



Στην Τρίπολη οι πιο πλούσιοι

Οι μόνιμοι κάτοικοι της Τρίπολης, της Μεγαλόπολης, της Κοζάνης και της Πτολεμαΐδας, εμφανίζονται οικονομικά ισχυροί και συναγωνίζονται επάξια τα πλούσια προάστια των Αθηνών.

Σελ. 12



Μετακομίζουν Βουλγαρία οι αγρότες;

Σελ. 8

Εβδομαδιαία εφημερίδα
Πέμπτη 14.01.2016
www.anagnostis.org
anagnostispe@hotmail.com

Ετος 19ο • Αρ. φύλλου 881 • ΕΥΡΩ 0,70

ΑΝΑΓΝΩΣΤΗΣ

ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΥ



Ποιοί χάρισαν τη νίκη στο Μητσοτάκη

Μοιρασμένο στους δύο υποψηφίους προέδρους φάνηκε το Νεοδημοκρατικό «στρατόπεδο» στην Αργολίδα. Ο Κ. Μητσοτάκης επικράτησε και στην Αργολίδα με 1773 ψήφους. Ωστόσο, μεγάλη δυναμική είχε και ο Β. Μειμαράκης, ο οποίος μάλιστα προηγήθηκε στο Άργος, στο Κρανίδι και στην Επίδαυρο.

Σελ. 3



Σε καπναποθήκες ή ΟΑΕΔ το Πανεπιστήμιο

Λύσεις αναζητούνται για την στέγαση του Τμήματος Θεατρικών Σπουδών στο Ναύπλιο, αφού ο αριθμός των φοιτητών βαίνει συνεχώς αυξανόμενος και το υπάρχον κτίριο των διδασκληρίων του Τμήματος (κέντρο νεότητας) αντενδείκνυται για την χρήση αυτή για λόγους ασφαλείας.

Με δεδομένο ότι δεν πρόκειται να γίνει το πανεπιστημιακό κάμπους στη Δαλαμανάρα, ως λύσεις προτάθηκαν είτε η αξιοποίηση των παλαιών αποθηκών του καπνού, είτε η αξιοποίηση του κτιρίου του ΟΑΕΔ, όπως συζητήθηκε σε σύσκεψη στο Γραφείο του Αντιπεριφερειάρχη Τ. Χειβιδόπουλου



Την ξεγέννησε ο σύζυγός της μέσα στο αυτοκίνητο με τηλεφωνικές οδηγίες του γιατρού

Η μάνα Γεωργία Κορίλλη περιγράφει βήμα βήμα την γέννηση του τρίτου της παιδιού μιλώντας στον «Αναγνώστη». Ένας ξαφνικός τοκετός οδήγησε μια συμπολιτισιά μας να γεννήσει πρόωρα ενώ κατευθυνόταν για Αθήνα. Χρέη «μαιευτήρα» έκανε ο σύζυγός της στον αυτοκινητόδρομο στο ύψος του Σπαθοβουνίου. Μάνα και κόρη χαίρουν πλέον άκρας υγείας και η ανάμνηση της γέννας θα αποτελέσει αφηγηματική οικογενειακή ιστορία από γενιά σε γενιά.

Σελ. 4

«Πως γέννησα στον δρόμο»

Χαμογελάστε στους πελάτες σας, από τον ΑΝΑΓΝΩΣΤΗ ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΥ

Ο έντυπος ΑΝΑΓΝΩΣΤΗΣ ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΥ στηρίζει δραστηριότητες, επαγγελματίες και επιχειρήσεις του νομού, βάζοντας ένα λιθαράκι ενάντια στην κρίση.

Μαζί χαμογελάμε στην αγορά και επιχειρούμε να παρουσιάσουμε μέσα από τις σελίδες της έντυπης έκδοσης ιδιωτικές πρωτοβουλίες από κάθε γωνιά του νομού.



Σελ. 5



Κι όμως τους μόνους νόμους που αποδέχεται η Αναρχία είναι οι νόμοι της φύσης κι όμως κάποιοι συνεχίζουν να το αγνοούν

Τον απείλησε στα ίσια ο Μείμαράκης σε Άργος, Κρανίδι και Επίδαυρο

Ποιές περιοχές χάρισαν τη νίκη στο Μητσοτάκη

Μοιρασμένο στους δύο υποψηφίους προέδρους φάνηκε το Νεοδημοκρατικό «στρατόπεδο» στην Αργολίδα. Βέβαια, η επικράτηση του Κυριάκου Μητσοτάκη στην Αργολίδα, ήταν σαρωτική, αφού ο νέος πρόεδρος της Νέας Δημοκρατίας ψηφίστηκε από 1773 μέλη του κόμματος, σε αντίθεση με τον εσωκομματικό του αντίπαλο Βαγγέλη Μείμαράκη, που περιορίστηκε στους 1490 ψήφους. Ωστόσο, μεγάλη δυναμική είχε σε συγκεκριμένες περιοχές και ο Βαγγέλης Μείμαράκης, ο οποίος μάλιστα προηγήθηκε στα επιμέρους αποτελέσματα, όπως για παράδειγμα στο Άργος, στο Κρανίδι και στην Επίδαυρο.

Βέβαια ο Κυριάκος Μητσοτάκης ξεκούραστα επικράτησε στον υπόλοιπο νομό και στο γενικό σύνολο. Χαρακτηριστική είναι η περίπτωση της Μιδέας, όπου ο νέος πρόεδρος της Νέας Δημοκρατίας συγκέντρωσε 277 ψήφους έναντι 37 του αντιπάλου του.

Αξιοσημείωτο είναι να συγκρίνουμε τα αποτελέσματα με εκείνα του Δεκέμβρη. Στα τμήματα της Αργολίδας είχε καταγραφεί το παρακάτω αποτέλεσμα: Μείμαράκης: 1425, Μητσοτάκης: 1070, Τζιτζικώστας: 584, Γεωργιάδης: 345

Δηλώσεις

Ο νεοεκλεγείς Πρόεδρος της Νέας Δημοκρατίας κ. Κυριάκος Μητσοτάκης, έκανε την εξής δήλωση: «Είναι μια μεγάλη, μια ιστορική μέρα για την παράταξή μας. Ενεργοί πολίτες, άνθρωποι από όλη την Ελλάδα, τα 400.000 μέλη της παράταξής μας, πήραν τη Νέα Δημοκρατία στα χέρια τους και μου έδωσαν εντολή να κάνω το όραμά τους πράξη.

Τους ευχαριστώ, έχοντας πλήρη συνείδηση του βάρους που αποθέτουν στους ώμους μου.

Η εντολή τους είναι ξεκάθαρη: ενωμένοι να προχωρήσουμε στην δημιουργική ανανέωση και τη διεύρυνση ώστε σύντομα η Νέα Δημοκρατία να γίνει η μεγάλη κεντροδεξιά παράταξη. Η παράταξη που θα δώσει αξιόπιστη εναλλακτική λύση διακυβέρνησης στη χώρα.

Θέλω να δώσω συγχαρητήρια στον Βαγγέλη Μείμαράκη για τον αγώνα που έδωσε. Τον σέβομαι και τον τιμώ, θα είναι πολύτιμος συνεργάτης μου την



επόμενη μέρα.

Μαζί θα είμαστε από τώρα στην προσπάθεια ανασυγκρότησης της Νέας Δημοκρατίας. Όπως μαζί θα είμαστε και με τον Απόστολο Τζιτζικώστα και τον Άδωνι Γεωργιάδη. Και φυσικά με όλους τους Βουλευτές, τα στελέχη της ΝΔ, τα 400.000 μέλη και όλους τους φίλους της Παράταξης.

Ό,τι κι αν ψήφισαν, όποιον κι αν υποστήριξαν, τους βεβαιώνω ότι είμαστε μαζί. Ενωμένοι. Από αύριο ξεχνάμε αυτά που μας χώριζαν. Ο σκοπός μας είναι ένας. Να εκφράσει η Νέα Δημοκρατία όλες τις δυνάμεις του τόπου που βρίσκονται απέναντι στο λαϊκισμό μιας ανίκανης κυβέρνησης. Θέλω να ευχαριστήσω από καρδιάς τους συνεργάτες μου, την ομάδα μου και τους εκατοντάδες εθελοντές που ήταν η ψυχή της προεκλογικής περιόδου. Χάρη σε αυτούς οι ιδέες μας έφτασαν σε κάθε άκρη της χώρας και ενέπνευσαν τους πολίτες να έρθουν μαζί στο δρόμο προς τη νίκη.

Όμως το μεγαλύτερο ευχαριστώ πηγαίνει στην οικογένεια μου. Στη Μαρέβα, στη Σοφία, στον Κωνσταντίνο και στη Δάφνη. Χωρίς την αγάπη τους και τη στήριξη τους δεν θα βρισκό-

Τα αποτελέσματα

ΝΑΥΠΛΙΟ: ΜΕΙΜΑΡΑΚΗΣ 205, ΜΗΤΣΟΤΑΚΗΣ 215
 ΝΑΥΠΛΙΟ: ΜΕΙΜΑΡΑΚΗΣ 187, ΜΗΤΣΟΤΑΚΗΣ 265
 ΔΡΕΠΑΝΟ: ΜΕΙΜΑΡΑΚΗΣ 68, ΜΗΤΣΟΤΑΚΗΣ 73
 ΑΡΓΟΣ: ΜΕΙΜΑΡΑΚΗΣ 97, ΜΗΤΣΟΤΑΚΗΣ 96
 ΑΡΓΟΣ: ΜΕΙΜΑΡΑΚΗΣ 112, ΜΗΤΣΟΤΑΚΗΣ 84
 ΑΡΓΟΣ: ΜΕΙΜΑΡΑΚΗΣ 81, ΜΗΤΣΟΤΑΚΗΣ 76
 ΑΡΓΟΣ: ΜΕΙΜΑΡΑΚΗΣ 114, ΜΗΤΣΟΤΑΚΗΣ 106
 ΚΟΥΤΣΟΠΟΔΙ: ΜΕΙΜΑΡΑΚΗΣ 90, ΜΗΤΣΟΤΑΚΗΣ 89
 ΛΕΡΝΑ: ΜΕΙΜΑΡΑΚΗΣ 57, ΜΗΤΣΟΤΑΚΗΣ 68
 ΜΗΔΕΑ: ΜΕΙΜΑΡΑΚΗΣ 37, ΜΗΤΣΟΤΑΚΗΣ 277
 ΚΡΑΝΙΔΙ: ΜΕΙΜΑΡΑΚΗΣ 126, ΜΗΤΣΟΤΑΚΗΣ 106
 ΕΠΙΔΑΥΡΟΣ: ΜΕΙΜΑΡΑΚΗΣ 73, ΜΗΤΣΟΤΑΚΗΣ 50
 ΛΥΓΟΥΡΙΟ: ΜΕΙΜΑΡΑΚΗΣ 96, ΜΗΤΣΟΤΑΚΗΣ 119
 ΜΟΝΑΣΤΗΡΑΚΙ: ΜΕΙΜΑΡΑΚΗΣ 70, ΜΗΤΣΟΤΑΚΗΣ 85
 ΣΥΝΟΛΟ ΑΡΓΟΛΙΔΑΣ: ΜΕΙΜΑΡΑΚΗΣ 1490, ΜΗΤΣΟΤΑΚΗΣ 1773

μουν σήμερα εδώ.

Τώρα ξεκινά η ώρα της μεγάλης ευθύνης. Έχουμε πολλή δουλειά να κάνουμε. Αλλά μας δίνει δύναμη η ελπίδα των πολιτών. Ελπίδα ότι κάτι πραγματικά μπορεί να αλλάξει σε αυτήν την χώρα. Πολίτες που αποστρέφονταν την πολιτική σηκώθηκαν από τον καναπέ και συμμετείχαν γιατί πίστεψαν στη δύναμη των επιχειρημάτων μας. Και αυτό είναι ίσως το πιο αισιόδοξο μήνυμα.

Έχω πει πολλές φορές, η πολιτική δημιούργησε το πρόβλημα, η πολιτική θα το λύσει. Όχι

όμως η πολιτική έτσι όπως την ξέραμε. Μια άλλη πολιτική που θα προτάσσει την αλήθεια, την αποτελεσματικότητα, τη συνέπεια, την εργατικότητα, την αξιοκρατία. Για αυτές τις αξίες θα αγωνιστούμε, αυτές τις αξίες θα υπηρετήσουμε χωρίς εκπτώσεις και χωρίς συμβιβασμούς.

Ας γνωρίζουν οι Έλληνες πολίτες κάτι ακόμα. Από σήμερα ξεκίνησε το χρονόμετρο που μετρά αντίστροφα μέχρι να κλείσει το τελευταίο κεφάλαιο λαϊκισμού στην Ελλάδα. Ας το γνωρίζει αυτό καλά και ο κ. Τσίπρας.

Η Νέα Δημοκρατία μπορεί να ενώσει όλους τους Έλληνες. Το έχει πετύχει στο παρελθόν, θα το πετύχει και τώρα».

Ο Βουλευτής Αργολίδας της Νέας Δημοκρατίας κ. Γιάννης Ανδριανός έκανε την ακόλουθη δήλωση για την εκλογή Μητσοτάκη: «Θέλω να συγχαρώ τον νέο μας πρόεδρο Κυριάκο Μητσοτάκη για την νίκη που πέτυχε, ανατρέποντας μάλιστα το αποτέλεσμα του πρώτου γύρου, και να του ευχηθώ καλή δύναμη στο δύσκολο έργο που αναλαμβάνει για την παράταξη και την χώρα. Είναι αυτονόητο ότι όλοι οι Νεοδημοκράτες είμαστε στο πλευρό του, και ενωμένοι από αύριο Δευτέρα συνεχίζουμε ακόμη πιο αποφασιστικά τη σκληρή δουλειά που θα φέρει γρήγορα τη Νέα Δημοκρατία ξανά στην πλειοψηφία τόσο στην κοινωνία, όσο και στη Βουλή.

Και βεβαίως, ταυτόχρονα, θέλω ως Νεοδημοκράτης να ευχαριστήσω τον Βαγγέλη Μείμαράκη γιατί, όπως σε ολόκληρη τη μακρόχρονη θητεία του, έτσι και τους τελευταίους μήνες, τόσο ως Πρόεδρος, όσο και ως υποψήφιος, πολιτεύθηκε με ήθος και υπευθυνότητα.

Παρά τα επιμέρους προβλήματα, οι εσωκομματικές εκλογές ήταν μια γιορτή δημοκρατίας. Πάνω απ' όλα, η μεγάλη συμμετοχή των εκλογέων επιβεβαίωσε πέρα από κάθε αμφιβολία, το ρόλο της παράταξής μας ως τον έναν από τους δύο πόλους του πολιτικού συστήματος. Το ζητούμενο από δω και πέρα είναι, ακούγοντας τη βάση και την κοινωνία, να χαράξουμε τον δρόμο που θα οδηγήσει στην εκλογική νίκη και την απαλλαγή της χώρας από την κυβέρνηση ΣΥΡΙΖΑ-ΑΝΕΛ.

Η Νέα Δημοκρατία, με προσήλωση στις αρχές και την ιδεολογία μας, με αυτοπεποίθηση αλλά και μετριοπάθεια, με ανοιχτά τα αυτιά στη βάση και την κοινωνία, ως παράταξη εξουσίας που συστρατεύει και συνενώνει πλειοψηφικά στην κοινή προσπάθεια ρεύματα και κοινωνικές ομάδες, γρήγορα θα αποτελέσει τον κορμό της Κυβέρνησης που θα βγάλει οριστικά τη χώρα από την κρίση και θα την οδηγήσει στην ανάκαμψη, στην επούλωση των πληγών και την αναδημιουργία».

Γέννησε στην εθνική οδό Τριπόλεως Κορίνθου με «νοσοκόμο» τον άντρα της

«Μαιευτική διοδίων Σπαθοβουνίου»



Ένα ευτυχές γεγονός σημάδεψε την ζωή του ζεύγους Δρούγκα-Κορίλλη στην Αργολίδα, η γέννηση μια χαριτωμένης και υγιούς κορούλας. Πρόκειται για το τρίτο παιδί της οικογένειας που «βιάστηκε» να γνωρίσει τον κόσμο.

Όλα πήγαιναν κατ'ευχήν και το Ιασώ περίμενε το ζεύγος προχτές την Τρίτη, σύμφωνα και με τις προβλέψεις του γυναικολόγου κ. Παναγιώτη Παπαγεωργίου απ' το Ναύπλιο. Όμως οι «βουλές» της μικρής ήταν διαφορετικές.

Αντί να περιμένει μέχρι την Τρίτη η μικρή αποφάσισε να γνωρίσει τον κόσμο 4-5 μέρες πριν και κατά την διάρκεια της μεταφοράς της μητέρας της στην

Αθήνα, άνοιξε την πόρτα του κόσμου. Ήταν την περασμένη Παρασκευή στις 8.30 το βράδυ στο ύψος των διοδίων του Σπαθοβουνίου η Γεωργία Κορίλλη με την βοήθεια του συζύγου της Νίκου Δρούγκα έφερε στο φως το τρίτο παιδί της οικογένειάς της. Οδηγίες για το τι θα κάνουν και πως θα αντιμετωπίσουν το περιστατικό τους έδινε συνεχώς τηλεφωνικά ο γιατρός της Παναγιώτης Παπαγεωργίου απ' το Ναύπλιο. Χωρίς να την αφήσει λεπτό απ' το κινητό ο γιατρός της την καθοδηγούσε βήμα βήμα στο τι έπρεπε να κάνει. Ο χρόνος στένευε και τα λεπτά θα μπορούσαν να αποβούν μοιραία τόσο για την μάνα όσο και για το παιδί. Ο σύζυγός



της, έμπειρος ταξιτζής, ανέλαβε αυτός από κει και πέρα το σημαντικότερο, την μεταφορά της με ταχύτητα και ασφάλεια στο πλησιέστερο νοσοκομείο, σ' αυτό της Κορίνθου όπου οι γιατροί έκοψαν τον ομφάλιο λώρο και

παρείχαν με επιτυχία κάθε ιατρική βοήθεια σε μάνα και κόρη. Σήμερα, μπορεί το ευτυχές ζεύγος να έχει αποβάλλει το άγχος της διαδρομής μέχρι την γέννηση, όμως η περιπέτεια αυτή θα αποτελεί γλυκιά ανάμνηση τόσο

για τους γονείς και την κόρη, όσο και για τα εγγόνια μετά από χρόνια που θα είναι μια ιστορία μεταξύ πραγματικότητας και παραμυθιού με δράση, με αγωνία άλλα κυρίως με αίσιο τέλος

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 ...**



ΕΝ ΛΕΥΚΩ. Στο κατάστημα της Μαρίας Καραγιάννη, θα βρείτε ποικιλία από ποιοτικά υφάσματα – είδη ραπτικής, πιζάμες, εσώρουχα. Το «Εν Λευκώ» βρίσκεται και σας περιμένει στην οδό Άργους 21, στο Ναύπλιο. Τηλ. 27520 29434



EFFIS HAIR BEAUTY. Μπορείτε να εμπιστευτείτε το Κομμωτήριο της Έφης Λυκομήτρου για Κούρεμα γυναικείο - ανδρικό - παιδικό, αλλά και για ξεχωριστά Βραδινά - Νυφικά χτενίσματα. Το Κομμωτήριο «Effis hair beauty» βρίσκεται στην οδό Άργους 21, στο Ναύπλιο. Τηλ. 27520 23985



ΕΥΠΟΛΙΑ ΜΑΡΙΑ – ΕΙΔΙΚΟΣ ΠΑΘΟΛΟΓΟΣ. Πτυχιούχος Πανεπιστημίου Αθηνών, τ. ιατρός Γ. Παθολογικής Κλινικής 417 Ν.Ι.Μ.Τ.Σ., Μέλος της Ελληνικής Διαβητολογικής Εταιρείας, Μέλος της Ελληνικής Εταιρείας Μελέτης Υπέρτασης. Το ιατρείο βρίσκεται στην οδό Βασιλέως Γεωργίου & 28ης Οκτωβρίου 2, στο Άργος. Τηλ. 27510 66387



ΥΨΗΛΑΝΤΗΣ ΚΑΤΕΨΥΓΜΕΝΑ. Το κατάστημα που μπορεί να εμπιστευτεί ο πελάτης για την αγορά κατεψυγμένων προϊόντων, βρίσκεται στην οδό Νικητάρá 37, στο Άργος. Ο Χρήστος Υψηλάντης γνωρίζοντας ότι τα κατεψυγμένα τρόφιμα καταλαμβάνουν όλο και πιο σημαντική θέση στο καλάθι αγορών του σύγχρονου Έλληνα καταναλωτή, θα σας προτείνει ό,τι χρειάζεστε. Τηλ. 2751062466

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

*Θρείται 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.

Οι φοιτητές Ναυπλίου αποστομώνουν τον Πελεγράνη

Εκτός τόπου και χρόνου φαίνεται να είναι ο υφυπουργός παιδείας κύριος Πελεγράνης για τη Σχολή Θεατρικών Σπουδών Ναυπλίου. Ο Φοιτητικός Σύλλογος επιχειρεί να βάλει τα πράγματα στη θέση τους:

Ο κύριος Πελεγράνης είπε πως η Ελλάδα έχει τέσσερα τμήματα θεατρολογίας, κάτι που δεν ισχύει σε καμία των περιπτώσεων καθώς το τμήμα της Θεσσαλονίκης είναι σχολή θεάτρου και διαφέρει ουσιαστικά στο περιεχόμενο της από τα τμήματα θεατρολογίας. Ακόμη, υπογράμμισε πως το Τμήμα του Ναυπλίου λειτουργεί με δυο μέλη ΔΕΠ την στιγμή που στην πραγματικότητα το τμήμα μας έχει δεκαέξι. Τόσο ο φοιτητικός σύλλογος όσο και το διδακτικό προσωπικό του Τμήματος μας επικοινωνήσαν με τον κύριο Πελεγράνη γνωστοποιώντας του αρχικά την ενόχληση για τις ανακριβείες που ειπώθηκαν, αλλά και ζητώντας του την άμεση αποκατάσταση της αλήθειας. Η απάντηση του δεν περιελάμβανε καμία πρόθεση ανακατασκευής των δηλώσεων, ούτε καν μια συγγνώμη για την λανθασμένη ενημέρωση που καλοπροαίρετα σκεπτόμενοι θεωρούμε πως είχε. Αφού, λοιπόν, ο Υφυπουργός Παιδείας κύριος Πελεγράνης δεν αναλαμβάνει τις ευθύνες των πράξεων του και δεν έχει την πρόθεση να αποκαταστήσει την φήμη του Τμήματος μας, το κάνουμε εμείς, ο Φοιτητικός Σύλλογος του τμήματος Θεατρικών Σπουδών του Ναυπλίου.

Αρχικά το Τμήμα μας έχει διττό χαρακτήρα. Δυο κατευθύνσεις: θεατρολογίας και παραστατικών τεχνών. Συνδυάζει, δηλαδή, θεωρητική και πρακτική κατάρτιση. Στο Τμήμα του Ναυπλίου, που παρουσιάστηκε σε να υπολειπόμενη, γίνεται κάθε χρόνο, τον Μάιο, Φεστιβάλ Θεατρικής Παραγωγής. Ακόμη υπάρχουν μαθήματα θεατροπαιδαγωγικής, σκηνοθεσίας, υποκριτικής, χορού και σωματικού θεάτρου, θέατρου του καταπιεσμένου, θέατρου ντοκουμέντο κ.α. που δίνουν την δυνατότητα στον φοιτητή να εμβαθύνει ουσιαστικά και έμπρακτα στην τέχνη του θεάτρου. Όπως διαβάζουμε και στην επίσημη ιστοσελίδα του Δήμου Ναυπλιέων: "Πολύ σημαντική είναι η συνεισφορά των φοιτητών του τμήματος στα πολιτιστικά δρώμενα της πόλης. Στα πλαίσια των σπουδών τους, αλλά και εκτός αυτών, πολύ συχνά παρουσιάζουν παραστάσεις, πραγματοποιούν εκθέσεις και προβολές ταινιών και γενικότερα συμβάλλουν μέσα από ποικίλες δραστηριότητες καλλιτεχνικής φύσης στην πολιτιστική και πολιτισμική άνθηση της πόλης". Το Τμήμα μας συνεργάζεται άμεσα με την τοπική κοινωνία και οι πολίτες του Ναυπλίου ανταποκρίνονται με ιδιαίτερο ενθουσιασμό, τόσο στις παραστάσεις των φοιτητών, όσο και στις ακροάσεις μαθημάτων. Όποιος θέλει να γνωρίσει το Τμήμα μας μπορεί να παρακολουθήσει τις δεκάδες παρουσιάσεις και παραστάσεις που παίζονται στα πλαίσια μαθημάτων τόσο στο χειμερινό, όσο και στο εαρινό εξάμηνο. Επιπροσθέτως, κάθε χρόνο, μεγάλος αριθμός φοιτητών κάνει την πρακτική του άσκηση στα σχολεία της Αργολίδας στον τομέα των θεατροπαιδαγωγικών. Αξίζει να αναφερθεί επιπλέον ότι πριν από δυο χρόνια έγινε αξιολόγηση του Τμήματος και βγήκε θετική. Ακόμα, γερό χαρτί του Τμήματος είναι το νέο μεταπτυχιακό του με τίτλο «Δραματική Τέχνη και Παραστατικές Τέχνες στην Εκπαίδευση και δια Βίου Μάθηση» (MA in Drama and Performing Arts in Education and Lifelong Learning). Πρόκειται για ένα καινοτόμο πρόγραμμα για τη χώρα μας που προσελκύει θεατρολόγους, εκπαιδευτικούς όλων των βαθμίδων και κάθε ειδικότητας, ψυχολόγους, κοινωνιολόγους, και γενικά μελετητές από το χώρο των ανθρωπιστικών επιστημών από όλη την Ελλάδα. Τέλος οφείλουμε να αναφέρουμε και να καμαρώσουμε καθώς ο επίκουρος καθηγητής του τμήματος μας Γιάννης Λεοντάρης μόλις ανέλαβε τα καθήκοντά του ως Πρόεδρος του Ελληνικού Κέντρου Κινηματογράφου.

Όπως λοιπόν μπορεί εύκολα να διαπιστώσει ο οποιοσδήποτε το Τ.Θ.Σ. δεν υπολειπόμενη, αντιθέτως είναι ολόζωντανο τον χρόνο και δημιουργεί κάτω από δύσκολες συνθήκες. Ο Δήμος Ναυπλίου αναγνωρίζοντας τη σπουδαιότητα λειτουργίας ενός τέτοιου τμήματος στην πόλη παραχώρησε εγκαταστάσεις για τη στέγασή του. Δηλαδή το Τ.Θ.Σ. δεν επιβαρύνει σημαντικά με τα λειτουργικά του έξοδα τον κρατικό προϋπολογισμό.

6 7

ΑΝΑΓΝΩΣΤΗΣ
ΠΕΡΙΠΤΗ 14.01.2016



Χόρτασαν ακτινίδια στο Ναύπλιο

Το μεσημέρι της Τρίτης οι μαθητές του Ναυπλίου επέστρεφαν στα κουβαλώντας εκτός από τα βιβλία τους και από μια σακούλα τουλάχιστον φρούτα.

Φυσικά δεν πέρασαν από τη λαϊκή ή από κάποιο μανάβικο για να ψωνίσουν για τις ανάγκες της οικογένειας.

Τα φρούτα μοιράστηκαν στα σχολεία (δημοτικά, γυμνάσια και λύκεια) και προέρχονταν από τη Βέροια.

100 τόνους δωρεάν ακτινίδια πρόσφεραν οι παραγωγοί της Βέροιας σε 43 σχολεία και 4.400 μαθητές των σχολείων πρωτοβάθμιας και δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης του Ναυπλίου. Ο δήμος ανέλαβε τη διανομή.

Φρούτα μοιράστηκαν και σε κατοίκους που υποφέρουν από την ανεργία και την οικονομική κρίση.

Υ.Ζ.

Ιχνηλασίες

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



Έναν είχε και τον έχασε

Ο Αποστόλης Κολοβός, γνωστός από την ραδιοφωνική του παρουσία στην Αργολίδα τα πρώτα χρόνια του ελεύθερου ραδιοφώνου, ήταν αυτός που σήκωσε το βάρος της προεκλογικής περιόδου στην Αργολίδα, για το κόμμα του Βασίλη Λεβέντη.

Όμως εδώ και λίγες ημέρες ο κος Κολοβός φαίνεται ότι έβαλε πλήρη για αλλού και με γραπτή του ανακοίνωση «προς τους Αργείτες» (άγνωστο γιατί εξαίρεσε τους Ναυπλιώτες και τους υπόλοιπους ψηφοφόρους της Αργολίδας), διεμήνυσε με κεφαλαία γράμματα: "ΑΠΛΑ ΠΡΑΓΜΑΤΑ. ΒΑΣΙΛΗΣ ΛΕΒΕΝΤΗΣ ΤΕΛΟΣ".

Από την τεράστια ανακοίνωση του κου Κολοβού ξεχωρίσαμε και παραθέτουμε το παρακάτω: «Ακόμα και όταν απομακρύνθηκα από το Γραφείο Τύπου της Ε.Κ. και στη θέση μου βρέθηκε ο Μετεωρολόγος από το... πουθενά, δεν αποχώρησα από το κόμμα, αλλά τήρησα



την υπόσχεσή μου γιατί θα ήταν πλήγμα μια αποχώρηση από ένα κόμμα που ήταν στο παρά πέντε της εισόδου του στη Βουλή για πρώτη φορά, εν μέσω προεκλογικού αγώνα».

Υ.Γ. Παιδικές ασθ"ενειες μικρών κομμάτων, θα μπορούσαμε α σχολιάσουμε...

Υ.Ζ.

25% κάτω ο τζίρος
Κακή χρονιά για τα εμπορικά καταστήματα της Πελοποννήσου η χρονιά που πέρασε και όσοι άντεξαν μάλλον ήρωες είναι.

Τα εμπορικά καταστήματα της Πελοποννήσου παρουσίασαν μεσοσταθμική

πτώση τζίρου κατά 25%. Οι έμποροι το είδαν να μεταφράζεται σχεδόν σε όλους τους κλάδους του εμπορίου.

Σύμφωνα με τον αντιπρόεδρο του εμπορικού συλλόγου της Πάτρας και μέλος της ομοσπονδίας εμπορικών συλλόγων Πελοποννήσου Γιώργο Βαγενά, σε ότι αφορά στην περιφέρεια, ο νομός

Ηλείας κατέγραψε το 2015 πτώση τζίρου 20%, η Μεσσηνία 25%, η Αρκαδία 15%, η Αργολίδα 25%, η Λακωνία 15%, η Κορινθία 20%, η Αιτωλοακαρνανία 15%, τα νησιά του Ιονίου 10%.

Υ.Ζ.

Κανονιοβολισμοί στα Ίρια

Ανάστατοι οι κάτοικοι των Ιρίων από κανονιοβολισμούς τις βραδινές κυρίως ώρες που έρχονται απ την μεριά της θάλασσας. Δοκιμές υποβρυχίων υπέθετε ο ένας, πυρά του στόλου έλεγε ο άλλος αλλά η ολονυχτία καλά κρατάει και άπνοι το πρωί τραβάνε για την δουλειά τους. Τώρα νάναι κανονάκια για να διώχνουν τους γλάρους ή δυναμιτάκια για γόνο δεν ξέρουμε. Καλό είναι το Λιμεναρχείο να ασχοληθεί λίγο με τις καταγγελίες των κατοίκων γιατί σε λίγο προκειμένου νάχουν απρόσκοπτο ύπνο οι κάτοικοι των Ιρίων τους βλέπω να κατασκηνώνουν στο γραφείο του Λιμεναρχη.

ΑΝ

Σχολείο Διάσωσης

Η Ελληνική Ομάδα Διάσωσης - παράρτημα Αργολίδας, διοργανώνει Σχολείο Βασικών Γνώσεων. Όσοι επιθυμούν να ενταχθούν στο δυναμικό της Ελληνικής Ομάδας Διάσωσης και να μάθουν σωστά το πως μπορούν να συνεισφέρουν στο Κοινωνικό Σύνολο, μπορούν να εγγραφούν στη Σχολή Βασικών Γνώσεων 2016. Βέβαια τα μαθήματα αυτά αφορούν διάσωση από φυσικές καταστροφές, αν και για πολιτικές καταστροφές χρειαζόμαστε επειγόντως σχολείο.

ΑΝ.

Οι κατασκηνώσεις του Φαρμακά

Μετά την εγκατάλειψή τους απ τον Δήμο Άργους οι κατασκηνώσεις του Φαρμακά ενδέχεται να ξαναξεκινήσουν να λειτουργούν από φέτος υπό την αιγίδα της ιεράς μητροπόλεως Αργολίδας. Ήδη καταβάλλονται προσπάθειες να εξευρεθούν τα χρήματα για την αντικατάσταση του εξοπλισμού και την καλύτερη διαμόρφωση του χώρου. Στόχος είναι η επαφή των παιδιών, με την φύση και η διάδοση της χριστιανικής αγωγής. Στις κατασκηνώσεις αυτές μεγάλο μέρος των φτωχότερων παιδιών της περιοχής είχε βρει την δυνατότητα να περάσει τις καλοκαιρινές του διακοπές, μαθαίνοντας και παίζοντας ταυτοχρόνως.

ΑΝ.



Κυκλοφοριακό χάος στο Άργος

Τις περισσότερες φορές δεν φταίνε οι κυκλοφοριακές αλλαγές αλλά και οι ίδιοι οι οδηγοί που δεν μπορούν να αντιληφτούν πως οι δρόμοι και οι πλατείες είναι πρώτα για τους πεζούς και μετά και εξ ανάγκης για τα ΙΧ. Ορισμένοι μάλιστα λόγω της ανεπαρκούς αστυνόμευσης, αφού οι αστυνομικοί φυλάνε τον τέως και το στρατόπεδο συγκέντρωσης της Κορίνθου, νομίζουν πως μπορούν να κάνουν ότι θέλουν μέχρι που παγιδεύονται απ την ίδια την ρυμοτομία της πόλης όπως το φορτηγό στην φωτό. Ο οδηγός του αγνόησε τις απαγορευτικές πινακίδες για φορτηγά και προσπάθησε να βγει στην Γούναρη απ την Τσώκρη κι αντι να βγει έβγαλε την ψυχή δεκάδων οδηγών που περιμεναν να ξεκολλήσει για να πάνε στα σπίτια τους.

Η ...Λυγουριάτισσα Συνοδινού

Μεγάλη απώλεια για το Λυγουριό ο θάνατος της Άνας Συνοδινού. Η μεγάλη και σπουδαία τραγωδός δέθηκε με την τοπική κοινωνία από τα πρώτα της βήματα στο θέατρο και την Επίδαυρο, μένοντας σε σπίτια ντόπιων.

Αγάπησε το Λυγουριό και τους

ανθρώπους του, περπάτησε στους δρόμους του, γνωρίστηκε με τον κόσμο όπως και πολλοί ακόμα σπουδαίοι ηθοποιοί. Η ίδια ως υφυπουργός Κοινωνικών Υπηρεσιών το 1979 βοήθησε στην ίδρυση του Παιδικού Σταθμού Λυγουριού, ενώ είχε παραχωρήσει επίσης στο δήμο

ακίνητο που κατείχε, κοντά στο Αρχαίο Θέατρο.

Το 2007 ο τότε Δήμος Ασκληπιείου για να την τιμήσει έδωσε το όνομά της σε πλατεία επί της κεντρικής λεωφόρου Ασκληπιού.

Υ.Ζ.

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: 881
Ημερομηνία: ΠΕΜΠΤΗ 14.01.2016
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 επιχειρήσεων:
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).

Ποιους θα «φάει» η ενοποίηση και η ανάπλαση του κέντρου του Άργους



του Άκη Ντάνου

ΕΧΕΙ αρχίσει να εκνευρίζει αυτή η ιστορία με την ανάπλαση του Άργους. Και οι δύο πλευρές της δημιουργούν ένα νέο κύμα προσφύγων σε άλλα σημεία του νομού και σπέρνουν την απογοήτευση σε όλο τον εμπορικό κόσμο της περιοχής. Είχαμε δεν είχαμε κάθε πρωί να ασχολιόμαστε πως ξύστηκε ο Καμπόσος. Είχαμε δεν είχαμε κάθε βράδυ να δικαιολογούμε πως το ξύσιμο ήταν γοητευτικό και αναγκαίο να αντιμετωπιστούν οι εχθροί της πόλης.

ΣΚΟΤΙΣΤΙΚΑΜΕ κυρίες και κύριοι των δύο πλευρών για τις γκρίνιες και τις μωρμούρες. Δεν σκοτιστήκαμε όμως για τα επιπλέον προβλήματα που δημιουργεί αυτή η στείρα και πολλές φορές άνευ αντικειμένου αντιπαράθεση για την πόλη. Ξεχνάτε πως παρόμοιες αντιπαράθεσεις οδήγησαν επί δημαρχίας Ν Κολυγιάτη μέρος των Αργείων ακόμα και αντιδημάρχους να κατοικήσουν στο Ναύπλιο; **ΚΑΙ** σωστά επέλεξαν να πάνε σε μια πόλη που αναπνέει, όμως εμείς οι πληβείοι γιατί να υποστούμε πέρα απ την οικονομική κρίση και την απαξίωση που προτιμήσαμε να μείνουμε εδώ που μας όρισαν οι προπροπροπαπούδες μας και να κινδυνεύουμε με οικονομικό μαρασμό; Το θέμα δεν είναι τοπικιστικό. Δεν είναι ποδοσφαιρική αντιπαλότητα, είναι η ανικανότητα όσων παρεμβαίνουν στα κοινά να αντιληφτούν πως ο τρόπος που παρεμβαίνουν είναι πολύ πιο επικίνδυνος απ την εφαρμογή των ιδεών τους.

Η ΕΝΟΠΙΪΣΗ των πλατειών τελειώνει και αυτό δεν είναι ιδέα Καμπόσου. Προϋπήρχε απ τη εποχή του Δ. Παπανικολάου και ήταν και πάγιο αίτημα της αριστεράς. Η ΑΝΑΠΛΑΣΗ όμως είναι καθαρό κομμάτι της επιλογής του. Για την ενοποίηση αν θα πετύχει ή θα αποτύχει θα κριθούν όλοι, για το αισθητικό μέρος θα κριθεί μόνος του. Πράγματι μαζί με την αισθητική παρέμβαση σ αυτούς τους χώρους φαίνεται πως κάποιοι θέλησαν να ξεκόψουν το Άργος απ το παρελθόν, αποκαλώντας το «χωριό» και ξεχνώντας πως όταν το «χωριό» αυτό ανθούσε δεν μύριζαν απ την πείνα τα χνώτα τους.

ΥΠΟΜΟΝΗ, έναν δυο μήνες ακόμα και μετά θα ακολουθήσει η «Σούμα» που λέγαμε παλιά οι Αργεύτες και τότε θα φανεί ποιων τα κεφάλια θα πέσουν στο «Κριτήριο»

ΤΟ σοκ της φορολόγησης και των εισφορών φέρνει κινητοποιήσεις Μετακομίζουν Βουλγαρία οι αγρότες;

Ακόμα και οι αγρότες εξωθούνται να μετακομίσουν στη Βουλγαρία, λόγω της μεγάλης φορολόγησης που τους περιμένει το επόμενο διάστημα και των αυξημένων ασφαλιστικών εισφορών που έρχονται. Πώς μπορεί να γίνει αυτό; Οι συζητήσεις στα καφενεία των χωριών, «δίνουν και παίρνουν»:

«Η Βουλγαρία να είναι καλά. Θα δηλώσουμε έδρα την Σόφια. Έτσι και αλλιώς 250.000 θέσεις εργασίας έφτιαξαν οι τελευταίες κυβερνήσεις στην Βουλγαρία από Ελληνικές επιχειρήσεις. Οι 350.000 αγρότες θα τους χαλάσουν; Τι δεν μπορείς να μεταφέρεις τα χωράφια σου στην Βουλγαρία; Λεπτομέρειες...

Αν σου είναι δύσκολο να φτιάξεις δικιά σου εταιρεία στο εξωτερικό, θα τα νοικιάσεις σε Βουλγάρικη ή Ιρλανδική εταιρεία με 10% φορολογία και εσύ θα δουλεύεις για την εταιρεία με εργόσημο και θάχεις και 9.500 ευρώ αφορολόγητο. Είδες που για όλα υπάρχουν λύσεις; Και αφού έτσι και αλλιώς θα μας τα πάρουν όλα γιατί να δουλεύουμε; γιατί να σκάμε; ο φραπές και ο καναπές να είναι καλά».

Η Συντονιστική Επιτροπή Αγροτών Πελοποννήσου, με αφορμή όσα συμβαίνουν τον τελευταίο καιρό σχετικά με τη φορολόγηση των αγροτών, θέτει το ρητορικό ερώτημα:

«Να βγούμε να φωνάξουμε; Σε παρακαλώ, εγώ είμαι Συριζαίος λέει ο ένας, θα στηρίξω τις επιλογές του κόμματος, εγώ είμαι Νεοδημοκράτης λέει ο άλλος τους αφήνω επίτηδες να ξεμπροστιαστούν, εγώ είμαι Πασόκος λέει ο άλλος έτσι και αλλιώς εμείς κυβερνάμε και πάει λέγοντας. Όλοι έχουν την δικαιολογία τους. Κρίμα την Ιστορία μας σαν τόπος και σαν χώρα.



Συλλαλητήριο στη Δαλαμανάρα

Με συλλαλητήριο απαντούν στις προθέσεις της κυβέρνησης για το ασφαλιστικό, οι αγρότες της Αργολίδας. Αύριο Παρασκευή στις 12:30 το πρωί, στην Ε.Ο Άργους –Ναυπλίου, στο ύψος της πλάστιγγας στην Δαλαμανάρα, έχει προγραμματιστεί η συγκέντρωση με τα τρακτέρ και τα αγροτικά αυτοκίνητα. Στο συλλαλητήριο συμμετέχουν πολλοί επαγγελματικοί φορείς.

Όπως τονίζει ο Αγροτοκτηνοτροφικός Σύλλογος Αργολίδας «Ο αγώνας που κάνουμε είναι αγώνας επιβίωσης. Είναι μονόδρομος για εμάς τους μικρομεσαίους αγρότες, κτηνοτρόφους και αλιείς να στήσουμε ένα ισχυρό μπλόκο ενάντια στην πολιτική που μας ξεκληρίζει, μας πετάει από τα χωράφια μας και τα κοπάδια μας. Καλούμε τους αγροτοκτηνοτρόφους του νομού να πά-

ρουν μέρος μαζικά, να πάρουν αποφάσεις συμμετοχής οι ΑΣ, με το πλαίσιο πάλης μας». Οι αγρότες της Αργολίδας συντονίζονται με την Πανελλαδική Επιτροπή των Μπλόκων και τους άλλους νομούς, που βγάζουν τα τρακτέρ στο δρόμο κάνοντας μπλόκο στη πολιτική του ξεκληρίσματος, από τον Έβρο μέχρι την Κρήτη.

Εμείς στην τελευταία συνάντησή μας με μέλη αγροτικών συλλόγων και ανεξάρτητων μπλόκων από όλη την Πελοπόννησο πάντως αποφασίσαμε να προχωρήσουμε σε κινητοποιήσεις και να μεγαλώσουμε τον αγώνα μας, έστω και αν είμαστε μια χούφτα. Ριψάσπιδες δεν είμαστε. Εσείς;»

Όπως σημειώνεται στην ανακοίνωση ενόψει των κινητοποιήσεων: «Δυστυχώς η συνεχιζόμενη επίθεση κατά των αγροτών καλά κρατεί. Με τις πρόσφατες εξαγγελίες για το ασφαλιστικό πλέον είμαστε πεπεισμένοι ότι δεν τους ενδιαφέρει η ύπαρξη της εγχώριας παραγωγής. Ενώ όλοι έτρεξαν να περάσουν το σύμφωνο συμβίωσης αδιαφορούν να συνάψουν μαζί μας σύμφωνο επιβίωσης. Όσο περισσότερο μελετάμε τις εξαγγελίες και τις προσπάθειες των κυβερνώντων άρον άρον να τις περάσουν σαν νόμους του κράτους, τόσο περισσότερο μας έρχεται να βάλουμε πλέον τα γέλια. Σοβαρευτείτε επιτέλους!!

Μέχρι το 2017 θέλουν έναν αγρότη να πληρώνει στο όποιο εισόδημά του 26% φορολογία +100% προκαταβολή (δηλαδή άλλο ένα 26%)+ 20% εισφορά σύνταξης + 7% εισφορά ιατροφαρμακευτική. Πόσο μας κάνουν; 79%. Σ αυτά προσθέστε υποχρεωτική εισφορά υπέρ ΕΛΓΑ, κόστος λογιστή και τέλους επιτηδεύματος και ΕΝΦΙΑ στα χωράφια σου. Και αυτά μόνο για να είσαι αγρότης. Δηλαδή χοντρικά τι σου μένει; ένα 15% του εισοδήματός σου; μ αυτό πρέπει να πληρώσεις ΕΝΦΙΑ για το σπίτι σου, να καλύψεις το κόστος παραγωγής (λιπάσματα, φυτοπροστασία, καλλιέργεια, εργατικά, πετρέλαιο, ζημιές στα μηχανήματά σου κλπ)».

Συνεχίζεται η επένδυση στην Κοιλάδα για το Γκολφ

Οι Φαράώ του ΣΥΡΙΖΑ

Μετά την Ίο και η Αργολίδα... γιορτινή επέλαση αδειοδοτήσεων σε φαραωνικές τουριστικές επενδύσεις από την κυβέρνηση ΣΥΡΙΖΑ (σε συνέχεια των προηγούμενων). Σύμφωνα με την «αριστερή συσπείρωση Μηχανικών»

Το Συμβούλιο της Επικρατείας έδωσε την έγκρισή του για να προχωρήσει η επένδυση του μεγαλύτερου τουριστικού χωριού στην Ερμιονίδα, χωρίς να εκφράσει καμία παρατήρηση επί της ουσίας.

Το «πράσινο φως» για τη δημιουργία του μεγαλύτερου τουριστικού χωριού στην Ελλάδα, στην περιοχή της Ερμιονίδας, έδωσε το Συμβούλιο της Επικρατείας.

Το ανώτατο ακυρωτικό δικαστήριο δεν εξέφρασε καμία παρατήρηση επί της ουσίας, ούτε πρόεβαλε αντιρρήσεις για το μέγεθος της σχεδιαζόμενης πολεοδομίας (320 επαύλεις, 100 βίλες, 28 κατοικίες και ξενοδοχείο) σε σχέση με την επάρκεια των υδατικών πόρων στην περιοχή. Στάθηκε όμως ιδιαίτερα αυστηρό απέναντι στους ιδιοκτήτες των εκτάσεων που βρίσκονται εμβόλιμες στην έκταση ή συνορεύουν με αυτήν, προκειμένου να... προστατευθεί η εκτός σχεδίου περιοχή.

Σε συνέχεια λοιπόν των Ειδικών Χωροταξικών Σχεδίων (στρατηγικών επενδύσεων ή δημοσίων ακινήτων, γνωστά με τα κακόχηρα αρκτικόλεξα ΕΣΧΑΣΕ και ΕΣΧΑΔΑ) για τον Ερμηίτη της Κέρκυρας και το ακρωτήριο Σίδερο στο Λασίθι, το Ε' Τμήμα του ανώτατου ακυρωτικού δικαστηρίου ενέκρινε το ΕΣΧΑΣΕ της επένδυσης «Killada Hills» στην περιοχή Κοιλάδα Ερμιονίδας. Στην εξέταση του σχεδίου προεδρικού διατάγματος, το οποίο εγκρίνει το χωροταξικό, πολεοδομικό και περιβαλλοντικό σχέδιο της επένδυσης, το Συμβούλιο της Επικρατείας περιορίζεται σε αναφορές στις επιμέρους γνωμοδοτήσεις των κρατικών υπηρεσιών, σύμφωνα με τις οποίες το τουριστικό χωριό δεν θα έχει σημαντικές επιπτώσεις στην περιοχή. Το σημαντικότερο από τα περιβαλλοντικά ζητήματα της επένδυσης, δηλαδή η δημιουργία εκατοντάδων κατοικιών και γηπέδου γκολφ 768 στρεμμάτων σε μια άνυδρη περιοχή, εξετάζεται πολύ συνοπτικά.

Η τουριστική εγκατάσταση θα αναπτυχθεί σε έκταση 2.079 στρεμμάτων, η οποία δεν έχει ενιαίο χαρακτήρα, αλλά είναι κατακεραματισμένη σε τρία σημεία της ίδιας περιοχής, ανάμεσα στα οποία μεσολαβούν άλλες ιδιοκτησίες. Το ΣτΕ εξαντλεί την αυστηρότητά του για τις ιδιοκτησίες αυ-



τές: «Προκειμένου η έγκριση του παρόντος να μην οδηγήσει στη δημιουργία νέων, οικοδομήσιμων γηπέδων εκτός της προς πολεοδόμηση έκτασης, πρέπει να οριστεί ρητώς ότι παρά το κοινό όριο δημιουργούνται υποχρεωτικά κοινόχρηστοι χώροι και όχι οδικό

στο capital.gr «Σε τροχιά υλοποίησης βρίσκεται το τουριστικό θέρετρο Kilada Hills του οποίου το Ειδικό Σχέδιο Χωρικής Ανάπτυξης της Στρατηγικής Επένδυσης (ΕΣΧΑΔΑ) δημοσιεύθηκε στο Φύλλο της Εφημερίδας της Κυβερνήσης. Τον περασμένο Ιούνιο το Ε' τμήμα

κατοικίες Συνολικά η μέγιστη επιτρεπόμενη δόμηση στο σύνολο του παραθεριστικού – τουριστικού χωριού δεν μπορεί να υπερβαίνει τα 207.578 τ.μ.

Τι προβλέπει το ΕΣΧΑΔΑ

Η απόφαση που συνυπογράφουν οι υπουργοί Οικονομίας Γ. Σταθάκης, Πολιτισμού-Αθλητισμού Αρ. Μπαλτάς, Περιβάλλοντος Π. Σκουρλέτης και Γ. Τσιρώνης προβλέπει ότι η μέγιστη επιτρεπόμενη δόμηση στο σύνολο του παραθεριστικού – τουριστικού χωριού δεν μπορεί να υπερβαίνει τα 207.578 τ.μ.

Επίσης, καθορίζει τις χρήσεις γης και τους όρους δόμησης ως εξής. Στην περιοχή Ι, συνολικής επιφανείας 2.018.476 τ.μ. καθορίζονται χρήσεις γης και όροι και περιορισμοί δόμησης κατά Ζώνες Α και Β, ως εξής:

α. Ζώνη Α: Περιοχή γηπέδου γκολφ αα. Στη ζώνη αυτή, επιφάνειας 824.258 τ.μ., επιτρέπεται η δημιουργία γηπέδου γκολφ, σύμφωνα με τα οριζόμενα στις οικείες προδιαγραφές του Ελληνικού Οργανισμού Τουρισμού.

ββ. Οι επιφάνειες των πάσης φύσεως κτιριακών εγκαταστάσεων που απαιτούνται κατά τις ανωτέρω προδιαγραφές για τη δημιουργία γηπέδου γκολφ δεν μπορεί να υπερβαίνουν τα 5.000 τ.μ.

β. Ζώνη Β: Περιοχή ανάπτυξης παραθεριστικού – τουριστικού χωριού

βα. Στη ζώνη αυτή, επιφανείας 1.194.218 τ.μ., επιτρέπονται οι χρήσεις της περιπτώσεως 4Α της παραγράφου Β του άρθρου 11 του ν. 3986/2011, πλην των ακόλουθων χρήσεων: τουριστικοί

λιμένες και εγκαταστάσεις γκολφ. ββ. Μέσος συντελεστής δόμησης στο σύνολο των οικοδομήσιμων χώρων της ζώνης αυτής: 0,4.

βγ. Μέγιστη επιτρεπόμενη κάλυψη ανά οικοπέδο: 35%.

βδ. Επιβάλλεται ο καθορισμός προκηπίων ελαχίστου πλάτους 5,00 μ.

βε. Μέγιστο επιτρεπόμενο ύψος κτιρίων: 10,75 μ. Στα κτήρια κατοικίας το μέγιστο επιτρεπόμενο ύψος δεν μπορεί να υπερβαίνει τα 7,50 μ. και τους δύο ορόφους.

Ειδικώς στον χώρο που προορίζεται για την ανέγερση ξενοδοχείου 5 αστέρων, επιτρέπεται, κατ' εξαίρεση των διατάξεων του άρθρου 15 του Ν.Ο.Κ. και ύστερα από σύνταξη ειδικής αρχιτεκτονικής μελέτης, η ανέγερση αναγνωρίσιμου αρχιτεκτονικού χαρακτηριστικού στοιχείου (τοποσήμου) ύψους μέχρι 15,00 μέτρα.

Περιοχή ΙΙ: Η περιοχή αυτή, συνολικής επιφανείας 8.018 τ.μ., αποτελεί τμήμα της προς πολεοδόμηση έκτασης του παραθεριστικού – τουριστικού χωριού. Σε αυτήν επιτρέπονται χρήσεις παραθεριστικής κατοικίας και εγκαταστάσεις εστίασης – αναψυχής που μπορεί να εξυπηρετούν τις ανάγκες των κατοίκων στο σύνολο του παραθεριστικού – τουριστικού χωριού. Η μέγιστη επιτρεπόμενη δόμηση στο σύνολο του παραθεριστικού – τουριστικού χωριού δεν μπορεί να υπερβαίνει τα 207.578 τ.μ. Στην κατά τα ανωτέρω, συνολική, μέγιστη επιτρεπόμενη δόμηση, προσμετρούνται και οι πάσης φύσεως κτιριακές εγκαταστάσεις που απαιτούνται κατά τις οικείες προδιαγραφές για τη δημιουργία γηπέδου γκολφ στη Ζώνη Α της Περιοχής Ι».

Και το νερό;

Ακόμα κι αν δεχτεί κανείς πως μια ξενοδοχειακή μονάδα με γήπεδο γκολφ κλπ αυτού του μεγέθους θα φέρει οικονομικά οφέλη στην περιοχή, η υπόθεση πως θα χρειαστούν τεράστιες ποσότητες νερού, ίσες με τις ανάγκες μιας πόλης επαναφέρει στο προσκήνιο το θέμα του εργοστασίου αφαλάτωσης κατά του οποίου είχε στραφεί όλη η αριστερά και του τότε ΣΥΡΙΖΑ συμπεριλαμβανομένου. Ποιος θα αναλάβει το κόστος κατασκευής του; Ποιος την λειτουργία του; Και ποιος θα πληρώσει τις περιβαλλοντικές επιπτώσεις στο θαλάσσιο χώρο;

Ένα τέτοιο Φαραωνικό έργο αναμένεται πέρα απ το φυσικό περιβάλλον να επιφέρει και οικονομική βλάβη στα νοικοκυριά που στο τέλος θα κληθούν να πληρώσουν το κόστος της κάθε τρύπας του Γκολφ.



δίκτυο», ενώ «η κυκλοφοριακή σύνδεση των ιδιοκτησιών τρίτων που περιβάλλονται πανταχόθεν από την έκταση του ΕΣΧΑΣΕ δεν επιτρέπεται να γίνεται κατά τρόπο που θα οδηγούσε στη δημιουργία νέων άρτιων και οικοδομήσιμων οικοπέδων», αναφέρεται. Ετσι ουσιαστικά αφήνει τις ιδιοκτησίες αυτές ως «τοπίο» της πολεοδομημένης έκτασης που τις περιβάλλει. Το σχέδιο προεδρικού διατάγματος θα πρέπει να επανυποβληθεί προς έλεγχο, με τις υπογραφές βέβαια των υπουργών της νέας κυβέρνησης.

Την επένδυση, ύψους 418 εκατ. ευρώ, δρομολογεί η Mindcompass Overseas, θυγατρική της Dolphin Capital Investors. Όπως αναφέρει ο Δημήτρης Δελεβέγκου τον Δεκέμβρη του 2015

του Συμβουλίου της Επικρατείας είχε εγκρίνει το ειδικό χωροταξικό σχέδιο (ΕΣΧΑΣΕ), αναφέροντας ότι η έκταση βρίσκεται εκτός των ορίων τού από το 1980 κηρυγμένου αρχαιολογικού χώρου του σπηλαιού Φράγγχι.

Το συγκρότημα θα αναπτύξει η εταιρεία Mind Compass Overseas Ltd. σε έκταση 2.100 στρεμμάτων που είναι θυγατρική της Dolphin Capital Investors, με την επένδυση να είναι ενταγμένη στο νόμο για την επιτάχυνση των στρατηγικών επενδύσεων.

Θα υλοποιηθεί:

-υπερπολυτελής ξενοδοχειακή μονάδα Chedi 300 κλινών επιφάνειας 29.150 τ.μ.

-γήπεδο γκολφ επιφάνειας 768 στρεμμάτων

-320 επαύλεις, 100 βίλες και 28

Πήγα, μέχρι το Γράμμο και το Βίτσι.....



Με βαριές πνιχτές ανηφορικές ανάσες το μακρόστενο ωοειδές λεωφορείο έφτασε στο σταθμό ΚΤΕΛ της επαρχιακής πόλης. Ένα αργό τσιριχτό φρενάρισμα έσβησε τις μαύρες εκπνοές. Ο εισπράχτορας, ένας αμούστακος σχεδόν νεαρός, με προσεκτικές κινήσεις άνοιξε τις δυο μεγάλες μεταλλικές πόρτες. Οι επιβάτες βγήκαν και ανακλαδίζονταν για να ξεμουδιάσουν από το πολύωρο ταξίδι. Ο νεαρός με σβέλτες κινήσεις ανέβηκε την καμπουρωτή σκάλα στο πίσω μέρος του οχήματος και ανέβηκε στην οροφή του. Αρχισε να λύνει σκονιιά και να δίνει στους επιβάτες τις αποσκευές τους.

Μέσα της δεκαετίας του εβδομήντα κυκλοφορούσαν ακόμα πολλά λεωφορεία τέτοιου τύπου. Δεν είχαν χώρο αποσκευών στα σωθικά τους και έτσι η μεταλλική οροφή γινόταν χώρος αποθήκευσης. Καμιά φορά ήταν και η χρυσή ευκαιρία για κανένα τυχερό λαθρεπιβάτη.

Ο Μιχάλης με ένα πήδη από το τρίτο σκαλοπάτι προσείωσε με θόρυβο τα μεγάλα μαύρα τακούνια στο πλακόστρωτο της στάσης.

Σα να ήθελε να στείλει ένα δονούμενο μήνυμα στην γενέθλια πόλη ότι γύρισε. Ήταν το πρώτο ταξίδι επιστροφής μετά το πρώτο τρίμηνο στο πανεπιστήμιο. Με την βοήθεια της οικογένειας του, σε πείσμα και άρνηση όλων των οικονομικών προγνωστικών ξεκίνησε το φοιτητικό του ταξίδι στο μαθηματικό τμήμα του πανεπιστημίου της πρωτεύουσας.



Πήγα, μέχρι το Γράμμο και το Βίτσι...

-Μιχάλη ποια είναι η δική σου;
Ο νεαρός εισπράχτορας ήταν φίλος από το σχολείο και θέλησε να τον εξυπηρετήσει.

-Η βαλίτσα με το κόκκινο πανάκι στην λαβή της. Είχε ακούσει την συμβουλή της γιαγιάς του.

-Να τα σημαδεύεις τα πράγματα σου παιδάκι μου, τώρα που θα πας στα ξένα, για να τα αναγνωρίζεις.

-Τι έχει μέσα ρε Μιχάλη; Ασήκωτη είναι.

-Τα βιβλία μου, (είπε με σιγανή φωνή και κατέβασε το βλέμμα το Μιχάλης).

-Είναι βαριά τα γράμματα για αυτό εγώ δεν τα σήκωσα....

-Η φτώχεια είναι ασήκωτη και μπορεί να σε πλακώσει... (Μετά σώπασε, ήθελε να πει του παλιού συμμαθητή ότι τα γράμματα δίνουν φτερά, αλλά ήξερε ότι η φτώχεια και η ορφάνια δεν άφησαν τον παλιό συμμαθητή του να ταξιδέψει στην γνώση. Έμεινε εισπράχτορας σε ένα μονότονο επαναλαμβανόμενο ταξίδι χωρίς προοπτική και τελειωμό).

Με γοργό βήμα έφτασε στο σπίτι του. Κλειδιά δεν είχε μαζί του, αλλά ποιος κλειδώνει εκείνη την εποχή το σπίτι του; Η μυρωδιά του τηγανητού τυρόψωμου ήταν πιο δυνατή από τα λουλούδια της μάνας του στην αυλή.

-Μάνα...

-Αμ το είπα εγώ, για να γυροφέρνει πεταλούδα πάνω από το ζυμάρι κάτι καλό θα μου έρθει σήμερα.

Τον αγκάλιασε και έβαλε μέσα στις παλάμες της το πρόσωπο του. Μέσα στα χέρια της ήθελε να πλάσει ξανά εκείνο το ροδαλό παιδικό πρόσωπο του μικρού Μιχάλη. Όταν έβαζε το πρόσωπο του μέσα στην τρυφερή «μήτρα» των χεριών της του περνούσαν οι έντονοι βρεφικοί κολικοί. Τράβηξε απότομα τα χέρια της από χνουδωτό ξάφνιασμα.

-Αφες μουσι; Τι θα πει ο πατέρας σου;

-Θα πει ότι μουσι έχουν οι κομμουνιστές και θα κουνάει το κεφάλι του πάνω κάτω για δύο λεπτά. (Ξέσπασαν σε ένα αγκαλιαστό γέλιο.)

-Μάνα που είναι;

-Που αλλού ξέρεις!!!

Πράγματι η ερώτηση περίσσευε. Ο πατέρας του, κοντά μισό αιώνα άνθρωπος ένα σχεδόν δρομολόγιο είχε κάνει στην ζωή του. Σπίτι χωράφι σπίτι. Περπατώντας δίπλα στο μουλάρι του αυτό ήταν το μοναδικό σχεδόν ταξίδι της ζωής του. Το ζώο δεν το καβαλίκευε ποτέ.

-Το ζώο μου δίνει τον ιδρώτα του και ζω, είναι σύντροφος στον αγώνα της επιβίωσης, να του ανέβω κιόλας; (Έλεγε πάντα σε όσους τον κοιτούσαν με απορία να γυρίζει κατάκοπος και πεζός στο σπίτι του.)

Καθώς ο Μιχάλης έτρωγε με περισσή χαρά τα τυρόψωμα της μάνας του, αυτή τον κοιτούσε γύρω- γύρω. Δεν το πίστευε πόσο άλλαξε ο γιός της σε λίγους μήνες.

Εκείνος βουβός φόρεσε τις μαύρες γαλότσες και έφυγε με γοργό βήμα για το χωράφι. Το ίδιο βιαστικά κάπνισε και ένα τσιγάρο, δεν ήθελε να τον δει ο «γέρος» του να καπνίζει. Ο Μαυρή το τεράστιο μουλάρι, μύρισε από μακριά τον Μιχάλη, σταμάτησε να σέρνει το αλέτρι. Ο ιδροκοπημένος γεωργός σήκωσε το χέρι του ενάντια στον ήλιο, μέσα σε ένα κίτρινο φόντο ξεχώρισε την φιγούρα του γιού του. Στο σφιχταγκάλιασμα πρόσεξε τα γένια και μύρισε την τσιγαρίλα του γιού του αλλά δεν είπα τίποτα.

-Μιχάλη είναι ακριβά τα ξυραφάκια στην Αθήνα;

-Όχι πατέρα, άφησα τα γένια μου.

-Ναι, αλλά ξέρεις ακόμα μερικά πράγματα που κάνουμε χαρακτηρίζονται κάπως.

-Πέρασαν αυτά πατέρα, ο καθένας είναι πια λεύτερος να κάνει ότι θέλει. Ο κόσμος αλλάζει, αργά ή γρήγορα θα αλλάξει και η Ελλάδα. (Το τεράστιο μουλάρι γύρισε το κεφάλι του και φύσηξε ένα χνότο στον Μιχάλη.) Να μέχρι και ο Μαυρή συμφωνεί.

Ο πατέρας τράβηξε στο πρόσωπο του εκείνο το μισό διαπεραστικό χαμόγελο. Έλυσε τον Μαυρή για να ξεκουραστεί.

-Έλα πάμε στην σκιά να ξεποστάσουμε λίγο. (Στην σκιά του δέντρου από το ταγάρι του έβγαλε ένα κόκκινο πακέτο, «Σαντέ άφιλτρα». Πήρε ένα τσιγάρο, το χτύπησε ρυθμικά σε ένα ζεμπέκικο ρυθμό πάνω στο κλειστό πακέτο και το έδωσε στο γιό του.) Αφού καπνίζεις, να καπνίζεις μπροστά μου. Εμείς θα τα λέμε όλα και στα ίσια έτσι συμφωνήσαμε. (Ο Μιχάλης ξαφνιάστηκε αλλά πήρε τσιγάρο και φωτιά από τον πατέρα του. Ο «γέρος» του μάστορας της ζωής και της επικοινωνίας περίμενε λίγα δευτερόλεπτα) Δεν φαντάζομαι να έγινες κομμουνιστής; Από την Τρίτη Γυμνασίου αυτή την υποψία έχω για σένα με εκείνα τα βιβλία που διαβάζεις.

-Πατέρα ο κόσμος αλλάζει. Πρέπει να επαναστατήσουμε αξίζουμε μια καλύτερη ζωή, μια καλύτερη πατρίδα. Ο συμμαθητής μου, ξέρεις ο εισπράχτορας, άριστος μαθητής αλλά η φτώχεια του έκοψε τα πόδια. Ήταν άριστος και το ξέρεις.

-Ναι αλλά εκεί στο «παράπετασμα» (ο πατέρας κατάλαβε ότι ο γιος του βιωματικά είχε πάρει τις ταξικές

του αποφάσεις και χρησιμοποιούσε συγκεκριμένες λέξεις) εκεί τους φυλακίζουν όσους δεν συμφωνούν με το καθεστώς.

-Ακόμα και έτσι να είναι, εσύ, δεν είσαι χειρότερα φυλακισμένος μέσα στην δήθεν ελευθερία σου;

Τούτα τα λόγια ήταν μια στιγμή αποκάλυψης για τον πατέρα. Κοίταξε το χωρίς περιφραξη χωράφι του. Δεν είχε άδικο ο γιός του. Εγκλωβίστηκε μέσα σε τούτο τον μικρό αγρό. Το ιδρώτα του τον έκλεβε το επίσημο κράτος και το ανεπίσημο των παρακρατικών μεσαζόντων. Μια ζωή δουλειά μισό κομμάτι ωμοί η αμοιβή του. Τούτη η ατομική ιδιοκτησία ήταν η ιδιωτική φυλακή του για την οποία πλήρωνε και όλα τα έξοδα ο ίδιος. Μερικές φορές έβγαине και χρεωμένος. Δεν ήθελε όμως να το παραδεχτεί.

-Ναι αλλά εκεί, που λέγαμε (είπε με σιγανή φωνή και νόημα στο γιό του, γιατί οι καιροί ακόμα ήταν δύσκολοι και τα δέντρα ακόμα είχαν αυτιά) δεν αφήνουν τους ανθρώπους ελεύθερα να φύγουν και ταξιδέψουν όπου θέλουν.

-Εσύ πατέρα που πήγες; Που ταξίδεψες; Εσύ που είσαι λεύτερος όπως λες...

Κόντευε να καεί στην τελευταία ρουφηξιά του τσιγάρου ο πατέρας. Φωτιά και λαύρα τα λόγια του γιού του. Έσβησε το τσιγάρο στο χώμα. Κοίταξε τα ροζιασμένα χέρια του σα να μην τα αναγνώριζε. Γύρισε και κοίταξε τον γιό του. Ο Μιχάλης σάστισε. Μόνο στην κηδεία του παππού είχε δει τον σκληροτράχηλο πατέρα να βουρκώνει.

-Που πήγα ε; (Από τα κόκκινα μάτια του πατέρα περνούσαν εφιαλτικές εικόνες γεμάτες αίμα. Καπνοί εκρήξεις, διαμελισμένα σώματα, κομμένα χέρια πόδια, μυρωδιές από τις βόμβες ναπάλμ, ουρλιαχτά χωρίς τέλος, στρατιωτικές αρβύλες να ποδοπατούν αδέρφια.) Που πήγα ε; Πήγα, μέχρι το Γράμμο και το Βίτσι!

Δεν είπαν τίποτα άλλο. Ο Μιχάλης με τρόμο κατάλαβε ότι το μοναδικό ταξίδι του πατέρα του έξω από τα όρια της γης του ήταν η υποχρεωτική του κατάταξη στον εθνικό στρατό την περίοδο του εμφυλίου. Ο πατέρας ποτέ δεν μίλαγε για εκείνα φρικτά τα χρόνια. Ο «γέρος» του σηκώθηκε, έξεψε τον Μαυρή και ήταν έτοιμος να συνεχίσει το όργωμα. Ο Μιχάλης έτρεξε κοντά του.

-Πατέρα πιάσε εσύ από δεξιά και εγώ αριστερά, να τελειώσουμε πιο γρήγορα σήμερα!

Ο πατέρας γύρισε και χαμογέλασε στον Μιχάλη, το ένα και μοναδικό δάκρυ που είδε ο γιός του κύλησε και δρόσισε τα καμένα από το τσιγάρο χείλη του.

***Η μνημονιακή με δυσκολίες μνήμης πατρίδα μας βάλλεται από εσωτερικούς και εξωτερικούς εχθρούς. Οι εξουσιαστές της καταστροφικής υποταγής κατά βάθος επιθυμούν και ένα μικρό εμφύλιο, μικρής διάρκειας. Ο προκαλούμενος μαζικός φόβος θα είναι το τρομερό δρεπάνι της κυριαρχίας τους, δοκιμασμένη συνταγή, στην Ελλάδα αλλά και παγκοσμίως. Η ανυπακοή και η αντίσταση στον ευρωτρόμο είναι η μόνη επιλογή μας. Τούτη την ώρα δεν έχει σημασία αν θα πιάσεις από τα δεξιά ή από τα αριστερά το αλέτρι. Τα θανατηφόρα ζιζάνια πρέπει να ξεριζωθούν. Τούτο το χόμα είναι ... δικό μας!!!!**

****Η ατάκα : «-Πήγα, μέχρι το Γράμμο και στο Βίτσι», ανήκει στον πατέρα του Μιχάλη. Μου την χάρισε όταν στα λόγια μια πρωινής καλημέρας στο πρακτορείο ΟΠΑΠ, μου διηγήθηκε μια νεανική συζήτηση με τον πατέρα του. Μετά από μερικούς μήνες ο χρόνος και η φαντασία έφτιαξαν την ιστορία..... Το παράπονο της ατάκας, επίφοβο και επικαιρο όσο και τότε...**



ENOESIS

ΒΕΛΛΙΝΗ 5, ΝΑΥΠΛΙΟ, τηλ. 27520 22257

ψηφιακή εκτύπωση

προεκτύπωση δημιουργικό εντύπων

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

ΑΦΙΣΣΕΣ (32X45)

ΠΡΟΣΩΠΙΚΕΣ ΚΑΡΤΕΣ

ΔΙΠΤΥΧΑ

ΠΟΛΥΣΕΛΙΔΑ ΕΝΤΥΠΑ
Δίπλα αντίτυπα

ΠΡΟΣΚΛΗΣΕΙΣ

ΕΠΙΣΤΟΛΟΧΑΡΤΑ

ΦΑΚΕΛΛΑ

ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΑ

ΑΥΤΟΚΟΛΛΗΤΑ

ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΕΣ (30,5X45,7)

map & 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»

Απο-λογισμός χωρίς κατα-λογισμό;

Το να βρεις το μέγεθός σου
Σ' έναν κόσμο αγανών ορίων
Είναι πράξη επαναστατική.

Χρ. Λαζαρόπουλος, Οξειδωμένος Καθρέφτης.

Δεν αρκεί να μην ανα-γνωρίζουμε το μονοπώλιο της αλήθειας που, με αυθάδεια και αλαζονεία, διατρανώνουν ορισμένοι «χώροι». Οφείλουμε να βρούμε τόπους και διαδικασίες να ελέγξουμε ποιοι είναι φίλοι και εχθροί μας.



Του Γιάννη Πανούση, καθηγητή Εγκληματολογίας στο Πανεπιστήμιο Αθηνών

Μας κλέψανε τον κόσμο μας και εμείς τους κατηγορούμε απλώς για τον κλεμμένο πλούτο. Οι πολιτικοί, οι δήμαρχοι, οι συνδικαλιστές, οι πανεπιστημιακοί δεν (αποδέχονται ότι) φταίει για την κρίση. Μήπως τελικά, φταίει η δική μας κρίση για αυτούς όλους; Μήπως θέλουμε να τιμωρήσουμε τον εαυτό μας (για την τόση αφέλεια, αμέλεια ή ανομία) γι' αυτό κάνουμε τα πάντα για να γυρίσουμε στη δραχμή; Αυτοκάθαρση α λα ελληνικά;

Ένα είναι βέβαιο. Φίλοι σε συνθήκες διαφθοράς και διαπλοκής δεν αποκτώνται. Μόνο «συνέταιροι» (πολλές φορές μιας χρήσης) κυκλοφορούν γύρω από την εξουσία. Και από την άλλη: κάθε πολιτική πόλωση φέρνει και νέα Μνημόνια, κάθε κοινωνική ρήξη φέρνει κι άλλη τραγωδία, κάθε αυτοακύρωση της παραγωγικής ανόρθωσης φέρνει κι άλλη φτώχεια, κάθε προσχώρηση στην Αγοραία Λογική τους μάς φέρνει κι άλλα πάθη (και παθήματα). Πόσο σαφές πρέπει να μας το κάνει αυτό η Ιστορία μας;

Αναρωτιέμαι ποια είναι η κότα και ποιος είναι το αυγό, με άλλα λόγια ποιος γεννάει τι σ' αυτή την κυκλική αιτιώδη σχέση ανάμεσα στη φτώχεια και τη βία, την ανομία και τη διαφθορά, την απονομιμοποίηση της Δημοκρατίας και τις ακραίες κραυγές μίσους και διχασμών;

Αχάριστη και Αχρηστη η εξουσία οδήγησε την Κοινωνία σε ευθεία σύγκρουση με τις Μεταρρυθμίσεις, έσπρωξε τα δικά της προβλήματα κάτω από το χαλί των λαϊκισμών, ανέχθηκε πολεμικές ιαχές της λούμπεν ή εκδικητικής καρικατούρας της Άτομα ανάξια και ανέντιμα στην άσκηση λειτουργημάτων, αναλύουν την κρίση με όρους που αφορούν τους άλλους αλλά ποτέ τους ίδιους και ανακυκλώνουν την ένταση και τη ρήξη.

Τους φταίει η ποιότητα της Δημοκρατίας, η αναποτελεσματικότητα των θεσμών και η έλλειψη στρατηγικής της Πολιτείας αλλά δεν είναι υπεύθυνος κανένας από αυτούς για πράξεις ή παραλείψεις.

Η Δημοκρατία και οι θεσμοί της δεν (απο)νομιμοποιούνται από αυτό το είδος των «πολιτικών χαμαιλέοντων». Πρέπει όμως να τους αποβάλει από το δημόσιο χώρο με τον απλό χαρακτηρισμό: «Ανάξιο!». Αυτή είναι - από αρχαιοτάτων χρόνων - η καλύτερη απάντηση προς τους λειτουργούς που μόνο τα «γένια» (και την τσέπη) τους ευλογούν (με το δεξί ή το αριστερό χέρι).

Υ.Γ.1 «Ο βασιλιάς είναι γυμνός» ή αντίθετα κάθε ώρα και κάθε μέρα φοράει άλλο κοστούμι κι άλλο προσωπείο και γι' αυτό πολύ δύσκολα ανα-γνωρίζεται από εχθρούς και φίλους (μιας και ο καθένας είναι «εχθρός» και «φίλος» κατά περίπτωση);

Υ.Γ.2 Μήπως και στην Ελλάδα του 2016 υποσυνείδητα προσδοκούμε να βρεθεί ένας Μεγάλος ηγέτης, να βάλει τα πράγματα σε μία τάξη και να τον δολοφονήσουμε για λόγους «αντίστασης»;

Οι πιο πλούσιοι της Ελλάδας στην Τρίπολη

Οι μόνιμοι κάτοικοι της Τρίπολης, της Μεγαλόπολης, της Κοζάνης και της Πτολεμαΐδας, εμφανίζονται οικονομικά ισχυροί και συναγωνίζονται επάξια τα πλούσια προάστια των Αθηνών.

Να σημειωθεί βέβαια το γεγονός ότι άλλαξε η στατιστική προσέγγιση σε σχέση με το παρελθόν. Έτσι, χάθηκε το βασικό κριτήριο των 100.000 ευρώ, και διευρύνθηκε ο αριθμός των φορολογουμένων που ανήκουν στους «έχοντες και κατέχοντες».

Σύμφωνα με τα στοιχεία της Γενικής Γραμματείας Δημοσίων Εσόδων και όπως σημειώνει το bankingnews, μόλις 233.087 δηλώσεις εμφάνισαν εισοδήματα υψηλότερα των 44.020,54 ευρώ για το οικονομικό έτος 2013 και αφορούν το σύνολο της χώρας.



Το πιο εντυπωσιακό και συνάμα ανησυχητικό είναι ότι 548.581 φορολογούμενοι δήλωσαν έως 2.934,70 ευρώ το 2013 και 994.365 πολίτες 5.869,41 ευρώ. Δηλαδή 1.542.946 Έλληνες είναι σε θέση να ξοδέψουν έως 16 ευρώ την ημέρα.

Σεμινάριο Λογιστών

Ο Σύλλογος Λογιστών Ναυπλίου Ερμιονίδος διοργανώνει φορολογικό σεμινάριο την Παρασκευή στις 15:00 στο Εργατοϋπαλληλικό Κέντρο Ναυπλίου με θέμα την «Φορολογία Αγροτών Ειδικού και Κανονικού καθεστώτος: Τί ισχύει σήμερα».

Θεματολογία Σεμιναρίου: Μ.Υ.Φ. Αγροτών ειδικού και κανονικού καθεστώτος, Ένταξη - αποχώρηση από το κανονικό καθεστώς, Συντελεστές ΦΠΑ αγροτικών προϊόντων και υπηρεσιών, Μητρώο παγίων - αποσβέσεις, Εργόσημα, Αυτοτιμολόγηση, Νέοι συντελεστές φορολογίας εισοδήματος,

Επιστροφή ΦΠΑ σε αγρότες του ειδικού καθεστώτος, Διαδικασίες επιστροφής ΦΠΑ σε αγρότες του κανονικού καθεστώτος, Επιδοτήσεις - Ενισχύσεις - Αποζημιώσεις.

Εισηγητής του σεμιναρίου θα είναι ο κος Γιώργος Παπαδημητρίου (Φοροτεχνικός, Πρόεδρος Σ.Ε.Ε.Λ.Φ.Ο. Καρδίτσας, Μέλος Π.Ο.Φ.Ε.Ε., Γ.Γ. ΓΕ.Ο.Φ.Ι.Ν., Μέλος Δ.Σ. Ε.Β.Ε. Καρδίτσας).

Η είσοδος κοστίζει 40,00 ευρώ. Τηλέφωνο επικοινωνίας και δήλωσης συμμετοχής (Καχριμάνης Γεώργιος 6944906051 email: gkachrimanis@hol.gr)

Άλλαξε όψη το αγροτικό ιατρείο Ηλιοκάστρου

Άλλαξε όψη το αγροτικό ιατρείο Ηλιοκάστρου, ώστε η παραμονή των ασθενών εκεί να είναι αξιοπρεπής με συνθήκες καθαριότητας και άνεσης. Γι' αυτόν λοιπόν το λόγο δημιουργήθηκε αρχικά αποθηκευτικός χώρος στο υπόγειο του Νηπιαγωγείου Ηλιοκάστρου, όπου εκεί μεταφέρθηκαν τα αντικείμενα της Τοπικής Κοινότητας και έτσι το ένα εκ των δύο δωματίων του Ιατρείου χρησιμοποιείται πλέον ως αίθουσα αναμονής των ασθενών, θερμαινόμενη, μετά την επισκευή των κλιματιστικών.

Επίσης μετά την επισκευή της τουαλέτας και των κουφωμάτων το κτήριο βάρφτηκε εσωτερικά και τοποθετήθηκαν κουρτίνες στην αίθουσα εξέτασης των ασθενών, καλύπτοντας στοιχειώδεις ανάγκες του Ιατρείου και των ασθενών.

Εικόνες τριτοκοσμικές, αδιαφορίας και εγκατάλειψης, επικρατούσαν στο Αγροτικό Ιατρείο Ηλιοκάστρου μέχρι πρότινος. Στην τουαλέτα του Ιατρείου ο νι-



πήρας ήταν πεσμένος και η βρύση του δεν λειτουργούσε. Επίσης το καζανάκι της τουαλέτας ήταν εκτός λειτουργίας με αποτέλεσμα ο ιατρός και οι ασθενείς να μην μπορούν να κάνουν χρήση της τουαλέτας, ούτε καν να πλύνουν τα χέρια τους!

Το ένα εκ των δύο δωματίων, που διαθέτει το Ιατρείο, είχε μετα-

τραπεί σε αποθήκη της Τοπικής Κοινότητας. Ελλείπει κουρτινών του Ιατρείου, που είναι ισόγειο, υπήρχε δυσκολία διεξαγωγής κάποιων εξετάσεων. Ασουντήρητες οι πόρτες και τα κουφώματα και άβαφο το κτήριο για πολλά χρόνια.

Είναι αργά για δάκρυα για το Άργος που φεύγει

Το μόνο ίσως που δεν θα πρέπει να χρεώσει κανείς στον Δήμαρχο Άργους -Μυκηνών Δ. Καμπόσο, είναι ο Φοίνικας που καταστράφηκε στην πλατεία του Αγ. Πέτρου στο Άργος κι αυτό γιατί υπάρχουν υπάλληλοι υπεύθυνοι για το περιβάλλον που θάπρεπε να κάνουν έγκαιρα τις αυτοψίες και να ληφθούν μέτρα προστασίας. Όταν διαγνώστηκε πως το δέντρο είχε προσβληθεί από το σκαθάρι ήταν πλέον πολύ αργά και γνώριζαν όλοι πως η κατάσταση ήταν μη ανατρέψιμη. Παρ' όλα αυτά είναι άκρως δικαιολογημένη κάθε αντίδραση των Αργείων που μεγάλωσαν κάτω απ αυτούς τους φοίνικες και τα πεύκα του πάρκου να τα βλέπουν να χάνονται έτσι άδοξα, Μόλις προχθές ο δημοτικός σύμβουλος της παράταξης Καμπόσου

Δ, Καρυάμης έγραφε στο φέιμπουκ: «Ζήσαμε μαζί πάνω από 100 χρόνια. Φωτογραφήθηκαν μπροστά μας πολλοί Αργεῖτες. Χιονιστήκαμε. Φωταγωγηθήκαμε. Είδαμε τελετές-λιτανείες-εορτές-παρελάσεις. Αφουγκραστήκαμε χαρές και λύπες σας. Παρακολούθησαμε το νυφοπάζαρο της Κυριακής, τότε που η ματιά διάβαζε καρδιές. Ξενυχτήσαμε πολλές καλοκαιρινές βραδιές με τους φοιτητές στα σκαλιά του Ιερού. Μας κάνατε και πρακτορείο ειδήσεων. Θυμηθείτε που σας ρωτούσαν που το άκουσες αυτό και η απάντηση ήταν στο «Φοίνικα». Ο Παναργειακός συζητιόταν για βράδυ στα πόδια μας. Πόσοι από εσάς δεν έπαιξαν ποδόσφαιρο με νεράτζια και λαστιχένιο τόπι. Φαίνεται μας βαρεθήκατε. Να θυμάσθε όμως



ότι θα σας λείψουμε. Θα μας νοσταλγήσετε. Μόνο μια ευχή σας δίνουμε πέφτοντας. Να ψηλώνετε αυτή τη πόλη όσο πιο ψηλά μπο-

ρείτε. Έχει κορμό δυνατό και δεν λυγίζει. Από μέσα μόνο πέφτει. Εμείς δεν θα σας ξεχάσουμε. Μη μας ξεχάσετε και εσείς. Μετά από χρόνια κάτι θα λέει και κάποιος από σας για δυο ψηλούς φίλους σας, που έζησαν στο Νότιο μέρος της Πλατείας και τους έλεγαν ΦΟΙΝΙΚΕΣ». Με αυστηρό ύφος παρενέβη στις δηλώσεις -σκέψεις Καρυάμη, ο δήμαρχος Άργους-

Μυκηνών Δ. Καμπόσος ζητώντας του να αποφεύγει δημόσιες τοποθετήσεις πριν αυτό το θέμα κυβερνηταστεί παραταξιακά: «Να μην επαναληφθεί αυτό που έγινε εδώ. Έχουμε παράταξη και μπορούμε να τα λέμε εκεί. (Εσύ ένα παλιό στέλεχος τα ξέρεις πολύ καλά αυτά) αλλά και σε δημόσια συζήτηση τα καταφέρνουμε απ' ό,τι φαίνεται γιατί απλούστατα δεν έχουμε τίποτα να κρύψουμε».

Λίγο πιο πριν μάλιστα ο κ. Δ. Καμπόσος είχε υποστηρίξει την άποψη πως οι δύο φοίνικες, (αλήθεια ποτέ αρρώστησε αθεράπευτα και ο άλλος;)θα αντικαθιστούν με αιωνόβιες ελιές! «Δημήτρη το σκαθάρι δεν έχει δυστυχώς συναίσθημα. Στη θέση τους (των δύο φοινίκων) σύντομα θα μπουν 2 ελιές που η ηλικία τους θα είναι πάνω από 1.500 χρόνια. (Πραγματικά γλυπτά). Στη μάχη δεν πρέπει να ακούς τις κραυγές και τα βογγυτά των τραυματιών.αλλά να κοιτάζεις πώς θα νικήσεις. Σίγουρα θα ΝΙΚΗΣΟΥΜΕ και τα σκαθάρια που τρώνε τους φοίνικες αλλά και τα «σκαθάρια» που μας θέλανε ΠΕΘΑΜΕΝΟΥΣ!». (ορθογραφία κειμένου)



Κωνσταντίνος Γ. Μαραγκός - Κτηματομεσίτης
 Δαναού 13, Άργος - Τ.Κ. 212 00 | Τηλ: + 30 27510 23 180 - 27510 67 778
 Fax: + 30 27510 23 179 | Κιν: + 30 6944 22 85 35
 Email: gmaragos@otenet.gr | www.greekhouses.gr

**ΜΕΣΙΤΙΚΟ
ΓΡΑΦΕΙΟ
ΙΜΜΟΒΙΛΙΩΝ
REAL
ESTATE**

ΙΔΙΑΙΤΕΡΑ ΦΙΛΟΛΟΓΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ

Πτυχικός Φιλοσοφίας 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"
- Ειδικότητα στις Μαθησιακές Δυσκολίες
- Δυνατότητα Διαδικτυακών Μαθημάτων (e-learning)
- Τιμές Προστίς

Επικοινωνία: **ΙΟΦΙΑ ΧΡΗΤΙΟΥ**
 Κιν: 690-6550302
 e-mail: sochris25@yahoo.gr

ΗΛΙΟΠΟΥΛΟΥ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ
 Ιατρός Ακτινοδιαγνώστης

Πτυχιούχος Πανεπιστημίου Αθηνών
 Ειδικευθείσα στο Γ.Ν.Α. Ευαγγελισμός
 τέρμα Επίμ. Β' Νοσοκομείου Άργους

**•ΥΠΕΡΗΧΟΓΡΑΦΗΜΑ
•TRIPLEX ΑΓΓΕΙΩΝ
•ΓΝΩΜΑΤΕΥΣΗ ΑΞΟΝΙΚΗΣ**

ΚΟΡΙΝΘΟΥ 208 (πλησίον Νοσοκομείου) ΑΡΓΟΣ
 τηλ. 2751.401.207 κιν. 6977.528.028
 Ειδικές τιμές σε άνεργους και ανασφάλιστους

TEXN-INOX
 The Specialist

ΝΕΚΤΑΡΙΟΣ ΨΥΡΟΓΙΑΝΝΗΣ
 υπεύθυνος πωλήσεων
 Μηχανήματα Επεξεργασίας
 & Συναρμολόγησης τροχίμων

4ο χλμ. Άργους-Ν. Κίου, τ. 0030 27510 51362
 κ. 6932 582844, f. 0030 27510 51814
 www.texn-inox.gr
 e-mail: texninox@gmail.com

Μ Ασφαλιστικές Υπηρεσίες
ΜΑΡΚΟΠΟΥΛΟΥ

ΜΑΡΚΟΠΟΥΛΟΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ

Φειδωνός 11 Α
 21 200, Άργος
 Τ: 27510 62021
 Mob.: 6944 741154

markopouloupan@asfitelesargos.gr

**ΟΠΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ
ΣΚΟΛΑΡΙΚΟΣ** **ΟΠΤΙΚΑ
ΦΑΚΟΙ ΕΠΑΦΗΣ**

ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ Π. ΣΚΟΛΑΡΙΚΟΣ
 Πτυχιούχος Ανωτ. Σχολής Οπτικών

Βασ. Κωνσταντίνου 8, Ναύπλιο - Τ.Κ. 21100
 τηλ. 2752027237, e-mail: skolpan@arg.forthnet.gr

**ΤΕΧΝΙΚΟ ΓΡΑΦΕΙΟ
ΙΑΣΟΝΑΣ ΝΑΝΟΠΟΥΛΟΣ**

Διπλ. Μηχανικός Παραγωγής & Διοίκησης
 Πολυτεχνείο Κρήτης (Μηχανολόγος Μηχανικός)

Κορίνθου 208, Άργος 21200
 Τηλ. & Fax: 27510 21014 Κιν.: 6948546456
 email: nanopoulos_ias@hotmail.com

HOME DESIGN

ΕΙΔΗ ΔΩΡΩΝ - ΕΠΙΠΛΑ - ΦΩΤΙΣΤΙΚΑ - ΟΙΚΙΑΚΟΣ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ

3ο χλμ. Άργους - Ναυπλίου Τηλ | Fax: 27510 62680
 HomeDesignoe e-mail: homed@otenet.gr

ΓΑΙΑ ΓΗ
 Τριπολιτσιώτης

ΚΑΤΑΣΚΕΥΗ
 ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ
 ΑΝΑΚΑΙΝΙΣΗ
 ΕΠΙΣΚΕΥΗ
 ΔΙΑΜΟΡΦΩΣΗ

■ ΕΞΩΤΕΡΙΚΗ ΘΕΡΜΟΜΟΝΩΣΗ (ΚΕΛΥΦΟΣ) ■ ΨΕΥΔΟΡΟΦΕΣ
 ■ ΥΓΡΟΜΟΝΩΣΗ ■ ΠΑΤΗΤΗ ΤΣΙΜΕΝΤΟΚΟΝΙΑ
 ■ ΗΧΟΜΟΝΩΣΗ ■ ΧΡΩΜΑΤΑ
 ■ ΓΥΦΟΣΑΝΙΔΕΣ ■ 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



χτίζω όνειρα

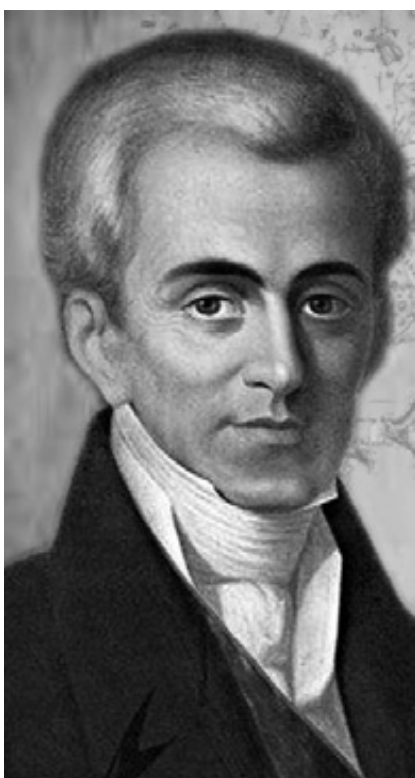
έλα να δώσουμε
χαρά
στη μέρα
-
με τραγούδια
άκουσέ με
-
σου χαμογελάω
-
μην αφήσεις
τη ζωή
-
να χαθεί
-
κρατάω μέσα μου
να σκορπίσω
-
όλες οι μέρες
δεν είναι δικές μου
-
να σου ψιθυρίσω
-
ότι ομορφαίνει
την αγάπη
-
ποτέ δε χάθηκε!

Ιωάννης Σκούρας
09-01-2016

Πίτα μετά μουσικής, στο Δαναό

Ο Σύλλογος Αργείων «Ο Δαναός» την Κυριακή στις 6.30 μ.μ., κόβει την πρωτοχρονιάτικη πίτα στην αίθουσα διαλέξεων του Μεγάρου του, με συναυλία βραβευμένων νέων σολίστ, σε συνεργασία με το Διεθνές Μουσικό Σωματείο Gina Bachauer. Θα ομιλήσει ο πρόεδρος του Σωματείου Κωνσταντίνος Π. Καράμπελας - Σγουρδάς, μουσικολόγος, κριτικός μουσικής, καθηγητής ανωτέρων θεωρητικών, σύνθεσης και πιάνου, Πρόεδρος Δ.Σ. των Διεθνών Μουσικών Σωματείων Gina Bachauer και C.V. Alkan-P.J.G. Zimmerman, Μέλος του Δ.Σ. της Ένωσης Ελλήνων Θεατρικών και Μουσικών Κριτικών, Μέλος της Διεθνούς Ένωσης Κριτικών Μουσικής και Θεάτρου, Καλλιτεχνικός Διευθυντής του Διεθνούς Διαγωνισμού Πιάνου C.V. Alkan-P.J.G. Zimmerman και του Πανελληνίου Μουσικού Διαγωνισμού Μαρίας Χαιρογιώργου-Σιγάρα και Επίτιμο Μέλος του Συλλόγου Αργείων «Ο Δαναός».

ανθρώπων έργα



Η ζωή, οι αγώνες και το εγκώμιο του Καποδίστρια

Εκδήλωση Μνήμης και Τιμής για τον Ιωάννη Καποδίστρια, με θέμα «Η ζωή, οι αγώνες και το εγκώμιο του πρώτου Εθνικού Κυβερνήτη της Ελλάδος», διοργανώνεται την Κυριακή στις 12 το μεσημέρι, στην αίθουσα του Βουλευτικού στο Ναύπλιο.

Το πρόγραμμα περιλαμβάνει παρουσίαση των πτυχών του χαρακτήρα του Ιωάννη Καποδίστρια από τον Αρχιμ. Ιάκωβο Κανάκη, πρωτοσύγκελο της Ιεράς Μητροπόλεως Γόρτυνος και Μεγαλοπόλεως, που θα αναπτύξει το θέμα «Ιωάννης Καποδίστριας και Θεόδωρος Κολοκοτρώνης» και από την αναπληρώτρια καθηγήτρια της Φιλοσοφικής Σχολής του Πανεπιστημίου Αθηνών Μαρία Μαντούβαλλου, που θα αναπτύξει το θέμα «Ο Καποδίστριας θεμελιωτής του νεότερου Ελληνισμού».

Επίσης θα γίνει προβολή αποσπάσματος ντοκιμαντέρ με θέμα «Ιωάννης Καποδίστριας 1779 – 1831», παραγωγή της «Ενωμένης Ρωμιούσνης» και του «Αχελώς Tv», ως αποτέλεσμα έρευνας που επιχειρεί να αναδείξει την προσφορά του και τον ίδιο ως πρότυπο πολιτικού και γνήσιου Έλληνα. Μετά το τέλος της εκδήλωσης θα διανεμηθεί δωρεάν τεύχος της Ε.ΡΩ. αφιερωμένο στον Ιωάννη Καποδίστρια καθώς και κασετίνα με τους οπτικοακουστικούς δίσκους του ντοκιμαντέρ.

Την εκδήλωση διοργανώνουν ο δήμος Ναυπλιέων, ο ΔΟΠΠΑΤ, το Ίδρυμα Ιωάννη Καποδίστριας και η «Ενωμένη Ρωμιούσνη».



Οι Αρμένιοι στο Ναύπλιο από το 1920 έως το 1970

Ομιλία με θέμα «Η παρουσία και η επαγγελματική δραστηριοποίηση των Αρμενίων στο Ναύπλιο κατά την πενήνταετία 1920 – 1970», με την Χαρά Κοσεγιάν. Η κα Κοσεγιάν είναι Σύμβουλος Φιλολόγων της Δ/θμιας Εκπαίδευσης Δωδεκανήσου. Την εκδήλωση διοργανώνει ο Προεδευτικός Σύλλογος Ναυπλίου «Ο Παλαμήδης».

Πίτα του Ερυθρού Σταυρού

Ο Ελληνικός Ερυθρός Σταυρός -Τοπικό Τμήμα Ναυπλίου, διοργανώνει την τελετή κοπής της Πρωτοχρονιάτικης πίτας, στη Λέσχη Αξιωματικών Φρουράς Ναυπλίου, την Τετάρτη 13 Ιανουαρίου 2016 και ώρα 06:00μμ.

Τραγούδησε για την Εθνοσυνέλευση η δημοτική χορωδία



Στην εκδήλωση για τον εορτασμό της 194ης επετείου της Α' Εθνικής Συνέλευσης των Ελλήνων που πραγματοποιήθηκε στο χώρο του πρώην δημοτικού καταστήματος της Νέας

Επιδάουρου στην πλατεία της Α' Εθνοσυνέλευσης συμμετείχε η δημοτική χορωδία Επιδάουρου. Τη χορωδία συνόδευε στο πιάνο η Ελένη Μπέλεση και τη διεύθυνση-δι-

δασκαλία είχε ο Θεοδόσης Αντωνιάδης. Η εκδήλωση περιελάμβανε και ομιλία από την κ. Κατερίνα Σακελλαρίου.



Ο Πανούσης βράβευσε μαθητές

Ο τέως πρόεδρος του πανεπιστημίου Θράκης Γιάννης Πανούσης, διατηρεί πάντα στενούς δεσμούς με την Αργολίδα. Πρόσφατα μάλιστα βράβευσε τους επιτυγχόντες μαθητές του Δήμου Επιδαύρου, που μπήκαν στα Ανώτατα Εκπαιδευτικά Ιδρύματα.

Ο Γιάννης Πανούσης, άριστος χειριστής του λόγου μίλησε στους μαθητές.

Σεμινάρια για το αφηγηματικό θέατρο

Σεμινάρια πάνω στο αφηγηματικό θέατρο ξεκινά ο ΔΟΠΠΑΤ σε συνεργασία με την ηθοποιό Γιασεμί Κηληδόνη, τον Φεβρουάριο. Το «Αφηγηματικό Θέατρο» είναι ένα είδος θεάτρου με μια ιδιαίτερη επικοινωνιακή δυναμική. Ο αφηγητής/ηθοποιός χρησιμοποιεί το λόγο σαν το βασικό του εκφραστικό εργαλείο. Μαθαίνει να αφουγκράζεται και να μεταφέρει τις δονήσεις και τα σχήματα του λόγου μέσα από το σώμα του κάνοντας την παρουσία του ζωντανή και σημαίνουσα. Τα σεμινάρια απευθύνονται σε ενήλικες.

Μετά την ολοκλήρωση του Κύκλου των Σεμιναρίων θα παρουσιαστεί η δουλειά των συμμετεχόντων σε μορφή θεατρικής παράστασης.

Σημαντική διάκριση για τον Δήμαρχο Άργους Μυκηνών Δημήτρη Καμπόσο

Βραβεύτηκε από την UNESCO Νομού Πειραιώς και Νήσων

Την περασμένη Κυριακή σε κεντρικό ξενοδοχείο των Αθηνών, ο Δήμαρχος Άργους Μυκηνών Δημήτρης Καμπόσος μεταξύ άλλων βραβεύτηκε από την UNESCO για την προσφορά του στην Ελλάδα στην οικογένεια, τον πολιτισμό και τον αθλητισμό. Ο πρόεδρος του ομίλου για την UNESCO Νομού Πειραιώς και Νήσων κ. Ιωάννης Μαρωνίτης απένειμε το βραβείο στον Δήμαρχο Άργους Μυκηνών παρουσία εκλεκτών καλεσμένων από τον αθλητισμό και τον πολιτισμό. Ο κ. Ιωάννης Μαρωνίτης είναι, άλλωστε, και αντιπρόεδρος της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας



Ομίλων, Συλλόγων και Κέντρων UNESCO-Υπεύθυνος για την Ευρώπη και τη Βόρεια Αμερική. Επιπλέον, διετέλεσε επί σχεδόν 20 χρόνια νομαρχιακός σύμβουλος Πειραιά (η τελευταία θητεία του ολοκληρώθηκε το 2010) και ανήκει πολιτικά στο ΠΑΣΟΚ.

Ο Δήμαρχος Άργους Μυκηνών μετά την παραλαβή του βραβείου του, φανερά

συγκινημένος, αναφέρθηκε στην μεγάλη σημασία της ανάδειξης της πολιτιστικής μας κληρονομιάς, ειδικά σε αυτούς τους σκοτεινούς και στην ευεργετική δράση του εθελοντισμού στην κοινωνία μας. Η τιμητική διάκριση αυτή για τον Δήμαρχο Άργους Μυκηνών Δημήτρη Καμπόσο είναι άλλη μια επιβεβαίωση για την ανοδική πορεία του Δήμου.



Έχουμε δρόμο για να δούμε άσπρη μέρα

Νικόλαος Αντωνόπουλος

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 anagnostispe@hotmail.com, γράφοντας στο θέμα του μηνύματος: «Η φωτογραφία μου». Οι καλύτερες θα δημοσιεύονται στην έντυπη και στην ηλεκτρονική έκδοση.

40ήμερο ΜΝΗΜΟΣΥΝΟ

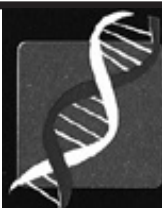


Υπέρ Αναπαύσεως της Ψυχής του Αγαπημένου μας συζύγου, πατέρα, ιού, αδερφού

ΑΡΓΥΡΙΟΥ ΠΑΝ. ΣΑΜΙΟΥ

Την Κυριακή 24 Ιανουαρίου 2016
στον Ιερό Ναό Αγίας Ειρήνης Νέας Κίου.

Η σύζυγος Μαρία
Τα παιδιά Παναγιώτης-Γιώργος, Νίκη
Οι γονείς Παναγιώτης, Στέλλα
Τα αδέρφια



διγνώση

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 TK 21055, παραπλεύρως περιφερικού ιατρείου
τηλ 2752096050, 6945552305 email gdgalanis@yahoo.gr
Πέμπτη 5-9μμ κατόπιν ραντεβού



Ἡ σελίδα αὐτὴ εὐρίσκεται ὑπὸ τὴν αἰγίδα τῆς Θεᾶς Ἀθηνᾶς



Περιμένοντας στην ουρά (που την αντιπαθώ)

Κάποτε, που λέτε, είχε έρθει στην Αγγλία ο θείος μου ο Γιώργος με την γυναίκα του και δυο απ' τα παιδιά του, μαζί με έναν κοινό μας φίλο και κουμπάρο του, την γυναίκα του φίλου και την κόρη τους. Σύνολον επτά (7). Ἦρθαν την ἄλλη μέρα των Χριστουγέννων στο Λονδίνο. Δεν ἦρθαν σπῆτι μας, στο Leedsμέναμε εμεῖς. Κατεβήκαμε με τον μπαμπά να τους παραλάβουμε και γίναμε εννιά (9). Τονίζω τα νούμερα γιατί ἔχουν σημασία, θα φανεί παρακάτω. Τους πήγα στο ξενοδοχείο που θα μέναμε, που ἔπρεπε να βρω εγώ ἀπὸ 'κει, στην τούρλα του Σαββάτου και καλά περνάγαμε μέχρι την παραμονή της Πρωτοχρονιάς. Ἐψαχνα να βρω μαγαζί για το πρωτοχρονιάτικο ρεβεγιόν και ὅλα τα ελληνικά θα ἔκλειναν στις 23:00. Μέχρι τις 23:00 τι να τους ἔκανα; Πού θα υποδεχόμαστε τον καινούργιο χρόνο; Στην πλατεία Τραφάλγκαρ, να πέσουμε μέσα στα σιντριβάνια, ὅπως κάνουν οἱ ζουρλοεγγλέζοι; Και μετά τα νοσοκομεία και τα φάρμακα ποιος θα τα πλήρωνε; Ἀπ' την... τριπλή περιπνευμονία μετ' επιπλοκῶν ποιος θα μας θεράπευε και πῶς; Που θα θέλαμε 1.000.000.000 μονάδες πενικιλίνη ο καθένας κι αν φτάνανε. Αυτά σκεπτόμουν και συνέχιζα το ψάξιμο. «Δεν μπορεί», σκεπτόμουν, «κάποιο θα μείνει ανοιχτό» Δεν ξέρω αν κάποιο ἔμεινε ανοιχτό, εγώ δεν το βρήκα πάντως.

Εκεί που σεργιανούσα ανάμεσα Bayswater και CamdenTownλοιπόν, ψάχνοντας για ελληνικό μαγαζί, ἔπεσα πάνω σ' έναν Τούρκο. Οἱ πληροφορίες μου ἔλεγαν ὅτι το μαγαζί ἦταν ελληνικό, ἀλλὰ δεν ἦταν πλέον. Το εἶχε αγοράσει ο Τούρκος. Του εἶπα τι ἔψαχνα και τον ρώτησα τι ὥρα θα ἔκλειναν εκείνο το βράδυ. Μου ἀπάντησε ὅτι εἶχε παρέες και θα αργούσαν να κλείσουν. «Χωράμε κι εμεῖς;» ρώτησα. «Εἶμαστε εννιά». Ἐμεινε με το στόμα ανοιχτό. «Εσεῖς; Στο μαγαζί μου; Μα εἴσατε Ἕλληνες».

Φαινόταν να μην παίρνει χαμπάρι. «Μας θέλεις ἢ ὄχι;» ρώτησα. «Μεγάλη μου τιμή!» ἀναφώνησε με μια βαθιὰ υπόκλιση. Με κάθισε κάτω, οἱ ἄλλοι περιμένανε ἔξω στο κρῦο, ἀλλὰ ο Αλή ἔστειλε και τους φώναξε, μας πρόσφερε καφέ και τσάι κι ἄρχισε να με ξεψαχνίζει, να μάθει τι τρώμε το βράδυ της παραμονής, για να μας το ετοιμάσει. Του εἶπα να ετοιμάσει τούρκικο φαγητό, γιατί ἀπὸ ελληνικό εἶχαμε μπαφιάσει. «Μα τα ἴδια τρώμε» εἶπε. «Φυσικό είναι. Μετά ἀπὸ 400 χρόνια που σας εἶχαμε στην πλάτη και σας κουβαλάγαμε, τα ἴδια τρώμε».

Περὶττό να σας πω ὅτι ἔγιναν χαλί να τους πατήσουμε εκείνο το βράδυ. Ὅχι ὅτι τους πατήσαμε βέβαια. Πέρασαμε υπέροχα. Η καλύτερη παραμονή που εἶχα περάσει για χρόνια. Πέρναγε με την πιατέλα να σερβίρει κρέας σε παρακείμενη παρέα, σταμάταγε δίπλα μου κι ἄφηνε καλούς μεζέδες στο πιάτο μου. «Πήγαινε τα στους πελάτες σου και μην τα δίνεις σε μένα», του εἶπα.

«Αυτοὶ θα εἶναι ἐδῶ και αὔριο, δεν θα τους λείψουν οἱ μεζέδες. Μην ανησυχεῖς!» ἀπάντησε. Το κρασί ἦταν παλιό, (ἀπ' την κάβα του προηγούμενου), το τυρί μουχλιασμένο (Roquefort), το κρέας σιτεμένο και καλομαγειρεμένο! Ευτυχῶς που δεν βρήκα ελληνικό μαγαζί. Θα βαριόντουσαν τη ζωή τους και θα μου ἀναβαν τα λαμπάκια.

Φύγαμε λίγο μετά τα μεσάνυχτα, ἀφοῦ ο Αλή μας ἔφερε να κόψουμε και την βασιλόπιττα, που εἶχε προμηθευτεῖ ἀπὸ ελληνικό φούρνο. «Ἐχω βάλει νόμισμα μέσα», μας εἶπε. Φάγαμε και βασιλόπιτα! Και μετά μας ἔφερε ἕνα «Νυχτέρι» (Σαντορινιό κρασί) και ἐνῶ οἱ ἄλλοι ἠθελαν να φύγουν νωρίς, εγώ τους δήλωσα ὅτι δεν θα 'φευγα, αν δεν τελείωνα το μπουκάλι. «Θα επιστρέψω με ταξί» εἶπα. «Ε, τότε να σε βοηθήσουμε» εἶπε ο φίλος μας ο Γιάννης, που ξέρει ἀπὸ κρασιά.

Την ἄλλη μέρα ἠθελαν να πάνε στο «MadamTussauds»



Εἶχα πει να εἶμαστε ἐκεῖ γύρω στις 09:00, ἀλλὰ ἀντε ζύπνα τους. Φτάσαμε κατὰ τις 11:00 και βρήκαμε μια ουρά, που κύκλωνε το τετράγωνο. Ἀπελπισία και κρῦο να σου πέφτουν μύτες κι αυτιά! Μετά ἀπὸ 3 λεπτά ἀναμονή και ἀφοῦ δεν εἶχαμε κουνηθεῖ καθόλου, εἶπα ὅτι θα ἔκανα μια βόλτα, να δω τι γινόταν μπροστά. Πήγα και εἶδα δυο ταμεία ἐπανδρωμένα. Ὅλος ο κόσμος περίμενε στο ἕνα και ο ἄλλος ταμίας ντουφέκαγε τις μύγες. Δεν ἔκανε τίποτα! Τον πλησίασα κα ευγενέστατα ρώτησα:

«Συγγνώμη για την ἐρώτηση, ἀλλὰ εσεῖς ἐδῶ τι δουλειὰ κάνετε;»

«Εγώ εἶμαι για τα group» μου ἀπάντησε.

Ἐνδιαφέρον, σκέφτηκα και το σχέδιο ωρίμασε στο μυαλό μου. «Και τι εἶναι group;» ρώτησα.

«10 ἄνθρωποι, που πληρώνουν εἰσιτήριο», με πληροφορήσε.

Γκαντεμιά, ἦμαστε μόνο εννιά (9). Καλά, ας πάω πίσω τώρα και θα δοῦμε.

Πήγα πίσω στην ουρά και ἐνῶ εἶχαν προστεθεῖ κι ἄλλοι πίσω μας, εμεῖς ριζωμένοι ἐκεῖ, οὔτε βηματάκι δεν εἶχαμε κάνει. Ἀπαράδεκτον! Και ἔκανε και κρῦο!

Εκεί δίπλα μας, ἐκτὸς ουράς ἦταν μια παρέα, που κάπνιζαν ὅλοι ἀρειμανίως. Ἄυτοὶ εἶτε Ἕλληνες εἶναι, εἶτε Ἄραβες, για να καπνίζουν με τέτοιο πάθος, σκέφτηκα. Ἐστησα αὐτὶ ν' ἀκούσω τι γλώσσα μίλαγαν και τότε ο θείος Γιώργος ἄρχισε να μου ἐξηγεῖ ὅλα τα ἀνεξήγητα του... σύμπαντος. Πλήρης φωταψία! Ὅλα τα λαμπάκια μου ἀναμμένα. Δεν μπορούσα ν' ἀκούσω τίποτα. Ἐβαλα τις φωνές:

«Ρε θείο, θα το κλείσεις το..ραδιόφωνο καμιά φορά. Προσπαθῶ ν' ἀκούσω τι γλώσσα μιλάει η παρέα δίπλα σου». Τα εἶπα δυνατά και με ἄκουσαν.

«Ἕλληνικά μιλάμε. Ἕλληνες εἶμαστε», με πληροφορήσαν.

«Θα μπεῖτε μέσα;» ἔφτασα στο ψαχνό εγώ.

«Με τέτοια ουρά, ἀποκλείεται», ἀπάντησαν.

«Κι αν σας βάλω εγώ μέσα τώρα, χωρίς ουρά, θα ἔρθετε;»

«Φυσικά!» εἶπαν ὅλοι μ' ἕνα στόμα.

«Δώστε μου τα λεφτά για τα εἰσιτήριά σας και ἀκολουθεῖστε την παρέα μου», εἶπα. Ὅπερ και ἐγένετο. Συγκέντρωσα τα χρήματα και ἀπὸ τους δικούς μου μέχρι να φτάσουμε στο ἄδειο ταμείο και μπήκαμε μέσα ἀμέσως! Στενοχωρήθηκα γιατί τους ἔκλειπα τους ἀνθρώπους. Τα λεφτά ἦταν ἴσα-ἴσα, για μοναχικούς ἐπισκέπτες ὁμως. Τα grouperχουν ελαφρῶς μειωμένες τιμές, που δεν το ἤξερα. Ὅχι κἀνα ἐκατομμύριο η διαφορά, μην νομίσετε. Ἀπὸ τα ρέστα των εἰσιτηρίων λοιπόν, ἀγόρασα ἕνα κατατοπιστικό φυλλάδιο για τα ἐκθέματα 3 και μου περίσσεψε και μισή λιρίτσα, που ἔριξα σ' ἕνα κουτί

για τους ἀστεγους, που βρήκα ὅταν βγήκαμε. Οἱ Ἕλληνες της ἄλλης παρέας δεν εἶχαν λόγια να μ' ευχαριστήσουν.

«Ενας σας ἔλλειπε,» μου εἶπε ο ἐπικεφαλής. «Γιατί πήρατε εμάς κι ὄχι τους μπροστινούς σας, ας πούμε;»

«Γιατί ἦταν ἐγγλέζοι και εἶναι ἐρωτευμένοι με τις ουρές! Γιατί να τους το χάλαγα;»

Ἐπεσαν κάτω ἀπ' τα γέλια.

Ὅταν βγαίναμε εμεῖς, εἶδα τους μπροστινούς μας που εἶχαν, παγωμένοι, πλησιάσει στο ταμείο.

Ἡ φίλη σας
Ἀθηνά
athina.nafplion@gmail.com

Άργος η αρχαιότερη συνεχώς κατοικούμενη πόλη της Ευρώπης

Το Άργος, η αρχαιότερη συνεχώς κατοικούμενη πόλη της Ευρώπης, παρά τις καταστροφές που υπέστη κατά καιρούς από επιδρομείς και κατακτητές, πάντοτε κτιζόταν στην ίδια θέση. Αυτό βεβαιώνεται και σήμερα από την αρχαιολογική σκαπάνη στα υπό οικοδόμηση οικόπεδα, τα οποία αποκαλύπτουν τη ζωή των παλαιότερων εποχών. Η θέση της πόλης ήταν ιδανική για δύο κυρίως λόγους. Οι δύο λόφοι, της Ασπίδας (84μ.) και ιδίως της Λάρισας (289μ.), παρείχαν μεγάλη ασφάλεια στους κατοίκους. Παράλληλα, τα δύο αυτά υψώματα εισχωρούν βαθιά στο αργολικό πεδίο και φέρνουν την πόλη κοντά στο Τημένιο, που ήταν ανέκαθεν το επίνειό της. Έτσι εξηγείται γιατί διαμέσου των αιώνων, παρά τις αλλεπάλληλες διώξεις και καταστροφές, η πόλη επέμενε να ευρίσκεται στην ίδια πάντα θέση. Άμεση συνέπεια αυτής της πραγματικότητας ήταν να μη διατηρηθούν πολλά από τα μνημεία και επιπλέον να καθίσταται δύσκολος ή και αδύνατος ο εντοπισμός τους από τους αρχαιολόγους. 1 Το αρχαίο Άργος εκτεινόταν δυτικά και ΒΔ μέχρι τη Λάρισα και την Ασπίδα, ΝΔ μέχρι και την αρχαία αγορά και ΝΑ μέχρι τον Άγιο Κωνσταντίνο. Προϊστορικοί χρόνοι

Η πόλη υπήρχε σαν οικισμός από τη νεολιθική εποχή. Τα κεραμικά που βρέθηκαν μαρτυρούν ότι στο τέλος της 3ης π.Χ. χιλιετίας υπήρχε σημαντικός οικισμός στην Ασπίδα, ο οποίος αυξήθηκε εντυπωσιακά στις αρχές της επόμενης χιλιετίας. Ανάμεσα στα λείψανα συγκαταλέγονται και ίχνη τείχους, που εντοπίστηκαν στην κορυφή και στη νότια πλαγιά του λόφου, καθώς και μεγάλο νεκροταφείο με τύμβους στις ανατολικές υπώρειες. Επίσης, βρέθηκαν αρκετοί θαλαμοειδείς τάφοι στις Πορτίτσες – αρχ. Δειράδα – στις υπώρειες των δύο λόφων. Πολλές φορές χρησιμοποιούσαν πίθους για την ταφή των νεκρών. Τέτοιοι πίθοι σώζονται στο μουσείο του Άργους. Κατά τη μυκηναϊκή περίοδο πιθανότατα υπήρχαν ακροπόλεις στη Λάρισα και στην Ασπίδα, ενώ ο οικισμός εξακολουθούσε να απλώνεται προς νότο. Το μυκηναϊκό Άργος εντοπίζεται περίπου στην περιοχή που περικλείεται από



τους δρόμους Κορίνθου, Τσώκρη και Καρατζά. Και φαίνεται πως το Άργος ήταν μέχρι το

της εποχής τους. Στα μέσα του επόμενου αιώνα κατέλαβαν την υπόλοιπη Αργολίδα, τη Σικυ-

Άργος εξελισσόταν έτσι σε πολύ ισχυρό και επικίνδυνο εχθρό. Για την ιστορία του δωρικού Άργους από τη σύστασή του (περ. 1.120 π.Χ.) μέχρι τον 8ο αι. π.Χ. ελάχιστα γνωρίζουμε, όπως την ύπαρξη κεραμικών εργαστηρίων και διάφορες συγκρούσεις με γειτονικά κράτη, όπως με την Κόρινθο και την Ασίνη, την οποία κατέστρεψε στο τέλος του 8ου αι. π.Χ. Επίσης, σχετικά με την κοινωνική οργάνωσή τους, γνωρίζουμε ότι υποχρέωναν τους κατακτημένους να μοιράστηκαν σαν κατακτητές, και να τους προσφέρουν σημαντικό μέρος από το εισόδημα. Αυτοί οι «δουλοπάροικοι» στο Άργος ονομάζονταν γυμνήτες.³ Παρόμοια καθεστώτα συναντάμε σ' όλες σχεδόν τις δωρικές κοινωνίες. Οι γυμνήτες διέφεραν από τους δούλους· οι τελευταίοι θεωρούνταν ιδιοκτησία των ιδιωτών. Το ισχυρό δωρικό Άργος προστατευόταν από τείχη, λείψανα των οποίων εντοπίζονται ακόμα και σήμερα. Οι δύο ακροπόλεις, φυσικά, ήταν οχυρωμένες και συνδέονταν μεταξύ τους με τείχος στον αυχένα. Εκεί, στις σημερινές Πορτίτσες, ήταν και η σημαντικότερη ίσως πύλη, η πύλη της Δειράδος. Εξάλλου, με βεβαιότητα θεωρούμε ότι από εκεί ήταν η είσοδος προς την πόλη μέχρι τους νεότερους χρόνους (περίοδος 1821). Υπήρχαν άλλες τρεις πύλες, η μία στο ανατολικό άκρο, που οδηγούσε στις Μυκήνες,

άλλη μία στο ΝΑ άκρο που οδηγούσε στην Τίρυνθα και η τρίτη στο ΝΔ προς Λέρνη και κεντρική Πελοπόννησο. Το τείχος κατέβαινε από τη ΝΑ πλευρά της Ασπίδας, περνούσε λίγο ανατολικότερα της οδού Κορίνθου και του Αγίου Πέτρου, άφηνε ανατολικά του το σημείο, όπου σήμερα βρίσκεται ο Άγιος Κωνσταντίνος, κατόπιν τραβούσε ΝΔ, αγκάλιαζε όλη την αγορά και ανηφορίζοντας επί της νότιας πλευράς του λόφου της Λάρισας, κατέληγε στο κάστρο της ακρόπολης.

Άργος κοιτίδα πολιτισμού

- Ως η αρχαιότερη πόλη της Ελλάδας, συμμετέχει στο Δίκτυο των Αρχαιότερων Πόλεων της Ευρώπης και αποτελεί το μεγαλύτερο υπαίθριο μουσείο της χώρας, με πολυάριθμα και μοναδικά ευρήματα που τοποθετούνται σε κάθε ιστορική περίοδο των Ελλήνων. Έχει να προτείνει στον επισκέπτη πλήθος μνημείων από τους προϊστορικούς και ιστορικούς χρόνους, μουσεία, ιστορικές εκκλησίες και πλούσια εκκλησιαστικά κειμήλια, την παλιά πόλη, χαρακτηριστικά αρχιτεκτονικά στοιχεία, νεοκλασικά κτίρια, κ.λ.π.

- Βρίσκεται στο κέντρο του μεγαλύτερου Αρχαιολογικού πάρκου του κόσμου, το οποίο περιλαμβάνει τις Μυκήνες (10 χλμ), την Αρχαία Τίρυνθα (6 χλμ), το Ναύπλιο (12χλμ), τη Λέρνα (10 χλμ), την Επίδαυρο (40 χλμ) μπορεί να αποτελέσει αφετηρία εξορμήσεων για τη γνωριμία τόσο με τους χώρους αυτούς, όσο και με τις φυσικές ομορφιές της Αργολίδας.

Πηγή: liverpedia.gr



1.200 π.Χ. μία από τις σπουδαιότερες πόλεις της Αργολίδας. Ύστερα από μια σύντομη παρακμή, η οποία συμπίπτει με τη γενικότερη παρακμή του Μυκηναϊκού πολιτισμού, γνώρισε νέα ανάπτυξη μετά την κάθοδο των Δωριέων. Οι περισσότερες πληροφορίες για την ακμή και την έκταση της πόλης προέρχονται από τους τάφους, που εντοπίστηκαν από τη μια άκρη της πόλης μέχρι την άλλη, από τον Ξεριά μέχρι και πέρα από την Παναγία. Η πόλη είχε αρκετή ζωή και ήταν πυκνοκατοικημένη. Η κατάληψη της αργολικής πεδιάδας από τους Δωριείς έγινε περίπου το 1125-1120 π.Χ.² Οι Δωριείς αυτοί ήταν εξαιρετικά δυναμικοί και εξοπλισμένοι με τα πλέον σύγχρονα όπλα

ώνα και τη Μεγαρίδα. Από τη διάσπαση των Δωριέων, που εγκαταστάθηκαν στην πεδιάδα του Άργους, προέκυψαν τρία μικρότερα βασίλεια, το βασίλειο του Άργους, το βασίλειο των Μυκηνών και το βασίλειο της Τίρυνθας, με μικρό πληθυσμό, αφού και οι Δωριείς, που είχαν κατακλύσει την Πελοπόννησο, στο σύνολό τους ήταν ολιγάριθμοι (βλ. υποσ. 2 για τον μυθικό Τήμενο).

Το κράτος των Αργείων ξεπέρασε σε δύναμη και έκταση όλα τα άλλα της κεντρικής και βόρειας Πελοποννήσου. Κατέλαβε τη Θυρατίδα και την Κυνουρία, προωθήθηκε ως τον Μαλέα και κατέλαβε τα Κύθηρα, δηλαδή σημεία συνοριακά με τη Σπάρτη, για την οποία το



Τρία διαφορετικά ποδήλατα, τρεις διαφορετικές ανάγκες

Υπάρχουν τρεις τύποι ποδηλάτων: της πόλης (city), του βουνού (mountain) και του δρόμου.

1. Τα ποδήλατα πόλης διαθέτουν φαρδιά, όχι όμως τρακτερωτά, λάστιχα και είναι ιδανικά για βόλτες στην πόλη – σε ασφαλτοστρωμένους, δηλαδή, δρόμους. Παρ' ολ' αυτά, μπορούν να σας εξυπηρετήσουν και σε ορισμένους ήπιους χωματόδρομους.
2. Εκείνα που προορίζονται για το βουνό είναι ποδήλατα με γερό σκελετό, χοντρά, τρακτερωτά λάστιχα, χαμηλό τιμόνι και πολλές ταχύτητες – αυτές είναι που θα σας βοηθήσουν στις δύσκολες ανηφόρες. Είναι το πιο δημοφιλές μοντέλο και το συναντάμε πολύ συχνά και στην πόλη, παρόλο που έχει κατασκευαστεί για άλλη χρήση.
3. Η τρίτη κατηγορία περιλαμβάνει αγωνιστικά ποδήλατα. Είναι εκείνα με το λεπτό, γυριστό τιμόνι και τα λεπτά λάστιχα.

Πού ωφελεί η ποδηλασία

Είναι από τις πιο αποδοτικές μορφές αεροβικής άσκησης, καθώς γυμνάζει το καρδιοκυκλοφορικό και το αναπνευστικό σύστημα. Επιπλέον, αποτελεί μια από τις καλύτερες ασκήσεις, κυρίως για την ενδυνάμωση των μηρών. Παράλληλα, όμως, γυμνάζονται οι γάμπες, τα χέρια και οι κοιλιακοί. Βέβαια, όσοι αντιμετωπίζουν σοβαρά προβλήματα στη μέση και στη σπονδυλική στήλη θα πρέπει να αποφεύγουν την ποδηλασία σε ανώμαλο έδαφος, καθώς οι κραδασμοί που θα προκληθούν ενδεχομένως να επιδεινώσουν την πάθησή τους. Επίσης, ιδιαίτερη προσοχή θα πρέπει να δείξουν άτομα με ευπάθεια στα γόνατα, αφού η τακτική άσκηση πιθανόν να προκαλέσει μεγαλύτερο πρόβλημα - για το λόγο αυτό, καλό θα ήταν να συμβουλευτείτε πρώτα έναν ορθοπεδικό. Τέλος, η ποδηλασία για όσους διαθέτουν μερικά περιττά κιλά θα πρέπει να γίνεται σε ήπιους ρυθμούς, με πολλά διαλείμματα και σε διαδρομές χωρίς μεγάλες κλίσεις.

Μην ξεχνάτε:

- Φοράτε πάντα το ειδικό κράνος ποδηλασίας. Είναι απαραίτητο για την προσωπική σας ασφάλεια. Επίσης, απαραίτητα είναι τα αθλητικά παπούτσια και τα σορτς ή κολάν, τα οποία εφαρμόζουν καλύτερα και προστατεύουν το δέρμα στο εσωτερικό των μηρών.
- Τις βραδινές ώρες είναι καλό να φοράτε ανοιχτόχρωμα ρούχα για να είστε ορατοί στους οδηγούς των διερχόμενων αυτοκινήτων. Πριν ξεκινήσετε τη βόλτα σας, βεβαιωθείτε ότι τα φανάρια σας λειτουργούν.
- Όταν θέλετε να σταματάτε, για μεγαλύτερη ασφάλεια, να χρησιμοποιείτε και τα δύο φρένα.
- Έχετε πάντα μαζί σας ένα μπουκάλι νερό (ιδανικά, στην ειδική θήκη που διαθέτει το ποδήλατό σας).
- Αρχικά εξοικειωθείτε με το ποδήλατό σας και ύστερα, σταδιακά, δοκιμαστείτε σε δυσκολότερες διαδρομές.
- Τα χέρια σας, προκειμένου να απορροφούν τους κραδασμούς, πρέπει να λυγίζουν. Μην τεντώνετε, λοιπόν, και μη σφίγγετε τους αγκώνες σας. (Το ίδιο ισχύει και για τα γόνατα.)
- Οι φτέρνες δεν πρέπει να ακουμπούν ποτέ στα πεντάλ.

Ποδήλατο πόλης vs Ποδήλατο βουνού

ΤΙ ΠΡΟΣΦΕΡΕΙ	ΠΟΔΗΛΑΤΟ ΠΟΛΗΣ	ΠΟΔΗΛΑΤΟ ΒΟΥΝΟΥ
Καρδιοαναπνευστική άσκηση	Καλά, έως πολύ καλά, αποτελέσματα	Πολύ καλά αποτελέσματα
Δύναμη	Καλά αποτελέσματα	Καλά, έως πολύ καλά, αποτελέσματα
Ευλυγισία	Μέτρια αποτελέσματα	Μέτρια, έως καλά, αποτελέσματα
Απώλεια βάρους	Καλά αποτελέσματα	Καλά, έως πολύ καλά, αποτελέσματα
Αποφυγή τραυματισμών	Καλά αποτελέσματα	Μέτρια αποτελέσματα

Οδηγίες για τους λάτρεις του mountain bike

Αν χρειαστεί να περάσετε από άμμο. Μην επιχειρήσετε να διασχίσετε μια αμμώδη επιφάνεια με χαμηλή ταχύτητα. Μπείτε στην άμμο αφού έχετε αναπτύξει όσο το δυνατόν μεγαλύτερη ταχύτητα και στη συνέχεια προσπαθήστε να τη διατηρήσετε. Κατεβάστε ταχύτητες και μετατοπίστε το βάρος σας στην πίσω ρόδα. Να θυμάστε ότι είναι απαραίτητες μικρές στραβοτιμονιές, καθώς η οδήγηση σε ευθεία γραμμή θα έχει ως αποτέλεσμα να βυθιστούν οι τροχοί στην άμμο.

Αν χρειαστεί να διασχίσετε λακκούβες με νερό. Καταρχήν είναι καλό να αποφεύγετε τις λακκούβες, εάν δεν είστε σε θέση να γνωρίζετε το βάθος τους. Αν η επιφάνειά τους είναι μικρή, φροντίστε να περάσετε από το κέντρο τους. Είναι σημαντικό να γνωρίζετε ότι τα νερά και οι λάσπες μπορούν να προκαλέσουν μεγάλες βλάβες στο ποδήλατο, ιδιαίτερα στα φρένα. Όταν τα τελευταία βραχούν, ελαττώνεται η αποτελεσματικότητά τους. Αφού βγείτε από τις λακκούβες, πατήστε τα φρένα μερικές φορές προκειμένου να στεγνώσουν τα λάστιχα και να απομακρυνθούν τυχόν ίχνη λάσπης από αυτά.

Προετοιμαστείτε για τις πτώσεις. Στην ποδηλασία πολλές φορές οι πτώσεις είναι αναπόφευκτες! Είναι λάθος, λοιπόν, να τεντώνουμε – από ένστικτο βέβαια – τα χέρια όταν πρόκειται να πέσουμε από το ποδήλατο. Το σωστό είναι να πέσουμε χαλαροί, με το σώμα μαζεμένο και στη συνέχεια να κυλιστούμε στο έδαφος. Έχετε υπόψη σας ότι πέφτοντας πρέπει να απομακρυνθείτε από το ποδήλατο, για να μην τραυματιστείτε από αυτό.

Σταματήστε να είστε επικριτικοί!



Της Αθηνάς Νάσου,
Ψυχολόγος-Ψυχοθεραπεύτρια

Οι σχέσεις μας με τους άλλους ανθρώπους, με τους φίλους μας ή τον σύντροφό μας, βασίζονται στον τρόπο που επικοινωνούμε. Η αρνητική κριτική και η αποδοκιμασία μπορεί να μας απομακρύνει από τα αγαπημένα μας πρόσωπα και να δημιουργήσει πολλά προβλήματα. Τι μπορούμε να κάνουμε, όμως, αν έχουμε καταλάβει ότι είμαστε κάπως περισσότερο επικριτικοί από όσο πρέπει;

Ένας επικριτικός άνθρωπος επικοινωνεί τις αμφιβολίες του, την αρνητική του άποψη και την αποδοκιμασία του με τέτοιο τρόπο ώστε οι άλλοι να αισθάνονται ότι δέχονται επίθεση ή τους κατηγορούν. Μερικές φορές, χωρίς καν να το καταλαβαίνουν, προσπαθούν με κάθε τρόπο να δείξουν ότι ο σύντροφός τους, ο φίλος τους ή ο συγγενής τους έχει κάνει λάθος ή δεν ήταν ικανός να κάνει κάτι και συνήθως δεν καταφέρνουν να βρίσκουν λύσεις στα προβλήματα που τους απασχολούν αφού δεν κάνουν μια εποικοδομητική συζήτηση αλλά εστιάζουν μόνο στην κριτική.

Μπορείτε να εκφράσετε τη γνώμη σας, όμως το μυστικό βρίσκεται στον τρόπο που θα επικοινωνήσετε κάτι. Αντί να κατηγορείτε τους άλλους για κάτι που σας ενοχλεί, είναι προτιμότερο να προτείνετε την λύση του προβλήματος. Αν ο σύντροφός σας, για παράδειγμα, αφήνει συνέχεια τα ρούχα του στον καναπέ, μην πείτε «είσαι ακατάστατος», αλλά «δεν θα ήταν καλύτερο να αρχίσουμε να βάζουμε τα ρούχα μας στην ντουλάπα»; Έτσι θα μπορέσετε να πείτε αυτό που αισθάνεστε χωρίς να αισθανθεί ότι επιτίθεται. Δείτε 3 τρόπους για να είστε λιγότερο επικριτική χωρίς να καταπιέσετε τα συναισθήματά σας:

1. Παραπονείστε χωρίς να ρίχνετε ευθύνες: Εκφράστε την απογοήτευσή σας ή τον εκνευρισμό σας αλλά μην ρίξετε την ευθύνη στους άλλους. Έτσι θα μπορέσετε να βρείτε μαζί την λύση για αυτό που σας απασχολεί.
2. Εστιάστε στο αποτέλεσμα: Συνήθως σκεφτόμαστε μόνο αυτά που δεν μας αρέσουν και δεν ψάχνουμε να βρούμε τους τρόπους για να τα αλλάξουμε. Εάν ξέρετε πως θα μπορέσετε να συμβιώσετε πιο αρμονικά σε μια σχέση, τότε δώστε εσείς τη λύση και μην ασχολείστε με το ποιος φταίει για τα προβλήματά σας.
3. Να επικοινωνείτε ουσιαστικά: Είτε είστε εσείς επικριτικοί είτε δέχετε εσείς την αρνητική κριτική των άλλων, μην παίρνετε τον ρόλο του θύτη ή του θύματος. Σκοπός μιας ουσιαστικής επικοινωνίας δεν είναι να αποδειχθεί ποιος έχει δίκιο και ποιος έχει άδικο, αλλά να λυθεί ένα πρόβλημα.



Αθηνά Νάσου
Ψυχολόγος-Ψυχοθεραπεύτρια

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

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

Η σημασία του γάλακτος και των γαλακτοκομικών προϊόντων στη διατροφή



Της Δήμητρας

Τούντα, Διαιτολόγος, Διατροφολόγος

Οι καθημερινές ανάγκες σε γάλα

Επικρατεί δυστυχώς η εντύπωση ότι τα παιδιά, οι έφηβοι και οι γυναίκες μετά την εμμηνόπαυση είναι οι μόνες ομάδες ανθρώπων που έχουν ανάγκη για ασβέστιο. Αυτό δεν είναι σωστό. Τόσο τα παιδιά όσο και οι έφηβοι με το ρυθμό της ανάπτυξης που έχουν χρειάζονται καθημερινά μεγάλες ποσότητες ασβεστίου. Είναι εύκολο να κατανοήσει κανείς πόσο σημαντικό είναι να παρασχεθεί στον οργανισμό το απαραίτητο δομικό υλικό για να φτάσουν τα κόκκαλα να έχουν και να διατηρούν την μεγαλύτερη μάζα που μπορούν. Εκτός όμως από τα παιδιά και οι ενήλικες έχουν σημαντικές ανάγκες σε ασβέστιο. Αυτό συμβαίνει γιατί το ασβέστιο αφαιρείται και αναπληρώνεται συνεχώς στα οστά με αποτέλεσμα να μην τελειώνει ποτέ η ανάγκη του οργανισμού για το στοιχείο αυτό. Φαίνεται ότι μέχρι την ηλικία των 25 περίπου χρόνων ο οργανισμός «κτίζει» ακόμα το σκελετό του και γι' αυτό η ανάγκη για ασβέστιο είναι η ψηλότερη.

Τα κόκκαλα που έχουν «κτιστεί» διατηρούνται σε καλή κατάσταση μέχρι την ηλικία των 45 χρόνων, αν η λήψη του ασβεστίου είναι ικανοποιητική. Έτσι, στην περίπτωση όπου το ασβέστιο που λαμβάνεται από το καθημερινό διαιτολόγιο δεν είναι αρκετό, οι απώλειές του δεν αναπληρώνονται με αποτέλεσμα να φθείρονται τα οστά και να επιταχύνεται η εκδήλωση της οστεοπόρωσης. Από τα 45 και μετά η φθορά των οστών είναι πολύ πιο έντονη με κατάληξη την οστεοπόρωση.

Η οστεοπόρωση είναι ασθένεια με πολλαπλή αιτιολογία. Στην εκδήλωση της οστεοπόρωσης ενέχονται μεταξύ άλλων ορμονικοί παράγοντες (κυρίως μετά την εμμηνόπαυση), η έλλειψη άσκησης και το κάπνισμα. Η επαρκής όμως λήψη ασβεστίου μειώνει τις πιθανότητες να εκδηλωθεί η ασθένεια ή επιβραδύνει την εξέλιξή της. Αξίζει βέβαια να αναφέρουμε ότι η κατανάλωση τροφών πλούσιων σε ασβέστιο όπως είναι το γάλα και τα γαλακτοκομικά προϊόντα δεν είναι πάντα αρκετή για την κάλυψη των αναγκών ενός οργανισμού στο στοιχείο αυτό. Είναι γνωστοί κάποιοι παράγοντες που συμβάλλουν στην καλύτερη απορρόφηση του ασβεστίου, όπως κάποιες ορμόνες, τα οξέα του στομάχου, ο φώφορος όταν υπάρχει σε σωστή αναλογία με το ασβέστιο, η λακτόζη (το σάκχαρο του γάλακτος) και η βιταμίνη Δ που υπάρχει το ολόπαχο γάλα και τα προϊόντα του. Αντίθετα ένα διαιτολόγιο πολύ πλούσιο σε φυτικές ίνες, πρωτεΐνη και οξαλικό οξύ (σπανάχι) εμποδίζει την απορρόφηση του ασβεστίου.

Αποβουτυρωμένα γαλακτοκομικά προϊόντα και άπαχο γάλα ή ολόπαχα;

Η περιεκτικότητα του γάλακτος και των γαλακτοκομικών προϊόντων σε ασβέστιο δεν επηρεάζεται από την αφαίρεση του λίπους από αυτά. Η αφαίρεση της βιταμίνης Δ που είναι βασικός παράγοντας στην απορρόφηση του ασβεστίου και που γίνεται με την αποβουτύρωση δεν δημιουργεί πρόβλημα γιατί με την ηλικία που υπάρχει στη Κύπρο ο οργανισμός έχει τη δυνατότητα να παράξει τη βιταμίνη Δ που χρειάζεται. Έτσι, είναι καλύτερα να καλύπτονται οι ανάγκες σε ασβέστιο με την κατανάλωση γάλατος ή γαλακτοκομικών προϊόντων με χαμηλά λιπαρά.

Αυτοπεποίθηση και παιδί



Του Άγγελου Τράκα,

Επιστημονικός Συνεργάτης του Κέντρου Ειδικών Θεραπειών Βασίλης Ν. Καπετανίου και Συνεργάτες

Η καθημερινότητα έχει πολλές απαιτήσεις και πολλές φορές είναι δύσκολο να αντιμετωπιστούν. Πολλά παιδιά μεγαλώνοντας δεν έχουν την συναίσθηση της ικανότητας να ανταποκρίνονται στις δυσκολίες της κα-

θημερινότητας και δεν έχουν την επίγνωση της σημαντικότητας τους ως ιδιαίτερο πρόσωπο. Αυτό σημαίνει ότι δεν έχουν υψηλή αυτοεκτίμηση.

Παιδιά που δεν έχουν καλλιεργήσει την αυτοπεποίθηση και την αυτοεκτίμηση, συχνά πέφτουν θύματα του ενδοσχολικού εκφοβισμού, του γνωστού bullying. Δηλαδή δέχονται την σωματική ή την ψυχολογική, την λεκτική ακόμα και την κοινωνική βία από άλλους συμμαθητές και μάλιστα με άσχημο τρόπο.

Πρέπει τα παιδιά μέσα από την οικογένεια να μάθουν να αγαπούν τον εαυτό τους και να νιώθουν υπερήφανα για οποιαδήποτε ιδιαίτερα χαρακτηριστικά και να έχουν γιατί αυτά είναι που τα κάνουν ιδιαίτερα και μοναδικά άτομα στον κόσμο. Έτσι τα παιδιά έχοντας ανεβασμένη την αυτοεκτίμησή τους δεν ενοχλούνται ιδιαίτερα από επιθετικές συμπεριφορές, χειρίζονται καλύτερα τις δύσκολες καταστάσεις και μαθαίνουν να τις αγνοούν αφού ξέρουν ότι δεν τους αφορά.

Το να έχουν τα παιδιά υψηλή αυτοεκτίμηση δεν σημαίνει ότι όλα τα προβλήματα θα λυθούν και ότι η καθημερινότητα στο σχολείο και στην κοινωνική τους ζωή θα είναι ιδανική. Υπάρχουν πολλοί παράμετροι ακόμα που πρέπει να ληφθούν υπόψη ώστε να βοηθήσουν ένα παιδί να μπορέσει να δίνει λύσεις στα προβλήματά του. Ενδεικτικά αναφέρουμε το βιοϊωτικό επίπεδο μιας οικογένειας, την οικονομική της κατάσταση, την σχέση ανάμεσα στα μέλη της οικογένειας, το επίπεδο λειτουργίας των θεσμών σε μια κοινωνία, όμως το πιο βασικό είναι η αυτοπεποίθηση η οποία είναι μια αόρατη πανοπλία που αν καλλιεργηθεί από μικρή ηλικία θα προφυλάξει ένα παιδί από πολλές δοκιμασίες.



Τούντα Π. Δήμητρα
Διαιτολόγος - Διατροφολόγος

Γενναίου Κολοκοτρώνη 4,
Ναύπλιο - τ.κ. 21100

Τηλ.: 27520 27580
Κιν.: 694 6947611
e-mail: tounda_dimi@yahoo.gr

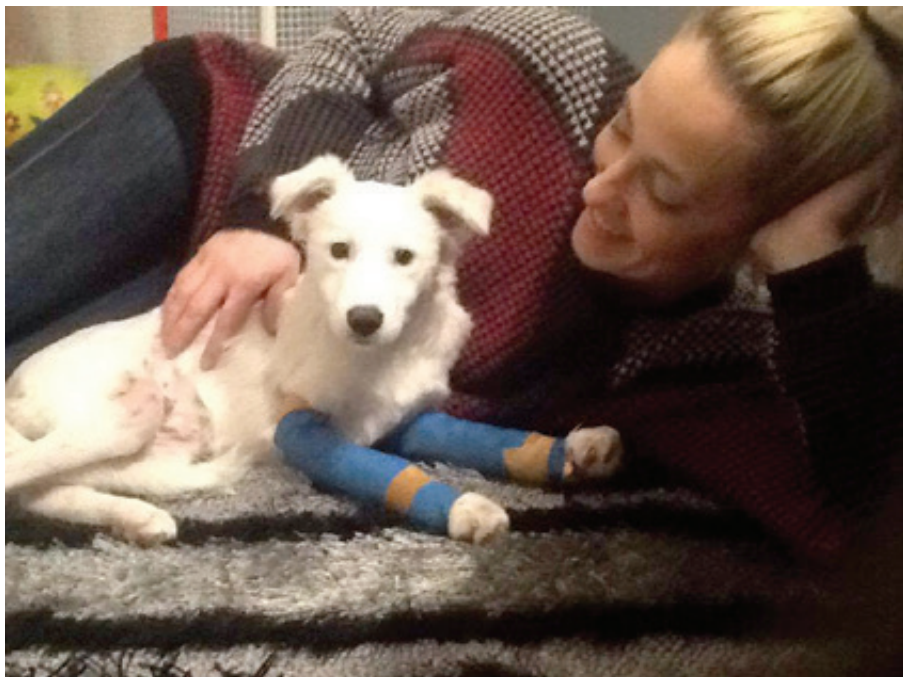


ΚΕΝΤΡΟ ΕΙΔΙΚΩΝ ΘΕΡΑΠΕΙΩΝ
ΒΑΣΙΛΗΣ Ν. ΚΑΠΕΤΑΝΙΟΣ
ΕΡΓΟΘΕΡΑΠΕΥΤΗΣ ΕΜΨΥΧΩΤΗΣ M.Sc. NEUROPSYCHOLOGY
και Συνεργάτες

ΕΡΓΟΘΕΡΑΠΕΙΑ, ΛΟΓΟΘΕΡΑΠΕΙΑ
ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΔΥΣΚΟΛΙΩΝ
ΜΑΘΗΣΗΣ ΚΑΙ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ

27 ΧΡΟΝΙΑ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗΣ ΕΜΠΕΙΡΙΑΣ
20 ΧΡΟΝΙΑ ΣΤΟ ΑΡΓΟΣ

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



Η Άλτα έκανε το Άργος και την Ελλάδα να την αγαπήσει

Τυχερό στην ατυχία του

Τάσος
Ταραντίλης

Οι ευχές όλων γραμμένες πάνω στο γύψο που καλύπτει και τα τρία πόδια της Άλτας, χάρη στην αγάπη όλων σας κατάλαβε η μικρή, ότι οι άνθρωποι δεν έχουν μόνο μίσος αλλά και αγάπη.



Τυχερό στην ατυχία του ήταν το σκυλάκι που γνώρισε την ανθρωπινή αγριότητα πριν καλά καλά καταλάβει τι είναι ζωή και απ την άλλη αγκαλιάστηκε από ανθρώπους που πραγματικά το αγαπούν και θα

σπάζοντας τα πόδια και τα δόντια της, την πέταξε από το μπαλκόνι του σπιτιού του στο Άργος στην οδό Γούναρη στις 16 Δεκεμβρίου 2015. Το ζώο σώθηκε γιατί μια γυναίκα η κα Μαρία ενημέρωσε



το κάνουν ίσως με τον καιρό να ξεχάσει τις κακές εμπειρίες του στο καλωσόρισμα της ζωής.

Η Ευαγγελία είναι η γυναίκα που υιοθέτησε την Άλτα την σκυλίτσα που ο ιδιοκτήτης της, αφού την ξυλοκόπησε

για το έγκλημα, που είδε να διαπράττεται μπροστά στα μάτια της, την αντιπρόεδρο του Φιλοζωικού Σωματείου Άργους «Λάιζα» Ελένη Πειρούνη, η οποία έσπευσε επί τόπου μαζί με την πρόεδρο Αλίκη Λαμπράκη και κάλεσαν αμέσως την Αστυνομία.



Ο δράστης αν και συνελήφθη δεν δικάστηκε στο πλαίσιο της αυτόφωρης διαδικασίας

και για την υπόθεση σχηματίστηκε δικογραφία ενώ το ζώο αρχικά μεταφέρθηκε στο κτηνιατρείο του Χάρη Ντούρου

στο Άργος αφού η κατάσταση του ήταν κρίσιμη καθώς από τα χτυπήματα είχε σχηματιστεί υγρό στον πνεύμονα και τα τρία σπασμένα πόδια του μπήκαν στον γύψο.

Οι ευχές όλων γραμμένες πάνω στο γύψο που καλύπτει και τα τρία πόδια της Άλτας.

Η Άλτα μόλις διέφυγε τον κίνδυνο μεταφέρθηκε στην Αθήνα στο κτηνιατρείο του Τάσου Δανούρη ο οποίος χειρούργησε το πίσω πόδι της για να μπορέσει το ζώο να ξαναπερπατήσει ενώ τα δύο μπροστινά της άκρα έμειναν για μέρες αρχικά στο γύψο και για τις επόμενες δέκα μέρες θα έχει ακόμα τους νάρθηκες ώστε να είναι βέβαιο ότι τα σπασμένα οστά έχουν θρέψει.

Για να καλυφθούν τα έξοδα νοσηλείας και εγχείρησης του μόλις τεσσάρων μηνών ζώου δεκάδες ήταν εκείνοι που νοιάστηκαν και προσέφεραν χρήματα.



Η Άλτα βρίσκεται πλέον στο καινούργιο της σπιτικό με ανθρώπους που την φροντίζουν. Πέρα απ αυτό όμως αποτέλεσε η περιπέτεια της ένα ακόμα βήμα για την προστασία των αδέσποτων και των κακοποιημένων ζώων, ειδικά σε μια πόλη που στο αρχαίο της παρελθόν εορτάζονταν τα Κυνοφόνια.

ΒΙΩΜΑΤΑ ΚΑΙ ΜΝΗΜΕΣ ΑΠΟ ΤΗΝ ΣΤΡΑΤΙΩΤΙΚΗ ΜΟΥ ΘΗΤΕΙΑ . (9).*

ΣΕΡΡΕΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΕΣ ΜΕΡΕΣ ΚΑΙ ΕΜΠΕΙΡΙΕΣ (Β ΜΕΡΟΣ)



**ΧΑΡΙΛΑΟΣ
ΡΕΜΠΕΛΟΣ**
ΕΛΛΑΔΑ:ΣΤΡΑΤΙΩΤΗΣ
ΤΥΦΕΚΙΟΦΟΡΟΣ ΕΛΔΥΚ
ΚΥΠΡΟΣ : ΚΑΤΑΔΡΟΜΕΑΣ
ΧΕΙΡΙΣΤΗΣ ΠΑΟ

16 Ιανουαρίου τελειώνει ο ανταρτοπόλεμος . Την ώρα που αναχωρούσαμε αρχίζει να χιονίζει πάλι. Αλλά τι μας ένοιαζε; Πέντε μέρες δεν στεγνώσαμε καθόλου και τώρα που θα γυρίζαμε στην μονάδα και στο κρεβατάκι μας θα φοβηθούμε; Οι δυο επόμενες μέρες πέρασαν ήσυχα καθώς είχαμε ρεπό για να ξεκουραστούμε. Εγώ όμως ήταν τυχερό να πληρώσω ακριβά αυτή την άσκηση, καθώς η γρίπη που είχα αναφέρει πιο πάνω με έριξε στο κρεβάτι με 40 πυρετό. Και είχα και τον διοικητή από πάνω να μου λέει ότι το βουνό είναι για τους σκληρούς άντρες.

Δεν έχασα την ψυχραιμία μου όμως και του απάντησα ότι ήμουν από πριν άρρωστος, αλλά δεν είπα τίποτα για να μην χάσω την άσκηση. Έτσι πήρα ένα μπράβο ακόμη. Πέρασε ο Γενάρης και κοντεύει να φύγει και ο Φλεβάρης. Οι μέρες πέρασαν με εντατικές ασκήσεις και κουραστικές πορείες για να φθάσουμε στις 19 Φλεβάρη και αρχίζει άλλη μια μεγάλη άσκηση, «συνεργασία πεζικού αεροπορίας και αρμάτων μάχης». Ενώ μέχρι σήμερα ο Φλεβάρης ήταν όλο γλύκες και λιακάδες από χθες λες και μας την φύλαγε, άρχισε πάλι να χιονίζει και να κάνει κρύο που τρυπάει τα κόκαλα. Την πρώτη μέρα της άσκησης κάναμε τρεις φορές «αέρα» σε ένα ύψωμα και μέχρι τα μεσάνυχτα προσπαθήσαμε να στήσουμε σκηνές . Το κρύο που φάγαμε αυτή την νύχτα δεν περιγράφεται. Την άλλη μέρα ενώ χιονίζει συνέχεια , συνέχεια , ολοκληρώνεται η άσκηση και το απόγευμα γυρίσαμε στο τάγμα φορτωμένοι με εμπειρίες πολλές και πολύ – πολύ κρύο.

Αρχές Μάρτη αρχίζει μια νέα μεγάλη άσκηση στη Νιγρίτα, όπου θα συνεργαστούμε με το 564 Τ.Π. . Όταν φθάσαμε εκεί είδαμε ένα πολύ διαφορετικό στρατόπεδο. Εδώ είναι κυριολεκτικά κολέγιο. Ωραίο Κ.Ψ.Μ. με παιγνίδια μπιλιάρδο , πιγκ πονγκ , ηλεκτρονικά κ.λ.π. ήρεμοι αξιωματικοί και γενικά μια μονάδα χωρίς το δικό μας άγχος. Τις δυο πρώτες μέρες περάσαμε καλά καθώς είναι απόκριες, βγαίνουμε στην Νιγρίτα και πίνουμε κανένα ποτηράκι. Αρχίζουν όμως οι ασκήσεις και εκεί να δείτε τρέξιμο, με φορτίο στην πλάτη και δώστου Αέρα! Και άντε τους φάγαμε τους Τούρκους και κολοκύθια με ρίγανη, λες και αν γίνει πόλεμος κούφια νάναι ή ώρα, θα φύγουν οι Τούρκοι με την πολλή φωνή.

Στις 13 Μάρτη τελείωσε η άσκηση και γυρίσαμε στο Τάγμα μας. Μια ακόμη μεγάλη άσκηση πήρε τέλος. Η 25η Μαρτίου πλησιάζει και οι προετοιμασίες για την παρέλαση είναι πολύ εντατικές. Στις 21 Μάρτη πήρα μια 24ωρη άδεια και πήγα στο χωριό Βυρώνεια για να δω τον παλιό δάσκαλό μου Θανάση Ζώη. Όταν με είδανε αυτός και η γυναίκα του η κυρία Ελένη, κάνανε σαν μικρά παιδιά από την χαρά τους. Με ρωτήσανε για όλους τους χωριανούς έναν – έναν.

Ήταν συγκινητικές στιγμές. Το βράδυ βγήκαμε σε ένα ταβερνάκι και με περηφάνια με συστήνανε στους χωριανούς, σαν τον καλύτερο μαθητή του, από το καλύτερο χωριό που είχε γνωρίσει. Καμάρι εγώ και προσπαθούσα να ανταποδώσω την φιλοφρόνηση λέγοντας ότι ήταν ο καλύτερος δάσκαλος που πέρασε από το χωριό μου και πως όταν έφυγε ήταν σαν έφυγε η ψυχή του χωριού. Κοιμήθηκα στο σπίτι του και την άλλη μέρα το μεσημέρι έφυγα για τις Σέρρες. Ο

δάσκαλος σε ανύποπτο χρόνο, μου είχε βγάλει εισιτήριο με το τρένο, είχε τυλίξει μέσα ένα 500ρικο, με ξεπροβόδισαν οικογενειακώς στο σταθμό, με φίλησαν σαν δικό τους παιδί και με βαριά καρδιά έφυγα για την μονάδα. Ξαφνιάστηκα όταν κατάλαβα ένα δάκρυ να κυλάει στο μάγουλο μου. Δεν θα σε ξεχάσω ποτέ Θανάση Ζώη. Δεν θα σε ξεχάσω ποτέ κυρά Ελένη. Το αξίζετε.

Φτάνουμε έτσι στις 25 Μαρτίου, ημέρα της μεγάλης παρέλασης και μεγάλης ταλαιπωρίας για μας. Η οδός Μεραρχίας που γίνεται η παρέλαση είναι ντυμένη στα καλά της.

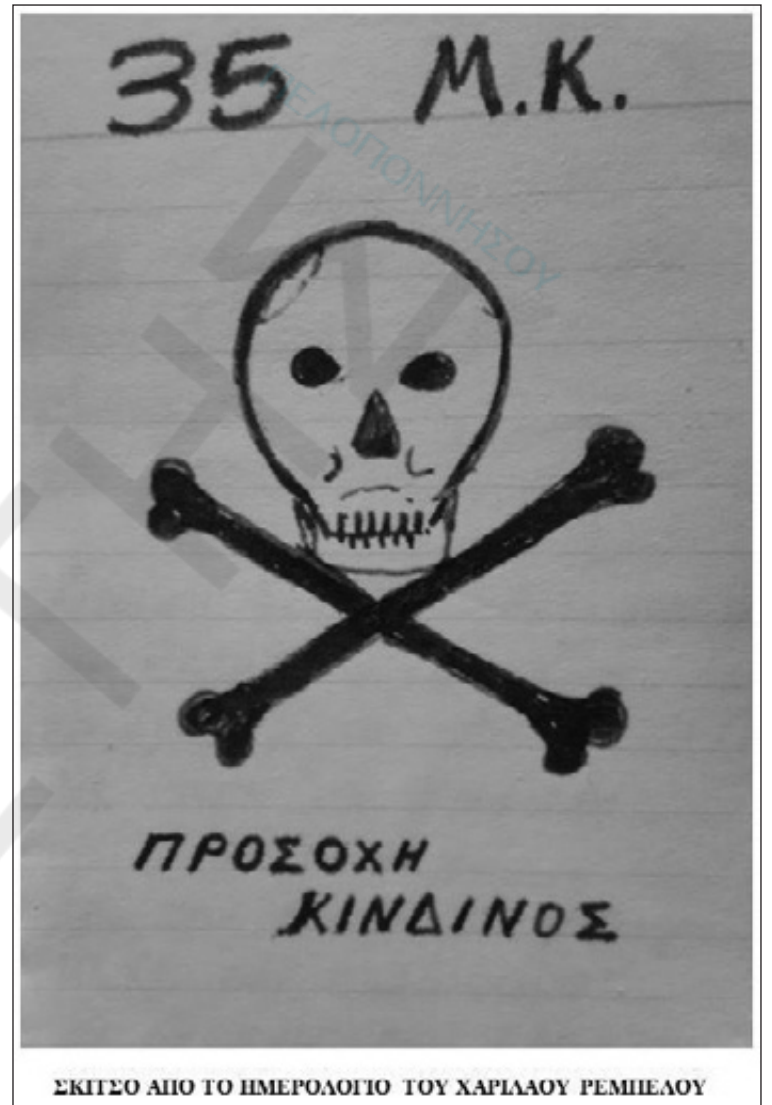
Σημαίες, κόσμος, λουλούδια.

Ο κόσμος χειροκροτάει το τάγμα μας και θέλοντας να μας πλησιάσει πιο κοντά σπάει τα προστατευτικά σκοινιά που υπάρχουν στο πεζοδρόμιο και γίνεται χαμός. Χάος επικρατεί. Στρατός και κόσμος ένα. Η μουσική δεν ακούγεται, χάνουμε το βήμα και ο καθένας βαδίζει όπως θέλει. Η παρέλαση τελειώνει χωρίς την επιτυχία της 28ης Οκτωβρίου.

Την άλλη μέρα στην αναφορά μας ανακοινώσανε ότι οι στρατιώτες της ΕΛ.ΔΥ.Κ θα πάρουμε 15νθήμερη άδεια. Χαρά χαμόγελα και μετά από μία ώρα φύγαμε για τα σπίτια μας. Πέρασαν όμως γρήγορα οι μέρες γιατί το καλό είναι και λίγο, όπως λέει και το ρητό και στις 9 του Απριλίου γυρίσαμε στις Σέρρες. Καινούρια έκπληξη με περιμένει εδώ. Μαζί με μερικά άλλα παιδιά θα φεύγαμε για το Μεγάλο Πεύκο γιατί είχαμε επιλεγεί για το Λ.Ο.Κ. Το βράδυ βγήκαμε για τελευταία φορά στις Σέρρες και την άλλη μέρα το μεσημέρι μας έκανε ο διοικητής το τραπέζι στο διοικητήριο. Αφού φάγαμε και ήπιαμε τα κρασάκια μας με τον Κρασιά σαν φίλοι, μας χαιρέτησε έναν - έναν μας ευχήθηκε καλή θητεία εκεί που θα πάμε και το απόγευμα μέσα σε ένα βαρύ κλίμα συγκινημένοι και με βαριά καρδιά φύγαμε για το Μεγάλο Πεύκο.

ΜΕΓΑΛΟ ΠΕΥΚΟ

Φτάνοντας στο Μεγάλο Πεύκο αντικρίσαμε ένα διαφορετικό στρατό από αυτόν που ξέραμε μέχρι σήμερα. Εδώ τα πάντα δουλεύουν με τάξη. Όλοι είναι ρομπότ! Ο πράσινος μπερές σημάδι των καταδρομών, δίνει ένα άλλο χρώμα στην μονάδα. Αξιωματικοί και στρατιώτες ξεχωρίζουν από τον άλλο στρατό. Κορμιά λεβέντικα, νεύρα ατσάλινα, βάδισμα αγέρωχο. Από τις πρώτες κιόλας ώρες παίρνουμε μια γεύση τι θα πει Λ.Ο.Κ. Εντατική γυμναστική και προ πάντων πειθαρχία. Το τροχάδην είναι σε ημερήσια διάταξη. Για ασκήσεις πηγαίνουμε στο βουνό Κοντύλι 20 χιλιόμετρα μακριά από την μονάδα. Η απόσταση γίνεται τρέχοντας και με πολλές κάμψεις. Στο βουνό ήρθαμε σε επαφή με τα βράχια και τα σχοινιά, χαρακτηριστικές ασκήσεις των καταδρομών. Αναρριχήσεις σε βράχια, κατέβασμα σε χαράδρα με αερογέφυρα και διάφορα άλλα μαθήματα. Τα πράγματα γίνονται πολύ δύσκολα. Τις μέρες του Πάσχα πήραμε 4 ημέρες άδεια για να περάσουμε με τους δικούς μας την μεγάλη μέρα. Τις επόμενες μέρες είχαμε πάλι ασκήσεις για να μπορούμε τελικά στον Μάη. Την πρώτη εβδομάδα ασχοληθήκαμε με την προετοιμασία για το μεγάλο ταξίδι για την



Κύπρο. Βγάλαμε φωτογραφίες, παραδώσαμε υλικά, όπλα , ρούχα κ.λ.π. Παραμονή πριν φύγουμε για την Κύπρο, βγήκαμε έξοδο στο Μεγάλο Πεύκο και τα κάναμε γυαλιά καρφιά με την παρέα μου. Έφτασε και η 9η Μάη ημέρα σημαντική στην στρατιωτική μου ζωή, ημέρα σημαδιακή.

ΑΝΑΧΩΡΗΣΗ ΓΙΑ ΚΥΠΡΟ

9 Μαΐου 1981. Μια μέρα σημαδιακή της ζωής μου. Στις 3 και μισή μετά τα μεσάνυχτα είχε εγερτήριο στο Μεγάλο Πεύκο. Αφού μαζέψαμε τα πράγματα μας, επιβιβαζόμαστε στα REO και ξεκινάμε για τις Κεχριές από όπου θα φύγουμε για την Κύπρο ή καλύτερα για το άγνωστο.

Φτάσαμε στις Κεχριές στις πέντε και μισή η ώρα και περιμέναμε να έρθουν τα δυο αρματαγωγά του πολεμικού ναυτικού , ΟΙΝΟΥΣΑΙ και ΚΩΣ τα οποία θα μας οδηγήσουν σε άγνωστους τόπους και άγνωστα μέρη. Ωρα 9 και μισή επιβιβαζόμαστε στα αρματαγωγά ΟΙΝΟΥΣΑΙ και σε λίγο αρχίζει ένα κουραστικό ταξίδι. Σε λίγο χάνουμε την στεριά από τα μάτια μας. Μόνο κανένα Αιγαιοπελαγίτικο νησί βλέπουμε κάπου - κάπου. Το βράδυ μας βρίσκει μεσοπέλαγα. (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 Βασίλης».....

ΤΙ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΠΡΟΣΕΧΟΥΝ ΟΣΟΙ ΠΑΙΡΝΟΥΝ ΚΟΥΜΑΡΙΝΙΚΑ ΑΝΤΙΠΗΚΤΙΚΑ (SINTROM, PANWARFIN)



Από τον Ιατρό
Ιωάννη Γ. Γκούβερη MD, PhD*

Η αντιπηκτική αγωγή είναι θεμελιώδες θεραπευτικό μέτρο για την πρόληψη και την θεραπεία πολλών και διαφόρων παθολογικών καταστάσεων όπως το αγγειακό εγκεφαλικό επεισόδιο (ΑΕΕ), το έμφραγμα του μυοκαρδίου, η πνευμονική ή αρτηριακή εμβολή, η φλεβική θρόμβωση, η θρομβοφιλία, η

παρουσία μεταλλικής ή βιοπροσθετικής βλάβης, η κολπική μαρμαρυγή (ΚΜ). Ειδικά για την τελευταία μπορούμε να πούμε ότι αποτελεί την συχνότερη αιτία των ΑΕΕ (πενταπλασιάζει τον κίνδυνο), επηρεάζει την ποιότητα ζωής, προδιαθέτει σε καρδιακή ανεπάρκεια και αυξάνει την ολική θνητότητα. Έτσι πολλοί ασθενείς, και ιδιαίτερα αυτοί που πάσχουν από ΚΜ, είτε αυτή εμφανίζεται κατά παροξυσμούς είτε είναι χρόνια, είναι υποχρεωμένοι να λαμβάνουν εφόρου ζωής αντιπηκτική αγωγή. Η αντιπηκτική αγωγή που κατά κύριο λόγο χρησιμοποιείται σε αυτές τις περιπτώσεις είναι τα κουμαρινικά αντιπηκτικά (Βαρφαρίνη / Panwarfin και Ασενουκουμαρόλη / Sintrom) Η αντιπηκτική όμως αγωγή με τα κουμαρινικά παρουσιάζει ένα σημαντικό πρόβλημα που είναι η ρύθμιση του Χρόνου Προθρομβίνης (ΧΠ) και του INR (θα μιλήσουμε παρακάτω για αυτούς τους δείκτες) στα επιθυμητά επίπεδα. Τούτο όμως στην κλινική πράξη επιτυγχάνεται σε ποσοστό μικρότερο του 50% και αυτό είναι άλλωστε η αιτία των ΑΕΕ το ότι δηλ. δεν ρυθμίζεται σωστά ο ΧΠ και το INR. Για να αντιμετωπισθεί το πρόβλημα αυτό έχουν τελευταία εισαχθεί στην θεραπευτική της ΚΜ νέα αντιπηκτικά που έχουν παρόμοια αποτελεσματικότητα και δεν απαιτούν μέτρηση του ΧΠ και του INR ούτε επηρεάζονται από την λήψη τροφής. Σκοπός όμως του παρόντος άρθρου δεν είναι να συγκρίνουμε τα παλιότερα με τα νεότερα αντιπηκτικά αλλά να επισημάνουμε μερικά βασικά στοιχεία που πρέπει να γνωρίζουν όσοι παίρνουν, και καλώς τα παίρνουν, τα παλιότερα αντιπηκτικά από το στόμα. (Στην Ελλάδα κυκλοφορεί μόνο το Sintrom)

Τα κουμαρινικά λοιπόν παράγωγα (Sintrom, Warfarin) ανταγωνίζονται την δράση της βιταμίνης Κ η οποία ως γνωστόν περιέχεται σε διάφορες ποσότητες, μικρές ή μεγάλες, στα πράσινα λαχανικά. Αυτό σημαίνει ότι στα άτομα που λαμβάνουν κουμαρινικά αντιπηκτικά και ταυτόχρονα παίρνουν με την τροφή τους πράσινα λαχανικά, μεταβάλλεται η δράση των φαρμάκων αυτών ανάλογα με την ποσότητα βιταμίνης Κ που περιέχεται στα λαχανικά που τα άτομα αυτά καταναλώνουν. Αυτό όμως είναι ιδιαίτερα επικίνδυνο διότι μπορεί να οδηγήσει σε μεγάλες διακυμάνσεις του αντιπηκτικού αποτελέσματος με τις ίδιες δόσεις των κουμαρινικών, με αποτέλεσμα ο θεραπευόμενος ασθενής τότε να ευρίσκεται σε υψηλό κίνδυνο για θρόμβωση (όταν η δόση του αντιπηκτικού του πέφτει λίγο) και τότε σε υψηλό κίνδυνο για αιμορραγία (ήταν η δόση του αντιπηκτικού του πέφτει πολύ). Μια εύκολη λύση για να αντιμετωπίσουμε το πρόβλημα αυτό θα ήταν να συστήσουμε στους ασθενείς που περνούν κουμαρινικά αντιπηκτικά να καταργήσουν τελείως από το διαιτολόγιό τους τα πράσινα λαχανικά. Αυτό όμως δεν είναι σωστό γιατί τα πράσινα λαχανικά αποτελούν αναπόσπαστο κομμάτι της υγιεινής διατροφής. Αυτό λοιπόν που πρέπει να γίνει είναι να πεισθούν οι ασθενείς σε ορθολογική κατανάλωση των

λαχανικών, πράγμα που σημαίνει ότι σε εβδομαδιαία βάση η κατανάλωση των λαχανικών θα πρέπει να είναι σταθερή, εις τρόπον ώστε να μην υπάρχουν σημαντικές διακυμάνσεις όσον αφορά την πρόσληψη της βιταμίνης Κ και σ' αυτήν ακριβώς την βάση να ρυθμίζεται η αντίστοιχη δόση του αντιπηκτικού. Αυτό σημαίνει ότι κάθε ασθενής πρέπει να αποφασίσει ποια ακριβώς είναι η ποσότητα των λαχανικών που ταιριάζει στις διατροφικές του απαιτήσεις και να φροντίζει να καταναλώνει σταθερά αυτήν την ποσότητα επί καθημερινής βάσεως. Βασική προϋπόθεση για αυτό είναι να γνωρίζει ο ασθενής ποια είναι τα λαχανικά και γενικά τα τρόφιμα που περιέχουν μεγάλες και ποια μικρότερες ποσότητες βιταμίνης Κ.

Μεγάλη ποσότητα βιταμίνης Κ περιέχουν τα:

- Λαχανίδες, σπανάκι, σέσκουλα, πράσινα γογγύλια
- Λάχανο, μπρόκολο, αντίδια, βλίτα, μαρούλι
- Λαχανάκια Βρυξελλών, μαϊντανός, πράσινο τσάι
- Σόγια, ρεβύθια, φακές, κάστανα, αμύγδαλα.

Μέτρια ποσότητα βιταμίνης Κ περιέχουν τα:

- Αρακάς, μπάμιες, πράσα, φασολάκια, σέλινο, κουνουπίδι
- Αγγούρι, καρότα, φρέσκα κρεμμύδια, σέλινο, φυστίκια
- Σπαράγγια, βρώμη, σιτάρι, πράσινο μήλο
- Συκώτι

Μικρές ποσότητες βιταμίνης Κ περιέχουν τα :

- Πατάτες, ντομάτες , κάρδαμο, ξερά κρεμμύδια, μήλο χωρίς φλούδα
- Μπανάνια, πορτοκάλι, αγλάδι, σταφύλι, αβοκάντο, ροδάκινο
- Ρύζι, μαύρο τσάι, μέλι, ζάχαρη, αλάτι.

Γενικά τα κατεψυγμένα προϊόντα έχουν λιγότερη βιταμίνη Κ από τα νωπά διότι η βιταμίνη Κ καταστρέφεται στην κατάψυξη. Αντίθετα τα βρασμένα λαχανικά έχουν μεγαλύτερη περιεκτικότητα σε βιταμίνη Κ από τα νωπά διότι με το βρασμό υφίστανται συμπίκνωση χάνοντας ένα μέρος του νερού τους. Είναι σκόπιμο ακόμη να αναφερθεί ότι επειδή η βιταμίνη Κ είναι λιποδιαλυτή βιταμίνη, ενισχύεται σημαντικά η απορρόφηση της όταν στο μαγειρέμα χρησιμοποιούνται λιπαρά. Τέλος το αλκοόλ επηρεάζει την απορρόφηση της βιταμίνης Κ και για αυτό συστήνεται ο ασθενής είτε να πίνει μόνο μικρές ποσότητες αλκοόλ ή ακόμη καλύτερα να μην πίνει καθόλου.

Πέραν όμως από το θέμα της διατροφής που όπως είπαμε επηρεάζει σημαντικά την αποτελεσματικότητα των κουμαρινικών αντιπηκτικών, θα πρέπει οι ασθενείς, που παίρνουν τα φάρμακα αυτά, να μην ξεχνούν να αναφέρουν στο ιατρό τους και την τυχόν λήψη άλλων φαρμάκων που παίρνουν για άλλους λόγους. Επίσης και στην περίπτωση που στην συνήθη φαρμακευτική τους αγωγή προστίθεται ή αφαιρείται κάποιο φάρμακο ή ακόμη απλά αλλάζει η δοσολογία ενός φαρμάκου θα πρέπει απαραίτητα να ενημερώνεται ο ιατρός για αυτές τις αλλαγές. Ο καταλόγος των φαρμάκων που μπορούν να μεταβάλουν την αποτελεσματικότητα των κουμαρινικών αντιπηκτικών είτε αυξάνοντας είτε ελαττώνοντας την δράση τους είναι πολύ μεγάλος.

Τα συνθεστέρα χρησιμοποιούμενα φάρμακα που μπορούν να ενισχύσουν την δράση των κουμαρινικών αντιπηκτικών και να αυξήσουν έτσι την πιθανότητα να προκληθεί αιμορραγία αν δεν μειωθεί ταυτόχρονα η δόση του λαμβανομένου αντιπηκτικού είναι :

- Σιπροφλοξασίνη, Ερυθρομυκίνη, Φλουκοναζόλη

- Ισοναζίδη, Κοτριμοξαζόλη
- Διλτιαζέμη, Προπαφαϊνόνη, Αμιωδαρόνη, Προπανολόλη
- Φαινοφιμπρατη, Σιμβαστατίνη, Φλουβαστατίνη
- Σιταλοπράμη
- Ομεπραζόλη

Αντίθετα τα συνθεστέρα χρησιμοποιούμενα φαρμακευτικά σκευάσματα που μπορούν να ελαττώσουν την δράση των κουμαρινικών αντιπηκτικών και να αυξήσουν έτσι την πιθανότητα να προκληθεί θρόμβωση αν δεν αυξηθεί ταυτόχρονα η δόση του λαμβανομένου αντιπηκτικού είναι :

- Ριφαμπικίνη
- Χολυστεραμίνη,
- Καρβοναζεπίνη
- Βαρβιτουρικά

Επίσης σε περίπτωση που κάποιος ασθενής, υπό αντιπηκτική αγωγή με κουμαρινικά, πρόκειται να υποβληθεί σε κάποια χειρουργική επέμβαση, θα πρέπει να έρχονται σε συνεργασία ο θεράπων ιατρός με τον χειρουργό προκειμένου από κοινού να αποφασίζεται κατά πόσον ο ασθενής πρέπει να συνεχίσει ή να διακόψει ή να αλλάξει την αντιπηκτική αγωγή λόγω της επικείμενης χειρουργικής επέμβασης. Εδώ θα πρέπει να τονισθεί ότι παρά το γεγονός ότι επεμβάσεις χαμηλού αιμορραγικού κινδύνου όπως είναι ο καταρράκτης, η αφαίρεση σπύλων ή οι περισσότερες οδοντιατρικές επεμβάσεις δεν απαιτούν διακοπή της αντιπηκτικής αγωγής, οι χειρουργοί ή οι οδοντίατροι, είτε από άγνοια είτε από υπερβολικό φόβο, συστήνουν τη διακοπή της υποβάλλοντας έτσι του ασθενούς στον κίνδυνο κάποιας θρόμβωσης. Γι αυτό τον λόγο η συνεργασία των θεράποντων ιατρών είναι ο καλύτερος τρόπος ώστε να ληφθεί η σωστή απόφαση για τον ασθενή προκειμένου αυτός να υποβληθεί στους μικρότερους δυνατούς περιεργητικούς κινδύνους για ενδεχόμενη αιμορραγία ή θρόμβωση.

Τέλος οι ασθενείς που λαμβάνουν αντιπηκτική αγωγή με κουμαρινικά θα πρέπει να ελέγχουν τακτικά τον Χρόνο Προθρομβίνης (ΧΠ) και τον δείκτη INR. Πρόκειται για δυο πολύ σημαντικές εργαστηριακές εξετάσεις που λαμβάνουμε μετρώοντας τον χρόνο που απαιτείται για τον σχηματισμό θρόμβου. Η μέτρηση των δεικτών αυτών πρέπει να γίνεται σε τακτική βάση, συνήθως μηνιαία αλλά και πολλές φορές συχνότερα (αυτό το καθορίζει ο θεράπων ιατρός) όταν αλλάζει για διάφορους λόγους η δοσολογία του αντιπηκτικού. Η τιμή του INR πρέπει πάντοτε να βρίσκεται εντός συγκεκριμένων ορίων, που βασικά καθορίζει ο ιατρός, ανάλογα με την πάθηση για την οποία χορηγείται το αντιπηκτικό. Παρέκκλιση της τιμής του INR από τα συγκεκριμένα όρια αυξάνει την πιθανότητα για αιμορραγία (αν το INR είναι πάνω από το άνω όριο) ή θρόμβωση (αν το INR είναι κάτω από το κάτω όριο).

Συμπερασματικά θα μπορούσα να πω ότι η συμμόρφωση στην θεραπευτική αγωγή με κουμαρινικά παράγωγα, όπως και με κάθε φάρμακο, έχει τεράστια σημασία και πρέπει να εξασφαλίζεται με την σωστή ενημέρωση και εκπαίδευση του ασθενούς και εν ανάγκη και των οικείων του.

* Ο Ιατρός Ιωάννης Γ. Γκούβερης είναι
Ειδικός Παθολόγος - Αγγειολόγος
Μετεκπαιδευθείς στους Υπερήχους - Triplex Αγγείων
και την Παχυσαρκία (Scope Member)

ΑΔΑ: Ω0Λ9ΩΚΦ-ΨΕΧ
ΑΔΑΜ: 16PROC003618806
ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΝΟΜΟΣ ΑΡΓΟΛΙΔΑΣ
Δ/ΝΣΗ ΝΑΥΠΛΙΕΩΝ
Δ/ΝΣΗ ΤΕΧΝΙΚΩΝ
ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ

Ναύπλιο 11.01.2016
Αριθ.Πρωτ.: 367

ΠΕΡΙΛΗΨΗ ΔΙΑΚΗΡΥΞΗΣ

1) Ο Δήμος Ναυπλίου προκηρύσσει ανοιχτό διαγωνισμό για την ανάθεση του έργου: «ΚΑΤΑΣΚΕΥΗ ΓΗΠΕΔΩΝ ΜΠΑΣΚΕΤ ΚΑΙ ΤΕΝΝΙΣ ΣΤΟ ΔΡΕΠΑΝΟ»

προϋπ/σμού 104.536,36€ με το Φ.Π.Α.

Το έργο συντίθεται από την ακόλουθη κατηγορία εργασιών: ΟΔΟΠΟΙΙΑΣ & ΟΙΚΟΔΟΜΙΚΩΝ. 2) Οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να παραλάβουν τεύχη του διαγωνισμού από τα γραφεία της Τεχνικής Υπηρεσίας Δήμου Ναυπλίων (οδός Χαρ.Τρικούπη 11 - Τ.Κ.211 00 Ναύπλιο) κατά τις εργάσιμες ημέρες και ώρες με απόδειξη καταβολής 10,00€ στην οικονομική υπηρεσία του Δήμου μέχρι και τις 04/02/2016

ημέρα Πέμπτη έως τις 14:00, υπεύθ. υπάλληλος κ. Γεωργίου Ιωάννης κα. Τζαβάρα Γεωργία, τηλ.: 27520-97807 & 27520-97808 και fax: 27520-97809). 2) Ο ενδιαφερόμενος του Δήμου Ναυπλίων (WWW.NAYPLIO.GR), στο πεδίο των ανακοινώσεων, μπορούν να δουν λόγο της μελέτης του έργου. Η διακήρυξη του έργου έχει συνταχθεί κατά το εγκεκριμένο από τον Υπουργό Π.Ε.Χ.Ω.ΔΕ. υπόδειγμα τύπου Β'.

3) Ο διαγωνισμός θα διεξαχθεί στο Δημοτικό Κατάστημα του Δήμου Ναυπλίων (Πλατεία Τριών Ναυάρχων - Ναύπλιο Τ.Κ.211 00) στις 09.02.2016 ημέρα Τρίτη κατά ώρα 10.00 π.μ. (λήξη επίδοσης προσφορών) και το σύστημα υποβολής προσφορών είναι: «σύστημα προσφοράς με επί μέρους ποσοστό έκπτωσης», του άρθρου 5 του (ΚΔΕ). 4) Μεμονωμένες εργοληπτικές επιχειρήσεις: Εγγεγραμμένες στο Μητρώο Εργοληπτικών Επιχειρήσεων (Μ.Ε.Ε.Π.) που τηρεί-

ται στη Γ.Γ.Δ.Ε. του ΥΠ.Υ.ΜΕ.ΔΙ., εφόσον ανήκουν στην Α1 τάξη και άνω για έργα κατηγορίας ΟΔΟΠΟΙΙΑΣ και ΟΙΚΟΔΟΜΙΚΩΝ και εμπειροτέχνες εγγεγραμμένους στα μητρώα της Π.Ε. Αργολίδας για έργα αντίστοιχης κατηγορίας. 5) Για τη συμμετοχή στο διαγωνισμό απαιτείται η κατάθεση εγγυητικής επιστολής ύψους 1.699,78 € (χίλια εξακόσια εννήντα εννέα ευρώ και εβδομήντα οκτώ λεπτά) και ισχύ τουλάχιστον 210 ημερών από

την ημέρα διεξαγωγής του διαγωνισμού. Ο χρόνος ισχύος των προσφορών είναι 180 ημέρες.

6) Το έργο χρηματοδοτείται από: "Σ.Α.Τ.Α."

Προκαταβολή δεν θα χορηγηθεί.

7) Το αποτέλεσμα της δημοπρασίας θα εγκριθεί από τη Οικονομική Επιτροπή του Δήμου Ναυπλίων.

Ο ΔΗΜΑΡΧΟΣ ΝΑΥΠΛΙΕΩΝ
ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ Ι. ΚΩΣΤΟΥΡΟΣ

απροσάρμοστα ητοιμγόδοορη



**Τελικά οι κατσαρίδες είναι ο υπ αριθμόν 1
εχθρός των γυναικών παγκοσμίως**

ανέκδοτο

Αμελέτητα Ταύρου

Μια μέρα ένας Έλληνας τουρίστας στην Ισπανία πάει σε ένα εστιατόριο και ζητάει να δοκιμάσει αμελέτητα ταύρου. Το γκαρσόν του φέρνει λοιπόν κάτι τεράστια. Έκπληκτος από το μέγεθος ο Έλληνας τα δοκιμάζει και ενθουσιάζεται από την νοστιμιά τους.

Πριν φύγει λέει στο γκαρσόνι: - Θα έρχομαι κάθε μεσημέρι όσο είμαι διακοπές εδώ να τρώω αμελέτητα ταύρου. Σε παρακαλώ λοιπόν να μου φυλάς μία μερίδα κάθε μέρα.

Πάει την άλλη ημέρα, τη επόμενη, την μεθεπόμενη. Κάθε φορά το γκαρσόν του έφερνε μία μερίδα τεράστια.

Την 5η ημέρα που πήγε για μεσημεριανό το γκαρσόν του φέρνει μία μερίδα τόσο μικρή λες και ήταν 2 κεφτεδάκια!!

- Τι είναι αυτά; Τόσο μικρά;

- Ααα, σήμερα νίκησε ο ταύρος και έχασε ο ταυρομάχος.

14 δυσκολίες που θα καταλάβουν ΜΟΝΟ οι αριστερόχειρες

1. Δεν μπορείς να χρησιμοποιήσεις σωστά το ψαλίδι. Η κοφτερή πλευρά του βρίσκεται αντίθετα από αυτή που μπορείς να το κρατήσεις, πράγμα που σημαίνει ότι: α) κόβεις σαν δεξιόχειρας- ή τουλάχιστον προσπαθείς- και καταλήγεις να τραυματίζεσαι και να καταστρέφεις αυτό που κόβεις. β) Αν το κρατήσεις με το αριστερό για να καταφέρεις να κόψεις θα πρέπει να στριμώξεις τα δάχτυλα σου στη μικρή τρυπούλα. Good luck with that.

2. Δεν μπορείς να γράψεις όταν ο διπλανός σου είναι δεξιόχειρας. Έχοντας περάσει πολλά χρόνια στα θρανία θυμάμαι να σκουντάω ΜΟΝΙΜΩΣ με το χέρι του διπλανού μου, γιατί προφανώς και θα ήταν δεξιόχειρας. Στα 17 εκπαιδευτικά χρόνια μου είχα μόλις μία φορά διπλανό αριστερόχειρα και δεν μπορώ να σας περιγράψω τη χαρά μου. (Γεια σου Στάθη, δεν σε ξεχνώ να ξέρεις).

3. Στο ίδιο κόνσεπτ δεν μπορείς να φας όταν ο διπλανός σου είναι δεξιόχειρας. Αν έχεις στριμωχτεί σε οικογενειακό τραπέζι την παραμονή της πρωτοχρονιάς γνωρίζεις πολύ καλά πόσο περιορισμένο χώρο έχεις για να φας σαν άνθρωπος. Ε, σκέψου τώρα πως είναι όταν η ξαδέρφη σου, που είναι δεξιόχειρας, επιμένει να κόβει το κρέας με τον αγκώνα της σηκωμένο στον αέρα. ΑΛΗΘΕΙΑ ΤΩΡΑ;

4. Δεν μπορείς να γράψεις σωστά στην πρώτη σελίδα του σπινάλ. Ακόμη και τώρα εκνευρίζομαι με αυτά τα τετράδια. Για να καταφέρεις να κρατήσεις σημειώσεις από την αρχή της σελίδας έπρεπε να κάνεις ακροβατικά με το χέρι ή να ξεκινήσεις να γράφεις από τη μέση της.

5. Γιατί μπορείς στα ντοσιέ; Αχ, τα ντοσιέ. Ακομη θυμάμαι τότε που έγραφα τα «σκέφτομαι και γράφω» στο δημοτικό και έκανα χάλια γράμματα κάθε φορά που έφτανα στα κλιπ του ντοσιέ.

5. Θρανία σε αμφιθέατρα. Ξέρεις ποια λέω, αυτά με το μικρό τραπέζι που βολεύουν ΜΟΝΟ δεξιόχειρες. Μόνο μίσος απύθμενο για αυτά.

6. Οι μουτζούρες στο χέρι. Αυτό που γράφεις έκθεση με στυλό τύπου μαρκαδοράκι και όταν τελειώνεις το χέρι σου μοιάζει σαν μελανιασμένο; Αυτό. Προφανώς το ίδιο ισχύει και όταν χρησιμοποιείς μολύβι.

7. Υπάρχει ΠΑΝΤΑ ένας συγγενής/ δάσκαλος που θα σε πει ζερβοκουτάλο. Whatever that means.

8. Όπως επίσης υπάρχει πάντα αυτός ο συγγενής που θα σε μαλώσει που γράφεις με το «κακό» χέρι και θα σε πείσει να γράφεις με το δεξί #truestory. Ναι, γιατί προφανώς αν δεν γράφεις με το χέρι που κάνεις το σταυρό σου θεωρείσαι αυτόματα μέλος σατανιστικής ομάδας.

9. Διδάσκεις αν όχι όλες- τις περισσότερες χειρωνακτικές εργασίες από δεξιόχειρα ΑΡΑ καταλήγεις μπλεγμένη. Παράδειγμα Νο1: Χρησιμοποίη το mouse ως δεξιόχει-

ρας γιατί στο σχολείο μου κανείς δεν θεώρησε λογικό να μου μάθει να το χρησιμοποιώ με το κυρίως χέρι μου. Παράδειγμα Νο2: Πλέκω ως δεξιόχειρας γιατί η θεία μου (γεια σου θεία) που μου έδειξε τον τρόπο είναι δεξιόχειρας. Όταν μάλιστα πήγα να δω βίντεο στο youtube με την σωστή για εμένα τεχνική μπερδεύτηκα και τα παράτησα.

10. Τα μολύβια μας είχαν πάντα ειδικό σφουγγαράκι. Γιατί για κάποιον λόγο πιέζουμε περισσότερο το μολύβι όταν γράφουμε και αποκτάμε ένα μικρό κάλο στο μεσαίο ή στο παράμεσο δάχτυλο.

11. Όταν λες ότι είσαι αριστερόχειρας σε κοιτάνε όλοι με απορία και περιμένουν να τους αποδείξεις πόσο πιο έξυπνος/ η είσαι. Επίσης σε ρωτάνε αν είσαι όντως καλλιτεχνική ψυχή. ΚΑΘΕ. ΦΟΡΑ.

12. Δεν μπορείς να ρυθμίσεις άνετα την ώρα στο ρολόι σου. Το ρολόι ως γνωστόν το φοράς στο αντίθετο χέρι. Όταν λοιπόν φοράς το ρολόι στο δεξί χέρι δεν μπορείς να ρυθμίσεις την ώρα χωρίς να στραμπουλήξεις το χέρι σου γιατί αυτά τα μικρά αυτά πραγματάκια που γυρνάς (πώς τα λένε άραγε;) είναι από τη μέσα μεριά.

13. Τα στυλό στις τράπεζες και στα γκισέ. Το μήκος της αλυσίδας που κρατάει ένα στυλό στη βάση του είναι τόσο όσο βολεύει έναν δεξιόχειρα. Οι υπόλοιποι πρέπει να έχουμε δικό μας στυλό αν δεν θέλουμε να μας σπάσουν τα νεύρα.

14. Το φερμουάρ στα παντελόνια. Μπορεί να μην το έχεις προσέξει ωστόσο το ανεβάζεις αναγκαστικά ως δεξιόχειρας καθώς το ύφασμα που το καλύπτει δεν σου επιτρέπει να το ανεβάζεις με το αριστερό σου χέρι.

Βέβαια το να είσαι αριστερόχειρας έχει και τα θετικά του.

1. Όταν χρειάζεται να χρησιμοποιήσεις μαχαιροπίρουνο δεν μοιάζεις σαν να τα χρησιμοποιείς πρώτη φορά. Σόρι, δεξιόχειρες αλλά είστε πολύ αστείοι όταν προσπαθείτε να κόψετε κρέας. (χι-χι-χι!)

2. Έχεις τεράστιο πλεονέκτημα ως αθλητής. Μερικοί από τους πιο διασημούς και επιτυχημένους αθλητές είναι αριστερόχειρες/ αριστεροπόδαροι. Ξεχνιούνται οι εκτελέσεις κόρνερ του Τσιάρτα; Όχι βέβαια.

3. Έρευνες λένε ότι είμαστε πιο ευφυείς. Αυτό συμβαίνει γιατί οι περισσότεροι χρησιμοποιούμε και τα δύο ημισφαίρια του εγκεφάλου, καθώς αναγκάζομαστε να λειτουργούμε ΚΑΙ ως δεξιόχειρες.

4. Μπορούμε να κάνουμε περισσότερα πράγματα ταυτόχρονα. Έρευνες έχουν βρει ότι η επικοινωνία που υπάρχει μεταξύ αριστερού και δεξιού ημισφαιρίου είναι συχνότερη από ότι σε έναν δεξιόχειρα.

5. Ορισμένοι αριστερόχειρες έχει παρατηρηθεί ότι έχουν καλύτερη μνήμη όπως επίσης ότι είναι καλύτεροι στα video games.

6. Οι αριστερόχειρες είναι πιο οπτικοί τύποι και *όντως* έχουν καλλιτεχνικές τάσεις. Χαρακτηριστικό παράδειγμα είναι ο Leonardo Da Vinci, ο Pablo Picasso, ο Michelangelo και ο Rembrandt.

