αλλά ελλειπτική.

Υπερπανσέληνο έχουμε όταν η Σελήνη βρίσκεται στο περιγείο της και τότε φαίνεται 14% μεγαλύτερη και 30% λαμπρότερη σε σχέση με την εμφάνισή της όταν βρίσκεται στο απόγειό της. Πηγή: news.gr

Αυτός είναι ο υπερ-υπολογιστής που αποκτά η Ελλάδα. Στους 300 ισχυρότερους του πλανήτη



Πηγή: news247.gr

Από τον επόμενο μήνα οι ερευνητές όλων των πανεπιστημίων, των ΤΕΙ και των ερευνητικών κέντρων της Ελλάδας θα έχουν στη διάθεσή τους, μέσω ενός πανελλαδικού οπτικού δικτύου νέας γενιάς, έναν υπερ-υπολογιστή.

Οι δυνατότητες του νέου υπερ-υπολογιστικού συστήματος θα χρησιμοποιηθούν για την υποστήριξη επιστημονικών και τεχνολογικών εφαρμογών μεγάλης κλίμακας.

Όπως ανακοίνωσε το υπουργείο Πολιτι-

σμού, Παιδείας και Θρησκευμάτων, με πρωτοβουλία του **Τομέα Έρευνας και Καινοτομίας**, ολοκληρώνεται στο κεντρικό του κτίριο στο Μαρούσι, η εγκατάσταση του εθνικού υπολογιστικού συστήματος υψηλών επιδόσεων (**High Performance Computer-HPC**), με τη συνδρομή του **Εθνικού Δικτύου Έρευνας και Τεχνολογίας (ΕΔΕΤ)**.

Η ΕΔΕΤ ΑΕ, με την τεχνογνωσία που διαθέτει, θα εξασφαλίσει την απρόσκοπτη λειτουργία της υποδομής και θα παρέχει συστηματική υποστήριξη στους χρήστες.

Η νέα υποδομή θα ενσωματωθεί στο ευρωπαϊκό 'οικοσύστημα' υπερ-υπολογιστών, φιλοδοξώντας να συμπεριληφθεί στους **300 ισχυρότερους υπολογιστές του κόσμου και να ενισχύσει τη συμμετοχή της Ελλάδας στην πανευρωπαϊκή υποδομή PRACE (Partnership for Advanced Computing in Europe)**.

Το σύστημα αναμένεται να συμβάλει στην ενίσχυση της ελληνικής επιστημονικής κοινότητας, καλύπτοντας τις ανάγκες των Ελλήνων ερευνητών και διευκολύνοντας την πρόσβασή τους στην πανευρωπαϊκή υποδομή του PRACE. Η **Υπολογιστική Χημεία, η Φυσική, η Βιολογία, η Βιοϊατρική, η Μετεωρολογία, η Σεισμολογία, η Υπολογιστική Μηχανή, οι Επιστήμες Υλικών και οι Κοινωνικές Επιστήμες, είναι ενδεικτικά ορισμένα επιστημονικά πεδία που μπορούν να αξιοποιήσουν τον υπερ-υπολογιστή**.

Η υπολογιστική ισχύς του νέου συστήματος φτάνει τα **180 TFlops (τρισεκατομμύρια πράξεις κινητής υποδιαστολής ανά δευτερόλεπτο)**. Διαθέτει **426 υπολογιστικούς κόμβους και πάνω από 8.500 επεξεργαστικούς πυρήνες (CPU cores) διασυνδεδεμένους σε δίκτυο**. Το σύστημα θα διαθέτει και σύγχρονα εργαλεία λογισμικού για την ανάπτυξη εφαρμογών, όπως μεταγλωττιστές, επιστημονικές βιβλιοθήκες και 'σουίτες' επιστημονικών εφαρμογών.

Ιδιοκτησία: 4ο Γυμνάσιο Λαμίας

Διευθυντής: Πάλλας Δήμος

Διευθυντής Σύνταξης: Τσιαμούρας Θωμάς

Αρθρογράφοι: Όλοι οι μαθητές και οι καθηγητές

Υπεύθυνος 2ης σελίδας: Μάνος Ευστάθιος

Υπεύθυνος 3ης σελίδας: Κοτρογιάννης Δημήτρης-Βαλατσός Γεώργιος

Υπεύθυνοι 4ης σελίδας: Αθανασίου Μάγδα

Υπεύθυνοι 5ης σελίδας: Ζωβοίλη Ευαγγελία

Υπεύθυνος 6ης-7ης σελίδας: Όλοι οι μαθητές και οι καθηγητές

Υπεύθυνος 8ης σελίδας: Όλοι οι μαθητές και οι καθηγητές

Υπεύθυνος 10ης σελίδας: Τσιαμούρας Θωμάς

Υπεύθυνος 11ης σελίδας: Παπαλέξη Ελένη-Τσουτσικα Όλγα-Μιχαηλίδου Ρέα-Ζιώρα Λεμονιά.

Υπεύθυνος 12ης σελίδας: Αντωνολουκά Χρυσούλα-Κουμπούρας Κων/νος

Τα γραφεία μας:

Παλαμά & Παρδάλη 6 Τ.Κ. 35100 Λαμία

Τηλ. 2231024430

Fax-Τηλεομοιότυπο: 2231024505

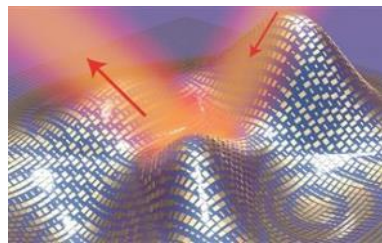
Site εφημερίδας: www.carpediem4gl@esy.es

Οτιδήποτε θέλετε να στείλετε από απόψεις, ιδέες, καταγγελίες μπορείτε να το στείλετε στο e-mail της εφημερίδας μας: carpediem4gl@yahoo.gr

Σε όλα τα άρθρα αναφέρονται οι πηγές τους. Σε όσα δεν αναφέρονται ή θα τα έχουν γράψει οι μαθητές ή θα έχουμε ξεχάσει να τα βάλουμε. Μας συγχωρείται εκ των προτέρων. Στην επόμενη έκδοση θα αποκατασταθούν όλες οι αδικίες. Μπορείτε ότι θέλετε να το πάρετε και να το μοιραστείτε με τους φίλους σας.

Δημιουργήθηκε ο λεπτότερος μανδύας που «τα κάνει αόρατα»

Ερευνητές στις ΗΠΑ ανακοίνωσαν ότι κατάφεραν να δημιουργήσουν



έναν υπερβολικά λεπτό και ευπροσάρμοστο μανδύα αορατότητας, ο οποίος **μπορεί να «σκεπάζει» αντικείμενα σαν δέρμα και να αλλοιώνει την εξωτερική εμφάνισή τους ή να τα εξαφανίζει**. Θα χρειαστούν όμως πέντε έως δέκα χρόνια, εωσότου υπάρξουν πρακτικές εφαρμογές του μανδύα. Πηγή: skai.gr

Οι νέοι κανόνες στη χρήση κινητών

Ριζική αλλαγή έχουν υποστεί οι εθιμοτυπικοί κανόνες της χρήσης των κινητών μας τηλεφώνων, σύμφωνα με τα ευρήματα μίας νέας έρευνας του **Ινστιτούτου Pew**.

Η έρευνα, που διενεργήθηκε στις ΗΠΑ σε δείγμα 2.300 ενηλίκων ατόμων, επιβεβαίωσε ότι οι περισσότεροι άνθρωποι πλέον έχουν κινητό που σπάνια αποχωρίζονται ακόμα και στις κοινωνικές τους συναναστροφές.

Κατέγραψε επίσης αυτό που η πλειοψηφία θεωρεί πλέον ως ορθή και αποδεκτή χρήση του κινητού μας όταν βρισκόμαστε με κόσμο.

Ακολουθούν χαρακτηριστικά παραδείγματα:

Do: Χρησιμοποίησε το κινητό σου σε ανοιχτούς δημόσιους χώρους, ενώ

περπατάς στο δρόμο για παράδειγμα, κι αν παραδοκεί ο κίνδυνος να 'σκοντάψεις' πάνω σε κάποιον.

Don't: Μην χρησιμοποιείς το κινητό σου σε επαγγελματικές συναντήσεις, στο σινεμά, στην εκκλησία ή σε οποιοδήποτε άλλο μέρος που υποτίθεται ότι παρακολουθείς ένα άλλο άτομο.

Do: Στείλε μηνύματα μπροστά σε φίλους και συγγενείς αρκεί να είναι σύντομα ή πολύ σημαντικά.

Don't: Μην χρησιμοποιείς το κινητό σου κατά τη διάρκεια ενός γεύματος, είτε αυτό είναι στο σπίτι με τους δικούς σου είτε σε εστιατόριο.

Do: Βγάλε φωτογραφίες με το κινητό σου σε όποιο μέρος κι αν βρίσκεσαι.

Do: Απάντα στις κλήσεις όταν βρίσκεσαι μαζί με κόσμο

Don't: Μην χρησιμοποιείς το κινητό σου σαν "ασπίδα" για να αποφύγεις ανθρώπους ή συζητήσεις

Do: Όταν είσαι μαζί με φίλους ή την οικογένειά σου χρησιμοποίησε το κινητό σου για να ψάξεις μια πληροφορία που σου χρειάζεται

Don't: Μην χαζεύεις άσκοπα στο ίντερνετ ή τσεκάρεις τις ειδοποίησεις σου στα social media όταν είσαι μαζί με κόσμο

Η χρήση του κινητού λοιπόν έχει αλλάξει. Δεν είναι πλέον κάτι αυστηρά προσωπικό, αλλά κάτι που ενσωματώνουμε στην κοινωνική μας συμπεριφορά. Αρκεί να τηρούμε κάποιους βασικούς εθιμοτυπικούς κανόνες, όπως διαμορφώνονται σε κάθε χρονική περίοδο. Πηγή: The.washingtonpost



Η Apple παρουσίασε τα πολυαναμενόμενα iPhone 6s και 6s Plus.



«Κανένα προϊόν (σ.σ. από όσα παρουσιάστηκαν) δεν έχει να κάνει περισσότερο με την εξέλιξη από το iPhone», είπε ο Tim Cook, ενώ στη οθόνη εμφανίζονταν τα δύο νέα iPhone 6S και iPhone 6S Plus!

Ο CEO της Apple χαρακτήρισε, παράλληλα, τα νέα smartphones ως «τα πιο προηγμένα iPhones που έχουμε ποτέ δημιουργήσει και τα πιο εξελιγμένα στον κόσμο».

Νέα απόχρωση

Οι νέες συσκευές θα κυκλοφορήσουν και σε μια νέα απόχρωση, την rose gold, εκτός από τις τρεις υπάρχουσες που είναι η ασημί, η χρυσή και η γκρι (space gray).

Αναφορικά με τις οθόνες των νέων smartphones, το iPhone 6s θα διαθέτει οθόνη 4,7 ιντσών, ενώ το 6S Plus οθόνη 5,5 ιντσών.

Η Apple επέλεξε να σταθεί ιδιαίτερα σε 2 χαρακτηριστικά των νέων συσκευών:

μια νέα τεχνολογία διεπαφής με την ονομασία «3D Touch», καθώς και στις φωτογραφικές δυνατότητές τους!

3D Touch

Φωτογραφία

iphone1

Λοιπά τεχνικά χαρακτηριστικά

Στην «καρδιά» του νέου smartphone θα κρύβεται ο νέος επεξεργαστής A9, η τρίτη γενιά ενός 64-bit chip, με νέα αρχιτεκτονική που τον καθιστά πιο ενεργειακά αποδοτικό, 70% ταχύτερο σε επεξεργαστική ισχύ και 90% ταχύτερο σε γραφικά, σε σύγκριση με τον A8.

Επιπλέον, η συσκευή θα εξοπλίζεται ακόμη με τον δεύτερης γενιάς αισθητήρα δακτυλικών αποτυπωμάτων TouchID, που θα είναι δύο φορές ταχύτερος σε απόκριση.

Βελτιώσεις θα διαθέτουν ακόμη τα νέα smartphones στον τομέα της ασύρματης συνδεσιμότητας, με δύο φορές ταχύτερο LTE και δέκτη Wi-Fi.

Η παρουσίαση συνεχίστηκε με την εμφάνιση νέων αξεσουάρ: σταθμοί ασύρματου φόρτισης στις 4 νέες αποχρώσεις των συσκευών, καθώς και καλύμματα.

iphone7

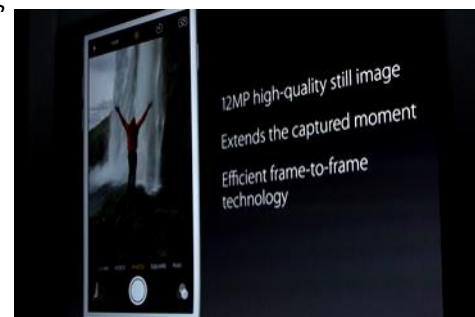
Διαθεσιμότητα και τιμές

Οι προπαραγγελίες των νέων iPhone 6s και 6s Plus θα ξεκινήσουν σε ορισμένες χώρες στις 12 Σεπτεμβρίου (δεν περιλαμβάνεται η Ελλάδα), με τις συσκευές να γίνονται διαθέσιμες στις 25 Σεπτεμβρίου.

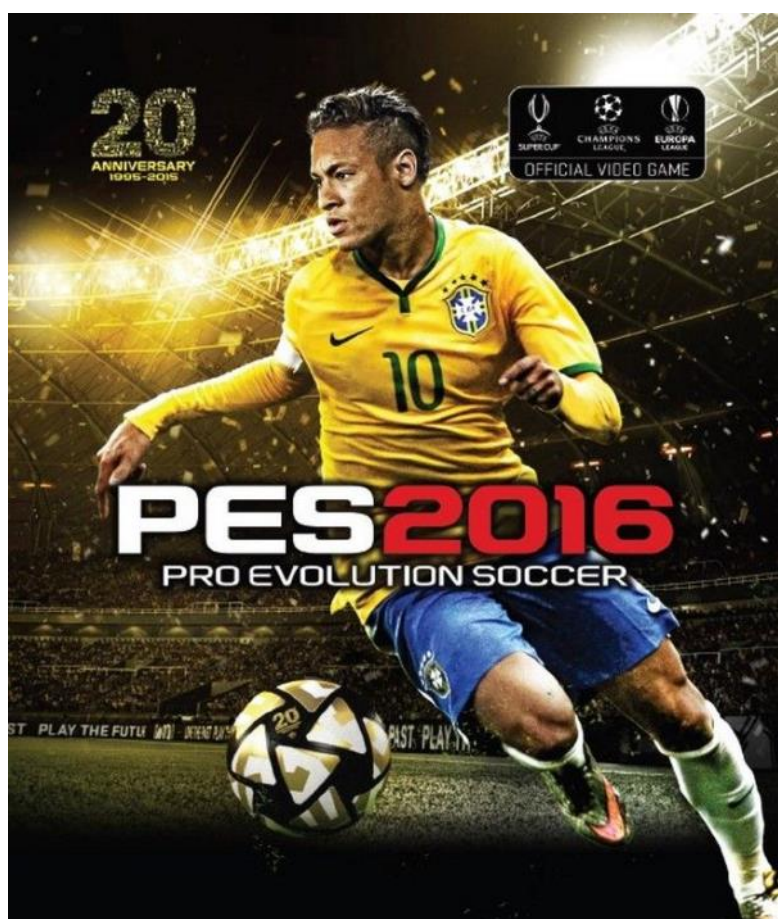
iphone3

Οι συσκευές θα κοστίζουν όσο ακριβώς και τα προηγούμενα μοντέλα iPhone 6, τα όποια θα γίνουν κατά 100 δολάρια φτηνότερα.

Από την άλλη, το νέο λογισμικό iOS 9 θα γίνει διαθέσιμο στις 16 Σεπτεμβρίου. Πηγή: tech.gr



Κυκλοφόρησε το νέο PES 2016



Το Pro Evolution Soccer 2016 κυκλοφόρησε σήμερα και επίσημα έχοντας σαρώσει το βραβείο, καθώς συναρπάζει τους κριτικούς και το κοινό με τη ρεαλιστική κίνηση, το νέο ενστικτώδη χειρισμό και το ανανεωμένο Online.

Θέλεις να δεις ποδόσφαιρο που δεν έχεις δει ποτέ στη ζωή σου; Το Pro Evolution Soccer 2016 κυκλοφορεί σήμερα επίσημα και έχει ήδη σαρώσει τα βραβεία.

«Το καλύτερο ποδοσφαιρικό game που έχει βγει ποτέ» σύμφωνα με το videogamer.com είναι πλέον στα ράφια των καταστημάτων για PlayStation 4, PlayStation 3, PC, Xbox ONE και Xbox360 και συναρπάζει ήδη κριτικούς και κοινό με τη ρεαλιστική κίνηση, το νέο ενστικτώδη χειρισμό και το ανανεωμένο Online.

Το game περιλαμβάνει ελληνική περιγραφή αγώνα από τους Χρήστο Σωτηρακόπουλο και Γιώργο Θαναηλάκη και edit mode όπου μπορείτε να φτιάξετε δικές σας ομάδες ή να εισάγετε νέες ομάδες που θα βρείτε online.

Κέρδισε ήδη το βραβείο του «καλύτερου αθλητικού τίτλου της χρονιάς» στη GamesCom, την παγκόσμια έκθεση videogames, ενώ έχει εξασφαλίσει και



διαθέτει σε αποκλειστικότητα τα δικαιώματα του UEFA Champions League, UEFA Europa League, Copa Libertadores και για πρώτη φορά φέτος του Euro 2016

Η διατροφή των ανεπτυγμένων... λαών: Τα 7 κακά σημεία!



Πηγή: news.gr

Σήμερα τρώμε πολύ διαφορετικά από ότι οι πρόγονοι μας 40.000 χρόνια πριν.

Το παράδοξο με την διατροφή σήμερα είναι ότι από πολλά τρόφιμα λείπουν τα θρεπτικά συστατικά, αλλά είναι πλούσια σε θερμίδες. Πώς έγινε αυτό;

Πρόσφατες έρευνες υπογραμμίζουν ότι το 75% της δυτικής διατροφής περιλαμβάνει επεξεργασμένα τρόφιμα και μόνο το 25% μη επεξεργασμένα. Τα επεξεργασμένα τρόφιμα με δεδομένο ότι έχουν μακρά διάρκεια, συνήθως, στερούνται θρεπτικών συστατικών.

Τα χαρακτηριστικά του δυτικού τύπου διατροφής είναι: πλούσια σε θερμίδες, αλάτι, ραφινάρισμα ζάχαρη, έλαια, και τα δημητριακά είναι χαμηλά σε θρεπτικά συστατικά και φυτικές ίνες. Ένα άρθρο που δημοσιεύθηκε στο επιστημονικό έντυπο **American Journal of Clinical Nutrition**, εξέτασε τις συνέπειες που έχει η δυτική διατροφή στον ανθρώπινο οργανισμό. Σύμφωνα με το άρθρο, ο τρόπος διατροφής είναι αυτός που ευθύνεται κατά κύριο λόγο στην εμφάνιση χρόνιων παθήσεων, όπως καρδιακές, υψηλή αρτηριακή πίεση και διαβήτη τύπου 2.

Όπως επισημαίνεται στο άρθρο, υπάρχουν επτά «κακοί» παράγοντες του δυτικού τύπου διατροφής. Κάθε ένας από αυτούς αντιπροσωπεύει μια σημαντική αλλαγή στον τρόπο με τον οποίο τρέφονταν οι πρόγονοί μας.

1. Υψηλό γλυκαιμικό φορτίο
2. Η πρόσληψη «κακών» λιπαρών
3. Η χαμηλή πρόσληψη πρωτεΐνης
4. Η χαμηλή πρόσληψη θρεπτικών συστατικών
5. Κακή ισορροπία οξέων / βάσεων
6. Υψηλό νάτριο / χαμηλό κάλιο
7. Έλλειψη φυτικών ινών



Διχασμός στις Ε.Ε. για το κλωνοποιημένο κρέας

Οι καταναλωτές στις χώρες της ΕΕ μπορεί να τρώνε ήδη βοδινό ή χοιρινό κρέας που προέρχεται από κλωνοποιημένα ζώα... και να μη το γνωρίζουν! Με βάση το ισχύον ευρωπαϊκό νομικό πλαίσιο απαγορεύεται η κλωνοποίηση ζώων με σκοπό την παραγωγή κρέατος. Ωστόσο οι εκτροφείς ζώων μπορούν να εισάγουν από τρίτες χώρες γενετικό υλικό από κλωνοποιημένα ζώα. Προς το παρόν το κρέας που προέρχεται από κλωνοποιημένο γενετικό υλικό είναι

δύσκολο να ελεγχθεί και ως εκ τούτου δεν φέρει ειδική σήμανση. Μάλιστα δεν διαφέρει σε τίποτα γευστικά από το κοινό κρέας. Ωστόσο ο Κρίστοφ Τεν από το ανεξάρτητο ινστιτούτο **Testbiotec** εφιστά την προσοχή: «Ξέρουμε πολύ λίγα για το κλωνοποιημένο κρέας. Πρέπει να περιμένουμε για περισσότερα



ερευνητικά δεδομένα πριν το δοκιμάσουμε». Αυτό πάντως που γνωρίζουμε σίγουρα είναι ότι τα κλωνοποιημένα ζώα είναι πιο ευάλωτα από τα κανονικά ζώα σε ασθένειες. Συχνά εμφανίζουν επιπλοκές και δυσπλασίες. «Τα ζώα υποφέρουν πολύ», αναφέρει ο Κρίστοφ Τεν. Επίσης πέρα από τα τίθενται και ζητήματα βιοηθικής: «Είναι ηθικά επιτρεπτή η κλωνοποίηση».

Σύμφωνα με τους επικριτές αντίστοιχων πρακτικών, το γεγονός ότι η χρήση κλωνοποιημένου γενετικού υλικού εντός της ΕΕ δεν απαγορεύεται ρητά ενδέχεται να οδηγήσει στην αύξηση των σχετικών εισαγωγών. Εάν τα ζώα που προέρχονται από κλωνοποιημένο γενετικό υλικό δεν πιστοποιούνται εξαρχής, είναι εξαιρετικά δύσκολο στη συνέχεια να πιστοποιηθεί το παραγόμενο κρέας. Αυτό θα είχε ως αποτέλεσμα μέσα στα επόμενα χρόνια να μην είμαστε σε θέση να γνωρίζουμε την ακριβή προέλευση του κρέατος που καταναλώνουμε. Από την άλλη πλευρά, σύμφωνα με τον **Μπλερντ Πέτερσον**, από το **γερμανικό Ινστιτούτο FLI** για την υγεία των ζώων, μέχρι στιγμής οι κίνδυνοι για την ανθρώπινη υγεία από το κλωνοποιημένο κρέας δεν αποδεικνύονται πειστικά και ως εκ τούτου δεν συντρέχει λόγος για περαιτέρω νομικές ενέργειες. Για τον γερμανό ειδικό ακόμη και η πιστοποίηση στην παρούσα φάση θα ήταν άνευ νοήματος, αφού είναι δύσκολο να εξακριβωθεί εάν «ένα νεογνό γεννήθηκε από μια συμβατική μητέρα ή από κλώνο. Από τη στιγμή που δεν μπορεί να περιοριστεί η κατάχρηση, η πιστοποίηση από μόνη της δεν αρκεί».

Πηγή: ΑΠΕ

Ζάχαρη: Ένας επιπλέον κίνδυνος για την καρδιά

Η ζάχαρη που περιέχεται στα γλυκά, στους χυμούς, στα αναψυκτικά, στα ηδύποτα δίνει αναμφισβήτητα μια πρόσθετη



χαρά στη ζωή, έστω και εάν αποδεδειγμένα καταστρέφει τα δόντια με την τερηδόνα ή συμβάλλει ενεργά στην παχυσαρκία.

Η ζάχαρη αναγνωρίζεται από την **Αμερικανική Καρδιολογική Εταιρεία (AHA)** ως ένας επιπλέον παράγοντας κινδύνου που προστίθεται στους ήδη γνωστούς για αθηροσκλήρωση των αγγείων και στεφανιαία νόσο.

Η σοβαρότερη μελέτη στην οποία βασίστηκε η **AHA** είναι αυτή που δημοσιεύθηκε στο επιστημονικό περιοδικό «**JAMA**» της **Αμερικανικής Ιατρικής Εταιρείας**.

Όπως έδειξε, τα άτομα που καταναλώναν 17%-21% επιπλέον θερμίδες από υπερκατανάλωση ζάχαρης είχαν 38% επιπλέον πιθανότητα θανάτου από στεφανιαία νόσο σε σύγκριση με εκείνους που κατανάλωναν 8% επιπλέον.

Η **AHA** συνιστά να μην προσθέτουν άνω των 100 θερμίδων από ζάχαρη οι γυναίκες (ισοδύναμο 6 κουταλάκια τσαγιού) και 150 οι άνδρες (ισοδύναμο 9 κουταλάκια τσαγιού).



Οι συγκεκριμένες ποσότητες ζάχαρης που πρέπει να καταναλώνει ένας άνθρωπος είναι σαφώς μικρότερες από εκείνες που προτείνονται για να αποφεύγει την παχυσαρκία. Για την αποφυγή της παχυσαρκίας η προσλαμβανόμενη ποσότητα ζάχαρης δεν θα πρέπει να υπερβαίνει τα 15 κουταλάκια τσαγιού ημερησίως.

Συμπερασματικά, στον κατάλογο των παραγόντων κινδύνου για στεφανιαία νόσο που ήδη περιλαμβάνει το κάπνισμα, την υπέρταση, το σάκχαρο, την υπερχοληστεριναιμία, την παχυσαρκία και την ακινησία θα πρέπει να προστεθεί και η ζάχαρη. Πηγή: skai.gr

Το σχολείο μας



Αγιασμός στο σχολείο μας

Πραγματοποιήθηκε, όπως κάθε χρόνο ο Αγιασμός για τη νέα σχολική χρονιά.

Αγιασμός αποκαλείται η ιδιαίτερη, έκτακτη ακολουθία της Ορθόδοξης Εκκλησίας που υπενθυμίζει τη Βάπτιση του Χριστού στον Ιορδάνη ποταμό και κατά την οποία ο ιερέας καθαγιάζει το νερό με ευχές, επίκληση του Αγίου Πνεύματος και τριπλή εμβάπτιση του

Τιμίου Σταυρού μέσα στο νερό. (πηγή: el.wikipedia.org).

Η Ακολουθία του Αγιασμού γίνεται και σε άλλες περιπτώσεις στη ζωή των ανθρώπων. Την πρωτομαγιά στις Εκκλησίες. Στα εγκαίνια ενός καινούριου σπιτιού ή ενός νέου καταστήματος. Σ' ένα καινούριο καράβι ή αυτοκίνητο πριν από το πρώτο του ταξίδι.

Όταν λοιπόν αρχίζουμε κάτι καινούριο, ζητάμε τη βοήθεια του Θεού. Με τον Αγιασμό έρχεται η χάρη του Θεού και βρίσκεται κοντά μας σε κάθε

τίμιο έργο που κάνουμε, για να μας στηρίζει και να μας δίνει δύναμη. Μαζί με την ανθρώπινη προσπάθεια χρειάζεται και ο φωτισμός και η βοήθεια του Θεού.
ΚΑΛΗ ΣΧΟΛΙΚΗ ΧΡΟΝΙΑ ΣΕ ΟΛΟΥΣ ΜΑΘΗΤΕΣ-ΓΟΝΕΙΣ-ΚΑΘΗΓΗΤΕΣ



Παραλαβή βιβλίων από τους μαθητές

Με ταχύτατο ρυθμό έγινε και φέτος η παραλαβή των βιβλίων από τους μα-



θητές.

Ήδη από το καλοκαίρι είχαν ετοιμαστεί οι σχετικές τσάντες με τα βιβλία.

Οι μαθητές δεν κουράστηκαν, αλλά κυρίως δεν ταλαιπωρήθηκαν καθόλου όπως βλέπετε και στις εικόνες.

Καλό διάβασμα παιδάκια!!!!



Ένας ακόμη έπαινος για το σχολείο μας

Το σχολείο μας βραβεύτηκε από Το Πανεπιστήμιο Αθηνών και συγκεκριμένα το Εργαστήριο Φυσικών Επιστημών βράβευσε το σχολείο μας και τους εκπαιδευτικούς του, το οποίο λειτουργήσε με υποδειγματικό τρόπο ως εξεταστικό κέντρο του Πανελληνίου διαγωνισμού Φυσικών/Φυσικής για το έτος 2015.



Το σχολείο μας

Εκλογές για την ανάδειξη Διευθυντή / Υποδιευθυντή



Σε πολύ καλό κλίμα διενεργήθηκε για πρώτη φορά η εκλογική διαδικασία για την ανάδειξη του Διευθυντή του σχολείου μας. Όλοι οι εκπαιδευτικοί προσήλθαν και άσκησαν το εκλογικό τους δικαίωμα. Μετά το πέρας των εκλογικών διαδικασιών που έγιναν με απόλυτα δημοκρατικές διαδικασίες ο κ.



Πάλλας θα συνεχίσει να είναι διευθυντής του **4ου Γυμνασίου Λαμίας** (Φ. αποφ./4182/26-06-2015) με υποδιευθύντρια την κ. **Αντωνολουκά**. Η εφημερίδα μας τους εύχεται να είναι «σιδεροκέφαλοι» και να γνωρίζουν ότι ο Σύλλογος των καθηγητών θα βρίσκεται πάντα δίπλα τους.

Καλωσόρισμα στις νέες συναδέλφους

Να καλωσορίσουμε στο σχολείο μας την κ. Τσιότρα Μαρία (Γαλλικά) και την κ. Παναγιώτου Μαρία (Φιλολόγο).



Η κ. Τσιότρα

Η εφημερίδα του 4ου Γυμνασίου Λαμίας εύχεται να είναι σιδεροκέφαλες με υγεία και να συνεχίσουν επάξια και στο σχολείο μας να προσφέρουν τη γνώση στους μαθητές μας.

Η κ. Παναγιώτου

Τις θερμότερες ευχές μας στην κ. **Πουγκακιώτου** και στην κ. **Θεοχαροπούλου** που συνταξιοδοτούνται μετά από μια πετυχημένη καριέρα.



Η εφημερίδα μας, απλώς θέλει να υπενθυμίσει ότι η **σύνταξη δεν τερματίζει την δημιουργικότητα του ανθρώπου και ότι κάθε τέλος είναι και μια νέα αρχή.**

«Ντενεκεδούπολη» Διασχολική χορωδία Λαμίας

Με μεγάλη επιτυχία και παρουσία πλήθος κόσμου και φυσικά πολλών παιδιών έγινε την **Τρίτη 16-06-2015** στην αίθουσα εκδηλώσεων του σχολείου μας η παράσταση "Ντενεκεδούπολη".

Η παράσταση πραγματοποιήθηκε από τη Διασχολική χορωδία Λαμίας σε συνεργασία με το κουκλοθέατρο του Γιώργου Μέντζου και της Τίνας Σίσκου.

Μουσικοί έπαιξαν οι : Βεργιόγλου Νώντας - πιάνο

Λαδάς Παναγιώτης - Κρουστά
Λαδάς Δημήτρης - Μπουζούκι

Λούβαρης Κώστας - Κιθάρα
Λαδάς Νίκος - Κλαρίνο
Κολοκυθάς Αχιλλέας - Σαξόφωνο
Την χορωδία διεύθυνε η κ. **Μιχαηλίδου Ρέα**. Το video με τα τραγούδια της παράστασης ερμηνευμένα καταπληκτικά από τη



Ευχές στη «γιαγιά»

Ευχαριστούμε πάρα πολύ την κ. Βαγγελιώ (κυλικείο) η οποία έγινε γιαγιά και μας κέρασε.

Η εφημερίδα του 4ου



Γυμνασίου Λαμίας της εύχεται να της ζήσει ο νεογέννητος μπέμπης και να τον δει όπως επιθυμεί.



Πρόσκληση
Η Διασχολική Χορωδία Λαμίας σας προσκαλεί στην παρουσίαση της παράστασης «**Η Ντενεκεδούπολη**» της Ευγενίας Φακίνου σε μουσική Γιάννη Μαρκόπουλου.
Θα πραγματοποιηθούν δύο παραστάσεις:
1. Τρίτη 16/6/2015 ώρα 18.30 στο 4^ο Γυμνάσιο Λαμίας
2. Τετάρτη 17/6/2015 ώρα 09.00πμ στο Πολιτιστικό Κέντρο του Δήμου Λαμιέων
Είσοδος Ελεύθερη

ΝΤΕΝΕΚΕΔΟΥΠΟΛΗ



χορωδία θα τα δείτε εδώ: <https://www.youtube.com/watch?v=DyYcRCzerY>

Το σχολείο μας

Έργα υποδομής συνέχεια



Συνεχίστηκαν καθ' όλη τη διάρκεια του καλοκαιριού τα έργα υποδομής του σχολείου μας όπως βλέπετε και στις φωτογραφίες.

Αλλάχτηκαν οι πόρτες από τα ντουλάπια στην αίθουσα των καθηγητών και οι πίνακες ανακοινώσεων.

Τοποθετήθηκε μια καλαίσθητη σύνθεση στο γραφείο των καθηγητών

Παραδόθηκαν 50 καρέκλες πτυσσόμενες για την αίθουσα τελετών και ορισμένες από αυτές τις χρησιμοποιήσαμε προκειμένου να δημιουργήσουμε ένα εντευκτήριο στην είσοδο του σχολείου, στο οποίο τα παιδιά θα μπορούν να παίζουν επιτραπέζια παιχνίδια



(σκάκι, μονόπολη κ.α.)

Τέλος, τοποθετήθηκαν και σταντ για τα παιδιά να έρχονται στο σχολείο (χρησιμοποιώντας τον ποδηλατόδρομο) με τα ποδήλατά τους και να είναι κλειδωμένα και ασφαλή μέσα στο χώρο του σχολείου.



Επειδή η γνώση της ιστορίας είναι δύναμη

Η ιδέα του πρώτου ATM γεννήθηκε σε μια τουαλέτα

Μέσα Ιουλίου και ξαφνικά όλοι οι Έλληνες έμαθαν μια καινούργια λέξη το ATM. Για να δούμε λίγο την ιστορία του Ένα Σάββατο του 1965, ο Βρετανός **Τζον Σέπερντ Μπάρον** αναγκάστηκε να ακυρώσει τα σχέδιά του για βραδινή έξοδο, επειδή δεν πρόλαβε να πάει στην τράπεζα για ανάληψη. Επέστρεψε σπίτι του και καθώς έκανε μπάνιο, αναλογιζόταν πόσο καλύτερος θα ήταν ο κόσμος, αν μπορούσαν όλοι να παίρνουν τα χρήματά τους με την ίδια ευκολία που έπαιρναν τις σοκολάτες απ' τους αυτόματους πωλητές. Έτσι γεννήθηκε η ιδέα για έναν «αυτόματο πωλητή» χρημάτων, που θα έφερνε την επανάσταση στη λειτουργία των Τραπεζών. Θα διευκόλυνε τους πελάτες και θα εξοικονομούσε χρήματα από περικοπές προσωπικού.

Η ιδέα του, ενθουσίασε την τράπεζα **Barclay's**, η οποία και εγκαινίασε το **πρώτο ATM στις 27 Ιουνίου του 1965**. Λειτουργούσε στο υποκατάστημα της τράπεζας στην **Enfield High Street** και έδινε μέχρι 10 λίρες σε κάθε πελάτη.

«Το ποσό ήταν υπεραρκετό για ένα τρελό σαββατοκύριακο εκείνη την εποχή», δήλωσε ο δημιουργός του ATM. Οι χρήστες τοποθετούσαν χάρτινες κάρτες στη σχισμή και έδιναν τον προσωπικό 4ψηφιο κωδικό τους. Και αυτή η ρύθμιση ήταν ιδέα του **Σέπερντ Μπάρον**, ο οποίος αρχικά είχε σκεφτεί να χρησιμοποιήσει 6ψηφιο PIN, καθώς πάντα θυμόταν τον αριθμό της στρατιωτικής του ταυτότητας.

Όταν όμως ζήτησε από τη γυναίκα του να τον αποστηθίσει, εκείνη σχολίασε ότι μπορούσε να θυμηθεί μόνο τα πρώτα τέσσερα ψηφία. Το 2007, σε συνέντευξή του στο BBC, ο Σέπερντ Μπάρον προέβλεψε ότι μέσα στο πολύ πέντε χρόνια, τα χρήματα θα είχαν αντικατασταθεί εξ' ολοκλήρου από ψηφιακές συναλλαγές, καθώς «η μεταφορά χρημάτων κοστίζει χρήματα»....

Τα ATM σε όλο τον κόσμο

Εννιά μέρες μετά την εμφάνιση του πρώτου ATM στην τράπεζα **Barclay's**, οι Σουηδοί εγκαινίασαν το δικό τους μηχάνημα αυτόματης ανάληψης, στην τράπεζα **Nixdorf**. Ακολούθησαν οι Ιάπωνες και μετά οι Αμερικάνοι. Στις **2 Σεπτεμβρίου του 1969**, Η αμερικάνικη **Chemical Bank** δήλωσε χαρακτηριστικά ότι η «τράπεζά μας θα ανοίξει στις 9 και δεν θα κλείσει ποτέ ξανά».



Μάνος Χωριανόπουλος news247.gr

Στην Ελβετία της Ελλάδας: Καρπενήσι



Ξεκινάμε από εφέτος ένα ταξίδι σε κοντινούς προορισμούς της περιοχής μας. Αγέρωχα βουνά και ποτάμια που σε προκαλούν για περιπέτεια, πετρόχτιστα χωριά και μοναστήρια με ιστορία: από τη δημοφιλή κοιλάδα του Καρπενησιώτη ποταμού μέχρι τον Προυσό κι από το Βελούχι μέχρι την τεχνητή λίμνη των Κρεμαστών, κάθε εποχή (και κάθε «φυλή» επισκέπτη) έχει τις δικές της γωνιές στην Ευρυτανία. Προσθέστε τις οργανωμένες και κατά βάση προσεγμένες υποδομές διαμονής, ακόμα και σε χωριά που δύσκολα βρίσκεις στο χάρτη, και έχετε το πλήρες «πακέτο» για ένα πολλά υποσχόμενο long weekend. Σκιέρ και μη, το χειμώνα η πυξίδα σας θα συντονιστεί στο δίπολο χιονοδρομικό κέντρο (για παιχνίδι σε αλπικό φόντο) και **Καρπενήσι** (για ξενύχτι

στην κεντρική bar street της κωμόπολης). Το καλοκαίρι οι πεζοπόροι γράφουν διαδρομές στα δροσερά νερά του **Κρικελλοπόταμου**, με φόντο το γοητευτικό φαράγγι του **Παναβρέχει**, στο νότιο τμήμα του νομού. Την άνοιξη και το φθινόπωρο ξεμυαλίζουν τα χρώματα και οι μυρωδιές στην **Ποταμιά** και τα πετρόχτιστα χωριά της: οι βόλτες στα καλντερίμια του **Παλαιού Μικρού Χωριού** και του **Μεγάλου Χωριού**, στο **Βουτύρο**, στο **μοναστήρι-αετοφωλιά του Προυσού**, στο **Μουσείο Εθνικής Αντίστασης**



στους Κορυσχάδες. Κι όσο για δράση στη φύση; Η βεντάλια ανοίγει με ράφτινγκ σε **Τρικεριώτη** και **Ταυρωπό**, αλλά και πεζοπορίες, ιππασία, canyoning, ποδηλατάδες, διαδρομές με 4x4, paintball (στην περιοχή δραστηριοποιούνται πολλά και γνωστά γραφεία εναλλακτικού τουρισμού). Όσοι θέλετε να βγείτε από την κλασική τουριστική πεπατημένη, ετοιμαστείτε για χιλιόμετρα και στροφές προς το **πανέμορφο χωριό Φιδάκια**, τη **λίμνη Κρεμαστών**, το **ερείπωμένο ιστορικό χωριό της παλιάς Βίνιανης** αλλά και τα **Άγραφα**.

Βυζαντινή εκκλησία Αγίας Τριάδας

Στην πλατεία του Καρπενησιού, ο τωρινός μητροπολιτικός ναός ήταν ένα μικρό εκκλησάκι που χτίστηκε κατά το δεύτερο μισό του 16ου αιώνα και το 1645 μετατράπηκε σε μεγάλο ναό από το διδάσκαλο του γένους Ευγένιο Γιαννούλη τον Αιτωλό. Στο εσωτερικό του σώζονται παλιές αγιογραφίες, ενώ στο προαύλιο της εκκλησίας δεσπόζει ο ανδριάντας του Γιαννούλη.

Κεφαλόβρυσο

Ειδυλλιακή τοποθεσία με πλατάνια και τρεχούμενα νερά, 3 χλμ. από το Καρπενήσι. Στο χώρο υπάρχει μνημείο προς τιμήν του Μάρκου Μπότσαρη (ο οποίος σκοτώθηκε στη μάχη του Κεφαλόβρυσου τον Αύγουστο του 1823), ταβέρνα-αναψυκτήριο αλλά και εκτροφείο πέστροφας.

Λόφος Αγίου Δημητρίου

Στις παρυφές του Καρπενησιού, προσφέρεται για περίπατο και πανοραμικό αγνάντι στην πόλη. Σύμφωνα με την παράδοση, ο λόφος ήταν τμήμα του Τυμφρηστού που αποκολλήθηκε πριν από χιλιετίες, ενώ την εποχή του Β' Παγκοσμίου Πολέμου υπήρξε ορμητήριο των ανταρτών.

Παλαιοχριστιανικός ναός Αγίου Λεωνίδα

Βρίσκεται στο Κλαυσί, σε απόσταση περίπου 8 χλμ. από το Καρπενήσι, και η ανέγερσή του χρονολογείται περί τον 5ο αιώνα. Κατόπιν συνεννόησης με τον Δήμο Καρπενησιού (2237021015), μπορείτε να επισκεφθείτε το χώρο για να δείτε το ψηφιδωτό δάπεδο με ενδιαφέρουσες παραστάσεις και διακοσμητικά σχέδια.

Μουσείο Εθνικής Αντίστασης στους Κορυσχάδες

Στην πλατεία του διατηρητέου οικισμού των Κορυσχάδων, στο ιστορικό σχολείο που φιλοξένησε το 1944 τις εργασίες του Εθνικού Συμβουλίου της Ελεύθερης Ελλάδας, θα δείτε αντίγραφα φωτογραφιών από το αρχείο του Σπύρου Μελετζή, πορτρέτα αγωνιστών, έγγραφα και ψηφίσματα της αντιστασιακής επιτροπής καθώς και τις επαναστατικές τοιχογραφίες που διατηρούνται από εκείνη την εποχή.

Μονή Προυσού

Σκαρφαλωμένο στο χείλος ενός κατακόρυφου βράχου, το πιο διάσημο προσκύνημα της Ρούμελης σύμφωνα με την παράδοση ιδρύθηκε στα χρόνια του εικονομάχου αυτοκράτορα Θεόφιλου (829-842 μ.Χ.) και συνδέεται με την εμφάνιση της εικόνας της Παναγίας από την Προύσα της Βιθυνίας της Μικράς Ασίας. Στο μοναστήρι λειτουργεί μουσείο με εκθέματα εκκλησιαστικά και όχι μόνο, κειμήλια, ενώ στο καθολικό και το παρεκκλήσι-κρύπτη σώζονται τοιχογραφίες από το 13ο και το 18ο αιώνα. Απέναντι από τη μονή βρίσκεται το εκκλησάκι των Αγίων Πάντων (του 1754) και το περίφημο Σχολείο των Ελληνικών Γραμμάτων.

Φαράγγι Μαύρη Σπηλιά

Εύκολη και πολύ ευχάριστη πεζοπορική διαδρομή σε δασωμένη διαδρομή με βάθρες και καταρράκτες. Ξεκινά μετά το χωριό Προυσός, στο ύψος της γέφυρας της Καστανιάς. Και για... αναρριχητικές καταστάσεις, υπάρχει δυνατότητα για διαδρομή σε Via Ferrata από μονοπάτι που έχει κατασκευαστεί πάνω στο βράχο. Πηγή: athinorama.gr



Προς αύξηση ρεκόρ της υπερθέρμανσης του πλανήτη

Η επιβράδυνση της υπερθέρμανσης του πλανήτη αναμένεται να λάβει τέλος τα επόμενα δύο χρόνια καθώς το κλιματικό σύστημα της Γης υφίσταται ριζικές αλλαγές που θα ωθήσουν τις θερμοκρασίες σε επίπεδα ρεκόρ αυτό το έτος και το επόμενο, σύμφωνα με τη **Μετεωρολογική Υπηρεσία της Μεγάλης Βρετανίας**.



Τα ευρήματα της μελέτης καταρρίπτουν τις μετριοπαθείς θεωρίες των σκεπτικιστών της κλιματικής αλλαγής και ασκούν μεγαλύτερη πίεση στους ηγέτες που θα συνεδριάσουν στην κρίσιμη σύνοδο κορυφής για το κλίμα του **ΟΗΕ στο Παρίσι τον Δεκέμβριο**, αναφέρουν οι ειδικοί. Η έρευνα προβλέπει ότι ο πλανήτης θα βιώσει ίσως ένα από τα ισχυρότερα γεγονότα Ελ Νίνιο του τελευταίου αιώνα, ένα φαινόμενο που αυξάνει τη θερμοκρασία του Ειρηνικού Ωκεανού και μπορεί να είναι εξαιρετικά επιζήμιο, προκαλώντας ξηρασίες και ακραία καιρικά φαινόμενα σε όλον τον κόσμο.

Οι προβλέψεις δείχνουν πως η ένταση του επερχόμενου **Ελ Νίνιο** μπορεί να είναι το ίδιο ισχυρή με εκείνη του 1997-98, όταν προκλήθηκαν θανατηφόρες κατολισθήσεις στη Νότια Αμερική, καταστρεπτική ξηρασία στη Νοτιοανατολική Ασία και ακραίες καιρικές συνθήκες σε πολλά

άλλα μέρη του πλανήτη.

Το Ελ Νίνιο μπορεί επίσης να ωθήσει τη μέση παγκόσμια θερμοκρασία να σημειώσει ρεκόρ για τρίτη συνεχόμενη χρονιά το 2016, ενώ έχει ήδη αποδυναμώσει την ινδική εποχή των μουσώνων, αυξάνοντας τον κίνδυνο ξηρασίας στη Νότια Αφρική, την Ινδονησία και την Αυστραλία. Το μόνο θετικό είναι ότι ενδεχομένως θα ανακουφιστεί η Καλιφόρνια από την έντονη ξηρασία των τελευταίων πολλών μηνών.

Τα φαινόμενα Ελ Νίνιο διαρκούν συνήθως από εννέα μήνες έως δύο έτη, αν και μπορεί να συνεχιστούν έως και για τέσσερα χρόνια. Ένα συμβάν Ελ Νίνιο ξεκινά όταν οι επικρατούντες άνεμοι πάνω από τον τροπικό Ειρηνικό αρχίζουν να εξασθενούν, θερμαίνοντας τα επιφανειακά νερά του ανατολικού κομματιού.

«Αν η θέρμανση από τα αέρια του θερμοκηπίου συνεχιστεί αμείωτη, τότε οι μακροπρόθεσμες επιπτώσεις στο παγκόσμιο και τοπικό κλίμα θα επισκιάσουν τις βραχυπρόθεσμες διακυμάνσεις, όπως το Ελ Νίνιο», προειδοποιεί ο καθηγητής Ρόουαν Σάττον, που επιμελήθηκε της έρευνας.

«Εκτός εάν υπάρξει μια μεγάλη ηφαιστειακή έκρηξη, φαίνεται ότι σε παγκόσμιο επίπεδο το 2014, το 2015 και το 2016 θα είναι τα θερμότερα έτη που έχουν καταγραφεί ποτέ. Αυτό δεν είναι τυχαίο. Το Ελ Νίνιο είναι ένας σημαντικός παράγοντας, αλλά απλά συμπληρώνει τις μακροπρόθεσμες επιδράσεις από τις ανθρώπινες δραστηριότητες», πρόσθεσε ο καθηγητής. Πηγή: naftemporiki.gr

Ομπάμα: Να καταλήξουμε σε συμφωνία για το κλίμα όσο ακόμα μπορούμε

Ο πρόεδρος των Ηνωμένων Πολιτειών της Αμερικής Μπαράκ Ομπάμα δήλωσε ότι οι ηγέτες της διεθνούς κοινότητας πρέπει να καταλήξουν σε μια συμφωνία για τη μείωση των εκπομπών των αερίων που προκαλούν την υπερθέρμανση του πλανήτη στη σύνοδο του ΟΗΕ που θα διεξαχθεί τον Δεκέμβριο, διότι η αλλαγή του κλίματος συμβαίνει ταχύτερα από την υλοποίηση των πρωτοβουλιών για την αποτροπή της.

Μιλώντας σε υπουργούς Εξωτερικών διαφόρων κρατών στην Αλάσκα, ο **Ομπάμα** επισήμανε πως οι ΗΠΑ αναγνωρίζουν ότι έχουν διαδραματίσει σημαντικό ρόλο στην αύξηση της θερμοκρασίας στον πλανήτη και **«αναλαμβάνουν τις ευθύνες τους»** για να βοηθήσουν να λυθεί το πρόβλημα.

«Φέτος, στο Παρίσι, πρέπει να είναι η χρονιά που ο κόσμος επιτέλους θα καταλήξει σε μια συμφωνία για να προστατεύσει τον μοναδικό πλανήτη που



έχουμε, όσο ακόμη μπορούμε», τόνισε ο Μπαράκ Ομπάμα. **«Δεν δρούμε αρκετά γρήγορα»,** υπογράμμισε ο ίδιος. Η Αρκτική ήδη βιώνει τις συνέπειες της αλλαγής του κλίματος, συνέχισε ο Αμερικανός πρόεδρος, τονίζοντας ότι η Αλάσκα έχει ήδη δει την ακτο-

γραμμή της να διαβρώνεται με ρυθμό που είναι από τους πιο ταχείς στον κόσμο και πλέον απειλούνται κατοικημένες περιοχές.

Τα επιστημονικά δεδομένα **«είναι δυσοίωνα, η κατάσταση γίνεται οξύτερη, κι αποδεικνύεται ότι η άλλοτε μακρινή απειλή είναι πλέον παρούσα»,** ανέφερε ακόμη ο πρόεδρος των ΗΠΑ. Πηγή: skai.gr

Ιούλιος: Ο θερμότερος μήνας που έχει καταγραφεί ποτέ παγκοσμίως

Ο Ιούλιος ήταν ο πιο ζεστός μήνας που καταγράφηκε ποτέ παγκοσμίως, ενώ το 2015 μέχρι τώρα είναι η θερμότερη χρονιά, σύμφωνα με τη μηνιαία έκθεση της αμερικανικής **Εθνικής Υπηρεσίας για τους Ωκεανούς και την Ατμόσφαιρα (NOAA)**.

Βάσει της έκθεσης, που δόθηκε στη δημοσιότητα χθες, πολλές χώρες καθώς και ωκεανοί βίωσαν καύσωνες, ενώ η θερμοκρασία όλων των ωκεανών σκαρφάλωσε σε υψηλά νούμερα τον περασμένο μήνα.



Αυτός ο Ιούλιος ήταν ο μήνας με τις πιο υψηλές θερμοκρασίες από το 1880, που ξεκινούν οι καταγραφές, με 16,61 βαθμούς Κελσίου (61,85 βαθμούς Φάρεναϊτ).

Οι πρώτοι επτά μήνες του χρόνου αποτέλεσαν την πιο θερμή περίοδο που έχει καταγραφεί παγκόσμια, με 0,85 βαθμούς Κελσίου πάνω από τον μέσο όρο του 20ου αιώνα, και ξεπερνώντας το προηγούμενο ρεκόρ, του 2010, με 0,09 βαθμούς Κελσίου.

Ένας από τους στόχους των συνομιλιών για το κλίμα που θα πραγματοποιηθούν σε περίπου τρεις μήνες στο Παρίσι υπό την αιγίδα του ΟΗΕ, είναι να σταματήσει η παγκόσμια θερμοκρασία να ανεβαίνει περισσότερο από 2 βαθμούς Κελσίου πάνω από τα προβιομηχανικά επίπεδα. Σύμφωνα με την NOAA, η αλματώδης αύξηση της θερμοκρασίας μπορεί να αποδοθεί κυρίως στη καύση ορυκτών καυσίμων από τους ανθρώπους. Πηγές: **ΑΜΠΕ, Reuters**

Στο φως ένα αληθινό αριστούργημα - άγαλμα του Σιληνού

Ένα αληθινό αριστούργημα εντοπίστηκε από πανεπιστημιακή ανασκαφή του ΑΠΘ, στην αγορά της Πέλλας.

Πρόκειται για ένα μοναδικής ομορφιάς μαρμάρινο άγαλμα που σύμφωνα με τον διευθυντή της ανασκαφής, καθηγητή του Τμήματος Ιστορίας και Αρχαιολογίας του ΑΠΘ Ιωάννη Μ. Ακαμάτη, «θα είναι ένα από τα πλέον ενδιαφέροντα εκθέματα του νέου μουσείου της Πέλλας».



«Κατά την έρευνα πεδίου στη βόρεια στοά της Αγοράς της Πέλλας, στο στρώμα καταστροφής του χώρου 10, εντοπίστηκε μαρμάρινο άγαλμα φυσικού μεγέθους σε πολλά τμήματα, που συγκολλούνται. Απεικονίζεται όρθια ανδρική γενειοφόρος μορφή. Φορά δώρα και φέρει ενδρομίδες. Διατηρούνται

σποραδικά υπολείμματα χρωμάτων. Η μορφή με πιθανότητα ανήκει στον κόσμο του Διονύσου (Σιληνός)» αναφέρεται στην σχετική ανακοίνωση, για την ανακάλυψη της ανασκαφής.

«Συνολικά, το άγαλμα είναι σε καλή κατάσταση, το κεφάλι φαίνεται πως κολλάει στον κορμό, απλώς θα πάρει κάποιο χρόνο η διαδικασία, ενώ λείπουν τα χέρια. Η μπροστινή όψη έχει αρκετά ιζήματα κολλημένα, θα πρέπει να γίνει η συντήρηση και να είμαστε πολύ προσεκτικοί, γιατί στην κάτω πλευρά, στην όψη, υπάρχει χρώμα που σώζεται» εξήγησε ο καθηγητής Ακαμάτης, προσθέτοντας, ότι η ανασκαφή συνεχίζεται, άρα δεν αποκλείεται να βρεθούν κομμάτια που λείπουν. **Πηγή: zougla.gr**

Βραβεία Emmy: Στο "Game of Thrones" το βραβείο καλύτερης δραματικής σειράς

Η πολιτική κωμωδία "Veep" βραβεύτηκε ως η καλύτερη κωμική σειρά.

Το "Game of Thrones" ή **Παιχνίδι του Στέμματος**, η αμερικανική δραματική σειρά φαντασίας του δικτύου HBO, βραβεύτηκε ως η καλύτερη δραματική σειρά χθες βράδυ στη φαντασμαγορική 67η τελετή απονομής των βραβείων Emmy, των πιο σημαντικών της αμερικανικής τηλεόρασης.

Το "Παιχνίδι του Στέμματος" που δείχνει το μεγαλείο αλλά και τη διαφθορά της εξουσίας, τη μεγάλη σύγκρουση, τον πόλεμο επικράτησης, με την παρουσία πολλών χαρακτήρων, ιπποτών, αρχόντων και ανθρώπων του λαού, ήταν τέσσερις φορές υποψήφιο κατά το παρελθόν σε αυτή την κατηγορία, ωστόσο χθες κέρδισε το πολυπόθητο βραβείο επικρατώντας άλλων σειρών της ίδιας κατηγορίας



όπως "Ο Πύργος του Ντάουντον", "House of Cards", "Το πορτοκαλί είναι το νέο μαύρο", "Mad Men". Η πολιτική κωμωδία "Veep" βραβεύτηκε ως η καλύτερη κωμική σειρά, το βραβείο δίνεται για πρώτη φορά για την παραγωγή αυτή του δικτύου HBO. Ωστόσο η σειρά είχε ήδη λάβει πολλά βραβεία από το

2012 που άρχισε να προβάλλεται. Η πρωταγωνίστρια **Τζούλια Λούις-Ντρέιφους** τιμήθηκε χθες για τέταρτη συνεχής φορά για το ρόλο της αντιπροέδρου που ανέρχεται στην προεδρία..

Η μίνι σειρά "Olive Kitteridge" που αναφέρεται σε ένα ζευγάρι που καταρρέει, ακολουθεί το "Game of Thrones" σε αριθμό βραβείων κατά την 67η τελετή απονομής: οκτώ βραβεία μεταξύ των οποίων ένα για την πρωταγωνίστρια **Φράνσις ΜακΝτόρμαντ**.

Στα 15 καλύτερα μουσεία του κόσμου το Μουσείο της Ακρόπολης

Στα 15 καλύτερα μουσεία παγκοσμίως φιγουράρει το Μουσείο της Ακρόπολης, σύμφωνα με τη λίστα που έδωσε την Τρίτη στη δημοσιότητα το Tripadvisor.

Οι επισκέπτες του μεγαλύτερου ταξιδιωτικού site το κατέταξαν στην 11η θέση, ψηλότερα από άλλα διάσημα μουσεία και ιδρύματα του εξωτερικού όπως το Βρετανικό Μουσείο, τους Πήλινους Στρατιώτες στην Κίνα και την Πινακοθήκη της Ακαδημίας στη Φλωρεντία.

Η λίστα δημιουργείται βάσει της ποιότητας και την ποσότητας των αξιολογήσεων για μία χρονική περίοδο ενός έτους.

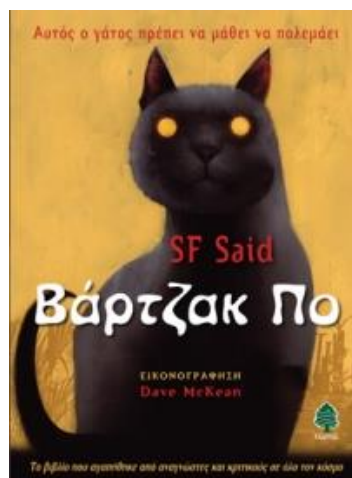
Η λίστα

1. The Metropolitan Museum of Art (Νέα Υόρκη)
2. Musee d'Orsay (Παρίσι)
3. Ινστιτούτο Τέχνης Σικάγου
4. Πράδο (Μαδρίτη)
5. Μουσείο του Λούβρου, Παρίσι,
6. Κρατικό Μουσείο Ερμιτάζ και Χειμερινό Ανάκτορο, Αγία Πετρούπολη
7. Εθνική Πινακοθήκη, Λονδίνο
8. Εθνικό Μουσείο, The Rijksmuseum, Αμστερνταμ
9. Μουσείο Βάσα, Στοκχόλμη
10. Εθνικό Μουσείο Ανθρωπολογίας, Πόλη του Μεξικό
11. Μουσείο Ακρόπολης, Αθήνα
12. Βρετανικό Μουσείο, Λονδίνο, Ηνωμένο Βασίλειο
13. Μουσείο Βαν Γκογκ, Άμστερνταμ
14. Πινακοθήκη της Ακαδημίας, Φλωρεντία
15. Εθνικό Μουσείο Β' Παγκοσμίου Πολέμου, Νέα Ορλεάνη, Λουιζιάνα



Πηγή: tripadvisor.com.gr

Βιβλιοπαρουσίαση



ΣΕΛ.: 264

Τίτλος πρωτοτύπου: **Varjak Paw**

Μετάφραση: **Ελιασά, Νοέλα**

Εικονογράφηση: **Ασπρόμαυρη**

Εικονογράφος: **McKean, Dave**

Τιμή web: **11.95€**

Ο Βάρτζακ Πο είναι ένας νεαρός γάτος που ζει σε μια παλιά μονοκατοικία στην κορυφή ενός λόφου.

Είναι γάτος ράτσας, μαθημένος να συμπεριφέρεται όπως απαιτεί η καταγωγή του.

Δεν έχει βγει ποτέ από το σπίτι, γιατί αυτό απαγορεύεται: όποιος βγαίνει κιν-

δυνεύει από αυτά τα τέρατα που οι άνθρωποι αποκαλούν «σκυλιά». Ξαφνικά τα πράγματα αλλάζουν, και ο παππούς του του μιλάει για τον Τρόπο, μια μυστική πολεμική τέχνη για γάτες.

Τώρα ο Βάρτζακ πρέπει να βγει από το σπίτι και να χρησιμοποιήσει τον Τρόπο, για να επιβιώσει σε μια πόλη με επικίνδυνα σκυλιά, συμμορίες γατιών και, το κυριότερο, μυστηριώδεις Εξαφανίσεις...

Ένα περιπετειώδες - αλλά και τρυφερό – βιβλίο για όσους αγαπούν τις πολεμικές τέχνες ή τις γάτες ή... και τα δύο.

Αντίο ηγέτη.....



Ο αρχηγός του Ολυμπιακού, αλλά και ο επί σειρά ετών διεθνής με την Εθνική μας ομάδα, **Βασίλης Σπανούλης**, είτε τα εξής για την απόφασή του να αποχωρήσει, όντας γεμάτος συγκίνηση, προσπαθώντας με κόπο να συγκρατήσει τα δάκρυα στα μάτια του: **"Νιώθω την ανάγκη να πω ότι ήρθε η ώρα να σταματήσω από την Εθνική μας ομάδα. Μεγάλω-**

σα στην Εθνική ομάδα από 17 χρονών. Ένας κύκλος κλείνει για μένα. Πιστεύω ότι πρόσφερα αρκετά πράγματα. Μία καριέρα στην Εθνική γεμάτη από χαρές, λύπες, με τίτλους, με διακρίσεις, με μετάλλια, με επιτυχίες και αποτυχίες. Έτσι όμως είναι η καριέρα ενός αθλητή.

Καταφέραμε όλα τα παιδιά, όλοι οι παίκτες με τους προπονητές μας, όλα αυτά τα χρόνια που είμαι στην Εθνική, να φέρουμε στην Ελλάδα τρία μετάλλια. Άλλες φορές πετύχαμε, άλλες φορές αποτύχαμε. Είμαι περήφανος! Αυτή τη στιγμή είμαι συναισθηματικά φορτισμένος. Είμαι από 17 χρονών παιδί σε αυτή την ομάδα, στις Εθνικές ομάδες. Αυτά όμως έχει η ζωή του αθλητή.

Νομίζω πως ήρθε η ώρα για μένα, αλλά και πως είναι η κατάλληλη στιγμή ώστε να σταματήσω από την Εθνική μας ομάδα. Ήρθε η ώρα να παίξουν και τα υπόλοιπα παιδιά για εμάς στα επόμενα χρόνια ώστε να υπάρξει και συνέχεια. Διαθέτουμε ταλέντο και ποιότητα. Υπάρχει πολύ ταλέντο από πίσω. Θα είμαστε όλοι μαζί τους. Σας ευχαριστώ πολύ, αυτά, δεν θα ήθελα να πω κάτι άλλο...", σχολίασε γεμάτος συγκίνηση ο Βασίλης Σπανούλης.

Μπράβο στα παιδιά της Εθνικής Εφήβων

Η κορυφή της μπάσκεττικής Ευρώπης σε επίπεδο Εφήβων βράβηκε εκ νέου «γαλανόλευκη», με τα «τρομερά μωρά» του **Ηλία Παπαθεοδώρου** να δείχνουν μέταλλο πρωταθλητών, χαρίζοντας στην **Ελλάδα το τρίτο χρυσό μετάλλιο, μετά το 1995 και το 2008.**



Καλή εμφάνιση πραγματοποίησε η Τουρκία ωστόσο το μέταλλο των παικτών του Παπαθεοδώρου έγειρε την πλάστιγγα υπέρ της Ελλάδας. Οι παίκτες της ομάδας μας στον μεγάλο τελικό του Ευρωπαϊκού πρωταθλήματος U18 απέναντι στην Τουρκία έκαναν κατάθεση ψυχής στο κλειστό του Βόλου και, επικρατώντας **64-61 των Τούρκων, ανέβηκαν στο υψηλότερο σκαλί του βάθρου, κάνοντας όλη την Ελλάδα περήφανη.**

Η Ισπανία το Eurobasket

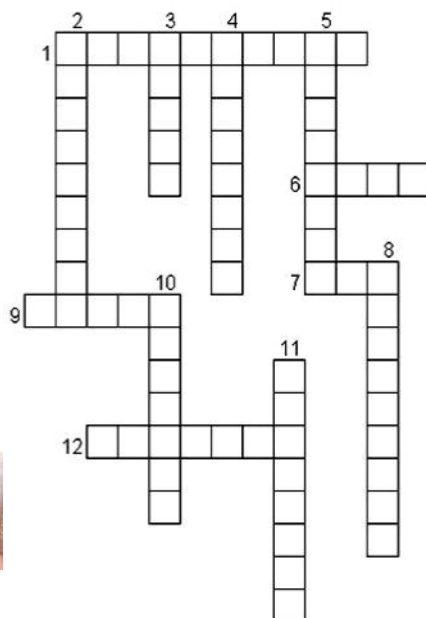
Μετά από ένα μικρό διάλειμμα, η Ισπανία επέστρεψε στον θρόνο του Πρωταθλητή Ευρώπης, επικρατώντας στο "Πιέρ Μορουά" της **Λιθουανίας (80-63).** Νέα εντυπωσιακή εμφάνιση από τον **Πάου Γκασόλ**, που οδήγησε τη "φούρια ρόχα" στην κατάκτηση ενός ακόμη χρυσού μεταλλίου.



Χρήσιμα και.... αχρειαστα

2	1	7	8	3
4	3	2	9	
1				6
	8	6	3	5
3				4
	6	7	9	2
9				2
8	9	1	6	
1	4	3	6	5

ΤΟ ΣΤΑΥΡΟΛΕΞΟ ΤΩΝ ΘΕΩΝ



1. Θεός της θάλασσας
2. Θεός του κάτω κόσμου
3. Θεός του εμπορίου & αγγελιαφόρος των θεών
4. Θεός του κρασιού
5. Θεά της ομορφιάς
6. Πατέρας των θεών
7. Γυναίκα του Δία
8. Θεός της μουσικής και του φωτός
9. Η Θεά του σπτιπού
10. Η θεά του κυνηγιού και αδελφή του Απόλλωνα
11. Ο καμπούρης θεός της φωτιάς
12. Η θεά της γεωργίας.



Αχρειαστα να είναι

Εθνικό Κέντρο Άμεσης Βοήθειας:
166 www.ekab.gr
Κέντρο Δηλητηριάσεων : 210 7793777
Άμεση Δράση Αστυνομίας : 100
Ευρωπαϊκός Αριθμός Έκτακτης Ανάγκης : 112
Πυροσβεστική Υπηρεσία: 199
Γενικό Νοσοκομείο Λαμίας: Τηλ. Κέντρο: 22313 56000
(για ραντεβού καλέστε το 1535)

