

ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ

ΚΕΝΤΡΟ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΓΛΩΣΣΑΣ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ



Επιμέλεια:

Γεώργιος Δ. Καψάλης

Αλεξάνδρα Γαλάνη

Ιωάννινα 2020

ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ
ΚΕΝΤΡΟ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΓΛΩΣΣΑΣ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ

ΓΛΩΣΣΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΩΣ ΞΕΝΗ/ΔΕΥΤΕΡΗ ΓΛΩΣΣΑ

Επιμέλεια:

Γεώργιος Δ. Καψάλης

Αλεξάνδρα Γαλάνη

Ιωάννινα 2020

Συντακτική ομάδα:

Γαλάνη Αλεξάνδρα

Γιαννίκου Αναστασία

Δούβαλη Άννα

Καψάλη Μαργαρίτα

Καψάλης Δ. Γεώργιος

Κοντοπανάγου Κατερίνα

Ντίνα Κωσταντινιά

Παπαγεωργίου Παντελής

Παπαστεφάνου Βασιλική

Τζίμα Ηρώ

Γλωσσικές δραστηριότητες για την ελληνική ως ξένη/δεύτερη γλώσσα.

Επιμέλεια: Γεώργιος Δ. Καψάλης και Αλεξάνδρα Γαλάνη

ISBN: 978-960-233-257-3

@2020 – Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων

Περιεχόμενα

Πρόλογος	v
----------------	---

Κεφάλαιο 1

Ασκήσεις για την κατανόηση γραπτού λόγου	7
--	---

Κεφάλαιο 2

Ασκήσεις γλωσσικής επίγνωσης	37
------------------------------------	----

Κεφάλαιο 3

Ασκήσεις για την παραγωγή γραπτού λόγου	53
---	----

Κεφάλαιο 4

Ασκήσεις για την κατανόηση προφορικού λόγου	57
---	----

Κεφάλαιο 5

Ασκήσεις για την παραγωγή προφορικού λόγου	73
--	----

Παράρτημα I: Λύσεις ασκήσεων

Λύσεις για την κατανόηση γραπτού λόγου	117
--	-----

Λύσεις ασκήσεων γλωσσικής επίγνωσης	119
---	-----

Λύσεις για την κατανόηση προφορικού λόγου	123
---	-----

Παράρτημα II: Κείμενα κατανόησης προφορικού λόγου

Κείμενα κατανόησης προφορικού λόγου	129
---	-----

Βιβλιογραφία	149
---------------------------	------------

Πρόλογος

Το Κέντρο Διδασκαλίας Ελληνικής Γλώσσας και Πολιτισμού (ΚΕ.Δ.Ε.Γ.ΠΟ.) του Πανεπιστημίου Ιωαννίνων έχει ως βασικό στόχο τη διδασκαλία της ελληνικής ως ξένης/δεύτερης γλώσσας. Ένας κύριος άξονας δράσης του Κέντρου είναι και η παραγωγή έντυπου ή και ηλεκτρονικού εκπαιδευτικού υλικού. Στόχος της προσπάθειας αυτής είναι η υποστήριξη των σπουδαστών του ΚΕ.Δ.Ε.Γ.ΠΟ., καθώς και όλων όσοι διδάσκονται την ελληνική γλώσσα. Το συγκεκριμένο γλωσσικό υλικό είναι, επίσης, χρήσιμο για τους διδάσκοντες την ελληνική γλώσσα ως ξένη/δεύτερη.

Ο τόμος αυτός αποτελεί την πρώτη συλλογική προσπάθεια του ΚΕ.Δ.Ε.Γ.ΠΟ. Βασίζεται στο Κοινό Ευρωπαϊκό Πλαίσιο Αναφοράς για τις γλώσσες (Κ.Ε.Π.Α., 2001), και πιο συγκεκριμένα, στο αναλυτικό εξεταστικό πρόγραμμα (Πιστοποίηση Επάρκειας της Ελληνομάθειας: Νέο αναλυτικό εξεταστικό πρόγραμμα (2013)).

Περιλαμβάνει ασκήσεις που παρέχουν τη δυνατότητα αξιολόγησης και στις τέσσερις δεξιότητες των επιπέδων ελληνομάθειας:

- α) κατανόηση γραπτού λόγου (χρήση γλώσσας),
- β) κατανόηση προφορικού λόγου,
- γ) παραγωγή γραπτού λόγου,
- δ) παραγωγή προφορικού λόγου.

Στο τέλος του βιβλίου υπάρχουν Παραρτήματα με τις λύσεις των ασκήσεων και τα κείμενα για την κατανόηση του προφορικού λόγου. Παράλληλα, το βιβλίο συνοδεύεται από ηχητικό υλικό για τις ασκήσεις κατανόησης του προφορικού λόγου.

Η ηχογράφηση των κειμένων για την κατανόηση του προφορικού λόγου, καθώς και η ηχητική επεξεργασία και επένδυση έγιναν δωρεάν από τους καθηγητές και τους σπουδαστές του Τμήματος Ηχοληψίας και Μουσικής Τεχνολογίας του ΙΙΕΚ ΔΕΛΤΑ 360, 2018-2019, στα Ιωάννινα. Ευχαριστούμε θερμά την κ. Όλγα Κριτσιμά, Γενική Διευθύντρια του Ομίλου Δέλτα, για την άριστη συνεργασία, τον κ. Πάνο Παπακώστα, Υπεύθυνο του Τμήματος, και τον κ. Αχιλλέα Καλαντζή, Εκπαιδευτή, για την πολύτιμη βοήθειά τους.

Στην ηχογράφηση συμμετείχαν οι: Αναστασία Γιαννίκου, Άννα Δούβαλη, Γεώργιος Καψάλης, Ιωάννα Κολιού, Κωσταντινιά Ντίνα και Παντελής Παπαγεωργίου.

Το Τμήμα Εκδόσεων του Πανεπιστημίου Ιωαννίνων ανέλαβε δωρεάν τη γραφιστική επιμέλεια του εξώφυλλου του τόμου. Ευχαριστούμε πολύ τον κ. Κωνσταντίνο Ευθυμιάδη, Προϊστάμενο του Τμήματος, για τη συνεργασία που είχαμε. Ιδιαίτερες ευχαριστίες ανήκουν στην κ. Βάσια Κλείτσα, γραφίστρια του Πανεπιστημιακού Τυπογραφείου, για το εξαιρετικό αποτέλεσμα.

Τέλος, το εγχείρημα αυτό δε θα είχε ολοκληρωθεί χωρίς την πολύτιμη συμβολή της Συντακτικής Ομάδας που εργάστηκε αφιλοκερδώς για τη σύνταξη του τόμου.

Γεώργιος Δ. Καψάλης
Καθηγητής, Παιδαγωγικό Τμήμα Δημοτικής Εκπαίδευσης, Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων

Δρ Αλεξάνδρα Γαλάνη
Ε.Ε.Π., Παιδαγωγικό Τμήμα Δημοτικής Εκπαίδευσης, Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1

ΑΣΚΗΣΕΙΣ
ΓΙΑ ΤΗΝ
ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ
ΓΡΑΠΤΟΥ ΛΟΓΟΥ

Άσκηση 1:

Διαβάστε το κείμενο και απαντήστε τις ερωτήσεις (γράψω Σωστό ή Λάθος δίπλα στην πρόταση). (A1)

Ελένη,

Εδώ και τρεις μήνες σπουδάζω και δουλεύω στα Ιωάννινα. Μένω σε μία μονοκατοικία με θέα στη λίμνη. Από την αυλή μου βλέπω και το βουνό. Στην αυλή υπάρχουν δύο δέντρα και πολλά λουλούδια. Το σπίτι είναι μεγάλο αλλά κάθε μήνα δεν πληρώνω πολλά. Οι κρεβατοκάμαρες και το μπάνιο είναι στον πρώτο όροφο αλλά η κουζίνα και το σαλόνι είναι στον κάτω όροφο. Το δωμάτιό μου είναι όμορφο γιατί έχει λίγα έπιπλα. Το κρεβάτι είναι ανάμεσα από το γραφείο και την ντουλάπα. Στο σαλόνι, η βιβλιοθήκη, ο καναπές, το τραπέζι και οι καρέκλες είναι άσπρα αλλά οι κουρτίνες είναι ροζ. Σε περιμένω!

Φιλιά,
Γεωργία

1. Το σπίτι της έχει θέα μόνο στη λίμνη. _____
2. Το σπίτι δεν έχει καθόλου πράσινο. _____
3. Το ενοίκιο δεν είναι ακριβό. _____
4. Η μονοκατοικία δεν έχει ισόγειο. _____
5. Η ντουλάπα είναι δίπλα στο γραφείο. _____

Άσκηση 2:

Διαβάστε το κείμενο. Στη συνέχεια αντιστοιχίστε και φτιάξτε προτάσεις. (A1)

Ηλικία Αντώνη: 15 χρονών

Μένει με: πατέρα, μητέρα, τρεις αδερφούς και μία αδερφή

Μαζί τους μένουν: γιαγιά, παππούς, ένας θείος, δύο ξαδέρφες

Επάγγελμα πατέρα: δημοσιογράφος

Επάγγελμα μητέρας: γιατρός

Επάγγελμα παππού: ταμίας (τώρα είναι συνταξιούχος)

Επάγγελμα γιαγιάς: νοσοκόμα

Επάγγελμα θείου: γραμματέας, δικηγορικό γραφείο

Ο Αντώνης θέλει να γίνει τραγουδιστής και ο φίλος του, ο Νίκος, ποδοσφαιριστής.

- | | | |
|---------------------------------|----------|------------------------------------|
| 0. Ο Αντώνης είναι | _____ | τώρα δεν δουλεύει. |
| 1. Ο Αντώνης έχει | _____ | γραμματέας. |
| 2. Μερικοί συγγενείς του Αντώνη | _____ | δουλεύουν σε νοσοκομείο. |
| 3. Ο παππούς του | 0 | δεκαπέντε χρονών. |
| 4. Η γιαγιά του και η μαμά του | _____ | να γίνει δημοσιογράφος. |
| 5. Ο θείος του είναι | _____ | είναι δικηγόρος. |
| | _____ | μένουν μαζί με την οικογένειά του. |
| | _____ | τέσσερα αδέρφια. |

Άσκηση 3:

Διαβάστε το κείμενο και βρείτε τη σωστή απάντηση. (Α1)

Αγαπημένη μου Ειρήνη,

Πάει πολύς καιρός από την τελευταία φορά που μου έστειλες μήνυμα στο κινητό. Μου λείπεις πολύ! Θα ήθελα να ήσουν εδώ...

Σου γράφω, γιατί θέλω τη γνώμη σου. Πριν από λίγες εβδομάδες έκανα αίτηση για δουλειά στη Γαλλία και την πήρα. Ο μισθός δεν είναι καθόλου άσχημος και οι ώρες εργασίας δεν είναι πολλές. Η εταιρία μου δίνει, επίσης, αυτοκίνητο και διαμέρισμα στο κέντρο της πόλης. Είναι, όμως, σωστή η απόφαση να φύγω; Πώς θα αφήσω τους γονείς και τους φίλους μου πίσω; Τι θα έκανες εσύ;

Περιμένω την απάντησή σου και τα νέα σου!

Με πολλή αγάπη,
Μαρία

1. Η Ειρήνη με τη Μαρία
 - α. μίλησαν πριν από λίγες μέρες.
 - β. μίλησαν πριν από πολύ καιρό.
 - γ. μίλησαν χθες στο τηλέφωνο.
2. Η Μαρία λέει στη φίλη της ότι
 - α. θα ήθελε να της μιλήσει από κοντά.
 - β. θα ήθελε να της μιλήσει στο τηλέφωνο.
 - γ. θα ήθελε να της στείλει μήνυμα στο κινητό.

3. Η Μαρία

- α. πιστεύει ότι η δουλειά αυτή είναι πολύ καλή ευκαιρία.
- β. είναι σίγουρη ότι θα πάει στο εξωτερικό για δουλειά.
- γ. πιστεύει ότι είναι εύκολο να αφήσει τους γονείς και τους φίλους της πίσω.

4. Η Μαρία λέει ότι

- α. η εταιρία δεν πληρώνει για το αυτοκίνητο και το διαμέρισμα.
- β. τα χρήματα που θα παίρνει κάθε μήνα είναι αρκετά.
- γ. θα δουλεύει πολλές ώρες.

5. Η Μαρία λέει στην Ειρήνη ότι

- α. δεν την ενδιαφέρει η γνώμη της.
- β. η γνώμη της τη βοηθάει πολύ συχνά.
- γ. θα τη δει την επόμενη εβδομάδα.

Άσκηση 4:

Διαβάστε το κείμενο και απαντήστε τις ερωτήσεις (γράφω Σωστό ή Λάθος δίπλα στην πρόταση). (Α2)

Κάθε πρωί σηκώνομαι στις 8:00 ακριβώς. Τρώω πρωινό και μετά ετοιμάζομαι για το καθημερινό μου μάθημα στο πανεπιστήμιο. Ντύνομαι, βάζω τα βιβλία μου στην τσάντα και φεύγω, για να προλάβω το λεωφορείο! Μερικές φορές φτάνω αργά στη στάση και τελικά παίρνω ταξί, γιατί το πανεπιστήμιο δεν είναι κοντά στο σπίτι μου και δεν μπορώ να πάω με τα πόδια. Τελειώνουμε το μάθημα γύρω στις 12:30 και μετά πηγαίνουμε όλοι μαζί για καφέ. Σπάνια γυρίζω αμέσως μετά το μάθημα στο σπίτι. Το μεσημέρι τρώω κατά τις 15:00 και μετά ξεκουράζομαι. Διαβάζω ένα βιβλίο ή βλέπω τηλεόραση. Δεν κοιμάμαι ποτέ. Το απόγευμα διαβάζω και πίνω κάτι ζεστό, καφέ ή τσάι. Βραδινό συνήθως τρώω νωρίς και μετά πηγαίνω για ύπνο, γιατί την άλλη μέρα πρέπει να ξυπνήσω και πάλι νωρίς το πρωί. Ευτυχώς το Σαββατοκύριακο το πρόγραμμά μου είναι διαφορετικό.

5. Η Γιώτα επιθυμεί τη θετική _____ να πάει διακοπές με τον φίλο της.
_____ επειδή είχε πολλή δουλειά με τις σπουδές της.
_____ να πάει στο ταξίδι με την Κωνσταντίνα.

Άσκηση 6:

Διαβάστε τους διαλόγους και βρείτε τη σωστή απάντηση. (Α2)

ΔΙΑΛΟΓΟΣ 1

- Ο γιος σας διαβάζει και κάνει πάντα όλες τις ασκήσεις! Είναι ήσυχος και ευγενικός!
- Χαίρομαι πάρα πολύ που το ακούω! Πώς τα πάει, όμως, με τα άλλα παιδιά;
- Μια χαρά! Στα διαλείμματα παίζουν όλα μαζί χωρίς κανένα πρόβλημα.

ΔΙΑΛΟΓΟΣ 2

- Βανέσα, τι θα κάνεις το καλοκαίρι; Πάμε στην Κρήτη;
- Πέτρο, κουράστηκα πολύ φέτος και έχω ανάγκη από διακοπές. Τα λεφτά, όμως, είναι πολλά. Δεν πάμε στο σπίτι σου στη Λευκάδα και φέτος;

ΔΙΑΛΟΓΟΣ 3

- Γιάννη, παίρνεις ένα λίτρο γάλα;
- Τελειώνω αργά. Το σούπερ μάρκετ είναι στον δρόμο σου, Σοφία.
- Δεν πήρα την τσάντα μαζί μου και δεν νομίζω ότι θα μου το κάνουν δώρο. Ας πάρουμε αύριο τότε.

ΔΙΑΛΟΓΟΣ 4

- Σας πάει πολύ αυτό το χρώμα! Ταιριάζει με τα μαλλιά σας.
- Ναι, είναι πολύ όμορφο αλλά πάρα πολύ στενό στους ώμους!

ΔΙΑΛΟΓΟΣ 5

- Το ξενοδοχείο φαίνεται πολύ καλό! Μου κλείνετε και ένα εισιτήριο για το τρένο;
- Δεν υπάρχει τρένο από τα Ιωάννινα προς τη Θεσσαλονίκη. Μπορείτε να πάτε με το λεωφορείο ή να νοικιάσετε αυτοκίνητο.

ΔΙΑΛΟΓΟΣ 6

- Έκανα μία παραγγελία πριν από τρεις μέρες αλλά το πακέτο δεν έφτασε ακόμη.
- Μισό λεπτό, κύριε. Σας συνδέω με το τμήμα πωλήσεων.

1. Η συζήτηση στον διάλογο 1 γίνεται:

- α. στο ζαχαροπλαστείο.
- β. στο ιατρείο.
- γ. στη γειτονιά.
- δ. στο σχολείο.

2. Στη συζήτηση στο διάλογο 2, η Βανέσα:

- α. θέλει να πάει διακοπές.
- β. έχει πολλά λεφτά.
- γ. δεν θέλει να πάει με τον Πέτρο διακοπές.
- δ. δεν έχει πάει άλλη φορά στη Λευκάδα.

3. Στον διάλογο 3, η κυρία δεν αγοράζει γάλα γιατί:

- α. δεν έχει την τσάντα της για να το βάλει μέσα.
- β. δεν έχει λεφτά.
- γ. θέλει να της το κάνουν δώρο.
- δ. θέλει να πάει μαζί με τον Γιάννη την επόμενη μέρα.

4. Η συζήτηση στο διάλογο 4 γίνεται:

- α. στο κομμωτήριο.
- β. στο σπίτι ενός φίλου/μιας φίλης.
- γ. σε κατάστημα υποδημάτων.
- δ. σε κατάστημα ρούχων.

5. Η συζήτηση στον διάλογο 5 γίνεται:

- α. στο ταξιδιωτικό γραφείο.
- β. στο γραφείο ενοικιάσεως αυτοκινήτων.
- γ. στο ξενοδοχείο.
- δ. στον σταθμό των λεωφορείων.

6. Στη συζήτηση στο διάλογο 6, ο κύριος:

- α. είναι στο ταχυδρομείο.
- β. είναι στο κατάστημα.
- γ. μιλάει στο τηλέφωνο.
- δ. πρέπει να πάει στο τμήμα πωλήσεων.

Άσκηση 7:

Επιλέξτε από τις παρακάτω φράσεις αυτή που αντιστοιχεί σε κάθε κενό του κειμένου. (B1)

από την καθημερινότητα, δεν είναι τόσο σημαντικό, με το αυξημένο άγχος,
να ξυπνήσετε το πρωί, να τις αντιμετωπίσετε, **να φαίνεται απλό**,
ξεκούραση μέσα στη μέρα, όταν προγραμματίζετε τις δουλειές σας,
προσθέστε και αυτά

Ποια είναι η καλύτερη ώρα να πέφτουμε για ύπνο;¹

Σύμφωνα με το National Sleep Foundation, οι ενήλικες θα πρέπει να κοιμούνται επτά με εννέα ώρες κάθε βράδυ. Μπορεί **να φαίνεται απλό**, αλλά οι περισσότεροι κοιμούνται λιγότερο από επτά ώρες και οι επιπτώσεις στέρησης ύπνου είναι πιο σοβαρές από την κούραση και τη νευρικότητα την

¹ <https://www.patris.gr/2019/08/17/i-elleipsi-ypnoy-fernei-agchos-kai-piesi/>, 17/8/2019.

επόμενη ημέρα. Μελέτες έχουν δείξει πως η στέρηση ύπνου συνδέεται _____ (1), την αρτηριακή πίεση και την υπερκατανάλωση τροφής. Όταν έχετε αϋπνίες, αναζητήστε τρόπους _____ (2). Σύμφωνα με έρευνα, οι απλές συνήθειες μπορούν να φέρουν αλλαγές.

Ο πιο λογικός τρόπος για να καθορίσετε πότε πρέπει να κοιμηθείτε είναι να σκεφτείτε πότε πρέπει _____ (3). Σύμφωνα με ερευνητές του Πανεπιστημίου του Κέμπριτζ, οι περισσότεροι χρειάζονται 5 με 20 λεπτά για να κοιμηθούν, οπότε όταν υπολογίζετε τις 7 με 9 ώρες ύπνου _____ (4) τα λεπτά. Έτσι, εάν πρέπει να ξυπνήσετε στις 07:00 το πρωί θα πρέπει να κοιμηθείτε μεταξύ 21:40 και 23:40.

Ωστόσο, ειδικοί επισημαίνουν πως το πότε πέφτετε για ύπνο _____ (5) για να είστε ξεκούραστοι το πρωί. Το πιο σημαντικό είναι να τηρείτε ένα πρόγραμμα. Αφού καθορίσετε την ώρα ύπνου, τηρήστε την κάθε μέρα ακόμη και τα Σαββατοκύριακα.

Άσκηση 8:

Διαβάστε το κείμενο απαντήστε τις ερωτήσεις (γράψω Σωστό ή Λάθος δίπλα στην πρόταση). (B1)

Η χρήση των νέων τεχνολογιών από τους νέους²

Ο Steve Jobs ήταν ένας από τους κορυφαίους «γκουρού» της τεχνολογίας και ο «πατέρας» των smartphone και των tablet. Θα περίμενε κανείς πως τα βιολογικά παιδιά του θα ήταν από τους πρώτους ανθρώπους που θα έπιαναν στα χέρια τους τις καινούργιες συσκευές της εταιρείας. Το 2010, ο δημοσιογράφος των New York Times, Nick Bilton, είχε μία συνομιλία με τον Jobs που του αποκάλυψε ότι «στο σπίτι περιορίζουμε τη χρήση της τεχνολογίας από τα παιδιά».

Η δήλωση αυτή έφερε ξανά στο προσκήνιο τις ανησυχίες ολοένα και περισσότερων γονέων, σχετικά με τις επιπτώσεις που έχει η καθημερινή χρήση υπολογιστών, smartphone και tablet από τους ανηλίκους. Εξάλλου, αρκετές επιστημονικές μελέτες έχουν ήδη δείξει πως η τεχνολογία κρύβει όντως κινδύνους για τα παιδιά, όπως π.χ. παχυσαρκία, μείωση των σχολικών επιδόσεων, διαταραχές ύπνου, απομόνωση, εθισμός.

Από την άλλη πλευρά, τα κάθε λογής γκάτζετ και το Ίντερνετ προσφέρουν στους ανηλίκους δυνατότητες βελτίωσης και εκπαίδευσης που δεν είχε καμία γενιά έως τώρα. Ενδεικτικά, έρευνα του Πανεπιστημίου του

² Δεληγιάννης, Κ., <http://www.kathimerini.gr/784680/article/tehnologia/games/mono-h-logikh-xrhsh-newn-technologiwn-wfelei-ta-paidia>, 20/9/2014. (Με μικρές αλλαγές/περικοπές)

Δυτικού Ιλινόις έδειξε πως τα e-mail μπορούν να εξελίξουν τον γραπτό λόγο, ενώ μελέτη του Πανεπιστημίου της Νεμπράσκα συμπέρανε πως υπηρεσίες σαν το Skype και οι υπηρεσίες μηνυμάτων ενισχύουν τις επικοινωνιακές δεξιότητες..

Σύμφωνα με την Αμερικανική Παιδιατρική Εταιρεία, βασική προϋπόθεση για σαν τα παραπάνω είναι η «λογική χρήση» των συσκευών, πάντα κάτω από την καθοδήγηση των γονέων. Αυτό σημαίνει ότι ο χρόνος που περνούν τα παιδιά, ηλικίας 3-18 ετών, μπροστά από μια οθόνη (τηλεόραση, υπολογιστής, tablet) δεν πρέπει να ξεπερνά τις δύο ώρες ημερησίως. Αντίθετα, η Εταιρεία συμβουλεύει ότι παιδιά μικρότερων ηλικιών δεν πρέπει να έχουν καμία επαφή με την τεχνολογία.οφέλη

1. Τα παιδιά του Steve Jobs χρησιμοποιούν _____
καθημερινά την τεχνολογία.
2. Η χρήση της τεχνολογίας είναι πάντα ακίνδυνη. _____
3. Ο δημοσιογράφος ακούει τα λόγια του Steve Jobs _____
με έκπληξη.
4. Η σημερινή γενιά κερδίζει πολλά από την _____
ανάπτυξη της τεχνολογίας.
5. Το Skype δεν βοηθά την επικοινωνία μεταξύ των _____
νέων.

Άσκηση 9:

Επιλέξτε από τις παρακάτω λέξεις/φράσεις αυτή που αντιστοιχεί σε κάθε κενό του κειμένου. (B1)

αντίθετα, γιατί, εκτός, επίσης, **έτοιμοι**, ιστορία, να απασχολούμε, να γνωρίζονται, να γνωρίσουν, να παίζουμε, παράλληλα, ώστε

Ξεχωριστά οικογενειακά πορτρέτα από υπαίθριους ζωγράφους στο ΚΠΙΣΝ³

Καλλιτέχνες στο Κέντρο Πολιτισμού «Ίδρυμα Σταύρος Νιάρχος», φορώντας χάρτινο σκούφο και κασκόλ από ξερά φύλλα, είναι **έτοιμοι** να φιλοτεχνήσουν το οικογενειακό σας πορτρέτο.

Η καλλιτεχνική ομάδα του Playroom ετοιμάζει και προσφέρει σε όσους βρεθούν στο Ξέφωτο στο «Ίδρυμα Σταύρος Νιάρχος» ξεχωριστά οικογενειακά πορτρέτα και ιδιότυπες προσωπογραφίες. Δεν θα χρησιμοποιούν μολύβια και γόμες αλλά κομμένα χαρτιά, αυτοσχέδια πινέλα, σφραγίδες και πολλά άλλα εργαλεία και υλικά, ειδικά διαμορφωμένα _____ (1) να δημιουργήσουν προσωπογραφίες. Τα πορτρέτα αυτά δεν είναι αναπαραστατικά, αλλά θα είναι κάτι διασκεδαστικό και _____ (2) εικαστικό και ενδιαφέρον. Θα χρησιμοποιήσουν κολάζ, χρωματικές ταινίες και πολλά άλλα ιδιαίτερα υλικά.

Όμως, _____ (3) από τις ιδιαίτερες αυτές οικογενειακές ζωγραφιές που σχεδιάζει η ομάδα του Playroom, η κ. Μπόζου, μία από τις υπεύθυνες της ομάδας, αναφέρει σε συνέντευξή της στο Αθηναϊκό-Μακεδονικό Πρακτορείο Ειδήσεων ότι «έχουμε ετοιμάσει το «πικνικ με τους ζωγράφους στο Πάρκο» κάθε Κυριακή. Μέσα από αυτά τα πικνικ περνάμε από διάφορες εποχές της ιστορίας της τέχνης και προσπαθούμε _____ (4) τα παιδιά έργα που μπορεί να είναι μοντέρνας ή σύγχρονης εποχής ή ακόμη και από ζωγράφους που ζούνε και δρύνε αυτήν τη χρονική περίοδο».

Συμπληρώνει ότι «είναι σημαντική η επαφή και η σχέση των παιδιών με την τέχνη. Κι όχι μόνο των παιδιών, αλλά και των μεγάλων, των γονιών τους. Μπορεί να είναι μικρή η διάρκεια των εικαστικών μας δραστηριοτήτων και μπορεί _____ (5) τα παιδιά για λίγη ώρα (ένα μισάωρο ή το πολύ μια ώρα), ωστόσο προσπαθούμε να τους προσφέρουμε συμπυκνωμένη γνώση για την τέχνη που παράλληλα να είναι και διασκεδαστική».

³ Παπαδοπούλου, Κ., ΑΠΕ-ΜΠΕ, <https://www.amna.gr/>, 4/1/2018. (Με μικρές αλλαγές/περικοπές)

Άσκηση 10:

Επιλέξτε από τις παρακάτω λέξεις/φράσεις αυτή που αντιστοιχεί σε κάθε κενό του κειμένου. (B2)

άλματα ανάπτυξης, ανάδοχη οικογένεια, από τα παιδιά, από τις αμερικανικές αρχές, άσυλο, εξάλλου, η ανάγκη, κέντρο αναψυχής, με πολλούς ανθρώπους, να βυθιστεί, **να προσαρμόζεται**, οι προτιμήσεις του, στους δυνατούς θορύβους, την αναχώρηση, της επιστροφής, τις συνήθειές του, ως στόχο

Χωρισμός στα σύνορα⁴

Ο Κωνσταντίν είχε κλείσει τα 18 του χρόνια, όταν άρχισε **να προσαρμόζεται** αργά στη νομαδική ζωή της οικογένειάς του. Δεν μπορεί να περπατήσει ακόμη μόνος του δίχως να κρατά κάποιο ενήλικο χέρι, φοβάται και κλαίει όταν αντικρίζει πολύ κόσμο, είναι ευαίσθητος _____ (1), δεν έχει πει τις πρώτες του λέξεις. Από την ηλικία των τεσσάρων μέχρι των εννέα μηνών είχε χωριστεί από τους γονείς του. Εκείνοι δεν ήταν μπροστά, όταν ο γιος τους έκανε κάποια από τα μικρά _____ (2). Δεν άκουσαν ζωντανά το πρώτο του βαθύ και δυνατό γέλιο. Και όταν τον πήραν και πάλι στην αγκαλιά τους, δεν ήξεραν _____ (3). Πώς και πόσο έτρωγε, πώς του άρεσε να τον κρατούν ή να τον νανουρίζουν, τι παιχνίδια έπαιζε, τι φοβόταν ή τι απεχθάνονταν. Έπρεπε να τα ανακαλύψουν από την αρχή.

Η ιστορία της οικογένειας Μούτου, γραμμένη από τη δημοσιογράφο Κέιτλιν Ντίκερσον των New York Times, αποκαλύπτει πόσο σκληρός υπήρξε ο αμερικανικός κρατικός μηχανισμός. Οι Μούτου, Ρομά της Ρουμανίας, είχανβάλει _____ (4) να μεταναστεύσουν στις ΗΠΑ. Επιχείρησαν το ριψοκίνδυνο ταξίδι φτάνοντας πρώτα στο Μεξικό. Στην απόπειρά τους όμως να περάσουν στην πολιτεία του Τέξας, οι δύο γονείς χωρίστηκαν. Ο Βασίλε Μούτου έμεινε μαζί με τον τετράμηνο τότε γιο του, Κωνσταντίν. Επιχείρησε να ζητήσει _____ (5), αλλά οι Αμερικανοί συνοριοφύλακες που τον εντόπισαν πήραν το μωρό από την αγκαλιά του και του πέρασαν χειροπέδες. Έστειλαν τον Κωνσταντίν χιλιόμετρα μακριά, σε μια αμερικανική _____ (6) στο Μίσιγκαν. Επί μήνες ο Βασίλε δεν είχε νέα του γιου του, δεν ήξερε καν πού βρισκόταν με αποτέλεσμα _____ (7) στη θλίψη. Δεν έτρωγε, δεν κοιμόταν και, όπως γράφει η Αμερικανίδα δημοσιογράφος,

⁴⁴ Παπαδόπουλος, Γ., <http://www.kathimerini.gr/1030281/opinion/epikairothta/politikh/xwrismos-sta-synora>, 22/6/2019. (Με μικρές αλλαγές/προσθήκες)

έκλαιγε τόσο πολύ, που οι συγκρατούμενοί του τον χτυπούσαν για να σωπάσει.

Πείστηκε _____ (8) να ακυρώσει το αίτημά του για άσυλο. Του υποσχέθηκαν ότι στην πτήση της απέλασης θα τον συνόδευε και ο γιος του. Όταν έφτασε όμως η στιγμή _____ (9) στη Ρουμανία, δεν έβρισκε πουθενά στο αεροδρόμιο τον Κωνσταντίν. Του είπαν ότι θα τον παρέδιδαν μόλις καθόταν στη θέση του. Ούτε αυτό συνέβη. Ο Βασίλε γύρισε στο σπίτι του μόνος.

Πέρασε κι άλλος καιρός, μέχρι επιτέλους να κινηθεί η διαδικασία και να σταλεί ο Κωνσταντίν στους βιολογικούς γονείς του. Ο ψυχολογικός εκβιασμός, η πίεση, τα ψέματα, ο χωρισμός γονέων _____ (10) σίγουρα δεν αποτελεί πολιτική στάση ούτε ανθρώπινη προσέγγιση στα προβλήματα. Η ιστορία έγινε γνωστή παγκοσμίως και δυστυχώς δεν είναι η μοναδική.

Άσκηση 11:

Διαβάστε το κείμενο και βρείτε τη σωστή απάντηση. (B2)

Γιορτή της Μητέρας: Ποιος είναι ο ρόλος της μητέρας, τι γιορτάζουμε⁵

Μάνα, μητέρα, μαμά. Μανάδες ηρωίδες, ενίοτε με διπλό ρόλο - μητέρες και πατέρες μαζί, μάνες «κουκουβάγιες», αυστηρές ή και όχι, σίγουρα στοργικές, όλες ασύγκριτες και μοναδικές κι η αγκαλιά τους καταφύγιο, όσο κι αν μεγαλώνουμε.

Από τη γιορτή της μάνας γης την άνοιξη, στην αρχαία Ελλάδα, φθάσαμε στη δεύτερη Κυριακή του Μαΐου να γιορτάζουμε την δεύτερη πιο εμπορική γιορτή, μετά από εκείνη του Αγίου Βαλεντίνου. Η Γιορτή της Μητέρας ξεκίνησε ως ημέρα μνήμης και πένθους των γυναικών, που είχαν χάσει τα παιδιά τους και γενναίους στρατιώτες στον πόλεμο.

Χρόνια αργότερα η Anna Jarvis από τη Φιλαδέλφεια των ΗΠΑ, 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 Μαΐου ως Ημέρα της Μητέρας.

Όπως εξομολογείται η Δρ. Ανατολή Παταρίδου, MD, χειρουργός ωτορινολαρυγγολόγος κεφαλής - τραχήλου, παιδο-ΩΡΛ, επιστημονική

⁵ Παταρίδου, Α., <https://www.iatronet.gr/eidiseis-nea/apopseis-sxolia/news/50526/giorti-tis-miteras-pois-einai-o-rolos-tis-miteras-ti-giortazoyme.html>, 10/5/2019. (Με περικοπές/μικρές αλλαγές)

συνεργάτης του Νοσοκομείου ΥΓΕΙΑ-ΜΗΤΕΡΑ: «Κανένα παιδί δεν έρχεται με «οδηγίες χρήσης» και ποτέ δεν θα είσαι 100% προετοιμασμένη. Όμως από την πρώτη στιγμή καταλαβαίνεις ότι έχεις την τύχη και την ευλογία να ζήσεις κάτι μαγικό. Είναι πραγματικά ανεξήγητο πώς ένα μικρό πλασματάκι μπορεί να σου δημιουργήσει τέτοιο «χείμαρρο» συναισθημάτων. Είναι η στιγμή που η ζωή σου παίρνει ένα τελείως διαφορετικό νόημα και πλέον δεν έχεις μόνο την ευθύνη του εαυτού σου».

Από την ώρα που γεννιέται το μωρό, η αγωνία και το άγχος «πάνε πακέτο». Να το ταΐσεις, να το αλλάξεις, να το παρηγορήσεις όταν κλαίει, να τρέχεις πίσω του, όταν εκείνο θα διανύει χιλιόμετρα μπουσουλώντας μέσα στο σπίτι, με τον φόβο μην χτυπήσει.

«Το σπίτι γίνεται μίνιμαλ, απομακρύνεις σχεδόν όλα τα έπιπλα, για να μην έχεις συνέχεια αυτό το άγχος. Μέχρι που έχεις φθάσει πλέον στο σημείο, που το βλέπεις να στέκεται στα δύο πόδια. Και εκεί δεν ξέρεις τι να πρωτοσκεφτείς. Η χαρά είναι τεράστια, καθώς πρόκειται για ένα «κοσμοϊστορικό» γεγονός, αλλά από την άλλη σκέφτεσαι «ποιος το πιάνει τώρα...». Παλεύεις με τις ώρες, προσπαθώντας να του μάθεις να πει «μαμά», θεωρώντας πως αυτό θα είναι ένα είδος επιβράβευσης για τα αμέτρητα ξενύχτια σου, αλλά τίποτα. Μέχρι που εκείνο αποφασίζει από μόνο του να πει «μπαμπά». Εντάξει και αυτό καλό είναι, μην τα θέλουμε όλα δικά μας».

Μια παροιμία των Γίντις λέει «ο Θεός έφτιαξε τις μανάδες, γιατί δεν μπορούσε να είναι παντού». Όσο τα παιδιά μεγαλώνουν, αυξάνονται προοδευτικά οι έγνοιες για μια μητέρα. Από την πρώτη μέρα στο σχολείο, στις φιλίες του, στην καθημερινή του πρόοδο, στα μικρά ή μεγάλα επιτεύγματά του, στα λάθη του.

Η κα Παταρίδου επισημαίνει: «Κάθε φορά που βλέπεις ότι έχει πάρει έναν καλό βαθμό στα διαγωνίσματά του, γεμίζεις περηφάνια. Άλλωστε είναι μια μικρή νίκη και για σένα, που μετά από πολλά χρόνια «ξαναγύρισες στα θρανία».

Ο καιρός περνάει, η φοιτητική ζωή είναι προ των πυλών. Και αν είναι να φύγει και μακριά, χιλιάδες σκέψεις περνάνε από το μυαλό σου. Τι θα τρώει, τα ρούχα του ξέρει να τα πλένει, ποιος θα του καθαρίζει το σπίτι; Και αρχίζουν τα τηλεφωνήματα, το ένα πίσω από το άλλο. «Μαμά, είμαι καλά, μην με παίρνεις συνέχεια». Εύκολο να το λες. Και όταν μετά από μερικά χρόνια έρθει η στιγμή της ορκωμοσίας, δεν ξέρεις πώς να κρύψεις τη χαρά σου. Μετά από πολλά ξενύχτια, άγχος, αντιπαραθέσεις, ειδικά στα χρόνια της εφηβείας, πλέον το παιδί σου χαράζει τη δική του πορεία».

1. Το 1914

- α. καθιερώθηκε η γιορτή της Μητέρας.
- β. άρχισε η προσπάθεια να καθιερωθεί η γιορτή της μητέρας.
- γ. ψηφίστηκε το πρώτο προεδρικό διάταγμα.
- δ. η Anna Jarvis τίμησε τη μητέρα της.

2. Είναι δύσκολο να εξηγήσει κάποιος

- α. τη δημιουργία ενός παιδιού.
- β. την πληθώρα συναισθημάτων που γεννά σε κάποιον ένα παιδί.
- γ. το διαφορετικό νόημα της ζωής.
- δ. τις ευθύνες που πρέπει να αναλάβει κάποιος.

3. Καθώς μεγαλώνουν τα παιδιά

- α. διευρύνονται οι ανησυχίες μίας μητέρας.
- β. μεγαλώνει η πρόοδος μίας μητέρας.
- γ. η μητέρα δεν μπορεί να είναι παρούσα παντού.
- δ. η πρόοδός τους αυξάνεται.

4. Η καλή επίδοση των παιδιών

- α. πλημμυρίζει το παιδί με υπερηφάνεια.
- β. συνδέεται με τον βαθμό στο πρώτο διαγώνισμα.
- γ. κάνει τη μητέρα να ξαναγυρίσει στα θρανία.
- δ. αποτελεί μία επιβράβευση για τη μητέρα.

5. Όταν το παιδί γίνεται πλέον φοιτητής και βρίσκεται μακριά

- α. είναι εύκολη υπόθεση.
- β. παίρνει συνεχώς τηλέφωνο τη μητέρα του.
- γ. οι ανησυχίες μίας μητέρας αυξάνονται.
- δ. αναρωτιέται πώς θα ζήσει μακριά από τη μητέρα του.

Άσκηση 12:

Επιλέξτε από τις παρακάτω λέξεις/φράσεις αυτή που αντιστοιχεί σε κάθε κενό του κειμένου. (Γ1)

δεν έχει κανένα αντίκρισμα, δεν ξεπερνούν, εκκρεμεί, ενδιαφέροντος, επίσημος, έχει μικρότερη ανταπόκριση, θα απαγορεύονται, θα λιμοκτονούσαν, κατά κύριο λόγο, να αναλάβει, να γυρνούν την πλάτη, να της επιτραπεί, **ο λόγος**, συμφέροντος, συμφώνησαν, συνήψαν

Κοροϊδία το σύμφωνο συμβίωσης⁶

Πανεπιστημιακοί το θεωρούν αντισυνταγματικό, νομικοί το χαρακτηρίζουν ατελές και μικρόψυχο, κληρικοί αιρετικό και πολίτες «δώρον άδωρον»: ο λόγος για το σύμφωνο ελεύθερης συμβίωσης, στο οποίο οι Έλληνες φαίνεται _____ (1). Σχεδόν δύο χρόνια μετά την ψήφιση του σχετικού νόμου, τα ζευγάρια που έχουν επιλέξει αυτή τη μορφή νομικής κατοχύρωσης της σχέσης τους _____ (2) τις λίγες δεκάδες σε ολόκληρη τη χώρα. Από την άλλη, όσα το έχουν κάνει αντιμετωπίζουν διάφορα προβλήματα στις συναλλαγές τους με το Δημόσιο και άλλους φορείς, ώστε μάλλον το έχουν μετανιώσει!

Ο κ. Μητρόπουλος και η κ. Παναγιωτοπούλου _____ (3) σύμφωνο ελεύθερης συμβίωσης στις 7 Μαΐου του 2009. Το σύμφωνο ήταν το 14ο που καταχωρήθηκε στο Ληξιαρχείο Αθηνών έξι ημέρες αργότερα, στις 13 Μαΐου. «Ο λόγος που επιλέξαμε αυτή τη διαδικασία είναι επειδή ήταν η πιο απλή και επειδή προϋποθέτει τη μικρότερη εμπλοκή τρίτων», αναφέρει η κ. Παναγιωτοπούλου, και προσθέτει ότι στις αρχές του 2010, έγκυος στο δεύτερο παιδί της με τον άνδρα της, ζήτησε από το Ι.Κ.Α. Κεραμεικού _____ (4) την περίθαλψή της, ως μέλος της οικογένειας του συντρόφου της. Η προϊσταμένη του υποκαταστήματος αρνήθηκε, με το επιχείρημα ότι «άλλο σύζυγος, άλλο σύντροφος». «Έμεινα έκπληκτη και οργισμένη. Ένωσα ότι με κορόιδευαν», λέει η κ. Παναγιωτοπούλου. «Εκεί καταλάβαμε ότι το χαρτί αυτό δε μας εξασφαλίζει σε σημαντικά ζητήματα και _____ (5). Γι' αυτό και στο τέλος αποφασίσαμε και κάναμε τελικά έναν πολιτικό γάμο» εξηγεί ο κ. Μητρόπουλος.

Η κ. Παναγιωτοπούλου υπέβαλε και γραπτώς το αίτημά της στο Ι.Κ.Α., χωρίς να έχει πάρει επίσημη απάντηση ως σήμερα. Το σχετικό ζήτημα εκκρεμεί στη Διεύθυνση Ασφάλισης Ασθένειας και Μητρότητας του Ι.Κ.Α.. Το πρόβλημα της κ. Παναγιωτοπούλου, καθώς και άλλες παρόμοιες περιπτώσεις, έχουν

⁶ Γαλάνης, Δ., <https://www.tovima.gr/2010/05/09/society/koroidia-to-symfwno-symbiwsis/>, 9/5/2010. (Με περικοπές/μικρές αλλαγές)

απασχολήσει και τον Συνήγορο του Πολίτη, η σχετική εισήγηση του οποίου _____ (6) επίσης. Ίσως επειδή στην πράξη το πρόβλημα δεν είναι και τόσο ευρύ, αφού, όπως διαβεβαιώνουν εκπρόσωποι των συμβολαιογράφων, αν περίμεναν να ζήσουν από τα σύμφωνα συμβίωσης, _____ (7)!

«Προσωπικά, δεν έχω υπογράψει ούτε ένα αλλά και από συζητήσεις με συναδέλφους μπορώ να σας διαβεβαιώσω ότι είναι σπάνιες οι περιπτώσεις ζευγαριών που επιλέγουν να νομιμοποιήσουν τη σχέση τους με τον τρόπο αυτόν» αναφέρει χαρακτηριστικά ο κ. Ρούσκος, μέλος του Διοικητικού Συμβουλίου του Συλλόγου Συμβολαιογράφων Αθήνας. «Αν παρόμοια σύμφωνα δεν υπογράφονται στην πρωτεύουσα, είμαι βέβαιος ότι στην περιφέρεια ο θεσμός αυτός _____ (8)».

Ο κ. Ρούσκος υπογραμμίζει ότι «το μεγαλύτερο ίσως πρόβλημα είναι οι ασάφειες που αφήνει η σχετική νομοθετική ρύθμιση για τα δικαιώματα του ζευγαριού, σε αντίθεση με τον γάμο που εξασφαλίζει πιο ξεκάθαρα τα θέματα αυτά» και προσθέτει πως όταν είχε ψηφιστεί ο σχετικός νόμος υπήρξε κάποια εκδήλωση _____ (9), η οποία όμως έχει πλέον ατονήσει. «Λίγοι το κουβεντιάζουν και πολύ λιγότεροι το αποφασίζουν», σημειώνει. Ο κ. Ρούσκος κάνει επίσης λόγο για την ψυχολογία των Ελλήνων, που θεωρούν ότι ο γάμος είναι πιο σταθερός θεσμός, ενώ τονίζει ότι η ελληνική κοινωνία είναι πιο συντηρητική σε τέτοια ζητήματα από άλλες.

Το σύμφωνο συμβίωσης είχε απασχολήσει και τους ομοφυλόφιλους αλλά σήμερα, όπως δηλώνουν, δεν τους αφορά, αφού δεν τους συμπεριλαμβάνει. Όπως τονίζουν εκπρόσωποί τους, το σύμφωνο συμβίωσης έχει νομιμοποιηθεί στις περισσότερες ευρωπαϊκές χώρες _____ (10) για να δίνει λύση δέσμευσης στα ομόφυλα ζευγάρια. «Το σύμφωνο προϋποθέτει οι συμβαλλόμενοι να είναι άτομα διαφορετικού φύλου, κάτι το οποίο δεν προβλέπεται ούτε καν στον Αστικό Κώδικα για τον γάμο, άρα ο νόμος βάσει και των διατάξεων της Ευρώπης είναι αντισυνταγματικός. Τι νόημα έχει να κάνει μια χώρα ένα σύμφωνο συμβίωσης, αν με αυτό δεν μπορούν να κατοχυρωθούν τα άτομα του ιδίου φύλου;» διερωτάται ο κ. Γιώργος Τσιτιρίδης, υπεύθυνος του περιοδικού «Screw». «Εμείς προτείνουμε να αναγνωριστεί ο πολιτικός γάμος στα άτομα του ιδίου φύλου και επίσης να μπορούν να συνάψουν και το σύμφωνο συμβίωσης, αν το θέλουν», καταλήγει.

Άσκηση 13:

Διαβάστε το κείμενο και βρείτε τη σωστή απάντηση. (Γ1)

ΗΠΑ: Το Facebook επιδιώκει πλέον να διαβάσει το μυαλό μας και να αντλεί νέα δεδομένα, διασχίζοντας το έσχατο όριο της ανθρώπινης ιδιωτικότητας⁷

Από καιρό τώρα το Facebook έχει πάψει να αρκείται στο να γνωρίζει απλώς πού βρισκόμαστε, με ποιον είμαστε και τι κάνουμε. Δεν του φθάνει να αναγνωρίζει τις προσωπικές μας προτιμήσεις και τις δραστηριότητές μας. Αυτές μπορεί να τις γνωρίζει κάθε τεχνολογική εφαρμογή που βασίζεται στα likes μας, στον ποιον ακολουθούμε κι επικοινωνούμε και στο τι αγοράζουμε. Επίσης όλες αυτές οι εφαρμογές και τα δίκτυα μπορούν να ακούσουν τι λέμε στο τηλέφωνό μας. Οι εφαρμογές αυτές συγκεντρώνουν τα δεδομένα για το τι λέμε και τι κάνουμε, τα ομαδοποιούν και τα πωλούν σε όποια εταιρεία πλειοδοτήσει.

Όμως ακόμη υπάρχει ένα όριο, πέραν του οποίου δεν έχουν κατορθώσει όλες οι τεχνολογίες και οι εταιρείες τους να διεισδύσουν: το ανθρώπινο μυαλό. Φαντάζεται κανείς τι θα γινόταν εάν κάποια εταιρεία κατόρθωνε να διαβάσει το μυαλό μας και να αποκομίζει κέρδη από τις πληροφορίες που αντλεί από μέσα του; Αυτός μοιάζει να είναι ο επόμενος στόχος του Facebook.

Η εταιρεία που ίδρυσε ο Μαρκ Ζούκερμπεργκ έχει αρχίσει να χρηματοδοτεί διάφορες έρευνες που αναπτύσσουν «αποκωδικοποιητές ομιλίας», ικανούς να εντοπίσουν τι βούλονται να πουν τα ανθρώπινα υποκείμενα μέσω των εγκεφαλικών τους μηνυμάτων, τονίζεται σε άρθρο που δημοσιεύεται σε μπλογκ του ίδιου του Facebook.

Μία από τις μελέτες, που χρηματοδοτείται από τη διαδικτυακή εφαρμογή και επικεφαλής της είναι επιστήμονες του Πανεπιστημίου της Καλιφόρνιας, στο Σαν Ντιέγκο, δημοσιεύθηκε μάλιστα πρόσφατα στο περιοδικό Nature Communications. Η έρευνα εστιάζεται στο πως μπορούμε να χρησιμοποιούμε μηχανές μόνο με τη σκέψη μας. Για τον σκοπό αυτόν, έχουν σχεδιασθεί μηχανισμοί που «διαβάζουν» τα εγκεφαλικά μηνύματα και προσπαθούν να ταυτοποιήσουν τι είναι εκείνο που προτίθεται να πει το ανθρώπινο υποκείμενο.

Όπως σχολιάζει σχετικά το Τεχνολογικό Ινστιτούτο της Μασαχουσέτης (MIT), «οι ερευνητές τοποθέτησαν πλάκες με ηλεκτρόδια στον εγκέφαλο των εθελοντών. Κατόπιν τους έθεσαν μία σειρά από ερωτήσεις, απαιτώντας από τα υποκείμενα της έρευνας να δίνουν απλές απαντήσεις. Όπως για

⁷ Δάβος, Γ-Β., ΑΠΕ-ΜΠΕ, <https://www.amna.gr/>. (Πηγή: MIT Technology Review, El Pais) (Με αλλαγές/περικοπές)

παράδειγμα 'προτιμάς ένα πιάνο ή ένα βιολί;'. Το σύστημα προσπαθούσε να εντοπίσει τόσο την ερώτηση, όσο και την απάντηση».

Μολονότι τα αποτελέσματα της έρευνας βρίσκονται ακόμη στο πρώιμο στάδιό τους, οι ερευνητές συμπέραναν πως «η εγκεφαλική δραστηριότητα που καταγράφηκε ενόσω οι άνθρωποι μιλούσαν θα μπορούσε να χρησιμοποιηθεί για να αποκωδικοποιηθεί σχεδόν ταυτόχρονα αυτό που λέει και να μεταφράζεται σε κείμενο στην οθόνη ενός υπολογιστή».

Το ίδιο το Facebook διαβεβαιώνει πως εάν η μηχανή ήταν ικανή να αναγνωρίσει μόνον κάποιες νοητικές εντολές, όπως «έναρξη», «επιλογή» και «διαγραφή», ήδη αυτό θα αρκούσε για να εγκαταστήσει νέες μορφές διάδρασης των υποκειμένων με τις εφαρμογές.

Στο επίσημο μπλογκ του, το Facebook υποστηρίζει πως στόχος του είναι να δημιουργήσει μία νέα και μη επεμβατική διεπαφή, η οποία θα επιτρέπει στους χρήστες να γράφουν άμεσα χρησιμοποιώντας τη σκέψη τους, «φανταζόμενοι πως μιλούν οι ίδιοι». Πηγαίνοντας ένα βήμα παραπέρα, το Facebook επιδιώκει να αναπτύξει ένα φορητό ακουστικό, που θα επιτρέπει στους χρήστες να χρησιμοποιούν τις σκέψεις τους για να ελέγχουν την μουσική, ή να διαδρούν με την εικονική πραγματικότητα. Για την επίτευξη αυτού του στόχου, το μέσο κοινωνικής δικτύωσης έχει χρηματοδοτήσει έρευνες για συστήματα που «ακροώνται» τον εγκέφαλο έξω από το κρανίο μέσω οπτικών ινών, ή λέιζερ, τα οποία μετρούν τις αλλαγές στη ροή του αίματος—εν είδει φορητού μηχανήματος μαγνητικής τομογραφίας.

Φυσιολογικά εδώ ενσκήπτει ένα ερώτημα. Τι θα κάνει το Facebook με τις πληροφορίες αυτές;

Η επίσημη εκδοχή είναι πως στόχος της εταιρείας είναι απλώς να βελτιώσει τη διάδραση μεταξύ μηχανής και ανθρώπου. Όμως ποιο είναι το τίμημα π.χ. της ενεργοποίησης μέσω της σκέψης του της μουσικής που θέλει το υποκείμενο να ακούσει; Είναι ότι η εταιρεία θα μπορεί να επεξεργάζεται τα εγκεφαλικά κύματα που εκπέμπονται ενώ κάποιος περπατά. Με αυτά τα μηχανήματα, το Facebook θα μπορεί να εντοπίζει και να μεταφράζει τα μηνύματα του εγκεφάλου, όποιες και να είναι οι σκέψεις του υποκειμένου. Αυτό θα του προσπόριζε ακόμη περισσότερες πληροφορίες από αυτές που ήδη διαθέτει και σε πολύ πιο άμεσο χρόνο. Δεν θα χρειάζεται να περιμένει τις αντιδράσεις από μία δημοσίευση, αλλά απλώς θα εντοπίζει ποια είναι η αντίδραση του ίδιου του μυαλού μας σε αυτή. Ουσιαστικά, ανάμεσα στον χρήστη και το μέσο κοινωνικής δικτύωσης δεν θα υπάρχει πλέον κανένα μυστικό.

«Είναι ένα από τα πρώτα τρανταχτά παραδείγματα του ότι ένας γίγαντας της τεχνολογίας επιδιώκει να αντλήσει δεδομένα άμεσα από το μυαλό των ανθρώπων», τονίζεται στο MIT Technology Review. Στο ίδιο δημοσίευμα, η καθηγήτρια και ειδική στη νευρο-ηθική του Πανεπιστημίου

Ντιουκ Νίτα Φάραχανι, διαπιστώνει πως «βρισκόμαστε στο σημείο του να διαβούμε το έσχατο όριο της ιδιωτικής ζωής μας χωρίς να διαθέτουμε κανένα μέσο προστασίας».

1. Ο επόμενος στόχος του facebook είναι

- α. να κλωνοποιήσει ανθρώπους.
- β. να δημιουργήσει νέα πρότυπα ανθρώπινης ύπαρξης.
- γ. να αποκωδικοποιήσει τις ανθρώπινες σκέψεις.
- δ. να πουλήσει την εταιρεία.

2. Οι ερευνητές χρησιμοποίησαν πλάκες με ηλεκτρόδια στον ανθρώπινο εγκέφαλο για να

- α. συλλέξουν προσωπικά βιώματα.
- β. βρουν τη συναισθηματική κατάσταση των εθελοντών.
- γ. κατευθύνουν τις ερωτήσεις των εθελοντών.
- δ. ανιχνεύσουν ερωταποκρίσεις των εθελοντών.

3. Με τη συλλογή πληροφοριών το Facebook προτίθεται να

- α. καλυτερεύσει την αλληλεπίδραση ανάμεσα στις μηχανές και τον άνθρωπο.
- β. να δημιουργήσει μία νέα μηχανή για τον άνθρωπο.
- γ. να αποστασιοποιήσει τον άνθρωπο από τη μηχανή.
- δ. να δώσει επίσημα στοιχεία.

4. Σύμφωνα με το κείμενο μεταξύ του χρήστη και του μέσου κοινωνικής δικτύωσης

- α. θα υπάρχει ταύτιση απόψεων και σκέψεων.
- β. δε θα μένει τίποτα κρυφό.
- γ. θα τηρούνται όλες οι συμφωνίες και τα μυστικά.
- δ. θα κρύβονται οι αλήθειες.

5. Σύμφωνα με την καθηγήτρια Νίτα Φάραχανι
- α. η ιδιωτική μας ζωή πλέον θα προστατεύεται.
 - β. η ιδιωτική μας ζωή θα μείνει στο απυρόβλητο.
 - γ. θα ξεπεράσουμε το μέτρο της ιδιωτικής ζωής.
 - δ. η ιδιωτική μας ζωή θα βελτιωθεί.

Άσκηση 14:

Επιλέξτε από τις παρακάτω λέξεις/φράσεις αυτή που αντιστοιχεί σε κάθε κενό του κειμένου. (Γ2)

για την έκβαση, εκ πρώτης όψεως, εκ των οποίων, **εν δυνάμει**, εν συγκρίσει, εξ αποστάσεως, καλείται, μεμονωμένα, μη έχοντας, να διαφοροποιήσει, να κάνει τη διαφορά, να καταστήσει, παρέχοντας, συλλήβδην, υποβάλλεται, υφίσταται

Ψηφιακά μαθήματα για πρώτες βοήθειες⁸

Κάθε χρόνο στην Ευρώπη συμβαίνουν 100.000.000 τυχαία περιστατικά, **εν δυνάμει** επικίνδυνα για τη ζωή. Μια πτώση, ένα έγκαυμα, μια πνιγμονή από ξένο σώμα, μια ανακοπή είναι συμβάντα, για τα οποία τα πρώτα λεπτά αντιμετώπισης είναι καθοριστικά _____ (1) της υγείας του «θύματος» και η γνώση πρώτων βοηθειών μπορεί σίγουρα _____ (2). Δυστυχώς στην Ελλάδα η γνώση πρώτων βοηθειών από τον γενικό πληθυσμό είναι σε πολύ χαμηλό επίπεδο _____ (3) με άλλες χώρες της Ευρώπης, όπου οι βασικές οδηγίες υποστήριξης ζωής διδάσκονται ακόμα και στα σχολεία.

Σε μια προσπάθεια _____ (4) πολύ εύκολη την πρόσβαση του καθενός στην εκπαίδευση για τις πρώτες βοήθειες, ο Ελληνικός Ερυθρός Σταυρός (Ε.Ε.Σ.) σε συνεργασία με την ελληνική εταιρεία SQLearn αγκαλιάζει την ψηφιακή εποχή _____ (5) ηλεκτρονικά μαθήματα. Όπως ανέφεραν χθες κατά την παρουσίαση αυτής της συνεργασίας ο πρόεδρος του Ε.Ε.Σ., Αντώνης Αυγερινός, και ο γενικός διευθυντής της SQLearn, Σπύρος Γκούμας, μέσω ψηφιακών μαθημάτων που έχει αναπτύξει η SQLearn, αξιοποιώντας εκπαιδευτικό υλικό του Ε.Ε.Σ., ο ενδιαφερόμενος μπορεί να μάθει έγκυρα και αποτελεσματικά, όποτε και απ' όπου θέλει, πώς να δίνει τις βασικές πρώτες βοήθειες για την αντιμετώπιση βασικών καταστάσεων ανάγκης που σχετίζονται με τη ζωή. Στο τέλος της εκπαίδευσης, ο

⁸ Μπουλούτζα, Π., <https://www.kathimerini.gr/938513/article/epikairothta/ellada/yhfiaka-ma8hmata-gia-prwtes-voh8eies>, 9/12/2017. (Με περικοπές/μικρές αλλαγές)

ενδιαφερόμενος _____ (6) σε τεστ αξιολόγησης και, εφόσον το «περάσει» με επιτυχία, λαμβάνει πιστοποιητικό εκπαίδευσης του Ε.Ε.Σ., το οποίο ισχύει για πέντε χρόνια. Το μόνο που χρειάζεται είναι ένας υπολογιστής με πρόσβαση στο Διαδίκτυο και ένας κωδικός πρόσβασης για την πλατφόρμα εκπαίδευσης που λαμβάνει ο ενδιαφερόμενος από τον Ε.Ε.Σ. ή την SQLearn, πληρώνοντας ένα αντίτιμο που κατά τον κ. Αυγερινό θα είναι «σε λογικά πλαίσια, _____ (7) καμία σχέση με αμοιβές κερδοσκοπικών οργανισμών».

Ο κ. Αυγερινός τόνισε ότι «οι πρώτες βοήθειες είναι πράξη ανθρωπισμού. Πρέπει να είναι διαθέσιμες στον οποιοδήποτε, οποιαδήποτε στιγμή και σε οποιοδήποτε μέρος», ενώ πρόσθεσε ότι «η πρωτοπόρα εφαρμογή εκμάθησης πρώτων βοηθειών e-learning αποδεικνύει το σύγχρονο καινοτόμο «αποτύπωμα» του Ε.Ε.Σ.». Από την πλευρά του, ο κ. Γκούμας επισήμανε ότι «χάρη σε αυτήν την αποκλειστική συνεργασία με τον Ε.Ε.Σ., η SQLearn έχει τη δυνατότητα να χρησιμοποιήσει τη μοναδική της τεχνογνωσία και εμπειρία στην _____ (8) εκπαίδευση για να φέρει κοντά στο κοινό τη μάθηση σε ένα χρήσιμο αντικείμενο που μας αφορά όλους: την αντιμετώπιση καταστάσεων έκτακτης ανάγκης, που συμβαίνουν όμως συχνά στην καθημερινότητά μας».

Τα ηλεκτρονικά μαθήματα χαρακτηρίζονται από διαδραστικότητα. Ο εκπαιδευόμενος _____ (9) να αξιοποιήσει όσα μαθαίνει, επιλέγοντας τις κατάλληλες ενέργειες στις οποίες πρέπει να προβεί ανάλογα με το «σενάριο» έκτακτης ανάγκης που αντιμετωπίζει στο ψηφιακό περιβάλλον. Τα μαθήματα περιλαμβάνουν τις ενότητες «Βασική υποστήριξη ζωής σε ενήλικες», «Βασική υποστήριξη ζωής σε παιδιατρικούς ασθενείς», «Χρήση αυτόματου εξωτερικού απινιδωτή» και «Αντιμετώπιση πνιγμονής», ενώ σχεδιάζεται ήδη το επόμενο πρόγραμμα με τίτλο «Βασικές αρχές πρώτων βοηθειών και διάσωσης». Τα μαθήματα απευθύνονται τόσο σε ενήλικες - _____ (10) όσο και σε εταιρείες και οργανισμούς που απασχολούν ανθρώπινο δυναμικό, ανεξαρτήτως τομέα.

Άσκηση 15:

Αντιστοιχίστε τις προτάσεις του Πίνακα 1 με τις προτάσεις του Πίνακα 2, ώστε να συνταχθεί ένα ολοκληρωμένο κείμενο. (Γ2)

Επανέρχονται τα συμβούλια στα πανεπιστήμια⁹

ΠΙΝΑΚΑΣ 1

- 0. Τα Συμβούλια Ιδρυμάτων επιστρέφουν στα πανεπιστήμια ως θεσμικό αντίβαρο της αυτονομίας τους, η οποία θα ενισχυθεί.**
1. Νέο μοντέλο διοίκησης των ιδρυμάτων, εξωστρέφεια με ξενόγλωσσα προπτυχιακά προγράμματα σπουδών, μείωση της γραφειοκρατίας είναι από τις βασικές κατευθύνσεις των αλλαγών
 2. Ειδικότερα, την τυπική έναρξη του διαλόγου με τα πανεπιστήμια για τις αλλαγές στην τριτοβάθμια εκπαίδευση σηματοδοτεί η αυριανή,
 3. Ο διάλογος θα κινηθεί σε τέσσερις άξονες: την εξωστρέφεια, την αυτονομία, την οργανωτική
 4. Όπως ανέφερε χθες στην «Κ» υψηλόβαθμο στέλεχος του υπ. Παιδείας,
 5. Χαρακτηριστικό είναι ότι προωθείται η ενίσχυση της αυτονομίας των ΑΕΙ (π.χ. στην επιλογή του αριθμού των εισακτέων).
 6. Έτσι σχεδιάζεται η θεσμοθέτηση συμβουλίων σε κάθε ίδρυμα, με διαφορετικό ρόλο σε σχέση με εκείνα του νόμου 4009/2011.
 7. Από την άλλη, η οργάνωση αγγλόφωνων προπτυχιακών με δίδακτρα για την προσέλκυση ξένων φοιτητών
 8. Η λογική του τρόπου οργάνωσης των αγγλόφωνων προπτυχιακών, καθώς και της απελευθέρωσης των μεταπτυχιακών προγραμμάτων σπουδών σε σχέση με το ισχύον νομικό πλαίσιο,
 9. Μείζον, επίσης, θέμα για τα ΑΕΙ είναι η απλοποίηση των διαδικασιών σχετικά με τα ερευνητικά κονδύλια.
 10. Λόγω αυτού του προβλήματος, υπάρχουν σημαντικές επιπτώσεις στα ΑΕΙ,

ΠΙΝΑΚΑΣ 2

- Χ. Αυτό προβλέπει ο σχεδιασμός του υπουργείου Παιδείας ο οποίος θα αποτυπωθεί σε νομοσχέδιο έως το τέλος του 2019.**
- A. Πρόκειται για θεσμό που έχει δοκιμαστεί διεθνώς, ενώ στην Ελλάδα εισήχθη με τον νόμο 4009/2011, επί υπουργίας Άννας Διαμαντοπούλου.
 - B. σύσκεψη κορυφής υπό το βλέμμα όλων των μέσων μαζικής ενημέρωσης, τα οποία αναμένουν εναγωνίως τις νέες εξελίξεις.

⁹ Λακασάς, Απ., <https://www.kathimerini.gr/1040881/article/epikairothta/ellada/epanerxontai-ta-symvoylia-sta-panepisthmia>, 3/9/2019. (Με περικοπές)

- Γ. που προωθεί η νέα ηγεσία του υπουργείου Παιδείας στα ΑΕΙ και για το θέμα θα τους σταλεί επιστολή με την οποία θα ζητούνται γραπτώς οι προτάσεις - θέσεις τους.
- Δ. ευελιξία και τη μείωση της γραφειοκρατίας στη λειτουργία των Ειδικών Λογαριασμών Κονδυλίων Έρευνας (ΕΛΚΕ) των ΑΕΙ.
- Ε. «οι άξονες έχουν σχεδιαστεί με βάση το νέο διεθνές ακαδημαϊκό τοπίο, ωστόσο στόχος είναι οι ρυθμίσεις να προέλθουν με συναίνεση των ΑΕΙ, τα οποία θα κληθούν να αντιμετωπίσουν τις προκλήσεις του νέου τοπίου».
- Στ. πρώτη συνάντηση της νέας υπουργού Παιδείας Νίκης Κεραμέως και του αρμόδιου υφυπουργού Βασίλη Διγαλάκη με το τριμελές προεδρείο της Συνόδου Πρυτάνεων.
- Ζ. δεν μπορεί παρά να οδηγήσει σε διατμηματικά προγράμματα σπουδών σε επίπεδο σχολής και όχι τμήματος.
- Η. τα οποία υιοθετήθηκαν και εφαρμόστηκαν σε ένα πλαίσιο αναβάθμισης των παρεχόμενων υπηρεσιών.
- Θ. Χάρη στην έγκαιρη παρέμβαση των αρμοδίων η διένεξη δεν έλαβε μεγάλη έκταση και το ατυχές συμβάν αποσιωπήθηκε
- Ι. Οι ΕΛΚΕ υπάγονται στο δημόσιο λογιστικό, με αποτέλεσμα να υπάρχει μεγάλη γραφειοκρατία για την αξιοποίηση των κονδυλίων τους(=των χρημάτων), ακόμη και για απλές αγορές.
- Κ. τόσο με την αξιοποίηση του ερευνητικού προσωπικού όσο και με απώλεια εσόδων.
- Λ. Στο πλαίσιο αυτό, ωστόσο, δεν μπορεί να μην υπάρχουν θεσμικά αντίβαρα λογοδοσίας κάθε ΑΕΙ.
- Μ. θα συνδεθεί με την ανάγκη για εσωτερική οργανωτική ευελιξία των ιδρυμάτων.

0 - X		
1 -		6 -
2 -		7 -
3 -		8 -
4 -		9 -
5 -		10 -

Άσκηση 16:

Διαβάστε το κείμενο και βρείτε τη σωστή απάντηση. (Γ2)

Νίκος Τσιφόρος, *Περί της Ελενάρας της Κουκλάρας*¹⁰

Κάθε γυναίκα θέλει να την λένε ωραία και να την θαυμάζουνε και να την πειράζουνε χαριτωμένα, όχι βρώμικα. Της αρέσει να ποζάρη για όμορφη, αλλιώς δεν θα 'βαφε τα μάτια, ούτε θα κατέβαζε τα μαλλιά μέσα στα γκαβά της σα σκυλί πεκινουά. Το όπλο της γυναίκας είναι η φιλαρέσκεια.

Εκτός από την Αφροδίτη, τις Χάριτες, τα ένα σωρό αντιπροσωπευτικά υποκείμενα, ο λαός τούτος δημιούργησε και την Ελένη, ένα είδος θεάς και γυναίκας. Με όλα τα προσόντα και με όλα της τα ελαττώματα.

Το Λενάκι, από μικρούλι, το έκλεψε ο Θησέας. Όταν την πήρανε πίσω τ' αδέρφια της, οι Διόσκουροι, «ήξερε πολλά» για να μην πούμε ότι «ήξερε περισσότερα». Έτσι όταν γύρισε στον μπαμπά της, τον Τυνδάρεω, άρχισε να μεγαλώνει η φήμη της. Αρχίσανε να μαζεύονται οι γαμπροί. Εικοσιεννιά, λέει, τη ζητάγανε όλοι μαζί.

- «Σιγά-σιγά, ρε παιδιά. Δεν μπορείτε να την πάρετε όλοι», έλεγε ο μπαμπάς της.

Ήτανε, λέει, ο Ασκάλαφος και ο Ιάλμενος, αγόρια του θεού του Άρη. Ήτανε ο Αίας, ήτανε ο Ποδαλείριος και ο Μαχάων, παιδιά του Ασκληπιού, ήτανε ο Οδυσσέας, ήτανε ο Πάτροκλος, ήτανε ο Φιλοκτήτης, ήτανε και ο Μενέλαος.

Έριξε, λοιπόν, τα μάτια της το Λενάκι στο Μενέλαο.

- «Αυτόν θέλω.»

- «Το σκέφτηκες καλά;»

- «Ναι, καλέ μπαμπά.»

Και έτσι πήρε η Λενιώ τον Μενέλαο.

Καλά περνάγανε, του μαγείρευε ιμάμ, του 'πλενε κανά σκουτί, τον γαλιφοχαίδευε και κάνανε κι ένα κορίτσι, την Ερμιόνη. Όταν τα κακάρωσε ο Τυνδάρεω, ο Μενέλαος μαυρόκλαψε δήθεν και έγινε βασιλιάς της Λακωνίας και μάλιστα πήρε και ένα κομμάτι από τη Μεσσηνία.

Όπου να' σου μια μέρα και φτάνει ένα καράβι, που να μην έφτανε. Τρέξανε στο παλάτι οι λιμενικοί και φέρανε το μαντάτο στους ηγεμόνες τους.

- «Πάρις γκελντίν.»

- «Τι λέτε, μωρέ;»

- «Ήρθ' ο Πάρις.»

- «Και γιατί το λέτε τούρκικα;»

- «Άμ' από κει που ήρθε;»

¹⁰ Τσιφόρος, Ν. (1993). «Περί της Ελενάρας της Κουκλάρας». *Ελληνική Μυθολογία*. Αθήνα: Εκδόσεις «Ερμής». (Με περικοπές/μικρές αλλαγές).

Ο Πάρις ήτανε βασιλόπουλο και έβαλε τα καλά, σκιστό χιτώνα και τέτοια μοντέρνα και αμέσως ανέβηκε στ' ανάκτορα να επιδώση τα διαπιστευτήριά του. Τον δεχτήκανε καλά, του βάλανε και έφαγε κουρκουμπίνες με τυρί, του δώσανε κ' ήπιε υδρόμελι.

Καλά πέρναγε στο παλάτι και δεν την είχε δη την Ελένη. Και ξαφνικά ο Μενέλαος πήρε ένα μπουγιουρντί.

- «Μεγαλειότατε, πρέπει να πάτε στην Κρήτη.»

- «Τι να κάνω;»

- «Ν' αγοράσετε μια παρτίδα ξυλοκέρατα.»

Έφυγε ο Μενέλαος με ξυλοκεραταποστολή και έμεινε ο Πάρις στο παλάτι. Και, μεσημεράκι ήτανε, φυσάγανε κάτι αεράκια μυρωμένα με λεμονανθό, έκανε να ξαπλώση και ξαφνικά μέσα από τις κουρτίνες να' σου να τον κρυφομπανίζη η Λένα. Η Λένα είχε ακούσει ότι είναι κούκλος ο ξένος αλλά όσο ήτανε ο άντρας της δεν παρουσιαζότανε, καθόσον κακόν και πονηρόν. Μόλις κ' έστριψε την πλάτη ο σύζυγος, να' σου την να τον δη σώνει και καλά. Μόλις και τον είδε τρελάθηκε.

Μπήκε, λοιπόν, και την είδε και ο Πάρις και μουρλάθηκε κι' ελόγου του. Να κάτι κουβεντούλες, να κάτι γελάκια, να κάτι γαργαλητά, να κάτι αστεία. Φαίνεται ότι το πράμα προχώρησε μέχρι το απροχώρητο. Η Λένα την είχε ψωνίσει αγρίως.

- «Δε συγκρίνεσθε με τον Μενέλαόν μου.»

- «Καλύτερος εγώ;»

- «Καλέ, ξερολούκουμο.»

- «Αχ, που έφαγα τα νιάτα μου μ' αυτόν. Αχ, που δεν με καταλαβαίνει. Αχ που αδικούμαι.»

- «Πάμε να φύγουμε.»

- «Πού να πάμε;»

- «Στον τόπο σου.»

Το άλλο πρωί μαγκώνει η Λένα ό,τι καλό πράμα είχε το μαγαζί, το μπογαλιάζει, παίρνει και τον Πάρι της και το άλλο πρωί, από το νησάκι την Κράνα που 'ναι έξω από το Γύθειο, το σκάσανε για την Τροία.

Φτάσανε καμιά φορά και λέει ο πατέρας του Πάρι, ο Πρίαμος.

- «Χαλάλι σου ρε, μόνο μη μας ανάψει καμιά φωτιά.»

- «Μη φοβάσθε, πάτερ.»

Γύρισε ο Μενέλαος με τα ξυλοκέρατα τα Κρητικά, αλλά μόλις και πάτησε του είπανε:

- «Πήγατε για ξυλοκέρατα;»

- «Μάλιστα.»

- «Τι τα θέλατε αφού έχουμε τα δικά σας;»

Έξαλλος ο Μενέλαος φώναξε τους πρίγκηπες όλους.

- «Δεν ορκιστήκατε ρε ότι θα με υποστηρίξετε;»

- «Ναι.»

- «Μου φάγανε τη Λένα.»

Μαζευτήκανε, λοιπόν, όλοι να πάνε να πλύνουνε την προσβολή. Ο Οδυσσέας που είχε και μυαλό, έκανε μια πρόταση:

- «Να πάω εγώ με τον Μενέλαο, μπας και μας την δώσουνε χωρίς καυγά;»

- «Να πάτε.»

Πήγανε, λένε "θέλουμε την Ελένη", γελάγανε στην Τροία.

- «Ρε άντε από δω, κερχελέδες.»

Και τότε είναι που σηκώθηκε ο στόλος και πήγε από την Αυλίδα στην Τροία.

Άμα κι' είδανε οι Τρώες ότι το πράμα παίρνει σοβαρή μορφή, κιοτέψανε.

Λέει, λοιπόν, ο Μενέλαος:

- «Να 'ρθη αυτός ο κερατάς ο Πάρις να μονομαχήσουμε.»

- «Παρντόν», του αποκριθήκανε, «αλλά ο κερατάς είσθε εσείς.»

- «Θα 'ρθη;»

Πήγε ο Πάρις, αλλά ο Πάρις δεν ήτανε γενναίος. Γενναίος και ωραίος δε γίνεται. Λοιπόν, πάνω που θα τον έκανε τ' αλατιού ο Μενέλαος, μπήκε στη μέση η Αφροδίτη και τον γλύτωσε. Τότε είναι που άναψε ο Τρωικός πόλεμος και η Ελένη τράβαγε τα μαλλιά της, διότι της άρεσε πάντα ο Πάρις, αλλά τον ήθελε και τον Μενέλαο. Τέλος πάντων, ξέρουμε για τον Τρωικό πόλεμο, να μην τα ξαναλέμε. Καλοπέρναγε πάντα ο Πάρις και δε μάλωνε και πολύ και η Ελένη άρχισε να τον σιχαίνεται.

- «Άντρας είσαι 'συ;»

Μέχρι που βρέθηκε εκείνο το παλληκαράκι, ο Φιλοκτήτης, και τον στρίμωξε τον Πάρι και τον καθάρισε.

Όταν οι Έλληνες πήρανε την Τροία, ο Μενέλαος βγήκε έξω θηρίο. Η Ελένη έμεινε με τον κύριό της. Πιστή. Δηλαδή δεν το ξέρουμε, διότι άμα και κάνεις πεντέξη απιστίες, τι σημασία έχει; Τι έξη, τι εξήντα; Τώρα, όμως, που είχε πείρα ό,τι και να 'κανε το 'κανε με ωραίο τρόπο και δεν την μυρίστηκε άνθρωπος και λένε "πάει, ησύχασε". Θα μου πης τώρα ήτανε και δεκαοχτώ χρόνια μεγαλύτερη, ποιος γύριζε να την κοιτάξει;

Όλα καλά και η Ελένη πέθανε στη Ρόδο. Και να, δηλαδή, ακριβώς με αυτόν τον τρόπο: Οι γιοι του Μενελάου, ο Νικόστρατος και ο Μεγαπέμης, το φέρανε βαριά που ο μπαμπάς τους πέρασε όλα αυτά. Όταν πέθανε ο Μενέλαος, την πιάνουνε την Ελένη και την αγριεύουνε.

- «Να φύγης, μωρή, που μας έχεις κάνει ρεζίλι εις τους αιώνας, αμήν.»

Έφυγε, λοιπόν, η Λένα και πήγε στη Ρόδο που είχε μια φιλενάδα, την Πολυξώ. Ο άντρας της, όμως, της Πολυξώς είχε σκοτωθεί στην Τροία εξ αιτίας της Ελενάρας και τούτη η Πολυξώ δεν την χώνευε.

- «Η βρώμα, για να γλεντήση αυτή, χήρεψα εγώ.»

Έκανε, όμως, ότι την δέχτηκε μετά χαράς μεγάλης και στ' αλήθεια της το φύλαγε μανιάτικο.

Μια μέρα μπαίνει η Λενιώ στο μπάνιο να καθαρίστη, διότι όσο να 'ναι είχε σκόνες πολλές και η Πολυξώ πιάνει δυο δούλες της, άσχημες σαν την νύχτα, και τις μασκαρεύει σε Ερινύες. Με το που σαπουνιζότανε, λοιπόν, το Ελενάκι στο μπάνιο, μπουκάρουνε οι Ερινύες και την κατατρομάξανε.

- «Μαμά!»

Ύστερα τρελάθηκε που δήθεν την κυνηγάνε οι Ερινύες να την τιμωρήσουνε και νόμιζε ότι είναι αχλάδι και πήγε και κρεμάστηκε από ένα δέντρο. Πάει η Έλεν.

Αυτή είναι η ιστορία της Ελενάρας της κουκλάρας. Όμορφη ήτανε, δεν μπορούσε να γλυτώση. Εδώ δεν γλυτώνουνε οι άσχημες. Και καμιά φορά και ... οι άσχημοι.

1. Πότε έγινε ο Μενέλαος βασιλιάς της Λακωνίας;

α. Όταν παντρεύτηκε την Ελένη.

β. Όταν γεννήθηκε η Ερμιόνη.

γ. Όταν έκαναν γιο.

δ. Όταν πέθανε ο Τυνδάρεω.

2. Γιατί οι λιμενικοί μιλούν τούρκικα;

α. Γιατί ο Πάρις είναι Τούρκος.

β. Γιατί ο Πάρις έρχεται από την Τουρκία.

γ. Γιατί η Τροία βρίσκεται στη σημερινή Τουρκία.

δ. Γιατί έτσι σατιρίζεται η λαϊκή γλώσσα.

3. Οι Τρώες

α. κορόιδεψαν τον Πάρη για την Ελένη.

β. ήταν στην αρχή αλαζονικοί, αλλά έπειτα φοβήθηκαν.

γ. είδαν από την αρχή ότι το θέμα ήταν σοβαρό.

δ. πείστηκαν από τον Οδυσσέα να μην πολεμήσουν.

4. Η Ελένη

- α. πέθανε μετά από 18 χρόνια.
- β. ήταν 18 χρόνια μεγαλύτερη από τον Μενέλαο.
- γ. εξακολουθούσε να είναι όμορφη ακόμη κι όταν μεγάλωσε.
- δ. συνέχισε τις απιστίες ακόμη κι όταν μεγάλωσε.

5. Η Ελένη

- α. αυτοκτόνησε από τις τύψεις της.
- β. κρεμάστηκε σε μια αχλαδιά.
- γ. άξιζε να πεθάνει.
- δ. δε γλίτωσε παρά την ομορφιά της.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2

ΑΣΚΗΣΕΙΣ ΓΛΩΣΣΙΚΗΣ ΕΠΙΓΝΩΣΗΣ

Άσκηση 1:

Στο κείμενο που ακολουθεί, βρείτε και υπογραμμίστε οχτώ επιπλέον λέξεις. (Β2)

Τόπος ανταμώματος στην Ήπειρο τα πανηγύρια του καλοκαιριού¹¹

Στα περισσότερα χωριά της Ηπείρου τα πανηγύρια γίνονται το κυρίως καλοκαίρι και πιο πολύ τον Ιούλιο και τον Αύγουστο, με αφορμή είτε μία θρησκευτική εορτή (της αγίας Κυριακής, της αγίας Μαρίνας, του αγίου Παντελεήμονα, του προφήτη Ηλία, της Αγίας Παρασκευής, το Δεκαπενταύγουστο, του αγίου Κοσμά κ.λπ.), είτε πολιτιστικές εκδηλώσεις. Είναι η πιο καλύτερη περίοδος, γιατί συνδυάζεται με τον καλό καιρό και τις διακοπές. Αποτελούσαν ένα τόσο ξεχωριστό γεγονός στην καθημερινότητα των κατοίκων, οι οποίοι το περίμεναν πώς και πώς. Ήταν μια ευκαιρία να ξεφύγουν οι άνθρωποι από τη πολλή σκληρή ζωή που ζούσαν, με τους περισσότερους να δουλεύουν στα χωράφια για ατελείωτες ώρες.

Το πανηγύρι λοιπόν ήταν όποιος τόπος συνάντησης των κατοίκων ενός χωριού, αλλά και με τους κατοίκους άλλων χωριών που έρχονταν στο τοπικό πανηγύρι. Οι σκληρές καθημερινές δουλειές, η έλλειψη συγκοινωνιακών των μέσων εμπόδιζαν την αλληλογνωριμία μεταξύ των κατοίκων των χωριών και τα πανηγύρια βοηθούσαν σε μεγάλο βαθμό προς αυτή την κατεύθυνση. Τα πανηγύρια τότε ήταν ο μοναδικός και αποκλειστικός τρόπος διασκέδασης των κατοίκων, που μαζί φυσικά με τους γάμους και τα βαφτίσια. Εκτός όμως από την αλληλογνωριμία μεταξύ των κατοίκων μιας περιοχής, τα πανηγύρια έπαιζαν τότε έναν πολύ σπουδαίο και σημαντικό ρόλο στη γνωριμία μεταξύ των νέων του χωριού ή των χωριών εφόσον με σκοπό το γάμο. Η κλειστή και αυστηρότατη κοινωνία μπροστά στον κυκλικό χορό της πλατείας χαλάρωνε και αμέσως μετά έπιαναν δουλειά οι προξενητάδες με τις προξενήτρες, οι γνωστοί και οι άλλοτε συγγενείς. Έτσι, οι περισσότεροι αρραβώνες και γάμοι επακολουθούσαν μετά τα πανηγύρια.

¹¹ Η. Μ., <https://www.proinoslogos.gr/epikairotita/42-koinonia/43113>, 10/7/2017. (Με περικοπές/μικρές αλλαγές)

Άσκηση 2:

Επιλέξτε από τον πίνακα τη λέξη που αντιστοιχεί σε κάθε κενό του κειμένου. (B2)

0	επιδράσεις	αντιδράσεις	δράσεις	αποδράσεις
1.	διατροφή	τροφή	ανατροφή	εκτροφή
2.	καταλαβαίνει	αποβαίνει	διαβαίνει	συμβαίνει
3.	περιοδεύουν	ξοδεύουν	οδεύουν	προοδεύουν
4.	επέρχονται	προέρχονται	κατέρχονται	απέρχονται
5.	συμπτώσεις	εκπτώσεις	πτώσεις	επιπτώσεις
6.	αναφέρει	διαφέρει	επιφέρει	συμφέρει

Παιδί και τηλεόραση¹²

Οι αρνητικές επιδράσεις της τηλεόρασης στα παιδιά έχουν μελετηθεί σε βάθος και είναι γνωστές στους επιστημονικούς κύκλους παγκοσμίως. Τα συμπεράσματα των σχετικών ερευνών δημοσιεύονται τόσο σε επιστημονικά όσο και σε λαϊκά περιοδικά που ασχολούνται με την _____ (1) των παιδιών. Ωστόσο, η πολύτιμη αυτή γνώση δεν φαίνεται να επηρεάζει σημαντικά τις πρακτικές που υιοθετούν οι γονείς στο ζήτημα της παιδικής τηλεθέασης. Αυτό _____ (2) επειδή η τηλεόραση είναι ένας φτηνός και, αρκετές φορές, αποτελεσματικός baby-sitter που βοηθάει τους γονείς να απαλλαγούν από την «ενοχλητική» παρουσία των παιδιών ή την υποχρέωση να _____ (3) πολύ χρόνο μαζί τους.

Οι έρευνες φανερώνουν ότι στα αναπτυγμένα κράτη η τηλεόραση είναι το πρώτο μέσο μαζικής ενημέρωσης με το οποίο το παιδί έρχεται σε επαφή και μάλιστα συνήθως πριν καν συμπληρώσει το δεύτερο έτος της ζωής του. Στις Η.Π.Α., από τις οποίες _____ (4) οι περισσότερες έρευνες, τα παιδιά ξοδεύουν καθημερινά 4 ώρες, κατά μέσον όρο, παρακολουθώντας τηλεόραση, DVD και βίντεο. Σε αντίθεση με αυτό, η αντίστοιχη ουσιαστική επικοινωνία με τον πατέρα δεν ξεπερνάει τα 3,5 λεπτά.

Γνωρίζοντας από πρώτο χέρι τις _____ (5) της τηλεθέασης στα παιδιά, η Αμερικανική Ακαδημία Παιδιατρικής σε επίσημη ανακοίνωσή της _____ (6) ότι στα μεγαλύτερα παιδιά (3-7 ετών), ο χρόνος τηλεθέασης δεν πρέπει να υπερβαίνει τα 20 λεπτά ημερησίως.

¹² Λανίτης, Χ., <http://ourvoice.gr/index.php/news-room-2/eimai-anti-tv/item/22-paidi-kai-tileorasi> (Με περικοπές/μικρές αλλαγές) (Πηγή: www.oikogeneia.gr)

Άσκηση 3:

Επιλέξτε από τις παρακάτω λέξεις αυτή που αντιστοιχεί σε κάθε κενό του κειμένου.
(B2)

αντοχή, απόψεις, διαμόρφωσαν, έλλειψη, ενώνουν, εξαρτάται, επιβάρυνση,
επιβεβαιώνει, εφόσον, κατασκευάστηκαν, στηρίζει, **συνδέονται**

Η θέση της οικογένειας στη σύγχρονη κοινωνική πραγματικότητα¹³

Στις μέρες μας ο όρος «οικογένεια» σημαίνει μια ομάδα ατόμων που **συνδέονται** μεταξύ τους με δεσμούς αίματος ή γάμου ή υιοθεσίας και διαμένουν κάτω από την ίδια στέγη καλύπτοντας φορολογικές, βιολογικές και βιοτικές ανάγκες. Διεθνείς οργανισμοί, όπως ο Οργανισμός Ηνωμένων Εθνών και το Συμβούλιο της Ευρώπης, για να αντιμετωπίσουν θέματα, όπως η ένδο-οικογενειακή βία, υιοθετούν έναν ευρύτατο ορισμό, σύμφωνα με τον οποίο «οικογένεια» θεωρείται ένα ζεύγος ενωμένο με ή χωρίς γάμο _____ (1) ζουν κάτω από την ίδια στέγη.

Η οικογένεια, καθώς είναι από όλους αποδεκτό, αποτελεί το κύτταρο της κοινωνίας. Είναι η βάση, από την οποία _____ (2) η ποιότητα, η στερεότητα και το μέλλον της κοινωνίας. Αν το κύτταρο είναι υγιές, αν η βάση είναι στερεή, τότε, χωρίς αμφιβολία και η κοινωνία θα είναι υγιής. Με αυτόν τον τρόπο, η _____ (3) της κοινωνίας θα είναι μεγάλη και το μέλλον της θα είναι βέβαιο.

Καθημερινά, η ζωή _____ (4) την άποψη του Αϊνστάιν, ο οποίος υποστήριζε ότι «ο σύγχρονος άνθρωπος ζει στην εποχή των τέλειων μέσων και των συγκεχυμένων σκοπών και έχει καταντήσει να κυνηγάει το κέρδος».

Ποιοι παράγοντες καθόρισαν τις αλλαγές στο θεσμό της οικογένειας; Παρακάτω θα αναφέρουμε περιληπτικά μερικές διαπιστώσεις που _____ (5) τη σημερινή κατάσταση.

Πρώτα από όλα, η ανεργία και η στενότητα της στέγης παίζουν κυρίαρχο ρόλο στη γαμηλιότητα: οι γάμοι από 8% το 1953 έπεσαν κάτω του μισού σήμερα. Παράλληλα τα διαζύγια τριπλασιάστηκαν.

Έχει αυξηθεί πολύ η θεληματική ατεκνία, καθώς η εργασία της γυναίκας έφερε μεγάλη _____ (6) στο πρόγραμμά της. Η γυναίκα σήμερα έχει πολλούς ρόλους. Είναι νοικοκυρά, μητέρα, σύζυγος, εργαζόμενη. Πώς μπορεί να ανταποκριθεί σε όλες αυτές τις υποχρεώσεις;

¹³ Μ.Κ.Γ., <http://www.ierapostoli.gr/λόγοι-ιεραποστολής/η-θέση-της-οικογένειας-στη-σύγχρονη-κο/>
(Με περικοπές/μικρές αλλαγές)

Άσκηση 4:

Στο κείμενο που ακολουθεί, βρείτε και υπογραμμίστε οκτώ επιπλέον λέξεις. (Γ1)

BIBΛΙΟ ή e-BOOK¹⁴

Τα τελευταία χρόνια μια νέα τεχνολογική εφεύρεση έχει μπει στον χώρο των επιστημών και των γραμμάτων που ονομάζεται e-book. Το e-book, με απλά λόγια, είναι η ψηφιακή μορφή ενός βιβλίου που διαβάζεται σε ειδικές συσκευές αποκαλούμενες ως e-readers, όπως μπορεί να είναι π.χ. ένας Η/Υ ή ένα i-pad.

Σύμφωνα με έρευνες, αρκετοί φαίνεται να υποδέχτηκαν επιπλέον θετικά τη νέα αυτή ανακάλυψη, όμως, πολλοί περισσότεροι είναι αυτοί που τελικά παραμένουν πιστοί εραστές του παραδοσιακού μα όχι πια παρωχημένου βιβλίου στην τυπογραφική του μορφή. Αξίζει, λοιπόν, να δούμε γιατί τίθεται το δίλημμα βιβλίο ή e-book, αν το κλασσικό βιβλίο «απειλείται» γιατί προτιμάται το ένα έναντι του άλλου, αλλά και να εξετάσουμε τα πιθανά πλεονεκτήματα ή μειονεκτήματά τους.

Πολύ μακριά από τα σύνορά μας, στις Η.Π.Α., η χρήση του e-book είναι ευρέως διαδεδομένη σε πολλές δημόσιες και επιστημονικές βιβλιοθήκες. Το γεγονός αυτό καθιστά δυνατό τον δανεισμό πολύ περισσότερων βιβλίων, χωρίς να είναι απαραίτητη η φυσική παρουσία του κλασσικού βιβλίου στα ράφια. Δεν υπάρχει, λοιπόν, ο περιορισμός ενός συγκεκριμένου αριθμού αντιτύπων που μπορεί να διαθέτει κάθε βιβλιοθήκη. Με τον τρόπο αυτό, ίδιες οι βιβλιοθήκες μπορούν να παρέχουν στους αναγνώστες περισσότερα αντίγραφα ενός βιβλίου χωρίς μεγάλο περιορισμό.

Επιπλέον, ένα από τα πιο πολυσυζητημένα πλεονεκτήματα των e-books είναι ότι είναι αρκετά πιο φθηνότερα από τα αντίστοιχα τυπωμένα βιβλία, κάτι ιδιαίτερα σημαντικό όσον αφορά το θέμα της αγοράς. Αν και η οικονομική αξία ενός τέτοιου τυπωμένου βιβλίου είναι αρκετές φορές δικαιολογημένη λόγω του θησαυρού γνώσης που μπορεί να περιέχει, εντούτοις, είναι συχνά υψηλή για το αναγνωστικό κοινό. Η γνώση, όμως, θα πρέπει να είναι η προσιτή σε όλον τον κόσμο ανεξαρτήτως της οικονομικής του κατάστασης. Σε όλα τα παραπάνω θετικά στοιχεία του e-book μπορούμε να προσθέσουμε τον μικρό χώρο που καταλαμβάνει σε σχέση με ένα τυπωμένο βιβλίο, καθώς επίσης και τη δυνατότητα αποθήκευσης πολλών ηλεκτρονικών βιβλίων σε μια μόνο συσκευή. Ακόμη, ο αναγνώστης έχει τη δυνατότητα να αλλάξει τη γραμματοσειρά του κειμένου και να επιλέξει αυτήν που επιθυμεί και τον

¹⁴ Ανδρονίκη, Β., <https://rethemnos.gr/vivlio-i-e-book-tis-andronikis-v/>, 16/7/2012. (Με περικοπές/μικρές αλλαγές)

διευκολύνει. Αφού, λοιπόν, τα όλα ηλεκτρονικά βιβλία φαίνονται τόσο χρηστικά, γιατί άραγε το κλασσικό βιβλίο φαίνεται να παραμένει στην προτίμηση ενός σημαντικού κομματιού του αναγνωστικού κοινού;

Πρόκειται απλώς για μια συνήθεια που δικαιολογείται από την προκατάληψη για κάθε τι καινούριο και πιο άγνωστο και που συνδέεται με τη δυσκολία εξοικείωσης με την τεχνολογία ή υπάρχουν άλλοι λόγοι;

Άσκηση 5:

Επιλέξτε από τις παρακάτω λέξεις αυτή που αντιστοιχεί σε κάθε κενό του κειμένου.

(Γ1)

αίσθηση, αξιοσημείωτη, απόκτηση, αποτελείται, αποτίμηση, εκτίμηση, επωφελείται, μένει, παραμένει, προτίμηση, συγκίνηση, συνεχίσει, χρήσιμη

BIBΛΙΟ ή e-BOOK της Ανδρονίκης Β¹⁵

Είναι αλήθεια πως το τυπογραφημένο βιβλίο είναι, μεταφορικά, μια απόλαυση που ικανοποιεί όλες τις αισθήσεις! Εκτός από το περιεχόμενο της γνώσης, η όμορφη και ιδιαίτερη μυρωδιά του χαρτιού και η αίσθηση της αφής του δερμάτινου ή υφασμάτινου καλύμματος πολλών βιβλίων κάνουν το κλασσικό βιβλίο ιδιαίτερο και μοναδικό. Σε ειδικές περιπτώσεις, η απόκτηση μιας προσωπικής αφιέρωσης από τον συγγραφέα ενός βιβλίου με τη χρήση της κλασσικής πέννας και του μελανιού και όχι από ένα πλαστικό stick – χρησιμοποιείται σε κάποιες συσκευές σαν μολύβι για τη γραφή σε οθόνη-προσφέρει μεγάλη χαρά και _____ (1) στον αναγνώστη.

Από την άλλη, η κατοχή μιας παλιάς έκδοσης ενός βιβλίου θεωρείται σημαντικής αξίας για έναν βιβλιόφιλο, όχι τόσο οικονομικής αλλά συλλεκτικής, λόγω της ικανοποίησης που δίνει η _____ (2) ενός σπάνιου αντιτύπου που ζωντανεύει άλλες εποχές. Θα μπορούσε το ηλεκτρονικό βιβλίο να συναγωνιστεί το κλασσικό βιβλίο σε αυτά; Ακόμη, για πολλούς μια πλούσια βιβλιοθήκη αποτελεί ανεκτίμητη πνευματική «περιουσία» που μπορεί να κληροδοτείται για πολλές γενιές. Αντίθετα, ένα e-book θεωρείται αδύνατο να _____ (3) χρηστικό για πολλά χρόνια. Καθώς η τεχνολογία προχωρά με γοργούς ρυθμούς, κατασκευάζονται νέα πιο προηγμένα μοντέλα

¹⁵ Ανδρονίκη, Β., <https://rethemnos.gr/vivlio-i-e-book-tis-andronikis-v/>, 16/7/2012. (Με περικοπές/μικρές αλλαγές)

με αποτέλεσμα κάποια στιγμή τα παρόντα να αποσυρθούν. Άραγε πώς θα μπορούσε να συγκριθεί το ηλεκτρονικό βιβλίο με όλα τα παραπάνω που προσφέρει το κλασικό τυπογραφημένο βιβλίο; Όμως και η ευκολία της χρηστικότητας του απλού βιβλίου είναι _____ (4). Χωρίς την αγωνία και την ανησυχία της ύπαρξης ενός παροχέα ρεύματος σε κοντινή απόσταση –πράγμα οπωσδήποτε απαραίτητο για τη λειτουργία ενός e-book- το βιβλίο μπορεί να μας συντροφεύσει σε πολλές στιγμές της μέρας οπουδήποτε θελήσουμε, στο λεωφορείο, στο τρένο, στην κατασκήνωση ή στην παραλία! Τι πιο ωραίο από το να ταξιδεύει κανείς ή να ξεκουράζεται δίπλα στο κύμα διαβάζοντας ένα αγαπημένο βιβλίο;

Συλλογισμένοι όλα όσα αναφέραμε, θα ήταν λάθος βέβαια να μιλήσουμε για ολική επικράτηση του ενός είδους βιβλίου εις βάρος του άλλου. Αυτό είναι ένα θέμα που έχει να κάνει με την _____ (5) του καθενός. Είναι προφανές, όμως, ότι το βιβλίο στην τυπωμένη μορφή που όλοι το γνωρίζουμε, θα κατέχει την πρώτη θέση στην προτίμηση του αναγνωστικού κοινού. Εντέλει, η ανακάλυψη της τυπογραφίας από τον Γουτεμβέργιο τον 15^ο αιώνα είναι κορυφαίας αξίας επίτευγμα στο οποίο η ανθρωπότητα οφείλει σίγουρα πολλά, αλλά και συνεχίζει να _____ (6) από αυτό έξι αιώνες μετά, παρά τα αξιόλογα τεχνολογικά επιτεύγματα.

Άσκηση 6:

Στο κείμενο που ακολουθεί συμπληρώστε τη λέξη που λείπει σε κάθε κενό. Οι λέξεις που πρέπει να βρείτε είναι παράγωγα ή σύνθετα των λέξεων που βρίσκονται στις παρενθέσεις. (Γ1)

Τα προβλήματα των σύγχρονων πόλεων¹⁶

Έχει γίνει πλέον συνείδηση σε όλους του κατοίκους των μεγαλουπόλεων ότι η ζωή σε αυτές είναι μια πολύ σκληρή υπόθεση. Μια σειρά προβλήματα, το κυκλοφοριακό, η **μόλυνση (μολύνω)** του περιβάλλοντος, η κατάρρευση του κοινωνικού ιστού, η αύξηση της εγκληματικότητας, έχουν πλέον φθάσει σε οριακά σημεία και οδηγούν όλο και περισσότερους αστούς στο να αναζητήσουν απεγνωσμένα τρόπους φυγής από την πόλη.

Οι φυσικοί, οικολογικοί και _____ (παράγω) (1) πόροι μέσα στον αστικό ιστό των σύγχρονων πόλεων συρρικνώνουν με αμείωτους

¹⁶ Βουτυράκης, Μ., <http://archive.patris.gr/articles/115531#.WmeW09SLT4Y>, 9/8/2007. (Με περικοπές/μικρές αλλαγές)

ρυθμούς και τα ευαίσθητα οικοσυστήματα γύρω από αυτές έχουν φτάσει σε μη ανατρέψιμο σημείο (βλέπε: Καταστροφή Πάρνηθας, Πεντέλης, Υμηττού κ.ά.).

Η πολιτιστική κληρονομιά και η αρχιτεκτονική εξαφανίζονται. Η ρύπανση του αέρα, των υδάτων και του εδάφους αυξάνεται συνεχώς. Τα αυτοκίνητα πολλαπλασιάζονται, προκαλώντας εμφράγματα στις έτσι και αλλιώς μπλοκαρισμένες αρτηρίες του _____ (οδός) (2) δικτύου.

Ο κοινωνικός ιστός καταρρέει στις σύγχρονες πόλεις και _____ (σύρω) (3) μαζί του στη χρεοκοπία τις παραδοσιακές παραγωγικές μονάδες με την ανεργία, την υποαπασχόληση και τον κοινωνικό αποκλεισμό. Μεταξύ των πολιτών δεν υπάρχουν δεσμοί κοινωνικής αλληλεγγύης, με αποτέλεσμα να διευρύνεται η κοινωνική αποξένωση και να _____ (κρατώ) (4) συνθήκες που ευνοούν τη βία, την ένταση και την εγκληματικότητα. Η ψυχική ανασφάλεια εντείνεται και η βία _____ (απλώνω) (5) σε χώρους φιλοξενίας, σε κοινωνικά και κτιριακά γκέτο και σε περιοχές-υπνωτήρια που βρίσκονται στις παρυφές των πόλεων.

Η επιδείνωση της ποιότητας ζωής στις _____ (μητρόπολη) (6) περιοχές δεν είναι ελληνικό φαινόμενο. Παρατηρείται τόσο στην Ευρώπη, αλλά και στον κόσμο όλο. Οι ειδικοί μιλούν σήμερα για την κρίση που μαστίζει τα αστικά κέντρα, για την εμφάνιση μεγαλουπόλεων, οι οποίες γίνονται παγίδες θανάτου σε περίπτωση φυσικών καταστροφών, για την ανεξέλεγκτη εξάπλωση παραγκουπόλεων και επισημαίνουν ότι στο μέλλον τα προβλήματα αυτά θα ενταθούν ακόμη περισσότερο.

Άσκηση 7:

Διαβάστε το κείμενο προσεκτικά. Στον πίνακα που ακολουθεί υπάρχουν λέξεις/φράσεις των οποίων οι συνώνυμες βρίσκονται μέσα στο κείμενο. Βρείτε τις και συμπληρώστε τον πίνακα. (Γ1)

Τα προβλήματα των σύγχρονων πόλεων¹⁷

Το 80% περίπου των Ευρωπαίων πολιτών ζουν σε αστικές περιοχές, εκεί ακριβώς όπου είναι ιδιαίτερα αισθητά τα αποτελέσματα πολλών περιβαλλοντικών προβλημάτων. Ο θόρυβος, η κακή ποιότητα του ατμοσφαιρικού αέρα, η μεγάλη κίνηση στους δρόμους, η παραμέληση του δομημένου περιβάλλοντος, η κακή διαχείριση του περιβάλλοντος και η

¹⁷ Βουτυράκης, Μ., <http://archive.patris.gr/articles/115531#.WmeW09SLT4Y>, 9/8/2007. (Με περικοπές/μικρές αλλαγές)

έλλειψη στρατηγικής σχεδιασμού οδήγησαν σε προβλήματα υγείας και σε χαμηλότερη ποιότητα ζωής. Εάν θέλουμε να αντιμετωπισθούν τα κύρια προβλήματα υγείας στην Ευρώπη, που σχετίζονται με το περιβάλλον, πρέπει να βελτιώσουμε οπωσδήποτε το αστικό περιβάλλον και την ποιότητα ζωής. Σε πολλές περιοχές της Ευρώπης, οι πολίτες εγκαταλείπουν τις πόλεις και τις μεγαλουπόλεις προτιμώντας να ζουν στις παρυφές τους διότι, όπως ορθά αντιλαμβάνονται, η ευημερία τους απειλείται από την αστική ρύπανση. Λόγω της άναρχης αστικής εξάπλωσης αυξάνεται ακόμη περισσότερο η κυκλοφορία και το ένα πρόβλημα οξύνει το άλλο, διότι το επίκεντρο της δραστηριότητας μετατοπίζεται από το αποδυναμωμένο κέντρο στην περιφέρεια. Όλο και μεγαλύτερος αριθμός αστικών περιοχών εμφανίζουν αυτά τα συμπτώματα υπέρμετρης καταπόνησης. Δεν εκπλήσσει, λοιπόν, το γεγονός ότι οι Ευρωπαίοι συσχετίζουν πάρα πολύ συχνά τη ρύπανση σε πόλεις και μεγαλουπόλεις με το περιβάλλον.

Ανάμεσα στις κύριες αιτίες στις οποίες οφείλεται η σημερινή κατάσταση είναι ότι κατά τη λήψη αποφάσεων δεν δίνεται αρκετή προσοχή στις περιβαλλοντικές επιπτώσεις τους και ότι δεν υπάρχει συστηματικός σχεδιασμός για ένα αστικό περιβάλλον υψηλής ποιότητας. Από την άλλη πλευρά τα αποτελέσματα είναι εμφανή τόσο στο περιβάλλον όσο και στην οικονομία των πόλεων και στους κατοίκους τους. Ο σχεδιασμός με σκοπό την υψηλότερη περιβαλλοντική προστασία είναι ένα από τα καίρια στοιχεία για να επιτευχθεί η αειφόρος ανάπτυξη των πόλεων και να έχουν καλύτερη ποιότητα ζωής οι κάτοικοι των ευρωπαϊκών πόλεων.

0.	αμέλεια	παραμέληση
1.	αφήνω	_____
2.	ευμάρεια	_____
3.	κάνω πιο έντονο	_____
4.	συνδέω	_____
5.	συνέπεια	_____
6.	ορατός	_____

Άσκηση 8:

Στο κείμενο που ακολουθεί, βρείτε και υπογραμμίστε οκτώ επιπλέον λέξεις. (Γ2)

Ξεκαρδιστείτε, κάνει καλό!¹⁸

Οι άνθρωποι παίρνουμε συχνά ως δεδομένα αυτά που έχουμε και δεν τα εκτιμούμε παρά μόνον μετά αφού τα χάσουμε. Προσωπικώς δεν θα ευχόμουν σε κανέναν να χάσει το γέλιο του, και το σημερινό άρθρο φιλοδοξεί να μας κάνει για μια φορά να εκτιμήσουμε (ή, αν προτιμάτε, να εκτιμήσουμε περισσότερο) το δώρο με το οποίο μας προίκισε η εξελικτική διαδικασία. Το γέλιο, από το χαμόγελο ως το τρανταχτό ξεκάρδισμα, είναι κομμάτι του συναισθηματικού κόσμου μας και μας χαρακτηρίζει: θυμόμαστε ευχάριστα ένα χαμογελαστό πρόσωπο, αντιλαμβανόμαστε πότε ένα γέλιο είναι ειλικρινές ή απλή μυϊκή σύσπαση και ή αντιδρούμε αναλόγως, διατηρούμε ζωντανό στα αφτιά μας το τρανταχτό γέλιο ενός αγαπημένου προσώπου που είναι μακριά κ.λπ. Το αναπόσπαστο του γέλιου από τη ζωή μας έκανε να ασχοληθούν μαζί του φιλόσοφοι, καλλιτέχνες και λογοτέχνες και μάλιστα από των αρχαιοτάτων χρόνων. Παραδόξως αυτοί που το αγνόησαν εντελώς και επί μακρόν ήταν οι επιστήμονες, οι οποίοι μόλις την τελευταία εικοσαετία καταδέχθηκαν καν να ασχοληθούν μαζί του. Με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Γέλιου, σας μεταφέρουμε τα ευρήματα των επιστημόνων και σας προτρέπουμε να τα αξιοποιήσετε αυτό το δώρο ζωής. Γιατί, αν και δεν διεκδικούμε την πατρότητα της φράσης, πιστεύουμε ακράδαντα πως «μία ημέρα χωρίς το γέλιο είναι μία χαμένη ημέρα».

Είναι βέβαιον ότι εμπειρικά γνωρίζουμε όλοι πολλά πράγματα για το γέλιο και δεν χρειαζόμαστε τους ειδήμων επιστήμονες για να τα μάθουμε! Για παράδειγμα, ξέρουμε πως μπορεί να γελάσουμε με ένα αστείο αλλά δεν γελάμε όταν το αναλύουμε. Ξέρουμε επίσης ότι όταν γελάμε τρανταχτά και για πολλή ώρα κρατάμε την κοιλιά μας και όμως, αν δεν καθίσουμε, αισθανόμαστε πως θα πέσουμε. Και ακόμη ξέρουμε ότι το δικό μας γέλιο παρασύρει τον διπλανό μας και πως συλλογικά μπορεί να πάθουμε κρίση γέλιου, «μπα σε καλό μας!». Και βέβαια δεν χρειάζεται να μας πει κανείς για τη δύναμη του γέλιου στον έρωτα αφού μιας δεν υπάρχει γυναίκα που να μη δηλώνει πως αγάπησε τον άνδρα που την έκανε να γελά.

¹⁸ Σουφλήρη, Ι., <https://www.tovima.gr/2008/11/24/science/ksekardisteite-kanei-kalo/>, 24/11/2008.
(Με περικοπές/μικρές αλλαγές)

Άσκηση 9:

Επιλέξτε από τις παρακάτω λέξεις αυτή που αντιστοιχεί σε κάθε κενό του κειμένου.
(Γ2)

αισθησιακό, αισθητηριακό, ανακούφισης, αρχέγονος, διέγερσης, επικοινωνίας,
ερέθισμα, έχει ως αποτέλεσμα, , προκύπτει, προστατευμένες, προστατευόμενες,
πρωτόγονος, συνηγορεί

Ξεκαρδιστείτε, κάνει καλό!¹⁹

Ας πάρουμε, λοιπόν, τα πράγματα από την αρχή: Πότε και γιατί γελάμε άραγε; Γελάμε, λένε οι επιστήμονες, όταν ένα ερέθισμα φθάσει σε συγκεκριμένες περιοχές του εγκεφάλου (φαντάζομαι πως δεν αμφιβάλλει κανείς ότι το γέλιο γεννιέται στον εγκέφαλο). Πρακτικά το ερέθισμα μπορεί να είναι _____ (1) (το γαργαλητό), χημικό (το πρωτοξείδιο του αζώτου δεν έχει ονομαστεί τυχαία «το αέριο του γέλιου») ή πνευματικό (το χιούμορ).

Εξελικτικά το γαργαλητό θα πρέπει να υπήρξε η πρώτη αιτία γέλιου του πρωτόγονου ανθρώπου. Σε αυτή την άποψη _____ (2) το γεγονός ότι και τα άλλα πρωτεύοντα θηλαστικά (πίθηκοι, χιμπατζήδες) αντιδρούν γελώντας στο «γκίλι γκίλι», που είναι εξάλλου ένας βέβαιος τρόπος να κάνουμε τα πολύ νεαρά μωρά να ξεκαρδιστούν στα γέλια. Αυτό που προκαλεί το γέλιο από το γαργαλητό είναι η αντίδραση του οργανισμού σε ένα ασυνήθιστο αισθητηριακό ερέθισμα. Δεν είναι τυχαίο που οι μασχάλες και οι πατούσες των ποδιών είναι τα σημεία του σώματος από όπου _____ (3) το περισσότερο γέλιο εκ γαργαλητού: όπως και τα πλευρά μας, πρόκειται για περιοχές _____ (4) που σπανίως έρχονται σε επαφή με εξωτερικά ερεθίσματα.

Γιατί όμως να προκαλείται γέλιο από ένα ασυνήθιστο εξωτερικό ερέθισμα; Δε θα ήταν λογικότερο να προκαλείται φόβος; Οι επιστήμονες υποστηρίζουν ότι εξελικτικά το γέλιο γεννήθηκε ως αντίδραση του οργανισμού σε έναν κίνδυνο, ήταν μία από τις εκφράσεις του φόβου που δημιουργούσε η έκπληξη και ίσως να ήταν ένας τρόπος να ειδοποιηθούν οι γύρω. Άλλωστε αυτός ο επικοινωνιακός χαρακτήρας του γέλιου είναι εξίσου _____ (5). Οι ανθρωπολόγοι θεωρούν ότι μια ιστορία σαν την παρακάτω δεν πρέπει να απέχει πολύ από την πραγματικότητα: μια ομάδα πρωτογόνων κάθετα γύρω από τη φωτιά. Ξαφνικά ένας θόρυβος ακούγεται από τους θάμνους και όλοι παγώνουν. Ο τολμηρότερος σηκώνεται, βαδίζει με προφύλαξη προς το

¹⁹ Σουφλήρη, Ι., <https://www.tovima.gr/2008/11/24/science/ksekardisteite-kanei-kalo/>, 24/11/2008.
(Με περικοπές)

σημείο από όπου ακούγεται ο θόρυβος και κρατώντας την ανάσα του σπρώχνει με δύναμη τα κλαδιά. Αντί για θηρίο, όλη η ομάδα βλέπει έναν ακίνδυνο σκίουρο να ροκανίζει το βελανίδι του και ξεσπά στα γέλια. Πρόκειται για γέλια _____ (6) αλλά και γέλια που φέρνουν τα μέλη της ομάδας πιο κοντά.

Άσκηση 10:

Στο κείμενο που ακολουθεί συμπληρώστε τη λέξη που λείπει σε κάθε κενό. Οι λέξεις που πρέπει να βρείτε είναι παράγωγα ή σύνθετα των λέξεων που βρίσκονται στις παρενθέσεις. (Γ2)

Αναδομώντας και Αποδομώντας Εκπαιδευτικούς Θεσμούς²⁰

Αποτελεί κοινή και γνωστή διαπίστωση ότι σήμερα έχουμε ένα σχολείο που ασφαλώς επιτελεί τις λειτουργίες του, που **σχετίζονται (σχέση)** με την αγωγή, τη διδασκαλία, τη μάθηση, την κοινωνικοποίηση και την αξιολόγηση, αλλά, σύμφωνα με σχετικές έρευνες, παρουσιάζει πρόβλημα στην ποιότητα των εκπαιδευτικών του λειτουργιών από άποψη παιδαγωγική και διδακτική. Πράγματι, το ελληνικό σχολείο, _____ (αμφιβάλλω) (1), επιτελεί όλες τις λειτουργίες του, αλλά το σημαντικό πρόβλημά του αφορά πρωτίστως τον βαθμό επίτευξης των παιδαγωγικών στόχων του και, γενικότερα, την ποιότητα των _____ (παρέχω) (2) εκπαιδευτικών του υπηρεσιών, πράγμα, βέβαια, που συμβαίνει και στα άλλα εκπαιδευτικά συστήματα αλλά σε διαφορετικό βαθμό. Το σημερινό σχολείο, σύμφωνα με ερευνητικά ευρήματα, βρίσκεται μακριά από την ικανοποίηση των αναγκών και ενδιαφερόντων του μαθητή. Επίσης, και πέραν αυτού, ας μην μας _____ (φεύγω) (3) ότι, σύμφωνα με σχετικές ευρωπαϊκές έρευνες, το ελληνικό εκπαιδευτικό σύστημα είναι το πλέον συγκεντρωτικό στην Ευρωπαϊκή Ένωση (βλ. δίκτυο Ευρυδίκη).

Το ελληνικό σχολείο έχει περιορισμένη αυτονομία, γεγονός που αναδεικνύεται κυρίως αφενός μέσα από τον ελάχιστο βαθμό αρμοδιότητας να παίρνει αποφάσεις σε σχέση τόσο με το πρόγραμμα, τα βιβλία και τη διδασκαλία όσο και με τη διοίκηση και αφετέρου από το ότι δεν _____ (θέτω) (4) τα μέσα για την κάλυψη αναγκών που θα προκύψουν από τον προγραμματισμό και τα σχέδια δράσης του. Και όλα αυτά συμβαίνουν, όταν έχει προκύψει αλλαγή στο προφίλ των σημερινών μαθητών, πέραν της αυξανόμενης πολιτισμικής τους ετερογένειας, με αποτέλεσμα να εμφανίζονται ζητήματα _____ (χειρίζομαι) (5) της ένδειας, της

²⁰ Κωνσταντίνου, Χ., (2018). «Αναδομώντας και Αποδομώντας Εκπαιδευτικούς Θεσμούς». Παιδαγωγική Εταιρεία Ελλάδος. <http://www.pee.gr/wp-content/uploads/82.doc> (Με περικοπές)

παραβατικότητας και της ψυχοκοινωνικής κατάστασης των μαθητών. Η οικονομική κρίση που ταλανίζει τη χώρα μας τα τελευταία χρόνια και, γενικά, οι οικογενειακές, εκπαιδευτικές, οικονομικές, πολιτικές και κοινωνικές συνθήκες έχουν πλέον διαμορφώσει ένα δυσμενές περιβάλλον, εντός του οποίου καλείται ο εκπαιδευτικός να ασκήσει με _____ (ευνοώ) (6) όρους το έργο του.

Άσκηση 11:

Διαβάστε το κείμενο προσεκτικά. Στον πίνακα που ακολουθεί υπάρχουν λέξεις/φράσεις των οποίων οι συνώνυμες βρίσκονται μέσα στο κείμενο. Βρείτε τις και συμπληρώστε τον πίνακα. (Γ2)

Με προσαύξηση 10% η υπερωρία στις ευέλικτες μορφές εργασίας²¹

Την αύξηση κατά 10% του κόστους για την επιπλέον εργασία όσων απασχολούνται με καθεστώς μερικής ή εκ περιτροπής απασχόλησης προβλέπει διάταξη που επεξεργάζεται το υπουργείο Εργασίας, με στόχο την καταπολέμηση της υποδηλωμένης εργασίας, που λαμβάνει ανησυχητικές διαστάσεις. Στο σχέδιο νόμου-«σκούπα», που αναμένεται να κατατεθεί στη Βουλή από τον αρμόδιο υπουργό Εργασίας, σύμφωνα με πληροφορίες θα περιλαμβάνεται διάταξη με την οποία στην ουσία θα θεσμοθετηθεί η υπερωρία στη μερική απασχόληση και στις λοιπές ευέλικτες μορφές εργασίας, με προσαύξηση του κόστους για τον εργοδότη και αντίστοιχη αύξηση του ημερομισθίου για τον εργαζόμενο.

Η επικράτηση τέτοιων μορφών απασχόλησης προκαλεί έντονο πονοκέφαλο στην ηγεσία του υπουργείου Εργασίας, στη διοίκηση του ΕΦΚΑ και στους ειδικούς της κοινωνικής ασφάλισης, καθώς εκτιμάται ότι υποκρύπτει πλήρη αδήλωτη και ανασφάλιστη εργασία, με αρνητικές συνέπειες για τους ίδιους τους εργαζομένους, τον ανταγωνισμό αλλά και τα δημόσια οικονομικά.

Σύμφωνα με τους ειδικούς, κατά την περίοδο της κρίσης η μείωση του αριθμού των πλήρως απασχολούμενων, η αύξηση του αριθμού των μερικώς απασχολούμενων και η συντελούμενη μείωση των αμοιβών της πλήρους και της μερικής απασχόλησης είχαν ως αποτέλεσμα την ετήσια μείωση των εσόδων του συστήματος κοινωνικής ασφάλισης κατά 1,3 δισ. ευρώ.

Ακόμη και στον «εθνικό πρωταθλητή» της οικονομίας, τον κλάδο του τουρισμού, που στην αιχμή του απασχολεί πλέον περισσότερο από 17% του

²¹ Σαλούρου, Ρ., <https://www.kathimerini.gr/1039836/article/oikonomia/ellhnikh-oikonomia/me-prosay3hsh-10-h-yperwria-stis-eyeliktes-morfes-ergasias>, 28/8/2019. (Με περικοπές)

εργατικού δυναμικού της χώρας και αποτελεί έναν από τους μεγαλύτερους τομείς σε αριθμό απασχολούμενων, φαινόμενα όπως η ανασφάλιστη, η υποαμειβόμενη και η μερικώς ασφαλισμένη εργασία αποτελούν συνηθισμένες πρακτικές.

Όπως καταγγέλλει η Πανελλήνια Ομοσπονδία Εργαζομένων στον Επισιτισμό - Τουρισμό (ΠΟΕΕΤ), κατά τη διάρκεια επιτόπιων ελέγχων σε μεγάλους τουριστικούς προορισμούς, όπως είναι η Κρήτη, η Ρόδος και η Καβάλα διαπιστώθηκε σωρεία παραβάσεων με αιχμή την υποδηλωμένη εργασία. Σε πολλούς εργαζομένους δεν δίνονται τα ρεπό, με αποτέλεσμα να εργάζονται 30 ημέρες τον μήνα, ενώ, το φαινόμενο των ενοικιαζόμενων εργαζομένων, που αμείβονται ως ανειδίκευτοι, λαμβάνει τη μορφή χιονοστιβάδας.

0.	τροποποιώ, τελειοποιώ	επεξεργάζεται
1.	συντάσσω νομοθετικές διατάξεις	_____
2.	υπερίσχυση	_____
3.	υπολογίζω	_____
4.	κάτι που έχει πραγματοποιηθεί	_____
5.	κλάδος	_____
6.	πληθώρα	_____

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3

ΑΣΚΗΣΕΙΣ
ΓΙΑ ΤΗΝ
ΠΑΡΑΓΩΓΗ
ΓΡΑΠΤΟΥ ΛΟΓΟΥ

Άσκηση 1: Ετοιμάζετε ένα ταξίδι σε μία ξένη χώρα. Γράψτε σε ένα χαρτί τι πρέπει να κάνετε επτά μέρες πριν από την αναχώρησή σας. (A1)

Άσκηση 2: Πιάνεις καινούργια δουλειά σε μία μεγάλη εταιρία. Γράφεις ένα μήνυμα στους γονείς σου για το πώς είναι στην καινούργια σου δουλειά (πού είναι, με ποιους δουλεύεις, τι κάνεις ακριβώς). (A1)

Άσκηση 3: Την περασμένη εβδομάδα παντρεύτηκε ο καλύτερός σας φίλος/η καλύτερή σας φίλη. Στέλνετε ένα γράμμα στους γονείς σας, για να τους πείτε πώς περάσατε. Γράφετε πού έγινε ο γάμος, τι κάνατε ακριβώς, πώς ήταν η νύφη και ο γαμπρός, ποιοι ήταν στον γάμο, τι σας άρεσε, τι δεν σας άρεσε και ό,τι άλλο νομίζετε ότι είναι σημαντικό. (A2)

Άσκηση 4: Ανοίγετε με έναν φίλο/μία φίλη σας ένα καινούργιο μαγαζί. Γράφετε μία αγγελία σε μία διαδικτυακή εφημερίδα και ζητάτε να μπει μία διαφήμιση. Γράφετε τι κατάστημα είναι, πώς ονομάζεται, πού βρίσκεται, τι πράγματα μπορεί να βρει κανείς, αν έχετε φοιτητικές ή άλλες προσφορές, τα στοιχεία επικοινωνίας και ό,τι άλλο νομίζετε ότι είναι σημαντικό. (A2)

Άσκηση 5: Ήρθατε στην Αθήνα για δουλειά και ψάχνετε να νοικιάσετε σπίτι. Ένας φίλος/μία φίλη σας προτείνει μία μονοκατοικία σε μία περιοχή μακριά από το κέντρο. Του/της γράφετε ένα e-mail, στο οποίο τον/την ευχαριστείτε για τη βοήθεια, αλλά του/της γράφετε τους λόγους για τους οποίους προτιμάτε ένα σπίτι στο κέντρο. Αναφέρετε τα πλεονεκτήματα και μειονεκτήματα της ζωής στο κέντρο. (B1)

Άσκηση 6: Αγοράζετε κάτι από το διαδίκτυο, αλλά αργεί πολύ να έρθει. Όταν το παραλαμβάνετε, βλέπετε ότι δεν είναι αυτό που είχατε παραγγείλει. Στέλνετε μία επιστολή στον/στην υπεύθυνο πωλήσεων της εταιρείας και του/της εκφράζετε τα παράπονά σας για την αργοπορία, αλλά και το λάθος προϊόν που σας έστειλαν. Ζητάτε αντικατάσταση ή επιστροφή χρημάτων. (B1)

Άσκηση 7: Με αφορμή την ψήφιση του νόμου για την υποχρεωτική χρέωση της πλαστικής σακούλας κατά τη διάρκεια των αγορών, παρακολουθείτε μία συζήτηση σε ένα forum, στο οποίο καταγράφονται τόσο θετικές όσο και αρνητικές απόψεις. Αποφασίζετε να γράψετε τη γνώμη σας και να εκθέσετε τις δικές σας απόψεις σχετικά με τη χρησιμότητα ή μη του εν λόγω μέτρου. (B2)

Άσκηση 8: Σκέφτεστε να παρακολουθήσετε ένα εξ αποστάσεως μεταπτυχιακό πρόγραμμα σπουδών, το οποίο πληροφορηθήκατε από έναν/μία συνάδελφό σας. Αποφασίζετε να γράψετε ένα γράμμα σε έναν φίλο/μία φίλη σας, στο οποίο του/της εκθέτετε τις ανησυχίες σας για το εν λόγω πρόγραμμα και ζητάτε τη γνώμη του/της για το αν θα ήταν καλό να λάβετε μέρος ή όχι. (B2)

Άσκηση 9: Την περασμένη εβδομάδα απολύθηκε ο καλύτερος φίλος/η καλύτερη φίλη σας. Του/της στέλνετε ένα γράμμα, προσπαθώντας να τονώσετε την ψυχολογία του/της, αλλά και να του/της προτείνετε διεξόδους επαγγελματικής αποκατάστασης. (Γ1)

Άσκηση 10: Εργάζεστε ως δημοσιογράφος σε ένα περιοδικό ποικίλης ύλης και μετά από σχετική έρευνα που κάνατε, γράφετε ένα άρθρο προτείνοντας τρόπους κατάκτησης της ευτυχίας στον σύγχρονο κόσμο. (Γ1)

Άσκηση 11: Εργάζεστε στο Τμήμα Δημοσίων Σχέσεων ενός μεγάλου κρατικού νοσοκομείου. Γράφετε μία δημόσια επιστολή και καλείτε τους συμπολίτες σας να συμμετάσχουν στην ανοιχτή αιμοδοσία που θα πραγματοποιηθεί σε λίγες μέρες στην πόλη σας. Εξηγείτε με πειστικά επιχειρήματα για ποιους λόγους θα έπρεπε να λάβει κανείς μέρος στην αιμοδοσία. (Γ2)

Άσκηση 12: Σε άρθρο που γράφετε σε κυριακάτικη εφημερίδα προτείνετε μία προσωπικότητα για ένα βραβείο διεθνούς κύρους. Καλείστε να εκθέσετε τα επιχειρήματά σας προκειμένου να αιτιολογήσετε την πρότασή σας. (Γ2)

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4

ΑΣΚΗΣΕΙΣ
ΓΙΑ ΤΗΝ
ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ
ΠΡΟΦΟΡΙΚΟΥ ΛΟΓΟΥ

Άσκηση 1:

Ακούστε τον διάλογο και βάλτε V στα πράγματα που αγοράζουν οι δύο φίλες. (7 ν)
(A1)

	κοστούμι	αυτοκίνητο	ρολόι	βιβλίο μαγειρικής	παιχνίδι	γραβάτα
Γεωργία						
Σοφία						

Άσκηση 2:

Ακούστε τον διάλογο και βρείτε τη σωστή απάντηση. (A1)

1. Ο πελάτης

α. δεν είναι μόνος του στο εστιατόριο.

β. ξέρει τη σερβιτόρο.

γ. ξέρει τι θα φάει.

2. Στην τιμή του μενού ημέρας περιλαμβάνεται

α. μία σαλάτα και ένα γλυκό.

β. το κυρίως πιάτο, μία σαλάτα, ένα γλυκό και ένα ποτήρι κρασί.

γ. μία σαλάτα, ένα γλυκό και ένα ποτήρι κρασί.

3. Ο κύριος που βρίσκεται στο τραπέζι

α. θα φάει μόνος του.

β. θα φάει με μία φίλη του.

γ. θα φάει με έναν φίλο και μία φίλη.

4. Ο πελάτης

α. πληρώνει όλον τον λογαριασμό.

β. πληρώνει τον λογαριασμό του μόνο.

γ. πληρώνει τον λογαριασμό με κάρτα.

5. Τα ρέστα που δίνει στο τέλος η σερβιτόρος στον πελάτη είναι

α. 15 ευρώ.

β. 17 ευρώ.

γ. 33 ευρώ.

Άσκηση 3:

Ακούστε τον διάλογο και συμπληρώστε τις προτάσεις. (A1)

1. Η Ελένη πηγαίνει _____.
2. Η Ελένη δεν κάνει γυμναστική, γιατί _____.
3. Η Ελένη το Σάββατο συνήθως _____ και μετά βγαίνει για ψώνια.
4. Η Ελένη το Σάββατο το βράδυ _____.
5. Ο Θωμάς την Κυριακή _____ ή στο βουνό.

Άσκηση 4:

Ακούστε τον διάλογο και συμπληρώστε κάτω από κάθε εικόνα τον σωστό αριθμό (1-5). (A2)

		
0		

Άσκηση 5:

Ακούστε τον διάλογο και βρείτε τη σωστή απάντηση. (A2)

1. Θέλει να μείνει σε
 - α. δωμάτιο μακριά από το κέντρο.
 - β. δωμάτιο κοντά στο κέντρο.
 - γ. ακριβό διαμέρισμα σε ένα χωριό.

2. Για το μουσείο του Βατικανού
 - α. δεν χρειάζεται να αγοράσει εισιτήριο.
 - β. μπορεί να αγοράσει εισιτήρια από το ταξιδιωτικό γραφείο.
 - γ. το εισιτήριο κάνει 35 ευρώ και δεν χρειάζεται έτσι να περιμένει στην ουρά.

3. Επιλέγει να ταξιδέψει

α. με το πιο οικονομικό μέσο μεταφοράς.

β. με το ακριβό μέσο μεταφοράς.

γ. με ένα οικονομικό, αλλά γρήγορο μέσο μεταφοράς.

4. Θα ξαναπάει στο ταξιδιωτικό γραφείο

α. σε 2 μέρες.

β. σε 1 εβδομάδα.

γ. σε 4 μέρες.

5. Σκέφτεται να πάει στη Φλωρεντία

Α. με το αεροπλάνο.

β. με το καράβι.

γ. με το τρένο.

Άσκηση 6:

Ακούστε τον διάλογο και συμπληρώστε τις προτάσεις. (A2)

1. Ο υπάλληλος ζητάει διαβατήριο, ταυτότητα και: _____.

2. Γεύματα του ξενοδοχείου: _____.

3. Αριθμός κλειδιού: _____.

4. Τοποθεσία ασανσέρ: _____.

5. Θέα δωματίου: _____.

Άσκηση 7:

Ακούστε τον διάλογο και συμπληρώστε τις προτάσεις. (B1)

1. Τα Ιωάννινα απέχουν από την Αθήνα _____.
2. Η πόλη έχει 65.000 μόνιμους κατοίκους και _____.
3. _____ μπορεί κανείς να δοκιμάσει μπουγάτσα στην οδό Αβέρωφ.
4. Μπορείτε να κάνετε βόλτα στη λίμνη με τα πόδια ή _____.
5. Το μεσημέρι μπορείτε να δοκιμάσετε _____, πίτες, μεζέδες και τσίπουρο στην παλιά αγορά.
6. Στο Νησάκι, που είναι πολύ κοντά στην πόλη, φτάνεις σε _____!
7. Το _____ Αρχαιολογικό _____ Μουσείο _____, εκτός από τη Δευτέρα από τις 08.00 έως τις 15.00.
8. **Πού βρίσκεται το Μουσείο Κέρινων Ομοιωμάτων Παύλου Βρέλλη;**

9. **Πόσο μακριά από τα Γιάννενα βρίσκεται το Σπήλαιο;**

10. Στο Κάστρο _____ τα αυτοκίνητα μόνο των κατοίκων. Γι' αυτό θα παρκάρετε το αυτοκίνητο έξω από τα τείχη του.

Άσκηση 8:**Ακούστε το απόσπασμα και βάλτε V στο κατάλληλο είδος ταινίας. (14 V) (B1)**

Ταινίες της χρονιάς	Δραματική	Ταινίες δράσης / περιπέτειας	Κωμωδία	Κοινωνική	Βραβεία	Μιούζικαλ
«Το Θαύμα»						
«Ο μεγάλος καλλιτέχνης»						
«Το πάρτι»						
«Μικρόκοσμος»						
«Το παιχνίδι της Μαίρης»						
«Mamma mia 2»						
«Σκοτεινές μέρες»						
«Το τελευταίο σημείωμα»						
«Ο μεγάλος περίπατος της Άλκης»						
«Ο γιος της Σοφίας»						

Άσκηση 9:

Ακούστε τον διάλογο και συμπληρώστε τις προτάσεις. (B2)

1. Το σχήμα της περιοχής αυτής είναι σχεδόν _____.
2. Το Ζαγόρι στα βορειοανατολικά ορίζεται από τους Εθνικούς Δρυμούς _____ και _____.
3. Το όνομα «Ζαγόρι» είναι _____ καταγωγής.
4. Ο όρος «Ζαγόρι» σημαίνει _____.
5. Η Ζαγορά βρίσκεται στο _____.
6. Τα χωριά που ανήκουν στο Ζαγόρι έχουν πολλά κοινά _____ στοιχεία.
7. Τα Ζαγοροχώρια βρίσκονται πίσω από το βουνό που ονομάζεται _____.
8. Στο Ζαγόρι τα σπίτια, οι εκκλησίες, οι βρύσες, τα καλντερίμια είναι χτισμένα από _____.
9. Ένα από τα σπουδαιότερα δείγματα της παραδοσιακής αρχιτεκτονικής που σώζονται σε άριστη κατάσταση είναι τα _____ του 18^{ου} και 19^{ου} αιώνα.
10. Η επικοινωνία μεταξύ των χωριών αυτών σε παλαιότερη εποχή πραγματοποιούνταν με _____.

Άσκηση 10:

Ακούστε τον διάλογο και V στις προτάσεις που αφορούν τον Παναγιώτη και τη Σοφία. (12 V). Σε κάποιες απαντήσεις πρέπει να συμπληρωθεί διπλό V. (B2)

	Παναγιώτης	Σοφία
1. Ασχολείται με το άθλημα της αντοχής.		
2. Προπονείται πέντε μέρες την εβδομάδα.		
3. Η προπόνηση είναι δύσκολη.		
4. Η επιλογή του αθλήματος ήταν προσωπική.		
5. Άρχισε να ασχολείται με το άθλημα πρόσφατα.		
6. Η ψυχολογία που έχει συνδέεται με τις επιδόσεις.		
7. Ήταν το πρώτο άθλημα, με το οποίο ασχολήθηκε.		
8. Η επιτυχία εξαρτάται σε έναν βαθμό από την τεχνική.		
9. Ο αθλητισμός είναι αναγκαίος στη ζωή των ανθρώπων.		
10. Θεωρεί ότι η διατροφή παίζει σημαντικό ρόλο στον αθλητισμό.		

Άσκηση 11:

Ακούστε τον διάλογο και συμπληρώστε τις προτάσεις. (Γ1)

1. Επίσης, μπορεί _____, να λυπούνται οι ίδιοι τον εαυτό τους και να προσδοκούν το ίδιο και από όλους γύρω τους.
2. Εγκαταλείπουν τις δυνάμεις τους, γιατί _____.
3. Στη σκέψη τους κυριαρχεί _____.
4. _____, έστω κι αν ξέρουν ότι θα είναι υπέρ τους.
5. Η δύναμη που τους κρατάει πίσω είναι _____, περισσότερο από ότι η προσδοκία την επιτυχία.
6. Σύμφωνα με την συνέντευξη ως προσωπικότητες είναι _____.
7. Υπάρχει ο φόβος για τον _____.
8. Στη ζωή έχουμε να παλέψουμε με αυτά _____.
9. Αυτός ο τύπος ανθρώπου _____.
10. Η σχέση της τριλογίας «παρελθόν, παρόν, μέλλον» δείχνει ότι «δεν πιστεύω στον εαυτό μου», _____.

Άσκηση 12:

Ακούστε τον διάλογο και βάλτε V στις προτάσεις που αφορούν τον Τάσο Ανέστη και τον Αλέξανδρο Λυμπερόπουλο. (12 V) (Γ1)

	Τάσος Ανέστης	Αλέξανδρος Λυμπερόπουλος
1. Είναι βιολόγος.		
2. Ζει χωρίς την οικογένειά του στον νέο τόπο διαμονής.		
3. Ζούσε αρχικά στην Αθήνα.		
4. Είναι εξαγωγέας ελαιόλαδου.		
5. Έχει αιτηθεί βοήθειας από ευρωπαϊκό πρόγραμμα.		
6. Ζει σε νησί.		
7. Δημιούργησε νέες θέσεις εργασίας.		
8. Η αλλαγή στη ζωή του ήταν οργανωμένη.		
9. Ο παλιός και ο νέος τρόπος ζωής είναι εξαιρετικά διαφορετικοί.		
10. Κατείχε θέση ευθύνης στο χώρο εργασίας του.		

Άσκηση 13:

Ακούστε τον διάλογο και βρείτε τη σωστή απάντηση. (Γ2)

1. Σύμφωνα με τη Γεωργία, όταν βιώνεις ένα πρόβλημα
 - α. δεν το αντιλαμβάνεσαι στις σωστές του διαστάσεις.
 - β. δεν το συνειδητοποιείς.
 - γ. το αγνοείς.
 - δ. το ορίζεις με τη δική σου θέληση.

2. Σύμφωνα με τη Γεωργία, οι πάσχοντες από Δ.Π.Τ
 - α. αισθάνονται να πιέζονται από ερωτήσεις.
 - β. απαντούν κυρίως σε ερωτήσεις μόνο για φαγητό.
 - γ. έχουν επίγνωση των συναισθημάτων τους.
 - δ. αισθάνονται μοναδικοί, γι' αυτό κανείς δεν τους κατανοεί.

3. Σύμφωνα με τη Γεωργία, οι πάσχοντες από Δ.Π.Τ.
 - α. αισθάνονται ανασφαλείς με την ασθένειά τους.
 - β. περνούν διάφορες συναισθηματικές φάσεις.
 - γ. θεραπεύονται μόνοι τους.
 - δ. παραιτούνται συχνά από την προσπάθεια θεραπείας.

4. Η Γεωργία τώρα, ως θεραπευθείσα, νιώθει
 - α. να αμφιταλαντεύεται.
 - β. να την εγκαταλείπουν οι δυνάμεις της.
 - γ. να έχει κατακτήσει ένα καλύτερο επίπεδο αυτογνωσίας.
 - δ. θυμό.

5. Για τη Δήμητρα η βουλιμία

- α. δεν ήταν παρά ένας τρόπος να αποφορτίζεται από στρεσογόνους παράγοντες.
- β. δεν είναι ασθένεια.
- γ. δεν έχει ψυχολογικά αίτια.
- δ. δεν την απέκλεισε από τον κοινωνικό περίγυρο.

6. Η Κωνσταντína

- α. έχει ολοκληρώσει τη θεραπεία.
- β. αλλάζει εύκολα τις σκέψεις της.
- γ. αδυνατεί να αντιμετωπίσει τα συναισθήματά της.
- δ. διαθέτει μεγαλύτερη ελευθερία και αυτοέλεγχο.

7. Η ΑΝΑΣΑ

- α. έχει διευθύνουσα τη Ζέτα Δούκα.
- β. εκτείνει τις δράσεις της σε κάθε μορφή βοήθειας που ενδεχομένως χρειάζονται οι πάσχοντες από Δ.Π.Τ.
- γ. δεν διαθέτει προγράμματα ενσωμάτωσης εκ νέου στο κοινωνικό σύνολο για τον πάσχοντα.
- δ. περιορίζεται σε συμβουλευτικές δράσεις.

8. Σύμφωνα με την κλινική ψυχολόγο

- α. υπάρχει βελτίωση στα ποσοστά εμφάνισης Δ.Π.Τ.
- β. οι γυναικολόγοι δεν είναι ενημερωμένοι πάντα για συμπτώματα γυναικολογικής φύσης προερχόμενα από τις Δ.Π.Τ.
- γ. χρειάζονται ορμόνες για την καταπολέμηση της νευρικής ανορεξίας.
- δ. έχουν αυξηθεί τα ποσοστά θεραπείας των Δ.Π.Τ.

9. Η κλινική ψυχολόγος προτείνει στον πάσχοντα

α. να ενημερωθεί από το διαδίκτυο προκειμένου να παραδεχτεί την ασθένειά του.

β. να πάρει τον χρόνο που χρειάζεται προκειμένου να παραδεχτεί την ασθένειά του.

γ. την ΑΝΑΣΑ ως την ενδεδειγμένη δομή ψυχικής υγείας για τη θεραπεία του.

δ. αφού, ενημερωθεί, να αποταθεί για βοήθεια σε ειδικούς ψυχικής υγείας.

10. Η κλινική ψυχολόγος

α. υπογραμμίζει τη σημασία της επικοινωνίας.

β. τονίζει τη σημασία της ενημέρωσης σχετικά με την κατανάλωση της κατάλληλης ποσότητας τροφής.

γ. προτείνει μια άκαμπτη στάση για την αντιμετώπιση της ασθένειας.

δ. θεωρεί πως οι Δ.Π.Τ. δεν εκτείνονται πέρα από δυσλειτουργικές συμπεριφορές γύρω από το φαγητό.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5

ΑΣΚΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΑΡΑΓΩΓΗ ΠΡΟΦΟΡΙΚΟΥ ΛΟΓΟΥ

A. Ερωταπαντήσεις

Άσκηση 1: (A1)

1. Σας αρέσει η μουσική; Τι μουσική ακούτε; Πηγαίνετε σε συναυλίες; Με ποιον; Ποιος/ποια είναι ο αγαπημένος/η αγαπημένη σας τραγουδιστής/τραγουδίστρια; Περιγράψτε τον/την.
2. Πού σας αρέσει να πηγαίνετε συνήθως διακοπές; Γιατί; Τι κάνετε, όταν είσαστε σε διακοπές;
3. Σας αρέσει να βλέπετε ταινίες; Ποια είναι η αγαπημένη σας ταινία και γιατί; Ποιος/ποια είναι ο αγαπημένος/η αγαπημένη σας ηθοποιός; Περιγράψτε τον/την.
4. Σας αρέσει να μαγειρεύετε; Ποιο είναι το αγαπημένο σας φαγητό; Ποια είναι τα βασικά υλικά, τα οποία χρησιμοποιείτε;
5. Πώς είναι το τέλειο σπίτι για εσάς;

Άσκηση 2: (A2)

1. Τι σας αρέσει πιο πολύ στην πόλη που μένετε; Τι δεν σας αρέσει καθόλου; Πού θα θέλατε να μένετε; Σε πόλη ή χωριό; Γιατί;
2. Προτιμάτε να ψωνίζετε στα μαγαζιά ή στο διαδίκτυο; Γιατί;
3. Τι κάνετε, όταν έχετε άγχος;
4. Πού σας αρέσει να αγοράζετε φρούτα και λαχανικά; Γιατί;
5. Προτιμάτε να βλέπετε ταινίες στο σπίτι ή στον κινηματογράφο; Γιατί;

Άσκηση 3: (B1)

1. Ασχολείστε με τον αθλητισμό; Ποιο είναι το αγαπημένο σας σπορ;
2. Πώς διασκεδάζει ο κόσμος στη χώρα σας;
3. Σας αρέσουν τα ταξίδια; Ποιο μεταφορικό μέσο προτιμάτε;
4. Ασχολείστε με τη μαγειρική; Ποιο είναι το αγαπημένο σας ελληνικό φαγητό; Ξέρετε τη συνταγή;
5. Προτιμάτε να διαβάζετε ειδήσεις από το διαδίκτυο ή την εφημερίδα; Γιατί;
6. Ποιο είναι το αγαπημένο σας βιβλίο; Μιλήστε μας για την υπόθεση του βιβλίου.

7. Κάνετε τις αγορές σας με μετρητά ή με κάρτα; Γιατί;
8. Τι θυμάστε από την παιδική σας ηλικία;
9. Προσέχετε τη διατροφή σας; Γιατί πιστεύετε ότι είναι σημαντικό;

Άσκηση 4: (B2)

1. Τι ταινίες προτιμάτε να βλέπετε και γιατί;
2. Ακολουθείτε τη μόδα; Γιατί;
3. Προτιμάτε να διαβάζετε βιβλία στον ελεύθερο χρόνο σας ή να βλέπετε τηλεόραση;
4. Ποια εποχή σας αρέσει περισσότερο και γιατί;
5. Τι πρέπει να κάνει κάποιος προκειμένου να βρει δουλειά;
6. Για ποιους λόγους στη σημερινή εποχή πολλοί νέοι αποφεύγουν τον γάμο;
7. Για ποιους λόγους οι άνθρωποι επιλέγουν να πάρουν ένα κατοικίδιο στο σπίτι τους;
8. Ποιο είναι το σημαντικότερο κοινωνικό πρόβλημα στις μέρες μας και γιατί;
9. Η εκμάθηση ξένων γλωσσών στις μέρες μας είναι σημαντική; Γιατί;

Άσκηση 5: (Γ1)

1. Θυμάστε ποια ήταν η πρώτη ελληνική λέξη που μάθατε;
2. Έχετε επισκεφτεί την Ελλάδα; Πού έχετε πάει; Περιγράψτε μας την εμπειρία σας.
3. Περιγράψτε μας τις διακοπές που σας έχουν μείνει αξέχαστες.
4. Ποιο διάσημο άνθρωπο θα θέλατε να γνωρίσετε και γιατί;
5. Γιατί νομίζετε ότι γίνονται τόσα πολλά τροχαία ατυχήματα στην Ελλάδα; Ποια μέτρα θα μπορούσαν να βοηθήσουν;
6. Ποια είναι η γνώμη σας για τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης; Εσείς τα χρησιμοποιείτε;
7. Ασχολείστε με ομαδικά ή ατομικά αθλήματα; Με ποια κριτήρια τα επιλέγετε;
8. Ποια είναι η σπουδαιότερη τεχνολογική επανάσταση κατά τη γνώμη σας;
9. Πιστεύετε στην τύχη ή θεωρείτε ότι οι εξελίξεις στη ζωή μας καθορίζονται από εμάς;

Άσκηση 6: (Γ2)

1. Πώς σκοπεύετε να αξιοποιήσετε το πτυχίο αυτό;
2. Ποιο είναι το μόντο της ζωής σας;
3. Ποια συνήθεια των Ελλήνων έχετε υιοθετήσει και εσείς;
4. Αν ήσαστε γονιός, ποια θα ήταν η συμβουλή που θα δίνετε στο παιδί σας για τη ζωή του;
5. Γιατί η τέχνη είναι τόσο υποβαθμισμένη στην πλειοψηφία των εκπαιδευτικών συστημάτων των κρατών-μελών της Ευρωπαϊκής Ένωσης;
6. Ποια είναι η γνώμη σας για την ιδέα της «αποταμίευσης»; Δικαιολογήστε την απάντησή σας.
7. Ποιοι είναι οι λόγοι που τόσες λίγες γυναίκες συμμετέχουν ενεργά στην πολιτική, παρόλο που ισχύει η ποσόστωση για τη συμμετοχή τους στα ψηφοδέλτια των υποψήφιων κομμάτων;
8. Πιστεύετε ότι επαληθεύονται με κάποιον τρόπο τα στερεότυπα που συνοδεύουν κάποιους λαούς;
9. Ποια σημασία λαμβάνει ο όρος «ευτυχία» στη σημερινή εποχή;

Β. Βλέπω και περιγράφω

Άσκηση 1²²



Ενδεικτικές ερωτήσεις: (Α1)

1. Σας αρέσει να πηγαίνετε διακοπές με την οικογένειά σας; Γιατί;
2. Όταν πηγαίνετε διακοπές, σας αρέσει να μένετε σε ξενοδοχείο ή σε ενοικιαζόμενα δωμάτια; Γιατί;
3. Ποιο είναι το αγαπημένο σας μέρος για διακοπές; Γιατί;

²² <https://pixabay.com/el/photos/B9-2459322/>

Άσκηση 2²³



Ενδεικτικές ερωτήσεις: (A1)

1. Τι σας αρέσει να τρώτε συνήθως;
2. Πόσο συχνά τρώτε φρούτα και λαχανικά; Ποιο είναι το αγαπημένο σας φρούτο;
3. Πιστεύετε ότι πρέπει όλοι να ακολουθούμε υγιεινή διατροφή; Γιατί;

²³ <https://pixabay.com/el/photos/AC-84478/>

Άσκηση 3²⁴



Ενδεικτικές ερωτήσεις: (Α1)

1. Πηγαίνετε βόλτες στη φύση; Τι κάνετε, όταν πηγαίνετε;
2. Είναι σημαντικό να κάνουμε γυμναστική στη ζωή μας; Γιατί;
3. Τι σας αρέσει να κάνετε με τον άνδρα σας/τη γυναίκα σας στον ελεύθερο χρόνο σας;

²⁴ <https://pixabay.com/el/photos/B1-3536928/>

Άσκηση 4²⁵



Ενδεικτικές ερωτήσεις: (Α1)

1. Σας αρέσει να έρχονται οι φίλοι σας στο σπίτι σας;
2. Σας αρέσει να βλέπετε τηλεόραση στο σαλόνι ή στο υπνοδωμάτιο; Γιατί;
3. Πώς είναι το δικό σας σπίτι/διαμέρισμα;

²⁵ <https://pixabay.com/el/photos/82-1835923/>

Άσκηση 5²⁶



Ενδεικτικές ερωτήσεις: (Α2)

1. Σας αρέσει να διαβάζετε βιβλία;
2. Ποιο είναι το αγαπημένο σας βιβλίο; Γιατί;
3. Πότε σας αρέσει να διαβάζετε βιβλία;

²⁶ <https://pixabay.com/el/photos/B9-2604837/>

Άσκηση 6²⁷



Ενδεικτικές ερωτήσεις: (Α2)

1. Χρησιμοποιείτε το ποδήλατο; Γιατί;
2. Με ποιο μεταφορικό μέσο πηγαίνετε στη δουλειά σας; Γιατί;
3. Πιστεύετε ότι είναι επικίνδυνο να χρησιμοποιεί κάποιος το ποδήλατο σε μία μεγάλη πόλη; Γιατί;

²⁷ <https://pixabay.com/el/photos/82-2883458/>

Άσκηση 7²⁸



Ενδεικτικές ερωτήσεις: (Α2)

1. Τι πιστεύετε ότι είναι καλό να τρώνε τα παιδιά;
2. Εσείς τι προτιμάτε να τρώτε; Γιατί;
3. Σε ποιο μέρος του σπιτιού προτιμάτε να τρώτε με την οικογένειά σας; Είναι σημαντικό η οικογένεια να τρώει μαζί; Γιατί;

²⁸ <https://pixabay.com/el/photos/B9-619142/>

Άσκηση 8²⁹



Ενδεικτικές ερωτήσεις: (Α2)

1. Προτιμάτε να βγαίνετε για ποτό ή να πηγαίνετε για φαγητό, όταν είστε με τους φίλους/τις φίλες σας;
2. Πώς διασκεδάζουν οι νέοι σήμερα;
3. Πιστεύετε ότι το αλκοόλ κάνει καλό στην υγεία μας; Γιατί; Πότε πίνετε αλκοόλ εσείς;

²⁹ <https://pixabay.com/el/photos/B1-2610261/>

Άσκηση 9³⁰



Ενδεικτικές ερωτήσεις: (B1)

1. Προτιμάτε να ψωνίζετε στις εκπτώσεις ή όποτε έχετε ανάγκη να αγοράσετε κάτι συγκεκριμένο;
2. Είσαστε ο τύπος του καταναλωτή που αγοράζει ό,τι χρειάζεται ή ό,τι του αρέσει;
3. Τι θετικά και τι αρνητικά έχουν οι αγορές σε ένα πολυκατάστημα;
4. «Ο καταναλωτισμός μειώνει το άγχος»: Τι γνώμη έχετε για αυτή την άποψη;

³⁰ <https://pixabay.com/el/photos/82-509536/>

Άσκηση 10³¹



Ενδεικτικές ερωτήσεις: (B1)

1. Έχετε άγχος στις εξετάσεις;
2. Προτιμάτε τις γραπτές ή τις προφορικές εξετάσεις; Γιατί;
3. Πόσα χρόνια είναι η βασική εκπαίδευση στη χώρα σας; Δίνετε υποχρεωτικά εξετάσεις, όταν τελειώνετε το σχολείο;
4. Όταν έχετε εξετάσεις, συνήθως προετοιμάζεστε νωρίτερα ή διαβάζετε την τελευταία μέρα;

³¹ <https://pixabay.com/el/photos/B7-951818/>

Άσκηση 11³²



Ενδεικτικές ερωτήσεις: (B1)

1. Η τηλεόραση και ο υπολογιστής επηρεάζουν την ανάπτυξη και την προσωπικότητα των παιδιών; Πώς; Γιατί;
2. Εσείς βλέπετε τηλεόραση; Αν ναι, ποιες εκπομπές βλέπετε συνήθως;
3. Προτιμάτε να βλέπετε ταινίες στην τηλεόραση ή στον υπολογιστή;
4. Προτιμάτε να βλέπετε ταινίες στην τηλεόραση ή στον υπολογιστή;

³² <https://pixabay.com/el/photos/B7-home-403582/>

Άσκηση 12³³

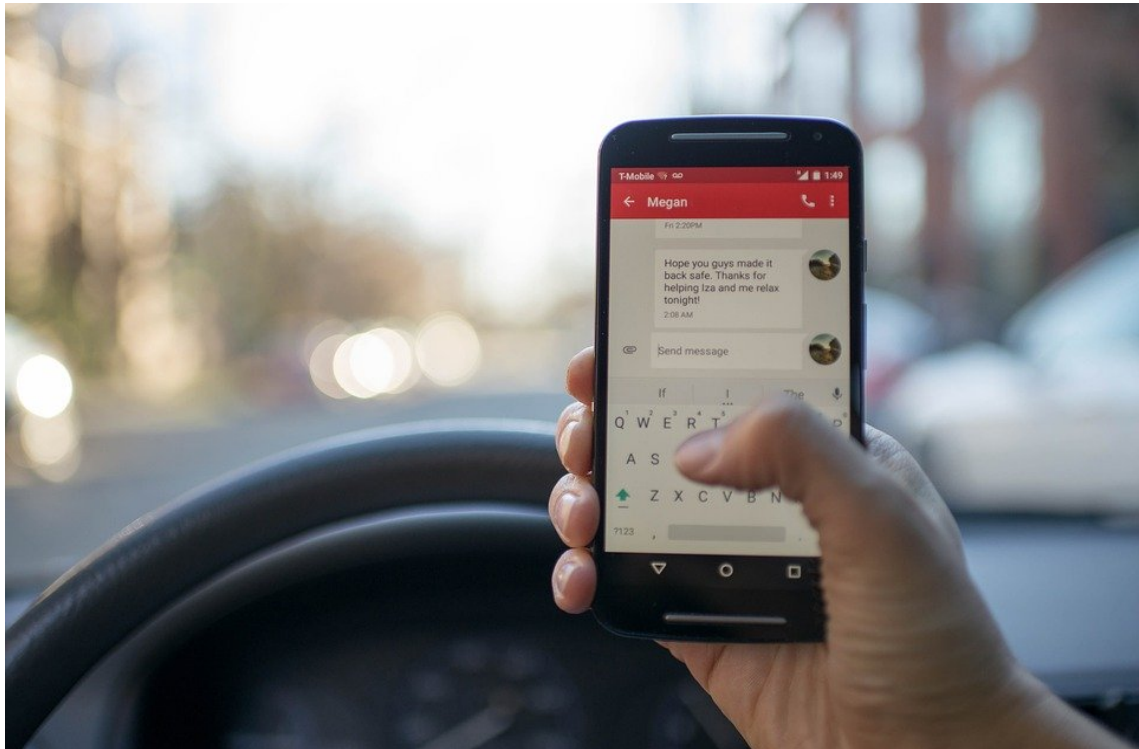


Ενδεικτικές ερωτήσεις: (B1)

1. Εσείς πηγαίνετε σε συναυλίες; Τι είδους μουσική προτιμάτε;
2. Πότε ήταν η τελευταία φορά που πήγατε σε συναυλία;
3. Στη χώρα σας γίνονται συναυλίες το καλοκαίρι; Υπάρχει κάποιο φεστιβάλ μουσικής;
4. Σας αρέσει η ελληνική μουσική;

³³ <https://pixabay.com/el/photos/B9-3387324/>

Άσκηση 13³⁴



Ενδεικτικές ερωτήσεις: (B2)

1. Τι σας κάνει εντύπωση, παρατηρώντας την εικόνα;
2. Τι κινδύνους κρύβει η χρήση των κινητών, όταν οδηγούμε;
3. Με ποιον τρόπο μπορεί να αποτραπεί η χρήση των κινητών, όταν οδηγούμε;
4. Συμφωνείτε με την άποψη ότι το κινητό θα πρέπει να απαγορεύεται την ώρα που οδηγούμε; Δικαιολογήστε την άποψή σας.

³⁴ <https://pixabay.com/el/photos/BF-2599458/>

Άσκηση 14³⁵



Ενδεικτικές ερωτήσεις: (B2)

1. Ποια πιστεύετε ότι είναι τα πλεονεκτήματα ενός ηλεκτρονικού βιβλίου; Σε ποιες περιπτώσεις ενδείκνυται η χρήση του ηλεκτρονικού βιβλίου;
2. Συμφωνείτε με την άποψη ότι πρέπει να καταργηθεί το παραδοσιακό βιβλίο και να υπάρχει μόνο το ηλεκτρονικό; Δικαιολογήστε την άποψή σας.
3. Εσείς προτιμάτε το ηλεκτρονικό ή το παραδοσιακό βιβλίο; Δικαιολογήστε την άποψή σας.
4. Πιστεύετε ότι στο μέλλον θα εξαφανιστεί το παραδοσιακό βιβλίο;

³⁵ <https://pixabay.com/el/photos/82-2467267/>

Άσκηση 15³⁶



Ενδεικτικές ερωτήσεις: (B2)

1. Πιστεύετε ότι το ποδόσφαιρο είναι ανδρικό ή/και γυναικείο παιχνίδι;
2. Σας αρέσουν τα ομαδικά παιχνίδια ή όχι; Δικαιολογήστε την άποψή σας.
3. Πιστεύετε ότι το ποδόσφαιρο είναι το πιο δημοφιλές άθλημα παγκοσμίως; Δικαιολογήστε την άποψή σας.
4. Ποια είναι τα πλεονεκτήματα και τα μειονεκτήματα του πρωταθλητισμού;

Άσκηση 16³⁷



Ενδεικτικές ερωτήσεις: (B2)

1. Πιστεύετε ότι τα παιδιά πρέπει να τρώνε λαχανικά; Δικαιολογήστε την άποψή σας.
2. Η παιδική παχυσαρκία αποτελεί πρόβλημα στη χώρα σας;
3. Τι περιλαμβάνει σε γενικές γραμμές μία ισορροπημένη διατροφή για παιδιά;
4. Πιστεύετε ότι είναι καθοριστικός ο ρόλος των γονιών στη διαμόρφωση σωστών διατροφικών συνηθειών των παιδιών τους; Δικαιολογήστε την άποψή σας.

³⁷ <https://pixabay.com/el/photos/AC-3434616/>

Άσκηση 17³⁸

ΕΞΑΦΑΝΙΣΤΗΚΕ
ΠΟΙΟΣ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΒΟΗΘΗΣΕΙ;



ΙΩΑΝΝΗΣ ΠΑΠΠΟΣ	
ΗΛΙΚΙΑ: 64	Όταν εξαφανίστηκε φορούσε μαύρο παντελόνι, μπλε μπλούζα και αθλητικά παπούτσια.
ΕΞΑΦΑΝΙΣΤΗΚΕ: 03/05/2019	
ΑΠΟ: ΙΩΑΝΝΙΝΑ	
ΗΠΕΙΡΟΣ	
ΜΑΤΙΑ: ΚΑΣΤΑΝΑ	
ΥΨΟΣ: 1,80 μ	
ΒΑΡΟΣ: ΑΔΥΝΑΤΟΣ	

Όποιος τον βρει, ας επικοινωνήσει με το οικείο αστυνομικό τμήμα.

Ενδεικτικές ερωτήσεις: (Γ1)

1. Πιστεύετε ότι τέτοιες δράσεις μπορούν να δώσουν λύση στην προστασία των παιδιών;
2. Έχετε ανταποκριθεί ποτέ σε τέτοιες δράσεις;
3. Υπάρχει ανάλογη δράση στη χώρα σας;
4. Τι άλλο θα μπορούσε να γίνει για την αντιμετώπιση του προβλήματος;

³⁸ <https://pixabay.com/el/photos/82-3427966/> (Με αλλαγές/προσθήκες)

Άσκηση 18³⁹



Ενδεικτικές ερωτήσεις: (Γ1)

1. Ποια είναι, κατά τη γνώμη σας, οι κυριότερες αιτίες των τροχαίων ατυχημάτων στην Ελλάδα;
2. Ποια δραστικά μέτρα θα προτείνατε για την αντιμετώπιση του φαινομένου;
3. Από ποια ηλικία θα έπρεπε να επιτρέπεται η οδήγηση;
4. Εσείς τηρείτε πάντα τον κώδικα οδικής κυκλοφορίας;

³⁹ <https://pixabay.com/el/photos/B1-2106757/>

Άσκηση 19⁴⁰



Ενδεικτικές ερωτήσεις: (Γ1)

1. Έχετε πέσει ποτέ θύμα κλοπής;
2. Ποιος είναι ο κατάλληλος τρόπος τιμωρίας μίας τέτοιας πράξης;
3. Η φυλάκιση είναι ο ενδεδειγμένος τρόπος αντιμετώπισης τέτοιων φαινομένων;
4. Ποια είναι τα κίνητρα των ανθρώπων που προβαίνουν σε τέτοιες πράξεις;

⁴⁰ <https://pixabay.com/el/photos/82-1590508/>

Άσκηση 20⁴¹



Ενδεικτικές ερωτήσεις: (Γ1)

1. Εσείς έχετε κάποιο τατουάζ; Αν ναι, μπορείτε να μας πείτε τι σας οδήγησε σε αυτήν την απόφαση;
2. Αν δεν έχετε, θα κάνατε ποτέ; Δικαιολογήστε την απάντησή σας.
3. Τι θέλουν να δηλώσουν οι άνθρωποι που έχουν τατουάζ;
4. Παλαιότερα ένα τατουάζ δεν ήταν αυτονόητα αποδεκτό από την κοινωνία. Σήμερα θεωρείτε ότι υπάρχει η ίδια αρνητική στάση απέναντι σε αυτήν τη μορφή αποτυπώματος;

⁴¹ <https://pixabay.com/el/photos/B6-3268988/>

Άσκηση 21⁴²



Ενδεικτικές ερωτήσεις: (Γ2)

1. Πρόσφατα δύο φάλαινες βρέθηκαν νεκρές με πολλά κιλά πλαστικές σακούλες στην κοιλιά τους. Ποιο θα ήταν το σχόλιό σας για το θέμα αυτό;
2. Ο νόμος της Ευρωπαϊκής Ένωσης για την κατάργηση της πλαστικής σακούλας θεωρείτε ότι είναι εφαρμόσιμος;
3. Λαμβάνετε μέρος σε δράσεις οικολογικού ενδιαφέροντος και, αν ναι, σε ποιες;
4. Διατηρείτε μία αισιόδοξη στάση για το μέλλον του πλανήτη ή όχι;

⁴² <https://pixabay.com/el/photos/BD-904349/>

Άσκηση 22⁴³



Ενδεικτικές ερωτήσεις: (Γ2)

1. Στην Ελλάδα έρευνες έδειξαν ότι το 98% των μαθητών κάνουν ιδιαίτερα μαθήματα ή είναι εγγεγραμμένοι σε κάποιο φροντιστήριο, προκειμένου να προετοιμαστούν για τις πανελλήνιες εξετάσεις. Πώς κρίνετε αυτήν την τάση;
2. Υπάρχουν αντίστοιχα φαινόμενα και στη χώρα σας;
3. Για ποιον λόγο πιστεύετε ότι καταφεύγουν σε τέτοιες πρακτικές οι μαθητές και οι γονείς τους; Κρίνετε υπερβολική μία τέτοια κίνηση;
4. Πιστεύετε ότι ένας μαθητής χωρίς φροντιστηριακή ενίσχυση μπορεί να κατακτήσει το στόχο για σπουδές σε μία περιζήτητη Σχολή;

⁴³ <https://pixabay.com/el/photos/B7-606091/>

Άσκηση 23⁴⁴



Ενδεικτικές ερωτήσεις: (Γ2)

1. Είναι υποχρεωτική η συμμετοχή στις εκλογές στη χώρα σας; Εσείς ασκείτε το εκλογικό σας δικαίωμα;
2. Πώς κρίνετε το διαρκώς διογκούμενο φαινόμενο της αποχής των ψηφοφόρων από τις εκλογές; Υπάρχει λύση για την εξομάλυνση του φαινομένου;
3. Είναι δικαίωμα ή υποχρέωση η συμμετοχή στις εκλογικές διαδικασίες;
4. Μήπως έτσι τίθεται θέμα ελλείμματος της δημοκρατίας;

⁴⁴ <https://pixabay.com/el/vectors/82-32384/>

Άσκηση 24⁴⁵



Ενδεικτικές ερωτήσεις: (Γ2)

1. Είναι η διαπολιτισμική εκπαίδευση ένας εφικτός στόχος ή μία ουτοπική φαντασίωση;
2. Υπάρχουν, νομίζετε, συνθήκες, οι οποίες υπαγορεύουν την εφαρμογή της διαπολιτισμικής εκπαίδευσης;
3. Γνωρίζετε αν εφαρμόζονται οι αρχές της διαπολιτισμικής εκπαίδευσης στη χώρα σας;
4. Πιστεύετε ότι η εφαρμογή της διαπολιτισμικής εκπαίδευσης θα είχε θετικό αντίκτυπο στη συνοχή του κοινωνικού συνόλου;

⁴⁵ <https://pixabay.com/el/photos/B7-1309160/>

Γ. Παιχνίδια ρόλων

Άσκηση 1: (A1)

Ρόλος Α

Πηγαίνετε στο μανάβικο, για να αγοράσετε φρούτα και λαχανικά. Χαιρετάτε τον/την υπάλληλο και του/της κάνετε διάφορες ερωτήσεις. Αποφασίζετε να αγοράσετε κεράσια και μαρούλια.

Ρόλος Β

Δουλεύετε σε ένα μανάβικο και ένας κύριος/μία κυρία έρχεται να αγοράσει φρούτα και λαχανικά. Σας κάνει διάφορες ερωτήσεις. Απαντάτε σε όλες τις ερωτήσεις και τον/τη ρωτάτε τι θέλει να αγοράσει.

Άσκηση 2: (A1)

Ρόλος Α

Ένας φίλος/μία φίλη σας έχει γενέθλια σε λίγο καιρό. Θέλετε να του/της αγοράσετε ένα δώρο. Βρίσκετε στο διαδίκτυο ένα ρολόι που σας αρέσει και είναι και φτηνό. Δεν βρίσκετε πληροφορίες, όμως, για το πώς μπορείτε να κάνετε την παραγγελία, σε πόσες μέρες έρχεται το ρολόι και πόσο στοιχίζει, για να σας το στείλουν. Παίρνετε τηλέφωνο την εταιρία και τους ρωτάτε. Στο τέλος αποφασίζετε να μην αγοράσετε το ρολόι, γιατί το κόστος για το ταχυδρομείο είναι μεγάλο. Ευχαριστείτε τον/την υπάλληλο και κλείνετε το τηλέφωνο.

Ρόλος Β

Δουλεύετε σε μία εταιρία, που πουλάει δώρα στο διαδίκτυο. Ένας κύριος/μία κυρία θέλει να αγοράσει ένα ρολόι. Σας παίρνει τηλέφωνο και ρωτάει πώς μπορεί να κάνει την παραγγελία, σε πόσες μέρες έρχεται και πόσο στοιχίζει να την στείλετε με το ταχυδρομείο. Σας λέει ότι δεν θα αγοράσει το ρολόι, αλλά εσείς τον/την ευχαριστείτε σε κάθε περίπτωση.

Άσκηση 3: (A1)

Ρόλος Α

Παίρνετε τηλέφωνο έναν φίλο/μία φίλη σας, που έχετε να τον/την δείτε πολύ καιρό. Του/της λέτε αν θέλει να έρθει στο σπίτι σας για φαγητό. Αποφασίζετε να μαγειρέψετε κάτι μαζί. Αποφασίζετε τι φαγητό θα φτιάξετε. Του/της λέτε τι υλικά έχετε στο σπίτι και τι υλικά θα αγοράσει αυτός/αυτή. Κανονίζετε ποια μέρα και τι ώρα θα έρθει ο φίλος/η φίλη σας στο σπίτι σας.

Ρόλος Β

Έχετε πολύ καιρό να δείτε έναν φίλο/μία φίλη σας. Μιλάτε στο τηλέφωνο και ο φίλος/η φίλη σας σας ρωτάει αν θέλετε να πάτε στο σπίτι του/της για φαγητό. Του/της λέτε ότι θα το θέλατε πολύ. Αποφασίζετε να μαγειρέψετε κάτι μαζί. Αποφασίζετε τι φαγητό θα μαγειρέψετε. Τον/τη ρωτάτε τι υλικά πρέπει να αγοράσετε. Κανονίζετε ποια μέρα και τι ώρα θα πάτε στο σπίτι του/της.

Άσκηση 4: (A1)

Ρόλος Α

Είστε φοιτητής/φοιτήτρια σε μία καινούργια πόλη. Σας αρέσει το χιπ χοπ. Βρίσκετε μία σχολή χορού και πηγαίνετε να ρωτήσετε αν κάνουν μαθήματα, πόσο συχνά και πότε ακριβώς, πόσο στοιχίζουν, αν υπάρχει φοιτητική έκπτωση. Λέτε στον/στην υπάλληλο ότι θέλετε να ξεκινήσετε. Ο/η υπάλληλος σας λέει τι πρέπει να έχετε μαζί σας, για να ξεκινήσετε. Ευχαριστείτε τον/την υπάλληλο και του/της λέτε πότε θα τον/την δείτε.

Ρόλος Β

Δουλεύετε σε μία σχολή χορού. Ένας φοιτητής/μία φοιτήτρια θέλει να κάνει μαθήματα. Του/της λέτε πόσο συχνά γίνονται τα μαθήματα και ποιες μέρες. Σας ρωτάει αν μπορεί να έχει φοιτητική έκπτωση και του/της απαντάτε. Του/της λέτε τι πρέπει να έχει μαζί του/της, για να ξεκινήσει μαθήματα (π.χ. ρούχα, ταυτότητα). Τον/την ευχαριστείτε και τον/την αποχαιρετάτε.

Άσκηση 5: (A2)

Ρόλος Α

Το παιδί σας θέλει να μάθει μπάνιο. Παίρνετε τηλέφωνο σε ένα κολυμβητήριο και ρωτάει τον/την υπάλληλο στη ρεσεψιόν τις ημέρες και τις ώρες που γίνονται τα μαθήματα, πόσο στοιχίζουν και τι πρέπει να έχετε μαζί μας στο πρώτο μάθημα. Ευχαριστείτε τον/την υπάλληλο και τον/τη χαιρετάτε.

Ρόλος Β

Είστε υπάλληλος στη ρεσεψιόν σε ένα κολυμβητήριο. Σας παίρνει τηλέφωνο ένας πελάτης/μία πελάτισσα και σας ζητάει πληροφορίες. Τον/τη χαιρετάτε και απαντάτε στις ερωτήσεις του/της. Τον/τη ρωτάτε πόσο χρονών είναι το παιδί του/της. Του/της λέτε ποιες μέρες και ώρες γίνονται τα μαθήματα, πόσο στοιχίζουν και τι πρέπει να έχει μαζί του στο πρώτο μάθημα. Τον/τη χαιρετάτε.

Άσκηση 6: (A2)

Ρόλος Α

Πήγατε για φαγητό σε ένα εστιατόριο με τους γονείς του φίλου/της φίλης σας την περασμένη εβδομάδα. Παίρνετε τηλέφωνο τον καλύτερό σας φίλο/την καλύτερή σας φίλη και του/της λέτε πώς περάσατε (πού πήγατε, τι ρούχα φορούσατε όλοι, τι φάγατε, για ποια πράγματα μιλήσατε, πώς νιώσατε). Τον/τη ρωτάτε πότε θα γνωρίσει και αυτός/αυτή την οικογένεια του φίλου της/της φίλης του.

Ρόλος Β

Ο καλύτερός σας φίλος/η καλύτερή σας φίλη σας παίρνει τηλέφωνο, για να σας πει πώς πέρασε στο δείπνο με την οικογένεια της φίλης του/του φίλου της την περασμένη εβδομάδα. Τον/τη ρωτάτε πού πήγαν, τι φόραγαν, τι έφαγαν, για ποια θέματα μίλησαν, πώς ένιωσε. Του/της λέτε ότι είναι νωρίς ακόμη, να γνωρίσετε την οικογένεια του δικού σας φίλου/της δικής σας φίλης.

Άσκηση 7: (A2)

Ρόλος Α

Αγοράσατε ένα παλτό από το διαδίκτυο. Το δοκιμάζετε, αλλά σας είναι στενό. Παίρνετε τηλέφωνο τον/την υπάλληλο και του/της εξηγείτε πώς έχουν τα πράγματα. Τον/τη ρωτάτε αν μπορείτε να το επιστρέψετε και να πάρετε το μεγαλύτερο νούμερο. Ρωτάτε αν το έχει στο ίδιο χρώμα. Τον/τη ρωτάτε σε ποια χρώματα το έχει. Δε σας αρέσουν τα χρώματα και ζητάτε να σας επιστρέψουν τα χρήματα. Τον/τη ρωτάτε σε πόσες μέρες θα σας επιστρέψουν τα χρήματα. Τον/την ευχαριστείτε και τον/τη χαιρετάτε.

Ρόλος Β

Δουλεύετε σε ένα διαδικτυακό κατάστημα ρούχων. Ένας πελάτης/μία πελάτισσα αγόρασε ένα παλτό, αλλά του/της είναι στενό. Σας παίρνει τηλέφωνο και σας ρωτάει αν μπορεί να το επιστρέψει και να πάρει το μεγαλύτερο νούμερο. Του/της λέτε ότι μπορεί να το επιστρέψει, αλλά δεν έχετε το μεγαλύτερο νούμερο στο ίδιο χρώμα. Του/της λέτε σε ποιο χρώμα το έχετε. Αποφασίζει ότι θέλει τα χρήματά του/της πίσω. Του/της λέτε σε πόσες μέρες θα μπουν τα χρήματα στον λογαριασμό του/της. Τον ευχαριστείτε και τον/τη χαιρετάτε.

Άσκηση 8: (A2)

Ρόλος Α

Ένας φίλος/μία φίλη σας έχει γενέθλια σε δύο εβδομάδες. Θέλετε να του/της κάνετε ένα δώρο, αλλά δεν ξέρετε τι ακριβώς. Παίρνετε τηλέφωνο τον αδερφό/την αδερφή σας και τον/τη ρωτάτε τη γνώμη του/της. Του/της λέτε τι αρέσει στον φίλο/στη φίλη σας, τι του/της λείπει, τι του/της χρειάζεται. Σας βοηθάει να αποφασίσετε τι δώρο να πάρετε. Τον/την ευχαριστείτε και τον/τη ρωτάτε πότε θα πάτε για καφέ. Τον/τη χαιρετάτε.

Ρόλος Β

Σας παίρνει τηλέφωνο ο αδερφός/η αδερφή σας και σας λέει ότι δεν ξέρει τι δώρο πρέπει να πάρει σε έναν φίλο/μία φίλη του/της για τα γενέθλιά του/της. Τον/τη ρωτάτε τι αρέσει στον φίλο/στη φίλη του, τι του/της λείπει, τι του/της χρειάζεται. Τον/τη βοηθάτε να αποφασίσει. Του/της λέτε πότε θα πάτε για καφέ. Τον/τη χαιρετάτε.

Άσκηση 9: (B1)

Ρόλος Α

Ένας φίλος/μία φίλη περνάει πολλές ώρες στον υπολογιστή και ανησυχείτε. Του/της λέτε τις αρνητικές συνέπειες για την υγεία, την προσωπική και κοινωνική ζωή του/της. Τον/τη συμβουλεύετε να ασχοληθεί με άλλες δραστηριότητες, να γνωρίσει φίλους/φίλες, να κάνει βόλτες κ.λπ.

Ρόλος Β

Περνάτε πολλές ώρες μπροστά στον υπολογιστή. Ένας φίλος/μία φίλη σάς συμβουλεύουν να μειώσετε τον χρόνο μπροστά στον υπολογιστή και να ασχοληθείτε με άλλες δραστηριότητες. Σας λέει ότι έχει αρνητικές συνέπειες στην υγεία, στην προσωπική και κοινωνική σας ζωή. Εσείς επιμένετε ότι ο υπολογιστής είναι απαραίτητος για τη δουλειά και τη ζωή σας.

Άσκηση 10: (B1)

Ρόλος Α

Είσαστε μέλος μίας οικολογικής οργάνωσης και μιλάτε με έναν φίλο/μία φίλη για τις περιβαλλοντικές συνέπειες του σύγχρονου τρόπου ζωής. Του/της λέτε για τη μόλυνση του περιβάλλοντος και την ανάγκη ανακύκλωσης στην καθημερινή ζωή. Σύμφωνα με την γνώμη ότι η ανακύκλωση και γενικά η προστασία του περιβάλλοντος είναι υποχρέωση όλων μας.

Ρόλος Β

Ένας φίλος/μία φίλη είναι μέλος μίας οικολογικής οργάνωσης. Συζητάτε μαζί του/της για την ανακύκλωση και για τη μόλυνση του περιβάλλοντος από τα σκουπίδια και τον σύγχρονο τρόπο ζωής. Τον/τη ρωτάτε για το πώς μπορεί κάποιος να κάνει ανακύκλωση στην καθημερινή του/της ζωή. Επιμένετε ότι είναι υποχρέωση του κράτους και ότι το κράτος είναι υπεύθυνο για την ανακύκλωση.

Άσκηση 11: (B1)

Ρόλος Α

Βρίσκεστε σε ένα πάρτι με φίλους και φίλες σας. Εσείς είσατε χορτοφάγος και προτιμάτε την υγιεινή διατροφή. Οι άλλοι τρώνε πολύ, πίνουν και καπνίζουν. Διαφωνείτε με έναν φίλο/μία φίλη σας για το βραδινό φαγητό και μιλάτε για τους κινδύνους της παχυσαρκίας. Υποστηρίζετε ότι το ελαφρύ φαγητό, η υγιεινή διατροφή και η γυμναστική είναι απαραίτητα για τη σωματική και ψυχική υγεία.

Ρόλος Β

Βρίσκεστε σε ένα πάρτι και ένας φίλος/μία φίλη σας είναι χορτοφάγος και προτιμάει την υγιεινή διατροφή. Εσάς σας αρέσει να τρώτε, να καπνίζετε και να πίνετε αλκοόλ. Αυτός/αυτή σας συμβουλεύει να τρώτε λιγότερο το βράδυ, να κάνετε υγιεινή διατροφή και γυμναστική, για να έχετε καλή σωματική και ψυχική υγεία. Επιμένετε ότι το φαγητό, το ποτό και η διασκέδαση κάνουν καλό στην ψυχολογία και στην προσωπική και κοινωνική ζωή.

Άσκηση 12: (B1)

Ρόλος Α

Αποφασίζετε με έναν φίλο/μία φίλη να πάτε διακοπές σε ένα νησί. Εσείς του/της προτείνετε να μείνετε σε ένα μικρό παραθαλάσσιο χωριό και όχι σε κάποια τουριστική και γνωστή περιοχή. Υποστηρίζετε ότι στις διακοπές χρειαζόμαστε ηρεμία, απομόνωση και απομάκρυνση από τον σύγχρονο τρόπο ζωής. Του/της προτείνετε να μην πάρετε μαζί σας υπολογιστή και κινητό.

Ρόλος Β

Αποφασίζετε με έναν φίλο/μία φίλη να πάτε διακοπές σε ένα νησί. Σας προτείνει να μείνετε σε ένα μικρό παραθαλάσσιο χωριό, για να κάνετε ήρεμες και ξεκούραστες διακοπές. Εσείς θέλετε να μείνετε σε ένα γνωστό ξενοδοχείο που βρήκατε σε ένα περιοδικό. Προτιμάτε μία τουριστική περιοχή με νυχτερινή διασκέδαση και όχι ένα παραδοσιακό χωριό. Εκείνος/εκείνη επιμένει ότι στις διακοπές πρέπει να ξεκουραζόμαστε σωματικά και πνευματικά και για τον λόγο αυτό προτείνει να μην πάρετε μαζί σας ούτε υπολογιστή ούτε κινητό. Για εσάς, όμως, ο υπολογιστής και το κινητό τηλέφωνο είναι απαραίτητα, για να μιλάτε με τους φίλους σας, να ακούτε μουσική κ.λπ.

Άσκηση 13: (B2)

Ρόλος Α

Σύντομα θα φύγετε στο εξωτερικό, προκειμένου να εργαστείτε. Προσπαθείτε να πείσετε τη μητέρα/τον πατέρα σας να επισκεφθεί μία σχολή, προκειμένου να μάθει να χειρίζεται τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, έτσι ώστε να μπορείτε να επικοινωνείτε δωρεάν, όταν μετακομίσετε. Η μητέρα/ο πατέρας σας πιστεύει ότι είναι μεγάλη/μεγάλος σε ηλικία, για να μπει σε μία τέτοια διαδικασία και ότι τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης είναι για άτομα μικρότερης ηλικίας. Θεωρεί ότι η επικοινωνία μέσω τηλεφώνου είναι προτιμότερη. Προσπαθείτε να της/του αλλάξετε γνώμη και της/του εξηγείτε τα οφέλη που θα προκύψουν από τη χρήση τους.

Ρόλος Β

Ο γιος/η κόρη σας πρόκειται να φύγει σύντομα στο εξωτερικό, προκειμένου να εργαστεί. Προσπαθεί να σας πείσει να πάτε σε μία σχολή και να μάθετε πώς να χρησιμοποιείτε τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, για να μπορείτε να επικοινωνείτε δωρεάν. Εσείς πιστεύετε ότι είστε μεγάλη/μεγάλος σε ηλικία για να μπει σε μία τέτοια διαδικασία. Προσπαθείτε να τον/την πείσετε ότι ο καλύτερος τρόπος, για να επικοινωνείτε είναι το τηλέφωνο.

Άσκηση 14: (B2)

Ρόλος Α

Καθημερινά δουλεύετε πολλές ώρες και προκειμένου να μπορέσετε να αντεπεξέλθετε στις δυσκολίες της ημέρας, πίνετε πέντε φλιτζάνια καφέ την ημέρα. Πιστεύετε ότι ο καφές σάς γεμίζει ενέργεια και σάς βοηθάει να μη νυστάζετε. Ο φίλος/η φίλη σας πιστεύει ότι ο καφές δημιουργεί νεύρα και προκαλεί διαταραχές στον ύπνο. Προσπαθείτε να τον/την πείσετε για το αντίθετο.

Ρόλος Β

Ο φίλος/η φίλη σας καταναλώνει καθημερινά πέντε φλιτζάνια καφέ, προκειμένου να μπορέσει να αντεπεξέλθει στις δυσκολίες της ημέρας, καθώς εργάζεται πολλές ώρες. Προσπαθείτε να τον/την πείσετε ότι ο καφές δημιουργεί νεύρα και προκαλεί διαταραχές στον ύπνο. Του/της προτείνετε εναλλακτικές λύσεις, για να τον/την πείσετε για το αντίθετο.

Άσκηση 15: (B2)

Ρόλος Α

Ο φίλος/η φίλη σας δεν δίνει καμία σημασία στην εξωτερική εμφάνιση και προτιμά να ξοδεύει τα χρήματά του/της σε ταξίδια. Εσείς προτιμάτε να ξοδεύετε τα χρήματά σας σε ρούχα, καθώς πιστεύετε ότι η εξωτερική εμφάνιση είναι πολύ σημαντική τόσο στον επαγγελματικό χώρο όσο και στις διαπροσωπικές σχέσεις. Προσπαθείτε να του/της αλλάξετε γνώμη ώστε να δίνει μεγαλύτερη σημασία στην εξωτερική εμφάνιση περιορίζοντας τα ταξίδια.

Ρόλος Β

Ο φίλος/η φίλη σας ξοδεύει πολλά χρήματα στην εξωτερική εμφάνιση, καθώς πιστεύει ότι είναι πολύ σημαντική τόσο στον επαγγελματικό χώρο όσο και στις διαπροσωπικές σχέσεις. Εσείς προτιμάτε να ξοδεύετε τα χρήματά σας σε ταξίδια, καθώς με αυτόν τον τρόπο χαλαρώνετε και αποκτάτε νέες εμπειρίες. Προσπαθείτε να

πείσετε τον φίλο/τη φίλη σας ότι η εξωτερική εμφάνιση δεν είναι σημαντική, αλλά αυτό που μετράει είναι η απόκτηση νέων εμπειριών μέσα από ταξίδια.

Άσκηση 16: (B2)

Ρόλος Α

Ο φίλος/η φίλη σας προτιμά για τις καθημερινές του μετακινήσεις μέσα στην πόλη το αυτοκίνητο, καθώς πιστεύει ότι είναι άνετο και γρήγορο. Εσείς αντίθετα προτιμάτε το ποδήλατο, καθώς δεν μολύνει το περιβάλλον και είναι οικονομικό. Προσπαθείτε να τον/την πείσετε ότι το ποδήλατο είναι το καλύτερο μέσο για τις μετακινήσεις μέσα στην πόλη.

Ρόλος Β

Ο φίλος/η φίλη σας προτιμά για τις καθημερινές μετακινήσεις μέσα στην πόλη το ποδήλατο, καθώς πιστεύει ότι είναι οικονομικό και φιλικό προς το περιβάλλον. Εσείς αντίθετα προτιμάτε το αυτοκίνητο, καθώς είναι άνετο, αλλά και γρήγορο. Προσπαθείτε να τον/την πείσετε ότι το αυτοκίνητο είναι το καλύτερο μέσο για τις μετακινήσεις μέσα στην πόλη.

Άσκηση 17: (Γ1)

Ρόλος Α

Πρόσφατα ψηφίστηκε ο νόμος που καθιερώνει ως υποχρεωτική τη δωρεά οργάνων. Εσείς είστε υπέρ του νόμου και προσπαθείτε να πείσετε και τον φίλο/τη φίλη σας για τα οφέλη αυτού του νόμου.

Ρόλος Β

Πρόσφατα ψηφίστηκε ο νόμος που καθιερώνει ως υποχρεωτική τη δωρεά οργάνων. Εσείς είστε κατά του νόμου και προσπαθείτε να πείσετε και τον φίλο/τη φίλη σας για τα δυσάρεστα επακόλουθα της εφαρμογής αυτού του νόμου.

Άσκηση 18: (Γ1)

Ρόλος Α

Είσαστε μέλος μίας οικολογικής οργάνωσης και συμμετέχετε σε μία τηλεοπτική συζήτηση για τις περιβαλλοντικές συνέπειες του σύγχρονου τρόπου ζωής. Προτείνετε μέτρα για την αντιμετώπιση της μόλυνσης του περιβάλλοντος και την ανάγκη αλλαγής της νοοτροπίας του ανθρώπου σε σχέση με το περιβάλλον. Σύμφωνα με τη γνώμη σας, η ανακύκλωση και γενικά η προστασία του περιβάλλοντος είναι υποχρέωση όλων μας.

Ρόλος Β

Είστε εκπρόσωπος του κρατικού φορέα για την προστασία του περιβάλλοντος και συμμετέχετε σε μία τηλεοπτική συζήτηση για τις περιβαλλοντικές συνέπειες του σύγχρονου τρόπου ζωής. Θεωρείτε ότι βρισκόμαστε σε καλό δρόμο και πως το κράτος έχει λάβει τα απαραίτητα μέτρα για την αντιμετώπιση της μόλυνσης του περιβάλλοντος. Πιστεύετε ακόμη ότι δεν χρειάζονται επιπρόσθετα μέτρα στην καθημερινή ζωή για την αντιμετώπιση των περιβαλλοντικών προβλημάτων.

Άσκηση 19: (Γ1)

Ρόλος Α

Βρίσκεστε σε ένα πάρτι με φίλους και φίλες σας. Εσείς είσαστε καπνιστής/καπνίστρια και θέλετε να καπνίσετε σε εσωτερικό χώρο, γιατί νιώθετε τον χώρο οικείο και έχετε χαλαρή διάθεση. Πιστεύετε ότι και εσείς έχετε δικαιώματα, τα οποία πρέπει να τα σέβονται και οι μη καπνιστές.

Ρόλος Β

Βρίσκεστε σε ένα πάρτι και ένας φίλος/μία φίλη σας είναι καπνιστής/καπνίστρια και θέλει να καπνίσει σε εσωτερικό χώρο, γιατί νιώθει τον χώρο οικείο και έχει χαλαρή διάθεση. Εσείς φέρνετε αντίρρηση και του/της εξηγείτε ότι ενοχλεί και μία τέτοια συμπεριφορά δεν μπορεί να γίνει αποδεκτή.

Άσκηση 20: (Γ1)

Ρόλος Α

Είστε νέος/νέα και χρησιμοποιείτε συχνά για την επικοινωνία σας με φίλους τα greeklish. Ένας φίλος/Μία φίλη με τον/την οποία συζητάτε διαφωνεί και εσείς προσπαθείτε να του/της εξηγήσετε για ποιον λόγο επιλέγετε αυτή τη μορφή επικοινωνίας και γιατί θεωρείτε ότι δεν αποτελεί κίνδυνο για την ελληνική γλώσσα.

Ρόλος Β

Ένας φίλος/Μία φίλη με τον/την οποία συζητάτε χρησιμοποιεί τα greeklish και εσείς διαφωνείτε και προσπαθείτε να του/της εξηγήσετε για ποιον λόγο αυτή η μορφή επικοινωνίας αποτελεί κίνδυνο για την ελληνική γλώσσα.

Άσκηση 21: (Γ2)

Ρόλος Α

Συμμετέχετε σε μία τηλεοπτική εκπομπή με θέμα την ευθανασία. Είστε γιατρός και εκθέτετε τα επιχειρήματά σας υπέρ της εφαρμογής της σε ασθενείς που το επιθυμούν.

Ρόλος Β

Συμμετέχετε σε μία τηλεοπτική εκπομπή με θέμα την ευθανασία. Είστε γιατρός και εκθέτετε τα επιχειρήματά σας κατά της εφαρμογής της σε ασθενείς που το επιθυμούν.

Άσκηση 22: (Γ2)

Ρόλος Α

Ως καθηγητής στην Τριτοβάθμια Εκπαίδευση συμμετέχετε σε μία δημόσια συζήτηση σχετικά με την ίδρυση ιδιωτικών πανεπιστημίων. Εσείς είστε πολέμιος της ιδέας και εκθέτετε με όσο πιο πειστικό τρόπο μπορείτε τα επιχειρήματά σας.

Ρόλος Β

Ως κάτοχος διδακτορικού διπλώματος στην παιδαγωγική συμμετέχετε σε μία δημόσια συζήτηση σχετικά με την ίδρυση ιδιωτικών πανεπιστημίων. Εσείς είστε υπέρμαχος της ιδέας και εκθέτετε με όσο πιο πειστικό τρόπο μπορείτε τα επιχειρήματά σας.

Άσκηση 23: (Γ2)

Ρόλος Α

Βρίσκεστε σε ένα οικογενειακό τραπέζι και το θέμα συζήτησης είναι η παράδοση. Εσείς, ως πιο μεγάλος/μεγάλη σε ηλικία, είστε υπέρμαχος της αξίας της παράδοσης στη ζωή των ανθρώπων, προκειμένου να αποκτήσουν τα εφόδια και τους τρόπους να χειριστούν τις δύσκολες καταστάσεις της ζωής. Προσπαθείτε, ωστόσο, να πείσετε έναν νεότερο/μία νεότερη συγγενή σας, ο οποίος/η οποία έχει την αντίθετη γνώμη και σας κατηγορεί για προγονοπληξία.

Ρόλος Β

Βρίσκεστε σε ένα οικογενειακό τραπέζι και το θέμα συζήτησης είναι η παράδοση. Εσείς, ως πιο νέος/νέα σε ηλικία, είστε υπέρμαχος των τεχνολογιών και της υιοθέτησης καινοτόμων ιδεών σε όλους τους τομείς της ζωής. Προσπαθείτε, ωστόσο, να πείσετε έναν μεγαλύτερο/μία μεγαλύτερη συγγενή σας, ο οποίος/η οποία έχει την αντίθετη γνώμη και σας κατηγορεί για προοδοπληξία.

Άσκηση 24: (Γ2)

Ρόλος Α

Είστε για καφέ με έναν φίλο/μία φίλη σας και συζητάτε για την πληθώρα υλικών αγαθών στη ζωή μας. Προσπαθείτε με πειστικά επιχειρήματα να του/της εξηγήσετε την πλεονεξία που τον/την διακατέχει σε σχέση με την απόκτηση υλικών αγαθών και να του/της προτείνετε εναλλακτικούς στόχους ζωής, που θα τον/την κάνουν να νιώθει ευτυχισμένος/ευτυχισμένη, αν και αυτός/αυτή σας κατηγορεί ως αιθεροβάμονα.

Ρόλος Β

Είστε για καφέ με έναν φίλο/μία φίλη σας και συζητάτε για την πληθώρα υλικών αγαθών στη ζωή μας. Προσπαθείτε με πειστικά επιχειρήματα να του/της εξηγήσετε ότι αυτό το μοντέλο ζωής κυριαρχεί σε παγκόσμιο επίπεδο και οποιαδήποτε αντίσταση αποτελεί ουτοπία και να αντικρούσετε την κατηγορία του χαρακτηρισμού ως «πλεονέκτη» που σας προσάπτει.

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ Ι

ΛΥΣΕΙΣ ΑΣΚΗΣΕΩΝ

Λύσεις ασκήσεων για την κατανόηση γραπτού λόγου

Άσκηση 1

1.Λ, 2.Λ, 3.Σ, 4.Λ, 5.Λ

Άσκηση 2

1. τέσσερα αδέρφια, 2. μένουν κοντά με την οικογένειά του, 3. τώρα δεν δουλεύει, 4. δουλεύουν σε νοσοκομείο, 5. γραμματέας

Άσκηση 3

1.β, 2.α, 3.α, 4.β, 5.β

Άσκηση 4

1.Λ, 2.Λ, 3.Λ, 4.ΣΛ, 5.Λ

Άσκηση 5

1. επειδή είχε πολλή δουλειά με τις σπουδές της, 2., 3. μια εκδρομή για τη Σαντορίνη, 4. να πάει στο ταξίδι με την Κωνσταντίνα, 5. ότι θα περάσει φανταστικά με τη φίλη της, 6. απάντηση της Κωνσταντίνας

Άσκηση 6

1.δ, 2.α, 3.β, 4.δ, 5.α, 6.γ

Άσκηση 7

1. με το αυξημένο άγχος, 2. να τις αντιμετωπίσετε, 3. να ξυπνήσετε το πρωί, 4. προσθέστε και αυτά, 5. δεν είναι τόσο σημαντικό

Άσκηση 8

1.Λ, 2.Λ, 3.Σ, 4.Σ, 5.Λ

Άσκηση 9

1.ώστε, 2. παράλληλα, 3.εκτός, 4. να γνωρίσουν, 5. να απασχολούμε

Άσκηση 10

1. στους δυνατούς θορύβους, 2. άλματα ανάπτυξης, 3. τις συνήθειές του, 4. ως στόχο, 5. άσυλο, 6. ανάδοχη οικογένεια. 7. να βυθιστεί, 8. από τις αμερικανικές αρχές, 9. της επιστροφής, 10. από τα παιδιά τους

Άσκηση 11

1.α, 2.β, 3.α, 4.δ, 5.γ

Άσκηση 12

1. να γυρνούν την πλάτη, 2. δεν ξεπερνούν, 3. συνήψαν, 4. να αναλάβει, 5. δεν έχει κανένα αντίκρισμα, 6. εκκρεμεί, 7. θα λιμοκτονούσαν, 8. έχει μικρότερη ανταπόκριση, 9. ενδιαφέροντος, 10. κατά κύριο λόγο

Άσκηση 13

1.γ, 2.γ, 3.α, 4.β, 5.γ

Άσκηση 14

1. για την έκβαση, 2. να κάνει τη διαφορά, 3. εν συγκρίσει, 4. να καταστήσει, 5. παρέχοντας, 6. υποβάλλεται, 7. μη έχοντας, 8. εξ αποστάσεως, 9. καλείται, 10. μεμονωμένα

Άσκηση 15

1.Γ, 2.Στ, 3.Δ, 4.Ε, 5.Λ, 6.Α, 7.Ζ, 8.Μ, 9.Ι, 10.Κ

Άσκηση 16

1.δ, 2.β, 3.β, 4.δ, 5.α

Λύσεις ασκήσεων γλωσσικής επίγνωσης

Άσκηση 1

Στα περισσότερα χωριά της Ηπείρου τα πανηγύρια γίνονται το κυρίως καλοκαίρι και πιο πολύ τον Ιούλιο και τον Αύγουστο, με αφορμή είτε μία θρησκευτική εορτή (της αγίας Κυριακής, της αγίας Μαρίνας, του αγίου Παντελεήμονα, του προφήτη Ηλία, της Αγίας Παρασκευής, το Δεκαπενταύγουστο, του αγίου Κοσμά κ.λπ.), είτε πολιτιστικές εκδηλώσεις. Είναι η πιο καλύτερη περίοδος, γιατί συνδυάζεται με τον καλό καιρό και τις διακοπές. Αποτελούσαν ένα τόσο ξεχωριστό γεγονός στην καθημερινότητα των κατοίκων, οι οποίοι το περίμεναν πώς και πώς. Ήταν μια ευκαιρία να ξεφύγουν οι άνθρωποι από τη πολλή σκληρή ζωή που ζούσαν, με τους περισσότερους να δουλεύουν στα χωράφια για ατελείωτες ώρες.

Το πανηγύρι λοιπόν ήταν όποιος τόπος συνάντησης των κατοίκων ενός χωριού, αλλά και με τους κατοίκους άλλων χωριών που έρχονταν στο τοπικό πανηγύρι. Οι σκληρές καθημερινές δουλειές, η έλλειψη συγκοινωνιακών των μέσων εμπόδιζαν την αλληλογνωριμία μεταξύ των κατοίκων των χωριών και τα πανηγύρια βοηθούσαν σε μεγάλο βαθμό προς αυτή την κατεύθυνση. Τα πανηγύρια τότε ήταν ο μοναδικός και αποκλειστικός τρόπος διασκέδασης των κατοίκων, που μαζί φυσικά με τους γάμους και τα βαφτίσια. Εκτός όμως από την αλληλογνωριμία μεταξύ των κατοίκων μιας περιοχής, τα πανηγύρια έπαιζαν τότε έναν πολύ σπουδαίο και σημαντικό ρόλο στη γνωριμία μεταξύ των νέων του χωριού ή των χωριών εφόσον με σκοπό το γάμο. Η κλειστή και αυστηρότατη κοινωνία μπροστά στον κυκλικό χορό της πλατείας χαλάρωνε και αμέσως μετά έπιαναν δουλειά οι προξενιτάδες με τις προξενήτρες, οι γνωστοί και οι άλλοτε συγγενείς. Έτσι, οι περισσότεροι αρραβώνες και γάμοι επακολουθούσαν μετά τα πανηγύρια.

Άσκηση 2

1. ανατροφή, 2. συμβαίνει, 3. ξοδεύουν, 4. προέρχονται, 5. επιπτώσεις, 6. αναφέρει

Άσκηση 3

1. εφόσον, 2. εξαρτάται, 3. αντοχή, 4. επιβεβαιώνει, 5. διαμόρφωσαν, 6. 3πιβάρυνση

Άσκηση 4

Τα τελευταία χρόνια μια νέα τεχνολογική εφεύρεση έχει μπει στον χώρο των επιστημών και των γραμμάτων που ονομάζεται e-book. Το e-book, με απλά λόγια, είναι η ψηφιακή μορφή ενός βιβλίου που διαβάζεται σε ειδικές συσκευές αποκαλούμενες ως e-readers, όπως μπορεί να είναι π.χ. ένα Η/Υ ή ένα i-pad.

Σύμφωνα με έρευνες, αρκετοί φαίνεται να υποδέχτηκαν επιπλέον θετικά τη νέα αυτή ανακάλυψη, όμως, πολλοί περισσότεροι είναι αυτοί που τελικά παραμένουν πιστοί εραστές του παραδοσιακού μα όχι πια παρωχημένου βιβλίου στην τυπογραφική του μορφή. Αξίζει, λοιπόν, να δούμε γιατί τίθεται το δίλημμα βιβλίο ή e-book, αν το κλασσικό βιβλίο «απειλείται» γιατί προτιμάται το ένα έναντι του άλλου, αλλά και να εξετάσουμε τα πιθανά πλεονεκτήματα ή μειονεκτήματά τους.

Πολύ μακριά από τα σύνορά μας, στις Η.Π.Α., η χρήση του e-book είναι ευρέως διαδεδομένη σε πολλές δημόσιες και επιστημονικές βιβλιοθήκες. Το γεγονός αυτό καθιστά δυνατό τον δανεισμό πολύ περισσότερων βιβλίων, χωρίς να είναι απαραίτητη η φυσική παρουσία του κλασσικού βιβλίου στα ράφια. Δεν υπάρχει,

λοιπόν, ο περιορισμός ενός συγκεκριμένου αριθμού αντιτύπων που μπορεί να διαθέτει κάθε βιβλιοθήκη. Με τον τρόπο αυτό, ίδιες οι βιβλιοθήκες μπορούν να παρέχουν στους αναγνώστες περισσότερα αντίγραφα ενός βιβλίου χωρίς μεγάλο περιορισμό.

Επιπλέον, ένα από τα πιο πολυσυζητημένα πλεονεκτήματα των e-books είναι ότι είναι αρκετά πιο φθηνότερα από τα αντίστοιχα τυπωμένα βιβλία, κάτι ιδιαίτερα σημαντικό όσον αφορά το θέμα της αγοράς. Αν και η οικονομική αξία ενός τέτοιου τυπωμένου βιβλίου είναι αρκετές φορές δικαιολογημένη λόγω του θησαυρού γνώσης που μπορεί να περιέχει, εντούτοις, είναι συχνά υψηλή για το αναγνωστικό κοινό. Η γνώση, όμως, θα πρέπει να είναι η προσιτή σε όλον τον κόσμο ανεξαρτήτως της οικονομικής του κατάστασης. Σε όλα τα παραπάνω θετικά στοιχεία του e-book μπορούμε να προσθέσουμε τον μικρό χώρο που καταλαμβάνει σε σχέση με ένα τυπωμένο βιβλίο, καθώς επίσης και τη δυνατότητα αποθήκευσης πολλών ηλεκτρονικών βιβλίων σε μια μόνο συσκευή. Ακόμη, ο αναγνώστης έχει τη δυνατότητα να αλλάξει τη γραμματοσειρά του κειμένου και να επιλέξει αυτήν που επιθυμεί και τον διευκολύνει. Αφού, λοιπόν, τα όλα ηλεκτρονικά βιβλία φαίνονται τόσο χρηστικά, γιατί άραγε το κλασικό βιβλίο φαίνεται να παραμένει στην προτίμηση ενός σημαντικού κομματιού του αναγνωστικού κοινού;

Πρόκειται απλώς για μια συνήθεια που δικαιολογείται από την προκατάληψη για κάθε τι καινούριο και πιο άγνωστο και που συνδέεται με τη δυσκολία εξοικείωσης με την τεχνολογία ή υπάρχουν άλλοι λόγοι;

Άσκηση 5

1. συγκίνηση, 2. απόκτηση, 3. παραμείνει, 4. αξιοσημείωτη, 5. προτίμηση, 6. επωφελείται

Άσκηση 6

1. παραγωγικοί, 2. οδικού, 3. παρασύρει, 4. επικρατούν, 5. εξαπλώνεται, 6. Μητροπολιτικές

Άσκηση 7

1. εγκαταλείπουν, 2. ευημερία, 3. οξύνει, 4. συσχετίζουν, 5. επιπτώσεις, 6. εμφανή

Άσκηση 8

Οι άνθρωποι παίρνουμε συχνά ως δεδομένα αυτά που έχουμε και δεν τα εκτιμούμε παρά μόνον μετά αφού τα χάσουμε. Προσωπικώς δεν θα ευχόμουν σε κανέναν να χάσει το γέλιο του, και το σημερινό άρθρο φιλοδοξεί να μας κάνει για μια φορά να εκτιμήσουμε (ή, αν προτιμάτε, να εκτιμήσουμε περισσότερο) το δώρο με το οποίο μας προίκισε η εξελικτική διαδικασία. Το γέλιο, από το χαμόγελο ως το τρανταχτό ξεκάρδισμα, είναι κομμάτι του συναισθηματικού κόσμου μας και μας χαρακτηρίζει: θυμόμαστε ευχάριστα ένα χαμογελαστό πρόσωπο, αντιλαμβανόμαστε πότε ένα γέλιο είναι ειλικρινές ή απλή μυϊκή σύσπαση και ή αντιδρούμε αναλόγως, διατηρούμε ζωντανό στα αφτιά μας το τρανταχτό γέλιο ενός αγαπημένου προσώπου που είναι μακριά κ.λπ. Το αναπόσπαστο του γέλιου από τη ζωή μας έκανε να ασχοληθούν μαζί του φιλόσοφοι, καλλιτέχνες και λογοτέχνες και μάλιστα από των αρχαιοτάτων χρόνων. Παραδόξως αυτοί που το αγνόησαν εντελώς και επί μακρόν ήταν οι επιστήμονες, οι οποίοι μόλις την τελευταία εικοσαετία καταδέχθηκαν καν να

ασχοληθούν μαζί του. Με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Γέλιου, σας μεταφέρουμε τα ευρήματα των επιστημόνων και σας προτρέπουμε να τα αξιοποιήσετε αυτό το δώρο ζωής. Γιατί, αν και δεν διεκδικούμε την πατρότητα της φράσης, πιστεύουμε ακράδαντα πως «μία ημέρα χωρίς το γέλιο είναι μία χαμένη ημέρα».

Είναι βέβαιον ότι εμπειρικά γνωρίζουμε όλοι πολλά πράγματα για το γέλιο και δεν χρειαζόμαστε τους ειδήμων επιστήμονες για να τα μάθουμε! Για παράδειγμα, ξέρουμε πως μπορεί να γελάσουμε με ένα αστείο αλλά δεν γελάμε όταν το αναλύουμε. Ξέρουμε επίσης ότι όταν γελάμε τρανταχτά και για πολλή ώρα κρατάμε την κοιλιά μας και όμως, αν δεν καθίσουμε, αισθανόμαστε πως θα πέσουμε. Και ακόμη ξέρουμε ότι το δικό μας γέλιο παρασύρει τον διπλανό μας και πως συλλογικά μπορεί να πάθουμε κρίση γέλιου, «μπα σε καλό μας!». Και βέβαια δεν χρειάζεται να μας πει κανείς για τη δύναμη του γέλιου στον έρωτα αφού μιας δεν υπάρχει γυναίκα που να μη δηλώνει πως αγάπησε τον άνδρα που την έκανε να γελά.

Άσκηση 9

1. αισθητηριακό, 2. συνηγορεί, 3. προκύπτει, 4. προστατευμένες, 5. αρχέγονος, 6. ανακούφισης

Άσκηση 10

1. αναμφίβολα, 2. παρεχόμενων, 3. διαφεύγει, 4. διαθέτει, 5. διαχείρισης, 6. ευνοϊκούς

Άσκηση 11

1. θα θεσμοθετηθεί, 2. επικράτηση, 3. εκτιμάται, 4. συντελούμενη, 5. τομείς, 6. σωρεία

Λύσεις ασκήσεων για την κατανόηση προφορικού λόγου

Άσκηση 1

	κοστούμι	αυτοκίνητο	ρολόι	βιβλίο μαγειρικής	παιχνίδι	γραβάτα
Γεωργία	✓			✓	✓	✓
Σοφία	✓		✓		✓	

Άσκηση 2

1.α, 2.β, 3.γ, 4.α, 5. α

Άσκηση 3

1. για καφέ με φίλους, 2. δουλεύει πολλές ώρες/δεν έχει χρόνο, 3. κοιμάται ως αργά,
4. σπάνια πάει για ποτό, 5. πάει στη θάλασσα

Άσκηση 4

 46	 47	 48
0		
 49	 50	 51
5	3	4

⁴⁶ <https://pixabay.com/el/photos/8C-698919/>

⁴⁷ <https://pixabay.com/el/photos/B9-280627/>

⁴⁸ <https://pixabay.com/el/vectors/B1-2831365/>

⁴⁹ <https://pixabay.com/el/photos/82-2722937/>

⁵⁰ <https://pixabay.com/el/vectors/BF-3897389/>

⁵¹ <https://pixabay.com/el/photos/BD-462867/>

 52	 53
2	1

Άσκηση 5

1.β, 2.β, 3.α, 4.α, 5.γ

Άσκηση 6

1. πιστωτική κάρτα, 2. πρωινό, βραδινό, 3. 312, 4. στη γωνία δεξιά / δίπλα στις σκάλες, 5. στη θάλασσα

Άσκηση 7

1. 4,5 ώρες, 2. 15.000 φοιτητές, 3. Το Σάββατο το πρωί, 4. ή με ποδήλατο, 5. παραδοσιακές γεύσεις της περιοχής, 6. μόνο 15 λεπτά, 7. είναι καθημερινά ανοιχτό, 8. Έξω από την πόλη, 9. 4 χλμ, 10. επιτρέπονται

⁵² <https://pixabay.com/el/photos/8C-3708808/>

⁵³ <https://pixabay.com/el/photos/BF-3269822/>

Άσκηση 8

Ταινίες της χρονιάς	Δραματική	Ταινίες δράσης / περιπέτειας	Κωμωδία	Κοινωνική	Βραβεία	Μιούζικαλ
«Το Θαύμα»	✓					
«Ο μεγάλος καλλιτέχνης»		✓				
«Το πάρτι»			✓		✓	
«Μικρόκοσμος»				✓		
«Το παιχνίδι της Μαίρης»		✓	✓			
«Mamma mia 2»						✓
«Σκοτεινές μέρες»				✓	✓	
«Το τελευταίο σημείωμα»	✓					
«Ο μεγάλος περίπατος της Άλκης»				✓		
«Ο γιος της Σοφίας»	✓				✓	

Άσκηση 9

1. κυκλικό, 2. «Βίκου-Αώου» - «Βάλια Κάλντα», 3. σλαβικής, 4. ο τόπος πέρα από το βουνό, 5. Πήλιο/Νομό Μαγνησίας, 6. αρχιτεκτονικά, πολιτισμικά και ιστορικά, 7. Μιτισκέλι, 8. πέτρα, 9. πέτρινα γεφύρια, 10. μουλάρια

Άσκηση 10

1. Ασχολείται με το άθλημα της αντοχής.
2. Προπονείται πέντε μέρες την εβδομάδα.
3. Η προπόνηση είναι δύσκολη.
4. Η επιλογή του αθλήματος ήταν προσωπική.
5. Άρχισε να ασχολείται με το άθλημα πρόσφατα.
6. Η ψυχολογία που έχει συνδέεται με τις επιδόσεις.
7. Ήταν το πρώτο άθλημα, με το οποίο ασχολήθηκε.
8. Η επιτυχία εξαρτάται σε έναν βαθμό από την τεχνική.
9. Ο αθλητισμός είναι αναγκαίος στη ζωή των ανθρώπων.
10. Θεωρεί ότι η διατροφή παίζει σημαντικό ρόλο στον αθλητισμό.

Παναγιώτης	Σοφία
✓	
✓	✓
✓	
	✓
✓	
✓	✓
	✓
	✓
✓	
	✓

Άσκηση 11

1. να νιώθουν ένα αίσθημα αυτολύπησης, 2. αποδέχονται ότι η αδυναμία τους είναι μεγαλύτερη, 3. αυτό που δεν μπορούν να κάνουν, 4. Αρνούνται την αλλαγή, 5. ο φόβος της αποτυχίας, 6. ηττοπαθείς, 7. τον κοινωνικό αντίκτυπο της αποτυχίας, 8. που φοβόμαστε και με αυτά που επιθυμούμε, 9. δυσκολεύεται να κάνει πράξη αυτό που σκέφτεται, 10. δεν έχω αυτοπεποίθηση και αυτοεκτίμηση

Άσκηση 12

	Τάσος Ανέστης	Αλέξανδρος Λυμπερόπουλος
1. Είναι βιολόγος.	✓	
2. Ζει χωρίς την οικογένειά του στον νέο τόπο διαμονής.		✓
3. Ζούσε αρχικά στην Αθήνα.	✓	✓
4. Είναι εξαγωγέας ελαιόλαδου.	✓	
5. Έχει αιτηθεί βοήθειας από ευρωπαϊκό πρόγραμμα.	✓	
6. Ζει σε νησί.		✓
7. Δημιούργησε νέες θέσεις εργασίας.		✓
8. Η αλλαγή στη ζωή του ήταν οργανωμένη.	✓	✓
9. Ο παλιός και ο νέος τρόπος ζωής είναι εξαιρετικά διαφορετικοί.		✓
10. Κατείχε θέση ευθύνης στο χώρο εργασίας του.	✓	

Άσκηση 13

1.α, 2.β, 3.β, 4.γ, 5.α, 6.δ, 7.β, 8.β, 9.δ, 10.β

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ II

ΚΕΙΜΕΝΑ
ΚΑΤΑΝΟΗΣΗΣ
ΠΡΟΦΟΡΙΚΟΥ ΛΟΓΟΥ

Άσκηση 1

Γεωργία: Σοφία, έχει γενέθλια ο άνδρας μου την επόμενη εβδομάδα και δεν ξέρω τι δώρο να του πάρω.

Σοφία: Γιατί δεν του παίρνεις ένα βιβλίο μαγειρικής; Έτσι δεν θα μαγειρεύεις κάθε μέρα!

Γεωργία: Καλή ιδέα! Αλλά ένα βιβλίο μόνο;

Σοφία: Γεωργία, μπορείς να πάρεις ένα καλό ρολόι, γιατί φοράει συχνά κοστούμια.

Γεωργία: Του πήρα πέρυσι. Νομίζω όμως ότι χρειάζεται ένα κοστούμι για τη δουλειά και μία γραβάτα που να ταιριάζει. Εσύ τι θα πάρεις για τον Νίκο;

Σοφία: Θέλει ένα κοστούμι για τη δουλειά και αυτός και δεν έχει και ρολόι. Λες να τους πάρουμε και ένα αυτοκίνητο;

Γεωργία: Αυτό είναι τέλειο δώρο, αλλά και ακριβό! Θα του πάρω, όμως, ένα παιχνίδι με αυτοκίνητα για τον υπολογιστή.

Σοφία: Παίρνω και εγώ το ίδιο! Θα παίζουμε όλοι μαζί!

Άσκηση 2

Σερβιτόρος: Καλησπέρα σας!

Πελάτης: Καλησπέρα! Θα θέλαμε δύο καταλόγους, σας παρακαλώ.

Σερβιτόρος: Ορίστε.

Πελάτης: Ευχαριστώ! Στην τιμή για τα μενού της ημέρας, εκτός από το κυρίως πιάτο, έχουμε και σαλάτα και γλυκό;

Σερβιτόρος: Βεβαίως! Και ένα ποτήρι κρασί.

Πελάτης: Α, πολύ ωραία! Λοιπόν, θα θέλαμε δύο μενού, ένα για μένα και ένα για την κυρία, και για τον άλλο κύριο μια μακαρονάδα με μανιτάρια.

Σερβιτόρος: Τι θα πιείτε;

Πελάτης: Δύο ποτήρια λευκό κρασί, σας παρακαλώ.

Πελάτης: Συγνώμη, μπορώ να έχω τον λογαριασμό;

Σερβιτόρος: Βεβαίως, κύριε. Ο λογαριασμός σας είναι 33 ευρώ. Θα πληρώσετε με κάρτα ή μετρητά;

Πελάτης: Μετρητά, παρακαλώ. Σήμερα είναι τα γενέθλιά μου και πληρώνω εγώ. Ορίστε 50 ευρώ.

Σερβιτόρος: Ευχαριστώ. Τα ρέστα σας είναι 17 ευρώ.

Πελάτης: Παρακαλώ! 15 είναι εντάξει!

Σερβιτόρος: Σας ευχαριστώ πολύ. Ελπίζω να περάσατε όμορφα.

Πελάτης: Όλα ήταν υπέροχα! Θα σας δούμε πάλι! Καλό σας βράδυ!

Άσκηση 3

Θωμάς: Γεια σου, Ελένη!

Ελένη: Γεια σου, Θωμά! Τι κάνεις;

Θωμάς: Καλά. Δεν δουλεύω σήμερα και πάω στο γυμναστήριο.

Ελένη: Α! Πολύ ωραία! Εγώ τώρα πάω για καφέ με φίλους.

Θωμάς: Καλά κάνεις! Πες μου, βρε Ελένη... Εσύ κάνεις καθόλου γυμναστική; Έχω πολύ καιρό να σε δω στο γυμναστήριο.

Ελένη: Δυστυχώς όχι! Δουλεύω πολλές ώρες κάθε μέρα και δεν έχω χρόνο.

Θωμάς: Και το Σαββατοκύριακο τι κάνεις;

Ελένη: Το Σάββατο συνήθως κοιμάμαι ως αργά και μετά βγαίνω για ψώνια. Το απόγευμα συνήθως διαβάζω βιβλία και το βράδυ σπάνια πάω για ποτό. Την Κυριακή μαγειρεύω, πλένω τα ρούχα μου, καθαρίζω λίγο.

Θωμάς: Κατάλαβα. Εγώ το Σάββατο συνήθως πηγαίνω για φαγητό με φίλους ή στον κινηματογράφο. Την Κυριακή πάω στη θάλασσα ή στο βουνό.

Ελένη: Πάρα πολύ ωραία ιδέα! Λοιπόν, το άλλο Σαββατοκύριακο έρχομαι και εγώ μαζί σου! Σε παίρνω τηλέφωνο αύριο.

Θωμάς: Έγινε! Τα λέμε!

Άσκηση 4

Μητέρα: Γιατρέ, η κόρη μου εδώ και λίγες μέρες δεν αισθάνεται καλά.

Γιατρός: Τι έχει ακριβώς; Πείτε μου τα συμπτώματα.

Μητέρα: Έχει συνάχι, όλη την ώρα φτερνίζεται και τρέχουν δάκρυα από τα μάτια της.

Γιατρός: Για να δω... Ναι, είναι πολύ μπουκωμένη και δεν μπορεί να αναπνεύσει εύκολα. Θα της δώσω ένα σπρέι για τη μύτη. Πρέπει να το παίρνει τρεις φορές την ημέρα: πρωί, μεσημέρι και πριν τον ύπνο το βράδυ.

Μητέρα: Επίσης, γιατρέ, έχει δέκατα εδώ και τρεις μέρες: 37.5, 37.9...

Γιατρός: Θα της δώσω ένα σιρόπι, για να πέσει ο πυρετός.

Μητέρα: Επίσης, όλη την ώρα βήχει.

Γιατρός: Ναι, την άκουσα. Θα χρειαστεί και καραμέλες για τον λαιμό. Έχει γρίπη, αλλά σύντομα θα γίνει καλά.

Μητέρα: Γιατρέ, τι άλλο πρέπει να κάνουμε;

Γιατρός: Όταν γίνει καλά, θα πρότεινα να κάνουμε το εμβόλιο κατά της γρίπης.

Άσκηση 5

Υπάλληλος: Καλημέρα, κυρία μου!

Κυρία: Καλημέρα και σε σας!

Υπάλληλος: Πώς μπορώ να σας βοηθήσω;

Κυρία: Θέλω να κάνω ένα οικονομικό ταξίδι στη Ρώμη.

Υπάλληλος: Πολύ ωραία! Επιθυμείτε να ταξιδέψετε με αεροπλάνο ή με καράβι;

Κυρία: Προτιμώ το αεροπλάνο, μόνο αν είναι σε καλή τιμή το εισιτήριο.

Υπάλληλος: Μμ... για να δούμε... Το εισιτήριο με επιστροφή με το αεροπλάνο κοστίζει 130 ευρώ, ενώ με το καράβι 48.

Κυρία: Είναι μεγάλη η διαφορά... Αφήστε με να το σκεφτώ λιγάκι... Θα ήθελα επίσης να μου πείτε τιμές και για κάποια κεντρικά ξενοδοχεία.

Υπάλληλος: Ναι, το Italia Inn βρίσκεται 10 λεπτά με τα πόδια από το κέντρο της πόλης και στοιχίζει 85 ευρώ τη βραδιά, ενώ το Holidays είναι ακριβώς στο κέντρο της πόλης και κοστίζει 120 ευρώ τη βραδιά.

Κυρία: Προτιμώ το πιο οικονομικό.

Υπάλληλος: Πολύ ωραία. Θα θέλατε να δούμε και κάτι άλλο;

Κυρία: Ναι. Θα ήθελα εισιτήρια για το μουσείο του Βατικανού. Ξέρετε, για να μην περιμένω με τις ώρες στην ουρά...

Υπάλληλος: Ναι, ναι καταλαβαίνω... Η γενική είσοδος είναι στα 20 ευρώ συν 15 ευρώ για να μην περιμένετε στην ουρά.

Κυρία: Εντάξει, κάντε την κράτηση για το μουσείο και για το ξενοδοχείο Italia Inn, για 4 διανυκτερεύσεις. Θα ήθελα επίσης να κλείσω το εισιτήριο για το καράβι, που είναι ο πιο φτηνός τρόπος να ταξιδέψω, αν και ο λιγότερο γρήγορος.

Υπάλληλος: Υπέροχα! Περάστε ξανά μεθαύριο, για να σας πω τις λεπτομέρειες. Θέλετε να ψάξουμε και κάτι άλλο;

Κυρία: Ναι, θα ήθελα να μου πείτε πόσο κοστίζει το τρένο από τη Ρώμη στη Φλωρεντία.

Υπάλληλος: Βεβαίως, θα το ψάξω και θα σας πω, όταν θα ξαναέρθετε.

Κυρία: Εντάξει, σας ευχαριστώ πολύ.

Άσκηση 6⁵⁴

Μαρτέν: Καλημέρα σας. Λέγομαι Μαρτέν. Έκλεισα χτες ένα δίκλινο δωμάτιο στο ξενοδοχείο σας.

Υπάλληλος Ξενοδοχείου: Μάλιστα. Υπάρχουν δωμάτια στον πρώτο, στον δεύτερο και στον τρίτο όροφο. Πού προτιμάτε;

Μαρτέν: Προτιμώ ένα στον τρίτο όροφο. Έχουν όλα μπάνιο και τηλέφωνο;

Υπάλληλος Ξενοδοχείου: Ασφαλώς. Έχουν επίσης τηλεόραση και μίνι μπαρ. Παρακαλώ, θα ήθελα το διαβατήριο ή την ταυτότητά σας και μία πιστωτική κάρτα. Το εστιατόριο βρίσκεται στο ισόγειο και είναι ανοιχτό για το πρωινό από τις 7 μέχρι τις 10 το πρωί και για το βραδινό από τις 7:30 μέχρι τις 10 το βράδυ. Υπάρχει μπαρ δίπλα στην πισίνα. Ο υπάλληλος θα μεταφέρει τις αποσκευές σας στο δωμάτιο.

Μαρτέν: Εντάξει. Ορίστε το διαβατήριο μου και η κάρτα μου.

Υπάλληλος Ξενοδοχείου: Αυτό είναι το κλειδί σας, αριθμός 312.

Μαρτέν: Ευχαριστώ. Περιμένω ένα φαξ από το εξωτερικό. Παρακαλώ να το στείλετε στο δωμάτιό μου.

Υπάλληλος Ξενοδοχείου: Βεβαίως. Το ασανσέρ βρίσκεται στη γωνία δεξιά δίπλα στις σκάλες.

Μαρτέν: Ευχαριστώ πολύ.

⁵⁴ Μπρισίμη-Μαράκη, Ρ. (2008). *Νεοελληνική γλώσσα, κείμενα, ασκήσεις και υποστηρικτικό υλικό, για πολυγλωσσικές τάξεις γυμνασίου-λυκείου (με λεξιλόγιο σε αγγλικά, γαλλικά, αλβανικά και ρωσικά)*. Αθήνα: Εκδόσεις Καστανιώτη. σ.55. (Με μικρές αλλαγές)

Υπάλληλος Ξενοδοχείου: Παρακαλώ, καλή ξεκούραση. Είστε τυχερός! Το δωμάτιό σας έχει θέα στη θάλασσα. Θα περάσετε σίγουρα πολύ όμορφα στο ξενοδοχείο μας!

Άσκηση 7⁵⁵

Δημοσιογράφος: Αγαπητοί ακροατές, καλημέρα σας. Σήμερα έχουμε μαζί μας την κ. Ανδρέου, η οποία είναι ιδιοκτήτρια του ταξιδιωτικού γραφείου «Γνωρίζοντας την Ελλάδα». Θα μας μιλήσει για τα Ιωάννινα και θα μας ξεναγήσει στην όμορφη πόλη της Ηπείρου. Κυρία Ανδρέου, ας αρχίσουμε την περιήγησή μας στα Ιωάννινα. Πρώτα μιλήστε μας για το ταξίδι. Πώς πάμε από την Αθήνα στα Ιωάννινα;

Κυρία Ανδρέου: Καλημέρα σας! Τα Ιωάννινα είναι ιδανικός προορισμός για ένα Σαββατοκύριακο! Η πόλη ήρθε πιο κοντά στην Αθήνα με τον νέο δρόμο, την Ιόνια οδό. Χρειαζόμαστε μόνο 4,5 ώρες για να φθάσουμε στα Ιωάννινα και η διαδρομή είναι πραγματικά πολύ ωραία!

Δημοσιογράφος: Μάλιστα, όντως είναι πολύ κοντά! Ας ξεκινήσουμε, λοιπόν, από τα βασικά. Δώστε μας κάποιες πληροφορίες για την πόλη.

Κυρία Ανδρέου: Τα Γιάννενα είναι από τις ομορφότερες πόλεις της Ελλάδας. Η λίμνη Παμβώτιδα και η υπέροχη βόλτα γύρω της, το κατοικημένο Νησί με τα σπουδαία μοναστήρια του, το Κάστρο με την ακρόπολη Ιτς Καλέ, η ιστορία και οι θρύλοι είναι λόγοι αρκετοί. Η πόλη έχει 65.000 μόνιμους κατοίκους και 15.000 φοιτητές.

Δημοσιογράφος: Φθάσαμε λοιπόν στα Γιάννενα! Μπορείτε να μας προτείνετε ένα πρόγραμμα για το Σαββατοκύριακο;

Κυρία Ανδρέου: Βεβαίως! Οι μέρες στα Γιάννενα ξεκινούν απαραίτητως με μπουγάτσα με κρέμα ή τυρί. Το Σάββατο το πρωί πηγαίνουμε στην οδό Αβέρωφ και τρώμε μπουγάτσα. Μετά απολαύστε τον ωραιότερο περίπατο των Ιωαννίνων, δίπλα στη λίμνη Παμβώτιδα. Η διαδρομή είναι πεζοδρομημένη και μαζί με τον ποδηλατόδρομο είναι συνολικά 7 χλμ. περίπου. Μπορείτε να κάνετε τη βόλτα πεζοί ή με ποδήλατο, που νοικιάζετε στην κεντρική πλατεία.

Δημοσιογράφος: Ωραία πρωινή βόλτα! Το μεσημέρι τι μπορούμε να κάνουμε στα Ιωάννινα;

Κυρία Ανδρέου: Τα μαγαζιά είναι αναρίθμητα και γεμάτα σχεδόν όλες τις ώρες της ημέρας, αφού σερβίρουν καφέ, φαγητό, γλυκό και ποτό. Προτείνω, λοιπόν, όταν κλείσουν τα μαγαζιά το μεσημέρι, να δοκιμάσετε παραδοσιακές γεύσεις της περιοχής, πίτες και άλλους νόστιμους μεζέδες, αλλά και το υπέροχο ντόπιο τσίπουρο στην παλιά αγορά.

Μετά αξίζει να πάτε στο Νησάκι. Είναι πολύ κοντά στην πόλη. Χρειάζονται μόνο 15 λεπτά! Εκεί υπάρχουν τουριστικές ταβέρνες, τουριστικά μαγαζιά, λαογραφικό μουσείο και μοναστήρια.

⁵⁵ Χαράμη, Ο., <https://www.kathimerini.gr/940570/gallery/ta3idia/sthn-ellada/iwannina-epiteloys-gia-savvatokyriako>, 29/12/2017. (Με περικοπές/αλλαγές/προσθήκες. Διασκευή σε μορφή διαλόγου για τις ανάγκες της άσκησης.)

Δημοσιογράφος: Και το βράδυ τι κάνουμε στα Ιωάννινα;

Κυρία Ανδρέου: Το βράδυ υπάρχουν ταβέρνες και εστιατόρια με ποικιλία φαγητών και γεύσεων. Μια καλή ώρα για βραδινή βόλτα και δείπνο στην πόλη είναι μετά τις 20.00. Υπάρχουν στέκια για όλα τα γούστα! Και μετά το δείπνο είναι απαραίτητο να πιείτε ένα ποτό με την παρέα σας στα ατμοσφαιρικά μπαρ γύρω από το Κάστρο.

Δημοσιογράφος: Την Κυριακή το πρωί τι μας προτείνετε;

Κυρία Ανδρέου: Η Κυριακή είναι η κατάλληλη μέρα για επίσκεψη στα μουσεία της πόλης για να γνωρίσετε την ιστορία και τον πολιτισμό της Ηπείρου. Το Αρχαιολογικό Μουσείο είναι ανοιχτό καθημερινά, πλην Δευτέρας, από τις 08.00 έως τις 15.00. Βρίσκεται στην Πλατεία 25^{ης} Μαρτίου. Αξίζει με το παραπάνω την επίσκεψή σας, αφού εδώ θα δείτε εντυπωσιακά εκθέματα. Πολύ ξεχωριστό είναι και το Μουσείο Κέρινων Ομοιωμάτων Παύλου Βρέλλη, έξω από την πόλη. Επίσης είναι πολύ ενδιαφέρον στην περιοχή Πέραμα, το Σπήλαιο, ένα από τα ωραιότερα των Βαλκανίων. Το Σπήλαιο βρίσκεται 4 χλμ. από τα Γιάννενα, και καθημερινά είναι ανοιχτό από τις 09.00 έως τις 17.00. Μετά το σπήλαιο μπορείτε να κάνετε μια βόλτα στο Κάστρο. Μέσα στο Κάστρο θα βρείτε και το υπέροχο Μουσείο Αργυροτεχνίας. Προσοχή: μέσα στο Κάστρο επιτρέπονται μόνο τα αυτοκίνητα των μόνιμων κατοίκων. Γι' αυτό θα κάνετε βόλτα με τα πόδια και θα παρκάρετε το αυτοκίνητο έξω από τα τείχη του Κάστρου κοντά στη λίμνη.

Δημοσιογράφος: Κυρία Ανδρέου, σας ευχαριστούμε πολύ για τις πληροφορίες και για τον χρόνο σας. Αγαπητοί ακροατές, σας εύχομαι καλό Σαββατοκύριακο!

Άσκηση 8

Ποιες είναι οι καλύτερες ταινίες της χρονιάς; Αγαπητοί τηλεθεατές, θα σας παρουσιάσουμε αυτές τις ταινίες.

Το «Θαύμα» του Στίβεν Σμπόσκι κυκλοφορεί στις 28 Δεκεμβρίου και είναι η επιστροφή της Τζούλια Ρόμπερτς στους μεγάλους ρόλους, με ένα δυνατό δράμα για τη ζωή ενός αγοριού με προβλήματα υγείας. Την ίδια βδομάδα ο Χιου Τζάκμαν μεταμορφώνεται σε έναν δημιουργό ενός φαντασμαγορικού θεάματος του 19^{ου} αιώνα, και μας οδηγεί στα μυστικά του τσίρκου με το «Ο μεγάλος καλλιτέχνης» του Μάικλ Γκρέισι, ταινία δράσης που θα σας μείνει αξέχαστη. Στις 28 Δεκεμβρίου επίσης βγαίνει το νέο φιλμ του Τοντ Χέινς «Wonderstuck» με τις Τζούλιαν Μουρ και Μισέλ Γουίλιαμς. Επίσης προβάλλεται «Το πάρτι» της Σάλι Πότερ, μια σπαρταριστή μαύρη κωμωδία, που βραβεύτηκε στο Φεστιβάλ Βερολίνου. Η νέα χρονιά θα μπει με τη νέα κοινωνική ταινία του Αλεξάντερ Πέιν, το φιλόδοξο και ενδιαφέρον φιλμ «Μικρόκοσμος» με τους Ματ Ντέιμον και Κρίστοφερ Βαλτζ να λύνουν το πρόβλημα του υπερπληθυσμού της γης. Στις 4 Ιανουαρίου βγαίνει «Το παιχνίδι της Μαίρης»,

μια εξαιρετική ταινία περιπέτειας με υψηλής ποιότητας χιούμορ και πολλά κωμικά στοιχεία. Πραγματικά αξίζει να την δείτε!⁵⁶

Το πρώτο επίσημο τρέιλερ του μιούζικαλ «Mamma Mia 2» μόλις κυκλοφόρησε και είναι γεμάτο ήχους ABBA, γαλάζια νερά και έρωτες στο νησί «Καλοκαίρι». Δέκα χρόνια μετά το πρώτο μιούζικαλ με πρωταγωνίστρια την Μέριλ Στριπ η ταινία επιστρέφει.⁵⁷

Πολύ καλή είναι η κοινωνική ταινία «Σκοτεινές μέρες», η οποία θα κάνει πρεμιέρα στις κινηματογραφικές αίθουσες τον Ιανουάριο του 2018. Η ταινία πήρε ήδη πολλές διακρίσεις και ευρωπαϊκά βραβεία. Ο πρωταγωνιστής Γκάρι Όλντμαν, που υποδύεται τον Ουίστον Τσώρτσιλ, έδωσε συνέντευξη για τον μεγάλο άντρα της Βρετανίας και μίλησε για τη συμμετοχή του στην ταινία.⁵⁸

Η ελληνική ταινία «Το τελευταίο σημείωμα» του Παντελή Βούλγαρη είναι ίσως η καλύτερη δραματική ταινία του σκηνοθέτη. Πρόκειται για μια αληθινή ιστορία του 34χρονου Ναπολέοντα Σουκατζίδη, ο οποίος ήταν διερμηνέας για έναν Γερμανό διοικητή και εκτελέστηκε στην Κιαισαριανή την 1^η Μαΐου 1944.⁵⁹

«Ο μεγάλος περίπατος της Άλκης» είναι μια κοινωνική ταινία της Μαργαρίτας Μαντά με πολλά βιογραφικά στοιχεία. Πρόκειται για έναν κινηματογραφικό περίπατο στην πολυτάραχη ζωή και στο πλούσιο έργο της συγγραφέως Άλκης Ζέη.⁶⁰

Τέλος, εξαιρετική δραματική ταινία είναι «Ο γιος της Σοφίας», που αναφέρεται στη ζωή και στα συναισθήματα ενός μικρού αγοριού. Η ταινία πήρε βραβείο καλύτερης ταινίας στο Φεστιβάλ Θεσσαλονίκης.

Άσκηση 9⁶¹

Το Ζαγόρι είναι μία από τις πιο δημοφιλείς για τουρισμό περιοχές της ορεινής Ελλάδας. Πρόκειται για μία μεγάλη έκταση που βρίσκεται στην Ήπειρο και πιο συγκεκριμένα στο βορειοανατολικό κομμάτι του Νομού Ιωαννίνων. Η περιοχή αυτή έχει σχήμα περίπου κυκλικό, με διάμετρο περίπου 38 χλμ. Αν θέλαμε να δώσουμε το στίγμα αυτής της γεωγραφικής ενότητας, θα πρέπει να γνωρίζουμε ότι αυτή ορίζεται σε γενικές γραμμές ως εξής: στα νότια από το όρος Μιτσικέλι (το οποίο υψώνεται ακριβώς πάνω από τη λίμνη των Ιωαννίνων), στα δυτικά από τον οδικό άξονα που συνδέει τα Γιάννενα με την Κόνιτσα, στα βορειοδυτικά από την όμορφη Κόνιτσα (μέσα από την οποία περνάει ο ποταμός Αώος), στα βόρεια από τη λάκκα του Αώου

⁵⁶ A. V. Team, http://www.athensvoice.gr/culture/cinema/409004_tainies-mesa-stis-giortes, 21/12/2017. (Με περικοπές/αλλαγές)

⁵⁷ Newsroom, https://www.athensvoice.gr/culture/cinema/409295_mama-mia-2-proto-treiler-einai-edo-alla-kati-leipei-video-eikones, 21/12/2017. (Με περικοπές)

⁵⁸ Λιοναράκη, Μ., http://www.athensvoice.gr/culture/cinema/411019_o-gkari-olntman-milaei-gia-ton-oyiston-tsortsil, 4/1/2018. (Με περικοπές/αλλαγές)

⁵⁹ Μήτσης, Χ. https://www.athinorama.gr/cinema/movie/to_teleutaio_simeioma-10057978.html, 26/10/2017. (Με περικοπές/αλλαγές)

⁶⁰ Από Δελτίο Τύπου των Εκδόσεων «ΜΕΤΑΙΧΜΙΟ»

⁶¹ <https://www.travelstyle.gr>

(δηλαδή την κοιλάδα ανάμεσα στην Κόνιτσα και το όρος Βασιλίτσα), στα βορειοανατολικά από το Εθνικό Πάρκο Βόρειας Πίνδου (δηλαδή τους ενοποιημένους Εθνικούς Δρυμούς «Βίκου-Αώου» και «Βάλια Κάλντα»), στα ανατολικά από την τεχνητή λίμνη των πηγών του Αώου και στα νοτιοανατολικά από το τμήμα της Εγνατίας Οδού που βρίσκεται ανάμεσα στο Μέτσοβο και τον ποταμό Άραχθο.

Το τοπωνύμιο Ζαγόρι ετυμολογικά προέρχεται από το σλαβικό «Ζα Γκόρα» που σημαίνει «πίσω από το βουνό» ή πιο σωστά «ο τόπος πέρα από το βουνό». Τώρα θα πει κανείς και ποιο είναι, δηλαδή, αυτό το βουνό; Μα προφανώς το Μιτσικέλι! Αν βρεθούμε στα Γιάννενα, και κατεβούμε κάτω στον Μώλο, απ' όπου αναχωρούν τα караβάκια για το νησάκι της λίμνης, θα διαπιστώσουμε ότι απέναντι στο βάθος υψώνεται το βουνό Μιτσικέλι. Ε, λοιπόν, πίσω από το βουνό αυτό βρίσκονται τα Ζαγοροχώρια. Εδώ πρέπει να επισημάνουμε ότι στον ίδιο ακριβώς σλαβικό όρο οφείλεται και το όνομα του χωριού Ζαγορά, που βρίσκεται στο Πήλιο, το πανέμορφο βουνό του Νομού Μαγνησίας. Πρόκειται για το μεγαλύτερο χωριό του βουνού των Κενταύρων και φυσικά δεν έχει καμία σχέση με την Ήπειρο. Και βέβαια όταν λέμε Ζαγοροχώρια εννοούμε τα χωριά που βρίσκονται στο Ζαγόρι και όχι εκείνα που βρίσκονται κοντά στη Ζαγορά!

Τα Ζαγοροχώρια είναι ένα σύμπλεγμα από 52 χωριουδάκια, που βρίσκονται στο Ζαγόρι. Αποτελούν ένα ενιαίο σύνολο με πολλά κοινά αρχιτεκτονικά, πολιτισμικά και ιστορικά στοιχεία. Τα περισσότερα έχουν ανακηρυχθεί παραδοσιακοί οικισμοί. Είναι χτισμένα σύμφωνα με τη ζαγορίσια λαϊκή κουλτούρα, στην οποία δεσπόζουσα θέση κατέχουν πρωτίστως η πέτρα και δευτερευόντως το ξύλο. Αυτό είναι απόλυτα λογικό, αν αναλογιστούμε ότι στο τμήμα αυτό της Πίνδου η πέτρα αφθονεί! Τα πάντα είναι πετρόχτιστα: σπίτια, αρχοντικά, σκεπές, καμινάδες, αυλές, φράχτες, πεζούλες, καλντερίμια, βρύσες, πηγάδια, εκκλησίες, καμπαναριά, σχολεία, πλατείες, δρόμοι, γεφύρια και οτιδήποτε άλλο μπορείς να φανταστείς! Το έδαφος είναι άγονο, τραχύ και δύσβατο. Στο επιβλητικό φυσικό τοπίο κυριαρχούν τα πανύψηλα βουνά, οι άγριες χαράδρες, τα βαθιά φαράγγια, τα ορμητικά ποτάμια, οι αλπικές λίμνες, οι εντυπωσιακοί καταρράκτες και τα απάτητα δάση, ενώ απουσιάζουν σχεδόν παντελώς (πλην ελαχίστων εξαιρέσεων) τα χωράφια και οι καλλιέργειες.

Στα Ζαγοροχώρια σώζονται σε εξαιρετική κατάσταση αρκετές δεκάδες παραδοσιακά πέτρινα γεφύρια, αδιάψευστοι μάρτυρες της αυθεντικής ζαγορίτικης παραδοσιακής αρχιτεκτονικής. Άλλα από αυτά είναι εύκολα προσεγγίσιμα και άλλα δύσκολα. Άλλα είναι μονότοξα, άλλα δίτοξα και άλλα τρίτοξα. Τα περισσότερα από αυτά κατασκευάστηκαν τον 19^ο αιώνα, υπάρχουν και κάποια ακόμη παλαιότερα, του 18^{ου} αιώνα. Το καθένα έχει τη χάρη του, την ομορφιά του και τη γοητεία του. Επιβάλλεται να περπατήσουμε πάνω σε κάποιο από αυτά τα αριστουργήματα, για να πάρουμε μια μικρή γεύση του πώς διεξαγόταν παλαιότερα η επικοινωνία ανάμεσα στα χωριά. Όχι βέβαια με αυτοκίνητα, αλλά με μουλάρια! Μέσα στην παγωνιά, το χιόνι, τη βροχή και τη λάσπη.

Άσκηση 10⁶²

Δημοσιογράφος: Κυρίες και κύριοι, καλησπέρα σας. Σήμερα έχουμε τη χαρά να φιλοξενούμε στην εκπομπή μας δύο διακεκριμένους αθλητές, ο καθένας στο άθλημά του, τον κύριο Παναγιώτη Αδαμίδα και την κυρία Σοφία Χατζηγεωργίου. Κύριε Αδαμίδη, με ποιο άθλημα του στίβου ασχολείστε;

Παναγιώτης Αδαμίδης: Ασχολούμαι με το αγώνισμα της αντοχής.

Δημοσιογράφος: Πόσες ώρες και ποιες ημέρες γίνονται οι προπονήσεις;

Παναγιώτης Αδαμίδης: Οι προπονήσεις γίνονται καθημερινά στις 3:15, εκτός από την Τετάρτη και την Κυριακή.

Δημοσιογράφος: Πόσο κουραστική είναι η προπόνηση για το συγκεκριμένο άθλημα;

Παναγιώτης Αδαμίδης: Αυτό είναι κάτι που θα πρέπει να λάβουν υπόψη όσοι θέλουν να ασχοληθούν με το συγκεκριμένο άθλημα. Τις περισσότερες φορές η προπόνηση είναι δύσκολη και επίπονη, χωρίς αυτό να σημαίνει ότι είναι ακατόρθωτη.

Δημοσιογράφος: Γιατί διαλέξατε αυτό το συγκεκριμένο άθλημα;

Παναγιώτης Αδαμίδης: Δεν το διάλεξα εγώ, αλλά η προπονήτριά μου, επειδή πίστευε πως είμαι καλύτερος σε αυτό παρά σε άλλα αθλήματα. Αλλά η αντοχή μου αρέσει.

Δημοσιογράφος: Πότε αρχίσατε να ασχολείστε με αυτό το άθλημα;

Παναγιώτης Αδαμίδης: Άρχισα να ασχολούμαι με την αντοχή από την αρχή της σεζόν.

Δημοσιογράφος: Ένας αθλητής της δικής σας κατηγορίας προσέχει πώς τρέφεται;

Παναγιώτης Αδαμίδης: Συγκεκριμένα, η προπονήτριά μου μου έχει δώσει μια ειδική διατροφή, για να μπορώ να κρατάω το σώμα μου σε φόρμα και για να μπορώ να έχω μεγάλη αντοχή.

Δημοσιογράφος: Παίζει ρόλο η ψυχολογία σας στην επίδοσή σας; Και αν ναι, ποια πιστεύετε πως θα πρέπει να είναι η ψυχολογία του κάθε αθλητή;

Παναγιώτης Αδαμίδης: Η ψυχολογία είναι ένας βασικός παράγοντας προκειμένου να μπορέσεις να έχεις καλά αποτελέσματα. Πιστεύω, ότι αν δεν υπήρχε η κακή ψυχολογία και το άγχος, όλοι θα τα πήγαιναν πολύ πιο καλά.

Δημοσιογράφος: Ο στίβος σας κέρδισε αμέσως ή γνωρίσατε και άλλα αθλήματα, πριν από το «πορτοκαλί ταρτάν»;

Παναγιώτης Αδαμίδης: Πριν από το «πορτοκαλί ταρτάν» ασχολήθηκα με πολλά άλλα αθλήματα, όπως η κολύμβηση, το μπάσκετ, το ποδόσφαιρο και διάφορα άλλα.

Δημοσιογράφος: Ποιες είναι οι βασικές προϋποθέσεις για έναν αθλητή, ώστε να τα καταφέρει στο αγώνισμα της αντοχής;

Παναγιώτης Αδαμίδης: Οι βασικές προϋποθέσεις για έναν αθλητή είναι να εξασκεί κάθε μέρα όλη την ώρα την αντοχή του, να πιστεύει στον εαυτό του και να δίνει σε κάθε προπόνηση και σε κάθε αγώνα το 100% του εαυτού του, ώστε να μπορεί να πετύχει τους στόχους του.

⁶² Μανωλακέλη, Κ., http://aiolosmakedonias2003.blogspot.gr/2015/01/blog-post_26.html, 2/1/2018. (Από την εφημερίδα του 5^{ου} Γυμνασίου Πτολεμαΐδας). (Με μικρές αλλαγές)

Δημοσιογράφος: Κατά τη γνώμη σας, ο αθλητισμός είναι απαραίτητος στην καθημερινή ζωή των ανθρώπων;

Παναγιώτης Αδαμίδης: Ο αθλητισμός πιστεύω ότι βοηθάει πάρα πολύ τον άνθρωπο. Χωρίς την άθληση δεν θα μπορούσαμε να κάνουμε και πολλά πράγματα. Γι' αυτό και θα πρέπει να συμπεριλαμβάνεται στην καθημερινότητα όλων με οποιαδήποτε μορφή.

Δημοσιογράφος: Ας έρθουμε τώρα σε εσάς, κυρία Χατζηγεωργίου. Με ποιο άθλημα ασχολείστε;

Σοφία Χατζηγεωργίου: Ασχολούμαι με τις ταχύτητες.

Δημοσιογράφος: Εσείς κάθε πότε προπονείστε;

Σοφία Χατζηγεωργίου: Οι προπονήσεις γίνονται όλη την εβδομάδα εκτός από Παρασκευή και Κυριακή, από τις 2:30 έως τις 4:30, ενώ το Σάββατο από τις 11:00 μέχρι τις 12:30.

Δημοσιογράφος: Πόσο κουραστική είναι η προπόνηση για το συγκεκριμένο άθλημα;

Σοφία Χατζηγεωργίου: Η προπόνηση για το συγκεκριμένο άθλημα δεν θα έλεγα ότι είναι κουραστική ή δύσκολη. Απλά από κάποιο σημείο και μετά κουράζεσαι και δεν μπορείς να τρέξεις όσο γρήγορα χρειάζεται.

Δημοσιογράφος: Τι σας οδήγησε στην επιλογή του συγκεκριμένου αθλήματος;

Σοφία Χατζηγεωργίου: Μου άρεσε να τρέχω από μικρή. Επίσης δεν ήμουν τόσο καλή στα άλλα αθλήματα.

Δημοσιογράφος: Πόσο νωρίς ξεκινήσατε να ασχολείστε με αυτό το άθλημα;

Σοφία Χατζηγεωργίου: Πριν από επτά χρόνια.

Δημοσιογράφος: Και ως προς τη διατροφή σας, τι ισχύει;

Σοφία Χατζηγεωργίου: Όλοι οι αθλητές πρέπει να καταναλώνουν τροφές πλούσιες σε ασβέστιο, ανάλογα βέβαια με την ηλικία και τα κιλά τους. Αυτό σημαίνει ότι πρέπει να ακολουθούν αυστηρό διαιτολόγιο.

Δημοσιογράφος: Σε ποιον βαθμό επηρεάζει η ψυχολογία σας την επίδοσή σας;

Σοφία Χατζηγεωργίου: Φυσικά και παίζει καθοριστικό ρόλο η ψυχολογία, γιατί όταν η ψυχολογία του αθλητή έχει πέσει, δεν μπορεί να αποδώσει τόσο καλά. Ο αθλητής θα πρέπει να είναι χαρούμενος, αισιόδοξος και να έχει μεγάλη αυτοπεποίθηση.

Δημοσιογράφος: Ο στίβος ήταν το πρώτο άθλημα με το οποίο ασχοληθήκατε;

Σοφία Χατζηγεωργίου: Δεν είχα γνωρίσει άλλα αθλήματα πριν από τον στίβο. Ο στίβος με κέρδισε αμέσως.

Δημοσιογράφος: Τι εξασφαλίζει επιτυχία σε έναν αθλητή στο αγώνισμα των ταχυτήτων;

Σοφία Χατζηγεωργίου: Οι βασικές προϋποθέσεις είναι η σωστή τεχνική, να μην χάνει προπονήσεις και να έχει καλές επιδόσεις.

Δημοσιογράφος: Εσείς τι πιστεύετε για τον ρόλο του αθλητισμού στην καθημερινή ζωή των ανθρώπων;

Σοφία Χατζηγεωργίου: Ως αθλήτρια, θα έπρεπε να σας πω ότι ο αθλητισμός είναι χρήσιμος. Ωστόσο έχω δει ανθρώπους, οι οποίοι αθλούνται και παρόλα αυτά

αντιμετωπίζουν μεγάλα προβλήματα. Τι να σας πω, είμαι λίγο διστακτική, για το πόσο χρήσιμος είναι.

Άσκηση 11⁶³

Χριστίνα Βίδου: *Επιστρέψαμε, λοιπόν.* ... Κοντά μας και αυτή τη Δευτέρα είναι η **Μαργαρίτα Ζωγράφου (ψυχολόγος-ψυχοθεραπεύτρια)**. Μαργαρίτα, δώσε μας έναν **τίτλο** για το θέμα της σημερινής μας συζήτησης.

Μαργαρίτα Ζωγράφου: ... Καλημέρα σε όλους τους ακροατές και καλή εβδομάδα. Ο τίτλος θα μπορούσε να είναι **«πότε και γιατί οι άνθρωποι απογοητεύονται και εγκαταλείπουν την όποια προσπάθεια»**, οποιαδήποτε και αν είναι αυτή...

Χριστίνα Βίδου: ... Όπως καταλαβαίνετε, κυρίες και κύριοι, το σημερινό μας θέμα... είναι **δύσκολο, γιατί έχει να κάνει με τον εαυτό μας**. Ας ξεκινήσουμε, όμως, από τα **βασικά**.

Μαργαρίτα Ζωγράφου: ... Ας τονίσουμε πρώτα ότι εδώ **δεν κάνουμε κάποια βαθιά ανάλυση**. Απλώς **προσεγγίζουμε το θέμα με έναν απλό τρόπο, για να δια φωτίσουμε κάποιες πλευρές ορισμένων καταστάσεων της ζωής μας και να βοηθήσουμε τον κόσμο να προβληματιστεί, όταν δει ότι κάτι δεν πηγαίνει καλά**. Δεν δίνουμε **θεραπείες, ούτε προσφέρουμε άμεσες λύσεις...** Ας προσεγγίσουμε, λοιπόν, το **προφίλ των ανθρώπων που απογοητεύονται και εγκαταλείπουν και, πάνω σε αυτό το προφίλ, ας δούμε τι μπορούν κάποιοι από μας να διορθώσουμε...** Πρώτα από όλα, οι άνθρωποι που εγκαταλείπουν εύκολα είναι αυτοί, οι οποίοι **περιμένουν το γρήγορο αποτέλεσμα. Θέλουν, δηλαδή, η δουλειά τους να γίνει γρήγορα...** Ας πούμε, έχω μείνει άνεργος και, επειδή δεν βρίσκω δουλειά τον πρώτο ή τον δεύτερο μήνα, απογοητεύομαι και εγκαταλείπω...

Χριστίνα Βίδου: Αυτό είναι **σοβαρό**. Το ίδιο γίνεται και με τη **δίαιτα που είναι κάτι πάρα πολύ απλό, αλλά δείχνει ένα κομμάτι του χαρακτήρα μας και αυτό**.

Μαργαρίτα Ζωγράφου: **Ναι, φυσικά.**

Χριστίνα Βίδου: **Της προσωπικότητας.**

Μαργαρίτα Ζωγράφου: **Ξεκινάς να κάνεις μια δίαιτα και εγκαταλείπεις γρήγορα, γιατί δε βλέπεις... το γρήγορο αποτέλεσμα, που επιθυμείς, σε μικρό χρονικό διάστημα...** Μετά, οι άνθρωποι αυτοί **μπορεί να νιώθουν ένα αίσθημα αυτολύπησης... Λυπούνται τον εαυτό τους και... περιμένουν όλοι οι άλλοι γύρω τους να τους λυπούνται επίσης...**

Χριστίνα Βίδου: Έχει μάθει, δηλαδή, να έχει το **ρόλο του θύματος**.

⁶³ Μαργαρίτα Ζωγράφου, Ψυχολόγος - Ψυχοθεραπεύτρια [www.psychologos.eu], στη ζωντανή εκπομπή της Χριστίνας Βίδου "Ζωή.gr", ΣΚΑΪ 100.3, κάθε Δευτέρα 6-7 μ.μ., όπου συζητούνται θέματα Ψυχολογίας. Εκπομπή της Δευτέρας 15/06/2015 με θέμα "Πότε Εγκαταλείπουμε την Προσπάθεια". <https://www.youtube.com/watch?v=aOONwTKH4P4&t=546s>. Στο κείμενο σημειώνονται με έντονη γραφή τα αυτούσια αποσπάσματα από την εκπομπή, με πλάγια αυτά με μικρές αλλαγές και με κανονικό στυλ οι προσθήκες. Το ηχητικό (άνοιγμα-κλείσιμο της άσκησης) δεν αντιστοιχεί στο σήμα της εκπομπής.

Μαργαρίτα Ζωγράφου: Ναι. Τώρα, οι άνθρωποι αυτοί συχνά μπορεί να εγκαταλείπουν... Δηλαδή σκέφτονται: «Έχω κάποια δύναμη να κάνω κάποια πράγματα. Εγκαταλείπω, όμως, γιατί αποδέχομαι ότι η αδυναμία μου είναι μεγαλύτερη». Δηλαδή ανάμεσα σε αυτό που πιθανόν να μπορώ να κάνω, να είμαι δυνατός να κάνω, μέσα στη σκέψη μου κυριαρχεί αυτό που δεν μπορώ, που είμαι αδύναμος να κάνω.

Χριστίνα Βίδου: Με αυτό τον τρόπο, όμως, αρνούνται την αλλαγή (Μαργαρίτα Ζωγράφου), έστω και αν ξέρουν ότι αυτή η αλλαγή θα είναι υπέρ τους. Τι είναι, λοιπόν, αυτό που τους κρατάει πίσω σαν να έχουν άγκυρα;...

Μαργαρίτα Ζωγράφου: Καταρχάς φοβούνται την αποτυχία... Πρόκειται για προσωπικότητες, οι οποίες είναι ηττοπαθείς, και συνεπώς εγκαταλείπουν γρήγορα.

Χριστίνα Βίδου: ... Η αποτυχία, δηλαδή, είναι κάτι πιο εύκολο;

Μαργαρίτα Ζωγράφου: Την αποτυχία την έχουν συνηθίσει ενδεχομένως και τους είναι τελικά πιο εύκολο να τη δεχτούν... Υπάρχει και η άλλη πιθανότητα, βέβαια, αυτή του να φοβούνται τον κοινωνικό αντίκτυπο της αποτυχίας τους.

Χριστίνα Βίδου: Σωστά.

Μαργαρίτα Ζωγράφου: Λένε, δηλαδή: «αν είναι να μπω σε μια διαδικασία, ας πούμε να δώσω εξετάσεις, για να πετύχω κάτι, αυτό... εμπεριέχει και έναν κίνδυνο να αποτύχω».

Χριστίνα Βίδου: ... Άρα είναι κυρίως άτομα που φοβούνται.

Μαργαρίτα Ζωγράφου: Στη ζωή μας παλεύουμε με τους φόβους μας, με αυτά που φοβόμαστε και με αυτά που επιθυμούμε.

Χριστίνα Βίδου: Οξύμωρο δεν είναι αυτό;

Μαργαρίτα Ζωγράφου: Ναι.

Χριστίνα Βίδου: Και ταυτόχρονα πέρα για πέρα αληθινό! Το έχουμε ζήσει όλοι!

Μαργαρίτα Ζωγράφου: ... Η επιθυμία με το φόβο έρχεται κάποια στιγμή και συγκλίνει, ... γιατί πρέπει να δώσω μια μάχη στη ζωή μου, για να καταφέρω αυτό που επιθυμώ... Στο πίσω μέρος του μυαλού μου, όμως, υπάρχει ο φόβος ότι μπορεί να αποτύχω ή να χάσω κάτι.

Χριστίνα Βίδου: Ναι. Δεν θα έπρεπε όμως αυτό να είναι η κινητήριος δύναμή μας;

Μαργαρίτα Ζωγράφου: Ναι, με κάποιους ανθρώπους. Όχι, όμως, με αυτόν τον τύπο ανθρώπου που εξετάζουμε σήμερα... Τέτοιου είδους προσωπικότητες έχουν δυσκολία στο να κάνουν πράξη αυτά που σκέφτονται.

Χριστίνα Βίδου: Μια τέτοια συμπεριφορά σχετίζεται και με τα παιδικά μας χρόνια και το πώς μεγαλώσαμε;...

Μαργαρίτα Ζωγράφου: Φυσικά... Καταλήγουμε στο τι ακριβώς θεωρούμε εμείς... ότι είναι σωστό και πώς κινούμαστε, για να το επιτύχουμε... Και έτσι, Χριστίνα, όταν κολλάς στο παρόν σου, γιατί φοβάσαι το μέλλον σου και γιατί σκέφτεσαι το παρελθόν σου, τότε η κατάσταση γίνεται λίγο δύσκολη.

Χριστίνα Βίδου: Χμμμ. Πάλι προβληματισμός.

Μαργαρίτα Ζωγράφου: ... Ναι, ναι. Δείχνει λίγο σύνθετο αυτό. Είμαι σταθερή στο παρόν μου, δεν θέλω να φοβάμαι αυτά που *κάνω* τι αντίκτυπο.. Θα έχουν στο μέλλον μου και πώς θα το διαμορφώσουν, ενώ αυτό που *κάνω* στην πράξη είναι το να κάθομαι, να κολλάω και να σκέφτομαι το παρελθόν μου... Αυτή η τριλογία ... «*παρελθόν, παρόν και μέλλον*» δείχνει ότι τελικά δεν πιστεύω στον εαυτό μου. Έχω, δηλαδή, έλλειψη αυτοπεποίθησης και, ενδεχομένως και, αυτοεκτίμησης...

Χριστίνα Βίδου: Μαργαρίτα, σε ευχαριστώ πολύ!

Άσκηση 12⁶⁴

Δημοσιογράφος: Καλησπέρα σας. Σήμερα φιλοξενούμε στην εκπομπή μας δύο ανθρώπους που αποφάσισαν να κάνουν το μεγάλο βήμα και να αλλάξουν τη ζωή τους ριζικά. Και φυσικά το να στρίψει κανείς το τιμόνι 180 μοίρες, όταν η ζωή του κυλάει ομαλά, σίγουρα δεν είναι ούτε απλό ούτε εύκολο. Εξασφαλισμένο εισόδημα, καθημερινή κανονικότητα έρχονται να επισκιάσουν την επιθυμία για γαλήνη και ισορροπία. Εντέλει, για ευτυχία και «κερδισμένη» ζωή. Αν και το τέλμα συνήθως επικρατεί, υπάρχουν κάποιοι, οι οποίοι δεν σταματούν να «ρίχνουν κάρβουνο» στη μηχανή της εσωτερικής αφύπνισης, διατηρώντας άσβεστη τη φλόγα της. Χωρίς βεβιασμένες κινήσεις αλλά με συνετό προγραμματισμό, έτσι ώστε να ελαχιστοποιηθεί το ρίσκο, μηδενίζουν το κοντέρ και ξεκινούν από την αρχή. Αλλά καλύτερα, ας ακούσουμε τον ίδιο τον Τάσο Ανέστη και τον Αλέξανδρο Λυμπερόπουλο να μιλούν για αυτήν την καθοριστική αλλαγή στη ζωή τους. Ανέστη, ας αρχίσουμε από σένα. Είσαι βιολόγος αλλά τώρα ζεις στη Βίτσα Ζαγορίου με την οικογένειά σου. Σωστά;

Τάσος Ανέστης: Σωστά. Αποφασίσαμε με τη γυναίκα μου και τα δύο παιδιά μας να δώσουμε μια άλλη πνοή στη ζωή μας, να ξεφύγουμε από το στείο αστικό περιβάλλον της Αθήνας, να μεγαλώσουν τα παιδιά μας κοντά στη φύση.

Δημοσιογράφος: Το ίδιο ισχύει και για σένα, Αλέξανδρε; Πού βρίσκεσαι εσύ τώρα;

Αλέξανδρος Λυμπερόπουλος: Εγώ είμαι γέννημα θρέμα Αθηναίος. Εκεί γεννήθηκα, εκεί μεγάλωσα και εκεί παντρεύτηκα. Έχω και μια κόρη πέντε ετών. Τώρα πια ζω μόνιμα στην Τζια, εργαζόμενος ως αμυγδαλοπαραγωγός κατά κύριο λόγο.

Δημοσιογράφος: Με την οικογένειά σου, να υποθέσω;

Αλέξανδρος Λυμπερόπουλος: Όχι, θα έρθουν του χρόνου. Ήταν πολλές οι εκκρεμότητες που έπρεπε να τακτοποιηθούν και έτσι θα είμαστε ξανά όλοι μαζί ελπίζω από του χρόνου. Προς το παρόν τους βλέπω από το Skype και τους επισκέπτομαι όσο πιο συχνά μπορώ.

Δημοσιογράφος: Ωραία! Ας μας μιλήσετε λίγο για τη διαδρομή σας μέχρι σήμερα. Τάσο, ας αρχίσουμε από σένα. Ποια ήταν η διαδρομή που ακολούθησες ως σήμερα;

⁶⁴ Χρυσοστομίδου, Β., <http://www.kathimerini.gr/950441/gallery/epikairothta/ellada/nea-kariera-apo-epilogh>, 26/2/2018. (Με περικοπές/προσθήκες. Διασκευή σε μορφή διαλόγου για τις ανάγκες της άσκησης.)

Τάσος Ανέστης: Σπούδασα θαλάσσια βιολογία και ωκεανογραφία στην Αγγλία. Ταξίδεψα πολύ και έχω κάνει φίλους σε όλο τον κόσμο. Θέλησα να επιστρέψω στην Ελλάδα. Είχα σταθερή δουλειά, ήμουν υποδιευθυντής στο πρόγραμμα του Ινστιτούτου Βιολογίας των Εκπαιδευτηρίων Γείτονα, που βρίσκεται στα βόρεια προάστια της πρωτεύουσας. Παράλληλα, δραστηριοποιούμαι ως ελαιοπαραγωγός στη γενέτειρά μου, το Κρανίδι Αργολίδας –παράγω βιολογικό λάδι, το Rhizoma, το οποίο εξάγω σε όλο τον κόσμο.

Δημοσιογράφος: Τι σε ώθησε να πάρεις μια τέτοια μεγάλη απόφαση για τη δική σου ζωή αλλά και των οικείων σου;

Τάσος Ανέστης: Η αλλαγή ήταν προγραμματισμένη, το ερώτημα ήταν «πού». Αφού κάναμε ένα business plan και δανειστήκαμε ένα μικρό ποσό, αγοράσαμε ένα σπίτι στη Βίτσα, τον τόπο καταγωγής της συζύγου μου, Σοφίας, με σκοπό να ξεκινήσουμε μια επιχείρηση: ένα βιωματικό σχολείο επιβίωσης με προσανατολισμό την αναγνώριση της σημασίας του φυσικού περιβάλλοντος. Ένα είδος «forest school». Ήδη υπάρχει μια «μαγιά» από ευρωπαϊκά σχολεία μέσω του δικτύου που απέκτησα από το Ινστιτούτο Βιολογίας, την οποία θα αξιοποιήσω. Σε αναμονή για την έγκριση χρηματοδότησης από ΕΣΠΑ ή LEADER, ρίχνουμε λίγο τα «καταναλωτικά μας εγώ» και προσπαθούμε να ζήσουμε. Άλλο είναι να έχεις μείνει άνεργος κι άλλο να εγκαταλείπεις το πόστο σου, για να κάνεις μια τέτοια αλλαγή –η σωστή οργάνωση ήταν προϋπόθεση. Στην αντίθετη περίπτωση, δεν θα ήμουν παρά ένας γραφικός αιθεροβάμων.

Δημοσιογράφος: Εσένα, Αλέξανδρε, ποια ήταν η διαδρομή σου μέχρι εδώ;

Αλέξανδρος Λυμπερόπουλος: Εγώ έκανα σπουδές τεχνικού γραφίστα ηλεκτρονικής σχεδίασης εντύπου. Επίσης, εργάστηκα για πολλά χρόνια ως υπάλληλος γραφείου στον χώρο της Υγείας. Καταπιέστηκα τρομερά. Με πάθος για τη φύση, πριν από 10 χρόνια αγοράσαμε με τη γυναίκα μου ένα κτήμα στην Τζια –ως τότε, δεν είχα ποτέ σκεφτεί να φύγω από την Αθήνα, αν και το επιθυμούσα. Δεκαπέντε στρέμματα σε βουνό, στο δίκτυο των αρχαίων μονοπατιών, μέσα σε δάσος με βελανιδιές και αμυγδαλιές- 170 αρχικά, φύτεψα άλλες 230. Τον Αύγουστο οι Κυκλάδες καίγονται. Σηκώνεσαι 5.30 για να προλάβεις το φως και δουλεύεις μέχρι τις 10.30 για να προλάβεις να μαζέψεις τα αμύγδαλα. Επένδυσα τα τελευταία μου χρήματα, αγοράζοντας τη μονάδα αμυγδαλοσπαστήρων του νησιού, ανοίγοντας θέσεις εργασίας. Σήμερα έφτασα να διοχετεύω και στην αγορά του εξωτερικού βιολογικά αμύγδαλα και όλα σχεδόν τα ελληνικά βότανα: ρίγανη, θυμάρι, μαντζουράνα, βαλεριάνα, μέντα, μολόχα, λεβάντα, φασκομηλιά. Είμαι επίσημος συλλέκτης βοτάνων με χαρτί του Δασαρχείου Σύρου. Παράλληλα, σύντομα ξεκινά η λειτουργία μιας αγροτουριστικής μονάδας –τέσσερα υπόσκαφα καταλύματα με γυάλινη οροφή να βλέπεις τον ουρανό! Είναι κάτι για το οποίο είμαι πολύ περήφανος.

Δημοσιογράφος: Όλα, λοιπόν, στηρίχτηκαν στη σωστή οργάνωση. Και πώς βίωσες τη μετάβαση στη νέα καριέρα;

Αλέξανδρος Λυμπερόπουλος: Επειδή δεν ήθελα ποτέ να βρεθώ εκτεθειμένος και άνεργος, ξεκίνησα να στήνω τη βιολογική καλλιέργεια παράλληλα με τη σταθερή μου εργασία. Σαββατοκύριακα έβγαζα το κοστούμι κι έβαζα τα ρούχα της αγγαρείας. Ταλαιπωρία. Άνυδρα εδάφη αλλά εξαιρετικό προϊόν. Μου πήρε τρία-τέσσερα χρόνια. Χρειάζεται σχέδιο, ανάλυση της κατάστασης, μελέτη και εκτίμηση των αναγκών μας, της εξέλιξής τους αλλά και των δυνατοτήτων μας. Πρώτα δημιουργείς τις προϋποθέσεις και έπειτα αλλάζεις σελίδα. Δεν ρίχνεις ζαριά περιμένοντας να σου βγει ή να καταστραφείς. Έκανα συγκρίσεις: από τη μια, είχα τον κλιματισμό μου, το γραφείο, τον υπολογιστή, γεμάτο πορτοφόλι. Επαφές με καλό και μορφωμένο κόσμο. Από την άλλη, εγερτήριο πριν το χάραμα, κουβάλημα στα αγκάθια, ντάλα μεσημέρι το καλοκαίρι. Όταν, όμως, σχόλαγα από την παλιά δουλειά, με έτρωγε το τιμόνι, η ρουτίνα. Συνειδητοποίησα πως, αν και ζοριζόμουν στο χωράφι, είχα το δικαίωμα της βουτιάς, της ανεμελιάς, γινόμουν δημιουργικός. Εκτίμησα την ελευθερία της ζωής μου ξανά. Άλλωστε, δεν χάνει αυτός που δοκιμάζει. Χάνει αυτός που καταπιέζεται.

Δημοσιογράφος: Σας ευχαριστώ και τους δύο πολύ. Η συζήτηση μαζί σας ήταν πολύ απολαυστική.

Άσκηση 13⁶⁵

Δημοσιογράφος: Φίλες και φίλοι, καλησπέρα σας! Σήμερα θα ασχοληθούμε με ένα φλέγον ζήτημα της εποχής μας: τις διαταραχές πρόσληψης τροφής (Δ.Π.Τ.). Γι' αυτόν τον λόγο φιλοξενούμε σήμερα στο στούντιο, την κυρία Γεραρχάκη, κλινική ψυχολόγο του σωματείου «ΑΝΑΣΑ» και τρεις φίλες, πάσχουσες από Δ.Π.Τ., όπως συνήθως λέμε. Κυρία Γεραρχάκη, ας ξεκινήσουμε από εσάς. Πείτε μας τι ακριβώς είναι οι Δ.Π.Τ.;

Γεραρχάκη: Οι Δ.Π.Τ. είναι κατηγορίες ψυχοπαθολογικών διαταραχών, οι οποίες χαρακτηρίζονται από δυσλειτουργικές διατροφολογικές συνήθειες που αφορούν είτε ανεπαρκή/ελλιπή είτε υπερβολική πρόσληψη τροφής σε βάρος της σωματικής και ψυχικής υγείας του ατόμου. Δεν πρόκειται απλώς για μία «περαστική μόδα» ή για μία «φάση», αλλά για ιδιαίτερα σοβαρές, ενδεχομένως και θανατηφόρες παθήσεις. Οι πιο συνήθεις Δ.Π.Τ. είναι η ψυχογενής ανορεξία και η ψυχογενής βουλιμία. Μια άλλη μορφή είναι, επίσης, η επεισοδιακή πολυφαγία ή αλλιώς ψυχαναγκαστική υπερφαγία. Χαρακτηρίζονται όλες από ακραία συναισθήματα, σκέψεις και συμπεριφορές σχετικά με τη λήψη τροφής, το βάρος και την εικόνα του σώματος.

Δημοσιογράφος: Κυρίες μου, ο λόγος σε σας. Γεωργία, θα ξεκινήσω από εσένα. Πες μας λίγα λόγια για το δικό σου πρόβλημα.

Γεωργία: Είχα φτάσει στα 46 κιλά με ύψος 1,81.

Δημοσιογράφος: Ντρεπόσουν να το συζητήσεις;

⁶⁵ Βαμβακά, Μ., <https://anasa-trofigiaskepsi.gr/istories-neyrikis-anorexias-kai-voylimias/> (Διασκευή σε μορφή διαλόγου για τις ανάγκες της άσκησης). Πηγή: <http://grekamag.gr/41500/>. Δημοσιευμένο σε: Γονείς, Εκπαιδευτικοί, Εμπλεκόμενοι Φορείς, Οι Ειδικοί Συμβουλεύουν, Προσωπικές Ιστορίες

Γεωργία: Δεν είναι θέμα ντροπής. Για να συζητήσεις κάτι, πρέπει, πρωτίστως, εσύ ο ίδιος να έχεις συνειδητοποιήσει ότι αντιμετωπίζεις μία δυσκολία και να είσαι αποφασισμένος να την αντιμετωπίσεις. Όπως, όμως, συμβαίνει συχνά, όταν βρίσκεσαι μέσα σε ένα πρόβλημα, δεν βλέπεις το μέγεθός του ή δεν θέλεις να το παραδεχτείς. Κάτι ανάλογο συμβαίνει και στην περίπτωση των Δ.Π.Τ. Δυστυχώς οι Δ.Π.Τ. ακόμη και σήμερα, όπως βέβαια και οι περισσότερες ψυχικές νόσοι, αποτελούν για την κοινωνία μας θέμα ταμπού, δυσκολεύοντας ακόμη περισσότερο τον πάσχοντα να το παραδεχτεί και να το ομολογήσει. Οι Δ.Π.Τ. δεν είναι μία νόσος που την ορίζεις απόλυτα με τη δική σου θέληση κι αυτό είναι κάτι πολύ δύσκολο να το εξηγήσεις σε κάποιον που δεν το έχει βιώσει. Αισθάνεσαι απομονωμένος και ότι κανείς δεν σε κατανοεί. Πρέπει κάθε φορά να απαντάς σε ερωτήσεις που εστιάζουν καθαρά στο φαγητό και τη ζυγαριά και σπάνια αυτές αφορούν την πραγματική αιτία για την οποία έχεις ανάγκη να μιλήσεις, τα συναισθήματα.

Δημοσιογράφος: Και πώς αλλάζεις τα πράγματα;

Γεωργία: Όλα είναι θέμα απόφασης! Κάποια στιγμή συνειδητοποιείς ότι έχεις φτάσει στον πάτο και πρέπει να σηκωθείς, εάν θέλεις να ζήσεις. Δεν είναι εύκολο να το κάνεις. Οι Δ.Π.Τ. είναι πλέον η καθημερινότητά σου και αισθάνεσαι ανασφαλής να ζήσεις χωρίς αυτές. Υποφέρεις, όμως, βασανίζεσαι. Μπορεί, λοιπόν, η διαδικασία της θεραπείας να ήταν δύσκολη και επίπονη, ήταν όμως μαγική. Είναι πολλές οι φορές που θα κλάψεις, θα θυμώσεις, θα αισθανθείς πως κανείς δεν σε καταλαβαίνει. Θα κατηγορήσεις τους γονείς και την οικογένειά σου και λίγα λεπτά αργότερα θα το έχεις ήδη μετανιώσει. Θα θελήσεις να παραιτηθείς. Μέσα από την θεραπευτική διαδικασία, στο τέλος της, με την καθοδήγηση πάντα ενός εξειδικευμένου ψυχολόγου/ψυχιάτρου, γνωρίζεις τον εαυτό σου και ανακαλύπτεις πτυχές του, που μέχρι πρότινος αγνοούσες, κατανοείς συμπεριφορές και εν μέρει δικαιολογείς αυτούς που πριν από λίγη ώρα κατηγορούσες. Η ψυχοθεραπεία είναι ένα «ταξίδι» που μόνο ωφελεί και μπορεί να χρησιμεύσει ως εργαλείο για το μέλλον του ατόμου, έστω και αν δεν ξεκίνησε συνειδητά ως τέτοιο.

Δημοσιογράφος: Δήμητρα, θέλω αρχικά να σε ευχαριστήσω και εσένα για τη σημερινή συζήτηση. Ποια είναι η δική σου ιστορία;

Δήμητρα: Είμαι 24 ετών και δουλεύω σε μία καντίνα με hot dog. Σε ένα μήνα τελειώνω τη θεραπεία μου, την οποία έχω ξεκινήσει εδώ και ένα χρόνο. Πάσχω από βουλιμία και κάποια στιγμή είχα φτάσει τα εκατόν πέντε κιλά. Για μένα ήταν ένας τρόπος να ηρεμώ από εντάσεις, άγχος και σύγχυση, οπότε ναι, πιστεύω πως τα αίτια είναι ψυχολογικά. Δεν ήξερα τον τρόπο να ηρεμώ διαφορετικά και να εντοπίζω τα αίτια. Ένιωθα άσχημα με τον εαυτό μου και την εικόνα μου και ήμουν αδύναμη να αντιμετωπίζω τους άλλους. Δεν μπορούσα να κατανοήσω ότι ήταν ασθένεια. Ταυτόχρονα, όμως, ήταν δύσκολο να βρω ανθρώπους να με κατανοήσουν. Η απόφαση της θεραπείας ήρθε από την απόγνωση. Κατάλαβα ότι κάτι πρέπει να κάνω γι' αυτό. Έβλεπα το κακό που κάνω στο σώμα μου.

Δημοσιογράφος: Κωνσταντίνα, και η δική σου ιστορία κινείται στα ίδια χνάρια;

Κωνσταντίνα: Περίπου. Και εγώ έπασχα από βουλιμία, αλλά εδώ και ένα χρόνο βρίσκομαι σε θεραπεία. Δεν νιώθω ακόμα τελείως θεραπευμένη, γιατί οι αιτίες είναι πολύ βαθιά και θέλουν ακόμα λίγη δουλειά. Έχω σταματήσει να τρώω μεγάλες ποσότητες και επεξεργασμένες ανούσιες τροφές. Κάνω εβδομαδιαίες συναντήσεις ψυχοθεραπείας. Μετά από τόσο καιρό νιώθω πιο καλά με τον εαυτό μου, πιο σίγουρη ότι μπορώ να κάνω πράγματα που αγαπώ και πως μπορώ να αντιμετωπίσω άσχημες καταστάσεις χωρίς να πέφτω πάλι στον ίδιο φαύλο κύκλο. Έχω μάθει τρόπους να μπορώ να επικοινωνώ καλύτερα με τους άλλους και να διαχειρίζομαι τα συναισθήματά μου. Όλα ξεκινούν από την σκέψη και κάθε δυσκολία μπορεί να θεραπευθεί μόνο από την αλλαγή της αρχικής σκέψης.

Δημοσιογράφος: Αφού ακούσαμε αυτές τις ιστορίες, θα ήθελα, κυρία Γεραρχάκη, να μας πείτε δυο λόγια για τα επίπεδα διαταραχών πρόσληψης τροφής στη χώρα μας, αλλά και για την ΑΝΑΣΑ.

Γεραρχάκη: Η ΑΝΑΣΑ ιδρύθηκε το 2007, από μια εξειδικευμένη ομάδα επιστημόνων, με πρωτοβουλία της ηθοποιού Ζέτας Δούκα που έχει βιώσει την ασθένεια των Δ.Π.Τ. και θέλησε να αξιοποιήσει την προσωπική της εμπειρία προς όφελος των πασχόντων και υπέρ της ευαισθητοποίησης του ευρύτερου κοινωνικού συνόλου. Στοχεύει στην ενημέρωση και αφύπνιση του ευρέος κοινού για την ύπαρξη και τις διαστάσεις του προβλήματος των διατροφικών διαταραχών. Παρέχει ολοκληρωμένες υπηρεσίες ενημέρωσης, κατεύθυνσης και στήριξης των ανθρώπων που πάσχουν από διατροφικές διαταραχές, καθώς και υπηρεσίες υποστήριξης προς τις οικογένειες των ασθενών. Παράλληλα, οργανώνει προγράμματα πρόληψης και δωρεάν διαγνώσεις και θεραπείες ασθενών. Το θεραπευτικό πλαίσιο περιλαμβάνει ψυχοθεραπεία (ατομική, οικογενειακή, ομαδική), παροχή φαρμακευτικής αγωγής (όπου μπορεί να είναι αναγκαία), εργοθεραπεία, συμβουλευτική της οικογένειας, διατροφολογική συμβουλευτική και ψυχοεκπαίδευση. Βοηθά στην κοινωνική ένταξη ή επανένταξη και λειτουργική αυτονόμηση των μελών και παράλληλα την στήριξη των οικογενειών τους. Δυστυχώς, όμως, τα ποσοστά των Δ.Π.Τ. έχουν αυξηθεί σημαντικά τα τελευταία χρόνια. Παρόλα αυτά, οι επαγγελματίες ψυχικής υγείας και γενικότερα ο ιατρικός και ψυχιατρικός κύκλος στην Ελλάδα φαίνεται να ενημερώνεται περισσότερο για την εξάπλωση και την πολυσύνθετη φύση της νόσου και αυτό είναι θετικό για την σωστή διάγνωση και εν τέλει την αντιμετώπισή της. Υπάρχει βέβαια ακόμα πολύς χώρος για τη σωστή και ολοκληρωμένη ενημέρωση και αφύπνιση του κοινού καθώς και των επαγγελματιών ψυχικής υγείας για την ύπαρξη, τις διαστάσεις, τη διάγνωση και τη θεραπεία των Δ.Π.Τ. Για παράδειγμα, υπάρχουν ακόμη και στις ημέρες μας γυναικολόγοι, οι οποίοι μπορεί να εξετάσουν μια πάσχουσα Νευρικής Ανορεξίας, στην οποία λόγω της νόσου να έχει διακοπεί η εμμηνορροία, και αντί να γίνει μια ολοκληρωμένη διάγνωση σχετικά με το σύμπτωμα, αμελούν να δουν κάποια διαγνωστικά κριτήρια και καταλήγουν να χορηγούν στην πάσχουσα ορμόνες, οι οποίες μπορεί να λειτουργήσουν πολύ αρνητικά για την συνύπαρξη των πολυσύνθετων χαρακτηριστικών της Νευρικής Ανορεξίας.

Δημοσιογράφος: Τι συμβουλές θα δίνετε σε κάποιον που πάσχει και δεν μιλά για αυτό;

Γεραρχάκη: Να ενημερωθεί, ακόμα και από το ίντερνετ, σχετικά με τη νόσο και την επικινδυνότητά της και στη συνέχεια να ζητήσει βοήθεια από έναν εξειδικευμένο επαγγελματία ψυχικής υγείας ή από κάποια εξειδικευμένη δομή ψυχικής υγείας που αντιμετωπίζει Δ.Π.Τ.

Δημοσιογράφος: Τι συμβουλές θα δίνετε γενικά στα νέα παιδιά σχετικά με τη διατροφή τους;

Γεραρχάκη: Για ακόμη μία φορά, η έννοια της ενημέρωσης είναι μια από τις συμβουλές που θα μπορούσα να δώσω. Πρέπει να είμαστε σωστά ενημερωμένοι σχετικά με το τι ποσότητες είναι κατάλληλες για τη σωστή λειτουργία του οργανισμού μας και ποιες είναι οι κατηγορίες τροφίμων που ενθαρρύνονται να καταναλώνουμε στην καθημερινότητά μας. Και το γλυκό είναι μια χαρά να το απολαμβάνουμε, αλλά με σωστή χρήση και όχι κατάχρηση, όπως και γενικότερα το φαγητό. Βέβαια, οι Δ.Π.Τ. δεν αφορούν αυστηρά και μόνο μια δυσλειτουργική συμπεριφορά γύρω από το φαγητό. Το φαγητό είναι απλώς το σύμβολο εξωτερίκευσης άλλων πιο σύνθετων θεμάτων και φόβων των πασχόντων, οι οποίοι με την αυστηρή, άκαμπτη στάση και διαστρεβλωμένο τρόπο σκέψης που τους διακατέχει, προσπαθούν μέσω του φαγητού «συμβόλου» να ελέγξουν, κατά κάποιο τρόπο, τους φόβους τους και τα βαθιά, σύνθετα θέματα που βιώνουν.

Δημοσιογράφος: Κυρίες μου, σας ευχαριστώ πολύ όλες για τη σημερινή τόσο ειλικρινή, αλλά και κατατοπιστική συζήτηση. Κυρίες και κύριοι, η εκπομπή μας έφτασε στο τέλος της. Σας χαιρετώ και σας περιμένω την άλλη εβδομάδα στο καθιερωμένο μας ραντεβού. Καλό βράδυ σε όλους!

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Αντωνοπούλου, Ν., Βογιατζίδου, Σ., Τσαγγαλίδης, Α. (2013). *Πιστοποίηση επάρκειας της ελληνομάθειας: Νέο εξεταστικό πρόγραμμα*. Θεσσαλονίκη: Κέντρο Ελληνικής Γλώσσας.
- Συμβούλιο της Ευρώπης. (2001). *Κοινό Ευρωπαϊκό Πλαίσιο Αναφοράς για τις Γλώσσες (ΚΕΠΑ)*. Cambridge University Press. <https://rm.coe.int/1680459f97>

