



**ΠΑΝΕΛΛΑΔΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ  
Γ΄ ΤΑΞΗ ΗΜΕΡΗΣΙΟΥ ΕΠΑ.Λ.  
ΠΕΜΠΤΗ 2 ΙΟΥΝΙΟΥ 2022  
ΝΕΑ ΕΛΛΗΝΙΚΑ**

(Ενδεικτικές Απαντήσεις)

A1.α)

Το ένα πρόβλημα που αναφέρεται στη δεύτερη παράγραφο του κειμένου είναι το λεγόμενο «οικολογικό αποτύπωμα», η επίδραση δηλαδή που προκαλεί στη γη η αλλαγή των διατροφικών μας συνηθειών. Ένα δεύτερο πρόβλημα που εντοπίζεται στην επόμενη παράγραφο είναι πως η υπερκατανάλωση των τροφών οδηγεί αναπόφευκτα στην εξάντληση των διαθέσιμων διατροφικών πηγών με αποτέλεσμα τη διάσταση μεταξύ περισσεύματος της τροφής για κάποιους και έλλειψής της για κάποιους άλλους.

A1.β)

Μέσα πειθούς στα οποία καταφεύγει ο συντάκτης προκειμένου να μας πείσει για το όφελος της σωστής διατροφής σε συνάρτηση με τη σωτηρία του πλανήτη είναι τα εξής:

Σημείο στίξης: Η χρήση του θαυμαστικού: «Μικρές αλλαγές μπορούν να κάνουν τη διαφορά!»

Μεταφορικές εκφράσεις: «Μπορούμε να μαγειρέψουμε έναν καλύτερο κόσμο»

Χρήση α΄ πληθυντικού προσώπου:

«Δεν κληρονομούμε»,  
«τον δανειζόμαστε..»,  
«...μπορούμε να κρατήσουμε»

Χρήση προστακτικής έγκλισης:

«Κατανάλωσε υπεύθυνα..»,  
«ανακάλυψε..»,  
«θυμήσου»

### Χρήση Υποτακτικής έγκλισης:

«Να αλλάξουμε τη συνταγή»,  
«μπορούμε να μαγειρέψουμε».

*Οι μαθητές θα πρέπει να επιλέξουν και να καταγράψουν τρία (3) διαφορετικά μέσα πειθούς.*

A2.α)

Δομικά μέρη παραγράφου:

Θεματική περίοδος: Η τροφή μας... υγιές περιβάλλον.  
Σχόλια/Λεπτομέρειες: Για κάθε μπουκιά... ενέργεια.

Κατακλείδα: Τελικά... υγιείς.

A2.β)

Θέτουμε: Διαμορφώνουμε  
          Βάζουμε  
          Τοποθετούμε

ενημερώνοντας: πληροφρώντας  
                  κατατοπίζοντας  
                  διαφωτίζοντας  
                  γνωστοποιώντας

επιχειρεί: προσπαθεί  
          αποπειράται

A3. Κειμενικό είδος: Ομιλία

Πομπός: Εκπρόσωπος του σχολείου

Δέκτες: Μέλη του μαθητικού συνεδρίου (καθηγητές, μαθητές,  
γονείς, μέλη της τοπικής κοινωνίας)

Γλώσσα: αναφορική λειτουργία

Ύφος: σοβαρό, επίσημο

Ενδεικτική προσφώνηση

Αγαπητοί σύνεδροι,

## Πρόλογος

Αξιοποιώντας την ευκαιρία που μου δίνεται με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Διατροφής θα ήθελα και εγώ με τη σειρά μου να αναφέρω την επιτακτική ανάγκη και το χρέος όλων μας να προσέξουμε τις διατροφικές μας συνήθειες υιοθετώντας ένα ισορροπημένο διαιτολόγιο που θα συνδράμει τη βιωσιμότητα του πλανήτη ωφελώντας τόσο τον ίδιο όσο και εμάς που είμαστε μέλη του.

**A' Ζητούμενο:** αλλαγή διατροφικών συνηθειών για την υγεία του πλανήτη γιατί:

Η παραγωγή τροποποιημένων γενετικά τροφίμων με τη βοήθεια της τεχνολογίας εγκυμονεί μεγάλους κινδύνους για τα ζώα, τα φυτά και τον άνθρωπο

Η υπερκατανάλωση τροφών οδηγεί στην υπερπαραγωγή τους μέσω ραντισμάτων και άλλων χημικών σκευασμάτων τα οποία έχουν δραματικές αλλαγές στη βιόσφαιρα και στην ισορροπία του περιβάλλοντος

Οι εταιρίες που παράγουν ζωικές τροφές, κρέατα, γαλακτοκομικά προϊόντα κακοποιούν τα ζώα (θηλαστικά που παράγουν περισσότερο γάλα από αυτό που υπαγορεύει η φύση τους, πτηνά στοιβαγμένα σε αποθήκες κάτω από άθλιες συνθήκες )

Εμβόλια για γρήγορη ωρίμανση των πτηνών οδηγούν σε καρκινογένεση

Η υπεραλίευση διαταράσσει τη διατροφική αλυσίδα με αποτέλεσμα πολλά ψάρια να κινδυνεύουν με εξαφάνιση

**Μεταβατική παράγραφος:** Η χημική επεξεργασία τροφίμων, η συστηματική χρήση φυτοφαρμάκων για περισσότερη παραγωγή και τα μεταλλαγμένα τρόφιμα επιβαρύνουν όχι μόνο τον πλανήτη αλλά και την υγεία των ανθρώπων.

**B' Ζητούμενο**

Αλλαγή διατροφικών συνηθειών για την υγεία του ανθρώπου διότι η κακή διατροφή οδηγεί σε:

Καρδιαγγειακές παθήσεις, υψηλές τιμές σακχάρου και χοληστερίνης στο αίμα, προβλήματα στην πέψη

Απουσία βιταμινών και βασικών θρεπτικών συστατικών σε τρόφιμα που πεκάζονται συστηματικά και προσφέρονται στην αγορά πολύ πριν την πλήρη ωρίμανσή τους ή διατηρούνται για μήνες στα ψυγεία των μεγάλων αλυσίδων τροφίμων

Πρόκληση παχυσαρκίας, γαστρεντερικών προβλημάτων, τροφικές αλλεργίες

## Επίλογος

Ένα ισορροπημένο διαιτολόγιο συνεισφέρει όχι μόνο στην ομαλή και απρόσκοπτη ανάπτυξη της πανίδας μας αλλά και στη δική μας υγεία και ευεξία. Για να συμβάλλουμε στην αλλαγή και την εξασφάλιση της υγείας του πλανήτη πρέπει πρώτα να αλλάξουμε τον εαυτό μας . Ας ξεκινήσουμε λοιπόν!

### B1.

Ο Γιωργάκης σύμφωνα με το απόσπασμα παρουσιάζεται ως ένας εργατικός άνθρωπος με πάθος για τη δουλειά του «Διπλοκλειδωνόταν... να βράζει».

Εμφανίζεται επίμονος χωρίς να εγκαταλείπει την προσπάθεια λόγω αντικειμενικών δυσκολιών. «Δεν σταματούσε η ζωή επειδή ήταν πόλεμος». Το πάθος για τη δουλειά του τον έκανε εφευρετικό και καινοτόμο «που έβρισκε τόσες ιδέες επειδή επιθυμούσε να ικανοποιεί γευστικά τους πελάτες του «παρακολουθούσε τους πελάτες». Τέλος θα τον χαρακτηρίζαμε ευσυνείδητο και αφοσιωμένο διότι κρατούσε επιμελώς σημειώσεις για όλες τις συνταγές που προετοίμαζε «κρατούσε σημειώσεις, «...κουβαλούσε μαζί του», «... είχε γίνει κουρελόχαρτο».

### B2α

Φράσεις-Προτάσεις που φανερώνουν παντογνώστη αφηγητή:

1. «Πάντως η κρέμα του τον έκανε διάσημο, αυτή με τα ζαχαρωμένα φιογκάκια του»
2. «Γίνονταν μόδα μέσα σε ένα απόγευμα»
3. «Οι ξένοι έμεναν προσώρας άφωνοι»

### B2.β)

«Μια πάστα κάνει τη ζωή πιο γλυκιά»: μεταφορά

Προσδίδει ζωντάνια στο κείμενο, παραστατικότητα. Διεγείρει συναισθηματικά τον δέκτη καθώς δείχνει πόσο ευχάριστη μπορεί να γίνει η ζωή ενός ανθρώπου όταν καταναλώνει κάτι τόσο γευστικό όσο θεωρείται η πάστα από τον αφηγητή.

«μα ο Γιωργάκης το τεφτέρι είχε για ευαγγέλιο»: παρομοίωση

Ο αφηγητής παραλληλίζει το σημειωματάριο στο οποίο ο Γιωργάκης έγραφε τις συνταγές με ευαγγέλιο, προκειμένου να δείξει στον αναγνώστη τη σπουδαιότητα που είχε το συγκεκριμένο αντικείμενο για την εργασία του Γιωργάκη.

B3.

Η τροφή δεν είναι μόνο το βασικό μέσο ανάπτυξης του ανθρώπου, αλλά αποτελεί και κύριο παράγοντα που επηρεάζει θετικά την ψυχολογία του. Η προετοιμασία ενός γευστικού φαγητού ενισχύει την ευρεσιτεχνία μας και τη διάθεσή μας να ευχαριστήσουμε φίλους και συγγενείς. Ένα ωραίο γεύμα αποτελεί ευκαιρία να έρθουμε κοντά με τα αγαπημένα μας πρόσωπα, να συζητήσουμε και να δοκιμάσουμε ποικιλία γεύσεων. Πολλές φορές έχουμε την ανάγκη να πειραματιστούμε κατά τη διάρκεια του μαγειρέματος, γεγονός που οξύνει την περιέργειά μας για το αν τελικά θα είναι καλό το αποτέλεσμα και μας καθιστά πιο δημιουργικούς αφού κατά την παρασκευή του γεύματος βάζουμε και την προσωπική μας σφραγίδα. Ανταμοιβή βέβαια της προσπάθειάς μας αποτελεί το μοίρασμα του φαγητού με άλλους ανθρώπους.