



## Η περιοδεία Μείμαράκη

Όμηρος των ιδεοληψιών της είναι η κυβέρνηση, σύμφωνα με όσα τόνισε, ο πρόεδρος της Νέας Δημοκρατίας Ευάγγελος Μείμαράκης, ενώ δήλωσε φίλος και συναγωνιστής με όλους στην περιοδεία του στο Ναύπλιο και στο Άργος.

Σελ. 9



## Μπήκαν μπουλντόζες στην πλατεία Δημοκρατίας

Σελ 8

Εβδομαδιαία εφημερίδα  
Πέμπτη 05.11.2015  
[www.anagnostis.org](http://www.anagnostis.org)  
[anagnostispe@hotmail.com](mailto:anagnostispe@hotmail.com)

Ετος 19ο • Αρ. φύλλου 873 • ΕΥΡΩ 0,70

# ΑΝΑΓΝΩΣΤΗΣ

ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΥ



## Μια «ηλίθια διαμάχη» για το νοσοκομείο Ναυπλίου

«...Όταν ο πολιτικαντισμός γνώριζε την αποθέωση του θρεφόμενος από μία ακόμη ηλίθια διαμάχη Ναυπλίου-Άργους για δύο υπερνοσοκομεία το ένα δίπλα στο άλλο, σε ένα Νομό...». Τον προβληματισμό του για την επόμενη μέρα στο νοσοκομείο Ναυπλίου, καταθέτει ο Χρήστος Γραμματικόπουλος στο άρθρο του.

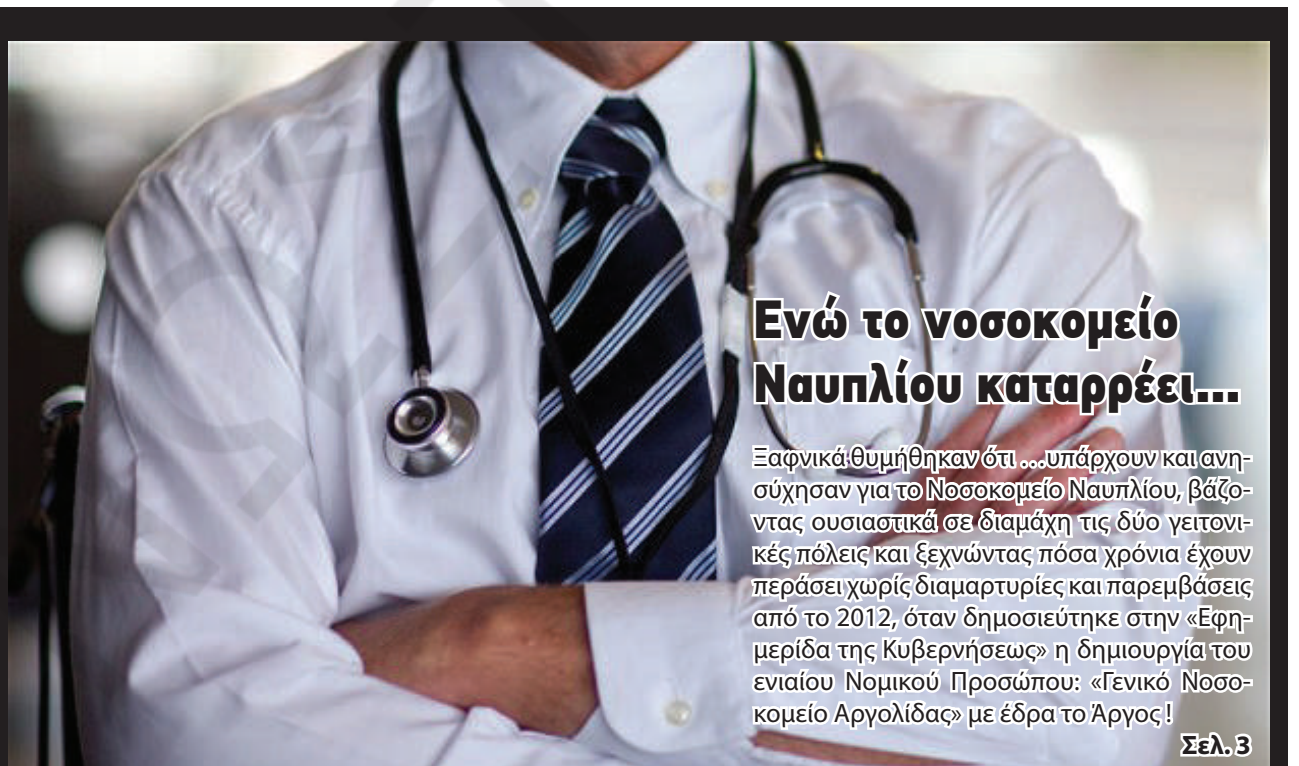
Σελ. 6



## Ποιοι φταίνε για τους φοίνικες που αφανίζονται;

Μπορεί το κόκκινο σκαθάρι να είναι η γεννεσιουργός αιτία που ξεραίνει στους φοίνικες, όμως αυτοί που θα μπορούσαν να τους προστατεύσουν ως μωρές παρθένες κάνουν του ... κεφαλιού τους και δεν ακολουθούν τις επιστημονικές μεθόδους για να τους σώσουν...

Σελ. 20



## Ενώ το νοσοκομείο Ναυπλίου καταρρέει...

Ξαφνικά θυμήθηκα ότι ...υπάρχουν και ανησύχησαν για το Νοσοκομείο Ναυπλίου, βάζοντας ουσιαστικά σε διαμάχη τις δύο γειτονικές πόλεις και ξεχνώντας πόσα χρόνια έχουν περάσει χωρίς διαμαρτυρίες και παρεμβάσεις από το 2012, όταν δημοσιεύτηκε στην «Εφημερίδα της Κυβερνήσεως» η δημιουργία του ενιαίου Νομικού Προσώπου: «Γενικό Νοσοκομείο Αργολίδας» με έδρα το Άργος!

Σελ. 3

# Κροκοδείλια δάκρυα και υποσχέσεις

## Αναγνώστης Πελοποννήσου: Κοντά στους επιχειρηματίες Έμπρακτη υποστήριξη για να ξεπεράσουμε την κρίση

Όταν διάφοροι απλά εύχονται να ξεπεραστεί η κρίση, ο «Αναγνώστης Πελοποννήσου» δείχνει έμπρακτα το ενδιαφέρον του για την οικονομική ανάπτυξη της περιοχής και την ενίσχυση της οικονομικής δραστηριότητας όλων των επιχειρήσεων, πράγμα που του αναγνωρίζεται από πολλούς επιχειρηματίες του νομού. Όλοι πλέον γνωρίζουν πως δεν έχουν στα χέρια τους μια ακόμα εφημερίδα, αλλά έναν φίλο που τους στηρίζει και στηρίζεται σε αυτούς. Ας κάνουμε πράξη ότι αλληλοϋποστηριζόμενοι μπορούμε να ανταπεξέλθουμε σε κάθε κρίση.

Σελ 5





Οι φίλοι μου είναι κραυγές στη σιωπή. Μόνοι σαν δέντρα των κορφών, σαν προσευχή Παιδιά που δε γυρίζουνε στο σπίτι..

# Τα κροκοδείλια δάκρυα και το νοσοκομείο Ναυπλίου που καταρρέει

Του Άκη Γκάτζιου

Όταν ο κόμπος έφτασε στο χτένι θυμήθηκαν ότι ... υπάρχουν και ανησύχησαν για το Νοσοκομείο Ναυπλίου, βάζοντας ουσιαστικά σε διαμάχη τις δύο μεγάλες πόλεις του νομού, το Ναύπλιο και το Άργος και ξεχνώντας πόσα χρόνια έχουν περάσει χωρίς διαμαρτυρίες και παρεμβάσεις από τότε που δημοσιεύτηκε στην «Εφημερίδα της Κυβερνήσεως» η δημιουργία του ενιαίου Νομικού Προσώπου: «Γενικό Νοσοκομείο Αργολίδας» με έδρα το Γενικό Νοσοκομείο Άργους!

Το ΦΕΚ φέρει ημερομηνία 31 Δεκεμβρίου 2012, αλλά 3 χρόνια μετά, διάφοροι όψιμοι πολιτικοί, πολιτευτές ή αυτό-χρισμένοι προστάτες της υγείας του κόσμου, θυμήθηκαν να γυρίσουν το χρόνο πίσω για να «σώσουν» ότι προλάβουν- παρά τα έγκαιρα και συνεχή δημοσιεύματα του Τύπου, με μπροστάρη τον ΑΝΑΓΝΩΣΤΗ ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΥ που κατέγραφε, πριν και μετά την ενοποίηση, τα προβλήματα και την ανησυχία του προσωπικού και των ασθενών, αλλά και τις προτάσεις όλων των πλευρών για την Υγεία στην Αργολίδα.

## Το ΦΕΚ

Θυμίζουμε τί αναφέρει Η Εφημερίδα της Κυβερνήσεως για το «Γενικό Νοσοκομείο Αργολίδας» με έδρα το Νοσοκομείο Άργους, και αναρωτιόμαστε για τα «κροκοδείλια δάκρυα», που χύνονται τώρα από διάφορους, ώστε να μπορέσουν αύριο να συνεχίσουν και πάλι ανενόχλητοι την πορεία τους στα κοινά, θεωρώντας ότι έχουν πράξει τα δέοντα στο ακέραιο...

ΆΡΘΡΟ 1: 1. Τα λειτουργούντα υπό ενιαία διοίκηση διασυνδεδεμένα Νοσοκομεία του ΕΣΥ:

α) Γενικό Νοσοκομείο Άργους και β) Γενικό Νοσοκομείο Ναυπλίου, που υπάγονται στις διατάξεις του ΝΔ

2592/ 53 «Περί οργάνωσης της Ιατρικής Αντίληψης» (ΦΕΚ 254/Α), αποτελούν εφεξής αυτοτελές και ενιαίο Νομικό Πρόσωπο Δημοσίου Δικαίου (ΝΠΔΔ) σύμφωνα με το άρθρο 2 του Ν. 4052/2012 (ΦΕΚ 41 Α'), το οποίο υπόκειται στον έλεγχο και την εποπτεία του Διοικητή της βής Υγειονομικής Περιφέρειας Πελοποννήσου, Ιονίων Νήσων, Ηπείρου και Δυτικής Ελλάδας, διέπεται από τις διατάξεις του εν λόγω νόμου και φέρει την επωνυμία «Γενικό Νοσοκομείο Αργολίδας».

2. Έδρα του εν λόγω ΝΠΔΔ είναι το Γενικό Νοσοκομείο Άργους που βρίσκεται στην πόλη του Άργους.

3. Το ΝΠΔΔ έχει δική του σφραγίδα στρογγυλή, η οποία αποτελείται από τρεις επάλληλους ομόκεντρους κύκλους, ως εξής: εσωτ. κύκλος: Έμβλημα της Ελληνικής Δημοκρατίας, ενδιάμεσος κύκλος: Διοίκηση βής Υγειονομικής Περιφέρειας Πελοποννήσου, Ιονίων Νήσων, Ηπείρου και Δυτικής Ελλάδας –Γενικό Νοσοκομείο Αργολίδας, Εξωτ. κύκλος: ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ.

ΆΡΘΡΟ 2: Το ενιαίο Νομικό Πρόσωπο Δημοσίου Δικαίου (ΝΠΔΔ), «Γενικό Νοσοκομείο Αργολίδας» έχει Διοικητή και Διοικητικό Συμβούλιο, οι αρμοδιότητες των οποίων ορίζονται από τις διατάξεις του Ν. 3329/2005, όπως έχει τροποποιηθεί και ισχύει. Τα λοιπά όργανα διοίκησης του ενιαίου ΝΠΔΔ είναι τα προβλεπόμενα από τις διατάξεις του Ν. 4052/2012.

ΆΡΘΡΟ 3: Η συνολική δύναμη κλινών του ενιαίου Νομικού Προσώπου Δημοσίου Δικαίου (ΝΠΔΔ) ορίζεται σε 250 κλίνες.

ΆΡΘΡΟ 4: Στο ενιαίο ΝΠΔΔ ενοποιούνται οι οργανισμοί των Νοσοκομείων που έχουν εκδοθεί με τις υπ' αριθ. Υ4α/οικ. 32502 (ΦΕΚ 1158/Β/2012) και Υ4α/οικ. 112160 (ΦΕΚ 3284/Β/2012) κοινές υπουργικές αποφάσεις, όπως αυτές ισχύουν κάθε φορά, συμπεριλαμβάνοντας όλες τις οργανικές θέσεις προσωπικού.

Η απόφαση αυτή να δημοσιευθεί στην Εφημερίδα της Κυβερνήσεως.

Αθήνα, 31 Δεκεμβρίου 2012

ΟΙ ΥΠΟΥΡΓΟΙ: ΑΝΑΠΛΗΡΩΤΗΣ ΥΠΟΥΡΓΟΣ ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΗΣ ΜΕΤΑΡΡΥΘΜΙΣΗΣ ΚΑΙ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΩΝ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗΣ ΔΙΑΚΥΒΕΡΝΗΣΗΣ ΧΡΗΣΤΟΣ ΣΤΑΪΚΟΥΡΑΣ - ΑΝΤΩΝΙΟΣ ΜΑΝΙΤΑΚΗΣ, ΥΓΕΙΑΣ: ΑΝΔΡΕΑΣ Θ. ΛΥΚΟΥΡΕΝΤΖΟΣ

## Ο κόμπος στο χτένι

Ο κόμπος έφτασε στο χτένι τις τελευταίες εβδομάδες με τα συνεχιζόμενα προβλήματα και με αποκορύφωμα την έλλειψη καρδιολόγου στο Ναύπλιο, η οποία έχει ως αποτέλεσμα να μην υπάρχει εφημεριανή κάλυψη και τα περιστατικά να διακομίζονται σε όμορους νομούς, κάθε Τρίτη και Πέμπτη. Το πρωτοσέλιδο μάλιστα του ΑΝΑΓΝΩΣΤΗ ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΥ με τίτλο «Εξορία σε καρδιοπαθείς», τάρaxε τα νερά και έβαλε στην ατζέντα το θέμα της Υγείας.

Αποτέλεσμα ήταν πολιτικοί, κόμματα, φορείς, συνδικαλιστές και κάθε είδους στελέχη – εμπλεκόμενα και μη – να επιχειρήσουν να καλύψουν την αδράνεια και την αδυναμία τους, πίσω από την αυτοδιοίκηση, λες και οι δήμοι είναι αυτοί που θα λάβουν την τελική απόφαση. Μέσα από τις όψιμες τοποθετήσεις τους στο Δημοτικό Συμβούλιο του Ναυπλίου, πολλοί που αδιαφορούσαν μέχρι χτες, επικρότησαν ένα ακόμα ψήφισμα και άφησαν τους αυτοδιοικητικούς να βγάλουν το φίδι από την τρύπα.

Δεν μπορούσαν βέβαια να κάνουν διαφορετικά τη στιγμή που είχαν απέναντί τους τόσο κόσμο, δημοσιογράφους και φυσικά το νοσηλευτικό, ιατρικό, παραϊατρικό προσωπικό και απλούς πολίτες που περιέγραφαν την απελπιστική κατάσταση που επικρατεί στο νοσοκομείο...

Απουσιάζει η χάραξη πολιτικής στο νομό και η αυτοδιοίκηση επιχειρεί να ...κραυγάζει

## Νάρκωσαν τον κόσμο με υποσχέσεις

Τα προβλήματα του νοσοκομείου Ναυπλίου και ο κίνδυνος οριστικής του κατάρρευσης δεν είναι κάτι καινούργιο. Ούτε φυσικά οι αντιδράσεις από την αυτοδιοίκηση, η οποία παρότι δεν έχει άμεση εμπλοκή και αρμοδιότητα, δοκιμάζει να αλλάξει την κυβερνητική πολιτική, με διάφορους τρόπους και με αμφίβολα αποτελέσματα. Ένα ακόμα ψήφισμα προστέθηκε προχθές, στα πολλά ψηφίσματα που έχουν εκδοθεί και στο παρελθόν σχετικά με το μέλλον του Νοσοκομείου Ναυπλίου. Το σώμα αποφάσισε να εκδώσει ψήφισμα διαμαρτυρίας για την τραγική κατάσταση που επικρατεί και να αναζητηθούν νομικά ευθύνες για την έλλειψη αρτιότητας ή την παράβαση καθήκοντος. Αποφασίστηκε με την μεσολάβηση και του παρευρισκομένου κυβερνητικού βουλευτή Γιάννη Γκιόλα να επιδιωχθεί συνάντηση με τον υπουργό Υγείας έως το τέλος της εβδομάδας, ενώ ζητήθηκε από τον επίσης παρευρισκόμενο υποδιοικητή της βής ΥΠΕ η άμεση εξεύρεση λύσης για τις εφημερίες των καρδιολόγων, ενώ ανοιχτό έμεινε και το ενδεχόμενο να ηγηθεί ο Δήμος κινητοποιήσεων με

κλείσιμο του νοσοκομείου για να αποφευχθεί ο κίνδυνος ολοκληρωτικού black out. Οι εκτιμήσεις που διατυπώνονταν από τους εργαζόμενους ήταν ότι η διοίκηση δεν θα προβεί σε καμία ενέργεια προκειμένου να λειτουργήσει σωστά το νοσοκομείο, διότι αφενός δεν υπάρχουν κονδύλια για την υγεία, αφετέρου δεν υπάρχει διοίκηση. Βαρόμετρο των εξελίξεων θεωρούνται οι άμεσες κινήσεις της πολιτικής ηγεσίας του υπουργείου υγείας. Επιπλέον την επομένη του δημοτικού συμβουλίου ο Δήμαρχος Δημήτρης Κωστούρος, με επιστολή του προς τον υπουργό Ανδρέα Ξανθό, σημειώνει ότι το νοσοκομείο έχει καταρρεύσει υπό το βάρος της χρηματικής ασφυξίας, της απομόνωσης του προσωπικού από την διοίκηση, τα εφημεριακά κενά, την υποστελέχωση του, και τις ελλείψεις σε βασικά υλικά και υποδομές. Ακόμα τον παρακαλεί να επιληφθεί του θέματος της άμεσης τοποθέτησης καρδιολόγου, ώστε να εξασφαλιστεί η ασφαλής λειτουργία της εφημερίας και να μην θρηνήσουμε θύματα. «Δίχως χρήματα και δίχως σοβα-



ρή Διοίκηση το Νοσοκομείο μας δεν έχει καμία ελπίδα», τόνισε από την πλευρά του ο επικεφαλής της αντιπολίτευσης Χρήστος Γραμματικόπουλος. Πρότεινε να κοστολογηθούν οι μίνιμουμ ανάγκες για την στοιχειώδη λειτουργία του Νοσοκομείου ώστε να δούμε επιτέλους για τι νόμμο μιλάμε και αν αυτό μπορεί να καλυφθεί. Τέλος, σε σχέση με τις δεσμεύσεις που δόθηκαν για την συνέχιση της λειτουργίας του Νοσοκομείου Ναυπλίου, ο κος Γραμματόπουλος κράτησε μικρό καλάθι.

## Στον ...κόσμο τους οι βουλευτές

Κυβερνητικότερος της κυβέρνησης εμφανίστηκε ο βουλευτής Γκιόλας, ο οποίος δεν έδειξε να ανησυχεί μεταφέροντας την

πολιτική βούληση της κυβέρνησης για στήριξη της δημόσιας Υγείας, άρα και του νοσοκομείου Ναυπλίου... Όπως είπε, επιθυμία του Υπουργείου Υγείας είναι η λειτουργία και των δύο νοσοκομείων του νομού, με αναβάθμιση υπηρεσιών και αντιμετώπιση των όποιων προβλημάτων υπάρχουν σήμερα, ιδιαίτερα στο νοσοκομείο Ναυπλίου. Επίσης υπενθύμισε την απόφαση του Υπουργείου Υγείας για προκήρυξη 985 θέσεων στο ΕΣΥ για το 2015, αλλά δεν διευκρίνισε αν και πόσοι διορίζονται στο Ναύπλιο. Πολλές αλήθειες ακούστηκαν στο δημοτικό συμβούλιο. Μέχρι και τις απώλειες από το ΕΣΠΑ θυμήθηκαν και παρουσιάστηκε απάντηση του υπουργού Οικονομίας Γ. Σταθάκη στον βουλευτή Γ. Ανδριανό, από την οποία προκύ-

πτει ότι χάθηκαν 1.340.000 ευρώ από το ΕΣΠΑ για την Προμήθεια και εγκατάσταση ιατροτεχνολογικού εξοπλισμού. Σύμφωνα με τα στοιχεία του Ολοκληρωμένου Πληροφοριακού Συστήματος (ΟΠΣ) της 15-10-2015, ως χρόνος ολοκλήρωσης προβλεπόταν η 31-7-2014!!! Ενώ λοιπόν ο χρόνος υλοποίησης έχει παρέλθει, μέχρι σήμερα δεν έχει καταχωρηθεί σύμβαση για το έργο, εμφανίζοντας έτσι μεγάλη υστέρηση στην υλοποίησή του, η οποία έχει προκύψει σε επίπεδο διαχείρισης του Δικαιούχου. Αλλά και πρόταση για καινούργιο νοσοκομείο στο Ναύπλιο, εν μέσω οικονομικής κρίσης κατατέθηκε και μάλιστα από τον βουλευτή και πρώην υπουργό Γιάννη Μανιάτη! Με γράμμα του στον δήμαρχο, αφού δεν παραβρέθηκε στο συμβούλιο, τονίζει ότι «συμπαραστέκεται με την απαίτηση όλων των κατοίκων της ευρύτερης περιοχής του Ναυπλίου, αλλά και όλης της Αργολίδας, για την ύπαρξη και λειτουργία ενός σύγχρονου, οργανωμένου και στελεχωμένου Νοσοκομείου στην πρώτη πρωτεύουσα της χώρας»!!!

Σε διαρκή εγρήγορση το Λιμεναρχείο Ναυπλίου

## Περιπολούν και στην στεριά

Δεν φτάνουν οι περιπολίες στην θάλασσα σε καθημερινή σχεδόν βάση τζιπ του Λιμεναρχείου Ναυπλίου καταπίνουν χιλιόμετρα ακτογραμμών προκειμένου να αντιμετωπίσουν παράκτια παραβατικότητα ή να προλάβουν πράξεις που αντίκεινται στην νομοθεσία. Πρόσφατα γίναμε μάρτυρες δύο περιστατικών που φανέρωσαν την ετοιμότητα των λιμενικών να αντιμετωπίσουν παραβάτες. Πριν 2 βδομάδες περίπου και ενώ ο καιρός ήταν καλός με αρκετούς λουόμενους να κολυμπούν στην θαλάσσια περιοχή των Μύλων, άνδρες του λιμενικού σώματος εντόπισαν ψαροντούφεκά να κινείται επικίνδυνα μεταξύ των λουόμενων σε βάθος 1 μόλις μέτρου και σε απόσταση 4-5 μέτρων απ την παραλία. Ως γνωστόν το υποβρύχιο ψάρεμα επιτρέπεται κάτω από συγκεκριμένες διατάξεις. Για την υποβρύχια αλιεία με ψαροντούφεκο, το ελάχιστο βάρος των αλιευόμενων ψαριών σε κάθε περίπτωση, δεν θα πρέπει να είναι μικρότερο από 150 γραμμάρια.

Στην συνέχεια η περιπολία κατευθύνθηκε προς το ποταμάκι, στο πολυβολείο των Μύλων όπου ελέγχθηκε ένας προφανώς ερασιτέχνης ψαράς για τα χταπόδια που έφερε σε πλαστική σακούλα. Ως γνωστόν δεν επιτρέπεται η αλίευση χταποδιών κάτω του μισού κιλού και το πρόστιμο είναι αρκετά τσουχτερό.

Όπως μας είπε ο Λιμεναρχής Ναυπλίου κος Σπύρος Μαρίνος, η έρευνες των λιμενικών αποβλέπουν στην αστυνόμευση και στην Πρόληψη. Αφορούν τακτικούς ελέγχους όπως αλιευτικές επιθεωρήσεις για σωστικά μέσα και



αλιευτικά εργαλεία, τροχονομικούς, πρόληψη, παρατήρησης αλλοιώσεων του αιγιαλού από ανθρώπινη δραστηριότητα, αλλά και έλεγχοι για λαθραία, ναρκωτικά κλπ.

Απαγορεύσεις:

-Απαγορεύεται το μήνα Μάιο κάθε χρόνο η ερασιτεχνική αλιεία με ψαροντούφεκο, δίχτυα και παραγάδια.

-Απαγορεύεται γενικά η ερασιτεχνική αλιεία με μονωμένα δίχτυα.

-Απαγορεύεται τα χρησιμοποιούμενα απλά δίχτυα να έχουν μήκος μεγαλύτερο από εκατό μέτρα και πλευρά ματιού μικρότερη από 24 χιλιοστά.

-Απαγορεύεται η ερασιτεχνική αλιεία με παραγάδια πάνω από 150 ακίστρια ανά ερασιτέχνη αλιεία και πάνω από 300 ακίστρια όταν με το σκάφος αλιεύουν περισσότεροι από ένας ερασιτέχνης αλιείας.

-Απαγορεύεται γενικά η αλιεία με ψαροντούφεκο κατά τη διάρκεια της νύχτας καθώς και η αλιεία ψαριών κάτω των 150 γραμμάρια.

-Απαγορεύεται γενικά στον αλιεία με ψαροντούφεκο η χρήση φώτων (φορητού φακού τροφοδοτούμενο από μπαταρία εντός σαμπρέλας η μέσα από το σκάφος).

-Απαγορεύεται η ερασιτεχνική αλιεία διαφόρων ψαριών σε βάρος μεγαλύτερο των πέντε κιλών ανά ερασιτέχνη αλιεία το 24ωρο. Εκτός αν ο ερασιτέχνης αλιείας αλιεύει με δίχτυα η παραγάδια οπότε το όριο φτάνει στα 10 κιλά η αν ένα ψάρι είναι πάνω από δέκα κιλά.

-Απαγορεύεται γενικά η αλιεία χταποδιών βάρους μικρότερου των 500 γραμμάρια.

-Απαγορεύεται γενικά η αλιεία με τη χρήση εκρηκτικών, φυτικών η χημικών

ουσιών που παραλύουν τα ψάρια (π.χ. Φλόμος, γαλατόιδα, χλωρίνη, γαλαζόπετρα κλπ.) - πρόστιμο τουλάχιστον 1.500 Ε.

-Απαγορεύεται γενικά η αλιεία στις πλαζ, τους λιμένες η εισόδους αυτών.

-Απαγορεύεται η ερασιτεχνική αλιεία με την βοήθεια φωτεινών πηγών. Επιτρέπεται μόνο η αλιεία με καμάκι χεριού με την βοήθεια λαμπτήρα με διάχυτο φως (λουξ), χωρίς καταγαστήρα με ένταση μέχρι 500 κεριά.

-Απαγορεύεται γενικά η υποβρύχια αλιεία με οποιαδήποτε μορφή καταδυτικής συσκευής αέρα από σκάφος η φορητή αυτόνομη καταδυτική συσκευή.

-Απαγορεύεται γενικά η αλιεία με μονόπλωνα δίχτυα από μεσινέζα (μονοφιλαμέντι).

-Απαγορεύεται αυστηρά τα παραπάνω εργαλεία η συσκευές να βρίσκονται

πάνω στο σκάφος σε περίοδο που απαγορεύεται η χρησιμοποίησή τους η είναι περισσότερα από τα επιτρεπόμενα.

-Σε όλες τις περιπτώσεις τα αλιευτικά εργαλεία και συσκευές κατάσχονται το δε ελάχιστο επιβαλλόμενο πρόστιμο είναι 293,5 Ε και ανάλογη αφαίρεση αδειών αλιείας (εκτός περιπτώσεως παραγράφου 9).

-Οι ερασιτέχνες αλιείς οφείλουν να ενημερώνονται για οποιαδήποτε τροποποίηση της νομοθεσίας για ερασιτεχνική αλιεία - τυχόν άγνοια της οποίας δεν συγχωρείται από το νόμο. Η ενημέρωση αυτή μπορεί να γίνεται από την εφημερίδα της Κυβέρνησης, τις Λιμενικές Αρχές, τις Νομαρχίες (Εποπτείες Αλιείας), τους Αλιευτικούς Συλλόγους κ.λπ.

**ΑΝΑΓΝΩΣΤΗΣ**

**Κάνετε την επιχείρησή σας ΕΙΔΗΣΗ!!!!**

Φιλοξενούμε τα έντυπά σας ως ένθετα μέσα στην εφημερίδα «Αναγνώστης» με χαμηλό κόστος !!!

Τηλ. 2752022257 (10.30 - 13.00)

# Ο «α» στηρίζει δραστηριότητες, επαγγελματίες και επιχειρήσεις της Αργολίδας Κερδίζουν την εμπιστοσύνη μας ...



**UNIQUE HAIR.** Ο Τάσος Ντίνης και το κομμωτήριο Unique Hair αποτελούν σημείο αναφοράς «υψηλής κομμωτικής» στο χώρο της μόδας και ομορφιάς. Οι Hairstylists με αντίληψη καλού γούστου και έντονη δημιουργικότητα θα σας ικανοποιήσουν. Βρίσκεται στην οδό Μπουμπουλίνας 27, στο Ναύπλιο. Τηλ. 27520 23373



**Τ' ΑΝΑΠΛΩΤΙΚΟ ΜΠΑΚΑΛΙΚΟ.** Κουβαλώντας βαριά παράδοση στο χώρο της παρασκευής των τυροκομικών προϊόντων από το 1950 ανοίξαμε τον Μάιο του 2014 στο παλιό Ναύπλιο το Αναπλωτικό Μπακάλικο, όπου μπορείτε να βρείτε τα καλύτερα προϊόντα της ελληνικής γης: από ικαριώτικα γλυκά και μαρμελάδες μέχρι Γιαννιώτικα Ζυμαρικά και εξαιρετικό κατσικίσιο τυρί από την Εύβοια. Ανοίχτα καθημερινά αλλά και τα Σαββατοκύριακα. Γιωργος Ρόζης τηλ: 2752026764, Πλαπούτα 29 Ναύπλιο.



**ΦΡΟΝΤΙΣΤΗΡΙΑ ΜΕΣΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΔΟΜΗ.** Με σεβασμό στη γνώση και στο μαθητή, τα φροντιστήρια Δομή προσφέρουν υψηλή ποιότητα εκπαίδευσης σε ομοιογενή και ολιγομελή τμήματα. Διδάσκουν Αναστασία Αργέντου - Φιλολόγος, Ζαίρα Κασίμη - Φιλολόγος, Λάμπρος Λογοθέτης- Μαθηματικός, Σαννέτα Αθανοσοπούλου - Φυσικός. Βρίσκεται στην οδό Τσολακοπούλου 1 στο Ναύπλιο (έναντι Νοσοκομείου), τηλ.:2752099529



**Ι. ΚΟΥΤΣΟΠΟΥΛΟΣ & ΣΙΑ ΟΕ.** Η εταιρεία δραστηριοποιείται στον κλάδο των ανελκυστήρων από το 1964, με μελέτες, κατασκευές, συντηρήσεις, ανακαινίσεις και επισκευές έχοντας εγκαταστήσει μεγάλο αριθμό ανελκυστήρων στην Αθήνα, Κόρινθο, Λουτράκι, Άργος, Ναύπλιο, και γενικότερα στην περιφέρεια της Αργολίδας. Από το 1980 η έδρα είναι στο Ναύπλιο. Βρίσκεται στην οδό Μεσολογίου 52Γ'. Τηλ. 27520 22763

Ο «Αναγνώστης Πελοποννήσου» στηρίζει και προβάλλει την τοπική αγορά, τις ντόπιες επιχειρήσεις, τους αξιόλογους επαγγελματίες, που κέρδισαν την εμπιστοσύνη μας... Μαζί προσπερνάμε την κρίση και επιχειρούμε μέσα από αυτή τη σελίδα να παρουσιάσουμε τις δραστηριότητες και ιδιωτικές πρωτοβουλίες από κάθε γωνιά του νομού. Αν επιθυμείτε κι σεις να φιλοξενήσουμε δωρεάν σε αυτή την θεματική ενότητα της εφημερίδας τη δική σας δραστηριότητα ή επιχείρηση, δεν έχετε παρά να μας καλέσετε στο 27520 22257 και να στείλετε μια καλή φωτογραφία (χώρος εργασίας, βιτρίνα, εκδήλωση κλπ) καθώς και μια μικρή περιγραφή της δραστηριότητας, μαζί με τη διεύθυνση, το τηλέφωνο και το όνομα του ιδιοκτήτη, στο [anagnostispe@hotmail.com](mailto:anagnostispe@hotmail.com)

\*Θηρείται σειρά προτεραιότητας για τις επιχειρήσεις – δραστηριότητες που μας στέλνετε. Το κείμενο και η φωτογραφία μπορεί αν μην γίνουν αποδεκτά, αν δεν ανταποκρίνονται στο πνεύμα και τη φιλοσοφία του εγχειρήματος. Η φωτογραφία πρέπει να είναι καθαρή και σε μεγάλη ανάλυση. Το αφιέρωμα δεν αποτελεί διαφήμιση αλλά παρουσίαση τοπικών δραστηριοτήτων και δεν θα γίνεται όταν η ύλη της εφημερίδας και η επικαιρότητα δεν το επιτρέπουν.

## Μια «ηλίθια διαμάχη» για το νοσοκομείο Ναυπλίου



του Χρήστου Γραμματικόπουλου\*

ΣΑΝ ΝΑ ΜΗΝ ΠΕΡΑΣΕ μία μέρα, το σήριαλ «Νοσοκομείο Ναυπλίου» ξανάρχισε ή για να ακριβολογούμε συνεχίζεται εκεί ακριβώς που είχε σταματήσει... διαμαρτυρίες, συζητήσεις, συσκέψεις, ψηφίσματα, βαρύγδουπες παρεμβάσεις, συγκεντρώσεις συμπάραστασης (συγνώμη, γράψτε λάθος, αυτές επί του παρόντος μας τελείωσαν λόγω της νέας κυβέρνησης...) και στο τέλος μία ολοστρόγγυλη κουλούρα, μηδέν εις το ηλίθιο, με το «κουφάρι» του Νοσοκομείου αποδεκατισμένο από προσωπικό, αποψιλωμένο από πόρους να αδυνατεί να παράσχει τις υπηρεσίες υγείας που θα έπρεπε, με μεγάλο τελικό χαμένο τον πολίτη και πιο συγκεκριμένα τον δημότη του Δήμου Ναυπλίων.

ΜΙΑ ΙΣΤΟΡΙΑ που έχει τις ρίζες της αρκετά χρόνια πριν, όταν ο πολιτικαντισμός γνώριζε την αποθώωση του θρεφόμενος από μία ακόμη ηλίθια διαμάχη Ναυπλίου- Άργους για δύο υπερνοσοκομεία το ένα δίπλα στο άλλο, σε ένα Νομό. Με την μόνη διαφορά ότι τότε υπήρχαν και χρήματα προκειμένου η ανοησία και ο εκτοξευόμενος λαϊκισμός προς τα δύο ακροατήρια να ικανοποιείται. Και τα λεφτά κάποτε τελείωσαν και μας έμειναν μόνο μεγάλα κτίρια, δίχως προσωπικό, δίχως βασικά αναλώσιμα, δίχως ...μέλλον. Αλήθεια φαντάζεστε αν όλα αυτά τα χρήματα επί τόσα χρόνια είχαν κατευθυνθεί, κυρίως, στο ένα από τα δύο νοσοκομεία (ελάχιστη σημασία έχει πιο θα ήταν, το καταλάβαμε πλέον) ποια θα ήταν η εικόνα σήμερα; Θα είχαμε ένα πλήρες, άρτια οργανωμένο υψηλού επιπέδου νοσοκομείο και ένα δεύτερο μικρό αλλά ευέλικτο και αποτελεσματικό κέντρο υγείας πρωτοβάθμιας περίθαλψης. Αλλά είπαμε ο λαϊκισμός και τότε και τώρα, ήταν, είναι και παραμένει το μεγάλο σαράκι της πολιτικής ζωής αυτού του τόπου.

ΌΜΩΣ ΤΟ ΡΟΛΟΙ δεν γυρίζει πίσω και θα πρέπει να δούμε τι μπορεί να γίνει τώρα. Ως προς το σκέλος των χρημάτων ας μην γελιόμαστε δεν μπορούν να γίνουν και πολλά πράγματα, αλλά ως προς το σκέλος της διαχείρισης του ανθρώπινου δυναμικού εκεί μπορεί και πρέπει να βρεθεί ένας τρόπος. Οι εργαζόμενοι των δύο νοσοκομείων και η ενιαία διοίκηση, είμαι σίγουρος, ότι μπορούν να συνεννοηθούν προκειμένου να καλυφθούν τα κενά. Και από εκεί και πέρα χρειαζόμαστε ένα ρεαλιστικό μεσομακροπρόθεσμο σχέδιο που θα μπορούσε να εκπονηθεί από μία ολιγομελή ομάδα ανθρώπων, σχετικών με το αντικείμενο, απαρτιζόμενη από εργαζόμενους του Νοσοκομείου από το Δήμο και από την Περιφέρεια σε συνεννόηση με το Υπουργείο Υγείας. Χωρίς όμως πολλά λόγια, και χωρίς άλλες ανακοινώσεις -συνεντεύξεις μηδενικού περιεχομένου. Και φυσικά χωρίς νέα ψηφίσματα συμπάραστασης για τα αυτονόητα, γιατί κάπου αρχίζει να γίνεται αστείο το θέμα, για να μην τολμήσω να αναρωτηθώ, όλα τα προηγούμενα ψηφίσματα μας αυτοί που τα πήρανε τι στο καλό τα κάνανε... Είπαμε καλή η επικοινωνία αλλά απείρως καλύτερη η ουσία.

\*Ο Χρήστος Γραμματικόπουλος, είναι Πολιτικός Μηχανικός Ε.Μ.Π. Δημοτικός Σύμβουλος επικεφαλής της Δημοτικής Παράταξης «Ναύπλιο Νέα Ελπίδα»

6 7

ΑΝΑΓΝΩΣΤΗΣ  
ΠΕΜΠΤΗ 05.11.2015



### Κάδοι για γυαλί στο Ναύπλιο

Στο σωστό δρόμο η ανακύκλωση στο Δήμο Ναυπλίων. Μετά τους κάδους για πλαστικό, χαρτί και αλουμίνιο, απόκτησε και κάδους για γυαλί.

Με στόχο να αξιοποιηθούν όσο το δυνατόν μεγαλύτερες ποσότητες αποβλήτων γυάλινης συσκευασίας ο Δήμος Ναυπλίων εντατικοποιεί το πρόγραμμα ανακύκλωσης που εφαρμόζει από το 2014 τοποθετώντας 70 κάδους κώδωνες απόθεσης γυαλιού σε επιλεγμένους χώρους σε όλο τον δήμο. Η αποκομιδή και η μεταφορά του ανακυκλώσιμου υλικού πραγματοποιείται με ειδικό πρόγραμμα της Ελληνικής Εταιρίας Αξιοποίησης Ανακύκλωσης (Ε.Ε.Α.Α.) υπό την εποπτεία του αρμόδιου τμήματος του Δήμου Ναυπλίων. Στην αντιπέρα όχθη τα Άργους αποκτά ένα βουνό (σκουπιδιών) και δεν καταβάλει καμιά προσπάθεια μείωσης του όγκου των σκουπιδιών μέσω της ανακύκλωσης. Γειτονικές πόλεις αντίθετες λογικές!

ΑΝ.

20 Χρόνια  
Συνέπεια Αξιοπιστία



**ΤΕΧΝΙΚΟ ΓΡΑΦΕΙΟ**

**Χ. ΓΡΑΜΜΑΤΙΚΟΠΟΥΛΟΣ**  
**ΠΟΛΙΤΙΚΟΣ ΜΗΧΑΝΙΚΟΣ Ε.Μ.Π.**

- ΜΕΛΕΤΗ - ΕΠΙΒΛΕΨΗ - ΚΑΤΑΣΚΕΥΗ ΙΔΙΩΤΙΚΩΝ ΕΡΓΩΝ
- ΕΚΔΟΣΗ ΟΙΚΟΔΟΜΙΚΩΝ ΑΔΕΙΩΝ
- ΤΟΠΟΓΡΑΦΙΚΕΣ ΜΕΛΕΤΕΣ
- ΤΑΚΤΟΠΟΙΗΣΗ ΑΥΘΑΙΡΕΤΩΝ
- ΒΕΒΑΙΩΣΕΙΣ ΝΟΜΙΜΟΤΗΤΑΣ (ΓΙΑ ΣΥΜΒΟΛΑΙΑ)
- ΕΚΤΙΜΗΣΕΙΣ ΑΚΙΝΗΤΩΝ

Διεύθυνση : Προφ. Ηλία 13 - Ναύπλιο  
τηλ. (27520)29396 – κιν. 6944842844

Ιχνηλασίες

## Η Τούρκικη βρύση και το λάστιχο

Κλιματισμό απέκτησε ξαφνικά η Τούρκικη Βρύση απέναντι στον Άγιο Σπυρίδωνα στο Ναύπλιο.

-«Μια λαστιχένια πράσινη σωλήνα για την αποχέτευση του κλιματιστικού γειτονικού ενοικιαζόμενου δωματίου είναι πιο σημαντική από την εικόνα του μνημείου». Με αυτό τον τρόπο σχολίασε παρά Γερμανόφωνων επισκεπτών της πόλης, που περνούσε από εκεί το Σαββατόβραδο. Δεν έχουν κι άδικο οι επισκέπτες.

Στον αυτόματο πιλότο τα μνημεία του Ναυπλίου... (Ευτυχώς πάντως κάποιοι ευαισθητοποιήθηκαν και φρόντισαν την απομάκρυνση του κιτς «στολιδιού» την επομένη, όπως μας πληροφορήσαν).

Α.Γ.



## Μετριάζονται

οι αντιδράσεις στο Άργος  
Με τον σχηματισμό των παρεμβάσεων στο κέντρο του Άργους, αρχίζουν σιγά σιγά οι πολλές μουρμούρες να υποχωρούν,

χωρίς αυτό να σημαίνει και ικανοποίηση απ τα έργα. Ίσως με την ολοκλήρωση των έργων οι αντιδράσεις να καταλαγιάσουν. Ίσως, γιατί η πόλη έχει περισσότερο ανάγκη την ηρεμία και την νηφαλιότητα προκειμένου να

ξεναβρεί οικονομικά τον δρόμο της και οι πληγές της αυτή την στιγμή είναι ομολογουμένως πολλές και ποικίλες.

ΟΝ.

## Αμάν αυτά τα πιθάρια

Δεν ξέρω ποιος είναι ο εμπνευστής αλλά προσωπικά εμένα αυτά τα πιθάρια που ξεφυτρώνουν παντού στο Άργος μ ενοχλούν. Δεν έχουν καμία σχέση με τους χώ-

ρους που εμφανίζονται, όπως στην Γ. Κολοκοτρώνη. Ειδικά τώρα που μπήκαν και στον προαύλιο χώρο «τέχνης και πολιτισμού» για να οριοθετήσουν τα παρατημένα απ την αρχαιολογία σκάμματα απ τον χώρο στάθμευσης δεν έχουν καμία απολύτως σχέση με τον χώρο, εκτός κι αν κρύβουν μέσα τους κάποιον Διογένη. Εκεί συγγνώμη, πάσο. Απ την άλλη βέβαια θα μπορούσαν με κορμούς δέντρων να περιφράξουν τον ανασκαμμένο χώρο, νάχει κι ο

Μ. Αλέξανδρος μέρος να δέσει τον Βουκεφάλα του. Προσωπικές απόψεις είναι και δεν χρειάζονται να τις συμμαριστεί κανείς. Πάμε Ντόλη!

ΤΖΙ.ΤΖΙ

## Υπάρχει άλλη λύση;

Δώδεκα ενεργοί πολίτες των Ιωαννίνων, δικάζονται στις 23 Νοεμβρίου στο Μονομελές Πλημμελειοδικείο των Ιωαννίνων γιατί μετέχοντας σε δράση των Paguristas, προ τριετίας, ζωγράρισαν ποδήλατα στο οδόστρωμα της Λεωφόρου Νιάρχου, προκειμένου να προσέχουν οι οδηγοί τους ποδηλάτες!

Όμως εναντίον τους, κατατέθηκε μήνυση από την Τροχαία Ιωαννίνων... Με βάση άρθρο του ΚΟΚ, υποστηρίχθηκε ότι παρενέβησαν στη διαγράμμιση προκαλώντας σύγχυση στους οδηγούς και κατ' επέκταση κίνδυνο πρόκλησης ατυχήματος!

Σε Άργος και σε Ναύπλιο βέβαια δεν υπάρχει ούτε κατά διάνοια περίπτωση η τροχαία να στραφεί κατά τέτοιων ακτιβιστών, αφού όλοι αναγνωρίζουν επιτέλους πως δεν αρκούν τα 200 μέτρα τυφλού ποδηλατόδρομου που κατασκευάζει το Άργος, ούτε τα 300 μέτρα τυφλού ποδηλατόδρομου που χάραξε στο Λιμάνι του Ναυπλίου η προηγούμενη δημοτική αρχή του Ναυπλίου και απ την πρώτη μέρα πάρκαραν ΙΧ. Βρε μπας και πρέπει οι ποδηλάτες να στραφούν νομικά κατά των δημάρχων τους;

ΟΦ.



## Διανοούμενος ο Αλέξανδρος

Αφού μάθαμε πως ο Όμηρος ανέφερε τους Έλληνες ως Δαναούς κι όχι Αργείους, βαφτίσαμε το παλιό Μεταξουργείο σε αίθουσα τέχνης και πολιτισμού «Ο Μέγας Αλέξανδρος». Μια αξιόλογη προσπάθεια του Δήμου Άργους-Μυκηνών για την δημιουργία ενός συνεδριακού εκθεσιακού χώρου στο κέντρο της πρωτεύουσας του δήμου Άργους-Μυκηνών με τα πιο σύγχρονα τεχνικά μέσα. Αν και το κτήριο ήταν ακατάλληλο κυρίως του ότι είναι «μακρινάρι», και αφού οι μελετητές το μετέτρεψαν σε χαμηλοτάβανο αυξάνοντας το κόστος κατασκευής, το αποτέλεσμα είναι αρκετά καλό, αν σταθούμε στο ότι δεν επιβάρυνε τους κατοίκους του δήμου και συνάμα έδωσε μια λύση στις εστεγασμένες εκδηλώσεις του Δήμου. Καλορίζικο και καλοτάξιδο στον πολιτισμό

ΑΝ.



## Ξεπλένονται με εμφιαλωμένο

Το είδαμε κι αυτό! Για Τρίτη φορά σε διάρκεια 2 εβδομάδων οι κάτοικοι του Νότιου και δυτικού Άργους, μαζί μ αυτούς και ο Δήμαρχος Άργους-Μυκηνών, προσέφυγαν στο εμφιαλωμένο νερό για να καλύψουν τις ανάγκες του σπιτιού τους, αφού ξαφνική διακοπή υδροδότησης, χωρίς καμία ενημέρωση, ούτε καν εκ των υστέρων συγγνώμη τους βρήκε όλους εξ απήνης. Έτσι έμειναν οι γέροντες στο Γηροκομείο να περιμένουν το νερό νάρθει για να πάνε ...προς νερού τους, και οι πελάτες των κομμωτηρίων με την βαφή στο κεφάλι.

ΟΦ.

## Ταυτότητα

**ΑΝΑΓΝΩΣΤΗΣ ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΥ**  
Εβδομαδιαία Εφημερίδα  
Αρ. Σήματος: 159481  
Δικαιούχος Σήματος:  
Α. Γκάτζιος, Μ. Κ. Ντάνος,  
Μ. Πετρόπουλος Ο.Ε.

Μέλος Ε.Ι.Ε.Τ.

Κωδ. Εντύπου: 4126  
Αριθμός φύλλου: 873  
Ημερομηνία: ΠΕΜΠΤΗ 05.11.2015  
Ιδιοκτησία: ΕΝΘΕΣΙΣ Α. Γκάτζιος –  
Μ. Κ. Ντάνος – Μ. Πετρόπουλος Ο.Ε.

Εκδότης – Δ/ντής:  
Άκης Γκάτζιος

Αρχισυντάκτης:  
Άκης Ντάνος  
Συντάκτες:  
Άκης Γκάτζιος, Άκης Ντάνος

Σχεδιασμός:  
ΕΝΘΕΣΙΣ

Εκτύπωση:  
«ΚΑΤΑ ΓΡΑΜΜΑ» ΚΙΑΤΟ  
Διανομή: ΕΛΤΑ, Πρακτορείο ΑΡΓΟΣ  
ΕΔΡΑ: ΝΑΥΠΛΙΟ, Βελλίνη 5  
Τηλ. 2752 0 22257 Fax. 2752 1 10728  
κιν. 697 6511108, 693 7577471  
anagnostispe@hotmail.com  
www.anagnostis.org

Τιμή: 0,70 ευρώ  
Συνδρομές (με ΦΠΑ): Ετήσια ιδιωτών  
45,00 ευρώ, Ετήσια Οργανισμών, ΟΤΑ,  
ΝΠΙΔ, ΝΠΔΔ 300,00 ευρώ.  
Ετήσια Τραπεζών, φορέων επιχειρήσε-  
ων: 150,00 ευρώ

Τα ενυπόγραφα άρθρα που δημοσιεύονται στον «Αναγνώστη Πελοποννήσου» δεν εκφράζουν υποχρεωτικά τις απόψεις της εφημερίδας. Απαγορεύεται η αναδημοσίευση, η αναπαραγωγή κειμένων και φωτογραφιών, ολική ή μερική ή περιληπτική, χωρίς την γραπτή άδεια του εκδότη (Ν.2121/1993).

## Μάθημα Γραμματικής: ΟΙ ΑΝΤΩΝΥΜΙΕΣ

Της Νάντιας Δανιήλ, διδασκάλισσας

ΟΙ ΠΡΟΣΩΠΙΚΕΣ αντωνυμίες! Μεγάλη υπόθεση. Προσωπεία του εαυτού μας και των άλλων. Ακαταλαβίστικα και πολυχρησιμοποιημένα.

Κυρίως εκείνο το εγώ, Από την κοινοχρησία κατάντησε τσιγαρόχαρτο. Άσε, που δεν ξέρω πια τι πάει να πει εγώ.

Εγώ ποιος εγώ

Η κόρη η γυναίκα η μάνα η αδερφή η δασκάλα η φίλη

Α! μα πρέπει από εδώ και πέρα να λέω εμείς.

ΕΜΕΙΣ ...μα ποιοί εμείς;

Οι προδότες ή οι προδομένοι;

Οι διώχτες ή οι διωγμένοι;

Οι πλούσιοι ή οι φτωχοί;

Οι εργοδότες ή οι εργαζόμενοι;

Οι εραστές ή οι βιασμένοι;

Κι αν εμείς είμαστε εμείς, εσείς ποιοί είστε εσείς;

Οι προδότες ή οι προδομένοι;

Οι διώχτες ή οι διωγμένοι;

Οι πλούσιοι ή οι φτωχοί;

Οι εργοδότες ή οι εργαζόμενοι;

Οι εραστές ή οι βιασμένοι;

ΜΕΓΑΛΗ υπόθεση οι προσωπικές αντωνυμίες και μπερδεμένη...

Την εποχή των μεγάλων ποιητάδων λέγαν εμείς και ήταν εμείς: Εμείς στη φτώχεια, στην καταπίεση, στην ανεργία, στον αγώνα, στα όπλα, στα βουνά, εσείς στα πλούτη, στο αρχηγίλικο, τη ρουφιανιά, στα σαλόνια, στο χρήμα. Τώρα λέμε εμείς και εννοούμε οι άλλοι, και έτσι οι προσωπικές αντωνυμίες γίνονται αόριστες:

Δεν φταίω εγώ αλλά ο άλλος

Δεν φταίει ο άλλος αλλά κάποιος και ο κάποιος γίνεται μερικοί -εσ-α, μέχρι που φτάνουμε στον Κο Κανένα. Κι έτσι οι με όλες αυτές τις ανεύθυνες αντωνυμίες περνάμε ξόφρατσα και στις δεικτικές:

-ΝΑΙ,ναι! Αυτός-η-ο φταίει και φυσικά και εκείνος-η-ο, εμείς πάντως όχι!! Πάντα ο άλλος. Και κάπως έτσι τσουβαλιάζουμε στις αόριστες και τις αναφορικές.

-Κάποιος ο οποίος καταχράστηκε....

-Ένας που ψευδομαρτύρησε...

-Καθένας από αυτούς χρηματίστηκε...

-Το όνομα των οποίων;;;

-Ααα! Παρακαλώ. Απαγορεύονται τα ονόματα (μην τους θίξουμε τους κυρίους).

Και έτσι οι καημένες οι δεικτικές αντωνυμίες γίνονται απλώς ενδεικτικές:

-Εκείνος, ο επιχειρηματίας ο οποίος κουβάλαγε την ηρωίνη είναι σήμερα μέγας ξενοδόχος, βιομήχανος, υπουργός...

-Αυτός, ο παπάς, που έκλεψε το παγκάρι, για να αποτελειώσει την πολυκατοικία του...

-Τούτος, ο συνδικαλιστής, που τα έκανε πλακάκια με την εκάστοτε κυβέρνηση, να γίνει δήμαρχος, προϊστάμενος, βουλευτής...

ΜΠΟΡΟΥΜΕ βέβαια να χρησιμοποιούμε όσο θέλουμε τις ερωτηματικές αντωνυμίες ή αλλιώς αναπάντητες αντωνυμίες.

-Ποιος καταχράστηκε τα λεφτά από τα ταμεία;

-Ποιος ξεπούλησε ή διέλυσε τις παραγωγικές δυνάμεις της χώρας;

-Ποιος πήρε μίζες για τα έργα; Για τα όπλα;

-Ποιοι καπηλεύτηκαν την ιστορία;

-Τι θα απογίνουμε;

ΑΜΕΣΩΣ οι αόριστες αντωνυμίες απαντούν:

-Κάποιοι έφαγαν τα χρήματα...

-Κάμποσα χρωστάμε αφού οι κάποιοι τα έφαγαν.

-Κάτι συνέβηκε και με μερικούς το 21 το 40 το 22.

ΣΤΟ ΤΙ, φυσικά, δεν απαντά κανείς... Αντίθετα χρησιμοποιούνται μετά μανίας οι κτητικές αντωνυμίες:

Τα δικά σας δικά μας και τα δικά μας δικά τους.

-Δικιά μου η θεσούλα, δικός μου ο παχυλός μισθός, δικιά μας η offshore εταιρία, δικές μας οι υπέρογκες συντάξεις, δικά τους τα πετρέλαια, τα αρχαία, τα γεωργικά-κτηνοτροφικά προϊόντα, ο χρυσός, ο βωξίτης, τα δάση, τα νερά, τα νησιά...Αλλά:

Δικές σας οι μειώσεις των μισθών, δικό σας το κούρεμα των συντάξεων, δικό σας οι φόροι, ο εξευτελισμός, η μίζερια, η αγωνία, οι αρρώστιες, η πείνα...

Τι;;;

ΤΥΡΙ και ψωμί! Άμα καημένες δεν αρχίσεις να χρησιμοποιείς τις αυτοπαθείς αντωνυμίες την έπαθες!

Δεν τα έφαγε ο εαυτός μας αλλά ο εαυτός τους. Ο εαυτός τους ο ανεύθυνος, ο άπατρις, ο παρτάκιας, ο γλειψιματίας, ο απάνθρωπος, ο καρεκλοκένταυρος και οσφυσιοκάμπτης. Αυτός, αυτός τα έκανε όλα (είδες η δεικτική που βρήκε τη σωστή της θέση!). Αυτός ο ίδιος, μόνος του και με...παρέα (να! και οι οριστικές), καταχράστηκε, υπέθαλψε, πρόδωσε, κατακρεούργησε τις ζωές μας!

Ξυπνάτε, ωρέέέ! Οι αυτοπαθείς θα σώσουν τις αντωνυμίες από την ανωνυμία.



Δεν έκανε πίσω ο Καμπόσος στις πιέσεις των λαϊκατζήδων

## Για μια θέση στην αγορά

Με τα μούτρα έχει πέσει στην δουλειά ο εργολάβος στο Άργος προκειμένου το έργο να είναι έτοιμο μέχρι 31 Δεκεμβρίου 2015. Την Deadline για όλα τα έργα που είναι ενταγμένα στο ΕΣΠΑ και κατόπιν συμφωνίας της Κυβέρνησης με την ΕΕ έχουν απαλλαχτεί απ την ελληνική συνεισφορά.

Ήδη εκτελούνται έργα σε όλα τα προβλεπόμενα σημεία, εκτός της Φειδωνος που θα ενσωματωθεί τελευταία προκειμένου να μην διαταραχτεί και άλλο το κυκλοφοριακό ζήτημα της πόλης.

Από μέρα σε μέρα αναμένεται και η κατασκευή της γεφυρούλας που θα ενώνει ξανά τα δυο κομμάτια της Δαναού πάνω απ το «ποταμάκι» καθώς και η έναρξη εργασιών και στο βορι-

νό μέρος της πλατείας του Αγ. Πέτρου. Το πρόβλημα μεταφοράς των λαϊκατζήδων δείχνει να ξεπεράστηκε με τις θέσεις στη Φειδωνος και τα πρώτα έργα ξεκίνησαν ήδη στο βορειοδυτικό μέρος της πλατείας Δημοκρατίας (λαϊκή αγορά) μπροστά απ το νεοκλασικό.

Σε αγώνα δρόμου για την όσο το δυνατόν μεγαλύτερη απορρόφηση των κονδυλίων του προγράμματος ΕΣΠΑ 2007 - 2013, δύο μήνες πριν κλείσει η χρηματοδοτική στρόφιγγα, έχει επιδοθεί ο δήμος Άργους-Μυκηνών, όπως συχνά αναφέρει και ο δήμαρχος του κοκ Δημήτρης Καμπόσος. Μετά την αρνητική απάντηση στο αίτημα της ΚΕΔΕ για χορήγηση παράτασης ενός

έτους από την Επίτροπο της Περιφερειακής Πολιτικής Κορίνας Κρέτσου, βρίσκονται στον αέρα 480 υπό εξέλιξη έργα σε όλη τη χώρα.

Ο υπουργός Εσωτερικών Παναγιώτης Κουρουμπλής ζήτησε να υπάρξει συντονισμός των εμπλεκόμενων φορέων προκειμένου να βρεθούν λύσεις και να «τρέξουν» όσο το δυνατό πιο γρήγορα οι διαδικασίες ολοκλήρωσης των πιο ώριμων έργων.

Πάντως μέχρι το τέλος του μήνα θα έχουν αποδοθεί περίπου 399 εκατ. ευρώ στους δήμους για προγράμματα όπως το Βοήθεια στο Σπίτι, τα Προνοιακά Επιδόματα, οφειλές προηγούμενων ετών και τα αναπτυξιακά έργα των δήμων.







Η περιοδεία Μείμαράκη στο Άργος και στο Ναύπλιο

## Είμαι φίλος και συναγωνιστής με όλους

Όμηρος των ιδεοληψιών της είναι η κυβέρνηση, σύμφωνα με όσα δήλωσε από το Ναύπλιο, ο πρόεδρος της Νέας Δημοκρατίας Ευάγγελος Μείμαράκης.

Τόνισε χαρακτηριστικά ο κος Μείμαράκης, το πρωί της προηγούμενης Κυριακής: «Διακρίνω ότι οι περισσότεροι Έλληνες πολίτες βρίσκονται σε μια κατάσταση αγωνίας και άγχους για το πώς θα εξελιχθεί το αύριο. Αν και είμαστε μόλις λίγες εβδομάδες μετά τις εκλογές και λογικά θα έπρεπε να υπήρχε μια σταθερότητα, εν τούτοις υπάρχει μεγάλη αβεβαιότητα, γιατί η κυβέρνηση αιχμάλωτη και όμηρος των ιδεοληψιών της, δεν προχωρά στις αποφάσεις που πρέπει για να μας βγάλει από την κρίση.

Αντιθέτως θα έλεγα ότι επιδεινώνει την κρίση με τις αποφάσεις της. Και γι' αυτό ακριβώς σε αυτό το πολιτικό περιβάλλον η Νέα Δημοκρατία πρέπει να μείνει όρθια, πρέπει να αποτελέσει έναν μεγάλο πολιτικό οργανισμό, τον οποίο να εμπιστευτούν οι Έλληνες πολίτες ως εναλλακτική πρόταση και να ξανακερδίσει την

εμπιστοσύνη τους, για να βγει η χώρα από την κρίση».

Ο κος Μείμαράκης αναφέρθηκε ακόμα στις εσωκομματικές εκλογές για την ανάδειξη του προέδρου της Νέας Δημοκρατίας, επισημαίνοντας: «Οι εκλογές είναι μια ευγενική άμιλλα που προκύπτει από μια εκκρεμότητα που έχει το καταστατικό μας και που πρέπει να εκλεγεί ο νέος πρόεδρος της Νέας Δημοκρατίας. Εγώ είμαι φίλος και συναγωνιστής με όλους και έτσι θα συνεχίσω και μετά τις 23 Νοεμβρίου. Όποιος και να εκλεγεί, η Νέα Δημοκρατία να είναι καλά για να μπορεί οικογενειακά, φιλικά να λύσει τα προβλήματά της».

Η Αργολίδα ως ένα από τα παραδοσιακά κάστρα της Ν.Δ. έχει μπει στο στόχαστρο όλων των υποψηφίων προέδρων της Νέας Δημοκρατίας, αφού αναμένονται πολλοί ψήφοι στις εσωκομματικές κάλπες. Ο Βαγγέλης Μείμαράκης την Κυριακή επισκέφθηκε και τις

δύο μεγάλες πόλεις του νομού και συναντήθηκε με ψηφοφόρους στο Άργος, όπου πραγματοποίησε ομιλία στην αίθουσα του Εργατικού Κέντρου και στο Ναύπλιο, που περπάτησε στην πόλη και συναντήθηκε με στελέχη του κόμματος και φίλους του στην παραλία.

Στο πλαίσιο της προεκλογικής περιοδείας του στην Πελοπόννησο, για την ανάδειξη του νέου προέδρου του κόμματος, ο κ. Μείμαράκης επισκέφθηκε ακόμα την πόλη της Νεμέας, την Καλαμάτα, την Τρίπολη, την Κόρινθο και άλλες περιοχές της Πελοποννήσου.

**ΦΡΟΝΤΙΣΤΗΡΙΟ ΜΕΣΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ**  
"Συμφέρον"  
**ΝΕΟ ΕΞΕΤΑΣΤΙΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ**

Διδάσκονται: ΜΑΘΗΜΑΤΙΚΑ, ΦΥΣΙΚΗ ΧΗΜΕΙΑ, ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΚΗ ΑΡΧΕΣ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗΣ ΘΕΩΡΙΑΣ ΙΣΤΟΡΙΑ ΓΕΝΙΚΗΣ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΙΣΤΟΡΙΑ ΠΡΟΣΑΝΑΤΟΛΙΣΜΟΥ

Δ/ΝΣΗ ΣΠΟΥΔΩΝ: ΦΩΣΤΙΝΗΣ ΜΑΝΩΛΗΣ, ΛΑΜΠΡΟΥ ΤΑΣΟΣ

ΚΡΑΝΙΔΙ ΑΡΓΟΛΙΔΑΣ  
6979791168, 6979791165

**ΤΑΣΟΣ Γ. ΛΑΜΠΡΟΥ**  
ΠΟΛΙΤΙΚΟΣ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΑΣ

ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ / ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΗΣ  
ΜΕ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ ΣΤΗΝ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ

email: [anastaslamprou@gmail.com](mailto:anastaslamprou@gmail.com)  
Τηλ. ΕΠΙΚ. 6979791165

### ΑΙΣΘΗΤΙΚΟΣ-MAKE UP ARTIST

**ΦΑΡΜΑΚΕΙΟ ΣΤΟ ΝΑΥΠΛΙΟ ΖΗΤΑ ΑΙΣΘΗΤΙΚΟ - MAKE UP ARTIST**  
**ΥΠΕΥΘΥΝΟ ΓΙΑ ΤΟ ΤΜΗΜΑ ΠΩΛΗΣΕΩΝ ΚΑΙ ΔΙΑΧΕΙΡΗΣΗΣ**  
**ΤΩΝ ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΩΝ ΚΑΛΛΥΝΤΙΚΩΝ ΤΟΥ.**

**ΠΡΟΣΟΝΤΑ:** ΓΝΩΣΗ ΑΙΣΘΗΤΙΚΗΣ ΚΑΙ ΜΑΚΙΓΙΑΣ. ΓΝΩΣΗ ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΩΝ ΚΑΛΛΥΝΤΙΚΩΝ. ΚΑΛΗ ΓΝΩΣΗ ΑΓΓΛΙΚΩΝ ΚΑΙ ΤΕΧΝΙΚΩΝ ΠΩΛΗΣΕΩΝ. ΕΞΟΙΚΙΩΣΗ ΧΡΗΣΗΣ Η/Υ.

**ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ:** ΕΥΧΕΡΕΙΑ ΣΤΙΣ ΠΩΛΗΣΕΙΣ ΣΤΟΝ ΧΩΡΟ ΤΟΥ ΚΑΤΑΣΤΗΜΑΤΟΣ. ΙΚΑΝΟΤΗΤΑ ΣΤΟ ΚΤΙΣΙΜΟ ΔΙΑΠΡΟΣΩΠΙΚΩΝ ΣΧΕΣΕΩΝ. ΟΡΕΞΗ ΓΙΑ ΜΑΘΗΣΗ ΚΑΙ ΔΙΑΡΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ. ΑΝΑΛΗΨΗ ΕΥΘΥΝΩΝ ΚΑΙ ΠΡΩΤΟΒΟΥΛΙΩΝ. ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΚΕΣ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ.

**ΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΗ ΕΜΠΕΙΡΙΑ:** ΕΡΓΑΣΙΑ ΣΕ ΧΩΡΟ ΑΙΣΘΗΤΙΚΗΣ ΚΑΤΑΣΤΗΜΑ Ή ΦΑΡΜΑΚΕΙΟ ΤΟΥΛΑΧΙΣΤΟΝ ΓΙΑ ΕΝΑ ΧΡΟΝΟ.

ΑΠΟΣΤΟΛΗ ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΩΝ ΣΤΗΝ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ: Σ.ΜΕΡΑΡΧΙΑΣ ΚΑΙ ΝΑΥΑΡΙΝΟΥ 21100 ΝΑΥΠΛΙΟ Ή ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΑ [karcost@otenet.gr](mailto:karcost@otenet.gr) . ΠΑΡΑΚΑΛΩ ΕΠΙΣΥΝΑΨΤΕ ΚΑΙ ΜΙΑ ΠΡΟΣΦΑΤΗ ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΑ.

### ΙΔΙΑΙΤΕΡΑ ΦΙΛΟΛΟΓΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ

Πτυχιούχος Φιλοσοφικής Σχολής Αθηνών με Παιδαγωγική και Διδακτική Κατάρτιση παραδίδει ιδιαίτερα φιλολογικά μαθήματα σε μαθητές Γυμνασίου - Λυκείου (Γενικής Παιδείας και Θεωρητικής κατεύθυνσης)

- \* Μεταπτυχιακές Σπουδές στις "Νέες Τεχνολογίες στην Εκπαίδευση"
- \* Ειδίκευση στις Μαθησιακές Δυσκολίες
- \* Δυνατότητα Διαδικτυακών Μαθημάτων (e-learning)
- \* Τιμές Προσιτές

Επικοινωνία: **ΣΟΦΙΑ ΧΡΗΣΤΟΥ**  
Κιν: **690-6550302**  
e-mail: **sochris25@yahoo.gr**



## Θα κοκκινίσω το δάνειο μου....



Ο Παναγιώτης καληνύχτισε με ένα τραγουδιστό παραμύθι τα παιδιά του.

-Μπαμπά τραγουδάς πολύ γρήγορα σήμερα το παραμύθι μας, δεν καταλαβαίνω πότε νικάει ο ιππότης.

Το μεγαλύτερο παιδί του δεν είχε άδικο, δεν ήταν μόνο πιο γρήγορα τα λόγια του μπαμπά του αλλά οι γρήγορες ανάσες της φωνής του έδιναν έναν αγωγικό ρυθμό στην διήγηση του. Ο πατέρας κατόρθωσε και έλεγξε τον ρυθμό της αναπνοής και με την παραμυθιαστή φωνή του το ένα μετά το άλλο τα παιδιά του παραδίδονταν στην αγκαλιά του Μορφέα. Με βήματα επιδέξιοι χορευτή μπαλέτου, στις μύτες των ποδιών βγήκε από το δωμάτιο των παιδιών, τράβηξε με απαλές κινήσεις την πόρτα. Το καθιστικό φωτιζόταν από το σκυφτό φωτιστικό πάω στο γραφείο του. Οι σκιές που σχημάτιζαν οι παραλληλόγραμμοι φάκελοι έμοιαζαν φτερά θανατηφόρου αρπακτικού. Τρόμαξε λίγο, αλλά κατάλαβε γιατί ο μεγαλύτερος γιος διαμαρτυρήθηκε για την αγωγμένη φωνή του. Το βαθύτερο, πλατύτερο και ίσως ισχυρότερο μέρος της συνείδησης του ήταν δοσμένο στην τακτοποίηση των οικονομικών υποχρέωσών του. Θυμήθηκε τα λόγια ενός φίλου του ψυχολόγου, όταν του είπε ότι ποτέ δεν αναφέρουν με την γυναίκα του μπροστά στα παιδιά αρνητικά γεγονότα ή συναισθήματα.

-Παναγιώτη τα παιδιά δεν καταλαβαίνουν από λόγια, από θεωρίες, μυρίζουν την αγάπη, τον φόβο, τον θυμό. Ο μεγάλος είχε μυρίσει την εφιαλτική αγωνία του.

-Τελικά μερικές φορές έχουν δίκιο οι ψυχολόγοι (μονολόγησε και κάθισε στο γραφείο του).

Οι λογαριασμοί μπήκαν δεν μια κανονική παραλληλόγραμμη σειρά και έχασαν τα σκιάδη εφιαλτικά φτερά τους.

Σχίζοντας προσεκτικά με τον χάλκινο χαρτοκόπτη τους λευκούς φακέλους ένοιωθε απανωτές μαχαίριές στην αριστερή πλευρά του κεφαλιού. Σε

μια οπτική προσπάθεια να μειώσει τον τρομακτικό όγκο τους πέταξε τους σχισμένους φακέλους στον μαύρο κάδο. Αλλά τα νούμερα τους ήταν αμειλικτα. Σε ένα λευκό χαρτί φτιάχνοντας με μια κάθετη γραμμή μια τραμπάλα εσόδων και εξόδων προσπάθησε να ισοροπήσει την πραγματικότητα που είχε να αντιμετωπίσει. Ήταν από τους τυχερούς της εποχής και αυτός και η γυναίκα ήταν ακόμα σε κατάσταση αμειβόμενης εργασίας και τα κατάφερναν μια χαρά. Αλλά βαθμιαία τα έσοδα μειώνονταν και ταυτόχρονα όσο μεγάλωναν και τα παιδιά μεγάλωναν και τα έξοδα τους. Σύντομα, αν ήθελαν να διατηρήσουν ένα αξιοπρεπές επίπεδο διαβίωσης τα έξοδα θα ήταν περισσότερα από τα έσοδα. Το πλην μπροστά από την τραμπάλα εσόδων εξόδων σήμαινε σημαντικές απώλειες στην καθημερινή τους ζωή. Έκανε άλλη μια επιθεώρηση των χαρτιών, τίποτα από όσο ήταν καταγεγραμμένα δεν θα μπορούσε να αλλάξει παρά μόνο το δάνειο του σπιτιού.

-Αν μπορούσα να κατεβάσω την δόση του σπιτιού εκατό ευρώ θα ήταν μια σημαντική βοήθεια (είπε πάλι μόνος του και πήρε την απόφαση του).

Την άλλη μέρα ζήτησε δίωρη άδεια από το αφεντικό του και πήγε στην τράπεζα.

-Καλημέρα Παναγιώτη (είπε ο υπεύθυνος υπάλληλος των δανείων).

-Καλημέρα Κώστα, ήρθα να μιλήσουμε για το δάνειο (και του έδωσε τον φάκελο με όλα τα στοιχεία του δανείου, ο υπάλληλος με γρήγορες κινήσεις πληκτρολόγησε τους αριθμούς και βρήκε το δάνειο του Παναγιώτη στο ηλεκτρονικό αρχείο της τράπεζας).

-Καταπράσινο είναι το δάνειο σου.

-Τι εννοείς καταπράσινο;

-Εννοώ ότι σύμφωνα με τα στοιχεία που βλέπω στο αρχείο μας είναι ένα δάνειο στο οποίο δεν έχει καθυστερήσει ούτε μια δόση.

-Ναι αυτό το γνωρίζω, κάθε μήνα εδώ και δώδεκα χρόνια η πρώτη οικονομική εκκρεμότητα που τακτοποιώ είναι το στεγαστικό.

-Ωραία λοιπόν αφού δεν έχει κανένα πρόβλημα το δάνειο σου γιατί είσαι προβληματισμένος;

-Κοίταξε πριν λίγους μήνες αποκτήσαμε και τρίτο παιδί.

-Να σου ζήσει ρε ήρωα, τέτοιες εποχές είναι ηρωική πράξη να έχεις τρία παιδιά.

-Τέσσερα θέλαμε με την γυναίκα μου αλλά θα σταματήσουμε στα τρία. Το θέμα είναι ότι τα παιδιά για να έχουν μια αξιοπρεπή ζωή χρειάζονται και κάποια χρήματα για τις βασικές τους ανάγκες. Με όλα αυτά τα νέα μέτρα σύντομα και εμείς θα έχουμε οικονομικά προβλήματα, αν



ΘΑ ΚΟΚΚΙΝΙΣΩ ΤΟ ΔΑΝΕΙΟ ΜΟΥ...

μπορούσα να ρυθμίσω το δάνειο μου, την δόση εκατό ευρώ λιγότερα θα ήταν σημαντική διευκόλυνση για μένα.

-Αδύνατον (είπε άμεσα και κοφτά ο υπάλληλος).

-Μα πως αδύνατον;

-Εντελώς αδύνατον γιατί το δάνειο σου είναι καταπράσινο.

-Μα καλά με τα χρώματα θα παίζουμε τώρα; Στα κανάλια ακούμε συνεχώς ότι γίνονται ρυθμίσεις στα κόκκινα δάνεια.

-Ακριβώς, το είπες και μόνο σου, οι ευνοϊκές ρυθμίσεις αφορούν μόνο τα κόκκινα δάνεια. Το δικό σου είναι ένα υγιέστατο δάνειο, δεν έχει παραλείψει ούτε μια δόση! Δεν είναι δυνατόν σε καμία περίπτωση να μπει στις

ευνοϊκές ρυθμίσεις!! Ξέρεις πόσο σε εκτιμώ Παναγιώτη αλλά δεν είναι δυνατόν να κάνω τίποτα.

Ο Παναγιώτης ευχαρίστησε τον υπάλληλο της τράπεζας και με βαριά ασήκωτα βήματα και σκυφτό κεφάλι έφτασε στην δουλειά. Στο δεξί του χέρι αφηρημένος κρατούσε ακόμα τον φάκελο του δανείου. Το αφεντικό του ο κυρ Κώστας αμέσως κατάλαβε ότι κάτι δεν πήγαινε καλά. Τον φώναξε στο γραφείο.

-Τι έγινε Πάνο, έχουμε κανένα σοβαρό θέμα υγείας με τα παιδιά;

-Όχι πως σας ήρθε αυτό στο μυαλό;

-Μου φάνηκε ότι κρατάς ιατρικές εξετάσεις στα χέρια και μου κόπηκαν τα πόδια ξέρεις τα εγγονάκια μου είναι στην ηλικία των παιδιών σου.

-Αφεντικό δεν έχω πρόβλημα με το σπίτι, οικονομικό είναι το πρόβλημα (έπιασε το βλέμμα απορίας του κυρ Κώστα) όχι προς Θεού δεν έχω πρόβλημα με την δουλειά αλλά με την τράπεζα. (Και του εξήγησε τις σκέψεις του και τι απαντήσεις του έδωσε ο υπάλληλος.)

-Παναγιώτη μου ο άνθρωπος σου έδωσε την απάντηση αλλά εσύ δεν την κατάλαβες.

-Μα τι λέτε κυρ Κώστα, αφού μου είπε ότι δεν γίνεται τίποτα.

-Όχι ακριβώς το ανάποδο σου είπα. Για να μπορέσεις να

επιβιώσεις σε αυτή την χώρα της αναξιοκρατίας, των επιπλεόντων φελλών, της κομματικοκρατίας μόνο ένας τρόπος υπάρχει να φορέσεις μια στολή και να τους μοιάσεις, να γίνεις ίδιος με αυτούς, έστω για λίγο, σαν μια παράσταση επιβίωσης!!! Ποιοι πήγαν «μπροστά» και βύθισαν την πατρίδα στα βάθη της κρίσης, τα λαμόγια και οι παραβατικοί. Τι είναι τα κόκκινα δάνεια και ανακεφαλαιοποίηση των τραπεζών; Μια επιβράβευση σε όσους έκλεψαν τα λεφτά του κόσμου με κόκκινα δάνεια και ένας ωμός εκβιασμός για όσους είναι συνεπείς.

-Κύριε Κώστα ο υπάλληλος ήταν σαφής το δικό μου το δάνειο είναι καταπράσινο και δεν μπορεί να μπει στις ευνοϊκές ρυθμίσεις των κόκκινων δανείων.

-Να πάρεις μπογιά και να του αλλάξεις το χρώμα! Να μεταφέρεις το δικό σου πρόβλημα στον άλλο, αυτή είναι η συμπεριφορά που αξιώθηκε στην Ελλάδα της Μεταπολίτευσης. Το ανέκδοτο με αυτόν που χρωστούσε στον γείτονα του το ξέρεις;

-Όχι.

-Λοιπόν όλο το βράδυ ο Μήτσος στριφογύριζε στο κρεβάτι του και φώναζε, πέντε, πέντε. Τον ξυπνά η γυναίκα του.

-Τι έγινε Μήτσο;

-Χρωστάω πέντε χιλιάδες στον γείτονα απέναντι, δεν έχω να του τις δώσω αύριο και με έπιασαν εφιάλτες.

-Περίμενε ένα λεπτό...(σηκώνεται και ανοίγει το παράθυρο της κρεβατοκάμαρας, αρχίζει να φωνάζει) Γείτονα έ γείτονα, γείτονα ε γείτονα!

-Έλα γειτόνισσα τι με θες; (Ακουστήκε από το απέναντι παράθυρο.)

-Ο άντρας μου σου χρωστά πέντε χιλιάδες;

-Ναι!

-Ε δεν έχει να σου τα δώσει αύριο, την άλλη εβδομάδα άμα μπορέσουμε και πληρωθούμε, άντε καληνύχτα.

-Τι έκανες ρε γυναίκα; (Ρώτησε αλαφιασμένος ο Μήτσος.)

-Τώρα το πρόβλημα είναι του γείτονα! Εσύ κοιμήσου ήσυχος να πας στην δουλειά αύριο και άσε το γείτονα να ανησυχεί.

-Δώσε μου τα χαρτιά του δανείου (είπε ο κυρ Κώστας ενώ είχε πατήσει τα νούμερα του τηλεφώνου). Τα σέβη μου κύριε Διευθυντά, θα ήθελα χρησιμοποιήσω για άλλη μια φορά τις ασφαλείς οικονομικές σας γνώσεις (Ο Παναγιώτης βγήκε διακριτικά έξω. Σε λιγότερο από δυο λεπτά του είδε μέσα από την τζαμαρία να του κάνει νόημα το αφεντικό του να μπει μέσα.) Λοιπόν όπως σου τα έλεγα είναι τα πράγματα. Θα αλλάξεις χρώμα στο δάνειο σου.

-Μα πως;

-Θα το αφήσεις απλήρωτο για τρεις μήνες, στην δεύτερη απλήρωτη δόση από πράσινο έχεις γίνει ροζ και στην τρίτη κόκκινο. Θα πάρεις μικρή παράταση χρόνου αποπληρωμής και εκατόν είκοσι ευρώ μείωση της δόσης. Είναι σίγουρο, μου το είπε ο διευθυντής της τράπεζας. Είναι ο μόνος τρόπος για να μπορέσεις να μπει στις ευνοϊκές ρυθμίσεις. Και με τις τρεις απλήρωτες θα έχει τέσσερις πληρωμένες στο κόκκινο δάνειο, κέρδος χρόνου άμεσο εφτά μηνών.

Λοιπόν τι λες;

-Θα κοκκινίσω το δάνειο μου..... δεν έχω άλλη επιλογή.

**\*Φίλος συνεπής δανειολήπτης, θέλοντας να προλάβει τα οικονομικά μελλούμενα ζήτησε από την τράπεζα διευκόλυνση στον χρόνο αποπληρωμής του δανείου του. Του απάντησαν μόνο αν ήταν κόκκινο δάνειο θα μπορούσε να πάρει ευνοϊκούς όρους. Για άλλη μια φορά ένοιωσε «Έλληνας ..άκας» αποφάσισε για πρώτη φορά στην ζωή του να γίνει ασυνεπής στις υποχρεώσεις του και να το κοκκινίσει... για να ανασάνει.**



# ENOESIS

ΒΕΛΛΙΝΗ 5, ΝΑΥΠΛΙΟ, τηλ. 27520 22257

ΑΝΑΓΝΩΣΤΗΣ  
ΠΕΜΠΤΗ 05.11.2015

## ψηφιακή εκτύπωση

## προεκτύπωση δημιουργικό εντύπων

Λήψεις με ψηφιακή φωτογραφική μηχανή  
cmyk scanning επεξεργασία φωτογραφίας  
μακέτα για οποιαδήποτε εφαρμογή  
image & clipart library - web & multimedia design

ΑΦΙΣΣΕΣ (32X45)

ΠΡΟΣΩΠΙΚΕΣ ΚΑΡΤΕΣ

ΔΙΠΤΥΧΑ

ΠΟΛΥΣΕΛΙΔΑ ΕΝΤΥΠΑ  
Δίγα αντίτυπα

ΠΡΟΣΚΛΗΣΕΙΣ

ΕΠΙΣΤΟΛΟΧΑΡΤΑ

ΦΑΚΕΛΛΑ

ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΑ

ΑΥΤΟΚΟΛΛΗΤΑ

ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΕΣ (30,5X45,7)  
net & illustration cards

ΓΙΓΑΝΤΟΑΦΙΣΣΕΣ

ΛΑΒΑΡΑ

## έγχρωμες φωτοτυπίες, διαφάνειες

υψηλής ευκρίνειας, μέγιστο μέγεθος πρωτοτύπου SRA3



«Δεν μπορείς να συλλάβεις έναν άνθρωπο επειδή κάποιος τον δείχνει με το δάκτυλό του»

## [Ενοχο-ποινικά στοιχεία] Το ηθικό πλεονέκτημα δεν κληρονομείται

Στο βάθος του ορίζοντα ένα έσχατο ίχνος φωτός  
Αποχαιρετάει δειλά τη δόξα της μέρας που πέρασε  
Αντώνης Μακρυδημήτρης (αδημοσίευτο)

Ποιο είναι άραγε σήμερα το πρόσωπο του ανυποχώρητου αριστερού, όπως ήταν στο παρελθόν όταν οι ιδεολόγοι πλήρωναν - με τον ένα ή τον άλλο τρόπο - το τμήμα όχι με βάση τη συγκυριακή σκοπιμότητα αλλά με τις θεμελιώδεις αρχές τής προσωπικής και συλλογικής Ηθικής (όπως μ.ά. ο Κ. Κάππος);



**Του Γιάννη Πανούση,**  
καθηγητή  
Εγκληματολογίας  
στο Πανεπιστήμιο Αθηνών

Όπως η Λογική, έτσι και οι έννοιες του Χρέους και της ατομικής ευθύνης και της συνέπειας υποχώρησαν μπροστά είτε στις πλειοψηφίες είτε στις αρχηγικές εντολές. Είσαι τόσο ηθικός (ή και ανήθικος) όσο σου επιτρέπει - όχι το «σύστημα» αυτή τη φορά αλλά - το Ιερατείο του Κόμματος.

Οι ίδιοι που κόπτονται για την εθνική ανεξαρτησία και την κοινωνική απελευθέρωση, οι ίδιοι είναι οι πιο υποτελείς (μέχρι οσφυοκαμψίας) όταν οι συλλογικότητες, οι διαδικασίες, η Αυλή προστάζουν υποταγή και... σιωπή.

Ζούμε το τέλος των αυτοπροσδιορισμών ακόμα και σε ζητήματα ηθικής (πολιτικής και άλλης);

Αριστερό ή λιγότερο Αριστερό, το πολιτικό σύστημα αυτοεξυπηρετείται και αλληλοκαλύπτεται δίχως να ενδιαφέρεται για καμία κόκκινη γραμμή. Κάνουν λάθος όσοι ισχυρίζονται ότι πολλά μέλη της Νέας Αριστεράς Τάξης (NEAPT) είναι φοβικά ή φοβισμένα. Ισα ίσα (σαν έτοιμοι από καιρό;) έμαθαν ταχύτατα το παιχνίδι της εξουσίας, τα μυστικά και τα απόρρητα και αρκετοί το παίζουν πολύ καλά και με το προσωπικό αζημίωτο.

Από την άλλη, ωραία και χρήσιμα τα θεωρητικά περί του μέλλοντος της Ευρωπαϊκής Αριστεράς αλλά καλά θα ήταν οι διανοούμενοι και οι κολλητοί να μας δείχνουν με τη ζωή τους (κι όχι μόνο με τα γραπτά τους) τι σημαίνει να είσαι αριστερός.

Αντιστάσεις και δέσμες ιδεών από την ασφάλεια των πανεπιστημίων ή των κολωνακιώτικων café, βεβαιότητες που ερειδονται σε αυταπάτες ή σε καλά κρυμμένες, μέσα σε σοφιστήρια, ιδιοτέλειες, αριστεροφανείς μεγαλοϊδεατισμοί, επαναστατική γυμναστική της συγκάλυψης των παρανομιών των δικών τους παιδιών: φαινόμενα που τάχουμε ξαναδεί από την άλλη πλευρά.

Πολλοί έχουν ήδη χάσει την ψυχή τους αλλά (κάνουν ότι) δεν το ξέρουν.

Είναι αντεστραμμένα ή διαθλασμένα είδωλα των πρότερων διακηρύξεών τους για ειλικρίνεια και εντιμότητα.

ΥΓ 1: Δυστυχώς «η κοινωνία δεν είναι απύουσα». Είναι παρούσα, αντιμεταρρυθμιστική, συναλλασσόμενη, άνομη και ηθικά μετέωρη.

ΥΓ 2: Το Αύριο έρχεται έτσι κι αλλιώς. Το ζήτημα είναι πώς διαβάζεις την έλευσή του. Με κομματικά θολωμένα ματογυάλια σκοπιμοτήτων ή με τη διαύγεια και τη σύνεση ενός καθαρού μυαλού χωρίς ηθικές υποχωρήσεις και αυτολογοκρινόμενη «ελευθερία γνώμης».

ΥΓ 3: Κόκκινα δάνεια (για τους μη έχοντες). Κόκκινα πόθεν έσχες (για τους έχοντες);

22/10/2015



Επιστολή του Ηλία Κοντού για το «Βοήθεια στο Σπίτι»

## Γιατί δεν γράφονται οι ηλικιωμένοι του Ηραίου;

Εκτός του προγράμματος «Βοήθεια στο σπίτι» μένουν ηλικιωμένοι του Νέου Ηραίου, αφού δεν γίνονται νέες εγγραφές, σύμφωνα με την επιστολή του προέδρου του ΔΔ Ηλία Κοντού, προς τον δήμαρχο Δημήτρη Καμπόσο.

Ο κος Κοντός στην επιστολή του τονίζει: «Έχω ζητήσει επανειλημμένως από τις εργαζόμενες του προγράμματος της δομής Μυ-

κηνών, να εγγράψουν στο πρόγραμμα ηλικιωμένους του ΔΔ Ν. Ηραίου, όπου προεδρεύω, οι οποίοι έχουν ανάγκη βοήθειας. Παρόλη την προθυμία των εργαζομένων να βοηθήσουν, αρνούνται να προβούν στην εγγραφή και εξυπηρέτηση των ατόμων, προβάλλοντας ως αιτιολογία την εντολή της διοίκησής τους να μην εντάξουν νέα άτομα στο

πρόγραμμα.

Παρακαλώ όπως μου απαντήσετε γιατί στο χωριό μου, όπου και στεγάζεται το συγκεκριμένο πρόγραμμα, υπάρχει αυτή η αδιαφορία προς τους ηλικιωμένους, ποιοι είναι οι όροι του προγράμματος που απαγορεύουν την εγγραφή νέων ατόμων και ποιός ή ποιοι είναι υπεύθυνοι για αυτές τις αποφάσεις».

Παράταση των εργασιών μέχρι τέλος του έτους ζητά η Εφορία Αρχαιοτήτων

## Αργεί το Βυζαντινό Μουσείο Άργους

Η ενοποίηση των εφοριών που επέβαλε η συγκυβέρνηση ΝΔ-ΠΑΣΟΚ και οι περιορισμοί στις τραπεζικές συναλλαγές, φταίνε για την καθυστέρηση που παρουσιάζει το Βυζαντινό Μουσείο Άργους σύμφωνα με τον Υπουργό Πολιτισμού και Αθλητισμού Α. Μπαλτά.

Σε σχετικά με την σημειούμενη καθυστέρηση έναρξης του Μουσείου ο Υπουργός μεταξύ άλλων αναφέρει ότι: Το έργο αποτελείται από δύο υποέργα: Το υποέργο 1 "Διεθνής ανοικτός διαγωνισμός για την προμήθεια και εγκατάσταση μουσειακών προθηκών της μόνιμης βυζαντινής μουσειακής έκθεσης του Βυζαντινού Μουσείου Αργολίδας" το οποίο έχει ολοκληρωθεί μετά την παραλαβή των μουσειακών προθηκών στις 11.12.2014 και το υποέργο 2 "Συμπληρωματικές εργασίες για την οργάνωση της μόνιμης βυζαντινής μουσειακής έκθεσης και των λοιπών βοηθητικών χώρων του Βυζαντινού Μουσείου Αργολίδας" το οποίο εκτελείται απολογιστικά και με αυτεπιστασία, αρχικά από την 25η Εφορεία Βυζαντινών Αρχαιοτήτων και - μετά την εφαρμογή του νέου Οργανισμού του

Υπουργείου - από την Εφορεία Αρχαιοτήτων Αργολίδας. Όσον αφορά στο υποέργο 2, το οποίο βρίσκεται σε εξέλιξη, η ΕΦΑ Αργολίδας υπέβαλε αίτημα παράτασης του έργου έως τις 21.12.2015 στην Ειδική Υπηρεσία Τομέα Πολιτισμού του ΥΠΠΟΑ, το οποίο υπεγράφη στις 19-10-2015 από την Γενική Γραμματέα του ΥΠΠΟΑ προκειμένου να προωθηθεί στην αρμόδια Διαχειριστική Αρχή του ΠΕΠ Πελοποννήσου. Η παράταση του έργου κατέστη αναγκαία εξαιτίας των καθυστερήσεων που προέκυψαν κατά την υλοποίηση του φυσικού αντικείμενου, οι οποίες οφείλονται κυρίως: α) στην τροποποίηση του χρονοδιαγράμματος του έργου της "προμήθειας και εγκατάστασης μεταλλικών εκθεσιακών διαχωριστικών χώρων, μεταλλικών οροφών, μεταλλικών εκθεσιακών κατασκευών και μεταλλικών βάθρων", λόγω εργασιών που έπρεπε να προηγηθούν καθώς και αντιμετώπισης των προβλημάτων που προέκυψαν από αλλοιώσεις στον χρωματισμό τους, β) στην αντικατάσταση μεμονωμένων εκθεμάτων με νέα σημαντικά ευρήματα από τις αρχαι-

ολογικές έρευνες της Εφορείας, γ) στη διακοπή της συντήρησης των μεταλλικών εκθεμάτων από ειδικευμένους συντηρητές της τέως αρμόδιας 25ης ΕΒΑ και την αδυναμία συντήρησής τους από συντηρητές της ΕΦΑ Αργολίδας, δ) στη συμπληρωματική στήριξη των εκτός προθηκών αντικειμένων που εκτίθενται ελεύθερα στα μεταλλικά εκθεσιακά βάθρα με plexiglass για λόγους ασφαλείας και προστασίας τους. Επιβαρυντικοί παράγοντες για την ομαλή πορεία του έργου υπήρξαν, σύμφωνα με την αρμόδια Εφορεία, (α) η εφαρμογή του νέου Οργανισμού του Υπουργείου (του 2014) με τη συνακόλουθη κατάργηση Υπηρεσιών και τη δημιουργία νέων και (β) οι επιβληθέντες περιορισμοί στις τραπεζικές συναλλαγές. Σε κάθε περίπτωση, καταβάλλονται προσπάθειες και αναζητούνται διαρκώς λύσεις από την αρμόδια Εφορεία σε συνεργασία με την Ειδική Υπηρεσία Τομέα Πολιτισμού του Υπουργείου και την αρμόδια Διαχειριστική Αρχή του ΠΕΠ Πελοποννήσου, προκειμένου το έργο να ολοκληρωθεί εντός του 2015.

Προτάσεις ανάδειξης ενετικών μνημείων του Ναυπλίου

# Δενδροφύτευση, μνημεία και ανάδειξη Ενετικού Κτιρίου

Του Χρήστου Πιτερού,  
Αρχαιολόγος

Με αφορμή το πρόσφατο συμπόσιο με θέμα «Της Βενετίας τ' Ανάπλι...», συνεχίζουμε το αφιέρωμα για την προστασία και ανάδειξη των Ενετικών Μνημείων του Ναυπλίου

### 3. Προστασία και ανάδειξη Ενετικού Κτιρίου

Λήψη μέτρων προστασίας του μοναδικού τριώροφου ενετικού κτιρίου δίπλα στην εκκλησία, μητρόπολη, του Αγίου Γεωργίου. Το ερειπωμένο εδώ και πολλά χρόνια κτίριο πρέπει να τύχει ιδιαίτερης προσοχής και προστασίας των εκτεθειμένων τοίχων στις καιρικές συνθήκες, να στεγασθεί προσωρινά και να ξεπεραστούν τα εμπόδια και να δρομολογηθούν οι διαδικασίες αναστήλωσης (εικ. 3). Τμήμα των τοίχων έχουν καταρρεύσει. Η στέγασση σε αυτό Μουσείου της πόλεως του Ναυπλίου καθώς και άλλες συμβατές χρήσεις είναι ευκαταίεες για την πολλαπλή ανάδειξη του μοναδικού αυτού ερειπωμένου, σπουδαίου κτιρίου. Είναι γνωστό ότι ο Δήμος έλαβε πρόσφατα τα στοιχειώδη μέτρα προστασίας. Ωστόσο μια Δημοτική Αρχή κρίνεται στα δύσκολα. Το μνημείο καταρρέει, πρέπει να ληφθούν μέτρα και να αξιοποιηθεί. Η άθλια εικόνα που παρουσιάζει στο κέντρο της πόλης δεν γίνεται ανεκτή. Το κτίριο αυτό με εσωτερική μαρμαρίνη κιονοστοιχία έχει μακρά ιστορία. Όπως προέκυψε από την ανακοίνωση της κ. Δ. Μιχάλαγα στο πρόσφατο συνέδριο. Το κτίριο κτίσθηκε κατά τη Β' Ενετοκρατία ως έδρα του καθολικού Επισκόπου και λειτούργησε και ως Scuola. Στα χρόνια της Τουρκοκρατίας λειτούργησε ως λατρευτικό κτίριο, ως τεκές. Μετά την απελευθέρωση χρησιμοποιήθηκε εξ αρχής ως κρατικό κτίριο και στέγασε διάφορες υπηρεσίες κατά την καποδιστριακή εποχή, στέγασε την Αστυνομία, το Τυπογραφείο, υπηρεσίες κλπ., ενώ στη συνέχεια ως τη δεκαετία του 1930 λειτούργησε και ως σχολείο. Σε τμήμα του κτιρίου αυτού διέμενε κατά διαστήματα και ο Μητροπολίτης. Είναι εμφανείς οι μεταγενέστερες επισκευές. Στη συνέχεια το κτίριο το οικειοποιήθηκε η εκκλησία, η στέγη κατέρρευσε εδώ και πολλά χρόνια και από την εγκατάλειψη έχουν καταρρεύσει μεγάλα τμήματα των τοίχων των ορόφων. Μετά από την αρχιτε-



Ενετικό κτίριο scuola



Βουλευτικό με τους φοίνικες

κτονική αποτύπωση γύρω στα 1990 από τη Δημοτική Αρχή συνεχίστηκε η εγκατάλειψη. Το 2007 ως μέλος του Ιδρύματος Ι. Καποδίστρια, έθεσα στο Δήμαρχο κ. Παν. Αναγνωσταρά το σοβαρότατο πρόβλημα της εγκατάλειψης και της επικινδυνότητας του κτιρίου. Ο κ. Παν. Αναγνωσταράς μετά από ενέργειές του συμφώνησε από κοινού με το Μητροπολίτη μακαριστό Ιάκωβο να προωθηθεί η διαδικασία αναστήλωσης του κτιρίου μέσα από τα προγράμματα του ΕΣΠΑ. Ωστόσο, όπως πληροφορήθηκα, η διαδικασία δεν προχώρησε διότι η νομική υπηρεσία της Ιεραρχίας της Εκκλησίας δεν ενέκρινε την από κοινού με το Δήμο Ναυπλιέων θεωρώντας ότι πρόκειται για κτίριο της Εκκλησίας και έκτοτε το κτίριο εγκαταλειμμένο καταρρέει. Επειδή υπάρχει πρόβλημα ως προς το ιδιοκτησιακό καθεστώς του κτιρίου μεταξύ Δήμου και Εκκλησίας, ενώ σύμφωνα με στοιχεία των κρατικών Αρχείων Αργολίδας, πρόκειται για κρατικό κτίριο, πρέπει να διευκρινιστεί άμεσα το ιδιοκτησιακό πρόβλημα του κτιρίου, το οποίο η Εκκλησία θεωρεί ως ιδιοκτησία της, και

να βρεθεί λύση, διότι με αιτία αυτή τη διεκυστίνδα ένα μοναδικό ενετικό κτίριο εγκαταλειμμένο χωρίς στέγη πάνω από μισό αιώνα, κινδυνεύει με ένα σεισμό να καταρρεύσει πλήρως. Όπως ανέφερε ο Θεοφιλέστατος Επίσκοπος Επιδαύρου κ. Καλλίνικος στο συμπόσιο, ο Σεβασμιώτατος Μητροπολίτης Αργολίδας κ. Νεκτάριος ενδιαφέρεται για την αντιμετώπιση του σοβαρού αυτού προβλήματος. Ο Δήμος Ναυπλιέων κατά την άποψή μας πρέπει να ενεργήσει άμεσα ώστε να βρεθεί λύση στην εμπλοκή του ιδιοκτησιακού καθεστώτος και να αναστηλωθεί το κτίριο. Η αξιοποίηση του κτιρίου για τη δημιουργία Μουσείου της πόλεως Ναυπλίου, τη στέγασση των Αρχείων, είναι απόψεις που έχουν προταθεί προς τη σωστή κατεύθυνση.

### 4. Δενδροφύτευση και μνημεία

Ένα σοβαρό πρόβλημα αισθητικής βλάβης αλλά και με σοβαρότατους κινδύνους αποτελούν τα δέντρα στην παλιά πόλη που έχουν φυτευθεί αυθαίρετα σε άμεση σχέση με σημαντικά κτίρια και μνημεία. Κατά και-



Τριανόν (τζαμί) με τον φοίνικα



Δικαστικό μέγαρο με λεύκες

ρούς πέφτουν δένδρα ευτυχώς όμως χωρίς να θανατηφόρα ατυχήματα μέχρι τώρα. Χρειάζεται ειδική φροντίδα και μελέτη για την απομάκρυνση επικίνδυνων δέντρων. Πρόσφατα έπεσε μεγάλο πεύκο στον Ψαρομαχαλά. Ευτυχώς χωρίς ατύχημα. Ενδεικτικά κρίνουμε όμως απαραίτητο να επισημάνουμε τρεις χαρακτηριστικές περιπτώσεις. α) Στο Τριανόν (τζαμί) της πλατείας, εκτός από τον πλάτανο, έχει φυτευθεί αυθαίρετα, εδώ και χρόνια φοίνικας (εικ. 4) σε άμεση επαφή με το τζαμί, που προξενεί αισθητική βλάβη στο μνημείο και το αποκρύπτει, με αποτέλεσμα το μνημείο να μην είναι δυνατόν ούτε να φωτογραφηθεί ολόκληρο. Η άμεση απομάκρυνσή του φοίνικα είναι αναγκαία. β) Πίσω από την Εθνική Τράπεζα στην πλατεία Συντάγματος έχουν φυτευθεί επίσης, χωρίς μελέτη, δύο φοίνικες κατά το παρελθόν, οι οποίοι μεγάλωσαν και κρύβουν το μοναδικό μνημείο του Βουλευτικού (μεγάλο τζαμί) με αποτέλεσμα να δημιουργείται αισθητική βλάβη στο μνημείο, και είναι αδύνατον να φωτογραφηθεί, διότι αποκρύπτεται από τους φοίνικες (εικ.

5). Στο παρελθόν στη δεκαετία του 1930 είχαν φυτευθεί στη θέση αυτή επίσης φοίνικες, όπως προκύπτει από φωτογραφίες, οι οποίοι όμως απομακρύνθηκαν. Πριν από αρκετά χρόνια η αρμόδια 26η ΕΒΑ είχε αποστείλει έγγραφο στο Δήμο Ναυπλίου για την απομάκρυνση των φοινίκων από το Τριανόν και το Βουλευτικό, αλλά δυστυχώς δεν απομακρύνθηκαν. Η αισθητική βλάβη των μνημείων από τους φοίνικες είναι προφανής και πρέπει να ληφθούν μέτρα από τη Δημοτική Αρχή απομάκρυνσης των δέντρων αυτών. γ) Επίσης οι θεόρατες λεύκες που φυτεύθηκαν αυθαίρετα από υπαλλήλους του Δήμου κατά το παρελθόν στις γωνίες του δικαστικού μεγάρου δημιουργούν σοβαρότατα προβλήματα στο κτίριο και εγκυμονούν σοβαρότατους κινδύνους ατυχημάτων (εικ. 6). Η λήψη άμεσων μέτρων απομάκρυνσης των δένδρων αυτών είναι προφανής. Η φύτευση μεγάλων δένδρων φοίνικες, λεύκες κλπ. σε άμεση επαφή με μνημεία δεν επιτρέπεται διότι δημιουργούν, εκτός των άλλων και αισθητική βλάβη στα κτίρια.

**ΣΥΝΕΧΙΖΕΤΑΙ**

**HOME DESIGN**  
ΕΙΔΗ ΔΩΡΩΝ - ΕΠΙΠΛΑ - ΦΩΤΙΣΤΙΚΑ - ΟΙΚΙΑΚΟΣ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ

3ο χλμ. Άργους - Ναυπλίου Τηλ | Fax: 27510 62680

f HomeDesignoe e-mail: homed@otenet.gr

**ΓΑΙΑ ΓΗ**  
Τριπολιτσιώτης

- ☑ ΚΑΤΑΣΚΕΥΗ
- ☑ ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ
- ☑ ΑΝΑΚΑΙΝΙΣΗ
- ☑ ΕΠΙΣΚΕΥΗ
- ☑ ΔΙΑΜΟΡΦΩΣΗ

- ΕΞΩΤΕΡΙΚΗ ΘΕΡΜΟΜΟΝΩΣΗ (ΚΕΛΥΦΟΣ)
- ΨΕΥΔΟΡΟΦΕΣ
- ΥΓΡΟΜΟΝΩΣΗ
- ΠΑΤΗΤΗ ΤΣΙΜΕΝΤΟΚΟΝΙΑ
- ΗΧΟΜΟΝΩΣΗ
- ΧΡΩΜΑΤΑ
- ΓΥΨΟΣΑΝΙΔΕΣ
- ΕΡΓΑΛΕΙΑ

4ο χλμ Άργους Ναυπλίου e-mail: info@gaia-gi.gr  
Τηλ.: 2751 100 935 Fax.: 2751 100 790

**ΓΙΑΚΟΥΜΗΣ Α.ΔΗ.ΣΟ**

ΓΙΑΚΟΥΜΗΣ - 1ο χλμ Ν. Κίου-Άργους  
τηλ./fax: 27510 51586  
e-mail: giakoumis\_adiso@hotmail.com



## Καστανιές

Ένα ολάκερο  
χρόνο,

είναι τυλιγμένα  
στο καβούκι τους,

περίμεναν  
να ανθίσουν,

φέροντας  
το χειμώνα,

πλατανόφυλλα  
έχουν στολίσει,

τα σημάδια  
του καιρού,

ρυάκια πλέουν  
με συντροφιά,

τα αηδόνια  
μας τραγουδούν,

να μη κρύνουμε,

κλαδιά δέντρων,

που γέρασαν  
θέλουν  
να με ζεστάνουν,

τίποτα δε πάει  
χαμένο,

όσο θέλουν,  
να ναυαγήσουν.

Ιωάννης Σκούρας

## Νεανικά μουσικά σχήματα στο Ναύπλιο

Παιδικά και νεανικά μουσικά σχήματα θα ενώσουν τις φωνές τους και θα μας ταξιδέψουν μελωδικά σε όλο τον κόσμο την Παρασκευή και το Σάββατο στις αίθουσες του Τριανόν και του Βουλευτικού Ναυπλίου αντίστοιχα. Το «Ναύπλιο – Artiva 1ο Youth Music Festival» στοχεύει ο δήμος –όπως ανακοινώθηκε - να το καθιερώσει ως θεσμό, κάτι που θα εξαρτηθεί από την επιτυχία του. Οι συμμετέχοντες στο Φεστιβάλ θα έχουν την ευκαιρία να γνωρίσουν την πόλη του Ναυπλίου, την ιστορία του, την ομορφιά του και να δώσουν ένα μήνυμα αισιοδοξίας και ελπίδας για το μέλλον. Η είσοδος για το κοινό είναι ελεύθερη.

## Λέσχη Ανάγνωσης στο Κρανίδι

Το Σάββατο στις 12:00 ξεκινάει η λειτουργία της Παιδικής Λέσχης Ανάγνωσης στο Παιδικό Τμήμα της Δημοτικής Βιβλιοθήκης Κρανιδίου. Θα αναγνωστούν κείμενα από το βιβλίο του Ευγένιου Τριβιζά «Τα τρία μικρά Λυκάκια». Υπεύθυνη προγράμματος είναι η κ. Γαλανοπούλου Κατερίνα.



## Η Αργολίδα διαθέτει περίσσια ανθρωπιά

Εντυπωσιακή ήταν η ευαισθητοποίηση και ενεργοποίηση κατοίκων του Άργους και του Ναυπλίου και μεγάλος ο όγκος ανθρωπιστικής βοήθειας που συγκεντρώθηκε για τους πρόσφυγες. Τα πράγματα που συγκεντρώθηκαν έφτασαν στο Κιλκίς και από εκεί στην Ειδομένη, στα σύνορα με Σκόπια για να καλύψει τις πολλές καθημερινές ανάγκες που προκύ-

πτουν μέσω της ομάδας εθελοντών «Εθελοντές Κιλκίς - Θεσσαλονίκης Πρόσφυγες Ειδομένη». Η φωτογραφία προέρχεται από την άφιξη του υλικού στο Κιλκίς. Από την Αργολίδα μεταξύ άλλων συμμετείχαν στην προσπάθεια το Κοινωνικό Παντοπωλείο Πολιτών Άργους και ο Αυτοδιαχειριζόμενος Χώρος Άργους «Ελεύθερο Φροντιστήριο»,

χώροι με ουσιαστικές παρεμβάσεις αλληλεγγύης στην περιοχή μας που μας στηρίζουν πάντα σε τέτοιες δράσεις, καθώς και το Σχολείο Δεύτερης Ευκαιρίας στο Ναύπλιο, αλλά και άλλοι αλληλέγγυοι που βοήθησαν στη διαδικασία, αλλά ζήτησαν να μην αναφερθούν.

## Η Τέχνη της Χαράς

Το νέο βιβλίο της Κατερίνας Γιατζόγλου, με τίτλο «Η Τέχνη της Χαράς», παρουσιάζεται στην Αίθουσα Τέχνης & Πολιτισμού «Μέγας Αλέξανδρος» (Αγίου Κωνσταντίνου 29, στο Άργος,

την Κυριακή 8 Νοεμβρίου 2015, στις 19.30μμ. Για το βιβλίο θα μιλήσει ο Αντιδήμαρχος Παιδείας & Πολιτισμού Αχιλλέας Μπαντανάς. Θα ακολουθήσει συζήτηση.

Την εκδήλωση διοργανώνουν ο Δήμος Άργους-Μυκηνών, ο Εκδοτικός Οργανισμός Λιβάνη και το βιβλιοπωλείο «Εκ Προοιμίου».

## Το Harvard εκπαιδεύει τους φιλόλογους της Αργολίδας

Το Κέντρο Ελληνικών Σπουδών Ελλάδος του Πανεπιστημίου Harvard, σε συνεργασία με τον Σύνδεσμο Φιλολόγων Αργολίδας (ΣΦΑ), προτίθεται να προσφέρει τον Δεκέμβρη, προς τους φιλόλογους της Αργολίδας και τη φετινή σχολική χρονιά τον πρώτο κύκλο (επανάληψη του περσινού) του εργαστηρίου με θέμα «Οι ψηφιακές πηγές γνώσης και η συμβολή τους στο έργο του φιλόλογου», καθώς και έναν δεύτερο, πιο εξειδικευμένο.

Το εργαστήριο έχει σκοπό να εισαγάγει τους Έλληνες φιλόλογους στις έννοιες του ψηφιακού εγγραμματοσμού (digital literacy) και της πληροφοριακής παιδείας (ευχέρεια/επάρκεια στη χρήση των ψηφιακών πηγών γνώσης -information fluency) και εστιάζει σε έγκυρες και αξιόπιστες ψηφιακές πηγές ανθρωπιστικού περιεχομένου, στην ελληνική και αγγλική γλώσσα. Οι συμμετέχοντες εκπαιδευτικοί θα εξοικειωθούν με τρόπους αναζήτησης καθώς και με το ψηφιακό περιβάλλον των πηγών ελεύθερης



πρόσβασης αλλά και με πηγές της ψηφιακής βιβλιοθήκης του Harvard, στην οποία μπορούν να έχουν πρόσβαση μέσω του Κέντρου Ελληνικών Σπουδών, καθώς και με άλλα ψηφιακά εργαλεία, διαθέσιμα προς αξιοποίηση στο εκπαιδευτικό τους έργο. Το εργαστήριο θα συντονίσουν οι Ματίνα Γκόγκα, Συντονίστρια Επικοινωνίας και Ανάπτυξης Προγραμμάτων του Κέντρου Ελληνικών Σπουδών, Μαρία Κωνσταντοπούλου, Βιβλιοθηκονόμος - Αρχιονόμος,

υπεύθυνη της Βιβλιοθήκης Ανθός του Φουγάρου, MSc στην Πολιτισμική Πληροφορική, και Γιώργος Τράπαλης, γλωσσολόγος, υπεύθυνος της Υπηρεσίας Ηλεκτρονικής και Έντυπης Ενημέρωσης της Φιλεκπαιδευτικής Εταιρείας και μέλος της Ομάδας Υποστήριξης Ψηφιακού Αρσακείου. Το εργαστήριο προσφέρεται δωρεάν και θα δοθεί βεβαίωση παρακολούθησης στους συμμετέχοντες.

Ικανοποιημένος ο Χελιώτης από την διοργάνωση

# «Της Βενετίας τ' Ανάπλι» στα Ανάλεκτα



του Ναυπλίου. Όπως και κατά το προηγούμενο συμπόσιο για τη Ναυπλιακή Επανάσταση, το υλικό που θα δημιουργηθεί θα είναι διαθέσιμο διαδικτυακά σε ψηφιακή μορφή, όπως τονίζει ο Πρόεδρος του Ναυπλιακού Ιδρύματος «Ιωάννης Καποδίστριας» Κώστας Χελιώτης. Αξιοσημείωτη υπήρξε η συμμετοχή και το ενδιαφέρον των εκπαιδευτικών καθώς αυτοί θα αποτελέσουν τους πρεσβευτές της τοπικής μας ιστορίας στους μελλοντικούς πολίτες και διαχειριστές αυτού του τόπου έτσι ώστε να διαφυλαχθεί και να αναδειχθεί με τον καλύτερο τρόπο η πλούσια πολιτιστική κληρονομιά του.

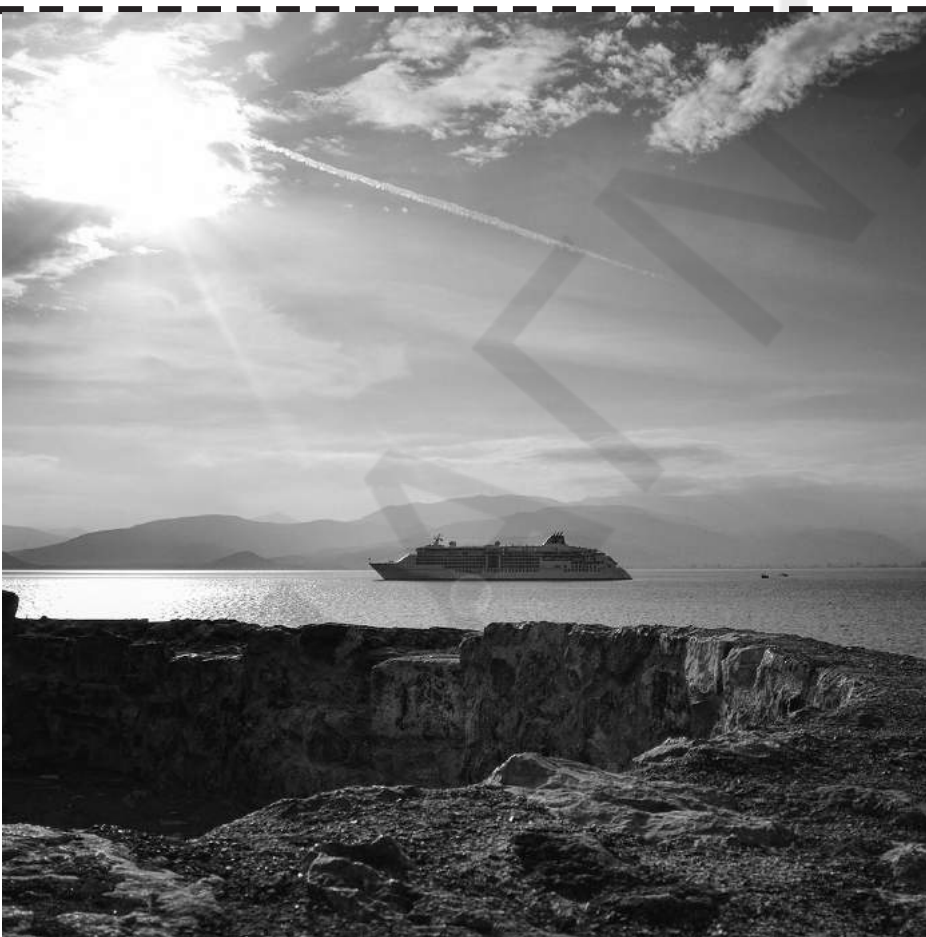
Επιχειρώντας έναν απολογισμό του συμποσίου, οι διοργανωτές του συμποσίου καταγράφουν ότι:  
α. αποτέλεσε ένα ακόμη σημαντικό βήμα στο διάλογο της το-

πικής κοινωνίας με την επιστημονική κοινότητα,  
β. κόμισε νέες γνώσεις και στοιχεία για το ιστορικό παρελθόν της πόλης και το ρόλο που αυτή διαδραμάτισε δημιουργώντας ένα πλούσιο υλικό τεκμηρίωσης που ήδη αναδεικνύεται και θα είναι ευρέως προσβάσιμο (εκδόσεις, οπτικοακουστικό υλικό, παρουσία στο διαδίκτυο, ψηφιοποίηση),  
γ. πρόβαλε το Ναύπλιο καθώς αναδείχθηκε συστηματικά όχι μόνο από τα τοπικά αλλά και από αθηναϊκά μέσα ενημέρωσης καθώς και τη δημόσια τηλεόραση.  
Γενικότερα εντάσσεται στην πολιτιστική στρατηγική του Δήμου για α ν ά δ ε ι ξ η

και προβολή της πόλης αποτελώντας ένα ακόμη εργαλείο στην αποτύπωση της ιδιαίτερης φυσιογνωμίας του Ναυπλίου. Μέσα από τέτοιες διοργανώσεις δημιουργούμε προοδευτικά τις βάσεις για μια εξωστρεφή παρουσίαση της πολιτιστικής μας ταυτότητας, που εδράζεται όχι μόνο σε κάποιο ένδοξο παρελθόν αλλά στην εγρήγορση και τη διορατικότητα της σύγχρονης πόλης. Μεταβαίνοντας σε μια νέα εποχή, χωρίς τους πόρους και τις ευκολίες του παρελθόντος, επιβάλλεται από τις

συνθήκες να διαχειριστούμε την αναγνωρισιμότητα του τόπου μας, χτίζοντας μία επωνυμία που θα αποτελέσει περιουσιακό του στοιχείο, θα τον διαφοροποιεί από όλους τους άλλους προορισμούς και θα προσελκύει νέες δυνατότητες ανάπτυξης. Όπως επεσήμανε η προσκεκλημένη μας ακαδημαϊκός κ. Χρύσα Μαλτέζου, το Ναύπλιο απέδειξε πόσο δίκαια το είχαν επιλέξει οι Βενετοί για πρωτεύουσα του Regno di Morea.

Στον επόμενο τόμο των Ναυπλιακών Αναλέκτων το 2016, θα δημοσιευτεί και θα συμπεριληφθεί όλο το υλικό που συλλέχθηκε στο συμπόσιο «Της Βενετίας τ' Ανάπλι», κεφαλαιοποιώντας την έρευνα που έγινε και αφήνοντας σημαντική παρακαταθήκη για την καταγραφή της ιστορίας



«Ταξιδιάρικη μέρα»  
Φωτεινή Μπαβελή

## Στείλτε τις φωτογραφίες για να δημοσιευτούν

Στείλτε από τις φωτογραφίες σας, αυτές που θεωρείτε σημαντικές και ενδιαφέρουσες, μαζί ένα δικό σας σχόλιο στην ηλεκτρονική διεύθυνση [anagnostispre@hotmail.com](mailto:anagnostispre@hotmail.com), γράφοντας στο θέμα του μηνύματος: «Η φωτογραφία μου». Οι καλύτερες θα δημοσιεύονται στην έντυπη και στην ηλεκτρονική έκδοση.



## Ευρωπαϊκή διάκριση στην Κουκουμέλου

Την 5η θέση κατέλαβε η Μαρία Κουκουμέλου του ΓΑΣ ΤΑΕΚΒΟΝΤΟ ΑΡΓΟΥΣ, με την εθνική ομάδα στο ευρωπαϊκό πρωτάθλημα. Ηττήθηκε στον 3ο αγώνα από την πρωταθλήτρια Ιταλία, με σκορ 12-8, η οποία κατέκτησε και το χρυσό μετάλλιο. Η Μαρία Κουκουμέλου ξεκίνησε τις υποχρεώσεις της με την εθνική ομάδα, στη Λετονία, κερδίζοντας τον 1ο αγώνα με 8-1 την πρωταθλήτρια Σερβίας και στην συνέχεια με την πρωταθλήτρια Φιλανδίας ήρθε η 2η νίκη για την Κουκουμέλου με σκορ 12-5.

## ΑΝΑΓΓΕΛΙΑ ΓΑΜΟΥ

Ο Καπόγιαννης Κοσμάς του Παναγιώτη και της Ελένης το γένος Παρασκευοπούλου, που γεννήθηκε στο Κρανίδι Αργολίδας και κατοικεί στο Κρανίδι Αργολίδας και η Βασιλική Γεωργίου του Μιχαήλ και της Μαρίας το γένος Πέτρου, που γεννήθηκε στο Μαρούσι Αττικής και κατοικεί στο Κρανίδι Αργολίδας, πρόκειται να παντρευτούν στο Πορτοχέλι Αργολίδας.



διδ<sup>α</sup>γνωση

ΑΓ. ΤΡΙΑΔΑΣ

ΑΓΓΕΙΟΧΕΙΡΟΥΡΓΙΚΟ ΙΑΤΡΕΙΟ  
ΓΑΛΑΝΗΣ ΔΗΜ. ΓΕΩΡΓΙΟΣ  
ΑΓΓΕΙΟΧΕΙΡΟΥΡΓΟΣ FRCS GLAGOW

Πρότυπο ιατρείο αρτηριακών φλεβικών παθήσεων,  
αγγειακή ενδαγγειακή χειρουργική  
laser-σκληροθεραπεία φλεβών ευρυαγγειών

Αγία Τριάδα Μιδέας ΤΚ 21055, παραπλεύρως περιφερικού ιατρείου  
τηλ 2752096050, 6945552305 email [gdgalanis@yahoo.gr](mailto:gdgalanis@yahoo.gr)  
Πέμπτη 5-9μμ κατόπιν ραντεβού



Ἡ σελίδα αὐτὴ εὐρίσκεται ὑπὸ τὴν αἰγίδα τῆς Θεᾶς Ἀθηνᾶς



## Ναυάγια και πνιγμένοι

Αυτές τις μέρες, τώρα που χάλασε ο καιρός, με απασχόλησαν έντονα τα ναυάγια και οι πνιγμένοι, λόγω και των τελευταίων γεγονότων. Πολλοί θα πουν ότι δεν τους ενδιαφέρει το θέμα και τότε θα τους ρωτούσα τι στην ευχή τους ενδιαφέρει. Άνθρωποι είναι αυτοί που χάνονται, μικρά παιδιά, ακόμη και βρέφη, οι περισσότεροι και χάνονται για συγκεκριμένους λόγους: Επειδή κάποιοι θέλουν να παίξουν τα παιχνιδάκια τους στις πατρίδες τους. Που το βρίσκω απάνθρωπο!

Θέλουν οι ΗΠΑτζήδες να πετάξουν τον Άσαντ απ' την Συρία, ενισχύουν τους αντικαθεστωτικούς, που τον μάχονται, ενισχύουν –πολύ φοβάμαι και δεν θέλω ούτε να το σκέπτομαι– το ISIS, που ξαφνικά ξεφύτρωσε απ' το πουθενά και γίνεται εκεί κάτω ο κακός χαμός. Θέλουν οι Ρώσοι να κρατήσουν τις βάσεις τους στη Συρία και ενισχύουν το καθεστώς του Άσαντ με το ίδιο αποτέλεσμα και την πληρώνει το παιδάκι του επιχειρηματία, του υπάλληλου, του κάθε ανθρώπου που δεν έχει να κάνει τίποτα με την πολιτική και τις διεκδικήσεις των μεγάλων ούτε με τις βάσεις τους και που θέλουν να πάνε σε κάποιο άλλο μέρος, όπου δεν θα κινδυνεύουν να τους σκοτώσουν, να τους βομβαρδίσουν τα σπίτια και άλλα... θεάρεστα.

Όλοι αυτοί, είτε χριστιανοί είτε μουσουλμάνοι, πριν ξεκινήσουν και κατά την διάρκεια του ταξιδιού τους προσεύχονται, προσεύχονται στον θεό τους. Δεν έχει σημασία πώς τον λένε αυτόν τον θεό, σημασία έχει ότι από 'κεί περιμένουν βοήθεια για να έχει το ταξίδι τους προς την ασφάλεια αίσιο πέρας. Αντί να κατηγορήσουν τον θεό, προσεύχονται και τον παρακαλάνε. Και μετράνε τα μέλη της οικογένειάς τους μόλις πατήσουν σε στέρεο έδαφος, μετά το ναυάγιο, να δουν αν είναι όλοι εκεί ή ποιος λείπει. Και όταν διαπιστώνουν ότι δεν διασώθηκαν όλοι, αρχίζει το κλάμμα και ο οδυρμός.

Παρά τα δάκρυα όμως και την άφατη λύπη για τον χαμό ενός στενού συγγενούς, πάλι προσεύχονται, για να ευχαριστήσουν τον θεό τους για τη σωτηρία τους. Και οι άλλοι; Οι πνιγμένοι; Ήταν η μοίρα τους, το κισμέτ, το κάρμα, όπως θέλετε πέστε το. Το ερώτημα που ανακύπτει αυτόματα τώρα είναι το ποιος ορίζει αυτήν την μοίρα. Ο φουκαράς που ναυαγεί στο Αιγαίο έχει καθορίσει την μοίρα του; Εκείνος όρισε ότι το σαπιοκάραβο που τους είχαν στοιβάξει οι Τούρκοι θα ναυαγούσε πριν προλάβει να κάνει τα λίγα μίλια μέχρι το ελληνικό νησί απέναντι; Για να πνιγούν τα παιδιά του; Ε, δεν το πιστεύω και να μην το πιστέψετε και σεις. Άρα κάποιος άλλος είναι υπεύθυνος

για την μοίρα. Και ας μην μου πει κάνας πανέξυπνος ότι η μοίρα, το πεπρωμένο, το κισμέτ, το κάρμα, το «γραμμένο» ξεφεύγουν απ' τις δυνατότητες του θεού, γιατί θα τον ρωτήσω το «γραμμένο» ποιος το 'γραψε.

Δεν πρόκειται να εξετάσω θεολογικά το πρόβλημα. Άλλωστε δεν είμαι θεολόγος ούτε καν θρησκευόμενη. Ούτε είμαι με το μέρος του θεού, του όποιου θεού, τα ονόματα μόνο για τους φανατικούς έχουν σημασία. Αν υπάρχει θεός ούτε με ξέρει ούτε τον ξέρω και έτσι όπως συμπεριφέρεται στα πλάσματά του, –αν υπάρχει, πλάσματά του είμαστε όλοι,– ούτε που θέλω να τον γνωρίσω. Τους ανθρώπους όμως τους ξέρω, τους βλέπω, τους αγγίζω, τους αισθάνομαι. Με το μέρος των ανθρώπων είμαι πάντα και



Αυτά είναι τὰ χάλια τῆς... ἀνθρωπιάς μας!

θα συνεχίσω να είμαι.

Φυσικά τα βάζω και με τους ανθρώπους, γιατί απ' αυτούς ξεκινάνε όλα. Για εκείνους που υποκινούν τα γεγονότα της καταστροφής ολόκληρων κρατών λέω, όχι για τα θύματα. Που, με μοναδικό σκοπό το κέρδος, καταστρέφουν και αφανίζουν άλλους συνανθρώπους μας, χωρίς ποτέ να προσπαθήσουν να μπουν στη θέση των κατατρεγμένων. Αυτό είναι απάνθρωπο! Είναι παλιανθρωπιά! Κι έρχονται μετά οι Ευρωπαίοι –στην Ευρώπη αναπτύχθηκε πολιτισμός, παρά την ιερά εξέταση που τους καταδυνάστευσε για χρόνια πολλά, γι' αυτό εστιάζω εκεί,– που, λόγω του πολιτισμού του παρελθόντος, που τώρα έχει πάει στα αζήτητα, δεν μπορούν να πουν ότι δεν τους ενδιαφέρει το θέμα των προσφύγων, σπεύδουν όλοι να αγκαλιάσουν τους δυστυχείς και να δηλώσουν την συμπάθεια και συμπαραστάσή τους, στα λόγια μόνο βεβαίως. Απ' την άλλη κλείνουν τα σύνορά τους, υψώνουν φράκτες, για να εμποδίσουν την είσοδο των παρείσακτων, τους διώχουν

και διάφορα άλλα... «ανθρώπινα». Υψώσαμε κι εμείς τον φράκτη μας στον Έβρο. Το μόνο που πρέπει να γίνει τώρα είναι να φροντίσει η κυβέρνηση να φράξει και την θάλασσα κι αν είναι δύσκολος ο επιπλέον φράκτης, να σιδηροφράξουν όλα τα νησιά του Ανατολικού Αιγαίου, καθιστώντας τα νησιά μας φυλακές, με τους κατοίκους τους φυλακισμένους, ώστε οι πρόσφυγες να μην μπορούν να αποβιβαστούν πουθενά. Όμορφος κόσμος, ηθικός, αγγελικά πλασμένος! Το λέω συχνά αυτό, γιατί ντρέπομαι για τα χάλια μας, ίσως γιατί είμαι νέα ακόμη. Όταν μεγαλώσω, είτε θα συνηθίσω είτε θα αποκτηνωθώ, όπως τόσοι και τόσοι άλλοι, που όλο μεγάλα λόγια είναι, αλλά υψώνουν φράκτες και όχι μόνο για τους πρόσφυγες!

Μου κάνει εντύπωση όμως, η τυφλή εμπιστοσύνη των ανθρώπων σε κάτι που δεν έχουν δει ποτέ, που τους το δίδαξαν άλλοι και μπορεί να τους το δίδαζαν στραβά, όπως πολύ συχνά συμβαίνει. Γιατί πιστεύουν ότι ο θεός είναι γεμάτος αγάπη για τα πλάσματά του, ότι είναι πολυεύσπλαχνος και πολυέλεος; Πού τα είδαν όλ' αυτά, για να τα δω κι εγώ, που ως άπορη, έχω απορίες; Πιστεύω ότι είναι μια εξωγήινη τακτική, έξω απ' την ανθρώπινη λογική και ο φόβος απ' τα όσα έχουν ακούσει και διδαχτεί, που τους σπρώχνει προς τα εκεί. Πάρτε παράδειγμα τον τελευταίο μεγάλο πόλεμο στην Ευρώπη, τον Β' παγκόσμιο. Χριστιανοί κι απ' τις δυο παρατάξεις δεν πολεμούσαν να εξοντώσουν ο ένας τον άλλον; Και πήγαιναν οι παππάδες, οι δεσποτάδες, οι καρδινάλιοι και ευλογούσαν τα όπλα της παρατάξης τους, προσευχόμενοι στον θεό να τους στεφανώσει με την νίκη.

Και οι απέναντι έκαναν ακριβώς το ίδιο, προσευχόμενοι στον ίδιο θεό! Αν αυτό έχει λογική, εγώ είμαι βουδίστρια μοναχή...

Το τι πιστεύω εγώ, το πού έχω καταλήξει θα σας το πω στο επόμενο, αν έχω κέφι κι αν δεν έχει συμβεί κάτι πολύ συνταρακτικό μέχρι τότε, γιατί δεν μπορώ να καταλάβω γιατί πνίγονται μόνο παιδάκια και ποτέ ο δουλέμπορος που συνοδεύει τους πρόσφυγες. Στο ίδιο καράβι είναι κι αυτός. Αυτά που θα σας πω, μπορεί να θεωρηθούν βλασφημία και μπορεί να είναι, αλλά δεν έχω καταλάβει ακόμη τι είναι η βλασφημία! Προπαγάνδα όμως δεν θα είναι, γιατί δεν έπιασα ποτέ κανέναν απ' το λαϊμό, να ασπαστεί τις απόψεις μου!

Η φίλη σας

Αθηνά

athina.nafplion@gmail.com



# Δυναστεία των Αργεαδών

Η ονοματοδοσία του πνευματικού κέντρου Άργους σε "Μέγας Αλέξανδρος" γέννησε σε όσους αγνοούσαν την καταγωγή του γένους του, όπως τουλάχιστον ισχυριζόταν και ο ίδιος, απ τους Αργεάδες - Τημενίδες.

Η Δυναστεία των Αργεαδών (Αρχαία Ελληνικά: ργεάδαι) ήταν αρχαίος ελληνικός βασιλικός οίκος. Ήταν η επικρατούσα δυναστεία της Μακεδονίας περίπου από το 700 έως το 310 π.Χ.. Η παράδοσή τους, όπως περιγράφεται σε αρχαιοελληνική ιστοριογραφία, προέρχεται από το Άργος, (παίρνοντας έτσι το όνομα «Αργεάδες»).[1][2] Αρχικά οι άρχοντες της ομώνυμης φυλής,[3] στην εποχή του Φιλίππου του Β' είχαν αυξήσει την επιρροή τους, με αποτέλεσμα να συμπεριλάβουν στην διοίκηση της Μακεδονίας όλες της βόρειες περιοχές της Μακεδονίας. Τα πιο εξέχοντα μέλη του οίκου ήταν ο Φίλιππος Β' της Μακεδονίας και ο Αλέξανδρος ο Μέγας, όπου και κάτω από την αρχηγία τους, το Βασίλειο της Μακεδονίας άρχισε να κατακτά έδαφος στην Ελλάδα, νίκησε την Αυτοκρατορία των Αχαιμενιδών και επεκτάθηκε έως την Αίγυπτο και την Ινδία.

## Προέλευση

Η διαδρομή των Αργεαδών από το Άργος, Πελοπόννησο, στην Μακεδονία.

Οι Αργεάδες ισχυρίζονται πως κατάγονται από τους Τημενίδες του Άργους, στην Πελοπόννησο, όπου ο θρυλικός τους πρόγονος ήταν ο Τήμενος, ο τρισέγγονος του Ηρακλή. Στις ανασκαφές του Παλατιού στην Βεργίνα ο Μανόλης Ανδρόνικος ανακάλυψε στην αίθουσα του «θόλου» (σύμφωνα με ορισμένους λόγιους η αίθουσα του θρόνου) μια επιγραφή που σχετίζεται με αυτήν την άποψη.[4] Αυτό επιβεβαιώνεται από τον Ηρόδοτο, στις Ηροδότου Ιστορίες, όπου αναφέρει ότι τρία αδέρφια από τη καταγωγή του Τημένου, ο Γαυάνης, ο Αέροπος και ο Περδίκκας, έφυγαν από το Άργος για να πάνε στους Ιλλυρίους και μετέπειτα στην Βόρεια Μακεδονία, όπου εκεί υπηρέτησαν τον βασιλιά. Ο βασιλιάς τους ζήτησε να φύγουν



από τη χώρα του, πιστεύοντας σε έναν οϊωνό που έλεγε ότι κάτι εξαιρετικό θα συμβεί στον Περδίκκα. Τα παιδιά πήγαν σε ένα άλλο μέρος της Μακεδονίας, κοντά στον κήπο του Μίδα, πάνω από τον οποίο στέκεται το όρος Βέρμιο. Εκεί εγκαταστάθηκαν και σταδιακά δημιούργησαν το δικό τους βασίλειο.[5] Ο Ηρόδοτος σχετίζει επίσης το γεγονός της συμμετοχής του Αλεξάνδρου του Α' στους Ολυμπιακούς Αγώνες το 504 π.Χ. ή το 500 π.Χ. όπου υπήρξαν ενστάσεις για τη συμμετοχή του Μακεδόνα βασιλιά από τους παρευρισκόμενους λόγω της μη ελληνικής του καταγωγής. Παρ' όλα αυτά οι Ελλανοδίκες αφού εξέτασαν την καταγωγή του από τους Αργεάδες επικύρωσαν ότι στην

πραγματικότητα οι Μακεδόνες είναι Έλληνες και του επέτρεψαν να διαγωνιστεί.[6]

Σύμφωνα με τον Θουκυδίδη, στην «Ιστορία του Πελοποννησιακού Πολέμου», οι Αργεάδες ήταν αρχικά οι Τημενίδες από το Άργος, όπου κατέβηκαν από τα υψίπεδα στην Νότια Μακεδονία, έδιωξαν τους Πιερίδες από την Πιερία και κατέλαβαν στη Παιονία μια στενή λωρίδα γης κοντά στον Αξιό ποταμό, που εκτεινόταν από την Αρχαία Πέλλα μέχρι τη θάλασσα. Πρόσθεσαν επίσης την Μυγδονία στις περιοχές τους, αποβάλλοντας τους Ηδωνούς, Εορδούς και τους Αλμωπείς από τις περιοχές τους.[7]

Μονάρχες  
Κάρανος (808–778 π.Χ.)  
Κοίνος (778–750 π.Χ.)  
Τυρίμμας (750–700 π.Χ.)  
Περδίκκας Α' (700–678 π.Χ.)  
Αργαίος Α' (678–640 π.Χ.)  
Φίλιππος Α' (640–602 π.Χ.)  
Αεροπός Α' (602–576 π.Χ.)  
Αλκέτας Α' (576–547 π.Χ.)  
Αμύντας Α' (547–498 π.Χ.)  
Αλέξανδρος Α' (498–454 π.Χ.)  
Περδίκκας Β' (454–413 π.Χ.)

Αρχέλαος Α' (413–399 π.Χ.)  
Ορέστης και Αεροπός Β' (399–396 π.Χ.)  
Αρχέλαος Β' (396–393 π.Χ.)  
Αμύντας Β' (393 π.Χ.)  
Παυσανίας (393 π.Χ.)  
Αμύντας Γ' (393 π.Χ.)  
Αργαίος Β' (393–392 π.Χ.)  
Αμύντας Γ' (αποκαταστάθηκε) (392–370 π.Χ.)  
Αλέξανδρος Β' (370–368 π.Χ.)  
Πτολεμαίος Α' (368–365 π.Χ.)  
Περδίκκας Γ' (365–359 π.Χ.)  
Αμύντας Δ' (359–356 π.Χ.)  
Φίλιππος Β' (359–336 π.Χ.)  
Αλέξανδρος Γ' (ο μέγας) (336–323 π.Χ.)  
Αντίπατρος, Αντιβασιλέας της Μακεδονίας (334–323 π.Χ.)  
Φίλιππος Γ' Αρριδιαίος (323–317 π.Χ.), Βασιλέας Κατά Τίτλον Μόνο  
Αλέξανδρος Δ' (323–310 π.Χ.), Βασιλέας Κατά Τίτλον Μόνο  
Περδίκκας, Αντιβασιλέας της Μακεδονίας (323–321 π.Χ.)  
Αντίπατρος, Αντιβασιλέας της Μακεδονίας (321–319 π.Χ.)  
Πολυπέρχων, Αντιβασιλέας της Μακεδονίας (319–317 π.Χ.)  
Κάσσανδρος, Αντιβασιλέας της

Μακεδονίας (317–306 π.Χ.)  
Παραπομπές

Hammond 1986, σελ. 516: "In the early 5th century the royal house of Macedonia, the Temenidae was recognised as Greek by the Presidents of the Olympic Games. Their verdict considered themselves to be of Greek descent from Heracles son of Zeus."

Howatson & Harvey 1989, σελ. 339: "In historical times the royal house traced its descent from the mythical Temenus, king of Argos, who was one of the Heracleidae, and more immediately from Perdikkas I, who left Argos for Illyria, probably in the mid-seventh century BC, and from there captured the Macedonian plain and occupied the fortress of Aegae (Vergina), setting himself up as king of the Macedonians. Thus the kings were of largely Dorian Greek stock (see PHILIP (1)); they presumably spoke a form of Dorian Greek and their cultural tradition had Greek features."

Rogers 2004, σελ. 316: "According to Strabo, 7.11 ff., the Argeadae were the tribe who were able to make themselves supreme in early Emathia, later Macedonia."

Andronikos 2004, σελ. 38. Inscription found in the tholos room of the Agai Palace: "Η επιγραφή αυτή είναι: «ΗΡΑΚΛΗ ΠΑΤΡΩΙΩΙ», που σημαίνει στον «Πατρώο Ηρακλή», στον Ηρακλή δηλαδή που ήταν γενάρχη της βασιλικής οικογένειας των Μακεδόνων." [Translation: "The inscription is: «ΗΡΑΚΛΗ ΠΑΤΡΩΙΩΙ», which means "Father (Ancestor) Hercules", dedicated to Hercules who was the ancestor of the Royal family of the Macedonians."]

Herodotus. Histories, 8.137.  
Herodotus. Histories, 5.22.

Thucydides. History of the Peloponnesian War, 2.99.

Από τη Βικιπαίδεια, την ελεύθερη εγκυκλοπαίδεια.

## Όταν το εθνόσημο μπαίνει πάνω απ τα οπαδικά σύμβολα Τέσσερις λύκοι στην εθνική ανδρών

Τέσσερις παίκτες του Διομήδη Άργους κλήθηκαν από τον Ομοσπονδιακό Προπονητή της Εθνικής Ανδρών κο Γιώργο Κρανάκη, προκειμένου να παραστούν στην προετοιμασία για τα προκριματικά του Παγκοσμίου Πρωταθλήματος του 2017. Λευτέρης Κρεμασιώτης, Νίκος Λοΐζος, Αδάμ Παπαδόπουλος και Χριστόδουλος Μυλωνάς είναι οι «Λύκοι» που θα ενσωματωθούν στις προπονήσεις της Εθνικής από σήμερα Τρίτη 27 Οκτωβρίου, όπου θα πραγματοποιηθεί και η πρώτη συγκέντρωση στο ξενοδοχείο CIVITEL ΑΤΤΙΚ. Η Εθνική Ανδρών βρίσκεται στον 3ο όμιλο μαζί με Λετονία, Ουκρανία και Κύπρο.



Το αντιπροσωπευτικό μας συγκρότημα αντιμετώπισε χτες (19:15) την Λετονία στην πόλη Ντόμπελε, ενώ θα υποδεχθεί την Κύπρο την Κυριακή (15:00), στις πρώτες δύο αγωνιστικές της διοργάνωσης.

### Νίκη ρεκόρ για τον Διομήδη στην Κατερίνη

Την μεγαλύτερη σε εύρος νίκη του στην ιστορία της Α1 πέτυχε χθες ο Διομήδης, καθώς για την 6η αγωνιστική της Handball Premier κέρδισε τον Αρχέλαο στην Κατερίνη με 16-41. Η διαφορά των 25 γκολ είναι η μεγαλύτερη που έχει πετύχει η ομάδα μας στα σαλόνια της Α1 Κατηγορίας, ενώ τα 41 γκολ στην επίθεση έχουν επιτευχθεί άλλη μια φορά, στον αγώνα με τον Φίλιππο Βέροιας στις 3-5-2014 για την 22η αγωνιστική της σεζόν 2013-2014 (σκορ 41-24).

Οι Λύκοι είχαν ένα εύκολο απόγευμα στην Κατερίνη, καθώς ο Αρχέλαος ήταν ανταγωνιστικός μόλις στα πρώτα δέκα λεπτά της αναμέτρησης. Από εκεί και μετά οι παίκτες του Δημήτρη Δημητρώλια επέβαλλαν τον ρυθμό τους επιθετικά και αμυντικά, έκλεισαν το ημίχρονο προηγούμενοι με 6 γκολ (10-16) και διεύρυναν τη διαφορά στο δεύτερο μέρος φτάνοντας στο τελικό 16-41 (σκορ δευτέρου ημιχρόνου 6-25).

«Φωτιά» έχει πάρει η κορυφή της βαθμολογίας, καθώς η ήττα του Φιλίππου στην έδρα του από την ΑΕΚ, σε συνδυασμό με τα μέχρι στιγμής αποτελέσματα φέρνει όλες τις ομάδες μια ανάσα από την πρώτη θέση. Συγκεκριμένα η βαθμολογία έχει ως εξής:

1. Φίλιππος Βέροιας 9 182-148
2. ΠΑΟΚ 8 165-163
3. Διομήδης Άργους 8 165-120
4. Ποσειδών Λουτρακίου 7 142-126
5. ΑΕΚ 7 162-163
6. Πανελλήνιος 6 173-155
7. ΙΕΚ Ξυνη ΔΙΚΕΑΣ 6 144-140
8. ΑΣΕ Δούκα 6 130-132
9. ΧΑΝΘ 6 140-144
10. Φοίβος Συκεών 5 141-153
11. Αερωπός Έδεσσας 4 144-155
12. Αρχέλαος Κατερίνης 0 121-210

Ο Διομήδης, μετά την παύση της Handball Premier από σήμερα και για 20 ημέρες περίπου, λόγω υποχρεώσεων της Εθνικής, αντιμετωπίζει πάλι το Σάββατο 14 Νοεμβρίου στη Νέα Κίο τον Αερωπό Έδεσσας.

Τα πεντάλεπτα: 2-1, 4-4, 5-7, 6-11, 9-13, 10-16 (ημχ.), 11-21, 12-26, 14-31, 14-36, 15-38, 16-41

ΑΡΧΕΛΑΟΣ (Σωκράτης Σκούφας): Ξεφτέρης, Ρανγκέλοβιτς 5, Ράπτης 1, Τριανταφύλλου 2, Ξώνης 2, Κοσμιδής, Τσάβες, Ράντος 3, Θυμιόπουλος 1, Εγγλέζος 2, Καραγιάμπας, Δράντζιος, Τερζόπουλος, Τερζής.

ΔΙΟΜΗΔΗΣ (Δημήτρης Δημητρώλιας): Κοτανίδης, Τουνγκελίδης, Μεγαλοοικονόμου 5, Καρκαλάτος 4, Κρεμασιώτης 5, Πασσιάς 5, Σιαματάς 1, Κοροβέσης 1, Αντρεγιτς 2, Ντάσεβιτς 2, Σαμαράς, Μυλωνάς 3, Σεϊρεκίδης 2, Λοΐζος, Παπαδόπουλος 6, Δάσκαλος 5.

Διαιτητές: Τόλιος- Λινάρδος, δίλεπτα: 7-7, πέναλτι: 1/2-3/4.

### Αποτελέσματα 3ου ομίλου Γ Εθνικής (5η αγωνιστική), Βαθμολογία ,επόμενη αγωνιστική

Βύζας Μεγάρων - Κανάρης Νενήτων 1-0  
Σήμερα  
Ηρακλής Ψαχνών - Χαλκίδα 1-0  
Παναργειακός - Λουτράκι 3-0  
Σπάρτη - ΑΟ Λεβάντε 3-0  
Ερμιονίδα - Καλαμάτα 2-1  
Βάρδα - Παναρκαδικός 2-1  
Αιολικός - Δόξα Ν. Μανωλάδας 2-0.  
Η Βαθμολογία (σε 5 αγώνες)  
1. Σπάρτη 11  
2. Παναρκαδικός 10  
3. Παναργειακός 10  
4. Βύζας 9  
5. Αιολικός 9  
6. Λουτράκι 8  
7. Καλαμάτα 7

8. Χαλκίδα 7  
9. Βάρδα 7  
10. Ηρακλής Ψ. 6  
11. Κανάρης 4  
12. Δόξα 5  
13. Ερμιονίδα 5  
14. Λεβάντε 0  
Επόμενη αγωνιστική (6η)  
Δόξα Ν. Μανωλάδας - Κανάρης  
Λεβάντε - ΠΑΟ Βάρδας  
Παναργειακός - Ηρακλής Ψαχνών  
Χαλκίδα - Σπάρτη  
Λουτράκι - Ερμιονίδα  
Καλαμάτα - Αιολικός  
Παναρκαδικός - Βύζας Μεγάρων.

### 21-22 Νοεμβρίου 2015 η έναρξη του πρωτ/τος ΠΑΙΔΩΝ

Από την Επιτροπή Ανάπτυξης και Υποδομών ανακοινώνεται ότι πραγματοποιήθηκε η κλήρωση του πρωταθλήματος ΠΑΙΔΩΝ το οποίο θα αρχίσει οριστικά στις 21/22-Νοεμβρίου 2015. Στην Α' φάση οι ομάδες, χωρισμένες σε τρεις ομίλους, θα αγωνιστούν σε μονούς αγώνες. Στη Β' φάση οι δύο πρώτες ομάδες από κάθε όμιλο θα αγωνιστούν μεταξύ τους σε διπλούς αγώνες. Θα ακολουθήσει η τελική φάση όπου ο (1ος) πρώτος θα αγωνιστεί με τον (4ο) τέταρτο και ο (2ος) με τον (3ο) τρίτο. Οι νικητές θα παίξουν μεταξύ τους για την κατάληψη των θέσεων 1 και 2 και οι ηττημένοι για τις θέσεις 3-4.

### Σχολή αναθεώρησης διπλωμάτων ΕΠΟ

Η Ελληνική Ποδοσφαιρική Ομοσπονδία αποφάσισε τη λειτουργία σχολής αναθεώρησης διπλωμάτων προπονητών ποδοσφαίρου. Τα μαθήματα, διάρκειας είκοσι (20) ωρών, θα είναι πρακτικά και θεωρητικά. Θα πραγματοποιηθούν τον Νοέμβριο 2015 στο Ναύπλιο με την προϋπόθεση ότι θα είναι επαρκής ο αριθμός των συμμετεχόντων. Περισσότερες πληροφορίες στον κ. Μητροσύλη Νικόλαο και στην ΕΠΣΑ.

## Γιατί ορισμένα άτομα φοβούνται τη δέσμευση;



Της Αθηνάς Νάσσου, Ψυχολόγος-Ψυχοθεραπεύτρια

Υπάρχουν πολλά άτομα τα οποία στη σκέψη της δέσμευσης με έναν άλλο άνθρωπο βιώνουν έντονα συναισθήματα άγχους και φόβου καταλήγοντας έτσι να καταστρέφουν τις σχέσεις τους ή να αποφεύγουν να κάνουν μακροχρόνιες, σταθερές σχέσεις.

Τα συμπτώματα της φοβίας δέσμευσης είναι πολλά και ποικίλα. Ένα από τα πιο τυπικά συμπτώματα που ταλαιπωρεί τα άτομα είναι η φοβία να δεσμευτούν σε μια σχέση.

Αυτό το σύμπτωμα μπορεί να εμφανιστεί σε διαφορετικά στάδια μιας σχέσης, μπορεί δηλαδή να γίνει αντιληπτό είτε στην αρχή της (ακόμα και πριν την έναρξή της), είτε ακόμα και όταν μια σχέση έχει εγκαθιδρυθεί. Τα ξαφνικά αισθήματα αβεβαιότητας, φόβου και παγίδευσης, είναι συμπτώματα που ωθούν το άτομο να τη διαλύσει προκειμένου να αισθανθεί καλύτερα. Τα συμπτώματα δεν παρουσιάζονται έτσι ξαφνικά, αλλά εμφανίζονται συνήθως όταν ο/η σύντροφος ζητά να περάσει η σχέση σε ένα άλλο βαθύτερο επίπεδο δέσμευσης π.χ «θέλεις να συζήσουμε», «θέλεις να αρραβωνιαστούμε», «ας αποκτήσουμε ένα μωρό» κτλ.

### Ποια είναι τα χαρακτηριστικά ενός ατόμου που φοβάται τη δέσμευση;

**Άσκηση κριτικής:** Τα άτομα με φοβία δέσμευσης τείνουν να κατακρίνουν περισσότερο τους συντρόφους τους και την ίδια τους τη σχέση. Αυτό που λένε συνήθως είναι: «Δεν μπορούμε να αποκτήσουμε παιδί. **εσύ** επέλεξες αυτό το σπίτι... το σπίτι αυτό είναι αρκετά μικρό... θέλω να παντρευτώ μια μέρα αλλά **εσύ** με πιέζεις πάρα πολύ...». Η άσκηση κριτικής αποτελεί μια ασυνείδητη προσπάθεια του ατόμου να αποποιηθεί των ευθυνών του και να τις επιρρίψει στο σύντροφό του.

**Πληγώνουν το σύντροφό τους:** Πολλές φορές, ακόμα και όταν απουσιάζει η «πίεση», τα άτομα κάνουν τα πάντα για να σαμποτάρουν τη σχέση τους (ακόμα και αν αυτή είναι καλή) πληγώνοντας έτσι το σύντροφό τους. Βρίσκουν αιτίες ακόμα και εκεί που δεν υπάρχει πραγματικός λόγος.

**Φόβος μήπως γίνουν αντιληπτοί:** Τα άτομα φοβούνται μήπως ο φόβος και το άγχος τους γίνει αντιληπτό από τους άλλους γύρω τους και αυτό έχει ως αποτέλεσμα να αποφεύγουν τις πολλές κοινωνικές σχέσεις. Αν τύχει και κάποιος τα προσεγγίσει, τότε προσπαθούν με κάθε τρόπο να παρουσιάσουν το άλλο άτομο ως «κατώτερο» ώστε να μην επιτευχθεί η σχέση.

**Μη ρεαλιστικά χαρακτηριστικά:** Όπως προαναφέρθηκε, η φοβία δέσμευσης γίνεται αντιληπτή συνήθως όταν μια σχέση πρόκειται να περάσει σε ένα άλλο επίπεδο. Τα άτομα τότε αρνούνται πεισματικά να προχωρήσουν ένα βήμα παραπέρα προβάλλοντας πολλές δικαιολογίες οι οποίες συχνά μοιάζουν παράλογες. Π.χ «η κοπέλα μου είναι εξαιρετική σε όλα, αλλά δεν είναι τόσο ψηλή όσο θα μ' άρεσε για να παντρευτούμε...» ή «δεν κερδίζει τόσα χρήματα στη δουλειά της όσα θα ήθελα...»

**Σχέσεις με μη «διαθέσιμα» άτομα:** Τα άτομα με φοβία δέσμευσης «βολεύονται» δημιουργώντας σχέσεις με άτομα τα οποία είναι δεσμευμένα. Έτσι λοιπόν, εκ των πραγμάτων, η σχέση δε μπορεί να περάσει σε άλλο επίπεδο και το άτομο νιώθει ασφαλές.

**Δημιουργία σχέσεων εξ αποστάσεως:** Είναι αρκετά σύνθετες τα άτομα αυτά να έχουν σχέσεις με άτομα που βρίσκονται σε μεγάλη χιλιομετρική απόσταση έτσι ώστε να μην είναι εφικτή η δημιουργία ουσιαστικότερης σχέσης.

**Δημιουργία σχέσης με σύντροφο που και αυτός φοβάται τη δέσμευση:** Η δημιουργία μιας τέτοιας σχέσης είναι αρκετά ικανοποιητική και για τις δύο πλευρές, αφού γνωρίζουν πως δε θα κρατήσει για πολύ.

Συνοπτικά λοιπόν, θα λέγαμε ότι τα άτομα με φοβία δέσμευσης έχουν τα εξής χαρακτηριστικά:

Αγχώνονται να κάνουν μακροχρόνιες σχέσεις, έχουν μεταπτώσεις μέσα στη σχέση τους, δηλαδή μία θέλουν να φύγουν και μία επιστρέφουν, αφού διαπιστώνουν πως αγαπούν το σύντροφό τους, αλλάζουν πολύ συχνά ερωτικούς συντρόφους παρουσιαζόμενοι σαν ερωτύλοι, νιώθουν πως χάνεται η ανεξαρτησία τους και η ταυτότητα τους.

Όλα αυτά κάνουν τη ζωή του ατόμου αλλά και των γύρω του προβληματική. Όταν γίνει αντιληπτό το πρόβλημα το άτομο πρέπει να το αποδεχτεί και να μπει σε διαδικασία θεραπείας, ώστε να σταματήσει ο κύκλος των αποτυχημένων σχέσεων και της αποφυγής δέσμευσης που το ταλαιπωρεί και πληγώνει τους συντρόφους του.



**Αθηνά Νάσσου**  
Ψυχολόγος-Ψυχοθεραπεύτρια

Αποκατάσταση Μαθησιακών Δυσκολιών  
Αντιμετώπιση Άγχους, Κατάθλιψης, Φοβιών  
Ατομική και Οικογενειακή Συμβουλευτική

Διεύθυνση: Μεθάνων 2, Ναύπλιο Τηλ. Επ.: 2752028664 (Δέχεται κατόπιν ραντεβού)

## Τι πρέπει να γνωρίζει ο καταναλωτής για την αποθήκευση των τροφίμων στο ψυγείο και τον καταψύκτη



**Της Δήμητρας Τούντα, διαιτολόγου, διατροφολόγου**

Αρκετοί καταναλωτές φαίνεται να αγνοούν τους κινδύνους που εγκυμονεί η ακατάλληλη αποθήκευση των τροφίμων στο ψυγείο. Τρόφιμα τα οποία είναι αποθηκευμένα για μεγάλο χρονικό διάστημα στο ψυγείο ή σε ακατάλληλες θερμοκρασίες είναι δυνατόν να μολυνθούν με βακτήρια, και μπορούν έτσι να προκαλέσουν διάφορες ασθένειες.

Παρακάτω παρατίθενται μερικές χρήσιμες πρακτικές συμβουλές για την αποθήκευση των τροφίμων τόσο στο ψυγείο όσο και στον καταψύκτη:

### Αποθήκευση στο ψυγείο

Διατηρήστε το ψυγείο κρύο, μεταξύ 1 0C και 4 0C. Σε αυτήν την συγκεκριμένη κλίμακα θερμοκρασιών, τα βακτήρια που χαλούν τα τρόφιμα, αναπτύσσονται πολύ πιο αργά. Γενικότερα, υπάρχει διακύμανση της θερμοκρασίας ιδιαίτερα από εποχή σε εποχή. Χρησιμοποιήστε ένα θερμόμετρο για να ελέγχετε την θερμοκρασία.

Διατηρήστε τα τρόφιμα είτε τυλιγμένα είτε σε καλυμμένα δοχεία. Σφραγίστε τα δοχεία καλά έτσι ώστε να αποτραπεί η απώλεια υγρασίας και η απορρόφηση ξένων προς το τρόφιμο οσμών.

Μεταφέρετε το περιεχόμενο ανοιγμένων κονσερβών σε καθαρά δοχεία. Είναι ασφαλές να διατηρείται ανοιγμένες κονσερβές στο ψυγείο, αλλά είναι δυνατόν έτσι να υπάρξει αλλοίωση της γεύσης του περιεχομένου της κονσερβας.

Διατηρήστε τα ωμά κρέατα σε ξεχωριστά πλαστικά πακέτα ή σε μπολ, στο χαμηλότερο ράφι του ψυγείου. Αυτό θα προφυλάξει την μετατόπιση των χυμών των κρεάτων σε άλλα τρόφιμα. Το χαμηλότερο ράφι του ψυγείου συνήθως είναι και το πιο ψυχρό.

Αποθηκεύστε τα τρόφιμα αμέσως. Αποφύγετε να αφήσετε τρόφιμα που αλλοιώνονται γρήγορα σε θερμοκρασία δωματίου για πολύ.

Για γρηγορότερη ψύξη, αποθηκεύστε τα μαγειρεμένα φαγητά σε μικρές ποσότητες και σε χαμηλά δοχεία. Σε μεγάλες ποσότητες τροφίμων η θερμοκρασία πέφτει κάτω από 4 0C πολύ πιο αργά.

Αποφύγετε να υπερφορτώσετε το ψυγείο σας με τρόφιμα. Ο κρύος αέρας χρειάζεται χώρο για να κυκλοφορήσει.

Χρησιμοποιήστε τις ειδικές θήκες που βρί-

σκονται στο ψυγείο. Το κρέας έτσι διατηρείται περισσότερο κρύο και έτσι παραμένει φρέσκο για μεγαλύτερο διάστημα. Παρόλα αυτά, τα αυγά θα πρέπει να διατηρούνται στις χάρτινες συσκευασίες και όχι στις ειδικές θήκες που βρίσκονται στην πόρτα γιατί στο συγκεκριμένο μέρος του ψυγείου υπάρχουν οι μεγαλύτερες απώλειες ψύξης. Ποτέ να μην εμπιστευτείτε ένα τρόφιμο από τα εξωτερικά χαρακτηριστικά. Ένα τρόφιμο είναι δυνατόν να φαίνεται ή να μυρίζει φυσιολογικά, αλλά να μην είναι πλέον ασφαλές να καταναλωθεί. Η οδηγία από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας είναι ξεκάθαρη: Όταν υπάρχει αμφιβολία για την υγιεινή ενός τροφίμου, θα πρέπει να πετιέται.

### Αποθήκευση στον καταψύκτη

Για μακροχρόνια διατήρηση των τροφίμων στον καταψύκτη, η θερμοκρασία κατάψυξης θα πρέπει να είναι κάτω από -18 0C. Γενικότερα, όσο πιο κρύος είναι ο καταψύκτης, τόσο καλύτερη είναι η διατήρηση. Για αυτόν τον λόγο θα πρέπει να ελέγχεται τακτικά η θερμοκρασία του καταψύκτη.

Αποθηκεύστε τα αγορασμένα τρόφιμα, στις αρχικές τους συσκευασίες. Συνήθως, οι εμπορικές συσκευασίες είναι αεροστεγείς. Πριν να καταψύξετε ένα πακέτο, τοποθετήστε ετικέτα με την ημερομηνία και τον αριθμό των μεριδών.

Οργανώστε τον καταψύκτη. Τοποθετήστε τα παλιότερα τρόφιμα μπροστά, έτσι ώστε να χρησιμοποιηθούν πρώτα. Ταξινομήστε παρόμοια τρόφιμα μαζί, έτσι ώστε να τα βρείτε ευκολότερα.

Θυμηθείτε πως κάποια τρόφιμα δεν παγώνουν τόσο καλά. Τέτοια τρόφιμα είναι η μπανάνα, οι φρέσκες ντομάτες, το μαρούλι, το σέλινο, η μαγιονέζα, οι ωμές πατάτες και όλα τα τρόφιμα τα οποία περιέχουν αυτά τα συστατικά. Η κατάψυξη επηρεάζει την ποιότητα των συγκεκριμένων τροφίμων και όχι την ασφάλεια τους.

Για να διατηρήσετε τα λαχανικά για μεγαλύτερο διάστημα στον καταψύκτη, βράστε τα για ένα έως τρία λεπτά και στην συνέχεια ρίξτε τα σε κρύο νερό. Στην συνέχεια φυλάξτε τα στην κατάψυξη σε αεροστεγείς πλαστικές σακούλες.

## Τα πλεονεκτήματα της επιβράβευσης



**Του Άγγελου Τράκα, Επιστημονικός Συνεργάτης του Κέντρου Ειδικών Θεραπειών Βασίλης Ν. Καπετανίου και Συνεργάτες**

Ένα σημαντικό κεφάλαιο στην ανατροφή και εξέλιξη ενός παιδιού είναι η επιβράβευση. Η επιβράβευση έχει πολλά πλεονεκτήματα καθώς βοηθά το παιδί να μαθαίνει ποιο είναι το σωστό και ποιο όχι, του τονώνει την αυτοπεποίθηση, του διαμορφώνει χαρακτήρα, το βοηθά να αγωνίζεται να πετύχει

κάποιους στόχους και να μην τα παρατάει, διαμορφώνει συμπεριφορές και εν τέλει βοηθά ακόμα και στην ομαλή κοινωνικοποίησή του.

Όλα τα παραπάνω είναι αποτέλεσμα της σωστής διαχείρισης της επιβράβευσης από τους γονείς στα παιδιά. Όμως οι γονείς δεν είναι πάντοτε συνετοί και φειδωλοί όσον αφορά την επιβράβευση, πολλές φορές είναι υπερβολικοί με συνέπεια να έχουν ακριβώς τα αντίθετα αποτελέσματα από αυτά που περιμένουν. Δηλαδή αν οι γονείς το παρακάνουν με τους επαίνους π.χ. λένε στο παιδί τους συνέχεια «είσαι πολύ έξυπνη ή όμορφη, γλυκιά, ταλαντούχος, χαρισματικός» ουσιαστικά επιβραβεύεται το προφανές, το παιδί μαθαίνει στους συνεχείς επαίνους και κάποια στιγμή αυτοί θα χάσουν το νόημα και την αξία τους.

Πρέπει οι γονείς λοιπόν να επιβραβεύουν σωστά και να είναι συγκεκριμένοι π.χ. μπορείτε να πείτε «μπράβο έδωσες πολύ ωραία πάσα» αντί να πείτε «είσαι πολύ καλός στο ποδόσφαιρο». Με τον τρόπο αυτό το παιδί αναγνωρίζει ακριβώς τι είναι αυτό που αξίζει επιβράβευση.

Πρέπει να είστε ειλικρινείς και να το εννοείτε όταν επιβραβεύετε την πράξη γιατί τα παιδιά καταλαβαίνουν τα ψέματα και μετά τους δημιουργείτε ανασφάλεια.

Πρέπει να τα ενθαρρύνετε σε νέες δραστηριότητες και να τα επιβραβεύετε όταν προσπαθούν, δεν φοβούνται και ας αποτύχουν. Έτσι αναγνωρίζουν την αξία των προσπαθειών τους.

Καταλαβαίνουμε λοιπόν ότι μπορούμε να βοηθήσουμε τα παιδιά να γίνουν ακόμα καλύτερα αρκεί οι γονείς να είναι πιο συνετοί και όχι υπερβολικοί κατά την διάρκεια της ανατροφής ενός παιδιού. Έτσι, κάνοντας σωστή επιβράβευση θα έρθουν και τα αναμενόμενα αποτελέσματα που είναι η ανάπτυξη της προσωπικότητας, η ενίσχυση της αυτοπεποίθησης και γενικότερα του θάρρους, η ενίσχυση της επιμονής και της υπομονής.



**ΚΕΝΤΡΟ ΕΙΔΙΚΩΝ ΘΕΡΑΠΕΙΩΝ**  
**ΒΑΣΙΛΗΣ Ν. ΚΑΠΕΤΑΝΙΟΣ**  
ΕΡΓΟΘΕΡΑΠΕΥΤΗΣ ΕΜΨΥΧΩΤΗΣ M.Sc. NEUROPSYCHOLOGY  
και Συνεργάτες

**ΕΡΓΟΘΕΡΑΠΕΙΑ, ΛΟΓΟΘΕΡΑΠΕΙΑ**  
**ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΔΥΣΚΟΛΙΩΝ**  
**ΜΑΘΗΣΗΣ ΚΑΙ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ**

**27 ΧΡΟΝΙΑ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗΣ ΕΜΠΕΙΡΙΑΣ**  
**20 ΧΡΟΝΙΑ ΣΤΟ ΑΡΓΟΣ**

ΔΑΓΡΕ 13 ΑΡΓΟΣ ΤΗΛ 2751026336 ΚΙΝ 6945875777  
WWW.kapetanos-therapy.gr email:kapetan3@otenet.gr



**Τούντα Π. Δήμητρα**  
*Διαιτολόγος - Διατροφολόγος*

Τηλ.: 27520 27580  
Κιν.: 694 6947611  
e-mail: tounda\_dimi@yahoo.gr

Γενναίου Κολοκοτρώνη 4,  
Ναύπλιο - τ.κ. 21100

Το κόστος κοπής, μεταφοράς και ταφής των προσβεβλημένων φυτών είναι υψηλότερο από ψεκασμούς...

## Ποιοι φταίνε για τους φοίνικες που αφανίζονται

Μπορεί το κόκκινο σκαθάρι να είναι η γενεσιουργός αιτία που προκαλεί ανεπανόρθωτη ζημιά στους φοίνικες, όμως αυτοί που θα μπορούσαν να τους προστατεύσουν ως μωρές παρθένες κάνουν του...κεφαλιού τους, δεν ακολουθούν τις επιστημονικές μεθόδους και φυσικά δεν σώζουν τα μοναδικά και πανέμορφα αυτά φυτά, που καλώς ή κακώς χαρακτηρίζουν εδώ και πολλά χρόνια το Ναύπλιο και τις γύρω περιοχές.

Φωτογραφίες με ψεκασμούς και διάφορους επίδοξους προστάτες των δέντρων αυτών βλέπουμε κατά καιρούς, όμως βλέπουμε και τα αποτελέσματα που είναι λυπηρά.

Τις τελευταίες ημέρες τόσο σε περιοχές του Ναυπλίου, όσο και σε περιοχές του Άργους έχει σημάνει συναγερμός, αφού πλέον είναι ορατά τα καταστροφικά αποτελέσματα της δράσης του Ρυγχοφόρου (κόκκινο σκαθάρι - *Rynchophorus ferrugineus*) και της Πεταλούδας (*Paysandisia archon*) που απειλούν με αφανισμό, τόσο τα φοινικοειδή. Από την προηγούμενη Πέμπτη ξεκίνησε ο προληπτικός ψεκασμός όλων των φοινίκων που βρίσκονται σε δημοσίου χώρους του Δήμου Ναυπλιέων, ενώ όπως ανακοινώθηκε οι προσβεβλημένοι φοίνικες αντιμετωπίζονται ήδη με ειδικές αγωγές, ενώ οι υπόλοιποι θα ψεκάζονται προληπτικά μία φορά τον χρόνο. Ψεκασμός φοινίκων πραγματοποιήθηκε και από τον δήμο Άργους στο παραλιακό τόξο Νέας Κίου, Τημενίου έως και την τοπική κοινότητα Μύλων.

Στην Αργολίδα υπάρχουν 8.200 φοίνικες σε διάφορα σημεία και μάλιστα στα πιο απίθανα. Συγκεκριμένα στην επαρχία Ναυπλίας υπάρχουν περίπου 3.355 φοινικοειδή.

Από τον Σεπτέμβρη η διεύθυνση Αγροτικής Οικονομίας και ο γεωπόνος Δημήτρης Δήμου έχουν παραδώσει μελέτη για φοινικοειδή που βρίσκονται τόσο στο Ναύπλιο όσο και στην ευρύτερη περιοχή της επαρχίας Ναυπλίας, αναφορικά με το πρόβλημα των εντόμων που τα απειλούν με ολοκληρωτική καταστροφή. Όπως σημειώνει η υπηρεσία, αν τα φοινικοειδή αφεθούν στη μοίρα τους τότε οι συνέπειες θα είναι ολέθριες για τα φυτά αυτά που δίνουν ξεχωριστό εικόνα ομορφιάς στο πράσινο της πόλης καθώς επίσης και της ευρύτερης περιοχής της επαρχίας Ναυπλίας. Είναι εξαιρετικά λυπηρή η εικόνα κατεστραμμένων φοινικοειδών, που σταδιακά ξεπροβάλουν, σε διάφορα σημεία τόσο του νομού όσο και της επαρχίας Ναυπλίας εμ-

φανίζοντας την χαρακτηριστική εικόνα της ανοικτής ομπρέλας, από τη δράση των προνυμφών των εντόμων που κατατρώγουν την καρδιά των φοινικοειδών, όπως παρουσιάζονται

Επισημαίνεται ότι μόλις πρόσφατα εντοπίστηκε ένας ακόμη Κανάριος φοίνικας (*Phoenix canariensis*) στο Δρέπανο, στον κήπο ιδιωτικής κατοικίας, να έχει προσβληθεί από το καταστρεπτικό έντομο του Ρυγχοφόρου (*Rynchophorus ferrugineus*). Προσβεβλημένοι φοίνικες έχουν εντοπιστεί σε αυλές σπιτιών στη Μιδέα, στα Δενδρά και στο Μάνεση, ενώ είναι σίγουρο ότι θα αρχίσουν να εμφανίζονται προσβεβλημένοι φοίνικες και σε άλλες περιοχές του Δήμου Ναυπλιέων καθώς επίσης και στο Ναύπλιο.

Επίσης ο ιστορικός φοίνικας στην πλατεία του Αγίου Πέτρου «έπεσε» θύμα του ρυγχοφόρου. Προσβεβλημένοι φοίνικες εμφανίζονται και σε άλλα σημεία, όπως στα Φίχτια, στο Κουτσοπόδι και στον Ίναχο.

Εντυπωσιακό είναι το γεγονός ότι τον πρώτο φοίνικα της Αργολίδας που βρίσκεται στα Εκκλησιαστικά, καθώς εισερχόμαστε στην Αργολίδα από τα Δερβενάκια, ήδη τον έχει καταστρέψει ο Ρυγχοφόρος.

Οι...αμαρτίες του παρελθόντος. Τα φοινικοειδή λόγω της διαφορετικής ανάπτυξής τους δέχονται και την ανάλογη επέμβαση, όπως επισημαίνει η μελέτη. Όμως, η άγνοια που υπάρχει οδηγεί σε λανθασμένες επεμβάσεις η οποία μεταφράζεται στον ίδιο τρόπο κλαδέματος για όλα τα είδη (!!!). Έτσι, αναφέρεται για παράδειγμα στο Ναύπλιο, ο λανθασμένος τρόπος κλαδέματος στους δύο φοίνικες που βρίσκονται στην αρχή του πάρκου, στην ανατολική πλευρά (εντεκάτη). Τα φυτά αυτά, ανήκουν στο είδος *Phoenix dactylifera* χαρακτηρίζονται από το θαμνώδη τρόπο ανάπτυξης και πρέπει να αφήνονται να αναπτύσσονται ελεύθερα. Όμως, αυτά κλαδεύτηκαν λανθασμένα, αφού τους αφαιρέθηκαν όλα τα νέα φυτά που εκπύσσονται στη βάση, αφήνοντας ένα μόνο στέλεχος. Το φυτό όμως, ακολουθώντας τη βιολογία του, εξακολουθεί να παράγει στη βάση του νέα φυτά, σε πείσμα των άσχετων που τα κουτσούρεψαν. Ακόμη πιο χαρακτηριστική είναι η επέμβαση που έχει γίνει στους φοίνικες που βρίσκονται στο παραλιακό τμήμα της οδού Μπουμπουλίνας, καθώς και σε φοίνικα της οδού Σοφρώνη, όπου η ασχετοσύνη κυριάρχησε με αποτέλεσμα οι φοίνικες αυτοί στην κυριολεξία «ξυρίστηκαν». Ο τρόπος



αυτός κλαδέματος είναι εγκληματικός, αφού έτσι εκλύονται ουσίες οι οποίες δρουν ελκυστικά για τα έντομα. Ακόμη σημειώνουμε ότι οποιαδήποτε βλάβη προκληθεί δεν επουλώνεται, αφού τα φοινικοειδή δεν διαθέτουν τέτοιο μη-

χανισμό, όπως άλλα είδη φυτών. Χώρια βέβαια το γεγονός ότι η εργασία αυτή είναι επίπονη και βέβαια δε λέμε για τις εργατοώρες που χάθηκαν για το τίποτα. Όπως τονίζουν οι γεωπόνοι, το πιθανότερο οι φοίνικες αυτοί να φιλοξενούν

ήδη κάποιο από τα δύο καταστρεπτικά έντομα ή και τα δύο.

Και ρωτά η αρμόδια υπηρεσία της Περιφέρειας: «Το ερώτημά μας είναι κατά πόσο οι εργασίες αυτές γίνονται με τη συγκατάθεση της αρμόδιας γεωτεχνικής υπηρεσίας του Δήμου, γεγονός που δε θέλουμε ούτε να το σκεφτόμαστε. Πάντως και παλιότερα είχαμε οδυνηρή εμπειρία όταν διαπληκτιζόμασταν μπροστά στις κάμερες, με τον επικεφαλής συνεργείου του Δήμου που κλάδευε λανθασμένα και σε λάθος εποχή τους φοίνικες στην πλατεία Δημαρχείου. Σημειώνουμε ότι δεν είναι όλοι για όλα και σε αυτές τις επεμβάσεις υπάρχουν και λεπτομέρειες που τις γνωρίζουν οι ειδικοί και οι οποίοι πρέπει να έχουν τον πρώτο λόγο σε αυτές τις περιπτώσεις».

Ακόμα τονίζεται στη Μελέτη: Η μέχρι τώρα εμπειρία έχει δείξει ότι λίγοι Δημοτικοί άρχοντες έχουν σκύψει με ενδιαφέρον στο πρόβλημα διάσωσης των φοινικοειδών που βρίσκονται στην δικαιοδοσία τους. Το αποτέλεσμα είναι να συναντάει κανείς κουφάρια από κατεστραμμένους φοίνικες σε διάφορα σημεία των πόλεων, αφού είναι και μεγάλο πρόβλημα η ταφή τους σε χωματερές που δεν υπάρχουν ή που έχουν φρακάρει...

Σημειώνουμε ότι το κόστος κοπής, μεταφοράς και ταφής των προσβεβλημένων-νεκρών φυτών είναι κατά πολύ υψηλότερο από αυτό που απαιτείται για τους αναγκαίους ψεκασμούς...



# ΒΙΩΜΑΤΑ ΚΑΙ ΜΝΗΜΕΣ ΑΠΟ ΤΗΝ ΣΤΡΑΤΙΩΤΙΚΗ ΜΟΥ ΘΗΤΕΙΑ . (1).\*

## ΕΛΛΑΔΑ: ΣΤΡΑΤΙΩΤΗΣ ΤΥΦΕΚΙΟΦΟΡΟΣ ΕΛΛΥΚ ΚΥΠΡΟΣ : ΚΑΤΑΔΡΟΜΕΑΣ ΧΕΙΡΙΣΤΗΣ ΠΑΟ



**ΧΑΡΙΛΑΟΣ  
ΡΕΜΠΕΛΟΣ**

### ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Αγαπητή φίλη αναγνώστρια.

Αγαπητέ φίλε αναγνώστη.

Μέσα από αυτές τις λίγες σελίδες θα προσπαθήσω να περιγράψω όσο γίνεται καλύτερα τις εμπειρίες μου και τα βιώματα μου από την στρατιωτική μου θητεία. Μια θητεία που σημάδεψε τα καλύτερα χρόνια μου χρόνια. Μια θητεία που σημάδεψε όχι μόνο εμένα αλλά ολόκληρη την σειρά μου. Ολόκληρη την 80Δ! ΕΣΣΟ ή 147 σειρά

Θα διαβάσετε πάρα κάτω μερικά πράγματα που ίσως σας φαίνονται σαν μυθιστόρημα σαν παραμύθι. Όμως είναι μια σκληρή πραγματικότητα που την έζησα εγώ και η σειρά μου. Όλοι αυτοί που ακολουθήσαμε το ίδιο οδοιπορικό. Ένα οδοιπορικό που ξεκίνησε στις 11 Αυγούστου 1980 και τελειώνει στις 11 Ιουνίου 1982. Εύχομαι καλή ανάγνωση και ζητώ εκ των προτέρων συγνώμη για τα λάθη μου, ορθογραφικά και φραστικά αλλά είναι δυστυχώς αναπόφευκτα λόγω περιορισμένων γραμματικών γνώσεων.

### ΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ ΚΑΤΑΤΑΞΗΣ

Είκοσι μέρες περίπου πριν τις 11 Αυγούστου μας ήρθε ειδοποίηση από την αστυνομία του Αχλαδοκάμπου να παρουσιαστούμε στο τμήμα να πάρουμε φύλλα πορείας με τα οποία θα παρουσιαστούμε στα διάφορα κέντρα εκπαίδευσης, Εγώ και άλλοι τέσσερις συνομήλικοι από το χωριό μας την όμορφη Κρύα Βρύση. Τα παιδιά που φεύγαμε μαζί για στρατιώτες είμαστε οι παρακάτω:

- Λαθούρης Δημήτρης
- Φουντάς Γιώργος
- Μπέλμπας Απόστολος
- Ρέμπελος Διαμαντής
- Ρέμπελος Χαρίλαος .

Όλοι φίλοι και συγγενείς μεταξύ μας. Από λανθασμένες πληροφορίες που είχα πάρει, νόμιζα ότι θα παρουσιαζόμουν στην Πάτρα μαζί με τον Διαμαντή και τον Γιώργο. Έτσι κεφάλτοι φτάσαμε στον Αχλαδοκάμπο για να πάρουμε τα χαρτιά μας που θα μας έγραφαν την ακριβή ημέρα που θα παρουσιαζόμασταν στα διάφορα κέντρα. Εκεί με περίμενε μια δυσάρεστη έκπληξη. Ενώ τα άλλα παιδιά θα παρουσιάζονταν μαζί, ο Γιώργος και ο Διαμαντής στην Πάτρα, ο Δημήτρης με τον Απόστολο στο Μεσολόγγι, εγώ θα παρουσιαζόμουν στην Σύρο. Μου ήρθε κεραμίδα στο κεφάλι. Εκείνη την ώρα μου φάνηκε πως βρισκόμουν μόνος στην μέση της ζούγκλας . Και όσο και να φαίνεται παράξενο τώρα, για ένα παιδί που φεύγει από το χωριό και από το στενό του οικογενειακό περιβάλλον για να παρουσιαστεί μόνο του σε ένα ξένο μέρος και μάλιστα νησί , για ένα παιδί που δεν είχε φύγει ποτέ από το χωριό, παρά κατέβαινε στο Άργος μόνο Χριστούγεννα και Πάσχα για κούρεμα και για να πάρει παπούτσια

καταλαβαίνετε εκείνη την στιγμή τα συναισθήματα μου.

Πήγαμε όμως στο μαγαζάκι κάποιου Λαθούρη, εκεί στον Αχλαδοκάμπο για να φάμε και να πιούμε κανένα ποτηράκι έτσι για την «καλή θητεία».

Εγώ από την στεναχώρια μου τα κοπάνησα κομματάκι παραπάνω και πως έφτασα στο χωριό μας την Κρύα Βρύση ένας θεός ξέρει. Γιατί πρέπει να διευκρινίσω εδώ ότι η διαδρομή αυτή γινόταν με τα πόδια διασχίζοντας τον Χτενιά από την Κορίτα, Αλωνάκι , Κρύα Βρύση.

**Ο ήλιος βγήκε σήμερα  
μα είναι λυπημένος  
γιατί φαντάρος έγινα  
μες το χακί ντυμένος**

### ΩΡΑ ΑΝΑΧΩΡΗΣΗΣ

Οι μέρες πέρασαν και ήρθε η ώρα να φύγω για να παρουσιαστώ στην Σύρο. Δύο μέρες πριν, στις 8 Αυγούστου δηλαδή, φίλοι και συγγενείς κάναμε στο σπίτι μου ένα ωραίο πάρτι για τα αποχαιρετιστήρια.

Μεζεδάκι κρασί άφθονο και χορός μέχρι τις πρωινές ώρες. Η ώρα όμως πλησιάζει για αναχώρηση. Η ατμόσφαιρα είναι πολύ βαριά. Η σκέψη ότι το χωριό θα αδειάσει από την νεολαία τους, γιατί δέκα παιδιά ήμασταν όλοι όλοι, έχει κάνει μικρούς και μεγάλους να στέκονται σκυθρωποί και στεναχωρημένοι.

Εγώ ντυμένος στα καλά μου, κολλαριστό πουκάμισο και παντελόνι που η τσάκιση του ζύριζε, αρχίζω χειραψίες και φιλιά. Οι συγγενείς ξεσπάνε σε κλάματα. Μου εύχονται «καλή θητεία» και «γρήγορα κοντά μας». Κλαίγοντας και εγώ αποχαιρετώ μάνα, πατέρα, αδέρφια, συγγενείς και τελευταία τα άλλα τέσσερα παιδιά που θα φύγουν και αυτά, μετά από δυο μέρες για Πάτρα και Μεσολόγγι,

Σκληρές αυτές οι στιγμές

20 χρόνια μαζί

Μαζί στα παιχνίδια.

Μαζί στο σχολείο.

Μαζί στα πρόβατα

Παντού μαζί.

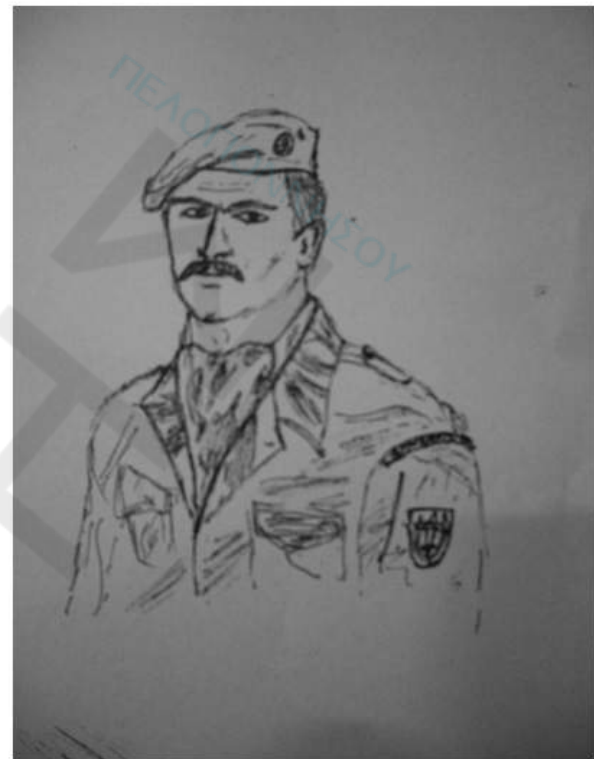
Και τώρα; Τώρα να σε χωρίζει ο στρατός.

Στο Άργος βρήκα τον Φώτη τον Αράλη από τον Αχλαδοκάμπο που θα πηγαίναμε μαζί για την Σύρο και φύγαμε για την Αθήνα.

Στον σταθμό του λεωφορείου μας περίμενε μια θεία του, που μας πήρε και πήγαμε στο σπίτι της στην Αγία Παρασκευή, Το βραδάκι με τον Φώτη βγήκαμε για μια βόλτα αλλά προσέχαμε να βλέπουμε πάντα το καμπαναριό της εκκλησίας που ήταν στην πλατεία για να μην χαθούμε, γιατί άγνωστη η Αθήνα και πολύς ο κόσμος ρε παιδιά.

### 10 Αυγούστου.

Πρωί – πρωί κατεβαίνουμε στον Πειραιά και σε λίγο με το οχηματαγωγό καράβι ΚΑΠΤΑΙΝ ΚΩΝ/ΝΟΣ παίρνουμε τον δρόμο για το νησί της Σύρου, Το καράβι είναι γεμάτο τουρίστες. Άλλοι τραγουδάνε, άλλοι μεθυσμένοι και πειράζουν τον κόσμο παίζοντας και γελώντας, Μόνο εμείς οι υποψήφιοι στρατιώτες κοιτάμε την θάλασσα με βλέμμα απλανές, και προσπαθούμε να διακρίνουμε με ανυπομονησία την Σύρο, εκεί που ο ουρανός ακουμπάει και αγκαλιάζεται με την θάλασσα.



**ΣΚΙΤΣΟ ΤΟΥ Χ.ΡΕΜΠΕΛΟΥ ΑΠΟ ΤΟ ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ ΤΟΥ**

Μετά από τέσσερις ώρες ταξίδι σε μια θάλασσα αρκετά ήσυχη, «άλλωστε ποιος έχει ξαναδεί θάλασσα για να κάνει σύγκριση» φτάνουμε σε ένα ξερονήσι. Τα μεγάφωνα καλούν τους επιβάτες που είναι για Σύρο να ετοιμάζονται για αποβίβαση,

Κοιταγόμαστε κλεφτά με τον Φώτη και χαμογελάμε αμήχανα ( άραγε γιατί;) και κατεβαίνουμε στον λιμάνι της Ερμούπολης,

Η Ερμούπολη είναι αρκετά όμορφη και γραφική πόλη. Είναι χτισμένη πάνω σε δυο λόφους και καταλήγει προς τα κάτω σε ένα όμορφο λιμάνι. Η παραλία είναι όμορφη. Πολλά μαγαζιά και ταβερνάκια και πολλοί τουρίστες που κάνουν βόλτες χαζεύοντας το κάθε τι. Στη μέση του λιμανιού είναι η πελώρια πλατφόρμα του ναυπηγείου που βρίσκεται στο νησί. Το βραδάκι πέφτει σιγά – σιγά και καθώς ο ήλιος βασιλεύει κάνει το απόγευμα πολύ όμορφο.

Καθόμαστε σε ένα ταβερνάκι, τρώμε μια νόστιμη μαρίδα και πίνουμε τα κρασάκια μας, τελευταία σαν πολίτες και αρχίζουμε να ψάχνουμε για ξενοδοχείο για να περάσουμε την βραδιά μέχρι την άλλη μέρα που θα παρουσιαστούμε. Όμως οι τουρίστες είναι πολλοί και τα δωμάτια λίγα, όλα πιασμένα, Τελικά καταλήγουμε σε ένα ξενοδοχείο σχεδόν ερείπιο. Μας δίνουν κάτι σεντόνια κουρέλια και άπλυτα δεν ξέρω και εγώ από τότε. Τα κρεβάτια τα μοιραζόμαστε δυο-δυο ενώ αγκαλιά έχουμε την νύχτα ένα τσούρμο γάτες κάθε ράτσας και χρώματος. (συνεχίζεται)

**\*Το 1985 κωδικοποιημένος στην μνήμη μου ως «γιος του αδελφού» μου ο Χαρίλης μου έδωσε να διαβάσω το στρατιωτικό ημερολόγιο του. 30 χρόνια μετά του το ζήτησα για να βρει τον δρόμο του στα μονοπάτια του «Αναγνώστη». Τώρα πια είναι αποθηκευμένος στην μνήμη του υπολογιστή ως «Καπετάν Ρέμπελος» του εύχομαι: καλοτάξιδος με κοινοτικούς χαιρετισμούς «Καπετάν Βασιλίας».....**

# ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑ : Η «μοντέρνα» φτώχεια



Από τον Ιατρό Γιάννη Γ. Γκούβερη MD PhD\*

## Α' ΜΕΡΟΣ

Με αφορμή την Παγκόσμια ημέρα της Παχυσαρκίας που έχει καθιερωθεί να εορτάζεται στις 24 Οκτωβρίου κάθε χρόνου, θα ήθελα να επισημάνω κάποια πράγματα για το σοβαρό αυτό θέμα, που στις μέρες μας έχει εξελιχθεί σε παγκόσμιο πρόβλημα δημόσιας υγείας καθώς έχει λάβει επιδημικές διαστάσεις, τόσο στις αναπτυγμένες όσο και στις υπό ανάπτυξη χώρες. Τούτο είναι αποτέλεσμα της αυξημένης ημερήσιας πρόσληψης θερμίδων σε συνδυασμό με τον περιορισμό της σωματικής δραστηριότητας. Η άμεση σχέση της παχυσαρκίας με την κακή υγεία του ατόμου είναι γνωστή από την εποχή του Ιπποκράτους σύμφωνα με τον οποίο «οι φαρδές ταχυθάνατοι γίνονται» δηλ. τα παχύσαρκα άτομα πεθαίνουν πιο γρήγορα. Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας η παχυσαρκία αποτελεί την πέμπτη κατά σειρά αιτία θανάτου και σχετίζεται άμεσα με σημαντικά προβλήματα υγείας όπως τα Καρδιαγγειακά νοσήματα, ο Σακχαρώδης Διαβήτης και ο Καρκίνος. Σήμερα υπολογίζεται ότι σε παγκόσμιο επίπεδο υπάρχουν πάνω από 500 εκατομμύρια παχύσαρκα άτομα (BMI>30 Kgr/m<sup>2</sup>) ενώ τα υπέρβαρα (30>BMI>25 Kgr/m<sup>2</sup>) φθάνουν το 1,5 δισεκατομμύριο. Σημείωση: Το BMI είναι δείκτης παχυσαρκίας που σχετίζεται με το βάρος και το ύψος του ατόμου, υπολογίζεται δε αν διαιρέσουμε το βάρος του ατόμου σε κιλά δια του τετραγώνου του ύψους σε μέτρα και θεωρείται φυσιολογικό όταν είναι 18-25 Kgr/m<sup>2</sup>. Αυτό βέβαια από μια πλευρά ακούγεται παράξενο, αν αναλογισθεί κανείς ότι η παχυσαρκία έχει αυξηθεί και συνεχίζει να αυξάνει τα τελευταία χρόνια, ενώ παράλληλα η φτώχεια γίνεται όλο και πιο έντονη, αφορούσα όλο και μεγαλύτερα κομμάτια του παγκόσμιου πληθυσμού. Όλοι μας έχουμε συνειδητοποιήσει ότι η οικονομική κρίση και το δημοσιονομικό πρόβλημα δεν αφορά μόνο την χώρα μας αλλά και ολόκληρο το δυτικό κόσμο. Μέσα λοιπόν σ' αυτήν την οικονομική κρίση που έχει σαν αποτέλεσμα το ποσοστό του πληθυσμού που βρίσκεται διεθνώς

κάτω από το όριο της φτώχειας να αυξάνει, έρχονται στατιστικές αναλύσεις που μας βεβαιώνουν ότι, σε πείσμα της οικονομικής κρίσης, τα ποσοστά των υπέρβαρων και παχύσαρκων ατόμων τα τελευταία 50 χρόνια έχουν πολλαπλασιαστεί παγκοσμίως. Εξάλλου όλοι μας και ιδιαίτερα οι πατεράδες μας και οι παππούδες μας που έζησαν στην Ελλάδα και ιδιαίτερα στις μεγαλουπόλεις όπως η Αθήνα την εποχή της κατοχής του 1940, έχουν συνδέσει την φτώχεια με την έλλειψη της τροφής που οδηγούσε στην απίσχναση και την λιμοκτονία. Αλλά και εμείς που δεν ζήσαμε στην κατοχή έχουμε με την τηλεόραση εικόνες από την Αφρική η την Ασία με παιδιά και ενήλικες να λιμοκτονούν από έλλειψη τροφής και νερού.

Όλες λοιπόν αυτές οι εικόνες δεν συνάδουν με την σύγχρονη μορφή της φτώχειας που παρατηρείται στο δυτικό κόσμο. Η μοντέρνα φτώχεια συνδέεται με ένα νέο μοντέλο υπερβολικής λήψης πολύ πυκνών ενεργειακά τυποποιημένων τροφίμων, που είναι φθηνά και κακής ποιότητας και αποδίδουν πολλές θερμίδες χαμηλού θρεπτικού περιεχομένου, με επακόλουθο την παχυσαρκία και την αύξηση της νοσηρότητας και θνησιμότητας από καρδιαγγειακά νοσήματα και καρκίνο. Τέτοιου είδους τρόφιμα είναι κυρίως αυτά που βρίσκουμε στις γνωστές αλυσίδες των Fast Food, στα διάφορα κυλικεία και ταχυφαγεία. Αυτά τα προϊόντα είναι πολύ πλούσια σε κεκορεσμένα λιπαρά, trans λιπαρά, διοξίνες κλπ ενώ ταυτόχρονα είναι πτωχά σε βιταμίνες, ιχνοστοιχεία, φυτικές ίνες και μονοακόρεστα λιπαρά. Παρομοίως τα αναψυκτικά, έχουν υπερβολική ποσότητα ζάχαρης χωρίς άλλα θρεπτικά στοιχεία, ενώ και τα προϊόντα του αρτοποιείου με λευκό επεξεργασμένο αλεύρι, αποδίδουν ευαπορρόφητο άμυλο που παχαίνει τα μέγιστα και αντίθετα πολύ χαμηλή συγκέντρωση φυτικών ινών που δρουν ευεργετικά στο έντερο και την πέψη. Τρόφιμα λοιπόν αυτού του τύπου ευρείας καταναλώσεως, είναι οικονομικά και ως εκ τούτου προσita σε μεγάλες μάζες πληθυσμού οικονομικά ασθενέστερου, με συνέπεια την υπερκατανάλωσή τους με τελικό αποτέλεσμα την παχυσαρκία και την επιβάρυνση της υγείας.

Από τη άλλη πλευρά τώρα αυτού του φαινομένου, βρίσκονται οι διατροφικές επιλογές που υπό τις παρούσες συνθήκες είναι ακριβότερες όπως φρέσκα φρούτα και λαχανικά, ελαιόλαδο, ψάρια κλπ. Αυτές λοιπόν οι επιλογές είναι δυσκολότερο να καταναλωθούν από τους οικονομικά ασθενέστερους και αποτελούν επιλογή για τους οικονομικά ευρωστότερους. Έτσι, τα οικονομικώς εύ-

ρωστα άτομα, καταναλώνοντας τις υγιεινές τροφές έχουν καλή υγεία και φυσιολογικό κατά το μάλλον ή ήττον βάρος ενώ οι οικονομικά ασθενέστεροι, καταναλώνοντας τροφές χαμηλού θρεπτικού περιεχομένου με πολλές θερμίδες που είναι φθηνές, αποκτούν μεγαλύτερο βάρος, γίνονται παχύσαρκοι και έχουν κακή υγεία.

Το πρόβλημα λοιπόν της παχυσαρκίας υπάρχει και είναι ορατό από όλους μας και σαν παχυσαρκία αυτή καθεαυτή αλλά και σαν πρόβλημα υγείας που προκύπτει από την παχυσαρκία (καρδιαγγειακά νοσήματα, σακχαρώδης διαβήτης, καρκίνος, μυοσκελετικά προβλήματα κυρίως από την οσφυ και τα κ. άκρα κλπ). Για να αντιμετωπίσουμε λοιπόν αυτό το πρόβλημα πρέπει να αλλάξουμε τρόπο ζωής και ο ακρογωνιαίος λίθος αυτής της αλλαγής είναι η σωστή διατροφή και η σωματική άσκηση. Αυτή λοιπόν η προσπάθεια για αλλαγή του τρόπου ζωής από πλευράς διατροφής θα μπορούσε εύκολα να περάσει στην καθημερινή ζωή αρκεί να κάνουμε μικρές υποχωρήσεις και αλλαγές και συγκεκριμένα:

## Να περιορίσουμε

Κατανάλωση κόκκινου κρέατος και των παραγώγων του όπως γύρος, αλλαντικά, λουκάνικα, κιμάδες, εντόσθια. Όταν τελικά καταναλώνουμε κόκκινο κρέας να προτιμάμε τα μεγαλύτερα ζώα από τα μικρά (γάλακτος) που έχουν λιγότερο ενδομυϊκό κεκορεσμένο λίπος (φιλέτο, μπούτι, άπαχο κιμά) και φυσικά να αφαιρείται το ορατό λίπος πριν το μαγείρεμα. Σημασία επίσης μεγάλη έχει και ο τρόπος παρασκευής. Πρέπει να αποφεύγονται τα τηγανητά.

Σ' αυτούς που αντιτάσσουν θέμα γεύσης ενισχύουμε την γεύση με μπαχαρικά και μυρωδικά. Έτοιμα βιομηχανοποιημένα τρόφιμα των Super Markets και Fast food. Η σύγχρονη βιομηχανία τροφίμων ενδιαφέρεται βασικά για εύγεστα προϊόντα που θα μας κάνουν να θέλουμε να τα καταναλώνουμε συχνά, αδιαφορώντας εν πολλοίς για την ποιότητα. Χρησιμοποιεί λοιπόν συχνά κεκορεσμένα και υδρογονωμένα φυτικά λιπαρά (κορεσμένα δηλ. με τεχνικά μέσα), πολλά ύποπτα ενισχυτικά της γεύσης και επεξεργασμένες πρώτες ύλες που ενοχοποιούνται για παχυσαρκία αλλά και καρκινογένεση. Ζάχαρη και σκευάσματα πλούσια σε ζάχαρη, όπως αναψυκτικά, γλυκά, πάστες, κρουασάν, μπισκότα, κέικ, λουκουμάδες κλπ. Επίσης αποφεύγουμε τα

καμουφλαρισμένα προϊόντα που θα τα βρείτε στο ράφι του Super market ή του φούρνου με την ένδειξη «για διαβητικούς». Τα προϊόντα αυτά παρέχουν απότομα υψηλά επίπεδα υδατανθράκων που οδηγούν στην παχυσαρκία. Πέραν τούτου απεδείχθη ότι η φρουκτόζη ανεβάζει τα τριγλυκερίδια του αίματος οπότε πρέπει να αποφεύγεται.

Κατανάλωση πλήρους γάλακτος και των παραγώγων του όπως τυριά, κρέμες γάλακτος, παγωτά, αλείμματα, σαντιγί κ.λπ. Μετά την ηλικία των 12 ετών, συστήνεται η κατανάλωση γάλακτος και γιαουρτιού με λίγα λιπαρά (1-2%) γιατί έτσι ο οργανισμός προσλαμβάνει το ασβέστιο που του είναι τελείως απαραίτητο για την ανάπτυξη του σκελετού και το σωστό κτίσιμο των οστών, χωρίς ταυτόχρονα να παίρνει τα επιβλαβή κορεσμένα λιπαρά. Μην ξεχνάτε, ότι τα παραδοσιακά τυροκομικά προϊόντα που είναι αγαπημένο κομμάτι της διατροφής του Έλληνα, περιέχουν πολλά κορεσμένα λιπαρά (30-50%) και παρέχουν πολλές θερμίδες. Γι αυτό και πρέπει να αποφεύγονται. Επίσης και τα Light γαλακτοκομικά έχουν υψηλό ποσοστό κορεσμένου λίπους (10-20%) και πρέπει να περιορίζεται η χρήση τους.

Προϊόντα αρτοποιείου από λευκό αλεύρι (πολυτελείας) καθώς και αρτοποιήματα πλούσια σε λιπαρά όπως σφολιάτες, κουρού, μπριός, κρουασάν, μπατόν σαλέ, μπισκότα βουτύρου, κολουράκια. Όλα αυτά τα προϊόντα εκτός από τα λιπαρά, περιέχουν και απλά σάκχαρα (μονοσακχαρίτες και δισακχαρίτες) που απορροφώνται πολύ εύκολα (τροφές με υψηλό γλυκαιμικό δείκτη) πράγμα που έχει σαν αποτέλεσμα την γρήγορη και απότομη άνοδο του σακχάρου μας. Φυσικά σε ένα άτομο με ισορροπημένο οργανισμό το σάκχαρο θα ξανακατέβει γρήγορα γιατί αλλιώς αυτός θα ήταν διαβητικός. Αλλά το κατέβασμα του σακχάρου σε ένα φυσιολογικό άτομο γίνεται υπό την επίδραση μια ορμόνης που παράγεται στο

πάγκρεας και λέγεται ινσουλίνη. Όταν έχουμε αργή και σταδιακή αύξηση του σακχάρου, όπως συμβαίνει στην περίπτωση που τρώμε σύμπλοκους υδατάνθρακες όπως είναι τα προϊόντα ολικής άλεσης, τα φρούτα, τα λαχανικά, τα όσπρια κλπ τότε η ινσουλίνη από το πάγκρεας εκκρίνεται σταδιακά δηλ. έχουμε αργό ρυθμό έκκρισης της ινσουλίνης ενώ όταν τρώμε τροφές που απορροφώνται εύκολα όπως είναι τα απλά σάκχαρα που περιέχονται στο άσπρο ψωμί, τα ζυμαρικά, το ρύζι, τις πατάτες τότε έχουμε απότομη αύξηση των σακχάρων που προκαλεί απότομη και γρήγορη αύξηση του σακχάρου του αίματος. Αυτή η γρήγορη και απότομη αύξηση των σακχάρων οδηγεί σε μεγάλη και γρήγορη έκκριση της ινσουλίνης η οποία προκαλεί απότομο κατέβασμα του σακχάρου. Αυτό το απότομο κατέβασμα του σακχάρου, ο οργανισμός το εκλαμβάνει σαν υπογλυκαιμία και πυροδοτείται το αίσθημα της πείνας. (με έπιασε λιγούρα και θέλω να φάω κάτι) Είναι χαρακτηριστικό ότι ισώνουμε την τούρτα μια φορά και μετά μας έρχεται η επιθυμία να την ξανα-ισιώσουμε και ξανά και ξανά με τελικό αποτέλεσμα να τρώμε πολύ περισσότερο, να παίρνουμε πολύ περισσότερες θερμίδες και να παχαίνουμε. Το ίδιο συμβαίνει όταν τρώμε ένα σοκολατάκι και μετά μας έρχεται η επιθυμία να πάρουμε και δεύτερο και τρίτο κο.κ.

## Το τι θα πρέπει να επιλέξουμε στο επόμενο φύλλο

Τέλος του πρώτου μέρους

\* Ο Ιατρός Γιάννης Γ. Γκούβερης είναι

Ειδικός Παθολόγος-Αγγειολόγος  
Μετεκπαιδευθείς στους Υπερήχους - Triplex Αγγείων  
και την Παχυσαρκία. (SCOPE Member)

Β. ΗΠΕΙΡΟΥ 42, 212 00 ΑΡΓΟΣ  
ΤΗΛ.: 27510 69488 - FAX: 27510 23919  
[Http://www.kiss-radio.gr](http://www.kiss-radio.gr)



# απροσάρμοστα ντομγάρσοορπ



Το karaoke είναι μία από τις λίγες ιδέες που δεν σου φαίνονται καλές, μέχρι να τις δεις να γίνονται πράξη.

## ανέκδοτο

### Στην Φυλακή

Κλείνουν φυλακή ένα Γερμανό, ένα Γάλλο και ένα Πόντιο ισόβια.

Αποφασίζουν να τους χώσουν σ' ένα μπουντρούμι και να μην έχουν επαφή με τον υπόλοιπο κόσμο για όλη τους τη ζωή. Τους επιτρέπουν όμως να πάρουν από ένα αντικείμενο, δικής τους επιλογής.

Διαλέγει λοιπόν ο Γερμανός ένα σκάκι.

“Μ’ αυτό θα περνάω τον καιρό μου, είναι παιχνίδι που δεν το βαριέσαι ποτέ...”

Ο Γάλλος διαλέγει μια τράπουλα.

“Μ’ αυτή μπορείς να παίξεις όχι ένα, αλλά πολλά διαφορετικά παιχνίδια και εγώ τα ξέρω όλα. Σίγουρα θα είμαι απασχολημένος για πολλά χρόνια”.

Διαλέγει και ο Πόντιος ένα κουτί tampon .

“Καλά ρε” του λένε οι άλλοι 2” τι θα κάνεις με αυτό; Χαζός είσαι;”

Και τους απαντάει ο Πόντιος: “Τι θα κάνω μ’ αυτό; Διαβάστε εδώ τι γράφει.. Μπορείτε να κάνετε ιππασία, κολύμβηση, ορειβασία, θαλάσσια σπορ...”

### Έκθεση: «Η 28η Οκτωβρίου»

Η 28η Οκτωβρίου είναι μια πάρα πολύ σπουδαία μέρα. Η 27η Οκτωβρίου και η 29η Οκτωβρίου δεν λένε και πάρα πολλά πράγματα. Η 26η Οκτωβρίου κάτι λέει άμα σε λένε Δημήτρη. Ο Δημήτρης Καλπακλής που τον λένε Δημήτρη και πάει Δευτέρα, χαιρέται πάρα πολύ που τον λένε Δημήτρη γιατί γιορτάζει και παίρνει πάρα πολλά παιχνίδια και είναι πάρα πολύ τυχερός. Ενώ άμα σε λένε Νεκτάριο δεν είσαι και πολύ τυχερός, γιατί κανένας δεν ξέρει πότε γιορτάζουν οι Νεκτάριοι. Κάποτε πρέπει να γιορτάζουν οι Νεκτάριοι, γιατί ένα παιδί που το λένε Νεκτάριο μού είπε ότι κάποτε γιορτάζουν ακόμα και οι Νεκτάριοι, αλλά επειδή κανένας άνθρωπος στον κόσμο δεν ξέρει πότε γιορτάζουν οι Νεκτάριοι, αυτό το παιδί είναι πολύ στενοχωρημένο και τρέχουν και οι μύξες του.

Η 28η Οκτωβρίου είναι μια πάρα πολύ σπουδαία μέρα άμα πέφτει Δευτέρα, γιατί έχουμε τριήμερο και πάμε εκδρομή στο χωριό του μπαμπά μου. Εκτός αν δεν πάμε, γιατί η μαμά μου δεν χωνεύει τη μαμά του μπαμπά μου, ενώ χωνεύει πάρα πολύ τη δική της μαμά που δεν τη χωνεύει ο μπαμπάς μου, οπότε μπορεί να μείνουμε και σπίτι.

Εμείς τα παιδιά είμαστε πάρα πολύ περήφανα που έχουμε την 28η Οκτωβρίου. Γιατί πριν γίνει η 28η Οκτωβρίου, είχανε να γιορτάζουνε μόνο την 25η Μαρτίου. Την 28η Οκτωβρίου ηγαίνανε σχολείο κανονικά γιατί δεν υπήρχε 28η Οκτωβρίου. Δηλαδή υπήρχε 28η Οκτωβρίου, αλλά κανένας δεν το έκανε θέμα γιατί δεν είχανε μπει οι Γερμανοί. Έπρεπε πρώτα να μπουον οι Γερμανοί και μετά να γίνει μια μέρα της προκοπής.

Εγώ είμαι πολύ περήφανη Ελληνοπούλα. Νιώθω ένα ρίγος. Και μόλις το είπα στη μαμά μου μού έβαλε θερμομέτρο και είχα 37,4 και μου έδωσε σιρόπι και μου πέρασε το ρίγος. Η γιαγιά μου νιώθει ένα ρίγος από μόνη της, γιατί εκείνη την έζησε την 28η Οκτωβρίου και πρέπει να την πέρασε πάρα πολύ ωραία.

Η κυρία Χρυσάνθη, η δασκάλα μας, μας είπε ότι την 28η Οκτωβρίου ήρθε ο Ιταλός πρέσβης στο σπίτι του Ιωάννη Μεταξά, νύχτα, χωρίς να τηλεφωνήσει πρώτα και τον ρώτησε αν μπορούν να πάρουνε την Ελλάδα και να την έχουνε για δικιά τους σ' όλη του τη ζωή. Και ο Ιωάννης Μεταξάς τσαντίστηκε που τον ξυπνήσανε και είπε «ΟΧΙ». Κι αυτό το «ΟΧΙ» το είπε πολύ ηρωικά γι' αυτό κι εμείς το λέμε «το ηρωικό ΟΧΙ».

Κι εμένα όταν ήρθε η Χαρούλα



σπίτι μου, μου ζήτησε όλες μου τις Μπάρμπι και τη Σίντι αστροναύτη, της είπα ηρωικά «ΟΧΙ» γιατί δεν είναι καθόλου ευγενικό αυτό που έκανε ο Ιταλός πρέσβης και η Χαρούλα. 'μα θέλεις να χαρίσεις κάτι το κάνεις από μόνος σου. Κι ο κύριος Μεταξάς δεν ήθελε να χαρίσει την Ελλάδα ούτε εγώ τη Σίντι αστροναύτη.

Και μετά τους πολεμήσαμε τους Ιταλούς. Δηλαδή, εγώ δεν τους πολέμησα γιατί δεν είχα γεννηθεί ακόμα. Ούτε ο μπαμπάς ούτε η μαμά. Η μαμά δεν ξέρω πότε γεννήθηκε γιατί όποτε τη ρωτάω «μαμά, πόσων χρόνων είσαι;» μου απαντάει «μήπως είδες το Βετέξ της κουζίνας;».

Και μετά πέρασε η 28η Οκτωβρίου και μπήκανε άλλοι μήνες άσχετοι και διώξαμε τους Ιταλούς και μπήκανε οι Τούρκοι. Όχι, λάθος, Θάνο, μου δίνεις τη γόμα σου; Μπήκανε οι Γερμανοί. Μπήκανε οι Γερμανοί και η γιαγιά μου έκλεισε τα παντζούρια για να μην τους βλέπει και τους έβλεπε κρυφά από τις γρίλιες και την έπιασε η μαμά της και την έδειρε. Κι άλλοι άνθρωποι κλείσανε τα παντζούρια γιατί τους σιχαίνονταν. Κι εγώ σιχαίνομαι το

γάλα άμα κάνει πέτσα.

Και όλοι οι Γερμανοί ήτανε χάλια, αλλά ο πιο χάλια απ' όλους ήτανε ο Παλαιών Πατρών Γερμανός. Αυτός ήτανε από μητέρα Πατρινιά, πατέρα Γερμανό και το μικρό του όνομα ήταν «Παλαιών» και δεν ξέρω πότε γιορτάζει ούτε αν του φέρνανε δώρα. Αυτός πήγαινε μπροστά μπροστά και είχε μια ελληνική σημαία και την έσκισε και την πέταξε και την πάτησε και την έφτυσε. Και μετά πήρε μια γερμανικιά, πιο σιδερωμένη και μετά πήγε στην Ακρόπολη και την έβαλε στην Ακρόπολη. Και ένα παιδί θύμωσε πάρα πολύ και πήγε με ένα φίλο του και την έβγαλε και την πέταξε στο κεφάλι ενός περαστικού. Και τον φίλο του τον λέγανε Σάντσο και το παιδί Απόστολο Γκλέτσο και μετά επειδή ήτανε τόσο γενναίος, οι άνθρωποι θέλανε να τον κάνουνε υπερνομαρχη, αλλά κάνανε μια κυρία Φώφη.

Και μετά δεν ήτανε πια 28η Οκτωβρίου και όλοι πεινάγανε και τρώγανε γάτες. Εμείς έχουμε μια γάτα τη Λουλού, αλλά δεν την τρώμε γιατί την αγαπάμε, αλλά γιατί είναι πολύ νευρική και τη φοβόμαστε. Κι εκτός από γάτες σκοτώσανε και τον αδελφό της γιαγιάς μου πάνω σε ένα βουνό που νομίζω ότι ήτανε ο Παρνασσός χωρίς τις πίστες. Και μετά πέρασανε τα χρόνια και οι Γερμανοί δεν θυμάμαι πώς φύγανε. Ή τους διώξαμε ή μας βαρέθηκαν.

Και τότε όλοι οι Έλληνες βγήκανε έξω και φιλιόντουσαν κι εμένα δεν μου αρέσει να με φιλάνε οι φίλες της μαμάς μου γιατί έχουνε σάλια. Αλλά εκείνη η μέρα ήτανε πολύ σπουδαία και δεν τους ένοιαζε τους ηρωικούς Έλληνες που σαλιώνανε ο ένας τον άλλον.

Και τώρα, από τη χαρά μας βάζουμε την ελληνική σημαία στο μπαλκόνι. Όμως εμείς δεν βάζουμε την ελληνική σημαία, γιατί όταν μετακομίσαμε τη χάσαμε. Και κάθε 28 Οκτωβρίου ντρεπόμαστε πάρα πολύ, αλλά τον υπόλοιπο χρόνο το ξεχνάμε και δεν πάμε να αγοράσουμε μια καινούργια. Αυτά και ελπίζω να μην ξανάρθουν οι Γερμανοί. Ελπίζω επίσης η έκθεση να είναι τρεις σελίδες και ελπίζω μετά να πάμε στο Βίλατζ Σέντερ, γιατί δεν έχω δει ακόμα το Σκούμπι Ντου.

Ζήτω η 28η Οκτωβρίου!

