

Α. ΜΗ ΛΟΓΟΤΕΧΝΙΚΟ ΚΕΙΜΕΝΟ

Εισαγωγικό Σημείωμα

Το κείμενο προέρχεται από την ιστοσελίδα του ιδρύματος με την επωνυμία «Παγκόσμιο Ταμείο για τη Φύση (W.W.F.) – ΕΛΛΑΣ».

Η σωστή και ισορροπημένη διατροφή δεν θωρακίζει μόνο την υγεία μας αλλά και την υγεία του πλανήτη!

Η τροφή μας προέρχεται από τη φύση και εξαρτάται από ένα υγιές περιβάλλον. Για κάθε μπουκιά που φτάνει στο πιάτο μας, χρειάζεται γη για να καλλιεργηθεί, νερό, ενέργεια. Τελικά, αν το σκεφτεί κανείς, η τροφή μάς συνδέει με τη Γη και μας δείχνει ότι την χρειαζόμαστε ακμαία για να είμαστε υγιείς.

Το γεγονός ότι ολοένα και περισσότεροι άνθρωποι ζούμε σε μεγάλες πόλεις προκάλεσε παγκόσμια μεταβολή στις διατροφικές συνήθειές μας. Ακόμα και στην Ελλάδα, η χρυσή «συνταγή» της μεσογειακής διατροφής αντικαθίσταται ολοένα και περισσότερο με διατροφικά μοντέλα που είναι υψηλότερα σε σάκχαρα, λίπη, έλαια και κατανάλωση κρέατος. Αυτές οι διατροφικές συνήθειες, όμως, έχουν ιδιαίτερα μεγάλο «οικολογικό αποτύπωμα»¹.

Για πόσο, όμως, ακόμα η φύση θα μπορεί να μας προσφέρει απλόχερα τα καλούδια της; Σήμερα είμαστε «λαίμαργοι» δυστυχώς, καθώς καταναλώνουμε 1,6 φορές περισσότερους πόρους από όσους μπορεί να μας δώσει ο πλανήτης μας. Το 2050 προβλέπεται ότι ο ανθρώπινος πληθυσμός θα φτάσει τα 9,7 δισεκατομμύρια και ο ένας πλανήτης, ο μοναδικός που έχουμε, θα χρειαστεί να μας θρέψει όλους. Κι όμως, κάθε χρόνο παγκοσμίως το 1/3 των παραγόμενων τροφίμων καταλήγει στον κάδο, την ώρα που 868 εκατομμύρια άνθρωποι υποσιτίζονται. Ήρθε η ώρα να δούμε το πιάτο μας με άλλο μάτι.

ΤΙ ΚΑΝΟΥΜΕ

Ευαισθητοποιούμε γονείς και παιδιά μέσα από δεκάδες δράσεις και πρωτότυπες ιδέες, ενώ συνεργαζόμαστε με κομβικούς «παίκτες» τόσο στην παραγωγή τροφίμων όσο και στην εφοδιαστική αλυσίδα, για να φέρουμε την αλλαγή που οραματιζόμαστε.

Πιο συγκεκριμένα:

- Θέτουμε τις βάσεις για την αλλαγή ενημερώνοντας μαθητές και γονείς για τα οφέλη της σωστής και υγιεινής μεσογειακής διατροφής, καθώς, επίσης, και για τον όγκο της σπατάλης τροφίμων ανά νοικοκυριό. Με την κινητή έκθεση του WWF «Υγιή παιδιά υγιής πλανήτης» ταξιδέψαμε σε όλη την Ελλάδα, «μαγειρεύοντας» έναν καλύτερο κόσμο για τα παιδιά μας. Αυτή τη στιγμή έξι «Καλάθια του Πικνίκ» ταξιδεύουν σε σχολεία της Ελλάδας, της Ρουμανίας και της Τουρκίας, στο πλαίσιο ενός πρωτότυπου προγράμματος που επιχειρεί να αλλάξει τη διατροφή των παιδιών εστιάζοντας στο βιώσιμο κολατσιό στο σχολείο.
- Ενημερώνουμε και ευαισθητοποιούμε τους καταναλωτές για τις περιβαλλοντικές και κοινωνικές επιπτώσεις της υπεραλίευσης, προάγοντας την υπεύθυνη κατανάλωση ψαρικών ως ουσιαστική λύση για ζωντανές θάλασσες, που μπορούν να υποστηρίξουν την ευημερία 800 εκατομμυρίων ανθρώπων παγκοσμίως.
- Μαχόμαστε κατά της κλιματικής κρίσης, κινητοποιώντας τους πολίτες, και ειδικά τους νέους, να υιοθετήσουν μία πιο βιώσιμη διατροφή μειώνοντας πρωτίστως την κατανάλωση κρέατος.
- Συνεργαζόμαστε με ξενοδοχεία της χώρας για να μειώσουμε δραστικά τη σπατάλη τροφίμων στις επιχειρήσεις φιλοξενίας και εστίασης.

¹Αντίκτυπο στο περιβάλλον

ΤΙ ΜΠΟΡΕΙΣ ΝΑ ΚΑΝΕΙΣ

«Δεν κληρονομούμε τον κόσμο από τους προγόνους μας, τον δανειζόμαστε από τα παιδιά μας» λέει μία παροιμία και εμείς μπορούμε να κρατήσουμε «γεμάτο το πιάτο» και για τις επόμενες γενιές. Μικρές αλλαγές μπορούν να κάνουν μεγάλη διαφορά! Κατανάλωσε υπεύθυνα, ανακάλυψε τα οφέλη της βιώσιμης διατροφής για την υγεία σου και το περιβάλλον, θυμήσου τη μαγική συνταγή της μεσογειακής διατροφής και αντί να πετάξεις το περισσευούμενο φαγητό στα σκουπίδια, σκέψου πόσοι εύκολοι τρόποι υπάρχουν για να το αξιοποιήσεις μέχρι την τελευταία μπουκιά! Μέσα από απλές κινήσεις μπορούμε να «μαγειρέψουμε» έναν καλύτερο κόσμο για όλους! Στήριξε το έργο μας για να αλλάξουμε τη συνταγή της διατροφής μας και να εξασφαλίσουμε υγεία σε εμάς και τον πλανήτη!

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

1η δραστηριότητα

A1. α) Αφού διαβάσετε με προσοχή τη δεύτερη και τρίτη παράγραφο του κειμένου «Το γεγονός ... με άλλο μάτι», να παρουσιάσετε με δικά σας λόγια δύο (2) προβλήματα που θέτει το κείμενο σχετικά με το τι προκαλούν στον πλανήτη οι διατροφικές μας συνήθειες.

(μον. 9)

β) Στην τελευταία παράγραφο «Δεν κληρονομούμε ... και τον πλανήτη!» ο συντάκτης του κειμένου καταφεύγει στην επίκληση στο συναίσθημα για να μας πείσει. Να αναγνωρίσετε τρία (3) διαφορετικά μέσα πειθούς (μεταφορικές εκφράσεις, υπερβολές, αντιθέσεις, ρηματικά πρόσωπα, εγκλίσεις, σημεία στίξης) δίνοντας από ένα παράδειγμα για το καθένα.

(μον. 6)

Μονάδες 15

2η δραστηριότητα

A2. α) Στην πρώτη παράγραφο του κειμένου «Η τροφή μας ... είμαστε υγείς» να εντοπίσετε τη θεματική περίοδο, τις λεπτομέρειες/σχόλια και την κατακλείδα.

(μον. 6)

β) Στο απόσπασμα «Θέτουμε τις βάσεις... κολατσιό στο σχολείο» να γράψετε ένα συνώνυμο για καθεμία από τις υπογραμμισμένες λέξεις στις παρακάτω προτάσεις/φράσεις:

«Θέτουμε τις βάσεις», «ενημερώνοντας μαθητές», «επιχειρεί να αλλάξει».

(μον. 9)

Μονάδες 15

3η δραστηριότητα

A3. Συμμετέχεις, ως εκπρόσωπος του σχολείου σου, σε ένα μαθητικό συνέδριο για την Παγκόσμια Ημέρα Διατροφής (16 Οκτωβρίου). Αξιοποιώντας υλικό από το κείμενο και τις προσωπικές σου εμπειρίες, καλείσαι να γράψεις μία ομιλία (200-250 λέξεις) για να πείσεις τους συνέδρους να αλλάξουν τις διατροφικές τους συνήθειες για την «υγεία» του πλανήτη αλλά και τη δική τους.

Μονάδες 20

B. ΔΟΓΟΤΕΧΝΙΚΟ ΚΕΙΜΕΝΟ

Εισαγωγικό Σημείωμα

Πρόκειται για απόσπασμα από το μυθιστόρημα της Σοφίας Νικολαΐδου «Στο τέλος νικάω εγώ», εκδόσεις Μεταίχμιο, 2017, σελ. 20-21. Στο συγκεκριμένο απόσπασμα η δράση των προσώπων τοποθετείται στη Θεσσαλονίκη στη διάρκεια του Α' Παγκοσμίου Πολέμου. Ο Γιωργάκης, το κεντρικό πρόσωπο του αποσπάσματος, με μια αναπηρία στο πόδι του, από μικρός «καθόταν σε μια γωνιά και ζύμωνε τη λάσπη. Έπλαθε μαργαρίτες, τριαντάφυλλα, κρινάκια ίσα με το δάχτυλο». Η μητέρα του, η κυρα-Λένη, καμάρωνε ότι «πιάνουν τα χέρια του με τα αλεύρια και τις ζάχαρες».

Μα τι κάνει ο Γιωργάκης; Τι μπορούσε να κάνει; Δεν σταματούσε η ζωή, επειδή ήταν πόλεμος. Διπλοκλειδωνόταν μες στο μαγαζί και έβαζε την κρέμα του να βράζει. Οι υπάλληλοι ξεφόρτωναν κάθε πρωί το βουβαλίσιο γάλα κι εκείνος πάλευε με τα υλικά στο εργαστήριο. Τι έβαζε, τι έβραζε, τι ανακάτευε, όσο κι αν πάσχιζαν οι υπόλοιποι ζαχαροπλάστες να βρουν το μυστικό, δεν τα κατάφερναν. Πάντως η κρέμα του τον έκανε διάσημο, αυτή και τα ζαχαρωμένα φιογκάκια του. Τα έπλαθε σε χρώματα, ροζ, βιολετί, γαλάζιο, πράσινο και στόλιζε τις πάστες. Κάθε πρωί άλλαζε τη βιτρίνα. Στο κέντρο οι κρέμες, που ήταν διάσημες στην πόλη. Στο πάνω ράφι, η καινούργια πάστα. Πού έβρισκε τόσες ιδέες κι έφτιαχνε κάθε μήνα κι από μία; Πρόσθετε τα ονόματά τους στον κατάλογο, μαστοί της Αφροδίτης, μαύρο τριαντάφυλλο. Γίνονταν μόδα μέσα σε ένα απόγευμα. Στον Ξενοφώντα έμοιαζε ακατανόητο που οι στρατιώτες ξόδευαν λεφτά σε γλυκά. Ο ίδιος ούτε να τα δει, του έφτανε η ρακή και το στραγάλι.

- Μια πάστα κάνει τη ζωή πιο γλυκιά, χαμογελούσε ο Γιωργάκης. Από τον πάγκο του παρακολουθούσε τους πελάτες. Οι ξένοι έμεναν προσώρας² άφωνοι. Έκλειναν τα μάτια για να απολαύσουν την πρώτη κουταλιά. Ο Ντελαρισύ μάλιστα – γάλλος γιατρός που ήξερε να γλεντά και να ξοδεύει – σηκώθηκε και υπέβαλε επισήμως τα σέβη του στον ζαχαροπλάστη. Εκείνος τα έχασε, πρώτη φορά κάποιος έκανε υπόκλιση μπροστά του, πίστευε πως μόνο στις γυναίκες γίνονται αυτά. Ο Ξενοφών έβαλε τα δυο δάχτυλα στο στόμα και σφύριξε λες κι ήταν στο χωριό του, στον Ζαρό. Ακόμα και η κυρα-Λένη το σχολίασε, αυτό του έλειπε του Λαρισύ, Παρίσια και βλακειές. Σαν του παιδιού μου την κρέμα δεν έχει πουθενά.

Ο Γιωργάκης έριχνε κόκκινο πιπέρι στη σοκολάτα, λεμονοανθό στο σιρόπι – αντί για μοσχοκάρφι και γαρίφαλο που έβαζαν οι Τούρκοι. Κρατούσε σημειώσεις σ' ένα τεφτέρι που κουβαλούσε πάντα μαζί του, στην τσέπη της ποδιάς. Με τον καιρό είχε γίνει κουρελόχαρτο, μα ο Γιωργάκης το είχε για ευαγγέλιο. Εκεί έγραφε τις συνταγές. Οφού, μωρέ Γιωργάκη, λες κι είσαι στο σκολειό, γκρίνιαζε ο Ξενοφών. Τι το θες το τεφτέρι, δεν φτάνει που τα σημειώνεις στο μυαλό σου;

²για την ώρα

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

1^η δραστηριότητα

B1. Να παρουσιάσετε σε μία παράγραφο 50-60 λέξεων τον χαρακτήρα του Γιωργάκη, όπως φαίνεται στο συγκεκριμένο απόσπασμα, τεκμηριώνοντας την απάντησή σας με στοιχεία μέσα από το κείμενο.

Μονάδες 15

2^η δραστηριότητα

B2. α) Στο συγκεκριμένο απόσπασμα ο αναγνώστης σχηματίζει την εντύπωση ότι ο αφηγητής είναι πανταχού παρών, γνωρίζει τα πάντα (σκέψεις, συναισθήματα, δράση των προσώπων) και τα αφηγείται (παντογνώστης αφηγητής). Να αναφέρετε τρία (3) σημεία του κειμένου (φράσεις – προτάσεις), όπου φαίνεται αυτό. (μον. 9)

β) «Μια πάστα κάνει τη ζωή πιο γλυκιά, ...» «... μα ο Γιωργάκης το (τεφτέρι) είχε για ευαγγέλιο» Να αναγνωρίσετε ποιο από τα ακόλουθα εκφραστικά μέσα, μεταφορά, παρομοίωση, ασύνδετο σχήμα, χρησιμοποιεί ο αφηγητής σε καθεμία από τις παραπάνω προτάσεις (μον. 2) και ποιο είναι το νόημά τους σε κάθε περίπτωση (μον. 4); **Μονάδες 15**

3^η δραστηριότητα

B3. Ο νεαρός ήρωας του αποσπάσματος φαίνεται να αντιμετωπίζει την τροφή ως μέσο δημιουργικής έκφρασης, προσφοράς και ανάπτυξης σχέσεων. Σας βρίσκει σύμφωνους μια τέτοια στάση ζωής; Να αναπτύξετε την απάντησή σας σε ένα κείμενο 100-150 λέξεων αξιοποιώντας προσωπικά βιώματα και εμπειρίες. **Μονάδες 20**

ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ

A. ΜΗ ΛΟΓΟΤΕΧΝΙΚΟ ΚΕΙΜΕΝΟ

1^η δραστηριότητα

A1.α) Στο κείμενο μεταξύ άλλων αναφέρονται οι επιπτώσεις των διατροφικών συνηθειών του σύγχρονου ανθρώπου στον πλανήτη. Συγκεκριμένα, επισημαίνεται πως η προτίμηση τροφών πλούσιων σε σάκχαρα, λίπη, έλαια και κρέας έχουν σοβαρό αντίκτυπο στο περιβάλλον. Παράλληλα, η κατανάλωση τροφών ξεπερνά κατά πολύ τις υπάρχουσες πρώτες ύλες. Έτσι, στο μέλλον υπάρχει σοβαρό ενδεχόμενο ο πλανήτης να αδυνατεί να καλύψει τις υπάρχουσες επισιτιστικές ανάγκες του πληθυσμού. Την ίδια στιγμή τεράστιες ποσότητες τροφών καταλήγουν ως απορρίμματα, ενώ πλήθος ανθρώπων στερούνται την τροφή.

A1.β) Στην τελευταία παράγραφο ο συντάκτης χρησιμοποιεί ως μέσα πειθούς:

- i) Σημεία στίξης π.χ. θαυμαστικό: «Μικρές αλλαγές μπορούν να κάνουν μεγάλη διαφορά!»
- ii) Μεταφορές π.χ. «μαγική συνταγή»
- iii) β' ενικό ρηματικό πρόσωπο π.χ. «Κατανάλωσε...»

2η δραστηριότητα

A2.α) Η δομή της πρώτης παραγράφου είναι η εξής:

- Θεματική περίοδος: «Η τροφή μας προέρχεται... περιβάλλον.»
- Λεπτομέρειες/ σχόλια είναι η δευτέρα πρόταση: «Για κάθε μπουκιά... ενέργεια.»
- Περίοδος κατακλείδα: «Τελικά, ... υγιείς.»

A2.β) Θέτουμε τις βάσεις: θεμελιώνουμε/ βάζουμε τις βάσεις
Ενημερώνοντας μαθητές: πληροφορώντας/ διαφωτίζοντας μαθητές
Επιχειρεί να αλλάξει: προσπαθεί/ επιδιώκει να αλλάξει

3^η δραστηριότητα

A3.
Αξιότιμοι σύνοδοι, μαθητές και μαθήτριες,
στο πλαίσιο του σημερινού συνεδρίου, ως ευαισθητοποιημένος νέος, λαμβάνω το θάρρος να αναλύσω τις απόψεις μου σχετικά με την αναγκαιότητα επαναπροσδιορισμού των διατροφικών μας επιλογών με σκοπό να διασφαλίσουμε τη βιωσιμότητα του πλανήτη αλλά και τη δική μας.

Ειδικότερα, είναι απαραίτητη η αλλαγή των διατροφικών μας συνηθειών για τον πλανήτη, για τους παρακάτω λόγους:

- Μείωση υπερκατανάλωσης και εξάντλησης των φυσικών πόρων που απαιτούνται (π.χ νερό, ενέργεια), στο πλαίσιο του υπερπληθυσμού, για την παραγωγή τροφίμων, καθώς και περιορισμός χρήσης χημικών λιπασμάτων και φυτοφαρμάκων τα οποία δρουν τοξικά προς τα χερσαία και υδάτινα κυρίως οικοσυστήματα.
- Διατήρηση της βιοποικιλότητας και αποφυγή της κλιματικής κρίσης και της εμφάνισης πανδημιών, όπως ο covid-19. Αποφυγή εξαφάνισης πολλών ειδών μέσω της υπεραλιείωσης, της λαθροθηρίας και της υπερβόσκησης, καθώς και πρόληψη θανατηφόρων ασθενειών που σχετίζονται με την κατανάλωση αμφιβόλου ποιότητας ειδών πανίδας.
- Μείωση εκπομπής διοξειδίου του άνθρακα η οποία εκτοξεύεται λόγω της υπερκατανάλωσης κόκκινου κρέατος σε βάρος οσπρίων και τροφών με φυτικές ίνες που κρίνονται πιο υγιεινές τόσο για τον πλανήτη όσο και για την ανθρώπινη υγεία.
- Άμβλυνση υπερκατανάλωσης τροφής στον Δυτικό κόσμο, που καταλήγει συχνά στα σκουπίδια, τη στιγμή που ο Τρίτος κόσμος υποφέρει από έντονη επισιτιστική κρίση. Έτσι, θα διασφαλιστεί ισορροπία στην υγεία του πλανήτη συνολικά.

Παράλληλα, είναι αναγκαία η αναθεώρηση των διατροφικών μας προτιμήσεων και για την υγεία μας, για τους παρακάτω λόγους:

- Εξασφάλιση καλής υγείας χάρη στην αποφυγή ασθενειών (π.χ. παχυσαρκία, καρκίνος του παχέος εντέρου, υψηλή χοληστερόλη, αρτηριακή πίεση κλπ) που σχετίζονται με την υπερβολική κατανάλωση κόκκινου κρέατος, κορεσμένων λιπαρών και άλλων ανθυγιεινών τροφών.

- Διατήρηση καλής φυσικής κατάστασης, ενίσχυση αντοχών και ενέργειας μέσω μιας διατροφής πλούσιας σε φυτικές ίνες που προέρχονται από την κατανάλωση άφθονων φρούτων και λαχανικών, οσπρίων και δημητριακών καθώς και παρθένου ελαιόλαδου.
- Διασφάλιση ευεξίας και ψυχικής ευδιαθεσίας (χαρά, ευτυχία) μέσω της έκκρισης ενδορφινών ορμονών που οφείλονται στην απόλαυση κατανάλωσης ενός υγιεινού γεύματος, καθώς και στα ευεργετικά απότοκά του σε αντίθεση με την ταχεία, μηχανική και άκριτη συχνά κατανάλωση πρόχειρου φαγητού που είναι πλήρως αποδεδειγμένη από κάθε ψυχική ικανοποίηση.
- Έμφαση στη μεσογειακή διατροφή η οποία στηρίζεται στο ελαιόλαδο, τα φρούτα, τα λαχανικά, τα όσπρια, τροφές που εγγυώνται μακροβιότητα και καλή ψυχική υγεία.
- Αποφυγή και άλλων αρνητικών έξεων, όπως το κάπνισμα και το αλκοόλ, που σχετίζονται με την κατανάλωση ανθυγιεινού φαγητού καθώς και ένταξη του αθλητισμού στη ζωή και την καθημερινότητα, πλαισιώνοντας ένα συνολικά υγιεινό μοντέλο ζωής.

Αγαπητοί σύνεδροι, με βάση τα παραπάνω, διαπιστώνουμε ότι η επιλογή υγιεινών διατροφικών συνηθειών θα απαλλάξει τόσο τον πλανήτη όσο και εμάς από θανατηφόρους κινδύνους που σχετίζονται με μια ανθυγιεινή διατροφή.

Σας ευχαριστώ για την αμέριστη προσοχή σας.

B. ΛΟΓΟΤΕΧΝΙΚΟ ΚΕΙΜΕΝΟ

1^η δραστηριότητα

B1. Στο απόσπασμα απεικονίζεται ο χαρακτήρας του βασικού ήρωα. Πρόκειται για έναν νέο που σε χρόνια πολέμου δεν χάνει το ενδιαφέρον του για τη ζωή και με διάθεση πειραματισμού αποδεικνύεται δημιουργικός και εφευρετικός («που έβρισκε ...μιά;»). Με επιμονή, στοχοπροσήλωση και εργατικότητα οδηγείται στην διάκριση («Οι ξένοι έμεναν...κουτάλια»). Τέλος, ο ήρωας εμφανίζεται οργανωτικός, σχολαστικός, χωρίς να αφήνει τίποτα στην τύχη, αποσκοπώντας στην εξέλιξη («κρατούσε σημειώσεις... ποδιάς.»).

2^η δραστηριότητα

B2.α Στο συγκεκριμένο απόσπασμα ο αφηγητής είναι παντογνώστης, ο οποίος γνωρίζει τις μύχιες σκέψεις, τα συναισθήματα και τη δράση των ηρώων, καθώς δεν αποτελεί δρον πρόσωπο της ιστορίας, αλλά αποστασιοποιημένο παρατηρητή.

Τα παραπάνω επιβεβαιώνονται από τα ακόλουθα χωρία:

- «Τι έβαζε, τι έβραζε ,τι ανακάτευε, όσο κι αν πάσχιζαν ...δεν τα κατάφερναν.»,
- «Εκείνος τα έχασε, πρώτη φορά κάποιος έκανε υπόκλιση μπροστά του, πίστευε πως μόνο στις γυναίκες γίνονται αυτά.»,
- «Με τον καιρό είχε γίνει κουρελόχαρτο, μα ο Γιωργάκης το είχε για ευαγγέλιο.»

B2.β. «Μια πάστα κάνει τη ζωή πιο γλυκιά...»: Πρόκειται για μεταφορά με την οποία ο ήρωας εκφράζει την άποψή του για τη σημασία του γλυκού στη ζωή του ανθρώπου, ειδικά σε περιόδους δύσκολες, όπως ο πόλεμος. Μπορεί μέσα σ' αυτές τις συνθήκες το γλυκό να αποτελεί πολυτέλεια, εντούτοις προσθέτει ένα τόνο ευχαρίστησης και αισιοδοξίας.

«...μα ο Γιωργάκης το (τεφτέρι) είχε για ευαγγέλιο»: Πρόκειται για παρομοίωση μέσω της οποίας ταυτίζει την αξία που είχε για τον ήρωα το «τεφτέρι» με την ιερότητα του ευαγγελίου. Αυτό αποδεικνύει τη σημασία που ο ίδιος απέδιδε στη ζαχαροπλαστική και την αφοσίωσή του σ' αυτήν.

3^η δραστηριότητα

B3. Ο Γιωργάκης, όπως φαίνεται και στο απόσπασμα, αντιλαμβάνεται την τροφή με έναν τρόπο ευρύτερο, και όχι ως ένα απλό μέσο για την κάλυψη βιολογικών αναγκών. Μέσα από τα γλυκά του όχι μόνο ξεδιπλώνει την φαντασία και την δημιουργικότητά του («Τα έπλαθε... τριαντάφυλλο.»), αλλά προσπαθεί να «κάνει τη ζωή πιο γλυκιά», θυμίζοντας στους πελάτες του, ότι παρά τον πόλεμο η ζωή συνεχίζεται.

Πράγματι, η τροφή αποτελεί βασικό μέσο όχι μόνο έκφρασης της δημιουργικότητας ενός ανθρώπου αλλά και κοινωνικοποίησης. Οποτε έχω αποτολμήσει να ασχοληθώ με την μαγειρική, πάντοτε προσπαθώ να πειραματιστώ με καινούργιες τεχνικές, νέα υλικά και γεύσεις, δίνοντας παράλληλα πολλή προσοχή και στην εμφάνιση των πιάτων μου, ώστε με τους συνδυασμούς των χρωμάτων και των σχημάτων να θυμίζουν μικρά έργα τέχνης. Πρωτίστως, όμως, αυτό που με ενδιαφέρει είναι κάθε φορά μέσα από την μαγειρική μου να προσφέρω στους φίλους και την οικογένειά μου χαρά και απόλαυση. Εξάλλου, ορισμένες από τις πιο ευχάριστες μνήμες μου περιλαμβάνουν στιγμές φαγητού, είτε αυτό ήταν μια τούρτα γενεθλίων φτιαγμένη με αγάπη από την μητέρα μου, είτε τα οικογενειακά τραπέζια στις γιορτές, όπου βρισκόμαστε όλοι μαζί.

Επιμέλεια:

**Χρονάκη Κατερίνα • Μακρυνγιαννάκη Κατερίνα • Φαρσάρη Ελένη
Μανδαλάκη Στέλλα • Δασκαλάκη Ιωάννα • Ξυδάκης Μύρων
Λιναρδάκη Μαριάννα • Ξυδάκη Κατερίνα**