



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 περι 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**



Ιούνιος



Μικρέ μου φύλακα,
ο Μάιος μάς έμαθε να παρατηρούμε τα μικρά θαύματα της φύσης. Μας έδειξε πως τίποτα δεν μένει για πάντα ίδιο. Είδαμε πως η πεταλούδα μεταμορφώνεται, το νερό ταξιδεύει, το φυτό μεγαλώνει, και η ζωή συνεχίζει τον κύκλο της με υπομονή και σοφία. Και τώρα έρχεται ο Ιούνιος.

Ο πρώτος μήνας του καλοκαιριού μας φέρνει περισσότερο φως, πιο ζεστές μέρες και αρώματα που γεμίζουν τις αυλές, τα χωριά και τις μνήμες μας. Η φύση της Κύπρου δεν μας μιλά πια μόνο με άνθη και χρώματα. Μας μιλά με καρπούς, με μυρωδιές, με γεύσεις και με παλιές παραδόσεις που πέρασαν από γιαγιά σε εγγόνι.

Τον Ιούνιο, κάποια φυτά χαρίζουν το άρωμά τους απλόχερα. Κάποιοι καρποί μεγαλώνουν σιωπηλά πάνω στα δέντρα. Και οι άνθρωποι, από παλιά, μάθαιναν να παίρνουν αυτά τα δώρα της φύσης με σεβασμό και να τα μετατρέπουν σε κέρασμα, σε φροντίδα και σε φιλοξενία.

Αυτόν τον μήνα θα γνωρίσουμε το κιούλι, θα μάθουμε για το καρυδάκι, ένα από τα πιο αγαπημένα παραδοσιακά γλυκά του τόπου μας.

Ο Ιούνιος μας μαθαίνει πως η φύση δεν προσφέρει μόνο ομορφιά. Προσφέρει μνήμη, γεύση, άρωμα και ιστορίες.

Είσαι έτοιμος/η να συνεχίσουμε το ταξίδι;

Να δούμε πώς ένα άνθος μπορεί να γίνει άρωμα και πώς ένας μικρός πράσινος καρπός μπορεί να γίνει γλυκό κέρασμα αγάπης;

«Όταν η φύση μάς χαρίζει τα δώρα της, εμείς μαθαίνουμε να τα δεχόμαστε με σεβασμό και να τα μοιραζόμαστε με αγάπη.»



Γνωρίζω τα Αρωματικά Φυτά

Ξέρεις ότι;

Στην Κύπρο το λέμε κιούλιν ή θκιούλιν, ενώ στην Ελλάδα είναι γνωστό ως αρμπαρόριζα, μοσχόφυλλο ή λουκουμόχορτο. Το κιούλιν μάς θυμίζει πως ένα μικρό φύλλο μπορεί να κρύβει μέσα του άρωμα, μνήμη και παράδοση.



Τον Ιούνιο ο ήλιος λάμπει πιο δυνατά πάνω από την Κύπρο και η φύση αρχίζει να φορά τα καλοκαιρινά της χρώματα. Τα χωράφια γεμίζουν στάχυα, τα δέντρα δίνουν καρπούς, τα αρώματα απλώνονται στις αυλές και το νερό γίνεται ακόμη πιο πολύτιμο για κάθε ζωντανό οργανισμό.

Σε προσκαλώ λοιπόν σε ένα νέο ταξίδι γεμάτο παρατήρηση, γνώση και παράδοση. Αυτή τη φορά θα ακολουθήσουμε τον Διαρίζο ποταμό και θα γνωρίσουμε την κοιλάδα του. Θα δούμε πως ένας ποταμός δεν είναι απλώς νερό που κυλά, αλλά ένας δρόμος ζωής για φυτά, ζώα, πουλιά, έντομα και ανθρώπους. Μέσα από το ταξίδι μας θα μιλήσουμε για τη βιοποικιλότητα και θα γνωρίσουμε καλύτερα τα ενδημικά είδη της Κύπρου. Θα ανακαλύψουμε τη Φλομίδα την κυπρία, ένα ξεχωριστό φυτό του τόπου μας, και τον Κυπριακό νεροβάτραχο, ένα μικρό αμφίβιο που μας θυμίζει πόσο σημαντικοί είναι οι υγροί τόποι και το καθαρό νερό.

Τον Ιούνιο θα γνωρίσουμε και το μυρωδάτο κιούλιν, ένα αρωματικό φυτό που στόλιζε αυλές, άρωματιζε γλυκά και συνδεόταν με την κυπριακή παράδοση. Μαζί του θα ταξιδέψουμε στην ιστορία της καρυδιάς και στο αγαπημένο γλυκό καρυδάκι, που φτιάχνεται από πράσινα, άγουρα καρύδια, όταν μαζευτούν την κατάλληλη στιγμή.

Θα ανοίξουμε επίσης ένα παράθυρο στην παλιά Κύπρο και θα δούμε τι έκαναν οι άνθρωποι τον Ιούνιο: τον θερισμό, το αλώνισμα, τον Κατακλυσμό, τις λαμπρατζιές του Άη Γιάννη, τους παραδοσιακούς γάμους και το τέλος της σχολικής χρονιάς. Θα γνωρίσουμε γεύσεις, έθιμα, τραγούδια και ιστορίες που κρατούν ζωντανή την ψυχή του τόπου μας.

Ο Ιούνιος μάς μαθαίνει πως η φύση έχει τον δικό της χρόνο. Το καρυδάκι πρέπει να μαζευτεί όταν είναι ακόμη τρυφερό. Το κιούλιν μοσχοβολά όταν το φροντίζουμε. Το νερό δίνει ζωή όταν το σεβόμαστε. Και η παράδοση συνεχίζεται όταν τη γνωρίζουμε, τη μοιραζόμαστε και την αγαπούμε.

Τον Ιούνιο, η Κύπρος μυρίζει καλοκαίρι, κιούλιν και γλυκό καρυδάκι.

Το νερό κυλά, η γη δίνει καρπούς και οι άνθρωποι θυμούνται πως η φύση και η παράδοση είναι δεμένες σαν μια μεγάλη ιστορία.

Λιγη γνώση

Πελαργόνιον το Βαρούοσμο — Κιούλιν

Επιστημονική ονομασία: *Pelargonium graveolens*

Οικογένεια: Γερανοειδή (Geraniaceae)

Το κιούλιν: είναι αρωματικό, πολυετές και καλλωπιστικό φυτό

Βλαστοί: έχει πολλούς τριχωτούς βλαστούς

Φύλλα: μαλακά, χνουδωτά και πολύ αρωματικά που βγάζουν έντονο άρωμα όταν τα αγγίξουμε απαλά

Άνθη: μικρά σε αποχρώσεις ασπρονόδινες έως ωχροπόρφυρες

Ανθοφορία: ανθίζει από τον Απρίλιο μέχρι τον Σεπτέμβριο

Τοποθεσία: αγαπά τις ηλιόλουστες ή ημισκιερές θέσεις

Χώμα: χρειάζεται ελαφρύ χώμα με καλή αποστράγγιση δεν αγαπά την υπερβολική υγρασία στις ρίζες του

Πού το βρίσκουμε;

Το κιούλιν καλλιεργείται στην Κύπρο σε αυλές, γλάστρες, κήπους, δημόσιους χώρους και καλλιέργειες αρωματικών φυτών. Το συναντούμε σε πολλές πόλεις και κοινότητες του νησιού.

Χρήσεις:

- στην παράδοση χρησιμοποιείται για να αρωματίζει γλυκά του κουταλιού
- στη ζαχαροπλαστική δίνει άρωμα σε μαρμελάδες, σιρόπια, λουκούμια και παλουζέ
- στο σπίτι χαρίζει όμορφο άρωμα και φρεσκάδα
- τα φύλλα του χρησιμοποιούνται και στο παραδοσιακό γλυκό καρυδάκι.

Στη λαϊκή μνήμη συνδέεται με την κυπριακή αυλή, το κέρασμα και τη φιλοξενία



Ο ποταμός Διαρίζος

Τους προηγούμενους μήνες γνωρίσαμε μεγάλα δάση, βουνά και ποτάμια της Κύπρου. Τον Μάιο ακολουθήσαμε το νερό του Καρκώτη και είδαμε πως ένας ποταμός μπορεί να δίνει ζωή σε μια κοιλάδα. Τώρα, τον Ιούνιο, συνεχίζουμε το ταξίδι μας σε έναν άλλο σημαντικό ποταμό της Κύπρου: τον Διαρίζο. Ο Διαρίζος κυλά στην επαρχία Πάφου και ξεκινά από τα ορεινά μέρη του Τροόδους. Στο ταξίδι του περνά μέσα από μια όμορφη κοιλάδα, την κοιλάδα του Διαρίζου, όπου το νερό, η γη, τα φυτά, τα πουλιά και οι άνθρωποι συνδέονται μεταξύ τους.

Εκεί όπου υπάρχει νερό, η φύση γίνεται πιο ζωντανή. Τα δέντρα ριζώνουν βαθύτερα, οι θάμνοι πρασινίζουν, τα πουλιά βρίσκουν τροφή και καταφύγιο, και οι άνθρωποι μπορούν να καλλιεργούν τη γη. Γι' αυτό οι ποταμοί δεν είναι απλώς γραμμές πάνω στον χάρτη. Είναι δρόμοι ζωής.

Η κοιλάδα του Διαρίζου είναι γνωστή για τη φυσική της ομορφιά, αλλά και για τη σχέση της με τους ανθρώπους. Γύρω από την κοιλάδα υπάρχουν χωριά, αμπέλια, καλλιέργειες και τοπία που δείχνουν πώς το νερό βοηθά τη γη να δώσει καρπούς.



Πληροφορίες για τον ποταμό Διαρίζο

Πορεία: ξεκινά από την οροσειρά του Τροόδους κυλά στην επαρχία Πάφου περνά μέσα από την κοιλάδα του Διαρίζου συνεχίζει προς χαμηλότερες περιοχές κοντά στην Πάφο

Τι προσφέρει στη φύση:

- νερό σε φυτά και ζώα
- δροσιά στην περιοχή
- καταφύγιο για πουλιά και μικρά ζώα
- ζωή σε παραποτάμια βλάστηση
- σύνδεση ανάμεσα στο βουνό, την κοιλάδα και την πεδιάδα

Τι συναντούμε γύρω του:

- δέντρα και θάμνους
- πουλιά της κυπριακής φύσης
- χωριά και καλλιέργειες
- αμπέλια και αγροτικά τοπία
- μονοπάτια και τοπία φυσικής ομορφιάς

Γιατί είναι σημαντικός;

- μας δείχνει πώς το νερό δίνει ζωή στη γη
- στηρίζει φυτά, πουλιά και ζώα
- συνδέει τη φύση με τα χωριά και τις καλλιέργειες
- μας θυμίζει ότι το νερό είναι πολύτιμο και δεν πρέπει να το σπαταλούμε

Ξέρεις ότι;

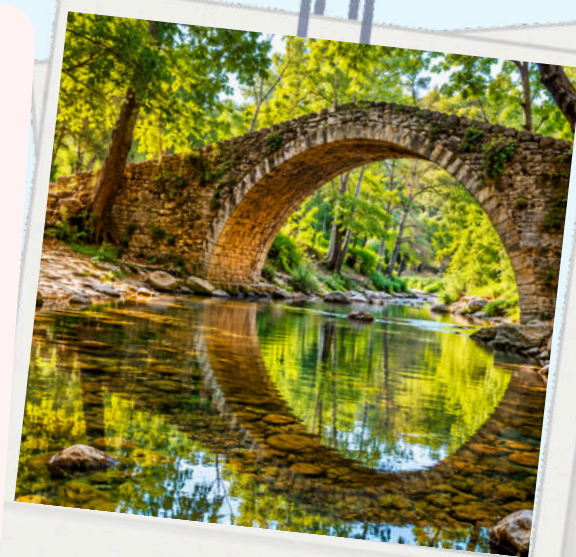
Η κοιλάδα του Διαρίζου είναι σημαντική για πολλά πουλιά της Κύπρου. Ανάμεσά τους βρίσκουμε τη Σκαλιφούρτα της Κύπρου και τον Τρυπομάζη της Κύπρου, δύο πουλιά που συνδέονται ιδιαίτερα με τον τόπο μας.

Μικρό μήνυμα:

Ο Διαρίζος μάς μαθαίνει πως κάθε σταγόνα νερού έχει αξία. Όταν προστατεύουμε έναν ποταμό, προστατεύουμε τα φυτά, τα ζώα, τα χωριά και τις ιστορίες που γεννήθηκαν κοντά του.

Αποστολή Φύλακα της Φύσης «Ο χάρτης του νερού»

1. Βρες στον χάρτη της Κύπρου την επαρχία Πάφου.
2. Σημείωσε πού βρίσκεται περίπου η κοιλάδα του Διαρίζου.
3. Ζωγράφισε έναν ποταμό που ξεκινά από το βουνό και ταξιδεύει προς την πεδιάδα.
4. Πρόσθεσε γύρω του 3 πράγματα που χρειάζονται νερό: ένα φυτό, ένα ζώο και έναν άνθρωπο.
5. Γράψε μία φράση:
6. «Το νερό είναι πολύτιμο γιατί...»



Επιστημονικό Κουτί – Σαπωναρία η κυπρία

Επιστημονική ονομασία: *Saponaria cypria*

Κατηγορία: Ενδημικό φυτό της Κύπρου

Οικογένεια: Καρυοφυλλίδες – Caryophyllaceae

Άλλες ονομασίες: σαπουνόχορτο, σαπνιά, χαλβαδόριζα

Η Σαπωναρία η κυπρία είναι ενδημικό φυτό της Κύπρου. Αυτό σημαίνει ότι φυτρώνει φυσικά μόνο στο νησί μας και πουθενά αλλού στον κόσμο. Είναι πολυετές φυτό και μπορεί να φτάσει περίπου το 1 μέτρο ύψος.

Χαρακτηριστικά:

- Ανθίζει από τον Ιούλιο μέχρι τον Σεπτέμβριο.
- Φυτρώνει σε ακαλλιέργητα χωράφια, όχθες ρυακιών, ανοικτά πευκοδάση και πρηνή δρόμων.
- Περιέχει φυσικές ουσίες που ονομάζονται σαπωνίνες.
- Όταν τα φύλλα ή τα άνθη της τριφτούν με νερό, μπορούν να δημιουργήσουν αφρό.
- Παλαιότερα χρησιμοποιούνταν ως φυσικό καθαριστικό για μάλλινα ρούχα.



Γιατί λέγεται σαπωναρία;

Το όνομα *Saponaria* προέρχεται από τη λατινική λέξη *sapo*, που σημαίνει «σαπούνι». Το φυτό πήρε αυτό το όνομα επειδή οι σαπωνίνες που περιέχει μπορούν να δημιουργήσουν αφρό.

Γιατί είναι σημαντική;

Η Σαπωναρία η κυπρία είναι σημαντική γιατί είναι μοναδική για την Κύπρο και αποτελεί μέρος της ενδημικής χλωρίδας του τόπου μας. Μας δείχνει πως ένα φυτό μπορεί να συνδέει τη φύση, την επιστήμη και την παραδοσιακή γνώση.

Ξέρεις ότι;

Αν τρίψουμε φύλλα ή άνθη σαπωναρίας με βρεγμένα χέρια, μπορεί να δημιουργηθεί αφρός, σαν σαπούνι.

Προσοχή: Δεν κόβουμε και δεν δοκιμάζουμε άγρια φυτά. Τα παρατηρούμε με σεβασμό και τα αφήνουμε στο φυσικό τους σπίτι.

Μικρό μήνυμα:

Η Σαπωναρία η κυπρία μάς θυμίζει πως η κυπριακή φύση κρύβει μικρά θαύματα που αξίζει να γνωρίζουμε και να προστατεύουμε.

Επιστημονικό Κουτί – Πράσινος φρύνος της Κύπρου

Επιστημονική ονομασία: *Bufoles cypriensis*

Κατηγορία: Ενδημικό αμφίβιο της Κύπρου

Οικογένεια: Βουφονίδες – Φρύνοι

Ο Πράσινος φρύνος της Κύπρου είναι ενδημικό αμφίβιο, δηλαδή ζει φυσικά μόνο στην Κύπρο. Παρόλο που μοιάζει με βάτραχο, είναι φρύνος και χρειάζεται τόσο τη στεριά όσο και το νερό.

Χαρακτηριστικά:

- Έχει πράσινες ή σκουρόχρωμες κηλίδες.
- Είναι κυρίως νυκτόβιος.
- Τρέφεται με μικρά έντομα, μυρμήγκια, σκαθάρια και αράχνες.
- Το χρώμα του τον βοηθά να καμουφλάρεται.

Πού ζει;

Τον συναντούμε κοντά σε ρυάκια, νερόλακκους, λίμνες, φράγματα, κήπους και αυλές όπου υπάρχει νερό.

Γιατί είναι σημαντικός;

Βοηθά στον έλεγχο των εντόμων και αποτελεί μέρος της βιοποικιλότητας της Κύπρου.

Ξέρεις ότι;

Δραστηριοποιείται κυρίως το βράδυ και την ημέρα κρύβεται σε δροσερά, υγρά σημεία.

Μικρό μήνυμα

Ο Πράσινος φρύνος της Κύπρου μάς θυμίζει πως ακόμη και ένα μικρό αμφίβιο έχει σημαντικό ρόλο στη φύση.



Ο Κιού σου ψιθυρίζει:

«Μην ψάχνεις μόνο τα μεγάλα ζώα της φύσης. Κάποτε ένα μικρό αμφίβιο μπορεί να σου δείξει πόσο πολύτιμο είναι το νερό και πόση ζωή κρύβει ένας τόπος.»



Βιοποικιλότητα - Ο θησαυρός της ζωής

Η φύση είναι γεμάτη ζωή. Στα δάση, στα ποτάμια, στις αλυκές, στις ακτές, στα βουνά και στις κοιλάδες ζουν πολλά διαφορετικά φυτά, ζώα, έντομα, πουλιά, μύκητες και μικροοργανισμοί.

Βιοποικιλότητα σημαίνει η **ποικιλία της ζωής**. Είναι όλοι οι **ζωντανοί οργανισμοί**, αλλά και **οι τόποι όπου ζουν**.

Η βιοποικιλότητα έχει τρεις μορφές:

Γενετική βιοποικιλότητα: οι διαφορές που υπάρχουν μέσα στο ίδιο είδος.

Βιοποικιλότητα ειδών: τα διαφορετικά είδη φυτών, ζώων και μικροοργανισμών.

Βιοποικιλότητα οικοσυστημάτων: οι διαφορετικοί τόποι ζωής, όπως δάση, ποτάμια, υγρά τοπία, θάλασσες και βουνά.

Η Κύπρος, παρόλο που είναι μικρό νησί, έχει πλούσια φύση. Έχει φυτά και ζώα που δεν υπάρχουν πουθενά αλλού στον κόσμο. Αυτά ονομάζονται ενδημικά είδη. Αν ένα ενδημικό είδος χαθεί από την Κύπρο, μπορεί να χαθεί για πάντα από ολόκληρο τον πλανήτη.

Η βιοποικιλότητα είναι σημαντική γιατί κρατά τη φύση ζωντανή και ισορροπημένη. Κάθε ζωντανός οργανισμός έχει τον δικό του ρόλο. Η μέλισσα βοηθά τα λουλούδια να δώσουν καρπούς, το δέντρο προσφέρει οξυγόνο και καταφύγιο, ο βάτραχος τρώει έντομα και το πουλί σκορπίζει σπόρους.

Η βιοποικιλότητα μάς προσφέρει καθαρό αέρα, καθαρό νερό, τροφή, γόνιμο έδαφος, όμορφα τοπία και υγιή οικοσυστήματα.

Όμως απειλείται από την καταστροφή φυσικών περιοχών, τις πυρκαγιές, τη ρύπανση, την υπερβολική χρήση νερού, τα σκουπίδια, την κλιματική αλλαγή, τα ξενικά είδη και τις ανθρώπινες δραστηριότητες που γίνονται χωρίς σεβασμό στη φύση.

Μπορούμε να την προστατεύσουμε όταν δεν πετάμε σκουπίδια, δεν κόβουμε άγρια φυτά, δεν ενοχλούμε ζώα και φωλιές, σεβόμαστε τα μονοπάτια, προστατεύουμε το νερό και μαθαίνουμε για τα ενδημικά είδη της Κύπρου.

Ο Κιού σου ψιθυρίζει:

«Στη φύση τίποτα δεν είναι ασήμαντο. Κάθε φυτό, κάθε ζώο, κάθε έντομο και κάθε σταγόνα νερού έχει τον δικό του ρόλο.»



Προστατευόμενες περιοχές της Κύπρου

Μικρέ μου φύλακα, κάποιοι τόποι της Κύπρου είναι τόσο σημαντικοί για τη φύση, ώστε χρειάζονται ιδιαίτερη προστασία. Αυτοί οι τόποι ονομάζονται προστατευόμενες περιοχές.

Οι προστατευόμενες περιοχές είναι χερσαίες ή υδάτινες εκτάσεις με πλούσια βιοποικιλότητα. Σε αυτές μπορεί να υπάρχουν σπάνια φυτά, ενδημικά ζώα, μεταναστευτικά πουλιά, δάση, ποτάμια, υγρά λιβάδια και ιδιαίτερα τοπία.

Στην Κύπρο υπάρχουν σημαντικές προστατευόμενες περιοχές, όπως:

Τρίπυλος: Περιλαμβάνει συστάδες ενδημικού κέδρου, λατζιάς και δάση τραχείας πεύκης. Εκεί συναντούμε και το κυπριακό αγρινό.

Πικρομιλούδι: Βρίσκεται στο Τρόδος και φιλοξενεί μαύρη πεύκη, λατζιά και το σπάνιο φυτό πινκουικούλα η κρυστάλλινη.

Λιβάδι του Πασιά: Περιλαμβάνει τους μοναδικούς τυρφώνες του Τροόδους, υγρά λιβάδια που παραμένουν λασπωμένα και υγρά ακόμη και το καλοκαίρι.

Προεδρική κατοικία: Περιλαμβάνει μαύρη πεύκη, λατζιά, παραποτάμιες συστάδες πλάτανου και σπάνια φυτά.

Χιονίστρα: Φιλοξενεί δάση μαύρης πεύκης, συστάδες αόρατου, σερπεντινόφιλα λιβάδια και πληθυσμούς του κυπριακού κρόκου.

Μαδαρή: Βρίσκεται στο Δάσος Αδελφοί και έχει μοναδικά δασικά οικοσυστήματα, 40 ενδημικά είδη χλωρίδας και σπάνια πουλιά, όπως τον κλόκκαρο.

Μαύροι Γκρεμμοί: Βρίσκονται στο Δάσος Πάφου και περιλαμβάνουν λατζιά, πευκοδάση, παραποτάμια οικοσυστήματα πλατάνου, σπάνια πουλιά και σημαντικούς βιότοπους για το κυπριακό αγρινό.

Ο Κιού σου ψιθυρίζει:

«Μια προστατευόμενη περιοχή είναι σαν ένα πολύτιμο σπίτι της φύσης. Όταν την προστατεύουμε, προστατεύουμε ολόκληρη τη ζωή που υπάρχει εκεί.»

Πώς συμπεριφερόμαστε σε μια προστατευόμενη περιοχή;

Όταν επισκεπτόμαστε μια προστατευόμενη περιοχή, γινόμαστε φιλοξενοούμενοι στο σπίτι της φύσης.

Γι' αυτό:

δεν κόβουμε φυτά, δεν παίρνουμε πέτρες, φωλιές ή αυγά, δεν ενοχλούμε ζώα και πουλιά, δεν αφήνουμε σκουπίδια, μένουμε στα μονοπάτια, δεν ανάβουμε φωτιά, δεν κάνουμε δυνατό θόρυβο, σεβόμαστε τις πινακίδες και τους κανόνες της περιοχής.

Η βιοποικιλότητα στην κοιλάδα του Διαρίζου

Στην κοιλάδα του Διαρίζου, το νερό, τα φυτά, τα πουλιά, τα έντομα, τα αμφίβια και οι άνθρωποι συνδέονται μεταξύ τους. Ο ποταμός δεν είναι μόνο νερό που κυλά.

Είναι δρόμος ζωής.

Εκεί όπου υπάρχει νερό, τα φυτά βρίσκουν δύναμη να μεγαλώσουν. Τα έντομα βρίσκουν τροφή. Τα πουλιά βρίσκουν καταφύγιο. Μικρά ζώα, όπως ο Κυπριακός νεροβάτραχος, χρειάζονται καθαρό νερό για να ζήσουν και να συνεχίσουν τον κύκλο της ζωής τους.

Η Φλομής η κυπρία, ο Κυπριακός νεροβάτραχος, τα πουλιά, τα φυτά της κοιλάδας, τα δέντρα και τα μικρά έντομα μάς δείχνουν κάτι πολύ σημαντικό:

Όταν προστατεύουμε έναν ποταμό, προστατεύουμε ολόκληρη τη βιοποικιλότητα που ζει γύρω του.

Αν το νερό μολυνθεί, αν γεμίσει σκουπίδια ή αν η περιοχή χάσει τη φυσική της ισορροπία, τότε επηρεάζονται πολλά είδη μαζί.

Μικρό μήνυμα:

Η βιοποικιλότητα είναι σαν μια μεγάλη ομάδα.

Κάθε φυτό έχει ρόλο.

Κάθε ζώο έχει ρόλο.

Κάθε έντομο έχει ρόλο.

Κάθε πουλί έχει ρόλο.

Κάθε σταγόνα νερού έχει αξία.

Αν χαθεί ένα κομμάτι, η ομάδα γίνεται πιο αδύναμη.

Αν όμως τη φροντίσουμε, η φύση γίνεται πιο δυνατή, πιο όμορφη και πιο ζωντανή.

Η βιοποικιλότητα είναι η ζωή γύρω μας.

Και η ζωή γύρω μας χρειάζεται σεβασμό, γνώση και φροντίδα.

Αποστολή Φύλακα της Φύσης
«Η αλυσίδα της ζωής»
Ζωγράφισε έναν μικρό ποταμό.

Γύρω του πρόσθεσε:

ένα φυτό,
ένα έντομο,
ένα πουλί,
ένα ζώο,
έναν άνθρωπο.

Ένωσέ τα με γραμμές και σκέψου:

Ποιος χρειάζεται ποιον;

Τι θα συμβεί αν μολυνθεί το νερό;

Τι μπορώ να κάνω εγώ για να προστατεύσω τη ζωή γύρω μου;

Συμπλήρωσε:

Η βιοποικιλότητα είναι σημαντική γιατί:

.....

Ένας τρόπος που μπορώ να τη βοηθήσω είναι:

.....



Μικρό πλαίσιο γνώσης

Ξέρεις ότι;

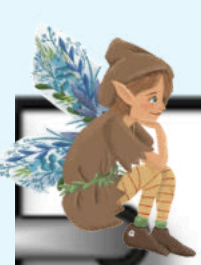
Η λέξη «**βιοποικιλότητα**» κρύβει μέσα της δύο ιδέες:

βίος, που σημαίνει ζωή,

και ποικιλότητα, που σημαίνει ποικιλία.

Άρα, βιοποικιλότητα σημαίνει:

η ποικιλία της ζωής.



Επάγγελμα Μήνα: Βιολόγος Περιβάλλοντος

Ο/Η Βιολόγος Περιβάλλοντος είναι ένας/μία επιστήμονας που μελετά τη φύση και βοηθά στην προστασία της. Δεν παρατηρεί μόνο ένα φυτό ή ένα ζώο, αλλά ολόκληρο το οικοσύστημα: το νερό, το χώμα, τα φυτά, τα ζώα, τα έντομα, τα πουλιά και τις σχέσεις που τα ενώνουν.

Τι κάνει;

Ο/Η Βιολόγος Περιβάλλοντος:

- μελετά φυτά, ζώα και μικροοργανισμούς,
- παρατηρεί οικοσυστήματα, όπως δάση, ποτάμια, υδροτόπους και ακτές,
- ερευνά απειλούμενα είδη και τους τόπους όπου ζουν,
- βοηθά στην προστασία της βιοποικιλότητας,
- μελετά περιβαλλοντικά προβλήματα και προτείνει λύσεις,
- ενημερώνει τους ανθρώπους για την αξία της φύσης.

Πού μπορεί να εργάζεται;

Μπορεί να εργάζεται σε προστατευόμενες περιοχές, περιβαλλοντικά κέντρα, ερευνητικά κέντρα, βοτανικούς κήπους, μουσεία φυσικής ιστορίας, οργανισμούς προστασίας της φύσης και υπηρεσίες περιβάλλοντος.

Στον Διαρίζο ποταμό

Αν ένας/μία Βιολόγος Περιβάλλοντος επισκεφθεί την κοιλάδα του Διαρίζου, θα παρατηρήσει τα φυτά, τα πουλιά, τα έντομα, τα αμφίβια, την καθαρότητα του νερού και τα σημάδια που δείχνουν αν το οικοσύστημα είναι υγιές ή χρειάζεται προστασία.

Γιατί είναι σημαντικό αυτό το επάγγελμα;

Ο/Η Βιολόγος Περιβάλλοντος μάς βοηθά να καταλάβουμε ότι κάθε είδος έχει ρόλο, το νερό είναι πολύτιμο, οι προστατευόμενες περιοχές χρειάζονται φροντίδα και η βιοποικιλότητα είναι θησαυρός.

Ο Κιού σου ψιθυρίζει:

«Ο/Η Βιολόγος Περιβάλλοντος είναι σαν ντετέκτιβ της φύσης. Παρατηρεί, μελετά και βοηθά να προστατευτεί η ζωή γύρω μας.»

Μικρή αποστολή

Γίνε κι εσύ μικρός/ή Βιολόγος Περιβάλλοντος
Παρατήρησε έναν μικρό χώρο με φύση: μια αυλή,
ένα πάρκο, έναν κήπο ή ένα μονοπάτι.

Σημείωσε:

3 φυτά που είδες:

.....
.....

2 ζώα, πουλιά ή έντομα που παρατήρησες:

.....
.....

1 πράγμα που δείχνει ότι ο χώρος χρειάζεται
προστασία:

.....
.....

1 πράξη που μπορείς να κάνεις για να βοηθήσεις:

.....
.....



Κλιματική Αλλαγή & Βιοποικιλότητα - Όταν αλλάζει το ημερολόγιο της φύσης

Μικρέ μου φύλακα,

Τον Μάιο μάθαμε πως η φύση κάνει κύκλους. Το νερό ταξιδεύει, τα φυτά μεγαλώνουν, τα ζώα αλλάζουν, οι εποχές έρχονται και φεύγουν. Τώρα, τον Ιούνιο, θα παρατηρήσουμε κάτι ακόμη πιο σημαντικό:

η φύση έχει το δικό της ημερολόγιο.

Κάθε φυτό ξέρει πότε να ανθίσει.

Κάθε καρπός ξέρει πότε να μεγαλώσει.

Κάθε έντομο εμφανίζεται όταν βρίσκει τροφή.

Κάθε πουλί ψάχνει την κατάλληλη στιγμή για να φωλιάσει.

Κάθε μικρό πλάσμα χρειάζεται τον σωστό καιρό, το σωστό νερό και τον σωστό τόπο για να ζήσει.

Όταν όμως το κλίμα αλλάζει, αυτό το φυσικό ημερολόγιο μπορεί να μπερδευτεί.

Αν η ζέστη έρθει πολύ νωρίς, κάποια φυτά μπορεί να ανθίσουν πιο γρήγορα.

Αν οι βροχές αργήσουν ή λιγοστεύσουν, κάποια ζώα μπορεί να δυσκολευτούν να βρουν νερό.

Αν ένας καρπός ωριμάσει νωρίτερα ή αργότερα από το συνηθισμένο, μπορεί να επηρεαστούν και οι άνθρωποι που τον χρησιμοποιούν στην παράδοση.

Σκέψου το καρυδάκι. Για να γίνει γλυκό του κουταλιού, πρέπει να μαζευτεί την κατάλληλη στιγμή, όταν είναι ακόμη πράσινο και τρυφερό. Αν περάσει ο σωστός χρόνος, αλλάζει. Σκληραίνει. Δεν είναι πια το ίδιο.

Σκέψου και το κιούλιν. Τα αρωματικά του φύλλα μάς θυμίζουν πως τα φυτά δεν μας χαρίζουν μόνο ομορφιά. Μας χαρίζουν άρωμα, μνήμη και παράδοση. Όμως και αυτά χρειάζονται σωστές συνθήκες: ήλιο, χώμα, νερό και φροντίδα.

Στην κοιλάδα του Διαρίζου, το νερό, τα φυτά, τα έντομα, τα πουλιά και τα μικρά ζώα συνδέονται μεταξύ τους. Αν αλλάξει κάτι στον ρυθμό της φύσης, μπορεί να επηρεαστεί ολόκληρη η βιοποικιλότητα.

Ο Κυπριακός νεροβάτραχος χρειάζεται υγρούς τόπους.

Η Φλομίσ η κυπρία χρειάζεται το φυσικό της περιβάλλον.

Τα έντομα χρειάζονται άνθη.

Τα πουλιά χρειάζονται τροφή και καταφύγιο.

Οι άνθρωποι χρειάζονται γη, νερό και ισορροπία.

Γι' αυτό η κλιματική αλλαγή δεν είναι μόνο θέμα θερμοκρασίας.

Είναι θέμα ζωής, χρόνου και ισορροπίας.

Τι μας μαθαίνει ο Ιούνιος;

Ο Ιούνιος μάς μαθαίνει να παρατηρούμε:

πότε ανθίζουν τα φυτά,

πότε εμφανίζονται οι καρποί,

πότε βλέπουμε περισσότερα έντομα,

πότε το χώμα είναι ξηρό,

πότε ένα φυτό χρειάζεται φροντίδα,

πότε ένας τόπος αλλάζει.

Γιατί ο Φύλακας της Φύσης δεν κοιτά μόνο τι υπάρχει γύρω του.

Παρατηρεί και πότε συμβαίνει.

Γιατί είναι σημαντικό;

Όταν αλλάζει το ημερολόγιο της φύσης, μπορεί να επηρεαστούν:

τα ενδημικά φυτά,

τα ζώα και τα πουλιά,

τα έντομα που βοηθούν στην επικοινωνία,

οι καρποί και οι καλλιέργειες,

τα ποτάμια και οι υγροί τόποι,

οι παραδόσεις που συνδέονται με τη γη.

Η παράδοση της Κύπρου γεννήθηκε από ανθρώπους που παρατηρούσαν καλά τη φύση. Ήξεραν πότε να φυτέψουν,

πότε να μαζέψουν, πότε να αποξηράνουν, πότε να φτιάξουν γλυκά, πότε να φυλάξουν σπόρους.

Όταν γνωρίζουμε τον ρυθμό της φύσης, μπορούμε να την προστατεύουμε καλύτερα.

Ο Κιού σου ψιθυρίζει

«Η φύση έχει το δικό της ημερολόγιο.

Αν μάθεις να το παρατηρείς, θα καταλάβεις πότε η γη χαίρεται, πότε διψά, πότε ανθίζει και πότε χρειάζεται βοήθεια.»



Αποστολή Φύλακα της Φύσης

Το ημερολόγιο της φύσης

Για μία εβδομάδα, γίνε μικρός/ή παρατηρητής/παρατηρήτρια της φύσης.

Παρατήρησε έναν κήπο, μια αυλή, ένα πάρκο ή ένα δέντρο κοντά σου.

Συμπλήρωσε:

Ένα φυτό που παρατήρησα:

.....

Είδα άνθη, φύλλα ή καρπούς;

.....

Είδα έντομα ή πουλιά κοντά του;

.....

Το χώμα ήταν ξηρό ή υγρό;

.....

Ο καιρός ήταν πολύ ζεστός, δροσερός ή κανονικός για την εποχή;

.....

Τι μου έμαθε αυτή η παρατήρηση;

.....

Μικρό μήνυμα

Όταν παρατηρούμε τη φύση, μαθαίνουμε τον ρυθμό της.

Όταν μαθαίνουμε τον ρυθμό της, μπορούμε να την προστατεύουμε καλύτερα.



Η κυπριακή καρυδιά και το γλυκό καρυδάκι

Όταν ο καρπός γίνεται παράδοση

Τον Ιούνιο, η φύση μάς χαρίζει καρπούς που μεγαλώνουν σιγά-σιγά πάνω στα δέντρα. Ένας από αυτούς τους καρπούς είναι το καρύδι, και το δέντρο που το χαρίζει είναι η καρυδιά. Η καρυδιά είναι μεγάλο φυλλοβόλο δέντρο της οικογένειας των Καρυωδών. Στον κόσμο υπάρχουν περίπου δεκαπέντε είδη καρυδιάς, όμως το ευρωπαϊκό είδος, που φύτεται και στην Κύπρο από τα αρχαία χρόνια, είναι η καρύα η βασιλική.

Επιστημονική ονομασία: *Juglans regia*

Η καρυδιά μπορεί να φτάσει μέχρι και τα 25 μέτρα ύψος. Είναι μακρόβιο δέντρο, δηλαδή μπορεί να ζήσει για πολλά χρόνια. Έχει χοντρό κορμό με σταχτερό φλοιό, πλούσια κόμη με πολλά κλαδιά και δυνατή ρίζα με αρκετές διακλαδώσεις. Είναι δέντρο μόνοικο. Αυτό σημαίνει ότι στο ίδιο δέντρο υπάρχουν και αρσενικά και θηλυκά άνθη. Τα αρσενικά άνθη έχουν άφθονη γύρη. Οι καρποί της καρυδιάς, τα καρύδια, όταν είναι άγουροι είναι πράσινοι, σαρκώδεις και έχουν σχήμα σφαιρικό έως ωοειδές. Όταν ωριμάσουν, το πράσινο εξωτερικό τους μέρος αλλάζει, αποξηραίνεται και το εσωτερικό γίνεται σκληρό κέλυφος. Μέσα σε αυτό βρίσκεται η νόστιμη ψίχα, που χωρίζεται σε τέσσερις λοβούς.

Το γλυκό καρυδάκι

Μικρέ μου φύλακα, εδώ αρχίζει η παράδοση!

Οι άγουροι καρποί της καρυδιάς χρησιμοποιούνται για να φτιάξουμε ένα από τα πιο αγαπημένα παραδοσιακά γλυκά της Κύπρου: το γλυκό καρυδάκι.

Για να γίνει σωστά το γλυκό, ο καρπός πρέπει να μαζευτεί όταν είναι ακόμη πράσινος, άγουρος και τρυφερός, πριν σκληρύνει το κέλυφός του. Στην Κύπρο, τα καρυδάκια για γλυκό μαζεύονται συνήθως από τέλη Μαΐου μέχρι μέσα Ιουνίου. Αν τα μαζέψουμε πολύ νωρίς, δεν είναι ακόμη έτοιμα. Αν τα μαζέψουμε πολύ αργά, σκληραίνουν. Γι' αυτό το γλυκό καρυδάκι μάς μαθαίνει κάτι πολύ σοφό: η φύση έχει τον δικό της σωστό χρόνο.

Οι παλιές νοικοκυρές ήξεραν να παρατηρούν τα δέντρα, τους καρπούς, την εποχή και τον καιρό. Ήξεραν πότε να μαζέψουν, πότε να ετοιμάσουν και πότε να κεράσουν. Το γλυκό καρυδάκι δεν είναι απλώς ένα γλυκό.

Είναι υπομονή. Είναι τέχνη. Είναι κέρασμα. Είναι φιλοξενία. Είναι κυπριακή παράδοση.

Και πολλές φορές, για να αποκτήσει ξεχωριστό άρωμα, το γλυκό καρυδάκι αρωματίζεται με φύλλα από κιούλιν, το μυρωδάτο φυτό που γνωρίζουμε αυτόν τον μήνα.



Οι χρήσεις της καρυδιάς

Η καρυδιά είναι ένα δέντρο που πρόσφερε πολλά στους ανθρώπους.

Οι ώριμοι καρποί της, τα καρύδια, είναι πλούσιοι σε λάδι και χρησιμοποιούνται ως νόστιμος ξηρός καρπός και στη ζαχαροπλαστική.

Στην Κύπρο, τα καρύδια είναι παραδοσιακοί καρποί που συνόδευαν τη ζιβανία, ενώ χρησιμοποιούνται και για την παρασκευή του καρυδένου σουτζιούκκου.

Το πράσινο περικάρπιο, δηλαδή η φλούδα των άγουρων καρπών, χρησιμοποιούνταν παλαιότερα στην Κύπρο ως βαφική ουσία.

Τα φύλλα της καρυδιάς θεωρούνταν ότι έχουν στυπτικές και φαρμακευτικές ιδιότητες.

Το ξύλο της είναι εύκολο στην επεξεργασία και έχει μεγάλη αντοχή. Γι' αυτό χρησιμοποιείται για κατασκευή επίπλων και στη λεπτοξυλουργική.

Έτσι, η καρυδιά μάς δείχνει πως ένα δέντρο μπορεί να προσφέρει πολλά:

καρπό, γλυκό, ξύλο, χρώμα, σκιά, μνήμη και παράδοση.

Η καρυδιά στην Κύπρο

Στην Κύπρο, η καρυδιά καλλιεργείται σε περιορισμένη έκταση, κυρίως στις ορεινές περιοχές του νησιού.

Τη συναντούμε σε: περιβόλια, κήπους, ρεματιές, σκιερά και υγρά μέρη.

Σε κάποιες περιοχές υπάρχουν και αυτοφυή δέντρα. Δύο από τις πιο γνωστές καρυδιές της Κύπρου, λόγω των μεγάλων διαστάσεών τους, βρίσκονται στην περιοχή του Παλαιχωρίου και στην περιοχή των Σπηλιών.

Η καρυδιά της ΕΟΚΑ

Στα Σπήλια υπάρχει μια πολύ γνωστή καρυδιά, που είναι γνωστή ως η καρυδιά της ΕΟΚΑ.

Ονομάστηκε έτσι γιατί στη μεγάλη κουφάλα της κρύβονταν πυρομαχικά κατά τη διάρκεια του απελευθερωτικού αγώνα της ΕΟΚΑ 1955–1959.

Μικρέ μου φύλακα, αυτό μάς δείχνει πως ένα δέντρο μπορεί να είναι κάτι περισσότερο από φυτό. Μπορεί να κρατά μέσα του ιστορίες, μνήμες και γεγονότα του τόπου μας.

Η καρυδιά της ΕΟΚΑ μάς θυμίζει ότι η φύση και η ιστορία της Κύπρου πολλές φορές συναντιούνται.

Ο Κιού σου ψιθυρίζει:

«Κάποια δέντρα δεν κρατούν μόνο καρπούς. Κρατούν και μνήμες του τόπου μας.»

Δοξασίες και λαϊκή παράδοση

Επειδή η καρυδιά φυτρώνει συχνά σε σκιερά μέρη και ρεματιές, παλιά υπήρχαν διάφορες δοξασίες γύρω από αυτήν.

Κάποιοι πίστευαν ότι στο φύλλωμά της κατοικούσαν νεράιδες ή άλλα μυστηριώδη στοιχεία.

Υπήρχε επίσης η αντίληψη ότι δεν ήταν καλό να κοιμάται κάποιος κάτω από τη σκιά της καρυδιάς, γιατί ο ύπνος εκεί θεωρούνταν «βαρύς» και πίστευαν ότι μπορούσε να προκαλέσει πονοκέφαλο.

Αυτές οι δοξασίες μάς δείχνουν πώς οι άνθρωποι παλιά προσπαθούσαν να εξηγήσουν τη δύναμη, τη σκιά και τη μυστηριώδη παρουσία κάποιων μεγάλων δέντρων.

Ξέρεις ότι;

Η καρυδιά που φύεται στην Κύπρο από τα αρχαία χρόνια ονομάζεται καρύα η βασιλική.

Η επιστημονική της ονομασία είναι *Juglans regia*. Η λέξη *regia* σημαίνει «βασιλική», δηλαδή δέντρο μεγάλης αξίας.

Τι μας μαθαίνει το καρυδάκι;

Το γλυκό καρυδάκι μάς μαθαίνει ότι:

η φύση έχει τον δικό της χρόνο, οι καρποί χρειάζονται παρατήρηση, η παράδοση θέλει υπομονή, η φιλοξενία κρύβει αγάπη, ένα δέντρο μπορεί να συνδέει τη φύση, την ιστορία και τον πολιτισμό.

Η καρυδιά μάς δίνει καρπό. Το κιούλιν μάς δίνει άρωμα. Ο άνθρωπος δίνει φροντίδα. Και έτσι γεννιέται η παράδοση.



Μικρή αποστολή του Κιού

Ρώτησε έναν μεγαλύτερο άνθρωπο στην οικογένειά σου:

Γνωρίζεις το γλυκό καρυδάκι;

.....

Πότε το έφτιαχναν ή το πρόσφεραν παλιά;

.....

Ποιο άλλο γλυκό του κουταλιού θυμάσαι;

.....

Ποιο δέντρο ή φυτό σου θυμίζει την Κύπρο;

.....

Μήνυμα του Κιού

«Η καρυδιά μάς μαθαίνει να παρατηρούμε τη φύση. Το καρυδάκι μάς μαθαίνει την υπομονή. Το κιούλιν μάς χαρίζει άρωμα.

Και η παράδοση μάς θυμίζει πως τα δώρα της γης γίνονται αγάπη όταν τα μοιραζόμαστε.»

Δραστηριότητα - Από την καρυδιά στο γλυκό καρυδάκι

Μικρέ μου φύλακα,

τον Ιούνιο, η καρυδιά μάς χαρίζει τους πράσινους, άγουρους καρπούς της. Αυτοί οι καρποί, όταν μαζευτούν

την κατάλληλη στιγμή, μπορούν να γίνουν ένα από τα πιο αγαπημένα παραδοσιακά γλυκά της Κύπρου: γλυκό καρυδάκι.

Το καρυδάκι για γλυκό μαζεύεται συνήθως από τέλη Μαΐου μέχρι μέσα Ιουνίου, όταν ο καρπός είναι ακόμη πράσινος και τρυφερός, πριν σκληρύνει το κέλυφός του.

Όμως θυμήσου:

η φύση θέλει σεβασμό και η κουζίνα θέλει ασφάλεια.

Η συλλογή και η παρασκευή του γλυκού πρέπει να γίνονται πάντα με την επίβλεψη ενήλικα.

Αποστολή 1

Παρατηρώ την καρυδιά

Με έναν/μία ενήλικα, παρατήρησε μια καρυδιά σε κήπο, περιβόλι ή χωριό.

Πρόσεξε:

Πώς είναι ο κορμός της; Πώς είναι τα φύλλα της; Πού βρίσκονται οι καρποί;

Είναι πράσινοι ή ώριμοι; Βρίσκεται η καρυδιά σε σκιερό ή υγρό μέρος;

Συμπλήρωσε:

Η καρυδιά που είδα βρισκόταν:

.....

Οι καρποί της ήταν:

.....

Κάτι που παρατήρησα στο δέντρο ήταν:

.....

Αποστολή 2

Μαζεύω με σεβασμό

Με τη βοήθεια ενήλικα, μπορούμε να μαζέψουμε λίγα πράσινα καρυδάκια για να γνωρίσουμε την παράδοση.

Προσέχουμε πάντα:

να έχουμε άδεια από τον ιδιοκτήτη του δέντρου, να μην κόβουμε κλαδιά, να μην τραυματίζουμε το δέντρο, να μην

μαζεύουμε όλους τους καρπούς, να φοράμε γάντια, γιατί το πράσινο καρυδάκι βάφει τα χέρια, να μην ανεβαίνουμε ποτέ

στο δέντρο χωρίς ασφάλεια, να μην μαζεύουμε καρπούς από προστατευόμενες περιοχές.

Ο Κιού σου ψιθυρίζει:

«Παίρνω λίγα, αφήνω πολλά, και πάντα σέβομαι το δέντρο που μου χαρίζει τον καρπό του.»



Παραδοσιακή συνταγή

Γλυκό καρυδάκι με άρωμα κιούλιν

Η συνταγή εκτελείται μόνο από ενήλικα.

Τα παιδιά μπορούν να παρατηρούν, να σημειώνουν, να μυρίζουν το κιούλιν και να βοηθούν μόνο σε ασφαλή βήματα.

Υλικά

- 30 πράσινα άγουρα καρυδάκια
- νερό για το μούλιασμα
- 1 κιλό ζάχαρη
- 3 ποτήρια νερό για το σιρόπι
- 1 κουταλιά χυμό λεμονιού
- 4–5 φύλλα κιούλιν
- λίγα γαρίφαλα, προαιρετικά
- λίγα αμύγδαλα ασπρισμένα, προαιρετικά



Εκτέλεση

1. Καθάρισμα

Ο/Η ενήλικας καθαρίζει προσεκτικά τα πράσινα καρυδάκια με μαχαίρι, αφαιρώντας πολύ λεπτά την εξωτερική φλούδα.

Προσοχή: Τα καρυδάκια βιάφουν πολύ τα χέρια, γι' αυτό χρειάζονται γάντια.

2. Ξεπίκρισμα

Βάζουμε τα καρυδάκια σε λεκάνη με νερό για αρκετές μέρες, αλλάζοντας το νερό καθημερινά.

Αυτό βοηθά να φύγει η πικρή γεύση.

3. Βράσιμο

Ο/Η ενήλικας βράζει τα καρυδάκια σε καθαρό νερό μέχρι να μαλακώσουν. Μετά τα στραγγίζει.

4. Σιρόπι

Σε κατσαρόλα βάζουμε τη ζάχαρη με το νερό και βράζουμε μέχρι να αρχίσει να δένει το σιρόπι.

Προσθέτουμε τα καρυδάκια και τα αφήνουμε να βράσουν μέσα στο σιρόπι.

5. Άρωμα κιούλιν

Προς το τέλος προσθέτουμε τα φύλλα κιούλιν, για να δώσουν το ξεχωριστό άρωμά τους στο γλυκό.

Προσθέτουμε και τον χυμό λεμονιού, για να βοηθήσει το σιρόπι να μείνει λαμπερό και σωστά δεμένο.

6. Φύλαξη

Όταν το γλυκό είναι έτοιμο, ο/η ενήλικας το βάζει σε καθαρά αποστειρωμένα βαζάκια.

Το αφήνουμε να κρυώσει καλά πριν το δοκιμάσουμε.

Μικρή έρευνα στην οικογένεια

Ρώτησε έναν/μία μεγαλύτερο/η:

Έχετε φτιάξει ποτέ γλυκό καρυδάκι;

.....

Ποιος/ποια το έφτιαχνε στην οικογένεια;

.....

Έβαζαν κιούλιν ή άλλο άρωμα;

.....

Πότε το πρόσφεραν στους επισκέπτες;

.....



Μήνυμα του Κιού

«Ένα πράσινο καρυδάκι μάς μαθαίνει πολλά:
να παρατηρούμε τη φύση,
να περιμένουμε τη σωστή στιγμή,
να δουλεύουμε με υπομονή
και να μοιραζόμαστε τα δώρα της γης με αγάπη.»

Ταξίδι στα μνημεία του τόπου μας - Τα Σπήλια, η καρυδιά της ΕΟΚΑ και τα Λημέρια

Μικρέ μου φύλακα,

Σήμερα ταξιδεύουμε στα Σπήλια, ένα ορεινό χωριό της επαρχίας Λευκωσίας, στην περιοχή του Τροόδους. Τα Σπήλια βρίσκονται κοντά στο χωριό Κούρδαλι και περιβάλλονται από ορεινό τοπίο, δέντρα, ρεματιές και μονοπάτια. Η περιοχή Σπήλια–Κούρδαλι συνδέεται με την ιστορία, τη θρησκευτική παράδοση, την αγροτική ζωή και τον απελευθερωτικό αγώνα της ΕΟΚΑ. Σύμφωνα με πληροφορίες για την περιοχή, η ιστορία των Σπηλιών και του Κουρδαλίου αρχίζει τουλάχιστον από τον 16ο αιώνα, όταν κτίστηκε η εκκλησία / μοναστήρι της Παναγίας Χρυσοκουρδαλιώτισσας. Τα Σπήλια είναι σημαντικά γιατί μας δείχνουν πώς ένας μικρός ορεινός τόπος μπορεί να κρύβει πολλές ιστορίες. Εκεί συναντούμε τη φύση του Τροόδους, την καλλιέργεια και παρουσία δέντρων όπως η καρυδιά, αλλά και μνημεία που συνδέονται με την ιστορία της Κύπρου.

Η καρυδιά της ΕΟΚΑ

Στα Σπήλια όμως, μια καρυδιά μάς θυμίζει και κάτι άλλο: ότι ένα δέντρο μπορεί να συνδεθεί με την ιστορική μνήμη ενός τόπου.

Στην περιοχή των Σπηλιών υπάρχει η γνωστή καρυδιά της ΕΟΚΑ. Ονομάστηκε έτσι γιατί, σύμφωνα με την τοπική παράδοση και τις πληροφορίες για την καρυδιά της Κύπρου, στη μεγάλη κουφάλα της κρύβονταν πυρομαχικά κατά τη διάρκεια του απελευθερωτικού αγώνα της ΕΟΚΑ, το 1955–1959.

Έτσι, η καρυδιά αυτή δεν είναι μόνο ένα μεγάλο δέντρο. Είναι ένα φυσικό στοιχείο που συνδέθηκε με μια ιστορική περίοδο της Κύπρου.

Τα Λημέρια της ΕΟΚΑ στα Σπήλια–Κούρδαλι

Κοντά στα Σπήλια και το Κούρδαλι βρίσκονται τα Λημέρια της ΕΟΚΑ. Δεν ήταν ένα απλό κρησφύγετο. Ήταν ένα οργανωμένο σύστημα χώρων μέσα στο ορεινό τοπίο.

Τα Λημέρια αποτελούνταν από τρία κρησφύγετα, αποθηκευτικούς χώρους, μαγειρείο, παρατηρητήρια και άλλους βοηθητικούς χώρους. Βρίσκονταν σε ράχη πάνω από το χωριό Κούρδαλι και χρησιμοποιήθηκαν ως χώρος παραμονής και οργάνωσης για σύντομο χρονικό διάστημα από τον αρχηγό της ΕΟΚΑ και άλλους αγωνιστές.

Τα Λημέρια κατασκευάστηκαν το καλοκαίρι του 1955 από κατοίκους των Σπηλιών, του Κουρδαλίου και της Κυπερούνας. Ο αρχηγός της ΕΟΚΑ, Γεώργιος Γρίβας Διγενής, εγκαταστάθηκε εκεί για ένα μικρό διάστημα και έμενε στο κεντρικό κρησφύγετο.

Τα Λημέρια δεν ήταν απλώς «κρυψώνες». Ήταν χώροι που έδειχναν οργάνωση, προσοχή, συνεργασία και αξιοποίηση του φυσικού τοπίου.

Η μάχη στα Σπήλια

Τα Σπήλια συνδέονται και με τη μάχη στα Σπήλια, που έγινε στις 11 Δεκεμβρίου 1955, κατά τη διάρκεια του αγώνα της ΕΟΚΑ. Ήταν ένα γεγονός που συνδέθηκε με την προσπάθεια των βρετανικών δυνάμεων να εντοπίσουν και να συλλάβουν μέλη της οργάνωσης στην ορεινή περιοχή του Τροόδους.

Το Μνημείο Ηρώων στα Σπήλια

Στο κέντρο των Σπηλιών υπάρχει και Μνημείο Ηρώων, με τέσσερα αγάλματα αγωνιστών της ΕΟΚΑ. Το μνημείο ιδρύθηκε το 1993 και συνδέεται με την τοπική μνήμη και τις εκδηλώσεις τιμής που γίνονται στην κοινότητα.

Έτσι, όποιος επισκέπτεται τα Σπήλια μπορεί να δει ότι η ιστορία δεν βρίσκεται μόνο στα βιβλία. Βρίσκεται και στα χωριά, στις πλατείες, στα μνημεία, στα μονοπάτια και στα παλιά δέντρα.





Τι συναντούμε στα Σπήλια;

Στα Σπήλια συναντούμε:

- ορεινό τοπίο του Τροόδους,
- ρεματιές και μονοπάτια,
- καρυδιές και άλλα δέντρα των ορεινών περιοχών,
- την καρυδιά της ΕΟΚΑ,
- τα Λημέρια της ΕΟΚΑ στα Σπήλια–Κούρδαλι,
- το Μνημείο Ηρώων,
- την κοντινή Παναγία Χρυσοκουρδαλιώτισσα,
- ιστορίες που συνδέουν τη φύση, την πίστη, την κοινότητα και την ιστορία.

Γιατί είναι σημαντικά τα Σπήλια;

Τα Σπήλια είναι σημαντικά γιατί:

- είναι ορεινό χωριό με ιδιαίτερο φυσικό περιβάλλον,
- συνδέονται με την καρυδιά και την αγροτική ζωή των ορεινών περιοχών,
- γειτονεύουν με το Κούρδαλι και την Παναγία Χρυσοκουρδαλιώτισσα, που δίνει ιστορικό βάθος στην περιοχή,
- συνδέονται με τα Λημέρια της ΕΟΚΑ,
- έχουν μνημεία που κρατούν ζωντανή την ιστορική μνήμη,
- βοηθούν τα παιδιά να καταλάβουν ότι ένας τόπος μπορεί να είναι ταυτόχρονα φυσικός, ιστορικός και πολιτισμικός.

Τι κάνει τα Σπήλια ξεχωριστά;

Τα Σπήλια είναι ξεχωριστά γιατί εκεί η φύση δεν είναι απλώς φόντο. Το ορεινό τοπίο, τα δέντρα, οι ρεματιές και οι διαδρομές έγιναν μέρος της ανθρώπινης ιστορίας.

Η καρυδιά μάς συνδέει με τη γη και τους καρπούς.

Η καρυδιά της ΕΟΚΑ μάς συνδέει με τη μνήμη.

Τα Λημέρια μάς συνδέουν με την ιστορία.

Το χωριό μάς δείχνει πως οι μικροί τόποι μπορούν να έχουν μεγάλη σημασία.

Μικρό μήνυμα γνώσης

Ξέρεις ότι;

Τα Λημέρια της ΕΟΚΑ στα Σπήλια–Κούρδαλι δεν ήταν μόνο κρησφύγετα. Περιλάμβαναν χώρους αποθήκευσης, μαγειρείο και παρατηρητήρια, ώστε οι αγωνιστές να μπορούν να παραμένουν και να οργανώνονται μέσα στο ορεινό τοπίο.

Ο Κιού σου ψιθυρίζει

«Κάθε τόπος έχει πολλά στρώματα.

Στα Σπήλια βλέπουμε το δέντρο, το χωριό, το μονοπάτι, το μνημείο και την ιστορία.

Όταν μαθαίνουμε να τα διαβάζουμε όλα μαζί, τότε γνωρίζουμε πραγματικά τον τόπο μας.»

Μικρή αποστολή του Κιού

Το χωριό που κρατά μνήμες

Κάνε μια μικρή έρευνα ή ρώτησε έναν/μία μεγαλύτερο/η:

Ποιο χωριό της Κύπρου γνωρίζεις που έχει ιστορικό μνημείο;

.....

Υπάρχει εκεί κάποιο παλιό δέντρο, εκκλησία, μνημείο ή μονοπάτι με ιστορία;

.....

Τι ιστορία συνδέεται με αυτόν τον τόπο;

.....

Πώς μπορούμε να δείχνουμε σεβασμό όταν επισκεπτόμαστε ιστορικούς χώρους;

.....

Τι θα έλεγες σε έναν φίλο σου για να τον πείσεις να γνωρίσει τα Σπήλια;



Λίγη εξερεύνηση



τ

Πείραμα 1

Τίτλος: Τι μας φανερώνει το νερό;

Προσοχή: Δεν πίνουμε ποτέ νερό από ποταμό, ρυάκι ή άγνωστη πηγή.

Η συλλογή δείγματος γίνεται μόνο από ενήλικα και με οδηγίες του/της εκπαιδευτικού.

Παρατηρώ ένα δείγμα νερού

Η ερώτηση:

Τι μπορούμε να μάθουμε παρατηρώντας ένα δείγμα νερού;

Υλικά:

- ένα μικρό δείγμα νερού από ποταμό ή άλλη ασφαλή πηγή για παρατήρηση
- ένα διάφανο ποτήρι ή δοχείο
- λευκό χαρτί
- θερμομέτρο, αν υπάρχει
- χαρτάκια pH ή πεχάμετρο, αν υπάρχουν
- μετρητής TDS ή αγωγιμότητας, αν υπάρχει
- γάντια
- μολύβι και φύλλο παρατήρησης

Διαδικασία:

1. Βάζουμε λίγο νερό σε διάφανο ποτήρι.
2. Το τοποθετούμε πάνω σε λευκό χαρτί.
3. Παρατηρούμε το χρώμα του.
4. Ελέγχουμε αν είναι διάφανο ή θολό.
5. Παρατηρούμε αν υπάρχουν μικρά σωματίδια.
6. Μετράμε τη θερμοκρασία, αν έχουμε θερμομέτρο.
7. Μετράμε το pH, αν έχουμε τα κατάλληλα εργαλεία.
8. Μετράμε το TDS ή την αγωγιμότητα, αν υπάρχει μετρητής.

Προσοχή:

Δεν δοκιμάζουμε το νερό. Δεν το μυρίζουμε από πολύ κοντά.

Δεν το αγγίζουμε χωρίς οδηγίες.

Παρατηρήσεις

Χρώμα νερού:

.....

Είναι διάφανο ή θολό;

.....

Βλέπω μικρά σωματίδια;

.....

Θερμοκρασία:

.....

pH, αν μετρήθηκε:

.....

TDS / αγωγιμότητα, αν μετρήθηκε:

.....

Σκέφτομαι σαν επιστήμονας

C – Ισχυρισμός

Το δείγμα νερού φαίνεται:

.....

E – Αποδείξεις

Το ξέρω γιατί παρατήρησα ή μέτρησα ότι:

.....

R – Εξήγηση

Το νερό ενός ποταμού μπορεί να περιέχει χρώμα, μικρά σωματίδια, οργανική ύλη ή διαλυμένα άλατα, επειδή ταξιδεύει μέσα από πέτρες, χρώμα, φυτά και περιοχές όπου ζουν άνθρωποι και ζώα.

Η εξήγησή μου είναι:

.....

Τι μαθαίνουμε;

Το νερό μπορεί να φαίνεται απλό, αλλά κρύβει πολλές πληροφορίες.

Το χρώμα μάς δείχνει αν είναι καθαρό ή θολό.

Η θολότητα μάς δείχνει αν υπάρχουν σωματίδια.

Το pH μάς δείχνει αν το νερό είναι όξινο, ουδέτερο ή αλκαλικό.

Το TDS ή η αγωγιμότητα μάς δείχνει αν υπάρχουν διαλυμένα άλατα ή άλλα συστατικά.

Ο Κιού σου ψιθυρίζει:

«Ο επιστήμονας δεν λέει μόνο “φαίνεται καθαρό”. Παρατηρεί, μετρά και εξηγεί.»





Λίγη εξερεύνηση



Πείραμα 2

Τίτλος: Σύγκριση νερού ποταμού και μεταλλικού νερού

Η ερώτηση:

Ποιες διαφορές υπάρχουν ανάμεσα σε ένα δείγμα νερού από ποταμό και σε ένα εμφιαλωμένο μεταλλικό νερό;

Υλικά:

- ένα δείγμα νερού από ποταμό ή άλλη ασφαλή πηγή για παρατήρηση
- ένα μπουκάλι μεταλλικό νερό
- η ετικέτα του μεταλλικού νερού
- δύο διάφανα ποτήρια
- λευκό χαρτί
- χαρτάκια pH ή πεχάμετρο, αν υπάρχουν
- μετρητής TDS ή αγωγιμότητας, αν υπάρχει
- μολύβι και φύλλο σύγκρισης

Διαδικασία:

- Βάζουμε λίγο νερό ποταμού στο πρώτο ποτήρι.
- Βάζουμε λίγο μεταλλικό νερό στο δεύτερο ποτήρι.
- Τα τοποθετούμε πάνω σε λευκό χαρτί.
- Παρατηρούμε το χρώμα και τη διαύγειά τους.
- Συγκρίνουμε αν κάποιο δείγμα είναι πιο θολό.
- Μετράμε το pH, αν έχουμε εργαλεία.
- Μετράμε το TDS ή την αγωγιμότητα, αν υπάρχει μετρητής.
- Διαβάζουμε την ετικέτα του μεταλλικού νερού.

Τι γράφει η ετικέτα;

Στην ετικέτα του μεταλλικού νερού μπορεί να δούμε λέξεις όπως:

ασβέστιο, μαγνήσιο, νάτριο, κάλιο, χλωριούχα, θειικά
όξινα ανθρακικά, νιτρικά, ολικά διαλυμένα στερεά

Αυτά είναι διαλυμένα στοιχεία που μπορεί να υπάρχουν στο νερό σε μικρές ποσότητες.

Πίνακας σύγκρισης

Χρώμα

Νερό ποταμού:

Μεταλλικό νερό:

Θολότητα

Νερό ποταμού:

Μεταλλικό νερό:

pH

Νερό ποταμού:

Μεταλλικό νερό:

TDS / αγωγιμότητα

Νερό ποταμού:

Μεταλλικό νερό:

Στοιχεία που γράφει η ετικέτα του μεταλλικού νερού:

.....

.....

Σκέφτομαι σαν επιστήμονας

C – Ισχυρισμός

Το νερό ποταμού και το μεταλλικό νερό:

είναι ίδια / μοιάζουν σε κάποια σημεία / έχουν διαφορές

Ο ισχυρισμός μου είναι:

.....

E – Αποδείξεις

Οι αποδείξεις μου είναι:

.....

R – Εξήγηση

Το μεταλλικό νερό περνά μέσα από πετρώματα και μπορεί να περιέχει διαλυμένα μεταλλικά στοιχεία. Το νερό του ποταμού ταξιδεύει μέσα από βουνά, κοιλάδες, χώμα, πέτρες και ζωντανά οικοσυστήματα, γι' αυτό μπορεί να επηρεάζεται από το φυσικό περιβάλλον αλλά και από ανθρώπινες δραστηριότητες.

Η εξήγησή μου είναι:

.....

Μικρό συμπέρασμα

Το νερό δεν είναι πάντα ίδιο.

Μπορεί να έχει διαφορετική θερμοκρασία, διαφορετική θολότητα, διαφορετικό pH και διαφορετικά διαλυμένα συστατικά.

Γι' αυτό οι επιστήμονες δεν βασίζονται μόνο σε αυτό που βλέπουν. Χρησιμοποιούν παρατήρηση, μέτρηση και σύγκριση.

Ο Κιού σου ψιθυρίζει

«Το νερό είναι ταξίδι.

Περνά από πέτρες, χώμα, ρίζες και κοιλάδες.

Κουβαλά ιστορίες της γης.

Όταν το παρατηρείς σαν επιστήμονας, μαθαίνεις να το σέβεσαι σαν Φύλακα της Φύσης.»

Μικρή αποστολή στο σπίτι

Διάλεξε ένα μπουκάλι μεταλλικό νερό και διάβασε την ετικέτα του.

Βρες τρία στοιχεία που περιέχει:

-
-
-

Συμπλήρωσε με CER:

C – Ισχυρισμός:

Το μεταλλικό νερό περιέχει:

.....

E – Αποδείξεις:

Το ξέρω γιατί στην ετικέτα γράφει:

.....

R – Εξήγηση:

Αυτά τα στοιχεία υπάρχουν στο νερό επειδή:

.....

Παράθυρο στην παράδοση

Ιούνιος ο Πρωτογιούνιος

Μικρέ μου φύλακα,

Ο Ιούνιος είναι ο έκτος μήνας του χρόνου και ο πρώτος μήνας του καλοκαιριού. Στην Κύπρο τον έλεγαν και Πρωτογιούνιο, γιατί άνοιγε την πόρτα του καλοκαιριού.

Ήταν μήνας γεμάτος φως, ζέστη, καρπούς, αγροτικές δουλειές, γιορτές, πανηγύρια και κοινωνική ζωή. Η άνοιξη έδινε σιγά-σιγά τη θέση της στο καλοκαίρι και οι άνθρωποι παρατηρούσαν προσεκτικά τη φύση, γιατί από αυτήν εξαρτιόταν η ζωή τους.

Μια παλιά κυπριακή παροιμία λέει:

«Ο Μάης με τα τριαντάφυλλα τζι' ο Γιούνιος με τα μήλα.»

Δηλαδή, ο Μάης φέρνει τα άνθη και ο Ιούνιος φέρνει τους πρώτους καρπούς. Έτσι οι παλιοί άνθρωποι έδειχναν πως κάθε μήνας είχε το δικό του δώρο και τον δικό του ρυθμό.

Ο θερισμός και το αλώνισμα

Στην παλιά Κύπρο, ο Ιούνιος ήταν από τους πιο σημαντικούς μήνες για τα σιτηρά.

Οι γεωργοί ξεκινούσαν τον θερισμό. Από νωρίς το πρωί, πριν δυναμώσει πολύ ο ήλιος, ολόκληρες οικογένειες πήγαιναν στα χωράφια. Με τα δρεπάνια έκοβαν τα στάχια του σιταριού και του κριθαριού.

Μετά τον θερισμό ακολουθούσε το αλώνισμα. Τα στάχια μεταφέρονταν στο αλώνι, έναν ανοιχτό κυκλικό χώρο, όπου οι άνθρωποι ξεχώριζαν τον καρπό από το άχυρο. Η δουλειά ήταν δύσκολη, αλλά πολύ σημαντική, γιατί από εκεί ερχόταν το σιτάρι, το αλεύρι και τελικά το ψωμί.

Οι παλιοί γεωργοί παρατηρούσαν ακόμη και τα άστρα. Τη νύχτα της 6ης Ιουνίου εμφανιζόταν στον ουρανό ο αστερισμός των Πλειάδων, που στην κυπριακή παράδοση ήταν γνωστός ως Οπλεία. Πίστευαν πως μέχρι τότε ο θερισμός έπρεπε να έχει ολοκληρωθεί, γιατί αργότερα τα σπαρτά ξεραίνονταν υπερβολικά.

Ο Κιού σου ψιθυρίζει:

«Ο θερισμός μάς θυμίζει πως το ψωμί δεν έρχεται μόνο του. Θέλει γη, ήλιο, νερό, κόπο και συνεργασία.»

Τα πρώτα καλοκαιρινά φρούτα

Τον Ιούνιο, στα ορεινά χωριά της Κύπρου άρχιζαν να μαζεύονται και τα πρώτα καλοκαιρινά φρούτα.

Σε περιοχές όπως η Πιτσιλιά, τα κεράσια είχαν ξεχωριστή θέση. Τα παιδιά τα περίμεναν με χαρά και οι οικογένειες τα μάζευαν προσεκτικά από τα δέντρα.

Την ίδια εποχή, οι άνθρωποι παρατηρούσαν και άλλους καρπούς. Ανάμεσά τους και το πράσινο καρυδάκι, που έπρεπε να μαζευτεί την κατάλληλη στιγμή, από τέλη Μαΐου μέχρι μέσα Ιουνίου, πριν σκληρύνει, για να γίνει γλυκό του κουταλιού.

Έτσι, ο Ιούνιος μάς θυμίζει πως η παράδοση γεννιέται όταν ο άνθρωπος ξέρει να παρατηρεί τον σωστό χρόνο της φύσης.

Ο Κατακλυσμός

Μια από τις πιο γνωστές γιορτές του Ιουνίου στην Κύπρο είναι ο Κατακλυσμός.

Ο Κατακλυσμός γιορτάζεται το τριήμερο του Αγίου Πνεύματος και είναι μια μεγάλη λαϊκή γιορτή που συνδέεται με το νερό, τη θάλασσα, τα πανηγύρια, τα τραγούδια, τους χορούς και τα τσιαττιστά.

Η πανήγυρη του Κατακλυσμού είναι στοιχείο της Άυλης Πολιτιστικής Κληρονομιάς της Κύπρου και συνδέεται με προφορικές παραδόσεις, παραστατικές τέχνες, κοινωνικές πρακτικές, τελετουργίες, εορταστικές εκδηλώσεις και παραδοσιακές χειροτεχνίες.

Η γιορτή γινόταν σε όλες τις παραλιακές πόλεις της Κύπρου, όμως η Λάρνακα έχει ιδιαίτερα σημαντική θέση. Εκεί διοργανώνεται μέχρι σήμερα η μεγαλύτερη πανήγυρη του Κατακλυσμού, στο παραλιακό μέτωπο των Φοινικούδων.

Παλιά, οι άνθρωποι πήγαιναν κοντά στη θάλασσα, έκαναν βαρκάδες, τραγουδούσαν, χόρευαν και καταβρέχονταν με νερό. Σε περιοχές που δεν είχαν θάλασσα, πήγαιναν σε ποταμούς ή πηγάδια και έπαιζαν με το νερό. Τα παιδιά έφτιαχναν πιτσίκλες και πιτσίλιζαν το ένα το άλλο.

Στον Κατακλυσμό γίνονταν διαγωνισμοί παραδοσιακής ποίησης, τραγουδιού, τσιαττιστών, χορών, αυλού, κολύμβησης και άλλων αγωνισμάτων.

Ο Κιού σου ψιθυρίζει:

«Στον Κατακλυσμό, το νερό δεν ήταν μόνο παιχνίδι. Ήταν χαρά, καθαρισμός, γιορτή και σύνδεση με τη ζωή.»

Οι λαμπρατζιές του Άη Γιάννη

Στις 24 Ιουνίου γιορτάζεται η γέννηση του Αγίου Ιωάννη του Προδρόμου.

Την παραμονή της γιορτής, σε πολλά μέρη της Κύπρου άναβαν μικρές φωτιές στους δρόμους ή μπροστά από τα σπίτια. Αυτές οι φωτιές ονομάζονταν λαμπρατζιές.

Ήταν σύνηθες τα παιδιά να πηδάνε πάνω από τη φωτιά και να τραγουδούν : «Ψύλλοι, ψύλλοι φύτετε, τζαι κορκοί ψοφήσετε, τζι ο Άη Γιάννης έρκεται με το κονταροξύλο τζιαι κονταροξυλίζει σας». Με αυτό το τραγούδι ζητούσαν να φύγουν οι ενοχλητικοί ψύλλοι και κοριοί, ενώ ο Άγιος Ιωάννης παρουσιάζεται να τους εξολοθρεύει με το ξύλινο κοντάρι του. Για το λόγο αυτό ο Άγιος Ιωάννης τιμάται και ως Λαμπροφόρος, δηλαδή «φορέας της φωτιάς». Μέσα στη φωτιά έριχναν επίσης τα ξεραμένα μαγιάτικα στεφάνια. Η φωτιά, όπως και το νερό του Κατακλυσμού, είχε συμβολική σημασία. Οι άνθρωποι πίστευαν ότι βοηθούσε να φύγουν το κακό, οι αρρώστιες και ό,τι ενοχλούσε το σπίτι.

Έτσι, ο Ιούνιος είχε δύο δυνατά στοιχεία της παράδοσης: το νερό του Κατακλυσμού και τη φωτιά του Άη Γιάννη.

Οι γάμοι του καλοκαιριού

Ο Ιούνιος ήταν επίσης μήνας χαράς και κοινωνικής ζωής. Σε πολλά χωριά γίνονταν γάμοι, γιατί ο καιρός ήταν καλός και οι οικογένειες μπορούσαν να μαζευτούν.

Ο παραδοσιακός κυπριακός γάμος είχε πολλά έθιμα. Τα σημαντικότερα που διατηρούνται μέχρι σήμερα είναι το στόλισμα του γαμπρού και της νύφης, το ζώσιμο, το κάπνισμα, ο χορός των ρούχων, το ξύρισμα του γαμπρού και η παρασκευή του ρεσιού. Τα έθιμα γίνονταν με τη συνοδεία βιολιού και λαούτου και με τραγούδια που συνδέονταν με κάθε τελετουργία.

Στο σπίτι του γαμπρού γινόταν το ξύρισμα και το στόλισμα. Στο σπίτι της νύφης γινόταν το στόλισμα με τη βοήθεια της κουμέρας. Τα ρούχα χορεύονταν μέσα σε πανέρι, ενώ το ζώσιμο με κόκκινο μαντήλι συμβόλιζε ευχές, προστασία και μετάβαση σε μια νέα ζωή.

Το τραούδι του γάμου

Στον παραδοσιακό κυπριακό γάμο, η μουσική είχε πολύ σημαντική θέση.

Το βιολί και το λαούτο συνόδευαν το στόλισμα, το ξύρισμα του γαμπρού, τον χορό των ρούχων και το ζώσιμο. Τα τραγούδια του γάμου δεν ήταν τυχαία. Κάθε έθιμο είχε το δικό του τραγούδι.

Μέσα από το τραούδι του γάμου, οι συγγενείς και οι φίλοι έδιναν ευχές, πείραζαν με χιούμορ, αποχαιρετούσαν τη νύφη και τον γαμπρό από το πατρικό τους σπίτι και τους συνόδευαν στη νέα τους ζωή.

1. Σήμερα λάμπει ο ουρανός

Αυτό είναι το πιο γνωστό και αγαπημένο τραγούδι που ακούγεται σχεδόν σε κάθε παραδοσιακό κυπριακό γάμο: [1]

Σήμερα λάμπει ο ουρανός, σήμερα λάμπει η μέρα,
σήμερα στεφανώνεται αητός την περιστέρα.

Σήμερα βγαίνει ο Αυγερινός τζιαι ούλλοι οι αστέροι μαύροι,
σήμερα βγαίνει ο βασιλικός να πάει να γονατίσει,
να πάει να γονατίσει την εκκλησιά να προσκυνήσει.

2. Ωρα καλή τζιαι ώρα χρυσή

Το τραγούδι που λέγεται τη στιγμή που ο κουμπάρος ή η οικογένεια ζώνουν τον γαμπρό (ή δίνουν την ευχή τους): [1]

Ωρα καλή τζιαι ώρα χρυσή, τζιαι ώρα ευλογημένη,
ώρα που σμίγουν οι καρκίες τζιαι οι δουλειές γενειμένες.

Κουμπάρε καλορίζικος με την καλήν αντάμαν,
να κάμκετε τζιαι γιους πολλούς να σας βαστούν τα γιόματα.

3. Η αναχώρηση από το σπίτι (Τα Κάπαρη)

Όταν ο γαμπρός ή η νύφη ετοιμάζονται να φύγουν από το πατρικό τους σπίτι:

Βγαίνω τζιαι καληνυχτώ τους τέσσερις τοίχους,
τζιαι τους γονιούς που μ' έθρεψαν με τους πολλούς τους κόπους.



Ο Κυπριακός Γάμος



Ράψιμο του κρεβατιού



Μεταφορά των προικιών



Χοροί του γάμου



Τραγούδια και πλουμίσματα



Το ανδρόγυνο



Ευχές και γιορτή



Ο Κιού σου ψιθυρίζει:

«Όταν ακούμε ένα παλιό τραούδι του γάμου, δεν ακούμε μόνο μουσική. Ακούμε ευχές, μνήμες και τη φωνή της κυπριακής παράδοσης.»

Το κλείσιμο των σχολείων

Για τα παιδιά, ο Ιούνιος είχε ακόμη μια μεγάλη χαρά: το τέλος της σχολικής χρονιάς.

Τα παιδιά αποχαιρετούσαν το σχολείο για το καλοκαίρι και οι γειτονιές γέμιζαν παιχνίδια, φωνές και γέλια.

Έπαιζαν έξω, στις αυλές, στους δρόμους και στις πλατείες.

Παιχνίδια όπως το σχοινί, οι πεντόβολοι, το καπούιν, το κυνηγητό και άλλα ομαδικά παιχνίδια έδιναν στα παιδιά χαρά, κίνηση και παρέα. Έτσι, ο Ιούνιος ήταν για τα παιδιά μήνας ελευθερίας, παιχνιδιού και καλοκαιρινής ξεγνοιασιάς.

Γιατί είναι σημαντικός ο Ιούνιος στην παράδοση;

Ο Ιούνιος είναι σημαντικός γιατί:

συνδέει την άνοιξη με το καλοκαίρι, ανοίγει τον κύκλο της θερινής ζωής, φέρνει τον θερισμό και το αλώνισμα,

μας θυμίζει την αξία του ψωμιού και της γης, φέρνει καρπούς, όπως κεράσια και πράσινα καρυδάκια,

συνδέεται με τον Κατακλυσμό και το νερό, συνδέεται με τις λαμπρατζιές του Άη Γιάννη και τη φωτιά,

ήταν μήνας γάμων, μουσικής και κοινοτικής χαράς, σηματοδοτούσε το τέλος του σχολείου και την αρχή του καλοκαιριού.

Ο Κιού σου ψιθυρίζει

«Ο Ιούνιος στην παλιά Κύπρο ήταν μήνας γεμάτος ζωή.

Η γη έδινε καρπούς, οι άνθρωποι θέριζαν, τα παιδιά έπαιζαν, οι οικογένειες γιόρταζαν, το νερό έφερνε χαρά και η φωτιά του Άη Γιάννη φώτιζε τις γειτονιές.

Όταν γνωρίζουμε τα έθιμα του τόπου μας, κρατούμε ζωντανή την ψυχή της Κύπρου.»

Μικρή σκέψη

Τι από όλα αυτά θα ήθελες να ζήσεις για μία μέρα;

Να πας σε αλώνι; Να μαζέψεις καρυδάκια για γλυκό; Να δεις μια πανηγυρη Κατακλυσμού;

Να ακούσεις βιολί και λαούτο σε παραδοσιακό γάμο; Να δεις λαμπρατζιά του Άη Γιάννη;

Να παίξεις παλιά παιχνίδια στην αυλή;

Γράψε ή ζωγράφισε την απάντησή σου.

Γλωσσάρι του Ιουνίου

Δρεπάνι

Το δρεπάνι είναι ένα παλιό αγροτικό εργαλείο με ξύλινη λαβή και κυρτή μεταλλική λεπίδα. Οι γεωργοί το χρησιμοποιούσαν για να κόβουν τα στάχυα του σιταριού και του κριθαριού την εποχή του θερισμού.

Με απλά λόγια: το δρεπάνι ήταν το εργαλείο του θερισμού.

Αλώνισμα

Το αλώνισμα ήταν η εργασία που γινόταν μετά τον θερισμό. Οι άνθρωποι έπρεπε να ξεχωρίσουν τον καρπό, δηλαδή το σιτάρι ή το κριθάρι, από τα στάχυα και το άχυρο.

Παλιά, αυτό γινόταν με τη βοήθεια ζώων, όπως βόδια ή μουλάρια, που γύριζαν πάνω στο αλώνι πατώντας τα δεμάτια.

Με απλά λόγια: αλώνισμα είναι το ξεχώρισμα του καρπού από το άχυρο.

Αλώνι

Το αλώνι ήταν ένας κυκλικός, ανοιχτός χώρος, συνήθως σε σημείο όπου φυσούσε αέρας. Εκεί οι γεωργοί έφερναν τα δεμάτια με τα στάχυα για να γίνει το αλώνισμα.

Ο αέρας βοηθούσε αργότερα στο λίκνισμα, δηλαδή στο να ξεχωρίσει ο βαρύτερος καρπός από το ελαφρύτερο άχυρο.

Με απλά λόγια: το αλώνι ήταν ο χώρος όπου γινόταν το αλώνισμα.



Ο Κιού σου εξηγεί

«Πρώτα οι γεωργοί θέριζαν με το δρεπάνι. Μετά έπαιρναν τα στάχια στο αλώνι. Εκεί γινόταν το αλώνισμα, για να ξεχωρίσει ο καρπός από το άχυρο. Έτσι ο κόπος της γης γινόταν σιτάρι, αλεύρι και ψωμί.»

Παροιμίες

·«Ο Μάης με τα τραντάφυλλα τζι' ο Γιούνης με τα μήλα...»: Μια πολύ αγαπημένη κυπριακή παροιμία που αναφέρεται στην αλλαγή των εποχών, δηλώνοντας ότι ο Μάης φέρνει τα λουλούδια και ο Ιούνιος τον καρπό και το καλοκαίρι.

·«Από την αρχή του Θεριστή, του δρεπανιού μας η γιορτή»: Ο Ιούνιος σηματοδοτεί την έναρξη του θερισμού, μιας περιόδου γεμάτης δουλειά αλλά και γιορτή για τη σοδειά.

·«Θέρος, τρύγος, πόλεμος, στασιό δεν έχουν»: Παροιμία που υπενθυμίζει ότι ο θερισμός και ο τρύγος (οι σημαντικότερες αγροτικές εργασίες του καλοκαιριού που ξεκινούν τον Ιούνιο) απαιτούν συνεχή προσπάθεια και δεν επιτρέπουν την ξεκούραση μέχρι να ολοκληρωθούν.

·«Τον Ιούνιο αφήνουν το δρεπάνι και σπέρνουν το ρεπάνι»: Δηλώνει το τέλος μιας βασικής καλλιεργητικής περιόδου και την προετοιμασία για τις επόμενες εργασίες του καλοκαιριού.

·«Καλώς τότε το θεριστή, όπου μας εγλιτώνει, και με τα στάρια τα πολλά, το σπίτι μας φορτώνει»: Εγκωμιαστική παροιμία για τον πρώτο μήνα του καλοκαιριού, καθώς η συγκομιδή των σιτηρών εξασφαλίζει την τροφή της χρονιάς.

Ο θερισμός και το αλώνισμα στην παλιά Κύπρο

1. Θερισμός τον Ιούνιο

2. Μεταφορά των σταχυών

3. Αλώνισμα στο αλώνι

4. Σιτάρι, αλεύρι και ψωμί

5. Η Οπλεία στον ουρανό

Στην παλιά Κύπρο ο θερισμός και το αλώνισμα ήταν από τις σημαντικότερες αγροτικές εργασίες.
Από το σιτάρι έρχονταν το αλεύρι και το ψωμί, βασικά αγαθά της ζωής.

ΣΥΝΤΑΓΕΣ

Γεύσεις του Ιουνίου από την παράδοση της Κύπρου

Τον Ιούνιο, η Κύπρος γέμιζε δουλειές, γιορτές και τραπέζια. Οι άνθρωποι θέριζαν, μάζευαν καρπούς, ετοίμαζαν γλυκά του κουταλιού, γιόρταζαν τον Κατακλυσμό και συχνά μαζεύονταν σε γάμους, πανηγύρια και οικογενειακά τραπέζια. Οι συνταγές αυτού του μήνα μάς θυμίζουν πως το φαγητό δεν είναι μόνο τροφή. Είναι μνήμη, φροντίδα, κέρασμα, συνεργασία και παράδοση.

Ρέσι

Το φαγητό του παραδοσιακού κυπριακού γάμου

Το ρέσι είναι ένα από τα πιο γνωστά παραδοσιακά φαγητά του κυπριακού γάμου. Παλιά, όταν γινόταν γάμος στο χωριό, η προετοιμασία του ρεσιού ήταν υπόθεση πολλών ανθρώπων. Συγγενείς, φίλοι και γείτονες βοηθούσαν, γιατί η διαδικασία ήθελε χρόνο, υπομονή και συνεργασία.

Το ρέσι φτιάχνεται με χοντροαλεσμένο σιτάρι και ζωμό από κρέας. Ψηνόταν για πολλές ώρες, συχνά όλη τη νύχτα, μέχρι να γίνει ένας πηχτός, νόστιμος χυλός.

Δεν ήταν απλώς φαγητό. Ήταν μέρος της χαράς του γάμου.

Ήταν ένας τρόπος να συμμετέχει όλη η κοινότητα στη γιορτή.

Ο Κιού σου ψιθυρίζει:

«Το ρέσι μάς θυμίζει πως παλιά η χαρά δεν ανήκε μόνο σε ένα σπίτι. Ανήκε σε ολόκληρο το χωριό.»



Μικρή γνώση

Το ρέσι συνδέεται ιδιαίτερα με τα έθιμα του παραδοσιακού κυπριακού γάμου. Η προετοιμασία του γινόταν με προσοχή και συχνά με τη συνοδεία μουσικής, βιολιού και λαούτου. Ήταν σημαντικό μέρος της κοινότητας, της συνεργασίας και της γιορτής.



Κολοκάσι με κουπέτια

Όταν η γη συναγτά το αμπέλι

Μικρέ μου φύλακα,

Στην κυπριακή κουζίνα υπάρχουν φαγητά που ενώνουν πολλά δώρα της φύσης. Ένα από αυτά είναι το κολοκάσι με κουπέτια.

Το κολοκάσι έρχεται από τη γη. Μεγαλώνει κάτω από το χώμα και μάς θυμίζει πως η φύση κρύβει θησαυρούς εκεί που δεν τους βλέπουμε αμέσως. Τα κουπέτια, από την άλλη, μάς φέρνουν κοντά στο αμπέλι, αφού τυλίγονται με αμπελόφυλλα.

Όταν το κολοκάσι και τα κουπέτια μαγειρεύονται μαζί, δημιουργούν ένα φαγητό γεμάτο γεύση, φροντίδα και κυπριακή παράδοση.



Ο Κιού σου ψιθυρίζει

«Το κολοκάσι έρχεται από τη γη. Το κουπέτι τυλίγεται με φύλλο αμπελιού. Και όταν μαγειρεύονται μαζί, μάς θυμίζουν πως η κυπριακή παράδοση γεννιέται από τη φύση, τον τόπο και τη φροντίδα των ανθρώπων.»



Ημερολόγιο Φύσης – Ιούνιος

Ο μήνας του νερού, των καρπών και της παράδοσης

Όνομα: _____ Ημερομηνία: _____ Τοποθεσία: _____

Καιρός

Ήλιος Λίγα σύννεφα Συννεφιά Αέρας Πολλή ζέστη Δροσιά
 Υγρασία Άλλο: _____ Θερμοκρασία: _____ °C

Τι παρατηρώ γύρω μου;

1. Φυτά

3 φυτά ή δέντρα που είδα:

1. _____ 2. _____ 3. _____

Είδα κάποιο από αυτά;

Καρυδι Κιούλιν Αμπέλι Ελιά Συκιά Πεύκο Πλάτανο Άλλο: _____

2. Καρποί του Ιουνίου

Είδα καρπούς πάνω σε δέντρο ή φυτό;

Ναι Όχι

Αν ναι, τι καρπούς είδα;

Καρύδια πράσινα Κεράσια Σύκα Σταφύλια μικρά Μήλα Άλλο: _____

Οι καρποί ήταν:

Άγουροι Πράσινοι Ώριμοι Σκληροί Μαλακοί Δεν είμαι σίγουρος/η

3. Το καρυδάκι και ο σωστός χρόνος

Παρατήρησα πράσινα καρυδάκια;

Ναι Όχι

Αν ναι, πώς ήταν;

Μικρά Μεγάλα Πράσινα Τρυφερά Είχαν αρχίσει να σκληραίνουν

Το κιούλιν

Παρατήρησα κιούλιν;

Ναι Όχι

Αν ναι, τι πρόσεξα;

Τα φύλλα του Το άρωμά του Τα άνθη του Το χρώμα του Πού ήταν φυτεμένο

Το άρωμά του μου θύμισε: _____

Σκέφτομαι σαν Φύλακας της Φύσης

Τι άλλαξε από την άνοιξη προς το καλοκαίρι;

Περισσότερη ζέστη Λιγότερο νερό Ξηρό χώμα Περισσότεροι καρποί

Περισσότερα έντομα Ξερά χόρτα Άλλο: _____

Μήνυμα του Κιού

Η φύση του Ιουνίου μάς μιλά με νερό, καρπούς, αρώματα και ζωή.

Αν την παρατηρήσεις προσεκτικά, θα δεις πως κάθε πράγμα έχει τον σωστό του χρόνο:

το καρυδάκι να μαζευτεί, το κιούλιν να μοσχοβολήσει, το νερό να δώσει ζωή, και ο άνθρωπος να μάθει να σέβεται και να μοιράζεται τα δώρα της γης.



Αναστοχασμός Ιουνίου

«Ο Ιούνιος της φύσης, του νερού και της παράδοσης»

Αναλογίζομαι...

Τι έμαθα αυτόν τον μήνα για τον Ιούνιο;

- Τι μας μαθαίνει ο Διαρίζος ποταμός για το νερό και τη ζωή;
- Γιατί είναι σημαντική η βιοποικιλότητα στην Κύπρο;
- Τι σημαίνει ότι ένα φυτό ή ζώο είναι ενδημικό;
- Τι μας έμαθε η Φλομής η κυπρία και ο Κυπριακός νεροβάτραχος;
- Γιατί η καρυδιά και το γλυκό καρυδάκι συνδέονται με την παράδοση;
- Πώς το κιούλιν χαρίζει άρωμα στα γλυκά και στις μνήμες μας;

Στοχάζομαι τη φύση και την παράδοση

- Ο Ιούνιος είναι μήνας γεμάτος νερό, καρπούς, αρώματα και φως.
- Η φύση μάς δείχνει πως κάθε πράγμα έχει τον σωστό του χρόνο.
- Το πράσινο καρυδάκι πρέπει να μαζευτεί την κατάλληλη στιγμή.
- Το νερό του ποταμού βοηθά φυτά, ζώα, έντομα και ανθρώπους.
- Η παράδοση γεννιέται όταν οι άνθρωποι παρατηρούν τη φύση και σέβονται τα δώρα της.

Ας σκεφτώ όπως ο Κιού...

Ποια μικρή δράση μπορώ να κάνω για να βοηθήσω τη φύση της Κύπρου;

- Να σέβομαι το νερό και να μην το σπαταλώ.
- Να μην πετώ σκουπίδια σε ποτάμια, μονοπάτια και φυσικούς τόπους.
- Να μαθαίνω για τα ενδημικά φυτά και ζώα της Κύπρου.
- Να παρατηρώ τη φύση χωρίς να την ενοχλώ.
- Να ρωτώ τους μεγαλύτερους για παλιές παραδόσεις, συνταγές και ιστορίες.
- Να θυμάμαι ότι κάθε φυτό, κάθε ζώο και κάθε σταγόνα νερού έχει αξία.

Κουτί γνώσης: Ιούνιος, ο Πρωτογιούνης

Ο Ιούνιος, που παλιά στην Κύπρο τον έλεγαν και Πρωτογιούννη, άνοιγε την πόρτα του καλοκαιριού. Ήταν μήνας θερισμού, καρπών, νερού, γάμων, πανηγυριών και σχολικής χαράς.

Τον Ιούνιο οι άνθρωποι θερίζαν τα σιτηρά, μάζευαν καρπούς, ετοίμαζαν γλυκό καρυδάκι, γιόρταζαν τον Κατακλυσμό και αποχαιρετούσαν το σχολείο για το καλοκαίρι.

Υπόσχεση Φύλακα – Απλώνω το χέρι μου

«Όταν φροντίζω τη φύση, βοηθώ τη ζωή να συνεχιστεί.»

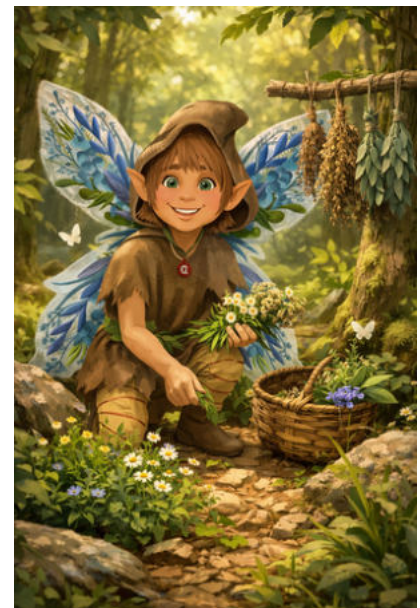
Μικρέ μου φύλακα, ο Ιούνιος σου έδειξε πως η φύση, το νερό και η παράδοση συνδέονται μεταξύ τους. Το καρυδάκι, το κιούλιν, ο ποταμός, τα έντομα, τα πουλιά και οι άνθρωποι είναι κομμάτια μιας μεγάλης αλυσίδας ζωής.

Σκέψου 4 μικρές πράξεις που μπορείς να κάνεις αυτόν τον μήνα για να προστατεύσεις τη φύση και την παράδοση της Κύπρου:

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

Υπόσχεση μήνα

«Κάθε μικρή πράξη μου μπορεί να γίνει δώρο για τη φύση, το νερό και την παράδοση της Κύπρου.»



A graphic of a spiral-bound notebook with a light blue cover and a white page. The spiral binding is pink and located at the top. The page is mostly blank, with the title centered at the top.

Σχέδιο του μήνα!

Σημειώσεις

Σημειώσεις

Σημειώσεις

Σημειώσεις

Σημειώσεις

Σημειώσεις

Σημειώσεις

Σημειώσεις

Σημειώσεις