

ΦΘΙΝΟΠΩΡΟ

και...

ΟΙ ΚΑΛΠΕΣ...

στον ορίζοντα...



ΑΝΤΙΣΕΙΣΜΙΚΗ ΘΕΜΕΛΙΟΔΟΜΗ
ΧΑΤΖΗΠΑΡΑΣΚΕΥΑΪΔΗΣ Χ. ΓΕΩΡΓΙΟΣ
Τοπογράφος Μηχανικός Ε.Μ.Π.
Λεωφ. Καραγιάννη 102 - ΑΝΑΒΥΣΣΟΣ Τηλ.: 22910 78068, 6944 329586
ΧΑΤΖΗΠΑΡΑΣΚΕΥΑΪΔΗΣ Χ. ΠΡΟΔΡΟΜΟΣ
Πολιτικός Μηχανικός
Τοπογράφος Μηχανικός
Κιν. 6945 512311
22910 37000 - 6945 512311
Βασ. Γεωργίου Β' 21-190 13 ΑΝΑΒΥΣΣΟΣ makxatzh@gmail.com

Μελέτη-επιβλέψη-κατασκευή-τοπογραφικά
ΤΑΚΤΟΠΟΙΗΣΕΙΣ
ΑΥΘΑΙΡΕΤΩΝ
ΑΝΑΚΑΙΝΙΣΕΙΣ ΚΤΙΡΙΩΝ



kostasmoisidis
ΕΝΤΥΠΑ ΕΠΙΓΡΑΦΕΣ ΣΦΡΑΓΙΔΕΣ
kmoisidis@gmail.com
2292069509

FIREWORKS
ΝΙΚΟΣ Β. ΧΑΤΖΗΚΩΣΤΗΣ - ΑΔΕΙΟΥΧΟΣ ΠΥΡΟΤΕΧΝΟΥΡΓΟΣ
ΓΑΜΟΣ | ΒΑΠΤΙΣΗ | PARTY | ΔΕΞΙΩΣΕΙΣ | ΣΥΝΑΓΛΙΣ | SPECIAL EFFECTS
Τ. 210 300 66 62 - Κ. 6944 58 58 00

Οσμή εκλογών



Του Κώστα Πετούρη

Μπορεί ο χρόνος διεξαγωγής των εκλογών να αποτελεί αίτιο, ωστόσο είναι προφανές ότι έχουμε εισέλθει σε προεκλογική περίοδο παρά τις κυβερνητικές επαναλαμβανόμενες διαβεβαιώσεις για την εξάντληση της συνταγματικής προθεσμίας.

Η ΝΔ παρά τη δημοσκοπική πρωτιά καταγράφει μεγάλες απώλειες. Ο σκληρός πυρήνας του αφηγήματος περί σταθερότητας, τον οποίο διλημματικά αντιπαραβάλλει με τη διαδρομή και τα πεπραγμένα του αναβίωσαντος πρώην ηγέτη του ΣΥΡΙΖΑ, προσκρούει τόσο σε ζητήματα της καθημερινότητας (βλ. ακρίβεια) και ανεξαργύρωτης «ανάπτυξης», όσο και σε μείζονα ζητήματα θεσμικής κρίσης και πολιτικής διαφθοράς (βλ. κρίση του κράτους δικαίου, υποκλοπές, σκάνδαλα, αναθέσεις).

Εάν σε αυτά προστεθούν οι εγκλήσεις για ενδοτισμό στη διαχείριση της εξωτερικής πολιτικής, όσο και η διάχυτη δυσφορία για τη διάρρηση των δεσμών με την «μεσαία τάξη» που αποτελούν την κυρίαρχη ατζέντα της εκ δεξιών πλαγιοκόπησης, φαίνεται ότι η ηγεμονική παρουσία του κυβερνήσαντος κόμματος, έχει οριστικά απολεσθεί. Η αλαζονεία που επιδεικνύει το «επιτελικό κράτος» και οι εγκλήσεις περί μεταλλαγμένου «Σημιτικού ΠΑΣΟΚ» και Ποταμιού, απωθούν μέρος του παραδοσιακού ακροατηρίου της ΝΔ, το οποίο αισθάνεται πολιτικά άστεγο και δυσανασχετεί με την αλλοίωση της φυσιογνωμίας του κόμματος.

Η ΕΛ.Α.Σ (κόμμα Τσίπρα) αποτελεί τον έτερο πόλο, όπου παρά το εντυπωσιακό και επαγγελματικά (με όρους πολιτικής επικοινωνίας) άρτια προπαρασκευασμένο λανσάρισμα, πρόκειται να διανύσει απαιτητική διαδρομή, τόσο εξ αιτίας του παρελθόντος διακυβέρνησης του ιδρυτή της (διάψευση προσδοκιών, διακινδύνευση υψηλού κόστους), όσο και για τις νεφελώδεις γενικόλογες αναφορές που

απομακρύνονται από τον ριζοσπαστισμό του παρελθόντος (με εμφανή στόχευση μετριοπαθέστερων ακροατηρίων), χωρίς σαφή πολιτικό προσανατολισμό.

Στοιχεία όπως ο «πατριωτισμός» και η «εντιμότητα» δεν πείθουν ως αυτοαναφορικές περιαυτολογίες αλλά ωριμάζουν στην πολιτική διαδρομή και πείθουν όταν η υπηρέτηση των υψηλών ιδανικών προτάσσεται, αντί να ακολουθεί τις πολιτικές σκοπιμότητες.

Το «πρόγραμμα της Θεσσαλονίκης», η διαχείριση του δημοψηφίσματος, η υπογραφή του τρίτου επαχθούς μνημονίου, η «συμφωνία των Πρεσπών», είναι σημεία αναφοράς όπου η ευφυής και καλοσχεδιασμένη επανεκκίνηση θα υπερβεί με δυσκολία. Επίσης η τύχη που επιφύλαξε στο ΣΥΡΙΖΑ δεν συνηγορεί για την αγνότητα των προθέσεων...

Το ΠΑ.ΣΟ.Κ είναι ο μεγάλος ηττημένος και πάντως ο αδικημένος συμμετέχων της προεκλογικής κούρσας. Αφού επί δεκαπενταετίας πληρώνει το τίμημα του «Λεφτά Υπάρχουν» και ενώ προσπαθεί να αποκτήσει κυβερνητικό βηματισμό η εσωστρέφεια που προκαλεί η μονοθεματική αντιπαράθεση (βλ. υποκλοπές), η αδυναμία να πείσει για την καταλληλότητα του να κυβερνήσει, οι εσωτερικές έριδες των επίδοξων δελφίνων και η αμφίπλευρη αφαίμαξη τόσο από τη ΝΔ (ως βασικού διεκδικητή του κεντρώου μετριοπαθούς ψηφοφόρου) όσο και η καταλυτική επανεμφάνιση Τσίπρα (ως του ελκυστικότερου διεκδικητή του αυτοαποκαλούμενου «προοδευτικού» ψηφοφόρου) στερούν στο ΠΑΣΟΚ τον πρωταγωνιστικό ρόλο που επεδίωκε.

Η ΕΛΠΙΔΑ για τη Δημοκρατία (κόμμα Καρυστιανού) βαδίζει σε τροχιά διαρκούς συρρίκνωσης. Πέραν της πολιτικής απειρίας (κάτι που δεν συγχωρεί η επικοινωνιακή κρεατομηχανή) και της έλλειψης ολοκληρωμένης πολιτικής ατζέντας, η διαδρομή της ήταν εκ προοιμίου καταδικασμένη γιατί η ανάληψη πολιτικών πρωτοβουλιών και η ίδρυση κόμματος εξουδετέρωσε το ηθικό πλεονέκτημα της «χα-

ροκαμένης Μάνας» που δικαίως διατηρούσε.

Με επιδραστικότητα που διαπερνούσε ορίζοντα το σύνολο της κοινωνίας και ιστορικό προηγούμενο της οποίας μπορεί να αναζητηθεί μόνο στην απήχηση του Αρχιεπισκόπου Χριστόδουλου, η έγκληση για ιδιοτέλεια και ωφελμιστική αξιοποίηση ενός προσωπικού δράματος, αμαύρωσε τη δημόσια εικόνα της ιδρυτού και συμπαρέσυρε το σύνολο της πρωτοβουλίας σε μαρasmus. Η τραγική φιγούρα με τον έντονο συμβολισμό, εξέπεσε στον ευτελισμό των μικροκομματικών σκοπιμοτήτων.

Το κόμμα ΣΑΜΑΡΑ το οποίο εφόσον ιδρυθεί θα προσελκύσει μέρος των δυσανεσχημένων ψηφοφόρων της ΝΔ, καλείται να στεγάσει αυτούς που αισθάνονται προδομένοι από τη διακυβέρνηση του «επιτελικού κράτους».

Αυτοί που ταυτίζονται με το δεξιό, λαϊκών καταβολών και πατριωτικών αναφορών ιδεολογικό προσανατολισμό, αναγνωρίζοντας τον ως το μόνο αυθεντικό, θα στηρίξουν το εγχείρημα αποσπώντας κρίσιμη μάζα ψηφοφόρων από το κυβερνώσα παράταξη.

Ωστόσο και η απόπειρα Σαμαρά δεν θα είναι ανέφελη. Η πολιτική προδοσία που τον βαραίνει και διατηρείται ασυγχώρητη, ειδικά για αυτούς με τα υψηλά παραταξιακά αντανάκλαστικά, η ακαριαία μετάπτωση από αντιμνημονιακό σε de facto τιμητή των μνημονίων, η διάψευση των Ζαππειών (Ζάππειο 1 & 2), τα πεπραγμένα της διακυβέρνησης του και η αίσθηση ότι οι πρωτοβουλίες του κινητροδοτούνται από προσωπικό ωφελμισμό, δεν υπόσχονται υψηλές εκλογικές αξιώσεις παρά την αδιαμφισβήτητη «υφαρπαγή» ψηφοφόρων από τη ΝΔ.

Τελειώνοντας, ειδικό ενδιαφέρον παρουσιάζουν κόμματα που θα διαδραματίσουν σημαντικό ρόλο, τόσο στην εκλογική αρένα, όσο και στις μετεκλογικές εξελίξεις και σε ενδεχόμενες απόπειρες συνεργασιών. Πρόκειται για ενδιαφέρουσες παρουσίες που χρήζουν ενδελεχούς ανάλυσης μελλοντικά.

ΠΕΡΙΟΔΙΚΑ ΤΟΠΙΚΑ ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΑ ΕΝΤΥΠΑ -PRESS,
«Δήμος» Σαρωνικού & Λαυρεωτικής - «Ντελάλης» Σαρωνικού & Λαυρεωτικής
ΔΙΑΝΕΜΟΝΤΑΙ ΔΩΡΕΑΝ

Ιδρυτής, Εκδότης, Υπεύθυνος Έκδοσης: Κωνσταντίνος Γ. Μωυσίδης
Αθηνών 10 - 19500 ΛΑΥΡΙΟ, Τ. 210 3002292, κ. 699 3700 566 email: dimospress@gmail.com - delalispress@gmail.com
www.saronikos-lavreotiki.com - www.delalis.gr

Τα άρθρα που δημοσιεύονται εκφράζουν προσωπικές απόψεις των αρθρογράφων

Απαγορεύεται η αναδημοσίευση, η αναπαραγωγή, ολική, μερική ή περιληπτική ή κατά παράφραση ή διασκευή απόδοση του περιεχομένου του παρόντος με οποιονδήποτε τρόπο, ηλεκτρονικό, μηχανικό, φωτοτυπικό, ή άλλο, χωρίς προηγούμενη γραπτή άδεια του εκδότη.©

ΧΑΤΖΗΠΑΡΑΣΚΕΥΑΪΔΗΣ Χ. ΓΕΩΡΓΙΟΣ

Τοπογράφος Μηχανικός Ε.Μ.Π.
Κιν. 6944 329586 e-mail: gexatzh@gmail.com



**ΑΝΤΙΣΕΙΣΜΙΚΗ
ΘΕΜΕΛΙΟΔΟΜΗ**

ΧΑΤΖΗΠΑΡΑΣΚΕΥΑΪΔΗΣ Χ. ΠΡΟΔΡΟΜΟΣ

Πολιτικός Μηχανικός - Τοπογράφος Μηχανικός
Κιν. 6945 512311 e-mail: makxatzh@gmail.com

**ΕΝΕΡΓΕΙΑΚΑ
ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΤΙΚΑ**

Μελέτη-επίβλεψη-κατασκευή-τοπογραφικά
**ΤΑΚΤΟΠΟΙΗΣΕΙΣ ΑΥΘΑΙΡΕΤΩΝ
ΥΠΕΡΒΑΣΕΙΣ ΔΟΜΗΣΗΣ**

Βασ. Γεωργίου Β' 21-190 13 ΑΝΑΒΥΣΣΟΣ Τ. 22910 36690

Πολιτικό, Αθλητικό, Κοινωνικό ρεπορτάζ, Διαφημίσεις...
Εκδότης: Κ. Γ. Μωυσίδης ISSN 2654 - 1033

δημος λαυρεωτική
σαρωνικός

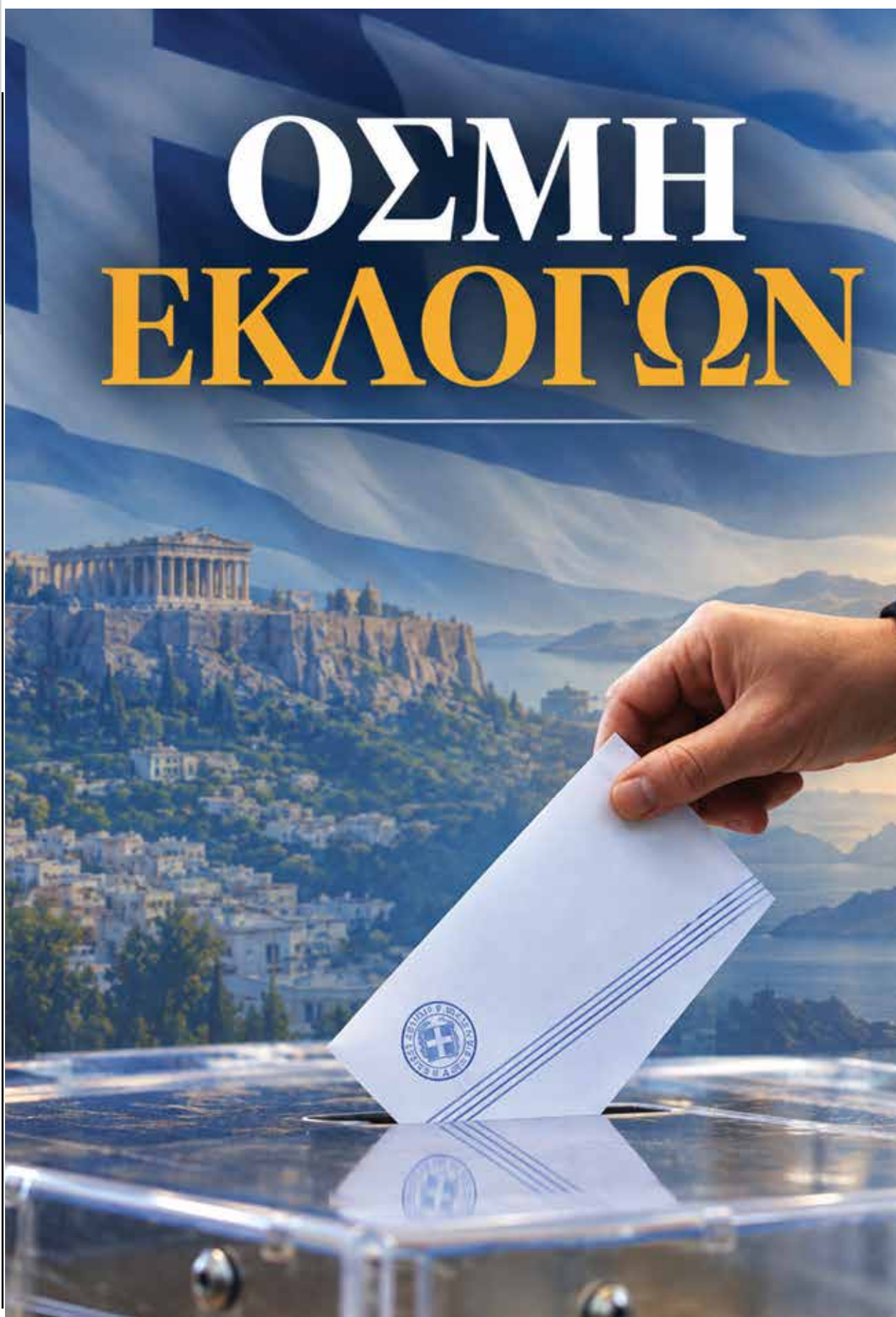


τηλ. 210 300 2292, κιν. 699 3700 566, email: dimospress@gmail.com www.saronikos-lavreotiki.gr

ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ ΤΟΠΙΚΟ
ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΟ ΕΝΤΥΠΟ -PRESS,
"ΔΗΜΟΣ" -"ΝΤΕΛΑΛΗΣ"
ΣΑΡΩΝΙΚΟΥ & ΛΑΥΡΕΩΤΙΚΗΣ.
ΔΙΑΝΕΜΕΤΑΙ ΔΩΡΕΑΝ
Ιδρυτής, Εκδότης, Υπεύθυνος Έκδοσης:
Κωνσταντίνος Γ. Μωυσίδης
Αθηνών 10 - 19500 ΛΑΥΡΙΟ
τ. 210 3002292, κ. 699 3700 566
dimospress@gmail.com

34, ΙΟΥΛ.ΑΥΓ.-ΣΕΠ. 2026

ΟΣΜΗ ΕΚΛΟΓΩΝ



ΜΕΣΙΤΙΚΟ
ΓΡΑΦΕΙΟ

SOUTHup
Εταιρία διαχείρισης ακινήτων

**ΖΗΤΟΥΝΤΑΙ
ΑΚΙΝΗΤΑ
ΠΡΟΣ ΠΩΛΗΣΗ
ΕΝΟΙΚΙΑΣΗ**

ΑΓΟΡΕΣ-ΠΩΛΗΣΕΙΣ-ΕΝΟΙΚΙΑΣΕΙΣ

📍 Λ. Σαρωνίδας 7 | Σαρωνίδα ☎ 22910 80303 📞 697 177 3917 ✉ info@southup.gr 🌐 southup.gr

ΔΗΜΟΣ ΣΑΡΩΝΙΚΟΥ: Η υπόθεση των 270.000 ευρώ: από το Δημοτικό Συμβούλιο στη Δικαιοσύνη

300.000 ή 30.000 ευρώ; Η αναφορά του δημάρχου, το εξώδι-κο Κυριακόπουλου και το ερώτημα που παραμένει

Υπάρχουν πολιτικές αντιπαραθέσεις που τελειώνουν μαζί με μια συνεδρίαση του Δημοτικού Συμβουλίου. Υπάρχουν όμως και εκείνες που συνεχίζονται, όταν στο επίκεντρό τους βρίσκονται συγκεκριμένα ποσά και ζητήματα διαχείρισης δημοτικού χρήματος.

Η υπόθεση της ανάπλασης της πλατείας Κουβαρά φαίνεται να ανήκει στη δεύτερη κατηγορία.

Όλα ξεκίνησαν από δημόσια αναφορά του δημάρχου Σαρωνικού Δημήτρη Παπαχρήστου στη συνεδρίαση του Δημοτικού Συμβουλίου της 28ης Μαΐου 2026.

Σύμφωνα με όσα ανέφερε, η προηγούμενη δημοτική διοίκηση, στην οποία συμμετείχε και ο ίδιος, είχε δρομολογήσει την ανάπλαση της πλατείας Κουβαρά με ποσό περίπου 300.000 ευρώ. Όπως υποστήριξε, το έργο τελικά υλοποιήθηκε με περίπου 30.000 ευρώ.

Η διαφορά, σύμφωνα με την αναφορά αυτή, ανέρχεται περίπου στις 270.000 ευρώ.

Το ερώτημα των 270.000 ευρώ

Η αναφορά αυτή δεν έμεινε στο επίπεδο μιας συνηθισμένης πολιτικής αντιπαράθεσης. Η σύγκριση των δύο ποσών δημιούργησε ένα συγκεκριμένο ερώτημα: **ποιο ήταν τελικά το προβλεπόμενο κόστος του έργου, ποιο το πραγματικό και τι απέγινε η διαφορά;**

Πρόκειται για ζήτημα που αφορά δημοτικούς πόρους και, ως εκ τούτου, η απάντηση μπορεί να δοθεί μόνο με συγκεκριμένα στοιχεία, αποφάσεις, μελέτες και οικονομικά δεδομένα.

Το εξώδικο Κυριακόπουλου

Η τοποθέτηση του δημάρχου προκάλεσε την αντίδραση του τότε αντιδημάρχου Γιάννη Κυριακόπουλου, ο οποίος ζήτησε εξηγήσεις για τις συγκεκριμένες αναφορές.

Με εξώδικο του προς τον δήμαρχο, σύμφωνα με όσα έχουν γίνει γνωστά, ζήτησε είτε την ανάκληση των επίμαχων ισχυρισμών είτε την προσκόμιση στοιχείων που να τους τεκμηριώνουν.

Η διαφωνία, επομένως, δεν περιορίστηκε πλέον στο Δημοτικό Συμβούλιο. Ακολούθησε η προσφυγή στη Δικαιοσύνη, μεταφέροντας την πολιτική αντιπαράθεση σε ένα διαφορετικό επίπεδο.

Το βασικό ζήτημα παραμένει: **τι ακριβώς ειπώθηκε και ποια είναι τα στοιχεία που τεκμηριώνουν τις σχετικές αναφορές;**

Η «τοξικότητα» και η ουσία της αντιπαράθεσης

Στο μεταξύ, από την πλευρά της δημοτικής αρχής και του περιβάλλοντος του δημάρχου έχουν διατυπωθεί αναφορές περί «τοξικότητας» στην πολιτική αντιπαράθεση και στο Δημοτικό Συμβούλιο.

Αναμφίβολα, μια συνεδρίαση δεν πρέπει να μετατρέπεται σε πεδίο προσωπικών επιθέσεων. Από την άλλη πλευρά, η πολιτική κριτική, η απαίτηση για λογοδοσία και η αναζήτηση απαντήσεων για τη διαχείριση δημοτικών πόρων αποτελούν μέρος του δημόσιου διαλόγου.

Η ένταση μπορεί να περιοριστεί. Τα ερωτήματα όμως δεν απαντώνται με χαρακτηρισμούς. Απαντώνται με στοιχεία.

Και αυτό αφορά όλους όσους έχουν συμμετάσχει στη συγκεκριμένη υπόθεση.

Η πολιτική διάσταση

Υπάρχει, παράλληλα, και μια πολιτική παράμετρος που δεν μπορεί να αγνοηθεί.

Ο Δημήτρης Παπαχρήστου συμμετείχε στην προηγούμενη δημοτική διοίκηση. Αυτό δεν σημαίνει ότι έχει προσωπική ευθύνη για κάθε απόφαση που ελήφθη εκείνη την περίοδο. Σημαίνει όμως ότι, όταν σήμερα αναδεικνύει ζητήματα της προηγούμενης διοίκησης, εύλογα τίθενται ερωτήματα και για τη δική του τότε θέση και γνώση των δεδομένων.

Τι είχε αποφασιστεί; Ποιος είχε την αρμοδιότητα; Ποιο ήταν το πραγματικό αντικείμενο του έργου; Ποιο ποσό είχε προβλεφθεί και ποιο τελικά δαπανήθηκε;

Οι απαντήσεις σε αυτά τα ερωτήματα δεν είναι θέμα πολιτικής προτίμησης. Είναι θέμα τεκμηρίωσης.

Και οι 100.000 ευρώ για τις παιδικές χαρές

Στην ίδια συνεδρίαση, στο επίκεντρο βρέθηκε και ένα ακόμη οικονομικό ζήτημα: η χρηματοδότηση ύψους 100.000 ευρώ για παρεμβάσεις σε παιδι-



κές χαρές του Δήμου Σαρωνικού.

Ο Γιάννης Κυριακόπουλος αναφέρθηκε στη χρηματοδότηση, την οποία, σύμφωνα με τη δική του τοποθέτηση, είχε εξασφαλίσει κατά την περίοδο που είχε την ευθύνη των Τεχνικών Έργων.

Ο δήμαρχος ζήτησε συγκεκριμένες απαντήσεις για το έργο, μεταξύ άλλων για το ποιες παιδικές χαρές έγιναν αντικείμενο παρεμβάσεων, ποιες εργασίες πραγματοποιήθηκαν και ποιος ήταν ο ανάδοχος.

Το ζήτημα των παιδικών χαρών αποτέλεσε, μαζί με την πλατεία Κουβαρά, μέρος της αντιπαράθεσης που ακολούθησε. Ο κ. Κυριακόπουλος υποστήριξε ότι οι αναφορές του δημάρχου δημιουργούσαν σε βάρος του εντυπώσεις περί αδιαφανούς διαχείρισης δημοσίου χρήματος, ενώ από την πλευρά του δημάρχου τα ζητήματα παρουσιάστηκαν ως θέματα λογοδοσίας και διαφάνειας.

Το πραγματικό διακύβευμα

Πέρα από τα πρόσωπα και τις πολιτικές αντιπαραθέσεις, υπάρχει ένα ζήτημα που αφορά όλους τους δημότες: πώς σχεδιάζονται, προϋπολογίζονται και τελικά υλοποιούνται τα έργα του Δήμου.

Εάν πράγματι ένα έργο που είχε προϋπολογιστεί περίπου στις 300.000 ευρώ υλοποιήθηκε τελικά με περίπου 30.000 ευρώ, αυτό είναι ένα στοιχείο που μπορεί και πρέπει να εξηγηθεί με σαφήνεια.

Το ίδιο ισχύει και για τη χρηματοδότηση των 100.000 ευρώ για τις παιδικές χαρές: ποιο ήταν το έργο, πού πραγματοποιήθηκαν οι παρεμβάσεις, ποιο ήταν το τελικό κόστος και ποια ήταν η πορεία των χρημάτων;

Αυτά είναι τα στοιχεία που μπορούν να δώσουν απαντήσεις και να αποσαφηνίσουν την εικόνα.

Η ώρα των στοιχείων

Η αντιπαράθεση Παπαχρήστου – Κυριακόπουλου έχει πλέον μεταφερθεί και στο νομικό επίπεδο. Η Δικαιοσύνη θα εξετάσει τους συγκεκριμένους ισχυρισμούς και τα πραγματικά περιστατικά που έχουν τεθεί υπόψη της.

Σε πολιτικό επίπεδο, ωστόσο, παραμένει μια απλή αλλά ουσιαστική ανάγκη: να παρουσιαστούν οι διαφορετικές εκδοχές με τα αντίστοιχα στοιχεία.

Ήταν πράγματι περίπου 300.000 ευρώ το ποσό που προβλεπόταν για την ανάπλαση της πλατείας Κουβαρά και τελικά το έργο υλοποιήθηκε με περίπου 30.000 ευρώ;

Και, εφόσον αυτά τα ποσά είναι ακριβή, ποια ήταν η πορεία της διαφοράς;

Αν ο ισχυρισμός του δημάρχου είναι ακριβής, τα σχετικά έγγραφα μπορούν να το αποδείξουν. Αν υπάρχει διαφορετική εκδοχή των γεγονότων, μπορεί επίσης να τεκμηριωθεί.

Η εφημερίδα μας, όπως και ο ιστότοπός μας, είναι διαθέσιμοι να δημοσιεύσουν κάθε τεκμηριωμένη απάντηση των εμπλεκόμενων.

Γιατί, σε μια υπόθεση που αφορά τη διαχείριση δημοτικού χρήματος, η τελική απάντηση δεν πρέπει να δοθεί με χαρακτηρισμούς ή πολιτικές αντιπαραθέσεις.

Πρέπει να δοθεί με στοιχεία.

Αφού η πόλη χτίστηκε ας την κάνουμε επιτέλους πόλη

Υπάρχει ένα παράδοξο στην πολεοδομική πραγματικότητα της χώρας μας. Εδώ και δεκαετίες αφήσαμε οικισμούς να αναπτυχθούν άναρχα, έξω από σχέδια πόλης, με σπίτια νόμιμα, ημι-νόμιμα ή και αυθαίρετα. Σήμερα, σε πολλές από αυτές τις περιοχές, υπάρχουν δρόμοι, κατοικίες, οικογένειες, μόνιμοι κάτοικοι και μια καθημερινότητα που δεν μπορεί να διαγραφεί με μια γραμμή πάνω σε έναν χάρτη. Κι όμως, συχνά αντιμετωπίζουμε αυτές τις περιοχές σαν να μην υπάρχουν. Το ερώτημα, λοιπόν, δεν είναι μόνο πώς θα σταματήσουμε την άναρχη δόμηση. Αυτό είναι αυτο-νόητα απαραίτητο. Το ερώτημα είναι **τι κάνουμε με αυτό που ήδη δημιουργήθηκε**. Μήπως αντί να προσπαθούμε απλώς να περιορίσουμε ή να απαγορεύσουμε, θα έπρεπε να οργανώσουμε; Όχι, βέβαια, να επιτρέψουμε «να χτίζει ο καθένας παντού». Αυτό θα ήταν η συνέχιση του ίδιου προβλήματος. Αλλά να αναγνωρίσουμε ότι σε ορισμένες περιοχές η πραγματικότητα έχει ήδη δημιουργήσει έναν οικιστικό πυρήνα και να τον μετατρέψουμε, με αυστηρούς κανόνες, σε πραγματική γειτονιά.

Δικαίωμα δόμησης με υποχρεώσεις

Η βασική ιδέα θα μπορούσε να είναι απλή: **Όποιος αποκτά δικαίωμα να χτίσει, αναλαμβάνει και την υποχρέωση να συμβάλει στη δημιουργία της πόλης**. Χαμηλός συντελεστής δόμησης, λοιπόν. Αλλά ταυτόχρονα υποχρεωτική συμμετοχή στη διαμόρφωση και βελτίωση των δρόμων, εξασφάλιση πρόσβασης πυροσβεστικής και ασθενοφόρου, χώροι στάθμευσης μέσα στο οικόπεδο και όχι πάνω στον δρόμο. Υπογειοποίηση των καλωδίων όπου είναι τεχνικά εφικτό. Πρόβλεψη για μελλοντική σύνδεση με αποχέτευση. Μέχρι τότε, αυστηρές προδιαγραφές για στεγανά συστήματα λυμάτων. Πράσινο, διαπερατό έδαφος, αρχιτεκτονικοί κανόνες, έλεγχος των περιφράξεων και της μορφής των κτιρίων. Με μια φράση:

Λιγότερη δόμηση, περισσότερες υποχρεώσεις και καλύτερες υποδομές.

Δεν είναι όλα τα οικόπεδα ίδια

Αυτό φυσικά δεν μπορεί να εφαρμοστεί παντού. Υπάρχουν περιοχές που πρέπει να προστατευθούν από κάθε νέα δόμηση: δάση, ρέματα, ευαίσθητα οικοσυστήματα, περιοχές υψηλού κινδύνου, αρχαιολογικοί χώροι και πολύτιμη γεωργική γη. Υπάρχουν όμως και περιοχές όπου έχουν ήδη δημιουργηθεί ολόκληρες γειτονιές. Εκεί ίσως πρέπει να σταματήσουμε να σχεδιάζουμε μόνο με βάση το τι **θα έπρεπε να υπάρχει** και να αρχίσουμε να σχεδιάζουμε και με βάση το τι **υπάρχει**. Με αυστηρά και αντικειμενικά κριτήρια, θα μπορούσαν να διαχωριστούν οι περιοχές προστασίας από τους πραγματικούς οικιστικούς πυρήνες και από τον υπόλοιπο χώρο, όπου η νέα διάσπαρτη δόμηση θα πρέπει πράγματι να περιοριστεί δραστικά.

Να δημιουργήσουμε πόλη, όχι απλώς σπίτια

Το μεγαλύτερο πρόβλημα της άναρχης δόμησης δεν είναι μόνο τα σπίτια. Είναι ότι δημιουργήσαμε σπίτια χωρίς να δημιουργήσουμε πόλη.

- Δρόμους χωρίς πεζοδρόμια.
- Κατοικίες χωρίς αποχέτευση.
- Γειτονιές χωρίς πράσινο.
- Δρόμους που μετατρέπονται σε χώρους στάθμευσης.
- Περιοχές όπου η πρόσβαση ενός πυροσβεστικού οχήματος μπορεί να γίνει πρόβλημα.

Αυτό δεν πρέπει να συνεχιστεί. Αλλά ούτε μπορούμε να κάνουμε ότι αυτές οι περιοχές δεν υπάρχουν. Τα νέα Τοπικά Πολεοδομικά Σχέδια είναι μια μεγάλη ευκαιρία να αντιμετωπίσουμε το πρόβλημα με διαφορετική ματιά. Να προστατεύσουμε ό,τι πραγματικά πρέπει να προστατευθεί και, ταυτόχρονα, να οργανώσουμε εκεί όπου η κατοίκηση έχει ήδη γίνει πραγματικότητα. Γιατί το ζητούμενο δεν είναι να νομιμοποιήσουμε το χθες. Είναι να μην κληροδοτήσουμε στα παιδιά μας το ίδιο πολεοδομικό χάος. Ίσως λοιπόν χρειάζεται ένα νέο πολεοδομικό συμβόλαιο: **Δεν σου απαγορεύω να χτίσεις επειδή η περιοχή σου αναπτύχθηκε άναρχα. Αλλά δεν σου δίνω και δικαίωμα να χτίσεις χωρίς να συμμετέχεις στη δημιουργία της πόλης.** Αν η πόλη έχει ήδη χτιστεί, ας κάνουμε τουλάχιστον το επόμενο βήμα.

Ας την κάνουμε επιτέλους πόλη.

Vathron

ΚΑΤΑΣΚΕΥΑΣΤΙΚΗ

Ιωάννης Δαμ. Κυριακόπουλος

πολιτικός μηχανικός

ΤΕΧΝΙΚΟ ΓΡΑΦΕΙΟ

• μελέτες • επιβλέψεις • κατασκευές

• ενεργειακά πιστοποιητικά (ΠΕΑ)

• σύνταξη φακέλου ταυτότητας κτιρίου

Μελέτη-Εγκατάσταση Φωτοβολταϊκών

ΤΑΚΤΟΠΟΙΗΣΕΙΣ

ΑΥΘΑΙΡΕΤΩΝ

ΑΓΟΡΕΣ - ΠΩΛΗΣΕΙΣ

• διαμερισμάτων • ακινήτων

ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΑΚΙΝΗΤΩΝ

Α. Καραμανλή & Κυριακόπουλου

ΑΝΑΒΥΣΣΟΣ

Τ. 22910 39411, F. 22910 37328

Κ. 6944 749579

Η γωνιά

της Μαρίας

Φρέσκο ψωμί

κάθε μέρα

Ψωμάκι €1,00

Μπαγκέτα €1,50

Αλεύρι

Donuts

Cakes

Β' Γεωργίου Β' 30 & Αριστοτέλους 15 -

ΑΝΑΒΥΣΣΟΣ

τηλ. 22910 41140

Kostasmoisidis

ΕΝΤΥΠΑ

ΕΠΙΓΡΑΦΕΣ

ΣΦΡΑΓΙΔΕΣ

109A-ΑΥΓ. ΣΕΠ. 2026

Το Μεγαλείο της Διανόησης



Για την διανόηση το κενό που αφήνει είναι δυσαναπλήρωτο. Στις κοινωνικές επιστήμες η παρουσία του αποτέλεσε μια αδιάλειπτη διαδρομή χειραφέτησης της κοινωνικής έρευνας, τα συμπεράσματα της οποίας σκιαγράφησαν με όρους επιστημονικής τεκμηρίωσης, τη φυσιογνωμία της Ελληνικής κοινωνίας από την Επανάσταση έως τις μέρες μας.

Οι δημόσιες τοποθετήσεις του τόσο σε ομιλίες όσο και η πυκνή αρθογραφία του, διατηρούσαν την απαραίτητη επαφή του στοχαστή με το κοινό του, μετατρέποντας τες σε αφετηρίες για διαρκή αναστοχασμό, εμπλουτίζοντας το δημόσιο διάλογο με ανατροφοδότηση των ερωτημάτων και αμφισβήτηση των βεβαιοτήτων.

Ο πυκνός, συγκροτημένος και ιδιαίτερος απαιτητικός λόγος του, δεν άφηνε περιθώρια παράβλεψης του.

Αρκεί η περιήγηση στο πλούσιο και ιδιαίτερος ευρηματικό συγγραφικό έργο του, για να «ξεδιπλωθεί» η πνευματική συνεισφορά του και το βεληκεές ενός διανοητή, όπου η Κοινωνιολογία δεν αποτελούσε ένα στείο γνωστικό αντικείμενο, αλλά ήταν η φαρέτρα του για μια «καλύτερη» κοινωνία. Ενδεχομένως γνώριζε το πεπερασμέ-

νο των δυνατοτήτων, αλλά δεν συμβιβάστηκε μοιρολατρικά με την διαμόρφωση τετελεσμένων. Η μάχη των ιδεών ήταν ο φυσικός του χώρος.

Για τον εκλιπόντα Δάσκαλο μου Κωνσταντίνο Τσουκαλά, το προνομιακό πεδίο του ήταν το πανεπιστημιακό αμφιθέατρο. Όπως ο ίδιος ομολογούσε, ήταν ο χώρος που του παρείχε την ελευθερία ενασχόλησης χωρίς να απολογείται. Κι αυτή την ελευθερία αξιοποιούσαμε εμείς οι προνομιοχόι φοιτητές του, που εξαντλούσαμε τον χρόνο κάθε παράδοσης, παρακολουθώντας την συναρπαστική διδασκαλία του, που συνοδεύταν από μακροσκελείς διαλόγους σε πνεύμα απόλυτης ελευθερίας. Πρόθυμος να απαντήσει και στην πιο αιρετική τοποθέτηση, κουβαλούσε την παράδοση του Παρισινού Μάη του 68, στα αμφιθέατρα της Σόλωνος και πολύ περισσότερο στα ολιγομελή τμήματα των φροντιστηριακών μαθημάτων της οδού Ομήρου.

Σε μια από αυτές τις παράδοσεις τόλμησα το αδιανόητο. Συγκεκριμένα ο Τσουκαλάς υποστήριζε ότι το νεοπαγές Ελληνικό Κράτος συγκροτήθηκε θεσμικά με αυτούσια μεταφορά θεσμών από την Δυτική Ευρώπη, τους οποίους συχνά αποκαλού-

σε επείσακτους.

Θεωρούσε ότι η αδυναμία διαμόρφωσης θεσμών από την ίδια την κοινωνία και η άνωθεν επιβολή του θεσμικού περιβάλλοντος, ήταν αιτίες δυσλειτουργιών και παθογένειας, η κληρονομιά των οποίων μας ακολουθούσε έως στις μέρες μας.

Παράλληλα ήταν εξαντλητικές οι αναφορές του -με πρωτογενή τεκμηρίωση- στον υδροκεφαλισμό της δημόσιας εργοδοσίας, ως αποτέλεσμα των πελατειακών σχέσεων.

Η παράθεση της διαφοράς στο μέγεθος του Δημόσιου τομέα μεταξύ ημών και της Ευρώπης, ήταν η αιτία που προκάλεσε το ερώτημα μου: «μήπως κύριε καθηγητά υπάρχει μια αντίφαση στους ισχυρισμούς σας, που απ τη μια υποστηρίζετε ότι οι δυτικοφερμένοι θεσμοί ευθύνονται για τις παθογένειες και απ την άλλη εξαιρούμε την υπερδιογκωμένη δημοσιούπαλληλία απ το κάδρο των επείσακτων

αιτιών;» ρώτησα με υπαινικτική θρασύτητα...

Τα δευτερόλεπτα για να μου απαντήσει φάνηκαν αιώνες. Το διεισδυτικό βλέμμα του με έκανε να συνειδητοποιήσω την ασυγχώρητη ασέβεια μου και με κομμένη ανάσα περίμενα την ευθυγορία ... «πολύ ενδιαφέρουσα προσέγγιση συνάδελφε και ομολογώ ότι δεν το είχα σκεφτεί...» μου απάντησε αφήνοντας μας άναυδους να θαυμάζουμε το μεγαλείο του.

Με αυτή την μικρή, τρυφερή, πραγματική ιστορία σε αποχαιρετώ αγαπημένε μου Δάσκαλε.

Δέξου την ευγνωμοσύνη μου, για την ποιότητα του στοχασμού που επιχείρησες με πάθος να μας μυήσεις.

Από σήμερα ορφανέψαμε.

Κώστας Πετούρης

petouris
service
Since 1970

ΕΞΑΤΜΙΣΕΙΣ-ΚΑΤΑΛΥΤΕΣ

Συνεργείο Καταλύτες Εξατμίσεις ΚΤΕΟ

ΛΕΩΦ. ΠΟΡΤΟ ΡΑΦΤΗ 70
ΜΑΡΚΟΠΟΥΛΟ
(Δίπλα στην Αστυνομία Μαρκοπούλου)

22990-40808

petouris@otenet.gr

petouris-service.gr

Ισχυρός νοτιάς πήγε την Κερατέα στον Σαρωνικό... τα Καλύβια στον... Ευβοϊκό!

Η δημοσιογραφία δεν αποτελεί μόνο «επάγγελμα». Είναι, πάνω απ’ όλα, ευθύνη και λειτούργημα. Δεν μπορεί ο καθένας να μεταδίδει όποια πληροφορία θέλει, άλλοτε κατά βούληση και άλλοτε χωρίς έρευνα και στοιχειώδες φιλτράρισμα.

Οι εποχές που άνοιγες μια μύρα και σε άκουγε μόνο ο μπάρμαν έχουν περάσει ανεπιστρεπτί. Σήμερα, με τα μέσα που υπάρχουν, η πληροφορία όχι μόνο ταξιδεύει παντού, αλλά αναπαράγεται, αντιγράφεται και μετατρέπεται πολύ εύκολα σε «πηγή». Και κάπως έτσι, στην καλύτερη περίπτωση, το παιδικό αεροπλανάκι που «χάθηκε» στη θάλασσα γίνεται αεροπλάνο που αναζητείται...

Εδώ ακριβώς έρχεται η ευθύνη του δημοσιογράφου, ο οποίος οφείλει να ερευνήσει, να διαβάσει, να διασταυρώσει και τελικά να αξιοποιήσει σωστά την πηγή και την πληροφορία.

Στη συγκεκριμένη εικόνα, η οποία χρησιμοποιείται ως χάρτης αναφοράς για τη φωτιά στον Κουβαρά, τα λάθη είναι τόσο εμφανή, ώστε δημιουργούν απορίες για το αν κάποιος μπήκε έστω στον κόπο να ελέγξει την ακρίβεια της εικόνας πριν αυτή δημοσιευθεί.

Βλέπουμε, μεταξύ άλλων, το «Μαυροβούνι» της Κερατέας στη θέση του. Έτσι βάπτισε η πηγή το Κερατοβούνι και, με το «πες-πες», στο τέλος θα μείνει.

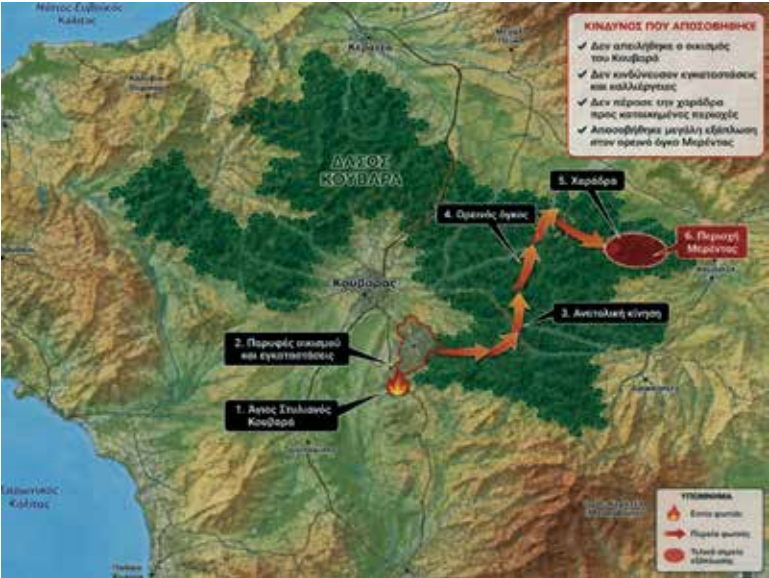
Η μόνη λογική εξήγηση -αν υπάρχει-είναι ότι οι ισχυροί νοτιάδες(;) αποφάσισαν να μετακινήσουν την Κερατέα και τα Μεγάλα Πεύκα στον Σαρωνικό!

Τα δε Καλύβια βρέθηκαν στον... Ευβοϊκό!

Η πορεία της πυρκαγιάς ακολουθεί, υποτίθεται, τη φορά του ανέμου(;). Μόνο που, κοιτάζοντας τον συγκεκριμένο χάρτη, θα μπορούσε κανείς να συμπεράνει ότι η φωτιά κάνει τουριστική περιήγηση στην Ανατολική Αττική.

Μερέντα και Καμάριζα στο... Πόρτο Ράφτη!

Και όλα αυτά σε έναν χάρτη που παρουσιάζεται ως εργαλείο ενημέρωσης για μια σοβαρή πυρκαγιά.



Το πρόβλημα, βέβαια, δεν είναι ότι χρησιμοποιήθηκε ένας χάρτης που δημιουργήθηκε με τεχνητή νοημοσύνη. Η τεχνητή νοημοσύνη είναι πλέον ένα χρήσιμο εργαλείο. **Το πρόβλημα είναι ότι ένας χάρτης γεμάτος ανακρίβειες χρησιμοποιήθηκε χωρίς τον απαραίτητο έλεγχο από τον άνθρωπο που τον δημοσίευσε.**

Η τεχνητή νοημοσύνη μπορεί να δημιουργήσει μια εντυπωσιακή εικόνα. Δεν μπορεί, όμως, να απαλλάξει τον δημοσιογράφο από την ευθύνη της διασταύρωσης.

Γιατί τελικά, όσο εντυπωσιακός κι αν είναι ένας χάρτης, όταν μετακινεί πόλεις, βουνά και θάλασσες, δεν είναι ενημέρωση. Είναι... γεωγραφική μυθοπλασία.



ασφαλιστική Μεσογείων

εκπροσώπηση ασφαλιστικών εταιρειών



Φώσκολου Στυλιανή
Ασφαλιστικός Πράκτορας
AM ΕΕΑ 10675

📍 Αθ. Γκλιάνη 1
Μαρκόπουλο 19003

☎ 22990 22105
6983 170 072

✉ foskoulou@aminsurance.gr

Η ασφάλιση για μένα ξεκινά από τον άνθρωπο

Ονομάζομαι Στέλλα Φώσκολου και μέσα από αυτές τις γραμμές θα ήθελα να σας συστηθώ, όχι μόνο ως Ασφαλιστική Σύμβουλος, αλλά κυρίως ως ένας νέος άνθρωπος που επέλεξε να κάνει τα πρώτα του επαγγελματικά βήματα σε έναν χώρο που έχει στο επίκεντρό του κάτι πολύ σημαντικό: την προστασία του ανθρώπου και όσων έχουν αξία για εκείνον.

Ξεκινώντας αυτή τη νέα επαγγελματική διαδρομή, μία σκέψη θεωρώ πως πρέπει να βρίσκεται πάντα μπροστά μου: πίσω από κάθε ασφαλιστήριο συμβόλαιο υπάρχει ένας άνθρωπος. Μια οικογένεια, ένα σπίτι, μια δουλειά, σχέδια για το μέλλον. Υπάρχουν όλα εκείνα που κάποιος χρειάστηκε χρόνια για να δημιουργήσει και που θέλει να γνωρίζει ότι είναι προστατευμένα απέναντι στο απρόβλεπτο.

Γι’ αυτό και δεν βλέπω τον ρόλο μου ως μια απλή διαδικασία πώλησης ενός ασφαλιστικού προϊόντος. Θέλω πρώτα να ακούω. Να καταλαβαίνω τι πραγματικά χρειάζεται ο άνθρωπος που έχω απέναντί μου, τι τον απασχολεί, ποιες είναι οι προτεραιότητές του και τι θέλει να προστατεύσει. Και στη συνέχεια να μπορώ να του εξηγήω με απλά και ξεκάθαρα λόγια ποιες

επιλογές έχει, ώστε να αποφασίζουμε μαζί τι πραγματικά του ταιριάζει.

Γιατί η ασφάλιση δεν μπορεί να είναι ίδια για όλους.

Οι ανάγκες ενός νέου ανθρώπου είναι διαφορετικές από εκείνες μιας οικογένειας. Οι ανάγκες ενός επαγγελματία είναι διαφορετικές από εκείνες ενός συνταξιούχου. Ακόμη και οι ανάγκες του ίδιου ανθρώπου αλλάζουν καθώς αλλάζει η ζωή του.

Υγεία, ζωή, κατοικία, αυτοκίνητο, επιχείρηση, επαγγελματική δραστηριότητα. Κάθε τομέας χρειάζεται σωστή ενημέρωση, σχεδιασμό και, πάνω απ’ όλα, μια σχέση εμπιστοσύνης με τον άνθρωπο που αναλαμβάνει να σε συμβουλευσει. Αυτή ακριβώς τη σχέση θέλω να χτίσω με όσους με εμπιστευτούν.

Μια σχέση που δεν θα τελειώνει με την υπογραφή ενός συμβολαίου. Θέλω να είμαι διαθέσιμη όταν υπάρχει μια απορία, όταν αλλάζει μια ανάγκη και —κυρίως— όταν έρθει εκείνη η στιγμή που ο ασφαλισμένος πραγματικά θα χρειαστεί την ασφάλισή του.

Γιατί για μένα η ασφάλιση δεν ξεκινά από ένα συμβόλαιο.

Ξεκινά από μια συζήτηση. Και θα χαρώ πολύ αυτή η συζήτηση να ξεκινήσει μαζί σας.

Στέλλα Φώσκολου
Ασφαλιστική Πράκτορας
Ασφαλιστικής Μεσογείων



ΜΥΘΟΣ

Οι εξορμήσεις σας έχουν όνομα

Δεν χρειάζεται να «σπάτε» το κεφάλι σας για το πού βρίσκεται το καλό φαγητό αν βρεθείτε στα μέρη της Αναβύσσου.

50 χλμ. Αθηνών - Σουνίου | 2291037665 | 6944207256



SECURITY

24ΩΡΟ ΠΑΝΕΛΛΑΔΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΛΗΨΗΣ ΣΗΜΑΤΩΝ
(Το μοναδικό Κέντρο Λήψης στους Δήμους Σαρωνικού & Λαυρεωτικής)

ΣΥΣΤΗΜΑΤΑ ΣΥΝΑΓΕΡΜΟΥ | ΚΛΕΙΣΤΑ ΚΥΚΛΩΜΑΤΑ TV | ΠΥΡΑΝΙΧΝΕΥΣΗ
 ΑΜΕΣΗ ΕΠΕΜΒΑΣΗ & ΡΑΤΡΟΛ ΜΕ ΠΕΡΙΠΟΛΙΚΑ ΤΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΜΑΣ

ΔΩΡΕΑΝ ΜΕΛΕΤΗ ΤΟΥ ΧΩΡΟΥ ΣΑΣ

50 χρόνια επενδύουμε στην ασφάλεια σας

ΑΘΗΝΑ: 210-5243197 ΣΑΡΩΝΙΔΑ: 22910-55288 site:www.dgs.gr

N & K ΜΠΟΥΚΗΣ Ο.Ε.

ΑΣΒΕΣΤΟΠΟΙΙΑ ΔΟΜΙΚΑ ΥΛΙΚΑ

ΛΕΩΦ. ΚΑΡΑΜΑΝΛΗ - ΑΝΑΒΥΣΣΟΣ 19013
 ΤΗΛ. 22910 36895 ΚΙΝ. 6946-007378 & 6944-590719



ΑΠΟΘΗΚΗ ΣΙΔΗΡΟΥ

ΛΑΜΑΡΙΝΕΣ - ΓΑΛΒΑΝΙΖΕ
 ΛΑΜΕΣ - ΕΞΑΡΤΗΜΑΤΑ ΣΙΔΗΡΟΥ
 ΕΙΔΗ ΠΕΡΙΦΡΑΞΕΩΣ - ΠΑΝΕΛ ΟΡΟΦΗΣ
 ΚΟΙΛΟΔΟΚΟΙ - ΣΩΛΗΝΕΣ - ΓΩΝΙΕΣ

ΗΛΙΑΣ ΓΡ. ΤΖΕΛΕΠΗΣ

Λ. ΚΑΡΑΜΑΝΛΗ 100 - ΑΝΑΒΥΣΣΟΣ
 ☎ hliastz31@gmail.com ☎ 22910 41232

Δήμος Σαρωνικού: Η νέα «απευθείας» επικοινωνία του Δημάρχου με τους δημότες και τα ερωτήματα διαφάνειας

Το Q&A του Δημήτρη Παπαχρήστου στα social media ανοίγει έναν νέο δίαυλο επικοινωνίας, αλλά αφήνει ερωτήματα για το πώς λειτουργεί και τι καταγράφεται



Μια νέα μορφή επικοινωνίας με τους δημότες επέλεξε το τελευταίο διάστημα ο Δήμαρχος Σαρωνικού Δημήτρης Παπαχρήστου, καλώντας τους πολίτες να υποβάλουν ερωτήσεις για έργα, προβλήματα στις γειτονιές, τον σχεδιασμό της δημοτικής αρχής, αλλά και ιδέες και προτάσεις.

Το «καλοκαιρινό Q&A» πραγματοποιείται μέσω των social media, με τους δημότες να μπορούν να στέλνουν τις ερωτήσεις τους είτε δημόσια στα σχόλια είτε με προσωπικό μήνυμα.

Ως πρωτοβουλία, η απευθείας επικοινωνία ενός δημάρχου με τους πολίτες δεν είναι ασφαλώς προβληματική. Αντίθετα, μπορεί να αποτελέσει ένα σύγχρονο και άμεσο εργαλείο διαλόγου.

Το ερώτημα είναι διαφορετικό:

Πόσο ανοιχτή και πόσο ελέγξιμη είναι η διαδικασία;

Από την «Ώρα του Δημότη» στο Q&A

Η πρωτοβουλία δεν εμφανίζεται από το πουθενά. Από το 2024 ο Δήμος Σαρωνικού είχε παρουσιάσει την «Ώρα του Δημότη», μια διαδικτυακή εκπομπή στην οποία ο Δήμαρχος απαντούσε σε ερωτήματα πολιτών.

Η σημερινή μορφή μεταφέρει ουσιαστικά αυτή τη λογική στα social media. Υπάρχει, όμως, μια κρίσιμη διαφορά: σε μια δημόσια εκπομπή υπάρχει καταγεγραμμένο περιεχόμενο, ενώ τα προσωπικά μηνύματα παραμένουν πολύ λιγότερο ορατά.

Και εδώ αρχίζουν τα ερωτήματα.

Τι γίνεται με τις ερωτήσεις που στέλνονται ιδιωτικά;

Όταν μια ερώτηση δημοσιεύεται στα σχόλια, υπάρχει τουλάχιστον ένα δημόσιο ίχνος. Οι υπόλοιποι πολίτες μπορούν να δουν τι τέθηκε και, εφόσον υπάρξει απάντηση, τι απαντήθηκε.

- Τι συμβαίνει όμως με τις ερωτήσεις που φτάνουν με προσωπικό μήνυμα;
- Από τη δημόσια παρουσίαση της πρωτοβουλίας δεν προκύπτει:
- πόσες ερωτήσεις υποβλήθηκαν συνολικά,
- πόσες ήταν δημόσιες και πόσες ιδιωτικές,
- πόσες απαντήθηκαν και πόσες όχι,
- με ποια κριτήρια επιλέχθηκαν όσες τελικά παρουσιάστηκαν,
- αν καταγράφονται όλες οι ερωτήσεις και

- αν υπάρχει κάποιος συνολικός απολογισμός της διαδικασίας.

Αυτό δεν σημαίνει κατ' ανάγκη ότι υπάρχει πρόθεση απόκρυψης. Σημαίνει, όμως, ότι η διαδικασία, όπως παρουσιάζεται δημόσια, δεν είναι πλήρως ελέγξιμη από τον πολίτη.

Και σε μια διαδικασία που χαρακτηρίζεται «ανοιχτή», η εικόνα δεν αφορά μόνο όσα απαντήθηκαν, αλλά και όσα έμειναν εκτός.

Αν, για παράδειγμα, υποβληθούν 100 ερωτήσεις και παρουσιαστούν οι 20, ο πολίτης δεν μπορεί να γνωρίζει αν πρόκειται για αντιπροσωπευτικό δείγμα ή για επιλογή της δημοτικής αρχής.

Επικοινωνία ή επίσημο αίτημα;

Ένα ακόμη ζήτημα αφορά τον χαρακτήρα των μηνυμάτων.

Αν ένας δημότης αναφέρει στον Δήμαρχο μια λακκούβα, ένα πρόβλημα φωτισμού ή καθαριότητας, πρόκειται για απλή επικοινωνία ή για επίσημο αίτημα προς τον Δήμο;

Η διάκριση έχει πρακτική σημασία.

Ο Δήμος Σαρωνικού διαθέτει ήδη επίσημη φόρμα επικοινωνίας και ξεχωριστά ηλεκτρονικά κανάλια για συγκεκριμένες κατηγορίες αιτημάτων, ενώ λειτουργεί και η Γραμμή Εξυπηρέτησης του Δημότη 15325 για δηλώσεις βλαβών και αιτήματα.

Το Q&A φαίνεται, επομένως, να έχει κυρίως χαρακτήρα **πολιτικής και ενημερωτικής επικοινωνίας** και όχι επίσημου μηχανισμού καταγραφής δημοτικών αιτημάτων.

Μια σαφής διευκρίνιση από τον Δήμο θα βοηθούσε, ώστε ο πολίτης να γνωρίζει πότε απευθύνεται στον Δήμαρχο για ενημέρωση και πότε πρέπει να χρησιμοποιεί τα επίσημα κανάλια για ένα αίτημα που απαιτεί διοικητική ενέργεια.

Η διαφάνεια δεν εξαντλείται στην απάντηση

Η απευθείας επικοινωνία είναι ένα θετικό στοιχείο. Η διαφάνεια, όμως, αφορά και τον τρόπο με τον οποίο οργανώνεται αυτή η επικοινωνία.

Ο Δήμος διαθέτει ήδη θεσμικά κανάλια για αποφάσεις, συνεδριάσεις, διαγωνισμούς, δημοσιεύσεις και διοικητικές πράξεις. Το Q&A λειτουργεί διαφορετικά και δεν αντικαθιστά μια επίσημη απόφαση, μια διοικητική πράξη ή ένα πρωτοκολλημένο αίτημα.

Μια απάντηση του Δημάρχου στα social media αποτελεί πολιτική ενημέρωση ή, ανάλογα με το περιεχόμενο, δημόσια δέσμευση. **Δεν αποτελεί από μόνη της διοικητική απόφαση του Δήμου.**

Γι' αυτό έχει σημασία να είναι ξεκάθαρος ο ρόλος του συγκεκριμένου διαύλου και τα όριά του.

Θα μπορούσε να γίνει πιο διαφανές;

Ίσως, τελικά, το ζητούμενο δεν είναι αν πρέπει να υπάρχει το Q&A, αλλά πώς μπορεί να λειτουργήσει καλύτερα.

Ένας απλός τρόπος θα ήταν, μετά την ολοκλήρωση κάθε κύκλου, να δημοσιεύεται ένας συνοπτικός απολογισμός:

Πόσες ερωτήσεις υποβλήθηκαν; Πόσες απαντήθηκαν; Σε ποιους τομείς αφορούσαν; Υπήρχαν ερωτήσεις που δεν απαντήθηκαν;

Χωρίς να δημοσιοποιούνται προσωπικά δεδομένα ή ιδιωτικές συνομιλίες, θα μπορούσε έτσι να υπάρχει μια συνολική εικόνα της συμμετοχής και της διαδικασίας.

Από την πλευρά της δημοτικής αρχής, είναι εύλογο να υποστηριχθεί ότι τα social media προσφέρουν έναν γρήγορο και άμεσο τρόπο επικοινωνίας, χωρίς τη γραφειοκρατία μιας επίσημης διαδικασίας. Το Q&A μπορεί, επομένως, να λειτουργήσει συμπληρωματικά προς τα θεσμικά κανάλια του Δήμου.

Το ουσιαστικό ερώτημα δεν είναι αν η πρωτοβουλία είναι «σωστή» ή «λάθος».

Είναι αν η αμεσότητα μπορεί να συνυπάρξει με τη διαφάνεια.

Από την απάντηση στη λογοδοσία

Η τεχνολογία έχει αλλάξει τον τρόπο με τον οποίο οι πολίτες επικοινωνούν με τους αιρετούς. Ένα μήνυμα μπορεί να φτάσει στον Δήμαρχο πολύ πιο γρήγορα από μια επιστολή ή ένα έγγραφο.

Η αμεσότητα, όμως, χρειάζεται και κανόνες: τι αποτελεί απλή επικοινωνία, τι επίσημο αίτημα, τι καταγράφεται και τι ακολουθεί μετά την απάντηση.

Το Q&A του Δημάρχου Σαρωνικού μπορεί να αποτελέσει ένα χρήσιμο συμπληρωματικό εργαλείο επικοινωνίας με τους δημότες. Για να αποκτήσει, όμως, μεγαλύτερη θεσμική αξία, θα χρειαστεί περισσότερη σαφήνεια ως προς τη λειτουργία και την καταγραφή της διαδικασίας.

Η επόμενη πρόκληση, λοιπόν, δεν είναι να δημιουργηθεί ένας ακόμη δίαυλος επικοινωνίας, αλλά να γίνει σαφές πώς λειτουργεί και τι αφήνει πίσω του.



Πετρέλαιο Θέρμανσης



ΑΕΓΕΑΝ

Πρατήριο υγρών καυσίμων
Πλυντήριο - Λιπαντήριο

PETTAS OIL

Λεωφ. Καλυβίων 72, Λαγονήσι

☎ 22910 22728

ΓΕΩΠΟΝΙΚΗ ΛΥΣΗ



• ΦΥΤΟΦΑΡΜΑΚΑ • ΛΙΠΑΣΜΑΤΑ
• ΑΡΔΕΥΤΙΚΑ • ΜΗΧΑΝΗΜΑΤΑ
• ΣΠΟΡΟΙ • ΦΥΤΑ
ΚΑΤΑΣΚΕΥΕΣ • ΣΥΝΤΗΡΗΣΕΙΣ
ΚΗΠΩΝ

ΦΡΑΓΓΟΥΛΗΣ Ι. - ΚΑΤΣΟΥΛΗ Γ. Ο.Ε.
ΓΕΩΠΟΝΟΙ Τ.Ε.

Μ. Ασίας 6 Π.Φωκαία

Τηλ. 22910 41641



📍 6 Dimosthenous str. 19013 Anavissos Greece

☎ + 30 2113332618, + 30 22910 36763

☎ + 30 698 3399608

✉ info@chatziparasoglou.gr | 🌐 www.chatziparasoglou.gr

Λαύριο: Το νέο γλυπτό στην προβλήτα και η συζήτηση για την τέχνη στον δημόσιο χώρο

Οι αντιδράσεις, η θέση του Δήμου Λαυρεωτικής και τα ερωτήματα για τη χωροθέτηση δίπλα στο Μνημείο της Γυναίκας της Μακρονήσου

Έντονη συζήτηση έχει προ-καλέσει στο Λαύριο η πρόσφατη τοποθέτηση ενός νέου γλυπτού στην προβλήτα του λιμανιού, σε μικρή απόσταση από το «Μνημείο της Γυναίκας της Μακρονήσου», έργο του γλύπτη Μιχάλη Κάσση.

Το νέο έργο απεικονίζει μια καθιστή γυμνή γυναικεία μορφή, στραμμένη προς τη Μακρόνησο, και σύμφωνα με τον Δήμο Λαυρεωτικής δημιουργός του είναι ο Κλέων Καρκανίδης, καλλιτέχνης της περιοχής. Η τοποθέτησή του έχει προκαλέσει αντιδράσεις, κυρίως ως προς τη συγκεκριμένη χωροθέτηση και τη σχέση του με το υφιστάμενο μνημείο.

Η απόσταση από το Μνημείο της Μακρονήσου

Το νέο γλυπτό τοποθετήθηκε σε απόσταση περίπου 40 μέτρων από το «Μνημείο της Γυναίκας της Μακρονήσου», το οποίο βρίσκεται στην προβλήτα και συνδέεται με την ιστορική μνήμη της Μακρονήσου.

Ιδιαίτερο στοιχείο στη συζήτηση αποτελεί το γεγονός ότι οι δύο γυναικείες μορφές είναι στραμμένες προς την ίδια κατεύθυνση, δηλαδή προς τη Μακρόνησο. Για το Επιμελητήριο Εικαστικών Τεχνών Ελλάδος (ΕΕΤΕ), η γειτνίαση αυτή δημιουργεί ζήτημα τόσο σε επίπεδο οπτικής αντίληψης όσο και σε επίπεδο συμβολισμού.

Το ΕΕΤΕ έχει ζητήσει από τον Δήμο να επανεξετάσει τη χωροθέτηση του νέου έργου, υποστηρίζοντας ότι η συγκεκριμένη θέση μπορεί να επηρεάζει την αναγνωσιμότητα και τον συμβολικό χαρακτήρα του υφιστάμενου μνημείου. Παράλληλα, θέτει ζήτημα σχετικά με τη διαδικασία που ακολουθήθηκε για την τοποθέτηση έργου τέχνης σε δημόσιο χώρο.

Η απάντηση του Δήμου

Από την πλευρά του, ο Δήμαρχος Λαυρεωτικής Δημήτρης Λουκάς έχει δώσει τη δική του εκδοχή για την υπόθεση, απαντώντας και εγγράφως στο ΕΕΤΕ.

Βασικό σημείο της απάντησης του Δήμου είναι ότι το συγκεκρι-



μένο έργο δεν αποτέλεσε ανάθεση ή αγορά από τον Δήμο, αλλά δωρεά. Σύμφωνα με τον δήμαρχο, δεν καταβλήθηκε δημοτικό χρήμα για την απόκτησή του και η αποδοχή της δωρεάς, όπως και η έγκριση της χωροθέτησης, αποτέλεσαν ξεχωριστές αποφάσεις της Δημοτικής Επιτροπής.

Με βάση αυτή τη θέση, ο Δήμος υποστηρίζει ότι δεν πρόκειται για δημόσια σύμβαση ανάθεσης καλλιτεχνικού έργου και, ως εκ τούτου, δεν απαιτούνταν η διαδικασία δημόσιου καλλιτεχνικού διαγωνισμού που επικαλείται το ΕΕΤΕ.

Το ζήτημα της διαδικασίας αποτελεί έτσι ένα από τα βασικά σημεία της αντιπαράθεσης: από τη μία πλευρά τίθεται το ερώτημα για τον τρόπο με τον οποίο επιλέγονται και χωροθετούνται έργα τέχνης στον δημόσιο χώρο και από την άλλη ο Δήμος επισημαίνει ότι πρόκειται για προσφερόμενο και δωρισμένο έργο και όχι για έργο που ανατέθηκε από τον ίδιο.

Ποιος είναι ο δημιουργός

Σύμφωνα με τον Δήμο, το έργο φιλοτέχνησε ο Κλέων Καρκανί-

δης, τον οποίο ο δήμαρχος χαρακτηρίζει λαϊκό καλλιτέχνη της περιοχής.

Όπως αναφέρεται στην απόφαση του Δημάρχου, ο Καρκανίδης δεν έχει σπουδάσει γλυπτική και εργάστηκε επί χρόνια με το μάρμαρο, ενώ επέλεξε να δωρίσει το έργο στον τόπο όπου έζησε.

Ο Δήμος αναφέρει επίσης ότι ο ίδιος δημιουργός έχει δωρίσει και δεύτερο έργο, μια μαρμάρινη πλάκα με ανάγλυφες παραστάσεις που σχετίζονται με τη ζωή και την εργασία των μεταλλωρύχων. Το έργο αυτό βρίσκεται στον χώρο του πρώην 1ου Δημοτικού Σχολείου.

Η Μακρόνησος και η ιστορική μνήμη

Πέρα από την αισθητική διάσταση, η συζήτηση έχει αποκτήσει και ιστορικό χαρακτήρα, καθώς το σημείο όπου τοποθετήθηκε το νέο γλυπτό βρίσκεται κοντά σε ένα μνημείο που συνδέεται άμεσα με τη μνήμη της Μακρονήσου.

Ο Δήμαρχος Λαυρεωτικής, στην απάντησή του, υπογραμμίζει ότι η Μακρόνησος και η εργατική

ιστορία του Λαυρίου αποτελούν, κατά την άποψη της δημοτικής αρχής, βασικά στοιχεία της ταυτότητας της πόλης. Παράλληλα, δηλώνει ανοιχτός σε διάλογο με το ΕΕΤΕ για το θέμα.

Από την άλλη πλευρά, το ΕΕΤΕ θεωρεί ότι η συγκεκριμένη χωροθέτηση πρέπει να επανεξεταστεί, ακριβώς λόγω της γειτνίασης με το υφιστάμενο μνημείο και του ιδιαίτερου ιστορικού φορτίου της περιοχής.

Μια ευρύτερη συζήτηση

Πέρα από τη συγκεκριμένη περίπτωση του Λαυρίου, η υπόθεση επαναφέρει ένα ευρύτερο ερώτημα: **ποια είναι η θέση της τέχνης στον δημόσιο χώρο και με ποιον τρόπο αποφασίζεται ποιο έργο τοποθετείται, πού και υπό ποιες προϋποθέσεις;**

Ένα έργο τέχνης σε έναν δημόσιο χώρο δεν απευθύνεται σε ένα συγκεκριμένο κοινό, αλλά σε όλους τους πολίτες και επισκέπτες μιας πόλης. Ως εκ τούτου, ζητήματα αισθητικής, ιστορικής μνήμης, αρχιτεκτονικής και πολεοδομικού σχεδιασμού, αλλά και ο τρόπος με τον οποίο λαμβάνονται οι σχετικές αποφάσεις, μπορούν να αποτελούν αντικείμενο δημόσιου διαλόγου.

Στην περίπτωση του Λαυρίου, η συζήτηση βρίσκεται πλέον ανάμεσα σε δύο βασικούς άξονες: **τη σημασία της δωρεάς και της παρουσίας ενός νέου έργου τέχνης στον δημόσιο χώρο από τη μία πλευρά και την επιλογή της συγκεκριμένης θέσης, δίπλα σε ένα ιστορικά φορτισμένο μνημείο, από την άλλη.**

Το εάν θα υπάρξει αλλαγή στη χωροθέτηση ή κάποια άλλη εξέλιξη αναμένεται να προκύψει μέσα από τον διάλογο μεταξύ του Δήμου, του ΕΕΤΕ και των ενδιαφερόμενων τοπικών φορέων.

Μέχρι τότε, το γλυπτό στην προβλήτα του Λαυρίου έχει ήδη γίνει αφορμή για μια ευρύτερη συζήτηση σχετικά με την τέχνη, την ιστορική μνήμη και τη χρήση του δημόσιου χώρου.

ΝΤΕΛΑΛΗΣ

περιοδική διαδικτυακή & έντυπη έκδοση ΣΑΡΩΝΙΚΟΥ - ΛΑΥΡΕΩΤΙΚΗΣ

ISSN 2653-9381

117,ΙΟΥΛ.-ΑΥΓ.-ΣΕΠ. 2026

ντελάλης (ο) ουσ. [<τουρκ. tellai] διαλαλητής, δημόσιος ή ιδιωτικός κήρυκας.
ντελάλι, -ας, -ας, -ας [<ντελάλης] διαλαλή.

www.delalis.gr

Φθινόπωρο και πάλι μου γυρίζει ο νους...

ΣΤΗΝ ΞΥΛΙΝΗ ΠΑΡΑΓΚΑ

Φθινόπωρο και πάλι μου γυρίζει ο νους
στην ξύλινη παράγκα με τους αϊλανθους
Στον Φίλιπ και στην Άννα και στην Αιρήν
που 'ρχονταν κάθε χρόνο απ' το Αμπερντήν
Κορίτσι κοριτσάκι που για χάρη του
είχε τσακίσει ο ήλιος το κοντάρι του
Το σήκωσε το πήγε πάνω απ' τα βουνά
κρατούσε ένα ματσάκι από κυκλάμινα
Έγινε κάτι λάθος μες στα ριζικά
στους ουρανούς δεν ήξεραν εγγλέζικα
Χτύπησε μια μικρή καμπάνα ντιν ντιν ντιν
στην ξύλινη παράγκα και στο Αμπερντήν.

Οδυσσέας Ελύτης



Κώστας Μωυσίδης



www.kmoisidis.gr

...ΟΛΟΚΛΗΡΩΜΕΝΕΣ ΛΥΣΕΙΣ

...ΕΝΤΥΠΗΣ - ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗΣ...

ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ...

ΕΠΙΓΡΑΦΟΠΟΙΪΑΣ...

ΚΑΤΑΣΚΕΥΕΣ ΔΙΑΚΟΣΜΗΣΗΣ...

kostasmoisidis
one step ahead

kmoisidis@gmail.com

2292069509

ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΒΙΒΛΙΩΝ•ΠΕΡΙΟΔΙΚΩΝ
ΔΙΑΦΗΜΙΣΤΙΚΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ

Στα Ζαγοροχώρια η βράβευση της Αναστασίας Τσιακάλου για 40 χρόνια προσφοράς στον εθελοντισμό



Μια ξεχωριστή τιμητική διάκριση από την «Επέκεινα Χώρα» για τέσσερις δεκαετίες αφιερωμένες στην υποστήριξη και την προσφορά προς τον άνθρωπο

Μια ιδιαίτερα συγκινητική στιγμή έζησε η Αναστασία Τσιακάλου στα Ζαγοροχώρια, όπου στις 17 Αυγούστου τιμήθηκε για την πολύχρονη εθελοντική της προσφορά, στο πλαίσιο της δράσης «40 χρόνια Υποστηρίζοντας ζωές».

Η βράβευση πραγματοποιήθηκε από την «Επέκεινα Χώρα», ένα ελληνικό και διεθνές κέντρο γνώσης και πολιτισμού, με μια δραστήρια κοινότητα ανθρώπων από διαφορετικά μέρη του κόσμου.

Για την κα Τσιακάλου, η συγκεκριμένη διάκριση δεν αποτέλεσε απλώς μια τιμητική στιγμή. Ήταν μια αφορμή να ανατρέξει νοερά σε τέσσερις δεκαετίες προσφοράς, σε προσπάθειες, ανθρώπους και στιγμές που είχαν ως κοινό παρονομαστή την ανιδιοτελή διάθεση να βοηθήσει και να σταθεί δίπλα στους άλλους. «Θα πω πως συγκινήθηκα», αναφέρει χαρακτηριστικά στη σημείωσή της, περιγράφοντας τη στιγμή της βράβευσης. Εκείνη τη στιγμή, όπως σημειώνει, πέρασαν από το μυαλό της όλες οι προσπάθειες και όλες οι φορές που προσέφερε χωρίς να περιμένει τίποτα ως αντάλλαγμα.

Και κάπου εκεί βρίσκεται, σύμφωνα με την ίδια, η ουσία του εθελοντισμού: η μεγαλύτερη ανταμοιβή δεν είναι μια διάκριση ή ένα βραβείο, αλλά η αίσθηση ότι κάποια στιγμή μπορεί να κατάφερε να κάνει τη διαφορά στη ζωή ενός ανθρώπου.

Ένα βιβλίο-λεύκωμα που αποτυπώνει 40 χρόνια προσφοράς

Ιδιαίτερη θέση στο πλαίσιο της εκδήλωσης είχε και η έκδοση ενός βιβλίου-λεύκωματος, αφιερωμένου στα 40 χρόνια εθελοντικής προσφοράς και στην πορεία της Αναστασίας Τσιακάλου.

Το βιβλίο-λεύκωμα αποτελεί μια ξεχωριστή καταγραφή αυτής της μακράς διαδρομής, αποτυπώνοντας μέσα από εικόνες, στιγμές και αναφορές τέσσερις δεκαετίες αφιερωμένες στην υποστήριξη και την προσφορά προς τον άνθρωπο. Η αξία της έκδοσης, ωστόσο, δεν περιορίζεται μόνο στην αναμνηστική της διάσταση. Πρόκειται για ένα έργο που πλέον αποκτά τη δική του θέση στην πολιτιστική και ιστορική μνήμη, καθώς φιλοξενείται στην **Εθνική Βιβλιοθήκη της Ελλάδος**, ενώ παράλληλα κοσμεί και τη **Βιβλιοθήκη της Βουλής των Ελλήνων**. Με αυτόν τον τρόπο, η διαδρομή των 40 χρόνων εθελοντισμού δεν παραμένει μόνο ως μια προσωπική και συναισθηματική ανάμνηση, αλλά καταγράφεται και διασώζεται ως ένα κομμάτι μιας ευρύτερης ιστορίας προσφοράς, αλληλεγγύης και κοινωνικής ευαισθησίας.

Ένα ταξίδι που έγινε εμπειρία ζωής

Η παρουσία στα Ζαγοροχώρια δεν περιορίστηκε στη βράβευση. Το ταξίδι αποτέλεσε μια ξεχωριστή εμπειρία, γεμάτη εικόνες, ανθρώπους, χαμόγελα, συγκίνηση και όμορφες αναμνήσεις.

Μέσα στο ιδιαίτερο φυσικό τοπίο των Ζαγοροχωρίων, ανάμεσα στα πέτρινα χωριά και τη μοναδική ομορφιά της φύσης, η κα Τσιακάλου αισθάνθηκε για ακόμη μία φορά πόσο σημαντικό είναι να προσφέρει κανείς, να βοηθά και να δίνει ένα κομμάτι του εαυτού του στους άλλους.

Η ομορφιά του τόπου μπορεί να αποτελέσει το σκηνικό, όμως οι άνθρωποι και οι στιγμές ήταν εκείνοι που έδωσαν στο ταξίδι τον πραγματικά ανεπανάληπτο χαρακτήρα του.

«Αξίζει να προσφέρουμε»

Η τιμητική διάκριση, όπως αναφέρει η ίδια, αποτελεί πλέον μια υπενθύμιση της αξίας της προσφοράς. Μια υπενθύμιση ότι αξίζει να νοιαζόμαστε, να διαθέτουμε χρόνο, αγάπη και δύναμη, ακόμη και όταν κανείς δεν μας το ζητά.

Γιατί, τελικά, αυτό που μένει στη ζωή δεν είναι μόνο όσα κρατήσαμε για τον εαυτό μας, αλλά κυρίως όσα καταφέραμε να δώσουμε απλόχερα στους άλλους. Η Αναστασία Τσιακάλου εξέφρασε τις ευχαριστίες της προς την «Επέκεινα Χώρα» για την τιμητική αυτή διάκριση και για την εμπειρία που της χάρισε, αλλά και προς όλους εκείνους που κάνουν τον εθελοντισμό πράξη, όχι μόνο με λόγια αλλά με την καρδιά τους.

Τέσσερις δεκαετίες εθελοντικής προσφοράς συμπυκνώθηκαν σε μια στιγμή συγκίνησης στα Ζαγοροχώρια. Η βράβευση της Αναστασίας Τσιακάλου για τη διαδρομή της στο «40 χρόνια Υποστηρίζοντας ζωές» δεν αποτελεί μόνο μια αναγνώριση του έργου της, αλλά και ένα μήνυμα για τη δύναμη της ανιδιοτελούς προσφοράς.

Παράλληλα, το βιβλίο-λεύκωμα που εκδόθηκε με αφορμή την εκδήλωση αποτελεί μια διαχρονική παρακαταθήκη αυτής της πορείας. Το γεγονός ότι πλέον φιλοξενείται στην Εθνική Βιβλιοθήκη και κοσμεί τη Βιβλιοθήκη της Βουλής προσδίδει ακόμη μεγαλύτερη αξία στην προσπάθεια να καταγραφούν και να διατηρηθούν στη συλλογική μνήμη τέσσερις δεκαετίες εθελοντισμού και προσφοράς.

Όπως η ίδια το αποτυπώνει στη σημείωσή της: «Η προσφορά είναι αγάπη. Και η αγάπη, όταν μοιράζεται, πολλαπλασιάζεται».

Ένα ταξίδι μπορεί να τελειώνει, όμως οι στιγμές που γεννήθηκαν μέσα από αυτό μπορούν να μένουν για πάντα. Και στην περίπτωση της Αναστασίας Τσιακάλου, η εμπειρία στα Ζαγοροχώρια θα μείνει ως μια βαθιά υπενθύμιση πως οι πιο όμορφες στιγμές της ζωής είναι συχνά εκείνες στις οποίες επιλέγουμε να δώσουμε κάτι από την ψυχή μας.



Ο πρώτος «Ορφέας»: από ένα άδειο οικόπεδο σε θρυλικό θερινό

με αφορμή το αφιέρωμα της ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗΣ 15-16 Αυγούστου 2026

Η ιστορία του «Ορφέα» όπως την παρουσιάζει το αφιέρωμα

Ο «Ορφέας» δεν παρουσιάζεται απλώς ως ένα ακόμη θερινό σινεμά της Σαρωνίδας, αλλά ως ένας κρίκος μιας οικογενειακής ιστορίας που ξεκινά από τη Μικρά Ασία, περνά από την παλιά Αθήνα και τον Πειραιά και καταλήγει στη σημερινή Σαρωνίδα.

Η ιστορία ξεκινά με τον **Λευτέρη Σκλάβο**, ο οποίος ήρθε παιδί από τη Σμύρνη το 1922 και μεγάλωσε στις δύσκολες συνθήκες των προσφυγικών συνοικισμών της Δραπετσώνας. Σε πολύ μικρή ηλικία άρχισε να εργάζεται έξω από έναν κινηματογράφο, πουλώντας ψιμένους και αλατισμένους σπόρους κολοκύθας. Από εκεί, μπήκε στον κόσμο του σινεμά. Αρχικά ανέλαβε το κυλικείο, γνώρισε τον πιανίστα και τον μηχανικό της αίθουσας και σταδιακά έμαθε τα μυστικά της προβολής. Το 1930 επέστρεψε στη Σμύρνη με την οικογένειά του, όπου ασχολήθηκε με τη φωτογραφία, ενώ μαζί με τους φίλους του, έκανε την αναπαράσταση σκηνών και δράσεων από τις ταινίες και τις κινηματογραφούσαν. Λίγο αργότερα, όμως, αναγκάστηκαν να επιστρέψουν στην Ελλάδα, καθώς έπρεπε είτε να «τουρκέψουν» είτε να φύγουν.

Το παιδικό αυτό ξεκίνημα εξελίχθηκε σε μια ολόκληρη επαγγελματική ζωή αφιερωμένη στους κινηματογράφους. Ο Λευτέρης Σκλάβος έγινε σημαντικός αιθουσάρχης και, το 1935, δημιούργησε τον **πρώτο «Ορφέα» στη Λεωφόρο Βουλιαγμένης**. Σε ένα οικόπεδο μιας τότε σχεδόν ερημικής περιοχής, ο κινηματογράφος εξελίχθηκε σε ιδιαίτερα δημοφιλή θερινή αίθουσα. Ο Σκλάβος δημιούργησε στη συνέχεια, με την συμπαράσταση της συντρόφου του Βαρβάρας και άλλα σινεμά, ανάμεσά τους το «Μαϊάμι» στη Γλυφάδα και τον «Λουξ» στα Καμίνια, καθώς και έναν περιοδεύοντα στην επαρχία.

Από τον παλιό «Ορφέα» στον σημερινό

Ο αρχικός «Ορφέας» της Λεωφόρου Βουλιαγμένης έκλεισε το **1970**, όμως η σχέση της οικογένειας με τον κινηματογράφο συνεχίστηκε στην Αρτεμίωνος και Ιππάρχου (παράλληλη Λεωφ. Βουλιαγμένης) με έναν θερινό και έναν χειμωνιάτικο Ορφέα.

Το **1996**, η παράδοση αναβίωσε στη **Σαρωνίδα**, όπου δημιουργήθηκε ο σημερινός «Ορφέας», από τον **Πολ Σκλάβο**, σκηνοθέτη, και τη σύζυγό του **Μαρτίν Σκλάβου-Ανανιάν**. Έτσι, το όνομα «Ορφέας» πέρασε από την παλιά Αθήνα στη Σαρωνίδα και συνέχισε μια οικογενειακή διαδρομή που



είχε ξεκινήσει πολλές δεκαετίες νωρίτερα.

Η κινηματογραφική δραστηριότητα της οικογένειας, μάλιστα, δεν περιορίστηκε στην επιχειρηματική πλευρά. Ο **Πολ Σκλάβος** είναι σκηνοθέτης, ενώ και η επόμενη γενιά ακολούθησε τον ίδιο δρόμο. Η κόρη του **Ανιές Σκλάβου** είναι επίσης σκηνοθέτης, ενώ ο γιός **Λευτέρης Σκλάβος (τζούνιορ)** εργάζεται ως διευθυντής φωτογραφίας και οπερατέρ. Ο εγγονός, που έχει το όνομα **Ορφέας**, έχει σπουδάσει στην Λυών της Γαλλίας κινηματογράφο, ζει και εργάζεται στη Μασσαλία ως μοντέρ. Την κινηματογραφική ομάδα της οικογένειας συμπληρώνει ο **Στέλιος Τατάκης**, σύζυγος της Ανιές, σκηνοθέτης και παραγωγός.

Ιδιαίτερο ενδιαφέρον παρουσιάζει το γεγονός ότι ένα από τα γνωστά ντοκιμαντέρ τους, της Ανιές και του Στέλιου, (ΓΕΓΟΝΟΤΑ ΣΤΗ ΦΩΚΑΙΑ 1914 ΦΕΛΙΞ ΣΑΡΤΙΩ). αφορά τα γεγονότα στη **Φώκαια της Μικράς Ασίας το 1914**. Η επιλογή αυτή αποκτά ιδιαίτερη σημασία σε σχέση με την προσφυγική ιστορία της οικογένειας, αλλά και με την εγκατάσταση Φωκαίων στην Παλαιά Φώκαια Αναβύσσου.

Ο **Στέλιος Τατάκης**, μαζί με τον **Πολ Σκλάβο**, υλοποίησαν επίσης το ντο-

κιμαντέρ «**Υπάτος Άθλος**», το οποίο καταγράφει τον διετή αγώνα για την αναδάσωση του Πανείου όρους από την μεγάλη φωτιά του 2007.

Ο «Ορφέας» και η Σαρωνίδα

Στο αφιέρωμα της Καθημερινής, ο «Ορφέας» εντάσσεται στη γενικότερη εικόνα της Σαρωνίδας ως ενός τόπου όπου το καλοκαιρινό μπάνιο, η έξοδος και το θερινό σινεμά αποτελούν σχεδόν αναπόσπαστα στοιχεία της ίδιας εμπειρίας.

Τα θερινά σινεμά της περιοχής δεν λειτουργούν απλώς ως χώροι προβολής ταινιών, αλλά και ως σημεία συνάντησης: μετά τη θάλασσα, το βράδυ, οι παρέες συγκεντρώνονται κάτω από τον ανοιχτό ουρανό για να παρακολουθήσουν μια ταινία.

Ο «Ορφέας», ωστόσο, στη διάρκεια της παρουσίας του στη Σαρωνίδα απέκτησε έναν ακόμη ρόλο. Παράλληλα με τις κινηματογραφικές προβολές, δημιουργήθηκε ένας **χώρος πολιτισμού και πνευματικής δραστηριότητας**, το Πνευματικό Κέντρο Σαρωνίδας, το 2000, που φιλοξένησε μια σειρά από διαφορετικές εκδηλώσεις και δράσεις. Θεατρική ομάδα, εκθέσεις, παρουσιάσεις, ομιλίες, συζητήσεις και άλλες πολιτιστικές εκ-

δηλώσεις έδωσαν στον χώρο μια ευρύτερη ταυτότητα, μετατρέποντάς τον σε σημείο συνάντησης ανθρώπων με κοινά ενδιαφέροντα και σε έναν μικρό αλλά ουσιαστικό πυρήνα πολιτισμού για τη Σαρωνίδα.

Η δραστηριότητα αυτή συνεχίστηκε για χρόνια, μέχρι την περίοδο της πανδημίας του COVID-19, όταν οι συνθήκες και οι περιορισμοί ανέκοψαν τη διοργάνωση των εκδηλώσεων.

Μέσα σε αυτό το σκηνικό, ο «Ορφέας» ξεχωρίζει επειδή κουβαλά μια ιστορία πολύ παλαιότερη από τη σημερινή του εγκατάσταση. Δεν είναι μόνο η συνέχεια ενός ονόματος που ξεκίνησε από τον Λευτέρη Σκλάβο στην Αθήνα και επέστρεψε δεκαετίες αργότερα στη νότια Αττική. Είναι και ένας χώρος που, επί χρόνια, συνδύασε τον κινηματογράφο με την πολιτιστική ζωή της Σαρωνίδας.

Η σχέση με το ντοκιμαντέρ

«Ο Κυρ Ορφέας»

Η οικογενειακή αυτή διαδρομή έχει καταγραφεί και κινηματογραφικά. Το 2003, με αφορμή τη συμπλήρωση **68 χρόνων από την πορεία του Λευτέρη Σκλάβου στους κινηματογράφους**, πραγματοποιήθηκε στον «Ορφέα» της Σαρωνίδας ειδική προβολή του Σινεμά ο Παράδεισος, μαζί με το ντοκιμαντέρ «**Ο Κυρ Ορφέας**» της Ανιές Σκλάβου & του Στέλιου Τατάκη.

Υπάρχει, επίσης, ένα ενδιαφέρον παράλληλο τεκμήριο: σε παλαιότερο αφιέρωμα της ΕΡΤ για τα θερινά σινεμά συμμετείχαν ο Πολ, η Μαρτίν και η Ανιές Σκλάβου, ο Στέλιος Τατάκης, Ο Λευτέρης τζούνιορ, τα εγγόνια Ορφέας και Αλέξανδρος. Η παρουσία τους ενισχύει την εικόνα του «Ορφέα» ως μέρος μιας ευρύτερης κινηματογραφικής διαδρομής της οικογένειας και όχι απλώς ως μιας θερινής επιχείρησής.

Με δυο λόγια

Η ιστορία του «Ορφέα» είναι, στην ουσία, μια μικρή ιστορία του ελληνικού θερινού κινηματογράφου μέσα από **τέσσερις γενιές της οικογένειας Σκλάβου**: τον Λευτέρη, που ξεκίνησε από τα προσφυγικά και δημιούργησε τον πρώτο «Ορφέα», τον Πολ και τη Μαρτίν, που μετέφεραν την παράδοση στη Σαρωνίδα το 1996, και την επόμενη γενιά, που συνέχισε την πορεία της στον κινηματογράφο.

Έτσι, ο «Ορφέας» της Σαρωνίδας δεν είναι απλώς ένα θερινό σινεμά που άντεξε στον χρόνο. Είναι το σημείο όπου συναντώνται η προσφυγική μνήμη, η ιστορία του ελληνικού κινηματογράφου και η οικογενειακή παράδοση τεσσάρων γενεών.



Της Αντωνίας Γκίνη



Όποιος μορφώνεται έχει τρία μάτια

Το είχα βρει μια μέρα, στο συρτάρι του μπουφέ της. Ένα τοσοδούλη διπλωμένο τετραγωνάκι με κρόσσια άσπρα στην άκρη. Το ξεδίπλωσα και αποκαλύφθηκε το πιο μικρό πετσετάκι, που είχα δει ως τότε. «Μαμά τι είναι αυτό;» της το έδειξα. «Α! αυτό... Είναι το πρώτο μου κεντίδι. Ήμουν κάπου οκτώ χρονών, που μου έδειξε η Χρυσή μας να κεντάω. Μετά έπρεπε να κάνω και τις άκρες. Με ξέφτια μου 'χε πει κι εγώ χάρηκα. Εύκολο, σκέφτηκα. Αμ δε...! κι αυτά έπρεπε να φτιαχτούν ώστε να μην ξεφτίσει μετά όλο το ύφασμα. Είχε την δουλίσσα του κι αυτό. Μην το βλέπεις έτσι ταπεινό. Παιδεύτηκα πολύ τότε. Και είχα και την γκρίνια της γιαγιάς μου, πως τάχα εκείνη στην ηλικία μου, είχε ήδη φτιάξει την μισή προίκά της...». Το φωτογράφισα. «Τι το φωτογραφίζεις αυτό; Για να γελάει ο κόσμος;» είπε. «Αμα σ'αρέσει πάρτο. Στο χαρίζω.» Εμένα με συγκίνησε πολύ, που το κρατούσε κοντά έναν αιώνα φυλαγμένο. «Δεν θα στο πάρω. Ήταν το πρώτο σου έργο. Και είναι πανέμορφο.» απάντησα. Καθώς το ξαναδίπλωνα και το βάζα στη θέση του, είπα «Κι εγώ κέντησα έναν σταυρό. Τον έχεις στο σαλόνι σου». «Τον μισό τον παράτησες και τον συμπλήρωσε η αδελφή σου...» μου φώναξε απ το δωμάτιο. Σωστά! Που να την ξεγελάσεις! Όλα τα θυμόταν. Όλα και με κάθε λεπτομέρεια. Τα δικά της, τα δικά μας και του κόσμου όλου. Μου ξαναφώναξε από μέσα: «Εμείς τότε αλίμονο μας, αν δεν ξέραμε νοικοκυριό και αν δεν είχαμε φτιάξει τα προικιά μας... Κι εγώ μετά βλέπεις έμπλεξα με το ράψιμο. Που καιρός για κεντίδια; Λίγα πράγματα είχα. Και όσα μου άφησε η Χρυσή μας. Λεπτοδουλεμένα... Εσείς δεν είχατε όρεξη για τέτοια. Είχατε τα διαβάσματα σας. Μακάρι να τα είχα κι εγώ, αλλά που;». Σώπασε ξαφνικά. Ήξερα πόσο την πόνεσε που δεν μπόρεσε να σπουδάσει. Πόσο πολύ πόνεσε κι ο παππούς μου, που δεν κατάφερε να σπουδάσει τις κόρες του. Η μάνα της η Διαλεκτή έλεγε πως στην πατρίδα όλα τα μωρά, τα ακούμπανταν πάνω στην εικόνα της Παναγιάς για να ευλογηθούν. Να έχουν τύχη καλή και υγεία. Έτσι ακριβώς ο άντρας της, κρατώντας τις κόρες του αγκαλιά, τις έγερνε να αγγίζουν το ντουβάρι του σχολείου. Για να αξιωθούν σαν μεγαλώσουν, να πάνε στο σχολείο. Να λάβουνε την γνώση. «Όποιος μορφώνεται έχει τρία μάτια» έλεγε ο παππούς μου. Και έτσι μπορεί να καταλαβαίνει καλύτερα τον κόσμο...

Ήταν το 1965 με 68 θαρρώ πως ήρθε στο χωριό το σήμα για τηλεόραση.

Ομφαλός της γης II



Ένας γείτονας ερχόμενος από την Γερμανία έφερε και μια τηλεόραση στην οικογένειά του.

Πήρε θέση η μάνα του πρώτη πρώτη γούρλωνε τα μάτια της έκανε τον Σταυρό της κι απορούσε με όλα εκείνα που έβλεπε στο τζάμι. Δεν μπορούσε η καημένη να καταλάβει την τεχνολογία κι όλο έλεγε στην εγγονή της.

Ούουουι μωρ τσιούπρα μου πως χωράει τούτος ο κόσμος μέσα στο κουτί και σηκώνότανε πήγαινε κοντά άγγιζε την οθόνη κοιτούσε από πίσω και χτύπαγε τα χέρια της στα γόνατα.

Τι κοιτάς γιαγιά της έλεγε τι θες να δεις από πίσω από την τηλεόραση? Να δω από που έρχονται της έλεγε.

Της εξηγούσαν πως έχουν τα πράγματα αλλά η καψερή που να το καταλάβει..

Μια μέρα βλέπανε Ελληνική ταινία και πάνω σ ένα καβγά χάθηκε το σήμα και αλλάξανε κανάλι.

Δυο ήταν τα κανάλια και εκτέμπανε από διαφορετικό σταθμό.

έπαιζε και κει μια ταινία και το σκηνικό ήταν με κάποια παρέα που γλεντούσε κι η καημένη η γιαγιά λέει στην εγγονή, αυτούγια να τ αφήσεις που έχει καλό κόσμο. Στην άλλη μεριά όλο τσακώνονται.

Κάποια άλλη φορά βλέπανε κάτι άλογα να τρέχουν κι έλεγε κείνη, τίνος ανθρώπου είναι που του φύγανε και θα τα χαλεύει και καθώς πλησιάζανε τα άλογα τα έβλεπε σε κοντινό πλάνο και μια στιγμή σηκώνεται και το 'βαλε στα πόδια φωνάζοντας σκωθείτε θα σας πατήσουν νόμισε πως θα βγουν απ την οθόνη έξω. Πήρε τέτοια τρομάρα που δεν ξανάκατσε να δει τηλεόραση.

Μια οι τσακωμοί μια τα άλογα και μια κάποιο φίδι που ήταν έτοιμη να σηκώσει τη μασιά να το σκοτώσει, είδε κι από είδε και λέει στο γιο της.

Κράτα τα άλογα που τα' χομε ανάγκη και το κουτί να το πας πίσω..

Ελευθερία Λάππα

πηγή: <https://www.facebook.com/profile.php?id=100057289914958&sk=directo>
ry_contact_info

Χρυσόστομος (Μάκης) Αγκούτογλου: Ο άνθρωπος που έκανε τη μνήμη παρακαταθήκη



Από ένα προσφυγικό σπίτι στην Ανάβυσσο σε ένα ζωντανό αρχείο της Μικρασιατικής ιστορίας

Υπάρχουν άνθρωποι που καταγράφουν την Ιστορία και άνθρωποι που, χωρίς να το επιδιώκουν απαραίτητα, γίνονται οι ίδιοι μέρος της.

Ο **Χρυσόστομος**, γνωστός σε όλους ως **Μάκης Αγκούτογλου**, ανήκει στη δεύτερη κατηγορία. Απόγονος πρώτης γενιάς Μικρασιατών προσφύγων και άνθρωπος με βαθιά σχέση με τον τόπο του, την Ανάβυσσο, αφιέρωσε μεγάλο μέρος της ζωής του στη συλλογή, καταγραφή και διάσωση της μνήμης των ανθρώπων που έφτασαν στην περιοχή μετά τον ξεριζωμό από τη Μικρά Ασία.

Η προσπάθειά του δεν περιορίστηκε στη συγκέντρωση παλιών αντικειμένων. Φωτογραφίες, έγγραφα, βιβλία, προσωπικές ιστορίες και κυρίως προφορικές μαρτυρίες αποτέλεσαν το υλικό πάνω στο οποίο οικοδομήθηκε ένα αρχείο που σήμερα αποτελεί σημαντικό κομμάτι της τοπικής μικρασιατικής μνήμης.

Η «άτυπη εντολή» του πατέρα

Το 2005 ο Μάκης Αγκούτογλου έκανε ένα βήμα που έμελλε να δώσει μόνιμη μορφή στην προσπάθειά του.

Μετέτρεψε την **πατρογονική του οικία** στην Ανάβυσσο, ένα προσφυγικό σπίτι της δεκαετίας του 1930, σε **Μουσείο Μικρασιατικού Πολιτισμού**, αφιερωμένο στη μνήμη των γονιών του, **Παρασκευά και Μαρίας Αγκούτογλου**, αλλά και στους Μικρασιάτες πρόσφυγες γενικότερα.

Ο ίδιος περιέγραφε την απόφασή του ως εκπλήρωση μιας «**άτυπης εντολής**» που είχε λάβει από τον πατέρα του.

Έτσι, ένα σπίτι που είχε δημιουργηθεί μέσα στις συνθήκες της προσφυγικής εγκατάστασης μετατράπηκε σε **χώρο μνήμης**. Έναν χώρο όπου η ιστορία δεν παρουσιάζεται μόνο μέσα από τις χρονολογίες και τα γεγονότα, αλλά και μέσα από τα πρόσωπα, τις οικογένειες, τα αντικείμενα και τις καθημερινές στιγμές των ανθρώπων που έζησαν τον ξεριζωμό και προσπάθησαν να δημιουργήσουν από την αρχή τη ζωή τους, μετά την εγκατάσταση στην Ελλάδα, που βίαια τους επιβλήθηκε μετά την εφαρμογή της Συνθήκης της Λοζάνης.

Συλλέγοντας φωτογραφίες από χόμπυ

Μπορεί το μουσείο να ιδρύθηκε τυπικά το 2005, όμως η προσπάθεια του Μάκη Αγκούτογλου είχε ξεκινήσει αρκετές δεκαετίες νωρίτερα.

Σύμφωνα με το αρχείο του μουσείου, από το 1960, όταν ήταν περίπου 20 ετών, άρχισε να καταγράφει αφηγήσεις ανθρώπων της πρώτης γενιάς Μικρασιατών προσφύγων. Στόχος του ήταν **να διασωθεί η διαδρομή** τους από τις πατρίδες της Μικράς Ασίας μέχρι την Ελλάδα και στη συνέχεια η πορεία της εγκατάστασής τους στον νέο τόπο.

Η επιλογή αυτή αποκτά ιδιαίτερη σημασία αν αναλογιστεί κανείς ότι οι άνθρωποι τους οποίους συναντούσε και άκουγε ήταν οι ίδιοι οι πρωταγωνιστές των γεγονότων.

Δεν επρόκειτο, επομένως, μόνο για αναζήτηση ιστορικών τεκμηρίων. Ήταν μια προσπάθεια να καταγραφεί η Ιστορία μέσα από την προσωπική μνήμη όσων την είχαν ζήσει.

Στο αρχείο που συγκεντρώθηκε περιλαμβάνονται φωτογραφίες και έγγραφα, αλλά και εκατοντάδες κείμενα του ίδιου του Μάκη Αγκούτογλου. Το υλικό αφορά ιδιαίτερα την εγκατάσταση των Μικρασιατών στην περιοχή της Αναβύσσου, της Παλαιάς Φώκαιας και της ευρύτερης περιοχής του σημερινού Δήμου Σαρωνικού.

Αποτέλεσε έναν ανώνυμο, αρχικά, καταγραφέα της τοπικής Ιστορίας. Κατάφερε κάτι που μόνο οι μνήμες συνήθως αποτυπώνουν και μεταφέρουν από την πρώτη στην δεύτερη γενιά κοκ.

Είχε την διορατικότητα, το πάθος, την αγάπη και την ανιδιοτελή προσμονή να πράξει κάτι μοναδικό και ταυτόχρονα εξαιρετικά πολύτιμο. Το πέτυχε με το ένστικτο του ανθρώπου που ζητά τις ρίζες του, χωρίς φόβο, υπομονετικά και με βαθιά πίστη, την οποία οι ίδιοι οι πρωταγωνιστές της Ιστορίας του παρείχαν, μέσα από τα δάκρυα μνήμης και την χαρμολύπη να τους κυριεύουν σε κάθε ιστορία που ξετύλιγαν σε κάποιο καφενείο, σε κάποια αυλή.

Άλλωστε τι πιο σημαντικό, να σε επιβεβαιώνουν οι ίδιοι οι πρωταγωνιστές...! Για αυτό και όλη του η προσπάθεια στέφθηκε με αποτελέσματα που τον δικαίωσαν και τον δικαιώνουν στο βάθος του χρόνου.



Μια ιστορία πίσω από κάθε φωτογραφία

Αυτό είναι ίσως και το πιο χαρακτηριστικό στοιχείο της δουλειάς του Μάκη. Μια παλιά φωτογραφία δεν αποτελούσε για τον ίδιο απλώς ένα αντικείμενο συλλογής. Πίσω από αυτήν υπήρχε ένα πρόσωπο, μια οικογένεια, ένας τόπος, μια ιστορία, ένα ντοκουμέντο για τους μελλοντικούς συγγραφείς και κριτές της Ιστορίας με όνομα, οικογένεια, ρίζες.

Με αυτόν τον τρόπο, η συλλογή άρχισε να αποκτά μια διαφορετική διάσταση. Οι φωτογραφίες και τα έγγραφα λειτουργούσαν ως τεκμήρια, ενώ οι προφορικές μαρτυρίες έδιναν τον ανθρώπινο τόνο για την περιγραφή των συναισθημάτων και την ολοκλήρωση του περιεχομένου της **ιστορικής καταγραφής**.

Το αποτέλεσμα ήταν ένα αρχείο που δεν αφορά μόνο τη Μικρασιατική Καταστροφή και τον ξεριζωμό, αλλά και όσα ακολούθησαν: **την εγκατάσταση, την εργασία, την οικογενειακή ζωή, τις δυσκολίες, τις συνήθειες και τη δημιουργία μιας νέας κοινωνίας στον τόπο εγκατάστασης, στην Ανάβυσσο.**

Η μαρτυρία μιας γιαγιάς από το Ενεχίλ της Καππαδοκίας

Ανάμεσα στις ιστορίες που διασώθηκαν μέσα από το αρχείο του Μάκη Αγκούτογλου βρίσκεται και η μαρτυρία της Δέσποινας Μιχαήλ Αγκούτογλου, συζύγου του Κωνσταντίνου Χατζηπαρασκευά, από το Ενεχίλ της Καππαδοκίας.

Η αφήγησή της, αποτελεί χαρακτηριστικό παράδειγμα του τρόπου με τον οποίο ένα μεγάλο ιστορικό γεγονός περνά μέσα από την προσωπική εμπειρία ενός ανθρώπου.

Η Δέσποινα ήταν 19 ετών όταν, το καλοκαίρι του 1924, η οικογένειά της βρέθηκε αντιμέτωπη με την υποχρεωτική αναχώρηση από το Ενεχίλ, ένα μικρό χωριό, στην επαρχία της Νίγδης, ευρύτερης περιοχής της Καισάρειας. Η συμφωνία της Λοζάνης είχε προηγηθεί και η ανταλλαγή των πληθυσμών είχε ήδη καθορίσει τη μοίρα χιλιάδων οικογενειών. Όλοι έμελλε να μετακινηθούν για την Ελλάδα, ή και για κάποιον άλλον προορισμό, που ίσως η μοίρα τους επέλεγε.

Η οικογένεια της Δέσποινας ξεκίνησε, έχοντας μαζί της, ό,τι μπορούσε να μεταφέρει: απαραίτητα αντικείμενα, ρούχα, αλλά και θρησκευτικά κειμήλια. Η αφήγηση δεν περιγράφει μόνο έναν γεωγραφικό αποχωρισμό. Περιγράφει την αβεβαιότητα του ανθρώπου που αναγκάζεται να αφήσει πίσω του το σπίτι και τον τόπο του, χω-



ρίς να γνωρίζει τι θα συναντήσει στον επόμενο σταθμό.

Πρώτος σταθμός της οικογένειας ήταν η Νίγδη. Εκεί φιλοξενήθηκαν σε σπίτι γνωστού εμπόρου της οικογένειας. Όμως, λίγες ημέρες αργότερα, συνέβη ένα ακόμη τραγικό γεγονός: πέθανε η γιαγιά της Δέσποινας, η οποία, σύμφωνα με την αφήγησή της, δεν είχε αντέξει τον πρόσφατο θάνατο του συζύγου της.

Η ταφή έγινε στο χριστιανικό νεκροταφείο της Νίγδης.

Τις ημέρες που ακολούθησαν, η οικογένεια επισκεπτόταν τον τάφο, άναβε το καντήλι και προσευχόταν. Όταν όμως έφτασε η τελευταία ημέρα πριν από την αναχώρησή τους για την Ελλάδα, η Δέσποινα και τα δύο αδέρφια της βρέθηκαν ξανά μπροστά στον τάφο της γιαγιάς τους.



Αναζητούσαν έναν Έλληνα ιερέα για να τελέσει το τρισάγιο. Δεν βρήκαν.

Και τότε συνέβη ένα περιστατικό που η ίδια θυμόταν για όλη της τη ζωή.

Ένας **Τούρκος ιερωμένος**, ένας χότζας, τους πλησίασε και τους ρώτησε γιατί έκλαιγαν. Όταν του εξήγησαν ότι δεν μπορούσαν να βρουν Έλληνα ιερέα για το τρισάγιο και ότι την ίδια ημέρα θα αναχωρούσαν για την Ελλάδα, εκείνος στάθηκε δίπλα τους.

Διάβασε προσευχές και, πριν απομακρυνθεί, τους ευχήθηκε «στο καλό και καλή τύχη στην καινούργια σας πατρίδα».

Η Δέσποινα κράτησε αυτή τη στιγμή ως μια από τις πιο έντονες αναμνήσεις της ζωής της. Στο τέλος της αφήγησής της αναφέρεται στη μορφή του Τούρκου ιερωμένου και στην ανθρώπινη χειρονομία του, που ξεπέρασε, μέσα στη συγκεκριμένη στιγμή, τα όρια της διαφορετικής θρη-

σκευτικής ταυτότητας.

Η ιστορία δημοσιεύθηκε από τον Μάκη Αγκούτογλου, με τίτλο: «**Ένα αλλιώτικο τρισάγιο**» και αφιερώθηκε στη μνήμη των ανθρώπων που συμμετείχαν σε αυτήν, μεταξύ των οποίων και στην ίδια την Δέσποινα Μιχαήλ Αγκούτογλου, αλλά και στον Τούρκο ιερωμένο.

Η συγκεκριμένη μαρτυρία είναι ενδεικτική και για έναν ακόμη λόγο:

δείχνει τι ακριβώς μπορεί να διασωθεί όταν η ιστορία καταγράφεται μέσα από τις προσωπικές αφηγήσεις των ανθρώπων που τη βίωσαν.

Από τη Μικρά Ασία στην Ανάβυσσο... μια ΧΡΟΝΟΚΑΨΟΥΛΑ

διαφύλαξης της Μνήμης

Το αρχείο του Μάκη Αγκούτογλου δεν σταματά στον ξεριζωμό. Ένα σημαντικό μέρος του αφορά τη ζωή των προσφύγων μετά την εγκατάστασή τους στην περιοχή. Η Ανάβυσσος, η Παλαιά Φώκαια και οι γύρω περιοχές παρουσιάζονται μέσα από τις ιστορίες των ανθρώπων που εγκαταστάθηκαν εκεί και δημιούργησαν μια νέα ζωή.

Οι μαρτυρίες αυτές λειτουργούν ως ένα είδος προφορικού ιστορικού αρχείου για την περιοχή. Μέσα από αυτές μπορεί κανείς να παρακολουθήσει όχι μόνο την προσφυγική εγκατάσταση, αλλά και τη σταδιακή δημιουργία της τοπικής κοινωνίας.

Δεν είναι τυχαίο ότι το μουσείο χαρακτηρίζεται ως «**το σημείο**», όπου ο χρόνος **μηδενίζεται** και η σκέψη ταξιδεύει μέσω της εναλλαγής εικόνων, αντικειμένων, κειμένων και φωτογραφιών.

Όλο αυτό μοιάζει σαν μεταφορά σε «**χρονοκάψουλα**», από μια εποχή σε άλλη, από μια πόλη σε ένα χωριό, από μουσουλμανικές καλύβες και υπόσκαφα της Καππαδοκίας στις πρώτες σκηνές της εγκατάστασης των προσφύγων στις **Αλυκές Αναβύσσου** και λίγο πιο πέρα στα πρώτα σπίτια, στις Εκκλησίες, στις εικόνες, στα κειμήλια.

Όλα μαζί, μια πολύτιμη και διαρκώς ανανεούμενη συλλογή, που συχνά αλλάζει θεματολογία,



Το Μουσείο Μικρασιατικού Πολιτισμού
στην ΑΝΑΒΥΣΣΟ, ιδρύθηκε το 2005 από τον

Μάκη Αγκούτογλου
(2^ο γενιά Μικρασιατών Προσφυγών)

στην μνήμη των γονιών του



Παρασκευά και Μαρίας Αγκούτογλου
(με καταγωγή το Ενεχίλ Καππαδοκίας)

αλλά και των απανταχού Μικρασιατών



Χρυσόστομος (Μάκης) Αγκούτογλου

αναδεικνύοντας την τεράστια συλλογή και την αγάπη ενός ανθρώπου για τον ΤΟΠΟ & τις ΡΙΖΕΣ του. Μαζί του συμπαρασύρετε κάθε Έλληνας, αλλοεθνής, Χριστιανός ή αλλόθρησκος.

Σε αυτόν τον χώρο, ο κάθε επισκέπτης, γνωρίζει όχι μόνο τις ρίζες των Μικρασιατών, αλλά και την ιστορία της ίδιας της Ανάβυσσου, της ευρύτερης περιοχής. Σε αυτόν τον χώρο, κανείς γητεύεται από την ενέργεια που ο ίδιος ο δημιουργός έχει απλώσει και κρατά ζωντανή την μνήμη.

Η αλλαγή σκυτάλης και η παρακαταθήκη

Ο Μάκης Αγκούτογλου δεν βρίσκεται πλέον στη ζωή, όμως το έργο του εξακολουθεί να υπάρχει μέσα από το μουσείο και το αρχείο που δημιούργησε.

Από το 2015, τη διαχείριση του Μουσείου Μικρασιατικού Πολιτισμού «Μάκης Αγκούτογλου» και των αρχείων του έχουν αναλάβει οι κόρες του, **Μαρία και Όλγα**. Παράλληλα, συνεχίζουν να συμμετέχουν σε δράσεις που αφορούν την ιστορία των χαμένων πατρίδων της Μικράς Ασίας, διοργανώνοντας και συμμετέχοντας σε πολιτιστικές εκδηλώσεις και παρουσιάσεις.

Το μουσείο έχει φιλοξενήσει **εκδηλώσεις** μνήμης και πολιτισμού, παρουσιάσεις, εκθέσεις και δράσεις που αξιοποιούν το υλικό του αρχείου.

Σε παλαιότερες εκδηλώσεις έχουν παρουσιαστεί, μεταξύ άλλων, ιστορίες και οπτικοακουστικό υλικό βασισμένα στο αρχείο του Μάκη Αγκούτογλου.

Έτσι, η προσπάθεια ενός ανθρώπου που ξεκίνησε ως νεαρός να ακούει και να καταγράφει τις αφηγήσεις των μεγαλύτερων συνεχίζεται σήμερα μέσα από έναν χώρο που εξακολουθεί να λειτουργεί ως σημείο αναφοράς για τη μικρασιατική μνήμη στην Ανάβυσσο.

Όταν η μνήμη περνά από γενιά σε γενιά

Η περίπτωση του Μάκη Αγκούτογλου έχει ιδιαίτερο ενδιαφέρον γιατί δείχνει πως η διατήρηση της ιστορικής μνήμης δεν γίνεται μόνο μέσα από επίσημα αρχεία και ιστορικά βιβλία.

Γίνεται και μέσα από μια φωτογραφία, που κάποιος φύλαξε, ένα γράμμα, ένα οικογενειακό αντικείμενο, μια αφήγηση που καταγράφηκε την κατάλληλη στιγμή...Κυρίως, όμως, γίνεται μέσα από τους ανθρώπους και τα πολύτιμα συναισθήματα που μεταφέρουν οι μνήμες τους.

Η Δέσποινα από το Ενεχίλ, η οικογένειά της, η διαδρομή προς τη Νίγη, ο τάφος της γιαγιάς, η αναχώρηση για την Ελλάδα και η απρόσμενη παρουσία ενός Τούρκου ιερωμένου αποτελούν μια μικρή προσωπική ιστορία μέσα στη μεγάλη ιστο-

ρία του ξεριζωμού...Και πραγματικά, ακριβώς τέτοιες μικρές ιστορίες επιχείρησε να διασώσει ο Μάκης Αγκούτογλου.

Γιατί πίσω από τους αριθμούς, τις συμφωνίες, τις μετακινήσεις πληθυσμών και τις μεγάλες ιστορικές ημερομηνίες υπήρχαν άνθρωποι. Άνθρωποι που άφησαν σπίτια και πατρίδες, κουβάλησαν μαζί τους ό,τι μπορούσαν και προσπάθησαν να ξαναχτίσουν τη ζωή τους σε έναν καινούργιο τόπο...**Παγώνοντας τα συναισθήματά τους, κλειδώνοντας τις σκέψεις τους, σβήνοντας ακαριαία τις μνήμες, με μόνο σκοπό την ανάγκη για επιβίωση και συνέχεια.**

Η μεγαλύτερη ίσως παρακαταθήκη του Μάκη Αγκούτογλου είναι ότι φρόντισε, πολλές από αυτές τις ανθρώπινες φωνές, να μην σιγήσουν... για να μην χαθούν.

Και σήμερα, μέσα από το μουσείο που φέρει το όνομά του στην Ανάβυσσο, οι φωνές αυτές εξακολουθούν να έχουν έναν χώρο για να ακουστούν.

Σας προτρέπω, αν είστε λάτρης της Ιστορίας, της Ελλάδος, και της Μικράς Ασίας, αναζητήστε με την πρώτη ευκαιρία ένα εισιτήριο για μια θέση, στην **ΧΡΟΝΟΚΑΨΟΥΛΑ ΤΗΣ ΜΝΗΜΗΣ**.

Εκεί ο Μάκης ως “**μοναδικός οδηγός**”, θα σας ταξιδέψει...!!!

Υπεργράφο Εκδότη ΝΤΕΛΑΛΗ :

Καταθέτοντας την προσωπική μου ιστορία, συμπληρώνω κάτι εξαιρετικά σημαντικό: Ο ίδιος, γνώριζα τον Μάκη Αγκούτογλου, καθώς ήταν για εμένα μια γενιά μεγαλύτερος. Τον θαύμαζα, τον εκτιμούσα και επεδίωκα να συνομιλώ μαζί του, με κάθε ευκαιρία.

Όταν ανάμεσα στα έτη 2007-2008, αποφάσισα να ξεκινήσω μια δειλή προσπάθεια, περισσότερο από προσωπική μου ανάγκη, για το έντυπο που σήμερα φιλοξενεί αυτή την στήλη (το οποίο τότε φυλλομετρούσε οριακά 4 μόλις φύλλα...), ο Μάκης Αγκούτογλου ήταν ο πρώτος που μου είπε :

“Πρέπει να το τολμήσεις...Εγώ θα σου δίνω στοιχεία, φωτογραφίες και κείμενα...”

Αυτό ήταν! Αισίως ο ΝΤΕΛΑΛΗΣ, απέκτησε φανατικό κοινό.

Ο Μάκης δημιούργησε ένα σταθερό 2-σέλιδο, ο ΝΤΕΛΑΛΗΣ από το έτος 2008 έως σήμερα (2026), κλείνει δέκα έτη κυκλοφορίας με σταθερό κοινό και φίλους...και ο γράφοντας έκανε ένα όνειρο του πραγματικότητα !

Κε Μάκη

Σε ευχαριστώ για όλα !





γράφει Η Κατερίνα Μερκούρη

Και πού δεν πήγε φέτος το καλοκαίρι!

Σαλπάρισε από τον Πειραιά, ένα ζεστό πρωινό του Αυγούστου. Στριμώχτηκε με ένα σωρό επιβάτες, που κυνηγούσαν κι αυτοί το “όνειρο” των διακοπών.

Μέσα του έκλεινε ελευθερία, μικρά όνειρα και ατέλειωτα ξενύχτια. Κι έτσι καθώς ανηφόριζε στα στενά της Σαντορίνης, χτυπούσε μαλακά την πλάτη του χαρούμενου οδοιπόρου. Ιχνηλάτησε ακρογιαλιές, απόμερα ταβερνάκια, ξενυχτάδικα και πολύβουα μπαράκια. Αφέθηκε στη ζωή άνευ όρων, μέτρων και σταθμών! Η πλάτη του οδοιπόρου το κουβαλούσε. Εκείνο άγγιζε την πλάτη με συστολή, φορτωμένο εικόνες και μυρωδιές. Στο τέλος της μέρας ακουμπούσε ξελιγωμένο στο ξύλο του κρεβατιού, κρεμόταν από το χερούλι μιας ψάθινης καρέκλας, εκλιπαρούσε για λίγη ώρα εγκατάλειψης, μέχρι που τα χέρια άρχιζαν πάλι να ψάχνουν στα σωθικά του το κινητό, ένα κλειδί, ή ένα μισό πακέτο με τσιγάρα. Η πανσέληνος δειλά το εκλιπαρούσε να δείξει κατανόηση και να γινόταν ακόμα μια φορά ένας οδηγός ονείρων, το αποκούμπι ενός καλοκαιρινού ψεύτικου έρωτα, το καταφύγιο σκέψεων και ευχών.

Το καλοκαίρι εγκατέλειπε σιγά σιγά τα εδάφη του. Οι μέρες νύχτωναν νωρίτερα, οι διακοπές σε λίγο θα έπαιρναν το χρώμα των αναμνήσεων... ασπρόμαυρες θα κυλούσαν πάνω στο λερωμένο τζιν, μέχρι να γίνονταν κι εκείνες ξέφτια, σε θαμπό τελείωμα.

Το σακίδιο.

K.M



Ομφαλός της γης II·

Πότε πέρασε η εβδομάδα δεν το κατάλαβα,

γλιστρήσε μέσα από τα χέρια μου όπως γλιστράει το νερό από το παλιό πηγάδι της αυλής, και τώρα στέκομαι με τη βαλίτσα στο χώμα και ένα καρβέλι ψωμί για το δρόμο που μόλις αγόρασα για τελευταία φορά από το φορτηγάκι που κάνει κάθε μέρα την διανομή και δεν μπορώ να χωνέψω πως πρέπει να γυρίσω πίσω. Στην πρωτεύουσα.

Είναι κομμάτι δύσκολο να το πεις σε άλλον, πως πονάει που δεν θα σε ξυπνάνε πια τα κοκόρια αλλά οι εξατμίσεις, πως θα σου λείψει ακόμα και η σκόνη που σηκώνουν τα τρία αυτοκίνητα που περνούν όλη κι όλη τη μέρα από το χωριό, το ένα με το ψωμί που κορνάρει στις οχτώ και βγαίνουν όλοι για να αγοράσουν το ψωμί της ημέρας και μια φορά την εβδομάδα ο ψαράς που φωνάζει και μυρίζει θάλασσα μέσα στο βουνό, και δυο φορές ο μανάβης με την καρότσα γεμάτη ντομάτες που μυρίζουν ακόμα χώμα, κολοκύθια τρυφερά, μελιτζάνες γυαλιστερές, πιπεριές και όλα τα ζαρζαβατικά που δεν

τα αγοράζεις, τα μαζεύεις σχεδόν από το χέρι του ανθρώπου που τα έβγαλε το πρωί.

Πώς να τα αποχωρίσεις όλα αυτά. Πώς να αποχωρίσεις την ελιά που σε σκιάζει κάθε μεσημέρι, τη βουκαμβίλια που έπεφτε πάνω στο πεζούλι και γέμιζε τον τόπο κόκκινο λουλούδια. Δεν είναι μόνο μια εβδομάδα αυτή, είναι όλα τα χρόνια που κουβαλάω εδώ μέσα, τα καλοκαίρια που ερχόμουν παιδί και κοιμόμουν στο πάτωμα με τα ξαδέρφια και μας έβρισκε ο ύπνος με τα γέλια, οι μυρωδιές από το τηγάνι της γιαγιάς, οι χειμώνες που ακούγαμε ιστορίες για το χωριό και έμοιαζαν παραμύθι. Μετά τα χρόνια που έλειπα και το σκεφτόμουν και έλεγα θα γυρίσω, και γύριζα για λίγο και έφευγα πάλι με την καρδιά βαριά και τώρα που έμαθα ξανά να περπατάω αργά, να μην κοιτάω το ρολόι, να λέω καλημέρα σε όλους και να κάθομαι στο παγκάκι χωρίς λόγο, πρέπει να ξαναμάθω την πόλη και θα πει κανείς ότι τη δεύτερη κιάλας μέρα μετά την επιστροφή επανακάμπτεις, ότι το σώμα θυμάται μόνο του τον θόρυβο και το τρέξιμο, αλλά εγώ δεν θέλω να επανακάμψω. Θέλω να κρατήσω λίγο ακόμα αυτή την ταραχή, αυτή τη συγκίνηση που μου ανεβαίνει στο λαιμό και δεν με αφήνει να καταπιώ, αυτό το σφι-



ξιμο στο στήθος καθώς αγκαλιάζω τον σάκο μου σαν να κρατάω ό,τι μου απόμεινε από εδώ.

Κοιτάζω πίσω και βλέπω τον πατέρα να σηκώνει το χέρι, και ξέρω πως αυτό το χέρι θα μένει σηκωμένο μέχρι να στρίψω στη στροφή, και ξέρω πως όταν φύγω το χωριό θα συνεχίσει με τα τρία του αυτοκίνητα, με τον ψωμά, με τον ψαρά, με τον μανάβη, χωρίς εμένα, και αυτό είναι

που με πονάει πιο πολύ, αυτή η γλυκιά, αβάσταχτη λύπη πως εγώ φεύγω και ο τόπος μένει και με περιμένει πάλι, πάντα λίγο πιο γερασμένος, πάντα λίγο πιο αδειανός, κι εγώ πάντα να γυρίζω για να τον αποχαιρετώ ξανά.

Άννα Δανάλη

πηγή: https://www.facebook.com/profile.php?id=100057289914958&sk=directory_contact_info

Μια συγγνώμη στη νέα γενιά, από ένα πανηγύρι

του Κώστα Γ. Μωυσίδη



Πήγα πρόσφατα σε μερικά παραδοσιακά πανηγύρια και γύρισα σπίτι με ένα συναίσθημα που, ομολογώ, δεν περίμενα.

Ενθουσιασμό.

Είδα νέους ανθρώπους να χορεύουν, να τραγουδούν, να γνωρίζουν τα τραγούδια, να συμμετέχουν με πάθος. Νέα παιδιά που δεν έμοιαζαν καθόλου να θεωρούν την παράδοση κάτι ξεπερασμένο ή «για τους παλιούς».

Το αντίθετο.

Τη διεκδικούσαν.

Και τότε σκέφτηκα πόσο άδικοι είμαστε όταν λέμε ότι «η νέα γενιά δεν ενδιαφέρεται».

Ίσως τελικά ενδιαφέρεται περισσότερο απ' όσο πιστεύουμε.

Ίσως εμείς απλώς είχαμε σταματήσει να την κοιτάμε.

Υπήρχε όμως και η άλλη εικόνα.

Εκείνη που δεν μας τιμά ιδιαίτερα.

Μικρότητες, γκρίνια, κουτοπονηριές, συζητήσεις του τύπου «πώς θα τη βγάλουμε τζάμπα;». Άνθρωποι που μπορούν να χαλάσουν τη διάθεσή τους και τη διάθεση των άλλων για λίγα ευρώ, ενώ βρίσκονται σε μια γιορτή που κάποιος άλλος κόπιασε για να οργανώσει.

Και δεν θέλω να δείξω κανέναν με το δάχτυλο.

Γιατί, αν είμαι ειλικρινής, **σε αυτή τη γενιά ανήκω κι εγώ.**

Έχω κάνει κι εγώ τις μικρότητές μου. Έχω γκρινιάξει για πράγματα που δεν άξιζαν τη γκρίνια. Έχω ψάξει κι εγώ, κάποια στιγμή, το «πώς θα τη βγάλουμε φθηνότερα», χωρίς να σκεφτώ ποιος βρίσκεται από την άλλη πλευρά και πόσο κόπο έχει καταβάλει.

Γι' αυτό η σκέψη μου δεν είναι μια επίθεση στους μεγαλύτερους.

Είναι περισσότερο μια συγγνώμη στους νεότερους.

Συγγνώμη για όσα σας παραδίδουμε.

Σας παραδίδουμε έναν κόσμο γεμάτο προβλήματα που δεν δημιουργήσατε εσείς. Ένα περιβάλλον που πληγώσαμε. Μια δημόσια ζωή όπου πολλές φορές η μικρότητα νίκησε τη συλλογικότητα. Μια κοινωνία που συχνά έμαθε να ζητά δικαιώματα χωρίς να θυμάται τις υποχρεώσεις της.

Και μέσα σε όλα αυτά, εσείς πηγαίνετε στα πανηγύρια και χορεύετε.

Και ξαφνικά μας θυμίζετε κάτι που είχαμε ξεχάσει.

Ότι η παράδοση δεν είναι μουσείο.

Δεν είναι μερικές παλιές φορεσιές κλεισμένες σε μια προθήκη.

Δεν είναι μόνο οι μεγαλύτεροι που θυμούνται

«πώς ήταν παλιά».

Η παράδοση ζει όταν την παίρνει στα χέρια της η επόμενη γενιά.

Όταν ένας νέος μαθαίνει έναν χορό από τον παππού του. Όταν τραγουδά ένα παλιό τραγούδι μαζί με τους φίλους του. Όταν βρίσκει μέσα σε μια μουσική που δημιουργήθηκε πριν από δεκαετίες κάτι που τον εκφράζει σήμερα.

Αυτό είναι ίσως το πιο αισιόδοξο πράγμα που είδα στα πανηγύρια.

Και ίσως γι' αυτό θα έπρεπε εμείς οι μεγαλύτεροι να κάνουμε λίγο πίσω.

Να σταματήσουμε να τους λέμε συνεχώς τι κάνουν λάθος.

Να τους αφήσουμε χώρο.

Και κυρίως, να αναρωτηθούμε τι παράδειγμα τους δίνουμε.

Γιατί δεν έχει μεγάλη αξία να λέμε στα παιδιά μας να αγαπούν την παράδοση, την πατρίδα, την κοινωνία και τον τόπο τους, όταν εμείς τους δείχνουμε καθημερινά ότι το σημαντικότερο είναι να «τη βγάλουμε τζάμπα», να εξυπηρετήσουμε τον εαυτό μας και να μην πληρώσουμε ποτέ το κόστος των επιλογών μας.

Η νέα γενιά, τελικά, ίσως δεν χρειάζεται τόσα πολλά μαθήματα από εμάς.

Χρειάζεται ένα καλύτερο παράδειγμα.

Και γι' αυτό, επιστρέφοντας από εκείνα τα πανηγύρια, θέλω να πω κάτι πολύ απλό:

Συγγνώμη για όσα σας παραδίδουμε.

Και ένα μεγάλο ευχαριστώ που, παρά όλα αυτά, συνεχίζετε να χορεύετε.



Κάθε Σεπτέμβρη

Θυμάμαι...



Τα παιδικά παιχνίδια που έπρεπε να σταματήσουν για λίγο. Να κάνουμε ησυχία, μπροστά στο ραδιόφωνο, για να ακούσουν οι παππούδες τις αναζητήσεις μέσω του Ερυθρού Σταυρού.

Κανέναν δεν βρίσκουν, σκεφτόμουν.

Γιατί αφήνουμε το παιχνίδι;

Τον μπαρμπά Νίκο, τον Μιστιλή. Πολλά χρόνια αργότερα έμαθα πως «Μιστιλήδες» αποκαλούσαν εκείνους που είχαν έρθει από το Μιστρί της Καππαδοκίας. Μου μιλούσε για τον Τούρκο που, φεύγοντας τον ντουφέκισε που καμάρωνε το φευγιό του πάνω από τον μιναρέ.

Εκείνο το «πάρ' τον κάτω»...

Και το κυνήγι που μας έκανε όταν οι μπαλιές μας πήγαιναν στις λεμονιές του.

Τον παππού Παρασκευά, όταν σκαρφαλώναμε κρυφά στη μάντρα του για να δούμε αν είχαν γίνει τα μανταρινία του. Κι εκείνη τη λάμπα πάνω από τις παλιές εφημερίδες της εποχής, που φώτιζε μαζί με τις δικές μας παιδικές αναζητήσεις. Ψάχναμε τα «γιατί», χωρίς ακόμη να ξέρουμε να τα ονομάσουμε.

Τον μπαρμπά Πέτρο, στους αγιασμούς στο σχολείο, να ψάλλει μισά Τούρκικα, μισά Ελληνικά.

Τον παππού Κώστα, τον ντελάλη του χωριού, να αρνείται την τουρκική γλώσσα, παρόλο που την μιλούσε.

Εκείνα τα βιβλία που έφερε από την Καππαδοκία ο παππούς Ηλίας. Γραμμένα στα Ελληνικά, μα κάπως αλλιώς από εκείνα που είχαμε στο σχολείο.

Καραμανλίδικα έμαθα πολλά χρόνια αργότερα πως τα έλεγαν.

Και πόσους άλλους...

Πρόσωπα, φωνές, λέξεις, ιστορίες. Κομμάτια μιας πατρίδας που χάθηκε, μα δεν έπαψε ποτέ να υπάρχει μέσα στις οικογένειες, στις αυλές, στα σπίτια, στις διηγήσεις.

Κι όμως, κάτι είναι ακόμη εδώ.

Οι λεμονιές του μπαρμπά Νίκου είναι ακόμη εκεί.

Οι μανταρινιές του παππού Παρασκευά εξακολουθούν κάθε χρόνο να φορτώνουν καρπό.

Κι εμείς, σαν τότε, τα παιδιά των παιδιών τους πια, εξακολουθούμε να περνάμε από τις ίδιες αυλές. Και κάθε χρόνο οι παππούδες μας, όσοι έμειναν μέσα στις μνήμες μας, εξακολουθούν να μας κερνούν τα καλούδια τους.

Σαν να μη σταμάτησε ποτέ εκείνο το κέρασμα.

Σαν να μας λένε ακόμη:

«Πάρε... είναι από τον τόπο μας».

Ίσως έτσι περνά η μνήμη από γενιά σε γενιά. Όχι μόνο μέσα από τα μεγάλα γεγονότα της Ιστορίας, αλλά μέσα από μια φράση, ένα τραγούδι, μια λέξη, ένα βιβλίο, έναν άνθρωπο. Κι ακόμη, μέσα από μια λεμονιά και μια μανταρινιά που επιμένουν να καρπίζουν.

Κι εγώ, κάθε Σεπτέμβρη, θυμάμαι.

Σας ευχαριστώ.

ΔΕΝ ΞΕΧΝΩ! κ.μ.

Αύγουστος 1919

Κόρη σήμερα τελείωσα τα μεσοφόρια σου. Πρέπει να τελειώσω τα υπόλοιπα για να ράψω το νυφικό σου. Ο πατέρας σου κάθε βράδυ γυρίζει από τον καφερέ αμίλητος. Ο Μουσταφάς φωνάζει: **“Κωστή πάρε την φαμίλια σου και φύγε απέναντι προλαβαίνεις ακόμα”** Πως να φύγει έχει τόση φαμίλια γύρω του; Πρέπει να το πει σε όλους.

Ο Μουσταφά ξέρει πολλά απ' την αυλή του Κεμάλ. Οι σύμμαχοι έσπρωξαν τον Βενιζέλο στον πόλεμο αλλά συνεννοήθηκαν να του γυρίσουν την πλάτη να μείνει μοναχός. “Μην πιστεύεις τα μεγάλα λόγια Κωστή που έταξε ο Βενιζέλος. Ο Κεμάλ θα σας πετσοκόψει φύγε τώρα που είναι νωρίς.”

Κόρη μου Ασημίνα ο πατέρας σου πρέπει να μας σκεφτεί. Τρία παιδιά έχουμε τι θα απογίνουμε; Μεσ την νύχτα χτύπησε η πόρτα και τον πήρανε. Είχε ο πατέρας σου ένα Τούρκο φίλο που του κανε όλο καλοσύνες. Με αυτό το θάρρος γύρεψα βοήθεια. Πίστευα ότι η καλοσύνη του Κωστή θα τον έσωζε. Μάταια όμως... Παγώνει το τομάρι του σκύλου δεν γίνεται πετσί. Το ίδιο και ο παλιός εχθρός δεν γίνεται φίλος. Ο προφήτης μας με τον προφήτη σας είναι εχθροί και εμείς εχθροί είμαστε. Δεν μπορώ να σας βοηθήσω. “Τι θα απογίνω με τρία παιδιά;

Η ελπίδα χανόταν από την αιχμαλωσία, τα νέα έλεγαν κάθε βήμα και ένας τάφος, κάθε σταθμός μέχρι τα στρατόπεδα και μια σφαίρα.

Κόρη κάποια στιγμή θα γυρίσει ο πατέρας, θα μας πάρει να πάμε απέναντι. Εκεί δεν θα φοβόμαστε για τους άντρες και τα κορίτσια μας και κακοί άνθρωποι να ναι, θα ναι όμως χριστιανοί. 4 Σεπτεμβρίου 1922. Η γλυκιά πατρίδα μας τα Βουρλά κάηκαν. Ο Κωστής μου ακόμα άφαντος. Είχα πωλήσει ότι δεν μπορούσα να κουβαλήσω. Αφήσαμε καρπό στα δέντρα, ατρύγητα αμπέλια, τα εικονίσματα στους τοίχους, τα ζωντανά, τα σπίτια μας. Κοιμηθήκαμε νοικοκυραίοι και ξυπνήσαμε άποροι ζητιάνοι στο λιμάνι. Τρέχαμε κυνηγημένοι από το τουρκικό μαχαίρι. Παρατήσαμε σκοτωμένους, αρρώστους, άταφους γονείς τον μικρό μου δίδυμο Μανώλη. Δεν άντεξε τις κακουχίες ήταν μόνο 6 χρόνων.

Ασημίνα κρατά σφιχτά τον Στέλιο που μας έμεινε. Μην χάσεις τον μποξά με τα προικιά σου πως θα τα ξαναφτιάξουμε; Η θάλασσα γέμισε με αίμα, σφαγή, κλάματα. Όσοι δεν άντεξαν το ταξίδι τους έδεσαν πάνω τους σίδερα και τους έριξαν στην θάλασσα. Περιμέναμε να μας δεχτεί η μητέρα πατρίδα χωρίς να ναι έτοιμη να δεχτεί το βάρος μιας καταστροφής. Ποια Ελλάδα θα μας στηριζε που αυτή ήταν φτωχή από μόνη της. Κατατρεγμένοι εμείς, η καχυποψία και η έχθρα από τους ντόπιους μεγάλωνε πιο πολύ την μίζερια μας. Πιάσαμε στερία. Μας δηλώσανε Παγώνη σύζυγος Κωσταντίνου Φώνια με τα παιδιά Ασημίνα και Στυλιανός Φώνια. Φώναζαν οι χωριανοί μου άλλαξε και εσύ το επίθετο σου όπως και εμείς.

“Όταν έρθει ο Κωστής μου να με βρει δεν θα μπορέι αν αλλάξω επίθετο. Δόθηκαν οι κλήροι αλλά αυτοί που δεν είχαν κάποιον να τους στηρίξει οι δυνατοί έριξαν μεταξύ τους τους αδύναμους. Οι επιδημίες μαζί με τις κακουχίες μάς ρήμαξαν. Κάνε υπομονή Ασημίνα μπόρα είναι και θα περάσει. Αύριο θα σαι καλύτερα. Θα 'ρθει ο πατέρας σου από την αιχμαλωσία, θα μεγαλώσει ο Στέλιος θα δουλέψει θα αλλάξει η ζωή μας μην φύγεις και εσύ. Οι κατατρεγμένοι έσφιξαν τα δόντια, στάθηκαν στα πόδια τους, οι ντόπιοι μαλάκωσαν και όλοι έγιναν ένα. Οι καλοί με τους καλούς και οι κακοί με τους κακούς. Ο Στέλιος μεγάλωσε πρόκοψε

έκανε οικογένεια

Η Παγώνη ένα αγρίμι που δεν ημέρεψε ποτέ. Μέχρι που έκλεισε τα μάτια της αγνάντευε ποτέ θαρθεί ο Κωστής της...

Υ.Σ. Τα ονόματα και τα πρόσωπα είναι αληθινά. Είναι μαρτυρίες από τις λίγες κουβέντες που έλεγαν. Είναι προς τιμήν όλων που χάθηκαν άδικα. Οι φωτογραφίες είναι τα μεσοφόρια προίκα της Ασημίνας από τα λίγα πράγματα που διασώθηκαν στην καταστροφή. Η Ασημίνα μικρό κορίτσι θάφτηκε στην Αγία Φωτεινή στην Χαλεπά μαζί με τα όνειρα της.

Ν.Α. πηγή: Ομφαλός της γης II



Χρέος μας να μην ξεχάσουμε ποτέ

| m+o agkoutoglou |

Established by Makis Agkoutoglou in 1964

δημιουργία

ARCHITECTURE DEVELOPMENT REAL ESTATE

Το γραφείο **I m + o agkoutoglou I** ιδρύθηκε το 1964 από τον Μάκη Αγκούτογλου.

Τα 60+ χρόνια λειτουργίας μας τα πετύχαμε παραμένοντας πιστοί στις αρχές των ιδρυτών μας: εμπιστοσύνη, σεβασμός, ακεραιότητα, καινοτομία.

Διαθέτουμε ολοκληρωμένη σειρά υπηρεσιών που αφορούν το ακίνητο:

- αρχιτεκτονικός σχεδιασμός ■
- οικοδομικές άδειες ■ τακτοποιήσεις ■
- κατασκευή | επίβλεψη | διαχείριση έργου ■
- ανάπτυξη ακινήτων ■
- αγορές | πωλήσεις | μισθώσεις ■
- πολεοδομικός & νομικός έλεγχος ■
- εκτιμήσεις ■ διαχείριση ακινήτων ■

60⁺ ΧΡΟΝΙΑ
ΕΜΠΕΙΡΙΑΣ

I ΜΕΛΟΣ I

REAAA, FIABCI, TCG, UIA, EDEM,
SADAS - PEA, CAM

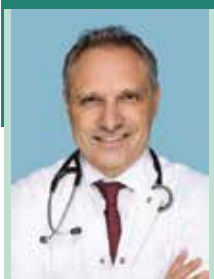


ΟΔΟΣ ΧΛΟΗΣ 3, ΣΑΡΩΝΙΔΑ, ΑΤΤΙΚΗ, 19013
ΤΗΛ. +30 22910 52443 ΚΙΝ. +30 6945803384
www.agkoutoglou.gr
agkoutoglou@agkoutoglou.gr

ΑΡΧΙΤΕΚΤΟΝΙΚΟ ΓΡΑΦΕΙΟ
ΜΕΛΕΤΩΝ - ΚΑΤΑΣΚΕΥΩΝ
ΚΤΗΜΑΤΟΜΕΣΙΤΙΚΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ



ΑΚΙΝΗΤΑ ΣΤΗΝ
ΑΘΗΝΑΪΚΗ ΡΙΒΙΕΡΑ



ΣΤΕΦΑΝΙΑΙΑ ΝΟΣΟΣ– ΔΟΜΙΚΕΣ ΠΑΘΗΣΕΙΣ ΤΗΣ ΚΑΡΔΙΑΣ

ΕΞΕΛΙΞΕΙΣ ΣΤΗΝ ΕΠΕΜΒΑΤΙΚΗ ΚΑΡΔΙΟΛΟΓΙΑ

Γράφει ο **Αντώνιος Γ. Χαλαπάς**, Επεμβατικός Καρδιολόγος - Αριστούχος Διδάκτωρ Ιατρικής Σχολής Αθηνών
Δ/ντής Ιατρικού Κέντρου Αθηνών, Μαρούσι-Τμήμα Επεμβατικής Καρδιολογίας και Βαλβιδοπαθειών
Antonios Chalapas, MD, PhD, FESC, Interventional Cardiology and THV Program
Email: info@drchalapas.gr Mob. 6973388762 <http://www.drchalapas.gr>

Κάρδιο-Νέφρο-Μεταβολικό (ΚΝΜ) Σύνδρομο

Το ΚΝΜ σύνδρομο είναι μια πρόσφατα ορισμένη ιατρική έννοια, η οποία χαρακτηρίζεται από τη σύνθετη αλληλεπίδραση μεταξύ καρδιαγγειακών νοσημάτων, μεταβολικών διαταραχών και της χρόνιας νεφρικής νόσου. Αποκαλείται σύνδρομο και έχει καθιερωθεί ως ξεχωριστή κλινική οντότητα από την Αμερικανική Καρδιολογική Εταιρεία και άλλους επιστημονικούς φορείς. Τα όργανα που αφορά συνδέονται και αλληλοεπιδρούν, με αποτέλεσμα να δημιουργούν έναν φαύλο κύκλο, που μπορεί να οδηγήσει σε σοβαρές επιπλοκές, όπως νεφρική ανεπάρκεια, εγκεφαλικό επεισόδιο και καρδιακή ανεπάρκεια. Το ΚΝΜ σύνδρομο είναι μια προοδευτική κατάσταση που εξελίσσεται σε διάφορα στάδια και συχνά ξεκινά από τη νεαρή ηλικία. Αφορά άτομα που πάσχουν από μεταβολικές διαταραχές, όπως παχυσαρκία, υψηλή αρτηριακή πίεση, υψηλά τριγλυκερίδια, χαμηλή «καλή» χοληστερόλη, προδιαβήτη ή σακχαρώδη διαβήτη τύπου II, και καταλήγει να επηρεάζει τη λειτουργία της καρδιάς και των νεφρών καθώς και να προάγει την εμφάνιση σακχαρώδη διαβήτη. Πρόσφατη μελέτη, δείχνει ότι τα πρώτα ανησυχητικά σημάδια μπορεί να εμφανίζονται πολύ νωρίτερα.

Πράγματι, ερευνητές ανέλυσαν δεδομένα από 1.283 ενήλικες στις ΗΠΑ με μέση ηλικία τα 23 έτη. Η εργασία δημοσιεύθηκε σε έγκριτο διεθνές περιοδικό (Circulation 2023, doi:10.1161/CIR.0000000000001186) και εξέτασε τη σχέση ανάμεσα στην ΚΝΜ υγεία με την πρώιμη αρτηριοπάθεια. Αυτό που ανέδειξε ήταν ότι το ~20% ήταν χωρίς παθολογία στις αρτηρίες των καρωτίδων και αντίθετα, το 80% βρισκόταν σε κάποιο στάδιο του ΚΝΜ και ως εκ τούτου είχαν μεγαλύτερο κίνδυνο.

Ποια είναι τα στάδια του ΚΝΜ Συνδρόμου

Στάδιο 0:

Χωρίς παράγοντες κινδύνου.

Το άτομο έχει ιδανική καρδιαγγειακή υγεία, φυσιολογικό βάρος, πίεση και νεφρική λειτουργία. Στόχος είναι η διατήρηση αυτού του επιπέδου.

Στάδιο 1:

Παρουσία περιττού ή κοιλιακού λίπους (υπέρβαρο/παχύσαρκα άτομα, ΔΜΣ ≥ 25), ή μη φυσιολογική κατανομή λίπους.

Μειωμένη ανοχή στη γλυκόζη, ή προ-διαβήτη. Συστήνεται αλλαγή τρόπου ζωής και απώλεια βάρους.

Στάδιο 2:

Εμφάνιση μεταβολικών παραγόντων κινδύνου



(όπως σακχαρώδης διαβήτης τύπου 2, υπέρταση, δυσλιπιδαιμία), ή χρόνιας νεφρικής νόσου. Υπάρχει αυξημένος κίνδυνος αγγειακής βλάβης.

Στάδιο 3:

Υπαρξη υπο-κλινικής (ασυμπτωματικής) καρδιαγγειακής νόσου.

Περιλαμβάνει πρώιμα σημάδια αθηροσκλήρωσης, αυξημένο σκορ ασβεστίου στεφανιαίων, ή ασυμπτωματική καρδιακή/νεφρική δυσλειτουργία.

Στάδιο 4:

Εγκατεστημένη, συμπτωματική καρδιαγγειακή, ή νεφρική νόσος.

Περιλαμβάνει ασθενείς με ιστορικό καρδιακής προσβολής (εμφράγματος), καρδιακής ανεπάρκειας, εγκεφαλικού επεισοδίου, ή τελικού σταδίου νεφρικής νόσου.

Στην παρούσα μελέτη, το 40% των συμμετεχόντων βρισκόταν στο στάδιο 1, το 36% στο στάδιο 2 και το 3% στο στάδιο 3 ή 4. Ακολούθως, οι συμμετέχοντες υποβλήθηκαν σε υπερηχογράφημα καρωτίδων. Η μέτρηση του πάχους του εσωτερικού τοιχώματός των καρωτίδων, γνωστό ως πάχος έσω-μέσου χιτώνα καρωτίδας (cIMT), αποτελεί ένα αξιόπιστο και καθιερωμένο δείκτη έγκαιρης ανίχνευσης αρτηριακής βλάβης πριν η νόσος γίνει κλινικά εμφανής. Η μελέτη κατέλη-

ξε ότι όσο πιο προχωρημένο ήταν το στάδιο του ΚΝΜΣ τόσο περισσότερες ήταν οι ενδείξεις αρτηριακής επιβάρυνσης. Οι συγγραφείς τονίζουν ότι στους ηλικιωμένους (> 65 έτη) ακόμη και οι μικρές μεταβολές στο πάχος των αρτηριών έχουν συνδεθεί με υψηλότερο κίνδυνο εμφράγματος και εγκεφαλικού.

Η μελέτη αξιολόγησε επίσης την καρδιαγγειακή υγεία στο σύνολο με το εργαλείο Life's Essential 8, το οποίο βαθμολογεί 8 παράγοντες: διατροφή, σωματική δραστηριότητα, ύπνο, έκθεση στη νικοτίνη, δείκτη μάζας σώματος, γλυκόζη αίματος, λιπίδια και αρτηριακή πίεση. Όσο προχωρούσε το στάδιο του συνδρόμου ΚΝΜΣ, τόσο μειώνεται το σκορ. Συγκεκριμένα, οι μέσες τιμές δι-αμορφώθηκαν ως εξής:

Ταυτόχρονα, σημειώνεται πως οι βαθμολογίες για τη διατροφή και τη σωματική δραστηριότητα ήταν χαμηλές, κάτω από 50, σε όλα τα στάδια. Αυτό σημαίνει ότι το περιθώριο πρόληψης δεν αφορά μόνο όσους έχουν ήδη υψηλή πίεση, χοληστερόλη, ή σάκχαρο αλλά και νέους που μπορεί να μη θεωρούνται «ασθενείς», αλλά έχουν ήδη συνήθειες, ή δείκτες που επιβαρύνουν την καρδιαγγειακή τους πορεία. Οι ερευνητές δεν υποστηρίζουν ότι η ανάλυση τους προβλέπει ποιος θα εμφανίσει καρδιακή νόσο στο μέλλον. Οστόσο, τα ευρήματά τους φωτίζουν το πως η **πρόληψη δεν πρέπει να ξεκινά όταν η βλάβη έχει ήδη προχωρήσει**. Ενδεικτικά, φάνηκε ότι η πλειοψηφία των νέων βρίσκονταν ήδη σε κάποιο στάδιο κινδύνου με βάση το σύνδρομο ΚΝΜ. Συνεπώς, τονίζουμε την ανάγκη για πρώιμες παρεμβάσεις και πολιτικές δημόσιας υγείας που θα στοχεύουν στους παράγοντες που διαμορφώνουν την καρδιαγγειακή, νεφρική και μεταβολική υγεία από τα πρώτα χρόνια της ενήλικης ζωής. Δηλαδή καλύτερη διατροφή, περισσότερη κίνηση, επαρκή ύπνο, αποφυγή της νικοτίνης και παρακολούθηση πίεσης, βάρους, σακχάρου και λιπιδίων. Θα πρέπει να τονιστεί η υποστροφή του ΚΝΜΣ μέσω από έντονες αλλαγές στον τρόπο ζωής μαζί με την απώλεια του βάρους. Τέλος, για όσους βρίσκονται σε υψηλότερα στάδια ΚΝΜΣ, περιγράφονται εντατικές προσεγγίσεις για τον προ-συμπτωματικό έλεγχο και τις προληπτικές θεραπείες, λόγω του υψηλότερου απόλυτου κινδύνου καρδιαγγειακής νόσου. Η βελτιστοποίηση της υγείας στον πληθυσμό θα είχε βαθύ θετικό αντίκτυπο στις τάσεις για τη νοσηρότητα και τη θνησιμότητα των καρδιαγγειακών παθήσεων.



Αριστείδης Β. Βασιλείου, MD
Ειδικός Νευρολόγος
 Εξειδικευθείς στην Μ. Βρετανία
 Southmead Hospital, Bristol, UK

Εξ. Συνεργάτης  **Δέχεται κατόπιν ραντεβού**
Επισκέψεις κατ' οίκον

Λ. Αθηνών 8-10, Λαύριο (Εμπ. Κέντρο «Σακιάωτη») Είσοδος Α
 Τηλ. 215 52 55 964 | Κιν. 6939 10 11 81
 aristeidis.vasileiou@gmail.com



ΑΡΙΣΤΟΓΕΙΤΩΝ Γ. ΧΑΡΑΛΑΜΠΙΑΚΗΣ
 Καρδιολόγος - Αντιστράτηγος ε.α.
 Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών
 επ. πρόεδρος Ελληνικής Εταιρείας Ιατρών Λογοτεχνών
 από το ομώνυμο βιβλίο των Εκδόσεων Αγγελάκη,
 μια ευγενική προσφορά στους αναγνώστες μας.

Ευάγγελος Κατσαρός
Νευρολόγος
 Διευθυντής Νευρολόγος Νοσοκομείου Metropolitan
 (Ν.Φάληρο)

Άνοια-Πάρκινσον-Επιληψία-Αγγειακά εγκεφαλικά επεισόδια-
 Σκλήρυνση κατά πλάκας- Οργανικό ψυχосύνδρομο

Ιατρείο: Λαύριο, Μ.Μητροπούλου 49-51
 Δυνατότητα επίσκεψης κατ' οίκον

Επικοινωνία: 6944456484, 2292027419, 2106983940
 e-mail: vankat19@gmail.com

 **ΕΥΡΟΣΥΝΑΨΙΣ**

Νίκη Θ. Σωτηροπούλου
Συμβολαιογράφος

Δευτέρα έως Παρασκευή 09:00 έως 17:00



📍 Αριστοτέλους 13 - 190 13 Ανάβυσσος

☎ 22910 78070 📱 690 8812239
 ✉ nikisotiropoulout@gmail.com

 **ΟΛΓΑ Γ. ΚΗΛΥΠΟΥΡΗ**

ΕΙΔΙΚΟΣ ΠΑΘΟΛΟΓΟΣ-ΔΙΑΒΗΤΟΛΟΓΟΣ
 INTERNIST - DIABETES SPECIALIST
ΣΥΜΒΕΒΛΗΜΕΝΟΣ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΣ ΙΑΤΡΟΣ ΕΟΠΥΥ
 ΔΕΥΤΕΡΑ έως ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 8.00 - 16.00
 για **PANTEBOY 22920 60758-6972802863-6945226492**
 ή e-rv **ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΣ ΙΑΤΡΟΣ** ή στο 14900

ΙΔΙΩΤΙΚΟ ΙΑΤΡΕΙΟ & με PANTEBOY ΕΠΙΣΚΕΨΕΙΣ ΚΑΤ' ΟΙΚΟΝ
 ΙΑΤΡΕΙΟ: **ΕΥΣΤΑΘΙΟΥ ΒΟΓΙΑΤΖΗ 15 & ΑΓ. ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ 29**
 (Έναντι Αστυνομίας Λαυρίου) - **ΛΑΥΡΙΟ**
τηλ. 6972802863 - 6945226492
 email: olga.kilipouri@gmail.com

Πρόληψη των καρδιοπαθειών

Υπάρχει αμφιβολία ότι η πρόληψη, ειδικά στο έμφραγμα, είναι καλύτερη από τη θεραπεία;

ΙΠΠΟΚΡΑΤΗΣ

«**Το προλαμβάνειν κάλλιον του θεραπεύειν**» Η Ιπποκρατική αυτή ρήση βρίσκεται στα καρδιαγγειακά νοσήματα την πλήρη δικαίωσή της. Ιδιαίτερα σήμερα που ο άνθρωπος των ανεπτυγμένων χωρών κατακλύζεται από τις πάμπολλες παρενέργειες του σύγχρονου «υπερπολιτισμού» του, η πρόληψη αποτελεί επιτακτική ανάγκη.

Το έμφραγμα θα πρέπει να προληφθεί με κάθε δυνατό τρόπο δεδομένου ότι εάν επέλθει, η εξέλιξη του μπορεί να αποβεί μοιραία.

Γιατί το έμφραγμα είναι αιφνίδια και καταστροφική νόσος που δεν αφήνει πάντα περιθώρια για επιτυχή αντιμετώπιση, για τους ακόλουθους λόγους:

α) Μπορεί να χτυπήσει την πόρτα μας με το ολέθριο πρόσωπό του, να επέλθει δηλαδή σαν αιφνίδιος θάνατος, «μια κι έξω», σε ποσοστό που φτάνει και στο 15% των περιπτώσεων.

β) Εάν δεν αντιμετωπισθεί αποτελεσματικά στις πρώτες ώρες, μπορεί να οδηγήσει σε θάνατο μέχρι και στο 15 - 20% των περιπτώσεων.

γ) Σε αρκετές περιπτώσεις δεν μπορεί να εξασφαλιστεί επαρκώς η έγκαιρη αντιμετώπισή του, λόγω είτε καθυστερημένης διάγνωσης είτε μη έγκαιρης μεταφοράς σε Νοσοκομείο.

δ) Αν και η σωστική επείγουσα εν θερμώ αγγειοπλαστική γίνεται σήμερα σε όλα τα Νοσοκομεία, δεν είναι δυνατόν να φθάσουν όλα τα εμφράγματα στο πρώτο δίωρο ή τρίωρο από την έναρξή τους.

Για τους λόγους αυτούς μπορούμε να πούμε ότι για το έμφραγμα ισχύουν με έμφαση **τρία πράγματα:**

πρώτον: Πρόληψη

δεύτερον: Πρόληψη

τρίτον: Πρόληψη

Ποιοι παράγοντες «βουλώνουν» τις αρτηρίες;

Οι πρωτεύοντες παράγοντες κινδύνου που προδιαθέτουν για Στεφανιαία νόσο (στηθάγχη, έμφραγμα, αιφνίδιο θάνατο) είναι τρεις:

- το κάπνισμα
- η υψηλή χοληστερίνη
- η υπέρταση.

Ο σακχαρώδης διαβήτης επίσης συγκαταλέγεται στους ισχυρούς παράγοντες κινδύνου για τις αγγειοπάθειες και τη Στεφανιαία νόσο. Έχει ο διαβήτης την ιδιορρυθμία αφ' ενός να προσβάλλει εκτός από τις στεφανιαίες αρτηρίες και τα μικρά τριχοειδή αγγεία και αφ' ετέρου να διαδράμει σιωπηλά μέχρι και στο 40% των περιπτώσεων.

Δευτερεύοντες προδιαθεσικοί παράγοντες κινδύνου θεωρούνται:

- η κληρονομικότητα
- η παχυσαρκία
- η καθιστική ζωή
- το άγχος και η κατάθλιψη
- η ηλικία
- το φύλο.

Πρακτικά οι προδιαθεσικοί παράγοντες κινδύνου διαιρούνται σε δύο κατηγορίες: Τους **διορθώσιμους** και σε αυτούς που **δεν επιδέχονται διόρθωση**.

Διορθώσιμοι παράγοντες είναι:

- το κάπνισμα
- η αυξημένη χοληστερίνη
- η καθιστική ζωή
- η παχυσαρκία
- το υπερβολικό άγχος
- η υπέρταση.

Μη διορθώσιμοι παράγοντες:

- η κληρονομικότητα
- η ηλικία

- το φύλο
- η φυλή.

Κρίνεται σκόπιμο να αναφερθούν και μερικοί άλλοι προδιαθεσικοί παράγοντες κινδύνου οι οποίοι χωρίς να είναι ισχυροί, έχουν κάποια θέση στην περίπτωση που συμβαίνει στεφανιαίο επεισόδιο σε άτομα τα οποία δεν εμφανίζουν κανέναν από τους κύριους παράγοντες κινδύνου.

Σαν τέτοιοι παράγοντες θεωρούνται:

το ινωδογόνο

το Lp(a) - κλάσμα της χοληστερίνης

οι στεροειδείς ορμόνες (αντισυλληπτικά)

η πρόωπη εμμηνοπαυση

παράγοντες φλεγμονής, όπως: η C-αντιδρώσα πρωτεΐνη (CRP) η ιντερλευκίνη η ομοκυστεΐνη μικρόβια (χλαμύδια, κυτταρομεγαλοϊός κ.ά.)

Είναι η πρόληψη δύσκολη; Απαιτεί μεγάλες θυσίες;

Στην πρόληψη των καρδιοπαθειών έχει πλήρη εφαρμογή το «μέτρο άριστο» που δίδαξαν οι Αρχαίοι. Δίχως ακρότητες ή στερήσεις τύπου κατοχής, μπορούμε να απολαμβάνουμε τις μικροχαρές της ζωής με σύνεση τόσο στο φαγητό όσο και στη σωματική δραστηριότητα. Δεν χρειάζεται να ζούμε σε συνθήκες στερήσεως και αυστηρής απαγόρευσης των πάντων και ούτε να γίνουμε πρωταθλητές στην άσκηση. Η σωματική άσκηση θα πρέπει να εξατομικεύεται και να είναι ανάλογη με τη φυσική κατάσταση, την ηλικία και την ευχαρίστηση που προσφέρει στο κάθε άτομο. Το διαιτολόγιο πάλι θα πρέπει να περιέχει τα βασικά στοιχεία της μεσογειακής δίαιτας. Ο σύγχρονος τρόπος ζωής διαφοροποιήθηκε τα μέγιστα και έχει διαμορφώσει νέα κατάσταση τόσο όσον αφορά στο φυσικό περιβάλλον όσο και στην ποιότητα των φυσικών και βιομηχανοποιημένων τροφών. Θα πρέπει να προστατεύσουμε τον εαυτό μας από τις νέες αντίξοες διαμορφωμένες συνθήκες και να προτιμάμε περισσότερο αυτούσια προϊόντα της φύσης και όχι βιομηχανοποιημένα. Πάντα όμως με μέτρο, δίχως ακρότητες.

Μερικοί απλοί κανόνες για να κρατηθεί γερή η καρδιά θεωρούνται:

- Ο περιορισμός των ζωικών λιπών, του αλατιού, της ζάχαρης και του πολύ φαγητού
- Η αποφυγή του καπνίσματος, συμβατικού και ηλεκτρονικού
- Η σωματική άσκηση με καθημερινό ή μέρα παρά μέρα γρήγορο βάδισμα 20-30 λεπτών
- Η διατήρηση ει δυνατόν ιδανικού βάρους σώματος
- Η διασκέδαση και τα διάφορα σπορ
- Ο επαρκής ύπνος
- Η διαχείριση του άγχους και του εργασιακού στρες
- Η φιλοσοφική διάθεση με θετική σκέψη στην επίλυση προβλημάτων της καθημερινότητας
- Η κοινωνικότητα, η συντροφικότητα και οι φιλίες.

Τι πρέπει να κάνω για να διατηρώ γερή την καρδιά μου;

Οι σημαντικότεροι παράγοντες που πρέπει να προσεχτούν για να διατηρηθεί γερή η καρδιά και να μείνουν άθικτα τα αγγεία είναι:

1) Η διατροφή: Οι ακρότητες στη διατροφή με ολοσχερή στέρηση πολλών τροφών δεν είναι σωστές. Πρέπει να τηρείται το «μέτρον άριστο». Καλό είναι γενικά να περιορίζονται τα ζωικά λίπη, το πολύ αλάτι, η ζάχαρη και το αλκοόλ. Συστήνονται όσπρια, δημητριακά, λαχανικά, φρούτα, ψάρι, κοτόπουλο, άπαχο κρέας και γαλακτοκομικά με χαμηλά λιπαρά.

2) Η σωματική άσκηση πρέπει να εξατομικεύεται. Δεν χρειάζεται να γίνει κανείς αθλητής. Για τους περισσότερους, ένα γρήγορο βάδισμα μισής ώρας κάθε μέρα ή μέρα παρά μέρα αρκεί να διατηρήσει σε φόρμα την καρδιά και το σώμα.

3) Το κάπνισμα είναι ολέθριο για την καρδιά, τα αγγεία και τους πνεύμονες. Σημειωτέον ότι σχεδόν μόνο οι καπνιστές παθαίνουν έμφραγμα σε μικρές ηλικίες. Προσοχή και στο παθητικό κάπνισμα.

4) Η υπέρταση, ο σακχαρώδης διαβήτης, η παχυσαρκία, το υπερβολικό άγχος, εάν μείνουν χωρίς την κατάλληλη ρύθμιση προσβάλλουν την καρδιά και τα αγγεία σε μεγάλο βαθμό.

5) Η κληρονομικότητα ενέχει σημασία και θεωρείται παράγοντας κινδύνου όταν άτομα στην οικογένεια πρώτου βαθμού συγγενείας νόσησαν από

Στεφανιαία νόσο σε ηλικίες κάτω από 50-55 έτη. Δεν θεωρείται δηλαδή κληρονομική επιβάρυνση για ένα άτομο που έχασε τους γονείς του από Στεφανιαία νόσο σε ηλικία άνω των 80 ετών.

ΠΕΛΜΑΤΟΓΡΑΦΟΣ

Το Πελματογράφημα θέλει Γνώση και η Κατασκευή Πελμάτων Τεχνική

ΠΑΙΔΙΚΗ ΠΛΑΤΥΠΟΔΙΑ

Τα πιο πολλά παιδιά έχουν χαμηλή ποδική καμάρα, γιατί έχουν καλάρες αρθρώσεις.

Η καμάρα χάνεται όταν στέκονται όρθια, η στέγνα τους στρίβει προς το μέσο, ενώ τα δάκτυλα των ποδιών δείχνουν προς τα έξω. Γι' αυτό, οι φυσιολογικές καμάρες έχουν διαφορετικό ύψος.

Είναι σημαντικό οι γονείς να γνωρίζουν ότι καθώς το παιδί περνάει από τη φάση ανάπτυξης είναι πολύ πιθανόν να εμφανιστούν αλλαγές στα πόδια με ή χωρίς συμπτώματα.

KATOPIIN PANTEBOY

MEDI ACCESS

Τηλ. 22920 27620

ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΒΙΒΛΙΩΝ • ΠΕΡΙΟΔΙΚΩΝ • ΔΙΑΦΗΜΙΣΤΙΚΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ

ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ Γ. ΜΩΥΣΙΔΗΣ



Διακεκριμένος
Πιστοποιημένος
Συνεργάτης του Δικτύου

iatrica

www.iatrica.gr

ΤΟ ΙΑΤΡΕΙΟ ΕΙΝΑΙ
ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΜΕΝΟ
ΚΑΤΑ ISO 9001.2008

ΑΚΤΙΝΟΔΙΑΓΝΩΣΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΚΕΡΑΤΕΑΣ

ΦΩΤΙΟΣ Ε. ΤΑΚΗΣ

ΙΑΤΡΟΣ ΑΚΤΙΝΟΛΟΓΟΣ

- ΨΗΦΙΑΚΕΣ ΑΚΤΙΝΟΓΡΑΦΙΕΣ
- ΨΗΦΙΑΚΗ ΜΑΣΤΟΓΡΑΦΙΑ
- ΨΗΦΙΑΚΕΣ ΠΑΝΟΡΑΜΙΚΕΣ-ΚΕΦΑΛΟΜΕΤΡΙΚΕΣ
- ΥΠΕΡΗΧΟΙ ΣΩΜΑΤΟΣ
- TRIPLEX ΑΓΓΕΙΩΝ
- ΜΕΤΡΗΣΗ ΟΣΤΙΚΗΣ ΠΥΚΝΟΤΗΤΑΣ
- FNA ΘΥΡΕΟΕΙΔΟΥΣ
- ΕΙΔΙΚΕΣ ΜΕΛΕΤΕΣ
- ΥΠΕΡΗΧΟΙ - TRIPLEX ΚΑΤ' ΟΙΚΟΝ

Λ. Αθηνών - Σουνίου 108 - β

19001 ΚΕΡΑΤΕΑ ΑΤΤΙΚΗΣ

Τηλ/φαξ 22990 67762, Κιν.: 6944 671 643

e-mail: ftakis@otenet.gr

Πολιτιστική γέφυρα Σαρωνίδας – Γαλαξειδίου κάτω από το φως της Πανσελήνου

Γράφει ο Β. Α. Ασημακόπουλος



ΜΟΥΣΙΚΗ ΒΡΑΔΙΑ ΤΗΣ ΠΑΝΣΕΛΗΝΟΥ

Από τη
Νάπολη
στο
Γαλαξείδι
Θάλασσα, νύχτα και Φεγγάρι

Ο Πολιτιστικός Σύλλογος Γαλαξειδίου σας καλωσορίζει σε ένα μουσικό ταξίδι που ενώνει δύο κόσμους με κοινό φως: την Ιταλία του λυρισμού, του ναπολετανικού τραγουδιού και του κινηματογράφου, με την Ελλάδα της θάλασσας, της νύχτας και του φεγγαριού.

Από τη λάμψη της όπερας και της σπερτέας στα τραγούδια της Νάπολης, από τη μελωδική ποίηση του Nino Rota και του Morricone, στη δική μας θάλασσα.

Αντονέλλα Ορέφιτσε
Σοπράνο

Άκης Καλμούκης
Λευκός Τενόρος

Σέρτζιο Καταλάνο
Πιανίστας, Μαιέτρος

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 28 ΑΥΓΟΥΣΤΟΥ **21:30** **ΣΤΟΝ ΦΑΡΟ**

ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΓΑΛΑΞΕΙΔΙΟΥ

Stella Evgeni

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ

ΔΗΜΟΣ ΔΕΛΦΩΝ

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ

Με την υποστήριξη των φορέων μας

Για **16η συνεχόμενη χρονιά** πραγματοποιήθηκε στο ιστορικό Γαλαξείδι η επιτυχημένη συναυλία της Αυγουσιτιάτικης Πανσελήνου, η οποία φέτος έχει ως θέμα το μουσικό ταξίδι “Από τη Νάπολη στο Γαλαξείδι”.

Η εκδήλωση πραγματοποιήθηκε παρουσία του Δημάρχου, του Αντιδημάρχου, καθώς και εκπροσώπων της τοπικής αυτοδιοίκησης και του πολιτισμού, προσφέροντας μια ξεχωριστή βραδιά μουσικής και τέχνης κάτω από το φως του αυγουσιτιάτικου φεγγαριού.

Η πρωτοβουλία ανήκε στον Πολιτιστικό Σύλλογο Γαλαξειδίου. Ιδιαίτερη σημασία έχει το γεγονός ότι σημαντικοί συντελεστές της βραδιάς συνδέονται άμεσα με τη Σαρωνίδα, δημιουργώντας έτσι μια όμορφη πολιτιστική γέφυρα ανάμεσα στις δύο περιοχές.

Στο πιάνο εμφανίστηκε ο ταλαντούχος Ιταλός πιανίστας **Σέρτζιο Καταλάνο**, ο οποίος ταξίδεψε ειδικά από τη Μπολόνια για να συμμετάσχει στη συναυλία. Μαζί του εμφανίστηκαν η Ιταλίδα υψίφωνος **Αντονέλλα Ορέφιτσε**, κάτοικος Σαρωνίδας, καθώς και ο γνωστός Έλληνας τενόρος **Άκης Καλμούκης**.

Ξεχωριστή καλλιτεχνική διάσταση στη βραδιά έδωσαν η οργάνωση και το **video art**, που επιμελήθηκε η εικαστικός **Στέλλα Ευγένια**, επίσης συνδεδεμένη με τη Σαρωνίδα. Οι οπτικές προβολές, σε συνομιλία με τη μουσική και τον ατμοσφαιρικό χώρο, συνέθεσαν μια ενιαία και πολυδιάστατη καλλιτεχνική εμπειρία.

Η διοργάνωση αυτή επιβεβαιώνει την δυναμική που δημιουργείται όταν άνθρωποι από διαφορετικούς τόπους και καλλιτεχνικές διαδρομές συναντώνται με κοινό στόχο τον πολιτισμό.

”

Η Σαρωνίδα είχε φέτος μια ιδιαίτερη ουσιαστική πολιτισμική παρουσία στο Γαλαξείδι, αποδεικνύοντας ότι η τέχνη και η δημιουργία των ανθρώπων της μπορούν να ταξιδεύουν, να ενώνουν τόπους και να χτίζουν νέες γέφυρες συνεργασίας και πολιτισμού.“

”

Από τη Λαυρεωτική στο Σάλτσμπουργκ: Ένα ξεχωριστό πολιτιστικό αντάμωμα



Μέσα από τις φωνές μας ενώσαμε το Σάλτσμπουργκ της Αυστρίας με την Ελλάδα. Με την χορωδία Κερατέας, του Δήμου Λαυρεωτικής, μέσα σε μόλις τρεις ημέρες, ζήσαμε την αυθεντική φιλοξενία, εισπράξαμε αγάπη και νιώσαμε την ανεκτίμητη φροντίδα των ανθρώπων της Ελληνικής Κοινότητας του όμορφου Σάλτσμπουργκ, συμμετέχοντας σε ένα ξεχωριστό πολιτιστικό αντάμωμα.



Ο Αιδεσιμολογιώτατος Πρωτοπρεσβύτερος, εφημέριος της **Ιεράς Ενορίας Αγίου Δημητρίου** Σάλτσμπουργκ της Ιεράς Μητροπόλεως Αυστρίας, πατέρας Ζαφείριος Κουτελιέρης, μας υποδέχθηκε με ιδιαίτερη θερμότητα και αγάπη. Έχουν περάσει μόλις λίγες ημέρες από την επιστροφή μας στην Ελλάδα και όμως οι εικόνες, τα συναισθήματα και οι εμπειρίες που ζήσαμε κοντά τους παραμένουν ζωντανά και ανεξίτηλα.



Στιγμές Συγκίνησης και Ελληνικής Παράδοσης
Ιδιαίτερη συγκίνηση μάς προκάλεσαν οι παιδικές φωνές που έψαλαν και τραγούδησαν στην ελληνική γλώσσα, αποδεικνύοντας τον σεβασμό και την αγάπη την οποίαν ο πατέρας Ζαφείριος και η δασκάλα της ελληνικής γλώσσας καλλιεργούν στα παιδιά και στους νέους για την πατρίδα, την παράδοση και την πολιτιστική μας κληρονομιά.
Η βραδιά ελληνικού τραγουδιού στην κρύπτη του Ιερού Ναού υπήρξε μια μοναδική εμπειρία που θα μας συνοδεύει για πολλά χρόνια. Θερμές ευχαριστίες αξίζουν επίσης στον άξιο γιο του πατέρα Ζαφείριου για την εξαιρετική μουσική συνοδεία στο πιάνο, η οποία συνέβαλε καθοριστικά στη συγκινησιακή ατμόσφαιρα της εκδήλωσης.



Το έργο που επιτελείται στην Ενορία του Αγίου Δημητρίου και ιδιαίτερα στο Ελληνικό Σχολείο του Σάλτσμπουργκ είναι πραγματικά αξιοθαύμαστο. Εκφράζουμε τις ειλικρινείς μας ευχαριστίες στον πατέρα Ζαφείριο και στη δασκάλα της ελληνικής γλώσσας, η οποία με την αφοσίωση και την αγάπη της μας συγκίνησε ιδιαίτερα. Μέσα από το έργο τους διαπιστώσαμε πόσο βαθιά παραμένει ριζωμένη στις καρδιές των Ελλήνων της ομογένειας η αγάπη για την Ελλάδα, την ελληνική γλώσσα, την Ορθόδοξη πίστη και τον αρχαίο αλλά και τον σύγχρονο ελληνικό πολιτισμό.

Το Κοσμοπολίτικο Σάλτσμπουργκ των Τεχνών
Το Σάλτσμπουργκ, όμορφο, περιποιημένο και άψογα οργανωμένο, υποδεχόταν εκείνες τις ημέρες χιλιάδες επισκέπτες για το ετήσιο καλοκαιρινό καλλιτεχνικό φεστιβάλ. Κάθε βράδυ η πόλη πλημμύριζε από εντυπωσιακές εκδηλώσεις, μουσικές και θεατρικές παραστάσεις.
Μια υποδειγματική πόλη: Ιδιαίτερα θετική εντύπωση μας έκανε το γεγονός ότι τα μέσα μαζικής μεταφοράς ήταν δωρεάν κατά τη διάρκεια του φεστιβάλ. Οι μετακινήσεις με τα ηλεκτρικά τρόλεϊ και τα λεωφορεία ήταν εύκολες, άνετες και ιδιαίτερα χρήσιμες, παρά τις ασυνήθιστα υψηλές θερμοκρασίες που επικρατούσαν για την εποχή.
Τα πανέμορφα συντριβάνια και τα μεγάλα παρτέρια με τα πολύχρωμα λουλούδια χάριζαν μια αίσθηση δροσιάς. Οι δρόμοι κατά μήκος του ποταμού έσφυζαν από ζωή, με υπαίθριες μουσικές και θεατρικές σκηνές για όλα τα γούστα. Χιλιάδες άνθρωποι απολάμβαναν τις εκδηλώσεις, ενώ οι υπαίθριοι χώροι εστίασης και η αγορά φαγητού πρόσφεραν μεγάλη ποικιλία επιλογών, ακόμη και χορτοφαγικά και veggie εδέσματα.

Αυτό όμως που με εντυπωσίασε περισσότερο ήταν η υποδειγματική καθαριότητα της πόλης. Από τις πρώτες πρωινές ώρες συνεργεία του δήμου καθάριζαν σχολαστικά όλους τους δρόμους και τους δημόσιους χώρους. Ακόμη και τα ξερά φύλλα απομακρύνονταν, ώστε να μη σκορπίζονται από τον αέρα.
Στα «Βήματα» του Μότσαρτ και της «Μελωδίας της Ευτυχίας»
Η πλατεία γύρω από το Μουσείο του Σάλτσμπουργκ βρίσκεται σε φάση μεγάλης ανάπλασης, ενώ το επιβλητικό άγαλμα του Μότσαρτ μοιάζει να αγναντεύει από ψηλά τα πλήθη των επισκεπτών, σαν να συνεχίζει να συνθέτει τις αθάνατες μελωδίες του. Τουρίστες από κάθε γωνιά του

κόσμου φωτογραφίζουν τα μνημεία, δημιουργώντας μια γιορτινή ατμόσφαιρα σε κάθε πλατεία της πόλης.
Η ανάβαση στο επιβλητικό κάστρο του Σάλτσμπουργκ με το τελεφερίκ αποτελεί μια εμπειρία που αξίζει να ζήσει κάθε επισκέπτης. Από εκεί ψηλά απολαμβάνει κανείς την πανοραμική θέα της πόλης, τον ποταμό Σάλτσαχ και την εξαιρετική ρυμοτομία της. Και φυσικά, δεν μπορεί να μη θυμηθεί τις μελωδίες της «Μελωδίας της Ευτυχίας», επισκεπτόμενος και το Αβαείο του Νόνμπεργκ, όπου γυρίστηκαν σκηνές της διάσημης ταινίας.
Ένα Ταξίδι στην Αυστρία που γέμισε την ψυχή μας



Με όλες αυτές τις όμορφες αναμνήσεις αναχωρήσαμε οδικώς για το Μόναχο, απ' όπου πήραμε την πτήση της επιστροφής για την Αθήνα. Ήταν ένα ταξίδι που γέμισε την ψυχή μας. Οι αγγελικές φωνές των παιδιών, η Θεία Λειτουργία του πατέρα Ζαφείριου, η Δοξολογία που απέδωσε η Χορωδία Κερατέας του Δήμου Λαυρεωτικής, υπό τη διεύθυνση του μαέστρου κ. Αναστάσιου Λαζάρου, αλλά και η ζεστή φιλοξενία όλων όσων μας υποδέχθηκαν, θα μας συνοδεύουν για πολύ καιρό.
Ευχαριστούμε την Αντιδήμαρχο Πολιτισμού κ. Δράκου για τη συμβολή της στην

πραγματοποίηση αυτού του πολιτιστικού ταξιδιού. Θερμές ευχαριστίες αξίζουν επίσης στους χορηγούς μας και σε όλους όσους συνέβαλαν στην πραγματοποίηση της ξεχωριστής σύνδεσης και πολιτιστικής επικοινωνίας.
Μια Ταξιδιωτική Συμβουλή: Ο Ναός του St. Erhard
Αν βρεθείτε ποτέ στο Σάλτσμπουργκ, αξίζει να επισκεφθείτε και τον ναό του St. Erhard. Ο ναός, που αρχικά χτίστηκε ως παρεκκλήσι νοσοκομείου και ανήκει στη Μονή Νόνμπεργκ, αποτελεί ένα από τα σημαντικότερα δείγματα ιταλικού μπαρόκ στην πόλη. Ο σημερινός ναός ολοκληρώθηκε το 1689 από τον αρχιτέκτονα Giovanni Gaspare Zugall, ενώ από το 1853 λειτουργεί ως ενοριακός ναός. Ιδιαίτερο ενδιαφέρον παρουσιάζει το γεγονός ότι στον ίδιο αυτό χώρο συνυπάρχουν αρμονικά η Ρωμαιοκαθολική και η Ορθόδοξη Εκκλησία. Εκεί πραγματοποιούνται και πολλές από τις λειτουργικές και πολιτιστικές εκδηλώσεις της Ελληνικής Κοινότητας Σάλτσμπουργκ, μεταξύ των οποίων και οι μουσικές εκδηλώσεις στις οποίες είχαμε τη χαρά να συμμετάσχουμε.
Ως μέλος της Χορωδίας Κερατέας, του Δήμου Λαυρεωτικής αισθάνομαι ιδιαίτερη χαρά που είχα την ευκαιρία να ζήσω αυτές τις μοναδικές και βαθιά συγκινητικές στιγμές στο Σάλτσμπουργκ.
Να είμαστε όλοι καλά και να ανταμώσουμε ξανά για τον πολιτισμό, με υγεία, αγάπη και μελωδίες!

Πόπη Δαμασκηνού
pdama114@gmail.com
Popie Damaskinos
9 July 2027
Lavrio



- Ανακαλύψτε επιλεγμένα αξεσουάρ ένδυσης.
- Πυτζάμες και ιδιαίτερα είδη δώρου που συνδυάζουν στυλ, άνεση
- και όμορφες λεπτομέρειες για κάθε στιγμή της καθημερινότητας.
- Για γυναίκες, άνδρες και παιδιά, με επιλογές που ξεχωρίζουν
- και δίνουν χρώμα σε κάθε εμφάνιση.
- Χριστουγεννιάτικα δωράκια, γούρια.

Γίτσα Ανδρίκου
Πλ. Ηρώων Πολυτεχνείου 54, Λαύριο
τ. 2290 22596, 6949 079 199

ΔΙΑΝΟΜΗ **ДОСТАВКА**

? **€**

GAS Delivery

6937 322493

www.gas-delivery.gr

ΚΑΘΑΡΙΣΤΗΡΙΟ
ΤΗΣ ΠΕΡΙΟΧΗΣ ΣΑΣ

www.sevendayswash.gr
Με ένα τηλεφώνημα
παιρνουμε τα ρούχα σας

ειδικές τιμές για **airbnb**

Λ. Σαρωνίδας 14, - ΣΑΡΩΝΙΔΑ
τηλ. 2291080230 **693 6969244**

2,00€
μόνο
σίδηρο

5kgr
ΜΠΟΥΓΑΔΑ
Πλύσιμο-Σίδερο
24€

ΠΑΝΤΕΛΟΝΙ ΠΟΥΚΑΜΙΣΟ ΣΕΝΤΟΝΙ
& σας τα φέρνουμε στο ΧΩΡΟ σας ΔΩΡΕΑΝ

ΑΝΟΙΧΤΑ 10:00 - 20:00 ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΑ

ΜΠΟΥΦΑΝ ΚΟΥΣΤΟΥΜΙΑ ΠΑΛΤΑ
12€

ΠΑΝΤΕΛΟΝΙΑ ΦΟΥΣΤΕΣ
5€

ΠΑΠΛΩΜΑΤΑ ΚΟΥΒΕΡΤΕΣ
9€

ΓΡΑΦΕΙΟ ΤΕΛΕΤΩΝ
& ΜΝΗΜΟΣΥΝΩΝ

ΦΕΛΕΜΕΓΚΑΣ
Α.ΜΑΤΕΪΔΗ 6, ΚΕΝΤΡΙΚΗ ΠΛΑΤΕΙΑ, ΛΑΥΡΙΟ
τηλ. 22920 25555, 6982 772745, 6948 792386
e-mail: felemegas1977@gmail.com

Στολισμοί
Αποτεφρώσεις

ΥΠΕΥΘΥΝΑ & ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΑ

Κώστας Κρυστάλλης

«Το πανηγύρι της Καστρίτσας»

Με το καϊκάκι το βράδυ βράδυ προς το ηλιοβασίλεμα, πλέοντας τη νερατόστρωτη λίμνη, βγήκαμεν από τη Σκάλα του Κάστρου σε μιάμισην ώρα εις τ' αντίπερα βουνό της Καστρίτσας κατά το μύλο του Βεήπ-Εφέντη. Ο μύλος τούτος βρίσκεται στα βάθη της λίμνης, κατά την όχθη, μέσα σε πυκνόν καλαμιών. Στρέφεται με τα νερά της κι απαντιέται απ' αυτά με ψηλό και κουρασανόχτιστον τοίχο. Κ' έχει αποκάτω του τη μεγάλη και παλιά καταβόθρα της λίμνης τη Βοϊνίκοβα, οπού χάνονται τα νερά που τότε κινούν. Την άνοιξη όμως και το καλοκαίρι μονάχα δουλεύει, κι αλέθει τα γεννήματα των γύρωθε χωριών του κάμπου, γιατί το χινόπωρο και το χειμώνα από τες πολλές βροχές κι από τα χιονόνερα που λυόνουν στα βουνά και κατεβαίνουν στους κάμπους πλημμυρίζ' η λίμνη και τον αποσκεπάζει ολότελα.

Απάνω από το μύλο διαβαίνει ξύρριζα στο βουνό το λιθοστρωμένο ντερβένι του Μετσόβου. Μονοπάτι μικρό, οπού πολλές βολές το χάναμε μπροστά μας, μας έφεραν ύστερ' από λίγον ανήφορο ανάμεσ' από βράχους κι απ' αγκαθερές φυτιές στο μοναστήρι ψηλά. Το μοναστήρι είνε τεσσεράγκωνο με ψηλούς και πλατιούς τοίχους και με σιδερένιες χοντρές πόρτες. Μέσα στο περιαύλι είνε τα κελλιά, η αποθήκες κ' η στέρνα του, και καταμεσής η εκκλησιά, μικρή σταυρωτή εκκλησιά, χτισμένη απάνου σε μεγάλα θεμέλια παλιού ελληνικού ιερού, μ' ωμορφες ζωγραφιές μέσα και με ψηλήν τούρλα.

Ήτον η 23 Τρυγητή, μέρα τ' Αϊγιαννιού, και το μοναστήρι πανηγύριζε. Γι' αυτό τα κελλιά όλα κ' η κρεβάτες του, κι η αποθήκες και τα χαμώγια κ' η αυλή κ' η εκκλησιά ακόμα μέσα ήταν πέρα πέρα πιασμέν' από πλήθη προσκυνητών, οπούχαν συμμαζωχτή εκεί μες απ' τα Γιάννινα κι απ' τα χωριά ολόγυρα.

Ο ουρανός απλώνεται απάνω καθάριος και γαλανός κι από τ' αμέτρητα κι ανερεύνητα ύψη του χύνει ο χινοπωριάτικος ήλιος τες θαλπερές του αχτίδες στην πλάση κάτω, που προβάλλει σα νιόπαντρη γυναίκα, ζωρή, γιομάτη φως και χρώματα κι ωμορφιά. Δεξά ο κάμπος, μοιρασμένος από τους ζευγολάτες αδερφικά 'ς ίσια και κανονικά τετράγωνα κομμάτια, αναχαράζει κι ακαρτερεί ώρα 'ς ώρα ταλέτρια και τα καματερά, να διαβούν από πάνω του και να τον οργώσουν.

Ζερβά η λίμνη ατάραγη, απλωτερή, ολόστρωτη και μακρουλή, με το χαϊδεμμένο κι ακριβό νησάκι της μες τη μέση και με τον καλαμιώνα περίγυρα, καθρεφτίζει στα βάθη της, σα να σφίγγη απάνου στα στήθη της ερωτικά τον γαλανόν ουρανό και τ' αντίπερα καμαρωμένο βουνό της. Κάπου κάπου οργώνει τα νερά της κανένα καϊκάκι. Ανάλαφρη κι αγανή καταχνιά σηκώνεται σα σινδόνι από πάνω της, σαν καιάμενου λιβανιού καπνός.

Όλες αυτές η ηπειρωτικές μορφές είχαν συμμαζωχθή την ημέρα κείνη απάνου στα πλατιά της Καστρίτσας χαλάσματα. Όλ' αυτά τα ηπειρωτικά πλήθια συνειθίζουν μια φορά κάθε χρόνο κατά τον Τρυγητή να ξυπνάν με τον ποδοβολητό και με τες φωνές τους από τον χιλιόχρονο ύπνο τους τους παλιούς αντίλαλους των σκόρπιων και θλιβερών χαλασμάτων της ερημωμένης Καστρίτσας.

Τα παιδιά τα μικρά κ' η κοπέλλες έτρεχανε δώκ' εκεί, σαν πεταλούδες, κ' εμάζευαν χειριές τα χινοπωριάτικα τ' αγριολούλουδα, η ξανθές κυκλαμιές, που τες ανάκραζαν ερωτικά από τα κλωνάρια του πριναριού οι συμπαθητικοί καλογιάννοι με το μονότονο κ' επαναληπτικό, το γλυκό και χαριτωμένο κελαϊδισμό τους.

Δε μέinaμε ως το τέλος του πανηγυριού. Ενώ κατεβαίναμε τα κατσάβραχα προς τη λίμνη κατά το μεσημέρι, ακούγαμε ότι μας συνόδευε από πίσω το κατηφόρισμά μας ποιμενικό τραγούδι, π' αντιλαλούσαν απ' αυτό τα πλευρά του βουνού και τα τείχη του παλιού κάστρου. Ήτον ο γιδάρης του μοναστηριού, που τραγουδώντας κατέβαινε να ιδή τι να γίνωνται τα βακούφικα, πούχαν μείνει την ημέρα κείνη για χάρι του πανηγυριού με τα μικρό κοπέλλι του και με τα δυο σκυλιά.

Ολόγυρά μας από τα χορταριασμένα κομμάτια της γης πρόβαλλαν ολόχαρα εδώ κ' εκεί τα πρωτόλουβα λουλούδια του χινόπωρου, η ξανθές κυκλαμιές, που τες ανάκραζαν ερωτικά από τα κλωνάρια του πριναριού οι συμπαθητικοί καλογιάννοι με το μονότονο κ' επαναληπτικό, το γλυκό και χαριτωμένο κελαϊδισμό τους. (απόσπασμα)



Γιατί τα σαλιγκάρια ανεβαίνουν στις σωλήνες μέσα στον καύσωνα;

Ένα μικρό μήνυμα από τη φύση Όλο το καλοκαίρι, μέσα στη μεγάλη ζέστη, ένα παράξενο θέαμα επαναλαμβάνονταν γύρω μας: σαλιγκάρια σκαρφαλωμένα σε σιδεροσωλήνες, φράχτες, πασσάλους και άλλα κατακόρυφα σημεία, αρκετά μέτρα μακριά από το έδαφος. Η πρώτη σκέψη είναι σχεδόν αυθόρμητη: μήπως ανεβαίνουν ψηλά για να γλιτώσουν από τους θηρευτές τους; Η απάντηση είναι πως η σκέψη αυτή μπορεί να έχει κάποια βάση, όμως ο σημαντικότερος λόγος φαίνεται να είναι άλλος: η ανάγκη να προστατευτούν από την υπερβολική ζέστη και την απώλεια νερού. Μακριά από το καυτό έδαφος Τα σαλιγκάρια είναι ιδιαίτερα ευάλωτα



στην αφυδάτωση. Το σώμα τους περιέχει πολύ νερό και, κάτω από τον καυτό καλοκαιρινό ήλιο, μπορούν να χάσουν γρήγορα την πολύτιμη υγρασία τους. Το έδαφος, ιδιαίτερα όταν είναι εκτεθειμένο στον ήλιο, μπορεί να αποκτήσει πολύ υψηλές θερμοκρασίες. Έτσι, η κατακόρυφη αναρρίχηση σε έναν βλαστό, έναν κορμό, έναν τοίχο ή ακόμη και σε μια σιδεροσωλήνα μπορεί να αποτελέσει έναν τρόπο απομάκρυνσης από την πιο θερμή επιφάνεια. Δεν πρόκειται, λοιπόν, απλώς για μια «βόλτα» προς τα πάνω. Είναι μια στρατηγική επιβίωσης, ένας τρόπος να περάσουν τις δύσκολες ώρες της ημέρας με όσο το δυνατόν μικρότερη απώλεια νερού. Η καλοκαιρινή τους αδράνεια Όταν οι συνθήκες γίνονται ιδιαίτερα ξηρές και θερμές, πολλά χερσαία σαλιγκάρια περνούν σε μια κατάσταση που ονομάζεται **θερινή διάπαυση (estivation)**. Η δραστηριότητά τους περιορίζεται σημαντικά και ο μεταβολισμός τους επιβραδύνεται. Σε αρκετά είδη, το σαλιγκάρι σφραγίζει προσωρινά το άνοιγμα του κελύφους του με ένα λεπτό στρώμα αποξηραμένης βλέννας, περιορίζοντας έτσι την απώλεια υγρασίας. Μπορεί να παραμείνει εκεί για μεγάλο χρονικό διάστημα, περιμένοντας πιο δροσερές και υγρές συνθήκες. Κι έτσι, αυτό που στα δικά μας μάτια μοιάζει με ακινησία, είναι στην πραγματικότητα μια εξαιρετικά προσαρμοσμένη μορφή «αναμονής». Γιατί ειδικά στις σωλήνες; Εδώ βρίσκεται ίσως το πιο ενδιαφέρον στοιχείο της παρατήρησης. Στη φύση, ένα σαλιγκάρι μπορεί να ανέβει σε ξερά χόρτα, θάμνους, κορμούς ή άλλα φυτά. Σε έναν ανθρώπινα διαμορφωμένο χώρο, όμως, οι σιδεροσωλήνες, οι μεταλλικοί πάσσαλοι και οι φράχτες μπορούν να προσφέρουν παρόμοιες κατακόρυφες επιφάνειες. Για το σαλιγκάρι δεν έχει ιδιαίτερη σημασία αν το «στήριγμα» είναι φυσικό ή τεχνητό. Σημασία έχει ότι μπορεί να απομακρυνθεί από το έδαφος και να βρει ένα σημείο κατάλληλο για να παραμείνει ακίνητο και προστατευμένο μέχρι να περάσει η δύσκολη περίοδος. Σε ορισμένα μεσογειακά είδη, μάλι-



AΦΟΙ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΙ

Σ Υ Σ Τ Η Μ Α Τ Α Α Λ Ο Υ Μ Ι Ν Ι Ο Υ

 info@afoi-p.gr  Λεωφ. Καραμανλή - Ανάβυσσος  22910.38228 | 6947.152025  www.afoi-p.gr

στα, είναι χαρακτηριστικό να συναντά κανείς πολλά σαλιγκάρια συγκεντρωμένα στα ίδια ψηλά σημεία. Η εικόνα μοιάζει παράδοξη: **μέσα στον καύσωνα, αντί να κρύβονται στο χώμα, βρίσκονται πάνω στους φράχτες και στις σωλήνες, ακίνητα και κολλημένα στην επιφάνεια.** Κι όμως, αυτή η φαινομενικά παράξενη συμπεριφορά αποτελεί έναν αποτελεσματικό μηχανισμό επιβίωσης. **Και οι θηρευτές;** Η υπόθεση ότι η αναρρίχηση μπορεί να προσφέρει κάποια προστασία από τους θηρευτές δεν είναι παράλογη. Ένα σαλιγκάρι που εγκαταλείπει το έδαφος ίσως γίνεται λιγότερο προσβάσιμο σε ορισμένους οργανισμούς που αναζητούν τροφή χαμηλά. Ωστόσο, η βασική εξήγηση για αυτή τη συμπεριφορά είναι κυρίως **θερμορρυθμιστική και υδρορρυθμιστική**: το σαλιγκάρι προσπαθεί να μειώσει τη θερμική καταπόνηση και να περιορίσει την απώλεια νερού. Έτσι, αυτό που εμείς παρατηρούμε ως μια απλή «αναρρίχηση» είναι στην πραγματικότητα μια μικρή, αλλά σημαντική, στρατηγική επιβίωσης. Ένα μικρό μάθημα προσαρμογής Ίσως αυτό να είναι και το πιο όμορφο στοιχείο της ιστορίας. Ένα τόσο αργό και φαινομενικά ευάλωτο ζώο έχει αναπτύξει έναν εξαιρετικά αποτελεσματικό τρόπο να αντιμετωπίζει ένα από τα μεγαλύτερα προβλήματα του μεσογειακού καλοκαιριού: την παρατεταμένη ζέστη και την έλλειψη νερού. Και τελικά, μια σκουριασμένη σιδεροσωλήνα μπορεί να μετατραπεί, για ένα μικρό σαλιγκάρι, σε καταφύγιο. **Μήπως η φύση μάς στέλνει μηνύματα;** Φέτος, όμως, η εικόνα αυτή έμοιαζε ακόμη πιο έντονη. Πέρασαμε σχεδόν από τον χειμώνα στο καλοκαίρι, με την άνοιξη να μοιάζει όλο και πιο σύντομη και τις υψηλές

θερμοκρασίες να εμφανίζονται από νωρίς. Μπορεί ένα καλοκαίρι με περισσότερη ζέστη να εξηγεί από μόνο του την αυξημένη παρουσία των σαλιγκαριών σε ψηλά σημεία; Όχι απαραίτητα. Η συμπεριφορά τους επηρεάζεται από πολλούς παράγοντες, όπως η θερμοκρασία, η υγρασία, οι βροχοπτώσεις, η διαθέσιμη τροφή και οι τοπικές συνθήκες. Όμως υπάρχει κάτι που αξίζει να κρατήσουμε. **Η φύση αλλάζει και οι οργανισμοί προσπαθούν συνεχώς να προσαρμοστούν.** Κάποιες φορές οι αλλαγές αυτές είναι τόσο μικρές που περνούν απαρατήρητες. Άλλες φορές βρίσκονται μπροστά στα μάτια μας: σε ένα ξεραμένο χορτάρι, σε ένα δέντρο που ανθίζει νωρίτερα, σε ένα έντομο που εμφανίζεται σε διαφορετική εποχή ή σε δεκάδες σαλιγκάρια που, μέσα στον καύσωνα, έχουν εγκαταλείψει το έδαφος και έχουν ανέβει ψηλά. Δεν μπορούμε να γνωρίζουμε αν κάθε τέτοια εικόνα αποτελεί «μήνυμα» για την κλιματική αλλαγή. Μπορούμε, όμως, να τη δούμε ως **μια υπενθύμιση ότι το περιβάλλον γύρω μας δεν είναι στατικό.** Η φύση παρατηρεί, αντιδρά και προσαρμόζεται πολύ πριν προλάβουμε εμείς να καταλάβουμε τι έχει αλλάξει. Την επόμενη φορά, λοιπόν, που θα δούμε σαλιγκάρια σκαρφαλωμένα ψηλά μέσα στον καύσωνα, ίσως αξίζει να τα κοιτάξουμε λίγο διαφορετικά. Δεν περιμένουν απλώς να περάσει η ζέστη. Έχουν ήδη βρει τον δικό τους τρόπο να την αντιμετωπίσουν. **Και ίσως, αν μάθουμε να παρατηρούμε λίγο καλύτερα όλα αυτά τα μικρά σημάδια γύρω μας, η φύση να μας βοηθήσει να καταλάβουμε καλύτερα και τις μεγάλες αλλαγές που συμβαίνουν στον κόσμο μας.**



ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΒΙΒΛΙΩΝ • ΠΕΡΙΟΔΙΚΩΝ • ΔΙΑΦΗΜΙΣΤΙΚΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ
ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ Γ. ΜΩΥΣΙΔΗΣ

Το φθινόπωρο δεν φοβάται να αφήσει



Υπάρχουν εποχές που έρχονται για να μας θυμίσουν πως η ζωή ανθίζει. Και υπάρχουν κι εκείνες που έρχονται για να μας θυμίσουν πως η ζωή συνεχίζεται ακόμη κι όταν κάτι μέσα μας μοιάζει να τελειώνει.

Το φθινόπωρο είναι η δεύτερη περίπτωση.

Δεν κάνει θόρυβο όταν έρχεται. Δεν ζητά να το προσέξουμε. Αλλάζει πρώτα το φως, ύστερα τον αέρα, ύστερα τα χρώματα. Κι ένα πρωί κοιτάζεις έξω από το παράθυρο και καταλαβαίνεις πως το καλοκαίρι έφυγε χωρίς να σε ρωτήσει.

Τα φύλλα πέφτουν.

Κι ίσως εκεί βρίσκεται όλη η σοφία αυτής της εποχής. Στο φύλλο που δεν φοβάται να αποχωριστεί το κλαδί. Στο δέντρο που δεν θεωρεί τον γυμνό του χειμώνα θάνατο. Στη γη που παίρνει πίσω ό,τι της δόθηκε και περιμένει, χωρίς βιασύνη, την επόμενη άνοιξη.

Ίσως γι' αυτό αγαπώ τον Καζαντζάκη. Γιατί κάθε φορά που επιστρέφω στις σελίδες του, αισθά-

νομαι πως μου ψιθυρίζει με τον δικό του ασυμβίβαστο τρόπο να μη φοβάμαι τη ζωή επειδή είναι δύσκολη, ούτε τον χρόνο επειδή περνά. Να μη ζητώ από τον κόσμο να μου υποσχεθεί πως τίποτα δεν θα χαθεί.

Να ζω.

Να αγαπώ.

Να παλεύω.

Και ύστερα, όταν έρθει η ώρα, να μπορώ κι εγώ να αφήσω.

Το φθινόπωρο έχει αυτή την παράξενη δύναμη. Μας κάνει λίγο πιο σιωπηλούς. Μας φέρνει πιο κοντά σε όσα αποφεύγουμε μέσα στη βουή της καθημερινότητας. Μας θυμίζει ανθρώπους που έφυγαν, δρόμους που δεν πήραμε, πράγματα που κάποτε πιστεύαμε πως θα κρατήσουν για πάντα.

Κι όμως, μέσα στη μελαγχολία του υπάρχει κάτι βαθιά παρήγορο.

Γιατί το δέντρο δεν ντρέπεται που χάνει τα φύλλα του.

Δεν θεωρεί αποτυχία το γυμνό του κλαδί.

Δεν απελπίζεται επειδή έρχεται ο χειμώνας.

Στέκεται.

Περιμένει.

Και ζει.

Ίσως αυτό να μας ζητά κι εμάς η ζωή. Όχι να μη χάνουμε, αλλά να μη σταματάμε επειδή χάσαμε. Όχι να κρατάμε τα πάντα, αλλά να ξέρουμε πότε πρέπει να ανοίγουμε τα χέρια μας. Να καταλαβαίνουμε πως κάποια πράγματα δεν μας ανήκουν για πάντα ούτε οι άνθρωποι, ούτε οι στιγμές, ούτε καν ο ίδιος μας ο χρόνος.

Έξω βρέχει τώρα. Ο δρόμος γυαλίζει και τα φύλλα έχουν κολλήσει στο χώμα. Η θάλασσα, μακριά, πρέπει να έχει αλλάξει κι αυτή χρώμα. Κι εγώ σκέφτομαι πως ίσως τελικά το φθινόπωρο δεν είναι η εποχή της απώλειας.

Είναι η εποχή της αποδοχής.

Μια υπενθύμιση πως τίποτα δεν μένει ίδιο κι αυτό δεν είναι πάντα λόγος για να φοβόμαστε.

Μερικές φορές είναι λόγος για να ευγνωμονούμε.

Γιατί αν όλα έμεναν για πάντα, τίποτα δεν θα ήταν πολύτιμο.

Το τελευταίο φύλλο πέφτει αθόρυβα.

Κι εγώ, αντί να το λυπηθώ, το κοιτάζω για λίγο.

Ίσως γιατί έχω αρχίσει να καταλαβαίνω πως το να αφήνεις δεν σημαίνει πως παραιτείσαι.

Σημαίνει πως εμπιστεύεσαι τη ζωή.

Και ίσως, κάπου εκεί, ανάμεσα στο φύλλο που πέφτει και στο καινούργιο που κάποτε θα γεννηθεί, βρίσκεται όλη η γενναιότητα του ανθρώπου.

**Να ξέρει πως όλα περνούν.
Και παρ' όλα αυτά,
να επιμένει να αγαπά.**

Επανεκδόσεις

- Πινακίδων
- Αδειών
- Διπλωμάτων
- Οριστικές
- Διαγραφές
- Ακινήσεις
- Άρσεις

ΑΥΤΟΚΙΝΗΣΗ
ΜΕΤΑΒΙΒΑΣΕΙΣ **6932 440 183**
Διεκπεραιώσεις Αυτοκινήτων **ΚΤΕΟ**





Γελάμε Μαζί: Αστεία και Ιστορίες

Ρωτάει ο ένας φίλος τον άλλον στις πρώτες μέρες του Σεπτεμβρίου:— Εσύ, φίλε, πώς αισθάνεσαι τώρα που τελείωσαν οι διακοπές και άρχισε ξανά το φθινόπωρο;— Σαν τον μαθητή την πρώτη μέρα στο σχολείο: κλάμα, απόγνωση και μέτρημα μέρων μέχρι τις επόμενες διακοπές!

Είναι η πρώτη μέρα του σχολείου τον Σεπτέμβριο. Η μαμά ξυπνάει τον Τοτό: «Τοτό, σήκω να πας σχολείο!». Ο Τοτός γυρνάει από την άλλη πλευρά: «Δεν θέλω να πάω! Οι δάσκαλοι με μισούν και οι μαθητές με κοροϊδεύουν!». Και η μαμά απαντάει: «Σήκω, παιδί μου, πρέπει να πας. Είσαι 45 χρονών και είσαι ο διευθυντής!».

Ρωτάει η δασκάλα την πρώτη μέρα: «Τοτό, για πες μας, διάβασες καθόλου το καλοκαίρι;». «Κυρία, διάβασα τόσο πολύ, που ξεχασα ακόμα και αυτά που ήξερα!».

Είναι Οκτώβριος, έξω βρέχει καταρρακτωδώς και έχει 12 βαθμούς. Ο «αιώνιος παραθεριστής» ανεβάζει φωτογραφία στο facebook με το μαγιό από τον Ιούλιο. Λεζάντα: «Οι πρώτες φθινοπωρινές ψιχάλες δεν μας πτοούν. Εδώ, στην καρδιά μας, είναι πάντα καλοκαίρι!». Από κάτω σχόλιο του κολλητού του: «Φίλε, βάλε καλοριφέρ, μπλέδισαν τα χείλια σου στην κάμερα».

Μπαίνει ένας τύπος στο γραφείο στα μέσα Σεπτεμβρίου. Φοράει ακόμα σαγιονάρα, βερμούδα, έχει την πετσέτα θαλάσσης στον ώμο και κρατάει φραπέ. Τον κοιτάζει εξάλλος ο διευθυντής: «Ρε συ, η άδεια σου τελείωσε πριν δύο εβδομάδες!». Κι αυτός απαντάει: «Δεν ακούω τίποτα, έχω ακόμα νερό στο αυτί από την τελευταία βουτιά!».

Η δασκάλα βάζει θέμα έκθεσης: «Πώς περάσατε το καλοκαίρι σας». Ο Τοτός γράφει μόνο μία πρόταση: «Το καλοκαίρι μου ήταν σαν την κυβέρνηση: πολλές υποσχέσεις, καθόλου λεφτά και στο τέλος... μας έπιασε το φθινόπωρο».

Τον Οκτώβριο, η δασκάλα εξετάζει τον Τοτό στη Γεωγραφία.— Τοτό, πού πέφτει η Ισπανία;— Στα προκρινματικά του Μουντιάλ, κυρία!

Πηγαίνει ένας υπάλληλος στο γραφείο του την πρώτη Δευτέρα του Σεπτέμβριο. Κάθεται στην καρέκλα, κοιτάζει την οθόνη του υπολογιστή για τρεις ώρες χωρίς να κάνει τίποτα. Περνάει το αφεντικό και τον ρωτάει αυστηρά: «Τι κάνεις εκεί; Γιατί δεν δουλεύεις;». Κι ο υπάλληλος απαντάει: «Περιμένω να φορτώσει το σώμα μου, αρχηγέ. Η ψυχή μου είναι ακόμα κολλημένη στην κίνηση της επιστροφής».

Ένας τύπος πάει στον γιατρό στις αρχές του φθινοπώρου, γεμάτος νεύρα και κούραση.— Γι-ατρέ μου, δεν είμαι καλά. Έχω τάσεις φυγής, τρέμουν τα χέρια μου όταν βλέπω email, και νιώθω μια απίστευτη θλίψη κάθε φορά που ξυπνώ στις 7 το πρωί. Τι έχω; Ο γιατρός τον κοιτάζει, αναστενάζει και του γράφει τη γνωμάτευση:— «Οξεία Σεπτέμβριαση». Η μόνη θεραπεία είναι 12 μήνες υπομονή μέχρι την επόμενη άδεια!

Τσακώνεται ένα ζευγάρι τον Σεπτέμβριο για τις διακοπές της επόμενης χρονιάς.— Φέτος θα γίνει το δικό μου! λέει εξάλλη η γυναίκα. Θέλω να πάμε σε ένα μέρος που δεν έχω ξαναπάει ποτέ! Και ο άντρας απαντάει ήρεμα:— Ωραία ιδέα, αγάπη μου. Τι λες τότε για την κουζίνα μας;

Συζητάει ένα ζευγάρι στο σαλόνι, κοιτάζοντας τον τραπεζικό λογαριασμό μετά το καλοκαίρι.— Αγάπη μου, πρέπει να αποφασίσουμε από τώρα πού θα πάμε διακοπές του χρόνου, λέει η γυναίκα.— Κοίτα, απαντάει ο άντρας, με βάση τα λεφτά που μας έμειναν, οι επιλογές μας για τον χρόνο είναι δύο:— 'Η στο μπαλκόνι με θέα την απλώστρα, ή στο απέναντι πεζοδρόμιο για ποικιλία!

Ρωτάει ένας φίλος τον κολλητό του στο καφέ:— Ρε συ, πώς γίνεται εσείς με τη γυναίκα σου να μην τσακώνεστε ποτέ για το πού θα πάτε διακοπές;— Είναι απλό, φίλε. Έχουμε κάνει μια τέλεια συμφωνία: Τα μονά χρόνια πάμε εκεί που θέλω εγώ, και τα ζυγά χρόνια πάμε εκεί που θέλει εκείνη.— Και πού πήγατε φέτος;— Ε, φέτος ήταν ζυγό έτος, οπότε πήγαμε στο χωριό της για να δούμε τη μάνα της.— Και πέρυσι που ήταν μονό έτος και διάλεγες εσύ;— Πέρυσι διαλέξαμε να πάμε πάλι στο χωριό της, γιατί αν διαλέγαμε κάτι άλλο δεν θα μου μιλούσε για το υπόλοιπο καλοκαίρι!

Γυρίζει ένα ζευγάρι από τις διακοπές και ο άντρας είναι μέσα στα νεύρα και την κούραση από την οδήγηση.— Μα γιατί έχεις τόσα νεύρα; του λέει η γυναίκα του. Πέρασαμε τέλεια!— Ναι, αλλά αν με είχες αφήσει να πάρω τον δρόμο που ήθελα εγώ, θα είχαμε γυρίσει από προχθές και δεν θα με είχες πρήξει ότι χάθηκα!— Μα δεν χαθήκαμε, αγάπη μου! Απλά είδαμε καινούργια μέρη... πέντε φορές το ίδιο βενζινάδικο!

Συζητάει ένα ζευγάρι τον Σεπτέμβριο, καθώς σχεδιάζει τις επόμενες διακοπές.— Αγάπη μου, λέει ο άντρας, φέτος θέλω να κάνω κάτι ξεχωριστό. Θέλω να πάρουμε μαζί και τη μητέρα σου! Η γυναίκα του τον κοιτάζει συγκινημένη, με δάκρυα στα μάτια:— Αλήθεια, χρυσό μου; Δεν το πιστεύω! Πού σκέφτεσαι να την πάμε;— Στο Τρίγωνο των Βερμούδων, αγάπη μου. Έχω ακούσει ότι εκεί γίνονται μαγικά πράγματα και εξαφανίζονται άνθρωποι!

Ετοιμάζεται ένα ζευγάρι να φύγει για διακοπές και ο άντρας προσπαθεί να κλείσει μια τεράστια, βαριά βαλίτσα.— Ρε γυναίκα, τι έχεις βάλει μέσα εδώ; Πέτρες;— Όχι, αγάπη μου, απλά η μαμά μου είπε ότι αν έρθει μαζί μας, θα χρειαστεί πολλά ρούχα για τις βραδινές εξόδους.— Ε τότε βγάλε τα ρούχα της, άφησε μόνο τη βαλίτσα άδεια και βάλε τη μάνα σου μέσα. Πιο ελαφριά θα είναι!

Ρωτάει ένας τύπος τον κολλητό του:— Ρε συ, πού πήγατε φέτος διακοπές με την πεθερά σου;— Πήγαμε σε ένα υπέροχο, απομονωμένο νησί, γεμάτο ησυχία και άγρια φύση.— Και πώς περάσατε;— Εγώ και η γυναίκα μου τέλεια! Την πεθερά μου, βέβαια, την αφήσαμε εκεί για να «εγκλιματιστεί» με το περιβάλλον. Τώρα περιμένουμε να δούμε αν θα βρει τον δρόμο για το λιμάνι μέχρι του χρόνου!



Βιβλιοθήκη Σαρωνίδας «Αντώνιος Ιωαννίδης»

Αρμονίας 25 Σαρωνίδα
(Στο δημοτικό Σχολείο)
Ανοιχτά Τρίτη και Παρασκευή 6:00μμ-7:30μμ

ΕΚΚΕΝΩΣΕΙΣ ΒΟΘΡΩΝ
ΜΠΟΤΟΣ ΣΩΚΡΑΤΗΣ
ΤΗΛ. 2292025117 - 6973452911 - 6932215837
socratesbotos@hotmail.com

ΣΜ ΑΓΡΟΦΑΡΜ
καυσόξυλα
κάρβουνα
φιάλες υγραερίου
ΑΝΑΒΥΣΣΟΣ
(έναντι Δημοτικού Σχολείου)
ΚΙΝ. 6956 097772 & 6983 634860

ΚΛΕΙΔΑΡΑΣ
ΝΙΚΟΣ Β. ΧΑΤΖΗΚΩΣΤΗΣ 6944 58 58 00
ΛΕΜΟΤ ΣΑΡΩΝΙΚΟΥ

ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΒΙΒΛΙΩΝ • ΠΕΡΙΟΔΙΚΩΝ
ΔΙΑΦΗΜΙΣΤΙΚΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ

ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ Γ. ΜΟΥΣΙΔΗΣ

210 300 2292, 699 3700 566



prescriptions



Κώστας Μωϋσίδης

ΣΦΡΑΓΙΔΕΣ-ΕΝΤΥΠΑ-ΕΠΙΓΡΑΦΕΣ

229206950969