



Με μια νότα χαράς ας δώσουμε τον ετήσιο φόρο τιμής και ευγνωμοσύνης στο πιο μυστηριώδες, θαυμάσιο και παντοδύναμο από τα πλάσματα, την μητέρα ! Η μητέρα αλήθεια είναι ο μαγικός κρίκος που κρατάει την σύγχρονη οικογένεια ενωμένη. Στις απανταχού μαμάδες λοιπόν **ΧΡΟΝΙΑ ΠΟΛΛΑ** έτσι απλά χωρίς επιτηδεύσεις....

**NO SCHOOL ON MONDAY 25th - MEMORIAL DAY**

**Η Γιορτή της Μητέρας (Ιστορικό)**

Η Αρχαία Ελλάδα είναι η πρωταρχική πηγή αναφοράς στην "γιορτή της μητέρας". Ήταν γιορτή της άνοιξης όπου λατρευόταν η Γαία, η μητέρα Γη, μητέρα όλων των θεών και των ανθρώπων. Αργότερα την αντικατέστησε η κόρη της η Ρέα η σύζυγος του Κρόνου, μητέρα του Δία και θεά της γονιμότητας.

Μία νεότερη εκδοχή ήταν η αποκαλούμενη "Mothering Sunday", που μας μεταφέρει στην Αγγλία του 1600. Αυτή η μέρα γιορταζόταν την 4η Κυριακή της Σαρακοστής προς τιμή όλων των μητέρων της Αγγλίας. Κατά την διάρκεια αυτής της μέρας, οι υπηρέτες που έμεναν στα σπίτια των αφεντικών τους έπαιρναν μία μέρα άδεια για να επιστρέψουν στα σπίτια τους και να περάσουν την ημέρα με τις μητέρες τους.

Καθώς ο Χριστιανισμός εξαπλώθηκε στην Ευρώπη η γιορτή μεταβλήθηκε προς τιμή της "Μητέρας Εκκλησίας" αλλά με τον καιρό οι δύο έννοιες συγχωνεύτηκαν. Έτσι ο κόσμος τιμούσε ταυτόχρονα την μητέρα και την εκκλησία. Παραδοσιακά δώρα όπως τα λουλούδια, τα φυτά ή οι σοκολάτες προσφέρονταν στη Γιορτή της μητέρας.

Η δεύτερη Κυριακή του Μάη που καθιερώθηκε σαν εθνική γιορτή της μητέρας στις ΗΠΑ οφείλεται στην έμπνευση μιας γυναίκας από την Φιλαδέλφεια της Ana Jarvis. Η Ana Jarvis θέλοντας να τιμήσει τη μνήμη της μητέρας της ξεκίνησε το 1907 μια εκστρατεία για να καθιερωθεί μια επίσημη γιορτή της μητέρας. Η προσπάθειά της είχε απήχηση και η γιορτή της μητέρας έγινε επίσημα εθνική γιορτή των ΗΠΑ το 1914 με προεδρικό διάταγμα που όριζε την δεύτερη Κυριακή του Μάη σαν Ημέρα της Μητέρας.

Αν και πολλές χώρες έχουν δικές τους ημερομηνίες για τη γιορτή της μητέρας, όπως και δικούς τους λόγους για να γιορτάζουν μια τέτοια μέρα, η δεύτερη Κυριακή του Μάη έχει επικρατήσει διεθνώς. Έτσι πολλές ευρωπαϊκές χώρες, ανάμεσά τους και η Ελλάδα γιορτάζει την γιορτή της μητέρας την δεύτερη Κυριακή του Μάη.

**The Story of Mother's Day**

The earliest Mother's Day celebrations can be traced back to the spring celebrations of ancient Greece in honor of Rhea, the Mother of the Gods. During the 1600's, England celebrated a day called "Mothering Sunday". Celebrated on the 4th Sunday of Lent (the 40 day period leading up to Easter), "Mothering Sunday" honored the mothers of England.

During this time many of the England's poor worked as servants for the wealthy. As most jobs were located far from their homes, the servants would live at the houses of their employers. On Mothering Sunday the servants would have the day off and were encouraged to return home and spend the day with their mothers. A special cake, called the mothering cake, was often brought along to provide a festive touch.

As Christianity spread throughout Europe the celebration changed to honor the "Mother Church" - the spiritual power that gave them life and protected them from harm. Over time the church festival blended with the Mothering Sunday celebration. People began honoring their mothers as well as the church.

In the United States Mother's Day was first suggested in 1872 by Julia Ward Howe (who wrote the words to the Battle hymn of the Republic) as a day dedicated to peace. Ms. Howe would hold organized Mother's Day meetings in Boston, Mass ever year.

While many countries of the world celebrate their own Mother's Day at different times throughout the year, there are some countries such as Denmark, Finland, Italy, Greece, Turkey, Australia, and Belgium which also celebrate Mother's Day on the second Sunday of May.

**Το πρωτομαγιάτικο στεφάνι**

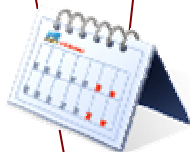


Το πρωτομαγιάτικο στεφάνι είναι, σχεδόν, το μοναδικό έθιμο που εξακολουθεί να μας συνδέει με την παραδοσιακή Πρωτομαγιά, μια γιορτή της άνοιξης και της φύσης με πανάρχαιες ρίζες, πλούσια σε εκδηλώσεις σε παλαιότερες εποχές. Στις μέρες μας η Πρωτομαγιά με το μάζεμα των λουλουδιών για το πρωτομαγιάτικο στεφάνι, ενισχύει τις σχέσεις του ανθρώπου με τη φύση, από την οποία οι περισσότεροι έχουμε απομακρυνθεί, ζώντας στις πόλεις.

Σύμφωνα με τη διευθύντρια του Κέντρου Λαογραφίας της Ακαδημίας Αθηνών, Αικατερίνη Καμηλάκη, το στεφάνι κατασκευαζόταν με βέργα από ευλύγιστο και ανθεκτικό ξύλο κλήματος ή άλλο και στολιζόταν με λουλούδια και κλαδάκια καρποφόρων δέντρων, όπως η αμυγδαλιά, η σικιά και η ροδιά. Ακόμα, το διακοσμούσαν με στάχυα από σιτάρι και κριθάρι, με κρεμμύδι αλλά και σκόρδο για το μάτι. Η χρησιμοποίηση πρασινάδας και όχι τόσο λουλουδιών με σκοπό τη μετάδοση της γονιμότητάς τους ήταν το κύριο χαρακτηριστικό των μαγιάτικων συνθηριών. Στον αγροτικό χώρο, μάλιστα, δε θεωρείτο απαραίτητο το πλέξιμο στεφανιών. Αρκούσε η τοποθέτηση πάνω από την πόρτα του σπιτιού μιας δέσμης από χλωρά κλαδιά ελιάς, σικιάς, νεραντζιάς, πορτοκαλιάς και άλλα μαζί με λουλούδια. Απαραίτητη ήταν, επίσης, η ύπαρξη μεταξύ τους φυτών αποτρεπτικών... του κακού, όπως είναι η τσουκνίδα, το σκόρδο και άλλα.

Στις μέρες μας έχουμε καθιερώσει στεφάνια από λουλούδια του αγρού ή των κήπων, τα οποία τοποθετούμε για μερικές μέρες στην κύρια είσοδο των σπιτιών μας. Δύσκολα μπορεί, πια, να ανιχνευτεί συμβολισμός στο σύγχρονο πρωτομαγιάτικο στεφάνι, κατά το Μιχάλη Τιβέριο, αφού για τους περισσότερους δεν αποτελεί, ίσως, τίποτα περισσότερο από μια όμορφη και μυρωδάτη σύνθεση λουλουδιών, χωρίς να παραπέμπει σε συσχετισμούς σύμφωνα με τους οποίους «χαρίζει» στους ενοίκους ενός σπιτιού υγεία, καλή τύχη, ειρήνη, ευτυχία και ευφορία. Σίγουρα, όμως, η κατασκευή του χαρίζει ευφορία σε μεγάλους και μικρούς, που ξεφεύγοντας από τις πόλεις αναζητούν τη χαρά της άνοιξης στην ολάνθιστη φύση.

## Ημερολογιακά Νέα!!!



- **18-22 Μαΐου : Open House**
- **9 Ιουνίου** : Γιορτή Λήξης της Σχολικής Χρονιάς (ΑΘΗΝΑ)
- **10 Ιουνίου** : Γιορτή Λήξης της Σχολικής Χρονιάς (ΦΟΙΒΟΣ)
- **12 Ιουνίου** : Γιορτή Λήξης της Σχολικής Χρονιάς (ΚΟΡΑΗΣ)
- **15-19 Ιουνίου : Summer camp**

## Mark Your Calendar!!!

- **May 18<sup>th</sup>- 22<sup>nd</sup> :Open House**
- **June 9<sup>th</sup>** : End of the School Year Celebration (ATHENA)
- **June 10<sup>th</sup>** : End of the School Year Celebration (PHEVOS)
- **June 12<sup>th</sup>** : End of the School Year Celebration (KORAEIS)
- **15<sup>th</sup>- 19<sup>th</sup> June: Summer camp**



ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

5 Μαΐου γιορτάζει η Ειρήνη  
9 Μαΐου γιορτάζει ο Χριστόφορος  
13 Μαΐου γιορτάζει η Γλυκερία  
15 Μαΐου γιορτάζει ο Αχιλλέας  
18 Μαΐου γιορτάζει η Ιουλία  
19 Μαΐου γιορτάζουν η Μαγδαληνή και η Μάγδα  
21 Μαΐου γιορτάζουν ο Κωνσταντίνος και η Ελένη, Λυδία  
29 Μαΐου η Άλωση της Κων/λης από τους Τούρκους το 1453  
31 Μαΐου γιορτάζει η Μάγια

## Teacher's Workshop

We express our "Thanks" to all educators attending the Workshop : "Best Practices in Teaching Greek as a Foreign Language" on April 26<sup>th</sup>.

## OPEN HOUSE

Interested families and their children are invited to visit our school from

May 18<sup>th</sup> to 22<sup>nd</sup>

5:00 -6:00PM.

Please give us a courtesy call.



Πλησιάζοντας στο τέλος της Σχολικής μας Χρονιάς  
θα θέλαμε να σας ενημερώσουμε πως οι ΕΓΓΡΑΦΕΣ  
για τη νέα χρονιά θα αρχίσουν να γίνονται από τις 20 Μαΐου.  
Συνιστούμε σ' όλες τις οικογένειες να υποβάλλουν τις εγγραφές όσο το δυνατόν γρηγορότερα!  
Για περισσότερες πληροφορίες μπορείτε να απευθύνεστε  
στην Διευθύντρια του Σχολείου μας  
κ. Θεοδώρα Κουναλάκη (650) 594-9585



The End of the School Year is just around the corner!  
Enrollment for the 2009-2010 school year will begin on May 20, 2009.  
We strongly encourage our families to enroll their children before August  
Registration forms can be found in the office.  
You can return your registration form in person, or by surface mail.  
For more information call the Director of the Greek School  
Mrs. Theodora Kounalakis at (650) 5949585



Στο Σχολείο μας και φέτος θα διεξαχθούν οι  
Εξετάσεις του Πιστοποιητικού της Ελληνομάθειας.  
Ευχόμαστε σ' όλους τους υποψηφίους.

**«ΚΑΛΗ ΕΠΙΤΥΧΙΑ»**

Our School will host the  
**Examinations for the Greek Certificate**  
on May 13<sup>th</sup> & 14<sup>th</sup>. We wish

**Good Luck**

to the students taking the examinations

# Τα Παράξενα των καιρών μας...

## συνέχεια...

- Ξοδεύουμε περισσότερα, αλλά έχουμε λιγότερα. Αγοράζουμε περισσότερα, αλλά τα απολαμβάνουμε λιγότερο.
- Πήγαμε στο φεγγάρι και γυρίσαμε, αλλά έχουμε πρόβλημα να διασχίσουμε το δρόμο για να συναντήσουμε τον γείτονα.
- Κατακτήσαμε το εξωτερικό διάστημα, αλλά όχι και τον εσωτερικό μας κόσμο. Διασπάσαμε το άτομο, αλλά όχι και την προκατάληψη.
- Γράφουμε περισσότερα, μαθαίνουμε λιγότερα. Σχεδιάζουμε περισσότερα, πραγματοποιούμε λιγότερα. Έχουμε μάθει να τρέχουμε, αλλά όχι και να περιμένουμε. Έχουμε υψηλότερα εισοδήματα, αλλά χαμηλότερα ήθη.
- Έχουμε περισσότερα computers που κρατάνε περισσότερες πληροφορίες, που παράγουν περισσότερα αντίγραφα, αλλά έχουμε λιγότερη προσωπική επικοινωνία.
- Είμαστε μεγάλοι σε ποιότητα, αλλά μικροί σε ποσότητα. Είμαστε σε εποχές γρήγορου φαγητού και αργής πέψης.
- «Ψηλοί» άνθρωποι, αλλά «κοντοί» χαρακτήρες.
- Περισσότερος ελεύθερος χρόνος, αλλά καθόλου διασκέδαση. Περισσότερα είδη διατροφής-αλλά λιγότερη τροφή.

## EUROLEAGUE BASKETBALL CHAMPION

The **Panathinaikos** Athens basketball team was crowned **Euroleague** champion on Sunday evening, after winning against last year's title holders **Moscow's CSKA** scoring 73 to 71 - during a thrilling final match in Berlin. **Panathinaikos thus picked up its fifth Euro-league title.**



## A WINDOW TO THE MEDITERRANEAN

Since 2006, Greece has been home to one of the most impressive aquariums in the Mediterranean.

The **CretAquarium** - part of the larger "**Thalassokosmos**" complex in Heraklion, Crete - is the **Hellenic Centre for Marine Research's** technological and scientific marvel.

It houses approximately 2,500 marine organisms which visitors can look at from special observation points, whereas the use of remote-controlled cameras can further enjoy the experience.



## Και Λίγο Γέλιο...

### Εν αρχή...

Ο Θεός γέμισε τη γη με μπρόκολο, κουνουπίδι και σπανάκι, πράσινα, κίτρινα και κόκκινα λαχανικά όλων των ειδών, ώστε ο άνδρας και η γυναίκα να ζήσουν υγιεινά και παντοτινά.

Ο σατανάς όμως δημιούργησε τα Haagen Dazs και τα διάφορα cookies. Και ρώτησε: «Λίγη ακόμη σάλτσα βύσσινου;» και ο άνδρας απάντησε: «Ευχαρίστως!» και η γυναίκα πρόσθεσε: «Παρακαλώ για μένα άλλη μια ζεστή βάφλα με σαντιγί!». Και έτσι πήραν και οι δύο από 5 κιλά. Και ο Θεός δημιούργησε το γιαούρτι ώστε να διατηρήσει η γυναίκα το σώμα της όπως άρεσε στον άνδρα.

Και ο σατανάς δημιούργησε από το σιτάρι το άσπρο αλεύρι και από το ζαχαροκάλαμο τη ζάχαρη και τα συνδύασε. Και η γυναίκα άλλαξε νούμερο στην ένδυσή της και πήγε από το 38 στο 46.

Και έτσι είπε ο Κύριος: «Δοκίμασε το φρέσκο μαρούλι μου!» Και ο σατανάς εφεύρε το ντρέσσιγκ και το σκορδόψωμο ως συνοδευτικά. Και οι άνδρες και οι γυναίκες μετά από αυτή την απόλαυση άνοιξαν τις ζώνες τους κατά τουλάχιστον μία τρύπα.

Ο Κύριος όμως είπε: «Σας έδωσα φρέσκα λαχανικά και ελαιόλαδο, στο οποίο να μαγειρεύετε υγιεινά!»

Και ο σατανάς συνόδεψε τα φαγητά αυτά με δεύτερο πιάτο από νόστιμες μπουκίτσες από ψωμάκια, τυράκια camembert, αστακό σε βούτυρο μυρωδάτο και φιλετάκια κοτόπουλου. Και οι τιμές χοληστερίνης του ανθρώπου ανέβηκαν στα ουράνια.

Έτσι ο Θεός έδωσε στον άνθρωπο αθλητικά παπούτσια, ώστε να χάσει μερικά κιλά με την άθληση.

Και ο σατανάς δημιούργησε την δορυφορική τηλεόραση και τα DVD μαζί με τα τηλεχειριστήρια, για να μην κουράζεται ο άνθρωπος με το ζάπινγκ. Και οι άνδρες και οι γυναίκες γελούσαν και έκλαιγαν μπροστά την οθόνη και άρχισαν να φοράνε ελαστικές φόρμες αδυνατίσματος.

Έτσι ο Θεός δημιούργησε την πατάτα, φτωχή σε λίπος και κάλιο και γεμάτη θρεπτικές ουσίες.

Και ο σατανάς αφείρεσε την φλούδα και έκοψε το εσωτερικό της σε πατατάκια τα οποία τηγάνισε και τα κάλυψε με πολύ αλάτι. Και ο άνθρωπος πήρε μερικά κιλά ακόμη.

Ο Θεός όμως έφερε το άπαχο κρέας, ώστε τα τέκνα του να χορταίνουν προλαμβάνοντας λιγότερες θερμίδες.

Και ο σατανάς έφερε τα Goodys και το τσίζμπουργκερ των 99 λεπτών. Και ρώτησε ο σατανάς: «Θέλεις και τηγανητές πατάτες;»

Και είπε ο άνθρωπος: «Βεβαίως, μια μεγάλη μερίδα με μαγιονέζα!» και είπε ο σατανάς: «Έτσι μπράβο!» Και ο άνθρωπος έπαθε έμφραγμα.

Και ο Θεός αναστέναξε και δημιούργησε το τετραπλό μπαί-πάζ της καρδιάς.

Και ο σατανάς δημιούργησε το ΙΚΑ!!!!!! (the end)

## Η Μαστίχα της Χίου



## The Chios Gum Mastic

Η μαστίχα της Χίου είναι προϊόν του δέντρου «Pistachia Lentiscus Var. Chia». Το δέντρο ευδοκιμεί μόνο στο νότιο μέρος του νησιού της Χίου. Η ιστορία της μαστίχας είναι πολύ παλιά και ανάγεται από την κλασική εποχή. Πολλοί αρχαίοι Έλληνες συγγραφείς όπως οι Πλίνιος, Διοσκουρίδης, Γαληνός, Θεόφραστος, Απολλόδωρος, και Ερμόλαος, αναφέρουν την μαστίχα για τις θεραπευτικές της ιδιότητες. Τα φαρμακευτικά συστατικά της μαστίχας ήταν γνωστά στον Ιπποκράτη, καθώς και στις γυναίκες της Ρωμαϊκής εποχής οι οποίες χρησιμοποιούσαν οδοντογλυφίδες από δέντρο μαστίχας για την λεύκανση των δοντιών τους. Ο Διοσκουρίδης λέγει ότι οι Χιώτες παρασκεύαζαν λάδι από μαστίχα, το οποίο ήταν χρήσιμο για τη θεραπεία συγκεκριμένων ασθενειών. Άλλοι ιατροί στα αρχαία χρόνια αναφέρονται στη μαστίχα της Χίου για τη χρήση κατά της λύσσας στα μουλάρια, δαγκώματος από φίδι, και φλεγμονής στο στομάχι, έντερα και συκώτι. Επίσης αναφέρονται στη μαστίχα σε σιρόπι για τον βήχα, σε φάρμακο για την ουροδόχο κύστη και για το πύον.

Από τον 10<sup>ο</sup> αιώνα και μετά, η μαστίχα έγινε γνωστή από τους επισκέπτες του νησιού, και έτσι η Χίος ήταν ο τόπος μονοπωλίου της μαστίχας. Στα χρόνια που ακολούθησαν, η μαστίχα άρχισε να συνδέεται εκτενώς με την ιστορία του νησιού. Το νησί κυριεύτηκε από τους Βενετούς και Γενοβέζους οι οποίοι προσπαθούσαν να πάρουν το μονοπώλιο της μαστίχας οι μιν από τους δε.

Η μαστίχα της Χίου αναφέρεται σε 25 εθνικές φαρμακοποιίες. Έχει γεύση και άρωμα βάλσαμου. Ο Γαληνός λέγει ότι είναι «χρήσιμη για ρύθμιση του αίματος και για θεραπεία στο χρόνιο βήχα».

Σήμερα υπάρχουν πάνω από 60 διαφορετικές χρήσεις της μαστίχας όπως στην φαρμακοποιία, στα αρώματα, στις τροφές, στα βερνίκια, στις βαφές, στα ποτά κ. ά. Η μαστίχα της Χίου θεραπεύει το έλκος, μειώνει την πίεση, την χοληστερίνη και τον διαβήτη. Έχει χρησιμοποιηθεί κατά του καρκίνου και της κύρωσης του ήπατος. Επίσης αυξάνει την αντίδραση του ανοσοποιητικού συστήματος.

The Chios gum mastic is the product of the tree Pistachia Lentiscus Var. Chia, which is only grown on the southern part of the island of Chios. The history of gum mastic is very old and can be traced back to the classical ages. Many ancient Greek authors, such as Plinius, Dioscourides, Galenos, Theophrastus, Apollodorus and Hermolaus, mentioned gum mastic for its curing abilities. The pharmaceutical ingredients of gum mastic were well known to Hippocrates as well as the Roman ladies who used toothpicks from gum mastic trees to brighten their teeth. Dioscourides says that the Chian people produced gum mastic oil from gum mastic which was useful in curing certain illnesses. Other ancient doctors referred to Chios gum mastic for use against rabies in mules, snake bites, inflammation of the stomach, intestines and liver. Also they referred to mastic in cough-mixture, in medicine for the bladder and as anti-pus.

From the 10<sup>th</sup> century and after, gum mastic became famous from the foreigners who visited the island, and thus Chios was the place for the monopoly of gum mastic. In the years that followed, gum mastic began to relate extensively with the history of the island. The island was conquered by the Venetians and the Genouats and there was a feud as to who would take over the gum mastic monopoly.

Chios gum mastic is mentioned in 25 national pharmacopeias. It has balsamic taste and fragrance. Galenos says that is “useful in bringing up the blood conditions and to cure the old chronic cough”.

Today there are more than 60 different uses of gum mastic in pharmacy, perfumes, foods, varnishes, paints, drinks, etc. Chios gum mastic heals ulcers, reduces blood pressure, cholesterol and diabetes, and has been used against cancer and liver cirrhosis. It also increases the reaction of the immunization system.

