



Κείμενα: Θεοδώρα Σιάηλου
Επιμέλεια κειμένου: Balazs D' Szabo
Εικόνες: Μαριλίνα Σκαρπέτα, Εργαλεία Τεχνητής Νοημοσύνης
Ηλεκτρονική επιμέλεια: Νικολέτα Ελεονώρα Παγδατή
Εκτύπωση: Η Loizides Ltd

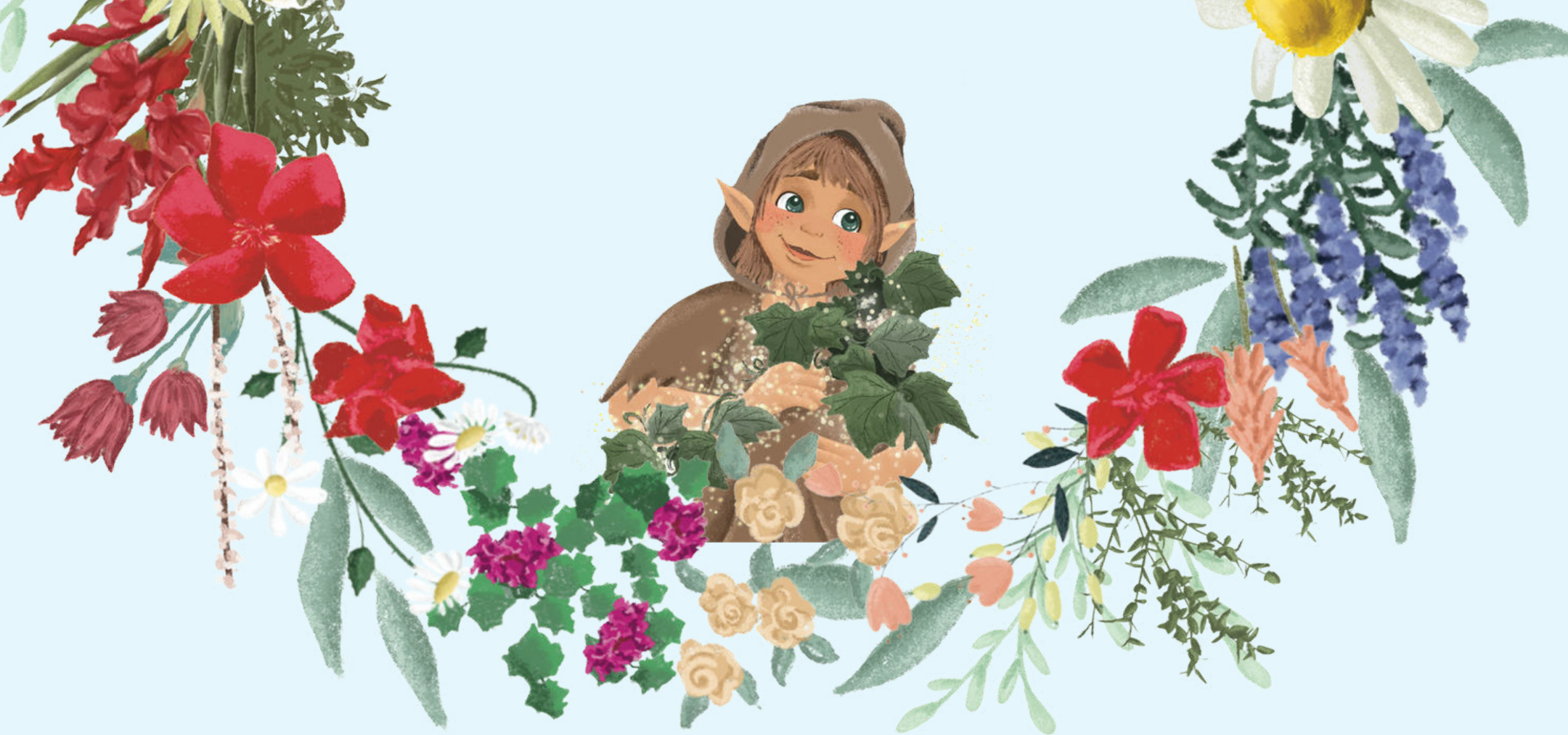
Copyright © Soteris Shaelos Plants & Flowers Ltd

Το παρόν έργο είναι πνευματική ιδιοκτησία και προστατεύεται κατά τις διατάξεις του Κυπριακού νόμου (Ν. 59/1976 όπως τροποποιήθηκε και ισχύει σήμερα) καθώς και τις διεθνείς συμβάσεις περί πνευματικής ιδιοκτησίας. Απαγορεύεται απολύτως η άνευ γραπτής άδειας του συγγραφέα κατά οποιοδήποτε τρόπο ή μέσο αντιγραφή, φωτοανατύπωση και η εν γένει αναπαραγωγή, εκμίσθωση ή δανεισμός, μετάφραση, διασκευή ή αναμετάδοση στο κοινό σε οποιαδήποτε μορφή (ηλεκτρονική, μηχανική ή άλλη) και η εν γένει εκμετάλλευση του συνόλου ή μέρους του έργου.



**Ένας σπόρος αρκεί – Γίνε κι εσύ Φύλακας της Φύσης
Γνωρίζω τη γη μου – Η φύση και η παράδοση της Κύπρου**





Τι θα ανακαλύψουμε τον Σεπτέμβριο;

Ο χάρτης της εξερεύνησής μας

- Γνωρίζω τα αρωματικά φυτά – Η αρτυσιά
- Γνωρίζω τον τόπο μου – Τα Κρασοχώρια της Λεμεσού
- Κυπριακές ποικιλίες σταφυλιού
- Από το σταφύλι σε κυπριακές λικουδιές
- Ενδημικό φυτό του μήνα – Η ζουλατζιά
- Ζώο του μήνα – Το κυπριακό θουπί
- Βιωσιμότητα & καθαρή ενέργεια στον αμπελώνα
- Γνωρίζω τα μνημεία του τόπου μου – Η Μονή του Τιμίου Σταυρού στο Όμοδος
- Επάγγελμα του μήνα – Ο αμπελουργός
- Μικρό Εργαστήριο Φυσικών Επιστημών – Τα σταφύλια που βυθίζονται, επιπλέουν και... χορεύουν!
- Παράθυρο στην Παράδοση – Ο τρύγος
- Γιορτή του Κρασιού της Λεμεσού
- Παραδοσιακές γεύσεις – Ππαλουζές & Τρεμιθόπιττα
- Κουτί γνώσης – Η τρεμιθκιά
- Επιστρέφω στο σχολείο – Ο δικός μου νέος σπόρος
- Μεγάλη ομαδική δραστηριότητα – Το αμπέλι της τάξης μας
- Ημερολόγιο Φύσης – Σεπτέμβριος
- Αναστοχασμός του μήνα – Τι καρπό έδωσε το ταξίδι μου;
- Το μήνυμα του Κιου





Σεπτέμβριος



Γεια σου, μικρέ/ή μου φίλε/η!

Ο Σεπτέμβριος θα μας πάρει σε ένα ταξίδι γεμάτο αμπέλια, αρώματα, επιστήμη, παράδοση και καινούργιες αρχές.

Θα γνωρίσουμε την αρτυσιά και θα ανακαλύψουμε ότι ένας μικρός σπόρος μπορεί να κρύβει δυνατό άρωμα και μεγάλη ιστορία.

Θα ταξιδέψουμε στα Κρασοχώρια της Λεμεσού και θα μάθουμε πως ένας τόπος διαμορφώνεται από τη γη, την εργασία, τα σπίτια, τις γιορτές και τις μνήμες των ανθρώπων του.

Θα γνωρίσουμε τις κυπριακές ποικιλίες σταφυλιού και θα δούμε ότι, όπως κάθε παιδί είναι ξεχωριστό, έτσι και κάθε ποικιλία έχει τα δικά της χαρακτηριστικά.

Θα μάθουμε πως από το σταφύλι μπορούν να δημιουργηθούν πολλά παραδοσιακά προϊόντα και πως πίσω από κάθε γεύση κρύβονται γνώση, χρόνος και φροντίδα.

Θα συναντήσουμε τη ζουλατζιά και το κυπριακό θουπί και θα θυμηθούμε ότι τα ενδημικά είδη είναι ανεκτίμητοι θησαυροί, γιατί υπάρχουν φυσικά μόνο στον τόπο μας.

Θα γνωρίσουμε τον αμπελουργό και θα καταλάβουμε ότι ο τρύγος είναι μόνο το τελευταίο στάδιο μιας ολόκληρης χρονιάς προσπάθειας.

Θα μάθουμε ακόμη πως ο ήλιος, ο άνεμος και η θερμότητα της γης μπορούν να βοηθήσουν τη γεωργία να χρησιμοποιεί καθαρότερη ενέργεια.

Μέσα από τα πειράματά μας, θα δούμε τα σταφύλια να βυθίζονται, να επιπλέουν και να «χορεύουν». Έτσι θα ανακαλύψουμε την πυκνότητα, την άνωση και τη δύναμη της επιστημονικής παρατήρησης.

Τέλος, με το «Αμπέλι της τάξης μας», θα καταλάβουμε ότι κάθε παιδί έχει τη δική του δύναμη, αλλά όλοι μαζί μπορούμε να δημιουργήσουμε κάτι μεγαλύτερο.



Γνωρίζω τα Αρωματικά Φυτά



Γεια σου, μικρέ/ή μου φίλε/η!

Σήμερα θέλω να σου γνωρίσω ένα μικρό αλλά πολύ ξεχωριστό αρωματικό φυτό της Κύπρου. Το λένε αρτυσιά. Ίσως να μην το έχεις ξανακούσει. Όμως η αρτυσιά είναι πολύτιμη, γιατί μέσα στα μικρά της σποράκια κρύβει ένα δυνατό άρωμα. Είναι το φυτό που πολλοί γνωρίζουν και ως κύμινο.

Η αρτυσιά δεν είναι μεγάλο φυτό. Μεγαλώνει χαμηλά και κάνει λεπτά φύλλα και μικρά λουλουδάκια. Το πιο ξεχωριστό της μέρος είναι οι μικροί της σπόροι. Αν τους παρατηρήσεις καλά, θα δεις πως είναι μικροσκοπικοί. Κι όμως, αυτοί οι τόσο μικροί σπόροι έχουν πολύ δυνατό άρωμα.

Από παλιά, οι άνθρωποι στην Κύπρο χρησιμοποιούσαν την αρτυσιά στο φαγητό τους. Έβαζαν τους σπόρους της σε παραδοσιακές συνταγές για να δώσουν μυρωδιά και γεύση. Έτσι, η αρτυσιά έγινε κομμάτι της κυπριακής κουζίνας και της παράδοσής μας.

Ξέρεις τι μου αρέσει πιο πολύ σε αυτό το φυτό;

Μου θυμίζει πως δεν χρειάζεται κάτι να είναι μεγάλο για να είναι σημαντικό. Ακόμη και ένα μικρό σποράκι μπορεί να κρύβει μέσα του άρωμα, νοστιμιά και μια ολόκληρη ιστορία. Όταν γνωρίζεις την αρτυσιά, δεν μαθαίνεις μόνο ένα φυτό. Μαθαίνεις και μια μικρή γεύση από τον τόπο μας.



Τip μικρού κηπουρού

Το παιχνίδι με τους κόκκους

Πάρε με τη βοήθεια ενός ενήλικα λίγους κόκκους αρτυσιάς και παρατήρησέ τους προσεκτικά.
Κοίτα: το μέγεθός τους, το σχήμα τους, το χρώμα τους, τις μικρές γραμμές που έχουν επάνω τους. Μετά μύρισέ τους απαλά και σκέψου:

Λιγη γνώση

Αρτυσιά

Επιστημονική ονομασία: Cuminum cyminum

Οικογένεια: Σκιαδανθή / Apiaceae

Η αρτυσιά είναι μικρό αρωματικό φυτό.

Κάνει λεπτά φύλλα και μικρά, ανοιχτόχρωμα άνθη.

Το πιο γνωστό της μέρος είναι οι μικροί αρωματικοί της σπόροι.

Άρωμα: Δυνατό, ζεστό και χαρακτηριστικό.

Χρήση: Οι σπόροι της χρησιμοποιούνται στη μαγειρική.

Σχέση με την Κύπρο: Η αρτυσιά συνδέεται με την κυπριακή παραδοσιακή κουζίνα.

Τι ξεχωρίζει: Παρόλο που οι σπόροι της είναι πολύ μικροί, έχουν έντονο άρωμα.



Τι σου θυμίζει το άρωμά τους;

Μια κουζίνα; Ένα φαγητό; Ένα σπίτι στο χωριό; Έτσι θα καταλάβεις πως ακόμη και ένας μικρός κόκκος μπορεί να κρύβει έναν ολόκληρο κόσμο από μυρωδιές.

Τι μας μαθαίνει;

Η αρτυσιά μάς μαθαίνει πως ακόμη και κάτι πολύ μικρό μπορεί να είναι πολύ σημαντικό. Ένας μικρός σπόρος μπορεί να κρατά μέσα του άρωμα, γεύση, μνήμη και παράδοση.



Γνωρίζω τον τόπο μου Τα Κρασοχώρια της Λεμεσού

Σήμερα θέλω να ταξιδέψουμε μαζί σε έναν τόπο γεμάτο αμπέλια, πέτρινα σπίτια, πλακόστρωτα δρομάκια και παλιές παραδόσεις.

Θα γνωρίσουμε τα **Κρασοχώρια της Λεμεσού!**

Τα Κρασοχώρια δεν είναι ένα μόνο χωριό. Είναι μια ομάδα παραδοσιακών χωριών που βρίσκονται κυρίως στις νότιες πλαγιές της οροσειράς του Τροόδους. Ανάμεσά τους βρίσκονται το Όμοδος, το Άρσος, η Βάσα Κοιλανίου, το Βουνί, η Λόφου, το Κοιλάνι, η Πάχνα και άλλα όμορφα χωριά της επαρχίας **Λεμεσού**.

Ξέρεις γιατί ονομάζονται Κρασοχώρια;

Το όνομά τους αποτελείται από τις λέξεις «κρασί» και «χωριά» και φανερώνει τη μεγάλη σχέση τους με το αμπέλι και την παραγωγή κρασιού. Εδώ και πολλούς αιώνες, οι κάτοικοι καλλιεργούν αμπέλια και φροντίζουν τα σταφύλια μέχρι να ωριμάσουν.

Αν περπατήσεις σε ένα Κρασοχώρι, μπορεί να δεις παλιά πετρόχτιστα σπίτια, ξύλινες πόρτες, μικρά μπαλκόνια και στενά λιθόστρωτα δρομάκια. Έξω από τα χωριά απλώνονται αμπελώνες πάνω στις ηλιόλουστες πλαγιές. Κάθε αμπέλι χρειάζεται φροντίδα για πολλούς μήνες, μέχρι να έρθει η εποχή που τα σταφύλια θα είναι έτοιμα για συγκομιδή.

Αυτή η συγκομιδή ονομάζεται **τρύγος**.

Την εποχή του τρύγου, οι άνθρωποι μάζευαν τα ώριμα τσαμπιά και τα μετέφεραν με προσοχή.

Παλιότερα, πολλές οικογένειες και γείτονες εργάζονταν μαζί. Έτσι, μια δύσκολη γεωργική εργασία γινόταν ευκαιρία για συνεργασία, συνάντηση και γιορτή.

Από τον χυμό των σταφυλιών έφτιαχναν και παραδοσιακές λικουδιές, όπως παλουζέ, σουτζιούκο και κιοφτέρκα. Σε αρκετά Κρασοχώρια διοργανώνονται μέχρι σήμερα γιορτές του σταφυλιού, ιδιαίτερα τον Σεπτέμβριο και στις αρχές του φθινοπώρου.

Ξέρεις τι μου αρέσει περισσότερο στα Κρασοχώρια;

Εκεί καταλαβαίνω πως ένας τόπος δεν αποτελείται μόνο από σπίτια και δρόμους. Αποτελείται από τους ανθρώπους, τις εργασίες, τις γεύσεις, τις αναμνήσεις και τις παραδόσεις που περνούν από τη μια γενιά στην άλλη.

Τα Κρασοχώρια μάς θυμίζουν ότι πίσω από κάθε καρπό κρύβονται χρόνος, γνώση, υπομονή και πολλή φροντίδα.

Λίγη γνώση

Πού βρίσκονται; Στην επαρχία Λεμεσού, κυρίως στις νότιες πλαγιές της οροσειράς του Τροόδους.

Γιατί ονομάζονται Κρασοχώρια; Επειδή έχουν μακρά ιστορία στην καλλιέργεια του αμπελιού και στην παραγωγή κρασιού.

Ποια χωριά συναντούμε εκεί; Ανάμεσά τους βρίσκονται το Όμοδος, το Άρσος, η Βάσα Κοιλανίου, το Βουνί, η Λόφου, το Κοιλάνι, η Πάχνα και ο Άγιος Αμβρόσιος.

Πώς είναι το τοπίο; Έχει λόφους, πλαγιές, αμπελώνες και παραδοσιακά πετρόχτιστα χωριά.

Τι καλλιεργούν οι άνθρωποι; Κυρίως αμπέλια. Σε αρκετά χωριά καλλιεργούνται επίσης αμυγδαλιές, ελιές και διάφορα οπωροφόρα δέντρα.

Τι είναι ο αμπελώνας; Μια έκταση γης στην οποία καλλιεργούνται πολλά αμπέλια.

Τι είναι ο τρύγος; Η συγκομιδή των ώριμων σταφυλιών.

Ποιες είναι δύο γνωστές κυπριακές ποικιλίες σταφυλιού; Το λευκό Ξυνιστέρι και το ντόπιο Μαύρο.



Αποστολή μικρού Φύλακα



Ανακαλύπτω τα Κρασοχώρια

Πάρε έναν χάρτη της Κύπρου και βρες την επαρχία Λεμεσού.

Ύστερα διάλεξε τρία Κρασοχώρια που θα ήθελες να επισκεφθείς:

1. _____
2. _____
3. _____

Τώρα φαντάσου ότι περπατάς μαζί μου σε ένα από αυτά.

Τι θα ήθελες να παρατηρήσεις περισσότερο;

- τους αμπελώνες,
- τα πέτρινα σπίτια,
- τα πλακόστρωτα δρομάκια,
- τα παλιά γεωργικά εργαλεία,
- ή τα παραδοσιακά προϊόντα του σταφυλιού;
-

Ζωγράφισε εμένα κι εσένα σε ένα Κρασοχώρι, ανάμεσα σε αμπέλια και καλάθια γεμάτα σταφύλια.

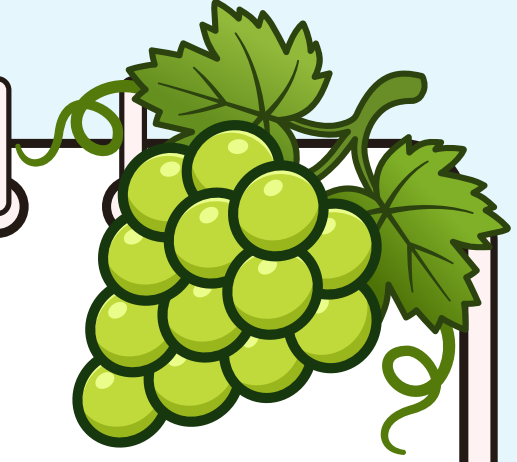
Τι μας μαθαίνει αυτός ο τόπος;

Τα Κρασοχώρια μάς μαθαίνουν ότι η γη χρειάζεται χρόνο, φροντίδα και υπομονή για να δώσει τους καρπούς της.

Μας δείχνουν ακόμη πως όταν οι άνθρωποι συνεργάζονται και κρατούν ζωντανές τις παραδόσεις τους, προστατεύουν την ιστορία και την ταυτότητα του τόπου τους.

Τα Κρασοχώρια μάς θυμίζουν ότι κάθε καρπός κρύβει μέσα του τη φροντίδα της γης και την ιστορία των ανθρώπων της.





Γνωρίζω τις κυπριακές ποικιλίες σταφυλιού

Κάθε σταφύλι έχει το δικό του όνομα

Ήξερες ότι δεν είναι όλα τα σταφύλια ίδια;

Άλλα είναι λευκά ή πρασινοκίτρινα, άλλα κόκκινα ή σχεδόν μαύρα. Μπορεί να διαφέρουν στο μέγεθος, στο σχήμα, στη γεύση, στο άρωμα, ακόμη και στο πάχος της φλούδας τους. Κάθε διαφορετικό είδος σταφυλιού ονομάζεται **ποικιλία**.

Στην Κύπρο καλλιεργούνται εδώ και πάρα πολλά χρόνια ξεχωριστές ποικιλίες αμπελιού, που έχουν προσαρμοστεί στον ήλιο, στο έδαφος και στο κλίμα του νησιού μας. Τις ονομάζουμε γηγενείς ποικιλίες, γιατί είναι στενά συνδεδεμένες με την κυπριακή γη και την ιστορία της αμπελουργίας μας.

Θέλεις να γνωρίσουμε μερικές από αυτές;

Μαύρο

Το **Μαύρο** είναι μία από τις πιο γνωστές και διαδεδομένες ποικιλίες της Κύπρου. Τα ώριμα σταφύλια του έχουν σκούρο χρώμα. Για πολλά χρόνια το Μαύρο καλλιεργείται σε μεγάλες εκτάσεις του κυπριακού αμπελώνα και αποτελεί σημαντικό μέρος της γεωργικής παράδοσης του τόπου μας.

Ξυνιστέρι

Το **Ξυνιστέρι** είναι η πιο διαδεδομένη λευκή ποικιλία του κυπριακού αμπελώνα.

Τα σταφύλια του έχουν ανοιχτό χρώμα και η ποικιλία καλλιεργείται σε διάφορες περιοχές της Κύπρου, ανάμεσά τους και ορισμένες περιοχές των Κρασοχωριών.

Μαραθεύτικο ή Βαμβακάδα

Το **Μαραθεύτικο**, που σε ορισμένες περιοχές ονομάζεται και Βαμβακάδα, είναι μια σκούρα κυπριακή ποικιλία.

Καλλιεργείται σε διάφορα μέρη του νησιού και τα σταφύλια της μπορούν να έχουν αρώματα που θυμίζουν κόκκινους και σκούρους καρπούς. Είναι όμως πιο απαιτητική στην καλλιέργειά της και χρειάζεται ιδιαίτερη φροντίδα.

Πρωμάρα

Η **Πρωμάρα** είναι μια λευκή κυπριακή ποικιλία. Τα τσαμπιά της είναι συνήθως μεσαίου μεγέθους και οι ρόγες της μικρές, ωοειδείς και πρασινοκίτρινες. Έχει εντοπιστεί σε αμπελώνες του Ομόδους και της Κυπερούντας.

Σπούρτικο

Το **Σπούρτικο** είναι επίσης λευκή ποικιλία. Οι ρόγες του είναι πολύ χυμώδεις και έχουν λεπτή, εύθραυστη φλούδα. Η ποικιλία συναντάται σε αμπελώνες του Ομόδους, της Κυπερούντας και της περιοχής Παναγιάς.

Γιαννούδι

Το **Γιαννούδι** είναι μια σκούρα ποικιλία με μεγάλες, ωοειδείς ρόγες. Όταν ωριμάζουν, οι ρόγες αποκτούν βαθύ μπλε-μαύρο χρώμα. Παρόλο που η φλούδα τους είναι πολύ σκούρα, ο χυμός στο εσωτερικό τους είναι άχρωμος.

Λίγη γνώση

Τι είναι ποικιλία; Μια ομάδα φυτών του ίδιου είδους που έχει ορισμένα ξεχωριστά χαρακτηριστικά, όπως διαφορετικό χρώμα, μέγεθος, σχήμα ή γεύση.

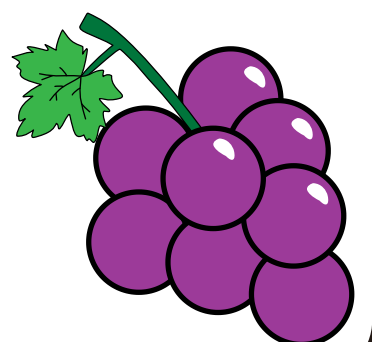
Τι σημαίνει γηγενής ποικιλία; Μια ποικιλία που συνδέεται εδώ και πολύ μεγάλο χρονικό διάστημα με έναν συγκεκριμένο τόπο και έχει προσαρμοστεί στις συνθήκες του.

Δύο πολύ γνωστές κυπριακές ποικιλίες: Το λευκό Ξυνιστέρι και το σκουρόχρωμο Μαύρο.

Άλλες κυπριακές ποικιλίες: Μαραθεύτικο, Πρωμάρα, Σπούρτικο και Γιαννούδι.

Τι μπορεί να διαφέρει από ποικιλία σε ποικιλία;

- το χρώμα της ρόγας,
- το μέγεθος και το σχήμα της,
- το πάχος της φλούδας,
- η ποσότητα του χυμού,
- η γεύση και το άρωμα,
- ο χρόνος ωρίμανσης.



Γνωρίζω τις κυπριακές ποικιλίες σταφυλιού

Οινοποιήσιμα



Ξυνηστέρι



Γιαννούδιν



Μαραθεύτικο

Επιτραπέζια



Μάλαγα



Φράουλα



Βέρυκο

Αποστολή του Κιου

Γίνομαι μικρός αμπελογράφος

Παρατήρησε, μαζί με τον/την εκπαιδευτικό σου, δύο διαφορετικά τσαμπιά ή φωτογραφίες σταφυλιών.

Κοίταξε προσεκτικά:

- Έχουν το ίδιο χρώμα;
- Είναι οι ρόγες στρογγυλές ή μακρόστενες;
- Είναι όλες ίδιες σε μέγεθος;
- Είναι το τσαμπί αραιό ή πυκνό;
- Τι άλλο παρατηρείς;

Ζωγράφισε τα δύο τσαμπιά και γράψε από κάτω δύο διαφορές που ανακάλυψες.

Προσοχή: Παρατηρούμε τα σταφύλια, αλλά δεν τα δοκιμάζουμε χωρίς την άδεια και την επίβλεψη του/της εκπαιδευτικού.

Τι μας μαθαίνουν;

Οι κυπριακές ποικιλίες σταφυλιού μάς μαθαίνουν ότι η φύση αγαπά τη διαφορετικότητα.

Κάθε ποικιλία έχει τα δικά της γνωρίσματα και όλες μαζί αποτελούν πολύτιμο μέρος της φυσικής, γεωργικής και πολιτιστικής κληρονομιάς της Κύπρου.

Κάθε ρόγα έχει τα δικά της χαρακτηριστικά και κάθε ποικιλία τη δική της ιστορία.

Από το σταφύλι... σε πολλές κυπριακές λιχουδιές

Θυμάσαι τα σταφύλια που γνωρίσαμε στα Κρασοχώρια;

Οι άνθρωποι της Κύπρου δεν τα έτρωγαν μόνο φρέσκα. Με γνώση, υπομονή και πολλή φροντίδα έμαθαν να τα μετατρέπουν σε πολλές διαφορετικές λιχουδιές.

Όλα ξεκινούσαν από τον χυμό του σταφυλιού.

Όταν τα ώριμα σταφύλια πιέζονταν, έδιναν έναν γλυκό χυμό που ονομάζεται **μούστος** ή, στην κυπριακή διάλεκτο, **μουστάρι**.

Από αυτόν τον χυμό οι άνθρωποι μπορούσαν να φτιάξουν παλουζέ, σουτζιούκο, κιοφτέρκα, έψημα και πολτό σταφυλιού.

Ένας καρπός, λοιπόν, μπορούσε να γίνει πολλές διαφορετικές τροφές!

Αυτό ήταν πολύ σημαντικό παλιότερα, γιατί οι οικογένειες προσπαθούσαν να αξιοποιούν όσα τους πρόσφερε η γη και να διατηρούν μέρος της σοδειάς για τους επόμενους μήνες.

Ο μούστος

Ο μούστος είναι ο φρέσκος χυμός που βγαίνει όταν πιέζονται τα ώριμα σταφύλια. Μέσα του υπάρχουν το νερό, τα φυσικά σάκχαρα και τα αρώματα του καρπού. Αποτελεί τη βάση για πολλά παραδοσιακά προϊόντα του σταφυλιού.

Ο παλουζές

Ο παλουζές είναι ένα μαλακό, παραδοσιακό γλυκό που φτιάχνεται από μούστο και αλεύρι. Καθώς το μείγμα ζεσταίνεται και ανακατεύεται, γίνεται σταδιακά πιο πηχτό και αποκτά υφή που θυμίζει κρέμα ή ζελέ. Σε ορισμένες περιοχές προσθέτουν αρωματικά ή ξηρούς καρπούς.

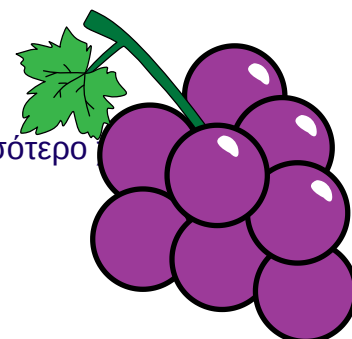
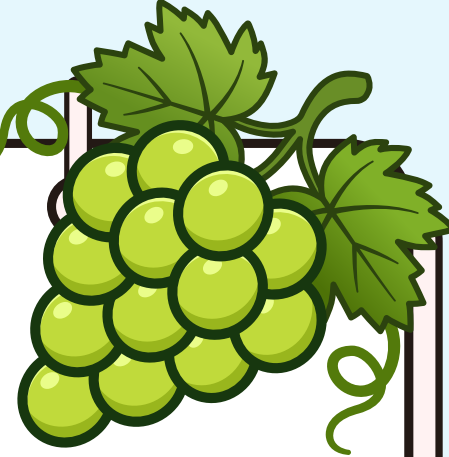
Ο σουτζιούκος

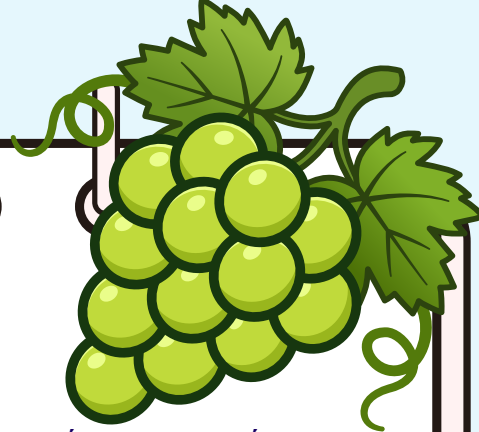
Ο σουτζιούκος είναι ένα μακρόστενο, παραδοσιακό γλυκό. Για την παρασκευή του περνούν αμύγδαλα ή καρύδια σε κλωστή και τα βουτούν επανειλημμένα μέσα σε πηχτό μείγμα από μούστο. Κάθε φορά σχηματίζεται γύρω τους ένα νέο στρώμα. Έστερα ο σουτζιούκος αφήνεται να στεγνώσει. Δεν σου θυμίζει λίγο κερί;

Τα κιοφτέρκα

Τα κιοφτέρκα φτιάχνονται από ένα πηχτό μείγμα χυμού σταφυλιού και αλευριού, παρόμοιο με τον παλουζέ.

Το μείγμα απλώνεται, κόβεται σε κομμάτια και αφήνεται να στεγνώσει. Έτσι μπορεί να διατηρηθεί για περισσότερο ορισμένες παραδόσεις προστίθεται και λίγο ροδόσταγμα ή άλλο αρωματικό.





Το έψημα

Το έψημα είναι ένας παχύρρευστος και γλυκός χυμός.

Φτιάχνεται όταν ο χυμός του σταφυλιού σιγοβράζει για αρκετή ώρα και χάνει μέρος από το νερό του.

Έτσι γίνεται πιο πυκνός και πιο σκούρος. Οι άνθρωποι το χρησιμοποιούσαν σε γλυκά και άλλες παραδοσιακές παρασκευές.

Ο πολτός σταφυλιού

Ο πολτός σταφυλιού είναι ένα παραδοσιακό έδεσμα που μοιάζει με μαρμελάδα. Στην Πάχνα και σε άλλα Κρασοχώρια παρασκευαζόταν από χυμό ή έψημα σταφυλιού, αλεσμένο σιτάρι και αρωματικά φυτά. Μπορούσε να σερβιριστεί στο πρωινό, πάνω σε ψωμί, ανάμεσα στα γεύματα ή ως γλυκό. Συχνά οι οικογένειες τον πρόσφεραν και ως δώρο σε συγγενείς και φίλους.

Οι σταφίδες

Όταν τα σταφύλια αφήνονται να αποξηρανθούν, χάνουν μεγάλο μέρος από το νερό τους και γίνονται σταφίδες.

Μπορεί να μικραίνουν, αλλά η γεύση τους γίνεται πιο συμπυκνωμένη. Με την αποξήρανση, οι άνθρωποι μπορούσαν να διατηρούν ένα μέρος των σταφυλιών για πολύ περισσότερο χρόνο.

Λίγη γνώση

Τι είναι ο μούστος; Ο φρέσκος χυμός των πιεσμένων σταφυλιών.

Τι είναι το παράγωγο; Ένα νέο προϊόν που δημιουργείται από ένα αρχικό υλικό.

Ο παλουζές, ο σουτζιούκος και ο πολτός είναι παράγωγα του σταφυλιού.

Ποιο προϊόν μοιάζει με μαλακή κρέμα; Ο παλουζές.

Ποιο προϊόν έχει ξηρούς καρπούς περασμένους σε κλωστή; Ο σουτζιούκος.

Ποιο προϊόν αποξηραίνεται κομμένο σε κομμάτια; Τα κιοφτέρκα.

Ποιο προϊόν μοιάζει με μαρμελάδα; Ο πολτός σταφυλιού.

Τι γίνονται τα αποξηραμένα σταφύλια; Σταφίδες.

Η αποστολή του Κιου

Από τον καρπό στο προϊόν

Κοίταξε τις παρακάτω λέξεις:

Σταφύλι – μούστος – παλουζές – σουτζιούκος – κιοφτέρκα – πολτός – σταφίδες

Τώρα προσπάθησε να τις χωρίσεις σε δύο ομάδες:

1) Προϊόντα που φτιάχνονται από τον χυμό του σταφυλιού

2) Προϊόν που φτιάχνεται με την αποξήρανση ολόκληρου του καρπού

Στη συνέχεια, διάλεξε ένα από τα προϊόντα και ζωγράφισε πώς φαντάζεσαι ότι παρασκευάζεται.

Πείραμα παρατήρησης του Κιου

Παρατήρησε μαζί με τον/την εκπαιδευτικό σου:

- μια φρέσκια ρόγα σταφυλιού,
- μία σταφίδα.

Κοίταξε προσεκτικά το μέγεθος, το χρώμα, το σχήμα και την επιφάνειά τους.

Τι άλλαξε όταν το σταφύλι έχασε το νερό του;

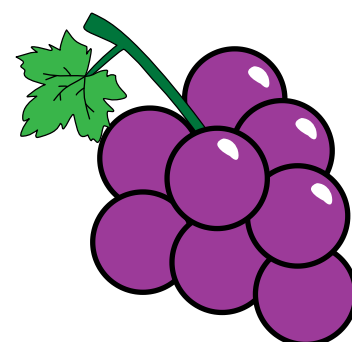
Δεν χρειάζεται να τα δοκιμάσεις. Η δραστηριότητα μπορεί να γίνει μόνο με παρατήρηση.

Τι μας μαθαίνουν τα παράγωγα του σταφυλιού;

Τα παράγωγα του σταφυλιού μάς μαθαίνουν πως οι άνθρωποι παρατηρούσαν τη φύση και έβρισκαν έξυπνους τρόπους να αξιοποιούν τους καρπούς της. Με υπομονή και γνώση μπορούσαν να μετατρέψουν έναν καρπό σε πολλές διαφορετικές τροφές και να τις διατηρούν για περισσότερο καιρό.

Μας θυμίζουν ακόμη ότι δεν πρέπει να σπαταλούμε όσα μας προσφέρει η γη.

Ένας καρπός, πολλές δημιουργίες και μια παράδοση γεμάτη γνώση.



Ενδημικό φυτό του μήνα
Ζουλατζιά ή Ζουλάτζιν
Επιστημονική ονομασία: Bosea cypria
Οικογένεια: Amaranthaceae / Αμαρανθίδες

Σήμερα θέλω να σου γνωρίσω ένα ξεχωριστό φυτό που φυτρώνει φυσικά μόνο στην Κύπρο. Το λένε **ζουλατζιά ή ζουλάτζιν**.

Η ζουλατζιά είναι ένας αειθαλής και πολύκλαδος θάμνος. Αυτό σημαίνει ότι διατηρεί τα φύλλα της όλο τον χρόνο και δημιουργεί πολλά κλαδιά που απλώνονται γύρω της.

Μπορείς να τη συναντήσεις σε βραχώδεις πλαγιές, κοντά σε πρανή και πέτρινους τοίχους, αλλά και σε άλλες περιοχές της κυπριακής υπαίθρου. Μερικές φορές μεγαλώνει μέσα από μικρές σχισμές των βράχων, εκεί όπου φαίνεται πως υπάρχει ελάχιστο χώμα.

Τα φύλλα της είναι πράσινα και τα άνθη της πολύ μικρά, γι' αυτό μπορεί να μην τα προσέξεις αμέσως. Αργότερα δημιουργεί μικρούς, στρογγυλούς καρπούς, οι οποίοι καθώς ωριμάζουν αποκτούν κοκκινωπό χρώμα.

Ξέρεις τι μου κάνει εντύπωση στη ζουλατζιά;

Μπορεί να μεγαλώνει σε δύσκολα σημεία και να συνεχίζει να ζει ακόμη κι όταν το έδαφος γύρω της είναι πετρώδες. Οι ρίζες της τη βοηθούν να στηρίζεται και να βρίσκει όσα χρειάζεται μέσα στο χώμα.

Η ζουλατζιά είναι ένα από τα σημαντικά ενδημικά φυτά της Κύπρου. Το γένος Bosea περιλαμβάνει μόνο τρία είδη σε ολόκληρο τον κόσμο, και ένα από αυτά είναι η δική μας κυπριακή ζουλατζιά.

Γιατί είναι σημαντική;

Η ζουλατζιά αποτελεί μέρος της φυσικής κληρονομιάς της Κύπρου.

Επειδή είναι ενδημική, αν εξαφανιστεί από το νησί μας, θα χαθεί από ολόκληρο τον κόσμο. Γι' αυτό δεν πρέπει να κόβουμε τα κλαδιά της, να μαζεύουμε τους καρπούς της ή να καταστρέφουμε τον τόπο όπου φυτρώνει.

Τι μας μαθαίνει;

Η ζουλατζιά μάς μαθαίνει ότι η ζωή μπορεί να ριζώσει ακόμη και στα πιο δύσκολα σημεία.

Μας θυμίζει ότι η πραγματική δύναμη δεν φαίνεται πάντοτε. Μπορεί να κρύβεται στις ρίζες, στην υπομονή και στην ικανότητα να συνεχίζουμε.

Μικρή αποστολή

Ανακαλύπτω τη δύναμη της ζουλατζιάς

Παρατήρησε μια φωτογραφία της και σκέψου:

- Πόσα κλαδιά μπορείς να διακρίνεις;
- Τι χρώμα έχουν τα φύλλα της;
- Πού φαίνεται να φυτρώνει;
- Τι τη βοηθά να αντέχει ανάμεσα στις πέτρες;

Ζωγράφισε τη ζουλατζιά να μεγαλώνει μέσα από έναν βράχο.

Γράψε μία πρόταση:

«Η ζουλατζιά είναι δυνατή γιατί...»



Το κυπριακό θουπί

Επιστημονική ονομασία: Otus cyprius

Οικογένεια: Strigidae / Γλαυκίδες

Γεια σου, μικρέ/ή μου φίλε/η!

Απόψε θέλω να σε πάρω σε μια διαφορετική εξερεύνηση. Δεν θα χρειαστούμε μόνο τα μάτια μας. Θα χρειαστούμε κυρίως τα αυτιά μας!

Άκου προσεκτικά...

Ίσως μέσα στη νύχτα ακούσεις δύο μικρά σφυρίγματα να επαναλαμβάνονται. Είναι πιθανό να είναι το **κυπριακό θουπί**, μια μικρή κουκουβάγια που ζει μόνο στην Κύπρο.

Το θουπί έχει μικρό σώμα, μεγάλο κεφάλι και μάτια που το βοηθούν να βλέπει όταν το φως είναι λιγοστό. Το φτέρωμά του έχει καφέ, γκρίζες και σκούρες αποχρώσεις, ώστε να μοιάζει με τον κορμό και τα κλαδιά των δέντρων.

Την ημέρα μένει συνήθως ακίνητο επάνω σε ένα δέντρο. Χάρη στα χρώματά του, μπορεί να κρύβεται τόσο καλά, ώστε να είναι δύσκολο να το παρατηρήσεις.

Το βράδυ, όμως, ξυπνά και αρχίζει να αναζητά την τροφή του. Τρέφεται κυρίως με έντομα και άλλα μικρά ζώα. Συνήθως το ακούμε πιο εύκολα από όσο το βλέπουμε.

Το θουπί φωλιάζει σε φυσικές κοιλότητες δέντρων, όπως σε πεύκα και ελιές, αλλά μπορεί να χρησιμοποιήσει και ειδικά ξύλινα κουτιά φωλιάσματος. Το χαρακτηριστικό του κάλεσμα αποτελείται από δύο νότες και το ξεχωρίζει από άλλα παρόμοια είδη κουκουβάγιας.

Ξέρεις ότι;

Το κυπριακό θουπί αναγνωρίζεται σήμερα ως ξεχωριστό ενδημικό είδος.

Αυτό σημαίνει ότι αναπαράγεται φυσικά μόνο στην Κύπρο και αποτελεί πολύτιμο κομμάτι της άγριας ζωής του νησιού μας.

Τι μας μαθαίνει;

Το θουπί μάς μαθαίνει να μη βασιζόμαστε μόνο σε όσα βλέπουμε.

Η φύση μάς μιλά και με ήχους. Όταν μένουμε ήσυχοι και ακούμε προσεκτικά, μπορούμε να ανακαλύψουμε έναν ολόκληρο κόσμο που κρύβεται γύρω μας.

Πώς το προστατεύουμε;

- Δεν πλησιάζουμε και δεν ενοχλούμε τις φωλιές του.
- Δεν κάνουμε δυνατούς θορύβους κοντά σε δέντρα όπου μπορεί να φωλιάζει.
- Δεν το ταΐζουμε και δεν προσπαθούμε να το αγγίξουμε.
- Προστατεύουμε τα παλιά δέντρα και τις φυσικές κοιλότητές τους.
- Παρατηρούμε ή ακούμε από απόσταση, πάντα μαζί με έναν ενήλικα.
-

Μικρή αποστολή του Κιου

Ο νυχτερινός εξερευνητής

Κλείσε για λίγο τα μάτια σου μέσα στην τάξη ή σε έναν ασφαλή υπαίθριο χώρο.

Μείνε ήσυχος/η και άκουσε προσεκτικά.

Πόσους διαφορετικούς ήχους μπορείς να ξεχωρίσεις;

Γράψε ή ζωγράφισε τρεις από αυτούς:

1. _____
2. _____
3. _____



Η φύση δεν μας μιλά μόνο με εικόνες· μας μιλά και με ήχους.

Βιωσιμότητα και προστασία του περιβάλλοντος

Όταν ο ήλιος, ο άνεμος και η γη βοηθούν το αμπέλι

Για να μεγαλώσουν τα σταφύλια και να λειτουργήσει ένας χώρος όπου επεξεργάζονται τους καρπούς, χρειάζεται ενέργεια.

Ενέργεια χρειάζονται οι αντλίες που μεταφέρουν το νερό, τα φώτα, τα ψυγεία, τα μηχανήματα και πολλά άλλα εργαλεία. Όμως από πού έρχεται αυτή η ενέργεια;

Για πολλά χρόνια, μεγάλο μέρος της ενέργειας στον κόσμο παραγόταν από ορυκτά καύσιμα, όπως το πετρέλαιο, το φυσικό αέριο και ο άνθρακας. Όταν τα καύσιμα αυτά χρησιμοποιούνται, απελευθερώνονται αέρια που ενισχύουν την κλιματική αλλαγή.

Σήμερα οι άνθρωποι αναζητούν καθαρότερους τρόπους παραγωγής ενέργειας. Χρησιμοποιούν τον ήλιο, τον άνεμο και τη θερμότητα της γης. Αυτές οι πηγές ονομάζονται **Ανανεώσιμες Πηγές Ενέργειας**, γιατί ανανεώνονται φυσικά και δεν εξαντλούνται με τον ίδιο τρόπο όπως τα ορυκτά καύσιμα.

Θέλεις να δούμε πώς μπορούν να βοηθήσουν έναν αμπελώνα;

Ηλιακή ενέργεια

Η Κύπρος έχει πολύ ήλιο.

Τα φωτοβολταϊκά πλαίσια συλλέγουν το φως του ήλιου και το μετατρέπουν σε ηλεκτρική ενέργεια. Μπορούν να τοποθετηθούν στις στέγες κτιρίων και να βοηθούν στη λειτουργία του φωτισμού, των ψυγείων, των μηχανημάτων ή των αντλιών άρδευσης.

Ένα σύστημα άρδευσης που λειτουργεί με ηλιακή ενέργεια μπορεί να αντλεί νερό χωρίς να χρησιμοποιεί πετρέλαιο. Χρειάζεται, όμως, σωστή διαχείριση, ώστε η καθαρή ενέργεια να μη μας οδηγήσει σε άσκοπη κατανάλωση νερού.

Αιολική ενέργεια

Όταν φυσά ο άνεμος, μπορεί να κινήσει τα μεγάλα πτερύγια μιας ανεμογεννήτριας.

Η ανεμογεννήτρια μετατρέπει την κίνηση του ανέμου σε ηλεκτρική ενέργεια. Σε περιοχές όπου φυσά αρκετά, αυτή η ενέργεια μπορεί να καλύψει μέρος των αναγκών μιας γεωργικής μονάδας.

Υπάρχουν επίσης ειδικοί ανεμομείκτες που χρησιμοποιούνται σε ορισμένους αμπελώνες για προστασία από τον παγετό. Δεν παράγουν ηλεκτρισμό. Ανακατεύουν τα στρώματα του αέρα και μπορούν, υπό συγκεκριμένες συνθήκες, να βοηθήσουν να αυξηθεί λίγο η θερμοκρασία κοντά στα φυτά.

Γεωθερμική ενέργεια

Κάτω από τα πόδια μας, η θερμοκρασία του εδάφους παραμένει πιο σταθερή από τη θερμοκρασία του αέρα.

Με ειδικά συστήματα που ονομάζονται γεωθερμικές αντλίες θερμότητας, αυτή η σταθερή θερμοκρασία μπορεί να χρησιμοποιηθεί για πιο αποδοτική θέρμανση και ψύξη κτιρίων.

Σε μια μονάδα επεξεργασίας σταφυλιών, ένα τέτοιο σύστημα θα μπορούσε να βοηθά στη διατήρηση κατάλληλων θερμοκρασιών, καταναλώνοντας λιγότερη ενέργεια από ορισμένα συνηθισμένα συστήματα.

Λίγη γνώση

Τι είναι ενέργεια; Η ικανότητα να προκαλείται κίνηση, θερμότητα, φως ή κάποια άλλη αλλαγή.

Τι είναι τα ορυκτά καύσιμα; Καύσιμα όπως το πετρέλαιο, το φυσικό αέριο και ο άνθρακας, τα οποία δημιουργήθηκαν μέσα στη Γη σε πολύ μεγάλο χρονικό διάστημα.

Τι είναι οι Ανανεώσιμες Πηγές Ενέργειας; Πηγές ενέργειας που ανανεώνονται φυσικά, όπως ο ήλιος, ο άνεμος και η θερμότητα της γης.

Τι κάνουν τα φωτοβολταϊκά; Μετατρέπουν την ηλιακή ακτινοβολία σε ηλεκτρική ενέργεια.

Τι κάνει μια ανεμογεννήτρια; Μετατρέπει την κίνηση του ανέμου σε ηλεκτρική ενέργεια.

Τι αξιοποιεί μια γεωθερμική αντλία θερμότητας; Τη σχετικά σταθερή θερμοκρασία του υπεδάφους για θέρμανση και ψύξη.

Η αποστολή του Κιου

Σχεδιάζω τον πράσινο αμπελώνα του μέλλοντος

Φαντάσου ότι είσαι ο/η υπεύθυνος/η ενός αμπελώνα.

Θέλεις να χρειάζεται λιγότερα ορυκτά καύσιμα και να αξιοποιεί καθαρότερη ενέργεια.

Ζωγράφισε τον αμπελώνα σου και πρόσθεσε:

- φωτοβολταϊκά στη στέγη,
- μια αντλία άρδευσης που λειτουργεί με ηλιακή ενέργεια,
- μια ανεμογεννήτρια σε κατάλληλο σημείο,
- δέντρα και φυτά γύρω από τον αμπελώνα,
- σωλήνες στάγδην άρδευσης,
- έναν χώρο όπου εξοικονομείται ενέργεια.

Ύστερα εξήγησε:

Ποια πηγή ενέργειας επέλεξες και γιατί;

Σκέψου σαν επιστήμονας – CER

Ερώτηση

Μπορούν οι Ανανεώσιμες Πηγές Ενέργειας να κάνουν έναν αμπελώνα πιο βιώσιμο;

Ισχυρισμός

Πιστεύω ότι _____.

Στοιχεία

Έμαθα ότι _____.

Συλλογισμός

Αυτό δείχνει ότι _____.

Τι μπορώ να κάνω εγώ;

Μπορεί να μην έχω αμπελώνα, μπορώ όμως να χρησιμοποιώ την ενέργεια με υπευθυνότητα:

- σβήνω το φως όταν δεν το χρειάζομαι,
- δεν αφήνω συσκευές ανοιχτές χωρίς λόγο,
- χρησιμοποιώ το φυσικό φως όταν είναι αρκετό,
- κλείνω πόρτες και παράθυρα όταν λειτουργεί κλιματισμός,
- μιλώ στην οικογένεια και στην τάξη μου για την καθαρή ενέργεια.

Τι μας μαθαίνει;

Η ενεργειακή μετάβαση μάς μαθαίνει ότι μπορούμε να καλλιεργούμε, να παράγουμε και να δημιουργούμε χρησιμοποιώντας την ενέργεια πιο υπεύθυνα.

Ο ήλιος, ο άνεμος και η γη δεν είναι μόνο στοιχεία της φύσης. Μπορούν να γίνουν σύμμαχοί μας, όταν τα αξιοποιούμε με γνώση, μέτρο και σεβασμό.

Μήνυμα του Κιου

Η καθαρότερη ενέργεια βοηθά τη γη να αναπνέει και το μέλλον να μεγαλώνει.

Η φράση που κρατώ

Από τον ήλιο, τον άνεμο και τη γη παίρνω ενέργεια χωρίς να ξεχνώ να τα προστατεύω.



Γνωρίζω τα μνημεία του τόπου μου

Η Μονή του Τιμίου Σταυρού στο Όμοδος

Σήμερα θέλω να σε πάρω μαζί μου στο Όμοδος, ένα από τα πιο γνωστά Κρασοχώρια της Λεμεσού.

Στο κέντρο του χωριού, δίπλα στη μεγάλη πλακόστρωτη πλατεία, βρίσκεται ένα σημαντικό θρησκευτικό και ιστορικό μνημείο: η Μονή του Τιμίου Σταυρού.

Μόλις την πλησιάσεις, θα δεις το πέτρινο κτίριο, τις καμάρες, τα ξύλινα παράθυρα και τη μεγάλη εσωτερική αυλή. Γύρω από την αυλή υπάρχουν παλιά δωμάτια και χώροι που κάποτε χρησιμοποιούσαν οι μοναχοί.

Η Μονή δεν είναι σημαντική μόνο για την ομορφιά της. Είναι συνδεδεμένη με την πίστη, την ιστορία και τη ζωή των κατοίκων του Ομόδους.

Σύμφωνα με την εκκλησιαστική παράδοση, η ιστορία της συνδέεται με την Αγία Ελένη. Στη Μονή φυλάσσονται σημαντικά θρησκευτικά κειμήλια, ανάμεσά τους τεμάχιο σχοινιού που, σύμφωνα με την παράδοση, χρησιμοποιήθηκε κατά τη Σταύρωση του Χριστού.

Μπαίνοντας στον ναό, μπορείς να παρατηρήσεις παλιές εικόνες, ξυλόγλυπτα και περίτεχνες ξύλινες οροφές. Κάθε μικρή λεπτομέρεια μάς δείχνει την τέχνη, την υπομονή και την πίστη των ανθρώπων που εργάστηκαν για να δημιουργήσουν και να διατηρήσουν αυτό το μνημείο.

Κάθε χρόνο, στις 14 Σεπτεμβρίου, η Εκκλησία γιορτάζει την Ύψωση του Τιμίου Σταυρού. Εκείνη την ημέρα, το Όμοδος υποδέχεται πολλούς προσκυνητές και επισκέπτες. Το χωριό γεμίζει κόσμο και το πανηγύρι ενώνει την πίστη με την παράδοση και την κοινότητα.

Ξέρεις τι μου έκανε μεγαλύτερη εντύπωση;

Η Μονή βρίσκεται ανάμεσα σε σπίτια, δρομάκια, εργαστήρια και αμπελώνες. Έτσι καταλαβαίνουμε ότι στα παλιά κυπριακά χωριά η πίστη, η εργασία, η γεωργία και η καθημερινή ζωή ήταν στενά δεμένες μεταξύ τους.

Η Μονή του Τιμίου Σταυρού δεν είναι απλώς ένα παλιό κτίριο. Είναι ένας τόπος μνήμης που συνεχίζει να ενώνει τους ανθρώπους.

Λίγη γνώση

Πού βρίσκεται; Στο κέντρο του χωριού Όμοδος, στην επαρχία Λεμεσού.

Σε ποια περιοχή ανήκει το Όμοδος; Στα Κρασοχώρια της Λεμεσού.

Σε ποιον είναι αφιερωμένη η Μονή; Στον Τίμιο Σταυρό.

Πότε γιορτάζει; Στις 14 Σεπτεμβρίου, ημέρα της Υψώσεως του Τιμίου Σταυρού.

Τι μπορεί να παρατηρήσει ένας επισκέπτης; Την πέτρινη αρχιτεκτονική, την εσωτερική αυλή, τις καμάρες, τις παλιές εικόνες, τα ξυλόγλυπτα και τις ξύλινες οροφές.

Τι είναι ένα κειμήλιο; Ένα αντικείμενο με ιδιαίτερη θρησκευτική, ιστορική ή συναισθηματική αξία, το οποίο διατηρείται με μεγάλη φροντίδα.

Τι είναι μνημείο; Ένα κτίριο, ένας χώρος ή ένα έργο που διατηρεί σημαντικές πληροφορίες και μνήμες από την ιστορία και τον πολιτισμό ενός τόπου.

Παρατήρησε σαν μικρός ερευνητής

Κοίταξε μια φωτογραφία της Μονής και προσπάθησε να εντοπίσεις:

- την πέτρα,
- τις καμάρες,
- τα ξύλινα παράθυρα,
- την αυλή,
- την είσοδο του ναού.

Ποιο υλικό βλέπεις περισσότερο;

Γιατί πιστεύεις ότι χρησιμοποιούσαν πέτρα για τα κτίρια των ορεινών χωριών;

Μικρή αποστολή του Κιου

Μια κάρτα από το Όμοδος

Φαντάσου ότι επισκέφθηκες τη Μονή του Τιμίου Σταυρού.

Σχεδίασε μια καρτ ποστάλ με:

- τη Μονή,
- την πλατεία του Ομόδους,
- τα πέτρινα σπίτια,
- έναν αμπελώνα στο βάθος.

Στο πίσω μέρος γράψε:

«Σήμερα επισκέφθηκα ένα μνημείο που μου έμαθε...»

Πώς προστατεύουμε ένα μνημείο;

- Δεν αγγίζουμε εικόνες, ξυλόγλυπτα ή παλιά αντικείμενα.
- Δεν γράφουμε πάνω σε τοίχους και πέτρες.
- Δεν αφήνουμε σκουπίδια.
- Μιλάμε ήρεμα και σεβόμαστε τον ιερό χαρακτήρα του χώρου.
- Ακολουθούμε τις οδηγίες των υπευθύνων.
- Φωτογραφίζουμε μόνο όπου επιτρέπεται.
- Μαθαίνουμε την ιστορία του και τη μοιραζόμαστε με σεβασμό.

Τι μας μαθαίνει;

Η Μονή του Τιμίου Σταυρού μάς μαθαίνει ότι τα μνημεία κρατούν ζωντανές τις ιστορίες, την πίστη και την τέχνη των ανθρώπων που έζησαν πριν από εμάς.

Όταν τα προστατεύουμε, δεν φροντίζουμε μόνο ένα παλιό κτίριο. Φροντίζουμε ένα μέρος της μνήμης και της ταυτότητας της Κύπρου.

Η φράση που κρατώ

Κάθε μνημείο είναι μια γέφυρα που ενώνει το παρελθόν με το μέλλον.



Επάγγελμα του μήνα

Ο αμπελουργός

Γεια σου, μικρέ/ή μου φίλε/η!

Έχεις αναρωτηθεί ποτέ ποιος φροντίζει το αμπέλι μέχρι να γεμίσει ώριμα σταφύλια;

Αυτός είναι ο αμπελουργός.

Ο αμπελουργός είναι ο άνθρωπος που καλλιεργεί και φροντίζει τα αμπέλια. Η δουλειά του δεν αρχίζει μόνο όταν έρθει ο τρύγος. Ξεκινά πολλούς μήνες νωρίτερα και συνεχίζεται σχεδόν ολόκληρο τον χρόνο.

Τον χειμώνα κλαδεύει τα αμπέλια και αφαιρεί τα κλαδιά που δεν χρειάζονται. Την άνοιξη παρατηρεί τους νέους βλαστούς και ελέγχει αν τα φυτά μεγαλώνουν σωστά. Το καλοκαίρι φροντίζει το έδαφος, το νερό και την υγεία των φυτών. Όταν τα σταφύλια ωριμάσουν, οργανώνει τον τρύγο και βοηθά να μαζευτούν τα τσαμπιά με προσοχή.

Ο αμπελουργός πρέπει να παρατηρεί καθημερινά τη φύση. Κοιτάζει τον ουρανό, το χώμα, τα φύλλα και τους καρπούς.

Προσέχει αν το φυτό έχει αρκετό νερό, αν εμφανίστηκαν έντομα ή ασθένειες και αν τα σταφύλια είναι έτοιμα για συγκομιδή.

Δεν εργάζεται μόνος του. Συνεργάζεται με εργάτες, γεωπόνους και άλλους ανθρώπους που γνωρίζουν καλά τη γη και τα φυτά.

Ξέρεις τι μου αρέσει περισσότερο σε αυτό το επάγγελμα;

Ο αμπελουργός δεν μπορεί να βιαστεί. Πρέπει να περιμένει, να παρατηρεί και να φροντίζει. Ξέρει ότι κάθε καρπός χρειάζεται χρόνο.

Λίγη γνώση

Τι καλλιεργεί; Αμπέλια.

Πού εργάζεται; Σε αμπελώνες, συχνά σε πεδινές ή ορεινές γεωργικές περιοχές.

Τι είναι ο αμπελώνας; Μια έκταση γης όπου καλλιεργούνται πολλά αμπέλια.

Τι κάνει τον χειμώνα; Κλαδεύει τα αμπέλια και τα προετοιμάζει για τη νέα βλάστηση.

Τι κάνει την άνοιξη; Παρακολουθεί την ανάπτυξη των βλαστών, των φύλλων και των ανθών.

Τι κάνει το καλοκαίρι; Φροντίζει το νερό, το έδαφος και την υγεία των φυτών.

Τι κάνει το φθινόπωρο; Ελέγχει την ωρίμανση των σταφυλιών και οργανώνει τον τρύγο.

Ποια εργαλεία χρησιμοποιεί; Ψαλίδι κλαδέματος, καλάθια, γάντια, γεωργικά εργαλεία και σύγχρονα συστήματα άρδευσης.

Με ποιους συνεργάζεται; Με γεωπόνους, εργάτες γης, τεχνικούς άρδευσης και άλλους επαγγελματίες.

Τι χρειάζεται ένας καλός αμπελουργός;

- υπομονή,
- παρατηρητικότητα,
- υπευθυνότητα,
- γνώση των φυτών,
- αγάπη για τη γη,
- συνεργασία,
- σεβασμό στο νερό και στο περιβάλλον.



Μικρή αποστολή του Κιου

Γίνομαι αμπελουργός για μία ημέρα

Φαντάσου ότι έχεις τον δικό σου μικρό αμπελώνα.

Παρατήρησε τις εικόνες ή τις λέξεις και βάλε τις εργασίες στη σωστή σειρά:

κλάδεμα – άνθηση – ανάπτυξη σταφυλιών – ωρίμανση – τρύγος

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

Ύστερα ζωγράφισε τον εαυτό σου να φροντίζει ένα αμπέλι.

Σκέψου και απάντησε

Τι θα παρατηρούσες πρώτα σε ένα αμπέλι;

Γιατί ο αμπελουργός χρειάζεται υπομονή;

Πώς μπορεί να προστατεύει το νερό και το έδαφος;

Συνέντευξη με έναν αμπελουργό

Μαζί με την τάξη σου, ετοιμάστε ερωτήσεις που θα θέλατε να κάνετε σε έναν αμπελουργό:

- Πότε αρχίζετε να φροντίζετε το αμπέλι;
- Πώς καταλαβαίνετε ότι τα σταφύλια είναι ώριμα;
- Ποια είναι η δυσκολότερη εργασία;
- Πώς προστατεύετε τα φυτά;
- Τι σας αρέσει περισσότερο στη δουλειά σας;

Πώς προστατεύει το περιβάλλον;

Ένας υπεύθυνος αμπελουργός:

- χρησιμοποιεί το νερό με μέτρο,
- προστατεύει το έδαφος από τη διάβρωση,
- παρακολουθεί τα φυτά πριν χρησιμοποιήσει οποιοδήποτε προϊόν προστασίας,
- φροντίζει τη βιοποικιλότητα γύρω από τον αμπελώνα,
- αξιοποιεί καθαρότερες μορφές ενέργειας όπου είναι δυνατό,
- αποφεύγει τη σπατάλη καρπών και υλικών.

Τι μας μαθαίνει;

Ο αμπελουργός μάς μαθαίνει ότι τίποτα σημαντικό δεν δημιουργείται σε μία ημέρα.

Κάθε τσαμπί σταφύλι κρύβει μήνες φροντίδας, γνώσης, συνεργασίας και υπομονής.

Μας θυμίζει ακόμη ότι ο άνθρωπος μπορεί να παίρνει καρπούς από τη γη, αρκεί να τη φροντίζει και να τη σέβεται.

Η φράση που κρατώ

Ο αμπελουργός δεν περιμένει απλώς τον καρπό· τον φροντίζει σε κάθε στάδιο της ζωής του.

Μικρό Εργαστήριο Φυσικών Επιστημών

Τα σταφύλια που βυθίζονται, επιπλέουν και... χορεύουν!

Γεια σου, μικρέ/ή μου επιστήμονα!

Σήμερα θα πειραματιστούμε με ένα μικρό σταφύλι και θα προσπαθήσουμε να απαντήσουμε σε δύο ερωτήματα:

Γιατί ένα σταφύλι άλλοτε βυθίζεται και άλλοτε επιπλέει;

Μπορούν οι φυσαλίδες να το κάνουν να “χορεύει”;

Πριν ξεκινήσουμε, θυμήσου: ένας επιστήμονας δεν κοιτάζει απλώς τι συμβαίνει. Παρατηρεί, προβλέπει, συγκρίνει και εξηγεί.

Πείραμα 1

Το σταφύλι που χορεύει

Το ερώτημά μας: Μπορούν οι φυσαλίδες ενός αερίου να σηκώσουν ένα σταφύλι;

Η πρόβλεψή μου! Πριν κάνεις το πείραμα, κύκλωσε αυτό που πιστεύεις:

Το σταφύλι θα: βυθιστεί – επιπλεύσει – ανεβοκατεβαίνει

Υλικά

- ένα ψηλό, διαφανές ποτήρι ή δοχείο
- νερό
- 1–2 κουταλάκια μαγειρική σόδα
- λίγο λευκό ξίδι
- μερικές σταφίδες ή μικρές ρόγες σταφυλιού
- ένα κουταλάκι

Για πιο εντυπωσιακό αποτέλεσμα προτίμησε σταφίδες, επειδή είναι μικρές και η τραχιά επιφάνειά τους βοηθά τις φυσαλίδες να κολλήσουν επάνω τους.

Βήματα

1. Γέμισε το ποτήρι περίπου μέχρι τη μέση με νερό.
2. Πρόσθεσε τη μαγειρική σόδα.
3. Ανακάτεψε απαλά μέχρι να διαλυθεί.
4. Ρίξε μέσα λίγες σταφίδες ή μικρές ρόγες σταφυλιού.
5. Παρατήρησε πού πηγαίνουν.
6. Ο/Η εκπαιδευτικός προσθέτει προσεκτικά λίγο ξίδι.
7. Κοίταξε προσεκτικά τι συμβαίνει γύρω από τις σταφίδες.

Τι παρατηρώ;

- Δημιουργούνται φυσαλίδες;
- Πού κολλούν;
- Οι σταφίδες ανεβαίνουν;
- Τι συμβαίνει όταν φτάσουν στην επιφάνεια;
- Ξαναβυθίζονται;

Γράψε ή ζωγράφισε την παρατήρησή σου.

Τι συμβαίνει επιστημονικά;

Όταν το ξίδι συναντά τη μαγειρική σόδα, γίνεται μια χημική αντίδραση.

Κατά την αντίδραση παράγεται ένα αέριο που ονομάζεται διοξείδιο του άνθρακα. Οι μικρές φυσαλίδες του αερίου κολλούν πάνω στη σταφίδα.

Οι φυσαλίδες λειτουργούν σαν μικροσκοπικά σωσίβια. Μαζί με τη σταφίδα καταλαμβάνουν περισσότερο χώρο, χωρίς να αυξάνεται πολύ η συνολική μάζα τους. Έτσι το σύνολο γίνεται λιγότερο πυκνό και η δύναμη της άνωσης το σπρώχνει προς τα πάνω.

Όταν η σταφίδα φτάσει στην επιφάνεια, αρκετές φυσαλίδες σκάνε και το αέριο φεύγει στον αέρα. Χωρίς τα μικρά της «σωσίβια», η σταφίδα γίνεται ξανά πυκνότερη από το υγρό και βυθίζεται.

Ύστερα νέες φυσαλίδες κολλούν επάνω της και η κίνηση επαναλαμβάνεται.

Έτσι φαίνεται σαν να χορεύει!

Λίγη γνώση

Χημική αντίδραση: Μια διαδικασία κατά την οποία κάποιες ουσίες μετατρέπονται σε νέες ουσίες.

Διοξείδιο του άνθρακα: Ένα αέριο που σχηματίζει τις φυσαλίδες του πειράματος.

Άνωση: Η δύναμη με την οποία ένα υγρό σπρώχνει ένα αντικείμενο προς τα πάνω.

Πυκνότητα: Μας δείχνει πόση ύλη υπάρχει μέσα σε έναν συγκεκριμένο χώρο.

Πείραμα 2

Το σταφύλι στο γλυκό... όχι! Στο αλμυρό νερό

Το ερώτημά μας: Θα συμπεριφερθεί το ίδιο ένα σταφύλι στο απλό νερό και στο αλατόνερο;

Η πρόβλεψή μου!

Στο απλό νερό πιστεύω ότι το σταφύλι θα: βυθιστεί – επιπλεύσει

Στο αλατόνερο πιστεύω ότι το σταφύλι θα: βυθιστεί – επιπλεύσει

Υλικά

- δύο ίδια διαφανή ποτήρια
- νερό
- αρκετό αλάτι
- ένα κουτάλι
- δύο παρόμοιες ρόγες σταφυλιού
- δύο μικρές ετικέτες: «Νερό» και «Αλατόνερο»

Βήματα

- 1.Γέμισε και τα δύο ποτήρια με την ίδια ποσότητα νερού.
- 2.Στο πρώτο ποτήρι μην προσθέσεις τίποτα.
- 3.Στο δεύτερο ποτήρι πρόσθεσε σταδιακά αλάτι και ανακάτεψε καλά.
- 4.Συνέχισε μέχρι το νερό να γίνει αρκετά αλμυρό.
- 5.Ρίξε ταυτόχρονα μία ρόγα σταφυλιού σε κάθε ποτήρι.
- 6.Σύγκρινε τι συμβαίνει.
- 7.

Πίνακας παρατήρησης

Ποτήρι	Τι πρόσθεσα;	Τι έκανε το σταφύλι;
1 Απλό νερό		
2 Νερό και αλάτι		

Τι συμβαίνει επιστημονικά;

Στο απλό νερό, το φρέσκο σταφύλι συνήθως βυθίζεται, επειδή είναι πυκνότερο από το νερό.

Όταν προσθέτουμε αλάτι, αυξάνουμε τη μάζα του νερού χωρίς να αυξάνεται πολύ ο όγκος του. Έτσι το αλατόνερο γίνεται πυκνότερο.

Όσο αυξάνεται η πυκνότητα του υγρού, τόσο μεγαλύτερη μπορεί να γίνει η δύναμη της άνωσης που ασκείται στο σταφύλι.

Όταν το αλατόνερο γίνει αρκετά πυκνό, το σταφύλι μπορεί να επιπλεύσει.

Θυμήσου

Δεν είναι το αλάτι που «σπρώχνει» μόνο του το σταφύλι προς τα πάνω.

Το αλάτι κάνει το νερό πυκνότερο. Έτσι το υγρό μπορεί να ασκήσει αρκετή άνωση ώστε να συγκρατήσει το σταφύλι ψηλότερα.

Συγκρίνω τα δύο πειράματα

Στο πρώτο πείραμα, τι βοήθησε τη σταφίδα να ανέβει;

Στο δεύτερο πείραμα, τι άλλαξε μέσα στο νερό;

Ποια έννοια εμφανίζεται και στα δύο πειράματα;

Σκέψου σαν επιστήμονας – CER

Ερώτημα 1

Οι φυσαλίδες μπορούν να βοηθήσουν μια σταφίδα να ανέβει στην επιφάνεια;

Ισχυρισμός – Claim

Πιστεύω ότι _____.

Στοιχεία – Evidence

Παρατήρησα ότι _____.

Συλλογισμός – Reasoning

Οι φυσαλίδες _____,
επομένως _____.

Ερώτημα 2

Η προσθήκη αλατιού αλλάζει το αν ένα σταφύλι βυθίζεται ή επιπλέει;

Ισχυρισμός – Claim

Πιστεύω ότι _____.

Στοιχεία – Evidence

Στο απλό νερό το σταφύλι _____, ενώ στο αλατόνερο _____.

Συλλογισμός – Reasoning

Το αλάτι έκανε το νερό _____, γι' αυτό _____.

Μικρή πρόκληση του Κιου

Πόσο αλάτι χρειάζεται;

Βάλε ένα σταφύλι σε ένα ποτήρι με νερό.

Πρόσθεσε το αλάτι ένα κουταλάκι κάθε φορά και ανακάτεψε καλά.

Κατέγραψε πόσα κουταλάκια χρειάστηκαν μέχρι το σταφύλι:

- να αρχίσει να σηκώνεται,
- να αιωρείται στη μέση,
- να φτάσει κοντά στην επιφάνεια.

Κουταλάκια αλατιού

Τι έκανε το σταφύλι;

- 0 _____
- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____
- 4 _____

Έτσι δεν παρατηρείς μόνο το αποτέλεσμα. Εξετάζεις πώς αλλάζει σταδιακά.

Κανόνες ασφάλειας

- Τα πειράματα γίνονται μόνο με την επίβλεψη εκπαιδευτικού.
- Δεν πίνουμε και δεν δοκιμάζουμε κανένα από τα υγρά.
- Προσθέτουμε το ξίδι αργά, επειδή το μείγμα μπορεί να αφρίσει.
- Δεν γεμίζουμε το ποτήρι μέχρι επάνω.
- Προσέχουμε ώστε το υγρό να μην έρθει σε επαφή με τα μάτια.
- Δεν χρησιμοποιούμε τα σταφύλια ή τις σταφίδες ως τροφή μετά το πείραμα.
- Καθαρίζουμε τον χώρο και πλένουμε καλά τα χέρια μας.
- Λαμβάνονται υπόψη τυχόν αλλεργίες ή ευαισθησίες των παιδιών.

Τι μας μαθαίνουν τα δύο πειράματα

Ένα αντικείμενο δεν βυθίζεται ή επιπλέει μόνο επειδή είναι «βαρύ» ή «ελαφρύ».

Η συμπεριφορά του εξαρτάται από: την πυκνότητα του αντικειμένου, την πυκνότητα του υγρού και τη δύναμη της άνωσης.

Στο πρώτο πείραμα οι φυσαλίδες βοήθησαν τη σταφίδα να γίνει συνολικά λιγότερο πυκνή.

Στο δεύτερο πείραμα το αλάτι έκανε το νερό πυκνότερο.

Μήνυμα του Κιου

Ο μικρός επιστήμονας δεν λέει μόνο “τι ωραίο!”. Ρωτά: “Γιατί συνέβη αυτό;”

Η φράση που κρατώ

Παρατηρώ, συγκρίνω, εξηγώ — και η επιστήμη ζωντανεύει μπροστά μου!

Παράθυρο στην Παράδοση

Ο τρύγος – Όταν ολόκληρο το χωριό γινόταν μια ομάδα

Έχεις φανταστεί ποτέ ένα ολόκληρο χωριό να ξυπνά πριν ακόμη ζεστάνει ο ήλιος, για να ξεκινήσει μια μεγάλη κοινή εργασία; Στα αμπελουργικά χωριά της Κύπρου, ο Σεπτέμβριος ήταν ο μήνας του τρύγου. Τα σταφύλια είχαν ωριμάσει και οι άνθρωποι έπρεπε να τα μαζέψουν την κατάλληλη στιγμή.

Από νωρίς το πρωί, οικογένειες, συγγενείς και γείτονες ξεκινούσαν για τους αμπελώνες. Άλλοι έκοβαν τα ώριμα τσαμπιά, άλλοι κρατούσαν τα καλάθια και άλλοι βοηθούσαν στη μεταφορά της σοδειάς.

Η εργασία ήταν κουραστική. Όταν όμως γινόταν από πολλούς ανθρώπους μαζί, προχωρούσε πιο γρήγορα και γινόταν πιο ευχάριστη.

Ο τρύγος δεν ήταν μόνο η συλλογή των σταφυλιών. Ήταν μια εποχή: συνεργασίας, συνάντησης, φιλοξενίας, τραγουδιού, χαράς, ευγνωμοσύνης για τον καρπό της χρονιάς.

Οι μεγαλύτεροι έδειχναν στους νεότερους πώς να κρατούν προσεκτικά το τσαμπί, πώς να ξεχωρίζουν τον ώριμο καρπό και πώς να μεταφέρουν τα σταφύλια χωρίς να τα καταστρέφουν.

Έτσι, η γνώση δεν έμενε γραμμένη μόνο σε βιβλία. Περνούσε από άνθρωπο σε άνθρωπο, μέσα από την εργασία και τη ζωή.

Από τον αμπελώνα στο πατητήρι

Όταν τελείωνε η συγκομιδή, τα σταφύλια μεταφέρονταν στα πατητήρια.

Εκεί άρχιζε το επόμενο στάδιο της δουλειάς. Παλιότερα, σε αρκετές περιοχές, οι άνθρωποι πατούσαν τα σταφύλια με καθαρά πόδια μέσα σε ειδικά διαμορφωμένο χώρο, για να βγει ο χυμός τους.

Δεν χρειάζεται εδώ να ξαναθυμηθούμε όλα τα προϊόντα που έφτιαχναν από τον μούστο — τα γνωρίσαμε ήδη!

Αυτό που θέλω να κρατήσεις είναι πως κάθε προϊόν έκρυβε πίσω του:

- τη φροντίδα του αμπελουργού,
- τη συνεργασία της οικογένειας,
- τη γνώση των μεγαλύτερων,
- την υπομονή της παρασκευής,
- και την επιθυμία να αξιοποιηθεί ο καρπός της γης.

Η ώρα της ξεκούρασης και της χαράς

Μετά από πολλές ώρες εργασίας, οι άνθρωποι ξεκουράζονταν μαζί.

Μοιράζονταν φαγητό, συζητούσαν, τραγουδούσαν και θυμούνταν παλιές ιστορίες. Σε αρκετές κοινότητες η περίοδος του τρύγου συνδεόταν με πανηγύρια και γιορτές του σταφυλιού.

Έτσι, η εργασία γινόταν μέρος της κοινωνικής ζωής.

Ο τρύγος ένωνε τους ανθρώπους, επειδή κανείς δεν μπορούσε εύκολα να ολοκληρώσει μόνος του μια τόσο μεγάλη δουλειά.

Μια παράδοση που συνεχίζει να ζει

Σήμερα ο τρόπος καλλιέργειας και συγκομιδής έχει αλλάξει. Χρησιμοποιούνται σύγχρονα εργαλεία, μηχανήματα και διαφορετικές μέθοδοι μεταφοράς και επεξεργασίας.

Όμως πολλά χωριά εξακολουθούν να οργανώνουν γιορτές και εκδηλώσεις που θυμίζουν στους ανθρώπους την αμπελουργική τους ιστορία.

Η παράδοση δεν σημαίνει ότι κάνουμε τα πάντα ακριβώς όπως παλιά.

Σημαίνει ότι:

- γνωρίζουμε από πού ξεκινήσαμε,
- σεβόμαστε τη γνώση των προηγούμενων γενεών,
- κρατούμε όσα έχουν αξία,
- και τα μεταφέρουμε με ασφάλεια και υπευθυνότητα στο μέλλον.

Γιορτή του Κρασιού της Λεμεσού

Από την εργασία της γης στη γιορτή της πόλης

Η σχέση της Λεμεσού με το αμπέλι και τα Κρασοχώρια είναι τόσο μεγάλη, ώστε η πόλη απέκτησε τη δική της γιορτή: τη Γιορτή του Κρασιού.

Η πρώτη Γιορτή του Κρασιού πραγματοποιήθηκε το 1961 στον Δημόσιο Κήπο της Λεμεσού και εξελίχθηκε σε έναν από τους γνωστότερους πολιτιστικούς θεσμούς της πόλης.

Η γιορτή δημιουργήθηκε για να τιμήσει:

- την καλλιέργεια του αμπελιού,
- τους ανθρώπους που εργάζονταν στους αμπελώνες,
- την ιστορία των Κρασοχωριών,
- τα κυπριακά τραγούδια και τους χορούς,
- τα παραδοσιακά επαγγέλματα,
- τη φιλοξενία και τη συλλογική χαρά.

Για εσένα, ως παιδί, η αξία της Γιορτής βρίσκεται κυρίως στην ευκαιρία να γνωρίσεις την παράδοση της αμπελουργίας, τη μουσική, τις φορεσιές, τις χειροτεχνίες και τις ιστορίες των ανθρώπων της υπαίθρου.

Δεν αφορά την κατανάλωση αλκοολούχων ποτών από παιδιά. Αφορά τη γνωριμία με ένα σημαντικό κομμάτι της πολιτιστικής ιστορίας της Λεμεσού και της Κύπρου.

Μέσα από παραστάσεις, χορούς, τραγούδια και αναπαραστάσεις παλιών εργασιών, η πόλη θυμάται πως πίσω από κάθε γιορτή υπήρξαν πρώτα η γη, η εργασία και η συνεργασία.

Λίγη γνώση

Τι ήταν ο τρύγος; Η περίοδος κατά την οποία οι άνθρωποι συγκέντρωναν τα ώριμα σταφύλια.

Γιατί εργαζόταν μαζί όλη η κοινότητα; Επειδή η συγκομιδή έπρεπε να γίνει την κατάλληλη στιγμή και απαιτούσε πολλά χέρια.

Πώς περνούσε η γνώση στους νεότερους; Οι νεότεροι παρατηρούσαν, βοηθούσαν και μάθαιναν από τους μεγαλύτερους.

Γιατί ο τρύγος γινόταν γιορτή; Επειδή ολοκλήρωνε έναν μεγάλο κύκλο εργασίας και έφερνε κοντά οικογένειες και γείτονες.

Πότε έγινε για πρώτη φορά η Γιορτή του Κρασιού της Λεμεσού; Το 1961.

Τι τιμά η Γιορτή; Την αμπελουργική ζωή, την εργασία της γης, τη μουσική, τον χορό και την πολιτιστική παράδοση της Λεμεσού.

Μικρή αποστολή του Κιου

Το τσαμπί της συνεργασίας

Σχεδίασε ένα μεγάλο τσαμπί σταφύλι.

Σε κάθε ρόγα γράψε μία λέξη που ήταν απαραίτητη για τον τρύγο: συνεργασία, υπομονή, φροντίδα, βοήθεια, γνώση, χαρά, ευγνωμοσύνη.

Πρόσθεσε και μία δική σου λέξη:

Τώρα σκέψου:

Ποια από αυτές τις αξίες χρειάζεται και η δική σου τάξη για να λειτουργεί σαν ομάδα;

Μικρή έρευνα προφορικής ιστορίας

Μια ανάμνηση από τον τρύγο

Ρώτησε έναν μεγαλύτερο μόνο δύο ερωτήσεις:

1. Ποια ανάμνηση κρατάς από τον τρύγο ή από μια γιορτή του σταφυλιού;
2. Τι έκαναν οι άνθρωποι μαζί που σήμερα γίνεται διαφορετικά;

Γράψε την πιο όμορφη φράση που άκουσες: _____

Με αυτόν τον τρόπο, η δραστηριότητα δεν επαναλαμβάνει τις πληροφορίες για τα προϊόντα. Συλλέγει μνήμη, συναίσθημα και εμπειρία.

Τι μας μαθαίνει; Η παράδοση του τρύγου μάς μαθαίνει ότι η μεγάλη προσπάθεια γίνεται ευκολότερη όταν οι άνθρωποι συνεργάζονται. Μας δείχνει ακόμη ότι οι γιορτές ενός τόπου δεν γεννιούνται χωρίς λόγο. Πίσω τους υπάρχουν εργασία, γνώση, μνήμες και άνθρωποι που μοιράστηκαν τη ζωή τους. Η Γιορτή του Κρασιού κρατά ζωντανή τη σύνδεση της Λεμεσού με το αμπέλι και τα Κρασοχώρια και μας θυμίζει να τιμούμε τους ανθρώπους της γης.

Η φράση που κρατώ

Ο τρύγος μάζευε τα σταφύλια· η παράδοση έφερνε κοντά τους ανθρώπους.



ΣΥΝΤΑΓΕΣ

Ππαλουζές

Η γλυκιά κρέμα του τρύγου

Τον Σεπτέμβριο, όταν τα σταφύλια ωριμάζουν και αρχίζει ο τρύγος, οι οικογένειες της κυπριακής υπαίθρου ετοιμάζουν ένα από τα πιο αγαπημένα παραδοσιακά γλυκίσματα του τόπου μας: τον **ππαλουζέ**.

Βασικό του υλικό είναι ο μούστος, ο φρέσκος χυμός των σταφυλιών. Αφού καθαριστεί και αρωματιστεί, ζεσταίνεται μαζί με αλεύρι και ανακατεύεται προσεκτικά, μέχρι να γίνει μια απαλή και μυρωδάτη κρέμα.

Σε ορισμένες περιοχές προσθέτουν κιούλι, βασιλικό ή ροδόσταγμα, ενώ στο τέλος μπορεί να βάλουν καβουρδισμένο σουσάμι, αμύγδαλα ή καρύδια. Κάθε οικογένεια έχει συχνά τη δική της μικρή παραλλαγή, που περνά από τη μια γενιά στην άλλη.

Ο ππαλουζές δεν είναι απλώς ένα γλυκό. Είναι μια γεύση δεμένη με τον τρύγο, τα μεγάλα χαρτζιά, τη συνεργασία και τις αναμνήσεις των κυπριακών χωριών.



Τρεμιθόπιττα

Η πίτα με τα αρωματικά τρεμίθκια

Έχεις ακούσει ποτέ για την τρεμιθόπιττα;

Είναι μια παραδοσιακή κυπριακή πίτα που παρασκευάζεται με τους καρπούς της τρεμιθκιάς, τα τρεμίθκια. Η τρεμιθκιά είναι αυτοφυές δέντρο της κυπριακής υπαίθρου και οι μικροί καρποί της έχουν έντονη, ξεχωριστή γεύση και άρωμα.



Για την παρασκευή της πίτας, ετοιμάζεται απλή ζύμη από αλεύρι, νερό, μαγιά ή προζύμι και λίγο αλάτι. Τα τρεμίθκια καθαρίζονται και προστίθενται στη ζύμη, άλλοτε ολόκληρα και άλλοτε ελαφρά κοπανισμένα, ανάλογα με την οικογενειακή ή τοπική συνήθεια.

Η ζύμη πλάθεται σε πίτες και ψήνεται μέχρι να αποκτήσει χρυσαφένια όψη. Καθώς ψήνεται, το άρωμα των τρεμιθκιών απλώνεται μέσα στο ψωμί και του δίνει τον ιδιαίτερο κυπριακό του χαρακτήρα.

Η τρεμιθόπιττα μάς θυμίζει ότι οι άνθρωποι παλιότερα γνώριζαν πολύ καλά τα φυτά και τους καρπούς της περιοχής τους. Αξιοποιούσαν όσα τους πρόσφερε η φύση και δημιουργούσαν απλά, θρεπτικά και μυρωδάτα παρασκευάσματα.

Κουτί γνώσης

Η τρεμιθικιά – Το δέντρο με τους μικρούς αρωματικούς καρπούς

Γεια σου, μικρέ/ή μου φίλε/η!

Η τρεμιθικιά, που στην Κύπρο μπορεί να την ακούσεις και ως τριμιθικιά, είναι ένα αυτοφυές φυτό της κυπριακής υπαίθρου. Ανήκει στην ίδια μεγάλη οικογένεια με τη φιστικιά και μπορεί να μεγαλώσει ως θάμνος ή δέντρο, ανάλογα με το είδος.

Οι μικροί καρποί της ονομάζονται τρεμίθκια. Στην αρχή είναι πράσινοι και καθώς ωριμάζουν αλλάζουν χρώμα. Έχουν έντονο άρωμα και ξεχωριστή γεύση, γι' αυτό οι άνθρωποι της Κύπρου έμαθαν από παλιά να τους αξιοποιούν σε παραδοσιακές παρασκευές, όπως η τρεμιθόπιττα.

Η τρεμιθικιά αντέχει στη ζέστη και στις ξηρές συνθήκες του τόπου μας. Με τις ρίζες της συγκρατεί το χώμα, ενώ τα κλαδιά και οι καρποί της προσφέρουν τροφή και καταφύγιο σε μικρά ζώα και πουλιά.

Η τρεμιθικιά δεν είναι ενδημικό φυτό, γιατί δεν φυτρώνει μόνο στην Κύπρο. Είναι όμως **αυτοφυές και στενά συνδεδεμένο με τη φύση, τη γλώσσα και την παράδοση του νησιού μας.**

Το ήξερες;

Από την τρεμιθικιά πήραν το όνομά τους διάφορες περιοχές και χωριά της Κύπρου. Αυτό μας δείχνει πόσο γνώριμο και σημαντικό ήταν το φυτό στη ζωή των ανθρώπων.

Τι μας μαθαίνει;

Η τρεμιθικιά μάς θυμίζει ότι ακόμη και ένας μικρός καρπός μπορεί να συνδέει τη φύση με τη γεύση, την ιστορία και την παράδοση ενός τόπου.

Η φράση που κρατώ:

Μικρός καρπός, δυνατό άρωμα και μεγάλη κυπριακή ιστορία.



Επιστρέφω στο σχολείο

Ο δικός μου νέος σπόρος

Γεια σου, μικρέ/ή μου φίλε/η!

Ο Σεπτέμβριος φέρνει μια καινούργια σχολική χρονιά. Νέα βιβλία, νέες εμπειρίες, νέες φιλίες και πολλές ευκαιρίες για να μάθεις και να μεγαλώσεις.

Θυμάσαι τι κρύβει μέσα του ένας μικρός σπόρος;

Κρύβει μια ολόκληρη αρχή.

Έτσι κι εσύ μπορείς να διαλέξεις έναν μικρό στόχο και να τον φροντίζεις κάθε μέρα. Δεν χρειάζεται να είναι μεγάλος ή δύσκολος. Αρκεί να είναι σημαντικός για εσένα.

Ρώτησε τον εαυτό σου:

Τι θέλω να καλλιεργήσω μέσα μου αυτή τη χρονιά;

Ποια μικρή αλλαγή θα με βοηθήσει να γίνω καλύτερος/η;

Ποιο είναι το πρώτο βήμα που μπορώ να κάνω;

Ίσως ο δικός σου νέος σπόρος να είναι:

- να ακούς τους άλλους με περισσότερη προσοχή,
- να προσπαθείς χωρίς να φοβάσαι το λάθος,
- να βοηθάς περισσότερο την ομάδα σου,
- να φροντίζεις καλύτερα τα φυτά,
- να χρησιμοποιείς λιγότερο πλαστικό,
- να μαθαίνεις κάθε μήνα κάτι νέο για την Κύπρο,
- να μιλάς στον εαυτό σου με περισσότερη καλοσύνη.

Η δική μου υπόσχεση

Γράψε τον στόχο σου μέσα σε έναν χάρτινο σπόρο ή σε μία χάρτινη ρόγα σταφυλιού:

Αυτή τη σχολική χρονιά θέλω να...

Το πρώτο μικρό βήμα που θα κάνω είναι:

Ποιος ή ποια μπορεί να με βοηθήσει;

Μήνυμα του Κιου

Ένας στόχος δεν μεγαλώνει μόνο επειδή τον σκεφτήκαμε.

Μεγαλώνει όταν τον φροντίζουμε με μικρές πράξεις κάθε μέρα.

Μεγάλη ομαδική δραστηριότητα

Το αμπέλι της τάξης μας

Μία ρόγα μπορεί να είναι μικρή. Όταν όμως ενωθεί με πολλές άλλες, δημιουργείται ένα ολόκληρο τσαμπί.

Έτσι συμβαίνει και με την τάξη μας.

Κάθε παιδί έχει τις δικές του δυνάμεις, ιδέες και όνειρα. Όταν συνεργαζόμαστε, ακούμε ο ένας τον άλλο και προσφέρουμε ό,τι μπορούμε, γινόμαστε μια δυνατή ομάδα.

Τι θα χρειαστούμε

- χρωματιστά χαρτιά,
- ψαλίδια κατάλληλα για παιδιά,
- μολύβια ή μαρκαδόρους,
- κόλλα ή χαρτοταινία,
- ένα μεγάλο χαρτόνι για το αμπέλι.

Βήματα

1. Δημιούργησε τη δική σου ρόγα

Κόψε μία χάρτινη ρόγα σταφυλιού.

Επάνω της γράψε:

Μία δύναμη που έχω:

Μία πράξη με την οποία θα βοηθώ την τάξη μου:

Έναν στόχο για τη νέα σχολική χρονιά:

2. Μοιράσου ό,τι επιθυμείς

Μπορείς να παρουσιάσεις τη ρόγα σου στην τάξη, χωρίς να χρειάζεται να διαβάσεις κάτι που θέλεις να κρατήσεις προσωπικό.

3. Ενώστε τις ρόγες

Τοποθετήστε όλες τις ρόγες μαζί πάνω στο μεγάλο χαρτόνι, ώστε να σχηματιστεί ένα μεγάλο τσαμπί.

Προσθέστε φύλλα και κλήματα και δώστε στο έργο σας έναν τίτλο, όπως:

«Το αμπέλι της τάξης μας»

ή

«Μεγαλώνουμε μαζί»

Η συμφωνία του αμπελιού

Η τάξη μπορεί να επιλέξει πέντε πράξεις που θα τη βοηθήσουν να μεγαλώσει σαν ένα υγιές αμπέλι.

Για παράδειγμα:

- Ακούμε χωρίς να διακόπτουμε.
- Βοηθούμε όταν κάποιος δυσκολεύεται.
- Μιλάμε με σεβασμό.
- Προσπαθούμε ξανά όταν κάνουμε λάθος.
- Φροντίζουμε την τάξη και το περιβάλλον μας.

Γράψτε τις γύρω από το τσαμπί και υπογράψτε όλοι μαζί.

Σκέψου και ανακάλυψε

- Ποια δύναμη φέρνεις εσύ στην ομάδα;
- Τι χρειάζεται μια τάξη για να νιώθουν όλοι ασφαλείς και σημαντικοί;
- Τι μπορεί να συμβεί όταν κάποιος μένει μόνος του έξω από το «τσαμπί»;
- Πώς μπορούμε να τον πλησιάσουμε και να τον συμπεριλάβουμε;
- Ποια μικρή πράξη μπορείς να κάνεις από σήμερα;

Τι μας μαθαίνει;

Το αμπέλι της τάξης μας μάς μαθαίνει ότι κάθε παιδί είναι ξεχωριστό και πολύτιμο.

Κανένας δεν χρειάζεται να είναι ίδιος με τους άλλους για να ανήκει στην ομάδα. Όπως οι ρόγες ενώνονται και δημιουργούν ένα τσαμπί, έτσι και οι διαφορετικές δυνάμεις μας μπορούν να δημιουργήσουν μια τάξη γεμάτη συνεργασία, αποδοχή και φροντίδα.

Η φράση που κρατώ

Μία ρόγα είναι μικρή. Όλες μαζί δημιουργούν ένα τσαμπί.

Ένα παιδί έχει δύναμη. Μια ομάδα μπορεί να δημιουργήσει αλλαγή.

Ημερολόγιο Φύσης – Σεπτέμβριος

Μια φθινοπωρινή εξερεύνηση στα Κρασοχώρια

Όνομα: _____ Ημερομηνία: _____ Τοποθεσία: _____

Ο καιρός σήμερα

☐ Ήλιος ☐ Λίγα σύννεφα ☐ Συννεφιά ☐ Αέρας ☐ Βροχή

Θερμοκρασία: _____ °C

Τι παρατήρησα;

Ένα φυτό ή δέντρο που είδα: _____

Έναν καρπό, σπόρο ή φύλλο που μου έκανε εντύπωση: _____

Ένα ζώο, πουλί, έντομο ή ίχνος που παρατήρησα: _____

Ένα χρώμα του Σεπτεμβρίου που ξεχώρισα: _____

Κοιτάζω σαν μικρός επιστήμονας

Παρατήρησε προσεκτικά ένα φύλλο, ένα σταφύλι ή έναν άλλο καρπό.

Χρώμα: _____

Σχήμα: _____

Μέγεθος: _____

Επιφάνεια:

☐ λεία ☐ τραχιά ☐ γυαλιστερή ☐ μαλακή ☐ σκληρή

Τι άλλο ανακάλυψα;

Τι άκουσα;

Άκουσα:

☐ πουλιά ☐ έντομα ☐ φύλλα που κινούνται ☐ αέρα ☐ νερό

☐ ανθρώπους που εργάζονται ☐ κάτι άλλο: _____

Ο ήχος που μου άρεσε περισσότερο ήταν:

Τι μύρισα;

☐ χώμα ☐ φύλλα ☐ σταφύλια ☐ αρωματικά φυτά ☐ ξύλο ☐ βροχή

☐ κάτι άλλο: _____

Το άρωμα αυτό μου θύμισε:

Τι άλλαξε στη φύση;

Σε σύγκριση με το καλοκαίρι παρατήρησα ότι:

☐ οι μέρες έγιναν λίγο μικρότερες ☐ ο αέρας έγινε πιο δροσερός ☐ κάποιοι καρποί ωρίμασαν

☐ κάποια φύλλα άρχισαν να αλλάζουν ☐ εμφανίστηκαν περισσότερα σύννεφα

☐ τα πουλιά συμπεριφέρονται διαφορετικά

Η δική μου παρατήρηση:

Η μικρή μου σκέψη

Αν το αμπέλι μπορούσε να μου μιλήσει, θα μου έλεγε: _____

Η πράξη μου ως Φύλακας της Φύσης

Σήμερα:

☐ δεν έκοψα άγρια φυτά ☐ δεν ενόχλησα ζώα ή φωλιές ☐ δεν μετακίνησα πέτρες από ξερολιθιές

☐ πήρα πίσω τα σκουπίδια μου ☐ περπάτησα στα καθορισμένα μονοπάτια

☐ χρησιμοποίησα το νερό με μέτρο ☐ σεβάστηκα τον χώρο και τους ανθρώπους του

Η ανακάλυψη που κρατώ

Σήμερα έμαθα ότι: _____



Αναστοχασμός του μήνα

Τι καρπό έδωσε το ταξίδι μου;

Γεια σου, μικρέ/ή μου φίλε/η!

Ο Σεπτέμβριος μάς πήρε σε ένα ταξίδι γεμάτο αμπέλια, αρώματα, επιστήμη, παράδοση και καινούργιες αρχές.

Γνωρίσαμε την αρτυσιά και ανακαλύψαμε ότι ένας μικρός σπόρος μπορεί να κρύβει δυνατό άρωμα και μεγάλη ιστορία.

Ταξιδέψαμε στα Κρασοχώρια της Λεμεσού και μάθαμε πως ένας τόπος διαμορφώνεται από τη γη, την εργασία, τα σπίτια, τις γιορτές και τις μνήμες των ανθρώπων του. Γνωρίσαμε τις κυπριακές ποικιλίες σταφυλιού και είδαμε ότι, όπως κάθε παιδί είναι ξεχωριστό, έτσι και κάθε ποικιλία έχει τα δικά της χαρακτηριστικά. Μάθαμε πως από το σταφύλι μπορούν να δημιουργηθούν πολλά παραδοσιακά προϊόντα και πως πίσω από κάθε γεύση κρύβονται γνώση, χρόνος και φροντίδα. Συναντήσαμε τη ζουλατζιά και το κυπριακό θουπί και θυμηθήκαμε ότι τα ενδημικά είδη είναι ανεκτίμητοι θησαυροί, γιατί υπάρχουν φυσικά μόνο στον τόπο μας. Γνωρίσαμε τον αμπελουργό και καταλάβαμε ότι ο τρύγος είναι μόνο το τελευταίο στάδιο μιας ολόκληρης χρονιάς προσπάθειας. Μάθαμε ακόμη πως ο ήλιος, ο άνεμος και η θερμότητα της γης μπορούν να βοηθήσουν τη γεωργία να χρησιμοποιεί καθαρότερη ενέργεια. Μέσα από τα πειράματά μας, είδαμε τα σταφύλια να βυθίζονται, να επιπλέουν και να «χορεύουν». Έτσι ανακαλύψαμε την πυκνότητα, την άνωση και τη δύναμη της επιστημονικής παρατήρησης. Τέλος, με το «Αμπέλι της τάξης μας», καταλάβαμε ότι κάθε παιδί έχει τη δική του δύναμη, αλλά όλοι μαζί μπορούμε να δημιουργήσουμε κάτι μεγαλύτερο.

Σκέφτομαι και απαντώ

1. Η γνώση που μου έκανε τη μεγαλύτερη εντύπωση ήταν: _____

Γιατί; _____

2. Το φυτό ή το ζώο που θέλω να θυμάμαι είναι: _____

Επειδή: _____

3. Η κυπριακή παράδοση που με άγγιξε περισσότερο ήταν: _____

4. Τι έμαθα από τον αμπελουργό; _____

5. Ποια από τις ανανεώσιμες πηγές ενέργειας θα επέλεγα για έναν αμπελώνα;

☐ ηλιακή ☐ αιολική ☐ γεωθερμική ☐ Γιατί: _____

6. Τι ανακάλυψα από τα πειράματα με το σταφύλι; _____

7. Πώς βοήθησα την ομάδα μου αυτόν τον μήνα; _____

8. Ποια αξία καλλιέργησα περισσότερο;

☐ συνεργασία ☐ υπομονή ☐ υπευθυνότητα ☐ σεβασμό ☐ παρατηρητικότητα ☐ επιμονή

Ένα παράδειγμα: _____

Ο δικός μου νέος σπόρος

Ο στόχος που έβαλα στην αρχή του μήνα ήταν: _____

Το πρώτο βήμα που έκανα ήταν: _____

Τι πήγε καλά; _____

Τι με δυσκόλεψε; _____

Τι θα δοκιμάσω διαφορετικά τον επόμενο μήνα; _____

Ο δικός μου καρπός

Ολοκλήρωσε τη φράση: Αυτόν τον μήνα κατάφερα να _____

Είμαι περήφανος/η για _____

Θέλω να συνεχίσω να _____

Η πράξη μου για τη φύση

Αυτόν τον μήνα: ☐ προστάτεψα ένα φυτό ☐ έμαθα για ένα ενδημικό είδος ☐ χρησιμοποίησα λιγότερη ενέργεια

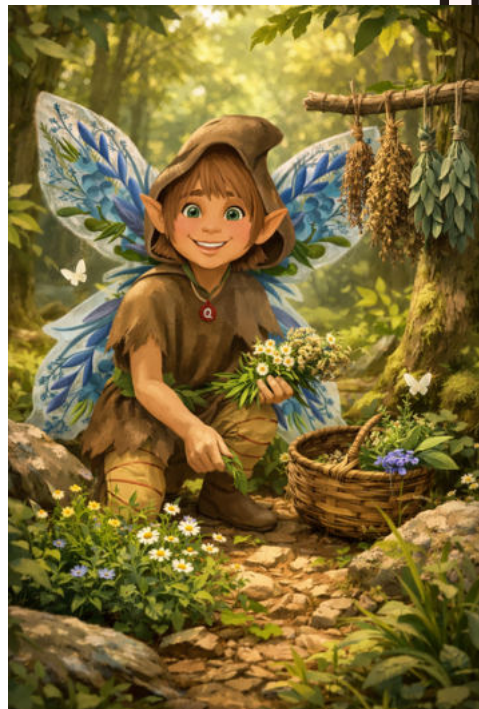
☐ σεβάστηκα έναν φυσικό ή ιστορικό χώρο ☐ μίλησα σε κάποιον για όσα έμαθα ☐ παρατήρησα τη φύση χωρίς να την ενοχλήσω

Η σημαντικότερη πράξη μου ήταν: _____

Η υπόσχεσή μου ως Φύλακας της Φύσης

Υπόσχομαι να θυμάμαι πως κάθε καρπός χρειάζεται φροντίδα, κάθε τόπος σεβασμό και κάθε στόχος μικρά, σταθερά βήματα.

Υπογραφή μικρού Φύλακα: _____



Το μήνυμα του Κιου

Μικρέ/ή μου φίλε/η,

αυτόν τον μήνα έμαθες ότι ο καρπός δεν εμφανίζεται ξαφνικά.

Πριν από κάθε τσαμπί υπάρχουν ρίζες, χώμα, νερό, ήλιος, γνώση και πολλή φροντίδα.

Το ίδιο συμβαίνει και με εσένα.

Κάθε φορά που προσπαθείς, συνεργάζεσαι, μαθαίνεις από ένα λάθος και κάνεις ένα μικρό βήμα προς τον στόχο σου, κάτι όμορφο μεγαλώνει μέσα σου.

Μη βιάζεσαι να δεις αμέσως τον καρπό.

Φρόντιζε τον σπόρο σου και εμπιστεύσου την προσπάθειά σου.

Η φράση που κρατώ

Κάθε μικρή προσπάθεια που φροντίζω σήμερα μπορεί να γίνει ο καρπός του αύριο.

<https://el.mytroodos.com/ta-krasoxoria/https://oenouyiwine.com/el/%CE%BF%CE%B9-%CE%B3%CE%B7%CE%B3%CE%B5%CE%BD%CE%B5%CE%AF%CF%82-%CF%80%CE%BF%CE%B9%CE%BA%CE%B9%CE%BB%CE%AF%CE%B5%CF%82-%CF%84%CE%B7%CF%82-%CE%BA%CF%8D%CF%80%CF%81%CE%BF%CF%85/https://www.polignosi.com/cgibin/hweb?-A=3514&-V=limmatahttps://www.polignosi.com/cgibin/hweb?-A=10425&-V=limmata>

Σχέδιο του μήνα!

[illegible]

[illegible]

[illegible]

Σημειώσεις

Σημειώσεις

Σημειώσεις

Σημειώσεις

[illegible]

Σημειώσεις