

ΤΑΞΗ: 3<sup>η</sup> ΤΑΞΗ ΕΠΑ.Λ.

ΜΑΘΗΜΑ: ΝΕΟΕΛΛΗΝΙΚΗ ΓΛΩΣΣΑ/ΓΕΝΙΚΗΣ ΠΑΙΔΕΙΑΣ

Ημερομηνία: Μ. Τετάρτη 24 Απριλίου 2019

Διάρκεια Εξέτασης: 3 ώρες

## ΕΚΦΩΝΗΣΕΙΣ

### I. ΜΗ ΛΟΓΟΤΕΧΝΙΚΟ ΚΕΙΜΕΝΟ

#### Ο πολιτισμός της διατροφής

Οι τελευταίες έρευνες για τις διατροφικές συνήθειες των Ελλήνων επιβεβαιώνουν με τεκμήρια ό,τι από καιρό υποθέτουμε: ότι η διατροφή αλλάζει ακολουθώντας τις ραγδαίες αλλαγές στον τρόπο ζωής, στους όρους εργασίας, στις νοοτροπίες. Δυστυχώς, οι αλλαγές δεν είναι πάντα προς το καλύτερο. Το επιταχυνόμενο έως αγχώδες στυλ ζωής συμπαρασύρει ομόρροπα τη διατροφή. Τρώμε, λοιπόν, έξω γρήγορα, μηχανικά και, συχνά, υπερβολικά.

Η τελετουργία του μεσημεριανού γεύματος γύρω από το οικογενειακό τραπέζι έχει καταλυθεί εξαιτίας των ασύμπτωτων ωραρίων των μελών της οικογενείας. Το οικογενειακό δείπνο, με τη σειρά του, εξαρθρώνεται από την τηλεθέαση, η οποία οδηγεί τα μέλη του νοικοκυριού, συνήθως κουρασμένα, να τρώνε αδιάφορα, σχεδόν στα τυφλά, μπροστά στην οθόνη. Η κατανάλωση παχυντικών και επιβαρυντικών τροφών μπροστά στην τηλεόραση οδηγεί ανησυχητικά μεγάλο μέρος του πληθυσμού στην παχυσαρκία και σε νοσογόνους καταστάσεις. Οι παχύσαρκοι είναι κατά κανόνα «βαρείς» τηλεθεατές, τρώνε ή μάλλον «μασουλάνε» μηχανικά γεμίζοντας τον αδρανή τηλεοπτικό χρόνο.

Στους αντίποδες του μηχανικού «τηλε-μασουλήματος» εντός της οικίας, βρίσκεται η όλο και ισχυρότερη τάση για φαγητό έξω. Το φαγητό έξω σηματοδοτεί μια νέου είδους κοινωνικότητα: παλιά συνήθεια και πάντα νέα. Οι άνθρωποι ενώνονται γύρω από ένα τραπέζι. Στις μέρες μας, ωστόσο, το «έξω» φαίνεται ότι υπηρετεί και πρακτική ανάγκη: τα νοικοκυριά μαγειρεύουν όλο και λιγότερο, λόγω φόρτου εργασίας και συσσωρευμένης κόπωσης. Έξω, όμως, αρχίζει η περιπέτεια της ανέλεγκτης διατροφής. Τα σερβιριζόμενα γεύματα έξω είναι συνήθως φορτωμένα με σάλτσες, καρυκεύματα, λιπαρά. Και απευθύνονται σε ανθρώπους που δεν χρειάζονται λιπαρά, κάθε άλλο μάλιστα. Έτσι, διαγράφεται ένας φαύλος κύκλος: ο σημερινός



Έλληνας, ιδίως ο κάτοικος των αστικών κέντρων, πεισμένος από τον καινοφανή, πλην εδραίο<sup>1</sup> πλέον, τρόπο ζωής και εργασίας, δεν έχει χρόνο να ετοιμάσει ο ίδιος τα γεύματά του, ούτε καν να επιλέξει τις πρώτες ύλες. Καταφεύγει στα έτοιμα, στα γρήγορα και στα έξω: η διατροφή του είναι ήδη εκτός ελέγχου.

Ασφαλώς είναι δύσκολο, έως αδύνατο, να αλλάξει κανείς το εργασιακό περιβάλλον ή τα δομικά χαρακτηριστικά του αστικού βίου. Ωστόσο, δεν είναι τόσο δύσκολο να μάθει να ελέγχει τη διατροφή του, την ποιότητα και το περιβάλλον της. Ευτυχώς η ενημέρωση δεν λείπει. Δεν έχει χαθεί, επίσης, η κληρονομημένη γνώση της περίφημης μεσογειακής διατροφής, η οποία συνόδευσε ανά τους αιώνες τους Έλληνες, και η οποία προβάλλεται ως πρότυπο από τους επιστήμονες σε κάθε ευκαιρία. Η αντίσταση στα σνακς της πολυθρόνας, η εν μέτρω κρεοφαγία, η επαναφορά των φυτικών προϊόντων στο καθημερινό τραπέζι, είναι επιβεβλημένες κινήσεις πολιτισμού. Όπως ακριβώς κίνηση πολιτισμού είναι η ανασύσταση του τραπεζιού γύρω από το οποίο λειτουργεί, όσο μπορεί, η οικογένεια. Το έξω για να έχει αξία, πρέπει να συνυπάρχει διαλεκτικά με το μέσα: οι κοινωνικές σχέσεις, οι φίλοι συνυπάρχουν αρμονικά και αλληλοσυμπληρούμενοι με την οικογένεια και την οικογενειακή εστία.

Κείμενο δημοσιευμένο στη διεύθυνση [www.kathimerini.gr](http://www.kathimerini.gr) στις 16/10/2004.

(ελαφρώς διασκευασμένο)

### 1<sup>η</sup> Δραστηριότητα

**A1.** Σε καθεμιά από τις παρακάτω προτάσεις να δώσετε το χαρακτηρισμό «Σωστό» ή «Λάθος», ανάλογα αν αποδίδουν το νόημα του κειμένου σωστά ή όχι. Να αιτιολογήσετε κάθε σας απάντηση με συγκεκριμένη αναφορά στο κείμενο.

1. Παρά τις αλλαγές που συντελούνται στην καθημερινότητα των Ελλήνων, οι διατροφικές τους συνήθειες παραμένουν αναλλοίωτες στον χρόνο.
2. Καθένας τρώει μόνος το βραδινό του στη δουλειά ή με τη συντροφιά της τηλεόρασης.
3. Στην εποχή μας, το φαγητό «έξω» υπηρετεί εκτός από κοινωνικές και πρακτικές ανάγκες.
4. Η επιλογή μιας ισορροπημένης διατροφής από τα μέλη μιας κοινωνίας συνιστά δείγμα πολιτισμού.

**Μονάδες 8**

<sup>1</sup> Εδραίος: ακλόνητος, σταθερός.



- A2.** Στην πρώτη παράγραφο ως τρόπος πειθούς αξιοποιείται η επίκληση στη λογική. Να επιβεβαιώσετε την άποψη αυτή αναφέροντας δύο μέσα πειθούς που εντοπίσατε στο κείμενο.

**Μονάδες 7**

### 2η Δραστηριότητα

- A3.** Να δημιουργήσετε έναν πλαγιότιτλο για τη δεύτερη (2<sup>η</sup>) παράγραφο: «Η τελετουργία... τηλεοπτικό χρόνο.» κι έναν για την τρίτη (3<sup>η</sup>) παράγραφο: «Στους αντίποδες... εκτός ελέγχου.».

**Μονάδες 5**

- A4.** Να χαρακτηρίσετε καθεμιά από τις ακόλουθες δευτερεύουσες αναφορικές ονοματικές προτάσεις του κειμένου σημειώνοντας εάν είναι προσδιοριστική ή παραθετική:

**α.** ...που δεν χρειάζονται λιπαρά κάθε άλλο μάλιστα. (3<sup>η</sup> παράγραφος)

**β.** ...,η οποία συνόδευσε ανά τους αιώνες τους Έλληνες,... (4<sup>η</sup> παράγραφος)

**Μονάδες 4**

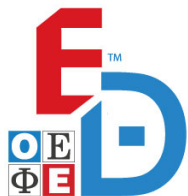
- A5.** Να μεταφέρετε τα τριτόκλιτα επίθετα των παρακάτω φράσεων του κειμένου στις πλάγιες πτώσεις του αντίθετου αριθμού: το αγχώδες στυλ της ζωής, τον αδρανή τηλεοπτικό χρόνο.

**Μονάδες 6**

### 3η Δραστηριότητα

- A6.** Το τελευταίο τεύχος της σχολικής εφημερίδας -λίγο πριν τις πανελλαδικές εξετάσεις- αφιερώνεται στην ευεξία του σώματος και του πνεύματος εστιάζοντας στην υγεία των εφήβων. Σε άρθρο που σας ανατέθηκε να συντάξετε (200- 250 λέξεις) να αναφερθείτε στις λανθασμένες διατροφικές συνήθειες των νέων και στη συνέχεια να προτείνετε τρόπους με τους οποίους η οικογένεια και το σχολείο θα τους κατευθύνουν στις σωστές διατροφικές επιλογές.

**Μονάδες 20**

**B. ΛΟΓΟΤΕΧΝΙΚΟ ΚΕΙΜΕΝΟ**

Μεγάλη σημασία δίνουν οι Άνατολίτες στο ζήτημα τής τροφής. Ο Κομφούκιος, λέει, χώρισε τη γυναίκα του, γιατί «τό ρύζι δέν ήταν ποτέ αρκετά λευκό ούτε ο κιμάς αρκετά καλά κοπανισμένος», και όταν ξαναπαντρεύτηκε πήρε γυναίκα μερακλού στο φαγητό γιατί «ή τύχη μας, λέει, δέν είναι στά χέρια τών θεών αλλά στά χέρια εκείνου πού μαγειρεύει τήν τροφή μας».

Καί ποιός μπορεί νά τό άρνηθεί αυτό; Πώς τή βλέπεις τή γυναίκα σου ύστερα από ένα καλομαγειρεμένο φαγητό και πώς τή βλέπεις όταν έρχεσαι κουρασμένος στο σπίτι σου νά φάς και βρίσκεις σούπα του μακαλάη, κονσέρβα και σάλτσα μπουτλιαρισμένη;

Καλοτάισε τον άντρα σου, αν θέλεις να έχεις άντρα. Βάλε μπόλικο κρεμμύδι στο γαλαντζί ντολμά για να κάνεις το ντολμά νόστιμο, όμως ρίξε μέσα και δυόσμο για να τον κάνει χωνευτικό. Στο κυδωνάτο που είναι στουφτικό ρίξε μαζί να βράσουν και τα κουκούτσια του κυδωνιού που είναι πολύ μαλακτικά για να φέρεις την ισορροπία. Το λάδι μίν τό λυπάσαι στο λαδερό γιατί η λαϊκή παροιμία λέει: «Φάε λάδι κ' έλα βράδυ». Κάθε λαχανικό στην εποχή του είναι πιο ώραιο και πιο φτηνό, τί να τήν κάνεις τήν κονσέρβα;

Οι Ευρωπαίοι λένε πως οι Άνατολίτισσες είναι άντροχωρίστρες. Δέν είναι άντροχωρίστρες οι Άνατολίτισσες, είναι καλοφαγοϋδες, γι' αυτό οι ξένοι σαν έρθουν στην Άνατολή δέν τους κάνει καρδιά να φύγουν. Καί σπιτικό που ο άκρογωνιαίος λίθος του δέν είναι κάτω από απ' τήν κουζίνα, δέ θεμελιώνεται καλά.<sup>2</sup>

Μαρίας Ιορδανίδου «Λωξάντρα», Βιβλιοπωλείον της Εστίας, σ. 21-22.

**1η Δραστηριότητα**

**B1.** Πώς επιδρά η ποιότητα του φαγητού στη συνοχή της οικογένειας και συγκεκριμένα στη σχέση του ανδρόγυνου, σύμφωνα με το στερεότυπο που προβάλλεται από τη συγγραφέα; Να αιτιολογήσετε την απάντησή σας (50-70 λέξεις) με αναφορές στο κείμενο.

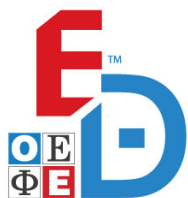
**Μονάδες 15**

**2η Δραστηριότητα**

**B2.** Στο παραπάνω απόσπασμα από το διήγημα κυριαρχεί το β' ενικό πρόσωπο. Να εντοπίσετε και να καταγράψετε ένα (1) χαρακτηριστικό χωρίο (μονάδα 1) και να εξηγήσετε τι επιτυγχάνει με αυτό η Μ. Ιορδανίδου (μονάδες 4).

**Μονάδες 5**

<sup>2</sup> Στο κείμενο διατηρήθηκε ο τονισμός της έκδοσης.

**ΕΠΑΝΑΛΗΠΤΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ 2019**  
Β' ΦΑΣΗ

E\_3.Nλ3Γ(ε)

- B3.** Δίπλα σε κάθε αριθμό της στήλης Α να σημειώσετε το κατάλληλο γράμμα της στήλης Β, για να αντιστοιχίσετε τα χωρία του κειμένου με τον κατάλληλο χαρακτηρισμό (ένα γράμμα της στήλης Β περισσεύει):

Στήλη Α	Στήλη Β
1. Μεγάλη σημασία δίνουν οί Άνατολίτες στό ζήτημα τής τροφής. Ό Κομφούκιος, λέει, χώρισε τή γυναίκα του [...] καί όταν ξαναπαντρεύτηκε πήρε γυναίκα μερακλού στό φαγητό...	α. σχήμα άρση- θέση
2. Βάλε μπόλικο κρεμμύδι στό γιαλαντζί ντολμά για νά κάνεις τό ντολμά νόστιμο, όμως ρίξε μέσα καί δυόσμο για νά τόν κάνει χωνευτικό.	β. μεταφορά
3. Πώς τή βλέπεις τή γυναίκα σου ύστερα από ένα καλομαγειρεμένο φαγητό καί πώς τή βλέπεις όταν έρχεσαι κουρασμένος στό σπίτι σου νά φάς καί βρίσκεις σούπα τοῦ μπακάλη, κονσέρβα καί σάλτσα μπουτλιαρισμένη;	γ. παρομοίωση
4. Δέν είναι άντροχωρίστρες οί Άνατολίτισσες, είναι καλοφαγούδες.	δ. πολυσύνδετο σχήμα
5. γι' αυτό οί ξένοι σάν έρθουν στην Άνατολή δέν τούς κάνει καρδιά νά φύγουν.	ε. αφήγηση
	στ. περιγραφή

**Μονάδες 10****3η Δραστηριότητα**

- B4.** Στο κείμενο αναφέρεται πως «ή τύχη μας, λέει, δέν είναι στά χέρια τών θεών αλλά στά χέρια εκείνου πού μαγειρεύει τήν τροφή μας». Η φράση αυτή αναδεικνύει, οπωσδήποτε, τη σημασία της τροφής για την επιβίωση του ανθρώπου. Μολαταύτα, σε αρκετές περιοχές του αναπτυσσόμενου αλλά και του ανεπτυγμένου κόσμου πληθυσμοί υποφέρουν από τον υποσιτισμό. Ποιες σκέψεις και ποια συναισθήματα προκαλεί σε έναν νέο, όπως εσείς, η κατάσταση αυτή; Να αναπτύξετε την απάντησή σας σε ένα ενιαίο κείμενο 100-150 λέξεων.

**Μονάδες 20****Ευχόμαστε καλή επιτυχία!!**