



# Το μονοπάτι

Τεύχος 2

Δημοτικό Σχολείο Κρουονερίου Κορινθίας  
Πρόγραμμα Περιβαλλοντικής εκπαίδευσης 2005 / 2006

Νοέμβριος / Δεκέμβριος 2005



Ανάπτυξη παντός. Ανάπτυξη για όλους.

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΕΘΝΙΚΗΣ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ  
ΕΙΔΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΕΠΕΑΕΚ

ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΕΝΩΣΗ

ΣΥΓΧΡΗΜΑΤΟΔΟΤΗΣΗ  
75% ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΤΑΜΕΙΟ  
25% ΕΘΝΙΚΟΙ ΠΟΡΟΙ



## Περιβαλλοντική ομάδα του σχολείου



### Πανεπιστήμιο Αιγαίου

#### Περιεχόμενα

Εισαγωγή	1
Αφιέρωμα στο .....	1
.....πολυτεχνείο	2
Οι φύλλοι στο .....	3
Οικολογικά προβλήματα	3
Μαθήματα Η.Υ. στο Κρουονέρι	3
Απόβλητα και συνέπειες...	5
Μικρό λεύκωμα..	6

Για δεύτερη συνεχή χρονιά έχουμε σκοπό να προχωρήσουμε σε δράσεις με την περιβαλλοντική ομάδα του σχολείου μας. Πιστεύουμε ότι η θεσμοποίηση, αυτών των δράσεων, είναι πολύ σημαντική για το Κρουονέρι, καθώς μαθαίνει τα παιδιά να ανακαλύψουν

και να σεβαστούν την υπέροχη φύση γύρω από το χωριό. Δυστυχώς το Κρουονέρι κατατάσσεται με διαφορά στα πιο βρώμικα χωριά στην Κορινθία. Μπαίνοντας στο χωριό μας καλωσορίζει η πρώτη χωματερή με



πολλά σκουπίδια και μπάζα. Παρότι υπάρχει απαγορευτική πινακίδα πολλοί την αγνοούν. Στο υπέροχο περιβαλλοντικό μονοπάτι και στον μικρό μας καταρράχτη τα σκουπίδια κάνουν την εμφάνισή τους δείχνοντας ότι πολλοί αγνοούν την ύπαρξη κάδων σε πολλά σημεία στο χωριό. Αυτά και πολλά άλλα μας κάνουν να αγανακτούμε. Καλούμε λοιπόν την τοπική αυτοδιοίκηση και τους κάτοικους του χωριού να δράσουν ο καθένας με τον δικό του τρόπο για ένα καθαρό Κρουονέρι. Γιατί τα παιδιά το αξίζουν. Η φύση δεν μας ανήκει την δανειζόμαστε από τους απογόνους μας.

Αλέξανδρος Σουβατζής

## Αφιέρωμα στο πολυτεχνείο

Στην Ελλάδα ήταν μια ομάδα ανθρώπων που νόμιζαν ότι είχαν πολλή δύναμη. Μετά από καιρό οι Έλληνες τους ονόμασαν τυράννους ,γιατί ταλαιπωρούσαν τους ανθρώπους. Οι άνθρωποι που εφαρμόσαν την δικτατορία στην Ελλάδα ήθελαν να είναι μόνο αυτοί στην εξουσία, χωρίς τη γνώμη του λαού, γι' αυτό δεν έκαναν εκλογές. Παραβίαζαν τους γραπτούς και ηθικούς νόμους ,αδικούσαν και εκμεταλλεύονταν τον κόσμο. Σιγά-σιγά όμως άρχισαν οι άνθρωποι να ανησυχούν για το μέλλον το δικό τους και

των παιδιών τους. Έβλεπαν την αδικία ,έβλεπαν την εκμετάλλευση και αγανακτούσαν. Έτσι φτάσαμε στην ημέρα του Πολυτεχνείου του 1973. Στους αγώνες που έγιναν στην Ελλάδα το Πολυτεχνείο έπαιρνε μέρος πάντα με τους δικούς του τρόπους. Στις εκλογές που έκαναν οι φοιτητές, οι δικτάτορες έβαζαν δικούς τους ανθρώπους να φυλάνε τις κάλπες και τη νύχτα άλλαζαν τα εκλογικά αποτελέσματα. Οι φοιτητές κλεινόνται στο Πολυτεχνείο και αρχίζουν τον αγώνα. Κατασκευάζουν Ραδιοφωνικό σταθμό μέσα στο κτίριο του Πολυ-



τεχνείου στους 1050 χιλιοκίλους και μεταδίδουν τον ενθουσιασμό τους σε ολόκληρη την Ελλάδα. Ο κόσμος που τους ακούει συγκινείται και ξεσηκώνεται. Τα τραγούδια , οι φωνές των φοιτητών φτάνουν στ' αυτιά των Αθηναίων σαν βάλσαμο και μήνυμα ελπίδας. Χιλιάδες ήταν εκείνοι που τους συμπαραστέκονταν. Βοηθούσαν τους φοιτητές μεταφέροντας τρόφιμα , κουβέρτες και φάρμακα μέσα σε καλάθια ,που τους έδιναν από τα κάγκελα ,για να έχουν εφόδια όσες μέρες θα έμεναν κλεισμένα τα παιδιά στο άσυλο του πολυτεχνείου. > σελ. 2

Λίγες ώρες πριν κλειστούν οι φοιτητές στο Πολυτεχνείο, βγαίνουν στους δρόμους και φωνάζουν συνθήματα εναντίον της δικτατορίας. Γράφουν με μαρκαδόρους και σπρέι στους τοίχους, στους δρόμους, στα τρόλκεί, στα φορητά, στα ταξί: **OXI ΣΤΗ ΔΙΚΤΑΤΟΡΙΑ, OXI ΣΤΗ ΣΤΕΡΗΣΗ ΤΗΣ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑΣ ΜΑΣ. ΑΔΕΡΦΙΑ ΜΑΣ, ΕΝΩΘΕΙΤΕ ΜΑΖΙ ΜΑΣ. ΨΩΜΙ, ΠΑΙΔΕΙΑ, ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ.**

Τα μεγάφωνα στο μεταξύ φώναζαν ότι ο αγώνας έχει μεταφερθεί παντού: Στα εργοστάσια, στη ΔΕΗ, στον ΟΤΕ, στα θέατρα, στα κλειστά σπίτια, στα μαγαζιά κ.α. Οι φοιτητές τραγουδούσαν άφοβα και γεμάτοι ενθουσιασμό μέσα και έξω από το Πολυτεχνείο. Το γνωστό τραγούδι του ποιητή μας Οδυσσέα Ελύτη ακούγεται παντού.

Καθώς προχωρά η δεύτερη

μέρα 5000 άτομα πλησιάζουν το Πολυτεχνείο από την Πατησίων. Οι άνθρωποι σαν τα μελίτσια όταν πειράξεις την κυνέλη τους, ξεχνόνται στους δρόμους. Η αστυνομία παίρνει διαταγές να επιτεθεί σ' αυτή την κοσμοπλημμύρα. Οι αστυνομικοί δεν είναι αρκετοί και ζητάνε ενισχύσεις. Και αργά την, ίδια μέρα, κάνουν την εμφάνισή τους τα τεθωρακισμένα στους δρόμους της Αθήνας.

Παρασκευή βράδυ, 16 Νοεμβρίου, η εικόνα της Αθήνας είναι αυτή: Η πόλη είναι βυθισμένη στο σκοτάδι και μόνο οι φωτιές ανάβουν στους δρόμους. Οι δικτάτορες προσπαθούν να δείξουν ψυχραιμία. Από τα μέσα μαζικής ενημέρωσης, τηλεοράσεις και ραδιόφωνα, ενημερώνουν τον κόσμο όπως αυτοί θέλουν: «Αναρχικά στοιχεία, ταραξίες της κοινής ησυχίας προκαλούν επεισόδια άνευ λόγων. Θα επέμβουμε για το καλό όλων μας».

Πολυτεχνείο. «Δε θα μας χτυπήσετε, αδέρφια μας. Όχι δε θα μπορέσετε να το κάνετε. Εσείς είστε εμείς και εμείς είμαστε εσείς. Πώς είναι δυνατόν να σκοτώσετε τα αδέρφια σας;» Αυτή η φωνή τους ακουγόταν παντού, στα περίπτερα, στα ταξί, στα σπίτια, στα μικρομάγαζα της Αθήνας. Η ώρα είναι 2.58 π.μ. Το τάνκ που προορίζεται για την ισοπέδωση της πικρής Αλήθειας ξεκινά, προχωρεί και γκρεμίζει τα κάγκελα μαζί με την πύλη του Πολυτεχνείου, χωρίς να υπολογίζει τους φοιτητές που κρέμονται πάνω σ' αυτά.

Με το γκρέμισμα της πύλης, η αστυνομία, που περιμένει απ' έξω μπαίνει στον περίβολο του πολυτεχνείου, πυροβολώντας και χτυπώντας τους έντρομους φοιτητές.

Ακολούθησαν συλλήψεις, βασανιστήρια αλλά και ...το πιο καιριο πραγματικά χτύπημα εναντίον την ξενοκίνητης χούντας. Η αρχή του Τέλους της είχε ξεκινήσει και η θυσία των φοιτητών την επισφράγισε!!

(Αργύρης Σταθακόπουλος, Πέτρος Κλημεντιάτης, ΣΤ' Δημοτικού, 17 Νοεμβρίου 2005)

Έτσι δίνουν διαταγές, το Σάββατο 17 Νοεμβρίου, στα τεθωρακισμένα να καταπνίξουν την εξέγερση. Αμέσως μετά τα μεσάνυχτα τα Τανκ προχωρούν στη Λεωφόρο Αλεξάνδρας και τη Βασιλίσσης Σοφίας και σταματούν μπροστά από το Πολυτεχνείο. Οι αρχηγοί της δικτατορίας κρύβονται σαν τα ποντίκια στις τρύπες τους και παρακολουθούν τα γεγονότα. Το να συλλάβουν δυο-τρία άτομα ήταν εύκολο και το συνήθιζαν, δεν μπορούσαν όμως να συλλάβουν χιλιάδες άτομα!!!

Στο μεταξύ οι φοιτητές σηκώνουν όλα τα πανό. Τα μεγάφωνα τους και ο πομπός κραυγάζουν: «Αδέρφια μας στρατιώτες, αδέρφια μας στρατιώτες, το ξέρουμε δεν θα μας χτυπήσετε, Όχι, αδέρφια μας φαντάροι, δεν θα το κάνετε αυτό, κάτω από τις στολές σας έχετε καρδιά!!!» Πρέπει να συνεδριάσει η συντονιστική επιτροπή του

Πολυτεχνείου, για να αποφασίσει τι θα κάνουν. Την ίδια στιγμή φτάνουν ο Εισαγγελέας και ο Διευθυντής της Αστυνομίας και ζητούν από τους φοιτητές να εγκαταλείψουν το Πολυτεχνείο. Οι φοιτητές όμως γνωρίζουν ότι αν το δεχτούν αυτό, ο αγώνας τους θα πάει χαμένος. Οι διαπραγματεύσεις μένουν χωρίς αποτέλεσμα και τα τανκ είναι σε απόσταση αναπνοής από τους φοιτητές.

Μάτια ορθάνοιχτα, χέρια γαντζωμένα στα κάγκελα, στόματα να τραγουδούν τραγούδια για την Λευτεριά, manáδες να κλαίνε για τα παιδιά τους. Όλος ο κόσμος με ανοιχτά τα ραδιόφωνα και με κομμένη την ανάσα παρακολουθεί τα γεγονότα. Ένα μέτρο χωρίζει τη ζωή από το θάνατο εκείνη την ώρα. Θα μείνουν ακίνητα τα τανκ; Θα προχωρήσουν; «Ζήτω το ελεύθερο φρόνημα των φαντάρων μας!!» και πάλι ακούγεται από τη φωνή του εκφωνητή, μέσα από το



**Η ελευθερία κατακτάται με αγώνες και θυσίες**

## Οι .....ψύλλοι στο Κρυονέρι

Ο ψύλλος είναι ένα ζώο επιβλαβές. Οι ψύλλοι έχουν πλατύ κεφάλι, ζεύγος σύνθετων ματιών και τρία απλά μάτια. Οι κεραίες τους είναι απλές και μικρές. Οι ψύλλοι ζουν παρασιτικά σε βάρους διάφορων θηλαστικών, πτηνών και του ανθρώπου απορροφώντας το αίμα τους. Ο ψύλλος που ζει παρασιτικά επί του ανθρώπου είναι ο ψύλλος ο ερεθιστικός. Κατά κανόνα απομυζά αίμα περισσότερο από αυτό που χρειάζεται (και πολύ λαιμαργία). Κατοικεί σε κατεστραμμένα ξύλινα δάπεδα (παρκέ) όπου και γεννά τα αυγά του.

Λοιπόν αυτά τα δύο τελευταία χρόνια αυτό το ζώο υπάρχει στο Κρυονέρι σε έξαρση (ήρθε για καθαρό αέρα). Ο διευθυντής του δημοτικού σχολείου μας έχει επισημάνει τα κρούσματα των ψύλλων και των τσιμπημάτων τους και μας έχει δώσει οδηγίες αποφυγής με απωθητική αλοιφή και απολυμάνσεις σε χώρους με ζώα. Εκτός απ' τον ψύλλο

το ζώο υπάρχει και ένας άλλος <<ψύλλος>>!!!!

Αυτός ο <<ψύλλος>> δεν είναι τίποτα άλλο παρά μία ταινία του Δημήτρη Σπύρου. Μιλάει για ένα παιδάκι του δημοτικού σχολείου που έγραφε μία εφημερίδα που την έλεγαν <<ψύλλος>>. Αυτή την ταινία αξίζει να την δείτε.

Νίκος Γεωργόπουλος Ε' Τάξη



## Οικολογικά προβλήματα

Ο άνθρωπος έχει το δικαίωμα αλλά και την υποχρέωση να ζει σε ένα όμορφο φυσικό περιβάλλον. Το δικαίωμα όμως αυτό στην σημερινή εποχή έχει καταρτηθεί. Καθημερινά ο άνθρωπος καταστρέφει το περιβάλλον με άγριο τρόπο. Δάσος, καθαρές ακτές, καθαρός αέρας δεν υπάρχουν πια, γιατί ο άνθρωπος με τις επιπόλαιες πράξεις του τα έχει καταστρέψει. Μα αυτό **πρέπει** να σταματήσει.

Το δάσος μας δίνει οξυγόνο, προσφέρει την ξυλεία του και συντελεί στην εξέλιξη της ανθρώπινης κοινωνίας. Με την συγκράτηση και αποθήκευση των νερών της βροχής προφυλάσσει τις πεδιάδες (τα χωράφια και σπίτια μας δηλ.) από τις πλημμύρες και μας δίνει πόσιμο νερό. Είναι πνεύμονας υγείας, ξεκούρασης και ηρεμίας. Κάποτε ο Σατωβριανδός είχε πει: <<Τα δάση ήταν οι πρώτοι ναοί της θεότητας και οι άνθρωποι πήραν από αυτά την πρώτη ιδέα της αρχιτεκτονικής>>.

Τα εργοστάσια που υπάρχουν σήμερα εκτός από πλεονεκτήματα παρουσιάζουν και μειονεκτήματα. Μολύνουν τις ακτές με τα απόβλητα και με τα αέρια τον ουρανό. Αυτό όμως πρέπει να σταματήσει. Ελάχιστα εργοστάσια πρέπει να λειτουργούν και το κράτος πρέπει να βρει άλλη δουλειά στους άνεργους εργάτες των κλειστών εργοστασίων.

Οι πόλεμοι είναι κι αυτοί ένας λόγος καταστροφής του φυσικού περιβάλλοντος. Ας θυμηθούμε τι είχε συμβεί κατά την διάρκεια του Β' παγκοσμίου πολέμου στην Χιροσίμα και το Ναγκασάκι με την έκρηξη της ατομικής βόμβας. Πολλοί άνθρωποι είχαν χάσει την ζωή τους και άλλοι είχαν προσβληθεί από αρρώστιες. Επίσης τα δηλητηριώδη αέρια προκάλεσαν μεγάλες καταστροφές στο οικοσύστημα.

Γι' αυτό όλοι μας πρέπει να προστατεύσουμε το περιβάλλον που ζούμε. Αν οι μεγάλοι (γονείς, παππούδες κλπ.) δεν μπορούν ή δεν θέλουν ας το προστατεύσουμε εμείς και ας γίνουμε παράδειγμα για αυτούς.

Μέσα από αυτό το κείμενο θα ήθελα να πείσω τους μεγάλους να μην είναι επιπόλαιοι προς την φύση μας. Εμείς τα παιδιά δεν θα μπορούσαμε ποτέ να έχουμε ζωή γιατί θα την έχετε καταστρέψει νορίτερα εσείς οι ίδιοι.

Χριστίνα Ραφτοπούλου.

Το κείμενο αυτό έχει γραφτεί αρκετά χρόνια πριν και βρισκόταν στο αρχείο του σχολείου. Είναι τόσο επίκαιρο όσο ποτέ. AS

## Μαθήματα Ηλεκτρολογικών Υπολογιστών

Στο χωριό μας, με πρωτοβουλία του Διευθυντή του Σχολείου μας, κ. Παπαγεωργάκη Παναγιώτη, γίνονται μαθήματα πληροφορικής στους γονείς. Το πρόγραμμα αυτό ονομάζεται ΗΡΩΝ και τα μαθήματα γίνονται τις απογευματινές ώρες στο εργαστήριο πληροφορικής του γυμνασίου. Μέχρι τώρα έχουν δηλώσει συμμετοχή περίπου 35 γονείς και ήδη λειτουργεί το πρώτο τμήμα με 12 γονείς και ενήλικες κάθε Τρίτη και Πέμπτη.

Είναι μια αξιόλογη πρωτοβουλία που ανέλαβε το σχολείο μας γιατί η πληροφορική είναι το μέλλον. Είναι χρήσιμο οι γονείς να ξέρουν να χειρίζονται Κομπιούτερ για τον εαυτό τους αλλά και για τα παιδιά τους.



## Χριστούγεννα σημαίνουν...

«Σκέψεις και συναισθήματα που δημιουργεί ο ερχομός τους»

Τα Χριστούγεννα είναι η καλύτερη γιορτή για όλους και ειδικά για τα παιδιά που την περιμένουν με αγωνία. Έχουν μείνει λίγες μέρες και όλοι βιάζονται να κάνουν τα ψώνια τους. Η αγορά είναι γεμάτη από ανθρώπους που πάνε κι έρχονται, κρατώντας σακούλες. Οι βιτρίνες είναι γεμάτες στολίδια, πολύχρωμα φωτάκια, μπαλάκια, δέντρα, Αι-Βασίληδες. Σε μερικές έχουν φτιάξει και φάντες. Ο Δήμος έχει στολίσει τους κεντρικούς δρόμους του χωριού με πολύχρωμα φωτάκια που μεταδίδουν μια γιορτινή μαγεία.

Εγώ όμως περιμένω με λαχτάρα την παραμονή που θα πούμε τα κάλαντα! Έχω έτοιμο το τριγωνάκι μου. Με τους φίλους μου τα έχουμε συζητήσει και είμαστε έτοιμοι. Σκεφτήκαμε πού πρέπει να πάμε. Δεν πρέπει να ξεχάσουμε κανένα συγγενή ή φίλο μας.

Πόσο χαίρομαι τώρα που πλησιάζουν τα Χριστούγεννα! Μ'αρέσουν όλα γύρω μου που είναι χαρούμενα και στολισμένα. Όλα περιμένουν τη μεγάλη γιορτή: τη γέννηση του χριστού μας όπου η γλυκιά μελωδία των αγγέλων θα στείλει το χαιρετισμό στη γη: **«Δόξα εν υψίστοις θεώ και επί γής ειρήνη».** **Πανάγου Παγώνα ΣΤ΄ Τάξη**

Τα Χριστούγεννα είναι η μεγαλύτερη γιορτή της Χριστιανοσύνης γιατί γιορτάζουμε τη γέννηση του Θεανθρώπου. Σε λίγες μέρες τα σχολεία κλείνουν κι εμείς τα παιδιά θα βοηθήσουμε στις ετοιμασίες για στόλισμα, μελομακάρονα, κουραμπιέδες, δίπλες και μπακλαβάδες. Η πιο ωραία στιγμή είναι η ώρα του στολίσματος του δέντρου.

Την παραμονή θα πάμε από σπίτι σε σπίτι για τα κάλαντα. Οι δρόμοι θα γεμίσουν από παιδιά και οι γλυκές φωνούλες θα αντηχούν σαν αγγελικές μελωδίες. Το βράδυ της παραμονής θα γεμίσουμε τη γαλοπούλα για το χριστουγεννιάτικο τραπέζι που θα είναι γεμάτο με όλες τις λιχουδιές.

Αυτές τις χαρούμενες μέρες όμως δεν πρέπει να σκεφτόμαστε μόνο τον εαυτό μας. Υπάρχουν πολλές οικογένειες που αυτές τις μέρες δεν έχουν ούτε φαγητό, ούτε στολισμένο δέντρο ούτε δώρα αλλά ούτε μια ζεστή γωνιά. Άλλοι βρίσκονται στα νοσοκομεία ή σε γηροκομεία και άλλοι στους δρόμους. Επίσης σε μερικά μέρη της γης γίνονται πόλεμοι κι ο κόσμος υποφέρει. Γι αυτό τέτοιες μέρες πρέπει να σκεφτόμαστε κι αυτούς και με κάθε τρόπο να προσφέρουμε ότι μπορούμε. Ακόμα κι ένα γλυκό χαμόγελο μπορεί να προσφέρει ευτυχία.

Αυτές τις μέρες πρέπει να παρακαλούμε το χριστό να βοηθήσει όλους αυτούς που υποφέρουν και να χαρίζει υγεία και αγάπη σ' όλο τον κόσμο. Όλοι οι άνθρωποι να είναι αγαπημένοι αυτή την Άγια Νύχτα. **«Άγια Νύχτα σε προσμένουν με χαρά οι Χριστιανοί».** **Αθανασία Αναγνωστοπούλου, ΣΤ΄ Τάξη**

Τα Χριστούγεννα είναι μια από τις μεγαλύτερες γιορτές των Χριστιανών. Όλοι οι άνθρωποι περιμένουν με αγωνία τις γιορτές αυτές κι εμείς τα παιδιά περισσότερο. Φέτος στολίσουμε την τάξη μας πολύ όμορφα. Στα σπίτια μας έχουμε επίσης, αρχίσει τις προετοιμασίες. Εγώ με την αδερφή μου στολίσουμε το δέντρο, η μητέρα μου με την αδερφή μου έφτιαξαν γλυκά. Η μαμά έχει αρχίσει από μέρες να καθαρίζει τα πάντα μέσα στο σπίτι. Έχει στρώσει γιορτινά τραπεζομάντιλα, έχει στολίσει το σπίτι με όμορφα στολίδια. Εμείς τα παιδιά είμαστε χαρούμενα για την Παραμονή των Χριστουγέννων, γιατί λέμε τα κάλαντα. Έχουν κλείσει τα σχολεία για δεκαπέντε μέρες. Θα ευχαριστηθούμε ξεκούραση και παιχνίδι. Φέτος τα Χριστούγεννα θα ήθελα ο Χριστούλης να φέρει Υγεία και Αγάπη στην οικογένειά μου. Σε εμένα Υγεία και καλούς βαθμούς. Ακόμα να φέρει Ειρήνη και φαγητό σ' όλα τα παιδιά του κόσμου. Στους μεγάλους να δώσει φώτιση να σταματήσουν οι πόλεμοι, για να υπάρχει παντού Ειρήνη. Τα Χριστούγεννα είναι από τις πιο ωραίες γιορτές του χρόνου.

Οι Χριστουγεννιάτικες εικόνες είναι χαραγμένες βαθιά στο μυαλό μου. Με λαχτάρα περιμένο και τα επόμενα Χριστούγεννα, να νιώσω πάλι χαρά και συγκίνηση. **Παναγιώτης Πανάγου, Ε΄ Τάξη**



Τεχνική υποστήριξη προγράμματος: **Κέντρο Διαπολιτισμικών Προγραμμάτων & Ανταλλαγών Νέων "Φιλοξενία"**

Αλέξανδρος Σουβατζής —Υπεύθυνος περιβαλλοντικών προγραμμάτων