



## Το λουκέτο στο σχολείο Δήμαινας εξαγριώνει

Μετά τη σχεδιαζόμενη συγχώνευση του 2ου και 5ου δημοτικού σχολείου Ναυπλίου, άλλο ένα πλήγμα έρχεται για την εκπαίδευση. Η συγχώνευση του δημοτικού Σχολείου Δήμαινας με το Δημοτικό Σχολείο Νέας Επιδαύρου έριξε από τα σύννεφα τους γονείς των μαθητών της περιοχής.

Σελ 4



## Έβαλαν ταφόπλακα στο τρένο

Ψάχνουν στις τσέπες  
μας για επενδυτές

Σελ. 3

Εβδομαδιαία εφημερίδα  
Πέμπτη 1.6.2017  
[www.anagnostis.org](http://www.anagnostis.org)  
[anagnostispe@hotmail.com](mailto:anagnostispe@hotmail.com)

Έτος 20ο • Αρ. φύλλου 945 • ΕΥΡΩ 0,70

# ΑΝΑΓΝΩΣΤΗΣ



## Η αίσθηση του καθήκοντος

Στο άρθρο του ο Χρ. Γραμματικόπουλος, επισημαίνει μεταξύ άλλων: «Αποτελεί καθήκον και υποχρέωση όλων μας, συμπολίτευσης και αντιπολίτευσης, τα δύο επόμενα χρόνια μέχρι την λήξη της θητείας μας να ανεβάσουμε στροφές προκειμένου να γίνουν κάποια πράγματα και να πάμε δύο βήματα παρακάτω .

Σελ 8



## Το 40άρι του Μαΐου κατέστρεψε την παραγωγή ελαιολάδου – Τι λένε οι ειδικοί

Καταστροφικές συνέπειες για τους ελαιοπαραγωγούς, είχε η ζέστη στις αρχές Μαΐου, η οποία σε συνδυασμό με το δυνατό αέρα, προξένησε μεγάλη ζημιά στην παραγωγή. Όπως λένε αγρότες από το Λυγουριό, αλλά και από άλλες περιοχές του νομού, Ερμιονίδα, Αμαριανό, Αραχναίο, δημιουργήθηκε αφυδάτωση στην καρπόδεση που βρίσκεται στο πιο πρώιμο και ευαίσθητο στάδιο, με αποτέλεσμα να την καταστρέψουν.

Καθηγητής Πανεπιστημίου αναφέρεται στο πρόβλημα.

Σελ. 9

# Κλαίνε για τις ελιές και τον καιρό



## Σώζουν τον Αγ. Κωνσταντίνο

Χρόνια τώρα ένα από τα παλαιότερα Τζαμιά της Οθωμανικής αυτοκρατορίας και το μοναδικό διασωθέν στο Άργος κινδύνευε με κατάρρευση. Ναός σήμερα του Αγ. Κωνσταντίου, κέντρισε το σοβαρά ενδιαφέρον της δημοτικής αρχής που ψάχνει να τον σώσει.

Σελ 12-13

## Αυξήστε τους πελάτες σας μέσα 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





**Μοναδική λύση να πληρώσετε τα μισά τέλη κυκλοφορίας**

Νίκος Μαυραγάνης απέκλισε την επαναλειτουργία του τρένου από το κράτος

## Μας πέρασαν για Κινέζους

Πέρασαν τους παρευρισκόμενους για «κινέζους επενδυτές» και τους ζήτησαν να αναλάβουν αυτοί την επαναλειτουργία του τρένου. Ο υφυπουργός υποδομών και μεταφορών Νίκος Μαυραγάνης και ο Διευθύνων Σύμβουλος του ΟΣΕ Κωνσταντίνος Πετράκης απέκλεισαν την διάθεση έστω και ενός ευρώ για την επαναλειτουργία του τρένου αν δεν βρεθεί επενδυτής! Στην συζήτηση πέρα των δύο κυρίως ομιλητών παρευρέθησαν ο βουλευτής Αργολίδας του ΣΥΡΙΖΑ Γιάννης Γκιόλας και η υποψήφια βουλευτής με τους ΑΝΕΛ Κατερίνα Μπόμπου

### Σε λάθος κατεύθυνση το τρένο

Στη συνέντευξη τύπου που παραχώρησε ο ΣΥΡΙΖΑ-ΑΝΕΛ δια του υφυπουργού υποδομών και μεταφορών Νίκου Μαυραγάνη. Απέκλεισε το ενδεχόμενο να μετατραπεί η γραμμή σε γραμμή προαστιακού με το σκεπτικό «επενδύθηκαν τόσα χρήματα για την βελτίωση της υπάρχουσας μετρικής γραμμής και δεν μπορούμε να τα πετάξουμε έτσι». Ο κ. Μαυραγάνης αναφερόταν με αυτή την φράση στο έργο που επιτελέστηκε από το ΠΑΣΟΚ και την ΝΔ και είχε ως αποτέλεσμα να καταργηθεί οριστικά η γραμμή Κόρινθος-Καλαμάτα. Προτιμά να υπάρχει μια άχρηστη γραμμή από το να αντικατασταθεί και να γίνει κερδοφόρα. Ο ο Διευθύνων Σύμβουλος του ΟΣΕ Κωνσταντίνος Πετράκης μάλιστα για να πείσει τους παρευρισκόμενους δημιούργησε τεχνικά συλλογιστικά εμπόδια του τύπου «ίσως χρειαζόμαστε μια μελέτη που να επιβεβαιώνει πως θα διακινούνται από Κόρινθο 200-έως 1500 επιβάτες. Δεν λέω πως τα νούμερα είναι αυτά, αλλά το πως θα πρέπει να υπολογίσουμε την κερδοφορία της γραμμής». Η παγίδευση δεν βρίσκεται φυσικά στον αριθμό των πιθανών επιβατών αλλά στον προσδιορισμό της διαδρομής. Όπως τα παρουσίασε ο κ. Πετράκης η βιωσιμότητα θα κριθεί από το πόσοι θα βγάζουν εισιτήριο στην Κόρινθο προς Ναύπλιο κι αντίστροφα κι όχι από την Πάτρα ή την Αθήνα. Ένας τέτοιος υπολογισμός λογικό είναι να είναι απογοητευτικός γιατί θα πρέπει όλη η Κόρινθος να κινείται προς Ναύπλιο κι αντίστροφα.

Φυσικά δεν έγινε καμιά αναφορά για το τρένο ως κοινό μέσο μεταφοράς πρώτα των πολιτών και μετά των τουριστών. Η γραμμή Κόρινθος -Καλαμάτα δεν έγι-



νε για να εξυπηρετεί μόνο τους τουρίστες όπως περιστράφηκε κουβέντα κατά την συζήτηση. Η απειρία της επιτροπής για την επαναλειτουργία του τρένου ήταν εμφανής και αφέθηκε στο να υπολογίζει την μεταφορά των τουριστών από το λιμάνι του Ναυπλίου στην Τίρυνθα και στις Μυκίνες. Ήδη η κυβέρνηση είχε καναλιζάρει την κουβέντα προς τις λύσεις να δημιουργηθεί ένας διατοπικός Suï Generis φορέας με την συμβολή των Δήμων Ναυπλιέων και Άργους - Μυκηνών, καθώς και την υποστήριξη της τοπικής κοινωνίας, για να λειτουργήσει με ιδιωτικά κεφάλαια ή την εξεύρεση μιας ή περισσότερων εταιριών, ακόμα και ΚΟΙΝΣΕΠ για να λειτουργήσει τμηματικά το τρένο!

### Ο θρίαμβος της νεοφιλελεύθερης σκέψης

Η συζήτηση ήταν ένας θρίαμβος της νεοφιλελεύθερης άποψης για το πως θα πρέπει να λειτουργεί η κοινωνία. Τα πάντα σε ιδιώτες ακόμα και σε ομάδες πολιτών αρκεί να μην επιβαρύνεται το κράτος. Ξέχασαν όμως κυρίως οι

του ΣΥΡΙΖΑ, να πουν πως το τρένο στο παρελθόν εκτελούσε και κοινωνική πολιτική συνδέοντας περιοχές που ήταν ασύμφορες για τους ιδιώτες πχ για τα ΚΤΕΛ, όπως τα Κουγέικα, το Σπηλιοτάκη, την Βελανιδιά, την Ανδρίτσα, το Ελαισχόρι κ.α. Όλες αυτές οι περιοχές σήμερα ζουν στην απομόνωση και σιγά σιγά εγκαταλείπονται από τους κατοίκους. Δεκάδες χωριά σε όλη την διαδρομή Από το Άργος ως την Καλαμάτα έχουν οδηγηθεί σε μαρasmus και λόγω φυσικά της ελλιπούς συγκοινωνίας. Η σαλαμοποίηση της γραμμής Πελοποννήσου έχει ως αποτέλεσμα αυτό που ζούμε σήμερα. Οι ιδιώτες να καρπούνται τα πιο ζουμερά κομμάτια της γραμμής και να ζητάμε μετά από δήμους να κάνουν κοινωνική πολιτική στις μεταφορές, πράγμα σχεδόν απίθανο με το χάλι των οικονομικών της τοπικής αυτοδιοίκησης!

Όμως το τρένο δεν μετέφερε μόνο επιβάτες αλλά και εμπορεύματα. Κανείς δεν μπορεί να αμφισβητήσει πως το κόστος μεταφοράς με το τρένο είναι χαμηλότερο απ ότι με το αυτοκίνητο. Η προγραμματισμένη κατάργηση της γραμμής

Αθήνα -Καλαμάτα μέσω Άργους ωφέλησε μόνο τις ιδιωτικές εταιρίες μεταφορών και αυτούς που εισπράττουν διόδια μεταφέροντας το κόστος διακίνησης των εμπορευμάτων στον καταναλωτή.

### Οι κυβερνητικές προτάσεις

- Η γραμμή παραμένει μετρική δεν μετατρέπεται σε προαστιακό
- Όποιος θέλει μπορεί να δρομολογήσει τρένο από Κόρινθο μέχρι Ναύπλιο.
- Τουριστικά βαγόνια που θα κυκλοφορούν όταν αποβιβάζονται τουρίστες στο λιμάνι του Ναυπλίου με προορισμό Τίρυνθα και Μυκίνες
- Καμιά διακλάδωση του τρένου, δηλαδή το τρένο που θα έρχεται από Κόρινθο θα γυρίζει σ αυτήν
- Οι Δήμοι και η περιφέρεια να φτιάξουν εταιρία που θα λειτουργήσουν με δικά τους έξοδα το τρένο
- Το κράτος αναλαμβάνει το κόστος αποκατάστασης των γραμμών ύψους 2εκ Ευρώ περίπου εάν και εφ' όσον βρεθεί επενδυτής
- Την μελέτη βιωσιμότητας θα την αναλάβει ο ενδιαφερόμενος επενδυτής
- Η χρήση χώρων του ΟΣΕ, όπως το πάρκο του ΟΣΕ στο Ναύπλιο, μπορούν να παραχωρηθούν σε ιδιώτες προκειμένου οι δήμοι κλπ να χρηματοδοτούν το τρένο

### Το τρένο από μια άλλη σκοπιά

- Επιδότηση των «άγονων δρομολογίων» με κριτήριο τον ορθολογικό σχεδιασμό των μεταφορών και την αλληλοσυμπλήρωση με τα άλλα μεταφορικά μέσα.
- Αναγνώριση ότι η ιδιωτικοποίηση δεν αποτελεί λύση, καθώς δεν έχει αποδώσει ούτε σε άλλες χώρες που έχει εφαρμοστεί.
- Ενδεχόμενη πρόσκληση στα ΚΤΕΛ, τις περιφερειακές αυτοδιοικήσεις και τους σιδηροδρομικούς, να επενδύσουν σε σιδηροδρομικές γραμμές που τους αφορούν. Το επενδυτικά αυτά σχήματα θα δίνουν δικαίωμα συμμετοχής στις αντίστοιχες εισπράξεις σε προκαθορισμένο ποσοστό, δε θα οδηγούν όμως σε συμμετοχή σε ζημιές ή κέρδη ούτε θα μπορούν να μεταβιβαστούν σε τρίτους. Τέτοιες ρυθμίσεις θα βοηθούσαν στη διαμόρφωση σχέσεων συνεργασίας και αλληλοσυμπλήρωσης μεταξύ τρένου και λεωφορείου, θα απελευθέρωναν οχήματα και οδηγούς για καλύτερη εξυπηρέτηση των μικρότερων οικισμών

και θα έδιναν στις τοπικές κοινωνίες δυνατότητα συμμετοχής στις αποφάσεις για τη συγκοινωνιακή τους κάλυψη.

- Ανάδειξη του σιδηροδρόμου σε κορμό των χερσαίων μεταφορών για μεσαίες και μεγάλες αποστάσεις, με αύξηση του μεταφορικού του έργου ώστε να αυξηθούν τα έσοδα και να μειωθεί το κόστος ανά «χιλιομετρικό επιβάτη».
- Μετατροπή της γραμμής Κόρινθος - Ναύπλιο σε 1,40μ ώστε να δέχεται βαγόνια του προαστιακού και σύνδεσή της με το Ελ Βενιζέλος
- Κόμβο μετεπιβίβασης στο Άργος και επαναλειτουργία της μετρικής γραμμής έως την Καλαμάτα.

## ΜΝΗΜΟΣΥΝΟ



**Το Σάββατο  
3 Ιουνίου 2017  
στον Ιερό Ναό Αγίου  
Κωνσταντίνου  
στο Ναύπλιο,  
θα τελέσουμε**

**40ΗΜΕΡΟ ΜΝΗΜΟΣΥΝΟ  
Για την ανάπαυση του  
Πολυαγαπημένου μας  
Συζύγου και Πατέρα**

**ΜΙΧΑΛΗ  
ΠΕΤΡΟΠΟΥΛΟΥ**

**Η σύζυγος  
Τα παιδιά  
Οι λοιποί συγγενείς**

Μετά τη σχεδιαζόμενη συγχώνευση του 2ου και 5ου δημοτικού σχολείου Ναυπλίου, μπαίνει λουκέτο και στη Δήμαινα

## Η Δήμαινα ξεσηκώνεται για το σχολείο που κλείνει

Μετά τη σχεδιαζόμενη συγχώνευση του 2ου και 5ου δημοτικού σχολείου Ναυπλίου, άλλο ένα πλήγμα έρχεται για την εκπαίδευση στην Αργολίδα. Αυτή τη φορά η απόφαση συγχώνευσης του Δημοτικού Σχολείου της Δήμαινας με το Δημοτικό Σχολείο Νέας Επιδαύρου έριξε από τα σύννεφα τους γονείς των μαθητών της περιοχής, οι οποίοι δεν είχαν ενημερωθεί και ξαφνιάστηκαν από την απρόσμενη απόφαση. Όπως επισημαίνει ο Σύλλογος Γονέων και Κηδεμόνων του Δημοτικού Σχολείου Δήμαινας, που προσπαθεί να ανατρέψει τη συγχώνευση, η αναστολή λειτουργίας του σχολείου θα αποδειχθεί επιζήμια στην ομαλή εξέλιξη της μαθησιακής διαδικασίας, καθώς αφενός το κτήριο στο οποίο στεγάζεται το Δημοτικό Σχολείο πληροί όλες τις προϋποθέσεις που αφορούν στην ασφάλεια των μαθητών και στην, κατά το δυνατόν, άνετη διεκπεραίωση των μαθημάτων, και αφετέρου όλοι οι φορείς που συμμετέχουν στην εκπαιδευτι-



κή διαδικασία εκφράζουν την ικανοποίησή τους από τον τρόπο με τον οποίο λειτουργεί το σχολείο με την παρούσα μορφή του. Επισημαίνουν ακόμα, ότι το σχολικό κτήριο της Επιδαύρου που πρόκειται να γίνει η συγχώνευση δεν δύναται να λειτουργήσει ως εξαθέσιο, γιατί αυτή τη στιγμή δεν διαθέτει τις απαραίτητες υποδομές ως προς αυτό. Τα μέλη του Συλλόγου Γονέων και Κηδεμόνων του Δημοτικού Σχολείου Δήμαινας αντιπροτείνουν τη διαφύλαξη της ανεμπόδιστης λειτουργίας του σχολείου ως έχει και χωρίς συγχωνεύσεις, θεωρώντας τη λειτουργία πρωτοβάθμιων δομών εκπαίδευσης σε κάθε τόπο βασικό

πυλώνα πολιτισμού και πνευματικής καλλιέργειας, πόσο μάλλον όταν ο αριθμός των μαθητών καλύπτει το ελάχιστο όριο που ορίζει ο νόμος και μάλιστα με αυξητικές τάσεις. Το θέμα απασχολεί έντονα και το δήμο Επιδαύρου, που προσπαθεί να «σηκώσει» το θέμα σε πολιτικό επίπεδο. Ο Δήμαρχος Επιδαύρου, οι τοπικοί παράγοντες της Τ.Κ. Δήμαινας και εκπρόσωποι του Συλλόγου Γονέων και Κηδεμόνων του Δημοτικού Σχολείου Δήμαινας, συναντήθηκαν ήδη με τον Αντιπεριφερειάρχη Αργολίδας Τ. Χειβιδόπουλο και στην συνέχεια με τον Περιφερειακό Διευθυντή Εκπαίδευσης Πελοπον-

νήσου κ. Πετρόπουλο, προκειμένου να συζητήσουν από κοινού το σημαντικό πρόβλημα. Ο Δήμος Επιδαύρου διαμαρτύρεται έντονα για την εξέλιξη αυτή και είναι αποφασισμένος να προβεί μαζί με την τοπική κοινωνία σε όλες τις ενδεδειγμένες ενέργειες προκειμένου να αποτρέψει την κατάργηση ενός ζωντανού σχολείου το οποίο αποτελεί βασικό κύτταρο της τοπικής κοινωνίας. Επίσης, τονίζει την σοβαρότητα των αντικειμενικών δυσκολιών οι οποίες καθιστούν ανέφικτη την υλοποίηση της πρότασης Υπουργείου και στέκεται αρωγός στις αντιδράσεις της τοπικής κοινωνίας η οποία είναι ανένδοτη σε μια τέτοια προοπτική, αφού θα δεχθεί πλήγμα στο πνευματικό - μορφωτικό τομέα. Εντωμεταξύ άμεσο κοινοβουλευτικό έλεγχο προς τον αρμόδιο Υπουργό Παιδείας, Έρευνας & Θρησκευμάτων Κ. Γαβρόγλου, ασκούν οι βουλευτές της αντιπολίτευσης Γιάννης Ανδριανός και Γιάννης Μανιάτης.

### 11 παρατάξεις συζητούν μαζί για την αυτοδιοίκηση

Έντεκα αυτοδιοικητικές παρατάξεις Α΄ και Β΄ βαθμού της Αργολίδας, πήτνα την πρωτοβουλία και διοργανώνουν εκδήλωση - συζήτηση στο Ναύπλιο, με θέμα: Παρουσίαση και συζήτηση της πρότασης αναθεώρησης του θεσμικού πλαισίου της τοπικής αυτοδιοίκησης. Εισηγητής θα είναι ο Κώστας Πουλιάκης Γ.Γ. Υπουργείου Εσωτερικών και Πρόεδρος της αρμόδιας επιτροπής του Υπουργείου Εσωτερικών. Η εκδήλωση προγραμματίζεται για τις 14 Ιουνίου στις 19:00, στο Βουλευτικό. Οι Παρατάξεις που συμμετέχουν από την Πρωτοβάθμια Αυτοδιοίκηση είναι οι: Άλλος Δρόμος Άργους Μυκηνών, Δυνατή Ερμιονίδα, Ενεργοί Δημότες Επιδαύρου, Ναύπλιο Επόμενη Μέρα, Ναύπλιο Νέα Ελπίδα, Νέα Αντίληψη Επιδαύρου, Νέα Δυναμική Πορεία Ερμιονίδας, Προοδευτική Συμμαχία Ερμιονίδας. Από την Περιφερειακή Αυτοδιοίκηση η Δημοκρατική Πελοποννησιακή Συνεργασία-Πράξη Ανάπτυξης, η Οικολογική Εναλλακτική και η Πελοπόννησος Πρώτα.

**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 ...



**COCO-MAT.** Προσφέρει ονειρώδη ύπνο σε όσους κοιμούνται στα στρώματα και τα κρεβάτια της. Η σοφία της φύσης αποτέλεσε πηγή έμπνευσης και οδηγό για πρωτοποριακά προϊόντα και έπιπλα για το σπίτι, από φυσικά υλικά. Σήμερα η εταιρεία χαίρει παγκόσμιας καταξίωσης. Βρίσκεται στην οδό Καραολή Δημητρίου 8, στο Άργος. Τηλ. : 2751 026 321



**ELECTRON ENERGY.** Η Τεχνική επιχείρηση του κου Γιάννη Μουστακόπουλου, δραστηριοποιείται στο σύνθετο τομέα της ενέργειας. Με γνώμονα την αξιοπιστία και την άμεση εξυπηρέτηση και εφόδια την τεχνογνωσία και την υπευθυνότητα παρέχει υψηλού επιπέδου υπηρεσίες σε Ηλεκτρομηχανολογικές Μελέτες - Εγκαταστάσεις - Κατασκευές, Φωτοβολταϊκά, Συναγερμούς κλπ. Βρίσκεται στην οδό Βασ. Παύλου 2 (παραπλεύρως ΔΕΗ), στο Ναύπλιο. Τηλ.: 27520 21402



**ΚΑΛΛΙΝΗΣ.** Από τις πιο παλιές ταβέρνες της Πρόνοιας Ναυπλίου. Ξεκίνησε τη λειτουργία της μέσα στην Κατοχή. Έκλεισε στον πόλεμο και άνοιξε πάλι το 1946. Από τότε πάντα στο ίδιο σημείο, μέχρι και σήμερα. Τρίτη γενιά, ένα όνομα, μια ιστορία. Βρίσκεται στην οδό 25ης Μαρτίου 41, στο Ναύπλιο. Τηλ.: 2752024408



**ΤΟ ΠΕΤΡΙΝΟ - ΛΙΑΚΟΠΟΥΛΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ.** Ένα καλόγουστο Καφέ μπαρ, που θα απολαύσετε οποιαδήποτε ώρα της ημέρας με την παρέα σας, ή θα ράσετε το βράδυ σας. Βρίσκεται στο Λυγουριό. Τηλ.: 2753 022106

Ο «Αναγνώστης Πελοποννήσου» στηρίζει και προβάλλει την τοπική αγορά, τις ντόπιες επιχειρήσεις, τους αξιόλογους επαγγελματίες, που κέρδισαν την εμπιστοσύνη μας... Μαζί προσπερνάμε την κρίση και επιχειρούμε μέσα από αυτή τη σελίδα να παρουσιάσουμε

τις δραστηριότητες και ιδιωτικές πρωτοβουλίες από κάθε γωνιά του νομού. Αν επιθυμείτε κι σεις να φιλοξενήσουμε δωρεάν σε αυτή την θεματική ενότητα της εφημερίδας τη δική σας δραστηριότητα ή επιχείρηση, δεν έχετε παρά να μας καλέσετε

στο 27520 22257 και να στείλετε μια καλή φωτογραφία (χώρος εργασίας, βιτρίνα, εκδήλωση κλπ) καθώς και μια μικρή περιγραφή της δραστηριότητας, μαζί με τη διεύθυνση, το τηλέφωνο και το όνομα του ιδιοκτήτη, στο [anagnostispe@hotmail.com](mailto:anagnostispe@hotmail.com)

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

## Μια «άλλη» θεώρηση του Θεάτρου στο Ναύπλιο



Της **Ιωάννας Καραμάνου\***

Πώς αποτυπώνεται η ετερότητα στο θέατρο; Πώς έχει καθορίσει η έννοια αυτή τη θεωρία και τη θεατρική πρακτική; Ποια η κοινωνική και πολιτισμική της σημασία;

Τα ερωτήματα αυτά θα προσεγγίσουν 190 διακεκριμένα μέλη της επιστημονικής κοινότητας και του καλλιτεχνικού κόσμου στο Ναύπλιο, από τις 17 έως και τις 20 Μα ου. Το ΣΤ΄ Πανελλήνιο Θεατρολογικό Συνέδριο με θεματική «Θέατρο και Ετερότητα: Θεωρία, Δραματουργία και Θεατρική Πρακτική» διοργανώνεται στο Ναύπλιο από το Τμήμα Θεατρικών Σπουδών του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου, σε συνεργασία με τα Τμήματα Θεατρικών Σπουδών των Πανεπιστημίων Αθηνών, Πατρών και Θεσσαλονίκης και με το Κέντρο Ελληνικών Σπουδών του Πανεπιστημίου Harvard.

Η επιλογή του θέματος δεν είναι τυχαία. Οι προσεγγίσεις της ιδέας της ετερότητας καλύπτουν ένα ευρύ ερευνητικό και καλλιτεχνικό φάσμα, από το αρχαίο έως και το σύγχρονο θέατρο, προβάλλοντας πολύπλευρες σκηνικές πρακτικές. Πέραν αυτού, όμως, η έννοια της ετερότητας, ο τρόπος, δηλαδή, που αντιλαμβανόμαστε το «διαφορετικό» στη σκηνική του ενσάρκωση, καθώς και στην κοινωνική και πολιτισμική του διάσταση, είναι στις μέρες μας πιο επίκαιρη από ποτέ. Θέτει ερωτήματα για τον προσδιορισμό και τον επαναπροσδιορισμό της δημοκρατίας, συνδέοντας την οικουμενική αξία του θεάτρου με τους σύγχρονους όρους ύπαρξης και συνύπαρξης. Αναγνωρίζοντας τη σημασία αυτού το θέματος για τη σύγχρονη ελληνική κοινωνία, το Υπουργείο Παιδείας, Έρευνας και Θρησκευμάτων έχει θέσει υπό την αιγίδα του το συνέδριο, ενώ την πρωτοβουλία αυτή χαιρετίζει και η Υπουργός Πολιτισμού και Αθλητισμού, κυρία Λυδία Κονιόρδου.

Το συνέδριο αυτό, που συνιστά θεσμό για τη θεωρία και την πρακτική του θεάτρου, στοχεύει να αποτελέσει forum διεπιστημονικού διαλόγου και μεθοδολογικών προσεγγίσεων μεταξύ κορυφαίων ερευνητών από την Ελλάδα και το εξωτερικό και καλλιτεχνικής αλληλεπίδρασης μεταξύ θεατρικών δημιουργών. Απευθύνεται σε ένα πολύπλευρο ακροατήριο, στο οποίο περιλαμβάνεται όχι μόνο η επιστημονική κοινότητα των θεατρολόγων, αλλά και ο κόσμος του θεάτρου και των τεχνών, οι εκπαιδευτικοί και το ευρύ κοινό. Οι ακροατές θα έχουν την ευκαιρία να παρακολουθήσουν τις εργασίες του συνεδρίου σε τρεις χώρους που κοσμούν την πόλη του Ναυπλίου, περιμετρικά της πλατείας Συντάγματος, μιας (κατά κοινή ομολογία) από τις ωραιότερες πλατείες της Ευρώπης: στο Βουλευτικό (την πρώτη Βουλή των Ελλήνων), στο Κέντρο Ελληνικών Σπουδών του Πανεπιστημίου Harvard και στη Δημόσια Βιβλιοθήκη Ναυπλίου «Παλαμίδης».

Επιλέγοντας από ένα πλούσιο πρόγραμμα ομιλιών και παράλληλων δράσεων, το κοινό θα έχει τη δυνατότητα να παρακολουθήσει θεατρολογικές διαλέξεις, να συμμετάσχει σε θεατρικά και θεατροπαιδαγωγικά εργαστήρια και να δει τις παραστάσεις και τις εικαστικές εγκαταστάσεις των φοιτητών του Τμήματος Θεατρικών Σπουδών του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου. Τις μέρες αυτές, το ωραίο Ναύπλιο θα αποτελέσει τόπο συνάντησης των θεατρολόγων και των θεατρικών δημιουργών, της θεωρίας και της καλλιτεχνικής πρακτικής, με στόχο την προαγωγή της έρευνας, της θεατρικής παιδείας και του πολιτισμού.

**\*Η Ιωάννα Καραμάνου είναι Επίκουρη Καθηγήτρια Αρχαίου Δράματος στο Τμήμα Θεατρικών Σπουδών του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου και Γενική Γραμματέας της Επιστημονικής Επιτροπής του ΣΤ΄ Πανελλήνιου Θεατρολογικού Συνεδρίου**

6 7

ΑΝΑΓΝΩΣΤΗΣ  
ΠΕΜΠΤΗ 1.6.2017



## Τί βλέπουν οι επισκέπτες

Περισσότερο παρατηρητικοί από τους ντόπιους είναι οι επισκέπτες του Ναυπλίου που έρχονται και περπατούν απολαμβάνοντας την πόλη. Κάποιες λεπτομέρειες, που εμείς τις προσπερνούμε απαρατήρητες, «χτυπούν στο μάτι» των ξένων. Απέναντι από το Δικαστικό Μέγαρο, στο πάρκο, το αντλιοστάσιο της ΔΕΥΑΝ χάσκει και ασχημαίνει την

εικόνα του Ναυπλίου.

Φίλος της στήλης το επεσήμανε και δεν έχει άδικο. Με εύκολο τρόπο θα μπορούσαν οι αντλίες να καμουφλαριστούν, ώστε να φαίνονται. Ας υιοθετήσει ο δήμος την ιδέα του.

ΥΖ.

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

## Επιδαύριος Δρόμος

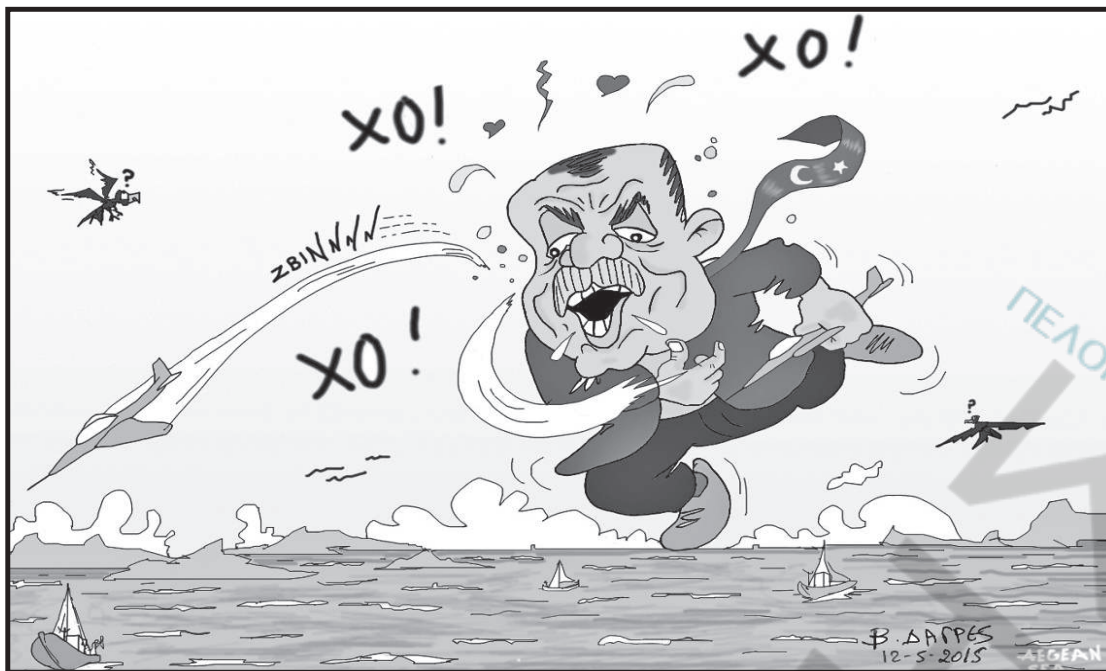
Με επιτυχία ολοκληρώθηκε ο Επιδαύριος Δρόμος, παρά τον βροχερό καιρό και τις άστατες καιρικές συνθήκες. Μάλιστα ο αγώνας σημείωσε ρεκόρ συμμετοχών, με δρομείς, περιπατητές και μαθητές να δίνουν ισχυρότατο παρόν (σύνολο συμμετοχών 439άτομα). Σύμφωνα με τους διοργανωτές σημαντική ήταν η συμμετοχή ξένων αθλητών, η οποία επιβεβαίωσε και το γεγονός ότι πρόκειται για έναν αγώνα που δεν περιορίστηκε απλώς στο αγωνιστικό κομμάτι, αλλά και στο ευρύτερα πολιτιστικό.

Η ιδιαίτερη χροιά του αγώνα έγκειται, στη σημασία των υπερ-μνημείων της περιοχής και της αίσθησης που σου δίνει το «αγωνίζεσθαι» υπό αυτό το κλίμα. Τελικά, η βροχή μόνο να μας ενθαρρύνει μπορούσε και να μεγιστοποιήσει την εμπειρία.

Υ.Ζ.

## Τα σχολεία που κλείνουν

Σε εξέλιξη βρίσκεται μια προσπάθεια συγχώνευση δημοτικών σχολείων στο με πρώτα «θύματα» το 5ο δημοτικό του Ναυπλίου, που πάει να γίνει ένα με το 2ο και το δημοτικό της Δήμιανας. Οι γονείς μόνοι προσπαθούν να αποτρέψουν τις μεθοδευμένες αποφάσεις και άγνωστο είναι αν θα τα καταφέρουν. Εντύπωση πάντως κάνει που οι φορείς περνούν το σοβαρό θέμα στα...φιλιά. Εκτός από κάποιες ερωτήσεις στη βουλή δεν



ακούγεται...άχνα. Εξαιρέση αποτελούν οι συνδικαλιστές των δασκάλων που για τους δικούς τους λόγους προσπαθούν να παρέμβουν.

Όπως λένε οι Παρεμβάσεις Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης του νομού, οι οποίοι μεταξύ άλλων τονίζουν ότι «η συζήτηση περί δελτίου καταλληλότητας, μετά από 19 ολόκληρα χρόνια λειτουργίας δεν είναι τίποτα άλλο παρά η προσπάθεια του Δ/ντή εκπαίδευσης να κρύψει κάτω από διαδικαστικά ζητήματα το σχέδιο για μαζικές συμπύξεις και συγχωνεύσεις σχολείων και τμημάτων με αντίστοιχη κατάργηση

χιλιάδων θέσεων εργασίας εκπαιδευτικών που υποδεικνύει ο ΟΟΣΑ και η ΕΕ και έχει συμφωνήσει το Υπ. Παιδείας». Επισημαίνουν ακόμα ότι οι μαζικές συγχωνεύσεις που σχεδιάζουν θα σημάνει την αύξηση του αριθμού των μαθητών στην τάξη (όπως ρητά προβλέπεται στο συμπληρωματικό Μνημόνιο για την εκπαίδευση) και συρρίκνωση θέσεων εργασίας, μαζικές απολύσεις αναπληρωτών και κινητικότητα-εντατικοποίηση των μόνιμων συναδέλφων.

Υ.Ζ.

## Τα βρήκαν οι φιλόλογοι με το Ινστιτούτο

Μετά από αντιπαραθέσεις ο Σύνδεσμος Φιλολόγων Αργολίδας εκφράζει τις ευχαριστίες του προς το Ινστιτούτο Εκπαιδευτικής Πολιτικής για το γεγονός πως «το προτεινόμενο πρόγραμμα σπουδών τίθεται για πρώτη φορά στην κρίση της εκπαιδευτικής κοινότητας, έτσι ώστε να υπάρξει μια μεγαλύτερη δυναμική στην διαμορφούμενη τροποποίηση του ισχύοντος προγράμματος...Ευελπιστούμε πως ασκούμε μέσω των παρατηρήσεών μας εποικοδομητική κριτική. Θεωρούμε πως ένα νέο

ΟΦ.

## Καπνίζουν οι μαθητές

Σοβαρό πρόβλημα για τα νέα παιδιά της περιοχής ηλικίας ακόμα και δημοτικού σχολείου είναι το κάπνισμα.

Αυτό προφανώς έχει πέσει στην αντίληψη της Περιφέρειας και της Περιφερειακής Διεύθυνσης Εκπαίδευσης Πελοποννήσου, η οποία ξεκίνησε μια καμπάνια στα ίδια τα παιδιά με εκπαιδευτικό υλικό που διατέθηκε στα σχολεία και θα μοιραστεί το Σεπτέμβρη στα παιδιά.

Υ.Ζ.

## Ενημέρωση για ρυθμίσεις δανείων

Αύριο Παρασκευή θα βρίσκεται στην Αργολίδα ο Γενικός Γραμματέας του Υπουργείου Εργασίας Ανδρέας Νεφελούδης, για την ενημέρωση του κοινού σχετικά με τις νέες ρυθμίσεις που αφορούν τα δάνεια για τις Εργατικές Κατοικίες. Στις 8 μμ θα πραγματοποιηθεί ανοιχτή εκδήλωση - ενημέρωση στο Εργατικό Κέντρο Άργους.

Υ.Ζ.



## Ο Μητσοτάκης και η Αργολίδα

Από τους αγαπημένους νομούς της περιφέρειας ήταν η Αργολίδα για τον Κώστα Μητσοτάκη.

Την περίοδο που ήταν πρόεδρος της Νέας Δημοκρατίας είχε κάνει αρκετές επισκέψεις στην περιοχή, που χάριζε ανέκαθεν υψηλά ποσοστά στη Νέα Δημοκρατία.

Στο αρχείο μας αναζητήσαμε και βρήκαμε την φωτογραφία αυτή, όπου εικονίζεται ο τότε Πρωθυπουργός, σε συνέντευξη Τύπου στην τότε νομαρχία, με τους παράγοντες εκείνης της εποχής να αγωνιούν για το τι θα πει ο αρχηγός τους, αλλά και το τι θα ερωτηθεί από τους δημοσιογράφους που είχαν «τρυπώσει» στη συνάντηση.

Δεξιά από τον τότε πρόεδρο της Ν.Δ. εικονίζονται η Αλέκα Βακάλογλου (νομάρχης), Βαγγέλης Παπανικολάου (βουλευτής), Βαγγέλης Λυκουρέτζος (πρόεδρος ΝΟΔΕ), Δημήτρης Παπανικολάου (δήμαρχος Άργους) και Άκης Γκάτζιος (δημοσιογράφος) ο οποίος μόλις είχε υποβάλλει ερώτηση.

Για τον θανάτονά πρώην Πρωθυπουργό εξέδωσαν ανακοινώσεις πολλοί από τους σημερινούς παράγοντες της περιοχής.

ΥΖ

## Στα χαρακώματα



του νοσοκομείου, εκφράζοντας για μια ακόμη φορά τη δυναμική αντίδρασή μας στην προσπάθεια υποβάθμισης των υπηρεσιών υγείας, στο δήμο μας».

Στην συγκέντρωση διαμαρτυρίας αναμένεται να συμμετάσχουν και πολίτες του δήμου, μια και χωρίς αυτούς όσο και να προσπαθήσει η πολιτική ηγεσία ελάχιστα πράγματα μπορούν να επιτευχθούν.

Να σημειωθεί πως το θέμα της υποβάθμισης του Νοσοκομείου Ναυπλίου σε αστικό κέντρο υγείας το είχε αναδείξει πρώτος ο «Αναγνώστης» κι αυτό οδήγησε στις κινητοποιήσεις των εργαζομένων.

ΟΝ.

## 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: 945  
Ημερομηνία: ΠΕΜΠΤΗ 1.6.2017  
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).  
Ευχαριστούμε πολύ τους αρθρογράφους που προσφέρουν αφιλοκεδώς τις εργασίες τους

**Του Βασίλη Δαγρέ**

Σε ότι αφορά τις Γαλλικές εκλογές, ναι θεωρώ ότι οι Γάλλοι δεν έχουν να επιλέξουν, και φυσικά και οι δύο υποψήφιοι είναι το ίδιο και το αυτό με άλλο κουστούμι.

Από την μια πλευρά η εθνικιστική Λεπέν, που θα είναι λάθος να την κατατάσσουν οι γραβατομένοι δημοσιογραφίσκοι με τον δικό μας Μιχαλολιάκο, τον πατέρα της μπορεί, εγώ την άκουσα να μιλά για τα εργασιακά δικαιώματα, την παγκοσμιοποίηση των

χρηματογορών, κλπ, και αυτά που έλεγε κατά την γνώμη μου, κάλλιστα θα μπορούσε να τα υποστηρίξει και η αριστερά, φυσικά το περιτύλιγμα είναι διαφορετικό, δεν μπορείς να μιλάς πχ δηλαδή για τα παραπάνω, και να αγνοείς ότι είσαι μια αποικιακή δύναμη, που καταληστεύεις τις φτωχές χώρες χρησιμοποιώντας την παγκοσμιοποίηση, που εσύ καταγγέλλεις, και να μην δέχεσαι τους μετανάστες που εσύ εδίωξες από την πατρίδα τους, μια έννοια που επικαλείσαι και υπερασπίζεσαι και εσύ.

Από την άλλη έχουμε ένα όμορφο παλικαράκι, υπουργό οικονομικών, υπέρ τις παγκοσμιοποίησης, αυτών του Σόρου, των αγορών και των τραπεζών, κατά του κράτους, υπέρ της ιδιωτικοποίησης, ένα αγοράκι, των λεσχών, και της οικογένειας

Ροτσαίλτ, ένας τεχνοκράτης, ένας Μόντι, ένας Παπαδήμος, όπου το παλικαράκι αυτό αναδείχτηκε και υποστηρικτικό από όλους, εντός Γαλλίας, και εκτός, το παιδί του φασίστα Σόιμπλε και Μέρκελ, το παιδί των αγορών και του νεοφιλελευθερισμού, όπου νεοφιλελευθερισμός μιλάμε για ολιγαρχία και όχι δημοκρατία, και ίσως θα λέγαμε έμμεση δικτατορία.

Άρα υπό αυτές τις συνθήκες τι μπορεί να επιλέξει ο γάλλος, ο έλληνας, ο ισπανός, ο ιταλός, ο "ευρωπαϊός" πολίτης. Ίσως έχει την ψευδαίσθηση, ότι Επιλέγει.

Όλα αυτά τα έχω συζητήσει με ένα φίλο που γεννήθηκε στην Γαλλία, μεγάλωσε για ένα διάστημα εκεί, ήρθε Ελλάδα και ξανά έφυγε.

Τελικά μήπως η άνοδος του εθνικισμού είναι ο μπαμπούλας, για την επικράτηση των δήθεν ευρωπαϊών δημοκρατών - τεχνοκρατών.



**Άρθρο του Χρ. Γραμματικόπουλου\***

Αν και απέχουμε 2 ολόκληρα χρόνια από τις επόμενες δημοτικές εκλογές και θα περιμέναμε λογικά οι έχοντες την ευθύνη του Δήμου να ασχολούνται με το πώς θα παραγάγουν έργο, δυστυχώς κάτι τέτοιο δεν συμβαίνει. Η αγωνία για την διατήρηση της εξουσίας είναι η βασικότερη έννοια τους, με αποτέλεσμα τα μεγάλα προβλήματα του Δήμου σε σημαντικό ποσοστό να παραμένουν όχι μόνο άλυτα αλλά και δίχως κάποια ιδιαίτερη δρομολογημένη διαδικασία επιλύσεως τους. Τα σκουπίδια, η χωματερή της Καραθώνας, το λιμάνι, η μαρίνα, ένα καινούργιο σχολείο, ένα μοντέρνο συνεδριακό κέντρο, το ζήτημα του νερού για αρκετές περιοχές, τα χωροταξικά και πολεοδομικά σχέδια, η υποχρέωση χρηστής και διαφανούς διοίκησης είναι μερικά μόνο από αυτά τα άλυτα προβλήματα. Για όλα αυτά φυσικά υπήρξαν άφθονες υποσχέσεις τα τελευταία χρόνια μα τίποτα περισσότερο. Επομένως το ζητούμενο είναι τι κάνουμε σήμερα. Αποτελεί καθήκον και υποχρέωση όλων μας, συμπολί-

τευσης και αντιπολίτευσης, τα δύο επόμενα χρόνια μέχρι την λήξη της θητείας μας να ανεβάσουμε στροφές προκειμένου να γίνουν κάποια πράγματα και να πάμε δύο βήματα παρακάτω. Ο καθένας μας με τον θεσμικό ρόλο του. Εμείς ως αντιπολίτευση ασκώντας σκληρό πλην τίμιο έλεγχο προς την δημοτική αρχή, πιέζοντας την να δουλέψει ουσιαστικά και με πλήρη διαφάνεια, η δε δημοτική αρχή να διοικήσει και να κυβερνήσει δημιουργώντας μετρήσιμο αποτέλεσμα.

Φοβάμαι όμως ότι ο Δήμαρχος με το επιτελείο του κινούνται σε άλλο μήκος κύματος. Ασχολούνται με τα επουσιώδη και αναλώνονται εξαιτίας μιας υπερβολικής πολιτικής ανασφάλειας, σε σπασμωδικές παλαιοκομματικού χαρακτήρα κινήσεις, με μηδαμινό πολιτικό αποτέλεσμα για τους ίδιους και βαρύ τίμημα για τα συμφέροντα των δημοτών. Έτσι, λες και πρόκειται να γίνουν εκλογές σε ένα μήνα, χαμογελούμε βλέποντας κάποιους που ενώ επί χρόνια δεν έχουν ανοίξει το στόμα τους να ψελλίσουν μία λέξη, μία σκέψη, μία ιδέα, μία κριτική κάτι τέλος πάντων, για τον τόπο μας και την λειτουργία

της δημοτικής αρχής, ξαφνικά τα «μουγκά» αυτά πρόσωπα μας ενημερώνουν για τις πολιτικές τους ανησυχίες, λες και ενδιαφέρει κανέναν ή λες και δεν καταλαβαίνουμε την ανάγκη τους να γλείψουν προσωρινά κανένα κοκαλάκι εξουσίας. Το ανησυχητικό όμως είναι ότι στο Δήμαρχείο αντί να υπάρχει συναίσθηση του κατεπείγοντος της επίλυσης των ουσιαστικών προβλημάτων των δημοτών, οι κυβερνώντες ασχολούνται επί 24ώρου βάσεως με μικροπολιτικές...σαχλαμάρες που δυστυχώς υλοποιούνται με άφθονο δημοτικό χρήμα.

Κάπως έτσι έχουν τα πράγματα είτε μας αρέσει είτε όχι. Θα πρέπει να συνειδητοποιήσουμε άπαντες ότι ο Δήμος Ναυπλιέων και ειδικά η πόλη του Ναυπλίου δεν είναι αστεία υπόθεση, δεν είναι κανένα μαγαζάκι εξυπηρέτησης του κάθε λαμόγιου ή του κάθε ξελιγωμένου για λίγη εξουσία. Απαιτείται σοβαρότητα, απαιτείται αίσθηση του καθήκοντος και γρήγορα μάλιστα.

**\*Ο Χρήστος Γραμματικόπουλος, Πολιτικός Μηχανικός Ε.Μ.Π., Επικεφαλής Μείζονος Αντιπολίτευσης Δήμου Ναυπλιέων**

## Πόλεμος μέσα από το φέισμπουκ μεταξύ Χειβιδόπουλου Καμπόσου για τις Λίμνες Μαρτυρικές οι Λίμνες για δεύτερη φορά

Προσκλήθηκε δεν προσκλήθηκε ο αντιπεριφερειάρχης στην τελετή για την δολοφονία κατοίκων των Λιμνών από τους γερμανούς συνεχίζει να προκαλεί τριβές μεταξύ του Δήμου Άργους Μυκηνών και της αντιπεριφέρειας Αργολίδας. Στην επίσημη ιστοσελίδα του δήμου Άργους Μυκηνών διαβάσαμε: «Με έκπληξη αναγνώσαμε την ανάρτηση του κ. Χειβιδόπουλου στην προσωπική του σελίδα σε μέσο κοινωνικής δικτύωσης, αναφέροντας πως δεν προσκαλέστηκε στο ετήσιο μνημόσυνο των Λιμνών, εκφράζοντας παράπονα και νουθεσίες προς την Δημοτική αρχή. Είναι απορίας άξιο που το τελευταίο διάστημα ο κ. Χειβιδόπουλος προσπαθεί να δημιουργήσει θέματα και αρνητικό κλίμα προς τον Δήμαρχο και την δημοτική αρχή του Δήμου Άργους Μυκηνών. Αποσκοπεί σε κάτι άλλο ο κ. Χειβιδόπουλος; Εγκαλεί την δημοτική μας αρχή να σεβαστεί του θεσμού, όταν λίγες μέρες πριν ο ίδιος και οι περιφερειακοί σύμβουλοι αποκαλούσαν τον Δήμαρχο Άργους Μυκηνών, αλαζόνα, λαϊκιστή, ψεύτη και νάρκισσο ενώ τον κατηγορούσαν για κομπασμό και θράσος. Παραπονείται ότι δήθεν δεν εκλήθη στο μνημόσυνο των άγρια δολοφονημένων συμπατριωτών μας

από τα γερμανικά στρατεύματα. Είναι γνωστό πως στις κηδείες και τα μνημόσυνα δεν γίνεται επίσημη πρόσκληση. Επιπλέον όπως μαρτυρούν και οι κάτοικοι των Λιμνών, ποτέ στο παρελθόν δεν είχε τιμήσει το μνημόσυνο με την παρουσία του παρότι οι κάτοικοι τον καλούσαν συνεχώς και αδιαλείπτως τα προηγούμενα έτη που την επέτειο διοργάνωνε επιτροπή κατοίκων. Μάλιστα σε απάντηση της ανάρτησης του στο facebook, την οποία εντέχνως διοχέτευσε σε άλλα μέσα ως ανακοίνωση, κάτοικος των Λιμνών και ενεργό μέλος του χωριού ο κ. Τάσος Βλάχος έγραψε τα εξής:

«Κύριε Αντιπεριφερειάρχη αγαπητέ Τάσο! Τόσα χρόνια σε καλούσαν και μάλιστα την πρόσκληση στην έφερναν οι πολιτικοί σου φίλοι, πες μου πότε ήρθες;; είχες απαξιώσει το μνημόσυνο, είχες προσβάλει με την απουσία σου τους νεκρούς, αυτούς που σε καλούσαν και όλο το χωριό. Πέντε χρόνια δεν είχε εμφανιστεί κανείς από την Περιφερειακή ενότητα Πρόσκληση έπαιρνε και ο Περιφερειάρχης μας, δεν είδα κανέναν...»

Όπως προκύπτει από την ανωτέρω απάντηση, το ζητούμενο δεν ήταν η πρόσκληση και το πρωτόκολλο το

οποίο επικαλείται ο κ. Αντιπεριφερειάρχης. Αν ήθελε να τιμήσει τους πεσόντες ο κ. Χειβιδόπουλος δεν θα έθετε ως πρόσκομμα το πρωτόκολλο και τις προσκλήσεις. Όποιος σέβεται τιμά, όπως έκαναν και οι βουλευτές που δεν έλαβαν πρόσκληση!

Επίσης αναρωτιόμαστε, από ποιον περίμενε πρόσκληση ο κ. Χειβιδόπουλος; Από τον Δήμαρχο και το Δ.Σ που σε ανακοίνωση που ήταν υπογεγραμμένη από αυτόν και τους περιφερειακούς συμβούλους αναφερόταν με τους χειρότερους χαρακτηρισμούς για την δημοτική αρχή; Κλείνοντας δηλώνουμε τα εξής:

Ο βαθμός του Περιφερειάρχη είναι όμοιος με τον βαθμό του Δημάρχου όπως και ο βαθμός του αντιπεριφερειάρχη είναι όμοιος με τον βαθμό του αντιδημάρχου. Δεν προΐσταται κανείς του άλλου, είναι βαθμοί παράλληλοι. Απαιτούμε άμεσα την ανάκληση των υβριστικών χαρακτηρισμών απέναντι στην δημοτική αρχή και το Δ.Σ. Όσον αφορά στην μεγάλη αγωνία που έχει η Περιφέρεια για τα σκουπίδια η οποία την εκθέτει διαρκώς, ως επαναπροσδιορίσει την θέση της για να μην δυσκολεύεται στο μέλλον να παρευρεθεί με πολίτες».



Το 40άρι του Μαΐου κατέστρεψε την παραγωγή ελαιολάδου – Τι λένε οι ειδικοί

## Κλαίνε για τις ελιές και τον καιρό

Καταστροφικές συνέπειες για τους ελαιοπαραγωγούς της Αργολίδας, είχε η υπερβολική ζέστη που σημειώθηκε πριν από τρεις εβδομάδες, η οποία σε συνδυασμό με το δυνατό αέρα στο επόμενο διάστημα, προξένησε μεγάλη ζημιά στην αναμενόμενη παραγωγή ελιάς κι ελαιολάδου για την τρέχουσα χρονιά.

Όπως λένε οι αγρότες από το Λυγουριό, αλλά και από άλλες περιοχές του νομού, Ερμιονίδα, Αμαριανό, Αραχναίο, δημιουργήθηκε αφυδάτωση στην καρπόδεση, η οποία βρίσκεται στο πιο πρώιμο και ευαίσθητο στάδιο, με αποτέλεσμα να την καταστρέψουν.

Να σημειωθεί ότι είναι η δεύτερη χρονιά, που η παραγωγή ελαιολάδου είναι μειωμένη στην Αργολίδα, με αποτέλεσμα πολλοί αγρότες να είναι σε απόγνωση και να μένουν χωρίς εισόδημα.

Όπως σημειώνει ο καθηγητής Δενδροκομίας του Γεωπονικού Πανεπιστημίου Αθηνών Σταύρος Βέμιος «υψηλές θερμοκρασίες (πάνω

από 30 ή ακόμη χειρότερα πάνω από 32ο C) μπορεί να επηρεάσουν αρνητικά το στάδιο πλήρους άνθησης - καρπόδεσης με αποτέλεσμα την μειωμένη καρπόδεση και παραγωγή. Το στάδιο αυτό διαρκεί 6-8 ημέρες ή και λίγο περισσότερο, διαφέρει όμως από ποικιλία σε ποικιλία και στις διάφορες τοποθεσίες καλλιέργειας στη χώρα μας και επηρεάζεται και από τη θερμοκρασία. Για παράδειγμα υπάρχουν ποικιλίες πρώιμης ανθοφορίας (Κορωνέικη, Μεγαρείτικη, Θρουμπολιά και Αδραμυτινή) και όψιμης (Καλαμών, Αγουρομάνακο και Λιανολιά Κερκύρας). Στις ορεινές περιοχές οι ελιές ανθίζουν πολύ αργότερα από τις πεδινές και θερμότερες περιοχές που ανθίζουν πιο πρώιμα. Ο χρόνος της πλήρους άνθησης επηρεάζεται επίσης από περιβαλλοντικούς παράγοντες (όπως οι θερμοκρασίες και οι βροχές του χειμώνα) και διαφέρει από χρονιά σε χρονιά, ακόμη και για την ίδια τοποθεσία και ποικιλία και δεν είναι εύκολο να προσδι-



οριστεί με ακρίβεια.

Στις αρχές του Μάη τη φετινή χρονιά, οι ελαιώνες βρίσκονται σε διάφορα στάδια ανθοφορίας, μερικοί ίσως και στο στάδιο της πλήρους άνθησης.

Ο μεγαλύτερος κίνδυνος από τις υψηλές θερμοκρασίες που είναι

στο στάδιο της πλήρους άνθησης/ καρπόδεσης διαφέρει χρονικά από περιοχή σε περιοχή και για το λόγο αυτό θα πρέπει να προσδιορίζεται σε συνδυασμό του σταδίου αυτού με τις επικρατούσες μέγιστες θερμοκρασίες στη συγκεκριμένη περιοχή και δεν μπορεί να γενικεύεται.

Για παράδειγμα στις 6 Μαΐου η θερμοκρασία ήταν πάνω από 30οC μόνο στις ανατολικές περιοχές της Πελοποννήσου (30,5 μέχρι και 33,5). Στην υπόλοιπη Ελλάδα οι θερμοκρασίες ήταν χαμηλότερες των 30οC (στοιχεία ΕΜΥ). Επομένως, μόνο αυτές οι περιοχές βρέθηκαν σε κίνδυνο και με την προϋπόθεση ότι οι ελαιώνες ήταν σε πλήρη άνθηση».

Το θέμα πρέπει άμεσα να απασχολήσει το υπουργείο Υπουργείο Αγροτικής Ανάπτυξης και Τροφίμων και ειδικά τον ΕΛΓΑ για την έναρξη των αναγγελιών ζημιάς και την υποβολή δηλώσεων από τους ελαιοκαλλιεργητές της Αργολίδας που επλήγησαν, ώστε οι ζημιές τους να καταγραφούν, να εκτιμηθούν και να αποζημιωθούν έγκαιρα.

Να σημειωθεί ότι σχετικές ερωτήσεις υπέβαλαν προς τον υπουργό Αγροτικής Ανάπτυξης και Τροφίμων Βαγγέλη Αποστόλου οι βουλευτές Γιάννης Μανιάτης και Γιάννης Ανδριανός.

Ξεκίνησαν οι εγγραφές σε παιδικούς σταθμούς και Κέντρα δημιουργικής απασχόλησης

## Γράψτε τα παιδιά σας εγκαίρως

Έως τις 9 Ιουνίου θα μπορούν οι ενδιαφερόμενοι γονείς να υποβάλλουν ηλεκτρονικά στο eetaa.gr αίτηση συμμετοχής το πρόγραμμα «Εναρμόνιση Οικογενειακής και Επαγγελματικής Ζωής», προκειμένου να φιλοξενηθούν τα παιδιά τους σε παιδικούς σταθμούς και Κέντρα Δημιουργικής Απασχόλησης. Στόχος είναι η διαδικασία καθορισμού των δικαιούχων να έχει ολοκληρωθεί ως τα τέλη Ιουνίου.

Σύμφωνα με την Ελληνική Εταιρία Τοπικής Ανάπτυξης και Αυτοδιοίκησης (ΕΕΤΑΑ) τα κριτήρια και τις προϋποθέσεις, ένταξης των ενδιαφερομένων στο πρόγραμμα είναι. Φέτος στόχος είναι να χορηγηθούν **επιταγές εισόδου (vouchers)** για δωρεάν φιλοξενία 100.000 παιδιών. Πρόκειται για αριθμό ρεκόρ, καθώς είναι αυξημένη η χρηματοδότηση του προγράμματος σε σχέση με προηγούμενες χρονιές. Συγκεκριμένα φέτος διατίθενται 205 εκ. ευρώ, εκ των οποίων τα 132 εκ. ευρώ καλύπτονται από εθνικούς πόρους και τα υπόλοιπα 73 εκ. ευρώ καλύπτονται με χρηματοδό-



τηση από το Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο στο πλαίσιο του ΕΣΠΑ 2014-2010.

Η δράση αφορά τη δωρεάν ένταξη βρεφών και νηπίων 2 μηνών έως 4 χρόνων σε βρεφονηπιακούς σταθμούς, παιδιών έως 12 ετών σε κέντρα δημιουργικής απασχόλησης, καθώς επίσης παιδιών και εφήβων με αναπηρία σε αντίστοιχες δομές. Βασικές προϋποθέσεις για τις υποψήφιες μητέρες είναι το οικογενειακό εισόδημα, η οικογενειακή κατάσταση και το εργασιακό προφίλ.

**Ειδικότερα ωφελούμενες της**

**δράσης είναι:**

Μητέρες βρεφών, νηπίων και παιδιών ή/και μητέρες νηπίων, παιδιών, εφήβων και ατόμων με Αναπηρία. Άτομα (γυναίκες και άνδρες), στα οποία έχει παραχωρηθεί με δικαστική απόφαση η επιμέλεια παιδιών. Άτομα που βρίσκονται σε χρεώση. Οι ωφελούμενες/οι της δράσης θα πρέπει να πληρούν τις κάτωθι προϋποθέσεις:

Να είναι εργαζόμενες/οι (μισθωτές/οί, αυτοαπασχολούμενες/οί), ή να είναι άνεργες/οι οι οποίες/οι να διαθέτουν δελτίο ανεργίας σε ισχύ

ή άλλο ισοδύναμο έγγραφο. Τα έγγραφα δυνάμει των οποίων βεβαιώνεται η ιδιότητα του ανέργου προσδιορίζονται στην Πρόσκληση της Ε.Ε.Τ.Α.Α. Α.Ε. προς τους δυνητικά ωφελούμενους.

Από όλες τις ως άνω κατηγορίες εξαιρούνται οι τακτικοί υπάλληλοι του Δημοσίου, των Ν.Π.Δ.Δ. καθώς και υπάλληλοι μόνιμοι και αορίστου χρόνου των Ο.Τ.Α. (α' και β' βαθμού).

**Όσον αφορά το ετήσιο οικογενειακό εισόδημα ισχύουν τα εξής:**

Με ένα παιδί το ετήσιο οικογενειακό εισόδημα δεν πρέπει να ξεπερνάει τις 27.000 ευρώ, με δυο παιδιά μέχρι 30.000, με τρία παιδιά τις 33.000 ευρώ και τέλος με περισσότερα από τρία μέχρι 35.000 ευρώ.

Να σημειωθεί ότι και φέτος, όπως και πέρυσι, θα ικανοποιηθούν όλες οι αιτήσεις όλων εκείνων που έχουν το κατώτατο εισόδημα των 5.000 ευρώ. Τόσο πέρυσι όσο και φέτος η απόφαση της κυβέρνησης είναι να ικανοποιηθούν οι αιτήσεις όλων εκείνων που έχουν το κατώτατο εισόδημα των 5.000 ευρώ. Πέρυσι από τα 92.000 παιδιά που εντάχθη-

καν στη δράση, τα 47.000 παιδιά ανήκαν σ' αυτήν την κατηγορία.

Επίσης εκτός από την παραπάνω κατηγορία παιδιών, θα ικανοποιηθούν και όλες οι αιτήσεις γονιών με παιδιά ΑΜΕΑ, ανεξαρτήτως εισοδήματος.

Μετά την ανακοίνωση των προσωρινών αποτελεσμάτων με τους δικαιούχους, οι αιτούντες μπορούν να προχωρήσουν σε ενστάσεις, ενώ τα τελικά αποτελέσματα αναμένεται να ανακοινωθούν μέχρι το τέλος Ιουνίου.

Κατά συνέπεια οι γονείς θα έχουν εύλογο χρονικό περιθώριο προκειμένου να επιλέξουν τον σταθμό που επιθυμούν.

**Οι μητέρες για την υποβολή των αιτήσεων θα πρέπει να έχουν:**

την πράξη προσδιορισμού φόρου, που σημαίνει ότι πρέπει να έχουν καταθέσει την φορολογική τους δήλωση έτους 2016 (1/1/2016 – 31/12/2016).

Το προσωπικό ΑΦΜ, ΑΜΚΑ, καθώς και τον ΑΜΚΑ των παιδιών τους για τα οποία θα υποβάλλουν ηλεκτρονικά την αίτηση τους.

## Η απέναντι όχθη

του Βασίλη Καπετάνιου

# Οι φυλές της στάθμευσης, οι τύποι του παρκάρισματος...



Μέσα από απλές καθημερινές συνήθειες μπορείς να παρατηρήσεις την συμπεριφορά ενός λαού, να ομαδοποιήσεις αυτά τα χαρακτηριστικά και να προσδιορίσεις κάποιους συγκεκριμένους τύπους. Μια τέτοια καθημερινή συμπεριφορά είναι και η στάθμευση ενός αυτοκινήτου. Αν προσέξει κανείς τον τρόπο και τον τόπο στον οποίο ακινητοποιεί για λίγο ή πολύ κάποιος το αυτοκίνητο του θα μπορέσει να προσδιορίσει και συγκεκριμένους τύπους, τις φυλές του παρκάρισματος.

### Ο εγωκβαντικός τύπος

Πρόκειται για οδηγός «ανώτερης» αντίληψης, βιώνει τον κόσμο σε τέσσερις διαστάσεις, αντιλαμβάνεται τον χώρο και τον χρόνο σαν ενιαίο συνεχές. Βέβαια αυτό το ενιαίο συνεχές βιώνεται μέσα από την χοάνη του μικροαστικού εγώ του. Όλα σε ένα ενιαίο σύνολο περιστρέφονται για να ικανοποιήσουν τις δικές του ανάγκες. Μέσα στον ενιαίο εγωιστικό χώρο του δεν υπάρχει χώρος για άλλους. Σταθμεύει όπως θέλει και όπου θέλει. Αντιλαμβάνεται το αυτοκίνητο του άλλοτε ως σημείο και άλλοτε ως κύμα και όπου μας βγάλει η θάλασσα της κίνησης. Δεν έχει αίσθηση του κυκλοφοριακού προβλήματος το οποίο προκαλεί. Δεν δίνει σημασία στις διαμαρτυρίες των άλλων. Με ένα ανώτερο ανιγνατικό Τζοκοτοειδές χαμόγελο όταν το αποφασίσει μπαίνει στο αυτοκίνητο του το μετακινεί και αφήνει το εγκλωβισμένο πεδίο ελεύθερο για τους άλλους.

### Ο μια στιγμή

Άλλος ένας τύπος οδηγού με παράξενη αντίληψη του χρόνου. Όχι αυτός δεν τον αντιλαμβάνεται ως διάσταση αλλά ως μέτρηση, με την απλή μέτρηση των λεπτών και των δευτερολέπτων. Μόνο που ο δικός του προσωπικός χρόνος δράσης είναι σε όλες τις μετρήσεις του μια στιγμή. Σταθμεύει μπροστά από το παράθυρο του περιπτερού και εμποδίζει την είσοδο και έξοδο των πελατών. Αντιλαμβάνεται το θυμωμένο βλέμμα του περιπτερά. Παίρνει το πιο γλυκό του χαμόγελο.

-Μια στιγμή θα κάνω φίλε μου!

Ο περιπτεράς δεν απαντά, γιατί γνωρίζει πολύ καλά τι σημαίνει μια στιγμή για αυτόν τον τύπο. Θα πάει στην λαϊκή αγορά θα κάνει τα ψώνια του, αν τον φωνάξει κανένας φίλος θα πει ένα ουζάκι. Να μην κεράσει και αυτός ένα;

Όλος αυτός ο χρόνος θα αποκτήσει μια συμπίεστική ικανότητα και θα γίνει μια στιγμή! Χαρούμενος από το αλκοόλ της συνάντησης και κουρασμένος από τις βαριές τσάντες με τα λαχανικά θα φθάσει ξανά μετά από μια – δύο ώρες της μια στιγμής στο περίπτερο.

-Ευχαριστώ πολύ φίλε μου!

Λίγα μέτρα πιο κάτω το ξηρό του στόμα θα δώσει σήμα για δίψα. Θα κατέβει και θα σταματήσει στο επόμενο περίπτερο, κλείνοντας πάλι την κεντρική του είσοδο.

-Μια στιγμή φίλε μου, ένα μπουκαλάκι νερό να πάρω!

### Ο τελαράκιος

Στην δυτική Ευρώπη, στα πλαίσια της ευρωπαϊκής ένωσης είμαστε η μόνη χώρα στην οποία το πλαστικό τελάρο αποτελεί σημάδι οριοθέτησης χώρου. Το αποθηκευτικό αυτό αντικείμενο βρίσκεται πάντα στο χώρο αποθήκευσης του αυτοκινήτου. Αν χώρος στάθμευσης είναι έξω από την πόρτα του μαγαζιού ή του σπιτιού είναι πάντα πίσω από την κεντρική είσοδο. Όταν φεύγει ο οδηγός το

αφήνει ακριβώς στην μέση της νοητής γραμμής του άξονα του αυτοκινήτου και το απλό τελάρο αποκτά χωρικές ικανότητες, διαστέλλεται σε τρεις διαστάσεις στα όρια ενός επιβατικού αυτοκινήτου.

Είναι ελληνικό παράδοξο ότι κανείς δεν τολμά να αμφισβητήσει την ύπαρξη του πλαστικού τελάρου ως σημείο κατοχής χώρου.

Η κατοχυρωμένη θέση λόγω τελάρου του εξασφαλίζει σίγουρη και άνετη επιστροφή στο ίδιο σημείο.

### -Ο σημειωματάκιος

Πρόκειται για τεχνητή του συναισθήματος, χρησιμοποιεί το γραπτό μήνυμα για να καλύψει την επιθυμία του να σταθμεύει όπου να 'ναι. Και όταν λέμε όπου να 'ναι κυριολεκτικά το εννοούμε.

Μπορεί να κλείσει την πόρτα πολυκατοικίας αλλά το ευανάγνωστο, πάντα με βιαστικό τρόπο γραμμένο και με μεγάλα γράμματα σημείωμα προκαλεί το συναίσθημα του διαμαρτυρούμενου.

-Συγνώμη είμαι στον παιδίατρο.

Βέβαια σε κυκλική απόσταση ενός χιλιομέτρου δεν υπάρχει παιδίατρος αλλά αυτό δεν έχει σημασία.

-Διποθύμησε η μάνα μου!!

Μάλλον την πήρε στα χέρια ο καημένος και τρέχει για το πιο κοντινό νοσοκομείο.

-Η γυναίκα μου είναι έγκυος!

Και εμείς τι φταίμε που δεν μπορούμε να βγούμε έξω από το σπίτι μας;

### -Ο επιδειξίας



Ο συγκεκριμένος τύπος δεν σταθμεύει πασαρέλα κάνει πάνω σε τέσσερις τροχούς. Ακόμα και όταν περπατάει πασαρέλα κάνει.

Με έντονο θόρυβο από την εναλλαγή γκάζι φρένου λες και δίνει παράσταση στο τσίρκο του δρόμου σταθμεύει με ακρίβεια χιλιοστού το λαμπρό αυτοκίνητο του. Ο συγκεκριμένος σταθμεύει μόνο σε κεντρικά σημεία όπου μπορεί να επιδείξει το αστραφτερό απόκτημα.

Αφού κατακάτσει η μαυρίλα του καπνού από τα καταπονημένα λάστιχα κάνει την θριαμβευτική του έξοδο. Είναι χαρακτηριστικό ότι πρώτα βγάζει τα πόδια του. Τα γυαλιστερά παπούτσια είναι τα πρώτα αντικείμενα που θα θαυμάσουν οι περαστικοί ή οι καθημενοί. Δεν τον νοιάζει αν η δουλειά που είχε να κάνει είναι δυο χιλιόμετρα μακριά και με ανοιχτό χώρο στάθμευσης. Ο στόχος επετεύχθη, επιδειξιολαγνία.

### -Το ψευτοαναπηρικό

Είναι ο τύπος που παρουσίασε πλαστό πτυχίο ξένων γλωσσών στον προϊστάμενο του, ο τύπος που με ψεύτικες βεβαιώσεις δηλώνει για προϋπηρεσία τα καλοκαίρια της ηλιοθεραπείας του. Ε, μαθημένος σε μικρές καθημερινές απάτες είναι αυτονόητη για αυτόν και άλλη μια.

Τυπώνει από το διαδίκτυο ένα αναπηρικό σήμα, το πλαστικοποιεί και το έχει πάντα στην διάθεση του για τις δύσκολες στιγμές.

Όταν δεν μπορεί να παρκάρει σωστά και είναι εκτεθειμένος κολλάει στο μπροστά και πίσω παράθυρο το αναπηρικό σήμα.

Τώρα πως μπορεί ένας ανάπηρος άνθρωπος να βγει μέσα από το όχημα μέσα από μια τόσο δύσκολη θέση στάθμευσης μάλλον αγγίζει τα όρια του θαύματος. Είναι μάλιστα τόσο θρασύς ώστε αρκετές φορές κλείνει και αναπηρικές διαβάσεις.

### Ο φθονερός

Είναι ο τύπος για τον οποίο όλη η κοινωνία είναι άδικη απέναντι του και αυτός πρέπει να την εκδικηθεί. Μαλώνει με τα παιδιά γιατί παίζουν και φωνάζουν στον δρόμο. Κάνει παρατηρήσεις και αυστηρές συστάσεις στην γειτόνισσα γιατί μια σταγόνα από τις γλάστρες της έπεσε στο πεζοδρόμιο. Απειλεί με μήνυση τον γείτονα που ακούσει δυνατά τηλεόραση με ανοικτό το παράθυρο.

Δεν έχει φίλους, ένας κακισμένος Δον Χτικιώτης κυνηγά το κακό που αυτός νομίζει και μόνο αυτός βλέπει. Ένας τιμωρός με ένα τιμόνι στο χέρι.

Ο συγκεκριμένος τύπος μπορεί να περάσει από ανοικτούς χώρους αλλά δεν θα σταματήσει ποτέ, δεν θέλει να σταθμεύσει θέλει να τιμωρήσει. Όταν εντοπίσει ένα άνοιγμα για τρία αυτοκίνητα αυτός είναι ο χώρος του.

Είναι απίστευτο αλλά αληθινό, Ενώ μπορεί να σταθμεύσει με άνεση το αυτοκίνητο του και να αφήσει χώρο για άλλους δύο συμπολίτες του πραγματοποιεί το φθονερό του παρκάρισμα.

Παρκάρει με τέτοιο τρόπο ώστε να μην μπορεί κανένας άλλος να σταθμεύσει!!!.

### -Ο καταπατητής

Λένε ότι είμαστε από τις ελάχιστες χώρες με τον χαμηλότερο βαθμό εμπιστοσύνης στο κράτος, με το χαμηλότερο σεβασμό σε ότι δημόσιο. Πεντακάθαρα σπίτια αλλά με βρώμικα πεζοδρόμια έξω από την κεντρική είσοδο και τα παράθυρα μας.

Στο δρόμο με τα φώτα ειδοποιούμε τους άλλους οδηγούς ότι πιο κάτω υπάρχει τροχιαός έλεγχος. Με όπλα κάνουμε σκοποβολή σε πινακίδες οδοσήμανσης. Κολλάμε διαφημιστικά αυτοκόλλητα σε πινακίδες της τροχαίας.

Αν κάποιος καταπατήσει δημόσιο χώρο μάλλον δεν θεωρείται δείγμα παρανομίας αλλά καταποσοσύνης. Μην ξεχνάμε ότι μέχρι πριν λίγα χρόνια η φήμη του επιδέξιου κατσικοκλέφτη ήταν ιδιαίτερα τιμητικό προσόν για ένα υποψήφιο γαμπρό.

Ο καταπατητής αφού εντοπίσει κάποιο ανοιχτό δημόσιο χώρο, αρχίζει να αφήνει εκεί το αυτοκίνητο του. Συνήθως υπάρχουν και άλλοι, με μια σιωπηρή συμφωνία ο καθένας κατοχυρώνει μια θέση. Η μακροχρόνια χρήση του χώρου τους δίνει και αποκλειστικά δικαιώματα. Δεν έχει κανείς παρά να κάνει μια βόλτα κοντά σε λόφους και βουνά που βρίσκονται σε κατοικημένες περιοχές, αλλά και ολόκληρες μικρές πλατείες έχουν γίνει τόποι στάθμευσης αυτοκινήτων και όχι μόνο.

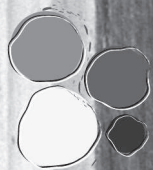
### -Ο εχθρός του Ευκλείδη

Άλλο ένα είδος οδηγού για ανώτερα μαθηματικά, οδηγώντας το αυτοκίνητο του μάλλον αναζητά μη ευκλείδειες γεωμετρίες. Χώρος άσκησης του η θέση και οι διαστάσεις της θέσης για στάθμευση.

Δεν μπορεί, μα δεν μπορεί με τίποτα να προσδιορίσει οπτικά και χωρικά τι θέση πρέπει να πάρει το αυτοκίνητο του ως σημείο σε χώρο δυο διαστάσεων. Απεγνωσμένες προσπάθειες, κινήσεις υπό γωνία αλλά το διθέσιο αυτοκίνητο του δεν χωρά εκεί που πριν ήταν σταθμευμένη νταλικά.

Νοητικά βεβαιώνεται ότι δεν χωρά εκεί που περισσεύει και ξεκινά να βρει αλλού θέση να σταθμεύσει.

\*Υπάρχουν και άλλοι τύποι, φυλές στάθμευσης αλλά ο γραπτός χώρος και «αναγνωστικός» μας χρόνος στις δυο διαστάσεις της σελίδας μας, έληξε.....



# ENOESIS

ΒΕΛΛΙΝΗ 5, ΝΑΥΠΛΙΟ, τηλ. 27520 22257

## ψηφιακή εκτύπωση

## προεκτύπωση δημιουργικό εντύπων

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

ΑΦΙΣΕΣ (32x45)

ΠΡΟΣΩΠΙΚΕΣ ΚΑΡΤΕΣ

ΔΙΠΤΥΧΑ

ΠΟΛΥΣΕΛΙΔΑ ΕΝΤΥΠΑ  
λίγα αντίτυπα

ΠΡΟΣΚΛΗΣΕΙΣ

ΕΠΙΣΤΟΛΟΧΑΡΤΑ

ΦΑΚΕΛΛΑ

ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΑ

ΑΥΤΟΚΟΛΛΗΤΑ

ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΕΣ (30,5x45,7)  
mat & illustration card

ΓΙΓΑΝΤΟΑΦΙΣΕΣ

ΛΑΒΑΡΑ

## έγχρωμες φωτοτυπίες, διαφάνειες

υψηλής ευκρίνειας, μέγιστο μέγεθος πρωτοτύπου SRA3



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

## Ου-τοπικά

Ο λαός σήμερα αισθάνεται ελεύθερος  
μόνον αν έχει εξουσιοδοτηθεί  
να μη σέβεται τίποτα

Nicolas Gomez Davila, Αποφθέγματα



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

Δοξολογούμε ακατάπαυστα αυτό που ποτέ δεν υπήρξε και προφητεύουμε ένα μέλλον χωρίς καμία εγγύηση ότι πρόκειται να έρθει.

Απατηλές αναπαραστάσεις και προσομοιώσεις της πραγματικότητας, μαζί με ανυπόστατες a priori παραδοχές, καταλήγουν σε [αυτο]

καταστροφές που χαρακτηρίζονται σαν παράπλευρες απώλειες ενός δικού μας ιστορικού σχεδίου ή ενός σχεδίου της ίδιας της Ιστορίας.

Πόσες όμως Αντιγόνες, με αυτοτελή αίσθηση δικαιώματος θυσίας, μπορεί να αντέξει μία Δημοκρατία;

Μερικοί κουβαλάνε το σταυρό μιάς αιματοβαμένης κληρονομιάς, τον οποίο θέλουν να αποθέσουν στους ώμους της αμέτοχης νέας γενιάς, οπαδοποιώντας τον πολιτικό φανατισμό και ευνουχίζοντας την κριτική σκέψη [και δράση].

Πιστοί και άπιστοι, του Παράδεισου ή της Κόλασης, παγιδεύονται σ' ένα λαβύρινθο επικίνδυνων ημιαληθειών, δημιουργώντας έναν ανίδεο όχλο που [αυτο]δηλητηριάζεται νομίζοντας πως έτσι εξυγιαίνεται από παλιές αμαρτίες.

Οι αθάνατες πλάνες εναντίον των θνητών ανθρώπων.

Πόσες όμως Αντιγόνες, με αυτοτελή αίσθηση δικαιώματος θυσίας, μπορεί να αντέξει μία Δημοκρατία;

ΥΓ. Τα δημοκρατικά δικαστήρια δεν προκαλούν αγωνία στον ένοχο αλλά στον κατηγορούμενο [N.G.Davila].

Ο δήμος διασώζει τον Ι.Ν. Αγίων Κωνσταντίνου και Ελένης του Άργους

## Ακόμα μια υπόσχεση;



Ήμουν νιος και γέρασα ακούγωντας πως θα αποκατασταθούν οι ζημιές που προξένησαν οι άνθρωποι και ο χρόνος. Πρόκειται για ένα από τα αρχαιότερα Οθωμανικά τεμένη. Επί Τουρκοκρατίας ο ναός, λειτούργησε ως Τζαμί και Νεκροταφείο των Οθωμανών και όπως γράφει ο Αναστάσιος Τσακόπουλος «είναι το μόνον διασωθέν εν Άργει επίσημον ιστορικόν μνημείον του εκλιπόντος βαρβάρου κατακτητού». Την εποχή του Καποδίστρια λειτούργησε για μικρό διάστημα ως στρατιωτικό αναρρωτήριο και κατόπιν αφέθηκε στην φθορά του χρόνου, μέχρι που κάποια στιγμή ο στρατηγός Δημήτριος Τσώκρης το χρησιμοποίησε ως ποιμνιστάσιο για τα πρόβατά του. Το 1871, μετά από ενέργειες του υπολοχαγού του πεζικού Ιωάννη Ζώη, το μνημείο καθαγιασθηκε δι' εγκαινίων και μετατράπηκε σε Χριστιανικό ναό που αφιερώθηκε στην μνήμη των αγίων και ισαποστόλων Κωνσταντίνου και Ελένης.

Μέχρι σήμερα το δημοτικό συμβούλιο του τότε Δήμου Άργους ανακοίνωσε τουλάχιστον δύο φορές μελέτη στατικότητας του εδάφους και του μνημείου, χωρίς ποτέ να γνωστοποιηθεί αν έγινε η μελέτη, αν πληρώθηκε ο μελετητής και αν έγιναν ποια ήταν τα συμπεράσματά τους.

Αυτή την φορά ο καποδιστριακός Δήμος πλέον Άργους -Μυκηνών παρουσίασε ανήμερα της εορτής των Αγίων Κωνσταντίνου και Ελένης, την Μελέτη για τις απαιτούμενες στερεωτικές επεμβάσεις και τις επεμβάσεις αρχιτεκτονικής αποκατάστασης του ομώνυμου ναού. Τη μελέτη εκπόνησαν ο Καθηγητής του Ε.Μ. Πολυτεχνείου κ. Κώστας Σπυράκος και ο Νικόλαος Χαρκιολάκης πρώην διευθυντής Αναστήλωσης των Νεωτέρων και Σύγχρονων Μνημείων του Υπουργείου Πολιτισμού.

Την παρουσίαση έκανε ο κ. Χαρκιολάκης και από πλευράς δήμου παρευρέθηκε εκπροσωπώντας τον Δήμαρχο Άργους Μυκηνών κ. Δημήτρη Καμπόσο ο αρμόδιος Αντιδήμαρχος κ. Δημήτρης Κρίγγος, ο Πρόεδρος του Δημοτικού Συμβουλίου κ. Κώστας Μπέγκος και ο Δημοτικός Σύμβουλος κ. Παναγιώτης Παπαϊωάννου. Επίσης εκ μέρους της εκκλησίας ο Π. Γεώργιος Σελλής και ο Π. Παναγιώτης Κιντής.

Ο κ. Χαρκιολάκης στην παρουσίαση του ανέφερε χαρακτηριστικά:

Ο Ιερός Ναός των Αγίων Κωνσταντίνου και Ελένης στο Άργος είναι ένα ιδιόρρυθμο θρησκευτικό μνημείο.

Τον 17ο αιώνα, κατά την διάρκεια δηλαδή της Α' Τουρκοκρατίας της Πελοποννήσου (1463-1686), αναφέρεται από τον Οθωμανό περιηγητή Εβλιγιά Τσελεμπή, ως το ένα από τα δύο τζαμιά της πόλης. Τα δύο τζαμιά εικονίζονται έκτοτε σε πολλές παραστάσεις του Άργους διαφόρων ξένων περιηγητών (π.χ. αββά Φουρμόν, Πουκεβίλ κλπ). Στη διάρκεια της Επανάστασης αφαιρέθηκαν, πιθανότατα από τον Νικητάρη, τα μολυβδόφυλλα της στέγης του για την κατασκευή σφαιρών. Μετά την Επανάσταση φιλοξένησε διάφορες χρήσεις (π.χ. νοσοκομείο). Το 1871 μετατράπηκε σε χριστιανικό ναό. Το 1938 χαρακτηρίστηκε ως ιστορικό διατηρητέο μνημείο. Σήμερα λειτουργεί ως ενοριακό παρεκκλήσιο του Μητροπολιτικού Ιερού Ναού του Αγίου Πέτρου.

Ο αρχιτεκτονικός τύπος του μνημείου, που ο κατά μήκος άξονάς του είναι προσανατολισμένος στην κατεύθυνση της Μέκκας, είναι χαρακτηριστικός σε τζαμιά του ελληνικού χώρου. Το γνωστότερο παράδειγμα του τύπου είναι το μεγάλο τζαμί του Οσμάν Σάχ στα Τρίκαλα της Θεσσαλίας. Μικρότερου μεγέθους, του ίδιου τύπου, είναι το Φετιχέ τζαμί και το τζαμί του Τζισδαράκη στην Πλάκα των Αθηνών.

Ο κύριος χώρος του κτηρίου είναι τετράγωνος σε κάτοψη και καλύπτεται με μεγάλο κυκλικό τρούλλο με χαμηλό οκταγωνικό τύμπανο. Στη δυτική πλευρά του τετραγώνου υπάρχει χαμηλότερο ανοικτό προστώο, πιθανότατα μεταγενέστερο, περιβαλλόμενο στις τρεις ελεύθερες πλευρές του με τοξωτές πεσοστοιχίες και καλυπτόμενο με τρεις κυκλικούς τυφλούς θόλους. Στην νότια γωνία του προστώου υπήρχε μιναρές, από τον οποίο σήμερα σώζεται μόνο η βάση του με τμήμα της κλίμακας. Κατά την διάρκεια της αρχιτεκτονικής μας μελέτης, στον ανατολικό (ΝΑ) τοίχο του σημερινού Ιερού ανακαλύφθηκε ίχνος γένεσης τόξου του αρχικού «μινμπάρ» (άμβωνας), στο πλάι της σημερινής Αγίας Τράπεζας, η οποία καταλαμβάνει την θέση

του αρχικού «μικράμπ» (ημικυκλική εσοχή προς την κατεύθυνση της Μέκκας) και για τον λόγο αυτό διαμορφώνεται μέσα στο πάχος του τοίχου, χωρίς δηλαδή την συνήθη προεξέχουσα κόγχη. Το μνημείο είναι γενικά απλό και λιτό, χωρίς αξιολογές διακοσμήσεις. Κάποια πλίνθινα οδοντωτά γείσα κοσμούν τις κορυφές των τοίχων και κάποια λείψανα οροφωγραφιών σώζονται στα εσωρράχια των τριών θόλων του προστώου.

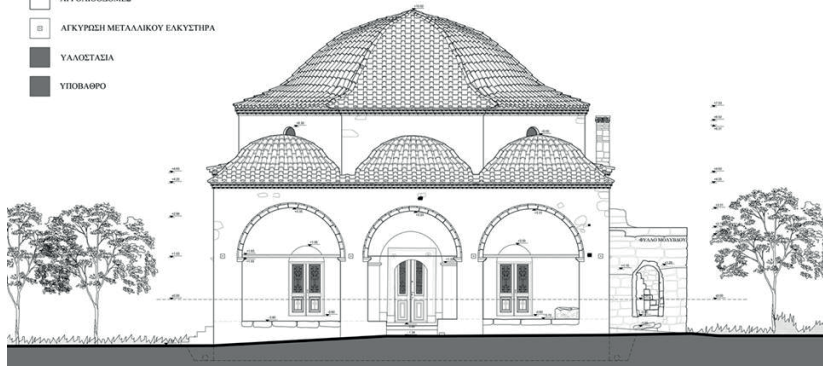
Η μετατροπή τζαμιών σε χριστιανικούς ναούς στην Ελλάδα, και άλλες βαλκανικές χώρες, όπως και χριστιανικών ναών σε τζαμιά στην Τουρκία, είναι ένα θέμα ιδιαίτερα ευαίσθητο. Πρέπει να αντιμετωπίζεται, από όλες τις πλευρές, με σεβασμό στην αρχιτεκτονική και στον διάκοσμο κάθε μνημείου, χωρίς καταστροφές και επικαλύψεις των αρχικών τους στοιχείων.

Κατά την γνώμη μας, και με την σκέψη στην διεθνή αποδεκτή αρχή της επωφελούς αμοιβαιότητας που πρέπει να ισχύει μεταξύ διαφορετικών κρατών, λαών και θρησκειών, η αλλαγή χρήσης ενός τέτοιου είδους μνημείου πρέπει να γίνεται με ελάχιστες και αναστρέψιμες κατά το δυνατόν επεμβάσεις, κατά το ευαγγελικό ρητό «καθώς θέλετε να ποιώσιν υμίν οι άνθρωποι ούτω και υμείς ποιείτε αυτοίς ομοίως». (Λουκ. 6,31 και Ματθ. 7,7).

Για τους λόγους αυτούς, στη μελέτη μας, προσπαθήσαμε να αναδείξουμε τον αρχικό χαρακτήρα του μνημείου, περιοριζόμενοι στις εντελώς αναγκαίες στερεωτικές επεμβάσεις, σε συνεργασία με τον Καθηγητή του Ε.Μ. Πολυτεχνείου κ. Κώστα Σπυράκο, και στις ελάχιστες επεμβάσεις αρχιτεκτονικής αποκατάστασης. Προτείναμε π.χ. εναλλακτικά την αντικατάσταση της σημερινής κατεστραμμένης μεταγενέστερης κεραμοσκεπής με μολυβδόφυλλα. Προτείναμε επίσης την αντικατάσταση της περιμετρικής πρόχειρης περίφραξης του μνημείου (από τσιμεντολιθοδομή και ασύμβατης μορφής κιγκλιδώματα) με επιχρισμένο μανδρότοιχο με αυλόθυρα και ανοίγματα υπαίθριων παραθύρων με σφυρήλατα κιγκλιδώματα ασφαλείας παραδοσιακής μορφής, της περιόδου της Τουρκοκρατίας κλπ.

ΥΠΟΜΝΗΜΑ ΥΑΚΙΝΘ ΕΠΙΘΑΝΕΙΩΝ:

- ΑΡΧΑΙΟΒΟΛΟΜΕΣ
- ΑΓΚΥΡΩΣΗ ΜΕΤΑΛΛΙΚΟΥ ΕΑΚΥΣΤΗΡΑ
- ΥΑΛΟΤΑΞΙΑ
- ΥΠΟΒΑΡΡΟ



Κατά τα λοιπά, η μελέτη μας αποσκοπεί στην αντιμετώπιση της κατερχόμενης και ανερχόμενης υγρασίας, με την στεγάνωση του μνημείου και την κατασκευή περιμετρικής αποστραγγιστικής τάφρου. Προτείνει την επισκευή και, στην ανάγκη, αντικατάσταση των κατεστραμμένων ξύλινων κουφωμάτων, θυρών και παραθύρων, και στην κατασκευή νέων, στα ψηλά μέρη των τοίχων, που να επιτρέπουν τον συνεχή εξαερισμό του κτηρίου. Προτείνει, επίσης, την αναδιάρθρωση του δαπέδου του κύριου χώρου από κεραμικές πλάκες, σε κανονική διάταξη, την επισκευή των εσωτερικών και εξωτερικών επιχρισμάτων και την συντήρηση-συμπλήρωση των πλίνθινων οδοντωτών γείσων. Τέλος, προτείνει την επισκευή και συμπλήρωση του δαπέδου του προστώου, την πλακόστρωση της πορείας των επισκεπτών προς το μνημείο και γύρω από αυτό, ως και την διαμόρφωση του κήπου που το περιβάλλει.

**Ποιος είναι ο Νικόλαος Χαρκιολάκης:**

Ο Νικόλαος Σ. Χαρκιολάκης γεννήθηκε στην Αθήνα το 1950. Σπούδασε Αρχιτεκτονική στο Εθνικό Μετσόβιο Πολυτεχνείο και απέκτησε το δίπλωμα του Αρχιτέκτονα Μηχανικού το 1973. Παρακολούθησε μεταπτυχιακά μαθήματα αναστήλωσης μνημείων στο Center for Conservation Studies του Ινστιτούτου Μεταπτυχιακών Αρχιτεκτονικών Σπουδών του Πανεπιστημίου του York στην Μεγάλη Βρετανία, με υποτροφία του National Trust for Greece και της Ευρωπαϊκής Ένωσης, και απέκτησε το δίπλωμα και τον τίτλο του Master of Arts το 1991. Έχει λάβει μέρος σε πολλά επιστημονικά συνέδρια και έχει δημοσιεύσει άρθρα σχετικά με βυζαντινά και μεταβυζαντινά μνημεία του Αγίου Όρους, της Κρήτης, των Κυκλάδων, της Πελοποννήσου, της Αττικής, των νησιών του Αιγαίου και της Ηπείρου ως και τα βιβλία «Παράδοση και εξέλιξη στην Αρχιτεκτονική της Ι. Μονής Σταυρονικήτα Αγίου Όρους» το 1999, «Αποκατάσταση Μνημείων - Αναβίωση Ιστορικών Κτηρίων στην Αττική - Γ» το 2006 και «Αποκατάσταση

Μνημείων - Αναβίωση Ιστορικών Κτηρίων στην Πελοπόννησο - Α» το 2008.

Διετέλεσε εκλεγμένο μέλος του Διοικητικού Συμβουλίου του Ελληνικού Τμήματος του Διεθνούς Συμβουλίου Μνημείων και Τοποθεσιών (ICOMOS) και είναι συνεργαζόμενο μέλος της Διεθνούς Επιστημονικής Επιτροπής του ICOMOS για την Ανάλυση, τη Συντήρηση και τη Δομική Αποκατάσταση των μνημείων της Αρχιτεκτονικής Κληρονομιάς (ISCARSAH), μέλος της Διεθνούς Επιστημονικής Επιτροπής του ICOMOS για την Συντήρηση των Τοιχογραφιών και μέλος της Χριστιανικής Αρχαιολογικής Εταιρείας.

Έχει 30 και πλέον επιστημονικές δημοσιεύσεις σε σχετικά επιστημονικά περιοδικά, και 50 και πλέον ανακοινώσεις σε συνέδρια, επιστημονικές συναντήσεις κλπ στην Ελλάδα και το εξωτερικό.

Από το 1977 έως το 2000 υπηρέτησε στη Διεύθυνση Αναστήλωσης των Βυζαντινών και Μεταβυζαντινών Μνημείων του Υπουργείου Πολιτισμού και από το 2000 προήχθη σε Προϊστάμενο του Τμήματος Μελετών Βυζαντινών Μνημείων της Διεύθυνσης αυτής. Κατά την διάρκεια της υπηρεσίας του στην Διεύθυνση Αναστήλωσης Βυζαντινών και Μεταβυζαντινών Μνημείων εκπόνησε πάνω από 100 μελέτες, και επέβλεψε πάνω από 25 έργα αναστήλωσης βυζαντινών και μεταβυζαντινών μνημείων σε ολόκληρη την Ελλάδα (Άγιον Όρος, Κρήτη, Κυκλάδες, Πελοπόννησος, Στερεά Ελλάδα, Αττική, νησιά Αιγαίου, Ήπειρος κλπ) και στο εξωτερικό (Ι. Μονή Σινά, Βενετία, Αλβανία, Ρουμανία κλπ).

Το 2006 προήχθη σε Διευθυντή Αναστήλωσης των Νεωτέρων και Σύγχρονων Μνημείων του Υπουργείου αυτού.

Ως Διευθυντής Αναστήλωσης των Νεωτέρων και Σύγχρονων Μνημείων άσκησε την γενική επίβλεψη της αναστήλωσης του Δημοτικού Θεάτρου Πειραιά κόστους περί τα 37 εκατομμύ-

ρια ευρώ και προγραμματίισε και επέβλεψε μελέτες έργων αναστήλωσης (Εθνικής Πινακοθήκης της Ελλάδος, πρώην ξενοδοχείου ACROPOLE PALACE, Μουσείου Ελληνικής Λαϊκής Τέχνης στην Πλάκα, Μεγάλου Τσίλλερ - Λοβέρδου ως παραρτήματος του Χριστιανικού και Βυζαντινού Μουσείου Αθηνών κλπ) που εντάχθηκαν στο ΕΣΠΑ 2007-2014 με προϋπολογισμό 100 εκατομμυρίων ευρώ περίπου, και βρίσκονται ήδη σε εξέλιξη.

Το 2011 αποχώρησε με εφεδρεία από το ΥΠΠΟ με τον τίτλο του Επίτιμου Διευθυντή Αναστήλωσης.

Από το 2012 μέχρι σήμερα είναι Πρόεδρος του Πανελληνίου Συλλόγου Ιδιοκτητών Διατηρητέων Κτηρίων και Μνημείων και ασχολείται με μελέτες αναστήλωσης κοσμικών και εκκλησιαστικών μνημείων (Ι. Μονή Προφήτη Ηλία Ερυθρών, Ι. Μονή Κατακεκρυμμένης Άργους, Ι. Ναός Αγ. Κωνσταντίνου Άργους, Ι. Ναός Αγ. Δημητρίου Κοντοπουλίου Λήμνου, Ι. Μονή Αγ. Ιωάννου Θεολόγου Πάρου, Ι. Ναός Προφήτη Ηλία Άνω Πόλης Θεσσαλονίκης κλπ).

**ΚΑΛΑΜΠΟΥΡΑΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ**  
 Διπλωματούχος  
 Μηχανολόγος Μηχανικός

Αμμώνιος 24 | Ναύπλιο  
 2752028316  
 6974340013

kcalampourdask@gmail.com

**ΦΡΟΝΤΙΣΤΗΡΙΟ Μ.Ε.**  
**ΔΥΝΑΜΙΚΟ**  
 ΑΓΑΘΑΓΓΕΛΙΔΟΥ ΛΙΤΣΑ  
 ΧΡΥΣΟΒΕΡΓΗΣ ΓΙΑΝΝΗΣ

2752-300216

**ΔΥΝΑΜΗ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ**  
 Για όλες τις τάξεις  
 ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ - ΛΥΚΕΙΟΥ

ΚΑΛΑΜΑΤΑΣ 4, ΝΑΥΠΛΙΟ  
 6938444791 - 6937146307

**LEAGROS**  
 Συμβουλευτικές Υπηρεσίες

Ασκήπτιου 69, 210 52 Λιγouriό Αργολίδας  
 mob: 695 527 1899, tel: 27530 22033  
 e: leagrosoe@gmail.com

**Hani Inn**  
 HOTEL

Χάνι Μερκούρη, Λιγouriό / Hani Merkouri, Ligourió, Argolida- Greece  
 T: +30 27530 99910 Kiv/Mob: +30 6937214073, 6951822202  
 F: +30 27530 23550 E: info@haniinn.gr www.haniinn.gr

**EPIDAVROS**

Δοκιμάστε ό' εμάς γνήσιες Γαλακτικές γέυσεις από φρέσκα & αγνά υλικά με κομμάτι αγάπη και μεράκι. Χαρή σας απόλαυση!

ΒΑΣΙΛΗΣ ΟΥΣΙΜΟΥΛΗΣ, ΛΕΟΦ. ΑΣΚΗΠΕΙΟΥ-ΛΙΓΟΥΡΙΟ  
 Τηλ.: 27530 23411, 6977717737  
 www.ICECREAM\*EPIDAVROS.GR, info@ICECREAM\*EPIDAVROS.GR

**Χρυσικόπουλος** CASIO SHARP DIGI SAM4S  
 Ταμειακά συστήματα Μηχανογράφηση επιχειρήσεων - Ζυγιστικά

Χρυσικόπουλος Ανδρέας  
 Κιν.: 6947 890830

Καποδιστρίου 25 Άργος τ.κ. 21200  
 τηλ: 27510 20274 27510 67891  
 email: chriscico@otenet.gr

απο το 1964  
**ΚΑΡΑΜΠΕΛΑΣ**  
 ΜΟΤΟ - ΠΟΔΗΛΑΤΑ - ΟΡΓΑΝΑ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ

Εισαγωγές - Ανταλλακτικά - Service - Αναπαλαιώσεις

1ο χλμ. Άργους-Ναυπλίου 212 00 Άργος  
 Τηλ.: 27510 66441, 27510 61754  
 Fax: 27510 61534  
 www.karabelasbikes.gr  
 info@karabelasbikes.gr

**ΤΕΧΝΙΚΟ ΓΡΑΦΕΙΟ**  
 Ιωάννης Αθ. Μπέλεσης  
 Πολιτικός Μηχανικός Τ.Ε. - Ε.Δ.Ε.  
 κιν.: 6977926304  
 email: bel\_air1983@hotmail.com

Γεώργιος Αθ. Μπέλεσης  
 Πολιτικός Μηχανικός Τ.Ε.  
 κιν.: 6982775190  
 email: g.belesis@yahoo.gr

Μεθάνων 3, Ναύπλιο 21100  
 τηλ.: 27520 22716

ΜΕΛΕΤΕΣ - ΚΑΤΑΣΚΕΥΕΣ - ΕΠΙΒΛΕΨΕΙΣ  
 ΕΚΔΟΣΗ ΟΙΚΟΔΟΜΙΚΩΝ ΑΔΕΙΩΝ  
 ΝΟΜΟΠΟΙΗΣΕΙΣ - ΤΑΚΤΟΠΟΙΗΣΕΙΣ ΑΝΘΡΩΠΙΝΩΝ  
 ΕΚΔΟΣΗ ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΤΙΚΩΝ ΕΝΕΡΓΕΙΑΚΗΣ ΑΠΟΔΟΣΗΣ

Γραφείο Τελετών

**“Η ΓΑΛΙΝΗ”**  
 Τηλ. γραφείου: 27510 21243 - 62612  
 Τηλ. Οικίας: 27510 51516 | Κινητό: 6944 732505  
 Μεσσηνίας & Αρκαδίας 6, Άργος.

ΗΛΕΚΤΡΟΜΗΧΑΝΟΛΟΓΙΚΕΣ ΜΕΛΕΤΕΣ ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΕΙΣ  
 ΦΩΤΟΒΟΛΤΑΪΚΑ - ΑΝΤΛΙΕΣ ΘΕΡΜΟΤΗΤΑΣ  
 ΕΝΕΡΓΕΙΑΚΕΣ ΕΠΙΘΕΩΡΗΣΕΙΣ  
 ΣΥΝΑΓΕΡΜΟΙ - ΚΑΜΕΡΕΣ

**electron energy**

**ΜΟΥΣΤΑΚΟΠΟΥΛΟΣ ΓΙΑΝΝΗΣ**  
 ΔΙΠΛΩΜΑΤΟΥΧΟΣ ΗΛΕΚΤΡΟΛΟΓΟΣ ΜΗΧΑΝΙΚΟΣ

ΒΑΣΙΛΕΩΣ ΠΑΥΛΟΥ 2 (παραπλεύρως ΔΕΗ) ΝΑΥΠΛΙΟ  
 27520 21402 www.electronenergy.gr



## Μαύρο πουλί

Μαύρο πουλί του μισεμού  
χάθηκε η ανάσα μας  
μες στα συντρίμια του καιρού  
στέρεψε η ψυχή μας

Μαύρο πουλί του μισεμού  
πως με ματώνει η σιωπή αυτού του  
κόσμου

θα ρθω να σε βρω

λυπητερό σκοπό θα σου πω

Πόσο θέλω να πετάξουμε μια μέρα  
μέσα μας δεν έσβησε ακόμα η  
φωτιά

την αγάπη να βρούμε μαζί  
και ας χαθούμε στου χρόνου τη  
σιωπή

Γιώργος Μώρος

## ΑΝΑΓΝΩΡΙΣΗ ΣΩΜΑΤΕΙΟΥ

Με την υπ' αριθ. 12/2017 απόφαση του Ειρηνοδικείου Ναυπλίου αναγνωρίστηκε η ίδρυση του μη κερδοσκοπικού σωματείου με την επωνυμία «ΣΩΜΑΤΕΙΟ ΓΕΡΜΑΝΟΓΛΩΣΣΩΝ ΦΙΛΩΝ ΕΛΛΑΔΑΣ με το διακριτικό τίτλο «ΦΙΛΙΑ» που εδρεύει στο Ναύπλιο Ν. Αργολίδος, και εγκρίθηκε το από 18/05/2017 καταστατικό του, αποτελούμενο από δεκατέσσερα (14) άρθρα και σκοπούς τους αναφερόμενους στο δεύτερο άρθρο αυτού.

Ναύπλιο 29/05/2017  
Ο Πληρεξούσιος Δικηγόρος  
Παναγιώτης Μελισσινός  
Φλέσσα 5 – Ναύπλιο 21100  
ΤΗΛ. (27520) 99022 - 25765 (fax)  
E-mail: panagiotis@melissinos-law.com

ανθρώπων έργα

## «Μα τι παράξενα, τι περίεργο, τι μυστήριο!»

Η θεατρική ομάδα RuMaNi στις 3 Ιουνίου 2017 ώρα 21.00 παρουσιάζει στο θέατρο Τριανόν την παραγωγή, με τίτλο «Μα τι παράξενα, τι περίεργο, τι μυστήριο!» βασισμένο στο έργο "Bald Soprano" του Ευγενίου Ιονέσκο.

Πρόκειται για μια θεατρική ομάδα που δημιουργήθηκε το Φεβρουάριο του 2017 από τρεις φοιτήτριες του προγράμματος Erasmus, από την Λισαβόνα της Πορτογαλίας. Δουλεύουν κυρίως με γραπτά θεατρικά κείμενα και το έργο τους στοχεύει στη δράση-αντίδραση με λεκτικά και μη λεκτικά χαρακτηριστικά επικοινωνίας. Ο βασικός τους στόχος είναι η ευαισθητοποίηση του κοινού πάνω σε θέματα καθημερινής επικοινωνίας.

Μια κριτική στην ματαιοπονία της επικοινωνίας στη σύγχρονη κοινωνία. Το έργο αυτό εστιάζει στον ελάχιστο έως ανύπαρκτο λόγο από το "Bald Soprano" του Ευγένιου Ιονέσκο και το δικό τους πρόσθετο, παράξενο χαρακτηριστικό, είναι η ταυτόχρονη χρήση τριών γλωσσών (πορτογαλικά, αγγλικά και ελληνικά) στις οποίες θα αποδοθεί. Αυτό που δεν περιμένεις, είναι ότι το έργο ολοκληρώνεται από μια σειρά διαλόγων, ανολοκλήρωτων, που δεν θυμίζουν τίποτα το «φυσιολογικό». Ποτε θα τελειώσει όλο αυτό;



### Ταυτότητα παράστασης

Σκηνοθέτης/δραματουργός: Rute Cruz  
Διευθυντής σκηνής / επιμέλεια ήχου / ενδυματολόγος: Maria Almeida  
Διευθυντής Παραγωγής/ Σχεδιαστής φωτισμού/ επιμέλεια σκηνικού χώρου: Nisa Eliziário

Τεχνικός ήχου/ φωτισμού: Αναστασία Σιαχαμιά  
Ηθοποιοί: Γιάννης Αδελιανακής, Μάνος Σπιταλάς, Μανώλης Μεσινί, Maria Almeida, Rute Cruz, Nisa Eliziário  
Διάρκεια: 60 λεπτά (χωρίς διάλειμμα)  
Ελευθερή είσοδος

Τα 150 χρόνια από τον θάνατο του Όθωνα γιορτάζονται σήμερα στο Μόναχο

## Δεν ξεχνούν οι Γερμανοί

Μέρες του Όθωνα ζουν στο Μόναχο αναφερόμενες στα 150 χρόνια από τον θάνατό του και η αδελφοποιημένη με το Ναύπλιο πόλη στο Όττομπρουν (βρύση του Όθωνα), μια πόλη που αναπτύχθηκε στο σημείο που τον αποχαιρέτισε ο Πατέρας του, έχει αναλάβει την προετοιμασία των εκδηλώσεων. Φυσικά οι εκδηλώσεις δεν έχουν να κάνουν σε τίποτα με την μοναρχία, αλλά έχουν τον Όθωνα ως γέφυρα με την Ελλάδα και ειδικά με το Ναύπλιο. Συμπωματικά ως «δώρο» στο Όττομπρουν ήταν και η αναγνώριση του Συλλόγου «Φιλία» που με



έδρα το Ναύπλιο αισιοδοξεί να φέρει πιο κοντά Έλληνες και γερμανόφωνους. Η πρόεδρος του Συλλόγου, Ιουλία Μπρετσνάνιτερ είναι και μέλος του συλλόγου «φίλοι του μουσείου του Όθωνα» στο Όττομπρουν. Το προσωρινό ΔΣ του συλλόγου φιλία απαρτίζονται: Ιουλία Μπρετσνάνιτερ (πρόεδρος), Άκης Ντάνος (αντιπρόεδρος), Παναγιώτης Μελισσινός (Ταμίας), Έβελι Βάρνχολτς (γραμματέας) και Χρήστος Πούλος (μέλος). Μέλος του συλλόγου μπορεί να γίνει οποιοσδήποτε μιλα γερμανικά, ελληνικά ή αλλοδαπός.

Στιχάκια  
-και στοιχεία-  
Λυγουριάτικα



του  
Γιάννη  
Σαρρή  
(Δραγώνα)

## Η πλατεία της Αγίας Τριάδας

Ο ναός της Αγίας Τριάδας και η Αστυνομία από τα παλιά μοιράζονταν την ίδια την πλατεία. Από τη μια το Έλεος και η Θεία λειτουργία και από την άλλη η σκληρή του κράτους τιμωρία.

Στις ίδιες κλωσσοφωλιές λευκά και μαύρα χελιδόνια στις ίδιες πατημασιές, με τη σειρά, άγιοι και κλεφτρόνια. Πόσοι δεν έσκυψαν στην εκκλησιά στο δέος του θείου Νόμου και πόσοι, στην απέναντι, από τον βούρδουλα του αστυνόμου...

Παλιά η Αστυνομία ήτανε το σπίτι του Βασιλή και κει του έδιναν ευχές όλοι οι συγγενείς και οι φίλοι.

Ήτανε Εισπράκτορας και μάζευε τα κρατικά λεφτά αλλά κάποτε δεν τα παρέδωσε μετρημένα και σωστά. Του έγινε κατάσχεση περιουσίας και πήγε φυλακή και έτσι του πήρανε το δίπατο μαζί με την αυλή.

Στον όροφο έγιναν τα γραφεία της Αστυνομίας και στην αυλή οι φυλακές για τους μάγκες της παρανομίας. Στην κατοχή εκεί μπήκαν και οι αρχές των κατακτητών που έγιναν ο φόβος και ο τρόμος όλων των Λυγουριάτων.

Εκεί βασάνισαν οι Γερμανοί έναν δικό μας Πατριώτη που όταν δεν μαρτύρησε του κούρσεψαν τη νιότη. Είπανε πως του βρήκανε παράνομα «κόκκινα» βιβλία που γράφανε πώς να καταργηθεί η «μαύρη» αδικία.

Κανένας χριστιανός δεν φώναξε Μητροπολίτη ή παπά τον βασανιζόμενο κρατούμενο για να ελευθερώσει. Ούτε κανένας τοίχος έπεσε από την εκκλησιά τους ένοπλους Γερμανούς φονιάδες να πλακώσει...

Η κηδεία του «Τζίτζη» έγινε σε κύκλο πολύ κλειστό προσήλθαν χωρίς φόβο -όλοι κι όλοι- άτομα οκτώ... Οι άλλοι χωριανοί έζησαν τη φρίκη... εσωτερικά πίσω από σφραγισμένες πόρτες και παράθυρα κλειστά.

Η σορός του εκτελεσθέντος έφτασε στο νεκροταφείο πάνω σε πόρτα ξύλινη ως μετακινούμενο φορτίο. Δεν επετράπη σε ψάλτη ούτε σε παπά ν' ακολουθήσει και τη στερνή την ώρα το λείψανο να εξαγνίσει...

Μάρτυρες η Βγενιά η αδερφή του και η δόλια μάνα, που με σφιγμένα δόντια άντεξαν ολόκληρο το δράμα σηκώνοντας με γενναιότητα του πένθους «Τον Σταυρόν» και αγνώνοντας την παρουσία των μισητών εκτελεστών...

Αυτά έγιναν το Σαράντα Τέσσερα την Πρώτη Ιουνίου μια μέρα «Γολγοθάς» για το χωριό και «Τόπος του Κρανιού»...

Μάης 2017

## Με την ματιά του γονέα

Από τον κο Νικόλαο Κ. Σχοινοχωρίτη, Διευθυντή Ε.Σ.Υ., λάβαμε και δημοσιεύουμε την παρακάτω επιστολή:

Τελειώνοντας οι κόρες μου το δημοτικό σχολείο, προέκυπτε η συνέχεια του γυμνασίου και του λυκείου.

Η πεπατημένη προέκρινε κάποιον από τα γυμνάσια του Άργους.

Τελικά η επιλογή ήταν το Μουσικό Σχολείο Αργολίδος.

Τρία χρόνια μετά θεωρώ ότι ήταν εποικοδομητική ως επιλογή, δεδομένου ότι μέσα σε ένα ιδιαίτερα φιλικό περιβάλλον, παρά τις δυσκολίες λόγω της κρίσης, εκπαιδευτικοί και μα-



θητές μοχθούν και πετυχαίνουν τους στόχους τους.

Θεωρώ τύχη διότι η Μουσική συνυπάρχει με τα υπόλοιπα μαθήματα, διαμορφώνοντας πληρέστερους χαρακτήρες.

Εύχομαι να υπάρχει συνέχεια

μέσα από την θετική ανατροφοδότηση με τον πληθυσμό της Αργολίδος, και το Μουσικό Σχολείο να δυναμώσει και άλλο, αποτελώντας Φάρο Πολιτισμού για την Κοινωνία μας.

Άργος 24/05/17



## Απ' τα ψηλά στα χαμηλά

Κώστας Ναυπλιώτης

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

# ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΤΑ ΑΥΤΟΑΝΟΣΑ ΝΟΣΗΜΑΤΑ



Από τον Ιατρό  
Ιωάννη  
Γ. Γκούβερη  
MD PhD\*

## Β' Μέρος

### Πώς γίνεται η διάγνωση των αυτοάνοσων νοσημάτων

Η διάγνωση των νοσημάτων αυτών στηρίζεται σε εξειδικευμένες ανοσολογικές εξετάσεις που πραγματοποιούνται σε ειδικά κέντρα και πολλές φορές σε βιοψία του πάσχοντος οργάνου. Βέβαια πριν φθάσει κάποιος στον εξειδικευμένο ανοσολογικό έλεγχο πρέπει να υποβληθεί στον βασικό κλινικό-εργαστηριακό έλεγχο και με βάση τα αποτελέσματα αυτού να προχωρήσει στις ειδικές ανοσολογικές εξετάσεις. Επειδή τα νοσήματα αυτά αφορούν όλα σχεδόν τα όργανα και συστήματα του οργανισμού γίνεται φανερό ότι οι γιατροί όλων των ειδικοτήτων με επίκεντρο την Παθολογία (Ενδοκρινολόγοι, Ρευματολόγοι, Δερματολόγοι, Αιματολόγοι, Νεφρολόγοι, Πνευμονολόγοι, Νευρολόγοι, Γαστρεντερολόγοι και Γυναικολόγοι) πρέπει να αναγνωρίζουν τα συμπτώματα και κλινικά σημεία των αυτοάνοσων νοσημάτων και να παραπέμπουν τους ασθενείς σε ειδικά κέντρα.

Πρέπει να τονιστεί ότι κάθε αυτοάνοση αντίδραση στον οργανισμό δεν οδηγεί απαραίτητα στην ανάπτυξη αυτοάνοσου νοσήματος. Έτσι για παράδειγμα αυτοαντισώματα είναι δυνατόν να δημιουργηθούν κατά την διάρκεια μιας λοίμωξης ή και με την πάροδο της ηλικίας χωρίς όμως αυτό να σημαίνει ότι θα δημιουργηθεί αναγκαστικά βλάβη σε κάποιο όργανο. Οι αντιδράσεις αυτές είναι αυτοπεριοριζόμενες. Για τον λόγο αυτό είναι εντελώς άσκοπο να επαναλαμβάνουμε ειδικές ανοσολογικές εξετάσεις για να ανακαλύψουμε, τυχόν, ένα αυτοάνοσο νόσημα. Οι εξετάσεις αυτές έχουν νόημα μόνο αν υπάρχουν συμπτώματα και εκτελούνται αποκλειστικά με την υπόδειξη του γιατρού.

Η επιστημονική άποψη που σήμερα τουλάχιστον επικρατεί είναι ότι η αυτοανοσία όχι μόνο δεν είναι πάντοτε βλαπτική για τον οργανισμό αλλά αντίθετα απαραίτητη για να διατηρεί το ανοσολογικό μας σύστημα σε εγρήγορση.

### Σε τι συνίσταται η αντιμετώπιση των αυτοάνοσων νοσημάτων.

Η θεραπευτική αντιμετώπιση των αυτοάνοσων νοσημάτων έχει τους παρακάτω στόχους

- **Να ανακουφίσει τον ασθενή από τα συμπτώματα** με την χορήγηση των καταλλήλων φαρμάκων (πχ αναλγητικά,

## Ένας φαινομενικός παραλογισμός του ανοσοποιητικού μας συστήματος

- **Να εφοδιάσει τον ασθενή με την ορμόνη που του λείπει** (πχ ινσουλίνη σε Σακχαρώδη Διαβήτη τύπου Ι, θυροξίνη όταν υπολειπεται ο θυρεοειδής όπως σε αυτοάνοση θυρεοειδίτιδα ή ορμόνες των επινεφριδίων (κορτικοστεροειδή και αλατοκορτικοειδή) όταν αυτά υπολειπούνται όπως στην Νόσο Addison. Σε όλες τις παραπάνω περιπτώσεις δεν μπορεί να επέλθει ίαση διότι το όργανο (θυρεοειδής αδένας, πάγκρεας και επινεφρίδια αντίστοιχα) έχει καταστραφεί. Σε αυτές τις περιπτώσεις γίνεται μόνο θεραπεία υποκατάστασης με την χορήγηση της αντίστοιχης ουσίας (θυροξίνη, ινσουλίνη κλπ) που δεν παράγεται λόγω καταστροφής του οργάνου.
- **Να παρεμποδίσει την εξέλιξη της νόσου με την κατάλληλη αγωγή** (ανοσοτροποποιητικά, ανοσοκατασταλτικά φάρμακα) ή με την πλασμαφαίρεση. Τα φάρμακα σκοπό έχουν αφενός μεν να καταστείλουν την υπερδιέγερση του ανοσολογικού συστήματος που παρατηρείται στα αυτοάνοσα νοσήματα και έτσι να κατευνάσει το νόσημα θέτοντάς το σε ύφεση αφετέρου δε να διατηρήσει όσο το δυνατόν ανέπαφη την λειτουργία του ανοσοποιητικού συστήματος, δηλ. την άμυνα του οργανισμού κατά των λοιμώξεων. Η πλασμαφαίρεση είναι μια μέθοδος με την οποία αφαιρούνται τα παθολογικά αντισώματα από τον ορό του αίματος των ασθενών με αποτέλεσμα την ύφεση της νόσου (πχ Μυασθένεια Gravis, Αγγειίτιδες, Αυτοάνοση εγκεφαλίτιδα κλπ).
- **Να περιορίσει κατά το δυνατόν τις παρενέργειες των χορηγούμενων για το αυτοάνοσο νόσημα φαρμάκων και να προστατεύσει τον οργανισμό από αυτές.** Έτσι οι λαμβάνοντες κορτικοειδή πρέπει συγχρόνως να λαμβάνουν και φάρμακα που προστατεύουν από την οστεοπόρωση (ασβέστιο, βιταμίνη D) γιατί η επί μακρόν λήψη αυτών (κορτικοειδών) οδηγεί σε μειωμένη απορρόφηση του ασβεστίου από το έντερο και αυξημένη αποβολή του από τα ούρα, αυξάνοντας έτσι τον κίνδυνο οστεοπόρωσης και καταγμάτων. Ακόμη όσοι λαμβάνουν κορτικοειδή πρέπει ακόμη να περιορίζουν σημαντικά το αλάτι για την αποφυγή κατακράτησης υγρών και δημιουργίας οίδημάτων και υπέρτασης. Επίσης να ακολουθούν διαβητικό διαιτολόγιο γιατί τα κορτικο-

- ειδή μπορούν να προκαλέσουν την εμφάνιση ΣΔ (που μέχρι την στιγμή εκείνη βρισκόταν σε λανθάνουσα κατάσταση) ή να επιδεινώσουν τον ήδη υπάρχοντα. Τα άτομα που λαμβάνουν μεθοτρεξάτη πρέπει να αποφεύγουν την κατανάλωση αλκοολούχων τροφών γιατί αυξάνουν οι παρενέργειες του φαρμάκου ενώ οι ασθενείς που λαμβάνουν κυκλοσπορίνη -Α πρέπει να αποφεύγουν τον χυμό grapefruit γιατί αυξάνεται η τοξικότητά του φαρμάκου.
- **Να ελαχιστοποιήσει την επίδραση του περιβάλλοντος** στην επιδείνωση της νόσου (πχ αποφυγή ήλιου στον ΣΕΛ)
- **Να περιορίσει κατά το δυνατόν περισσότερο την επίδραση των στρεσογόνων ερεθισμάτων** με φάρμακα ή την βοήθεια ψυχολόγων
- **Να υποδείξει τους κατάλληλους εμβολιασμούς** για την πρόληψη λοιμώξεων που πυροδοτούν την έξαρση αυτοάνοσων νοσημάτων. Όλοι οι ασθενείς με αυτοάνοσα νοσήματα πρέπει κάθε χρόνο, το φθινόπωρο, να εμβολιάζονται με αντιγριπικό εμβόλιο. Επίσης απαραίτητος είναι και ο εμβολιασμός έναντι του πνευμονιόκοκκου.
- **Να εφαρμόσει την κατάλληλη φυσικοθεραπεία** για την διατήρηση ή επανάκτηση της λειτουργικότητας μυών και αρθρώσεων.
- **Να εντάξει τους ασθενείς στον κοινωνικό ιστό** με εργασιοθεραπεία και κοινωνική υποστήριξη
- **Να υποδείξει την κατάλληλη διαίτα και διατροφή.**

### Διατροφή και αυτοάνοσα νοσήματα

Έχει διατυπωθεί η άποψη ότι η μακροχρόνια κατανάλωση τροφίμων που μπορούν να πυροδοτήσουν μια φλεγμονή όπως είναι το κρέας και η αποχή από τρόφιμα που καταστέλλουν την φλεγμονή όπως τα ψάρια, τα φρούτα και τα λαχανικά μπορεί να ευοδώσουν την εμφάνιση αυτοάνοσων νοσημάτων. Παρόλα αυτά τα μέχρι σήμερα επιστημονικά δεδομένα δεν αναδεικνύουν μια τέτοια συσχέτιση

Τα μόνα από τα αυτοάνοσα νοσήματα που σχετίζονται αποδεδειγμένα με την διατροφή είναι η Κοιλιοκάκη στην οποία πρέπει να αποκλείονται από το διαιτολόγιο αυστηρώς τρόφιμα που περιέχουν γλουτένη (σιτάρι, κριθάρι, σίκαλη και βρώμη) και ο ΣΔ τύπου Ι όπου η διατροφή πρέπει να προσαρμόζεται με βάση το σωματικό βάρος, την άσκηση και τη δόση της εξωγενούς χορηγούμενης ινσουλίνης. Σε όλα

- τα υπόλοιπα αυτοάνοσα νοσήματα δεν απαιτείται συγκεκριμένη διαίτα πλην όμως ο ασθενής οφείλει, μέσα στο πλαίσιο της υγιεινής διατροφής που είναι άκρως απαραίτητη και για αυτά τα νοσήματα, να ακολουθεί ορισμένους κανόνες τροποποιώντας ενδεχομένως την διατροφή και τις συνήθειες του. Πρέπει να φροντίζει έτσι ώστε το βάρος του να είναι κατά το μάλλον ή ήττον φυσιολογικό διότι η παχυσαρκία επιβαρύνει την βλάβη των πασχουσών αρθρώσεων ενώ η απίσχναση προδιαθέτει σε οστεοπόρωση. Ακόμη, τα αυτοάνοσα νοσήματα και η αγωγή που απαιτείται για την αντιμετώπισή τους, προδιαθέτουν σε νοσήματα φθοράς όπως η αρτηριοσκληρόνωση των αγγείων και για αυτό τα άτομα αυτά πρέπει να αποφεύγουν την λήψη των ακόρεστων λιπαρών οξέων δηλ. βουτύρου, μαργαρινών και γενικά λιπών που σε θερμοκρασία δωματίου ευρίσκονται σε στερεή κατάσταση. Επίσης τα νοσήματα αυτά προκαλούν βλάβες σε διάφορα όργανα που εκδηλώνονται με διαταραχές που απαιτούν συγκεκριμένες αλλαγές στο διαιτολόγιο.
- **Έτσι ασθενείς με αυτοάνοσο νόσημα που προκαλεί υπέρταση** (πχ ΣΔ τύπου Ι, Νεφρίτιδες κλπ) πρέπει εκτός από το διαβητικό διαιτολόγιο να περιορίσουν την πρόσληψη αλατιού και λιπαρών, να αυξήσουν την κατανάλωση φρούτων και λαχανικών και να ελαχιστοποιήσουν την κατανάλωση οινοπνεύματος
- **Ασθενείς με αυτοάνοσο νόσημα που προκαλεί νεφρική ανεπάρκεια** (πχ ΣΔ, ΣΕΛ, Σύνδρομο Goodpasture, Νεφρίτιδες κλπ) πρέπει, ειδικά όταν υπάρχει μεγάλη απώλεια της νεφρικής λειτουργίας, να ακολουθούν δίαιτα χωρίς αλάτι και με περιορισμένο λεύκωμα (πρωτεΐνη). Επειδή όμως η προσβολή του νεφρού μπορεί να εκδηλώνεται και με σημαντική απώλεια λευκομάτων (λευκοματουρία), θα πρέπει, σε αυτές τις περιπτώσεις, να υπολογίζεται και η απώλεια των λευκομάτων και το έλλειμμα να αντικαθίσταται με πρωτεΐνες των τροφών.
- **Ασθενείς με αυτοάνοσο νόσημα που προκαλεί ξηροστομία** (πχ ΣΔ, Σύνδρομο Sjogren κλπ) οφείλουν να περιορίσουν την λήψη γλυκών, ξηρών ή αφυδατωμένων τροφίμων καθώς και τροφίμων σε ακραίες θερμοκρασίες (καυτών ή παγωμένων)
- **Ασθενείς με αυτοάνοσο νόσημα που προσβάλλει τον οισοφάγο και τον γαστρεντερικό σωλήνα**, όπως το Σκληρόδερμα, πρέπει να καταναλώνουν υδαρείς και πολτοποιημένες

- τροφές που περνούν ευκολότερα από τον οισοφάγο στο στομάχι και να αποφεύγουν τον καφέ, το οινόπνευμα και τα καρυκεύματα που επιδεινώνουν τα γαστρεντερικά ενοχλήματα.
- **Ασθενείς με αυτοάνοσο νόσημα που προσβάλλει το λεπτό έντερο** όπου γίνεται η απορρόφηση των θρεπτικών ουσιών όπως η νόσος του Crohn, πρέπει να τροποποιούν έτσι την διατροφή τους ώστε με αυτή να προσλαμβάνουν όλες εκείνα τα θρεπτικά στοιχεία των οποίων η απορρόφηση δεν καθίσταται δυνατή λόγω της νόσου.

### Ποιά είναι η θέση των συμπληρωμάτων διατροφής στους ασθενείς με αυτοάνοσα νοσήματα ?

Στο εμπόριο κυκλοφορούν πολλά σκευάσματα θρεπτικών συστατικών που θεωρείται ότι έχουν ανοσοκατασταλτικές ή ανοσοδιεγερτικές ιδιότητες. Εν τούτοις, τα μέχρι σήμερα επιστημονικά δεδομένα δεν υποστηρίζουν κάτι τέτοιο. Αντίθετα χρειάζεται μεγάλη προσοχή γιατί η αλόγιστη χρήση τους μπορεί να έχει επιβλαβείς συνέπειες στην υγεία του ασθενούς και στην πορεία της νόσου του. Ιδιαίτερα γίνεται μεγάλος λόγος για τα ιχθυέλαια για τα οποία υποστηρίζεται ότι μπορούν να βοηθήσουν στην ελάττωση της φλεγμονής που συνοδεύει τα αυτοάνοσα νοσήματα. Εδώ θα πρέπει να τονισθεί ότι ασφαλείς δόσεις για αυτά δεν έχουν καθορισθεί. Αντίθετα είναι γνωστό ότι υψηλές δόσεις των ιχθυελαίων υπό μορφή συμπληρωμάτων μπορεί να αυξήσουν τον κίνδυνο για αγγειακά εγκεφαλικά επεισόδια ιδιαίτερα όταν λαμβάνονται μαζί με ασπιρίνη ή με άλλα μη στεροειδή αντιφλεγμονώδη φάρμακα. Επιπλέον μπορούν να προκαλέσουν γαστρεντερικές διαταραχές όπως διάρροια, ή δυσπεπτικά ενοχλήματα. Επομένως ασθενείς με αυτοάνοσα νοσήματα είναι προτιμότερο να διαστρέφονται δύο φορές την εβδομάδα με λιπαρά ψάρια όπως τσιπούρα, κολιούς, σολομό, σαρδέλα κλπ παρά να λαμβάνουν συμπληρώματα ιχθυελαίων.

Τέλος, θα πρέπει να τονισθεί ότι τα νοσήματα αυτά είναι χρόνια και η θεραπεία τους δύσκολη και μακροχρόνια, αυτό δε που αποτελεί τον ακρογωνιαίο λίθο και καθορίζει την επιτυχημένη θεραπεία τους είναι η συνεχής και αρμονική συνεργασία του ασθενούς με τον θεράποντα ιατρό.

\* Ο ιατρός Ιωάννης Γ. Γκούβερης είναι Ειδικός Παθολόγος-Αγγειολόγος Μετεκπαιδευθείς στους Υπερήχους – Triplex Αγγείων και την Παχυσαρκία. (SCOPE Member)



## Οι τοπικές αρχές θα υποβάλουν αίτηση για χρηματοδότηση Wi-Fi σε δημόσιους χώρους

Μπορεί να μην ήρθε με την υπόσχεση Σαμαρά, αλλά πλέον θα έρθει με πρωτοβουλία της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Το Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο, το Συμβούλιο και η Ευρωπαϊκή Επιτροπή συμφώνησαν στη χρηματοδότηση για εγκατάσταση δωρεάν σημείων πρόσβασης Wi-Fi για το κοινό σε τοπικές κοινότητες σε ολόκληρη την ΕΕ: σε δημόσιες πλατείες, πάρκα, νοσοκομεία και άλλους ανοιχτούς και κλειστούς δημόσιους χώρους έως το 2020.

Η πολιτική συμφωνία περιλαμβάνει τη δέσμευση, από τα τρία θεσμικά όργανα, ότι συνολικό ποσό ύψους 120



εκατ. ευρώ θα διατεθεί για τη χρηματοδότηση εξοπλισμού υπηρεσιών δωρεάν Wi-Fi για το κοινό σε 6.000

με 8.000 δήμους σε όλα τα κράτη μέλη. Οι συγκεκριμένες πηγές χρηματοδότησης θα οριστικοποιηθούν κατά

τις εν εξελίξει νομοθετικές συζητήσεις σχετικά με την επανεξέταση του τρέχοντος Πολυετούς Δημοσιονομικού Πλαισίου. Οι τοπικές αρχές θα μπορούν να υποβάλουν αίτηση για χρηματοδότηση μόλις δημιουργηθεί το σύστημα.

Όπως δήλωσε ο Πρόεδρος της Επιτροπής κ. Ζαν-Κλωντ Γιούνκερ, η πρωτοβουλία WiFi4EU θα συμβάλει στην υλοποίηση του οράματος να υπάρχει σε «κάθε ευρωπαϊκό χωριό και κάθε ευρωπαϊκή πόλη δωρεάν ασύρματη πρόσβαση στο διαδίκτυο στα κυριότερα κέντρα της δημόσιας ζωής έως το 2020.»

## Στο Λυγουριό έμαθαν για την ασφαλή πλοήγηση



Η ασφαλής πλοήγηση στο διαδίκτυο ήταν το θέμα ημερίδας που διοργανώθηκε στο Λυγουριό από την Διεθνή Ένωση Αστυνομικών Αργολίδας με στόχο να δοθούν συμβουλές για την ορθή χρήση του internet.

Η ημερίδα χαρακτηρίζεται πετυχημένη από την παρουσία και το ενδιαφέρον μαθητών και γονιών που παραβρέθηκαν την προηγούμενη Παρασκευή στο χώρο του Γυμνασίου. Στην κατάμεστη από μαθητές, γονείς και εκπαιδευτικούς αίθουσα ο Αστυνομικός Υποδιευθυντής της Διεύθυνσης Δίωξης Ηλεκτρονικού Εγκλήματος Βασίλης Παπακώστας, ο οποίος παρουσίασε και ανέλυσε όλα τα ζητήματα, δέχθηκε ερωτήματα από το κοινό και απάντησε στις απορίες του.

## Το GAMING είναι Υγεία



του  
**Κωνσταντίνου Χασάπη,**  
Προγραμματιστής,  
Μηχανικός Η/Υ  
Υπεύθυνος εργαστηρίου  
L@B

Ζούμε στην εποχή όπου οι υπολογιστές είναι κομμάτι της καθημερινότητάς μας. Σαν αποτέλεσμα πολύ μεγάλο κομμάτι του πληθυσμού αφιερώνει μέρος του ελεύθερου χρόνου του στα ηλεκτρονικά παιχνίδια.

**Φυσικά είναι ζωτικής σημασίας το παιχνίδι να είναι κομμάτι μιας ισορροπημένης και υγιούς ζωής.** Η άθληση, η επαφή με τη φύση, η παρέα με φίλους είναι στοιχεία που δεν μπορούν να λείπουν από την καθημερινότητά μας.



Παρακάτω λοιπόν θα σας παρουσιάσω τα οφέλη από την ενασχόληση με τα ηλεκτρονικά παιχνίδια:

**1. Βελτιώνουν τις γνωστικές ικανότητες**

**Η μνήμη, η εστίαση της προσοχής, η λογική σκέψη βελτιώνονται αισθητά όταν παίζουμε ηλεκτρονικά παιχνίδια,** ακόμα και λίγες ώρες την εβδομάδα. Απλά σκεφτείτε πόσες διεργασίες επιτελεί ο εγκέφαλος του παίκτη κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού: πρέπει να θυμάται χαρακτήρες, πίστες, αποστολές, ιδιότητες αντικειμένων, ενώ ταυτόχρονα πρέπει να βρίσκει την καλύτερη στρατηγική για να προχωρήσει στο επόμενο επίπεδο.

δο. Έτσι ενισχύονται οι γνωστικές ικανότητες του παίκτη και αυτό μπορεί να φανεί και στην πραγματική ζωή (π.χ. καλύτερες επιδόσεις στο σχολείο ή στη δουλειά).

**2. Βελτιώνουν την επεξεργασία οπτικών ερεθισμάτων και αυξάνουν την ικανότητα συγχρονισμού ματιών και χεριών**  
Κατά τη διάρκεια ενός παιχνιδιού πρέπει ο παίκτης να παρατηρεί ότι υπάρχει στην οθόνη και έτσι μαθαίνει να μοιράζει την προσοχή του και να βελτιώνει την επεξεργασία των εισερχόμενων οπτικών πληροφοριών. Επίσης το **gaming βοηθά στο συγχρονισμό μεταξύ ματιών και χεριών** και αποτελεί εξαιρετική εκπαίδευση για νεαρά άτομα (όχι όμως πολύ μικρής ηλικίας).

**3. Μειώνουν το άγχος και την κατάθλιψη**

Οι παίκτες μπορεί να στρεσάρονται κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού, φαίνεται όμως ότι τα παιχνίδια βοηθούν στη μείωση του άγχους και της κατάθλιψης. **Η ενασχόληση με κάτι ευχάριστο καθώς και η επίτευξη στόχων βοηθά τα άτομα να νιώθουν καλά με τον εαυτό τους** και να αντιμετωπίζουν περιπτώσεις ελαφριάς κατάθλιψης.

**4. Βοηθούν στη λήψη αποφάσεων**

Παίζοντας ένα παιχνίδι και ειδικά αν πρόκειται για παιχνίδι στρατηγικής πρέπει ο παίκτης να παίρνει γρήγορα αποφάσεις, σημαντικές για την έκβαση του παιχνιδιού. Η εξάσκηση αυτή μπορεί να βοηθήσει στην **ταχύτερη λήψη αποφάσεων και στην πραγματική ζωή,** ενώ μπορεί να ενισχύσει και την αυτοπεποίθηση του ατόμου που συνήθως πλήττεται από την αναποφασιστικότητα.

**5. Αυξάνουν την κοινωνικότητα**

Παρότι οι περισσότεροι άνθρωποι πιστεύουν ότι τα ηλεκτρονικά παιχνίδια απομονώνουν τους νέους, στην πραγματικότητα ισχύει το αντίθετο. Τα περισσότερα παιχνίδια πια απαιτούν τη συνεργασία πολλών παικτών. Έτσι δημιουργούνται φιλικές σχέσεις μεταξύ ανθρώπων από όλο τον κόσμο και βελτιώνονται οι κοινωνικές δεξιότητες του παίκτη. Επίσης όλο και πιο συχνά φίλοι μαζεύονται σε σπίτια για να παίξουν μαζί.



**6. Προωθούν την ενασχόληση των νέων με τον αθλητισμό και τη μουσική**

Μία κριτική που δέχονται τα ηλεκτρονικά παιχνίδια είναι ότι οι νέοι προτιμούν να παίζουν παρά να αθλούνται. Ίσως σε μερικές περιπτώσεις ισχύει αυτό, συνήθως όμως τα ηλεκτρονικά παιχνίδια με θέμα κάποιο άθλημα (π.χ. ποδόσφαιρο, μπάσκετ) ωθούν τα παιδιά να ασχοληθούν με το άθλημα αυτό και στην πραγματική ζωή (με την παρότρυνση και των γονέων). Το αντίστοιχο ισχύει και για τα παιχνίδια που έχουν θέμα τη μουσική και ο χειρισμός τους γίνεται με ηλεκτρονικά μουσικά όργανα-χειριστήρια.

**7. Βοηθούν στην αντιμετώπιση του πόνου σε ασθενείς**

Όσο παίζει κάποιος ένα παιχνίδι που του αρέσει, αφοσιώνεται σε αυτό και σταματά να σκέφτεται τον σωματικό πόνο. Εκτός αυτού το gaming φαίνεται να βοηθά στην αντιμετώπιση της δυσλεξίας, βελτιώνει την όραση, ενώ αποτελεί ιδανική εξάσκηση για άτομα που χρειάζονται πνευματική διέγερση (π.χ. ασθενείς με Αλτσχάιμερ). Ακόμα φαίνεται ότι η ενασχόληση με τα βιντεοπαιχνίδια βοηθά στη μείωση της υπερφαγίας και του καπνίσματος.

Όλο και περισσότερες έρευνες δείχνουν ότι το gaming είναι μία υγιής ενασχόληση, όταν φυσικά γίνεται με μέτρο. Η υπερβολή είναι αυτή που επιφέρει αρνητικές επιπτώσεις και πρέπει με τη βοήθεια των γονέων και του περιβάλλοντος να αποφεύγεται.

**Προσοχή:** Οι θετικές επιδράσεις που αναφέραμε δε σημαίνουν ότι πρέπει η ενασχόληση με τα ηλεκτρονικά παιχνίδια να είναι ανεξέλεγκτη. Πρέπει πάντα οι γονείς να ελέγχουν ότι τα παιχνίδια που παίζουν τα παιδιά τους είναι κατάλληλα για την ηλικία τους, αλλά και το πόση ώρα αφιερώνουν σε αυτά. Όπως είπα και στην αρχή αυτού του άρθρου **το gaming είναι υγεία στα πλαίσια μιας ισορροπημένης ζωής.**

**L@B**  
Σύγχρονο Εργαστήριο Υπολογιστών

Επισκευή Laptop, Pc, Mac  
Επισκευή tablet & smartphone  
Κατασκευή ιστοσελίδων & eshop  
Εμπόριο μεταχειρισμένων υπολογιστών

Ι. Βαρβάκη 2 (Ενδεκάτη)  
Ναύπλιο

2752 302 307

info@lab.com.gr



lab.com.gr



facebook

Το καλοκαίρι έφτασε και μαζί μ αυτό και η εμφάνιση στις πλαζ

## Κάψτε 800 θερμίδες κολυμπώντας

Η θάλασσα δεν είναι απλά να δροσίζουμε τα πόδια μας, άντε μια βουτιά και βουρ στους μπυρομεζέδες. Μας δίνει μια πολύ καλή ευκαιρία με το κολύμπι όχι μόνο να αθληθούμε αλλά να χάσουμε και πολλά απ τα περιττά που σαβουρώσαμε τον χειμώνα και την Άνοιξη.

Τονώνει το σώμα, προσφέρει γράμμωση, βοηθά στην απώλεια βάρους και είναι διασκεδαστικό. Αφήστε την ηλιοθεραπεία και την ξαπλώστρα και επιδοθείτε στο κολύμπι. Θα κάψετε μέχρι και 800 θερμίδες σε μία ώρα!

Η κολύμβηση είναι ασφαλής και αποτελεσματική άσκηση για το σώμα αφού γυμνάζει σχεδόν όλους τους μυς καθώς και το καρδιοαναπνευστικό σύστημα χωρίς να μας καταπονεί. Παράλληλα, το νερό προστατεύει τις αρθρώσεις ενώ η άνωση αναγκάζει να διατηρούμε το σώμα σφιγμένο και σε σωστή στάση καθ' όλη τη διάρκεια της εξάσκησης. Κολυμπώντας υπάρχουν ελάχιστες πιθανότητες τραυματισμού. Αντιθέτως, όλοι σχεδόν οι τραυματισμοί αποκαθίστανται καλύτερα και γρηγορότερα με την κολύμβηση. Άλλωστε, γι' αυτό οι ορθοπεδικοί και οι φυσιοθεραπευτές συνηθίζουν την κολύμβηση απαραίτητη για την αποτελεσματική αποθεραπεία πολλών παθήσεων και τραυματισμών.

### Τι κάνει

Τονώνει το καρδιαγγειακό σύστημα: Επειδή αποτελεί αερόβια άσκηση είναι πολύ απαιτητική. Μειώνει την αρτηριακή πίεση και τον κίνδυνο εγκεφαλικού επεισοδίου, βοηθά την καρδιά να αντλεί αίμα αποτελεσματικά και αποδοτικά.

Βοηθά στη μυϊκή ενδυνάμωση: Το νερό δημιουργεί περισσότερη αντίσταση από τον αέρα κι έτσι καταβάλλουμε μεγαλύτερη προσπάθεια, με αποτέλεσμα οι μύς να δυναμώνουν.

Χαρίζει ελαστικότητα: Η ομαλότητα των κινήσεων βοηθά στο να μακραίνουν και να τεντώνουν οι μύες κάνοντάς τους να φαίνονται τονωμένοι και δυνατοί.

Προσφέρει ασφάλεια: Η άνωση του νερού δρα προστα-



τευτικά για το σώμα χωρίς να το καταπονεί. Πρόκειται για μια από τις ασφαλέστερες μορφές άσκησης, ιδανική για άτομα που πάσχουν από πόνο στις αρθρώσεις.

Συντελεί στην απώλεια βάρους: Με 30 λεπτά κολύμβησης, μπορείτε να κάψετε 260 θερμίδες ενώ ενισχύεται ο μεταβολισμός

Λειτουργεί αγχολυτικά: Βοηθά στη σωστή ρύθμιση της αναπνοής επιτρέποντας σε περισσότερο οξυγόνο να ρέει στους μύες. Όταν κολυμπάτε σε ζεστό νερό, δημιουργείται ένα αίσθημα γαλήνης και ηρεμίας.

### Τα στυλ κολύμβησης

#### Ελεύθερο (Freestyle)

Το ελεύθερο χρησιμοποιείται συνήθως για αποθεραπεία για τραυματισμούς των γονάτων, της μέσης και των ώμων. Γυμνάζει: Όλο το σώμα όπως και τα υπόλοιπα στυλ κολύμβησης κυρίως όμως, τους ώμους και την ωμοπλάτη, το έξω μέρος του στήθους, τους πλάγιους κοιλιακούς, τον τετρακέφαλο και δικέφαλο μηριαίο.

Καίτε: Ένας μέσος άντρας 80 κιλών θα κάψει περίπου 600 θερμίδες /ώρα. Μία γυναίκα 50 κιλών 400.

#### Πεταλούδα

Το πιο απαιτητικό στυλ κολύμβησης. Θέλει αρκετή εξάσκηση όσον αφορά την τεχνική του. Δεν ενδείκνυται για όσους είναι παχύσαρκοι ή έχουν τραυματισμούς.

Γυμνάζει: Πλάτη, στήθος, ώμους, μέση, ορθό κοιλιακό. Καίτε: Περίπου 800 θερμίδες /ώρα οι άντρες και 600 οι γυναίκες, αν φυσικά γίνει σωστά.

#### Πρόσθιο

Είναι το πιο βασικό στυλ όταν ξεκινά κάποιος να κολυμπά. Για όσους δεν ξέρουν κολύμπι αποτελεί τον καλύτερο τρόπο για να μάθουν. Μπορείτε να μάθετε τη σωστή κίνηση των ποδιών κρατώντας μια σανίδα μπροστά. Αν έχετε προβλήματα με την μέση σας προτιμήστε την πιο ήπια ένταση. Αν έχετε πρόβλημα στα γόνατα αποφύγετε το συγκεκριμένο στυλ γιατί επιβαρύνει τους έσω πλάγιους συνδέσμους και τους μηνίσκους. Γυμνάζει: Όλους τους μύες της πλάτης και του στήθους, προσαγωγούς, γλουτιαίους, δικέφαλους και τον ορθό κοιλιακό. Καίτε: Περίπου 750 θερμίδες /ώρα οι άντρες και 600 οι γυναίκες.

#### Ύπτιο

Ανεξαρτήτως φυσικής κατάστασης, το ύπτιο είναι το πιο εύκολο στυλ μετά το πρόσθιο. Αν είστε υπέρβαροι το ύπτιο είναι ιδανικό για σας. Αν έχετε πρόβλημα στα γόνατα λειτουργεί θεραπευτικά, ενδυναμώνοντας τους τετρακέφαλους. Αν αντιμετωπίζετε πρόβλημα στη μέση, χρειάζεται προσοχή στη σωστή εκτέλεση της κίνησης.

Γυμνάζει: Τους μύες των ώμων, της πλάτης και τους κοιλιακούς.

Καίτε: 500 θερμίδες /ώρα οι άντρες, 400 οι γυναίκες.

#### Το μυστικό

Προετοιμάστε το σώμα σας για να μπει στο νερό που έχει διαφορετική θερμοκρασία. Κάνετε πριν διατακτικές ασκήσεις. Συνδυάστε το κολύμπι με περπάτημα ή χαλαρό τρέξιμο στην αμμουδιά.

Πηγή: όμορφα Μυστικά της Βίκης Χατζηβασιλείου <http://omorfamystika.gr/fitness>

## Μη βγαίνεις εκτός εαυτού:

### Αποτελεσματικοί τρόποι αντιμετώπισης

Της Αθηνάς Νάσσου,  
Ψυχολόγος-Ψυχοθεραπεύτρια



Όλοι έχουμε ανθρώπους γύρω μας οι οποίοι, εσκεμμένα ή μη, μπορούν να μας τρελάνουν και να μας οδηγήσουν εκτός εαυτού. Πως μπορούμε να τους αντιμετωπίσουμε;

#### Μην παίρνεις τα πράγματα προσωπικά

Ότι και να λέει κάποιος και, όπως και να το λέει, δεν έχει να κάνει πάντα με εσένα. Έχει να κάνει με τα προβλήματα που έχει το ίδιο το άτομο με τον εαυτό του. Είναι σημαντικό να μην παίρνεις τα πράγματα προσωπικά. Αυτό φυσικά δεν σημαίνει ότι δεν θα εκφράζεσαι όταν νιώθεις ότι θίγεσαι. Ακόμα και τότε, φράσεις όπως «Θα μπορούσες να», «μήπως να το βλέπαμε από μια άλλη μεριά», «νομίζω ότι θα ήταν καλύτερα να μιλήσουμε μια άλλη φορά όταν θα επικρατεί περισσότερη ηρεμία» κ.α. μπορούν να μαλακώσουν την κατάσταση. Με τον τρόπο αυτό η επικοινωνία θα γίνει πιο εύκολη.

#### Πάρε βαθιές αναπνοές

Μια, ίσως πιο πρακτική λύση, είναι να πάρεις βαθιές αναπνοές. Όταν συναντάμε έναν άνθρωπο από τον οποίο περιμένουμε κάποια αρνητική συμπεριφορά μπαίνουμε σε κατάσταση άμυνας και επίθεσης, αυτό γίνεται ενστικτωδώς. Εκείνη την στιγμή λοιπόν 3 βαθιές ανάσες θα βοηθήσουν τον εγκέφαλό σου να λειτουργήσει με σύνεση και ηρεμία, χωρίς φόβο. Έτσι θα μπορέσεις να επικοινωνήσεις πιο σωστά, να βγει ο αληθινός σου εαυτός, και πάνω από όλα με καθαρό μυαλό!

#### Κάνε νοερή εξάσκηση

Πριν συναντήσεις τον άνθρωπο με τον οποίο νιώθεις ότι η επικοινωνία είναι δύσκολη, κλείσε τα μάτια σου για 3 λεπτά και σκέψου πως θα ήθελες να πάει η κουβέντα. Όχι πως πιστεύεις ότι θα πάει, δες την ιδανική κατάληξη. Νιώσε τα όμορφα συναισθήματα και δες τον εαυτό σου να χαμογελάει, με ευχαρίστηση αφού τελειώσει η συνάντηση. Δοκίμασέ το και θα εκπλαγείς με τα αποτελέσματα.

Μην ξεχνάς ότι η επικοινωνία είναι θέμα διάθεσης. Αν υπάρχει θετική διάθεση από την μεριά σου τότε έχεις κάνει το πρώτο βήμα. Ακολούθησε τις συμβουλές στην επόμενη «δύσκολη» επικοινωνία που θα έχεις και είμαι σίγουρη ότι τα πράγματα θα γίνουν ευκολότερα



## Αθηνά Νάσσου

Ψυχολόγος-Ψυχοθεραπεύτρια

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

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

## Συμβουλές διατροφικής διαπαιδαγώγησης για τους γονείς



**Thes Δήμητρα Τούντα, Διαιτολόγος, Διατροφολόγος**

Απαραίτητη προϋπόθεση για να καταστεί ένα τρόφιμο οικείο για το παιδί είναι να εκτεθεί σε αυτό, τόσο στην ύπαρξη όσο και στη γεύση του. Η διαθεσιμότητα και η εύκολη πρόσβαση στο τρόφιμο μπορούν να αυξήσουν την αποδοχή του. Είναι, όμως, σημαντικό να γνωρίζουν οι γονείς ότι απαιτούνται περισσότερες από δέκα ή/και δεκαπέντε φορές έκθεσης στο τρόφιμο και, μάλιστα, με ουδέτερο τρόπο, χωρίς πίεση για κατανάλωση, προκειμένου το παιδί να το δοκιμάσει, να το αποδεχθεί και, ίσως, στη συνέχεια να το εντάξει στο διαιτολόγιό του. Το τελευταίο, βέβαια, απαιτεί πολύ μεγαλύτερη προσπάθεια.

Οι γονείς μπορούν να επηρεάσουν ποικιλοτρόπως τη διατροφική συμπεριφορά των παιδιών τους και συχνά έχουν τη διάθεση να βελτιώσουν τις διατροφικές τους συνήθειες. Χρησιμοποιούν, όμως, πολλές φορές λανθασμένες πρακτικές, όπως αυτές του αυστηρού περιορισμού, της συχνής επιβράβευσης και της υπερβολικής πίεσης για κατανάλωση, που μάλλον οδηγούν στα αντίθετα από τα επιδιωκόμενα αποτελέσματα.

Αντίθετα, πρακτικές όπως η προσπάθεια εξοικείωσης του παιδιού με νέα τρόφιμα και η μίμηση από το παιδί ατόμων που λειτουργούν ως πρότυπα γι' αυτό, φαίνεται να αποδίδουν καλύτερα.

Ένας από τους ισχυρότερους τρόπους για να επιτευχθεί και να διατηρηθεί η δοκιμή ενός νέου τροφίμου φαίνεται να είναι και η μίμηση. Ένα παιδί δύσκολα θα καταναλώσει ένα τρόφιμο που δεν έχει δει να καταναλώνουν οι γονείς του. Οι γονείς λειτουργούν ως πρότυπα και τα παιδιά μέσω της μίμησης υιοθετούν, όχι μόνο τις συνήθειες των γονέων τους σχετικά με τα καταναλισκόμενα τρόφιμα, αλλά και τη γενικότερη διατροφική τους συμπεριφορά και στάση απέναντι στο φαγητό. Εκτός από τους γονείς, ως πρότυπα για τα παιδιά μπορεί να λειτουργήσουν και άλλα άτομα του περιβάλλοντος των παιδιών, όπως οι δάσκαλοι, οι συμμαθητές και οι «σημαντικοί» φίλοι. Η παρουσίαση ενός φαγητού μπορεί να επηρεάσει την αποδοχή του από ένα παιδί, από τη στιγμή που οι προτιμήσεις των παιδιών, σε μεγαλύτερο, μάλιστα, βαθμό από τους ενήλικες, επηρεάζονται από την εμφάνιση του γεύματος, την παρουσίαση του και το μαγείρεμα. Χαρακτηριστικά τροφίμων που διευκολύνουν την αποδοχή τους είναι να είναι τρυφερά και ζουμερά, τραγανά και χρωματιστά. Αντιθέτως, τα παιδιά δεν προτιμούν τα σκληρά και ξηρά τρόφιμα. Επιπλέον, προτιμούν το φαγητό να είναι διαχωρισμένο εξαρχής στο πιάτο και όχι ανακατεμένο (π.χ. ξεχωριστά το κρέας από το ρύζι, όχι ανακατεμένα).

Επίσης, τα παιδιά έχουν μεγαλύτερο αριθμό γευστικών καλκίων, γεγονός που τα καθιστά πιο ευαίσθητα στη γεύση. Επομένως, ένα γεύμα έντονα αλμυρό ή με πολλά μπαχαρικά και έντονες γεύσεις είναι πολύ πιθανό να δυσαρεστήσει το παιδί, με αποτέλεσμα να μην το καταναλώσει.

Συχνά οι γονείς ασκούν στα παιδιά τους πίεση για κατανάλωση όλης της ποσότητας του φαγητού που τους σερβίρεται ή/και για κατανάλωση συγκεκριμένων τροφίμων. Ακόμη, οι γονείς χρησιμοποιούν ως εργαλείο την πρακτική της επιβράβευσης στο παιδί τους.

Είναι ιδιαίτερα σημαντικό να αποφεύγονται τέτοιου είδους συμπεριφορές από τους γονείς, αφού επηρεάζουν αρνητικά τις διατροφικές συνήθειες των παιδιών και μπορεί να οδηγήσουν σε:

α. διάκριση των τροφίμων σε καλά και κακά, β. μείωση της κατανάλωσης τροφίμων για τα οποία ασκήθηκε πίεση στο παιδί να τα καταναλώσει ή δόθηκε στο παιδί επιβράβευση, όταν τελικά το παιδί τα καταναλώσει,

γ. υπερκατανάλωση των τροφίμων που οι γονείς χρησιμοποιούν ως δώρα (συνήθως γλυκά) για να επιβραβεύσουν το παιδί τους, όταν αυτό καταναλώσει το επιθυμητό γι' αυτούς τρόφιμο και δ. ανάπτυξη μη υγιούς σχέσης με το φαγητό.

Δεν υπάρχουν καλά και κακά τρόφιμα, αλλά καλές και κακές διατροφικές συνήθειες.

Όταν στο παιδί λέμε: «Φάε τις φακές σου και θα σου δώσω μετά γλυκό», το παιδί σκέφτεται ότι για να του δίνουν ένα δώρο -το γλυκό-, προκειμένου να καταναλώσει τις φακές, σημαίνει ότι αυτές δεν θα του αρέσουν. Με αυτόν τον τρόπο ενισχύεται η προτίμησή του για το «φαγητό-δώρο» και μειώνεται για το «φαγητό-στόχος» του γονέα, δηλαδή τις φακές.

Όταν η μίμηση και η έκθεση σε ένα τρόφιμο δεν αποτελέσουν αφορμή για τη δοκιμή ενός τροφίμου, τότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί και η επιβράβευση, αλλά υπό προϋποθέσεις. Ορθή χρήση της επιβράβευσης σημαίνει να είναι λεκτική (π.χ. ένα «μπράβο») παρά υλική, μικρή παρά μεγάλη και να αφορά την ποιότητα και όχι την ποσότητα της αλλαγής (π.χ. «μπράβο που το δοκίμασες» και όχι «μπράβο που το έφαγες όλο»). Αν, παρ' όλα αυτά, η επιβράβευση δεν είναι λεκτική, προτιμήστε να μη σχετίζεται με τρόφιμα, αλλά με σωματική δραστηριότητα (π.χ. «Αν φας τη σαλάτα σου, θα πάτε το Σάββατο για μπάλα με τον μπαμπά») και σίγουρα να μην είναι κάτι... πολύ μεγάλο.

Οι ίδιες προϋποθέσεις ισχύουν και για την περίπτωση της τιμωρίας.

Προτιμήστε, από το να πείτε στο παιδί: «Αν δεν φας τη σαλάτα σου, δεν θα φας γλυκό σήμερα», να του πείτε: «Αν δεν φας τη σαλάτα σου, δεν θα πας για μπάσκετ σήμερα».

Η τροφή μπορεί να αποτελέσει μέσο άσκησης πίεσης και από το παιδί προς τον γονιό. Δηλαδή, είναι πιθανόν το παιδί να αρνείται πεισματικά να καταναλώσει, είτε κάποιο συγκεκριμένο τρόφιμο είτε οποιοδήποτε τρόφιμο, προκειμένου να επιτύχει κάποιον σκοπό (παιχνίδι, βόλτα, περισσότερη ώρα στην τηλεόραση ή στον ηλεκτρονικό υπολογιστή, κ.λπ.) ή απλά και μόνο για να έχει την προσοχή του γονέα. Σε τέτοιες περιπτώσεις είναι σκόπιμο να μην πιεστεί το παιδί προκειμένου να φάει, αλλά να του σερβίρονται κανονικά τα επόμενα γεύματα, έως ότου το παιδί πεινάσει και φάει.

Μην επιτρέψετε το φαγητό να γίνει πεδίο μάχης, πιέσεων, αντιπαράθεσεων, αλλά και «εργαλείο διαπραγμάτευσης».

## Απλή καθυστέρηση της ομιλίας



**Του Άγγελου**

**Τράκα, Επι-**

**στημονικός**

**Συνεργάτης**

**του Κέντρου**

**Ειδικών Θερα-**

**πειών Βασιλίας Ν. Καπετάνιος και**

**Συνεργάτες**

Η απλή καθυστέρηση της ομιλίας αποτελεί αρκετά συνήθη διαταραχή της εξέλιξης και αναφέρεται στις πρώτες λέξεις (12 μηνών), στις πρώτες φράσεις (18 μηνών) και τη χρησιμοποίηση του πρώτου πρόσωπου.

Όταν το παιδί έχει καλή ακοή, όραση και αντίληψη και καθυστερεί να μιλήσει συνήθως υπάρχει γενετική προδιάθεση και συχνά παρατηρούμε διαταραχές στη πλευρίωση των εγκεφαλικών λειτουργιών, διαταραχές της λεπτής κινητικότητας, που μεταφράζονται με αδεξιότητα στις καθημερινές πράξεις, συναισθηματική ανωριμότητα που

συνδέεται με ιδιαιτερότητες στο περιβάλλον (συνήθως προστατευτικό).

Συχνά συνυπάρχει φτωχή νευματική επικοινωνία. Στη καθυστέρηση της ομιλίας πρέπει να αποκλειστούν οι νευρώσεις και οι ψυχώσεις.

Η απλή καθυστέρηση της ομιλίας συνδέεται με διαταραχές της άρθρωσης, τραυλισμό, τικς, μαθησιακές δυσκολίες αργότερα, και ειδικότερα στην εκμάθηση του γραπτού λόγου. Επίσης η απλή καθυστέρηση του λόγου συνδέεται με υπερπροστατευτικό περιβάλλον και με διαταραχές της συμπεριφοράς.

Τέλος πρέπει να αναφέρουμε ότι στα δίδυμα παιδιά μόνο η έναρξη της ομιλίας είναι καθυστερημένη και στα πρόωρα παιδιά η καθυστέρηση της ομιλίας είναι συνηθής, ενώ είναι δυνατόν να εμφανιστούν διαταραχές στην άρθρωση. Γενικά τονίζεται ότι η καλή νοημοσύνη είναι καλός προγνωστικός δείκτης.



**ΚΕΝΤΡΟ ΕΙΔΙΚΩΝ ΘΕΡΑΠΕΙΩΝ**

**ΒΑΣΙΛΗΣ Ν. ΚΑΠΕΤΑΝΙΟΣ**

ΕΡΓΟΘΕΡΑΠΕΥΤΗΣ ΕΜΨΥΧΩΤΗΣ M.Sc. NEUROPSYCHOLOGY

και Συνεργάτες

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

**28 ΧΡΟΝΙΑ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗΣ ΕΜΠΕΙΡΙΑΣ**

**21 ΧΡΟΝΙΑ ΣΤΟ ΑΡΓΟΣ**

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

**Νέα διεύθυνση : Άργους & Ικονίου 1 Ναύπλιο**

**Τούντα Π. Δήμητρα**

**Διαιτολόγος - Διατροφολόγος**



Γενναίου Κολοκοτρώνη 4,  
Ναύπλιο - τ.κ. 21100

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

## Τελετή υποδοχής των οστών του Ανθυπασπιστή της ΕΛΔΥΚ Στα Δίδυμα με τιμές ήρωα ο Μπροδήμας

Στην ιδιαίτερη πατρίδα του τα Δίδυμα, επιστρέφουν τα λείψανα του Ανθυπασπιστή της ΕΛΔΥΚ Κωνσταντίνου Μπροδήμα.

Αυτό το Σάββατο θα γίνει η τέλεση της εξόδιου ακολουθίας με τιμές ήρωα όπου συμμετέχει ο Δήμος Ερμιονίδας με απόφαση του Δημοτικού Συμβουλίου.

Την προηγούμενη εβδομάδα ο Υπουργός Εθνικής Άμυνας Πάνος Καμμένος συνοδευόμενος από τον Αρχηγό ΓΕΕΘΑ Ναύαρχο Ευάγγελο Αποστολάκη ΠΝ και τον Αρχηγό ΓΕΣ Αντιστράτηγο Αλκιβιάδη Στεφανή, παρέστη στην τελετή παραλαβής των λειψάνων 17 Ελλήνων στρατιωτικών, πεσόντων και αγνοουμένων στη Μεγαλόνησο που πραγματοποιήθηκε στη Λευκωσία. Ανάμεσα σε αυτά παρέλαβε και τα οστά του Διδυμιώτη Ανθυπασπιστή της ΕΛΔΥΚ.

Όπως δήλωσε ο κος Καμμένος «Υποκλινόμαι στους σεβαστούς συγγενείς των ηρώων. Με αισθήματα δέους, βαθιάς συγκίνησης και εθνικής υπερηφάνειας συγκεντρωθήκαμε σήμερα εδώ, με τον προσήκοντα σεβασμό, για να αποτίσουμε τον οφειλόμενο φόρο τιμής στους ηρωικούς πεσόντες Ελλαδίτες στρατιωτικούς κατά την επαισχυνη Τουρκική εισβολή το 1974 στη μαρτυρική Κύπρο αλλά και τον πεσόντα της ακταιωρού ΦΑΕΘΩΝ το 1964.

Άπαντες επιτελούσαν εθνική αποστολή και συμμετείχαν σε πόλεμο. Δεν συμμετείχαν ούτε σε άσκηση ούτε σε κρυφή αποστολή, όπως έλεγαν κάποιοι μέχρι σήμερα. Αυτή είναι η αλήθεια και η πατρίδα είναι υπερήφανη».

Ο υπουργός Άμυνας τόνισε ακόμα: «Πριν 43 χρόνια οι τιμώμενοι ήρωές μας, μαζί με άλλα άξια τέκνα της Πατρίδας, ενίσχυσαν τον άνισο αγώνα που έδιναν οι ελληνοκυπριακές δυνάμεις στη Μεγαλόνησο, συνεπείς στους όρκους που έδωσαν, τιμώντας το «τοίς κείνων ρήμασι πειθόμενοι».

Δε δειλίασαν μπροστά στο θάνατο και έδωσαν το παράδειγμα στις επόμενες γενιές των Ελλήνων που πιστεύουν στην αξία της ελευθερίας. Που πιστεύουν ότι υπάρχουν αρχές και έννοιες για τις οποίες αξίζει να δώσουμε την ύστατη ρανίδα του αίματος μας και την τελευταία μας πνοή. Αυτοί έπεσαν υπέρ βωμών και εστιών και ορίζουν τη δική μας αποστολή και το δικό μας καθήκον.

Στην ιερή γη της Κύπρου, στην ιερή ελληνική γη της Κύπρου, βρίσκονται θαμμένα πολλά παλικάρια της Ελλάδας και της Κύπρου, που έπεσαν αναλαμβάνοντας το βάρος της Ιστορίας. Της Ιστορίας που γεννούσε πάντα ήρωες και συνεχίζει να γεννά ήρωες ακόμα και σε περίοδο ειρήνης». Επεσήμανε ότι «Θα σας υποδεχτούμε



όπως οφείλαμε να σας υποδεχτούμε εδώ και πάρα πολλά χρόνια. Εκ μέρους της ελληνικής πολιτείας προς εσάς μόνο,

ένα μπορώ να πω, ένα μεγάλο συγνώμη για όλα αυτά τα χρόνια που πέρασαν, ένα μεγάλο συγνώμη γιατί κάποιοι πίστε-

ψαν ότι στο όνομα των καλών σχέσεων θα έπρεπε η θυσία σας να αποσιωπηθεί. Όταν τα κτήνη από την απέναντι πλευρά δολοφονούσαν χωρίς να σέβονται ούτε καν τις αρχές του πολέμου».

Στην Ελλάδα επέστρεψαν τα οστά των: Αντιπτεράρχος Παναγόπουλος Βασίλειος, Συνταγματάρχης (ΠΖ) Παπαλάμπρου Βασίλειος, των Έφεδρων Ανθυπασπιστών (ΠΖ): Καραγεώργος Αθανάσιος, Σίννης Αργύριος, Κωνσταντακόπουλος Ιωάννης, Χαμουριωτάκης Γεώργιος, Παπαδόπουλος Ιωάννης, Μπροδήμας Κωνσταντίνος, Ζερβομανώλης Γεώργιος, Τριάντης Βασίλειος, Τριανταφυλλίδης Μανούσος, Κρητικός Νικόλαος, Αθανασίου Νικόλαος, των Έφεδρων Ανθυπασπιστών (ΚΔ): Κουρούνης Σωτήριος, Τσιλιβάκης Στέφανος, του Έφεδρου Ανθυπασπιστή (ΜΧ): Άνθης Ελευθέριος, του Έφεδρου Ανθυπασπιστή Πολεμικού Ναυτικού (Ακταιωρός Φαέθων): Νιάφα Νικόλαο.

# Οι μνηστήρες της «ωραίας Ελένης»

## Μέρος Β

### Κατάλογος των μνηστήρων

Οι μνηστήρες που παρουσιάστηκαν στον Τυνδάρεως ήσαν οι κάτωθι:

**Αγάπηνωρ:** Βασιλιάς των Αρκάδων και ο αρχηγός τους εναντίον της Τροίας. Μετά τον πόλεμο, ίδρυσε την Πάφο στην Κύπρο.

**Αίας ο Τελαμώνιος:** Εκ των Αχαιών Ηγετών (δευτέρος τη τάξει μετά τον Αχιλλέα) και γιός του Τελαμώνα (εξ ου και Τελαμώνιος για να ξεχωρίζει από τον άλλον Αίαντα τον Λοκρό με τον οποίο εμάχοντο πάντα μαζί). Η επιβλητική εμφάνιση και παράστημά του ανάγκασαν τον Πρίαμο ο οποίος βρισκόταν στα τείχη της Τροίας να ρωτήσει την Ελένη: «Ποιος είναι αυτός ο γενναίος και ψηλός Αχαιός πολεμιστής με τους ευρείς ώμους ο οποίος δεσπάζει μεταξύ των Αργείων; (Ιλιάδα 3.225)». Αυτοκτόνησε πριν την πτώση της Τροίας

**Αίας ο Λοκρός:** Αρχηγός των Λοκρών στον Τρωικό πόλεμο και γιός του Οίλεα. Ήταν μικρόσωμος αλλά ικανότατος πολεμιστής (ταχύτατος και εξαιρετικός ακοντιστής) μαχόταν πάντα μαζί με τον Αίαντα τον Τελαμώνιο (τους αποκαλούσαν οι Αίαντες). Ήταν στον Δούρειο Ίππο.

**Αλκμαίων:** Ηγέτης της Επιγόνων εναντίον των Θηβών. Μετά την κατάληψη της Θήβας, έμαθε ότι η μητέρα του Εριφύλη είχε δωροδοκηθεί για την ανατροπή του, όπως είχε κάνει και με τον πατέρα του Αμφιάραο. Έτσι σύμφωνα με χρησμό που του δόθηκε από τον Απόλλωνα, ο Αλκμαίων σκότωσε τη μητέρα του, σε συνεργασία με τον αδελφό του Αμφίλοχο.

**Αμφίλοχος:** αδελφός του Αλκμαίωνα

**Αμφίμαχος:** Ηγέτης από την Ήλιδα και ένας εκ των Αχαιών ηγετών. Σκοτώθηκε στην Τροία από τον Έκτορα

**Αγκαίος ο Σάμιος:** βασιλέας της Σάμου και γιός του Ποσειδώνα, είτε από την Αλθαία ή την Αστυπάλαια. Συγκαταλέγεται μεταξύ των Αργοναυτών. Δεν έχει αναφερθεί ότι πολέμησε στην Τροία.

**Αντίοχος:** γιός του Νέστορα, είτε από την Αναξίβια ή την Ευρυδική, ήταν ένας από τους ηγέτες της Πύλου εναντίον της Τροίας. Σκοτώθηκε στον Τρωικό Πόλεμο είτε από τον Έκτορα ή από τον Μέμνονα.

**Ασκάλαφος:** Από το Άργος, γιός του Λύκου συγκαταλέγεται μεταξύ των Αργοναυτών και των Αχαιών ηγετών. Σκοτώθηκε στην Τροία από τον Δηϊόφοβο, γιο του βασιλέα Πριάμου και της Εκάβης.

**Βλάνειρος:** αγνώστων στοιχείων

**Κλυτίος:** Ένας από τους Αργοναύτες. Γιός του Έρυτου και της Αντιόπης Σκοτώθηκε από τον βασιλιά της Κολχίδας Αιήτη ή από τον Ηρακλή και γι' αυτό δεν πολέμησε στην Τροία.

**Διομήδης:** Μεταξύ των Αχαιών ηγετών. Γιός του Τυδέα, συμμετείχε στον πόλεμο των Επιγόνων και ηγέτης των Αργείων στον Τρωικό πόλεμο. Μετά τον τρωικό πόλεμο η Αφροδίτη δεν κατόρθωσε ποτέ να ξεχάσει το βέλος του Διομήδη που της έσκισε το δέρμα στα πεδία της Τροίας. Μόλις φτάνει στο Άργος ο Διομήδης βρίσκεται προ εκπλήξεως. Η σύζυγος του έχει ξαναπαντρευτεί και στη θέση του βασιλεύει ο νέος άντρας της γυναίκας του. Ο ήρωας διαπιστώνει ότι δεν επιθυμεί πλέον ούτε να τιμωρήσει τη γυναίκα του, ούτε να παραμείνει όμως σε αχαιικό έδαφος. Έτσι λοιπόν σαλπάρει με τους συντρόφους του στην Ιταλία, όπου ιδρύει δύο νέες πόλεις.

**Ελεφήνωρ** οδήγησε τους Άβαντες (αρχαιοελληνικό ιωνικό φύλο στην περιοχή της Εύβοιας) εναντίον της Τροίας, όπου και σκοτώθηκε από



Μενέλαος, Πάρις, Διομήδης, Οδυσσεύς, Νέστωρ, Αχιλλέας, Αγαμέμνων

τον Αγήνωρα ο οποίος με τη σειρά του σκοτώθηκε από τον Νεοπτόλεμο.

**Επίστροφος:** γιός του Ίφιτου και της Ιππολύτης, οδήγησε τους Φωκείς εναντίον της Τροίας. Ήταν στον Δούρειο Ίππο.

**Εύμελος:** γιός του Άδμητου και της Άλκιστης, οδήγησε τους Φερεούς εναντίον της Τροίας. Παντρεύτηκε την Ιφίμη, κόρη του Ικάρου και αδελφή της Πηνελόπης, σύζυγου του Οδυσσέα. Στο τέλος του πολέμου, ήταν στον Δούρειο Ίππο.

**Ευρύπυλος:** Θεσσαλός ηγέτης γιός του Ευαίμονα, ηγήθηκε των Ορμενίων στον Τρωικό πόλεμο. Κατά τη διάρκεια της πολιορκίας σκότωσε τους Τρωαδίτες Υψήνωρα, Μέλανθο και Απισάωνα, αλλά τραυματίστηκε ο ίδιος από τον Πάρι και τον θεράπευσε ο Νέστωρ.

**Θάλπιος:** Ηγέτης από την Ηλεία, που ήταν στον Δούρειο Ίππο. Ήταν γιός του Εύρυτου, Ήλειου στρατηγού.

**Θάας:** Ήταν βασιλιάς της Καλυδώνας και Πλευρώνας (αρχαίων πόλεων στην Αιτωλία κοντά στον ποταμό Εύνο). Οδήγησε τους Αιτωλούς εναντίον της Τροίας και ήταν στον Δούρειο Ίππο. Ο Θάας επέζησε του πολέμου και χρόνια αργότερα ο Οδυσσεύς, ο οποίος είχε σταλεί στην εξορία εξαιτίας της δολοφονίας των μνηστήρων της Πηνελόπης, ήρθε σ' αυτόν και παντρεύτηκε την κόρη του. Ήταν γιός του Ανδραίμονα και της Γόργης.

**Ιδομενέας:** Γιός του Δευκαλίωνα οδήγησε τους Κρήτες εναντίον της Τροίας. Η σύζυγος του Μήδα, βρήκε εραστή, ενώ ο σύζυγός της πολέμουσε στην Τροία. Ο εραστής της Λεύκος σφετερίστηκε τον θρόνο και όταν επέστρεψε ο Ιδομενέας εκδιώχθηκε από την Κρήτη. Μετά από αυτό ο Λεύκος σκότωσε την Μήδα και την κόρη της Κλισιθύρα, την οποία είχε από τον Ιδομενέα ο οποίος μετανάστευσε στην Ιταλία.

**Λάλμενος:** Εκ των Αχαιών ηγετών με καταγωγή από τον Μινυακό Ορχομένο (Μινύες: προϊστορικό ελληνικό φύλο που κατοικούσε στον Ορχομένο Βοιωτίας) και αδελφός του Ασκάλαφου. Ήταν στον Δούρειο Ίππο.

**Ληίτος:** Γιός του Αλεκτρύονα και ένας από τους Αργοναύτες. Οδήγησε τους Βοιωτούς εναντίον της Τροίας και πληγώθηκε από τον Έκτορα, αλλά παρ' όλα αυτά ήταν ο μόνος μεταξύ των Βοιωτών αρχηγών που επέστρεψε στην πατρίδα μετά την Τροία. Στον Τρωικό πόλεμο σκότωσε είκοσι Τρώες.

**Λεοντεύς:** Ηγέτης των Λαπιθών (αρχαίο Θεσσαλικό φύλο) ο οποίος μαζί με τον Πολυποίτη τους οδήγησε εναντίον της Τροίας. Γιός του Κόρωνα και εξ' αυτών που ήσαν στον Δούρειο Ίππο.

**Λυκομήδης:** Από την Κρήτη γιός του Κρείονα. Τραυματίστηκε στην Τροία από τον Αγήνωρα.

**Μαχάων:** Από την Τρίκκη στη Δυτική Θεσσαλία γιός του Ασκληπιού και της Ηπιόνης ήταν

χειρουργός (ειδικευμένος στην στρατιωτική ιατρική). Κατά τη διάρκεια του Τρωικού Πολέμου θεράπευσε την πληγή όταν το βέλος του Πάνδαρου έπληξε τον Μενέλαο και επίσης την πληγή του Φιλοκτήτη. Ο Μαχάων παντρεύτηκε την Αντίκλεια κόρη του Διοκλή. Ορισμένοι φέρουν τον Μαχάωνα να είναι στον Δούρειο Ίππο, άλλοι λένε ότι σκοτώθηκε πριν από την άλωση της Τροίας από την αμαζόνα βασίλισσα Πενθεσίλεια, σύμμαχο της Τροίας και άλλοι ότι σκοτώθηκε από τον Ευρύπυλο.

**Μήγισ:** Διοικητής των δυνάμεων από την Ήλιδα ή το Δουλίχιο (τοποθεσία στο Ιόνιο πέλαγος) εναντίον της Τροίας. Ήταν Δούρειο Ίππο. Ο Μήγισ ήταν γιός του Φυλέα, γιού του Αυγεία, του οποίου τους στάβλους έπρεπε να καθαρίσει ο Ηρακλής.

**Μενέλαος:** Σύζυγος της Ελένης.

**Μενεσθέας:** Σύμφωνα με ιστορικές πηγές διορίστηκε βασιλιάς στην Αθήνα από τους Διόσκουρους. Αυτό συνέβη λόγω της απαγωγής της Ελένης από τον Θησέα η οποία είχε ως αποτέλεσμα τα Πελοποννησιακά στρατεύματα να εισβάλουν στην Αττική. Ήταν γιός του Πητέα, ο οποίος μετανάστευσε στη Φωκίδα από την Αττική, όταν κατεδιώκετο από τον Αιγέα. Είναι μεταξύ εκείνων μέσα στον Δούρειο Ίππο.

**Μηριόνης:** Ηγέτης από την Κρήτη εναντίον της Τροίας, μαζί με τον Ιδομενέα. Ήταν μέσα στο Δούρειο Ίππο. Γιός του Μώλου, ή γιός του Μίνωα. Μητέρα του ήταν η Μέλφιδα.

**Νηρεύς:** Ηγέτης της Σύμης, σκοτώθηκε στον Τρωικό Πόλεμο από τον Ευρύπυλο.

**Οδυσσεύς:** Βασιλέας της Ιθάκης και ηγέτης των δυνάμεων της Κεφαλληνίας, ο οποίος δεν κέρδισε το χέρι της Ελένης και αντ' αυτής πήρε την Πηνελόπη. Εμπνευστής του Όρκου του Τυνδάρεως και του Δουρείου Ίππου.

**Πάτροκλος:** Από την Φθία (πόλη της νότιας Θεσσαλίας) ο οποίος συνεισέφερε στον Αχαιικό στόλο 10 πλοία και πολέμησε γενναία στον Τρωικό πόλεμο. Υπήρξε ο πιο πιστός φίλος του Αχιλλέα.

**Πηνέλεος:** Ένας από τους ηγέτες της Βοιωτίας εναντίον της Τροίας. Ήταν μεταξύ των Αργοναυτών και εκείνων στον Δούρειο Ίππο. Έχασε τη ζωή του στον Τρωικό Πόλεμο από τον Ευρύπυλο. Ήταν γιός του Ιππάλκιμου.

**Ποδαλείριος:** ο θεραπευτής είναι ο αδελφός του Μαχάωνα και γιός του Ασκληπιού και της Ηπιόνης. Ήταν στον Δούρειο Ίππο και μετά τον Τρωικό Πόλεμο εγκαταστάθηκε στη Χερσόνησο της Καρίας στη νοτιοδυτική Μικρά Ασία.

**Ποδάρκης:** Ηγέτης του στρατού της Φυλάκης (Θεσσαλική πόλη δυτικά του Παγασητικού κόλπου) εναντίον της Τροίας. Γιός του Ίφικλου Πολυποίτης: Ηγέτης του στρατού της Γυρτώνης (πόλη της Θεσσαλίας) εναντίον της Τροίας. Ήταν μέσα στον Δούρειο Ίππο και μετά τον πόλεμο μεταξύ εκείνων που έβαψαν τον Κάλχα

στο Κολοφώνα της Μικράς Ασίας. Γιός του δι-αβόητου Πειρίθου, που ήθελε να παντρευτεί την Περσεφόνη.

**Πολύξενος:** Ηγέτης των Αιτωλών στον πόλεμο της Τροίας. Ο Πολύξενος επέζησε του πολέμου και διασκέδασε τον Οδυσσέα, όταν ήρθε στην Ηλεία για να δει τα κοπάδια του, μετά τη θανάτωση των μνηστήρων της Πηνελόπης. Ήταν ο γιός του Αγασθένη, υιού του Αυγεία, του οποίου τους στάβλους έπρεπε να καθαρίσει ο Ηρακλής.

**Πρόθοος:** γιός του Τενθρεδώνα, οδήγησε τον στρατό της Μαγνησίας, εναντίον της Τροίας.

**Πρωτεσίλαος:** Αδελφός του Ποδάρκη (βλ. παραπάνω). Ηγέτης του στρατού της Φυλάκης εναντίον της Τροίας. Ήταν ο πρώτος από τους Αχαιούς που αποβίβασθηκε στην Τροία και κατά την αποβίβαση σκότωσε πολλούς, αλλά σκοτώθηκε και ο ίδιος. Η σύζυγός του Λαοδάμεια ή Πολδώρα, που τον αγαπούσε ακόμα έφτιαξε μια εικόνα του και συνέχισε να ζει με αυτήν. Ο Ερμής από οίκτο, έφερε τον Πρωτεσίλαο από τον κάτω κόσμο. Η σύζυγός του πίστεψε τότε ότι είχε επιστρέψει από την Τροία, αλλά όταν αυτός επέστρεψε αργότερα στον Άδη, αυτή αυτοκτόνησε με μαχαίρι. Ο Πρωτεσίλαος σκοτώθηκε από τον Έκτορα.

**Σχέδιος:** οδήγησε τον στρατό της Φωκίδας, εναντίον της Τροίας. Ο Σχέδιος είναι αδελφός του Επίστροφου. Σκοτώθηκε από τον Έκτορα κατά τη διάρκεια του Τρωικού Πολέμου.

**Σθέnelος:** Ηγέτης από το Άργος μεταξύ των Επιγόνων και μεταξύ εκείνων μέσα στον Δούρειο Ίππο. Γιός του Καπανέα. Μητέρα του ήταν η Ευάνδη, η οποία έπεσε στην πυρά και κήκε μαζί με τον σύζυγό της στον πόλεμο του έργου «Επτά επί Θήβαις».

**Τεύκρος:** Οδήγησε τον στρατό της Σαλαμίνας εναντίον της Τροίας. Ήταν στον Δούρειο Ίππο. Μετά τον πόλεμο ίδρυσε την πόλη Σαλαμίνα στην Κύπρο. Νόθος γιός του Τελαμώνα από την Ησιόνη.

**Τληπόλεμος:** Ηγέτης των δυνάμεων από την Ρόδο εναντίον της Τροίας.....σκοτώθηκε από τον Σαρπηδόνα τον βασιλέα της Λυκίας στον οποίο ο Δίας είχε χαρίσει την ζωή για τρεις γενιές. Λέγεται ότι η σύζυγός του Πολυξώ, σχεδίαζε τον θάνατο της Ελένης για να εκδικηθεί την απώλεια του συζύγου της. Ο Τληπόλεμος ήταν γιός του Ηρακλή.

**Φήμιος:** Αγνώστων στοιχείων.

**Φειδίππος:** Ηγέτης των στρατευμάτων της Κω εναντίον της Τροίας. Μετά τον πόλεμο εγκαταστάθηκε στην Άνδρο. Ήταν γιός του Θεσσαλού και της Χαλκίοπης.

**Φιλοκτήτης:** προήρχετο από την Μελίβοια μια πόλη στη Θεσσαλία. Καθ' οδόν προς τον πόλεμο δαγκώθηκε από νερόφιδο στην Τένεδο και καθώς η πληγή δεν θεραπεύθηκε αποβίβασθηκε στο νησί της Λήμνου, μαζί με το τόξο του Ηρακλή, το οποίο είχε στην κατοχή του. Εκεί επέζησε κυνηγώντας πουλιά, ενώ ο πόλεμος συνεχιζόταν στην Τροία. Όταν όμως ο Κάλχας προφήτευσε ότι η πόλη δεν θα έπευτε εάν οι Αχαιοί δεν είχαν το τόξο και τα βέλη του Ηρακλή, τότε ο Οδυσσεύς και ο Διομήδης, ή σύμφωνα με άλλους ο Νεοπτόλεμος, πήγαν στη Λήμνο και τον έπεισαν να πλεύσει στην Τροία. Αφού θεραπεύθηκε από τον Ποδαλείριο, ο Φιλοκτήτης τόξευσε τον Πάρι με τα δηλητηριασμένα βέλη του. Συγκαταλέγεται μεταξύ των Αργοναυτών και μεταξύ των Αχαιών πολεμιστών που κρύφτηκαν στον Δούρειο Ίππο. Ο Φιλοκτήτης ήταν γιός του Ποία και της Δημώνασας.

## Υποχρεωτική καταβολή αποδοχών μέσω τραπεζικού λογαριασμού

Δημοσιεύθηκε στο ΦΕΚ η ΚΥΑ για την καθιέρωση της υποχρεωτικής καταβολής από τους εργοδότες των αποδοχών των εργαζομένων στον ιδιωτικό τομέα, μέσω τραπεζικού λογαριασμού. Σχετικά με την καταβολή αποδοχών των εργαζομένων στον ιδιωτικό τομέα μέσω τραπεζικού λογαριασμού αναφέρει:

Καθιερώνεται εφεξής η υποχρεωτική καταβολή από τους εργοδότες των αποδοχών των εργαζομένων στον ιδιωτικό τομέα αποκλειστικά στους τραπεζικούς λογαριασμούς των δικαιούχων μισθωτών. Η καταβολή των αποδοχών στους λογαριασμούς των δικαιούχων μισθωτών γίνεται με οποιονδήποτε τρόπο, συμπεριλαμβανομένης της χρήσης ηλεκτρονικών μέσων πληρωμής ή παρόχων υπηρεσιών πληρωμών.

## ΕΦΚΑ: Πλεονασματικός προϋπολογισμός

Πλεονασματικός, άνω των 100 εκατομμυρίων ευρώ, εμφανίζεται ο προϋπολογισμός του ΕΦΚΑ το τετράμηνο Ιανουαρίου- Απριλίου 2017, σύμφωνα με τα στοιχεία της εκτέλεσής του, σύμφωνα με ανακοίνωση του υπουργείου Εργασίας. Συγκεκριμένα, για το α' τετράμηνο του έτους ο ΕΦΚΑ παρουσιάζει πλεόνασμα 112,33 εκατ. ευρώ, έναντι προβλεπόμενου ταμειακού ελλείμματος 234 εκατ. ευρώ για το ίδιο διάστημα. Το πλεόνασμα, αναφέρεται, προκύπτει μετά και την απόδοση στον ΕΟΠΥΥ, το ΕΤΕΑΕΠ, τον ΟΑΕΔ και το ΑΚΑΓΕ, του συνόλου των εσόδων που εισπράχθηκαν για λογαριασμό τους από τον ΕΦΚΑ.

## Τον Αύγουστο ο εξωδικαστικός συμβιβασμός για οφειλές

Στις 3 Αυγούστου θα ενεργοποιηθεί ο νέος Νόμος 4469/2017 για τον εξωδικαστικό συμβιβασμό, που προβλέπει μία διαδικασία ρύθμισης όλων των οφειλών μια επιχείρησης προς το σύνολο των πιστωτών, δηλαδή τράπεζες, εφορίες, τελωνεία, δήμους, ασφαλιστικά ταμεία και λοιπούς ιδιώτες (π.χ. προμηθευτές). Ο νόμος θα παραμείνει σε ισχύ έως τις 31 Δεκεμβρίου 2018, ενώ στις 4 Αυγούστου 2017 θα τεθεί σε λειτουργία και η ηλεκτρονική πλατφόρμα για τον εξωδικαστικό μηχανισμό επίλυσης διαφορών. Αυτό δήλωσε ο ειδικός γραμματέας Διαχείρισης Ιδιωτικού Χρέους, Φώτης Κουρμούσης, στο διοικητικό συμβούλιο του ΕΒΕΠ, αναφερόμενος στο χρονοδιάγραμμα υλοποίησης

## Εντατικοί έλεγχοι εφορίας σε τουριστικές περιοχές

Εντατικούς ελέγχους ξεκινά η Ανεξάρτητη Αρχή Δημοσίων Εσόδων στα νησιά και γενικότερα στις τουριστικές περιοχές κατά την καλοκαιρινή περίοδο. Στόχος είναι η συμμόρφωση των επιτηδευματιών σε ότι αφορά στην έκδοση αποδείξεων αλλά και η συλλογή πληροφοριών για την συμπεριφορά των επιχειρήσεων και την κατάταξή τους σε κλίμακα παραβατικότητας με βάση την οποία θα διενεργούνται οι μελλοντικοί φορολογικοί έλεγχοι. Για το σκοπό αυτό η ΑΑΔΕ κινεί τις διαδικασίες για την ενίσχυση με ελεγκτές συγκριμένων εφοριών σε νησιά και Υπηρεσιών Διασφάλισης Δημοσίων Εσόδων την Αττική και τη Θεσσαλονίκη.

## Ρύθμιση οφειλών νοικοκυριών και επαγγελματιών

Ενημέρωση για ό,τι αφορά την ρύθμιση οφειλών των νοικοκυριών και των επαγγελματιών προς το Δημόσιο, τα ασφαλιστικά ταμεία, τις τράπεζες και τους ιδιώτες, μπορούν να έχουν όσοι πολίτες ενδιαφέρονται να περιηγηθούν στον δικτυακό χώρο της Ειδικής Γραμματείας Διαχείρισης Ιδιωτικού Χρέους ([www.keyd.gov.gr](http://www.keyd.gov.gr)) που ξεκίνησε την λειτουργία του.

## Φορολογικές δηλώσεις σωματείων

Σύμφωνα με το Ν.4446/2016 δίνεται η δυνατότητα σε νομικά πρόσωπα και οντότητες συμπεριλαμβανομένων και των αθλητικών σωματείων να υποβάλλουν τις φορολογικές δηλώσεις τους για τα προηγούμενα έτη ΧΩΡΙΣ ΠΡΟΣΤΙΜΑ με καταληκτική ημερομηνία την 31/5/2017.

## Αύξηση 7,4% τζίρου στο χονδρικό εμπόριο

Ο εποχικά διορθωμένος δείκτης σημείωσε αύξηση 4,4% το α' τρίμηνο 2017 σε σύγκριση με το δ' τρίμηνο 2016. Αύξηση 7,4% σημείωσε ο δείκτης κύκλου εργασιών στο χονδρικό εμπόριο της χώρας το α' τρίμηνο φέτος σε σύγκριση με το αντίστοιχο διάστημα του 2016, ενώ σε σχέση με το δ' τρίμηνο πέρυσι παρουσίασε μείωση 0,8%. Σύμφωνα επίσης με την ΕΛΣΤΑΤ, ο εποχικά διορθωμένος δείκτης σημείωσε αύξηση 4,4% το α' τρίμηνο 2017 σε σύγκριση με το δ' τρίμηνο 2016.

## Υπ. Οικ.: Νέο πολυνομοσχέδιο στη βουλή

Την επιβολή προστίμων από 500-1.000 ευρώ για μη έκδοση ή ανακριβή έκδοση αποδείξεων ή τιμολογίων και στις επιχειρήσεις και στους ελεύθερους επαγγελματίες που δεν υπάγονται στον ΦΠΑ, όπως τα ιδιωτικά εκπαιδευτήρια και οι γιατροί, προβλέπουν, μεταξύ πολλών άλλων, οι διατάξεις ενός νέου πολυνομοσχεδίου που κατέθεσαν στη Βουλή 10 υπουργοί και μια υφυπουργός. Επιπλέον, με τις διατάξεις του πολυνομοσχεδίου αναστέλλεται για δύο ακόμη χρόνια, για το 2017 και το 2018, η εφαρμογή του συμπληρωματικού ΕΝΦΙΑ για τα αγροτεμάχια.

## Υψηλότερα φορολογικά έσοδα τον Απρίλιο

Υψηλότερα των στόχων του προϋπολογισμού κατά 22,23% κινήθηκαν τα φορολογικά έσοδα και τον Απρίλιο, ενώ συνεχίζεται η σημαντική υπέρβαση του στόχου για την αποπληρωμή των επιστροφών φόρου η οποία τον Απρίλιο ανήλθε σε 14,81%. Αυτό προκύπτει από τα οριστικά στοιχεία για την διαμόρφωση της πορείας των εσόδων τον Απρίλιο που δόθηκαν στη δημοσιότητα από την Ανεξάρτητη Αρχή Δημοσίων Εσόδων.

## Ευρωπαϊκό συνέδριο για τον αθλητισμό στο Ναύπλιο

Το Ευρωπαϊκό Ινστιτούτο Τοπικής Ανάπτυξης σε συνεργασία με την Ευρωπαϊκή Επιτροπή διοργανώνουν Συνέδριο για το Ευρωπαϊκό Πρόγραμμα «Διπλή Καριέρα: Κατευθυντήριες γραμμές της Ευρωπαϊκής Ένωσης για τη Διπλή Σταδιοδρομία των Αθλητών (DC4AC), αύριο Παρασκευή στο Βουλευτικό στην πόλη του Ναυπλίου.

Το έργο έχει ως σκοπό την προώθηση της διασφάλισης ενός πιο ασφαλούς μέλλοντος για τους αθλητές όταν η αθλητική τους καριέρα ολοκληρωθεί. Στόχος είναι η επανένταξη των επαγγελματιών αθλητών στην αγορά εργασίας μετά το τέλος της αθλητικής σταδιοδρομίας τους.

Στο συνέδριο θα γίνει ενημέρωση σχετικά με την έννοια της διπλής σταδιοδρομίας των αθλητών προκειμένου να ευαισθητοποιήσει τους ενδιαφερόμενους να δημιουργήσουν το κατάλληλο περιβάλλον για τη διπλή σταδιοδρομία των αθλητών, συμπεριλαμβανομένης μιας κατάλληλης πολιτικής, νομικού

και δημοσιονομικού πλαισίου.

Σκοπός του Συνεδρίου είναι να υποστηρίξει την ανάπτυξη ενός συνόλου ελάχιστων απαιτήσεων ποιότητας σε ευρωπαϊκό επίπεδο, σε συνεργασία με τους εμπλεκόμενους φορείς στον τομέα αυτό, η οποία θα μπορούσε να λειτουργήσει ως σημείο αναφοράς για εθνικές υπηρεσίες και εγκαταστάσεις διπλής σταδιοδρομίας παρέχοντας διαφάνεια και εγγυήσεις για την ασφάλεια, την ποιότητα και την προστασία των αθλητών συμπεριλαμβανομένων των αθλητών του εξωτερικού. Θα δοθούν, επίσης, εθνικές κατευθυντήριες γραμμές για την διπλή σταδιοδρομία των αθλητών καθώς θα παρουσιαστούν ειδικές ρυθμίσεις σε Ευρωπαϊκό επίπεδο.

Στο Συνέδριο μπορούν να συμμετάσχουν αθλητικοί φορείς, όμιλοι, αθλητές, καθηγητές αθλητισμού, επιτροπές αθλητισμού καθώς και οποιοσδήποτε ενδιαφέρεται να παρακολουθήσει.

## Αγίου Πνεύματος: Ποιές επιχειρήσεις είναι ανοικτές

Τη Δευτέρα 5 Ιουνίου «πέφτει» φέτος η ημέρα του Αγίου Πνεύματος. Οι ιδιωτικές επιχειρήσεις και τα καταστήματα θα λειτουργήσουν κανονικά τη συγκεκριμένη ημέρα.

Οι εργαζόμενοι, σύμφωνα με τις διατάξεις του νόμου, και εκτός εξαιρέσεων που προβλέπονται, θα προσέλθουν κανονικά στη

δουλειά τους, δικαιούμενοι το ημερομίσθιό τους. Επίσης σε διάφορες περιοχές της χώρας εθιμοτυπικά καταστήματα παραμένουν κλειστά.

Όσοι εργαζόμενοι δεν προσέλθουν στην εργασία τους (αδικαιολόγητα) δεν δικαιούνται το ημερομίσθιο της ημέρας αυτής το οποίο και θα αφαιρεθεί από τις

αποδοχές τους. Στην περίπτωση που οι ημερομίσθιοι που δεν εργαστούν, δεν δικαιούνται αμοιβή αφού δεν ορίζεται με διάταξη νόμου η πληρωμή του ημερομισθίου σε μη εξαιρέσιμες αργίες. Στο Δημόσιο, αντίθετα, έχει οριστεί ως επίσημη ημέρα αργίας.



## Λογιστικό Γραφείο

Στέλιος Π. Χειβιδόπουλος  
Λογιστής πτυχιούχος ΑΒΣΘ

Κορινθού 26, Αργος  
τηλ. 27510-61124  
0932-355174



Πυξίδα  
101 fm

## ΔΩΡΕΑΝ ΜΙΚΡΕΣ ΑΓΓΕΛΙΕΣ

### ΜΟΝΟ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΣΥΝΔΡΟΜΗΤΕΣ ΜΑΣ

Κάθε συνδρομητής δεν μπορεί να δημοσιεύει δωρεάν περισσότερες από δύο μικρές αγγελίες ταυτόχρονα. Η κάθε δωρεάν αγγελία δεν μπορεί να υπερβαίνει τις 30 λέξεις.

#### ΕΝΟΙΚΙΑΣΕΙΣ

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ ΔΙΑΜΕΡΙΣΜΑ 70 τ.μ., στο 2ο όροφο, στη Θεσσαλονίκη, Βασ. Όλγας 231 (κοντά στην Περιφ. Ενότητα Θεσ/κης), πλήρως ανακαινισμένο, με πολύ λίγα κοινόχρηστα, δίπλα στη στάση αστικής συγκοινωνίας ιδανικό για φοιτητές. Πληρ: 6944-729712 & 6973-999508 ΚΩΔ. 1033

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ επαγγελματικός χώρος (κατάστημα) στο Ναύπλιο, οδός Καλαμάτας 4. Τηλ. 27520 28467, 697 457 7970 ΚΩΔ. 1030

Ενοικιάζονται χώροι από 100 έως 1000 τμ με τριφασικό ρεύμα και χώροι πάρκινγκ φορτηγών, Οδός Ήρας - Κουρτακίου. Τηλ. 694 424 3424 ΚΩΔ 1029

Ενοικιάζεται διαμέρισμα 100 τμ, ισόγειο, γωνιακό, 3 κρεβατοκάμαρες, σαλόνι, καθιστικό, αυτόνομη θέρμανση. Οδός Παπαλεξοπούλου (Αη Γιάννης), Αργος. Τηλ: 697 399 9508, 2751 026032 ΚΩΔ.1026

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ διαμέρισμα 100 τ.μ., διαμπερές στο Αργος, οδός Πετρούκα & Ηρακλέους γωνία - Αργος. Τηλ. 27510 66188 - 2751068 609 ΚΩΔ. 1024

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ Αρτοποιείο πλήρως εξοπλισμένο στο Ναύπλιο τηλ. 6982803610 ΚΩΔ. 1021

Ενοικιάζεται διαμέρισμα 55τ.μ, 1ου προσόψεως φωτεινό με θέα στο πάρκο, 1 υ/δ, σαλόνι, γκαρ, μπάνιο, κουζίνα (καινούργια ντουλάπα), φυσικό αέριο, τέντες, σε πολύ καλή κατάσταση στο ΒΥΡΩΝΑ, πλ. Αναλήψεως. Τηλ. 6977126634 ΚΩΔ. 1013

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ διαμέρισμα 95 τ.μ. με αυτόνομη θέρμανση, χωρίς κοινόχρηστα, στο Αργος (2 κρεβατοκάμαρες, σαλόνι, καθιστικό, κουζίνα, αποθήκη, μπάνιο), όχι αλλοδαποί. Τηλ. 6942251315 ΚΩΔ. 1007

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ επαγγελματικός χώρος - γραφείο 50 τ.μ 2ος όροφος Ασκληπιού και Πόπη στο Ναύπλιο. ΚΩΔ. 1004 Πληροφορίες 6974434306

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ διαμέρισμα γκαρσονιέρα, στην οδό Αργους 58, στο Ναύπλιο. ΚΩΔ. Ε 1001, Τηλ. 27520 28467

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ Κατάστημα στο Ναύπλιο, επί της οδού Αργους 115, γωνιακό, 170 τ.μ. ισόγειο και 170 τ.μ. υπόγειο, με χώρο στάθμευσης και πρόσβαση ΑμΕΑ. Πληροφορίες: 6973-999508, 27510-26032

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ Διαμέρισμα στο Αργος, περιοχή Αγ.Ιωάννη, οδός Παπαλεξοπούλου, ισόγειο, γωνιακό, 100 τ.μ., 3 υπνοδωμάτια, σαλόνι, καθιστικό, με αυτόνομη θέρμανση, χωρίς κοινόχρηστα. Πληροφορίες: 6973-999508, 27510-2603

Ενοικιάζεται κατάστημα στο Ναύπλιο επί της 25ης Μαρτίου 57 τ.μ. Τηλ 26910 95086 και 6978884508

Ενοικιάζεται διαμέρισμα 80τμ με αυτόνομη θέρμανση, χωρίς κοινόχρηστα στην οδό Δαγρέ στο Αργος. Τηλ.: 6932634003

Ενοικιάζεται διαμέρισμα ισόγειο 70τμ. στο Αργος, Δαναού 32, φρεσκοβαμμένο, καινούργια κουζίνα, αυτόνομη θέρμανση, τέντα, χωρίς κοινόχρηστα. Τηλ 6976015480, 6974298144

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ περίπτερο στο κεντρικότερο σημείο του Αργους. Ώρες 11.00π.μ-13.00μ.μ. Δεκτές μόνο σοβαρές προτάσεις. Τηλέφωνο: 6973554355

Ενοικιάζεται Γκαρσονιέρα 35τμ. με αυτόνομη θέρμανση, Μ. Αλεξάνδρου 5 στο Αργος. Τηλ.: 2751029701

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ σπίτι 100 τ.μ. στο Σκαφιδάκι, με αυτόνομη θέρμανση, μεγάλη αυλή, δίπλα από το Δημοτικό Σχολείο. Τηλ. 694 43 17903

ΕΝΟΙΚΙΑΖΟΝΤΑΙ διαμερίσματα 44 και 50 τ.μ. χωρίς κοινόχρηστα επί της οδού Βασ. Παύλου 11 και Μπουμπουλίνας γωνία, πλησίον ΔΕΗ και έναντι Σ/Μ ΑΒ. Τηλ. 697 44 90 262 και 697 47 06 895.

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ γραφείο α' ορόφου στην οδό Καποδιστρίου 28 στο Αργος, 40 τ.μ. Τηλ. 27510 62007, 27510 208886.

Ενοικιάζεται οροφδιαμέρισμα, 3ου ορόφου, 120 τ.μ., στην πλατεία Αγίας Αικατερίνης στο Αργος, με τέντες, πόρτα ασφαλείας, ηλιακό θερμοσίφωνα, αυτόνομη θέρμανση Πληροφορίες στα τηλ. 27510-20806 και 6977318153.

Ενοικιάζεται διαμέρισμα 50 τετραγωνικών διαμπερές ανακαινισμένο και πλήρως επιπλωμένο με δύο airconditions. Περιοχή Εξάρχεια Αθήνα, οδός Τηλεμάχου 13-15. Ιδανικό για φοιτητές και ζευγάρια. Τηλ. 6974407539

Ενοικιάζονται δύο επαγγελματικοί χώροι 65τμ και 72τμ με βοηθητικούς χώρους αντιστοίχως. Και οι δύο έχουν πρόσβαση σε δημοτικό δρόμο στην θέση Ζωοδόχος Πηγή στην Δαλαμανάρα. Τιμές λογικές. Τηλ.: 27510-61124, -67142 και 6974876572

Ενοικιάζεται διαμέρισμα ισόγειο 3άρι, με κλιματιστικά και ηλιακό καθώς και 3αρι με κλιματιστικά αλλά χωρίς ηλιακό στον 1ο όροφο Ζόροφης κατοικίας στην Νέα Κίο. Τηλ: 6944707640

Ενοικιάζεται διαμέρισμα 80,00 τ.μ., δύο κύριων χώρων, με τζάκι, κεντρική θέρμανση και boiler, ημιυπόγειο στο Αργος (Ηρακλέους αρ. 18). Πληροφορίες στο 27510-20130 και 27510-67026.

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ Διαμέρισμα ισόγειο στο Αργος, σε ήσυχη περιοχή με καλό κλίμα, με 3 υπνοδωμάτια και λοιπούς χώρους και με αυτόνομη θέρμανση. Πληρ: 2751026032 & 6973999508

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ ΔΙΑΜΕΡΙΣΜΑ 70 τ.μ., στο 2ο όροφο, στη ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ Βασ.Όλγας 231 (κοντά στην Περιφ. Ενότητα Θεσ/κης) πλήρως ανακαινισμένο, με πολύ λίγα κοινόχρηστα, δίπλα στη στάση αστικής συγκοινωνίας ιδανικό για φοιτητές. Πληρ: 6944-729712 & 27510-26032

Ενοικιάζεται διώροφο κτίριο, 170τμ. με αποθηκευτικό χώρο, στην συμβολή των οδών Μεσσηνίας- Αρκαδίας και Καρπετοπούλου στο Αργος. Τηλ. 27510-22843

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ διαμέρισμα 30 τ.μ. στον Συνοικισμό του Ναυπλίου, με Α/Σ, αυτόνομη θέρμανση, θέση πάρκινγκ, επιπλωμένο. Τηλ. 6948309742

#### ΠΩΛΗΣΕΙΣ

ΠΩΛΕΙΤΑΙ, το 35% της επιχείρησης του εστιατορίου ΕΛΛΑΣ, στο Ναύπλιο. Τιμή: 170,000 ευρώ. Δεκτές μόνο σοβαρές προτάσεις. Πληρ: 6974407539

ρέες προτάσεις. Πληροφορίες κος Μιχάλης. Τηλ. 694 412 2442

ΠΩΛΕΙΤΑΙ ΚΤΗΜΑ 13 στρέμματα, στο νέο δρόμο Μυκηνών - Ναυπλίου, με πρόσβαση επί του δρόμου 80 μέτρα, με οικοδομική άδεια μεταλλικού κτηρίου 2.400 τμ. Τηλ.: 6977 000 497 ΚΩΔ. 1040

ΠΩΛΟΥΝΤΑΙ σχεδόν καινούργια: Λάτρα, Τυροπιτέρα, Πάγκος 5m X 80, ζυγιστική μηχανή, Φραπιέρα. Τηλ. 697 662 8189 ΚΩΔ. 1034

ΠΩΛΕΙΤΑΙ επικερδής τουριστική επιχείρηση, με είδη εστίασης στο Λυγουριό, λόγω συνταξιοδότησης. Πελατεία εξασφαλισμένη. Τηλ. 27530 22507 ΚΩΔ. 1031

ΠΩΛΕΙΤΑΙ παραθαλάσσιο οικόπεδο 2 στρεμμάτων στην παραλία Ιρίων, επαπτόμενο δυτικά με θάλασσα, και ανατολικά με δημοτικό δρόμο, εντός οικισμού. Πληροφορίες 210 3229161 ΚΩΔ 1029

ΠΩΛΕΙΤΑΙ στην Άνοιξη Αττικής, λεοφόρος Μαραθώνα και Αγρινίου 2, με όψη σε 3 δρόμους, περιοχή Αρσακίου Εκλής, κτήμα 1400 τμ, με οικία 149 τμ με 4 λουτρά, 5 υπνοδωμάτια, άνετους βοηθητικούς χώρους, στεγασμένο γκαράζ για 4 ΙΧ, προσφέρεται στο 1/2 αντικειμενικής. Πληροφορίες κος Βασίλης 6977444040

ΠΩΛΕΙΤΑΙ στην Ερμιόνη, περιοχή Κουβέρτα - Λένα Μαρί, κτήμα ελαιόφυτο, περίπου 7,5 στρέμματα, επαπτόμενο σε 2 δρόμους με θέα Ύδρα Κάπαρι, Μουζάκι και θάλασσα Κουβέρτας. Τιμή λογική. Πληροφορίες κος Βασίλης 6977444040

Πωλούνται στην Αγία Τριάδα, κοντά στον περιφερειακό δρόμο δύο μεταλλικές αίθουσες 600 τμ και 320 τμ ύψους 6,5 μέτρων σε οικόπεδο 5.000 τμ. Κατάλληλες για όλες τις χρήσεις. Τιμή 210.000€. Τηλ.: 6947 443 173

ΠΩΛΕΙΤΑΙ μεζονέτα 100τμ, σε οικόπεδο 200τμ με γκαράζ δύο αυτοκινήτων στην θέση Ζωοδόχος Πηγή στην Δαλαμανάρα. Τηλ.: 27510-61124, -67142 και 6974876572

ΠΩΛΕΙΤΑΙ Διαμέρισμα με 3 υπνοδωμάτια, 2 τουαλέτες, διαμπερές 3ος όροφος, τέντες εμπρός - πίσω, ηλιακό. Θεάτρο 2 & Δαναού στο Αργος. τηλ. 27510 66000, 6945155597.

ΠΩΛΕΙΤΑΙ διαμέρισμα 110 τ.μ. πάροδος Νικηταρά, Αργος. Τηλ. 6947124763 (Κα Μαρία).

ΠΩΛΕΙΤΑΙ κτήμα 5,5 στρεμμάτων πορτοκαλιές με δικό του νερό στο δρόμο Ηραίου - Πουλακιάδας. Τηλ. 6983275123

ΠΩΛΕΙΤΑΙ οικόπεδο 4,5 στρέμματα, στα Πυργιώτικα, οικοδομήσιμο. Τηλ. 6948309742

Πωλούνται διαμερίσματα νεόκτιστα σε απόσταση 200μέτρων από το Νοσοκομείο Αργους. Τηλ.: 6947267865

Χ.ΓΡΑΜΜΑΤΙΚΟΠΟΥΛΟΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΚΑΤΑΣΚΕΥΗΣ-ΠΩΛΗΣΗΣ ΑΚΙΝΗΤΩΝ ΠΩΛΕΙΤΑΙ ΝΕΟΔΟΜΗΤΟ ΙΣΟΓΕΙΟ ΚΑΤΑΣΤΗΜΑ 38 τ.μ. ΝΑΥΠΛΙΟ (οδός Αργοναυτών 11 - Ν. Βυζάντιο). ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ: τηλ. (27520)29396 - κινητό 6944842844 ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ: ΠΡΟΦ. ΗΛΙΑ 13 - ΝΑΥΠΛΙΟ

#### ΕΡΓΑΣΙΑ

Η Εταιρεία Δ ΦΛΕΣΣΑΣ ΑΕ ζητάει Μηχανικό Αυτοκινήτων . Απαραίτητη προϋπόθεση η προϋπηρεσία στο χώρο και να έχει εκπληρώσει τις στρατιωτικές του υποχρεώσεις . Αποστολή mail στο logistirio@flessas.gr ΚΩΔ. 1045

Ζητείται εργαζόμενος σε φαρμακείο για μερική απασχόληση. Απαραίτητη προϋπόθεση είναι η κατοχή ΙΧ. Βασική γνώση υπολογιστών, όπως και αγγλικά. Τηλέφωνο επικοινωνίας 6948241430-2752097170 ΚΩΔ 1044

ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ ΓΕΡΜΑΝΙΚΩΝ (native speaker) παραδίδει μαθήματα σε μαθητές και ενήλικες σε όλα τα επίπεδα. Προετοιμασία για πτυχία Goethe. Περιοχή Αργος, Ναύπλιο. Τηλ. 697 646 5155 ΚΩΔ. 1043

Ζητείται νέα κυρία η εργασία με προϋπηρεσία στο Ψητοπωλείο «Το Σμυρναίικο» του Φάνη στη Νέα Κίο. Τηλ. 27510 52444 ΚΩΔ 1041

Ζητείται από τουριστικό γραφείο συνεργάτης ημισπασχόλησης για συνοδός τουρισμού υπαίθρου στην περιοχή Ναυπλίου και Αθήνας. Απαραίτητα προσόντα μέτρια φυσική κατάσταση για ποδήλατο ή πεζοπορία καλή γνώση αγγλικής γλώσσας, επικοινωνιακός. Τηλ επικοινωνίας: 6933051333 ώρες επικοινωνίας 10-2 και 18-21:00

Ζητείται από το 'ΠΑΝΤΑ ΡΕΙ' στο παλιό Ναύπλιο, τεχνίτρια νυχιών, με προϋπηρεσία και γνώσεις : Μανικιούρ-Πεντικιούρ, ονυχοπλαστική-ακρυλικό. Πληροφορίες στο: 6973407817

ΦΙΛΟΛΟΓΟΣ παραδίδει ιδιαίτερα μαθήματα σε μαθητές Δημοτικού- Γυμνασίου- Λυκείου. Τιμές προσιτές. Τηλέφωνο 6943210851 ΚΩΔ 1035

Η επιχείρηση Atlantis (Πλακάκια - Είδη Υγιεινής) ζητά να προσλάβει αποθηκάριο για πλήρη απασχόληση. Επαγγελματικό δίπλωμα οδήγησης είναι απαραίτητο. Πληροφορίες στο 27520/24191. ΚΩΔ. 1036

ΖΗΤΕΙΤΑΙ ΛΟΓΙΣΤΗΣ με εμπειρία για λογιστικό γραφείο. Τηλ.: 697 741 1198 ΚΩΔ. 1032

Ζητείται υπάλληλος κρεοπωλείου με προϋπηρεσία έως 40 ετών για πλήρη απασχόληση. τηλ.: 2751029085 ΚΩΔ. 1027

ΖΗΤΕΙΤΑΙ εμφανίσιμη κοπέλα για σέρβις, με εμπειρία στο σερβίρισμα φαγητού. Τηλ. 697 412 8786 ΚΩΔ. 1025

Φιλόλογος, με πτυχίο από το Πανεπιστήμιο Πατρών, παραδίδει ιδιαίτερα μαθήματα σε μαθητές του δημοτικού, γυμνασίου και λυκείου. Τιμές προσιτές. Τηλ. 6977367655.

Το Εκπαιδευτικό Κέντρο Kariera@rgos ζητάει: Καθηγητή Καθηγήτρια Πληροφορικής για Μαθήματα Χειρισμού Ηλεκτρονικών Υπολογιστών. Β. Σοφίας 15 Αργος Τηλ. 27510-21111 ΚΩΔ 1019

Έφη Τριανταφύλλου - πτυχιούχος Γερμανικής Φιλολογίας. Παραδίδονται μαθήματα Γερμανικών όλων των επιπέδων. Τηλ. 2751 0 20647 - 2751 0 22221 - ΚΩΔ. 1009

ΠΡΟΣΦΟΡΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ. Πτυχιούχος Νοσηλευτικής παρέχει υπηρεσίες νοσηλείας κατ' οίκον (ενέσεις, εμβολιασμοί, αλλαγές τραυμάτων, καθετήρων, οροί). ΚΩΔ. 1003 Τηλ. 6942984407

ΖΗΤΕΙΤΑΙ νέος έως 30 ετών για εργασία σε καφέ στο κέντρο της πόλης του Αργους. Τηλ. 27510 22843

Παραδίδονται ιδιαίτερα μαθήματα φυσικής χημείας και σε γκρουπ 1-4 ατόμων, γυμνάσιο - Λύκειο, σε ειδικά διαμορφωμένο χώρο στο Παλαιό Ναύπλιο. Αντώνης Παπαδόπουλος Φυσικός, ΜSΣ Χημείας. Τηλ: 6972054190

Εμπειρη καθηγήτρια με σπουδές στο εξωτερικό παραδίδει μαθήματα ΓΕΡΜΑΝΙΚΗΣ και ΑΓΓΛΙΚΗΣ γλώσσας. Όλα τα επίπεδα. Περιοχές Αργος - Ναύπλιο και περίχωρα. Τηλ. επικοινωνίας 694 633 61 54

Αναλαμβάνω διάφορες οικοδομικές και ηλεκτρολογικές εργασίες, νυχτερινή φύλαξη χώρων κλπ. Πληροφορίες κος Φώτης. Τηλ. 6946316668, 6994189508.

Ζητούνται νέες / νέοι σερβιτόροι + βοηθός μαγειρίου, γλώσσες, δίπλωμα τουριστικών επαγγελμάτων, άλλες δεξιότητες, συστάσεις, θα συνοπολογοιστούν. Βιογραφικό στο enip@lachocolatiere.gr Φιλόλογος παραδίδει μαθήματα σε Αργο-Ναύπλιο, με εξειδίκευση στην έκθεση. Τιμές προσιτές. Τηλ. 6972330317

#### ΑΥΤΟΚΙΝΗΤΑ ΣΚΑΦΗ

ΠΩΛΕΙΤΑΙ βάρκα πλαστική 5 μέτρων, με μηχανή Yamaha 50 ίππων τετράχρονη καινούργια και πλήρη εξοπλισμό (βυθόμετρο κλπ), στο Πορτοχέλι. Πληρ. τηλ. 697 655 7947, 2754023707 ΚΩΔ. 1049

Πωλείται Nissan Navara, μοντ. 2006, 2488c.c., 194000χλμ, μαύρο μεταλλικό, 4x4, 4πορτο, a/b, a/c, abs, diesel, immobilizer, mp3, άριστη κατάσταση, ατρακάριστο, δεκτός έλεγχος, ζάντες, ηλεκτρ. παράθυρα, ηλεκτρικές κλειδαριές, ιδιώτης, κτεο, πληρωμένα τέλη, προβολείς ομίχλης, τιμή συζητήσιμη. τιμή 11000euro. Τηλ: 6973280691

-Πωλείται τετρακίνητη 7,50 μ, πλαστικοποιημένο μέσα - έξω, με μηχανή 36 HP αερόψυκτη 2 κόρων, με βιντζι επαγγελματικό και επαγγελματική άδεια 2 κόρων. Τηλ.: 2752059141 & 6949065081. ΚΩΔ. 1042

Πωλείται ALFA ROMEO A33, μοντέλο 1992 τιμή 600 ευρώ. Τηλέφωνο 694 22 33 953. ΚΩΔ. 1012

ΠΩΛΕΙΤΑΙ Mercedes Benz Conpresor 200 με όλα τα βιβλία service, 108000 Km, σε τιμή ευκαιρίας. Τηλ. 6977939435

ΠΩΛΕΙΤΑΙ NISSAN TIDA MAYPO 1600 κυβικά του 2008. τηλ. 27510 24185

#### ΔΙΑΦΟΡΑ

ΠΩΛΕΙΤΑΙ μελισοκομικό υλικό, μηχανή μελισοκομική και είδη κιγκαλερίας. Τηλ. 27510 67198, 27510 69204, 6946 810252

Πωλείται κράνος ανδρικό Τύπος: Full Face 20 ευρώ. Τηλ.: 697 324 8494 κωδ. 1047

Πωλείται Ελλειπτικό Επαγγελματικό σχεδόν καινούριο σύγχρονο τελευταίας τεχνολογίας με πολλά ηλεκτρονικά προγράμματα 600 ευρώ. Τηλ.: 697 324 8494 κωδ. 1048

# απροσάρμοστα ητομγόσοορη

## Μην ερωτευτείς καμία γυναίκα



Στον ευλογημένο τόπο  
Μάη μήνα βρέχει

Αν το καλοσκεφτείς κινδυνεύεις παντοιοτρόπως. Ακόμα κι αν σε φροντίζει και σου ετοιμάζει φαγητό κλπ. Πάντα εγκυμονεί έναν σοβαρό κίνδυνο. Μην ξεχνάς πως ένα δεκατιανό ήθελε κι ο Αδάμ και βρέθηκε με την έξωση στο χέρι. Σοφές επομένως οι συμβουλές της Martha Rivera Garrido (Μετάφραση από τα

Αγγλικά στα Ελληνικά, Φιλιά Ροτσιδου), που ακολουθούν:

Μην ερωτευτείς ποτέ μια γυναίκα που απολαμβάνει το διάβασμα, μια γυναίκα που νιώθει πολύ, μια γυναίκα που γράφει. Μην ερωτευτείς μια γυναίκα έξυπνη, μαγκιόρα, «τρελή».

Μην ερωτευτείς μια γυναίκα που ξέρει αυτά που ξέρει και επιπλέον, ξέρει και πως να πετά.

Μην ερωτευτείς μια γυναίκα που μπορεί να γελά ή να κλαίει καθώς κάνει έρωτα και ξέρει να μετατρέπει τη σάρκα της σε πνεύμα... μια γυναίκα που πιστεύει στον εαυτό της.

Μην ερωτευτείς μια γυναίκα που αγαπά την ποίηση (αυτές είναι οι πιο επικίνδυνες), που μπορεί να μείνει ακίνητη για ώρα μπροστά από έναν πίνακα και να τον θαυμάζει... ή που δεν μπορεί να ζήσει χωρίς μουσική.

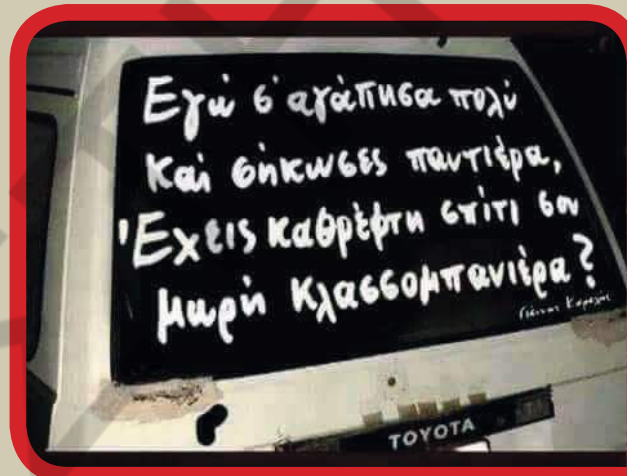
Μην ερωτευτείς μια γυναίκα, που ενδιαφέρε-

ται για την πολιτική που δεν αντέχει την αδικία... που είναι επαναστάτρια. Μην ερωτευτείς μια γυναίκα που της αρέσουν τα σπορ και δεν αντέχει με τίποτα την τηλεόραση... μια γυναίκα που είναι όμορφη ψυχή τε και σώματι.

Μην ερωτευτείς ποτέ

μια τέτοια γυναίκα παθιασμένη, παιχνιδιάρικη, διαυγή και χωρίς ευλάβεια...

Να εύχεσαι να μην ερωτευτείς ποτέ γυναίκα σαν αυτή γιατί όσο και αν σε αγαπά και μένει μαζί σου... στο πλάι σου ή όχι... από μια τέτοια γυναίκα, δεν επέστρεψε ποτέ κανείς.



### ανέκδοτο

## Η γάτα...

Στο μπαρ, ο πελάτης παραγγέλνει το δωδέκατο ποτήρι ουίσκι.

– Μα δεν είναι πολλά; του λέει ο μπάρμαν φιλικά.

Θα πάθετε τίποτα...

– Α, μπα! Εφόσον εξακολουθώ να βλέπω εκεί την γάτα με δυο και όχι με τέσσερα μάτια, δεν υπάρχει ακόμα φόβος.

– Μα δεν είναι γάτα, κύριε, είναι η λάμπα πάνω απ το μπαρ κοιτάτε!

