



msvf

ΚΟΙΝΩΦΕΛΕΣ ΙΔΡΥΜΑ
ΜΙΧΑΗΛ Ν. ΣΤΑΣΙΝΟΠΟΥΛΟΣ
ΒΙΟΧΑΛΚΟ

ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΟ ΔΕΛΤΙΟ



ΤΕΥΧΟΣ **13** / ΑΝΟΙΞΗ-ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ 2025



msvf

ΚΟΙΝΩΦΕΛΕΣ ΙΔΡΥΜΑ
ΜΙΧΑΗΛ Ν. ΣΤΑΣΙΝΟΠΟΥΛΟΣ
ΒΙΟΧΑΛΚΟ

ΕΔΡΑ

Λεωφόρος Μεσογείων 2-4
Αθήνα, τκ 11527
τηλ: 210 6861486

ΣΤΑΣΙΝΟΠΟΥΛΕΙΟ

ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ

Στάδιο Τεγέας, τκ 22012
τηλ: 2710 557111, 2710 556835

Email Επικοινωνίας

info@msvf.gr

Email Βιβλιοθήκης

library@msvf.gr

Email Πολιτιστικής Διαχείρισης

events@msvf.gr



www.msvf.gr



msvfgr

ΤΡΙΜΗΝΙΑΙΟ

ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΟ ΔΕΛΤΙΟ

ΤΕΥΧΟΣ 13

ΑΝΟΙΞΗ-ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ 2025

Εκδίδεται από το
Κοινοφελές Ίδρυμα
Μιχαήλ Ν. Στασινόπουλος
Βιοχάλκο

ΣΥΝΤΑΞΗ

Βίκυ Κεφαλληνού

Βιβή Κατσίφα

Τριαντάφυλλη Σωτηροπούλου

ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ ΕΚΔΟΣΗΣ

Ευάγγελος Κασσαβέτης

ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΕΣ

Θεόδωρος Παπαγεωργίου

ΕΞΩΦΥΛΛΟ:

Λεπτομέρεια από τοίχο
σπιτιού στο Μαυρίκι

ΔΙΑΝΕΜΕΤΑΙ ΔΩΡΕΑΝ

Το 2025 ξεκίνησε με ποικίλες δράσεις: **ομιλίες, εκπαιδευτικά προγράμματα, ξεναγήσεις και μουσικές παραστάσεις** για όλες τις ηλικιακές ομάδες.

Τα μαθήματα των **καλλιτεχνικών εργαστηρίων** συνεχίζονται με αμείωτο ενδιαφέρον, εφόσον οι μαθητές προετοιμάζουν τα έργα τους για την έκθεση του προσεχούς Οκτωβρίου.

Ακόμη, η νεοσύστατη **ομάδα συμβουλευτικής γονέων** λειτουργεί σε εβδομαδιαία βάση, με θέματα που απασχολούν τα μέλη της.

Μέσα στο πρώτο τρίμηνο του έτους, υλοποιήσαμε δύο σημαντικά έργα πρόληψης, ευαισθητοποίησης και ενημέρωσης των κατοίκων της περιοχής: τους **«Φύλακες του δάσους»** σε συνεργασία με την WWF Ελλάδας και την **Ημέρα Οδικής Ασφάλειας** με το Ινστιτούτο Πάνος Μυλωνάς.

Ελπίζουμε να σας έχουμε κοντά μας σε όλες τις δράσεις μας αμέσως μετά το Πάσχα!

ΚΑΛΗ ΑΝΑΣΤΑΣΗ!



Γαρέα ~ Μαυρίκι Ψηλή Βρύση



Πετρόχτιστο αρχοντικό στη Γαρέα.

Συνεχίζουμε το αφιέρωμά μας στα πιο ορεινά χωριά της Τεγέας: Γαρέα, Ψηλή Βρύση και Μαυρίκι. Η Γαρέα, είναι το πρώτο χωριό που συναντά κάποιος κατευθυνόμενος από το Στάδιο προς τα πιο ορεινά χωριά της Τεγέας. Χτισμένη σε υψόμετρο 679 μέτρων, ανάμεσα στις κοίτες των χειμάρρων Γαρεάτη και του Σαρανταπόταμου, ονομαζόταν **Μεχμέταγα** και **Μειμέταγα** στα προεπαναστατικά χρόνια.

Η **Μάχη του Μεχμέταγα** που διεξήχθη στις 18 Ιουλίου του 1826 είχε νικηφόρα έκβαση για τους Έλληνες: 400 Αιγύπτιοι του εκστρατευτικού σώματος του Ιμπραήμ συγκρούστηκαν με 2.000 άντρες, που είχε στείλει ο Κολοκοτρώνης, με την υποστήριξη του Νικηταρά, του Σταϊκόπουλου, του Χατζημιχάλη Νταλιάνη και του φιλέλληνα Αλμείδα. Στην πολεμική αυτή εμπλοκή οι Τούρκοι έχασαν τους μισούς άνδρες, ενώ οι Έλληνες μόνο τέσσερις. ►



Με τη διοικητική διαίρεση του 1833, ορίσθηκε ο Δήμος Γαρέας στον οποίο ανήκαν το Μειμέτ Αγά μαζί με τα Λιθοβούνια, τον Μπερτζοβά (σημερινό Παρθένι), τη Μαγούλα, τις Ρίζες, το Μάνεζι και το Μπόκο. Με συνολικό πληθυσμό 1.656 κατοίκων, το 1901 απέκτησε δημοτικό σχολείο, το οποίο λειτούργησε μέχρι το 1986. Το 1928 το χωριό μετονομάστηκε σε Γαρέα, το 1997 προσαρτήθηκε στον Δήμο Τεγέας και από το 2011 ανήκει στον Δήμο Τρίπολης. Στις μέρες μας, οι λιγοστοί μόνιμοι κάτοικοι του χωριού, μόλις 57 (επεξεργασία στοιχείων απογραφής 2021), ασχολούνται κυρίως με τη γεωργία και λιγότερο με την κτηνοτροφία.

Ακολουθώντας την επαρχιακή οδό Σταδίου – Ψηλής Βρύσης, σε απόσταση 3 χλμ. από τη Γαρέα, καταλήγουμε στο ομώνυμο χωριό. Η **Ψηλή Βρύση**, είναι κτισμένη σε υψόμετρο 737 μέτρων, στις νοτιοανατολικές άκρες του οροπεδίου της Μαντίνειας. Το χωριό ονομαζόταν **Μάνεσι** έως το 1927, οπότε και μετονομάστηκε σε Ψηλή Ράχη για ένα (!) χρόνο, για να οριστικοποιηθεί σε Ψηλή Βρύση από το 1928, συμπεριλαμβανομένου του οικισμού Μπουζαναίικα.

Με μόλις 52 μόνιμους κατοίκους συνεπεία της υπερπόντιας μετανάστευσης, στο χωριό ξεχωρίζουν το μνημείο πεσόντων και το παλαιό πέτρινο, δημοτικό σχολείο. Όπως και η Γαρέα, προσαρτήθηκε στον Δήμο Τεγέας (1997) και εν συνεχεία, στον Δήμο Τρίπολης (2011).

Λίγο έξω από τη Ψηλή Βρύση, υπάρχει διασταύρωση που οδηγεί στο πιο ορεινό χωριό της Τεγέας, το **Μαυρίκι**, ένα πολύ όμορφο, αλλά πολύ άδειο χωριό. Χτισμένο σε υψόμετρο 915 μέτρων στις βορειοδυτικές πλαγιές του Πάρνωνα, το χωριό μετρά μόλις 54 μόνιμους κατοίκους. Στην κεντρική πλατεία του αγροτικού αυτού οικισμού, ανάμεσα στα χαμηλά σπίτια, ξεχωρίζει η εκκλησία του Αγίου Γεωργίου, το παλαιό δημοτικό σχολείο και μια όμορφη παραδοσιακή ταβέρνα. Τα καλοκαίρια γεμίζει από μετανάστες που ζωντανεύουν το χωριό. ►

Στις φωτογραφίες, αριστερά επάνω το μνημείο πεσόντων στο χωριό Ψηλή Βρύση και κάτω στιγμιότυπα από τη φύση και τη ζωή στο Μαυρίκι. Στη δεξιά σελίδα, επάνω το πέτρινο δημοτικό σχολείο στην Ψηλή Βρύση και κάτω πέτρινο αρχοντόσπιτο στο Μαυρίκι.





Η περιοχή ήταν γνωστή από τα αρχαία χρόνια, λόγω του ιερού της **Αρτέμιδας Κνακεάτιδος**, ερείπια του οποίου σώζονται μέχρι σήμερα, 4 χλμ. νότια του χωριού. Όπως περιγράφει ο Πausanias, πρόκειται για ναό δωρικού ρυθμού, που χτίστηκε τον 6ο π.Χ. αιώνα εξ ολοκλήρου από μάρμαρο Δολιανών, στη θέση Ψηλή Ράχη του όρους Μαρμαροβουνίου και σε υψόμετρο 1.250 μέτρων. Ο ναός αποκαλύφθηκε το 1907 από τον αρχαιολόγο **Κωνσταντίνο Ρωμαίο**. Ψηφιακή αναπαράσταση του ναού, καθώς και εικονική περιήγηση στη σημερινή του μορφή μπορεί κανείς να δει επισκεπτόμενος, είτε το **Αρχαιολογικό Μουσείο Τεγέας**, είτε την ηλεκτρονική σελίδα του μουσείου (www.tegeamuseum.gr). ■



Πηγές

Δάλκου Γεωργία, *Τεγέα η αειθαλής*, Κοινωφελές Ίδρυμα Μιχαήλ Ν. Στασινόπουλος-Βιοχάλκο, Τρίπολη, 2022

Μοραΐτης Δ. Νικόλαος, *Ιστορία της Τεγέας*, τύπ. Νέα Ελληνική Ηώς, Αθήνα, 1932

Οι οικισμοί της Τρίπολης, 17ος-19ος αιώνας, Ινστιτούτο Ιστορικών Ερευνών του Εθνικού Ιδρύματος Ερευνών

Ελληνική Στατιστική Υπηρεσία (ΕΛΣΤΑΤ), Απογραφή 2021: Αποτελέσματα μόνιμου πληθυσμού κατά δημοτική κοινότητα 21-04-2023



Στις φωτογραφίες, επάνω ερείπια στον αρχαιολογικό χώρο του ναού της Αρτέμιδας Κνακεάτιδος. Αριστερά, επάνω παλιό νταμάρι στην Ψηλή Ράχη, στο κέντρο ερειπωμένο αρχοντικό στο χωριό Μαυρίκι και κάτω εικονοστάσι στον δρόμο για το Μαυρίκι.

Οι φύλακες του δάσους

Οι «**Φύλακες του Δάσους**» είναι ένα εκπαιδευτικό πρόγραμμα της **WWF Ελλάδας**, που εστιάζει στην παρακολούθηση της φυσικής αναγέννησης του καμένου δάσους. Επικεντρώνεται στη φυσική αποκατάσταση του δάσους μετά από πυρκαγιά και οι μαθητές των μεγάλων τάξεων του Δημοτικού και του Γυμνασίου, ως μικροί ερευνητές και επιστήμονες (**επιστήμη των πολιτών**), συλλέγουν και καταχωρούν τα δεδομένα που είναι απαραίτητα για την ορθολογική μετα-πυρική διαχείριση της περιοχής που έχει καεί. Τις περισσότερες φορές, τα φυτά και τα δέντρα των καμένων μεσογειακών δασών επανακάμπτουν γρήγορα, δίνοντας το σύνθημα για την επακόλουθη **φυσική αποκατάσταση** του οικοσυστήματος.

Το πρόγραμμα ξεκίνησε τη **Δευτέρα 24 Φεβρουαρίου** με το σεμινάριο «**Φύλακες του Δάσους: Παρακολούθωντας και προστατεύοντας τη φυσική αναγέννηση**». Σαράντα εκπαιδευτικοί από όλη την Αρκαδία, είχαν την ευκαιρία να παρακολουθήσουν εισηγήσεις του **Ηλία Τζηρίτη**, συντονιστή δράσεων για τις δασικές πυρκαγιές, της **Νάνσυ Κουταβά**, συντονίστριας εκπαιδευτικών προγραμμάτων και της **Ελένης Σβορώνου**, υπεύθυνης περιβαλλοντικής εκπαίδευσης του WWF Ελλάς, ώστε να λάβουν μια συνολική ενημέρωση για τις δασικές πυρκαγιές.

*Ποιες είναι οι επιπτώσεις των δασικών πυρκαγιών σήμερα; Τι είδους δάση έχει η Αρκαδία και πώς αντιδρούν στη φωτιά; Τι πρέπει –και τι δεν πρέπει– να κάνουμε μετά από μια πυρκαγιά; Τι είναι το «διπλοκαμένο δάσος» και γιατί είναι κρίσιμο να το αποφύγουμε; Πώς η φωτιά μπορεί να αποτελέσει την αφετηρία μιας νέας φάσης ζωής για το δάσος; Είναι ορισμένα από τα θέματα που συζητήθηκαν στο Στασινοπούλειο Πολιτιστικό Κέντρο. Την εκδήλωση χαιρέτισαν η **Μαρίνα Ρόζη**, υπεύθυνη σχολικών δραστηριοτήτων Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Αρκαδίας και η **Άννα Κούκλη**, για την Πρωτοβάθμια Εκπαίδευση και εκ μέρους της Αντιδημάρχου Τρίπολης Γεωργίας Καρούντζου.*

Μετά το θεωρητικό μέρος, οι εκπαιδευτικοί επισκέφθηκαν το δάσος στην περιοχή Καμαρίτσα, κοντά στη Μεγαλόπολη, που είχε πληγεί από πυρκαγιά πριν από



τρία χρόνια. Εκεί εφάρμοσαν ειδικά πρωτόκολλα παρακολούθησης της φυσικής αναγέννησης του δάσους, οι καταγραφές των οποίων θα ενσωματωθούν στη βάση δεδομένων του WWF Ελλάς, συμβάλλοντας ενεργά στην παρακολούθηση και αξιολόγηση της πορείας της φυσικής αναγέννησης στην περιοχή. Η εμπειρία στο πεδίο εμπλουτίστηκε με βιωματικές δραστηριότητες, παιχνίδια και συζητήσεις, προωθώντας την εκπαίδευση στην ύπαιθρο.

Η υλοποίηση του προγράμματος ολοκληρώθηκε μέσα στον Μάρτιο, όταν μαθητές των σχολείων της **Τεγέας**, της **Τρίπολης** και της **Βλαχοκερασιάς** σαν μικροί ερευνητές και επιστήμονες, επισκέφθηκαν την περιοχή του καμένου δάσους στην Καμαρίτσα, όπου είχαν την ευκαιρία μέσα από βιωματικές δράσεις προσαρμοσμένες στις γνώσεις και την ηλικία τους, να ανακαλύψουν τους μηχανισμούς φυσικής αναγέννησης του δάσους, διδάχθηκαν τεχνικές παρατήρησης μιας καμένης περιοχής και μετατράπηκαν σε ενεργούς πολίτες που φροντίζουν και προστατεύουν τα πολύτιμα δάση της περιοχής.

Με τις δασικές πυρκαγιές να απειλούν πια ακόμη και δασικά οικοσυστήματα που ως τώρα θεωρούνταν προστατευμένα από τη φωτιά λόγω κλίματος και τοπικών συνθηκών, όπως είναι τα δάση της Αρκαδίας, το πρόγραμμα αυτό είναι καίριας σημασίας για την περιοχή, αλλά και για όλη την Ελλάδα.

Το πρόγραμμα υλοποιείται με την οικονομική υποστήριξη του Κοινοφελούς Ιδρύματος Μιχαήλ Ν. Στασινόπουλος-Βιοχάλκο.



Η ΚΟΠΗ ΠΙΤΑΣ ΤΟΥ ΙΔΡΥΜΑΤΟΣ

με την αφηγήτρια
παραμυθιών
Λίλη Λαμπρέλλη

Την Κυριακή 12 Ιανουαρίου, πραγματοποιήθηκε η κοπή της βασιλόπιτας του Ιδρύματος για τη νέα χρονιά. Μετά από μια σύντομη παρουσίαση του προγράμματος εκδηλώσεων για το 2025, καλωσορίσαμε τον νέο χρόνο με τη **Λίλη Λαμπρέλλη**, μια από τις γνωστές συγγραφείς και αφηγήτριες παραμυθιών στην Ελλάδα. Την αφήγηση των δύο χριστουγεννιάτικων παραμυθιών, διαδέχθηκε η αφήγηση της ζωής του Μεγάλου Βασιλείου και του εθίμου της βασιλόπιτας. Στη συνέχεια, οι φετινοί επτά τυχεροί, μαζί με τα γούρια της χρονιάς, παρέλαβαν και ένα από τα τρία βιβλία: «Κορνιζωμένοι» της Ιωάννας Καρυστιάνη, «Πάντα η Αλεξάνδρεια» του Δημήτρη Στεφανάκη και «Η Πριγκιπέσσα Ιζαμπώ» του Άγγελου Τερζάκη.

ΕΛΛΗΝΙΚΟΣ ΕΡΥΘΡΟΣ ΣΤΑΥΡΟΣ

ΣΕΜΙΝΑΡΙΟ Βασικής Υποστήριξης Ζωής

Την Τετάρτη 8 Ιανουαρίου, το προσωπικό του Ιδρύματος και του Ινστιτούτου Υγιούς Γήρανσης Μέντωρ, παρακολούθησαν το δωροπρόγραμμα Βασικής Υποστήριξης Ζωής, που διοργανώνει ο Τομέας Υγείας του Ελληνικού Ερυθρού Σταυρού. Εισηγήτρια του σεμιναρίου ήταν η **Μαρία Σταματοπούλου**, νοσηλεύτρια-προϊσταμένη του ΕΕΣ. Το πρόγραμμα προσέφερε εξειδικευμένη θεωρητική και πρακτική εκπαίδευση στα σημαντικά θέματα της διαχείρισης ατόμου με απώλεια αισθήσεων, της αναγνώρισης και διαχείρισης μιας καρδιακής ανακοπής (CPR, χρήσης απινιδωτή), της διαχείρισης πνιγμονής από ξένο σώμα κ.ά. Με την ολοκλήρωση του σεμιναρίου, οι εκπαιδευόμενοι απέκτησαν βεβαίωση Βασικών Γνώσεων Πρώτων Βοηθειών.



ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΖΩΓΡΑΦΙΚΗΣ

Εκπαιδευτική επίσκεψη μαθητών

Την Παρασκευή 31 Ιανουαρίου, οι μαθητές του εργαστηρίου ζωγραφικής πραγματοποίησαν εκπαιδευτική επίσκεψη στην Αθήνα, αφιερωμένη στον σπουδαίο Έλληνα εικαστικό **Νίκο Χατζηκυριάκο-Γκίκα**, από τους σημαντικότερους εκπροσώπους της γενιάς του '30, που σφράγισε με το έργο του την καλλιτεχνική και πνευματική ζωή του 20ού αιώνα. Πρώτος σταθμός της επίσκεψης ήταν η **Πινακοθήκη Γκίκα**, όπου η **Ιωάννα Μωραΐτη**, επιμελήτρια του αρχείου της πινακοθήκης, ξενάγησε τους μαθητές παραθέτοντας βιογραφικά στοιχεία και γεγονότα άρρηκτα δεμένα με το εργαστήριο και συγκεκριμένους χώρους της οικίας του μεγάλου Έλληνα ζωγράφου. Στη συνέχεια, η **Αλεξάνδρα Κοροξενίδη**, ιστορικός τέχνης, μας ξενάγησε στην περιοδική έκθεση «**Γκίκας: Ταξίδι από τη Δύση στην Ανατολή**» στο Μουσείο Μπενάκη της οδού Πειραιώς. Τριάντα χρόνια μετά τον θάνατό του, το Μουσείο Μπενάκη διοργάνωσε αυτή την έκθεση, αφιερωμένη στο εξάμηνο ταξίδι-σταθμό που πραγματοποίησε ο ζωγράφος με τη μούσα και μετέπειτα σύζυγό του, Barbara Warner στην Αμερική, το Μεξικό, τη Χαβάη, την Ιαπωνία, το Χονγκ Κονγκ, την Ινδία και το Νεπάλ.

ΟΜΙΛΙΑ

Η ΔΙΑΤΡΟΦΗ, ΑΣΠΙΔΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΥΓΕΙΑ

Την Τετάρτη 22 Ιανουαρίου η **Αγγελική Τσίβου**, διατροφολόγος – διαιτολόγος ανέλυσε με άμεσο τρόπο πώς «**Η διατροφή, αποτελεί ασπίδα για την υγεία**». Αφού μας εξήγησε με ποιο τρόπο η υγιεινή διατροφή βοηθά στην πρόληψη επικίνδυνων νοσημάτων, όπως ο διαβήτης τύπου 2, οι καρδιοπάθειες, η υπέρταση και διάφορες μορφές καρκίνου, μας τόνισε πως η αύξηση της παιδικής παχυσαρκίας στη χώρα μας δείχνει την ανάγκη για αλλαγή συνηθειών και εκπαίδευσης από την παιδική ηλικία.



ΧΟΡΕΥΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ «ΤΕΓΕΑ»

Θέλω να τραγουδήσω

Το Σάββατο 15 Φεβρουαρίου, φιλοξενήσαμε τη μουσική παράσταση του παιδικού φωνητικού συνόλου του **Ωδείου «Σίμων Καράς: «Θέλω να τραγουδήσω. Μια περιήγηση στην Ελλάδα μέσα από το παραδοσιακό τραγούδι»**. Με όχημα το παραδοσιακό τραγούδι και συνοδοιπόρους τα παιδικά χορευτικά τμήματα του **Χορευτικού Συλλόγου «Τεγέα»** και της **Λαογραφικής Ομάδας Λακωνίας**, περιηγηθήκαμε σε όλη την Ελλάδα, στην Καππαδοκία και την Τραπεζούντα. Η παράσταση είχε μεγάλη επιτυχία και πρωτοφανή προσέλευση του κοινού. Ευχαριστούμε τον Δημήτρη Μαντζούρη για τη διδασκαλία, τους μουσικούς Κώστα Ασημάκη (βιολί, κρουστά), Νίκο Τσίπα (κλαρίνο), Παναγιώτη Ρουσάκο (λαούτο), Χαράλαμπο Μουρούζη (ποντιακή λύρα, κεμανές), Θανάση Γκινოსάτη (γκάιντα, τσαμπούνα) και τη Ζαφειρώ Χατζηφωτίου που συνόδευσε στο τραγούδι τους μικρούς χορευτές.

ΜΟΥΣΙΚΗ ΒΡΑΔΙΑ

ΑΦΙΕΡΩΜΑ ΣΤΟΝ ΝΙΚΟ ΓΚΑΤΣΟ

Την Τετάρτη 19 Μαρτίου οι μαθητές του **Γυμνασίου Τεγέας**, το σύνολο της **Ευρωπαϊκής Χορωδίας του Μουσικού Σχολείου Τρίπολης**, καθώς και μέλη της **Θεατρικής Ομάδας Τρίπολης** παρουσίασαν ένα αφιέρωμα στον Αρκά ποιητή **Νίκο Γκάτσο** στην αίθουσα θεάτρου του Στασινοπούλειου Πολιτιστικού Κέντρου. Τη φιλολογική επιμέλεια της εκδήλωσης είχε αναλάβει η διευθύντρια του Γυμνασίου Τεγέας, Μαρία Μάγκλαρη, ενώ τη διεύθυνση της Ευρωπαϊκής Χορωδίας του Μουσικού Σχολείου Τρίπολης η Χριστίνα Αθανασοπούλου.



ΕΘΝΙΚΟ ΑΡΧΑΙΟΛΟΓΙΚΟ ΜΟΥΣΕΙΟ

Ξεναγήσεις

Την Πέμπτη 27 Φεβρουαρίου, οι ενήλικες κάτοικοι της Τεγέας είχαν την ευκαιρία να ξεναγηθούν σε ορισμένες από τις σημαντικότερες συλλογές του **Εθνικού Αρχαιολογικού Μουσείου**. Η ξεναγός Στέλλα Σύρου, η οποία ταξίδεψε τους επισκέπτες πίσω στον χρόνο, καθώς περιηγούνταν ανάμεσα στους θησαυρούς των βασιλικών τάφων των Μυκηνών, τις πινακίδες της γραμμικής Β γραφής, τα αιγιματικά μαρμάρινα κυκλαδικά ειδώλια, τις θαυμάσια διατηρημένες τοιχογραφίες της Θήρας, και τα μοναδικά στον κόσμο μαρμάρινα και χάλκινα αγάλματα της αρχαϊκής και κλασσικής περιόδου. Λόγω αυξημένου ενδιαφέροντος, η εκπαιδευτική επίσκεψη επαναλήφθηκε την Παρασκευή 21 Μαρτίου, για όσους δεν είχαν την ευκαιρία να συμμετάσχουν την πρώτη φορά.



MENTOR
ΚΕΝΤΡΟ ΥΓΙΟΥΣ ΓΗΡΑΝΣΗΣ
HEALTHY AGEING CENTER



*Ψυχική υγεία γυναικών
κατά την αναπαραγωγική τους
ζωή και μετά*

Το Ινστιτούτο Υγιούς Γήρανσης «Μέντωρ» διοργάνωσε την Παρασκευή 7 Φεβρουαρίου, ενημερωτική εκδήλωση ευαισθητοποίησης του κοινού με προσκεκλημένο ομιλητή τον **Ιωάννη Ζέρβα**, καθηγητή Ψυχιατρικής και Ψυχοσωματικής Ιατρικής, διευθυντή του Προγράμματος Ψυχικής Υγείας των Γυναικών στο Αιγινήτειο Νοσοκομείο. Ο κ. Ζέρβας, ανέπτυξε ένα ευρύ φάσμα θεμάτων που αφορούν στην ψυχική υγεία των γυναικών, δίνοντας έμφαση στη μοναδική φυσιολογία του γυναικείου εγκεφάλου, στις νευρο-ορμονικές αλλαγές που τον επηρεάζουν και στις διαφορές που παρατηρούνται μεταξύ των φύλων σε επίπεδο ψυχικής λειτουργίας. Ιδιαίτερη αναφορά έγινε στις ψυχικές διαταραχές που μπορεί να εμφανιστούν κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης, της λοχείας και της εμμηνόπαυσης, καθώς και στους παράγοντες κινδύνου που μπορεί να επηρεάσουν αρνητικά την ψυχική ευεξία των γυναικών. Η ενεργός συμμετοχή του κοινού με πλήθος ερωτημάτων και προβληματισμούς, δείχνει την ανάγκη για περαιτέρω εκπαίδευση και ενημέρωση σχετικά με τις επιλογές αντιμετώπισης των δυσκολιών, που προκύπτουν από τις μεταβολές του βιολογικού κύκλου στην αναπαραγωγική ηλικία των γυναικών και μετά. Η εκδήλωση πραγματοποιήθηκε υπό την αιγίδα της Περιφέρειας Πελοποννήσου και του Δήμου Τρίπολης, με τη συνεργασία της Ιατρικής Σχολής Αθηνών στο Στασινοπούλειο Πολιτιστικό Κέντρο, στο Στάδιο Τεγέας.

ΗΜΕΡΑ ΟΔΙΚΗΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ



Η Πέμπτη 27 Μαρτίου ήταν αφιερωμένη στην οδική ασφάλεια σε συνεργασία με το **Ινστιτούτο Οδικής Ασφάλειας Πάνος Μυλωνάς**. Τις πρωινές ώρες μαθητές όλων των βαθμίδων των σχολείων της Τεγέας παρακολούθησαν εκπαιδευτικά προγράμματα ειδικά προσαρμοσμένα στις διάφορες ηλικιακές ομάδες.

Οι πρώτες τρεις τάξεις (Α', Β', Γ') του Δημοτικού Σχολείου Τεγέας παρακολούθησαν το βιωματικό εκπαιδευτικό πρόγραμμα κυκλοφοριακής αγωγής για την ασφαλή μετακίνηση σαν πεζοί με τίτλο: «**Κυκλοφορώ με ασφάλεια**». Με τη βοήθεια διαδραστικού τάπητα προσομοίωσης οδού και υπό την εποπτεία και την καθοδήγηση των παιδαγωγών, οι μαθητές κατανόησαν τους **βασικούς κανόνες κυκλοφοριακής αγωγής** με ευχάριστο τρόπο και ενεργή συμμετοχή. Μέσω του προγράμματος, τα παιδιά αντιλήφθηκαν τη διαφορά μεταξύ δρόμου και πεζοδρομίου, τοποθέτησαν τις διαβάσεις, τα φανάρια και τα σήματα στα σωστά σημεία του δρόμου και έμαθαν να διασχίζουν τον δρόμο με σωστό τρόπο μέσω της εναλλαγής ρόλων.

Οι μαθητές των μεγαλύτερων τάξεων του Δημοτικού, συμμετείχαν στο βιωματικό εκπαιδευτικό πρόγραμμα για την ασφαλή χρήση ποδηλάτου με τίτλο: «**Ασφαλώς ποδηλατώ**». Συμμετείχαν σε διαδραστικά εκπαιδευτικά παιχνίδια και μέσα από τη συζήτηση ενημερώθηκαν για τα θέματα ασφάλειας που αφορούν το ποδήλατο: τον εξοπλισμό και την ασφάλεια του ποδηλάτη, την καταλληλότητα του ποδηλάτου και τους κανόνες που πρέπει να ακολουθεί ένας ποδηλάτης στον δρόμο.

ΠΕΜΠΤΗ 27 ΜΑΡΤΙΟΥ 2025	ΗΜΕΡΑ ΟΔΙΚΗΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ
	
 ΚΟΙΝΩΦΕΛΕΣ ΙΔΡΥΜΑ ΜΙΧΑΗΛ Ν. ΣΤΑΣΙΝΟΠΟΥΛΟΣ ΒΙΟΧΑΛΚΟ	ΩΡΑ 16:00-19:00 ΠΛΑΤΕΙΑ ΣΤΑΔΙΟΥ ΤΕΓΕΑΣ ΑΝΟΙΧΤΗ ΔΡΑΣΗ Παρουσίαση και χρήση των προσομοιωτών ανατροπής και πρόσκρουσης για εφήβους και ενήλικες ΩΡΑ 19:00 ΣΤΑΣΙΝΟΠΟΥΛΕΙΟ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΚΤΙΡΙΟ Α / ΣΤΑΔΙΟ ΤΕΓΕΑΣ ΟΜΙΛΙΑ Δράσεις για την οδική ασφάλεια και τη μείωση των τροχαίων συμβάντων Ομιλητής: Δημοσθένης Κοντογιάννης

Οι μαθητές του Γυμνασίου και του Ενιαίου Γενικού Λυκείου Τεγέας παρακολούθησαν το πρόγραμμα με τίτλο: «**Κάν' το σωστά και κινητή μονάδα**». Όλοι ενημερώθηκαν και συζήτησαν για τα κύρια αίτια και τα αποτελέσματα των τροχαίων δυστυχημάτων, ενώ οι μεγαλύτεροι έκαναν χρήση των προσομοιωτών πρόσκρουσης και ανατροπής οχήματος.

Η ανοιχτή, βιωματική δράση με τους προσομοιωτές, συνεχίστηκε κατά τις απογευματινές ώρες για εφήβους και ενήλικες της περιοχής, στην πλατεία μπροστά στο Στασινοπούλειο Πολιτιστικό Κέντρο μέχρι την ώρα που ξεκίνησε η ομιλία του Δημοσθένη Κοντογιάννη με θέμα: «**Δράσεις για την οδική ασφάλεια και τη μείωση των τροχαίων συμβάντων**».



Απρίλιος – Ιούλιος 2025

ΤΕΤΑΡΤΗ

30

ΑΠΡΙΛΙΟΥ

Καρκίνος και διατροφή

Ομιλία από την **Ανδρέα Παόλα Ρόχας**, καθηγήτρια Βιολογίας – Βιοχημείας του τμήματος Νοσηλευτικής του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου / **ώρα έναρξης 19:30**

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ

09

ΜΑΪΟΥ

Μόνο η αγάπη δεν είναι αρκετή

Ομιλία από την εκπαιδευτικό–οικογενειακή σύμβουλο **Κική Τζωρτζακάκη**
ώρα έναρξης 19:30

ΠΕΜΠΤΗ

22

ΜΑΪΟΥ

Ημερήσια εκδρομή ενηλίκων

στη **Μονή Αγίας Λαύρας**, στο **Μουσείο Ολοκαυτώματος** στα Καλάβρυτα και στο **Πλανητέρο** (συμμετοχή με σειρά προτεραιότητας)

ΤΕΤΑΡΤΗ

28

ΜΑΪΟΥ

Ανύτη: Μια μεγάλη ποιήτρια από την Τεγέα

Παρουσίαση από τις φιλόλογους και μέλη της Θεατρικής Ομάδας Τρίπολης:
Εύα Γαλανιάδη, Δώρα Κτενά, Αργυρώ Χατζηπαρασίδου / **ώρα έναρξης 19:30**

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ

30

ΜΑΪΟΥ

Ομιλία Ινστιτούτου Υγιούς Γήρανσης ΜΕΝΤΩΡ**ώρα έναρξης 19:30**

ΤΕΤΑΡΤΗ

04

ΙΟΥΝΙΟΥ

Ετήσια συναυλία των μαθητών του Ωδείου**ώρα έναρξης 20:00**

ΤΡΙΤΗ

17

ΙΟΥΝΙΟΥ

Έναρξη θερινού προγράμματος για παιδιά

του Δημοτικού Σχολείου Τεγέας / (συμμετοχή με σειρά προτεραιότητας)

ΔΕΥΤΕΡΑ

16-30

ΙΟΥΝΙΟΥ

Έναρξη εκπαιδευτικού προγράμματος μουσικού θεάτρου για τους μαθητές

της ΣΤ τάξης Δημοτικών Σχολείων και Γυμνασίων Αρκαδίας
(συμμετοχή με σειρά προτεραιότητας)

ΤΕΤΑΡΤΗ

18

ΙΟΥΝΙΟΥ

Χρώματα κι αρώματα. Τα λουλούδια στο ελληνικό τραγούδι

Ετήσια εκδήλωση της Χορωδίας Ενηλίκων

ώρα έναρξης 20:00

ΣΑΒΒΑΤΟ

05

ΙΟΥΛΙΟΥ

3η Χορευτική Συνάντηση Τεγέας

Ετήσια εκδήλωση του Χορευτικού Συλλόγου «Τεγέα»

ώρα έναρξης 21:00, στο θεατράκι Ριζών

Οι εκδηλώσεις πραγματοποιούνται στην αίθουσα θεάτρου του κτιρίου Α του Στασινοπούλειου Πολιτιστικού Κέντρου, εκτός αν υπάρχει αναφορά σε συγκεκριμένο χώρο. Μπορείτε να βλέπετε σχετικές ενημερώσεις στο www.msvf.gr και στη σελίδα fb του Ιδρύματος.
Η είσοδος είναι ελεύθερη για το κοινό.