



ΑΝΑΓΝΩΣΤΗΣ

ΠΕΡΙΟΔΙΚΗ

Εβδομαδιαία εφημερίδα • Πέμπτη 17.09.2020 • www.anagnostis.org • anagnostispe@hotmail.com • Έτος 24ο • Αρ. φύλλου 1092 • ΕΥΡΩ 2,00

Θα ξεδιψάσει το Αραχναίο



Σχεδόν έτοιμο είναι το έργο ύδρευσης του Αραχναίου με νερό από την δεξαμενή της Αγ. Τριάδας. Με την εγκατάσταση του μηχανολογικού εξοπλισμού θα αρχίσει να τρέχει στις βρύσες ξανά πόσιμο νερό.

Σελ 3

Ο σωφρονισμός μπορεί να γίνει πολιτισμός;



Στη Βουλή παρουσιάστηκε το πρόγραμμα «Δραματική Τέχνη και Παραστατικές Τέχνες στην Εκπαίδευση και δια βίου Μάθηση» του Πανεπιστημίου που εφαρμόζεται στις φυλακές.

Σελ 14

» Η ΔΙΑΣΥΝΔΕΣΗ ΤΟΥ ΝΟΜΟΥ ΜΕ ΕΘΝΙΚΟ ΟΔΙΚΟ ΔΙΚΤΥΟ ΚΑΙ ΤΟ ΕΣΠΑ



Πώς θα φτάνουμε σε Άργος, Μυκήνες, Τίρυνθα, Αρχαίο Θέατρο Επιδαύρου και Ναύπλιο

ΤΟΥΡΙΣΤΙΚΟ ΠΡΟΪΟΝ Η ΑΡΓΟΛΙΔΑ

Βαρυσήμαντο άρθρο του Αντιπεριφερειάρχη Αργολίδας Γ. Μαλτέζου για τη διασύνδεση της Αργολίδας με το Εθνικό Οδικό Δίκτυο: «Οι σύγχρονοι τουρίστες δεν είναι εξερευνητές άλλων εποχών, είναι άνθρωποι που όταν φτάσουν σε έναν προορισμό θέλουν μέσα σε λίγη ώρα και χωρίς ταλαιπωρία να προσεγγίσουν τα σημεία ενδιαφέροντος και να επιστρέψουν».

Σελ. 5

ΚΕΝΤΡΟ ΞΕΝΩΝ ΓΛΩΣΣΩΝ

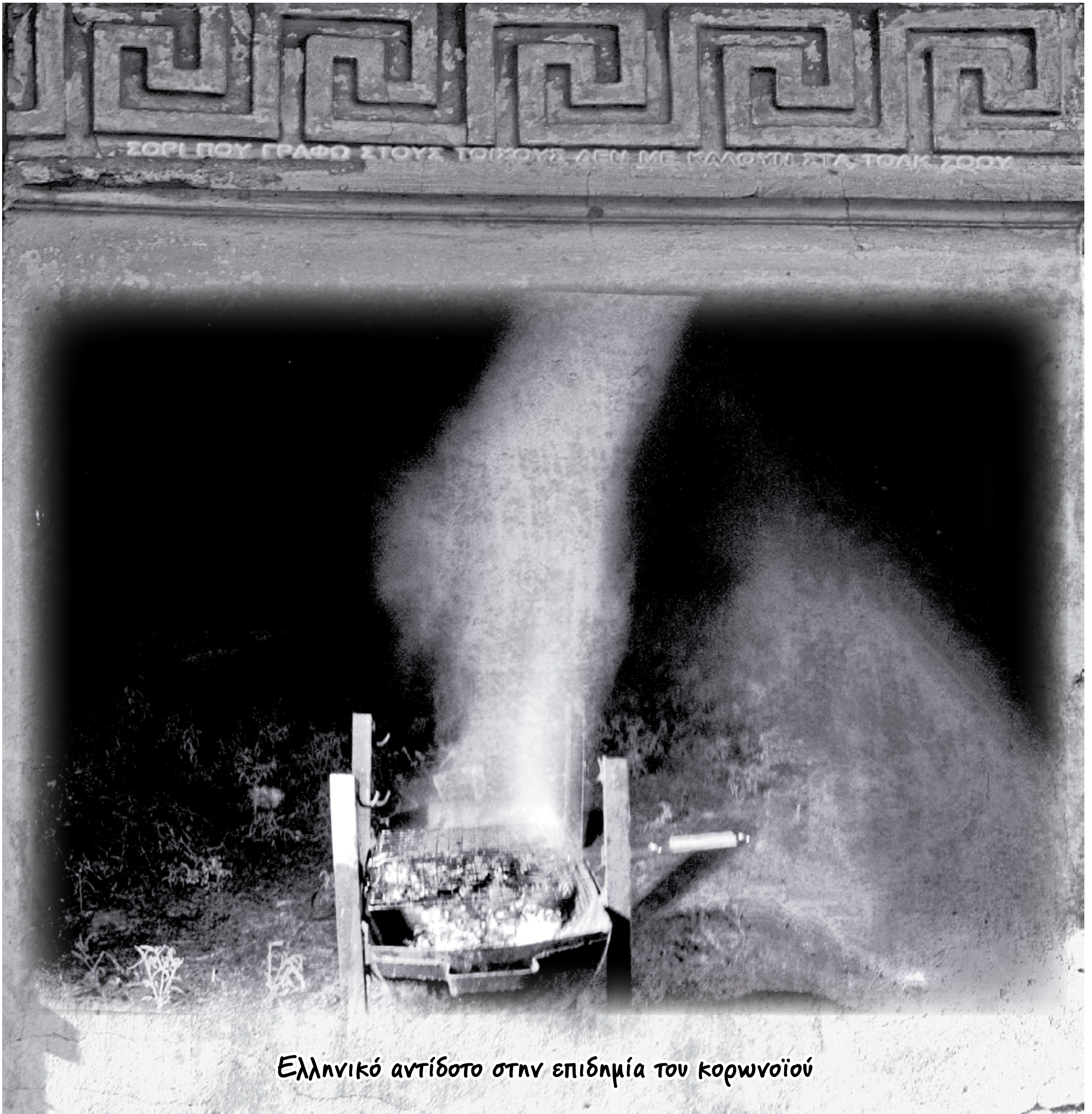


✉ logos.nafplio@gmail.com

🇬🇧 Αγγλικά 🇮🇹 Ιταλικά 🇪🇪 Ελληνικά για ξένους 🇫🇷 Γαλλικά 🇩🇪 Γερμανικά

☎ 2752 110 710

Διεύθυνση Σπουδών: Μαυροθαλασσίτη Βασιλική



Ελληνικό αντίδοτο στην επιδημία του κορωνοϊού

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: 1092
Ημερομηνία: ΠΕΜΠΤΗ 17.09.2020

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

Δύο αστικές διαδρομές λεωφορείων από το νέο έτος στην πόλη του Άργους

Ευελπιστούν στην επιστροφή των καταναλωτών στην πρωτεύουσα του Δήμου

Αρχές νέου έτους υπολογίζουν στο Άργος να συνδεθεί το κέντρο της πόλης με τα δημοτικά πάρκινγκ μέσω δύο δημοτικών λεωφορείων. Όπως ανακοίνωσε μεταξύ άλλων, ο δήμαρχος Άργους-Μυκηνών Δημήτρης Κωστόπουλος, έχει ήδη δρομολογηθεί η αγορά δύο αστικών λεωφορείων για την μεταφορά των επισκεπτών, αλλά και των πολιτών από τους χώρους στάθμευσης στο κέντρο της πόλης και τανάπαλιν. Συγκεκριμένα η μία γραμμή θα έχει αφετηρία την «Γούβα» στο ύψος της λαϊκής Αγοράς και μέσω της Ηρακλέους και Κορίνθου θα μεταφέρει τους πολίτες από το δημοτικό Πάρκινγκ του βου δημοτικού σχολείου και το πάρκινγκ του Κολυμβητηρίου στο κέντρο της πόλης και αντίστροφα.

Η Δεύτερη γραμμή θα ξεκινά από το δημοτικό πάρκινγκ στην Αγίου Κωνσταντίου, θα περνά από το Πάρκινγκ στο τέρμα της Δαναού και θα καταλήγει στο ύψος του Public.

Η Αγορά των λεωφορείων αναμένεται να γίνει μέσω ευρωπαϊκού προγράμματος, ενώ παραμένει ακόμα ανοικτό, αν θα είναι ηλεκτρικά ή θα κινούνται με πετρελαιοκινητήρες.

Σύμφωνα με πληροφορίες του «Αναγνώστη» πρόκειται για λεωφορεία τύπου «αεροδρομίου», μικρά, 25 ατόμων περίπου, ευέλικτα με αρκετό χώρο ορθίων αλλά και αποσκευών, ώστε να τοποθετούνται μέσα και με ασφάλεια



τα καρότσια για τα ψώνια.

Θα χρειαστούν τουλάχιστον 6 οδηγοί οι οποίοι θα προέλθουν από τους ήδη υπάρχοντες στον Δήμο ή και από συμβασιούχους, επομένως η επιβάρυνση στον Δήμο θα είναι μηδαμινή και θα αφορά μόνο τα έξοδα καυσίμων και συντήρησης.

Η κυκλοφορία τους θα είναι συνεχής, καθ' όλη

την διάρκεια λειτουργίας των εμπορικών καταστημάτων.

Εάν το έργο ολοκληρωθεί και μουν τα λεωφορεία σε λειτουργία, αναμένεται να αντνέυσει το κέντρο της πόλης και να διθεί η δυνατότητα στους επισκέπτες να κάνουν χωρίς έγοια παρκαρίσματος τα ψώνια τους στην πρωτεύουσα του δήμου Άργους-Μυκηνών. Θα πρέπει να

σημειωθεί ότι τόσο τα δημοτικά πάρκινγκ, όσο και τα λεωφορεία που θα τα εξυπηρετούν θα είναι δωρεάν για όλους, κατοίκους και επισκέπτες.

Το Άργος από το νέο έτος πλέον δεν θα διαθέτει μόνο μεγάλα και ελεύθερα πάρκινγκ αλλά και δωρεάν σύνδεση με αυτά.

Λίγα μέτρα πριν το πόσιμο νερό φτάσει στο Αραχναίο

Πολύ κοντά στην υδροδότηση όλου του πρώην Δήμου Μιδέας βρίσκεται το Ναύπλιο

Μέρα με την μέρα πλησιάζει ο καιρός που ο πλέον ταλαιπωρημένος πρώην δήμος του νομού, της Μιδέας, θα έχει ολος πρόσβαση σε καλής ποιότητας νερό. Ήδη τα σημαντικότερα βήματα είχαν γίνει επί δημαρχίας Νέλλης Τζιάρου, με τις πρώτες δεξαμενές αλλά και με την συμφωνία να πάρει νερό ο δήμος της από την Λέρνα, μέσω του Άργους. Ο Καλλικράτης με τις ενοποιήσεις των Δήμων, έφερε τα πράγματα πίσω, αφού το Ναύπλιο, που ως δήμος Ναυπλιέων συμπεριέλαβε στα διοικητικά του όρια και τον Δήμο Μιδέας, χρεωστούσε στο Άργος με αποτέλεσμα να υπάρχει δυσπιστία κατά πόσο θα είναι συνεπές στις υποχρεώσεις του. Μετά από μαραθώνιες συναντήσεις, ο δήμαρχος Ναυπλιέων Δημήτρης Κωστόπουλος κατάφερε να ξεπεράσει αυτό τον σκόπελο και προ πάντων τις αντιπαλότητες με τον



δήμαρχο Άργους-Μυκηνών που είχαν προκύψει ενδιάμεσα για τον τρόπο αντιμετώπισης του θέματος των σκουπιδιών. Σε κάθε περίπτωση προκειται για μια σημαντική επιτυχία του Δημήτρη Κωστόπουλου, να κατα-

φέρει να δώσει πόσιμο νερό σε όλα τα σπίτια του Δήμου του. Ήδη η περιοχή της Αγίας Τριάδας υδροδοτείται εδώ και δύο χρόνια περίπου με καλής ποιότητας νερό από την Λέρνη και σύντομα θα αποκτήσει πόσιμο νερό και η γενέτειρα του Δημάρχου, το Αραχναίο. Ήδη βρίσκεται στο τελικό στάδιο η σύνδεση με την δεξαμενή της Αγίας Τριάδας και το έργο υδροδότησης Αμαριανού - Αραχναίου. Τις επόμενες ημέρες μάλιστα αναμένεται η παραλαβή και του μηχανολογικού εξοπλισμού.

Παράλληλα έχουν ξεκινήσει και τα πρώτα βήματα τα οποία αφορούν το δεύτερο μεγάλο έργο ύδρευσης του πρώην δήμου, την ύδρευση της Πουλακίδας και του Μάνεσπ.

Η επίλυση της ύδρευσης τόσο στον πρώην Δήμο Μιδέας, όσο και στον πρώην Δήμο Δρεπάνου, αποτελούν έργα ζωής μεγαλύτερα και από την κατασκευή του λιμένος Ναυπλίου.

Αναζητά οικονομική διέξοδο η Πελοπόννησος

Ο κορωνοϊός καθήλωσε την οικονομία και επιδιώκεται η διασύνδεση τουρισμού με πρωτογενή τομέα και γαστρονομία

Στην αναζήτηση οικονομικής διέξοδου βρίσκεται αυτή την περίοδο η Πελοπόννησος, με ...χτυπημένη την οικονομία της από τον κορωνοϊό, αφού η πανδημία έπληξε σε μεγάλο βαθμό τον τουριστικό τομέα.

Παρότι τον περασμένο Αύγουστο καταγράφηκε σημαντική επίδοση ως προς την πληρότητα των καταλυμάτων, αυτό δεν αρκεί και οι τουριστικές κυρίως περιοχές αρχίζουν να μετρούν τις πληγές τους. Ο συνδυασμός αφ' ενός της εύκολης οδικής πρόσβασης και του μικρού - μέχρι εκείνο το χρονικό διάστημα - αριθμού κρουσμάτων και αφ' ετέρου των οργανωμένων υγειονομικών δομών έφεραν επισκέπτες εκείνη την περίοδο. Όμως ο τουρισμός δεν μπορεί να βασιστεί μόνο σε λίγες ημέρες πληρότητας.

Οι ενέργειες και οι δράσεις που διευκολύνουν εν μέρη την επισκεψιμότητα στην περιοχή (από πλευράς περιφέρειας), όπως επιστημονική σε πρόσφατη συνεδρίαση της γνωμοδοτικής επιτροπής της Περιφέρειας Πελοποννήσου για τον τουρισμό, είναι η δωρεάν διαδικτυακή εκπαίδευση των επαγγελματιών του τουριστικού κλάδου στα υγειονομικά πρωτόκολλα, από κοινού με την οργάνωση ταξιδιών εξοικείωσης (fam trips) δημοσιογράφων και την προβολή της Περιφέρειας Πελοποννήσου σε εθνικής εμβέλειας έντυπα και ηλεκτρονικά μέσα.



Όσον αφορά για τις προωθητικές ενέργειες στο εναπομείναν χρονικό διάστημα του 2020, η Περιφέρεια Πελοποννήσου προβαίνει ήδη σε επικαιροποίηση των site social media εφαρμογών, την λειτουργία info kiosks μέσα στο φθινόπωρο στο Ναύπλιο και Τρίπολη, ενώ προωθείται η ενεργοποίηση του DMS. Την ίδια στιγμή ολοκληρώνεται η χαρτογράφηση όλων των εμπλεκόμενων στον τουρισμό στην Περιφέρεια Πελοποννήσου, ενώ προωθείται η προσβασιμότητα σε αρχαιολογικούς χώρους και η περαιτέρω ανάδειξή τους, η συντήρηση των υφιστάμενων και η κατασκευή νέων υποδομών και του οδικού δικτύου, παράλληλα δε προχωρεί ο σχεδιασμός Ολοκληρωμένων Χωρικών Επενδύσεων (ΟΧΕ) σε πολλές περιοχές.

Αρκούν όμως αυτά; Προφανώς όχι γιατί έχουν αλλάξει οι ανάγκες. Έτσι η στόχευση για το 2021 αλλάζει, όπως διαπίστωσαν άλλωστε και οι αρμόδιοι της περιφέρειας. Αναφορικά με τον τουριστικό σχεδιασμό της

Περιφέρειας Πελοποννήσου για το 2021, υπάρχει κοινή διαπίστωση για την ανάγκη μετασχηματισμού και διασύνδεση του τουρισμού με άλλους τομείς. Έτσι, συμφωνήθηκε ότι αποτελεί αναγκαιότητα η σύνδεση του πρωτογενή/αγροτικού τομέα με τον τριτογενή/τουριστικό τομέα.

Συγκεκριμένα, προτάθηκε η ανάπτυξη βιωματικών εμπειριών σε θεματικές μορφές τουρισμού, οι οποίες θα μπορούσαν να αποτελέσουν πόλο έλξης επισκεπτών και οι οποίες θα πρέπει να γνωστοποιηθούν από την Περιφέρεια μέσω των νέων ψηφιακών εργαλείων στο διαδίκτυο.

Ακόμα θεωρείται ότι πρέπει να δοθεί έμφαση σε εκδηλώσεις που προάγουν τον πολιτισμό και τη γαστρονομία, όπως επίσης και η υιοθέτηση ειδικών δράσεων ανά Περιφερειακή Ενότητα της Πελοποννήσου, ανάλογα με την συγκριτικά πλεονεκτήματα της κάθε μίας, καθώς και η ενίσχυση του κλάδου των αερομεταφορών με διαφημιστικές καμπάνιες. Σημαντικούς παράγοντες προς την επίτευξη

των πιο πάνω στόχων, όπως τονίστηκε, θα αποτελέσουν η έμφαση στην συνεχή εκπαίδευση των επαγγελματιών του τουριστικού κλάδου, αλλά και επίτευξη λύσεων σε διαπιστωμένες παθολογίες.



Αναγκαιότητα η σύνδεση του πρωτογενή/αγροτικού τομέα με τον τριτογενή/τουριστικό τομέα και έμφαση σε εκδηλώσεις που προάγουν τον πολιτισμό και τη γαστρονομία

Ο προγραμματισμός δράσεων για την τουριστική προβολή της Περιφέρειας Πελοποννήσου για το 2021 αποτέλεσαν το αντικείμενο στη συνεδρίαση της γνωμοδοτικής επιτροπής σε θέματα Τουρισμού, την οποία - παρουσία του περιφερειάρχη Πελοποννήσου Παναγιώτη Νίκα - πραγματοποιήθηκε στην Τρίπολη. Στη συζήτηση παρευρέθησαν και συμμετείχαν η αντιπεριφερειάρχης Τουρισμού Άννα Καλογεροπούλου, η αντιπεριφερειάρχης Πολιτισμού Αθηνά Κόρκα, οι πρόεδροι της Ένωσης Ξενοδόχων Μεσσηνίας Δημήτρης Καραλής, του Τουριστικού Οργανισμού Λουτρακίου Σπύρος Καραβούλης, του Τουριστικού Οργανισμού Πελοποννήσου Κώστας Μαρινάκος και του Συλλόγου Επαγγελματιών Τολού Γιάννης Γεωργιάδης, η διευθύντρια του Τμήματος Τουρισμού της Περιφέρειας Πελοποννήσου Κανέλλα Καραμπέλα, άλλοι υπηρεσιακοί παράγοντες, καθώς επίσης και ιδιώτες από τον τομέα του τουρισμού.

Στον απολογισμό για τον φετινό χρόνο πάντως, επιστημονική μεταξύ άλλων, ότι η πανδημία του κορωνοϊού έπληξε σε μεγάλο βαθμό τον τουριστικό τομέα, τόσο στην Περιφέρεια και την χώρα μας, όσο και παγκόσμια.

ΦΡΟΝΤΙΣΤΗΡΙΟ ΜΕΣΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ "Σημείο"
ΝΕΟ ΕΞΕΤΑΣΤΙΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ
 Διδάσκονται: ΜΑΘΗΜΑΤΙΚΑ, ΦΥΣΙΚΗ, ΧΗΜΕΙΑ, ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΚΗ, ΑΡΧΕΣ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗΣ ΘΕΩΡΙΑΣ, ΙΣΤΟΡΙΑ & ΚΟΙΝΩΝΙΟΛΟΓΙΑ ΤΩΝ ΑΝΘΡΩΠΙΣΤΙΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ

ΔΙΔΑΣΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ: ΦΩΣΤΙΝΗΣ ΜΑΝΩΛΗΣ, ΛΑΜΠΡΟΥ ΤΑΣΟΣ

ΚΡΑΝΙΔΙ ΑΡΓΟΛΙΔΑΣ
6979791168, 6979791165

ΤΑΣΟΣ Γ. ΛΑΜΠΡΟΥ
 ΠΟΛΙΤΙΚΟΣ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΑΣ

ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ / ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΗΣ
 ΜΕ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ ΣΤΗΝ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ

email: anastaslamprou@gmail.com
 Τηλ. ΕΠΙΚ. 6979791165

Σχολείο Δεύτερης Ευκαιρίας
Σ.Δ.Ε. ΝΑΥΠΛΙΟΥ
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ ΚΡΑΝΙΔΙΟΥ

ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ
 Λειτουργεί στο Κρανίδι για 13η συνεχή χρονιά.
 Παρέχει ισάξιο απολυτήριο Γυμνασίου, με 2 χρόνια απογευματινών μαθημάτων.
 (Α' & Β' κύκλος μάθησης σπουδών)

Ο απόφοιτος μπορεί:

- Να συνεχίσει στο Γενικό Λύκειο, στο Ε.Π.Α.Λ., στα μεταΓυμνασιακά Ι.Ε.Κ.
- Να αναβαθμίσει και να ισχυροποιήσει τη θέση του στην αγορά εργασίας
- Να εξασφαλίσει επαγγελματικά δικαιώματα υποχρεωτικής εκπαίδευσης (Υ.Ε)
- Να έχει τη δυνατότητα συμμετοχής σε προγράμματα Κοινωνικής Υποστήριξης.

ΓΙΑ ΕΓΓΡΑΦΕΣ - ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΓΙΑ ΤΗ ΣΧΟΛΙΚΗ ΧΡΟΝΙΑ 2020 - 2021
 ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΑ 6 - 8 ΤΟ ΑΠΟΓΕΥΜΑ ΣΤΟ ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΚΡΑΝΙΔΙΟΥ
 τηλ. 2754029390 & ΣΤΟ ΚΙΝ. 6971566617
 ΓΙΑ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΗ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ: kranidiou.sde@gmail.com
<https://sdekranidiou.blogspot.com/> <https://www.facebook.com/kranidiou.sde>



του Ιωάννη Μαλτέζου*

Τουριστικό προϊόν η παραμονή στην Αργολίδα

Η διασύνδεση του νομού με το Εθνικό Οδικό Δίκτυο και το ΕΣΠΑ



Από την πρώτη στιγμή που διεκδικήσαμε την Περιφερειακή Αρχή είχαμε δώσει, ως παράταξη Νίκα, το στίγμα της πολιτικής μας, ότι δηλαδή δε θα περιοριστούμε και αναλωθούμε στην τριβή με την καθημερινότητα, αλλά ότι θα βοηθήσουμε με την ολοκλήρωση έργων που θα μπορούν να αλλάξουν το χαρακτήρα και το βηματισμό της Περιφέρειας. Το μόνο **χρηματοδοτικό εργαλείο** που θα μπορούσαμε να εκμεταλλευθούμε για την εκτέλεση τέτοιων εμβληματικών έργων είναι βέβαια το **ΕΣΠΑ**.

Στην περίπτωση της Αργολίδας το έργο που θα έπρεπε να δώσουμε τη βαρύνουσα σημασία ήταν αυτόνοτο και προφανές: τη **διασύνδεση του Νομού με το Εθνικό Οδικό Δίκτυο**, κατασκευάζοντας την **είσοδο από τον αυτοκινητόδρομο Α-7 στα Δερβενάκια** και ολοκληρώνοντας έναν οδικό άξονα από την είσοδο του Νομού (**κόμβος Αρχαίας Νεμέας**) μέχρι το **Αρχαίο Θέατρο της Επιδαύρου**, κατασκευάζοντας επίσης και το εναπομείναν τμήμα από **Αρκαδικό - Αγία Ελεούσα**, καθώς και βελτιώσεις στο τμήμα **Λυγουριό - Αρχαίο Θέατρο** της Επιδαύρου. Δημιουργείται λοιπόν, όχι μόνο ο



Οι σύγχρονοι τουρίστες δεν είναι εξερευνητές άλλων εποχών, είναι άνθρωποι που όταν φτάσουν σε έναν προορισμό θέλουν μέσα σε λίγη ώρα και χωρίς ταλαιπωρία να προσεγγίσουν τα σημεία ενδιαφέροντος και να επιστρέψουν.

κόμβος διασύνδεσης με τον Α-7, αλλά ο οδικός αυτός άξονας θα περιλαμβάνει και τους τρεις σημαντικότερους αρχαιολογικούς χώρους της Αργολίδας, τις **Μυκίνες**, την **Τίρυνθα** και το **Αρχαίο Θέατρο της Επιδαύρου**.

Το όφελος από μία τέτοια διασύνδεση είναι προφανές. Στον τουρισμό όπως είναι σήμερα και όπως εξελίσσεται, ο χρόνος πρόσβασης, η ευκολία πρόσβασης και η περικυβή χρονού και κόστους πρόσβασης είναι αποφασιστικής σημασίας για την ένταξη στο **πρόγραμμα των τουριστικών γραφείων**. Οι Μυκίνες αποτελούν έναν ιστορικό χώρο παγκόσμιας ακτινοβολίας και αναγνωρισιμότητας, όπου όμως η περυσινή επισκεψιμότητά του περι-

ορίστηκε σε μόλις 450.000 επισκέπτες. Είναι παραπάνω από σίγουρο ότι **οι αριθμοί των επισκεπτών** σε αυτούς τους αρχαιολογικούς χώρους, αλλά και σε τόσους άλλους που υπάρχουν στην Αργολίδα, **θα εκτοξευθούν**. Και όχι μόνο αυτό: Θα είναι εύκολη η διασύνδεση των αρχαιολογικών χώρων μεταξύ τους και άρα θα μπορεί να **καθιερωθεί ως τουριστικό προϊόν η παραμονή στην Αργολίδα** και η επίσκεψη σε όλους τους Αρχαιολογικούς χώρους, στα σημεία ενδιαφέροντος.

Τα παραπάνω είναι πολύ σημαντικά αν προσθέσει κανείς και τον παράγοντα της **μαρίνας στο Ναύπλιο**, μία άλλη πηγή εισόδου τουρισμού στην Αργολίδα που μετά από τόσα

χρόνια εξαγγελιών ξεκινά να υλοποιείται, αφού **έγινε ο διαγωνισμός** από την Περιφέρεια και ανεδείχθη ανάδοχος. Οι σύγχρονοι τουρίστες δεν είναι εξερευνητές άλλων εποχών, είναι άνθρωποι που όταν φτάσουν σε έναν προορισμό θέλουν μέσα σε λίγη ώρα και χωρίς ταλαιπωρία να προσεγγίσουν τα σημεία ενδιαφέροντος και να επιστρέψουν.

Τα οφέλη είναι προφανή εκτός από τον τουρισμό και σε κάθε άλλη ανάγκη μετακίνησης προς και από την Αργολίδα, για τη **μετακίνηση προϊόντων της Αργολίδας**, φορτίων και επιβατών. Ειδικά εάν αναλογιστεί κάποιος ότι έχουν συνδεθεί με αυτοκινητοδρόμους όλες οι άλλες μεγάλες πόλεις της Πελοποννήσου, η Αργολίδα παρακολουθούσε ως φτωχός συγγενής.

Διαβάζοντας κάποιος τα ανωτέρω όμως μοιραία θα αναλογιστεί: το **Άργος** θα παραμείνει έξω από όλη αυτή τη σημαντική αναβάθμιση; θα εισέρχεται κάποιος από έναν υπερσύγχρονο κόμβο στην Αργολίδα και μετά θα στρίβει στην παλιά εθνική οδό για να πάει στην πολυπληθέστερη πόλη του Νομού; Προφανώς και δεν είναι έτσι. Υπάρχει **προμελέτη** που πολύ πρόσφατα πέρασε και από το Ελεγκτικό Συνέδριο και προβλέπει τη **σύνδεση του Άργους με την είσοδο του νομού**.

Πιο συγκεκριμένα: Από τον αυ-

τοκινητόδρομο η νέα χάραξη του δρόμου θα περνά από δύο μικρά τούνελ, θα συναντά ένα υπάρχον παλιό λατομείο, συνεχίζει πίσω από το "ΕΝΟΔΙΟΝ" και θα ακολουθεί το **δρόμο των Αρχαιοτήτων μέχρι τον κόμβο Φικτίων - Μυκίνων**. Εκεί όπου θα έχει κατασκευαστεί **κυκλικός μεγάλος κόμβος**, το ένα σκέλος θα οδεύει προς Ναύπλιο, μέσω του σημερινού δρόμου των Αρχαιοτήτων. Το άλλο σκέλος, αυτό για το οποίο γίνεται λόγος, θα είναι ένας νέος δρόμος, σύγχρονος, που θα οδηγεί κατευθείαν στην πόλη και θα συνδέεται με τον Περιφερειακό, **συνδέοντας επιτέλους απευθείας και το Άργος** με το εθνικό οδικό δίκτυο.

Αυτό που κάνουμε ως Περιφερειακή Αρχή είναι το εξής πολύ σημαντικό: Επιδιώκουμε να εντάξουμε την **οριστική μελέτη για τη σύνδεση με το Άργος στο ΕΣΠΑ στην περίοδο 2021-2027**. Με αυτόν τον τρόπο επιτυγχάνουμε εκτός από τη χρηματοδότηση της οριστικής μελέτης και κάτι άλλο πολύ σημαντικό: Όταν χρηματοδοτείται η μελέτη ενός έργου «κλειδώνει» και η χρηματοδότηση της υλοποίησής του. Εξασφαλίζουμε με άλλα λόγια ότι το έργο θα γίνει, αναγνωρίζοντας την τεράστια σημασία που έχει για το μισό Νομό.

Επανερχόμενοι στο έργο της κατασκευής της σύνδεσης του Α7 με τα Δερβενάκια, το τμήμα του οδικού άξονα Αγία Ελεούσα - Αρκαδικό και ακολούθως τις βελτιώσεις στο τμήμα Λυγουριό - Αρχαίο Θέατρο Επιδαύρου, η αναμονή τελείωσε. Ενημερωθήκαμε ότι εντός των επομένων ημερών θα βγει η **πρόσκληση από τη Διαχειριστική Αρχή του ΕΣΠΑ** για να εντάξουμε επιτέλους τα έργα αυτά και να αρχίσει η διαδικασία δημοπράτησης. Τούτο σημαίνει ότι μέσα του 2021 θα έχει εγκατασταθεί ο εργολάβος και θα αρχίσει η κατασκευή του έργου. Ενός έργου που είχε μελετηθεί από τη Νομαρχία Αργολίδας υπό το Βασίλη Σωτηρόπουλο ήδη από το 2009, πέρασε από το Κεντρικό Αρχαιολογικό Συμβούλιο το 2012, το οποίο επέβαλε την κατασκευή των δύο τούνελ και κάποιων τεχνικών για να εγκριθεί. Έκτοτε δεν έγινε τίποτα το ουσιαστικό, μέχρι περίπου που αναλάβαμε ως νέα Περιφερειακή Αρχή υπό τον Παναγιώτη Νίκα και στο σφύριγμα της λήξης της τρέχουσας περιόδου του ΕΣΠΑ καταρτίσαμε τις τελευταίες αυτές μελέτες και σώθηκε το έργο αυτό. Ένα **έργο 50 εκατομμυρίων Ευρώ και άπειρης αξίας** για την Αργολίδα.

*Ο Ιωάννης Μαλτέζος είναι Αντιπεριφερειάρχης Π.Ε. Αργολίδας



Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Το έργο έχει συγχρηματοδοτηθεί από το έργο «Περιοχική Ανάπτυξη: Έκτακτο μέτρο» (ΕΠΕΑΕΚ) με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης.



του θέμου Γκουλιώνη*



Μονολογώντας Η πολεμική αρετή των Ελλήνων



Το έχουν πει από παλιά και πολλοί, πως μία εικόνα είναι 1000 λέξεις.

Γι' αυτό, ρίξτε μια ματιά στο αγέρωχο ύφος τής όμορφης πρωταγωνίστριας που υποδύεται τη μάνα του Ξέρξη, εκεί στην Επίδαυρο.

Θλιμμένη αλλά με αυστηρή αυστηρότατη μορφή, όπως θα άρμοζε στη μάνα του βασιλιά των βασιλιάδων γιού της. Απελπισμένη μα ασφαλής στα χρυσά της τα παλάτια. Δίθεν σκεπτόμενη μη δυνάμενη όμως να αντιληφθεί τίποτε από όσα είχαν συμβεί.

Γύρω της «άπαντες δούλοι πλίν ενός (τού γιού της)» και αυτή να μη δύναται να καταλάβει πώς έγινε και μια κούφτα ελεύθεροι άνθρωποι (300 φορές μεγαλύτερη η Περσική αυτοκρατορία από το κράτος των Αθηνών), διέλυσαν τα απέραντα σίφη των βαρβάρων.

Χαμένη στο πλουμιστό, υπερβολικά υπερβολικό, τεράστιο και κατάμαυρο (για την περίπτωση) φόρεμά της. Έτσι τήν ήθελε ο σκπνοθέτης, ίσως για να μικρύνει μέχρι εξαφανίσεως τήν μορφή της.

Ίσως για να προσθέσει λίγη αρχοντιά στην εξουθενωμένη επίπλαστη αξιοπρέπεια ενός χαμένου μεγαλείου.

Ναύπλιον 15.9.20

*Ο θέμος Γκουλιώνης είναι Οφθαλμίατρος

Ανησυχία για τα σχολεία της Πελοποννήσου

Τηλεδιάσκεψη για τη λειτουργία των σχολείων και την αντιμετώπιση προβλημάτων που συνδέονται με τον κορωνοϊό είχε ο Παναγιώτης Νίκας, με την υπουργό και υφυπουργό Παιδείας Ν. Κεραμέως και Σ. Ζαχαράκη αντίστοιχα, καθώς και με τον υφυπουργό Πολιτικής Προστασίας Νίκο Χαρδαλιά. «Τα σχολεία θα λειτουργήσουν πάση θυσία, είναι οι τελευταίες δομές που θα κλείσουν σε μια περιοχή όπου ενδεχομένως εκδηλωθεί πρόβλημα» επισημάνθηκε στη σύσκεψη, και διευκρινίστηκε πως «αν σε ένα τμήμα μιας τάξης εκδηλωθεί κρούσμα, θα κλείνει το τμήμα, όχι το σχολείο». **Υ.Ζ.**



Άλλο μάσκα κι άλλο μασκαράδες

Δεν ήταν μόνο ελληνική κοινωνική προσφορά η δωρεάν μάσκα στους μαθητές. Η γειτονική μας Ιταλία μάλιστα τους προμηθεύει τους μικρούς μαθητές με μια μάσκα την ημέρα με χαρούμενες παραστάσεις, προσαρμοσμένο μέγεθος στα προσωπάκια τους και βαλβίδα εισπνοής, ώστε να μην παρατηρούνται προβλήματα με το οξυγόνο τους. Σε εμάς μοίρασαν «μπούργκες» κι όχι μάσκες, όπως μας είπε μια μάνα μόλις είδε φασκιωμένο το πρόσωπο του παιδιού της. Σοβαρότητα Μηδέν. **ΑΝ.**



Αναπλάθονται οδοί στο Άργος

Την ανάπλαση των πεζοδρομίων από τον «Φούρνο της Βασίλεινας», έως την «Γούβα» σχεδιάζει η δημοτική αρχή του Δήμου Άργους Μυκηνών. Πρόκειται για δύο εκ των κεντρικών δρόμων της πόλης του Άργους, την βασ. Σοφίας και την βασ. Κωνσταντίνου η τελευταία ανάπλαση των οποίων έγινε πριν 20 και πλέον χρόνια περίπου, με την διαπλάτυνση των πεζοδρομίων επί δημαρχίας Παπανικολάου. Το σχέδιο ανάπλασης προβλέπει χώρους στάθμευσης, όπως στην Καποδιστρίου με παρτέρια, αλλαγή των πλακών των πεζοδρομίων και νέα φωτιστικά. Για να δούμε, θα έχουμε αστικοποίηση του τοπίου ή ...; **ΟΝ.**

Να τιμήσει ο δήμος το σχολείο

Να τιμηθούν από τον δήμο Επιδαύρου οι μαθητές και οι δάσκαλοι του δημοτικού σχολείου Αγίου Δημητρίου, η ταινία των οποίων με τίτλο «Μπορείς να καταφέρεις τα πάντα αρκεί να το πιστέψεις» βραβεύτηκε στο Our Voices Film Festival στο Βανκούβερ του Καναδά, ζητά ο επικεφαλής της δημοτικής παράταξης «Πορεία Δημιουργίας» Αλέξανδρος Τσιλογιάννης. Ζητά από τη Δημοτική αρχή να προβεί στις αρμόζουσες ενέργειες για να τιμηθεί και απ' τον Δήμο αυτό το επίτευγμα του πολιτισμού στην πράξη. Όπως τονίζει «Εμείς συγκινημένοι στεκόμαστε στην ελπιδοφόρα και χαρούμενη είδηση και δίνουμε τα συγχαρητήριά μας και τις καλλίτερες ευχές μας στα παιδιά και τον ξεχωριστό αυτόν δάσκαλό τους που σεργιάνισαν τον τόπο μας στο παγκόσμιο στερέωμα του κινηματογράφου τόσο τιμητικά». **ΥΖ.**



ιχνηλασίες

Τι γίνεται με τις εκδηλώσεις του Δήμου Ναυπηγείων;

Πολύ σωστά ο Δήμαρχος Ναυπηγείων ανακοίνωσε πριν λίγο καιρό ότι:

«Με μοναδικό κριτήριο την αδιαπραγμάτευτη προστασία της υγείας των δημοτών που οφείλει να αποτελεί για κάθε Δήμαρχο την κορυφαία προτεραιότητα, αναλαμβάνω την ευθύνη της ακύρωσης όλων των εκδηλώσεων (εκδηλώσεις που περιέχονται στο πρόγραμμα του Δ.Ο.Π.Α.Τ. για τον Αύγουστο) που είναι προγραμματισμένες μέχρι τις 31 Αυγούστου 2020».

Ο Αύγουστος μας τελείωσε και ο Σεπτέμβρης μίσιασε και για τις εκδηλώσεις που έπονται δεν ξέρουμε τι γίνεται, όπως η «μέρα της Ειρήνης», το τρίαθλο στο Τολό και μια σειρά εκδηλώσεων και εκθέσεων. Μια ενημέρωση θα έδειχνε πιο υπεύθυνη στάση σε δημότες και αθλητές.

ΟΦ.



Επιμένουν αλλά Αρβανίτικα στο Άργος

Είναι γνωστή η φράση «αρβανίτικο κεφάλι» που λέγεται για κάποιον που δεν του γυρνάς την άποψη, όσες αποδείξεις κι αν του φέρεις. Ετσι λοιπόν συνεχίζουν να σκέπτονται πως θα κάνουν μια από την φύση της εμπορική πόλη, τουριστική. Φυσικά κανείς δεν θα έλεγε όχι και σε μια τουριστική ανάπτυξη, αλλά το ζητούμενο είναι άλλο. Όταν δεν κάνεις τίποτα για τον τουρισμό, οι πηγές του Κεφαλαρίου είναι ανεκμετάλλετες, στην Λάρισα δεν ανεβαίνει ΙΧ, πόσο μάλλον λεωφορείο, τα πολυάνδρεια πίσω από τις παλιές εργατικές είναι γεμάτα σκουπίδια και μπάζα, τι τουρισμό θα κάνεις; Σέλφι στο γεφυράκι;

ΟΦ

Διαρκείς οι βλάβες της ΔΕΥΑΝ

Σχεδόν κάθε μέρα ξεπετιέται και μια νέα βλάβη κάνοντας τον πρόεδρο της ΔΕΥΑΝ Γιώργο Καχριμάνη, να χάσει τον ύπνο του. Αυτή την φορά έσπασε ο κεντρικός αγωγός στη θέση προφήτη Ηλία, με αποτέλεσμα λόγω της βλάβης οι παρακάτω περιοχές θα παραμείνουν χωρίς νερό: Τσέλο, Λευκάκια, Ασίνη, Δρέπανο. Δυστυχώς αμαρτίαι γονέων παιδεύουσι τέκνα.

ΟΦ.



Vita Civilis**Καλημέρα -καλημέρα
με μασκούλες**

Του Βασίλη Δαγρέ

Πρώτη μέρα στο σχολείο και τα παιδάκια μας, θα τα πάνε με χαρά στο σχολείο, με τα χρωματιστά παπουτσάκια τους, τα ρουχαλάκια τους τις τσαντούλες τους, και τις χρωματιστές μασκούλες τους.

Μάσκες εξάλλου υπάρχουν πολλές πουλιούνται σε αφθονία σε αυτή την αγορά του κόσμου.

Πρώτη μέρα στο σχολείο και θα είναι δακτυλοδεικτούμενο παιδί η παιδάκι αυτό που δεν θα φορέσει την μασκούλα του, φυσικά όλο αυτό στα πλαίσια της κοινωνικής σου -σας ευθύνης.

Ο δάσκαλος φορώντας και αυτός μάσκα θα κάνει μάθημα σε παιδάκια με μάσκες, θα διδάσκει την άλφα βήτα φορώντας μάσκα, (" ελάτε να προφέρουμε το ΑΑΑΑΑ, κοιτάξτε στην μασκούλα μου και εσείς με την δικιά σας να προφέρετε τα ΑΑΑΑΑ") με ότι σημαίνει αυτό, ο δάσκαλος θα κάνει ανάγνωση φορώντας και αυτός την μάσκα του σε παιδάκια που φοράνε μάσκες, θα διδάσκει μαθηματικά το ένα συν ένα κάνει δυο φορώντας μάσκα, σε παιδάκια που θα φοράνε μάσκες.

Όσο για το γυμνάσιο και το λύκειο, ο καθηγητής φορώντας μάσκα θα διδάσκει Σωκράτη, Πλάτωνα, την Δημοκρατία του Σόλωνα, θα διδάσκει τους τύπους της χημείας των μαθηματικών κ.ο.κ σε εφήβους που θα φοράνε την μασκούλα τους.

Η ψυχοθεραπεία στα παιδιά και στους εφήβους είναι καταλυτική, πρώτα και κύρια από τους δημοσιογραφικούς star μεγάλης εμβέλειας tv και εφημερίδων, που τολμούν να βγάζουν και δάκτυλο αυτόν τον καιρό χαρακτηρίζοντας τον φέροντα αντίθετη άποψη ως ανόητο η κοινωνικά ανεύθυνο, αυτοί που όλα αυτά τα χρόνια υποστήριζαν τα μνημόνια την φτωχοποίηση του ελληνικού πληθυσμού και την παράδοση της εθνικής κυριαρχίας της χώρας.

Φυσικά πρέπει να πειραρχήσεις στην άποψη των κρατικών καθηγητών λοιμοξιολόγων της κρατικής μηχανής του νεο-κοτσαμπασισμού, αυτών που υπέγραψαν για 18000000 εμβόλια όποιος τα θυμάται αυτά.

Την εποχή εκείνη για τον ιό των χοίρων και των πτηνών είχε βγει στα κάγκελα η πλειοψηφία των γιατρών.

Αλήθεια για όλα αυτά που γίνονται σήμερα είναι σύμφωνοι όλοι οι γιατροί και οι ιατρικοί σύλλογοι.

Αλήθεια στον χώρο της μάθησης, θα δημιουργηθούν ψυχολογικά στα παιδιά και τους εφήβους προβλήματα με την χρήση της μάσκα, ίσως και προβλήματα υγείας;

Καλά για κάποιους διδάσκοντες η μάσκα με την ελευθερία της σκέψης που τους διακρίνει δεν θα έχουν κανένα πρόβλημα.

Συγκεκριμένα δάσκαλος γνωστός μου, συναντιόμαστε στο super market χαιρετιόμαστε με το "καλημέρα" αυτός μου δίνει αγκωνίτσα όπως κάνανε και αυτοί οι τύποι στις βρυξέλες στην συνοδό κορφής λυγίζοντας από δω και από κει το χαριτωμένο κορμάκι τους μπαμπούλωμένοι οι ίδιοι δίνοντας αγκωνίτσες, έτσι και αυτός. Και στην απάντησή μου "εγώ δεν αλλάζω συνήθειες" η απάντησή του μου ήρθε κατακέφαλα "σου εύχομαι να κολλήσεις", η απάντησή μου με χιούμορ: "και ντουζ να κάνεις με αντισηπτικό δεν θα την γλυτώσεις".

Αλήθεια το επιστημονικό συμπέρασμα από την συνοδό κορφής των Βρυξελλών είναι ότι αν έχεις κάνα χωραφάκι και καλλιεργήσεις φωτοβολταϊκα, εν ώρα πανδημίας μπορεί και να σωθείς, τι χρειάζεται το δημόσιο σύστημα υγείας, μασκούλα να φοράς και όλα θα πάνε καλά.

Ποιος θα φέρει την ευθύνη για ότι δήποτε συμβεί, ψυχοσωματικό ή σωματικό ο δάσκαλος, οι καθηγητές, οι λοιμοξιολόγοι, η κρατική μηχανή. Ποιος;

Και τώρα οι εξισώσεις που καλούνται οι λοιμοξιολόγοι αλλά και πολλοί μαθηματικοί να λύσουν.

Πως γίνεται να μην κολλάει ο ιός σε πλατείες όπου παίζουν τα παιδάκια όλα μαζί, με τις μαμάδες και τους πατεράδες, συγγενείς και φίλους, παππούδες -γιαγιάδες να πίνουν αμέριμνα τον καφέ τους ο ένας πάνω στον άλλον, και να κολλάει στο σχολείο της "μάθησης". Να κολλάει ο ιός στο super Market και να μην κολλάει στις ασφυκτικές παραλίες από κόσμο. Φυσικά το πλύσιμο των χεριών και γενικά η καθαριότητα επιβάλλεται. Στην ιδέα του θανάτου και της απομόνωσης ο μεγάλος αδελφός παραμονεύει.

Όπως κάποτε στο κοντινό μέλλον να μην χρειάζεται ο δάσκαλος, ο καθηγητής, ο ακαδημαϊκός, αφού διαδικτυακά όλα θα μπορούν να γίνουν από ένα και μόνο μεγάλο κομπιούτερ και αυτό φυσικά για χάρη της ισότητας της μάθησης, άρα τι χρειάζονται οι πολλοί αφού όλα μπορούν να γίνουν από πολύ λίγους, ξεχνώντας ότι η μάθηση μεταδίδεται πρόσωπο με πρόσωπο, κοιτώντας ο ένας τον άλλον στο πρόσωπο. Βοήθεια μας.

**Απροστάτευτοι στο Ανυφί
και τα γύρω χωριά**

Κλέβουν μέρα μεσημέρι μπαίνοντας στα σπίτια



Κλοπές στα ίδια τους τα σπίτια καταγγέλλουν κάτοικοι στο Ανυφί, σύμφωνα με αναφορές που κάνουν τηλεφωνικά στον Αναγνώστη Πελοποννήσου.

Το τελευταίο διάστημα σημειώθηκαν με διαφορά μόλις λίγων ημερών κλοπές σε τέσσερα σπίτια. Οι δράστες σαν αίλουροι μπήκαν στα δύο σπίτια στην είσοδο του Ανυφίου από Αγία Τριάδα το πρωί, ενώ άλλες δύο κλοπές έγιναν το απόγευμα. Μάλιστα στο ένα από τα σπίτια βρισκόνταν μέσα οι ιδιοκτήτες, και δεν κατάλαβαν τίποτα. «Ούτε καν το σκυλί δεν γάβγισε», σημειώνει κάτοικος του χωριού που επικοινωνήσε μαζί μας.

Όπως λέει νοιώθουν απροστάτευτοι μέσα στα ίδια τους τα σπίτια.

Όμως ανάλογες κλοπές δεν γίνονται μόνο στο Ανυφί, αλλά και στις γύρω περιοχές με πανομοιότυπο τρόπο. Την



Οι κλέφτες δεν διστάζουν να μπουν στα σπίτια ακόμα και όταν βρίσκονται εντός οι ιδιοκτήτες τους

περασμένη εβδομάδα παραδίπλα, στην Αγία Τριάδα ένα κλέφτης φορώντας κουκούλα και γάντια πήρε μια σκάλα από παρακείμενη οικοδομή και ανέβηκε στο μπαλκόνι στο δεύτερο όροφο κατοικίας. Την ώρα εκείνη το ζευγάρι που κατοικεί εκεί αντιλήφτηκε την παρουσία του και ο άντρας φώναξε στην γυναί-

κα του να ειδοποιήσει την αστυνομία. Ακούγοντας της φωνές του άντρα, σαν αίλουρος και χωρίς να χρησιμοποιήσει την σκάλα κατέβηκε από την κατοικία και το έβαλε στα πόδια προς άγνωστη κατεύθυνση, χωρίς να κλέψει τίποτα. Μια γειτόνισσα, παρακολούθησε όλο το περιστατικό αλλά από φόβο δεν επιχείρησε να τον παρακολουθήσει.

Οι περιγραφές αναφέρουν έναν νεαρό άνδρα, αδύνατο και με τατουάζ στο ένα χέρι, ο οποίος νωρίτερα είχε «επισκεφτεί» τις απέναντι κατοικίες, όμως οι φωνές τον σκύλων τον απέτρεψαν να μπει στον περίβολό τους. Σύμφωνα με πληροφορίες ο συγκεκριμένος δράστης έχει καταγραφεί από κλειστά κυκλώματα καμερών και η αστυνομία έχει την πλήρη εικόνα και κινήσεις του.

ΑΔΑ : Ω1Η8ΩΡΨ-3Υ7



**ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΝΟΜΟΣ ΑΡΓΟΛΙΔΑΣ
ΔΗΜΟΣ ΕΠΙΔΑΥΡΟΥ
ΑΡΙΘΜ. ΜΕΛ. : 25 / 2020
Αρ. Πρωτ.: 3892 /15 - 09 - 2020**

**ΕΡΓΟ: ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ
ΑΓΡΟΤΙΚΗΣ ΟΔΟΠΟΙΑΣ
-ΤΣΙΜΕΝΤΟΣΤΡΩΣΕΙΣ**

ΠΕΡΙΛΗΨΗ ΔΙΑΚΗΡΥΞΗΣ

Ο Δήμος Επιδαύρου προκηρύσσει τη με **ΣΥΝΟΠΤΙΚΟ (ΠΡΟΧΕΙΡΟ) ΔΙΑΓΩΝΙΣΜΟ** (αρθρ. 117 του Ν.4412/2016) επιλογή αναδόχου με σφραγισμένες προσφορές και σύστημα προσφοράς το ενιαίο ποσοστό έκπτωσης επί τοις εκατό (αρθρ. 125 του Ν.4412/2016) επί των τιμών της αριθμ. 17 / 2020 εγκεκριμένης τεχνικής μελέτης του έργου

ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΑΓΡΟΤΙΚΗΣ ΟΔΟΠΟΙΑΣ-ΤΣΙΜΕΝΤΟΣΤΡΩΣΕΙΣ, συνολικού προϋπολογισμού **21.997,60 €**.

Δ/ση Αναθέτουσα αρχής: Δήμος Επιδαύρου (Ο.Τ.Α.), Πλατεία Καραϊσκάκη 9 – ΛΥΓΟΥΡΙΟ Τ.Κ. 21052, Τηλ. 2753360116, Fax 2753360102, E-mail: dimasc@otenet.gr Ιστοσελίδα Δήμου: www.epidavros.gr, (NUTS: EL 651 Νομός Αργολίδος).

Ο **προϋπολογισμός** του έργου ανέρχεται σε 17.740.00 € πλέον Φ.Π.Α. 24 % (Σύνολο **21.997,60 €** με το ΦΠΑ 24%).

Η **χρηματοδότηση** προέρχεται από ΣΑΤΑ 2020. Η ανάθεση θα επιβαρύνει τους Κ.Α. ως κάτωθι: α. Για το τρέχον έτος 2020 δεσμεύεται - διατίθεται το ποσό των 22.000,00 € σε βάρος του Κ.Α. 30-7333.001 του δημοτικού προϋπολογισμού έτους 2020.

Στο διαγωνισμό μπορούν να

λάβουν μέρος διαγωνιζόμενοι μεμονωμένοι ή σε κοινοπραξία, Εγγεγραμμένες στο Μητρώο Εργοληπτικών Επιχειρήσεων (Μ.Ε.Ε.Π.) που τηρείται στη Γ.Γ.Δ.Ε. του ΥΠ.Υ.ΜΕ.ΔΙ., εφόσον ανήκουν στην για έργα κατηγορίας **ΟΔΟΠΟΙΑΣ** και εγγεγραμμένες στα Μητρώα Περιφερειακών Ενοτήτων κατέχοντας πιστοποιητικά για έργα στην κατηγορία **ΟΔΟΠΟΙΑΣ** ανάλογης δυναμικότητας. **Ημερομηνία Δημοσίευσης στο ΚΗΜΔΗΣ 15/09/2020.**

Η **Διακήρυξη** καθώς και τα τεύχη δημοπράτησης του έργου, θα δημοσιευθούν στο ΚΗΜΔΗΣ (Κεντρικό Ηλεκτρονικό Μητρώο Δημοσίων Συμβάσεων) δέκα (10) τουλάχιστον ημέρες πριν από την καταληκτική ημερομηνία υποβολής προσφορών), η περίληψη της παρούσας διακήρυξης θα δημοσιευθεί στη

Διαύγεια, επίσης θα αναρτηθούν στον δικτυακό τόπο του Δήμου Επιδαύρου, www.epidavros.gr, στον πίνακα ανακοινώσεων του Δήμου.

Ο διαγωνισμός θα διεξαχθεί στο Δημαρχείο Επιδαύρου, διεύθυνση Πλατεία Καραϊσκάκη 9 στο Λυγούρι με καταληκτική ημερομηνία υποβολής στις **29-09-2020, ημέρα Τρίτη** και ώρα λήξης υποβολής προσφορών **10.00 π.μ.** στο αρμόδιο γνωμοδοτικό όργανο, επιτροπή διενέργειας διαγωνισμού.

Μετά τη λήξη της προθεσμίας παραλαβής θα αρχίσει η διαδικασία της αποσφράγισης, η οποία θα γίνει δημόσια από την Επιτροπή Διεξαγωγής του διαγωνισμού.

**ΛΥΓΟΥΡΙΟ : 15 - 09 - 2020
Ο ΔΗΜΑΡΧΟΣ ΕΠΙΔΑΥΡΟΥ
ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ Κ. ΧΡΟΝΗΣ**

Άργος: 27χρονος με κασίς

Συνελήφθη σε τοπική κοινότητα του Δήμου Άργους - Μυκηνών, από αστυνομικούς της Ομάδας Πρόληψης και Καταστολής Εγκλήματος (Ο.Π.Κ.Ε.) Αργολίδας ένας 27χρονος ημεδαπός. Ο συλληφθείς κατείχε ποσότητα κάνναβης, η οποία κατασχέθηκε. Προανάκριση διενεργεί το Τμήμα Ασφάλειας Άργους - Μυκηνών.

**Πίστα Φόρμουλα1 έρχεται στο Πορτοχέλι**

Το ΤΑΙΠΕΔ εξετάζει να βάλει πωλητήριο σε έκταση 627 στρεμμάτων στο Πορτοχέλι, στην περιοχή Βερβερόντα, ελέγχοντας σειρά δυνατοτήτων αξιοποίησης του ακινήτου, που έχει σχήμα επιμήκους πολυγώνου. Αυτές περιλαμβάνουν τη δημιουργία πίστας φόρμουλα1 και γκολφ, ενώ σε εξέλιξη βρίσκεται η διαδικασία της διερεύνησης επενδυτικού ενδιαφέροντος και η εκπόνηση ΕΣΧΑΔΑ. Ως χρηματοοικονομικός σύμβουλος έχει οριστεί η Τράπεζα Πειραιώς, ενώ η Δέκαθλον λειτουργεί ως τεχνικός σύμβουλος. Απαραίτητη προϋπόθεση για να προχωρήσει το σχέδιο είναι να βρεθεί επενδυτής.

Η ΕΒΔΟΜΑΔΑ ΠΟΥ ΠΕΡΑΣΕ

Παγουρίνια για τους μαθητές του Άργους

Παγουρίνια μοιράστηκαν στα 23 Δημοτικά Σχολεία του Δήμου Άργους Μυκηνών (21 δημόσια και 2 ιδιωτικά), δωρεά Ιδρύματος. Τα δοχεία παρέλαβαν οι διευθυντές των σχολείων. Ακολούθως οι εκπαιδευτικοί κατόπιν των προβλεπόμενων διαδικασιών παραλαβής, ανέλαβαν τη διανομή τους σε κάθε μαθητή/τρια του τμήματός τους προς αποφυγή συγχρωτισμού.

Μαθήματα εκτός σχολείου στο Ναύπλιο

Ένα χρονίζων θέμα θέτει η τοπική παράταξη του Ναυπλίου «Ανάπλι Εμπρός!», με αφορμή τον αγιασμό για τη νέα ειδικών συνθηκών σχολική χρονιά, και αφορά την μόνιμη όπως έχει εξελιχθεί συστέγαση του 2ου και 5ου Δημοτικού Σχολείου Ναυπλίου, με όποια προβλήματα προκύπτουν από αυτή εδώ και αρκετά χρόνια, όπως για παράδειγμα τα μαθήματα που γίνονται σε νοικιασμένες αίθουσες εκτός σχολείου περιμετρικά της εκκλησίας του Αγίου Κωνσταντίνου. Η φωτογραφία με το πανό στα συστεγαζόμενα 2ο και 5ο δημοτικά σχολεία, από το μακρινό έτος 2009. Και το σχολείο στην ίδια ακριβώς κατάσταση.

Βάνδαλοι στα Ίρια

Μία σειρά από αδικαιολόγητους βανδαλισμούς τον τελευταίο καιρό ανησυχούν τις τοπικές αρχές στα Ίρια Ναυπλίου, καθώς δεν είναι μόνο ότι καταστρέφεται δημοτική περιουσία, αλλά ουσιαστικά πρόκειται για εγκαταστάσεις οι οποίες χρησιμοποιούνται από τους δημότες του χωριού και πρώτα οι ίδιοι βλάπτονται από τις ζημιές που προκαλούν συστηματικά άγνωστοι. Προηγήθηκε η καταστροφή στα παγκάκια του δημοτικού σχολείου και οι ζημιές στο συντριβάνι της πλατείας, έπειτα η καταστροφή της τραμπάλες στην υπό κατασκευή παιδική χαρά και τώρα το σπάσιμο της μπασκέτας του δημοτικού σχολείου.

Καμπόσος: Αγοράστε σχολικά από το Άργος

Ο Δήμαρχος Άργους Μυκηνών προτρέπει τους γονείς να στηρίζουν τα καταστήματα της πόλης για την αγορά των σχολικών ειδών: «Στηρίζουμε τα μαγαζιά του τόπου μας! Τα μαγαζιά της γειτονιάς μας! Τώρα που τα σχολεία άνοιξαν κι εμείς οι γονείς θα ψωνίσουμε όλα τα απαραίτητα για το σχολείο και τις δραστηριότητες των παιδιών μας, είναι ευκαιρία να διαθέσουμε όλοι τα χρήματά μας στους επιχειρηματίες του Δήμου Άργους Μυκηνών! Στα μικρά μαγαζιά που έχουν ανάγκη την στήριξή μας».

Info kiosk στο Ναύπλιο

Ενέργειες και δράσεις έχουν αναπτυχθεί για την τόνωση του τουρισμού. Όσον αφορά τις προωθητικές ενέργειες η Περιφέρεια Πελοποννήσου προβαίνει ήδη σε επικαιροποίηση των site social media εφαρμογών, την λειτουργία info kiosks μέσα στο φθινόπωρο στο Ναύπλιο και Τρίπολη, ενώ προωθείται η ενεργοποίηση του DMS, όπως επισήμανθηκε στη συνεδρίαση της γνωμοδοτικής επιτροπής σε θέματα Τουρισμού.

Τα μέτρα της Αττικής δεν άγγιξαν την Πελοπόννησο

Εκτός νυμφώνος μένει για την ώρα η Πελοπόννησος, καθώς τα νέα αυστηρότερα περιοριστικά μέτρα που ανακοινώθηκαν για τον περιορισμό της διασποράς του κορωνοϊού αφορούν σε πρώτη φάση την Αττική και επιδημιολογικά βεβαρυμμένες περιοχές, σε βόρεια Ελλάδα και συγκεκριμένα νησιά.

Στα σκαριά καταφύγιο για αδέσποτα

Στην σύσταση διαδημοτικού καταφυγίου αδέσποτων προχωρούν οι Δήμοι Ναυπλίων και Επιδαύρου, σε χώρο που θα βρίσκεται στα όρια του δεύτερου, με την προϋπόθεση ότι θα ενταχθούν σε σχετικό χρηματοδοτικό εργαλείο που διατίθεται γι' αυτό τον σκοπό. Ήδη, αναρτήθηκε στην Διαύγεια η απόφαση του Δημοτικού Συμβουλίου Επιδαύρου που αφορά αίτημα του Ναυπλίου για την σύσταση διαδημοτικού συνδέσμου με την επωνυμία «Διαδημοτικός Σύνδεσμος Περιθαλψής Αδέσποτων Ζώων Συντροφιάς Ναυπλίου - Επιδαύρου».

Σοκ με σκυλίτσα στο Νέο Ροεινό

Μυρίζει πεθαμένο ενώ κουνιέται. Με αυτή τη φράση περιγράφει ο Στέλιος Κυριακού μία σκυλίτσα η οποία βρέθηκε στο Νέο Ροεινό Ναυπλίου, σκελετωμένη, ταλαιπωρημένη, σε άθλια κατάσταση. Όπως σημειώνει μεταξύ άλλων ο γνωστός ζωόφιλος: «Αντε τώρα να εξηγήσεις σε αυτό το ζωντανό, ότι οι ζωόφιλοι το χρησιμοποιούν για την δόξα και κανά ευρουλάκι, οι δήμοι το χρησιμοποιούν για να βγάλουν τα σπασμένα των εκλογών, οι κτηνίατροι το χρησιμοποιούν για να τα τσεπώσουν και εγώ ο γραφικός, φτωχός και μόνος, ενώ με κυνηγάνε όλοι οι παραπάνω, προσπαθώ να του βρω μια γωνίτσα για να αισθανθεί ασφάλεια και ζεστασιά...»

Σπείρα «έγδυσε» περίπτερα στο Ναύπλιο

Εξιχνιάστηκαν, μετά από μεθοδική και εμπειρισταμένη έρευνα, των αστυνομικών τρεις κλοπές σε περίπτερα, μεταξύ των οποίων και ένα στο Ναύπλιο. Για την υπόθεση αυτή, σχηματίστηκε δικογραφία για διάπραξη διακεκριμένων περιπτώσεων κλοπών, σε βάρος τεσσάρων ανδρών (τριών αλλοδαπών και ενός ημεδαπού), τα πλήρη στοιχεία των οποίων έχουν ταυτοποιηθεί. Οι δράστες απενεργοποιούσαν τον συναγερμό και στη συνέχεια με την χρήση διαρρηκτικών εργαλείων, (σκύλα, ψαλίδα κοπής μετάλλων) παραβίαζαν τις πόρτες και τα ρολά των περιπτέρων.

του Βασίλη
Καπετάνιου



Η απέναντι όχθη

Ο ήχος του φερμουάρ.

-Μπαμπά, μην ξεχάσεις σήμερα κάποιος γιορτάζει.
Ένα μεγάλο χαμόγελο διαγράφηκε στο πρόσωπο του γιατρού. Αφού διάβασε το μήνυμα έριξε μια ματιά στον ανοικτό σάκο δίπλα του. Ένα μικρό σκυλάκι του έδωσε ένα γλυκοφοβισμένο βλέμμα έτσι όπως ήταν τοποθετημένο και σοκαρισμένο μέσα στον ειδικό σάκο μεταφοράς. Ήταν το δώρο έκπληξη για τα γενέθλια του γιού του.

-Πατρέ, έχουμε έκτακτο περιστατικό από τα επείγοντα. (Άκουσε από την συσκευή ενδοσκοπικών. Κοίταξε το ρολόι του, δεν ήθελε να χάσει για άλλη μια φορά τα γενέθλια του παιδιού του. Χάιδεψε το κεφαλάκι του κουταβιού. Σπκώθηκε και άνοιξε την πόρτα.)

Δυο νοσπλευτές κρατώντας αγκαζέ έφεραν τον ασθενή προς το ανοικτό γραφείο του. Μάλλον πρώτα τον μύρισε και μετά τον είδε. Η οσμή της νικοτίνης και του αλκοόλ διαπέρασε τον χώρο πριν προλάβουν να τον καθίσουν οι νοσπλευτές στην πολυθρόνα.

Ήταν έτοιμοι να αποχωρήσουν όταν ο γιατρός τους έκανε ένα διακριτικό νόημα να περιμένουν. Ο μεγαλόσωμος νοσπλευτής πίσω από την πλάτη του καθήμενου άντρα, με παντομίμα έδειξε στο γιατρό ότι ο ασθενής ήταν λιώμα από το ποτό. Κατά συνέπεια ακίνδυνος. Ο γιατρός με τα μάτια του είπε να περιμένει.

-Λοιπόν κύριε καλησπέρα, (δεν πήρε καμία απάντηση). Κύριε πως ονομάζεστε; (Σιγή ιχθύος.) Έχουμε κάποια στοιχεία για τον ασθενή;

-Στεκόταν για ώρες έξω από μία στάση λεωφορείου. Περίοικοι ειδοποίησαν την αστυνομία. Τον έφεραν σε κατάσταση μέθης. Του έγιναν οι απαραίτητες εξετάσεις αλλά δεν συνεργάζεται. Γι αυτό τον έστειλε ο παθολόγος εδώ.

Ένα δεύτερο μήνυμα χτύπησε στο κινητό τηλέφωνο του γιατρού.

-Μπαμπάκα κοίταξε το ρολόι σου.

Έριξε μια ματιά στην ώρα. Οριακά προλάβαινε. Κοίταξε τον ασθενή. Στην κατάσταση που ήταν δεν επρόκειτο να συνεργαστεί.

-Να τον βάλετε στην δική μας κλινική. Να τον αφήσετε να ξεκουραστεί και αύριο το πρωί να τον φέρετε εκτάκτως πρώτο περιστατικό.

Ο ασθενής με παγωμένο βλέμμα κοιτούσε το παράθυρο. Ο μικρός σκύλος γρύλισε το φόβο του. Ο γιατρός έπιασε το σάκο, τον έβαλε στο γραφείο του, χάιδεψε πάλι το κεφαλάκι του. Οι νοσοκόμοι κοιτούσαν έκπληκτοι.

-Δώρο για τον γιό μου, γίνεται έξι σήμερα.

Με απαλές κινήσεις ο γιατρός τράβηξε το φερμουάρ κλείνοντας τον σκύλο στο πάνινο σκοτάδι. Αλλά κλείνοντας τον σάκο μια έκρηξη πανικού έγινε μέσα στο ιατρείο. Λες και ρεύμα ιδιαίτερα υψηλής τάσης χτύπησε τον άρρωστο. Ένα τρομώδες μυϊκό κύμα τον διαπερνούσε από το μέτωπο μέχρι τις άκρες των ποδιών του.

Σπκώθηκε όρθιος, περιστρεφόμενος γύρω από τον εαυτό του, κουνούσε τα χέρια του σε ακανόνιστες επιθετικές κινήσεις. Ούρλιαζε ένα ακατανόητο βρυχηθμό σαν ζιπ.

-- Ζιπ, ζιπ,ζιπ.

Το κουταβάκι, αν και δεν έβλεπε, ένοιωσε τον τρόμο, άρχισε τα γαβγοκλάματα. Γιατρός και νοσπλευτές αιφνιδιάστηκαν. Άμεσα και με πολύ μεγάλη δυσκολία τον καθήλωσαν στην πολυθρόνα. Η φασαρία ήταν πολύ έντονη, ήρθαν και άλλοι δύο συνάδελφοι τους. Του πέρασαν ανάποδα τα λευκά μανίκια του ειδικού μανδύα, τον έδεσαν, ο γιατρός του έκανε μια ηρεμιστική ένεση.

-Αύριο το πρωί, όπως είπαμε.

Άνοιξε το σκυλόσακο, πήρε στην αγκαλιά του το φοβισμένο κουτάβι, το ηρέμησε και το έβαλε πίσω με ανοικτό το φερμουάρ. Το έκλεισε ξανά όταν μπήκε στην είσοδο του σπιτιού του. Ευτυχώς δεν είχαν κόψει ακόμα την τούρτα.

-Χρόνια πολλά μικρέ!

Ο γιός του τρόμαξε όταν πήρε την τσάντα δώρο. Κουνιόταν σαν να ήταν ζωντανή.

-Μπαμπά τι είναι;

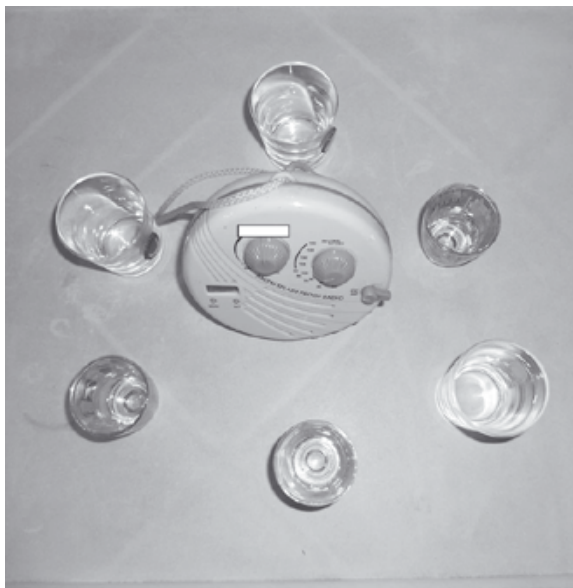
-Άνοιξε και θα δεις.

Ο μικρός τραβά το φερμουάρ και από την έντονη έκπληξη του το κλείνει, κάνει το ίδιο άλλες δυο φορές.

-Δεν το πιστεύω, δεν το πιστεύω! Είσαι ο καλύτερος μπαμπάς του κόσμου! Παιδιά ελάτε! Ελάτε!

Άνοιξε άλλη μια φορά τον σάκο. Άρχισε το τρελό πανηγύρι των παιδιών. Παραλίγο να ξεχάσουν την κοπή της τούρτας. Οι φίλοι έφυγαν, ο εορτάζων μαζί με τους γονείς του τακτοποιούσαν το σπίτι.

-Τι όνομα θα δώσεις στον σκύλο σου; (Ρώτησε η μαμά.)



Ο ήχος του φερμουάρ

-Ζιπ. Ή καλύτερα Ζιπ- Ζιπ.

-Τι είπες; (Ρώτησε ξαφνιασμένος ο πατέρας του.)

-Από την χαρά μου άνοιξα και έκλεισα τον σάκο πολλές φορές, αυτός ήταν ο πρώτος ήχος που άκουσα για το κουτάβι μου.

Ο γιατρός κάλεσε στην κλινική.

-Πώς είναι ο ασθενής; Το έκτακτο περιστατικό.

-Βρέθηκαν τα στοιχεία του. (Απάντησε ο νοσπλευτής βάρδιας.) Η κόρη του τον αναζήτησε στην αστυνομία. Είναι εδώ μαζί του, ο ασθενής κοιμάται.

-Να μην φύγει, έρχομαι.

-Μπαμπά που πας;

-Είναι επείγον. Με βοήθησες πάρα πολύ.

Ο γιατρός πήγε στο νοσοκομείο.

Από την κόρη του αρρώστου έμαθε όλα τα τραγικά γεγονότα. Τώρα πια ήταν σίγουρος ο ασθενής βίωνε ένα έντονο μετατραυματικό στρες.

Γι αυτό είχε καταφύγει στο ποτό και το τσιγάρο. Έτσι μπορούσε να εξηγήσει την αδυναμία προσανατολισμού, την απόσυρση από την ζωή τον δυσακατάληπτο λόγο του.

Την άλλη μέρα το πρωί φώναξε τον μεγαλόσωμο νοσπλευτή.

-Πριν φέρετε τον ασθενή θέλω να πας να φέρεις ένα σάκο από το νεκροτομείο.

- Τι είπατε γιατρέ; (Ρώτησε έκπληκτος.)

Ένα σάκο από το νεκροτομείο και να τον αφήσεις ανοικτό εδώ πάνω στο γραφείο. Να είστε και οι δυο της βάρδιας μέσα.

Του έφεραν τον σάκο.

Τον άνοιξε και τον άφησε ανοικτό πάνω στο γραφείο, έτσι

όπως τον έφτιαξε έμοιαζε με κενοτάφιο. Κάθισε μπροστά από το γραφείο του και περίμενε. Έφεραν τον ασθενή.

-Βγάλτε του τον μανδύα.

-Μα...

-Βγάλτε του τον μανδύα. (Είπε με επιτακτική φωνή που δεν σίκωνε αντιρρήσεις.) Λοιπόν Γιώργη, πρέπει να μιλήσουμε. (Ήξερε τα στοιχεία του πα.)

Ο γιατρός τραβήχτηκε στο πλάι.

Ο Γιώργης οπτικά ήρθε αντιμετώπος με τον ανοικτό άδειο σάκο.

Το ίδιο τρέμουλο που παρουσιάστηκε πριν την μεγάλη του έκρηξη χθες το ίδιο και σήμερα. Τα χέρια του έτοιμα να ξεριζώσουν τα χερούλια της πολυθρόνας.

Οι νοσπλευτές ετοίμασαν ξανά τον κατασταλτικό μανδύα.

Ο γιατρός τους έκανε νόημα να περιμένουν.

Ο Γιώργης ανασπώθηκε, όλο του το κορμί έτρεμε. Δάκρυα έτρεχαν από τα μάτια του.

Μεγάλα βουβά δάκρυα, ενός ανείπυτου θρήνου έσταζαν στο πάτωμα.

Έπεσε στην αγκαλιά του γιατρού.

Έγειρε το κεφάλι πάνω στην καρδιά του γιατρού. Συνέχισε τον βουβό θρήνο. Τα δάκρυα μούσκεψαν την τσέπη με τα μαρκαδοράκια. Ένα κόκκινο μαρκαδοράκι δεν ήταν καλά κλεισμένο, ένα ερυθρό σημάδι φάνηκε στην αριστερή τσέπη της ιατρικής μπλούζας. Κανείς δεν θυμάται πόσα λεπτά πέρασαν σε αυτή την κατάσταση ο Γιώργης μαζί με τον γιατρό.

-Έλα Γιώργη, κάτσε.

Ο γιατρός πήγε στην θέση του. Πέταξε τον σάκο πίσω από την πολυθρόνα του.

-Πατρέ στην φωτιά στο Μάτι, έχασα την Ζωή και την ζωή μου. Τριάντα πέντε χρόνια ήμασταν μαζί με την Ζωή. Δεν πρόλαβε να βγει από το σπίτι. Κάηκε.

Απανθρακώθηκε. Έπρεπε να πάω για την αναγνώριση του ππ... της Ζωής. (Μιλούσε και δάκρυα συνέχισαν να τρέχουν από τα μάτια του.) Την αναγνώρισα καμένη. Δεν με άφησαν ούτε ένα τελευταίο φιλί να της δώσω. Στεκόμουν ψύχραιμος μέχρι την στιγμή που ο υπάλληλος έκλεισε το σάκο. Ο ήχος του φερμουάρ ήταν τρομακτικός. Κάθε ζιπ και μια σφουριά θανάτου στο νου μου. Εκείνη την στιγμή χάθηκα, εδώ και τόσο καιρό.

Οι νοσπλευτές σιωπηλοί και βουρκωμένοι, αμήχανα κρατώντας από ένα μανίκι του μανδύα αποχώρησαν.

Άφησαν τον γιατρό και τον ασθενή μόνους τους.

Έκλεισαν αθόρυβα την πόρτα.

Καθώς βάδιζαν, πίσω τους μπήκε ένας επισκέπτης. Τράβηξε το φερμουάρ για να βγάλει το μπουφάν του, έκανε πολύ ζέστη εκεί μέσα.

Τρόμαξαν, ενστικτωδώς έκαναν μια συγχρονισμένη ταυτόχρονη μεταβολή.

Ο άντρας πίσω τους τρόμαξε πιο πολύ όταν είδε δυο νοσπλευτές να κρατάνε από τα άδεια μανίκια ένα λευκό καθηλωτικό μανδύα έτοιμο προς χρήση.

Άντε τώρα να του εξηγήσεις!!!

***Ένα αυγουσιτιάτικο βράδυ παρακολουθούσα δελτίο ειδήσεων στην ΕΤ1. Ένα θέμα ήταν και η επέτειος για την φονική φωτιά στο Μάτι.**

Ένας βουρκωμένος μεσόλικας μίλησε για την απώλεια της γυναίκας του στην φονική πυρκαγιά. Την αναγνώρισε, αλλά ο ήχος του φερμουάρ ήταν το πιο τρομακτικό βίωμα.

“
Το κουταβάκι αν και δεν έβλεπε ένοιωσε τον τρόμο, άρχισε τα γαβγοκλάματα. Γιατρός και νοσπλευτές αιφνιδιάστηκαν. Άμεσα και με πολύ μεγάλη δυσκολία τον καθήλωσαν στην πολυθρόνα.

Η νέα διαδραστική εφαρμογή του anagnostis.org που δίνει βήμα στον πολίτη και τον φέρνει σε επαφή με τους αρμοδίους για την επίλυση των καθημερινών προβλημάτων.



**Τα παράπονά σας
στον δήμαρχο**

Το πλέον ανεξάρτητο
και αποκαλυπτικό
τοπικό ενημερωτικό site
με έμπειρο και καταξιωμένο
δημοσιογραφικό επιτελείο

anagnostis.org

Στην Αργολίδα & την Πελοπόννησο

Προσωπικότητα
Εγκυρότητα
Άποψη

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



Του Πάνου Πανούση, καθηγητή Εγκληματολογίας στο Πανεπιστήμιο Αθηνών

Αβελτίωτοι;

Η ζωή μας από κύκνος έγινε κοράκι

...αυτοί οι καινούργιοι

παλιοί μου φαίνονται

Σπ. Ζαχαράτος, Φύλακας φυλαχτών

Παρά την έλλειψη φυσικής εγγύτητας λόγω των επιδημιολογικών περιορισμών, το "ανυπότακτο" πνεύμα ορισμένων βρίσκει τρόπους να επι-δείξει και την ψυχική τους αδιαφορία ως προς τις κοινωνικές συνέπειες της αποκλίνουσας συμπεριφοράς τους. Σε μία λεπτή ισορροπία ανάμεσα στην ανομική δια-ταραχή (ίσως λόγω ανορθολογικής πίστης) και τη (μη-)ηθική της ευθύνης κινούνται άναρχα και σπασμωδικά στον χώρο της γενικής άρνησης.

Τόσους κοινωνιοπαθείς διαθέτει η χώρα, τόσους φέροντες συναισθηματικά τραύματα και διαψεύσεις, τόσους απορρίπτοντες βασικές έννοιες αμυντικής αλληλεγγύης κι ενσυναίσθησης κι εντέλει τόσους αφελείς ώστε ν' ακολουθούν τις προ(σ)κλήσεις κάποιων ιδεοληπτικών, οι οποίοι θέλουν να κάνουν πολιτικό παιχνίδι πάνω σε φόβους και θανάτους;

Δεν πρόκειται για εξέγερση, για αναζήτηση μεγάλης περιπέτειας ή έντονων συγκινήσεων, αλλά περισσότερο μοιάζει με την άρνηση ορίων και κανόνων στο όνομα των απόλυτων δικαιωμάτων τους. Το ατομικό μοντέλο αυτοεπιδειξιμού συγκρούεται με το κοινωνικό/υγειονομικό δέον χωρίς ίχνος αισθήματος ενοχής. Το ανεξέλεγκτο και αυτοκαταστροφικό "Εγώ" κατίζει όλων των αναστολών, αφού έχει ήδη απογυμνωθεί από κάθε σύστημα κοινών αξιών.

Όσοι λαμβάνουν "ρίσκο υγείας" (health risk), είτε λόγω life-style, είτε εξ ιδεολογικής πεποιθήσεως, αποτελούν αδιάψευστους μάρτυρες για τις ασθένειες που προκάλεσε –κυρίως στους νέους– η μεταπολιτευτική Ελλάδα του "όλα επιτρέπονται, όλα συμψηφίζονται, όλα συγχωρούνται".

Νέο δίπολο της μετά Κορονοϊο εποχής: άλλοι θέλουν να πάρουν πίσω τη ζωή τους (για να τη βελτιώσουν ή να τη διορθώσουν) κι άλλοι βιάζονται να τη χάσουν (ίσως γιατί πιστεύουν ότι δεν αξίζει τον κόπο).

Αν και η Ιστορία μας δείχνει πως ύστερα από κάθε νίκη έρχεται κι ένας διχασμός (μετά το 1821 οι διώξεις των αγωνιστών, μετά την Αντίσταση ο εμφύλιος) θέλω να πιστεύω ότι αυτή τη φορά θα επικρατήσει η κοινή λογική για την κοινή σωτηρία και πορεία. Αν ΟΧΙ, τότε θα είμαστε και πάλι άξιοι της (κακής μας) μοίρας, που μόνοι μας τη δημιουργούμε.

11.05.2020

Γιατί σταμάτησε ξανά η Ανάπλαση του Πάρκου Κολοκοτρώνη

Η απόφαση για την ακύρωση της απόφασης από την Αποκεντρωμένη Διοίκηση



Μια σειρά από λόγους για τους οποίους έκανε δεκτές τις προσφυγές της αντιπολίτευσης για τη σχεδιαζόμενη Ανάπλαση του Πάρκου Κολοκοτρώνη στο Ναύπλιο, παραθέτει η Αποκεντρωμένη Διοίκηση.

Η απόφαση, όπως δημοσιεύτηκε στη ΔΙΑΥΓΕΙΑ αναφέρει μεταξύ άλλων:

«Επειδή, στην προκειμένη περίπτωση οι προσφεύγοντες ζητούν την ακύρωση της αριθμ. 88/2020 απόφασης του Δημοτικού Συμβουλίου του Δήμου Ναυπλιέων, προβάλλοντας μεταξύ άλλων και τους εξής ισχυρισμούς:

(α) Μην νομίμως τέθηκε προς έγκριση η μελέτη ανάπλασης του Πάρκου Κολοκοτρώνη αφού τέτοιο θέμα ουδόλως υπήρχε στην ημερήσια διάταξη που απεστάλη προς του Δημοτικούς Συμβούλους.

Η με αριθμ. 8396/19.6.2020 Πρόσκληση του Δ.Σ. του Δήμου Ναυπλιέων είχε ως θέμα τη «συζήτηση της μελέτης ανάπλασης του Πάρκου Κολοκοτρώνη» και όχι την έγκριση της μελέτης ταύτης. Ο ισχυρισμός κρίνεται βάσιμος καθώς κατά παράβαση των διατάξεων της παρ. 9 του άρθρου 14 του ν.2690/99 και της παρ. 7 του άρθρου 67 του ν.3852/2010, ο Πρόεδρος του Δ.Σ μετά τη διαπίστωση της απαρτίας του Δ.Σ, διόρθωσε τον τίτλο του προς συζήτηση θέματος από: «συζήτηση πρότασης Ανάπλασης Πάρκου Κολοκοτρώνη» σε «έγκριση μελέτης Ανάπλασης Πάρκου Κολοκοτρώνη».

Με την προβαλλόμενη απόφαση εγκρίθηκε ανάπλαση του Πάρκου, χωρίς να υπάρχει

εισήγηση της Επιτροπής Ποιότητας Ζωής του Δ.Ναυπλιέων, όπως προβλέπεται με τη διάταξη του άρθρου 73 του ν.3852/2020 σύμφωνα με την οποία πρέπει να υπάρχει εισήγηση της Επιτροπής Ποιότητας Ζωής για θέματα «ανάπλασης» περιοχών. Ο ισχυρισμός κρίνεται βάσιμος, καθώς δεν προηγήθηκε της προβαλλόμενης απόφασης, η προβλεπόμενη από τις προαναφερόμενες διατάξεις του

άρθρου 73 εισήγηση της Επιτροπής Ποιότητας Ζωής.

γ) Η προβαλλόμενη απόφαση ελήφθη χωρίς την απαιτούμενη έγκριση της μελέτης από την αρμόδια υπηρεσία του Υπουργείου Πολιτισμού, κατά παράβαση της κείμενης νομοθεσίας, δεδομένου ότι το Πάρκο Κολοκοτρώνη περιλαμβάνεται εντός του παραδοσιακού τμήματος της πόλης του Ναυπλίου και ευρίσκεται μέσα στα όρια της περιοχής (Π.Δ. 26.1.2989 (ΦΕΚ Δ 38/1989) που εποπτεύεται από τις αρμόδιες Εφορείες Αρχαιοτήτων (ΠΔ ΑΡΙΘ.ΥΠΠΟΤ/ΓΔΑΠΚ/ΑΡΧ/Β1/Φ50/62380/1914 (ΦΕΚ ΑΑΠ 181 20.7.2011).



Επειδή, η προβαλλόμενη απόφαση εκδόθηκε κατά παράβαση ουσιαστών τύπων καθίσταται μη νόμιμη και ακυρωτέα.

Ο ισχυρισμός κρίνεται βάσιμος καθώς η κρινόμενη απόφαση ελήφθη, κατά παρέκκλιση του ν. 3028/2002, ήτοι χωρίς την προηγούμενη απόφαση της αρμόδιας Υπηρεσίας Νεωτέρων Μνημείων του Υπουργείου Πολιτισμού και Αθλητισμού, «Για την προστασία των Αρχαιοτήτων και εν γένει της Πολιτιστικής Κληρονομιάς», αφού, όπως προκύπτει από το με αριθμ. πρωτ. ΥΠ.ΠΟ.Α/ ΥΝΜΤΕ-ΔΕΠΝΙ/ Φ 04-β/25-6-2020) έγγραφο της εν λόγω αρχής (μεταγενέστερο της προβαλλόμενης απόφασης), ζήτησε από το Δήμο Ναυπλιέων να της υποβάλει άμεσα την εν λόγω μελέτη, για τις κατά νόμο ενέργειές της. Όπως δε, ειδικότερα, αναφέρεται σε αυτό «...

εντός του πάρκου βρίσκεται Έφιππος Ανδριάντας Θεόδωρου Κολοκοτρώνη με το μαρμάρινο μνημειακό βάθρο του, το σιδηρό κιγκλίδωμα που οριοθετεί το χώρο του ανδριάντα και τα τέσσερα (4) χυτοσιδηρά τηλεβόλα που είναι τοποθετημένα στις τέσσερις γωνίες του, διότι αποτελούν ένα ενιαίο σύνολο με ιδιαίτερη ιστορική, εθνική και καλλιτεχνική αξία (Φ.Ε.Κ 407/ΑΑΠ/2013)...».

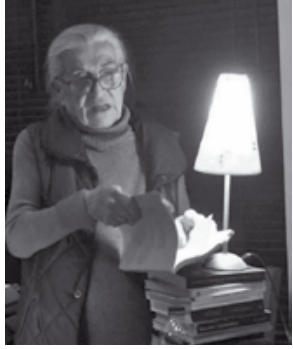
δ) Η προβαλλόμενη απόφαση εγκρίθηκε χωρίς να υπάρχει η από το νόμο απαιτούμενη έγκριση της μελέτης αυτής από την αρμόδια δασική υπηρεσία, ήτοι τη Διεύθυνση Δασών Αργολίδας κατά παράβαση της κείμενης νομοθεσίας.

Ο ισχυρισμός κρίνεται βάσιμος καθώς δεν έχει προηγηθεί η εκ του νόμου προβλεπόμενη έγκριση της μελέτης από την αρμόδια δασική υπηρεσία, σύμφωνα με το άρθρο 4 της με αριθμ. 133384/6587/15 (ΦΕΚ 2828 Β/23 12- 15) απόφασης του Υπουργού Περιβάλλοντος.

Επειδή, η προβαλλόμενη απόφαση εκδόθηκε κατά παράβαση ουσιαστών τύπων καθίσταται μη νόμιμη και ακυρωτέα.

Αποδεχόμεστε τις από 03.7.2020 και 07.7.2020 προσφυγές των κ.κ. Κ. Καραπάουλου κ.λπ. κατοίκων Ναυπλίου και Π. Αναγνωσταρά αντίστοιχα, κατά του κύρους της αριθμ. 88/2020 απόφασης του Δημοτικού Συμβουλίου του Δήμου Ναυπλιέων, και ακυρώνουμε αυτή, για τους λόγους που διαλαμβάνονται στο σκεπτικό της παρούσας.

Κατά της απόφασης αυτής δύναται να ασκηθεί προσφυγή από οποιονδήποτε έχει έννομο συμφέρον, εντός ενός (1) μηνός από την έκδοσή της ή την κοινοποίησή της ή αφοτου έλαβε γνώση αυτής, στην Ειδική Επιτροπή του άρθρου 152 του Κώδικα Δήμων και Κοινοτήτων (Ν. 3463/2006) που εδρεύει στην Τρίπολη (Τέρμα Ερυθρού Σταυρού - Τρίπολη - Τ.Κ. 221 00).



της Φωτεινής Αργείτου - Τζαμαλούκα*

Διάλογος: μια παρεξηγημένη έννοια

Στην Πνύκα υπήρχαν δύο βάρθρα το λεγόμενο «δίβατον». Υπάρχει μια ζωγραφιά με τον Περικλή να εκφωνεί τον ρητορικό του λόγο. Στο άλλο βάρθρο θα ανέβη άλλος ρήτορας με τον αντίλογό του, αν έχπ.

Οι άγλωσσοι Ευρωπαίοι, μην μπορώντας να βρουν μια δική τους λέξη, πήραν, ως συνήθως, έκλεψαν, την ελληνική λέξη «δίβατον» και την έκαναν debate (ντιμπέιτ).

«Ντιμπέι, ρε, ντιμπέι», πρότεινε και ο πληθωρικός προπονητής Νίκος Αλέφαντος το 2015 όταν μαζί με το ποδόσφαιρο σχολίαζε και την πολιτική.

Τις παραμονές των σύγχρονων εκλογών οι σημερινοί ψηφοφόροι στρωνόμαστε στους καναπέδες και παρακολουθούμε από την σύγχρονη Πνύκα, το σαλόνι μας, το debate με τους αρχηγούς των κομμάτων. Γιατί όμως το debate καταλήγει σε ψυχαγωγική εκπομπή; Γιατί έχει αλλάξει η έννοια «διάλογος».

Δεν υπάρχει μυαλό, οι προθέσεις δεν είναι καλές, οι διαλεγόμενοι δεν είναι ισοδύναμοι, το θέμα δεν είναι προς συζήτηση.



Οι καθηγητές ήσαν τρωτοί, αφού θα έβρισκαν ξεφούσκωτα τα λάστιχα του αυτοκινήτου τους ή σπασμένο το rare – brise, ή το καθρεφτάκι, ή, χαραγμένη την λαμαρίνα ή και όλα αυτά μαζί. Εγώ δεν είχα αυτοκίνητο, ήμουν «άτρωτη»

Όποιοι μας ζιτάνε «διάλογο» θέλουν να γίνω το δικό τους. Ο παράφρων Ερντογάν. Όποιοι μας συνιστούν «να πάτε σε διάλογο» ή αδιαφορούν για μας ή μας μισούν: NATO και όσοι δεν καταλαβαίνουν ότι δεν υπάρχει δυνατότητα διαλόγου. Όπως οι Η.Π.Α. διά του συμβούλου του Τράμπ, Πομπιέ, η Ρωσία διά του Λαβρόφ, που μας βάζουν στο ίδιο τσουβάλι. Δεν υπάρχει θέμα. Να συζητήσουμε τι; Η όλη κατάσταση μου θυμίζει σχολεία Μέσης Εκπαίδευσης μετά το '81 επί ΠΑΣΟΚ. Εκεί και από τότε η έννοια του διαλόγου διεστράφη. Οι Σύλλογοι των καθηγητών έπρεπε να συνεννοούνται με τα 15μελή μαθητικά Συμβούλια.

Τα συνήθη θέματα: Εκδρομή ή διαγραφή τιμωρίας μαθητή.

Τα δύο μέρη δεν ήσαν ισοδύναμα. Οι καθηγητές ήσαν τρωτοί, αφού θα έβρισκαν ξεφούσκωτα τα λάστιχα του αυτοκινήτου τους ή σπασμένο το rare – brise, ή το καθρεφτάκι, ή, χαραγμένη την λαμαρίνα ή και όλα αυτά μαζί. Εγώ δεν είχα αυτοκίνητο, ήμουν «άτρωτη».

Σε αρνητική στάση του Συλλόγου ακολουθούσε γενική αποχή από τα μαθήματα. Όλη η μαθητιάσα νεολαία στο προαύλιο και κανένα



μυαλωμένο παιδί δεν μπορούσε να μπη στην τάξη.

Οι σύλλογοι Γονέων στην πλειοψηφία τους ανήκαν στο επικρατήσαν κόμμα, αρωγοί των παιδιών τους.

Το αίτημα για εκδρομή γινόταν αμέσως μετά από τριήμερη αργία λόγω, ας ειπούμε, εθνικής εορτής, ο δε τιμωρημένος με αποβολή μαθητής μπορεί να ήταν αποδεδειγμένα δολιοφθορέας.

Αν ο πρόεδρος του 15μελούς είχε θράσος και σχετική ευφράδεια και κατετρόπωνε τον Σύλλογο των καθηγητών, θα μπορούσε να εξελιχθή και σε πρωθυπουργό.

Ο «Διάλογος» ή το 15μελές ήταν η αρένα πού θα τον ανεδείκνυε. Την προηγούμενη φουρνιά των πολιτικών είχε αναδείξει το «Πολυτεχνείο».

Έτσι γίνεσαι γνωστός και διάσημος. Έτσι όμως η Λογική και το Δίκαιο, διεθνές ή της θαλάσσης ή του αέρος ή ο,τιδήποτε άλλο, πάνε περίπατο. Αμφισβητούνται κυριαρχικά δικαιώματα, σύνορα πού είναι μόνο δικά μας και όχι της Ευρώπης (πολύ πού τους νοιάζει). Και ματαιοπο-

νούμε, όταν υπενθυμίζουμε στον υπερφίαλο πιθανόν συνομιλητή μας δια των επιστημόνων χειλέων, ότι «υποστηρίζουμε την ευρωπαϊκή προοπτική» της Τουρκίας, όταν είναι ολοφάνερο ότι αυτός θεωρεί εαυτόν άρχοντα του κόσμου, αφού προχθές είπε ότι στοχεύει και στην Νότια Αμερική (πού δεν είναι Ισλάμ). Συμπέρασμα: Όχι Διάλογος, με τίποτε. Ούτε ως λέξη έχει νόημα, έχει άλλη σημασία. Δεν υπάρχουν προϋποθέσεις.

*Η Φωτεινή Αργείτου - Τζαμαλούκα είναι Φιλολόγος

ΠΑΝΤΕΛΙΝΑ ΔΗΜ. ΚΟΥΜΑΡΑ

Λογίστρια-Φοροτεχνικός

Πλατεία Κύπρου 1,
Κρανίδι
Τηλ./Fax: 27540 22244
Κιν.: 6938 329926

Μισούλη 3, Ύδρα
Κιν.: 6938 329926
6986 508930

- Φορολογικές δηλώσεις
- Σύσταση, έναρξη, μεταβολή, διακοπή επιχειρήσεων & εταιρειών
- Τήρηση βιβλίων Β' & Γ' κατηγορίας
- Μισθοδοσία - εργατικά
- Άδειες καταστημάτων υγειονομικού ενδιαφέροντος

e-mail: p.koumara@yahoo.gr



ΟΡΘΟΠΑΙΔΙΚΟ ΙΑΤΡΕΙΟ

Αναστάσιος Κουτροφίνης

Ορθοπαιδικός Χειρουργός

Μεταπτυχιακό
στα Μεταβολικά νοσήματα
των οστών – Οστεοπόρωση

Μετεκπαίδευση
στο Ηνωμένο Βασίλειο

Άργους 52 | Ναύπλιο 21100
τ.: 27520 26265 | κιν. 6979 412538
email: takoutr@gmail.com

Ανθρώπων Έργα

Όπως τα είπαν ... η συμπυκνωμένη σοφία των πρωταγωνιστών του 1821

Ένα βιβλίο απόψεις των πρωταγωνιστών για όλα όσα συνέβησαν από τα προεπαναστατικά χρόνια ως την απελευθέρωση

Μια ξεχωριστή πολυτελής έκδοση κυκλοφορεί με όλα όσα είπαν και έγραψαν οι αγωνιστές του 1821 και τα οποία έχουν καταγραφεί σε αυτή με αφορμή τη συμπλήρωση 200 χρόνων από την έναρξη της επανάστασης.

Από το "Κάλλιο 'ναι μιας ώρας ελεύθερη ζωή παρά σαράντα χρόνια σκλαβιά και φυλακή" του Ρήγα Φεραίου ως το "έχουμε πάρα πολύ ακριβά αγορασμένη την ελευθερία μας, ώστε να μην την αφήσουμε να σκλαβωθεί χειρότερα" του Δημητρίου Υψηλάντη που σχολίαζε τον ρόλο των ξένων, περνάει όλη η επανάσταση. Οι ηρωισμοί, οι δικόνειες, οι απογοητεύσεις.

"Η επανάσταση η ειδική μας δεν ομοιάζει με καμιάν απ' όσες γίνονται εις την Ευρώπην. Οι επαναστάσεις της Ευρώπης εναντίον των διοικήσεων των είναι εμφύλιος πόλεμος. Ο δικός μας πόλεμος ήταν ο



πλέον δίκαιος: ήταν έθνος με έθνος". Στην ομιλία του στην Πνύκα ο Κολοκοτρώνης περιέγραψε με λόγια μεστά την κοινωνική διάσταση της επανάστασης. Ενώ ο Μακρυγιάννης έδωσε με τον δικό

του τρόπο το πως πρέπει να ενεργούμε ως λαός: "Είμαστε στο "εμείς" κι' όχι εις το "εγώ". Και εις το εξής να μάθωμεν γνώση, αν θέλωμεν να φτιάσωμεν χωριόν, να ζήσωμεν όλοι μαζί".

Αυτή η συμπυκνωμένη σοφία των πρωταγωνιστών του 1821 αποτυπώνεται στις 250 σελίδες του βιβλίου των εκδόσεων της "Κιβωτού της Ορθοδοξίας" με τίτλο: "Όπως τα είπαν...".

Ο σωφρονισμός μπορεί να γίνει πολιτισμός;

Το πρόγραμμα που εφαρμόζει το Τμήμα Θεατρικών Σπουδών του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου «Δραματική Τέχνη και Παραστατικές Τέχνες στην Εκπαίδευση και δια βίου Μάθηση» στα Καταστήματα Κράτησης Τίρυνθας και Ναυπλίου παρουσίασε στη Βουλή η Ομότιμη Καθηγήτρια του Τμήματος Θεατρικών Σπουδών Άλκησις Κοντογιάννη. Η Ειδική μόνιμη επιτροπή σωφρονιστικού συστήματος και λοιπών δομών εγκλεισμού κρατουμένων συνεδρίασε με θέμα ημερήσιας διάταξης: «Πολιτιστικές και εκπαιδευτικές δράσεις στα Καταστήματα Κράτησης. Τα μέλη της Επιτροπής θα ενημερώσουν, μέσω τηλεδιάσκεψης, ο κ. Λαχανάς Βλάσης, Ειδικός Σύμβουλος της Γενικής Γραμματείας Αντεγκληματικής Πολιτικής, η κυρία Κοντογιάννη Άλκησις, Ομότιμη Καθηγήτρια του Τμήματος Θεατρικών Σπουδών του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου, Ναύπλιο, Συντονίστρια του Μεταπτυχιακού Προγράμματος «Αναπτύσσοντας δεξιότητες ζωής στους εγκλειστούς των Καταστημάτων Κράτησης Τίρυνθας και Ναυπλίου», η κυρία Απειραν-



θίτου Μαρούσα, Προϊσταμένη του Τμήματος Κοινωνικής Εργασίας του Ειδικού Καταστήματος Κράτησης Νέων Αυλώνα και η κυρία Στέφα Μαρία, Κοινωνική Λειτουργός του

Ψυχιατρείου Κρατουμένων Κορυδαλλού». Όπως έχει δηλώσει στο παρελθόν η κα Κοντογιάννη «Στην ιστορία του χρόνου γράφονται μύριες ιστορίες και στιγμές καθημερινά.

Ιστορίες αγάπης, πόνου, φρίκης και ονείρου, ιστορίες τρέλας και μοναξιάς. Μια ενδιαφέρουσα, ουσιαστική, αισιόδοξη, και πολυδιάστατη ιστορία είναι η εκπαίδευση των Κρατουμένων στις Φυλακές Τίρυνθας και Ναυπλίου. Οι πρωταγωνιστές της είναι αφενός οι κρατούμενοι αυτών των δύο φυλακών και αφετέρου οι εθελοντές από την Αργολίδα, Αθήνα και άλλα μέρη μαζί με τους μεταπτυχιακούς φοιτητές του Τμήματος Θεατρικών Σπουδών του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου που γίνονται και αυτοί εθελοντές. Το Τμήμα αυτό ιδρύθηκε το 2003».

Όπως έχει επισημάνει, από τον Οκτώβριο του 2016 αρχίζει η εφαρμογή να γίνεται συστηματικότερη. Οι κρατούμενοι απολάμβαναν τα μαθήματα, όμως επίμονα εξέφρασαν την επιθυμία για μαθήματα ελληνικής γλώσσας. «Με το θέατρο γινόμαστε κάποιοι άλλοι που θα θέλαμε τη ζωή μας, γελάμε, αλλά εμείς θέλουμε να μάθουμε να γράφουμε και να διαβάζουμε. Όταν θα βγούμε έξω αυτό θα μας χρειαστεί» είπε ο Νικήτας...

Θα βρει χρήση το φιλιμάκι για το 1821

Συνεδρίασε στην Τρίπολη την Δευτέρα 14 Σεπτεμβρίου, η γνωμοδοτική επιτροπή της Περιφέρειας Πελοποννήσου για τον εορτασμό των 200 χρόνων από την Επανάσταση του 1821, υπό την εντεταλμένη περιφερειακή σύμβουλο Μαργαρίτα Σπυριδάκου.

Στη διάρκεια της συνεδρίασης παρουσιάστηκε ένα φιλμ μικρού μήκους το οποίο είχε δημιουργηθεί για να προβληθεί στο περίπτερο της Περιφέρειας, στην φετινή Διεθνή Έκθεση Θεσσαλονίκης -η διοργάνωση της οποίας, όπως είναι γνωστό, ματαιώθηκε λόγω της πανδημίας.

Σε κάθε περίπτωση πάντως, τόνισε ο περιφερειάρχης Πελοποννήσου Παναγιώτης Νίκας, το εν λόγω φιλμ θα αξιοποιηθεί κατάλληλα.

Σπέτσες, η Τσινεσιτά του Αργολικού κόλπου γνωρίζει δόξες

Οι Σπέτσες επελέγησαν ως ειδανικό σκηνικό για τα γυρίσματα της ταινίας «The Lost Daughter» τα οποία αναμένεται να ξεκινήσουν στις 28 Σεπτεμβρίου.

Πρόκειται για την μεταφορά στη μεγάλη οθόνη της ομώνυμης νουβέλας της Elena Ferrante, αποτελεί το σκηνοθετικό ντεμπούτο της Maggie Gyllenhaal, ενώ στους πρωταγωνιστικούς ρόλους θα είναι η οσκαρική Olivia Colman, η Dakota Johnson, ο Peter Sarsgaard, η Jessie Buckley και ο Paul Mescal, γνωστός στο ευρύ κοινό από την τηλεοπτική mini σειρά Normal People.

Το ιστορικό ξενοδοχείο Ποσειδώνιο στην Ντάπια θα αποτελέσει το βασικό σκηνικό όπου θα εκτυλίσσεται μεγάλο μέρος του story της Αμερικανικής υπερπαραγωγής: Μια χωρισμένη γυναίκα απολαμβάνει τις διακοπές της δίπλα στη θάλασσα, οι οποίες παίρνουν μια σκοτεινή τροπή καθώς καλείται να έρθει αντιμέτωπη με τα προβλήματα του παρελθόντος.



Τα ορισμένα παραδοσιακά αρχοντικά των Σπετσών, όπως και ορισμένα της Ύδρας κατασκευάστηκαν από τα χρήματα ενός Δανείου από την

Αγγλία, στις απαρχές του νεοελληνικού κράτους, που προοριζόταν για τον εξοπλισμό του στρατού κλπ. Έτσι για να μην ξεχνιόμαστε

Η επιχείρηση **ΜΗΤΡΟΣΥΛΗΣ Α.Ε.**, που δραστηριοποιείται στο χώρο των φρέσκων φρούτων, στα πλαίσια της ανάπτυξης των δραστηριοτήτων της επιθυμεί να προσλάβει Υπάλληλο για την στελέχωση του ΛΟΓΙΣΤΗΡΙΟΥ.

Περιγραφή Θέσης :

Μηχανογραφημένο λογιστήριο διπλογραφικών βιβλίων.

Προφίλ Υποψηφίου:

- Πτυχίο ΑΕΙ ή ΤΕΙ.
- Επιθυμητή εργασιακή εμπειρία σε ανάλογα καθήκοντα.
- Η εμπειρία σε συστήματα ERP και ειδικά η γνώση προγράμματος SAP θα θεωρηθεί πρόσθετο προσόν.
- Άριστος χειρισμός Η/Υ, πολύ καλή γνώση MS Office.
- Καλή γνώση Αγγλικών.
- Ικανότητα αποτελεσματικής επικοινωνίας και διαπροσωπικών σχέσεων.
- Αναλυτική σκέψη, με δυνατότητες προγραμματισμού και οργάνωσης.
- Εργατικότητα και ομαδικό πνεύμα.
- Ευελιξία σε εναλλαγή εργασιακού περιβάλλοντος βάσει των αναγκών του τμήματος.

Παροχές Εταιρείας:

- Σταθερό πακέτο αποδοχών
- Ευχάριστο εργασιακό περιβάλλον
- Συνεχής εκπαίδευση

Αποστολές βιογραφικών: email: mail@mitrosilis.gr

Μετά τη συλλογή και αξιολόγηση των βιογραφικών σημειωμάτων, θα επικοινωνήσουμε με τους υποψήφιους που πληρούν τις απαιτήσεις της θέσης ώστε να οριστεί συνάντηση για συνέντευξη.

Όλες οι αιτήσεις θεωρούνται απόλυτα εμπιστευτικές.

ΑΔΑ : ΩΤΝ0ΩΚΦ-925



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΝΟΜΟΣ ΑΡΓΟΛΙΔΑΣ
ΔΗΜΟΣ ΝΑΥΠΛΙΕΩΝ
Τμήμα Εσόδων & Δημ. Περιουσίας
Ταχ. Δ/ση: Βασ. Κων/νου 34
Τ. Κ.: 21100
Τηλ: 2752360941
Πληρ.: Καλογήρου Ελένη

Ναύπλιο 16/9/2020
Αριθμ. Πρωτ. 13879

ΠΕΡΙΛΗΨΗ ΔΙΑΚΗΡΥΞΗΣ
ΔΗΜΟΠΡΑΣΙΑΣ ΓΙΑ ΤΗΝ

ΕΚΜΙΣΘΩΣΗ ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ
ΑΚΙΝΗΤΟΥ - Αθλητικό
Κέντρο στην θέση Μαγούλα
Κοινότητας Νέας Τίρυνθας

Ο ΑΝΤΙΔΗΜΑΡΧΟΣ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΩΝ ΔΗΜΟΥ ΝΑΥΠΛΙΕΩΝ Προκηρύσσει δημοπρασία πλειοδοτική, φανερή και προφορική για την εκμίσθωση του δημοτικού ακινήτου - Αθλητικό κέντρο στην θέση Μαγούλα της κοινότητας Νέας Τίρυνθας που αποτελείται από γήπεδο 5Χ5, κυλικείο και θεατράκι συνολικού εμβαδού 6.636,37 τμ., ως ο χώρος αυτός αποτυπώνεται σε ορθοφωτοχάρτη της ΕΚΧΑ Α.Ε.

Η δημοπρασία θα διεξαχθεί την 29η του μηνός Σεπτεμβρίου του έτους 2020 ημέρα Τρίτη και ώρα 10:00 π.μ. έως 11:00 π.μ. στο Δημοτικό Κατάστημα Δήμου Ναυπλιέων στο γραφείο Νο 3 ενώπιον της αρμόδιας Επιτροπής ως έχει οριστεί με την 46/2020 ΑΔΣ.

Ελάχιστο όριο πρώτης προσφοράς ορίζεται το ποσό των διακοσίων πενήντα ευρώ μηνιαίως (250,00 €) μηνιαίως. Μαζί με τη συμμετοχή τους και τα λοιπά δικαιολογητικά οι ενδιαφερόμενοι πρέπει να καταθέσουν και εγγύηση συμμετοχής που ανέρχεται στο

ποσό τριακοσίων ευρώ (300,00) ευρώ.

Πληροφορίες και αντίγραφα της διακήρυξης της δημοπρασίας παρέχονται τις εργάσιμες ημέρες και ώρες από το γραφείο 7 του Δήμου Ναυπλιέων.

Αρμόδια υπάλληλος: κ. Καλογήρου Ελένη

Διεύθυνση: Βασ. Κωνσταντίνου 34

Τηλ. 2752360941

Ο ΑΝΤΙΔΗΜΑΡΧΟΣ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΩΝ
ΔΡΟΥΓΚΑΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ



Στην ακροθαλασσιά // Β.Λ.

Στείλτε τις φωτογραφίες για να δημοσιευτούν

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

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

Αυτό είναι το νέο ΕΣΠΑ 2021-2027

Όλα τα Επιχειρησιακά Προγράμματα. Η νέα αρχιτεκτονική και τα προβλήματα

Ο Σεπτέμβριος σηματοδοτεί την είσοδο στην τελική ευθεία για να κλειδώσει το νέο ΕΣΠΑ της περιόδου 2021 - 2027 και ταυτόχρονα αποφασίζονται οι δράσεις που θα περιληφθούν στη νέα χρηματοδοτική στρατηγική της ΕΕ: το Ταμείο Ανάκαμψης.

Ήδη η χώρα μας έχει καταθέσει το καλοκαίρι το σχέδιο του νέου ΕΣΠΑ στις κοινοτικές αρχές για σκόλια, παρατηρήσεις και έγκριση, προκειμένου αμέσως μετά, σε λίγους μήνες, να προχωρήσει ο τελικός σχεδιασμός και να φθάσουμε εγκαίρως στην υπογραφή του νέου Συμφώνου Εταιρικής Σχέσης. Ταυτόχρονα, η κυβέρνηση επεξεργάζεται το τελικό σχέδιο του εθνικού σκέλους για το Ταμείο Ανάκαμψης (από τις επιπτώσεις του κορωνοϊού), που θα αποστείλει στις Βρυξέλλες. Και τα δύο κείμενα, που δεν είναι τελικά, η κυβέρνηση τα κρατά «μυστικά» όσον αφορά τις λεπτομέρειες τους και εμπιστευτικά στο χειρισμό τους, ενώ κάνει κάποιες επιμέρους διαρροές για το περιεχόμενο, για να «μετρήσει» αντιδράσεις.

Πως προχωρά ο σχεδιασμός για το Ταμείο Ανάκαμψης

Για το Ταμείο Ανάκαμψης τα πράγματα είναι ακόμη θολά. Η κυβέρνηση παρουσίασε εσωτερικά ένα προσχέδιο στα τέλη Αυγούστου και επί αυτού συνεχίζονται οι συζητήσεις και οι διαπραγματεύσεις. Σύμφωνα με πληροφορίες της EURACTIV.gr, οι απαιτήσεις των Υπουργείων σε πολλούς τομείς υπερβαίνουν τα διαθέσιμα χρήματα και δεν είναι σύμφωνες προς τις κατευθύνσεις της ΕΕ. Θυμίζουμε ότι βασικοί άξονες του Ταμείου Ανάκαμψης είναι ο ψηφιακός μετασχηματισμός και η κλιματική προσαρμογή. Για παράδειγμα, στο Εθνικό Σχέδιο, πληροφορίες αναφέρουν ότι ενώ οι «πράσινες δράσεις» θα καλύψουν περίπου το 30% του προγράμματος, στο σχεδιασμό είναι διαθέσιμα περίπου 7,5 δις ευρώ και μόνο ένα υπουργείο ζητά τα 5,5 από αυτά! Και πολλές δράσεις είναι «πράσινες» μόνο κατ' όνομα: για παράδειγμα έργα υποδομής και κτίρια βαφτίζονται «πράσινα» βάζοντας απλά αρχές βιοκλιματικού σχεδιασμού ή υλικά φιλικά στο περιβάλλον κλπ. Η κατανομή των πόρων μεταξύ των σχεδίων των ενδιαφερόμενων υπουργείων αποτελεί πονοκέφαλο τις τελευταίες εβδομάδες σε διάφορα επίπεδα του κυβερνητικού επιτελείου.

Γενικότερα, από τις συνδυασμένες πληροφορίες από πολλές πηγές, η κυβέρνηση φαίνεται να πελαγοδρομεί ανάμεσα στο ποια έργα και ποιες δράσεις θα ενταχθούν στο Ταμείο Ανάκαμψης και ποια/ποιες στο ΕΣΠΑ. Αλλά η ώρα των τελικών αποφάσεων πλησιάζει γοργά...

Νέα αρχιτεκτονική ΕΣΠΑ

Η EURACTIV.gr αποκαλύπτει ότι το νέο ΕΣΠΑ θα συνοδεύεται από λίγες αλλά μεγάλες αλλαγές στον σχεδιασμό και την αρχιτεκτονική. Άλλωστε με ρεπορτάζ μας από τις αρχές Ιουλίου ειδικά για το θέμα των έργων αποβλήτων (με αφορμή τη ΣΔΙΤ Πελοποννήσου) είχαμε αναδείξει - πρώτοι και μόνοι από τα ελληνικά ΜΜΕ - σοβαρούς προβληματισμούς της Κομισιόν που οδηγούν εν τέλει σε αλλαγές στην αρχιτεκτονική του ΕΣΠΑ. Η πλέον σημαντική, σε συμβολικό αλλά και ουσιαστικό-διαχειριστικό επίπεδο, αλλαγή του νέου ΕΣΠΑ, είναι το σπάσιμο σε δύο ξεχωριστά Επιχειρησιακά Προγράμματα των Έργων Υποδομής (Μεταφορές) και των Έργων Περιβάλλοντος (Περιβάλλον - Ενέργεια - Κλιματική Αλλαγή). Και αυτό γιατί το σχήμα κοινού ΕΠ για δύο εξαιρετικά διαφορετικά και αλληλοσυγκρουόμενα πολλές φορές αντικείμενα (δημόσια έργα - περιβάλ-



λον) απεδείχθη αποτυχημένο. Σύμφωνα με πληροφορίες της EURACTIV.gr μόλις οριστικοποιηθεί το σχέδιο του νέου ΕΣΠΑ θα έρθει και σχετικό νομοσχέδιο για τη νέα δομή του.

Πως θα καταναμηθεί το νέο ΕΣΠΑ - τα νέα Επιχειρησιακά Προγράμματα

Στο κομμάτι του αρχικού, επιτελικού σχεδιασμού του νέου ΕΣΠΑ τα πράγματα είναι πιο προχωρημένα και συντεταγμένα. Αυτό πιστώνεται στη συστηματική δουλειά που έχει γίνει από την ομάδα του Υφυπουργού Ανάπτυξης και Επενδύσεων Γιάννη Τσακίρη με την αποφασιστική συμβολή του Γενικού Γραμματέα Δημήτρη Σκάλκου, υπό την εποπτεία του Υπουργού Άδωνι Γεωργιάδη. Σύμφωνα με πηγές του Υπουργείου Ανάπτυξης, καθοριστικό ρόλο στα κείμενα σχεδιασμού έπαιξε ολόκληρη η πολυπληθής ομάδα στελεχών που επιστρατεύτηκαν υπό τον Γιάννη Τσακίρη για την προετοιμασία του σχεδίου του νέου ΕΣΠΑ, με ξεχωριστή σημασία να αποδίδεται στη συμβολή του Αλέκου Κρητικού, παλαιού στελέχους της Ευρωπαϊκής Επιτροπής και με μακρά εμπειρία στα διαρθρωτικά ταμεία αλλά και στο περιεχόμενο ειδικής μελέτης του ΟΟΣΑ που ζήτησε το Υπουργείο.

Ωστόσο, από το ΥΠΑΝΕΠ είναι επιφυλακτικοί, ακόμη, στην ανακοίνωση λεπτομερειών. Τόσο για τη δομή όσο και για την αρχιτεκτονική του νέου ΕΣΠΑ, ποσώς μάλλον για πιθανή λίστα έργων. Πάντως, ήδη η κυβέρνηση έχει επιβεβαιώσει επισήμως και δημοσίως, με ανακοινώσεις του ΥΠΕΝ, την ύπαρξη ξεχωριστού επιχειρησιακού προγράμματος για την απολιγνιτοποίηση και τη δίκαιη μετάβαση που θα αφορά ειδικά της περιοχές που πλήττονται από την απόσυρση των λιγνιτικών μονάδων: Δυτική Μακεδονία και Μεγαλόπολη.

Στο κείμενο 122 σελίδων της κυβέρνησης προς την Κομισιόν περιλαμβάνονται, όπως έχει επιβεβαιώσει η EURACTIV.gr από υψηλόβαθμες πηγές του Υπουργείου Ανάπτυξης αλλά και των Βρυξελλών, τα εξής επιχειρησιακά προγράμματα:

6+1 τομεακά επιχειρησιακά προγράμματα του νέου ΕΣΠΑ:

(1) Ανταγωνιστικότητα - Επιχειρηματικότητα, Είναι το σημερινό ΕΠΑΝΕΚ που θα συνεχίσει με σχεδόν τις ίδιες στοχεύσεις και δράσεις, κυρίως για τη στήριξη της Επιχειρηματικότητας.

(2) Ανθρώπινο δυναμικό - Καταρτίσεις - Εκπαίδευση - Ενεργητικές πολιτικές απασχόλησης,

Συνεχίζει και το ΕΠ που καλύπτει τόσο τα προγράμματα του Υπουργείου Εργασίας όσο και του

Υπουργείου Παιδείας.

(3) Ψηφιακός μετασχηματισμός (το σύνολο των ψηφιακών και ευρωζωνικών, πλην της επιχειρηματικότητας),

Ξεχωριστό πρόγραμμα, μιας και αποτελεί προτεραιότητα τόσο σε εθνικό όσο και σε ευρωπαϊκό επίπεδο, για τις ψηφιακές δράσεις. Θυμίζουμε ότι ήδη το Υπουργείο Ψηφιακής Διακυβέρνησης έχει πάρει τις αρμοδιότητες και για τα έργα πληροφορικής στο τρέχον ΕΣΠΑ, οπότε η εξέλιξη ήταν αναμενόμενη. Εδώ θα ενταθούν και οι δράσεις ενίσχυσης του δημόσιου τομέα.

(4) Ενιαίο σχέδιο δίκαιης αναπτυξιακής μετάβασης,

Σημαντική αλλαγή με το παρελθόν είναι η δημιουργία ειδικού ΕΠ για την αντιμετώπιση των συνεπειών της απολιγνιτοποίησης: κοινωνικών, οικονομικών και άλλων.

(5) Περιβάλλον - Ενέργεια - Κλιματική αλλαγή (συμπεριλαμβανομένης της πολιτικής προστασίας)

Σημαντική αλλαγή σε σχέση με το παρελθόν η ανεξαρτητοποίηση του περιβάλλοντος από τις υποδομές αλλά και παράλληλα η ένταξη της ενότητας της πολιτικής προστασίας σε τοτό. Πρακτικά, το ΕΠ θα καλείται να χρηματοδοτήσει όχι μόνο ενεργειακές και περιβαλλοντικές δράσεις όπως στην προηγούμενη και τρέχουσα προγραμματική περίοδο, αλλά και ανάγκες για έργα και δράσεις αντιμετώπισης της κλιματικής αλλαγής και των επιπτώσεων της (διάβρωση ακτών, ερημοποίηση-λειψυδρία, δασικές πυρκαγιές κλπ)

(6) Μεταφορές

Εδώ θα ενταχθούν όλα τα έργα υποδομών - δημόσια έργα όπως οδοποιία, σιδηροδρομικές και αεροπορικές μεταφορές, λιμάνια κλπ

Ειδικά στα δύο τελευταία προγράμματα, μένει να αποσαφηνιστεί μετά τις παρατηρήσεις της Κομισιόν αν τελικά οι δράσεις βιώσιμης κινητικότητας και πράσινων μεταφορών θα ενταχθούν στο ΕΠ μεταφορές ή στο αντίστοιχο για το περιβάλλον και την Κλιματική Αλλαγή. Ρόλο θα παίξει σε αυτό και ποιες δράσεις θα ενταχθούν τελικά στο Ταμείο Ανάκαμψης, καθώς οι ανάγκες είναι μεγάλες.

Ακόμη όπως και σήμερα, θα δημιουργηθεί ένα ξεχωριστό ΕΠ για τα προγράμματα εδαφικής (διασυνοριακής) συνεργασίας (Interreg κλπ).

Τέλος, ακολουθούν τα 13 περιφερειακά προγράμματα της χώρας, δηλαδή τα ΕΠ: Ανατολικής Μακεδονίας - Θράκης, Κεντρικής Μακεδονίας, Δυτικής Μακεδονίας, Ηπείρου, Θεσσαλίας, Στερεάς Ελλάδας, Δυτικής Ελλάδας, Ιονίων Νήσων, Πελοποννήσου, Αττικής, Βορείου Αιγαίου, Νοτίου

Αιγαίου και Κρήτης. Αναμένεται ενίσχυση της περιφερειακής πολιτικής, καθώς πλέον οι 13 περιφέρειες θα μπορούν να διαχειριστούν σημαντικά αυξημένους πόρους, που αντιστοιχούν περίπου στο 1/3 των συνολικών πόρων του νέου ΕΣΠΑ.

Τα ερωτηματικά

Σημειώνουμε ότι άλλες πηγές της EURACTIV.gr τόσο στις Βρυξέλλες όσο και στην Αθήνα επιμένουν ότι προωθούνται ή εξετάζονται και ορισμένα μικρότερα ή εξειδικευμένα Επιχειρησιακά Προγράμματα για τη νέα προγραμματική περίοδο, όπως:

ΕΠ Τεχνικής Βοήθειας: Η τεχνική Βοήθεια, δηλαδή οι σύμβουλοι και τα εργαλεία που χρησιμοποιεί το κράτος για την οργάνωση και αξιοποίηση όλου του ΕΣΠΑ, αποτελούν πάντα βασικό στοιχείο του σχεδιασμού μιας προγραμματικής περιόδου, με βάση τις κατευθύνσεις της ΕΕ. Επομένως Τεχνική Βοήθεια τα υπάρχει και στο νέο ΕΣΠΑ. Εδώ όμως, η τελική απόφαση θα ληφθεί με βάση την πολιτική απόφαση μεταξύ Αθηνών και Βρυξελλών ανάμεσα στην επιλογή ξεχωριστού Επιχειρησιακού Προγράμματος και στην επιλογή ύπαρξης ξεχωριστής θεματικής Τεχνικής Βοήθειας σε κάθε επιχειρησιακό πρόγραμμα.

ΕΠ τύπου ΕΒΥΣ: Η Ελλάδα έτρεξε στο μέσο της τρέχουσας προγραμματικής περιόδου ένα μικρό νέο επιχειρησιακό πρόγραμμα, το επονομαζόμενο ΕΒΥΣ (Επιιστιοτική και Βασική Υλική Συνδρομή), με πόρους από το Ταμείο Ευρωπαϊκής Βοήθειας προς το Απόρους του Ευρωπαϊκού Κοινωνικού Ταμείου, που βασίζεται στον κανονισμό FEAD της ΕΕ. Ο FEAD στις Βρυξέλλες γνωρίζεται ήδη νέα δυναμική (έχουν εγκριθεί τροποποιήσεις) και αποτελούν βραχίονα της αντίδρασης της ΕΕ στην κρίση του κορωνοϊού. Οι αλλαγές που γίνονται ε αυτό το σημείο πιθανότατα δεν λήφθηκαν υπόψη στη σύνταξη του εθνικού σχεδίου του νέου ΕΣΠΑ και μένει να δούμε αν θα αποτελέσουν ξεχωριστό επιχειρησιακό πρόγραμμα.

Και κάποια προβλήματα

Η Πολιτική Συνοχής της ΕΕ με τα ταμεία της θα συνεχίσει να είναι κύριος αρωγός της Ελλάδας, όπως και όλων των περιφερειών, στη νέα προγραμματική περίοδο. Όμως η EURACTIV.gr πληροφορείται ότι - όχι μόνο στην Αθήνα αλλά και - στις Βρυξέλλες, συζητείται ήδη ότι οι προτάσεις της Ελλάδας δεν κάνουν ξεκάθαρο τί θα ενταχθεί στον έναν άξονα (ΕΣΠΑ) και τί στον άλλο (Ταμείο Ανάκαμψης), γεγονός που δημιουργεί προβληματισμό, καθώς δεν υπάρχει ξεκάθαρη κατεύθυνση για κανένα από τα δύο. Αυτό όμως δεν είναι μόνο πρόβλημα της Αθηνών, καθώς ήδη το Ευρωπαϊκό Ελεγκτικό Συνέδριο σημείωσε ως αδυναμία της ΕΕ το ότι οι διαδικασίες για τα δύο αυτά σκέλη γίνονται ταυτόχρονα χωρίς ξεκάθαρους κανόνες. Τέλος, από το κλίμα που μεταφέρεται από τις Βρυξέλλες στην EURACTIV.gr διαφαίνεται μια ενόχληση σε γραφειοκρατικό επίπεδο για την ιδιαίτερη έμφαση που δίνεται και πάλι από την Ελλάδα σε δράσεις Μικρομεσαίων Επιχειρήσεων, καθώς εκεί επιθυμούν μεγάλα έργα που να «τραβούν» και ιδιωτική χρηματοδότηση και να έχουν πιο εύκολη διαχείριση - κάτι όμως που βρίσκεται μακριά, πολλές φορές, από τις ανάγκες της ελληνικής οικονομίας.



Αυτό το άρθρο δημοσιεύεται στο πλαίσιο του έργου «Η Συστή διπλα μας με την οικονομική υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Τα άρθρα των δημοσιογράφων στο πλαίσιο του έργου «Η Πολιτική Συνοχής διπλα μας» είναι ανεξάρτητα από τις απόψεις της ΕΕ και το περιεχόμενο δεν αντικατοπτρίζει απαραίτητα τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης.



Ερωτικό

Οδηγείς...
σε χαζεύω,
Οδηγώ...
Το χέρι μου κρατάς,
Σε γκρεμούς
κοιτάζουμε γελάμε,
θυμάσαι;
"ανθρωπάκια"
που αφεθήκαμε
μας έσπρωξαν...
και εμείς
βγάλαμε φτερά,

με χέρια ενωμένα,
κάνεις την ζωή
να μοιάζει
με θέα από ψηλά,
σε ένα κόσμο πάνω απ' τα σύννεφα,
όπου οι λέξεις
είναι λίγες
σε συναισθήματα,

με Άνθρωπους,
που αξίζει
μαζί τους να πετάς !!!

- Σπύρος Δ Κατσιγιαννης - (2020)



Σαν αποκάλυψη

Το χρώμα του ουρανού
πολύ περίεργο,
ήταν η ώρα που είχε μόλις δύσει ο
ήλιος
και κάπως χρυσαφιά, μαβιά
ήταν τα σύννεφα
και η θάλασσα άγρια
και μανιασμένα ήταν τα κύματα

Ήταν η μέρα που με πρωτοφίλησες
σαν αποκάλυψη ήτανε το τοπίο
κάτι κακό νόμισα πως θα ρχότανε
μα ήταν τελικά σαν από εικόνες
ενός αξέχαστου και υπέροχου ονείρου

Νανά Μπροδήμα. Ποιητική συλλογή

«Στα απόκρυφα μονοπάτια της καρδιάς»

εκδόσεις Όστρια, Ιούλιος 2014



Θέλω να τρέξω

να σε δω
μόνο κοίταξε με

Πες μου αν είσαι
θάλασσα
ή άνεμος στο κύμα ...
Πού ταξιδεύεις ...
Γιατί είναι στο άπειρο
το βλέμμα σου ...
Εκεί δε βλέπεις
το γαλάζιο
της θάλασσας

Ακολούθησε
την αύρα του καλοκαιριού
Τα χρώματα

που βλέπεις
είναι ουρανός στη γηΜα φεύγεις πάντα
όταν έρχομαι ...
Αλλά εσύ υπάρχεις
Ακολουθώ
τα βήματα σου ...
Στη σκέψη σου
αυτά χάνονται ...Και εγώ είμαι στο τίποτα
Το απόλυτο κενό
είναι η απουσία σου ...
Όλα έχουν χαθείΣτην αγάπη
δεν υπάρχει λογική ...Είναι μία δύναμη
που μπορεί να κάνει
τα μεγαλύτερα ταξίδια
σε γαλαξίες
που δεν έφτασες
ποτέ ...Αλλά ...μπορεί
να ναυαγήσεις στη
μοναξιά σου ...Ιωάννης Σκούρας
18 - 07 - 2020

Σάματις, κατά γης σερνότανε;



Τεράστιο το θέμα της καθαριότητας και της συντήρησης των τροφίμων, ακόμα και στις μέρες μας, που παρά την αυστηροποίηση των όρων υγιεινής, παραμένει ακόμα επίκαιρο. Παλιά, που δεν υπήρχαν τα ψυγεία, υπήρχαν διάφορες πρακτικές μέθοδοι, όπως το πάστωμα με αλάτι, το κάπνισμα, το λιάσιμο, κ.ά. Ο κόσμος φρόντιζε να καταναλώνει άμεσα κρέατα και γαλακτοκομικά*, και για προσωρινή προστασία μέχρι την κατανάλωση, χρησιμοποιούσαν στα σπίτια το φανάρι, για να αερίζονται τα τρόφιμα, και με την ψηλή σίτα που καλυπτόταν, να προφυλάσσονται από τις μύγες και τα άλλα ζούδια, υπάμενα ή έρποντα. Κάπου κατά την δεκαετία του '50, άρχισε να μπαίνει στα σπίτια μας το ψυγείο του πάγου. Γεννημένος το 1956, θυμάμαι, σαν όνειρο, τον παγοπώλη, που έφερνε από το Άργος στη Δαλαμανάρα τις κολώνες τον πάγο από τα ψυγεία (Λέκκας, Καράμπελας). Ακολούθησαν τα ηλεκτρικά ψυγεία και εξαπλώθηκαν, ειδικά όταν περί τα τέλη του '60, αρχές '70, ολοκληρώθηκε το ηλεκτρικό δίκτυο της χώρας. Πάντα, όμως, υπήρχε και διατηρείται ακόμα, η φοβία ως προς την ποιότητα, την καθαριότητα και την σωστή συντήρηση των τροφίμων, ειδικά των ευαίσθητων (κρέατα, ψάρια, τυριά). Φοβία που έλκει τις ρίζες της από το παρελθόν, για αντικειμενικούς λόγους συντήρησης, αλλά και που εδράζεται στην κακή νοοτροπία κάποιων επαγγελματιών (χασαπάδων, μπακάληδων, ιχθυοπωλών). Το περιστατικό συνέβη σε χασάπικο ημιορεινής κωμόπολης της Φθιώτιδας, κάπου την δεκαετία του '70. Ο κύριος Ηλίας, που ήταν από τα μέρη αλλά έμενε και εργαζόταν στην Αθήνα, είχε πάει για διακοπές και πεθύμησε να φάει

ντόπιο κρέας. Κίνησε, λοιπόν, για το χασάπικο του Μήτσου. Βρήκε το μαγαζί ανοικτό αλλά δεν έβλεπε μέσα τον χασάπ. Έβαλε μια φωνή και άκουσε την απάντηση από το... «μέρος». Ο Μήτσος έκανε το «ψιλό» του. Όταν βγήκε – βρύση μέσα δεν ακούστηκε – τον είδε να ανεβάζει το φερμουάρ του παντελονιού και στη συνέχεια να σκουπίζει τα χέρια του στην ποδιά του.
-Τι να σου βάλω κυρ Ηλία;
-Έχεις ντόπιο χοιρινό;
-Μόλις σφάξαμε.
-Κόψε τέσσερις μπριζόλες καρέ.
Έβαλε το χοιρινό ο Μήτσος στον πάγκο και άρχισε να κόβει τις μπριζόλες. Ο κύριος Ηλίας τον κοίταξε με φρίκη και παρατήρησε:
-Καλά, πήγες στην τουαλέτα για κατούρημα, έπιανες το πουλί σου και τώρα μου πίνεις το κρέας που θα φάω;
-Μα το πουλί μου είναι καθαρό!
-Πώς είναι καθαρό;
-Σάματις, κατά γης σερνότανε;
Το μεσημέρι, ο γερμανικός ποιμενικός του κυρίου Ηλίας έκανε «πάρτι» με τις χοιρινές μπριζόλες. Αυτός με την γυναίκα του βάλανε και φάγανε φακές. Που έχουν και σίδηρο και είναι υγιεινές!
.....
*Όσον αφορά τα αλιεύματα, εκείνη την εποχή, τα φρέσκα μπαίναν αμέσως στο τηγάνι. Στα δε χωριά είχε την τιμητική του, αποκλειστικά, ο παστός μπακαλιάρος.
.....
Τα κείμενα του Γιώργου Ν. Μουσταίρα τα βρίσκετε και στο προσωπικό του blog: rebetaskeri.blogspot.com.

Η ποδηλασία μειώνει το stress και σε κάνει πιο υγιή

Όταν ένας οργανισμός βρεθεί σε κατάσταση stress, οι καρδιακοί παλμοί αυξάνονται, τα κύτταρα μεταφέρουν ορμόνες στο αίμα για να ενισχύσει τους μύες, η παραγωγή αδρεναλίνης πολλαπλασιάζεται και γενικά ολόκληρο το σώμα βρίσκεται σε κατάσταση ετοιμότητας. Σπανίως, όμως, συμβαίνει κάτι, με συνέπεια να δίδεται... άκρος συναγερμός.

Αυτή η λειτουργία έχει επιπτώσεις στον μεταβολισμό άμεσα και έμμεσα, αφού πολλές φορές σε τέτοιες καταστάσεις ο άνθρωπος επισκέπτεται το... ψυγείο!

Μία ιδανική λύση για να διοχετευθεί η ενέργεια που παράγεται από το stress, αντί για τον κοντινότερο αυτόματο πωλητή είναι φυσικά το ποδήλατο, δηλαδή μία αεροβική άσκηση στην οποία καταναλώνονται τα αυξημένα αποθέματα αδρεναλίνης και με την οποία αυξάνεται η παραγωγή ενδορφίνης (θετικό χημικό του οργανισμού που μειώνει το άγχος) και μειώνεται η παραγωγή κορτιζόλης.

Ένα σώμα κι ένας οργανισμός που λειτουργεί καλά, επιτρέπει ευκολότερο κάψιμο θερμίδων. Τα ιατρικά οφέλη του ποδηλάτου είναι γνωστά. Η ορθή καρδιαγγειακή λειτουργία αποτελεί τη βάση για το κάψιμο του επιπλέον λίπους που εγγυάται η χρήση ποδηλάτου.

Επιπλέον, όταν και μόνο λίπος, τότε έχεις τη δυνατότητα ακόμη και να αυξήσεις τις ποσότητες του καθημερινού φαγητού, έστω και για λίγο. Ωραία όλα αυτά, πώς όμως βάζουμε το ποδήλατο στη ζωή μας;

Ποιοί είναι οι τρόποι χρήσης του ποδηλάτου;

Μην βλέπεις το ποδήλατο μόνο σαν μέσο γυμναστικής! Είναι πολλά παραπάνω.

Το ποδήλατο σαν hobby

Οργάνωσε καθημερινά μία μικρή βόλτα διάρκειας 30-60 λεπτών.

Το ποδήλατο ως μεταφορικό μέσο
Χρησιμοποίησε το ποδήλατό σου για να πας στη δουλειά, το σχολείο ή τη σχολή σου ή να επισκεφθείς κάποιο φίλο. Μην ξεχνάς ότι το τρένο και το μετρό είναι φιλικά προς τη χρήση ποδηλάτου και επιτρέπεται η μεταφορά τους υπό προϋποθέσεις.

Το ποδήλατο ως μέσο διασκέδασης με τους φίλους ή την οικογένεια

Οργάνωσε βόλτα στην ύπαιθρο με την οικογένεια και τους φίλους. Μην ξεχάσεις το γνωστό καρό τραπεζομάντιλο και τα σαντουϊτσάκια. Μετά το πέρας της βόλτας ακολουθεί...πικνικ!



Όποιον τρόπο και να επιλέξεις, ξεκίνα σε κάθε περίπτωση ήπια. Σταδιακά, αύξησε τις αποστάσεις και όταν νιώσεις έτοιμος πάρε μέρος και σε κάποια εκδήλωση ή, γιατί όχι, και αγώνα. Βάλε το στόχο σου και αφοσίωσου σε αυτόν, ώστε να έχεις κίνητρο για συχνή προπόνηση.

Έχε υπόψη σου ότι:

Η απώλεια μισού κιλού ισοδυναμεί με 3.500 θερμίδες. Άρα για να χάνεις μισό κιλό την εβδομάδα, θα πρέπει να καις 500 θερμίδες την ημέρα.

Για ακόμη καλύτερα αποτελέσματα ακολουθήστε κάποιο εξειδικευμένο πρόγραμμα ποδηλασίας σαν το παρακάτω.

Το καλό με το ποδήλατο είναι ότι μπορείς να το χρησιμοποιήσεις ως μέσο μεταφοράς, μέσο διασκέδασης, αλλά και μέσο προπόνησης.

Προπονητικό πρόγραμμα ποδηλασίας για απώλεια βάρους

Αρχικά, κάνε ποδήλατο στο ρυθμό που σε βολεύει και σε κάνει να νιώθεις ενεργός. Σε αυτό το στάδιο της εξοικείωσης μην σε απασχολεί η ένταση.

Καθώς προοδεύεις, σου προτείνουμε 2 επιλογές:

Επιλογή 1: Ήπιες μεσαίες ή μεγάλης απόστασης διαδρομές με σταθερό πετάλι. Σε αυτές τις διαδρομές, που μπορείς ακόμη και να συζητάς με άλλους ποδηλάτες, βελτιώνεσαι στο συνεχές πεταλάρισμα, καίγοντας ταυτόχρονα λίπος.

Επιλογή 2: Υψηλής έντασης διαλειμματική προπόνηση. Που σημαίνει πολύ έντονο πετάλι για μικρά διαστήματα με ενδιάμεσα διαλείμματα. Αυτή η προπόνηση στοχεύει στη βελτίωση του μεταβολισμού της γλυκόζης καθώς και στην καύση λίπους. Υπάρχει ένα θεματάκι όμως εδώ:

Επειδή σε αυτόν τον τύπο προπόνησης ο οργανισμός καίει υδατάνθρακες θα πρέπει την ημέρα αυτής της προπόνησης να αναπληρώνεις τους

χαμένους υδατάνθρακες. Και κάπου εδώ ξεκινάει το debate για το ποια επιλογή είναι η καλύτερη...

Η απάντηση μας είναι απλή: «Παν μέτρον άριστον».

Συμπέρασμα;

Για να έχεις τα βέλτιστα αποτελέσματα ακολουθήσε και τους 2 προτεινόμενους τρόπους προπόνησης μέσα στην εβδομάδα. Με αυτό τον τρόπο θα δυναμώσεις χάνοντας κιλά και θα διατηρήσεις το ενδιαφέρον σου και την προσύλωση στο στόχο σου, λόγω της ποικιλίας των προπονήσεων.

Δες εδώ πώς θα τα καταφέρεις	Μέρα	Άσκηση	Χρόνος	Θερμίδες
1 Σταθερό πετάλι σε μέτρια ένταση (~21 κλμ/ω)	45 λεπτά	450 θερμίδες		
2 Sprinting στο γυμναστήριο	60 λεπτά	800 θερμίδες		
3 Μεγάλη απόσταση σε χαλαρή ένταση (~18 κλμ/ω)	90 λεπτά	700 θερμίδες		
4 Ξεκούραση	-	-		
5 Υψηλής έντασης διαλειμματική προπόνηση	30 λεπτά	300 θερμίδες		
6 Σταθερό πετάλι σε μέτρια ένταση (~21 κλμ/ω)	45 λεπτά	450 θερμίδες		
7 Ξεκούραση	-	-		

Ποδήλατο + ισορροπημένη διατροφή = Απώλεια βάρους με μακροχρόνια επιτυχία
Με τα παραπάνω θα προσαρμοστείς σε ένα πρόγραμμα άσκησης πολύ πιο εύκολα από ό,τι θα περίμενες.

Οπότε τώρα είσαι έτοιμος να χάσεις κιλά;

Όχι ακριβώς...

Τα πράγματα καλώς ή κακώς έχουν ως εξής:

Η αύξηση της φυσικής δραστηριότητας σε συνδυασμό με μία ισορροπημένη διατροφή, χωρίς υπερβολικές στερήσεις καθιστά εφικτή την απώλεια βάρους. Μισό με ένα κιλό ανά εβδομάδα είναι ο υγιής ρυθμός απώλειας που προτείνεται από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας.

Σύμφωνα με μελέτες, δίαιτες που αποδίδουν απώλεια βάρους μεγαλύ-

τερη του ενός κιλού ανά εβδομάδα δεν έχουν μακροχρόνια επιτυχία.

Γιατί συμβαίνει αυτό;

Όταν ο ρυθμός απώλειας βάρους είναι πολύ γρήγορος, ο οργανισμός αντιλαμβάνεται την κατάσταση που βρίσκεται σαν κατάσταση παρατεταμένης νηστείας. Βρίσκεται, σα να λέμε, σε κατάσταση έκτακτης ανάγκης. Γι' αυτόν ακριβώς το λόγο προσαρμόζει τις λειτουργίες του σε αυτήν την έκτακτη κατάσταση.

Τι συμβαίνει ακριβώς;

Ο μεταβολισμός μειώνεται στα χαμηλότερα δυνατά επίπεδα. Ταυτόχρονα περιορίζεται δραματικά η κατανάλωση λιπαρών οξέων ως πηγή ενέργειας. Αντί των λιπαρών οξέων που ενεργοποιούνται από τον λιπώδη ιστό, η ενέργεια παρέχεται σε μεγάλο ποσοστό από τα αμινοξέα που εδράζονται στις πρωτεΐνες των μυϊκών κυττάρων.

Με απλά λόγια:

Περιορίζουμε την καύση λίπους και αυξάνουμε την καύση μυϊκής μάζας. Για τους παραπάνω λόγους λοιπόν σου προτείνουμε μία υγιή, σταθερή απώλεια βάρους που θα βασίζεται στην ισορροπημένη διατροφή και τη φυσική δραστηριότητα.

Ποιά είναι τα μυστικά;

Οφέλη της ποδηλασίας

Το φαγητό είναι το καύσιμο για το σώμα σου. Για να κρατήσεις το σώμα σου πλήρως ενεργό και στο maximum των δυνατοτήτων του, οργάνωσε τα γεύματά σου.

Συγκεκριμένα:

Κάνε μικρά και συχνά γεύματα ανά 3-4 ώρες, κατανάλωσε άφθονο νερό, επέλεξε προϊόντα ολικής άλεσης, φρούτα και λαχανικά που θα σου δώσουν ενέργεια. Click to Tweet

Απόφυγε τις επεξεργασμένες-προπαρασκευασμένες τροφές. Πριν την άσκηση κατανάλωσε πάντα υδατάνθρακες (φρούτα, γαλακτοκο-

μικά, προϊόντα ολικής άλεσης) που προσφέρουν ενέργεια.

Μετά την άσκηση κατανάλωσε σύνθετο γεύμα με υδατάνθρακες αλλά και πρωτεΐνες για μυϊκή αποκατάσταση και αποφυγή εξάντλησης.

Η απώλεια βάρους για πολλούς είναι ένας στόχος που τίθεται κάθε χρόνο, αλλά δεν επιτυγχάνεται πάντα. Διαλέγοντας το σωστό δρόμο... δηλαδή επιλέγοντας το ποδήλατο, και σπλισημένος με επιμονή και υπομονή μπορείς να κάνεις τη διαφορά!

Η απώλεια βάρους με σύμμαχο το ποδήλατό σου μπορεί να είναι full διασκεδαστική και το καλύτερο πράγμα που μπορείς να κάνεις για τον εαυτό σου! Δεν μας πιστεύεις; Δες το παρακάτω βίντεο και θα ξεκινήσεις σίγουρα την προπόνησή σου γεμάτος (μεταδοτικό) ενθουσιασμό!

4 Bonus Tips

Κάνε ένα καλό πρωινό γεύμα πριν την προπόνηση και γέμισε με τα απαραίτητα «καύσιμα», προκειμένου στην πορεία να «κάψεις» λίπος αποτελεσματικά.

Μείωσε τη γλυτένη στη διατροφή σου για να αποφύγεις ανεπιθύμητα συμπτώματα κατά τη διάρκεια της ποδηλασίας, όπως το φούσκωμα.

Κατανάλωσε μικρά snack κατά τη διάρκεια της διαδρομής. Αυτό θα εξισορροπήσει την διάθεση σου για φαγητό μετά τη διαδρομή, ενώ θα βελτιώσει και την απόδοσή σου, ιδιαίτερα σε μεγάλες αποστάσεις.

Βάλε τα δυνατά σου και πίεσε παραπάνω τον εαυτό σου λίγο πριν το τέλος! Με αυτό τον τρόπο ο οργανισμός σου θα συνεχίσει να καταναλώνει οξυγόνο και μετά την προπόνηση, με αποτέλεσμα να συνεχιστεί και η καύση του λίπους.

Με όλα τα παραπάνω tips, η απώλεια βάρους γίνεται παιχνιδάκι κάθοντας ποδήλατο!

Πηγή: bikesports.gr

Κυλικείο, μια μαθητική επιχείρηση



**Της Δήμητρας
Τούντα,**

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

Στα παιδιά της σχολικής ηλικίας, σημαντικός παράγοντας που επηρεάζει την ποιότητα της διατροφής τους είναι τα τρόφιμα που διατίθενται και στη συνέχεια αγοράζονται από τα κυλικεία των σχολείων. Οι μέχρι σήμερα μελέτες δείχνουν ότι οι μαθητές συνήθως προτιμούν στα κυλικεία τρόφιμα πλούσια σε λίπος, στις περισσότερες περιπτώσεις κακής ποιότητας και ζάχαρη.

Όσον αφορά τα είδη τα οποία επιτρέπεται να πωλούνται στα σχολικά κυλικεία, υπάρχει συγκεκριμένο νομοθετικό πλαίσιο το οποίο καθορίζει ρητά να διατίθενται τα παρακάτω:

- Σάντουιτς και τoστ:
- α. σάντουιτς με τυρί,
- β. τoστ με τυρί.
- Προαιρετική η προσθήκη μαργαρίνης και εποχιακών λαχανικών (π.χ. ντομάτα, μαρούλι)
- Ψωμί τύπου 90%
- Τυριά ελληνικής παραγωγής.
- Ψωμί πολυτελείας σε συσκευασία.
- Κουλούρι σμίτιο.
- Σταφιδόψωμο, σε ατομική συσκευασία.
- Φρυγανιές, σε μικρές συσκευασίες.
- Γάλα παστεριωμένο, σε ατομική συσκευασία.
- Γιαούρτι (χωρίς ζάχαρη ή άλλες προσμίξεις).
- Φρούτα εποχής, πλυμένα, τυλιγμένα σε σελοφάν.
- Φυσικοί χυμοί φρούτων (χωρίς ζάχαρη).
- Ξηροί καρποί (σε μικρή συσκευασία)
- Τυρόπιτα - Σπανακόπιτα, πολύ καλής ποιότητας.
- Τσάι και λοιπά αφεψήματα.
- Καφές (μόνο για το προσωπικό).

Τα τρόφιμα αυτά θεωρούνται, σύμφωνα με το νόμο, τα πιο ενδεδειγμένα για την προστασία της υγείας των μαθητών. Η ύπαρξη άλλων προϊόντων μέσα στα κυλικεία απο-

τελεί παράβαση του σχετικού νόμου και αιτία για καταγγελία της σχετικής σύμβασης. Προκύπτουν όμως σημαντικά ερωτήματα σε σχέση με την συνιστώμενη ποιότητα αυτών των τροφίμων. Καταρχήν, δεν διευκρινίζεται ποιο είναι το επιτρεπόμενο ποσό υδρογωμένων λιπαρών οξέων, που μπορούν να υπάρχουν στις χρησιμοποιούμενες μαργαρίνες. Έπειτα, δεν διευκρινίζεται ποια πρέπει να είναι η ποιότητα του ψωμιού και των αρτοσκευασμάτων, που αναφέρονται στην παραπάνω λίστα (π.χ. λευκό, μαύρο ή πιτυρούχο). Τέλος, δεν γίνεται αναφορά στο συνολικό ποσό λιπαρών που επιτρέπεται να διατίθενται από το κυλικείο και κατ'επέκταση δε γίνεται σύσταση για διάθεση γαλακτοκομικών με λίγα λιπαρά, ούτε γίνεται αναφορά στην ποιότητα των λιπαρών (π.χ. προτίμηση ελαιολάδου για όλες τις χρήσεις).

Επειδή το κυλικείο είναι ένας χώρος πολύ σημαντικός για την σχολική υγεία και μπορεί να λειτουργήσει ως φορέας προαγωγής της υγείας των μαθητών και των διδασκόντων, προωθώντας ένα υγιεινό μοντέλο διατροφής, χρειάζεται πολύ μεγάλη προσοχή στα προϊόντα που διαθέτει προς πώληση. Καταρχήν, πρέπει να γίνει σαφές ότι τα περιθώρια κέρδους ενός ιδιοκτήτη κυλικείου πρέπει να είναι περιορισμένα και κατ'επέκταση και οι οικονομικές απαιτήσεις του σχολείου από αυτόν μικρές.

Ειδικότερα, δίδεται έμφαση στο γεγονός ότι το κυλικείο αποτελεί ένα μέρος του γενικότερου σχολικού περιβάλλοντος. Το περιβάλλον αυτό έχει αποτελέσει αντικείμενο έρευνας και παρέμβασης από ποικίλες επιστημονικές ομάδες, οι οποίες έχουν καταλήξει και έχουν περάσει σε σχετικούς εθνικούς και διεθνείς οργανισμούς την οδηγία πως, αν πραγματικά επιζητούμε τη βελτίωση της υγείας των μελών της σχολικής κοινότητας, απαιτείται να αλλάξουμε συνολικά το σχολικό περιβάλλον.

Διαταραχή ελλειμματικής προσοχής



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

Ορισμός διαταραχής ελλειμματικής προσοχής

Με τον όρο διαταραχή ελλειμματικής προσοχής περιγράφουμε την διαταραχή εκείνη, η οποία εμφανίζεται σε παιδιά μικρής ηλικίας και χαρακτηρίζεται από ενδείξεις όπως:

- 1) Απροσεξία
- 2) Παρορμητικότητα
- 3) Υπερκινητικότητα

Τα συμπτώματα εμφανίζονται συνήθως σε ηλικία μικρότερη των επτά ετών, ενώ στα περισσότερα άτομα τα συμπτώματα εξακολουθούν να υπάρχουν και κατά την ενηλικίωση.

Τα παραπάνω χαρακτηριστικά αποτελούν και τους τρεις διαφορετικούς υπο-τύπους της διαταραχής, οι οποίοι κατατάσσονται με βάση την υπεροχή, είτε της έλλειψης προσοχής, είτε της υπερκινητικότητας και του αυθορμητισμού στη συμπτωματολογία. Έτσι κάποιο άτομο μπορεί να διαγνωστεί ότι ανήκει στον τύπο που χαρακτηρίζεται κυρίως από απροσεξία ή στον τύπο της υπερκινητικότητας - παρορμητισμού της διαταραχής ελλειμματικής προσοχής. Η διαταραχή συναντάται πιο συχνά σε αγόρια παρά σε κορίτσια, με αναλογία 3/1 υπέρ των αγοριών. Τα συμπτώματα αυτά είναι εμφανέστερα ανάμεσα στα δύο και οκτώ έτη, ενώ στη συνέχεια τα συμπτώματα αυτά παρουσιάζουν ύφεση και τα παιδιά μοιάζουν να είναι πιο ήρεμα. Η αλλαγή αυτή στη συμπεριφορά των παιδιών υποστηρίζεται ότι σχετίζεται με τη μάθηση τεχνικών αυτοελέγχου περισσότερο, παρά με ουσιαστική ύφεση στην εκδήλωση των συμπτωμάτων.

Για την ακριβέστερη διάγνωση της διαταραχής αυτής κρίνεται αναγκαίο να παρατηρήσουμε όλα τα συμπτώματα προβληματικής συμπεριφοράς που πιθανώς εκδηλώνει το παιδί. Για την διευκόλυνση σε αυτή μας την παρατήρηση διακρίνουμε ορισμέ-

να βασικά ή πρωτογενή συμπτώματα και κάποια δευτερεύοντα ή δευτερογενή χαρακτηριστικά.

- ΠΡΩΤΟΓΕΝΗ ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ
- A) ΑΔΥΝΑΜΙΑ ΣΥΓΚΕΝΤΡΩΣΗΣ
 - B) ΠΑΡΟΡΜΗΤΙΚΟΤΗΤΑ
 - Γ) ΥΠΕΡΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑ

ΔΕΥΤΕΡΟΓΕΝΗ ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ

- 1) Περιορισμένες κοινωνικές δεξιότητες
- 2) Συναισθηματικές εξάρσεις
- 3) Χαμηλή αυτοεκτίμηση
- 4) Χαμηλή σχολική απόδοση
- 5) Δυσκολίες στη βραχυπρόθεσμη μνήμη
- 6) Δυσκολίες σε δραστηριότητες οπτικοκινητικού συντονισμού
- 7) Δυσκολίες σε οργάνωση εργασίας
- 8) Δυσκολίες συγκέντρωσης
- 9) Αδυναμία πειθαρχίας

Η νοητική ανάπτυξη των παιδιών αυτών είναι συνήθως φυσιολογική, γεγονός που δεν δικαιολογεί την χαμηλή απόδοσή τους.

Όταν το στοιχείο της υπερκινητικότητας απουσιάζει από την συμπτωματολογία, τότε είναι περισσότερο δύσκολο να διακρίνουμε την διαταραχή της ελλειμματικής προσοχής από άλλα συναισθηματικά προβλήματα ή προβλήματα που αναφέρονται σε συγκεκριμένους τομείς της μάθησης. Τα άτομα που δεν εμφανίζουν το χαρακτηριστικό της υπερκινητικότητας, εμφανίζονται πολύ πιο ήπια και παθητικά στις συναλλαγές τους, χωρίς αυτό να σημαίνει ότι δεν εκδηλώνουν προβληματική συμπεριφορά, ενώ παρουσιάζονται συχνά ως άτομα χωρίς στόχους και μοιάζουν να είναι σχετικά ανώριμα.

Πολλοί παράγοντες φαίνεται να αποτελούν στοιχεία της αιτιολογίας της εμφάνισης της διαταραχής ελλειμματικής προσοχής. Ενδεικτικά αναφέρω τους εξής: οργανικοί παράγοντες, γενετικοί παράγοντες και αλλεργίες.



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

μάσκες

Οι Ρόμπες και οι μάσκες, ...που έπεσαν ξεγυμνώνοντας ΚΕΔΚΕ και Υπουργεία Εσωτερικών - Παιδείας - Υγείας

Ξεκίνησαν διατυμπανίζοντας ότι θα εδίνοντο από δύο μάσκες ανά μαθητή, και μια Τρίτη στην συνέχεια. Είδε ο εργολάβος πως δεν βγαίνει και έπεσαν στις δύο, αλλά και πάλι δεν έβγαине οπότε προσγειώθηκαν στη μία μάσκα για αρχή και μετά βλέπουμε. Τέσσερες μέρες πριν ανοίξουν τα σχολεία με παρέμβαση ΚΕΔΚΕ ο διαγωνισμός κηρύχθηκε άγονος για 410.000 μάσκες. Την επομένη έβγαλαν νέα Πρόσκληση για 605.000 μάσκες. Η γελιοποίηση του συστήματος πρόληψης και προστασίας φάνηκε την Δευτέρα με το άνοιγμα των σχολείων και τις χιλιάδες μάσκες εκτός προδιαγραφών.

Αυτό που τα παιδιά της πρώτης δημοτικού συνειδητοποίησαν μέσα σε δευτερόλεπτα, ότι η μάσκες ήταν πολύ μεγαλύτερες απ τα προσωπάκια τους, οι ακριβοπληρωμένοι σύμβουλοι και υπάλληλοι το συνειδητοποίησαν από την κατακραυγή του κόσμου στο διαδίκτυο.

Τόσο οι παλινωδίες του κ. Τσιόδρα αρχικά, στο αν είναι χρήσιμη η μάσκα ή όχι, όσο και η ανι-

κανότητα έστω την τελευταία στιγμή να αντιμετωπιστούν οι σεναριολογούντες, εχθροί κάθε πρόληψης, δημιούργησαν ένα αλαλούμ στην κοινωνία, που βλέπει πλέον πως το κράτος είναι ανίκανο, όχι μόνο να απομονώσει τις βλακώδεις υποθέσεις συνωμοσίας, αλλά και να αντιμετωπίσει την διάδοση του Κορωνοϊού στα σχολεία.

Ότι χειρότερο μπορούσε να κάνει η κυβέρνηση για την πανδημία το πέτυχε με τις μάσκες, να αμφισβητείται πλέον ακόμα και κάθε σωστή της προσπάθεια στο αν θα έπρεπε να γίνει.

Όμως ο λαός μας, πέρα από ξεροκεφαλιά και φαντασιοπληξία, βρίσκει πάντα τρόπο ακόμα και μια τέτοια ιστορία να την αντιμετωπίζει με χιούμορ. Εκατοντάδες χρήστες του διαδικτύου προχώρησαν σε αναρτήσεις γελώντας με το IQ εκείνων που έκαναν την παραγγελία κόστους 6 εκατομμυρίων ευρώ. Σάματι δικά τους ήταν. Εμείς τα πληρώνουμε, ας το διασκεδάσουμε τουλάχιστον, πριν το γέλιο μετατραπεί σε κοινωνική οργή.



Γιατι χάρεται ο Γκούφη και χαμογελά Κυριάκο;



ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΣ ΚΑΙ ΙΣΤΟΡΙΑ



Ο άνθρωπος που έσωσε πάνω από το 15% των Ελλήνων της Μικρασίας το 1922

Της ένωσης Βουρλιωτών
Μικράς Ασίας

Ασα Τζένιγκς, λίγοι στην Ελλάδα και την Τουρκία γνωρίζουν το όνομά του. Είναι ο άνθρωπος που έσωσε πάνω από το 15% του πληθυσμού της Ελλάδας.

Σεπτέμβριος του 1922. Τελειώνει ο πόλεμος της Ελλάδας με την Τουρκία. Στις 8 Σεπτεμβρίου ο ελληνικός στρατός εγκαταλείπει την πόλη και οι Τούρκοι μπαίνουν στη Σμύρνη. Αρχίζουν πογκρόμ, ληστείες και δολοφονίες, στις οποίες παίρνουν ενεργό μέρος και οι ντόπιοι Μουσουλμάνοι. Στις 13 Σεπτεμβρίου ξεκινά πυρκαγιά, την φωτιά κατευθύνουν προς τις χριστιανικές συνοικίες, φτιάχνοντας διάδρομο με εύφλεκτα υγρά. Στην προσπάθεια να σωθούν από την πύρινη λαίλαπα, οι περισσότεροι Χριστιανοί στοιβάζονται στην προκυμαία. Οι Τούρκοι στρατιώτες περικυκλώνουν την παραλία, αφήνοντας τον κόσμο χωρίς νερό και τροφή. Πολλοί από αυτούς πέθαναν από την πείνα και την δίψα, άλλοι αυτοκτόνησαν, πέφτοντας στη θάλασσα.

Οι φόνοι, οι εμπρησμοί, οι λεηλασίες και οι βανδαλισμοί γίνονταν κάτω από την μύπη των «συρμάων», που παρακολουθούσαν αδιάφοροι από μακριά τον «συνωτισμό στην αποβάθρα». Φωτογράφιζαν απαθείστατοι το «show», πετώντας μάλιστα πίσω στην θάλασσα τους απεγνωσμένους που έφταναν ως τα πλοία. Προδομένοι από τους ξένους αλλά -το χειρότερο- και από τους Έλληνες, όσοι τελικά σώθηκαν, το κατάφεραν ύστερα από την ανθρωπιστική παρέμβαση του Αμερικανού Άσα Τζένιγκς που μεσολάβησε και τελικά ύστερα από δύο ημέρες δόθηκε η δυνατότητα σε χιλιάδες πρόσφυγες να βρουν καταφύγιο στα «Πλοία της Συμπόνιας» και να καταλήξουν στην Ελλάδα.

Προπομπός του Τζένιγκς και φωτεινή εξαίρεση της διεθνούς απάθειας μπροστά στο έγκλημα ήταν ένας άγνωστος Ιάπωνας πλοίαρχος που τις ώρες της μεγάλης σφαγής μόνος αυτός και το πλήρωμα του άδεισαν στην θάλασσα το φορτίο τους για να μαζέψουν όσον το δυνατόν περισσότερες κυνηγημένες ψυχές.

Από τις προκυμαίες έφευγαν οι βάρκες γεμάτες με Έλληνες και Αρμένιους πρόσφυγες, κατευθύνονταν προς τα ξένα πλοία, που παρέμεναν για να υπερασπιστούν και να δεχτούν τους συμπατριώτες τους, αλλά δεν είχαν διαταγές να δεχτούν τους ντόπιους για να μην προσβάλουν τους Τούρκους. Όταν οι βάρκες προσάραξαν στα βρετανικά πολεμικά πλοία και προσπαθούσαν να δέσουν, οι ναύτες έκοβαν τα σκοινιά. Μερικές βάρκες καταποντίστηκαν, τους ανθρώπους τους έριχναν στη θάλασσα και από την προκυμαία άλλοι προτιμούσαν να πνιγούν κι από μόνοι τους. Κάποιοι προσπαθούσαν να ανέβουν στα πλοία αλλά οι Άγγλοι τους έλουζαν με καυτό νερό. Οι Ιταλοί, που έμειναν στη θάλασσα της Σμύρνης



περισσότερο από τους άλλους, δέχονταν στα πλοία όσους κατάφεραν να τους πλησιάσουν. Οι Γάλλοι δέχονταν μόνο όσους μπορούσαν να προφέρουν στα γαλλικά έστω με κακή προφορά «Είμαι Γάλλος, όλα τα καρτιά μου κάπκαν.» Σε λίγο τους Αρμένιους καθηγητές περικύκλωσαν πιστοίρικια και προσπαθούσαν να μάθουν αυτή τη μαγική φράση.

Ο πλοίαρχος του αμερικανικού αντιτορπιλικού έδιωχνε τα παιδιά, φωνάζοντας: «Μόνο Αμερικάνοι!» Στα πολεμικά πλοία οι ξένοι ναυτικοί παρακολουθούσαν με τα κιάλια τη σφαγή και φωτογράφιζαν. Αργότερα άρχισαν να παίζουν οι μπάντες, στραμμένες προς την προκυμαία. Δεν άντεχαν να ακούνε τον κόσμο να σφάζεται.

Όμως ο Τζένιγκς δεν ήταν από τους ανθρώπους, που θεωρούσε, ότι «δεν μπορούμε να κάνουμε τίποτα». Ούτε από εκείνους, που ξεχώριζε τους ανθρώπους σύμφωνα με το θρησκευτικό τους «πιστεύω». Σύμφωνα με μια αρμενική παροιμία, «μέσα στην καρδιά του κάθε ανθρώπου κοιμάται ένα λιοντάρι».

Όταν ο ελληνικός στρατός εγκατέλειψε τη Σμύρνη, είχε οργανώσει την Επιτροπή Σωτηρίας και παρείχε ανθρωπιστική βοήθεια στον πληθυσμό. Μετά από την πυρκαγιά η έλλειψη νερού, καυσίμων και γενικώς - τις τάξης ταλαιπωρούσε τον κόσμο, και ο Τζένιγκς πήγε στο τουρκικό στρατόπεδο για να συναντήσει τον Κεμάλ. Οι Τούρκοι έδωσαν στον πάστορα επτά ημέρες για να φυγαδεύσει από την πόλη τον κόσμο, εκτός τους άνδρες 17-45 ετών, τους οποίους τους περιέμεναν τα στρατόπεδα εργασίας προκειμένου να εργασθούν για να επανορθώσουν τις ζημιές που έγιναν από την ελληνική εκστρατεία.

Να πώς καταγράφει τα σχετικά γεγονότα ο εγγονός του Άσα Τζένιγκς, Roger:

«Αφού έγινε η συμφωνία με τον Κεμάλ ο Άσα ζήτησε και έλαβε μια βάρκα με πηδαλιούχο από το Πολεμικό Ναυτικό των ΗΠΑ. Πρώτον, πήγε στο γαλλικό εμπορικό πλοίο "Pierre Loti". Το

πλοίο είχε άφθονο χώρο για να αναλάβει τους πρόσφυγες για την ασφάλεια τους σε ένα κοντινό ελληνικό νησί. Ο γάλλος καπετάνιος δεν ήθελε να εμπλακεί, και απέπλευσε με ένα άδειο πλοίο, ενώ χιλιάδες ικέτευαν να διασωθούν. Μακρύτερα στο λιμάνι ήταν ένα ιταλικό πλοίο, η Κωνσταντινούπολη. Ο Ιταλός καπετάνιος του πλοίου συμφώνησε να αναλάβει 2000 άτομα, αλλά πρώτα έπρεπε να λάβει ένα ποσό. Ο Άσα, το θεωρήσει ρεαλιστικό και πλήρωσε το τίμημα- δωροδοκία και επιβιβάστηκαν τα 2000 άτομα. Στη συνέχεια ο Ιταλός καπετάνιος απαίτησε μια αύξηση της δωροδοκίας. Όταν τους προκάλεσε ο Jennings, οι Ιταλοί είπαν ότι οι Έλληνες μπορεί να μην αφήσουν τους πρόσφυγες να αποβιβασθούν. Ο Άσα απάντησε ότι θα πήγαινε μαζί στο ταξίδι προς το λιμάνι της Μυτιλήνης και θα αναλάβει την ευθύνη για την αποβίβαση.

Όταν το πλοίο έφθασε στην Μυτιλήνη ο Άσα Κ. Jennings είδε με έκπληξη Έλληνες στρατιώτες παντού και τα πλοία να βρίσκονται αγκυροβολημένα. Δεν υπήρχαν προβλήματα να βγουν οι πρόσφυγες από το πλοίο και Άσα πήγε στο ελληνικό αρχηγείο του Στρατού. Επανελημμένα ζήτησε από τον Έλληνα στρατηγό Φράγκου τα πλοία για την απομάκρυνση των προσφύγων από τη Σμύρνη. Οι Τούρκοι είχαν εγγυηθεί την ασφαλή διέλευση, καθώς και το Ναυτικό των ΗΠΑ είχε υποσχεθεί προστασία των ελληνικών εμπορικών πλοίων. Ο Στρατηγός επανελημμένα αρνήθηκε να θέσει στην διάθεση του τα πλοία και ο Άσα ήταν πολύ απογοητευμένος με τον στρατηγό Φράγκου, έναν Έλληνα ο οποίος ήταν απρόθυμος να σώσει 300.000 από τους συμπατριώτες του. Ωστόσο, Jennings δεν γνώριζε εκείνη την ώρα ότι ο στρατηγός ήταν μέρος μιας ομάδας Ελλήνων αξιωματικών που σχεδίαζαν πραξικόπημα εναντίον της ελληνικής κυβέρνησης. Οι αξιωματικοί χρειάζονταν τα πλοία και τους στρατιώτες για να κερδίσουν την εξουσία και ήταν πιο σημαντικό γι' αυτούς από τις ζωές τόνων ανθρώπων.

Καθώς ο Άσα, εξαγριωμένος, βγήκε από μια νωρίς το πρωί συνάντηση με τον στρατηγό είδε ένα θωρηκτό να μπαίνει στο λιμάνι. Ο Άσα Jennings επιβίβασκε στο ελληνικό θωρηκτό Κιλκίς. Ο καπετάνιος του, Θεοφανίδης, ήταν πολύ πρόθυμος να βοηθήσει παρά το γεγονός ότι ένας ανώτερος στρατιωτικός είχε απορρίψει τον Άσα. Ο Άσα στη συνέχεια προχώρησε σε μια σειρά από μηνύματα για τον Έλληνα Πρωθυπουργό, τα οποία ο καπετάνιος Θεοφανίδης μετέφραζε στα ελληνικά. Τα μηνύματα εστάλησαν από την αίθουσα ραδιοφώνου (ασυρμάτου) ως κωδικοποιημένα μηνύματα για ασφάλεια.

Στην αρχή η απάντηση ήταν ο πρωθυπουργός κοιμόταν. Ο Άσα ζήτησε ο πρωθυπουργός να ξυπνήσει. Στη συνέχεια, ο πρωθυπουργός ήθελε μια συνεδρίαση του Υπουργικού Συμβουλίου. Αγγελιοφόροι έπρεπε να σταλούν σε όλη την Αθήνα για να αφυπνίσουν τους υπουργούς να παραστούν στη συνεδρίαση. Ο Άσα είχε μια επτά-ήμερη προθεσμία και βρισκόταν αντιμέτωπος με κυβερνητικούς αξιωματικούς που δεν συμμερίζονται την αίσθηση του επείγοντος. Τέλος, ο Πρωθυπουργός και η κυβέρνησή του, απάντησε λέγοντας ότι δεν θα μπορούσαν τα πλοία να πάνε στη Σμύρνη. Φοβόντουσαν ότι οι Τούρκοι θα συλλαμβάνανε τα πλοία και θα εισέβαλαν στην συνέχεια στα ελληνικά νησιά.

Ύστερα από αυτό ο Άσα έστειλε τηλεσίγραφο. Εάν τα πλοία δεν διατίθεντο για τη διάσωση των Ελλήνων και άλλων στη Σμύρνη, το επόμενο μήνυμα του Άσα δεν θα ήταν σε κώδικα. Το μήνυμα θα σταλεί ανοικτά έτσι ώστε ο κόσμος θα γνωρίζει ότι η ελληνική κυβέρνηση επέτρεψε τους Τούρκους να σκοτώσουν 300.000 Έλληνες πολίτες. Ο εκβιασμός λειτούργησε. Όλα τα πλοία στην περιοχή τέθηκαν υπό έλεγχο Άσα, καθιστώντας τον προσωπικά υπεύθυνος για κάθε πλοίο που θα κανόταν. Οι καπετάνιοι των εμπορικών πλοίων ενημερώθηκαν ότι η ελληνική κυβέρνηση είχε επιτάξει τα πλοία τους και άρχισαν να σπκώνουν ατό για την Σμύρνη.

Οι καπετάνιοι φοβόντουσαν να μπούν σε ένα τουρκικό λιμάνι. Κάποιοι είπαν ότι τα πλοία τους είχαν μηχανικά προβλήματα και δεν θα είναι σε θέση να κάνουν το ταξίδι. Ο καπετάνιος Θεοφανίδης διέταξε τους καπετάνιους των εμπορικών πλοίων για μια συνάντηση στο θωρηκτό Κιλκίς. Ενημέρωσε τους καπετάνιους των εμπορικών πλοίων ότι θα αντιμετωπίσουν στρατοδικείο εάν τα πλοία τους δεν ήταν έτοιμα να φύγουν από τα μεσάνυχτα. Όλα τα πλοία έπλεαν τα μεσάνυχτα με τον Άσα στο πρώτο πλοίο».

Όλα τα πλοία στο Αιγαίο τίθενται στη διάθεσή σας για την απομάκρυνση των προσφύγων της Σμύρνης. Του παραχώρησαν 26 πλοία, με τα οποία κατάφερε να βγάλει πάνω από 350.000 άτομα (οι Τούρκοι έδωσαν παράταση μέχρι 11 ημέρες). Ταυτόχρονα έφτασαν εκκλήσεις για βοήθεια και από άλλα λιμάνια, και η ελληνική κυβέρνηση αύξησε τον αριθμό των πλοίων σε 55. Όταν η απομάκρυνση των προσφύγων από την Σμύρνη ολοκληρώθηκε οι Τούρκοι αξιωματικοί επέτρεψαν τον Άσα να πάει τα πλοία σε όλα τα λιμάνια από την Μαύρη Θάλασσα ως τη Συρία.

Ένας άγνωστος, ένα παιδί για τα θελήματα στην Χριστιανική Ένωση, ο πιο ασυνήθιστος «ναυαρχος» στην ιστορία, ο 44χρονος Αμερικανός Άσα Τζένιγκς (1877-1933), καμπούρης με 1.60 μπόι, μεθοδιστής πάστορας, έγινε διοικητής όλου του ελληνικού στόλου. Κάνοντας δυο δρομολόγια, ο Τζένιγκς φυγάδεψε 58.000 άτομα. Τα πλοία του αμερικανικού και αγγλικού στόλου άρχισαν επίσης να μεταφέρουν κόσμο, και προς τα τέλη του Οκτωβρίου την Τουρκία εγκατέλειψαν 200.000 άτομα.

Μέχρι το Δεκέμβριο 500.000 άνθρωποι είχαν σωθεί. Ο πατριάρχης της Ορθόδοξης Ανατολικής Εκκλησίας ανέφερε ότι 1.250.000 άνθρωποι απομακρύνθηκαν με ασφάλεια μέχρι η επιχείρηση διάσωσης να ολοκληρωθεί.

Η ελληνική κυβέρνηση αναγνωρίζοντας ότι Άσα Κ. Jennings απέκτησε το σεβασμό, τη φιλία και την εμπιστοσύνη του Μουσταφά Κεμάλ και της τουρκικής κυβέρνησης τον διόρισε να είναι ο διπλωμάτης που εκπροσωπεί την Ελλάδα για τον επαναπατρισμό των αιχμαλώτων πολέμου στη Συνθήκη της Λοζάννης.

Για την υπηρεσία του στην Ελλάδα, στον Άσα Jennings K. απονεμήθηκε το υψηλότερο στρατιωτικό παράσημο στην Ελλάδα, το Μετάλλιο Στρατιωτικής Αξίας και η υψηλότερο πολιτική διάκριση Αυτή ήταν η πρώτη φορά στην ελληνική ιστορία που ένα άτομο έλαβε τις υψηλότερες στρατιωτικές και μη στρατιωτικές διακρίσεις ταυτόχρονα.

Ο Άσα Τζένιγκς πέθανε το 1933. Λίγοι στην Ελλάδα και την Τουρκία γνωρίζουν το όνομά του. Και δεν υπάρχει ούτε ένα μνημείο, αφιερωμένο στον άνθρωπο, που έσωσε πάνω από το 15% του πληθυσμού της Ελλάδας.

Πηγή: neoskosmos

money

ΠΕΜΠΤΗ
17 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ 2020



Πριμ εξόδου των 55άρηδων

● Γενναία εφάπαξ ενίσχυση που μπορεί να φθάσει ακόμα και τα 50.000 ευρώ

Πιθανή εφάπαξ ενίσχυση εξόδου μέχρι 50.000 ευρώ με όρο πλήρη μεταβίβαση της εκμετάλλευσης σε νέους. Ανανέωση δυναμικού, ενσωμάτωση νέας τεχνολογίας και επικέντρωση της αγροτικής παραγωγής σε προϊόντα υψηλής προστιθέμενης αξίας, συγκροτούν το πλαίσιο στο οποίο καλείται να κινηθεί τα επόμενα χρόνια η ελληνική γεωργία, πιθανότατα και ως ακρογωνιαίος λίθος του νέου οικονομικού μοντέλου της χώρας.

Για το πώς θα γίνει αυτό, υπάρχουν τρόποι, αυτό που χρειάζεται είναι σταθερός σχεδιασμός και συνέπεια στους στόχους. Όπως έγραφε και την περασμένη εβδομάδα στο πρωτοσέλιδο της η Agrenda, στις Βρυξέλλες δείχνει να ωριμάζει η ιδέα για ένα πριμ εξόδου αγροτών ηλικίας άνω των 55 ετών και μάλιστα με γενναία εφάπαξ ενίσχυση η οποία σε κάποιες περιπτώσεις θα μπορεί να φθάσει ακόμα και τα 50.000 ευρώ.

Το πώς ακριβώς θα οικοδομηθεί αυτό το μέτρο μένει να φανεί στην πορεία, ωστόσο πληθαίνουν

οι υποστηρικτές που προκρίνουν την ταυτόχρονη εφάπαξ ενίσχυση με πλήρη μεταβίβαση των στοιχείων της αγροτικής εκμετάλλευσης (δικαιώματα και γη) και τον συνδυασμό της παρουσίας του μεταβιβάζοντα σε έναν ρόλο mentoring, δηλαδή εκπαιδευτή του νέου κατόχου της φάρμας. Οι ειδικοί υποστηρίζουν ότι η συγκυρία είναι η πλέον κατάλληλη για την υιοθέτηση μιας τέτοιας λύσης, καθώς συμπίπτει με την ψηφιακή επανάσταση στους αγρούς και την ταυτόχρονη στροφή της ευρωπαϊκής γεωργίας σε ένα μοντέλο διαχείρισης απόλυτα φιλικής προς το περιβάλλον και μάλιστα με στόχο την παραγωγή αυθεντικών προϊόντων ποιότητας και υψηλής προστιθέμενης αξίας.

Ειδικότερα όσον αφορά στην Ελλάδα, η εφαρμογή ενός τέτοιου μέτρου κρίνεται περισσότερο αναγκαία από ποτέ. Η παρακμή των αγροτικών εκμεταλλεύσεων χαμηλής τεχνολογίας και υψηλών επιδοτήσεων είναι πλέον ορατή, ενώ την ίδια στιγμή, η πλειοψηφία των κατόχων αυτών

των εκμεταλλεύσεων δεν είναι σε θέση ούτε να αντιληφθεί τα κελύσματα των καιρών, πολλώ δε μάλλον να στηρίξει αποφασιστικά την ενσωμάτωση της νέας τεχνολογίας στην καθημερινή πρακτική των μονάδων. Η γεωργία της νέας εποχής χρειάζεται αναμφίβολα λιγότερους αγρότες, οι οποίοι, εκτός από εξοικείωση με τις νέες τεχνολογίες να διαθέτουν επάρκεια επισημονικών γνώσεων και να έχουν οικονομική αντίληψη των πραγμάτων.

Είναι πάντως σαφές ότι σ' αυτή την νέα φάση για την ελληνική γεωργία, η κρίσιμη παράμετρος δεν θα είναι το μέγεθος της εκμετάλλευσης. Όπως υποστηρίζουν οι ειδικοί, στις περισσότερες των περιπτώσεων πολλά θα κριθούν από τις ειδικότερες καλλιερητικές επιλογές (ποικιλίες, κατεύθυνση προϊόντων κ.α.), όπως επίσης και από τη δυνατότητα των παραγωγών να κατεπιποιήσουν κατά κάποιο τρόπο τις μονάδες τους. Σημαντικές θα είναι επίσης οι συνεργασίες,

Ακριβές οι στοχευμένες ψηφιακές επιθέσεις

● Τα ευαίσθητα δεδομένα χάνονται συχνά, η φήμη της εταιρείας παραμένει κατεστραμμένη

Σε μια ολοένα και πιο συχνή απειλή εξελίσσονται οι στοχευμένες επιθέσεις σε εταιρείες από ψηφιακούς εγκληματίες. Οι στοχευμένες ψηφιακές επιθέσεις δεν επηρεάζουν μόνο τις μεγάλες, αλλά και τις μικρομεσαίες επιχειρήσεις (ΜμΕ). Αυτό συμβαίνει, επειδή ακόμη και οι μικρότερες εταιρείες αποθηκεύουν δεδομένα, που παρουσιάζουν ενδιαφέρον για τρίτους, που μπορούν να χρησιμοποιηθούν ως μέρος της (ψηφιακής) αλυσίδας εφοδιασμού σαν πύλη εισόδου προς εταιρικά δίκτυα.

Την ίδια στιγμή που γίνονται πιο συχνές, οι ψηφιακές επιθέσεις γίνονται και πιο κοστοβόρες. Ως αποτέλεσμα αυτών των επιθέσεων, τα ευαίσθητα δεδομένα χάνονται συχνά, η φήμη της εταιρείας παραμένει κατεστραμμένη και υπάρχει υψηλό κόστος παρακολούθησης της εξέλιξης της εκάστοτε επίθεσης. Αυτός ο συνδυασμός συνεπειών μπορεί να απειλήσει ιδιαίτερα την ύπαρξη ΜμΕ.

Για παράδειγμα, το μέσο κόστος



μετά από μια στοχευμένη επίθεση για μικρές και μεσαίες επιχειρήσεις, σύμφωνα με τις εκτιμήσεις της Kaspersky πέρυσι ανήλθε σε περίπου \$138.000. Στο μεταξύ, το κόστος του follow-up για μεγάλες εταιρείες που προκύπτει από παραβιάσεις δεδομένων ανήλθε στα \$141 εκατ.

Όπως διαπιστώνει η εταιρεία, τα πράγματα περιπλέκονται ακόμη περισσότερο, καθώς οι επιχειρήσεις, είτε μεγάλες, είτε μικρομεσαίες, δυ-

σκολεύονται να εντοπίσουν με ακρίβεια τις ψηφιακές επιθέσεις και άρα να αξιολογήσουν τις πιθανές ζημιές τους. Σύμφωνα με τα ευρήματα της Kaspersky, περίπου οι μισές από τις ΜμΕ (47%) και τις μεγάλες εταιρείες (51%) δυσκολεύονται ολόένα και περισσότερο να εντοπίσουν τη διαφορά μεταξύ γενικών και στοχευμένων επιθέσεων, γεγονός που κάνει πιο δύσκολο για αυτές να εντοπίσουν ένα περιστατικό ή να αξιολο-

γήσουν την πιθανή ζημία του. Αυτό τις καθιστά πιο ευάλωτες σε μέτριες και σύνθετες απειλές.

Την ίδια στιγμή, οι μεσαίου μεγέθους επιχειρήσεις έχουν συχνά πολύ περιορισμένους πόρους για να επενδύσουν στην κυβερνο-άμυνα, γεγονός που καθιστά δύσκολη την αντιμετώπιση σύνθετων σεναρίων απειλών. Επίσης, αυτό αυξάνει σημαντικά τις πιθανότητες κινδύνων στον κυβερνοχώρο – συμπεριλαμβανομένων δικτύων συνεργατών μεγάλων εταιρειών με τις οποίες συνδέονται.

“Η ανάλυση του αυξανόμενου αριθμού περιστατικών και η αντιμετώπισή τους με επαγγελματικό τρόπο θα απαιτούσε περισσότερους ειδικούς – όπως αναλυτές ασφάλειας και ειδικούς απόκρισης περιστατικών – σε θέση να εντοπίσουν και να διερευνήσουν απειλές και να ανταποκριθούν κατάλληλα σε τέτοιες εξωτερικές απειλές”, αναφέρει η Kaspersky.

μικρά οικονομικά

● ΕΩΣ ΚΑΙ 23 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ ΟΙ ΔΗΛΩΣΕΙΣ COVID

Από τις 4 έως και τις 23 Σεπτεμβρίου μπορεί να πραγματοποιηθεί η υποβολή των δηλώσεων μεταβολής μισθώματος (Δηλώσεις Covid) σύμφωνα με απόφαση του Διοικητή της Ανεξάρτητης Αρχής Δημοσίων Εσόδων. Ειδικότερα, είναι δυνατή η υποβολή αρχικών για τους μήνες Μάρτιο έως και Ιούνιο, για όσους δεν έχουν ακόμα υποβάλει αρχικές δηλώσεις και τροποποιητικών για τους μήνες Μάρτιο έως και Αύγουστο. Η παραπάνω προθεσμία ισχύει και για την τυχόν υποβολή των αρχικών ή τροποποιητικών Δηλώσεων Πληροφοριακών Στοιχείων Μίσθωσης Ακίνητης Περιουσίας, οι οποίες πρέπει να υποβληθούν πριν την υποβολή των Δηλώσεων Covid. Η αποδοχή από τους μισθωτές των αρχικών Δηλώσεων Covid για Μάρτιο έως και Ιούνιο 2020, καθώς και των τροποποιητικών Δηλώσεων Covid για Μάρτιο έως και Αύγουστο 2020, μπορεί να πραγματοποιηθεί έως και την 1η Οκτωβρίου 2020.

● ΣΤΗΡΙΞΗ ΠΟΛΥ ΜΙΚΡΩΝ ΚΑΙ ΜΙΚΡΩΝ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΩΝ

Ξεκίνησαν να γίνονται δεκτές αιτήσεις για το νέο πρόγραμμα στήριξης μικρών και πολύ μικρών επιχειρήσεων, που απασχολούν λιγότερους από 10 εργαζόμενους. Υπενθυμίζεται ότι σε ανακοίνωσή του υπουργείου, αναφέρονται τα εξής στοιχεία για την προκήρυξη «Πολύ Μικρές και Μικρές Επιχειρήσεις»: Ο προϋπολογισμός ανέρχεται στα 150 εκατ. ευρώ εκ των οποίων 140 εκατ. ευρώ προέρχονται από τον Προϋπολογισμό Δημοσίων Επενδύσεων και τα 10 εκατ. ευρώ αφορούν το είδος ενίσχυσης της φορολογικής απαλλαγής. Απευθύνεται σε επιχειρήσεις που απασχολούν λιγότερους από 10 εργαζόμενους και ο επίσημος κύκλος εργασιών και/ή το σύνολο του ενεργητικού τους δεν υπερβαίνει τα 10 εκατ. ευρώ. Το ελάχιστο επιλέξιμο ύψος της επένδυσης για την υπαγωγή επενδυτικών σχεδίων στο συγκεκριμένο καθεστώς ενίσχυσης είναι: α. για μικρές επιχειρήσεις το ποσό των 150.000 ευρώ και β. για πολύ μικρές επιχειρήσεις, το ποσό των 100.000 ευρώ.

● ΜΕΙΩΜΕΝΑ ΕΝΟΙΚΙΑ: ΑΝΟΙΞΕ Η ΠΛΑΤΦΟΡΜΑ

Μέχρι τις 23 Σεπτεμβρίου έχουν οι ιδιοκτήτες ακινήτων που εισπράττουν μειωμένα ενοίκια να δηλώσουν τις απώλειές τους, ώστε να καλυφθούν για το 30% της ζημίας που έχουν υποστεί. Οι φορολογούμενοι θα μπορούν να υποβάλλουν αρχικές δηλώσεις για τους μήνες Μάρτιο έως και Ιούνιο, (όσοι δεν έχουν κάνει καθόλου δηλώσεις) και τροποποιητικές δηλώσεις για τους μήνες Μάρτιο έως και Αύγουστο. Οι δηλώσεις υποβάλλονται στην ηλεκτρονική εφαρμογή υποβολής δηλώσεων πληροφοριακών στοιχείων μίσθωσης, την οποία έχει θέσει σε λειτουργία η ΑΑΔΕ στο σύστημα Taxisnet, στην ηλεκτρονική διεύθυνση Μισθωτήρια ακινήτων/ΑΑΔΕ.

● ΑΝΑΣΑ 1,8 ΔΙΣ. ΓΙΑ ΤΙΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΙΣ

Μειωμένος κατά 56,7% είναι ο φόρος που καλούνται να πληρώσουν οι επιχειρήσεις (κύριος φόρος και προκαταβολή φόρου) για τα κέρδη του 2019, σύμφωνα με τα στοιχεία της ΑΑΔΕ. Συγκεκριμένα, οι 188.651 επιχειρήσεις που καλούνται να πληρώσουν φόρο για τα κέρδη του 2019 θα πληρώσουν στο ελληνικό Δημόσιο συνολικά το ποσό των 2,39 δισ. ευρώ, ενώ πέρυσι κατέβαλαν φόρους ύψους 4,2 δισ. ευρώ. Η μείωση αυτή οφείλεται κατά κύριο λόγο στην απόφαση της κυβέρνησης να παρέχει έκπτωση στην προκαταβολή φόρου από 30% έως και 100% ανάλογα με την πώση του τζίρου που είχε κάθε εταιρεία, καθώς και στη μείωση του συντελεστή φορολόγηση των κερδών από το 28% στο 24%.

Οι δωρεάν μικρές αγγελίες αποστέλλονται διαδικτυακά στη φόρμα: anagnostis.org/form/mikres-aggelies, που θα βρείτε στο anagnostis.org και αναγράφονται πλήρη στοιχεία (ονοματεπώνυμο, διεύθυνση και τηλέφωνο επικοινωνίας) για να μπορούμε να επικοινωνήσουμε μαζί σας αν χρειαστεί. Δωρεάν είναι μόνο για ιδιώτες. Κάθε ιδιώτης δεν μπορεί να δημοσιεύει περισσότερες από μία μικρή αγγελία ταυτόχρονα. Δημοσιεύονται και στον έντυπο Αναγνώστη Πελοποννήσου και στο site www.anagnostis.org

ΜΙΚΡΕΣ Αγγελίες

ΑΝΑΓΝΩΣΤΗΣ 23

ΠΕΜΠΤΗ | 17 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ | 2020

• ΕΡΓΑΣΙΑ • ΑΚΙΝΗΤΑ • ΕΝΟΙΚΙΑΣΕΙΣ • ΠΩΛΗΣΕΙΣ • ΑΥΤΟΚΙΝΗΤΑ • ΣΚΑΦΗ • ΕΡΓΑΣΙΑ • ΑΚΙΝΗΤΑ • ΕΝΟΙΚΙΑΣΕΙΣ • ΠΩΛΗΣΕΙΣ • ΑΥΤΟΚΙΝΗΤΑ • ΣΚΑΦΗ

ΕΝΟΙΚΙΑΣΕΙΣ

ΝΑΥΠΛΙΟ, ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ δυάρι πλήρως επιπλωμένο, για 9 μήνες, στην οδό Μαραθώνος, με ηλιακό και θέρμανση με Α/Σ. Τηλ. 6948206870 ΚΩΔ. 1176

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ διαμέρισμα ευάερο και ευήλιο στο Άργος, στην οδό Ινάχου 196, 3ος όροφος, 138τ.μ., 3 κρεβατοκάμαρες, 2 μπάνια, σαλόνι, τραπεζαρία, κουζίνα, αυτόνομη θέρμανση, ηλιακός θερμοσίφωνας, ασανσέρ, θέση στάθμευσης, θυροτηλέφωνο. τηλ. επικοινωνίας: 6979390125 κωδ. 1166

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ Κατάστημα ισόγειο 61 τ.μ. στο κέντρο παλιάς πόλης Ναυπλίου (Στηλιάδου 11) γωνιακό, σε διατηρητέο κτήριο, WC, πατάρι 5 τ.μ., κουζίνακι και υπόγειο 40 τ.μ., πλήρως ανακαινισμένο Αύγουστο 2020, 950€, Τ: 6944-65.55.00, επικοινωνία 09.00-13.00, 17.00-20.00. ΚΩΔ. 1163

ΑΡΓΟΣ: ενοικιάζεται 110τ.μ επαγγελματικός χώρος, κέντρο, πλησίον νοσοκομείου και σχολείων, ισόγειο, γωνιακό, χωρίς κοινόχρηστα, δυνατότητα μετατροπών ανάλογα με τη χρήση, 250€. Τηλ: 694 508 4716 ΚΩΔ 1162

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ studio 40 τ. μ. ισόγειο, καινούργιο , φωτεινό, aircondition, internet, κήπο, θέση parking, στο Ναύπλιο, Νέα Πόλη, με το μήνα, ή όλο το χρόνο. Τηλ. 698 373 1869 ΚΩΔ. 1154

ΖΗΤΕΙΤΑΙ Ξενοδοχείο - πανσιόν - ενοικιαζόμενα δωμάτια από 5 έως 15 δωμάτια για ενοίκιαση στην περιοχή του Ναυπλίου. Τηλ. 694 789 3781. ΚΩΔ. 1146

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ κατάστημα ισογείου 55 τ.μ στο Ναύπλιο πλησίον Δ.ΟΥ και δημοσίων υπηρεσιών. Καλή κατάσταση έτος κατασκευής 1998. Διαθέτει πατάρι για αποθηκευτικό χώρο! Τηλ. 697 493 0349 ΚΩΔ. 1136

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ επαγγελματικός χώρος 58τ.μ. Αιγίου 51 στο Ναύπλιο. Τηλ. Επικοινωνίας 6976154621 ΚΩΔ. 1222

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ δυάρι διαμέρισμα, 55 τμ, στον 1ο όροφο, οδός Κυπαρισσίας στο Ναύπλιο. Τηλ. 697 223 1373 ΚΩΔ. 1221

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ διαμέρισμα 1ου ορόφου δυάρι φωτεινό με αυτόνομη θέρμανση και πολυτελές σε κεντρικό σημείο του Άργους με θέση στάθμευσης. Τηλέφωνο: 6937716128 ΚΩΔ. 1218

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ δυάρι 60τ.μ. ,2ου, 15ετίας, κλιματιστικά, πάρκινγκ, τέντες ,ίτες, διπλά τζάμια, αυτόνομη θέρμανση, μεγάλη βεράντα με θέα, ήσυχη περιοχή, οδός Προφήτη Ηλία. Τηλ. 697 667 4611 ΚΩΔ. 1214

ΕΝΟΙΚΙΑΖΟΝΤΑΙ 200 ροδακινιές - 150 νεκταρινιών - 200 βερικοκιές - 300 κορονέικες, στο ΚΟΥΤΣΟΠΟΔΙ, το ένα κτήμα δίπλα στο άλλο. Αυτονομία ποτίσματος δίνουντα ξεχωριστά. Τιμή συζητήσιμη ΤΗΛ 694 011 1894 ΚΩΔ. 1206

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ διαμέρισμα στο Ναύπλιο 70 τ.μ., τριάρι, στον πρώτο όροφο, χωρίς κοινόχρηστα, κοντά στην πλατεία του Αγίου Κωνσταντίνου. Τηλ: 2752022924/6976154621 ΚΩΔ. 1199

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ κατάστημα στο κέντρο του Άργους, Τσώκρη 27, ισόγειο 40 τμ και με υπόγειο 40 τμ. τηλ 6974294595 ΚΩΔ. 1193

ΕΝΟΙΚΙΑΖΟΝΤΑΙ δύο ισόγεια καταστήματα με πατάρι 100 τμ και 120τμ στη διασταύρωση των οδών Καλαμάτας και Προφήτη Ηλία στο Ναύπλιο. Τηλ. επικοινωνίας 698 023 6373 κ. Σωτήρης. ΚΩΔ. 1191

ΑΘΗΝΑ, ΠΕΡΙΣΤΕΡΙ, ενοικιάζεται 2άρι σε φοιτητή από Αργολίδα, 44τμ, ανακαινισμένο και

επιπλωμένο, 2ου ορόφου, διαμπερές, ευάερο, ευήλιο, διπλά τζάμια, 50μ από τον σταθμό Ανθούπολη, 300Ευρώ, χωρίς κοινόχρηστα 694 760 5070, 698 660 9450 ΚΩΔ. 1184

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ διαμέρισμα 100 τ.μ. στο Σκαφιδάκι, δίπλα στο δημοτικό σχολείο, πρόσφατα ανακαινισμένο με τρία υπνοδωμάτια, υδρομόνωση και ηλιακό θερμοσίφωνα. Άνετο πάρκινγκ και μεγάλη αυλή, χωρίς κοινόχρηστα. Πληροφορίες: 6944317903 ΚΩΔ. 1177

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ διαμέρισμα 90 τ.μ, στην οδό Τήνου 21, Νέος Κόσμος, Άργος (2 υπνοδωμάτια, σαλόνι, κουζίνα, wc). Τηλ. επικοινωνίας 6949756293 και 2751029693. ΚΩΔ. 1176

ΣΕΠΟΛΙΑ γκαρσονιέρα 40 τ.μ., 2ου, γωνιακή, 1 υ/δ, μπάνιο, ιδανική για φοιτητές, ανακαινισμένη, πλησίον της στάσης μετρό Σεπόλια, διαμπερής, με πρόσοψη σε πλατεία, κουφώματα αλουμινίου.Διατίθεται επιπλωμένη ή μη, τιμή συζητήσιμη, 6957678924, 10:00-20:00 ΚΩΔ. 1172

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ σε φοιτητές διαμέρισμα 1ου ορόφου, στην οδό Ποσειδώνος, στην Καλλιθέα Αττικής (δύο κρεβατοκάμαρες, σαλόνι, κουζίνα wc). Τηλ 694 456 2400. Τιμή 400€/μήνα. Συγκοινωνίες: τράμ και λεωφορεία. ΚΩΔ. 1171

ΔΙΑΜΕΡΙΣΜΑ 50τ.μ. διαμπερές 3ου ορόφου επιπλωμένο ή μη, στον Άγιο Μελέτιο, σε απόσταση 200μ. από σταθμό μετρό. Τηλ. επικοινωνίας : 6987998719 ΚΩΔ. 1168

ΑΘΗΝΑ, ΠΕΡΙΣΤΕΡΙ, ενοικιάζεται 2άρι σε φοιτητή από Αργολίδα, 44τμ, πλήρως επιπλωμένο, 2^{ου} ορόφου, διαμπερές, ευάερο, ευήλιο, 50μ από τον σταθμό Ανθούπολη, 300Ευρώ, χωρίς κοινόχρηστα 6947605070, 6986609450 ΚΩΔ. 1167

ΔΙΑΜΕΡΙΣΜΑ 50τ.μ. διαμπερές 3^{ου} ορόφου επιπλωμένο ή μη, στον Άγιο Μελέτιο, σε απόσταση 200μ. από σταθμό μετρό. Τηλ. επικοινωνίας : 6987998719 ΚΩΔ. 1168

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ στο Τολό μονοκατοικία 1ου ορόφου, καινούρια, 3υ/δ, 2 μπάνια, θέρμανση φυσικό αέριο, ηλιακός, συναγερμός, πλήρως επιπλωμένη, μεγάλα μπαλκόνια, μεγάλος εξωτερικός χώρος με θέσεις πάρκινγκ,500 μ από την φιλή άμμο angeldos@otent.gr

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ κατάστημα / γραφείο, 102τμ, ισόγειο, στο Παράλιο Άστρος, οδός Ζαφειροπούλου (πεζόδρομος) πάνω στην αγορά, δίπλα στην θάλασσα. Πληροφορίες: 697 717 1564 ΚΩΔ. 1132

ΠΩΛΗΣΕΙΣ

ΑΡΓΟΣ ΤΗΜΝΕΙΟ. Πωλείται αγροτεμάχιο εκτός σχεδίου 2200 στρέμματα. Τηλ. 693 210 2144 ΚΩΔ. 1177

ΠΩΛΕΙΤΑΙ ενεργή επιχείρηση ζαχαροπλαστείου με όλο τον εξοπλισμό της στο κέντρο του Άργους με μεγάλη προϊστορία 50 ετών, λόγω συνταξιοδότησης. Πληροφορίες στα τηλέφωνα 2751 0 66000 και 694 515 5597 ΚΩΔ. 1151

ΠΩΛΕΙΤΑΙ οικόπεδο 700 μέτρων στο Μοναστηράκι Αργολίδας εκατό μέτρα από την πλατεία. Τηλέφωνο για πληροφορίες 694 695 5302 ΚΩΔ. 1139

ΑΝΑΖΗΤΩ κατοικία προς πώληση στην πόλη του Ναυπλίου. Μέχρι περίπου 75τμ, σε κοντινή απόσταση από το κέντρο, προσιτό, προσφορές για παλιά σπίτια/ που χρήζουν ανακαίνισης ευπρόσδεκτες. Επικοινωνία +30 697 473 1221 (τηλέφωνο και WhatsApp) ΚΩΔ. 1129

ΠΩΛΕΙΤΑΙ κατάσταση λιανικής τροφίμων 10 χλμ. από Ναύπλιο σε τουριστική περιοχή, σε συνεχή ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ πάνω από 50 χρόνια, λόγω συνταξιοδότησης, επιφάνεια 300 τ.μ. περίπου & υπόγειο, χαμηλό μίσθωμα το κτίριο, τιμή συζητήσιμη. Τηλ. 694 827 2077 8:00-14:00 ΚΩΔ. 1225

Πωλείται σε χαμηλή τιμή πρακτορείο ΟΠΑΠ στο Άργος (Τσώκρη 52, Λαϊκή Αγορά). Πληροφορίες εντός του καταστήματος ή στο τηλέφωνο 2751 0 61901 ΚΩΔ. 1217

Κρανίδι οικισμός Γαλήνη, οικόπεδο 1000 τ.μ δίπλα στην θάλασσα. Πωλείται - τιμή συζητήσιμη. Τηλ. 693 881 8353 ΚΩΔ. 1213

Διαμέρισμα Studio μεγάλης αντισεισμικής προστασίας, θέα Παλαμήδι και σε πολύ κεντρικό σημείο (κοντά σε Πανεπιστήμιο, σουπερμάρκετ, νοσοκομείο, τράπεζες φαρμακείο) Επίσης διαθέτει πατάρι. Δεκτή ανταλλαγή με διαμέρισμα ίδιας χρονολογίας και άξιας στην Αθήνα. Τηλέφωνο: 694 810 3705 ΚΩΔ. 1207

ΠΩΛΕΙΤΑΙ δεύτερος όροφος στα μπετά, διαμπερές, οικοδομήσιμο 160 τμ., κάλυψη 200 τ.μ., οδός Πατριάρχου Κυρίλλου 8 / Αγίου Ανδριανού, πίσω από παλιές Καπναποθήκες του Ναυπλίου. τηλ. 697 340 1802 ΚΩΔ. 1186

ΕΡΓΑΣΙΑ

ΥΠΑΛΛΗΛΟΣ ΓΡΑΦΕΙΟΥ ζητείται από εμπορική εταιρία στο Άργος. Απαραίτητα προσόντα: απόλυτη ευχέρεια στη χρήση υπολογιστών, αγγλικά, εργασιακή εμπειρία. Επιπλέον προσόντα θα συνεκτιμηθούν. Αποστολή CV στο accdept.cvs@gmail.com ΚΩΔ. 1175

ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ με Μεταπτυχιακό και παιδαγωγική επάρκεια παραδίδει ιδιαίτερα μαθήματα σε μαθητές Δημοτικού και Γυμνασίου σε όλα τα μαθήματα. Πολυετή εμπειρία, προσιτές τιμές. Παρέχεται πλούσιο διδακτικό υλικό. Τηλ. Επικοινωνίας: 697 781 5111 ΚΩΔ. 1174

ΑΝΑΛΑΜΒΑΝΩ την οργάνωση του σπιτιού σας, με διακριτικότητα και εντιμότητα, φύλαξη παιδιών,μαγείρεμα, καθαριότητα. Ελληνίδα μη καπνίστρια, ζωόφιλη. Με εμπειρία και ενδιαφέρομαι για όλη την Αργολίδα. Τηλέφωνο 697 970 1239. ΚΩΔ. 1173

ΚΥΡΙΟΣ 43 ΧΡΟΝΩΝ από Ναύπλιο με Δίπλωμα Α',Β',Γ',Δ' Πεί συν κάτοχος Κάρτας ψηφιακού ταχογράφου, ζητά εργασία σαν οδηγός (Εθνικές Μεταφορές) σε επαγγελματικά αυτοκίνητα, ή σε τουριστικά Βανάκια έως 30 θέσεων, αγγλική γλώσσα μέτρια. Τηλ: 6983-360.000 ΚΩΔ. 1172

ΑΡΙΣΤΟΥΧΟΣ φιλόλογος του Καποδιστριακού πανεπιστημίου Αθηνών παραδίδει ιδιαίτερα στο μάθημα της έκθεσης (πέντε συναπτά έτη επιτυχίας στις πανελλαδικές εξετάσεις). Τηλέφωνα επικοινωνίας: 6940 966 137, 6955 238 709 ΚΩΔ. 1169

ΟΜΑΔΑ ΜΑΡΚΕΤΙΝΓΚ αναζήτα φιλόδοξα και διδάξιμα άτομα με υψηλούς στόχους που επιθυμούν να δημιουργήσουν την δική τους Online επιχείρηση στον τομέα του affiliate - Internet Marketing. Τηλ : 6983031205 Mail: baxevanis_pavlos@hotmail.com Site : www.ogimarketingsystem.com/workathomepavlos ΚΩΔ. 1159

ΒΡΕΦΟΝΗΠΙΟΚΟΜΟΣ, αναλαμβάνει φύλαξη και δημιουργική απασχόληση βρεφών και νηπίων στην περιοχή Ναυπλίου, Τηλ 694 690 7897 ΚΩΔ. 1157

ΑΝΑΛΑΜΒΑΝΩ τη φύλαξη και τη μελέτη παιδιών δημοτικού. Από πέντε ετών και άνω. Πτυχιούχος ΑΕΙ - Πανεπιστήμιο Πατρών. Κάτοχος Proficiency. Θεατρικό παιχνίδι - Μουσικοκινη-

τική. Δημιουργική απασχόληση παιδιών Άργος – Ναύπλιο. Επικοινωνία: theatredu2020@gmail.com & [viber](https://www.viber.com) 699 577 3571 ΚΩΔ. 1158

ΑΝΑΛΑΜΒΑΝΩ τη μελέτη - επαναληπτικά μαθήματα σε μαθητές Δημοτικού. Δάσκαλος με 10ετή εμπειρία και γνωστός πανελλαδικά για τις καινοτόμες μεθόδους διδασκαλίας και την εκτίμηση - αγάπη παιδιών και γονέων. Περιοχές Ναυπλίου - Άργους. 6945042944 ΚΩΔ. 1156

ΚΥΡΙΑ 40 χρόνων. Αναζητεί εργασία πρωινή ή απογευματινή. Καθαρισμό σπιτιών, γραφείων και πολυκατοικίας. Εργασία σε εστίαση για λάντζα. Φροντίδα ηλικιωμένων και δουλειές σπιτιού εκτός από μαγείρεμα (Όχι κατάκοιτη) Εμπειρία σε ανάλογη θέση! Τηλέφωνο επικοινωνίας 699 386 7052 (όχι απόκρυψη).Τιμές προσιτές. Περιοχή Ναυπλίου. ΚΩΔ. 1155

ΑΝΑΛΑΜΒΑΝΩ το διάβασμα, κ επαναληπτικά μαθήματα σε όλες τις τάξεις Δημοτικού . Είμαι δασκάλα με 12ετη εμπειρία. Περιοχές Άργους Ναυπλίου. Τηλέφωνο 6979701239 ΚΩΔ. 1153

ΖΗΤΕΙΤΑΙ BABYSITTER στο Άργος. Σταθερός μισθός, ασφάλιση, δώρα, επιδόματα, προοπτική μακροχρόνιας συνεργασίας. Εσωτερική ή full time. Να είναι έμπιστη, να έχει εμπειρία σε παιδιά, δίπλωμα οδήγησης, μέχρι 35 ετών. Συστατικές επιστολές επιθυμητές Τηλ. Επικοινωνίας 693 443 3196 ΚΩΔ. 1152

ΨΥΧΟΛΟΓΟΣ-ΠΑΙΔΑΓΩΓΟΣ με προϋπηρεσία και σπουδές στην ειδική αγωγή αναλαμβάνει την δημιουργική απασχόληση και εκπαιδευτική υποστήριξη παιδιών με αναπτυξιακές διαταραχές. Υπάρχει η δυνατότητα συνοδείας ΑμεΑ σε διακοπές. Επικοινωνιακή και πρόσχαρη με σεβασμό και κατανόηση. Τηλ: 694 445 0614 ΚΩΔ. 1150

ΑΝΑΖΗΤΩ κυρία να προσέχει ηλικιωμένη (όχι κατάκοιτη), όλη νύχτα, και την ημέρα 3 ώρες πρωί και 3 ώρες απόγευμα. Περιοχή κοντά Άργος και Ναύπλιο. Αμοιβή 400€. ΤΗΛΕΦΩΝΟ 27510 52144. ΚΩΔ. 1149

ΖΗΤΕΙΤΑΙ άτομο για σέρβις σε καφέ στο Ναύπλιο για ημισπασχόληση. Επιθυμητό το δίπλωμα οδήγησης μηχανής 50 κυβικών. Αποστολή βιογραφικών στο e-mail:info@grimani.gr ή προσωπικά στο κατάστημα Grimani Πολυζώιδου 4 ΚΩΔ. 1148

ΤΟ ΚΕΝΤΡΟ ΕΙΔΙΚΩΝ ΘΕΡΑΠΕΙΩΝ Εξέλιξη στο Άργος αναζητά συνεργασία για πλήρη απασχόληση με: 1. Ψυχολόγο 2. Ειδική Παιδαγωγό και για μερική απασχόληση με: 1. Εργοθεραπεύτρια / εργοθεραπευτή. Πληροφορίες: 2751 0 22374 και 698 375 3501 ή email:exelixicenter@gmail.com ΚΩΔ. 1147

ΦΙΛΟΛΟΓΟΣ - ΕΙΔΙΚΗ ΠΑΙΔΑΓΩΓΟΣ με εξειδίκευση στην Ειδική Αγωγή και εμπειρία σε δομή παιδικής προστασίας αναλαμβάνει τη διδασκαλία, τη μαθησιακή αποκατάσταση και την παράλληλη στήριξη μαθητών Δημοτικού, Γυμνασίου & Λυκείου στην ευρύτερη περιοχή Ναυπλίου – Άργους. Τηλέφωνο επικοινωνίας: 694 484 8865 ΚΩΔ. 1144

ΖΗΤΕΙΤΑΙ κοπέλα από 22 έως 40 χρόνων για πλήρης απασχόληση στο ΓΡΗΓΟΡΗΣ ΜΙΚΡΟΓΕΥΜΑΤΑ στο Άργος αποστολή βιογραφικών στο mail "leri.07@hotmail.com". ή στο τηλέφωνο επικοινωνίας 697 667 4446 ΚΩΔ. 1143

ΤΟ ΚΑΤΑΣΤΗΜΑ L@B στο Ναύπλιο ζητεί τεχνικό κινητών τηλεφώνων για πλήρη απασχόληση. Κύριο προσόν που απαιτείται είναι ο επαγγελματισμός, πτυχίο επιθυμητό, εμπειρία επιθυμητή. Αποστολή βιογραφικών στο info@lab.com.gr ΚΩΔ. 1141

ΨΑΧΝΩ εργασία ως security στο Άργος και γύρω περιοχές. Τηλ. επικοινωνίας: 694 746

4147 ΚΩΔ. 1138

ΚΑΤΑΣΤΗΜΑ στο Ναύπλιο ζητάει πωλήτρια. menziesnafplio@hotmail.com ΚΩΔ. 1137

ΖΗΤΕΙΤΑΙ υπάλληλος για ηλεκτρονικό κατάστημα (Eshop), απαραίτητες γνώσεις Η/Υ. Αποστολή βιογραφικών : pe.tsakiri@gmail.com ΚΩΔ. 1134

ΖΗΤΕΙΤΑΙ γυναίκα ως εσωτερική για 24ωρη φύλαξη και φροντίδα ηλικιωμένου ζευγαριού. Τηλ. 697 741 5299 ΚΩΔ. 1135

ΔΙΑΦΟΡΑ

ΑΝΑΖΗΤΩ ΔΑΣΚΑΛΟ / ΔΑΣΚΑΛΑ για εξ' αποστάσεως μάθημα σε παιδάκι δημοτικού για να καλύπτει την σχολική ύλη. Αποστολή βιογραφικών. Παρέχονται πληροφορίες και στο 6936153954. ΚΩΔ. 1171

ΠΩΛΕΙΤΑΙ SUZUKI SWIFT, '93, 1300cc, 79hp, 89.282χλμ. Τιμή 700 ευρώ. Τηλ. 6971173209 ΚΩΔ. 1165

ΠΩΛΕΙΤΑΙ επαγγελματικός εξοπλισμός καταστήματος γυναικείων αξεσουάρ. Πάνελ , φωτισμός , γάντζοι κάθε είδους και μήκους για στήσιμο μπιζιού, γραφεία και πολλά άλλα. Σχεδόν καινούρια σε πολύ καλή τιμή. Τηλ. 6974880083. ΚΩΔ. 1164

ΠΩΛΕΙΤΑΙ παραδοσιακός αργαλειός. Τηλέφωνο επικοινωνίας 697 809 9019 ΚΩΔ. 1161

ΠΩΛΕΙΤΑΙ τραπέζι εξωτερικού χώρου μαύρο, με σκελετό αλουμινίου και κρύσταλλο 5χιλ. Διαστάσεις 1.60 x 1m. Με ή χωρίς καρέκλες. Άριστη ποιότητα και κατάσταση 350€ Τηλ. 697 330 1068 ΚΩΔ. 1160

ΠΩΛΟΥΝΤΑΙ 3 ζωγραφικοί πίνακες μαζί (τριλογία), σε χρώμα ασπρόμαυρο, "οι αρχαιολογικοί χώροι της Αργολίδας". Ο κάθε πίνακας, είναι 1.18x1.50 (ύψος), κ στοιχίζει έκαστος 200€. Πωλείται ζωγραφικός πίνακας "Παρθενώνας" διασταση1.10x1.65 (ύψος) σε χρώμα ασπρόμαυρο με χρυσό. Τιμή 200€, Τηλέφωνο 697 970 1239. ΚΩΔ. 1145

ΠΩΛΕΙΤΑΙ Φοράδα 7 ετών με μουλαρόπουλο 3 μηνών, μουλάρι και άλογο. Τα ζώα είναι ήμερα, μετρίου αναστήματος. Τηλ. επικοινωνίας 6974380303 ΚΩΔ. 1140

ΠΩΛΕΙΤΑΙ Σαλόνι με 4θέσιο καναπέ πλήρες σετ. 8 κομμάτια, 4θέσιος καναπές με μπράτσα, δύο μεγάλες πολυθρόνες με στρογγυλεμένα μπράτσα, δύο καρέκλες και τρία τραπέζια. Το σαλόνι είναι σε άριστη κατάσταση χωρίς καθόλου φθορές ή σημάδια χρήσης στο ξύλο και στο ύφασμα. Τιμή συζητήσιμη. 1.400€ Τηλ. 6974701939 Φάνης. ΚΩΔ. 1133

ΑΓΟΡΑΖΩ γυναικείο ποδήλατο με κάθισμα μωρού. Τηλ επικοινωνίας 6942414055. ΚΩΔ. 1130

ΠΩΛΟΥΝΤΑΙ γαρδελοκάναρα - καναρίνια. Πληροφορίες επικοινωνίας: 694 764 6993 / 2751 023075 ΚΩΔ. 1128

ΧΑΡΙΖΕΤΑΙ κρεβάτι μονό χωρίς το στρώμα, σκελετός και τάβλες, κατάσταση άριστη. Τηλ.: 694 4766 488 ΚΩΔ. 1224

ΠΩΛΟΥΝΤΑΙ μοςχάρια Λιμουζιν, Σίμμενταλ, Black-angus, υψηλής απόδοσης και ποιότητας, ζων βάρος 450-600 κιλά. Συνεχή ανανέωση μοςχαριών. Τιμές από 2.30/κιλό. Πληροφορίες στο τηλέφωνο 690 677 9402 ΚΩΔ. 1219

ΠΩΛΕΙΤΑΙ καινούργη βαρκάκι 4,80 μέτρα πλαστικό και μία μηχανή Kubota δικύλινδρη σε άριστη κατάσταση. Τηλ.: 27520 28391, 698 947 3757 ΚΩΔ. 1094

απροσάρμοστα απομνημόνευμα

Πως να ξεχωρίζεις τους αληθινούς φίλους από τα φίδια

Όλοι μας κάποια στιγμή αναρωτηθήκαμε πόσους από τους φίλους μας μπορούμε να εμπιστευτούμε. Όλοι έχουμε κάνει την ερώτηση: πως μπορώ να ξεχωρίσω τους αληθινούς φίλους από τα "φίδια";

τα πράγματα σε αυτή την περίπτωση είναι δύσκολα αλλά επειδή έχω καταλάβει μερικά πράγματα θα δώσω μερικές συμβουλές και ελπίζω να βοηθήσουν.

*ΔΕΣ ΠΩΣ ΦΕΡΕΤΑΙ ΣΤΟΥΣ ΑΛΛΟΥΣ

το μεγαλύτερο λάθος που κάνουμε είναι ότι δεν δίνουμε σημασία σε άσχημες συμπεριφορές προς άλλους. Πόσες φορές η φίλη σου φέρεται άσχημα σε άλλους και μιλάει άσχημα πίσω από την πλάτη κάποιου άλλου χωρίς λόγο; δεν δίνεις σημασία επειδή δεν σε ενδιαφέρει αλλά σκέψου: αφού χωρίς λόγο φέρεται άσχημα σε άλλους αν τσακωθείτε τι θα γίνει;

*ΔΩΣΕ ΣΗΜΑΣΙΑ ΣΤΙΣ ΛΕΠΤΟΜΕΡΕΙΕΣ

ραντεβού που είχατε δώσει για καφέ και την τελευταία στιγμή τα ακύρωσε επειδή ήρθαν κάτι φίλες της, κάτι που σου είχε υποσχεθεί και το ξέχασε, κάτι σημαντικό που άργησε πολύ να σου πει. Η εμπιστοσύνη και το να μπορείς να βασιστείς σε κάποιον

είναι πολύ σημαντικοί παράγοντες σε μια φίλια γι'αυτο δώσε βάση.

*ΧΑΙΡΩ ΠΟΛΥ ΕΙΜΑΙ ΤΟ ΔΕΥΤΕΡΟ ΠΡΟΣΩΠΟ ΤΗΣ ΦΙΛΗΣ ΣΟΥ

αν δεις τη φίλη σου να φέρεται φιλικά σε κάποιον μπροστά του η ακόμα να είναι και φίλοι(τελοσπαντων) και όταν είναι με σένα και με άλλους να τον σχολιάζει τότε μάλλον πρέπει να ψάξεις καλύτερα για φίλους γιατί αφού το κάνει σε άλλους φίλους της τι την εμποδίζει να το κάνει και σε σένα;

*ΑΚΟΥ ΤΙ ΛΕΝΕ ΟΙ ΑΛΛΟΙ ΓΙΑ ΑΥΤΗΝ

εντάξει δεν είπαμε να πάρεις τους δρόμους και να ρωτάς για τη φίλη σου αλλά μιλά με άλλους φίλους σου που δεν είναι και δικό της φίλο και ρωτά

τους τι πιστεύουν τοιαύτην.

*ΑΝ ΔΕΙΣ ΟΤΙ ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ Η ΦΙΛΗ ΠΟΥ ΝΟΜΙΖΕΣ ΣΥΖΗΤΗΣΕ ΜΑΖΙ ΤΗΣ

κανένας δεν αξίζει να τον εγκαταλείπουν χωρίς εξηγήσεις. Ακόμα κι αυτή. Μιλήστε και εξήγησέ της ποιες συμπεριφορές της σε ενόχλησαν. Δεν θα κόψεις κάθε επαφή αλλά πια θα ξέρεις και δεν θα της εμπιστευέσαι τα πάντα.



Εντουρόνα, η Αμαζόνα την σημερινή εποχή

ανέκδοτο

2 φορές sex

Πάει ένα ζευγάρι ηλικιωμένων στο γιατρό για τσεκάπ. Αφού ο γιατρός εξετάζει τον άνδρα τον ρωτάει:

- Πώς πάμε από sex;
- Μια χαρά γιατρέ. Δύο 2 φορές μόνο που την δεύτερη φορά ιδρώνω.
- Καλά, απαντάει ο γιατρός, δεν είναι πρόβλημα αυτό.

Βγαίνει ο σύζυγος και μπαίνει η σύζυγος στο γραφείο.

- Πως πάμε από σεξ;
- Χάλια γιατρέ!
- Τι χάλια; Ο σύζυγος μου είπε ότι το κάνετε δύο φορές, και μάλιστα μόνο την δεύτερη ιδρώνει.
- Ναι, λέει η σύζυγος, αλλά αυτό είναι γιατί η πρώτη είναι τον χειμώνα και η δεύτερη του καλοκαίρι!

