

# Πρωτοβάθμια Εκπαίδευση

## Πρόγραμμα Μαθητικού Συνεδρίου



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ  
ΠΡΩΤΟΒΑΘΜΙΑΣ ΚΑΙ ΔΕΥΤΕΡΟΒΑΘΜΙΑΣ  
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΗΠΕΙΡΟΥ



ΧΡΟΝΙΑ ΠΤΔΕ

ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ  
ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΑΓΩΓΗΣ  
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΟ ΤΜΗΜΑ  
ΔΗΜΟΤΙΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Εργαστήριο Κοινωνικών  
Επιστημών και Εκπαίδευσης



### 1ο Πανελλήνιο Μαθητικό Συνέδριο Κοινωνικών & Πολιτικών Επιστημών

"Ενεργός Πολιτειότητα  
Πολίτης στο Σχολείο - Πολίτης του Κόσμου"

Πάμε συνέδριο;



5, 6 και 7 Απριλίου 2024  
Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων

Αμφ. Ισογείου, Αμφ. 1<sup>ου</sup> ορόφου,  
Εργαστήριο Κοινωνικών Επιστημών και Εκπαίδευσης



Η Περιφερειακή Διεύθυνση Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Ηπείρου, το Εργαστήριο Κοινωνικών Επιστημών και Εκπαίδευσης του Παιδαγωγικού Τμήματος Δημοτικής Εκπαίδευσης του Πανεπιστημίου Ιωαννίνων, οι Σύμβουλοι Εκπαίδευσης ΠΕ78 Κοινωνικών Επιστημών, οι Σύμβουλοι Εκπαίδευσης Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Ηπείρου και οι Διευθύνσεις Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Ιωαννίνων, Άρτας, Πρέβεζας και Θεσπρωτίας

**Σας καλωσορίζουν**

στο

**1<sup>ο</sup>** Πανελλήνιο Μαθητικό Συνέδριο Κοινωνικών & Πολιτικών

**Επιστημών**

***«Ενεργός Πολιτειότητα. Πολίτης στο Σχολείο-Πολίτης του Κόσμου»***

**ΥΠΟ ΤΗΝ ΑΙΓΙΔΑ ΤΟΥ ΥΠΑΙΘΑ**



**ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ**  
Υπουργείο Παιδείας, Θρησκευμάτων  
και Αθλητισμού

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 5 ΑΠΡΙΛΙΟΥ 2024  
ΣΥΝΕΔΡΙΑΚΟ ΚΕΝΤΡΟ «ΚΑΡΟΛΟΣ ΠΑΠΟΥΛΙΑΣ»

Προεδρείο

Γιαννακού Μαρία, Λογοθέτη Σταματούλα, Σακελλαροπούλου Ευδοξία, Δημακοπούλου Φωτεινή

16:00-17:00	Προσέλευση-Εγγραφές-Παραλαβή φακέλων
17:00	Έναρξη εργασιών Μαθητικού Συνεδρίου <b>Μπέση Μαρίνα, Περιφερειακή Διευθύντρια Π.Ε &amp; Δ.Ε. Ηπείρου-Πρόεδρος της Οργανωτικής Επιτροπής</b>
17:15	Προσφωνήσεις/Χαιρετισμοί
17:30	Κεντρική Ομιλία: "Εκπαίδευση και Δημοκρατία: το αίτημα της ενεργού πολιτεϊότητας" <b>Νικολάου Σουζάννα-Μαρία, Καθηγήτρια Παιδαγωγικού Τμήματος Δημοτικής Εκπαίδευσης Πανεπιστημίου Ιωαννίνων και Διευθύντρια του Εργαστηρίου Κοινωνικών Επιστημών και Εκπαίδευσης-Πρόεδρος Επιστημονικής Επιτροπής του Μαθητικού Συνεδρίου.</b>
<b>Τελετή Έναρξης</b>	
18:00	YES στην εφηβική ψυχική υγεία...YES στον ενεργό πολίτη έφηβο! <b>Πρόγραμμα Νεανικής Συμμετοχής YES Youth Engagement Scheme-Εφηβικές Συμβουλευτικές Ομάδες Ιωαννίνων YES 2022-2024</b>
18:15	Κάντε ένα βήμα μπροστά. Είμαστε όλοι ίσοι, όμως μερικοί είμαστε πιο ίσοι από τους άλλους. <b>Ενιαίο Ειδικό Επαγγελματικό Γυμνάσιο-Λύκειο Ιωαννίνων</b>
18:30	Στίχοι ενάντια στη βία: η φωνή των μαθητών για έναν υγιή αθλητισμό, <b>1<sup>ο</sup> Δημοτικό Σχολείο Ιωαννίνων</b>
18:45	Το ξύπνημα της νοημοσύνης, <b>Γενικό Λύκειο Ανατολής</b>
19:00	Με τη ματιά του ενεργού πολίτη-μαθητή: τα μνημεία και η πόλη. <b>Δίκτυο Σχολείων: Δημοτικό Σχολείο Σταυρακίου Ιωαννίνων, Δημοτικό Σχολείο Πεδινής, 26ο Δημοτικό Σχολείο Ιωαννίνων, 24ο Δημοτικό Σχολείο Ιωαννίνων, 21ο Δημοτικό Σχολείο Ιωαννίνων, 16ο Δημοτικό Σχολείο Ιωαννίνων, Δημοτικό Σχολείο Κουτσελιού Ιωαννίνων</b>
19:30	Η ιστορία του κόσμου με ένα πινέλο I & II, <b>Σύμπραξη σχολικών μονάδων: 7ο Δημοτικό Σχολείο Ιωαννίνων-Παυλίδειος Σχολή &amp; 9ο Πειραματικό Δημοτικό Σχολείο Ιωαννίνων Διαπολιτισμικής Εκπαίδευσης</b>
19:50	Το πολιτικό τραγούδι στο χθες και στο σήμερα, <b>10ο Δημοτικό Σχολείο Ιωαννίνων</b>
20:00	Μαζί είναι καλύτερα, <b>Μουσικό Σχολείο Ιωαννίνων «Νικόλαος Δούμπας»</b>
20:30	Δεξίωση Υποδοχής



ΣΑΒΒΑΤΟ 6 ΑΠΡΙΛΙΟΥ 2024

ΠΡΩΙΝΗ ΣΥΝΕΔΡΙΑ 1<sup>η</sup>- ΠΡΩΤΟΒΑΘΜΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ

ΑΙΘΟΥΣΑ 1-ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΟ ΤΜΗΜΑ ΔΗΜΟΤΙΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΠΑΝ/ΜΙΟΥ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ

Προεδρείο: Κωστανάσιος Λάζαρος - Ντόκα Αγλαΐα - Ντούτσης Δημήτρης

08:30	Προσέλευση-Εγγραφές-Παραλαβή φακέλων
09:00	<b>Σήμερα ενεργός πολίτης στο σχολείο...αύριο ενεργός πολίτης στην κοινωνία..., 4<sup>ο</sup> Ειδικό Δημοτικό Σχολείο Ιωαννίνων</b>
09:15	Ευγένεια στο Διαδίκτυο: δημιουργία Ηλεκτρονικού Ημερολογίου, 5 <sup>ο</sup> Δημοτικό Σχολείο Ιωαννίνων - Βαλάνειος Σχολή
09:30	Χαρτογραφώ την πόλη μου, 19 <sup>ο</sup> Δημοτικό Σχολείο Ιωαννίνων
09:45	Έχω, έχεις, έχουμε δικαιώματα, 2/Θ Δημοτικό Σχολείο Αμμότοπου
	<b>Σχολικός Εκφοβισμός, Δημοτικό Σχολείο Αγίου Ιωάννη Ζίτσας (ειδική συμμετοχή)</b>
10:00	Η ολομέλεια του Ιδιωτικού Σχολείου ΙΚΘ «Ιωσήφ Νισσήμ», <b>Ιδιωτικό Δημοτικό Σχολείο της Ισραηλιτικής Κοινότητας Θεσσαλονίκης «Ιωσήφ Νισσήμ»</b>
10:15	Μαζί κι από κοινού για ένα σχολείο χωρίς εκφοβισμό, <b>Ιδιωτικό Δημοτικό Σχολείο «ΔΕΛΑΣΑΛ»</b>
	<b>Δε φοβάμαι-Μιλώ, Δημοτικό Σχολείο Πεδινής (ειδική συμμετοχή)</b>
10:30	<b>Διάλειμμα 30΄</b>
11:00	<b>«Ενεργός πολίτης είναι...», 2<sup>ο</sup> Νηπιαγωγείο Καλυβίων (Σαρωνικού Αττικής) (ειδική συμμετοχή)</b>
11:15	Να είσαι πολίτης σημαίνει να συμμετέχεις. Ο ρόλος και η έννοια του ενεργού πολίτη μέσα από πρωτότυπες εκπαιδευτικές δράσεις, 1 <sup>ο</sup> Δημοτικό Σχολείο Αφάντου Ρόδου
11:30	Αντιλήψεις και υπέρβαση στερεοτύπων, εμποδίων και δυσκολιών μαθητών/τριών Ε΄ Δημοτικού για μια ουσιαστική συμπεριληπτική εκπαίδευση, 1 <sup>ο</sup> Δημοτικό Σχολείο Κρεμαστής Ρόδου
11:45	Ενεργοί Ευρωπαίοι Πολίτες: Το ζήτημα της ισότητας των δύο φύλων εκκινώντας από την Πρωτοβάθμια Εκπαίδευση, 2 <sup>ο</sup> Δημοτικό Σχολείο Μυκόνου
	<b>Εγώ και συ μαζί, 1<sup>ο</sup> Ειδικό Δημοτικό Σχολείο Ιωαννίνων &amp; Ειδικό Νηπιαγωγείο Ιωαννίνων Όλοι ίσοι, όλοι διαφορετικοί, 22<sup>ο</sup> Νηπιαγωγείο Ιωαννίνων - Τμήμα ένταξης (ειδική συμμετοχή)</b>
12:00	Ενεργός πολίτης και δημόσιος χώρος, 9 <sup>ο</sup> Δημοτικό Σχολείο Άρτας, Δ.Σ Νεοχωρίου, Δ.Σ Ανέζας, Συνεργασία ΚΟΣΜΟΣ ΓΙΑ ΟΛΟΥΣ ΚΑΙ ΟΛΕΣ - Ε.Ν.Α.Σ, Διασχολική ομάδα
12:15	Εκπαιδευτικές ανισότητες και πανδημική κρίση: Εξ αποστάσεως εκπαίδευση και ισότητα ευκαιριών των ευάλωτων κοινωνικά ομάδων. Η περίπτωση του Δημοτικού Σχολείου Πλαταιών, <b>Δημοτικό Σχολείο Πλαταιών Βοιωτίας</b>
12:30	Το σχολείο μας, μια κοινότητα: όλοι μαζί αλλά μοναδικοί, <b>Δημοτικό Σχολείο Ράχης Άρτας</b>
12:45	Μικροί ενεργοί πολίτες: Ένα ταξίδι στην Ευρώπη, 2 <sup>ο</sup> Δημοτικό σχολείο Μυκόνου
13:00	<b>Διάλειμμα για φαγητό</b>
13:00	<b>ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ</b>
	<b>13:00 - 14:00 - 1ο Εργαστήριο - Τίτλος: «Κλιματική αλλαγή και ενέργεια»</b>
	<b>16:00 - 17:00- 2ο Εργαστήριο - Τίτλος: «Ανθρώπινα δικαιώματα και Τέχνη»</b>

<p style="text-align: center;"><b>ΣΑΒΒΑΤΟ 6 ΑΠΡΙΛΙΟΥ 2024</b></p> <p style="text-align: center;"><b>ΠΑΡΑΛΛΗΛΗ ΠΡΩΙΝΗ ΣΥΝΕΔΡΙΑ 2η - ΠΡΩΤΟΒΑΘΜΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ</b></p> <p style="text-align: center;"><b>ΑΙΘΟΥΣΑ 2-ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΟ ΤΜΗΜΑ ΔΗΜΟΤΙΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΠΑΝ/ΜΙΟΥ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Προεδρείο: Κύρκου Βερόνικα - Σακελλαροπούλου Ευδοξία - Τάλλου Κωνσταντίνα</b></p>	
08:30	Προσέλευση-Παραλαβή φακέλων
08:45	Είμαι ένας και μοναδικός, 1 <sup>ο</sup> Δημοτικό Σχολείο Ιωαννίνων (ειδική συμμετοχή)
09:00	Καλός αναγνώστης-ενημερωμένος πολίτης, 2 <sup>ο</sup> Δημοτικό Σχολείο Ιωαννίνων
09:15	Σέβομαι τους άλλους, υπερασπίζομαι τα δικαιώματά μας! 2 <sup>ο</sup> Νηπιαγωγείο Ιωαννίνων (ειδική συμμετοχή)
09:30	Μαθαίνω τα δικαιώματά μου! 2 <sup>ο</sup> Δημοτικό Σχολείο Ηγουμενίτσας
10:00	Ο Δικαιοπόλις και οι φίλοι του: ένα ταξίδι για τα δικαιώματα των παιδιών, 2 <sup>ο</sup> Δημοτικό Σχολείο Φιλιατών
10:15	Ενεργός πολίτης στο Σχολείο, στη γειτονιά, στην πόλη μου, στον κόσμο, 2 <sup>ο</sup> Δημοτικό Σχολείο Ιωαννίνων
10:30	Προστατεύουμε το Περιβάλλον. Αλλάζουμε εμείς, όχι το κλίμα, 3 <sup>ο</sup> Δημοτικό σχολείο Αμφιλοχίας
10:30	<b>Διάλειμμα 30΄</b>
11:00	Ενεργός πολίτης είναι... ακολουθώ τα χρώματα και Δρω! 2 <sup>ο</sup> Νηπιαγωγείο Παραμυθιάς (ειδική συμμετοχή)
11:15	Προστατεύουμε το περιβάλλον-Αλλάζουμε εμείς, όχι το κλίμα, 3 <sup>ο</sup> Δημοτικό Σχολείο Άρτας
11:30	Κοινωνικά Δίκτυα και παιδική ηλικία, Δημοτικό Σχολείο Νέας Κερασούντας
11:45	Γίνομαι εθελοντής και υπερασπίζομαι τα δικαιώματά μου, Δημοτικό Σχολείο Χαλκιάδων
12:00	Ο πόλεμος των δασών, 9 <sup>ο</sup> Πειραματικό Δ.Σ. Διαπολιτισμικής Εκπαίδευσης Ιωαννίνων & 2 <sup>ο</sup> Ειδικό Δημοτικό Σχολείο Ιωαννίνων Δυο παπούτσια με καρότσι, 3 <sup>ο</sup> Δημοτικό Σχολείο Φιλιππιάδας (ειδική συμμετοχή)
12:15	Ενεργώ και προβάλλω τον τόπο μου, Δημοτικό Σχολείο Χαλκιάδων
12:30	Μειώνω το Διατροφικό μου Αποτύπωμα, 3 <sup>ο</sup> Δημοτικό Σχολείο Άρτας
12:45	<b>Διάλειμμα για φαγητό</b>
13:00	1ο ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ 13:00 - 14:00 - Τίτλος: «Κλιματική αλλαγή και ενέργεια» 2ο ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ 16:00 - 17:00 - Τίτλος: «Ανθρώπινα δικαιώματα και Τέχνη»
<p style="text-align: center;"><b>ΣΑΒΒΑΤΟ 6 ΑΠΡΙΛΙΟΥ 2024</b></p> <p style="text-align: center;"><b>ΑΠΟΓΕΥΜΑΤΙΝΗ ΣΥΝΕΔΡΙΑ 1η - ΠΡΩΤΟΒΑΘΜΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ</b></p> <p style="text-align: center;"><b>ΑΙΘΟΥΣΑ 1-ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΟ ΤΜΗΜΑ ΔΗΜΟΤΙΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΠΑΝ/ΜΙΟΥ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Προεδρείο: Μπίμπα Μαρία - Νταμάνη Αικατερίνη - Πασσά Σοφία</b></p>	
17:00	Είμαστε εσύ-Είμαστε εγώ, 1/Θ Νηπιαγωγείο Κορφοβουνίου Άρτας Ασφαλής πλοήγηση στο διαδίκτυο, 5ο Νηπιαγωγείο Άρτας (ειδική συμμετοχή)
17:15	Ενεργός Μαθητής-Ενεργός Πολίτης, 8 <sup>ο</sup> Δημοτικό Σχολείο Ιωαννίνων
17:30	Ταυτότητα-Μετάβαση και μνήμη του τόπου μου! Από το εγώ στο Μαζί, 12 <sup>ο</sup> Δημοτικό Σχολείο Ιωαννίνων
17:45	Μικροί Δάσκαλοι, 4ο Δημοτικό σχολείο Ιωαννίνων
18:00	Ο τρομερός εχθρός, 1 <sup>ο</sup> Δημοτικό Σχολείο Ιωαννίνων (ειδική συμμετοχή)
18:15	Για το δάσος μαθαίνω, δρω και δημιουργώ: το δάσος μέσα από τα δικά μας μάτια, Αρσάκειο Δημοτικό Σχολείο Ιωαννίνων (ειδική συμμετοχή)
18:30	<b>Απολογισμός 1<sup>ης</sup> ημέρας</b>

ΚΥΡΙΑΚΗ 7 ΑΠΡΙΛΙΟΥ 2024

ΠΡΩΙΝΗ ΣΥΝΕΔΡΙΑ 3η - ΠΡΩΤΟΒΑΘΜΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ

ΑΙΘΟΥΣΑ 1-ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΟ ΤΜΗΜΑ ΔΗΜΟΤΙΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΠΑΝ/ΜΙΟΥ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ

Προεδρείο: Κωστανάσιος Λάζαρος - Ντόκα Αγλαΐα - Ντούτσης Δημήτρης

08:30	Προσέλευση
09:00	Πάμε συνέδριο, Νηπιαγωγείο Ράχης Άρτας Στους χρονοναύτες της ιστορίας: φύλακες της πολιτιστικής κληρονομιάς, Αρσάκειο Δημοτικό σχολείο Ιωαννίνων (ειδική συμμετοχή)
09:15	Ανθρώπινα δικαιώματα και δράση των αυριανών ενεργών πολιτών, των μαθητών/μαθητριών του ΣΤ2 στο Μαρούτσειο 3 <sup>ο</sup> Δημοτικό Σχολείο Ιωαννίνων «Μαρούτσειο»
09:15	Η Συνέλευση των Παιδιών: ένα δημοκρατικό μονοπάτι συνύπαρξης, αλληλεγγύης και εμπιστοσύνης, Αρσάκειο Δημοτικό Σχολείο Ιωαννίνων
09:30	Διαφορετικότητα, Συνύπαρξη και Ενσυναίσθηση, Ιδιωτικό Δημοτικό Σχολείο ΖΩΓΡΑΦΕΙΟ
09:45	Από τη θέση του άλλου, 6 <sup>ο</sup> Δημοτικό Σχολείο Ιωαννίνων «Ιωάννης Κωλέττης»
10:00	Ο ενεργός πολίτης διαμορφώνεται και αποκτά υπόσταση για τους μαθητές/μαθήτριες του ΣΤ1 στο Μαρούτσειο, 3 <sup>ο</sup> Δημοτικό Σχολείο Ιωαννίνων «Μαρούτσειο» Ευρωεκλογές 2024, 5ο Δημοτικό σχολείο Ιωαννίνων-Βαλάνειος Σχολή (ειδική συμμετοχή)
10:15	Η ιστορία της γυναίκας από τη θεά Άρτεμη μέχρι την πρώτη γυναίκα στη Σελήνη, Αρσάκειο Δημοτικό Σχολείο Ιωαννίνων
10:30	Μουσική αγαπάει τον Αυτισμό, Νηπιαγωγείο Κληματίας Ιωαννίνων Φιλία σημαίνει, Αρσάκειο Νηπιαγωγείο Ιωαννίνων (ειδική συμμετοχή)
10:45	Έχω, έχεις, έχει...όλοι έχουμε δικαιώματα, 2 <sup>ο</sup> Πειραματικό Δημοτικό Σχολείο Ιωαννίνων
11:00	Μοιράζοντας Αγάπη. Γίνομαι Ενεργός Πολίτης στην πόλη μου, 5 <sup>ο</sup> Δημοτικό σχολείο Πρέβεζας
11:15	Αυτό που λέμε και θέλουμε να γίνει, είναι να παίζουμε μόνο την ΕΙΡΗΝΗ, 3 <sup>ο</sup> Νηπιαγωγείο Ιωαννίνων Εφαρμογές της ισότητας και της συμπερίληψης στην καθημερινότητα του Νηπιαγωγείου, Νηπιαγωγείο Ράχης Άρτας (ειδική συμμετοχή)
11:30	Τα ζωάκια του Αμβρακικού Κόλπου, 1 <sup>ο</sup> Ειδικό Δημοτικό Άρτας
11:45	Δικαιώματα έχω και εγώ!, Νηπιαγωγείο Γαβριάς Άρτας Γνωρίζοντας τον τόπο μου, Δημοτικό Σχολείο Κόνιτσας (ειδική συμμετοχή)
12:00	«Όταν η Πασχαλίτσα συνάντησε Ελέφαντα...», Ειδικό Νηπιαγωγείο & 3ο Νηπιαγωγείο Ηγουμενίσσας
12:15	ΛΗΞΗ ΣΥΝΕΔΡΙΟΥ
POSTER	
Κουκλο...Παίζοντας μαθαίνουμε για την έμφυλη ισότητα και τα στερεότυπα, Δημοτικό Σχολείο Σταυρακίου Ιωαννίνων	
Ανθρώπινα Δικαιώματα και Τέχνη, 24 <sup>ο</sup> Δημοτικό Σχολείο Ιωαννίνων	
Σχολική Διαμεσολάβηση. Εφαρμογή-Αξιολόγηση, 5 <sup>ο</sup> Δημοτικό Σχολείο Ιωαννίνων-Βαλάνειος Σχολή	
Το αλφαβητάρι του Πολύχρωμου Πολίτη, Α΄ Τάξη Αρσάκειο Δημοτικό Σχολείο Ιωαννίνων	
Μπορώ να Λέω Όχι στο σχολικό εκφοβισμό: η Δύναμη της Αυτοπροστασίας και της Στήριξης, Δημοτικό σχολείο Πεδινής	
Σέβομαι τα ζώα, υποστηρίζω τους αδύναμους, 2 <sup>ο</sup> Πειραματικό Δημοτικό Σχολείο Ιωαννίνων	

Σώπα, μη μιλάς, είναι ντροπή  
κοψ' τη φωνή σου, σώπασε  
κι επιτέλους  
αν ο λόγος είναι άργυρος  
η σιωπή είναι χρυσός.  
Τα πρώτα λόγια, οι πρώτες λέξεις  
που άκουσα από παιδί  
έκλαιγα, γέλαγα, έπαιζα  
μου έλεγαν: «Σώπα».  
Στο σχολείο μου έκρυψαν την αλήθεια τη μισή  
και μου έλεγαν: «Εσένα τι σε νοιάζει; Σώπα!»  
Με φιλούσε το πρώτο αγόρι  
που ερωτεύτηκα και μου έλεγε:  
«Κοίτα, μην πεις τίποτα, και σώπα!».  
Σώπα ο ένας, σώπα ο άλλος, σώπα οι επάνω, σώπα οι κάτω,  
σώπα όλη η πολυκατοικία και όλο το τετράγωνο.  
Σώπα οι δρόμοι οι κάθετοι κι οι δρόμοι οι παράλληλοι.  
Κατάπιαμε τη γλώσσα μας.  
Στόμα έχουμε και μιλιά δεν έχουμε.  
Φτιάξαμε το σύλλογο του «σώπα»,  
και μαζευτήκαμε πολλοί,  
μια πολιτεία ολόκληρη, μια δύναμη μεγάλη  
αλλά μουγκή!  
Πετύχαμε πολλά και φτάσαμε ψηλά, μας δώσανε και παράσημα  
κι όλα πολύ εύκολα, μόνο με το «σώπα».  
Μεγάλη τέχνη αυτό το «σώπα».  
Κόψε τη γλώσσα σου, κοψ' την αμέσως.  
Δεν έχεις περιθώρια. Γίνε μουγκός.  
Αφού δε θα μιλήσεις, καλύτερα να το τολμήσεις  
κόψε τη γλώσσα σου.  
Για να είμαι τουλάχιστον σωστός  
στα σχέδια και τα όνειρά μου  
ανάμεσα σε λυγμούς και παροξυσμούς  
κρατώ τη γλώσσα μου  
γιατί νομίζω πως θα έρθει η στιγμή  
που δε θ' αντέξω  
και θα ξεσπάσω  
και δε θα φοβηθώ  
και θα ελπίζω  
και κάθε στιγμή το λαρύγγι μου θα γεμίζω  
μ' έναν φθόγγο  
μ' ένα τραύλισμα  
με μια κραυγή  
που θα μου λέει:



*Κραυγή” του Edvard Munch*