



ΑΝΑΓΝΩΣΤΗΣ

ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΥ

Εβδομαδιαία εφημερίδα • Πέμπτη 16.04.2020 • www.anagnostis.org • anagnostispe@hotmail.com • Έτος 23ο • Αρ. φύλλου 1073 • ΕΥΡΩ 2,00

Από την τσέπη του Καμπόσου οι 40 στολές στο Νοσοκομείο



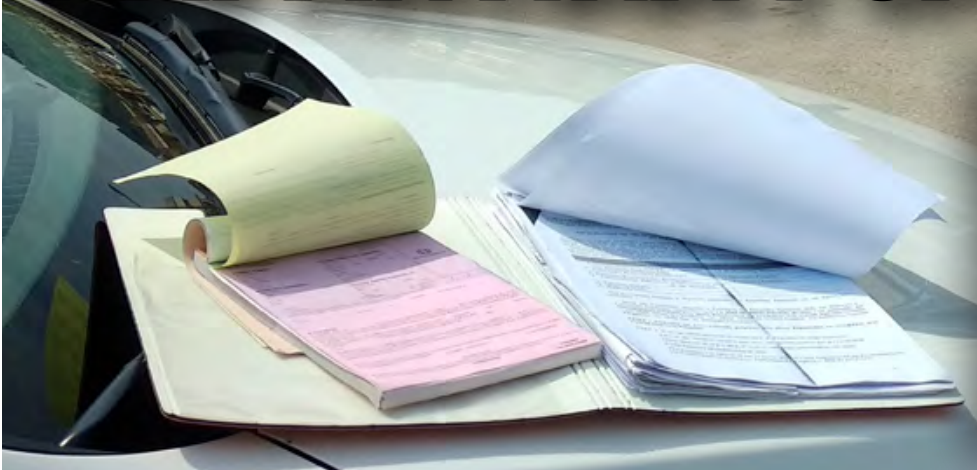
Δύο αντιμισθίες διέθεσε ο Δήμαρχος Άργους Μυκηνών για την προστασία του προσωπικού του Νοσοκομείου Αργολίδας από τον Κορωνοϊό. Οι 40 στολές παραδόθηκαν στην έδρα του Νοσοκομείου Αργολίδας στο Άργος.

Σελ 10

» ΤΑ ΜΕΤΡΑ ΤΟΥ ΠΑΣΧΑ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΟΡΩΝΟΪΟ ΚΑΙ ΟΙ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΕΣ ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΣΤΗΝ ΑΡΓΟΛΙΔΑ



ΚΑΡΑΝΤΙΝΑ ΓΟΛΓΟΘΑΣ



Τα χωριά της Αργολίδας εφέτος δεν θα ζωντανέψουν. Οι παππούδες και οι γιαγιάδες γιορτάζουν την Ανάσταση μόνοι τους. Οι παιδικές φωνές δεν θα ακουστούν στις αυλές και τα γλέντια γύρω από τον οβελία αναβάλλονται. Εκτός από την κοινωνική διάσταση, όμως, η καραντίνα έχει δημιουργήσει ασφυξία σε όλους τους κλάδους της οικονομίας. Η επόμενη μέρα μοιάζει Γολγοθάς.

Σελ.3

35)ΧΤΥ

GRILL DINING · WINE BAR

Restaurant 100 GREECE 2017

tourism AWARDS 2019 Silver

Restaurant 100 GREECE 2018

KOLLETI 1 & PAPANIKOLAOU · OLD TOWN NAFPLIO 21100

T +30 2752 0 28068

Ο ΑΝΑΓΝΩΣΤΗΣ ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΥ

σας εύχεται *Χρόνια Πολλά*



Σας Εύχομαι Ολόψυχα
Καλό Πάσχα &
Καλή Ανάσταση
με Υγεία, Ελπίδα & Υπομονή

Ανδρέας Πουλάς
ΙΑΤΡΟΣ - ΝΕΦΡΟΛΟΓΟΣ
Βουλευτής Αργολίδας

κίνημα
αλλαγής ΠΑΣΟΚ

Ο Πρόεδρος,
το Δ.Σ. και οι εργαζόμενοι
της Δ.Ε.Υ.Α. Ναυπλίου,
εύχεται το Φως της Ανάστασης
να φωτίζει τις ζωές όλων σας
και να σας χαρίζει
υγεία, οικογενειακή ευτυχία
και επαγγελματική προκοπή.

Δ.Ε.Υ.Α. ΝΑΥΠΛΙΟΥ




Το Άγιο Φως της Ανάστασης
ας φωτίσει τις ψυχές
και τις ζωές όλων,
θυμίζοντας ότι ανάμεσα μας
υπάρχουν άνθρωποι
που έχουν την ανάγκη μας

Βαγγέλης Λαμπρόπουλος
Δημοτικός Σύμβουλος Ναυπλίου

Οι Άγιες μέρες του Πάσχα
και η Ανάσταση του Θεανθρώπου
να γεμίσουν τις καρδιές όλων μας
με το φως της αγάπης
και της ελπίδας

Χρόνια Πολλά
Καλή Ανάσταση

Γαβρήλος Σταύρος
Εντεταλμένος Σύμβουλος Καθαριότητας
Και Πολιτικής Προστασίας Δήμου Ναυπλιέων


Ταυτότητα

ΑΝΑΓΝΩΣΤΗΣ ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΥ
Εβδομαδιαία Εφημερίδα
Αρ. Σήματος: 159481
Δικαιούχος Σήματος:
Α. ΓΚΑΤΖΙΟΣ Θ. ΝΤΑΝΟΣ ΟΕ
Μέλος Ε.Ι.Ε.Τ.

Κωδ. Εντύπου: 4126

Αριθμός φύλλου: 1073
Ημερομηνία: ΠΕΜΠΤΗ 16.04.2020

Ιδιοκτησία:
Α. ΓΚΑΤΖΙΟΣ Θ. ΝΤΑΝΟΣ ΟΕ

Εκδότης - Δ/ντής:
Άκης Γκάτζιος

Σχεδιασμός: ΕΝΘΕΣΙΣ
Εκτύπωση:
«ΚΑΤΑΓΡΑΜΜΑ» ΚΙΑΤΟ
Διανομή: ΕΛΤΑ,
Πρακτορείο ΑΛΕΑΤΥΠΟΣ

ΕΔΡΑ: ΝΑΥΠΛΙΟ, Βελλίνη 5
Τηλ. 2752 0 22257 Fax. 2752 1 10728

κιν. 697 6511108, 693 7577471
anagnostispe@hotmail.com
www.anagnostis.org

Τιμή: 2,00 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 αφιλοκερδώς τις εργασίες τους

Γολγοθιάς η οικονομική καραντίνη

Τα μέτρα του Πάσχα για τον κορωνοϊό και οι επιπτώσεις στην Αργολίδα

Τα χωριά της Αργολίδας εφέτος δεν θα ζωντανέψουν. Οι παππούδες και οι γιαγιάδες γιορτάζουν την Ανάσταση μόνοι τους. Οι παιδικές φωνές δεν θα ακουστούν στις αυλές και τα γλέντια γύρω από τον οβελία αναβάλλονται για του χρόνου.

Τα δέματα από την επαρχία φτάνουν στην Αθήνα με το ΚΤΕΛ, αφού οι συγγενείς θα μείνουν εκεί. Αρνιά, αυγά, λάδι και άλλα παραδοσιακά προϊόντα έχουν γεμίσει τις αποθήκες στην Κηφισό με τους Αθηναίους να τα παραλαμβάνουν. Μια προσπάθεια των συγγενών από το χωριό να μεταφέρουν γευστικά την εικόνα στην πρωτεύουσα.

Δεν είναι όμως μόνο η κοινωνική διάσταση του θέματος, με την απειλή του κορωνοϊού. Το θέμα της οικονομίας είναι βασική παράμετρος, κάτι που βιώνουν όλοι οι επαγγελματίες που περίμεναν να ανασάνουν με την κίνηση του Πάσχα.

Το σχέδιο της Πολιτικής Προστασίας με κωδικό «οβελίας» έχει ουσιαστικά σφραγι-



σει τα διόδια και δεν περνάει «κουνούπι», ενώ συνεχείς είναι οι έλεγχοι σε κάθε πόλη και κάθε χωριό, ώστε να αποτραπούν όσοι ρισκάρουν να φύγουν για τα χωριά τους. Πόσο μάλλον για Πασχαλινές διακοπές σε

“

Εκτός από τις πόλεις
σε δεινή θέση
και τα χωριά

κρίση, καθώς μετά το πέρας της η χώρα θα έχει μπει στην τελική ευθεία για την αποκλιμάκωση των μέτρων περιορισμού για την εξάπλωση της πανδημίας. Έτσι, κανείς δεν θα ήθελε να ρισκάρει τον συνωστισμό τις ημέρες του Πάσχα. Αυτός είναι και ο λόγος που εδώ και τουλάχιστον δύο εβδομάδες βρίσκεται επί τάπητος η πρόταση για καθολική απαγόρευση της κυκλοφορίας από το βράδυ του Σαββάτου μέχρι τα μεσάνυχτα της Κυριακής του Πάσχα ή τα μεσάνυχτα της Δευτέρας του Πάσχα.

Η επανεκκίνηση της οικονομίας είναι ένα μεγάλο κεφάλαιο σε όλους τους κλάδους της επιχειρηματικότητας. Πόσο μάλλον του τουρισμού, στον οποίο βασίζεται ένα πολύ μεγάλο μέρος της οικονομίας της Αργολίδας. Τα εργαλεία ρευστότητας για την επανεκκίνηση των επιχειρήσεων, όσο παρατείνεται το λουκέτο είναι απαραίτητα, για να ξαναπάρει εμπρός κάθε είδους δραστηριότητα.

Οι συνθήκες που βιώνουν όλες οι επιχειρήσεις στην χώρα μας είναι πρωτόγνωρες. Οι επιπτώσεις λόγω της πανδημίας του κορωνοϊού είναι δραματικές. Όλες οι επιχειρήσεις βρίσκονται σε δεινή θέση.

Και είναι μεγάλο λάθος την συγκεκριμένη αυτή περίοδο τα πολιτικά παιχνίδια του καθενός να επηρεάσουν το ήδη δύσκολο οικονομικό τοπίο. Είναι η στιγμή που όλοι πρέπει να δείξουν, το πολιτικό τους ανίστημα. Μόνο με την σύμπραξη και την συλλογική χάραξη ενιαίας πολιτικής και ουσιαστικών προτάσεων και λύσεων θα μπορέσουν όλες οι επιχειρήσεις να βγουν από τον Γολγοθά που έχουν εισέλθει.

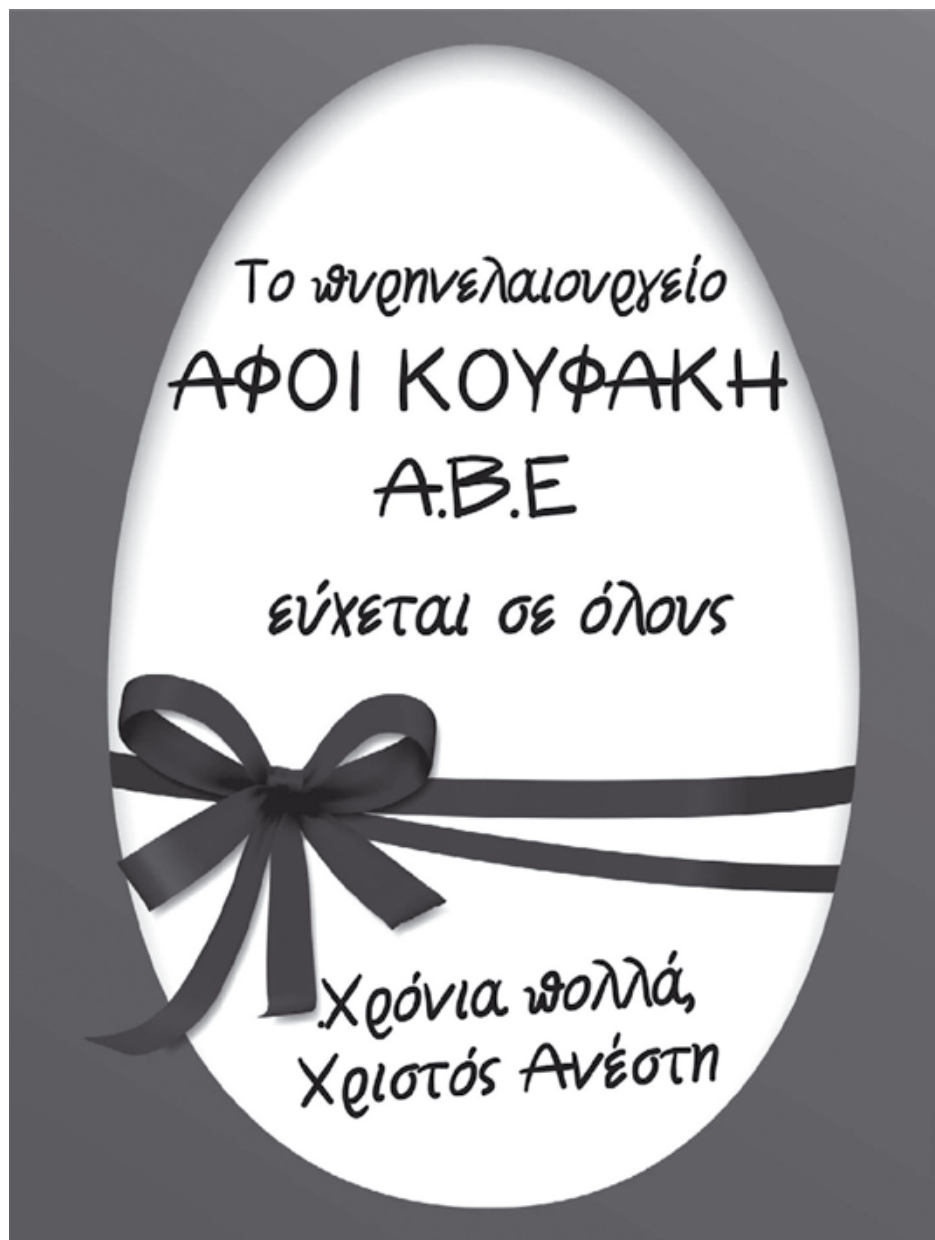
“

Βουτιά στο τζίρο ακόμα
και των ανοικτών
καταστημάτων

δημοφιλείς προορισμούς, που ούτως ή άλλως δεν γίνεται και πρακτικά, μιας και τα ξενοδοχεία παραμένουν κλειστά.

Η Αργολίδα, ως Πασχαλινός προορισμός ήδη μετράει τις πληγές της. Ξενοδοχεία, ταβέρνες, καφετέριες καταγράφουν τεράστιες ζημιές. Κάποιοι δεν ξέρουν αν θα καταφέρουν να ανοίξουν ξανά, όταν θα γίνει άρση των μέτρων περιορισμού της κυκλοφορίας. Μαζί με τους επιχειρηματίες του τουρισμού, πολύ μεγάλες είναι οι ζημιές και στα εμπορικά καταστήματα, αφού τα ψώνια αυτού του Πάσχα περιορίζονται μόνο σε τρόφιμα, και εκεί τα απαραίτητα.

Παρόλα αυτά αρμόδια κυβερνητικά στελέχη θεωρούν ότι αυτή η εβδομάδα είναι η πιο



Σε όλους τους σηματο-
λίτες μου και σε όλο
τον κόσμο εύχομαι η
Ανάσταση του Κυρίου,
Να φέρει αγάπη
και ευτυχία

Γιώργος
Καχριμάνης

Πρόεδρος ΔΕΥΑ Ναυπλίου



Ο κορωνοϊός κάνει την ζωή μας πιο εύκολη

Θα εξυπηρετούνται μέσω ΚΕΠ ηλεκτρονικά και με κούριερ οι πολίτες

Στο πλαίσιο των έκτακτων μέτρων και με σκοπό την βελτιστοποίηση της απομακρυσμένης παροχής υπηρεσιών επιχειρήσεων και πολιτών, Ένα ακόμα βήμα που συμπληρώνει τις υπηρεσίες που υλοποιούνται από το gov.gr μέσω του υπολογιστή ή του κινητού και αφορά πολίτες υλοποιεί το Υπουργείο Ψηφιακής Διακυβέρνησης, μια νέα διαδικασία εξυπηρέτησης μέσω των ΚΕΠ, μέσω τηλεφώνου και ταχυδρομείου ή courier.

Ο Υφυπουργός Ψηφιακής Διακυβέρνησης, Γιώργος Γεωργαντάς με εγκύκλιό του, προς τα

ΚΕΠ αναφέρεται στη διαδικασία τηλεφωνικής εξυπηρέτησης για αιτήσεις που έχουν επείγοντα χαρακτήρα και δεν απαιτούν συνυποβολή δικαιολογητικών.

Η ίδια υπηρεσία τηλεφωνικής εξυπηρέτησης παρέχεται και για πιστοποιητικά που απαιτούν συνυποβολή δικαιολογητικών, εφόσον ο πολίτης τα αποστείλει ηλεκτρονικά.

Η παράδοση των παραγόμενων εγγράφων και πιστοποιητικών θα πραγματοποιείται χωρίς χρέωση.

Επιπλέον, για επείγοντα αιτήματα που απαιτούν

την συνυποβολή δικαιολογητικών τα οποία δεν μπορούν να αποσταλούν με ηλεκτρονικό τρόπο από τον αιτούντα, θα παρέχεται η δυνατότητα παραλαβής τους από την οικία του πολίτη μετά από τηλεφωνική εντολή στο ΚΕΠ.

Σύμφωνα με προηγούμενη Εγκύκλιο του αρμόδιου Υφυπουργού, για τον επείγοντα χαρακτήρα πρέπει να πληρείται τουλάχιστον μία από τις ακόλουθες προϋποθέσεις:

1) Το αίτημα να αφορά την κά-

λυψη συγκεκριμένης ανάγκης, η οποία προέκυψε μετά την έκδοση της Πράξης Νομοθετικού Περιεχομένου της 11ης Μαρτίου 2020,

2) Το αίτημα να αφορά επείγουσα οικογενειακή ή επαγγελματική ανάγκη,

3) Το αίτημα να αφορά οποιαδήποτε άμεση ανελαστική προθεσμία.

ΑΡΓΩ
Ενοικιαζόμενα Δωμάτια

Ευχόμαστε ολόψυχα Χρόνια Πολλά,
Χαρούμενα και Δημιουργικά! Καλή Ανάσταση!
Ο Πρόεδρος Δελής Νικόλαος και το ΔΣ της «ΑΡΓΩ»

Οι ελαιουργικές
επιχειρήσεις
ΕΛΣΑΠ ΑΕ

Εύχονται
Καλή Ανάσταση

Γλυκιά
ΣΤΕΒΙΑΣ
300gr ζάχαρη =
1gr Στέβιας

chocola
ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗΣ

chocola τένιες
απολαύσεις

Chocola
Εργαστήριο Ζαχαροπλαστικής
ΑΦΟΙ ΚΑΤΣΙΡΗ Ο.Ε.
Ανδ. Συγγρού 5 – Ναύπλιο
☎ 27520 27789

του θέμου Γκουλιώνη*



Μονολογώντας

«Η εξ αποστάσεως εκπαίδευση και μάθηση».

Τίτλος τηλεοπτικής εκπομπής

Επί ώρα δύο δημοσιογράφοι, ρωτούσαν έναν «ειδικό» για το πώς δέν θα χάσουν τις διδακτικές ώρες τα παιδιά, τώρα που έχει επιβληθεί πλήρης απαγόρευση τής κυκλοφορίας.

Αυτό που έκανε όμως αλγεινή εντύπωση, είναι ο πλήρης λεκτικός αποπροσανατολισμός των ακροατών με τήν συνεχή επανάληψη τού όρου εκπαίδευση και εκπαιδευτικός.

Όλοι μας βέβαια έχουμε εντοπίσει, ότι όλων τών δεινών η αιτία, οφείλεται στην στρεβλή παιδεία που προσφέρεται στις ημέρες μας από τήν Πολιτεία προς τούς νέους μας.

Όμως η λέξη «παιδεία» λείπει παντελώς όταν ανοίγει μια τέτοια συζήτηση.

Ταυτόχρονα λείπει και η λέξη «παιδαγωγός», αντικατασταθείσα από τήν απολύτως άσχετη λέξη «εκπαιδευτικός»!

Αυτή η τελευταία λέξη, έχει επιφέρει και κακοήθεις εξαλλαγές στην αλληλουχία τών εννοιών που συνδέονται με ό,τι ευγενέστερο δημιουργήθηκε στους αιώνες: Τήν Ελληνική Παιδεία.

Τούς ακούς να προφέρουν ασυνείδητα (δηλαδή μη συνειδητά) για το εκπαιδευτικό σύστημα τής χώρας!

Εκπαίδευση όμως χρειάζεται πχ ο ειδικευόμενος στη χειρουργική, ή ο νεοσύλλεκτος στον χειρισμό τών όπλων ή η κορδελιάστρα στον χειρισμό τής ραπτομηχανής κοκ.

Αλλά μέχρις εκείνο το σημείο, τα παιδιά (από 6 έως 18 ετών), δέν χρειάζονται (σχεδόν) κανενός είδους εκπαίδευση. Όλα όμως τα παιδιά χρειάζονται απαραίτητως ΠΑΙΔΕΙΑ, η οποία προσφέρεται από τούς ΠΑΙΔΑΓΩΓΟΥΣ και ποτέ από τούς εκπαιδευτές. (Επικράτησε να τούς λένε εκπαιδευτικούς, ίσως για να μη θυμίζουν τούς εκπαιδευτές τών συμπαθέστατων τετράποδων, κυρίως σκύλων).

Στην πατρίδα μας, τήν Ελλάδα, κατά τήν περίοδο τής Δημοκρατίας, η ΠΑΙΔΕΙΑ περιείχε 3 ισότιμους και ισάξιους παράγοντες:

1ος παράγων Η ΓΝΩΣΗ

2ος παράγων Η ΤΕΧΝΗ

3ος παράγων Ο ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ.

Σήμερα η Τέχνη και ο Αθλητισμός παραμερίστηκαν, η δε Γνώση μετατράπηκε σε πληροφορία.

Κανείς δέν ασχολείται με τήν ζωγραφική, τήν αρχιτεκτονική ή τήν αγαλματοποιία τα δε μουσικά Λύκεια λιμοκτονούν και όσα ελάχιστα ακόμη επιζούν, παράγοντας θαυμαστό πολιτισμό, είναι επειδή χρηματοδοτούνται συνήθως από Έλληνες τού εξωτερικού.

Όσο για τόν αθλητισμό, συμβαίνει κάτι το εξόχως δυσάρεστο: Άλλαξαν τόν ορισμό τού Αθλητισμού, και τόν ταύτισαν με τα απολύτως άλλης φιλοσοφικής δομής και ψυχολογίας, παίγνια.

Έτσι δέν έμεινε κανείς από τούς τρεις παράγοντες τής Παιδείας ζωντανός.

Η επί τού προκειμένου απόλυτη προσποίηση αλλά και η πλήρης εξαπάτηση, συμβαίνει με τήν ψευδεπίγραφη και ανειλικρινή διατήρηση τού όρου «παιδεία» στο συγκεκριμένο υπουργείο («Υπουργείο Παιδείας» το λένε!), τη στιγμή που όλοι πλέον έχουν λησμονήσει τούς παιδαγωγούς και τήν παιδαγωγία.

Το απολύτως όμως αποκαρδιωτικό είναι, ότι δίχως να αισχύνονται, αλλοίμονο ομιλούν όλοι τους ασταμάτητα, για εκπαίδευση και για εκπαιδευτικό σύστημα και για εκπαιδευτικούς...

Ναύπλιον 29.3.20

*Ο Θέμος Γκουλιώνης είναι Οφθαλμίατρος



Εύχομαι από καρδιάς το Φως της Αναστάσεως να φωτίσει τις ψυχές όλων μας, να αποτελέσει πηγή έμπνευσης και δημιουργίας δίνοντας δύναμη, κουράγιο και ελπίδα για ένα καλύτερο αύριο.
Καλή Ανάσταση

Ελισάβετ Δήμα - Πετροπούλου

Εικαστικός
Αντιπρόεδρος ΚΕΔΑΜ



Η Θυσία της Σταύρωσης και το Φως της Αναστάσεως μας οδηγεί στον δρόμο της ελπίδας και της αλληλεγγύης!

Εύχομαι Αγάπη και Υγεία στις οικογένειές σας!

Ιωάννης Μαλτέζος

Αντιπεριφερειάρχης Π.Ε. Αργολίδας



Η διατροφή το Πάσχα - Τι πρέπει να προσέξουμε;



**Της Δήμητρας
Τούντα,**

**Διαιτολόγος,
Διατροφολόγος,
www.tountadiet.gr**

Το Πάσχα είναι μία περίοδος, στη διάρκεια της οποίας η παράδοση «επιβάλλει» δύο εντελώς αντίθετες διατροφικές συμπεριφορές και δίαιτες. Αρχικά μια μακρά (40 ημερών) ή μια μικρότερη (μιας εβδομάδας) περίοδο νηστείας, όπου έχουμε πλήρη αποχή από τροφές ζωικής προέλευσης, στην οποία η διαίτα περιλαμβάνει κυρίως λαχανικά, φρούτα, ξηρούς καρπούς και θαλασσινά. Τι πρέπει να προσέξουμε Μ. Παρασκευή και Μ. Σάββατο μέχρι το βράδυ;

Η νηστεία αποτελεί μια καλή ευκαιρία για «φυσική» αποξήνωση από τρόφιμα ζωικής προέλευσης και κατ'επέκταση από κορεσμένα λίπη και ποσότητες χοληστερόλης που αυτά περιέχουν, που μπορεί:

1. να βελτιώσει το λιπιδαιμικό μας προφίλ,
2. να βελτιώσει την αρτηριακή μας πίεση μέσα από την μεγαλύτερη κατανάλωση φρούτων και λαχανικών,
3. να βελτιώσει το βάρος μας.

Έτσι, τη Μεγάλη Παρασκευή που απέχουμε και από λάδι, μπορούμε να τραφούμε:

1. με περισσότερα λαχανικά και φρούτα (πηγές βιταμινών και αντιοξειδωτικών συστατικών),
2. ξηρούς καρπούς (πηγές πολυακόρεστου λίπους, αλλά και πολλών ιχνοστοιχείων και ινών),
3. σουσάμι και ταχίνι-καλάβι (πηγές αμινοξέων όπως αργινίνη και λευκίνη, βιταμινών π.χ. της αντιοξειδωτικής Ε, σιδήρου, φωσφόρου, καλίου και σεληνίου)
4. απαλές σούπες χωρίς λάδι με βάση τα λαχανικά (π.χ. ντοματόσουπα).

Τι πρέπει να προσέξουμε το βράδυ του Μ. Σαββάτου και την Κυριακή του Πάσχα;

Αμέσως μετά την Ανάσταση θα καθίσουμε γύρω από το τραπέζι, που θα φέρει το κρέας και τα άλλα προϊόντα του στη διατροφή μας μετά από μικρή ή μεγαλύτερη αποχή. Για να μην αποτελέσει αυτό ένα δυναμικό σοκ για τον οργανισμό φροντίστε να γίνει αργά και ήρεμα. Στο βραδινό τραπέζι της Ανάστασης καλό είναι να περιοριστούμε μόνο στην κατανάλωση της παραδοσιακής σούπας και μιας σαλάτας. Η μαγειρίτσα είναι το ενδιάμεσο διατροφικό στάδιο ανάμεσα στη νηστεία και τα φαγητά του Πάσχα. Συμβουλή: μην καταναλώσετε στο ίδιο γεύμα και το «κόκκινο» αυγό ή έστω μικρή ποσότητα κρέατος, για να μην κάνετε την πέψη σας ακόμα πιο δύσκολη. Συνοδέψτε την μόνο με σαλάτα και ψωμί. Πρέπει να επισημάνουμε ότι οι φυτικές ίνες από τα λαχανικά και τις σαλάτες, τόσο στο βραδινό δείπνο όσο και στο

πασχαλινό τραπέζι της Κυριακής θα παίξουν ένα πολύ καθοριστικό ρόλο.

Συμβουλή: η κατανάλωση αρκετής ποσότητας σαλατικών θα μας προστατέψει από την είσοδο όλης της ποσότητας αυτών των συστατικών στο σώμα μας μέσα από τη διαδικασία της πέψης.

Το πρωί της Κυριακής είναι καλό να πάρουμε πρωινό, αλλά όχι πολύ πλούσιο. Γάλα, δημητριακά ή μικρή ποσότητα από τα πασχαλινά κουλουράκια ή τσουρέκι μαζί με ένα φρούτο μπορεί να μας χορτάσει μέχρι το μεσημέρι.

Στο γεύμα καλό είναι να αποφύγουμε το συνεχές τοιμπολόγημα, και να γεμίσουμε ένα πιάτο με λογική ποσότητα από τα φαγητά της ημέρας. Οι υδατάνθρακες με τη μορφή της πατάτας, του ρυζιού ή του ψωμιού πρέπει να κατέχουν σημαντική θέση στο πιάτο μας, αφού είναι πηγή ενέργειας αλλά δίνουν λιγότερη ενέργεια από τα λιπαρά κρέατα του Πάσχα, και αδιάλυτες φυτικές ίνες, που τονώνουν τη λειτουργία του εντέρου.

Τέλος το βραδινό μας μπορεί να είναι είτε μια σαλάτα εποχής με ψωμί και μικρή ποσότητα πρωτεΐνης, μία απαλή χορτόσουπα, είτε ένα γιαούρτι με ψωμί ή φρυγανιά, το οποίο λόγω της ειδικής του σύνθεσης θα διευκολύνει την διαδικασία της πέψης και θα ξεκουράσει το στομάχι μας.

Τι να προσέξουμε στο Πασχαλιτικό τραπέζι;

Τον οβελία: Τα 100 γραμμάρια άψητου κρέατος (αρνιού ή κατσικιού) δίνουν περίπου 370 θερμίδες, με μεγάλη όμως συμμετοχή σε αυτές από λίπος. Είναι και τα δύο πηγές πρωτεΐνης υψηλής βιολογικής αξίας, αλλά και βιταμινών (κυρίως Β), σιδήρου και φωσφόρου. Επειδή όμως είναι νεαρά ζώα έχουν μεγάλη περιεκτικότητα σε πουρίνες, από τις οποίες παράγεται ποσοστό του ουρικού οξέος, το οποίο προκαλεί την «ουρική αρθρίτιδα».

Τα κόκκινα αυγά: Κάθε αυγό, μέτριου μεγέθους μας δίνει περίπου 75-80 θερμίδες, 6 γραμμάρια πρωτεΐνης, 5 γραμμάρια λίπους και κυρίως 215-230 mg χοληστερίνης.

Τη μαγειρίτσα: Η σούπα αυτή περιλαμβάνει εντόσθια και συκωταριά, φρέσκα κρεμμυδάκια και κρεμμύδια, ρύζι, αυγά, άνηθο και ελαιόλαδο. Μία μερίδα μαγειρίτσας μπορεί να μας δώσει μέχρι και 580 θερμίδες, αλλά με πολύ μεγάλη περιεκτικότητα σε χοληστερόλη. Η χρησιμοποίησή μόνο των ασπραδιών και όχι ολόκληρου του κρόκου, ή μόνο ενός κρόκου μπορεί σαφώς να μειώσει αυτή την ποσότητα (κατά 213 χιλιοστόγραμμα ανά κρόκο).

Συκώτια και εντόσθια: Είναι ασφαλώς το πιο κρίσιμο διατροφικό κομμάτι του παραδοσιακού πασχαλινού τραπέζιού, μια και είναι πολύ υψηλές πηγές χοληστερόλης και λίπους.

Τα πασχαλινά κουλούρια: 60 γραμμάρια δίνουν περίπου 250 θερμίδες με 43 γραμμάρια υδατάνθρακες και 61 mg χοληστερίνη.

Το πασχαλινό τσουρέκι: Είναι επίσης πηγή υδατανθράκων και λίπους. Τα 70 γραμμάρια δίνουν 68 θερμίδες, με 44 γραμμάρια υδατανθράκων και 74 χιλιοστόγραμμα χοληστερίνης.

Διαταραχές της έκφρασης



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

Η παραγωγή της ομιλίας αποτελεί μια σύνθετη διαδικασία επεξεργασίας δεδομένων από το νευρικό μας σύστημα. Όταν δεν υπάρχει καμία αισθητηριακή βλάβη (π.χ. βλάβη στην ακοή, βλάβη στην όραση, στην αφή) που να εμποδίζει την απρόσκοπτη εισροή δεδομένων, τότε η διαδικασία πρόσληψης και παραγωγής της ομιλίας θα επιτευχθεί κανονικά. Όταν λέμε πρόσληψη της ομιλίας εννοούμε την αντίληψη των ηχητικών δεδομένων και την κωδικοποίησή τους σε φωνήματα. Στη συνέχεια τα φωνήματα συνθέτουν λέξεις που επεξεργάζονται από το νευρικό μας σύστημα και αποκτούν νόημα.

Η παραγωγή της ομιλίας έρχεται μετά. Αφού έχουμε κατανοήσει τα δεδομένα με την διαδικασία της πρόσληψης, τώρα πρέπει να πραγματοποιήσουμε τα νοήματα και τις νοηματικές μονάδες (σημσιολογία). Ύστερα πρέ-

πει να γίνει διάταξη των μονάδων αυτών σύμφωνα με γραμματικούς κανόνες και τέλος πρέπει να γίνει η σωστή εκφορά μονάδων (φωνολογία) με την αλληλεπίδραση της αναπνοής, της φώνησης και της άρθρωσης. Όταν στο δεύτερο κομμάτι δηλαδή στην παραγωγή της ομιλίας υπάρχει κάποιο πρόβλημα τότε εμφανίζονται οι εκφραστικές διαταραχές.

Οι εκφραστικές διαταραχές έχουν να κάνουν με την αδυναμία του ατόμου να εκφέρει λόγο σωστά σε επίπεδο άρθρωσης ή σε επίπεδο σημσιολογίας.

Η διαταραχή αυτή έχει άμεση σχέση με δυσλειτουργία ή βλάβη του υπεύθυνου συστήματος για την γλωσσική έκφραση.

Αν οι δυσλειτουργίες αυτές εντοπίζονται στα κινητικά επίπεδα τότε έχουμε απραξία, δυσarthρία, δυσλαλία, μπορεί και δυσφρασία.

Αν οι δυσλειτουργίες αυτές εντοπίζονται στο φλοιό τότε έχουμε δυσλειτουργία στο σημασιολογικό επίπεδο.



ΚΕΝΤΡΟ ΕΙΔΙΚΩΝ ΘΕΡΑΠΕΙΩΝ

ΒΑΣΙΛΗΣ Ν. ΚΑΠΕΤΑΝΙΟΣ

ΕΡΓΟΘΕΡΑΠΕΥΤΗΣ ΕΜΨΥΧΩΤΗΣ M.Sc. NEUROPSYCHOLOGY

και Συνεργάτες

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

31 ΧΡΟΝΙΑ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗΣ ΕΜΠΕΙΡΙΑΣ

25 ΧΡΟΝΙΑ ΣΤΟ ΑΡΓΟΣ

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



Τούντα Π. Δήμητρα
Διαιτολόγος - Διατροφολόγος

📍 Άργους & Ικονίου 1, Ναύπλιο 21100

☎ 27520 27580 📞 6946 947611 ✉ tounda_dimi@yahoo.gr

www.tountadiet.gr

Κάνει και την μάχη της Λαϊκής αγοράς το Άργος

Το Ναύπλιο το ξεπέρασε σε αριθμό πάγκων



Χρόνια τώρα καταβάλλεται προσπάθεια η μεγαλύτερη λαϊκή αγορά της Πελοποννήσου να οβήσει. Η Λαϊκή του Άργους αποτελούσε επίκεντρο εμπορικών συναλλαγών και σημείο αναφοράς των παραγωγών από όλο τον νομό. Πάντα αποτελούσε σημείο έλξης επισκεπτών και προσδιορισμού της εμπορικής κίνησης της πόλης. Μάλιστα είναι γνωστή η φράση παλιών καταστηματαρχών που έλεγαν πως «η σκόνη της λαϊκής» είναι χρυσοφόρα για την επιχείρησή μου, θέλοντας να δείξουν ότι πολλοί από τους επισκέπτες της λαϊκής θα κατέληγαν και στα εμπορικά καταστήματα της πόλης.

Όμως η λαϊκή αγορά δεν ωφελούσε μόνο το εμπόριο αλλά το «αργεϊτικό παζάρι» προβαλλόταν και σε πολλούς τουριστικούς οδηγούς ως φολκλόρ ατρακτιών.

Όμως ακόμα και προ κρίσης, πολλοί επιχειρηματίες της πόλης αντί να ρίξουν το ενδιαφέρον τους στην ποιότητα και στις τιμές των προϊόντων τους έψαξαν και βρήκαν σαν ενόχους της δικής του αδυναμίας, τους εμπόρους της λαϊκής.

Να φανταστεί κανείς ότι αρχές του 90 η ζήτηση για πάγκους ήταν τόσο μεγάλη που του δημοτικό συμβούλιο Άργους εξέταζε την περίπτωση κάθε Τρίτη ή Παρασκευή να γίνεται διοργανώνεται μια ακόμα Λαϊκή με βιομηχανικά προϊόντα, των ρωσοποντιών τότε κλπ.

Λίγο ποιο πριν με άλλη απόφασή του το δημοτικό συμβούλιο, για την αποσυμφόρηση της λαϊκής είχε αποφασίσει την μεταφορά της ζωαγοράς στις πορτίτσες. Το Παζάρι του Άργους ήταν το μόνο στην Πελοπόννησο που με βασιλικό διάταγμα επιτρεπόταν και ζωαγορά!

Κάποιοι «πεφωτισμένοι» οικονομολόγοι της αγοράς άρχισαν να προιόνιζον την λαϊκή νομίζοντας εσφαλμένα πως χτυπούν το περμπόριο και ενισχύουν το εστεγασμένο. Η λογική τους βέβαια ήταν «να ψοφήσει η κασίκα του γείτονα» και το πέτυχαν.

Η λαϊκή του Άργους Νεκρώνει και μαζί μ αυτήν και οι τελευταίοι θύλακες εμπορίου του Άργους.

Από την αντιπέρα πλευρά βλέπουμε την πόλη του Ναυπλίου να ανθεί ακόμα και μέσα στην κρίση και την τουριστική της ανάπτυξη να ακολουθεί και η εμπορική. Καθρέφτης της ανάπτυξης αυτής είναι και η αύξηση των πάγκων της λαϊκής του με αποτέλεσμα και εν μέσω κορωνοϊού να διαθέτει 17 πάγκους περισσότερους από την λαϊκή του Άργους.

Είναι εμφανές πως το Άργος χρειάζεται εμπορική επανεκκίνηση που εδώ και 20 χρόνια καμιά δημοτική αρχή δεν κατάφερε να πετύχει, τουναντίον μάλιστα, οι «πεφωτισμένες απόψεις» των δημάρχων του οδήγησαν την πιο εμπορική πόλη του νομού σε διάλυση.

Τρόφιμα και είδη καθαριότητας για τους Ρομά της Νέας Κίου Δράσεις για να αποφευχθούν φαινόμενα Λάρισας

Πραγματοποιήθηκε την Μεγάλη Δευτέρα διανομή τροφίμων στους δικαιούχους ΤΕΒΑ στην Αργολίδα, με την παραλαβή να γίνεται κατ' οίκον. Λόγω κορωνοϊού ζητήθηκε από τον αντιπεριφερειάρχη Αργολίδας Γιάννη Μαλτέζο να παρέμβει ώστε να βοηθήσει ο Σύλλογος «Έλληνες Τσιγγάνοι Άργους - Νέας Κίου» στην διαδικασία, όπως και έγινε χωρίς να δημιουργηθεί το παραμικρό πρόβλημα, αφού πρώτα ελήφθησαν όλα τα απαιτούμενα μέτρα. Την Μεγάλη Τρίτη υπάλληλοι του Δήμου σε συνεργασία με μέλη του συλλόγου πραγματοποίησαν απολύμανση εντός των οικιών και στις αυλές των

σπιτιών, στον οικισμό των Ρομά στη Νέα Κίο. Να σημειωθεί πως ήδη υπάρχει συνεργασία με τον Δήμο Άργους - Μυκηνών προκειμένου να αποφευχθούν εδώ φαινόμενα όπως αυτά της Λάρισας. Για την επίτευξη του επιδιωκόμενου σκοπού ο δήμαρχος Δημήτρης Καμπόσος έχει ξεκινήσει μια καμπάνια ενημέρωσης των Ρομά για τα μέτρα πρόληψης, εκτός από τις απολυμάνσεις. Σύμφωνα με τον πρόεδρο του τοπικού συλλόγου κ. Βασίλη Ζαφειρόπουλο στην περιφέρεια της Νέας Κίου αυτή τη στιγμή, υπάρχουν περίπου 90 οικογένειες Ρομά, που αντιστοιχούν σε 550 άτομα.

Κοντά στα σώματα ασφαλείας και στους γιατρούς ο δήμος Άργους - Μυκηνών Ο Καμπόσος διέθεσε δύο αντιμισθίες του για το νοσηλευτικό προσωπικό

Ένα αυτοκίνητο του Δήμου Άργους συμπεριλαμβάνεται πλέον στην δύναμη της Αστυνομίας στο Άργος. Ο Δήμαρχος Άργους πρόβει σε αυτή την κίνηση προκειμένου να ενισχύσει την αστυνόμευση στην περιοχή του. Αντίστοιχες κινήσεις, αυτή την φορά για την ενίσχυση των εργαζομένων στην Πυροσβεστική και στο Νοσοκομείο Άργους είχαμε από τον Δήμο Άργους - Μυκηνών. Μέσω του Δημάρχου του παράδωσε ειδικές στολές για τις περιπτώσεις κορωνοϊού στο Νοσοκομείο Άργους και δεν παρέλειψε να επεκτείνει τις απολυμάνσεις που πραγματοποιεί ανά τρεις ημέρες, τόσο περίχ του Νοσοκομείου, όσο και στο κτήριο που στεγάζεται η πυροσβεστική Άργους ενώ τους προσέφερε και προστατευτικές μάσκες. Η ένωση Αστυνομικών Υπάλληλων Αργολίδας αναφερόμενη μεταξύ άλλων στην δωρεά του αυτοκινήτου αναφέρει: «είναι σίγουρο ότι ενέργειες, όπως αυτή του Δημάρχου, αναπτερώνουν το ηθικό των συναδέλφων διότι αποδεικνύουν περίτρανα και

με τον πιο εμφαντικό τρόπο ότι η Τοπική Αυτοδιοίκηση είναι δίπλα στον Έλληνα Αστυνομικό.»

Σχετικά με τις στολές στο Νοσοκομείο Άργους, ο Δήμαρχος Άργους Μυκηνών Δημήτρης Καμπόσος πρόσφερε 40 στολές στο Γ.Ν. Αργολίδας διαθέτοντας χρήματα από την αντιμισθία του ως Δήμαρχος. Οι στολές παραδόθηκαν από τον ίδιο τον Δήμαρχο για το νοσηλευτικό προσωπικό στην διοικήτρια του νοσοκομείου κα. Μαρία Σαρίδη. Η διοικήτρια του Νοσοκομείου εξήρε την στάση του Δημήτρη Καμπόσου να διαθέσει τις αντιμισθίες δυο μηνών, τονίζοντας ότι αυτό «αποτελεί έμπρακτο ευχαριστώ στους ανθρώπους που βρίσκονται μέρα νύχτα εδώ» μαχόμενοι για την υγεία των πολιτών.

Με επιστολή της η Ένωση Υπαλλήλων Πυροσβεστικού Σώματος Νομού Αργολίδας ευχαριστεί τον Δήμαρχο Άργους Μυκηνών Δημήτρη Καμπόσο για την ενίσχυση των μέτρων προστασίας των υπαλλήλων της πυροσβεστικής υπηρεσίας από τον Κορωνοϊό.



Λογιστικό Γραφείο
ΣΤΥΛΙΑΝΟΣ Π. ΧΕΙΒΙΔΟΠΟΥΛΟΣ
ΛΟΓΙΣΤΗΣ ΦΟΡΟΤΕΧΝΙΚΟΣ ΑΤΑΞΗΣ
ΚΟΡΙΝΘΟΥ 26,
ΗΜΙΟΡΟΦΟΣ, Τ.Κ.21200
ΤΗΛ.2751061124
ΚΙΝ. 6974876572

Ανδρέας Καπουράλος

Ειδικός Παθολόγος
Αιγίου 1 - Ναύπλιο
Τηλ: 2752 401442
Κιν: 690 9136100
email: kapouralos.andreas@gmail.com

Διαλυτινεία, Υπέρταση, Σακχαρώδης Διαβήτης, Λοιμώξεις, Μεταβολικά Νοσήματα, Επισκέψεις κατ' οίκον



Τόσα πολλά τα όνειρα...

Τόσα πολλά τα όνειρα...
Δρόμος αδιέξοδος
τα συναισθήματά μας,
Τόσες πολλές
οι σκέψεις μας...
σε τζάμι ζωγραφισμένη
η ζωή μας,
Πόσο όμορφα τα
λουλούδια μας,
Χωρίς βήματα
η φύση μας,
Πόσο έρημοι
Οι δρόμοι μας...
ανηφορικός,
Ο ουρανός μας,
Πόσο θαμπά...
τα αστέρια μας,

Τόσο μικρή η νύχτα μας,
Πόσο μακριά...
Δίπλα μας
οι Άνθρωποι μας.

Θεέ,
Φύση,
Ζωή,
Στιγμή,

συγχώρεσε...
Την αγνωμοσύνη μας !!

- Σπύρος Δ Κατσιγιαννης -(2020)



Η ανιδιοτέλεια της ψυχής

Γυρεύω τώρα μια τυχαία συνάντηση
να σε πετύχω έξω στο δρόμο ξαφνικά
'Όπως τυχαία πέφτει κάποτε ένα
αστέρι
και τυχερός είναι εκείνος που κοιτά

Θέλω μπροστά μου να φανείς
ολόφωτος
σαν ένας ήλιος πίσω από γκρίζα
σύννεφα
που ξεπροβάλλει και φτιάχνει η μέρα
ανέλπιστα

Έτσι κι εσύ θα με φωτίσεις ατελείωτα
με όλη τη λάμψη της ψυχής σου
αυτή την τέλεια
μίας ψυχής που μόνο δίνει με
ανιδιοτέλεια

Νανά Μπροδήμα, ποιητική συλλογή
«Στα απόκρυφα μονοπάτια της καρδιάς»
Εκδόσεις Όστρια, Ιούλιος 2014

Το αγόρι της διπλανής πόρτας

Γνωριστήκαμε λίγο πριν
τα
Χριστούγεννα αλλά το
τελευταίο διάστημα έχει
ξεκινήσει να
κάνει πολύ στενό
μαρκάρισμα πια...
αλλά τέτοιες ώρες τέτοια
λόγια...
covid' όλα!

την καραμπίνα σου,
στην καραντίνα σου αγάπη
μου!

τι μηνύματα στέλνει
όσοοση την ώρα!
τί θα σου κάνω εγώ
αργότερα;
πολύ καλά, πολύ καλά
μπορώ να πω
πραγματικά
φτου φτου μη το ματιάσω!
ενθουσιασμένη με την
πάρτη του δηλώνω μετά

από πολύ καιρό με
κάποιον!
εντωμεταξύ όλο και
σπόντες πετάει να
γνωρίσει διακαώς τους
γονείς μου
... αλήθεια τέτοιος δεν
μου έχει ξανατύχει!

βασίλισσα με έχει
μιας και φοράει και
Corona
ξέχασα να σας πω το
όνομά του
ξεκινά από V,
βασικά τον λένε Νίτων.

αλλά εδώ και κάποιες
μέρες έχω καταλάβει
κάτι...

πολύ ζηλιάρης ρε αδερφέ
δεν με αφήνει να πάω
που-θε-νά
ούτε βήμα μόνο μέσα,

και έξω
για τα απολύτως
απαραίτητα
εδώ θα μείνεις λέει
ΜΕΕΕΕΕΕΕΕΣΑ ... στο
σπίτι.
ναι αγάπη μου
#μένουμεσπίτι

αλλά και πολύ
γχομενάκιας από την
άλλη
πολυάμορους
δεν κρατιέται πουθενά ο
άτιμος
από εδώ και από εκεί

μήπως την έπεσε και σε
εσάς;

covid19
#μένουμεσπίτι
Σωτηρία Δήμα



25ο – Ανθρώπινη τραγωδία & φόνος



Ο Αστυνομικός Διευθυντής σοκαρισμένος από την εξέλιξη της κουβέντας, κοίταξε για μερικά δευτερόλεπτα, σαν χαμένος, τον Διοικητή. Όταν άνοιξε το στόμα του, αντί να απαντήσει, ρώτησε:

-Ξέρω πως ο εγκληματολόγος φίλος σου, που καπνίζει εδώ μέσα, παρά την γενική απαγόρευση, κάπου εδώ κρύβει τα τσιγάρα του. Κάνε μου τη χάρη και δώσε μου ένα... Έκπληκτος από την απρόσμενη παραγγελία του ανωτέρου, που σκαινόταν το κάπνισμα, ο Χρόνης σηκώθηκε και άνοιξε το κάτω συρτάρι του γραφείου του. Χωρίς κουβέντα έβγαλε ένα και το πρόσφερε μαζί με τον αναπτήρα.

Ο Διευθυντής τράβηξε δυο ρουφηξιές, έβγαλε έναν αναστεναγμό και... λύθηκε στο κλάμα. Ένα κλάμα σπαρακτικό που έβγαλε μέσα από τα φυλλοκάρδια του και έδειχνε πως ο άνθρωπος βρισκόταν σε απόλυτη απόγνωση.

Με το ένστικτο και την πείρα του ερευνητή ανθρώπινων παθών και καταστάσεων, ο Αστυνόμος ένιωσε πως κάτι πολύ πιο σοβαρό, από την υπόθεση που εξέταζαν, συνέβαινε. Και πράγματι έπεσε μέσα. Αφού ξέσπασε για λιγότερο από δύο λεπτά, ο Διευθυντής σκούπισε με την αναστροφή του χεριού τα μάτια του και με φωνή σπασμένη άρχισε σιγά – σιγά να μιλά:

-Για πέσ' μου, Αστυνόμε, πόσο καιρό έχεις να με δεις με την γυναίκα μου;
-Τώρα που το λέτε, έχω κάτι μήνες. Γιατί, τι τρέχει, χωρίσατε;
-Μακάρι το πρόβλημά μας να ήτανε προσωπικό. Δυστυχώς, είναι πολύ σοβαρότερο.

-Δηλαδή, για να καταλάβω;
-Η ταλαίπωρη παρουσίασε κακοήθεια, που την έχει πειράξει στο συκώτι. Οι γιατροί εδώ την έχουν ξεγραμμένη. Η μόνη ελπίδα, αν μπορεί να γίνει κάτι, είναι να πάει σε ένα εξειδικευμένο Κέντρο Ήπατος στην Γαλλία. Όμως, το κόστος θεραπείας είναι απαγορευτικό για τις οικονομικές μου δυνατότητες. Και τότε...

Πήρε μian ανάσα.

-Και τότε, τι;
-Και τότε ήταν που με πλησίασε, μέσω κοινού φίλου, ο Έτορε Μαντσίνι και μου είπε μια ιστορία. Για έναν θοσαυρό που ήταν κρυμμένος στην περιοχή μας από την Κατοχή και αποτελείτο από χρυσές λίρες. Τον είχε κρύψει, έξω από ένα ξωκλήσι, ο πατέρας του Τζιανφράνκο Μαντσίνι, που βρισκόταν τότε στο Ναύπλιο.

-Ωπα! Να υποψιαστώ πως μιλάμε για τον ίδιο θοσαυρό που φύλαγε στις αποθήκες του Βραχνού ο Πασκούαλε Μποναβεντούρα, ο θείος του Ούγκο, που κάθικε μαζί του εκείνες τις σκοτεινές ημέρες;

-Γι' αυτόν πρόκειται. Ήταν κρυμμένος στο προαύλιο του Αγίου Ιωάννη του Θεολόγου, που βρίσκεται στην Καραθώνα, κάτω από τον δρόμο. Μου είπε πως δεν ζητούσε τίποτα παραπάνω από μένα, μόνο να μην πάει κάποιο περιπολικό στην περιοχή την ώρα που θα τον έβγαζε. Θα είχε μαζί του και τον Ούγκο Μποναβεντούρα, που θα έπαιρνε και αυτός μερίδιο. Έτσι προέκυψε η επικοινωνία μου με τους δυο αυτούς.

-Και;
-Και απ' ό,τι φαίνεται, ο Έτορε Μαντσίνι, κάποια στιγμή άλλαξε γνώμη και θεώρησε καλό να κρατήσει τον θοσαυρό για τον εαυτό του. Με αποτέλεσμα να πληρώσει την απληστία του με την ζωή του.

-Σας το ομολόγησε ο φονιάς;
-Δεν σκόπευε να το παραδεχτεί αλλά μετά τον φόνο με έπαιρνε φορτικά τηλεφώνω να μάθει για την εξέλιξη της έρευνας...

(συνεχίζεται)

Τα πρόσωπα που παίρνουν μέρος στην υπόθεση είναι απολύτως φανταστικά (όπως και όλη η ιστορία), σε αντιδιαστολή με πραγματικούς τόπους και καταστάματα που αναφέρονται στο μυθιστόρημα.

Κείμενα του Γ. Μουσταίρα δημοσιεύονται και στο rebetaskeri.blogspot.com

απροσάρμοστα στομαχόσοφο

Η προσευχή της Αρκούδας



Μένουμε μέσα!

Ένας παπάς αποφάσισε μια Κυριακή για να πάει για κυνήγι αρκούδας. Καθώς περπατούσε, περπατούσε εις το δάσος όταν ο λύκος δεν ήταν εκεί, βλέπει από μακριά μια αρκούδα. Πλησιάζει σιγά-σιγά εκεί που αρκούδα έπινε νερό. Όμως, μη γνωρίζοντας περί ανέμων και πως οι αρκούδες μπορούν να σε μυρίσουν στα πενήντα μέτρα, μόλις πλησίασε πολύ, η αρκούδα γύρισε να τον αντιμετωπίσει.

Πολλοί ίσως να μην ξέρετε πως παρόλο που οι αρκούδες έχουν ένα άλφα όγκο και κάποια βήτα κιλά, είναι πολύ γρήγορα ζώα και εύκολα μπορούν να κυνηγήσουν έναν άνθρωπο στην ευθεία. Και έτσι κι έγινε.

Η αρκούδα άρχισε να τρέχει κατά πάνω του, ο παπάς άρχισε να γίνεται παπα-σούζας. Μπροστά ο παπάς, πίσω η αρκούδα, αρχίζει ο παπάς να κατεβαίνει το βουνό με πόδια στους ώμους. Για κακή του τύχη όμως, σκοντάφτει σε μία

ρίζα δέντρου, τρώει μια σούπα, φέρνει κάτι κουτροβάλες και πάει και πέφτει σε ένα τεράστιο βράχο, σπάζοντας τα πόδια του.

Η αρκούδα τώρα έχει τον έλεγχο του παιχνιδιού. Πλησιάζει τον παπά, έτοιμη να τον κάνει κομματάκια και να φωνάζει και τις φίλες της για μπάρμπεκιου.

Ο παπάς, μέσα στον πόνο του και την τρομάρα του, αρχίζει να προσεύχεται: "Θεέ μου, συγγνώμη που σήμερα βγήκα για να κυνηγήσω αρκούδες. Σε παρακαλώ, συγχώρεσέ με τον αμαρτωλό και εκπλήρωσέ μου μια ευχή. Κάνε αυτή την αρκούδα να δει τις αξίες του Χριστιανισμού και να γίνει

αμέσως ένας καλός Χριστιανός."

Με το που το λέει αυτό ο παπάς, η αρκούδα πέφτει στα γόνατά της, σκύβει το κεφάλι ευλαβικά μπροστά στον παπά και λέει: "Σε ευχαριστώ Κύριε για το φαγητό που μου προσφέρεις σήμερα ..."



ανέκδοτο

Υιός εργοστασιάρχου

Ένας εργοστασιάρχης έχει έναν χαζό γιο. Μια μέρα λοιπόν τον πάει να του δείξει το εργοστάσιο αλλαντικών που έχουν.

-Ορίστε, του λέει, σ' αυτή τη μηχανή βάζουμε από εδώ ένα ολόκληρο βόδι, η μηχανή το παίρνει, το γδέρνει, χωρίζει τα κόκκαλα, το τεμαχίζει, το αλέθει κι από δω βγαίνει λουκάνικο.

-Δηλαδή μπαμπά, ρωτάει ο γιός, άμα βάλουμε από δω λουκάνικο, θα μας βγάλει από την άλλη βόδι;

-Αυτό παιδί μου, μόνο η μάνα σου το κατάφερε!

