



Η Αθηνένου



ΤΡΙΜΗΝΙΑΙΑ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ ΤΟΥ ΔΗΜΟΥ ΑΘΗΝΟΥ | ΤΕΥΧΟΣ 50 | ΜΑΡΤΙΟΣ - ΜΑΪΟΣ 2017

Η ΑΘΗΝΟΥ ΔΙΕΚΔΙΚΕΙ ΕΛΕΥΘΕΡΗ ΔΙΑΚΙΝΗΣΗ ΑΘΗΝΟΥ - ΠΥΡΟΪ - ΛΕΥΚΩΣΙΑ

Διαβάστε



Μαθητικές Φωνές

➤ σελ. 8-12



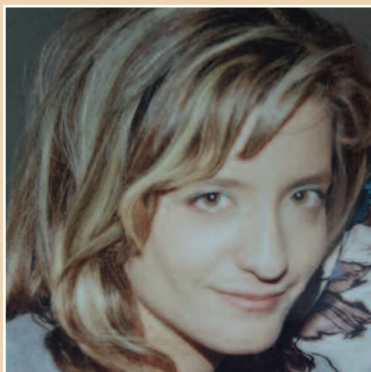
Σύλλογος Γυναικών
Αθηναίου ΓΟΛΓΙΑ

➤ σελ. 17



Εκδήλωση για τη Διεθνή
Ημέρα της Γυναίκας

➤ σελ. 5



Μια αδάμαστη ψυχή ...
τώρα πια χαμογελά

➤ σελ. 19

Επιστολή προς τον Εξοχότατο Πρόεδρο της Κυπριακής Δημοκρατίας

κ. Νίκο Αναστασιάδη για δίοδο Αθηνένου-Λευκωσίας μέσω Πυροΐου



Κυριάκος Καρεκλάς
Δήμαρχος

Εξοχότατε κύριε Πρόεδρε,

Όπως σίγουρα γνωρίζετε, συνεπεία της Τουρκικής εισβολής του 1974, η Αθηνένου υπέστη συντριπτικό πλήγμα. Είναι ο μοναδικός «ελεύθερος» Δήμος της Κύπρου που έχασε το 80% της γης του, που βρίσκεται ολόκληρος μέσα στη νεκρή ζώνη και με τα Τουρκικά στρατεύματα κατοχής να βρίσκονται στις τρεις πλευρές του Δήμου, πολύ κοντά στην κατοικημένη περιοχή.

2. Ο Δήμος έχει απομονωθεί κοινωνικά, ενώ με τη διάνοιξη του δρόμου Αθηνένου - Λευκωσίας μέσω Πυροΐου η απόσταση Αθηνένου - Λευκωσίας καλύπτεται σε 10 λεπτά, αντί 30 - 40 λεπτά που χρειάζονται σήμερα. Αυτό συνεπάγεται πιο πολλά καύσιμα, πιο πολλές φθορές των οχημάτων και πιο πολύ χρόνο από και προς Λευ-

κωσία. Επίσης οι σπουδαστές αναγκάζονται να πληρώνουν ενοίκια και να διαμένουν στη Λευκωσία, ενώ θα μπορούσαν σε ελάχιστο χρόνο να πηγαioέρχονται από το σπίτι τους στα πανεπιστήμια και οι οικογένειές τους να μην αναγκάζονται να πληρώνουν δυσβάστακτα ενοίκια.

3. Είναι φανερό ότι κανένας επενδυτής, μικρός ή μεγάλος, δεν θα έλθει στην Αθηνένου να επενδύσει. Η Αθηνένου έχει στηριχθεί και εξακολουθεί να στηρίζεται στη μεγάλη εργατικότητα και αγάπη των Αθηενιών, για να διατηρηθεί ζωντανή. Δυστυχώς, κάποια κίνητρα που το Κράτος είχε παραχωρήσει προς την Αθηνένου, όπως η βοήθεια στα νέα ζευγάρια για να παραμείνουν στην περιοχή τους και ο χαρακτηρισμός του Δήμου ως ειδική περίπτωση για την εκτέλεση των αναγκαίων έργων με χαμηλή συνεισφορά, λόγω ανυπαρξίας εισοδημάτων εκτός της φορολογίας των κατοίκων, έχουν αφαιρεθεί συνεπεία της οικονομικής κρίσης του 2013. Τα αποτελέσματα αυτής της απόφασης αποδεικνύονται καταστροφικά για την Αθηνένου. Ήδη τα σημάδια της παρακμής είναι εμφανή.

4. Εξοχότατε,

Ο κύριος λόγος, το βασικό θέμα για το οποίο σας στέλλουμε αυτή την επιστολή, είναι το παλαιό και πάγιο αίτημά μας για άνοιγμα του ΔΡΟΜΟΥ ΑΘΗΝΟΥ - ΛΕΥΚΩΣΙΑΣ, ΜΕΣΩ ΠΥΡΟΪΟΥ.

Από πρόσφατη ενημέρωση που είχαμε, κυρίως από τον κύριο Ζακ-

χαίο, έχουμε αντιληφθεί ότι δεν υπάρχει καμιά θετική εξέλιξη γύρω από το μεγάλο αυτό για μας θέμα. Αγαπητέ κύριε Πρόεδρε, Η ολότητα του κόσμου της Αθηνένου πιστεύει ότι 43 χρόνια απομόνωσης, ταλαιπωριών, θυσιών και υπομονής είναι αρκετά. Γνωρίζει ότι μόνο με το άνοιγμα του δρόμου αυτού θα βελτιωθεί η καθημερινότητά του και θα του δημιουργηθεί ένα καλύτερο μέλλον, μια καλύτερη προοπτική για τον κόσμο και τα παιδιά του.

5. Γνωρίζουμε ότι την Τουρκοκυπριακή πλευρά δεν την ενδιαφέρει σημαντικά το άνοιγμα του δρόμου. Επίσης γνωρίζουμε ότι για να επιτευχθεί το άνοιγμα χρειάζεται μεγάλη πίεση και κατάλληλοι χειρισμοί από τη δική μας πλευρά.

Οι Αθηενίτες είναι πεπεισμένοι, κύριε Πρόεδρε, ότι μόνον εσείς, ως Πρόεδρος της Κύπρου και ως διαπραγματευτής της δικής μας πλευράς, με την προσωπικότητα που διαθέτετε, μπορείτε να ασκήσετε την πίεση που χρειάζεται και να κάνετε τους αναγκαίους χειρισμούς για να ανοίξει ο δρόμος.

6. Σαν καλοί γνώστες της περιοχής, γνωρίζουμε ότι δεν υπάρχουν σημαντικές δυσκολίες ή ουσιαστικά εμπόδια για το άνοιγμα του δρόμου. Το μεγαλύτερο τμήμα του, εκτός από ένα μικρό μέρος 2 χιλιομέτρων περίπου, είναι μέσα στη νεκρή ζώνη και αποτελεί δρόμο περιπόλησης των Ηνωμένων Εθνών. Ολόκληρος ο δρόμος είναι μακριά από κατοικημένες περιοχές και δεν επηρεάζει καμιά σημαντι-

κή στρατιωτική ζώνη. Ο δρόμος βρίσκεται, σύμφωνα με πληροφορίες μας, σε σχετικά καλή κατάσταση και μπορεί να χρησιμοποιηθεί σχεδόν άμεσα.

7. Εξοχότατε,

Όλοι οι Αθηενίτες σας παρακαλούν να κάμετε ό,τι χρειάζεται, ώστε να τους απαλλάξετε από την απομόνωση και τις ταλαιπωρίες 43 χρόνων και να δημιουργήσετε μια νέα προοπτική και ελπίδα για την περιοχή μας. Κάμετε το και όλοι οι Αθηενίτες θα σας ευγνωμονούν.

8. Βλέποντας να ανοίγουν άλλα οδοφράγματα, τα οποία δεν βοηθούν τις άμεσες ζωτικές ανάγκες της καθημερινότητας των περιοχών μας, ο κόσμος της Αθηνένου άρχισε να αγανακτά και ογκούται η αντίδραση και η αγανάκτηση για τη μη πρόοδο στο άνοιγμα και του δρόμου Αθηνένου - Λευκωσίας μέσω Πυροΐου. Ομάδες του κόσμου άρχισαν ήδη να ζητούν δυναμικές διεκδικήσεις και αντιδράσεις, γι' αυτό πιστεύουμε ότι επιβάλλεται άμεσα, παρά το πιεστικό καθημερινό σας πρόγραμμα, να έχουμε το συντομότερο δυνατό μια συνάντηση μαζί σας, για αποκλειστική συζήτηση του θέματος αυτού. Είμαστε βέβαιοι ότι αυτό θα βοηθήσει στην καλύτερη κατανόηση του θέματος και από κοινού να δώσουμε μια νέα δυναμική για επίλυσή του.

Με πάρα ποδδή εκτίμηση
Κυριάκος Καρεκλάς
Δήμαρχος

Η σελίδα του Μουσείου



Διεθνής Ημέρα Μουσείων 2017
«Δαντέλες και Σύγχρονη Τέχνη σε Εφαρμογή»

➤ σελ. 21



Ο Δήμος Αθηνένου πρωτοπορεί!

Δώσε περισσότερα από όσα λαμβάνεις και θα λάβεις περισσότερα από όσα έδωσες

➤ σελ. 3

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Η Γωνιά της Φύσης	5
Η Αθήνου τμή τον ήρωα Χαράλαμπο Χαράλαμπους	6
Εκπαίδευση	8
Υγεία	12
Πολιτιστικός Όμιλος ΡΕΑ	13
Υγεία	14
Δημοτικός Πολιτιστικός Όμιλος	20
Πολιτιστικός Όμιλος «ΜΑΛΛΟΥΡΑ»	20
Η σελίδα του Μουσείου	21
Θρησκευτικά-Εκκλησιαστικά	22
Δημοτική Στέγη Ενηλίκων	24
Αθλητικά	26

ΓΡΑΨΤΕ ΜΑΣ!

Ο Δήμος δέχεται κείμενα δημοτών, σωματείων, οργανώσεων, επιστολές, άρθρα και εισηγήσεις, τα οποία αφού αξιολογηθούν θα τύχουν δημοσίευσης στην εφημερίδα. Παρακαλούνται οι δημότες να τα αποστέλλουν σε ηλεκτρονική μορφή στη διεύθυνση της Εφημερίδας του Δήμου Αθηνών, e-mail: efimerida.athinou@gmail.com ή να τα παραδίδουν σε φάκελο στο Δημαρχείο με την ένδειξη «για δημοσίευση στην εφημερίδα Η ΑΘΗΝΟΥ».

Επίσης καλούμε τον κόσμο της Αθηνών να αποστείλει επιστημονικά άρθρα για δημοσίευση σε θέματα ποικίλου ενδιαφέροντος π.χ. υγείας, ενέργειας, εκπαίδευσης, και άλλων ειδικού περιεχομένου.

Τιμολογιακή Πολιτική Διαφημίσεων

Ο Δήμος Αθηνών ανακοινώνει νέα τιμολογιακή πολιτική διαφημίσεων για Εταιρείες/ Οργανισμούς/ Ιδιώτες που επιθυμούν να καταχωρήσουν διαφημίσεις στην εφημερίδα «Η ΑΘΗΝΟΥ» ολόχρονα ως ακολούθως:

Ολοσέλιδη	€800
Μισή Σελίδα	€550
1/3 Σελίδας	€400
1/4 Σελίδας	€250
Οτιδήποτε πιο μικρό	€200

(Όλες οι πιο πάνω τιμές προσφέρονται μη συμπεριλαμβανομένου του Φ.Π.Α.). Παραμένει το δικαίωμα διαφημίσεων ανά έκδοση σύμφωνα με τις τιμές όπως πιο κάτω:

Ολοσέλιδη	€250
Μισή Σελίδα	€175
1/3 Σελίδας	€130
1/4 Σελίδας	€80
Οτιδήποτε πιο μικρό	€60

Για επιπρόσθετες πληροφορίες μπορείτε να αποστείνετε στη συνεργάτιδα του Δήμου Αθηνών, κ. Σταυρούλα Πεδουλίδου, στο τηλ.: 97897408 ή στο email stavroulapedoulidou@gmail.com

Οι τιμές οι οποίες αναγράφονται πιο πάνω αφορούν μόνο τη δημοσίευση και δεν περιλαμβάνουν τη δημιουργία-σχεδιασμό της διαφήμισης.

Χρήσιμα

Υπηρεσίες του Δήμου

Καλλινίκειο Δημοτικό Μέγαρο/φας	24811370/24522333
Καλλινίκειο Δημοτικό Μουσείο	24524002
Γραμμή του Δημότη (δωρεάν κλήση)	24524004
Συμβούλιο Αποχετεύσεων/φας	24811370/24524042
Κλεάνθιος Κοινοτική Στέγη Ηλικιωμένων	24522455
Κωνσταντίνελνείο Κέντρο Ενηλίκων	24522742
Παιδοβρεφοκομικός Σταθμός Γ. & Ε. Τταντή	24523300
Δημοτική Βιβλιοθήκη	24811460
Αίθουσα Αθλοπαιδιών	24523520
Κωνσταντίνειο Δημοτικό Πάρκο	24524045

Η ΑΘΗΝΟΥ

Τριμηνιαία Έκδοση από το Δήμο Αθηνών

ΣΥΝΤΑΚΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ:

Δόξα Κωμοδρόμου - Συντονίστρια
Χρυστάλλα Κίτα
Δέσποινα Μαγγανή

Δέσποινα Ζαννετίδου - Πουγεράση
Ορθοδοξία Ζαννέτου - Παπαϊακώβου
Κατερίνα Χαλλούμα - Ηρακλέους

ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΕΣ:

Κυριάκος Χατζηγιαννακού
Χρυστάλλα Πατσαλή
Κωνσταντίνος Σ. Κωνσταντίνου
Γιώργος Χαράλαμπους
Αργύρης Αργυρού

ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ - ΕΚΤΥΠΩΣΗ

Μαρία Καδή - Τυπογραφείο Κώνος

Φωτογραφία εξωφύλλου:

Λίθινο κεφάλι Άρτεμης

Κυκλοδοασική περίοδος - Μάϊου

Διάφορα προβλήματα γύρω από τα μάτια

«Σακκούλες» κάτω από τα μάτια

Το κάτω μέρος των ματιών είναι ιδιαίτερα ευαίσθητη περιοχή, επειδή ο επιδερμικός ιστός είναι πάρα πολύ λεπτός. Η εξασθένιση του υποδόριματος προκαλεί χαλάρωση και σακκούλες κάτω από τα μάτια.

Οι μυώδες ίνες που περιβάλλουν τα βλέφαρα ατονούν και δεν μπορούν να συγκρατήσουν σφικτά το στρώμα λίπους που καλύπτει την κόγχη του ματιού. Σχηματίζονται έτσι μικρές αποθήκες λίπους κάτω από τα μάτια ή ακόμη και στην άκρη του πάνω βλεφάρου. Αν αυτές οι σακκούλες εμφανίζονται σε νέα άτομα, το πιο πιθανό είναι ότι φανερώνουν διαταραχές στη γενική υγεία του οργανισμού (νεφρά, καρδιά, θυροειδής). Μπορεί ακόμα οι σακκούλες κάτω από τα μάτια να είναι και κληρονομικής φύσεως.

Για να βελτιώσουμε τις «σακκούλες» κάτω από τα μάτια κάνουμε κομπρέσες με δεντρολίβανο ή με βάση την καλεντούλα. Μόνο η

πλαστική χειρουργική θεραπεύει με θαυματικό τρόπο, αυτού του είδους το πρόβλημα.

Μάτια ερεθισμένα και κόκκινα

Κάποτε τα μάτια μας φαίνονται ερεθισμένα, είναι κόκκινα και μας τσούζουν. Τα κόκκινα μάτια μπορεί να είναι σημάδι κάποιας μόλυνσης ή αλλεργίας, γι' αυτό πρέπει να συμβουλευτούμε ένα οφθαλμίατρο. Αν όμως τα μάτια κοκκίνισαν ύστερα από πολύ διάβασμα ή γράψιμο με κακό φωτισμό ή αν δεν κοιμηθήκαμε καλά, τότε θα πρέπει να φροντίσουμε να τα ξεκουράσουμε. Το χαμομήλι ή το ροδόχρο βοήθουν και προλαμβάνουν τις κοκκινίλες του ματιού. Παράλληλα υπάρχουν και ειδικά κολλύρια για την ξεκούραση των ματιών.

«Πόδι της χήνας»

Είναι η ακτίνα ρυτίδα γύρω από τα μάτια. Πρέπει να κάνουμε συχνό μασάζ με απαλές

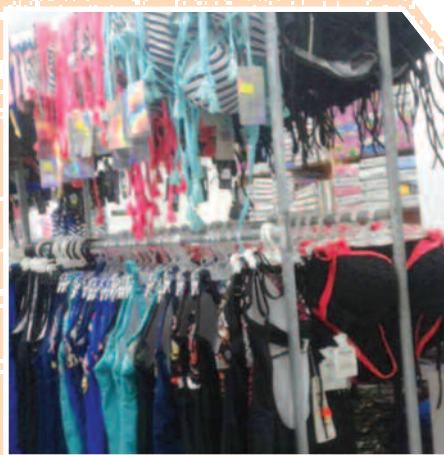


κινήσεις και ειδικές κρέμες με πρωτεΐνες, κολλαγόνο και άλλα αντιρυτιδικά στοιχεία που κυκλοφορούν στην αγορά.

Τα αντιρυτιδικά αυτά προϊόντα και οι διάφορες θεραπείες που υπάρχουν στα ινστιτούτα αισθητικής, βοηθούν να λειανθεί το δέρμα από τις μικρές ρυτίδες.

Ζαχαρούδα Τράπου
Διπλωματούχος Αισθητικός

Καθαποδάς «Ο Φθηνότερος»



ΕΙΔΗ ΕΝΔΥΣΗΣ
ΚΑΙ ΥΠΟΔΗΣΗΣ



ΜΑΓΙΟ: Αντρικά- Γυναικεία- Παιδικά

Παύλου Μελά 14, απέναντι Δημοτικού Σχολείου Αθηνών

Υπόγειο Καθαποδά, Τηλ.: 2452209, 99652258

Γιώργος Καθαποδάς ΑΤΔ

ΔΙΑΚΟΠΕΣ
ΣΤΟ ΛΑΤΣΙ

Μοναδική προσφορά για καλοκαιρινές διακοπές σε μικρές οικογενειακές κατοικίες για (2 ενήλικες+3 παιδιά) πλήρως επιπλωμένες με A/C και 100 μέτρα από τη θάλασσα.



Για πληροφορίες: 99647700 • www.elifoscenter.com

Ο Δήμος Αθηνών πρωτοπορεί!

Δώσε περισσότερα από όσα λαμβάνεις και θα λάβεις περισσότερα από όσα έδωσες

Ο Δήμος Αθηνών σε συνεργασία με την εθελοντική ομάδα «Άνθρωποι στο Νησί» πρωτοπορώντας, διοργάνωσε δωρεάν σεμινάριο προσωπικής ανάπτυξης με τον καταξιωμένο συγγραφέα, Success Coach και δημιουργό της φιλοσοφίας της επιτυχίας του Ανθρώπου στο Νησί, Νικόλα Σμυρνάκη.

Το σεμινάριο πραγματοποιήθηκε στις 11 Μαΐου 2017 στην κατάνεστη Αίθουσα «Ανάμνησις» και είχε συνολική διάρκεια περίπου τριών ωρών. Στόχος των διοργανωτών ήταν να συμβάλουν στην αφύπνιση των ανθρώπων έτσι ώστε να εντάξουν στη ζωή τους την αγάπη, τη θετικότητα, τον εθελοντισμό και ενδυναμωθούν με πάθος για την πραγμάτωση των στόχων τους, μέσα από τις αρχές της επιτυχίας αλλά και της ευτυχίας.

Η φιλοσοφία του Ανθρώπου στο Νησί μέσα από ένα σύνολο ιδεών, εισαγάγει μια νέα κουλτούρα ζωής και δράσης για έναν καλύτερο κόσμο. Δώσε περισσότερα από όσα λαμβάνεις και θα λάβεις περισσότερα από όσα έδωσες, είναι ένα από τα βασικότερα αποφθέγματα του Νικόλα Σμυρνάκη, που περιλαμβάνεται στο βιβλίο του «Η επιτυχία κρυβόταν στο κομοδίνο μου» (εκδόσεις Διόπτρα), που περιέχει συμβουλές, αποφθέγματα και στρατηγικές για μια αριστουργηματική ζωή.

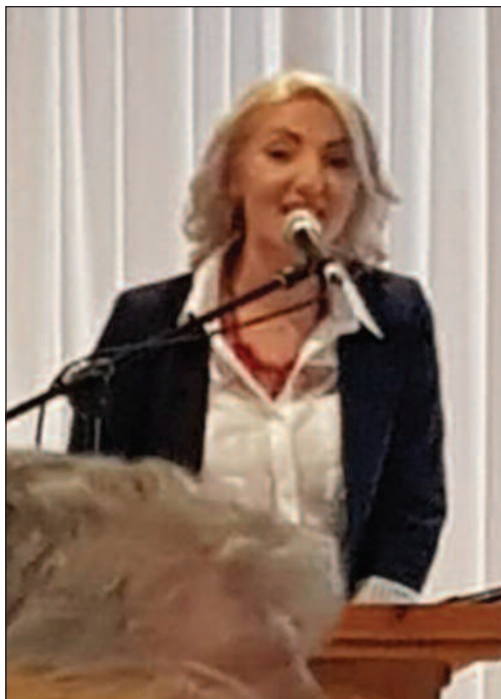
Η Δημοτική Γραμματέας στο χαιρετισμό της εκ μέρους του Δήμου Αθηνών ανέφερε χαρακτηριστικά: «Επενδύουμε στον άνθρωπο, επενδύουμε στις ανθρώπινες σχέσεις, επενδύουμε στη δύναμη της κοινωνίας μας. Στόχος του Δήμου Αθηνών και της Εθελοντικής Ομάδας Άνθρωποι στο Νησί μέσα από το σεμινάριο είναι η αφύπνιση των ανθρώπων, η ενδυνάμωση της κοινωνίας μέσα από την αγάπη, την αισιοδοξία, τη θετικότητα και την εθελοντική προσφορά».

Στον χώρο του σεμιναρίου είχαν διατεθεί δημιουργίες καλλιτεχνών – εθελοντών από την ομάδα Άνθρωποι στο Νησί. Τα καθαρά έσοδα από τις πωλήσεις θα δοθούν για την ενίσχυση των Προγραμμάτων του Συμβουλίου Κοινωνικού Εθελοντισμού Αθηνών.

Όλοι όσοι είχαν την ευκαιρία να παρευρεθούν έζησαν μια μοναδική εμπειρία. Ο αγαπητός Νικόλας Σμυρνάκης με εξαιρετικές τεχνικές και μαεστρία μεταδοτικότητας ενέπνευσε το ακροατήριο προς την αξιοποίηση των απεριόριστων πόρων που έχει ο κάθε άνθρωπος για επίτευξη του καλύτερου δυνατού εαυτού και ενδυνάμωση της πίστης και των προσπαθειών του καθενός προς βελτίωση και προσωπική ανάπτυξη.

Θερμότητες ευχαριστίες οφείλονται σε όλους τους πολλούς εθελοντές που δούλεψαν για την επιτυχία του σεμιναρίου και βεβαίως στους χορηγούς της εκδήλωσης οι οποίοι ήταν: Skoufaris Sound Productions, King Productions, Coffee Island, Bianco Sweets, Υπεραγορά Α. Καρούσιος & Υιοί ΑΤΔ, TFI Brokers LTD, Εστιατόριο Χαρούλλα και Υπεραγορά MAS. Χορηγοί επικοινωνίας ήταν ο τηλεοπτικός Σταθμός Mega One και η εταιρεία Social lad Cyprus.

Επίσης, θερμές ευχαριστίες στον Δήμαρχο Αθηνών που αγκάλιασε τη διοργάνωση από την πρώτη στιγμή με γνώμονα την προσφορά αναβαθμισμένης ποιότητας ζωής στην κοινωνία μας, τον εμπλουτισμό των γνώσεων και των δεξιοτήτων των ανθρώπων και την προσφορά απαραίτητων εφοδίων για τη διαχείριση των πολλών προκλήσεων της καθημερινότητας και των προβλημάτων των ανθρώπων.



ΓΙΝΕ Η ΑΛΛΑΓΗ ΠΟΥ ΕΣΥ ΕΠΙΘΥΜΕΙΣ

5η Παγκύπρια Εκστρατεία Καθαριότητας Let's DO IT CYPRUS

Τόνοι σκουπιδιών ανά το Παγκόσμιο τυγχάνουν λανθασμένης διαχείρισης ή μη διαχείρισης με αποτέλεσμα τη ρύπανση του περιβάλλοντος! Η απαράδεκτη νοοτροπία της ρύπανσης οδηγούν την τοπική αυτοδιοίκηση αλλά και άλλες αρμόδιες υπηρεσίες σε δυσχέρεια αντιμετώπισης της οχληρίας που δημιουργείται και σε κόστος αλλά και σε τρόπο αντιμετώπισης. Η καλλιέργεια περιβαλλοντικής συνείδησης επιβάλλεται και είναι ευθύνη όλων μας. Πέρα από αυτό και καταβάλλοντας ποικίλες προσπάθειες εμπλέκουμε τον εθελοντισμό. Εθελοντισμός! Μαζί μπορούμε να αλλάξουμε τη γη μας!

Μπορούμε.

Το Let's Do It Cyprus, ενώνει πέραν των 40 χιλιάδων ενεργών πολιτών και έχει σαν κύριο στόχο την απαλλαγή του νησιού από τα σκουπίδια, την καλλιέργεια περιβαλλοντικής ευαισθησίας αλλά και συνείδησης μέσα από την ενεργοποίηση των πολιτών μέσω του εθελοντισμού.



Στο πλαίσιο της μίας παγκόσμιας εκστρατείας καθαρισμού Let's do it World!, ο Δήμος

Αθηνών μέσω της Δημοτικής Επιτροπής Δημόσιας Υγείας και Καθαριότητας συμμετείχε και φέτος στην 5η Παγκύπρια Εκστρατεία Καθαρισμού «Let's do it Cyprus!». Η εκ-

στρατεία πραγματοποιήθηκε στις 2 Απριλίου 2017 σ' όλη την Κύπρο δημιουργώντας το μεγαλύτερο εθελοντικό πρόγραμμα και τη μεγαλύτερη κίνηση πολιτών που έχει οργανωθεί ποτέ.

Ο Δήμος Αθηνών συμβάλλοντας σ' αυτή την κινητοποίηση, συμμετείχε φέτος με 10 ομάδες και πέραν των 150 εθελοντών, οργανωμένων και μη.

Θερμές ευχαριστίες και συγχαρητήρια οφείλονται σε όλες τις ομάδες και όλους τους εθελοντές για την ενεργό συμμετοχή τους στη μεγάλη αυτή προσπάθεια καθαρίζοντας από σκουπίδια δημόσιους χώρους, δρόμους και πάρκα.

Η εκστρατεία πραγματοποιήθηκε υπό την αιγίδα της Επιτροπής Περιβάλλοντος, κ. Ιωάννας Παναγιώτου.

Νατάσα Γεωργίου - Καρούσιου
Δημοτική Γραμματέας

ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΚΑΡΣΤΙΚΩΝ ΦΑΙΝΟΜΕΝΩΝ ΜΕΛΕΤΗ ΓΕΩΛΟΓΙΚΗΣ ΚΑΤΑΛΛΗΛΟΤΗΤΑΣ ΣΕ ΠΕΡΙΟΧΗ ΤΟΥ ΔΗΜΟΥ ΑΘΗΝΟΥ ΔΗΜΟΣΙΕΥΣΗ ΛΕΥΚΗΣ ΖΩΝΗΣ

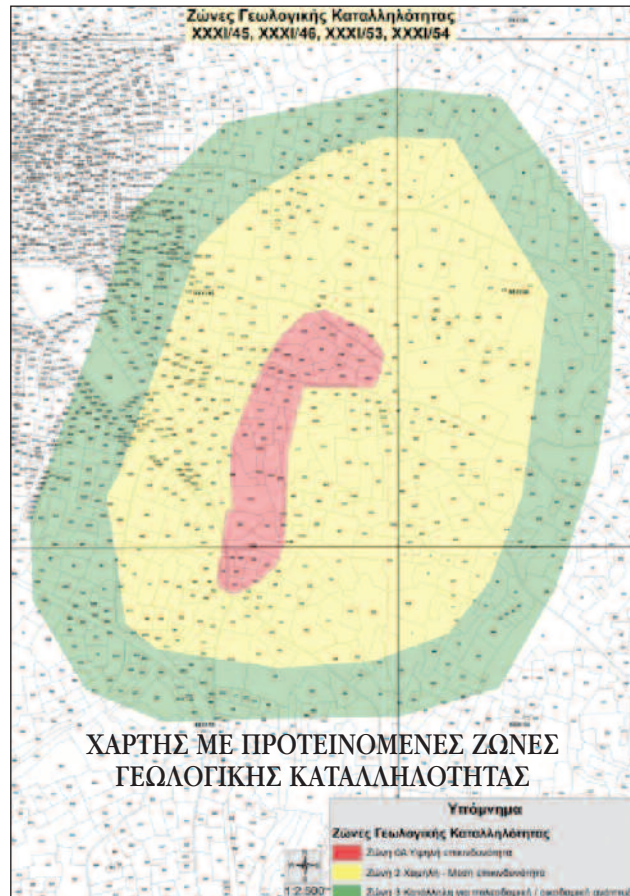
Το Τμήμα Γεωλογικής Επισκόπησης το 2014, μετά από αίτημα του Δήμου Αθηνών, πραγματοποίησε στην περιοχή «Καφούντας», στα ανατολικά και νοτιοανατολικά της οικιστικής ζώνης, γεωτεχνική / γεωφυσική έρευνα και κοινοποίησε τα αποτελέσματά της στο Δήμο. Η έρευνα πραγματοποιήθηκε για μελέτη των καρστικών φαινομένων (καταβόθρες) ή «δρακοντιές» όπως είναι γνωστές, στην περιοχή της «Καφούντας». Στη συγκεκριμένη περιοχή εντοπίζεται σε κάποιο βάθος στρώμα με περιεκτικότητα γύψου, το οποίο υπό κάποιες συνθήκες μπορεί να διαβρωθεί από το νερό και να δημιουργήσει έγκοιλα (κενά) ή εδαφικές υποχωρήσεις.

Δυστυχώς τα αποτελέσματα της γεωλογικής μελέτης επιβεβαίωσαν την ύπαρξη υπογείων κενών στη συγκεκριμένη περιοχή, η οποία επηρεάζει και τμήμα της οικιστικής περιοχής.

Η ύπαρξη κενών δυνατό να είναι επικίνδυνη για την οικιστική ή άλλη ανάπτυξη στη συγκεκριμένη περιοχή και θα πρέπει να λαμβάνεται σοβαρά υπόψη από τους μελετητές των έργων.

Η διαβάθμιση των τριών ζωνών, όπως παρουσιάζονται στον πιο κάτω χάρτη, έχει ως εξής:

ΖΩΝΗ 0Α: Προτεινόμενη Λευκή Ζώνη. Πρόκειται για περιοχές υψηλής επικινδυνότητας λόγω εντοπισμού καρ-



στικών φαινομένων (καταβόθρες - υπόγεια έγκοιλα). Στη Ζώνη αυτή έχει προταθεί μηδενική πολεοδομική ή / και άλλη ανάπτυξη.

ΖΩΝΗ 2: Κατάλληλες περιοχές υπό προϋποθέσεις. Περιοχές χαμηλής - μέσης επικινδυνότητας, όπου οι πιθανές επιπτώσεις στο δομημένο περιβάλλον μπορούν να αντιμετωπιστούν με την εφαρμογή κατάλληλου / εξειδικευμένου τύπου θεμελίωσης, η οποία θα καθορίζεται από το μελετητή των έργων μετά από τη διενέργεια γεωλογικής και γεωτεχνικής έρευνας.

ΖΩΝΗ 3: Κατάλληλες περιοχές, που προσφέρουν καλές συνθήκες θεμελίωσης, χωρίς ενδείξεις αποσταθεροποίησης του εδάφους.

Παρόμοια φαινόμενα έχουν εντοπιστεί και σε άλλες περιοχές της Κύπρου. Για να αποτραπεί η ανέγερση οικοδομών στην περιοχή υψηλής επικινδυνότητας, το Τμήμα Πολεοδομίας και Οικήσεως, μετά από την πρόταση του Τμήματος Γεωλογικής Επισκόπησης, προχώρησε στη δημοσίευση Λευκής Ζώνης για σκοπούς ανάπτυξης. Ο Δήμος Αθηνών θα προχωρήσει σύντομα σε γραπτή ενημέρωση των ιδιοκτητών της ακίνητης ιδιοκτησίας που εμπίπτει στη ζώνη υψηλής επικινδυνότητας.

Επιμέλεια
Χαράδαμπος Χαράδαμπος
Δημοτικός Μηχανικός

ΥΠΟΒΟΛΗ ΠΡΟΤΑΣΕΩΝ ΣΤΑ ΠΛΑΙΣΙΑ ΤΟΥ ΕΥΡΩΠΑΙΚΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ URBACT- ΚΑΛΕΣ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ

Η Ευρωπαϊκή Επιτροπή προκήρυξε πρόσκληση για υποβολή προτάσεων στο πλαίσιο της Ευρωπαϊκής Πρωτοβουλίας URBACT για την ανάδειξη Καλών Πρακτικών που εκτελούνται σε πόλεις της Ευρώπης. Η υποβολή των προτάσεων έπρεπε να γίνει ηλεκτρονικά μέχρι τις 31 Μαρτίου 2017.

Έγινε ενημέρωση για το θέμα στη Δημοτική Επιτροπή Ευρωπαϊκών Θεμάτων. Για υποβολή των προτάσεων χρειαζόταν η συγγραφή αρκετού υλικού και η συμπλήρωση συγκεκριμένου ερωτηματολογίου. Αποφασίσθηκε να υποβληθούν, αν ήταν δυνατόν, δύο προτάσεις για Καλές Πρακτικές του Δήμου Αθηνών. Οι δύο Πρακτικές είναι «Παρατηρητής της Γειτονιάς στον Δήμο Αθηνών» (σε συνδυασμό με τον Παρατηρητή της Πράσινης Γραμμής) και «Εθελοντισμός στον Δήμο Αθηνών» (με τα Προγράμματα της Κλεανθείου Κοινωνικής Στέγης, του Κωνσταντίνου Κέντρου Ενηλίκων, του Παιδοβρεφολογικού Σταθμού και της Επιτροπής Κοινωνικής Πρόνοιας).

Δύο μέλη της Επιτροπής, ο Δημήτρης Κουζαπός και ο Κωνσταντίνος Καρεκλάς, επέδειξαν ενδιαφέρον να βοηθήσουν εθελοντικά στη συγγραφή των προτάσεων. Σπαταλώντας πάρα πολύ από τον ελεύθερο τους χρόνο και κάνοντας αρκετή έρευνα βοήθησαν και η υποβολή των προτάσεων στις 31 Μαρτίου έγινε κατορθωτή. Τους ευχαριστούμε θερμά και τους συγχαίρουμε δημόσια για την πράξη τους, που είναι λαμπρό παράδειγμα προς μίμηση και από άλλους συνδημότες μας.

Σε περίπτωση επιλογής οποιασδήποτε καλής Πρακτικής, το πρόγραμμα περιλαμβάνει σημαντικό προϋπολογισμό για τις δραστηριότητες προώθησης των επιλεγμένων πόλεων των URBACT Καλών Πρακτικών. Αυτό σημαίνει ότι τα οικονομικά οφέλη για τις επιλεγμένες πόλεις με Καλή Πρακτική είναι έμμεσα (καλύπτονται διάφορα κόστη προώθησης, παραγωγή διαφημιστικού υλικού - βίντεο, εκδόσεις, προφίλ με απευθείας σύνδεση της πόλης κ.ά.).

Επιτροπή Ευρωπαϊκών
και Διεθνών Σχέσεων
Δήμου Αθηνών

ΠΡΑΓΜΑΤΟΠΟΙΗΣΗ ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΗΣ ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗΣ ΜΕ ΘΕΜΑ «Η ΧΡΗΣΗ ΚΑΙ ΔΙΑΘΕΣΗ ΤΟΥ ΑΝΑΚΥΚΛΩΜΕΝΟΥ ΝΕΡΟΥ ΑΣΤΙΚΩΝ ΑΠΟΒΛΗΤΩΝ ΓΙΑ ΣΚΟΠΟΥΣ ΑΡΔΕΥΣΗΣ»

Την Τρίτη 2 Μαΐου 2017 πραγματοποιήθηκε στο Καλλιμικρο Δημικό Μέγαρο παρουσίαση με θέμα τη χρήση και διάθεση του ανακυκλωμένου νερού από το Βιολογικό Σταθμό Αθηνών. Στην παρουσίαση παρευρέθηκαν λειτουργοί του Τμήματος Γεωργίας και του Τμήματος Αναπτύξεως Υδάτων, οι οποίοι ενημέρωσαν τους παρευρεθέντες ιδιοκτήτες τεμαχίων της περιοχής. Η περιοχή άρδευσης βρίσκεται στη γεωργική περιοχή βορειοδυτικά του Δήμου και θα εξυπηρετείται από το ανακυκλωμένο νερό, το οποίο άρχισε να παράγεται μετά τη λειτουργία του Βιολογικού Σταθμού στις 20 Φεβρουαρίου 2017. Το ανακυκλωμένο νερό αποθηκεύεται προσωρινά σε μεγάλη δεξαμενή και θα προσφέρεται στους γεωργούς το συντομότερο δυνατό.

Στο πλαίσιο κατασκευής του βιολογικού σταθμού έχουν τοποθετηθεί οι κεντρικοί αγωγοί μεταφοράς και τα σημεία υδροληψίας περιμετρικά της περιοχής. Η διακλάδωση μετά το σημείο υδροληψίας είναι υποχρέωση των ενδιαφερόμενων ιδιοκτητών.

Κατά την παρουσίαση αναφέρθηκε ότι το νερό που παράγεται από το βιολογικό σταθμό, καθαρίζεται με σύγχρονο εξοπλισμό τριτοβάθμιας επεξεργασίας. Η χρήση του τριτοβάθμιου ανακυκλωμένου νερού είναι οικονομική και ασφαλής μέθοδος άρδευσης, νοούμενου ότι τηρούνται οι σχετικές οδηγίες. Για τη σωστή χρήση έχει εκδοθεί από το Τμήμα Αναπτύξεως Υδάτων σχετικός Κώδικας, ο οποίος σκοπό έχει να καθοδηγήσει τους χρήστες του ανακυκλωμένου νερού για την ορθολογική του χρήση και ειδικότερα για τα επιτρεπόμενα συστήματα άρδευσης και είδη φυτειών. Συγκεκριμένα αναφέρθηκε ότι επιτρέπονται οι πιο κάτω καλλιέργειες:

- Μόνιμες καλλιέργειες από δένδρα, όπως εσπεριδοειδή, ελιές, ροδιές και διάφορα άλλα δένδρα,
- Κινητοτροφικά φυτά όπως τριφύλλι, καλαμπόκι και άλλα,
- Εποχιακές καλλιέργειες όπως πατάτες και πεπονοειδή.



Οι ενδιαφερόμενοι ιδιοκτήτες τεμαχίων στην περιοχή, μπορούν να λαμβάνουν πληροφορίες και τα σχετικά έντυπα δήλωσης ενδιαφέροντος για χρήση του νερού για γεωργικούς σκοπούς, από τα γραφεία του Δήμου ή στην ιστοσελίδα του Συμβουλίου Αποχετεύσεων Αθηνών στην ηλεκτρονική διεύθυνση www.athienou.org.cy/gr/sewer-lgr. Οι αιτήσεις θα αξιολογούνται και εγκρίνονται από την Επιτροπή Αρδευτικού του Συμβουλίου Αποχετεύσεων Αθηνών. Κάθε χρόνο θα υποβάλλονται δηλώσεις ενδιαφέροντος και θα εγκρίνονται ανάλογα με τις διαθέσιμες ποσότητες ανακυκλωμένου νερού.

Επιμέλεια
Χαράδαμπος Χαράδαμπος
Δημοτικός Μηχανικός

Είναι στη φύση σου να ξεπερνάς τη φύση σου Εκδήλωση για τη Διεθνή Ημέρα της Γυναίκας

Ο Σύλλογος Γυναικών, Γυναικών Επαγγελματιών και Επιχειρηματιών Αθηναίων ΓΟΛΓΙΑ σε συνεργασία με το Δήμο Αθηνών διοργάνωσαν, στις 8 Μαρτίου στο Καλλινίκειο Δημοτικό Μέγαρο εκδήλωση, εξολοκλήρου αφιερωμένη στη γυναίκα με αφορμή τον εορτασμό της Διεθνούς Ημέρας για τη Γυναίκα.

Η Δημοτική Γραμματέας στο χαιρετισμό της εκδήλωσης χαρακτηριστικά ανέφερε «Σήμερα, δεν γιορτάζουμε τη γυναίκα. Σήμερα, για χάριν της επετείου υπενθυμίζουμε τα προφανή και αυτονόητα για τους καθημερινούς αγώνες της γυναίκας, τους πολλαπλούς και απαιτητικούς της ρόλους, για τις ηρωίδες της κάθε μέρας που περνά απαρτιζόμενες και φευγαλέα, σαν μάννα, σαν σύζυγος, σαν εργαζόμενη, σαν αδερφή, σαν φίλη, σαν γιαγιά σαν και τόσα άλλα.

Η γυναίκα είναι προικισμένη από τη φύση της με μια δύναμη ανεξήγητη, η οποία είναι και ανεξάντλητη. Ο καταξιωμένος συγγραφέας και εκπαιδευτής προσωπικής ανάπτυξης Νικόλας Σμυρνάκης από τον οποίο έχουμε επιλέξει το απόφθεγμα που αναγράφεται στην καρτελλίτσα που έχετε στο λουλουδί λέει: «Είναι στη φύση σου να ξεπερνάς τη φύση σου. Να μη μένεις στο ύψος σου ποτέ. Και συνεχώς να ψηλώνεις».

Η σημερινή μας καλεσμένη «ανέβηκε πολύ ψηλά» και ανήκει αναμφίβολα στις γυναίκες που έχουν πολλά να μας πουν μέσα από τις εμπειρίες και τα βιώματά της και είμαι βέβαιη ότι θα μας βοηθήσει να δούμε τα πράγματα κάπως διαφορετικά, πιο πολύχρωμα πιο ζωντανά.

Κύρια ομιλήτρια στην εκδήλωση ήταν η κ. Χριστίνα Ονίλ, της οποίας το όνειρο ήταν να «περπατήσει την Μπρέτα Γκ» συνδυάζοντάς το με φιλάνθρωπα έργα. Μίλησε για την εμπειρία της στο Κιλμαντζίρο, όταν το Νοέμβριο του 2016 μαζί με άλλες δύο Κύπριες και συνολικά 15 γυναίκες από όλη την Ευρώπη, ανέβηκαν το υψηλότερο βουνό της Αφρικής, με σκοπό να ενισχύσουν τις έρευνες για τον καρκίνο του μαστού.



Η παρουσίαση της κ. Χριστίνας Ονίλ καθήλωσε τις γυναίκες που παρευρέθηκαν προκαλώντας τους ρίγη συγκίνησης αλλά και θαυμασμού, επιβεβαιώνοντας ότι η ανθρώπινη γυναικεία φύση είναι προικισμένη για τα δύσκολα. Με τη θεϊκή ενέργειά της αλλά και τη μοναδική μεταδοτικότητα της κατάφερε να αφυπνίσει τις γυναίκες προσδίδοντας τους αισιοδοξία και πίστη στον εαυτό τους. Θερμές ευχαριστίες στην αγαπητή μας κ. Χριστίνα Ονίλ που αποδέχτηκε με χαρά να μοιραστεί τις εμπειρίες της, αλλά και το Δήμο Αθηνών που αγκάλιασε την εκδή-



λωση και τελούσε υπό την αιγίδα του. Ιδιαίτερες ευχαριστίες στον Δήμαρχο κ. Κυριάκο Καρεκλά για την φιλοξενία και την αμέριστη βοήθεια και συμπαράσταση. Ένα ξεχωριστό ευχαριστώ σε όλες τις εθελόντριες που εργάστηκαν για την εκδήλωση και σε όλες τις γυναίκες που προσέφεραν τα προϊόντα τους στην είσοδο της εκδήλωσης. Χρόνια πολλά σε όλες τις γυναίκες!

Νατάσα Γεωργίου Καρούσιου
Δημοτική Γραμματέας

ΕΠΑΝΔΡΩΣΗ

ΑΣΤΥΝΟΜΙΚΟΥ ΣΤΑΘΜΟΥ

Ο Δήμαρχος Αθηνών κ. Κυριάκος Καρεκλάς από τις πρώτες μέρες ανάληψης των καθηκόντων του είχε συνάντηση με τον Αρχηγό Αστυνομίας Ζαχαρία Χρυσοστόμου, αφού εκτίμησε τη σοβαρότητα και την επείγουσα ανάγκη να ενσκήψουμε ως τοπική αρχή σε συνεργασία με την Αστυνομία, στα προβλήματα του Αστυνομικού Σταθμού Αθηνών.

Ο Αρχηγός Αστυνομίας στην εν λόγω συνάντηση είχε αναφερθεί στον κοινό στόχο Αστυνομίας και τοπικής αυτοδιοίκησης και στις αγαστές σχέσεις συνεργασίας που έχει ο Δήμος Αθηνών, με την Αστυνομική Διεύθυνση Αρνακάς και τον Αστυνομικό Σταθμό Αθηνών.

Παρόλο που ο Δήμαρχος Αθηνών έθεσε επιτακτικά το θέμα της ενίσχυσης του Αστυνομικού Σταθμού Αθηνών με βάση τις ιδιαιτερότητες του Δήμου, τη μεγάλη γραμμή κατοχής στην ακριτική περιοχή και την ανάγκη η Αστυνομία να αντιμετωπίσει την Αθηνά διαφορετικά απ' ό,τι άλλες μη ημικατεχόμενες περιοχές, εντούτοις πάρα την υπόσχεση που δόθηκε για ενίσχυση του Αστυνομικού Σταθμού Αθηνών με πρόσθετο προσωπικό, δεν κατέστη δυνατή η αντιμετώπιση του θέματος μέχρι και σήμερα.

Ο Δήμαρχος Αθηνών λαμβάνοντας υπόψη όλα τα ανωτέρω απέστειλε πρόσφατα επιστολή, απόδοσμά της οποίας, παρατίθεται πιο κάτω:

«Αγαπτιέ κ. Αρχηγέ,

Παρά τις φιλότιμες προσπάθειες του προσωπικού του Αστυνομικού Σταθμού Αθηνών, η υποστελέχωσή του δεν του επιτρέπει να ανταποκρίνεται στα καθήκοντά του σε μια ημικατεχόμενη περιοχή ως η δική μας. Παρακαλούμε όπως δώσετε οδηγίες για άμεση ενίσχυση με τουλάχιστον ένα αστυνομικό και αναμένουμε όπως μόλις ολοκληρωθεί η διαδικασία πλήρωσης θέσεων νέων αστυνομικών, να σταλεί στην Αθηνά ικανοποιητικός αριθμός επιπρόσθετων αστυνομικών, ώστε να νιώσουν και οι κάτοικοι της Αθηνών, που ως ακρίτες, ζουν σ' αυτή την περιοχή, την ασφάλεια από την ικανοποιητική αστυνόμευση που πρέπει να νιώθουν καθημερινά».

Ευελπιστούμε στην άμεση ανταπόκριση του Αρχηγείου της Αστυνομίας παρά τις δύσκολες συνθήκες που επικρατούν στο Αστυνομικό Σώμα, λόγω της υποστελέχωσης των αυξημένων και πολλαπλών καθηκόντων. Η Αθηνά έχει ιδιαιτερότητες και αυτές θα πρέπει να αντιμετωπιστούν με τον κάθε δυνατό τρόπο.

Νατάσα Γεωργίου Καρούσιου
Δημοτική Γραμματέας

Η Γωνιά της Φύσης

Καταπολέμηση των τρωκτικών

Ένα σοβαρό πρόβλημα που υπάρχει στην ύπαιθρο αλλά και στις οικιστικές περιοχές, σπίνια, εργοστάσια, εστιατόρια είναι τα τρωκτικά.

Τα τρωκτικά είναι τα πιο πολυάριθμα θηλαστικά. Τα είδη των κυριότερων οικογενειών (Muridae και Arvicolidae) αποτελούν σημαντικούς εχθρούς των αγροτικών και αποθηκευμένων προϊόντων η πρώτη και των καλλιεργειών η δεύτερη.

Τρωκτικά των αγροτικών και αποθηκευμένων προϊόντων (οικογένεια Muridae):

1. Στην Κύπρο υπάρχει το κοινό ποντίκι (Mus musculus) των σπιτιών και της υπαίθρου. Σε ευνοϊκές συνθήκες εντός των σπιτιών μπορεί να αναπαράγεται όλο το χρόνο. Τρέφεται με οτιδήποτε είναι εδωδιμο στον άνθρωπο, ακόμα και με χαρτί, ύφασμα, καταστρέφει επίσης ηλεκτρικά καλώδια και έτσι είναι υπεύθυνο μερικές φορές για πυρκαγιές που δημιουργούνται από βραχυκύκλωμα. Καταναλώνει την τροφή του σε μικρές ποσότητες από διάφορα σημεία, αλλά κοντά στη φωλιά του.

2. Στο γένος Rattus (κοινώς ποντίκια) στην Κύπρο υπάρχουν δύο είδη.

Το Rattus rattus έχει χρώμα τριχώματος ερυθροπό έως μαύρο, και το Rattus norvegicus γνωστός ως Νορβηγικός ή φαιός ποντικός. Πολλές φορές ο χρωματισμός διαφοροποιείται σε ορισμένους πληθυσμούς, με αποτέλεσμα η διάκριση των δύο ειδών να καθίσταται δυσχερής. Ο Νορβηγικός ποντικός κατασκευάζει τη φωλιά του στο έδαφος, ενώ ο Rattus rattus κυρίως πάνω στα δέντρα. Τα τρωκτικά αυτά καταστρέφουν κάθε λογής αποθηκευμένα προϊόντα αλλά έχουν τεράστια σημασία από απόψεως δημόσιας υγείας, καθώς μπορούν άμεσα ή έμμεσα να μεταδώσουν ένα αριθμό παθογόνων μικροοργανισμών. Για παράδειγμα ο τύφος που παρουσιάζεται κυρίως στην κυπριακή ύπαιθρο, είναι μια ασθένεια, η οποία μεταδίδεται με τα ποντίκια αυτού του γένους.

Καταπολέμηση: Ο κυριότερος τρόπος καταπολέμησης

των ποντικών όλων των ειδών είναι η χρήση ετοιμόχρηστων αντιπηκτικών δολωμάτων. Οι θέσεις δόλωσης πρέπει να είναι προφυλαγμένες από ανθρώπους, ζώα, πτηνά και βροχή.

Τα σημεία δόλωσης πρέπει να μετακινούνται σε νέες θέσεις. Τα δολώματα δεν πρέπει να έρχονται σε επαφή με τα χέρια, και πρέπει να επιθεωρούνται τακτικά και να αναπληρώνονται μέχρι να σταματήσουν να τρώγονται από τα τρωκτικά.

Τρωκτικά των καλλιεργειών (οικογένεια Arvicolidae): Είναι κοινώς οι αρουραίοι, κα στη χώρα μας αντιπροσωπεύονται κυρίως από τα παρακάτω είδη:

1. Το Arvicolaterrestris είναι τρωκτικό με βαθύ γκριζό χρωματισμό, με ξανθοκόκκινες και κοκκινωπές προμήξεις, με τα αυτιά του κρυμμένα στο τρίχωμα. Του αρέσει να τρέφεται με υπόγεια μέρη των φυτών, όπως κόνδυλους, ριζώματα και ρίζες. Στην προσπάθειά του να πάρει στη φωλιά του το υπόγειο μέρος του φυτού μπορεί να παρασύρει και το υπέργειο μέρος του φυτού, προκαλώντας σοβαρές ζημιές σε καλλιέργειες ζαχαρότευτλων, κρεμμυδιού, καρότου, σέλινου κ.ά. Επίσης σε δεντρώδες οπωροφόρων δέντρων προκαλεί ζημιές στις ρίζες των δέντρων και στο φλοιό του κορμού, κυρίως σε νεαρά δέντρα. Καταπολέμηση: Τοποθετούμε σε στοές κομμάτια κονδύλων πατάτας ή ριζωμάτων άλλων φυτών (σέλινου, καρότου κ.ά.) με αντιπηκτικά δολώματα.

2. Το Microtus arvalis είναι αρουραίος τεφρόφαιου χρωματισμού με βάρος έως 45g. Είναι δραστήριο κυρίως την αυγή και το σούρουπο και ζει σε λιβάδια από όπου μπορεί να προσβάλλει τις καλλιέργειες. Τρέφεται συνήθως με ποώδη φυτά και προκαλεί ζημιές κυρίως σε κτηνοτροφικά φυτά και άλλα. Καταπολέμηση: ανακατεύουμε αντιπηκτικά σκευάσματα με σπασμένους σπόρους σιτηρών για την προσέγγιση των τρωκτικών αυτών.

Κωνσταντίνα Χριστοδούδου, Γεωπόνος



Η Αθηνού τιμά τη θυσία του ήρωα Χαράλαμπου Χααραλάμπους

Τιμή στη μνήμη του παλικάριου Χαράλαμπου Χααραλάμπους που πριν από 29 χρόνια έπεσε από σφαίρες Τούρκου εισβολέα παρά το Φυλάκιο «Οξούς» απέδωσαν το Κράτος, η Εθνική Φρουρά, ο Δήμος, Βουλευτές, Οργανωμένα Σύνολα και πλήθος κόσμου. Το επίσημο μνημόσυνο του ήρωα Χαράλαμπου Χααραλάμπους, τελέστηκε στον Ιερό Ναό Παναγίας Χρυσελευούσης, την Κυριακή, 21 Μαΐου 2017.

Στο 29ο μνημόσυνο του Χαράλαμπου, παρέστησαν ο Ταξίαρχος της Εθνικής Φρουράς Δημήτριος Δημητρίου, βουλευτές της Επαρχίας Λάρνακας, ο κοινοτάρχης Ξυλοφάγου, μέλη της οικογένειας του ήρωα, εκπρόσωποι της Εθνικής Φρουράς και Αστυνομίας, εκπρόσωποι κομμάτων και άλλων οργανωμένων συνόλων και πλήθος κόσμου.

Μετά το πέρας της Θείας Λειτουργίας εκφωνήθηκε η επιμνημόσυνη ομιλία εκ μέρους του Υπουργού Άμυνας κ. Χριστόφορου Φωκαΐδη, από τον Ταξίαρχο Δημήτρη Δημητρίου, στην οποία εξήρε το ήθος του Χαράλαμπου, αλλά και τα μηνύματα της αυτοθυσίας του.

Ο Πάμπος Χααραλάμπους επιτέλεσε το καθήκον του στο ακέραιο. Υπηρετώντας τη θητεία του στη γραμμή καταπαύσεως του πυρός, όπως τόσοι και τόσοι νέοι της Κύπρου μας, αφιέρωσε σώμα και πνεύμα στην προστασία της πατρίδας μας. Στάθηκε κι αυτός με τη σειρά του άγρυπνος φρουρός στο μετερίζι του καθήκοντος.



Στο τρισάγιο και κατάθεση στεφάνων που ακολούθησε στο μνημείο του στρατιώτη παρά το φυλάκιο «Οξούς», όπου και έπεσε ο Χαράλαμπος, συγκινητική ήταν η συμμετοχή της Εθνικόφρονος Μπάντας Ξυλοφάγου για 3η συνεχή χρονιά. Έχουμε χρέος να συνεχίσουμε τον αγώνα μας για να δικαιώσουμε τη θυσία του και να ελπίζουμε για ένα καλύτερο αύριο με ελευθερία και εθνική επιβίωση του τόπου μας.

Αιωνία του η μνήμη.

Δέσποινα Πασσιού-Μαγγανή
Δημοτική Σύμβουλος
Πρόεδρος Ποδηλαστικής Επιτροπής

Βραβείο Διάκρισης Αξιών 2017 στον Νίκο Μουγιάρη

Το Κυπρο-Αμερικανικό Εμπορικό Επιμελητήριο ανακοινώνει με ευχαρίστηση ότι ο κ. Νίκος Μουγιάρης, ιδρυτής και Διευθύνων Σύμβουλος της MANA Products, Inc., είναι ο παραλήπτης του Βραβείου Διάκρισης Αξιών 2017 του Επιμελητηρίου. Κάθε χρόνο, το Βραβείο τιμά εταιρίες και άτομα που έχουν αναδείξει το προφίλ της Κύπρου και έχουν συμβάλει εξαιρετικά στην ενίσχυση των εμπορικών σχέσεων μεταξύ Κύπρου και Ηνωμένων Πολιτειών της Αμερικής. Η εκδήλωση-δείπνο του Κυπρο-Αμερικανικού Εμπορικού Επιμελητηρίου για τον κ. Μουγιάρη θα γίνει στο Union League Club, 38 East 37th Street, Νέα Υόρκη, την Παρασκευή 16 Ιουνίου 2017. Ο Δήμαρχος Αθηνού κ. Κυριάκος Καρεκλάς απέστειλε το πιο κάτω μήνυμα για την εκδήλωση.

Αγαπητοί φίλοι και φίλες,

Ως ο νέος Δήμαρχος του ημι-κατεχόμενου από τον τουρκικό στρατό Δήμου της Αθηνού, Κύπρου, είναι χαρά και τιμή μας να σας στείλουμε αυτό το χαιρετισμό με αφορμή το δέκατο τρίτο Ετήσιο Βραβείο-Δείπνο του Κυπρο-Αμερικανικού Εμπορικού Επιμελητηρίου. Είμαι τόσο υπερήφανος για το γεγονός ότι ο Νίκος Μουγιάρης γεννήθηκε στο Δήμο μας. Παρόλο που προσωπικά γνωρίζω ελάχιστα το Νίκο από την παρουσία μου στη Νέα Υόρκη ως φοιτητής στην περίοδο 1977-1982, τον γνωρίζω τόσο πολύ από τη φιλανθρωπία του σε διάφορα έργα και δωρεές που έκανε στο Δήμο μας, αλλά και από τα μεγάλα του επιτεύγματα ως επιχειρηματίας και από τη συμμετοχή του στον αγώνα για ελευθερία και δικαιοσύνη για την Κύπρο. Αισθάνομαι πολύ λυπημένος για το γεγονός ότι λόγω επίσκεψης του Προέδρου Αναστασιάδη στο Δήμο μας στις 16 Ιουνίου 2017, δεν μπορώ να είμαι στη Νέα Υόρκη για να τον συγχαρώ προσωπικά, αλλά ανυπομονώ να τον συναντήσω σύντομα, ελπίζω στην αγαπημένη του Αθηνού. Είναι μεγάλη χαρά να συναντάς σπουδαίους ανθρώπους, αλλά είναι πιο ευχάριστη η συνάντηση με σπουδαίους ανθρώπους της περιοχής σου, όπως ο ΝΙΚΟΣ ΜΟΥΓΙΑΡΗΣ.

Με τις πιο θερμές ευχές,
Κυριάκος Καρεκλάς



Terramedia



Interactive Ltd



Terramedia Interactive Ltd Κέντρο Επαγγελματικής Κατάρτισης

Η Terramedia Interactive Ltd, είναι πιστοποιημένο Κέντρο Επαγγελματικής Κατάρτισης (ΚΕΚ). Ως πιστοποιημένο ΚΕΚ έχει τη δυνατότητα συνεργασίας με την ΑνΑΔ για την εφαρμογή επιχορηγούμενων δραστηριοτήτων κατάρτισης.

Τα σεμινάρια / προγράμματα που έχουν εγκριθεί από την ΑνΑΔ, και τα οποία προγραμματίζονται να διεξαχθούν στο άμεσο μέλλον είναι τα πιο κάτω:

- Ψηφιακές δεξιότητες & χειρισμός ηλεκτρονικών υπολογιστών για ενήλικες
- Διαχείριση τροφίμων, ατομική υγιεινή και αποφυγή επιμόλυνσης των τροφίμων
- Αποτελεσματική διοίκηση γραφείου

Τα σεμινάρια θα διεξαχθούν σε συνεργασία με φορείς της Αθηνού. Όλα τα σεμινάρια θα επιχορηγηθούν από την ΑνΑΔ.

Λεωφόρος Αριστοφάνους 23, Στρόβολος, 2039 Λευκωσία, Τηλ: 22 511090, Fax 22879439
E-mail: info@terramediacy.com Website: http://www.terramediacy.com



Δημοτική Βιβλιοθήκη Αθηνού: Οργάνωση του πρώτου εργαστηρίου φιλαναγνωσίας

Στις 19 Απριλίου τα παιδιά του Δήμου μας είχαν την ευκαιρία να συμμετέχουν στο εργαστήριο φιλαναγνωσίας που διοργάνωσε η Επιτροπή Βιβλιοθήκης του Δήμου Αθηνού. Την επιμέλεια και παρουσίαση των δραστηριοτήτων του εργαστηρίου είχε η μουσικοπαιδαγωγός κ. Εύη Νεοκλέους. Το εργαστήριο περιελάμβανε ανάγνωση του παραμυθιού «Επιτέλους Ησυχία» και δραστηριότητες που ενέπλεκαν όλα τα παιδιά, όπως παιχνίδι, παραγωγή ήχου με κρουστά μουσικά όργανα, παιχνίδια και κατασκευές. Να σημειωθεί ότι λόγω του αυξημένου αριθμού των δηλώσεων, είχαν λειτουργήσει τρία μονόωρα εργαστήρια, ένα για κάθε ηλικιακή ομάδα ξεχωριστά.



Επίσης τα παιδιά είχαν την ευκαιρία να επιλέξουν και να δανειστούν βιβλία από το παιδικό τμήμα της Βιβλιοθήκης. Πολύ ενθαρρυντικό ήταν το γεγονός ότι η Βιβλιοθήκη μας ενέγραψε αρκετά νέα μέλη με αφορμή τη συγκεκριμένη εκδήλωση. Η ενθουσιώδης συμμετοχή και η χαμόγελα των παιδιών έδωσαν το μήνυμα ότι αυτά αγαπούν το βιβλίο και έχουν ανάγκη από τέτοια εργαστήρια, καθώς το βιβλίο ζωντανεύει και τα ίδια μπορούν να εκφραστούν και να δημιουργήσουν. Η Επιτροπή Βιβλιοθήκης πρόκειται να οργανώσει κι άλλα εργαστήρια με στόχο τα παιδιά μας να έρθουν κοντά στη βιβλιοθήκη και να κάνουν την ανάγνωση βιβλίου μέρος της καθημερινότητάς τους.

Η Δημοτική Βιβλιοθήκη με βάση το θερινό ωράριο είναι ανοιχτή κάθε Δευτέρα, Τετάρτη και Παρασκευή από τις 4:00 μ.μ. μέχρι τις 7:00 μ.μ. και κάθε Σάββατο από τις 11:00 π.μ. μέχρι τις 1:00 μ.μ. Στον χώρο της βιβλιοθήκης υπάρχουν έντυπα όπου κάθε μέλος μπορεί να κάνει εισηγήσεις για εμπλουτισμό της Βιβλιοθήκης με νέα βιβλία και γενικά για βελτίωση των υπηρεσιών που παρέχει.



Ο Δήμος Αθηνού απευθύνει θερμές ευχαριστίες στην ομάδα των ακούραστων εθελοντριών και μελών της Ποδηλαστικής Επιτροπής που φιλοδέχτηκαν τον πασχαλινό διάκοσμο του Δήμου, κ. Αντρούδα Έδνη, Αδέκκα Κωνσταντίνου, Kim Morris, Χριστιάνα Πουγεράση, Εδέν Ποιτή, Αγγέλα Παμπορή και Ανθή Παμπορή.

ΙΔΙΩΤΙΚΟ ΦΡΟΝΤΙΣΤΗΡΙΟ ΑΓΓΛΙΚΩΝ

infozest

ΟΙ ΕΓΓΡΑΦΕΣ ΞΕΚΙΝΟΥΝ ΑΠΟ 29 ΜΑΪΟΥ
ΠΡΟΛΑΒΕΤΕ!



Αγγλικά

punctuation
adjective
ENGLISH
noun } verb
subject &



Ειδικό πρόγραμμα Αγγλικών για παιδιά δευτέρας τάξης δημοτικού.
Μόνο €25 το μήνα **2** φορές την εβδομάδα.

Το τρίτο παιδί
ΕΝΤΕΛΩΣ ΔΩΡΕΑΝ

Χαμηλά διδάκτρα για όλες τις ηλικίες.



Όλοι οι μαθητές μας πέτυχαν στις ακαδημαϊκές εξετάσεις Αγγλικών IELTS με πάρα πολύ υψηλές επιδόσεις και εξασφάλισαν θέσεις σε πανεπιστήμια της Αγγλίας αλλά και σε μεταπτυχιακά προγράμματα σε διάφορες χώρες του κόσμου.



Οι μαθητές μας παρακάθονται στις παγκοσμίου φήμης εξετάσεις του Cambridge.

Λειτουργούμε και ως εξεταστικό κέντρο του BRITISH COUNCIL.

Ατομικά μαθήματα και σε ενήλικες το πρωί.

Μαθήματα για κάλυψη της σχολικής ύλης.

Διορθώσεις πανεπιστημιακών και μεταπτυχιακών μελετών.

Δημιουργία personal statement που είναι αναγκαίο για την εισδοχή των μαθητών σε πανεπιστήμια της Αγγλίας.

Παιδοκομικός & Βρεφοκομικός Σταθμός Τεωργίου και Ελένης Διγενή Τσαντή



Εκδηλώσεις και Δραστηριότητες

Έχει γίνει πλέον θεσμός το Καρναβαλίστικο ξεφάντωμα που έγινε στις 19 Φεβρουαρίου 2017 στην κλειστή αίθουσα αθλοπαιδιών “Τάσος Παπαδόπουλος”, δίνοντας χαρά σε μικρούς και μεγάλους. Η εκδήλωση έγινε σε συνεργασία του Προσωπικού και του Σύνδεσμου Γονέων του Σταθμού μας. Στην εκδήλωση είχαμε τη χαρά να βρίσκεται μαζί μας ο συγχωριανός μας Νεοκλής Νεοκλέους που με τα ταχυδακτυλουργικά του τεχνάσματα καθήλωσε το κοινό. Τα παιδιά εκεί είχαν την ευκαιρία να χορέψουν, να παίξουν στα φουσκωτά, στις πινιές, να κάνουν “face-painting”, να πάρουν μπαλονοκατασκευές από τον κ. Γιώργο Χαλεπίλια και να κεραστούν. Στο τέλος αναδείχθηκε η καλύτερη αμφίεση που ήταν η μικρή Χιονάτη. Ευχαριστούμε την σχολή Revolution Dance Studio που μας χάρισε όμορφες χορευτικές στιγμές με τα πολύ ωραία χορευτικά κομμάτια κατά την διάρκεια της εκδήλωσης. Επίσης ευχαριστούμε τον Δήμο Αθηένου για την παραχώρηση της αίθουσας.

Άλλη μια εκδήλωση του σταθμού που έγινε θεσμός είναι το Πασχαλινό Πανηγύρι του «Κρυμμένου Αυγού» που έγινε την Κυριακή 2 Απριλίου στο σταθμό με μεγάλη επιτυχία. Εκεί παιδιά, γονείς, παππούδες, γιαγιάδες και φίλοι είχαν την ευκαιρία να περάσουν ένα όμορφο πρωινό με διάφορα παιχνίδια, φουσκωτά, χορούς, τραγούδια και ποιήματα. Ευχαριστούμε θερμά τους πιο κάτω που έλαβαν μέρος στο καλλιτεχνικό πρόγραμμα της εκδήλωσης αυτής: τα παιδάκια του σταθμού μας, τα παιδάκια του Δημόσιου και Κοινοτικού Νηπιαγωγείου, τη χορευτική ομάδα του Πολιτιστικού Ομίλου Αθηένου, την σχολή χορού Passion Dance του γυμναστηρίου Chrysis Fitness Center. Ευχαριστούμε ακόμα τον κ. Χρυσόστομο Χρυσόστομο και κ. Παύλο Ιωάννου για το φουσκωτό. Τον κ. Μάριο Δράκο για την παρασκευή κρεπών, την κ. Γιαννούλλα Χαραλάμπους για την παρασκευή γλυκού αμυγδαλού και τέλος ευχαριστούμε όλους τους γονείς και γιαγιάδες που μας έφτιαξαν γλυκά και αλμυρά για πώληση στο παζαράκι.

Στο πνεύμα της μεγάλης γιορτής του Πάσχα τα παιδάκια του σταθμού έδωσαν τις πιο θερμές ευχές για «Καλό Πάσχα» και «Χριστός Ανέστη» στον Δήμαρχο Αθηένου κ. Κυριάκο Καρεκλά καθώς και σε όλο το προσωπικό του Δημαρχείου. Επισκέφτηκαν την κ. Χρυστάλλα Χ' Θεοχάρους χαρίζοντας ευχές και τραγούδια. Τα παιδάκια εκκλησιάστηκαν και κοινωνήσαν. Αναβίωσαμε πασχαλινά έθιμα π.χ. Ανάσταση του Λαζάρου, Τσουγκρισμα αυγών κ.ά. Δόθηκαν στα παιδιά από τον Σύνδεσμο Γονέων καλαθάκια με σοκολατένια αυγά. Τα παιδάκια είχαν μια πολύ ευχάριστη επίσκεψη για μια ολόκληρη μέρα από ένα άσπρο κουνελάκι στην τάξη τους, το οποίο έφερε ο κ. Αντώνης Κρασάς. Οι δράσεις συνεχίζονται. Τα παιδιά είχαν την εμπειρία να παρακολουθήσουν και να απολαύσουν γνωστά μουσικά κομμάτια από την συμφωνική ορχήστρα της Αστυνομίας Κύπρου, πρόσκληση από τη Διευθύντρια Δημοτικού Κ.Α', κ. Δέσποινα Πουγεράση. Πιο μετά τα παιδιά του σταθμού παρακολούθησαν τον αγώνα καλαθοσφαίρισης σε τροχόκαθισμα, πρόσκληση από την Λογοθεραπεύτρια κ. Άννη Καντιλάφτη. Τα παιδιά όχι μόνο απόλαυσαν τον αγώνα, αλλά πήραν και μηνύματα ζωής, δύναμης και θάρρους. «Μας ήρθε και ο Μάνος με δροσιές, μας ήρθε με λουλούδια». Γι' αυτό και τα παιδάκια έφτιαξαν λουλούδια, στεφάνια με λουλούδια για την Πρωτομαγιά και επισκέφτηκαν σπίτια με κήπους με όμορφα και χρωματιστά λουλούδια. Και για τη γιορτή της ΜΑΝΑΣ. Μάνα το πιο στοργικό, το πιο αγαπημένο όνομα. Τα παιδάκια και οι δασκάλες εύχονται σε όλες τις μανούλες «Χρόνια Πολλά με Υγεία».

Τέλος θα θέλαμε να σας πούμε ότι ο Βρεφοκομικός – Παιδοκομικός Σταθμός Αθηένου δέχεται εγγραφές νέων βρεφών και παιδιών για τη σχολική χρονιά 2017-2018. Για περισσότερες πληροφορίες στο τηλ. 24523300.

Ευχαριστούμε όσους προσφέρουν εισφορές εις μνήμη των δικών τους και όσους με οποιοδήποτε τρόπο στηρίζουν τον Σταθμό μας.

Λένια Καρούσιου Βαρνάβα
Διευθύντρια Βρεφοκομικού - Παιδοκομικού Σταθμού Αθηένου

Δημόσιο και Κοινοτικό Νηπιαγωγείο Αθηένου

Παίζω, παίζεις, παίζει... και στο νηπιαγωγείο μαθαίνεις!

Το 2ο τρίμηνο της σχολικής χρονιάς ξεκίνησε δυναμικά στο Νηπιαγωγείο μας. Επισκέψεις, εκδηλώσεις, εργαστήρια ήταν μερικά από αυτά που τα παιδιά είχαν την ευκαιρία να βιώσουν, να συμμετέχουν και μέσα από αυτά να παίξουν να μάθουν και να διασκεδάσουν, μέσα στο πλαίσιο πάντοτε των στόχων των Νέων Αναλυτικών Προγραμμάτων. Κι επειδή παιδιά και παιχνίδι πάνε μαζί, ασχοληθήκαμε με το project «Το παιχνίδι», ένα πολύ αγαπητό θέμα στα παιδιά. Μέσα στο πλαίσιο αυτά, επισκεφτήκαμε το Μουσείο Παιχνιδιών στην Αραδίππου όπου είδαμε παλιά παιχνίδια και μάθαμε για την ιστορία των παιχνιδιών από τα αρχαία χρόνια μέχρι σήμερα. Φέραμε τα αγαπημένα μας παιχνίδια στο σχολείο, παίξαμε μ' αυτά, τα ζωγραφίσαμε και τα μοιραστήκαμε με τους φίλους μας. Την εβδομάδα της Τυρινής παράλληλα με τις γιαγιάδες που μας έφτιαξαν τα υπέροχα, μυρωδάτα πουρέκια, παππούδες και γιαγιάδες επισκέφτηκαν το σχολείο μας και μας έδειξαν παραδοσιακά παιχνίδια («λιγκρί», «Περνά, περνά η μέλισσα», «Μαντίλι») και παλιά παιχνίδια (κατασκευή κούκλας). Τα παιδιά παρακολούθησαν τους παππούδες και τις γιαγιάδες κι έπαιξαν μαζί τους. Ακόμα, τα παιδιά της προδημοτικής τάξης απόλαυσαν παιχνίδι και ακόνισαν το μυαλό τους με παιχνίδια μαθηματικών και φυσικών επιστημών μέσα από το εκπαιδευτικό πρόγραμμα «Επιστήμη και Κυνήγι Θησαυρού από τον Μαγικό Κόσμο της Επιστήμης». Ένα πρόγραμμα εγκεκριμένο από το Υπουργείο Παιδείας και Πολιτισμού που οργανώθηκε από το CLaP3C - Κέντρο Δημιουργικής Μάθησης και Παιχνιδιού για Παιδιά. Τέλος, πραγματοποιήσαμε επίσκεψη στην Έκθεση «Lego» όπου τα παιδιά θαύμασαν τα διάφορα δημιουργήματα με κομμάτια από lego και απόλαυσαν παιχνίδι με αυτά. Η επίσκεψη στην έκθεση «Lego» ήταν μια χορηγία από τον Σύνδεσμο Γονέων του σχολείου μας.



Από το πρόγραμμα του νηπιαγωγείου μας δεν θα έλειπε η ενασχόλησή μας με την ιστορία της πατρίδας μας και τις παραδόσεις της, αφού είναι ένας από τους διαχρονικούς στόχους του ΥΠΠ, το «Γνωρίζω, δεν ξεχνώ, διεκδικώ». Μάθαμε για τους αγώνες για την Ελευθερία της πατρίδας μας και τιμήσαμε τις εθνικές επετείους της 25ης Μαρτίου 1821 και της 1ης Απριλίου 1955-59 με τη συμμετοχή μας, στους εορτασμούς που έγιναν στο Δημοτικό Σχολείο ΚΑ', καθώς επίσης και με τη συμμετοχή μας στις παρελάσεις που πραγματοποιήθηκαν στον Δήμο μας. Επίσης, είχαμε φέτος την ευκαιρία να τιμήσουμε τη μνήμη των ηρώων της Κύπρου μας με την επίσκεψή μας στα Φυλακισμένα Μνήματα. Εκεί είδαμε τους χώρους των φυλακών όπου οι αγωνιστές διέμεναν όταν συλλαμβάνονταν και καταθέσαμε στεφάνια στους τάφους των ηρώων.

Μαθαίνοντας για τις παραδόσεις μας, ασχοληθήκαμε με τα ήθη και τα έθιμα του Πάσχα που πραγματοποιούνται στην Κύπρο μας. Με το θέμα αυτό ήταν αφιερωμένη και η φετινή Γιορτή του Παππού και της Γιαγιάς, αφού οι παππούδες και οι γιαγιάδες είναι ο συνδεδεμένος κρίκος με τις παραδόσεις μας, τα ήθη και τα έθιμά μας. Φέτος, στη Γιορτή του Παππού και της Γιαγιάς είχαμε την ιδιαίτερη τιμή να έχουμε την Επιθεωρήτρια των Νηπιαγωγών κυρία Ελευθερία Κυριακίδου-Δανού η οποία ενθουσιάστηκε τόσο με την αθρόα προσέλευση των παππούδων και γιαγιάδων όσο και με τον ενθουσιασμό και τη συγκίνηση τους για τα μικρά τους βλαστήρια.

Χρυστάλλα Λουδάκη
Νηπιαγωγός

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ Κ.Α'

ΣΥΝΕΔΡΙΟ ΔΙΚΤΥΟΥ ΔΙΕΥΘΥΝΤΩΝ

Στις 4 Απριλίου 2017 το σχολείο είχε την τιμή να φιλοξενεί για 2η φορά φέτος το Συνέδριο Δικτύου Διευθυντών Δημοτικών Σχολείων υπό την εποπτεία της Ε.Δ.Ε. και Παναγιώτας Ρούσου-Μιχαηλίδου. Το συνέδριο περιλάμβανε στο πρώτο του μέρος, διδακτικό μάθημα Ελληνικών στο Β3' με υπεύθυνη εκπαιδευτική, την κα Τασούλα Νικοδήμου, σχολιασμό του μαθήματος και εστίαση στο θεωρητικό μέρος. Στο δεύτερο μέρος, περιλάμβανε διοικητικά θέματα, που αφορούν την αξιολόγηση των εκπαιδευτικών. Στο συνέδριο συμμετείχαν η οικεία Επιθεωρήτρια, Διευθυντές και δάσκαλοι από διάφορα σχολεία και Σύμβουλοι του ΥΠΠ. Το μάθημα σχεδιάστηκε βάσει των καινοτομιών του ΥΠΠ για τη διδασκαλία των Ελληνικών στο Δημοτικό και συγκεκριμένα βάσει των Δεικτών Επιτυχίας και Επάρκειας και των τριών Αξόνων Οργάνωσης Ενοτήτων, ως στοιχείο εμπλουτισμού των σχολικών εγχειριδίων.

ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ:

Τηγανοκίνηση: Στο σχολείο πραγματοποιείται συλλογή χρησιμοποιημένου λαδιού σε συνεργασία με τον μη κερδοσκοπικό οργανισμό ΑΚΤΗ, ο οποίος παρέχει οικονομική στήριξη του σχολείου με τη μορφή χρηματικού επάθλου για αγορές με περιβαλλοντικό σκοπό.

Με το χρηματικό έπαθλο που πήρε το σχολείο για 2η φορά έγινε αγορά υλικών για τη δημιουργία λαχανόκηπου, ρούχων τσαντών για όλα τα παιδιά του σχολείου με στόχο την αποφυγή χρήσης των πλαστικών σακούλων και ξύλινων τραπεζιών εξωτερικού χώρου.

Μαθαίνω για τα Δάση-LEAF: Το πρόγραμμα για τα δάση λειτουργεί από την Κυπριακή Ένωση Προστασίας του Θαλάσσιου Περιβάλλοντος (CYMEPA). Έχει ως σκοπό να γνωρίσουν τα παιδιά τα δάση της Κύπρου, τη χλωρίδα, την πανίδα, τα προϊόντα και τις ωφέλειες των δασών και να συνειδητοποιήσουν την τεράστια σημασία τους για τη ζωή μας. Μέσα από αυτή τη γνωριμία θα ευαισθητοποιηθούν σε θέματα, που αφορούν κυρίως στην καταστροφή των δασών. Επιπρόσθετα, στα παιδιά δόθηκε βιβλιαράκι με Φύλλα Εργασίας αφιερωμένα στα δάση. Στις 23 Φεβρουαρίου 2017 στον υδροβιότοπο της Αλυκής και στο Δάσος Τεκκέ τα παιδιά της Α' τάξης υλοποίησαν περιβαλλοντικό πρόγραμμα και ταυτόχρονα απόλαυσαν τα εντυπωσιακά φλαμίγκο. Ευχαριστίες στον Υγειονομικό Επιθεωρητή του Δήμου Λάρνακας, κ. Κώστα Κόκκινο, για τον χρόνο που αφιέρωσε στα παιδιά.

LitterLess-Δράση «Λιγότερα Σκουπίδια»: Η εκστρατεία "LitterLess", διοργανώνεται σε περισσότερες από 35 χώρες, μεταξύ των οποίων και η Κύπρος. Στόχος της είναι να ευαισθητοποιήσει και να εκπαιδεύσει τους μαθητές σε θέματα διαχείρισης απορριμμάτων και να τους ενθαρρύνει να κάνουν θετικές επιλογές. Η Cymera στηρίζει οικονομικά το σχολείο για τη συμμετοχή του.

Σε συνεργασία με σχετική επιτροπή του Δήμου Αθηνών το σχολείο ανέλαβε τον καθαρισμό του Κωνσταντινίδειου δημοτικού πάρκου την Κυριακή 9/4/2017 με τη συμμετοχή γονιών και μαθητών του σχολείου, με συντονίστρια την κ. Γεωργία Παπού. Στις 15 Μαΐου 2017, για την προσφορά του, το σχολείο απόκτησε τον δικό του κομποστοποιητή.

Σύνδεσμος Ενηλίκων Ασθενών και Φίλων με Νευρολογικές Παθήσεις «ΕΥ-ΖΩ»: Στο σχολείο πραγματοποιείται συλλογή πορών σε συνεργασία με τον Σύνδεσμο «ΕΥ-ΖΩ» και την Κλεάνθιο Κοινοτική Στέγη Ηλικιωμένων Αθηνών με στόχο την εξασφάλιση τροχοκαθισμάτων στη Στέγη.

Ανακύκλωση: Πραγματοποιείται στους κάδους ανακύκλωσης, τους οποίους πρόσφερε στο σχολείο η εταιρεία Dixon σε συνεργασία με το Υ.Π.Π., συλλογή χαρτιού, μεταλλικού και πλαστικού υλικού. Το υλικό αυτό περισυλλέγεται από την GreenDot κάθε βδομάδα. Επίσης, σε ειδικούς κάδους γίνεται συλλογή μικρών μελανιών και μπαταριών.

Πρόγραμμα Κατανάλωσης Εσπεριδοειδών στα Σχολεία: Με στόχο την υγιεινή διατροφή και παράλληλα, τη στήριξη τοπικών παραγωγών, πραγματοποιείται προσφορά κυρίως πορτοκαλιών στα παιδιά.

Πρόγραμμα του Υ.Π.Π. σε συνεργασία με τον Κ.Ο.Α.Π. Κατανάλωσης Φρούτων και Λαχανικών στο Σχολείο: Πραγματοποιείται προσφορά φρούτων και λαχανικών στα παιδιά την περίοδο 26 Απριλίου μέχρι 9 Ιουνίου με επιχορηγημένες οικολογικές δράσεις, τις οποίες το σχολείο έχει προτείνει, όπως α) τη δημιουργία λαχανόκηπου στο σχολείο β) την παρασκευή σαλατών από διάφορες χώρες γ) την εκπαιδευτική επίσκεψη παιδιών σε φυτώριο/θερμοκήπιο. Το 75% του Προγράμματος είναι επιχορηγημένο από την Ε.Ε.



ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΕ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ

Τον Φεβρουάριο και τον Μάρτιο το σχολείο συμμετείχε σε ποικίλα εκπαιδευτικά προγράμματα ως ένα εναλλακτικό «μάθημα» έξω από τις σχολικές αίθουσες. Συγκεκριμένα, τα παιδιά της Β' και της Γ' τάξης είχαν την ευκαιρία να συμμετέχουν στο Εκπαιδευτικό πρόγραμμα του Πανεπιστημίου Κύπρου με θέμα, την έκθεση Σκηνογραφίας του Άντι Παρτίζλη και να ξεναγηθούν στις σύγχρονες εγκαταστάσεις του Πανεπιστημίου. Την ίδια περίοδο τα παιδιά της Γ' τάξης συμμετείχαν στο Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα του Μουσείου Ζαμπέλα και του εργαστηρίου Ανακύκλωσης Χαρτιού στο Γυμνάσιο Αθηνών υπό την καθοδήγηση του κου Νίκου Χαρούς. Επιπρόσθετα, τα παιδιά της Γ' τάξης επισκέφτηκαν, στο πλαίσιο του μαθήματος της ιστορίας, τον αρχαιολογικό χώρο της Χοιροκοιτίας και στη συνέχεια, ξεκουράστηκαν στη φάρμα των «Χρυσών Γαϊδουριών».

Επίσης, η Α' τάξη συμμετείχε στο Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα του Μουσείου Πιερρίδη και της Δημοτικής Βιβλιοθήκης Λάρνακας, το Β1' στο Κυπριακό Μουσείο Φυσικής Ιστορίας, το Β2' στο Μουσείο Πιερρίδη και στο Καλλινίκειο Δημοτικό Μουσείο και το Β3' στο Μουσείο Παιχνιδιού και στη Δημοτική Βιβλιοθήκη Αραδίππου.

ΦΙΛΑΡΜΟΝΙΚΗ ΑΣΤΥΝΟΜΙΑΣ ΚΥΠΡΟΥ

Στις 13 Μαρτίου 2017 το σχολείο είχε τη μεγάλη χαρά να φιλοξενεί τη Φιλαρμονική της Αστυνομίας Κύπρου στην Κλειστή Αίθουσα Γυμνασίου, την οποία μάς παραχώρησε ο Διευθυντής και τον ευχαριστούμε θερμά. Ευχαριστούμε το Δημόσιο Νηπιαγωγείο, το Ιδιωτικό Νηπιαγωγείο Νάγια

και τον Παιδοκομικό Σταθμό που αποδέχτηκαν την πρόσκλησή μας και όλα τα παιδιά είχαν την ευκαιρία να απολαύσουν μοναδικές μουσικές στιγμές και να γνωρίσουν μουσικά όργανα.

ΕΝΔΟΣΧΟΛΙΚΗ ΕΠΙΜΟΡΦΩΣΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΩΝ

Στις 21 Μαρτίου 2017 πραγματοποιήθηκε Ενδοσχολική Επιμόρφωση Εκπαιδευτικών με Εισήγηση από τον καταξιωμένο Ελλαδίτη Ψυχίατρο, κ. Παναγιώτη Γεωργάκα, με θέμα: Η Επιθετικότητα των Παιδιών, μια προσφορά του Συνδέσμου Καταπολέμησης Ναρκωτικών Λάρνακας προς το σχολείο μας. Ευχαριστούμε το Δημοτικό Κ.Β', το Δημόσιο Νηπιαγωγείο και τον Παιδοκομικό Σταθμό, που ανταποκρίθηκαν στην πρόσκληση του σχολείου, τον Πρόεδρο του Συνδέσμου, κ. Μάκη Γεωργίου και τον Αντιπρόεδρο, κ. Γιώργο Βλαδιμήρου, για την παραχώρηση του εισιτηρίου.

ΠΑΣΧΑΛΙΝΟΣ ΔΙΑΚΟΣΜΟΣ

Μετά από πρόταση της κας Ανδρούλας Έλληνα, εκ μέρους της Πολιτιστικής Επιτροπής του Δήμου, το σχολείο ανταποκρίθηκε θετικά και τα παιδιά του Γ1' και του Γ3' με ενθουσιασμό συνέβαλαν στη δημιουργία του πασχαλινού διάκοσμου από ξύλινες φιγούρες. Το σχολείο διέθεσε το εργαστήρι Τέχνης του στον Δήμο και σε συνεργασία με εθελόντριες επαγγελματίες και ερασιτέχνες ζωγράφους έγινε κατορθωτό να ζωντανέψει το κλασικό παραμύθι, Η Αλίκη στη Χώρα των Θαυμάτων, στο προαύλιο του Καλλινίκειου Δημοτικού Μεγάρου.

Δέσποινα Ζαννετίδου-Πουγεράση
Διευθύντρια

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ Κ.Β΄

ΟΜΙΛΟΙ ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝΤΟΣ

Στο σχολείο μας λειτούργησε φέτος με απόλυτη επιτυχία ο θεσμός των «Ομίλων» με στόχο την ενασχόληση των παιδιών με τα ενδιαφέροντά τους. Δημιουργήθηκαν επτά όμιλοι:

- Όμιλος Τέχνης – Υπεύθυνη εκπαιδευτικός κ. Ελένη Σιούφτα
- Όμιλος Κοινωνικής προσφοράς – Υπεύθυνη εκπαιδευτικός κ. Μαρία Κουμίδου ΒΔ
- Φυσιολατρικός – Υπεύθυνη εκπαιδευτικός κ. Στυλιάννα Δημητριάδου
- Ιστορικός-Αρχαιολογικός – Υπεύθυνες εκπαιδευτικοί κ. Γεωργία Αχιλλέως και κ. Γεωργία Οικονόμου
- Φωτογραφικός – Υπεύθυνη εκπαιδευτικός κ. Φωτεινή Πετροπούλου



- Θεατρικός - Υπεύθυνες εκπαιδευτικοί κ. Χριστιάνα Ροκόπου και κ. Μαρία Κόλοκου
- Αθλητικός Όμιλος - Υπεύθυνη εκπαιδευτικός κα Ολυμπία Κουκουμά και κ. Ελένη Κωνσταντίνου ΒΔ.

Στις 2 Μαρτίου τα παιδιά, είχαν την ευκαιρία να έχουν ολοήμερη συμμετοχή σε διάφορες δραστηριότητες που οργάνωσαν οι υπεύθυνες εκπαιδευτικοί του κάθε ομίλου.

Ήταν μια «μοναδική και τόσο διαφορετική εμπειρία» όπως την χαρακτήρισαν τα ίδια τα παιδιά. Τον συντονισμό της λειτουργίας του θεσμού ανέλαβαν οι εκπαιδευτικοί του σχολείου μας κ. Ελένη Σιούφτα και η κ. Ελένη Κωνσταντίνου ΒΔ.



Το Δημοτικό Σχολείο Αθηνών Κ.Β΄ στην εκπομπή «Καλή σας μέρα», με αφορμή την έκδοση επετειακού γραμματοσήμου για τα 60χρονα του Ρ.Ι.Κ.



Με αφορμή τους εορτασμούς για τα 60χρονα ίδρυσης της Τηλεόρασης του Ρ.Ι.Κ. και την έκδοση επετειακού γραμματοσήμου από τα Κυπριακά Ταχυδρομεία, παιδιά του Δημοτικού Σχολείου Αθηνών Κ.Β΄, είχαν την ευκαιρία να παρουσιαστούν στην πρωινή εκπομπή του Ρ.Ι.Κ. «Καλή σας Μέρα», έχοντας μαζί τους επιστολές που είχαν ετοιμάσει. Οι επιστολές απευθύνονταν σε δημόσια πρόσωπα και συνοδεύονταν από ζωγραφιές των παιδιών σχετικές με το εκάστοτε θέμα. Τα παιδιά αναφέρθηκαν σε ένα πρόβλημα που τους απασχολούσε και απευθύνθηκαν στο αρμόδιο δημόσιο πρόσωπο (Πρόεδρο της Δημοκρατίας, Υπουργούς, Δήμαρχο κτλ.) προτείνοντας παράλληλα λύσεις.

Οι μαθητές, σχολίασαν το περιεχόμενο των επιστολών τους στη κάμερα του Ρ.Ι.Κ. και παρέδωσαν τις επιστολές τους στον εκπρόσωπο των Κυπριακών Ταχυδρομείων αφού πρώτα τοποθέτησαν στους κλειστούς φακέλους το επετειακό γραμματόσημο στην πρώτη μέρα κυκλοφορίας του. Επιπλέον, τα παιδιά είχαν την ευκαιρία να περιηγηθούν στο στούντιο και τους βοηθητικούς χώρους της Κρατικής Ραδιοτηλεόρασης αλλά και να ξεναγηθούν στο Μουσείο, που βρίσκεται μέσα στις εγκαταστάσεις.

Ελένα Σιούφτα, Μαρία Κόλοκου, Εκπαιδευτικοί

ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΗΜΕΡΙΔΑ

Στις 7/4/2017, πραγματοποιήθηκε στο σχολείο μας η αθλητική ημερίδα που από καιρό ανέμεναν όλα τα παιδιά του σχολείου. Στην διοργάνωση της, εκτός από την κ. Ελένη Κωνσταντίνου Β.Δ., συμμετείχαν και παιδιά μέλη του αθλητικού ομίλου.

Συγκεκριμένα λειτούργησαν επτά σταθμοί: Στο χώρο του γηπέδου (όσος απέμεινε ελεύθερος λόγω ανέγερσης του νέου Δημοτικού) διεξάχθηκαν τα αγωνίσματα άλματος εις μήκος, ρίψης ακοντίου, δρόμος 35m ταχύτητας και εμποδίων καθώς και η ρίψη ελεύθερων βολών στην καλαθόσφαιρα.

Στο χώρο του κλειστού γηπέδου λειτούργησαν δύο σταθμοί: άλμα εις ύψος και ο σταθμός «Survivor» όπως τον αποκάλεσαν τα ίδια τα παιδιά, ο οποίος και τους προκάλεσε ιδιαίτερο ενδιαφέρον και ενθουσιασμό. Κάθε τμήμα ασχολήθηκε με έξι σταθμούς.

Στο τέλος, απονεμήθηκε δίπλωμα συμμετοχής σε κάθε παιδί.



ΕΠΙΣΚΕΨΗ ΣΤΟ

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ ΤΟΥ ΓΛΥΠΗ

ΠΑΝΑΓΙΩΤΗ ΠΑΣΑΝΤΑ

ΓΥΜΝΑΣΙΟ



«Η μόνη μοίρασιά που κάνει πλουσιότερους αυτούς που μοιράζονται, είναι η μοίρασιά των πολιτισμικών αγαθών. Κι όσο πιο πολλοί και διαφορετικοί είναι αυτοί που μοιράζονται τις εμπειρίες τους τόσο πιο πλούσιος γίνεται ο καθένας τους», είπε κάποτε η Ελένη Γλυκατζή-Αρβελέρ, Ελληνίδα Βυζαντινολόγος, ιστορικός.

Το σχολείο με τις διάφορες πολιτιστικές του δραστηριότητες έχει πολλά να προσφέρει. Οι δραστηριότητες αυτές αποσκοπούν στη δημιουργική έκφραση των μαθητών, στην αισθητική καλλιέργεια, στην πνευματική ανάπτυξη και στην ευαισθητοποίησή τους σε θέματα που αφορούν το στενότερο και ευρύτερο περιβάλλον τους. Μέσα σε αυτά τα πλαίσια στο σχολείο μας διοργανώθηκαν πληθώρα πολιτιστικών και καλλιτεχνικών δραστηριοτήτων καθ' όλη τη διάρκεια της χρονιάς.

Σε μια όμορφη εκδήλωση που περιλάμβανε προβολές, ποιήματα, κείμενα, τραγούδια και κυπριακούς χορούς, τιμήθηκε την Τετάρτη 15 Φεβρουαρίου στο Γυμνάσιο Αθηνών η Μέρα του Δέντρου. Μέσα από τη σύντομη ομιλία της κ. Μαρίας Σκουρή-Αδάμου, βιολόγου του σχολείου μας, τονίστηκε τόσο η χρησιμότητα του δέντρου για τον άνθρωπο, όσο και η ανάγκη επέκτασης της δεντροκαλλιέργειας και γενικά του πρασίνου στον τον τόπου μας. Ακολούθησε δεντροφύτευση στην αυλή του σχολείου.

Στις 30 Ιανουαρίου, κάθε χρόνο, γιορτάζουμε τη μνήμη των Τριών Ιεραρχών, όπως καθιερώθηκε από το 1100 μ.Χ.. Η γιορτή τους, από το 1842, λέγεται και Γιορτή των Γραμμάτων, μια και οι Τρεις Ιεράρχες ήταν Μεγάλοι Δάσκαλοι αλλά και Πατέρες της Εκκλησίας. Οι Τρεις Ιεράρχες είναι: ο Μέγας Βασίλειος, ο Ιωάννης ο Χρυσόστομος και ο Γρηγόριος ο Θεολόγος.

Η γιορτή τους είναι γιορτή της παιδείας και των γραμμάτων, γιορτή των δασκάλων και των μαθητών. Είναι γιορτή τόσο Σχολική όσο και Χριστιανική. Σχολική είναι, γιατί οι Τρεις Ιεράρχες, ήταν άνθρωποι μορφωμένοι, σοφοί δάσκαλοι, φημισμένοι ρήτορες και συγγραφείς. Πρόσφεραν πάρα πολλά στα γράμματα, διαθέτοντας ολόκληρη την περιουσία τους.

Χριστιανική είναι, γιατί και οι τρεις ήταν ευσεβείς Ιεράρχες, επιφανείς θεολόγοι, με κοινωνική προσφορά και φιλανθρωπικό έργο, που διέθεσαν τη ζωή τους στην πίστη τους για τον Χριστό.

Σε μία σύντομη και λιτή εκδήλωση τιμήσαμε τη ζωή και το έργο των Τριών Ιεραρχών. Παράλληλα την ίδια μέρα διοργανώθηκε στη βιβλιοθήκη του σχολείου μας έκθεση βιβλίου την οποία εγκαινίασαν ο νεοεκλεγείς Δήμαρχος Αθηνών, κ. Κυριάκος Καρεκλάς και ο Πρόεδρος του Συνδέσμου Γονέων κ. Ηρακλής. Στο πλαίσιο της ημέρας των Γραμμάτων την 1η Φεβρουαρίου πραγματοποιήθηκε και εργαστήρι συγγραφής παραμυθιού με τη λογοτέχνη Όλγα Ρουβήμ. Ομάδα μαθητών μας είχε την ευκαιρία να αναπτύξει τη φαντασία της και να καλλιεργήσει τόσο τον γραπτό όσο και τον προφορικό του λόγο.

Τα τελευταία χρόνια, οι εξελίξεις στην Τεχνολογία και Επικοινωνία είναι καθοριστικές. Βομβαρδιζόμαστε καθημερινά με καινοτομίες που μόλις πριν από λίγα χρόνια έλειπαν από τη ζωή μας. Σε αντίθεση με τους ενήλικες τα παιδιά έχουν μεγαλώσει με αυτές τις τεχνολογίες, με αποτέλεσμα τις περιο-



σότερες φορές, να βρίσκονται ένα βήμα μπροστά σε θέματα όπως το Διαδίκτυο. Το Διαδίκτυο μπορεί να αποτελέσει για τα παιδιά ένα εξαιρετικό περιβάλλον για μάθηση, ενημέρωση, ψυχαγωγία, για να συνομιλήσουν με φίλους ή απλώς να χαλαρώσουν και να ερευνήσουν διάφορα θέματα. Μπορεί, όμως, το Διαδίκτυο, όπως και το καθημερινό μας περιβάλλον, να είναι και επικίνδυνο. Με βάση αυτό το σκεπτικό διοργανώσαμε και φέτος το μαθητικό συνέδριο με θέμα «Αποσυνδέσου ... συνδέσου» στις 22 Φεβρουαρίου.

Το συνέδριο τίμησαν με την παρουσία τους οι κ. Μαρία Παπακυριακού και Φαίδρα Θεοδώρου, εκπρόσωποι της Cyta, η Δρ. Άννα Παραδεισιώτη, παιδοψυχίατρος, εκπρόσωπος της υπηρεσίας καταπολέμησης ηλεκτρονικού εγκλήματος καθώς και μέλη του Συνδέσμου Γονέων, της Σχολικής Εφορίας αλλά και γονείς των μαθητών μας.

Ένα τόσο σημαντικό θέμα δεν θα μπορούσε να αφήσει αδιάφορους και τους μαθητές του σχολείου μας, μερίδα των οποίων ασχολήθηκε με τη δημιουργία και διαμόρφωση ερωτηματολογίου με θέμα τον εθισμό στο διαδίκτυο, το οποίο και παρουσιάστηκε. Στο Β' μέρος του συνεδρίου πραγματοποιήθηκαν βιωματικά εργαστήρια. Οι μαθητές των τμημάτων με τη συνοδεία και καθοδήγηση των υπευθύνων καθηγητών του τμήματός τους αλλά και την παρουσία των γονιών τους, εργαστήκαν παρουσιάζοντας διάφορες πτυχές από τον εθισμό στο διαδίκτυο.

Το σχολείο μας φέτος συμμετέχει στο πρόγραμμα «Οι Μικροί εκπαιδευτές για το διαδίκτυο», ένα Πρόγραμμα που προσβλέπει στην εμπλοκή των μαθητών στην εκπαίδευση των συμμαθητών τους για την ασφαλή χρήση του διαδικτύου, με την καθοδήγηση εκπαιδευτικών του σχολείου τους αλλά και την υποστήριξη από ειδικούς στο θέμα. Για τη συμμετοχή μας σε αυτό το πρόγραμμα έγινε ενημέρωση κατά τη διάρκεια του συνεδρίου.

Την Τετάρτη 1 Μαρτίου, στο πλαίσιο των 28ων Παγκύπριων Σχολικών Αγώνων Θεάτρου που συνδιοργανώνουν το Υπουργείο Παιδείας και Πολιτισμού και ο Θεατρικός Οργανισμός Κύπρου, στη μνήμη Παναγιώτη Σέρην, παρουσιάσαμε τη θεατρική παράσταση «Με πυξίδα την αγάπη» των Άντρης Γεωργίου, φιλόλογου και Σπυρούλας Πάτισ, μαθηματικού, σε σκηνοθεσία Σπυρούλας Πάτισ. Είναι γεγονός ότι πολλά ευτράπελα συμβαίνουν καθημερινά στο σχολικό περιβάλλον, το οποίο αποτελεί τον μικρόκοσμο της κοινωνίας. Τι συμβαίνει όμως όταν οι μαθητές του σχολείου μας βρεθούν αντιμέτωποι με ένα μήνυμα που τους αναστατώνει όλους; Πώς θα μπορέσουν να φτάσουν στην αλήθεια και αν φτάσουν τελικά σε αυτήν θα είναι αρκετά έτοιμοι για να την δεχτούν; Πώς θα μπορέσει η πυξίδα της αγάπης να τους δείξει το σωστό δρόμο για την φιλία, την ανιδιοτέλεια, την αποδοχή και την αλληλοβοήθεια; Όλα αυτά και ακόμη περισσότερα θίχτηκαν στο... «Με πυξίδα την αγάπη».

Στις 5 Απριλίου έγινε η συνάντηση της Οικολογικής Επιτροπής του Γυμνασίου μας με τον Δήμαρχο κ. Κυριάκο Καρεκλά. Σ' αυτή τη συνάντηση οι μαθητές, μέλη της Οικολογικής Επιτροπής



με την καθοδήγηση της υπεύθυνης καθηγήτριάς τους, κ. Μαρίας Αδάμου, έθεσαν στο Δήμαρχο προβλήματα που αφορούν, το οδικό δίκτυο, το αποχετευτικό, τον φωτισμό της Αθηνών, την καθαριότητα, το πράσινο σημείο, τα αδέσποτα ζώα του Δήμου κ.ά. Ο Δήμαρχος απάντησε στα ερωτήματα των μαθητών και διαβεβαίωσε ότι θα συνεχιστούν οι προσπάθειες για επίλυση των προβλημάτων που αντιμετωπίζει η Αθηνών παρά την οικονομική κρίση, δίνοντάς τους συγχρόνως συγκαρτήρια για την ωριμότητα της σκέψης τους. Παράλληλα η Οικολογική Επιτροπή επισκέφτηκε στις 14 Μαρτίου το Περιβαλλοντικό κέντρο του Κάβο Γκρέκο.

Με δέος τιμήσαμε την επέτειο της 25ης Μαρτίου. Έπειτα από μακροχρόνια σκληρά η Ελλάδα άδραξαν τα όπλα ενάντια στην πανίσχυρη οθωμανική αυτοκρατορία, αποφασισμένοι να πολεμήσουν ως το θάνατο, για ν' αποκτήσουν την εθνική τους ελευθερία. Τιμήσαμε όλους εκείνους τους αγωνιστές που με τη θυσία και το αίμα τους, τον πατριωτισμό και την αγωνιστικότητά τους, χάρισαν στον Ελληνισμό μια ελεύθερη πατρίδα! Το 1821 και η επανάσταση των Ελλήνων εξακολούθησε να παραμένει γεγονός μοναδικό, αφού το έθνος, με πλήρη επίγνωση των κινδύνων και των δυσκολιών που θ' αντιμετώπιζε, οδηγήθηκε στον αγώνα για την ελευθερία και την ανεξαρτησία στηριζόμενο στην πλούσια ιστορική παράδοση και στο ήθος των αγωνιστών. Στην πίστη, το Θεό και την πατρίδα. Σημαία και λάβαρο τους η ίδια η ψυχή τους. Και ο αγώνας τους δικαιώθηκε. Απέδειξαν για ακόμη μια φορά, πως κανένας λαός δε μένει υπόδουλος όταν πάρει την υπέρτατη απόφαση να ζήσει ελεύθερος ή να πεθάνει. Την όλη εκδήλωση παρακολούθησαν ο Δήμαρχος Αθηνών κ. Καρεκλάς, ο Πρόεδρος και μέλη της Σχολικής Εφορίας, ο Πρόεδρος και μέλη του Συνδέσμου Γονέων.

1η Απριλίου 1955. Επέτειος ιστορική για τον απανταχού Ελληνισμό. Μέρα που αντίχρησε για μια ακόμα φορά, στην αέρην και μακαριά γη μας ο πολεμικός παιάντας της Ελευθερίας, γνώριμος από τα πανάρχαια χρόνια στην Ελληνική ένδοξη φυλή μας. Μια ολόχρυση σελίδα νέας δόξας, νέων θρύλων, νέων ολοκαυτωμάτων γράφτηκε κατά τη διάρκεια του τετράχρονου απελευθερωτικού αγώνα της ΕΟΚΑ που αποτελεί θαυμαστή συνέχεια της ιστορικής πορείας του έθνους μας. Δόξα για την Κύπρο, τιμή και περηφάνια για τον Ελληνισμό.

Στις 30 Απριλίου διοργανώθηκε από το Γυμνάσιο μας εκδήλωση την οποία τίμησαν με την παρουσία τους ο Πρόεδρος και τα μέλη της Σχολικής Εφορίας, ο Πρόεδρος και τα μέλη του Συνδέσμου Γονέων, το σεβαστό ιερατείο της κοινότητας, γονείς και παππούδες των μαθητών μας. Οι μαθητές τίμησαν τις δύο αυτές επετείους αλλά και το σχολείο τους με παρελάσεις.

Το σχολείο μας και συγκεκριμένα η Επιτροπή Πρόνοιας, κάνοντας πράξη τις αρχές του εθελοντισμού λίγο πριν τις διακοπές του Πάσχα, προχώρησε στη συλλογή τροφίμων για τους μαθητές μας που έχουν πραγματικά ανάγκη. Παράλληλα πραγματοποιήθηκε πασχαλινό παζαράκι.

Χρυστάδην Μαϊσκάκη,
Φιλόδογος

Επίσκεψη στο Κέντρο Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης Κάβο Γκρέκο

Την Τρίτη 14/03/2017, εμείς τα μέλη της Οικολογικής Επιτροπής του σχολείου μας, συνοδευόμενα από την κ. Μαρία Σκουρή-Αδάμου, βιολόγο, και την κ. Παναγιώτα Τοφαρίδου, φυσικό, επισκεφθήκαμε το Κέντρο Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης Κάβο Γκρέκο. Εκεί μας υποδέχθηκαν οι υπεύθυνοι του Περιβαλλοντικού Κέντρου και μας μίλησαν για τη δημιουργία του Κέντρου και τους σκοπούς του. Μετά από προβολή σχετικού βίντεο και παρουσίασης σχετικής με τη Μεσόγειο και τα είδη υδρόβιας ζωής που ζουν στη Μεσόγειο (κάποια από αυτά κινδυνεύουν με αφανισμό λόγω ανθρωπίνων δραστηριοτήτων), κατεβήκαμε στην παραλία, και, αφού χωρίσαμε σε ομάδες, ασχοληθήκαμε με ενδιαφέροντες δραστηριότητες. Θα πρέπει να ευαισθητοποιηθούμε και να προστατέψουμε τη Μεσόγειο, τα είδη που ζουν εκεί και φυσικά, τις παραλίες μας. Ήταν μια ξεχωριστή εμπειρία για όλους.



ΟΙΚΟΛΟΓΙΚΟΣ ΚΩΔΙΚΑΣ

- Χρησιμοποιούμε το πλυντήριο ρούχων και πιάτων, μόνο όταν είναι γεμάτο.
- Ελέγχουμε συχνά τις βρύσες μας για τυχόν διαρροές.
- Αποφεύγουμε το μπάνιο σε μπανιέρα γεμάτη νερό. Προτιμούμε να κάνουμε ντους μικρής διάρκειας.
- Όταν βουρτσίζουμε τα δόντια ή όσο διαρκεί το σαπούνισμα των χεριών, κλείνουμε την βρύση για να μην τρέχει άσκοπα το νερό.
- Δεν αφήνουμε το νερό να τρέχει, ξυρίζοντας ή πλένοντας το πρόσωπό μας. Βουρτσίζουμε

- τα δόντια μας, όσο περιμένουμε να ζεσταθεί το νερό.
- Πλένουμε τα φρούτα, τα χόρτα και τα λαχανικά σε μια λεκάνη αντί κάτω από συνεχώς ανοιχτή βρύση. Χρησιμοποιούμε μετά το νερό της λεκάνης για να ποτίσουμε τα φυτά στις γλάστρες ή τον κήπο μας.
- Χρησιμοποιούμε κουβά και όχι το λάστιχο για το πλύσιμο του αυτοκινήτου.
- Ποτίζουμε τον κήπο μας νωρίς το πρωί. Αυτό μειώνει τις απώλειες νερού από την εξάτμιση.

Οικολογική Επιτροπή
Γυμνασίου Αθηνών

Νηπιαγωγείο «Παιδική Πολιτεία Νάγια»

Δηλώνει παρόν στα εκπαιδευτικά και κοινωνικά δρώμενα της Αθénου

Το Νηπιαγωγείο Παιδική Πολιτεία «ΝΑΓΙΑ» είναι ένας εκπαιδευτικός φορέας του Δήμου μας με πολύπλευρη δράση και προσφορά στο κοινωνικό και εκπαιδευτικό γίγνεσθαι. Γεγονός που δίνει στα παιδιά την ευχέρεια να αναπτύσσουν τις προσωπικές και κοινωνικές τους δεξιότητες και να καταστούν σημαντικοί πολίτες του μέλλοντος.

Με συμμετοχές σε προγράμματα και δράσεις, με επισκέψεις και οργανισμούς τόσο εντός όσο και εκτός του Δήμου μας σε επιχειρήσεις, οι οποίες εκφράζουμε τις θερμές μας ευχαριστίες, αποκομίζουν γνώσεις και εμπειρίες χρήσιμες για τα μελλοντικά τους βήματα. Η συμμετοχή τους επίσης τόσο με τις δασκάλες τους όσο και με τους γονείς όπου αυτό καθίσταται εφικτό είναι ιδιαίτερα σημαντικό για τα παιδιά. Όπως παραδείγματος χάριν η συμμετοχή τους στην Παγκύπρια εκστρατεία καθαριότητας «Let's do it Cyprus», στις 2 Απριλίου 2017 όπου μαζί με τους γονείς τους πέρασαν ένα εποικοδομητικό πρωινό μαζεύοντας σκουπίδια και άχρηστα αντικείμενα από το σχολείο τους και τον περιβάλλοντα χώρο συμβάλλοντας στην προσπάθεια για καθαρό και υγιές περιβάλλον.

Το Νηπιαγωγείο «ΝΑΓΙΑ» όπως κάθε χρόνο τίμησε τις Εθνικές επετείους 25ης Μαρτίου και 1ης Απριλίου, και φέτος με τη συμμετοχή του σε ενδοσχολικούς εορτασμούς, προσκεκλημένο από την Διεύθυνση του Δημοτικού Σχολείου Κ.Α', τους οποίους επίσης ευχαριστούμε, ως επίσης και με τη συμμετοχή τους στις παρελάσεις που πραγματοποιούνται στο Δήμο μας, στο πλαίσιο του προγράμματος του Κ.Ο.Α. «Αθλητισμός για όλους» (ΑΓΟ) στο οποίο εδώ και μερικά χρόνια συμμετέχει το Νηπιαγωγείο «ΝΑΓΙΑ» με την συμβολή του γυμναστή κ. Αντρέα Πιερή τα παιδιά συμμετείχαν στις 29 Μαρτίου 2017 στην καθιερωμένη τελική γιορτή του ΑΓΟ στην κλειστή αίθουσα Αθλοπαιδιών «ΚΙΤΙΟ» στη Λάρνακα όπου παρουσίασαν πρόγραμμα ασκήσεων όσων έχουν διδαχθεί από τον γυμναστή τους, παρουσία επισήμων και εκλεκτών προσκε-



κλημένων της πόλης και επαρχίας Λάρνακας.

Για δεύτερη συνεχή χρονιά πραγματοποιήθηκε εκδήλωση στην Αίθουσα Αθλοπαιδιών Δήμου Αθénου «ΤΑΣΣΟΣ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ», στις 22 Μαρτίου 2017, Ευρωπαϊκές Ημέρες Ευγενούς οδήγησης για την Οδική Ασφάλεια και την πρόληψη τροχαίων ατυχημάτων, όπου διεξήχθη καλαθοσφαιρικός αγώνας σε τροχοκάκηση από την ομάδα Nicosia Team Rollers. Στη συνέχεια ακολούθησε αγώνας μεταξύ των μελών της Αστυνομίας που παρευρίσκονταν στην εκδήλωση, οι που άφησαν τα καθήκοντά τους και κάθισαν στο τροχοκάκηση συμβάλλοντας στην προσπάθεια όλων να δοθούν τα σωστά μηνύματα για ασφαλή οδήγηση, ως επίσης και μηνύματα θέλησης, δύναμης και δίψας για ζωή, αλλά και ευαισθητοποίησης για την πρόληψη των τροχαίων συγκρούσεων. Για την επιτυχία της εκδήλωσης, την οποία παρακολούθησαν μαθητές των εκπαιδευτηρίων μας και άλλοι παρευρισκόμενοι συνέβαλαν ο Αρχηγός Αστυνομίας κ. Ζαχαρίας Χρυσοστόμου, ο οποίος έθεσε υπό την αιγίδα του την όλη εκδήλωση. Συνδιοργανωτές της εκδήλωσης, ήταν επίσης η Κοινωνική Αστυνομία Αθénου, η Τροχαία Λάρνακας, το Νηπιαγωγείο «Παιδική Πολιτεία Νάγια» και το Κέντρο Λογοθεραπείας «Ακούω – Μιλώ – Επικοινωνώ». Η όλη εκδήλωση ήταν αφιερωμένη στη μνήμη του νεαρού μαθητή Θωμά Ζήσιμου ο οποίος έχασε τη ζωή του σε τροχαίο ατύχημα.

Στις 3 Μαΐου 2017 το νηπιαγωγείο Παιδική Πολιτεία «ΝΑΓΙΑ» και το πρόγραμμα Αθλητισμός Για Όλους (ΑΓΟ), πραγματοποίησε αιμοδοσία στον χώρο του σχολείου με μεγάλη ανταπόκριση εκ μέρους των δημοτών οι οποίοι προσέτρεξαν να συμβάλουν στην προσπάθεια αυτή δίνοντας αίμα για συνανθρώπους μας που ανά πάσα στιγμή θα το χρειαστούν. Η αιμοδοσία πραγματοποιήθηκε εις μνήμη Αντρούλας Γαβριηλίδου, Ζαννέττου και Χρυστάλλας Ζαννετίδη, Χαράλαμπος και Μαρούλας Γεωργίου και Μιχάλη Ζαννετίδη.

Σταυρούδα Πεδουδίδου

Συνεργάτης Νηπιαγωγείου Παιδική Πολιτεία «ΝΑΓΙΑ»

Σύνδεσμος Γονέων & Κηδεμόνων Δημοτικών Σχολείων Κ.Α' και Κ.Β'

Ο Σύνδεσμος Γονέων συνεχίζοντας την προσφορά του προς τα παιδιά και συμμετέχοντας στις δράσεις των σχολείων πρόσφερε την Τετάρτη 16 Φεβρουαρίου 2017 γεύμα με σουβλάκια προς τα παιδιά κατά τη διάρκεια των εκδηλώσεων εκείνης της μέρας. Μέλη του Συνδέσμου βοήθησαν στην ετοιμασία του γεύματος και πέρασαν μια ευχάριστη σχολική μέρα με τα παιδιά. Την Παρασκευή 24 Φεβρουαρίου μέλη του Συνδέσμου Γονέων μαζί με εθελόντριες μαμάδες και γιαγιάδες ετοίμασαν και πρόσφεραν στα παιδιά και τους δασκάλους μπουρκεκια όπως προστάζει το έθιμο των ημερών. Τα παιδιά είχαν την ευκαιρία να παρακολουθήσουν πώς παρασκευάζονται τα παραδοσιακά μας εδέσματα. Θερμές ευχαριστίες επιθυμούμε να εκφράσουμε ως Σύνδεσμος για την βοήθεια όλων.

Στο πλαίσιο της κυκλοφορίας του πρώτου γραμματοσήμου του ΡΙΚ για τα 60χρονα του, ομάδα παιδιών με πρωτοβουλία της δασκάλας τους κ. Έλενας Σιούφτα ετοίμασαν επιστολές προς επίσημα άτομα με αιτήματα. Ο σύνδεσμος παραχώρησε μετα-



φορικό μέσο για αυτήν την πρωτοποριακή παρουσίαση στο ΡΙΚ.

Στην επετειακή παρέλαση της 25 Μαρτίου ο Σύνδεσμος μας έχει παραχωρήσει πρωινό στους επισήμους στο χώρο του δημοτικού σχολείου κύκλος Β'.

Επ' ευκαιρία της Εθνικής επετείου της έναρξης του απελευθερωτικού μας αγώνα 55-

59, μαθητές του Δημοτικού Σχολείου Αθénου μαζί με τις εκπαιδευτικούς κ. Μαρία Κόλοκου Φαλά, κ. Χριστίνα Ροκόπου, κ. Ελένη Κωνσταντίνου και συνοδευόμενοι από την Πρόεδρο του Συνδέσμου μας κ. Μαρίας Χατζηγιαννακού Τζακούρη συμμετείχαν σε επετειακή εκπομπή του Ρ.Ι.Κ. στο πλαίσιο του ψυχαγωγικού προγράμ-

ματος «Σάββατο κι' Απόβραδο» με την Άντρη Καραντώνη όπου παρουσίασαν εργασία τους με θέμα τον αγώνα της ΕΟΚΑ και τους ήρωες που πολέμησαν και θυσιάστηκαν για την ελευθερία της πατρίδας μας, αποκομίζοντας σημαντικές, ιστορικές γνώσεις και εμπειρίες. Ευχαριστούμε την κυρία Έλενα Σιούφτα για τις πρωτοποριακές ιδέες. Την Παρασκευή 7 Απριλίου ο σύνδεσμος παραχώρησε στα παιδιά του Β' κύκλου χυμούς κατά τη διάρκεια της αθλητικής ημερίδας. Ο καθιερωμένος χορός της Ομοσπονδίας Συνδέσμου Γονέων Δημοτικής Εκπαίδευσης Λάρνακας πραγματοποιήθηκε στο ξενοδοχείο Sun Hall στις 28 Απριλίου 2017 με απονομή πλακετών στους αποχωρήσαντες από το έργο του εθελοντισμού με απονομή και στην Πρόεδρο του Συνδέσμου μας κ. Μαρίας Χατζηγιαννακού Τζακούρη για την πολύχρονη εθελοντική προσφορά της στους οργανωμένους γονείς της Δημοτικής Εκπαίδευσης.

Σταυρούδα Πεδουδίδου

Μέλος ΔΣ Συνδέσμου Γονέων Δημοτικών Σχολείων



ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΡΕΑ



Ο Πολιτιστικός Όμιλος ΡΕΑ Αθηνών συμμετείχε στις εκδηλώσεις που πραγματοποιήθηκαν τη Δευτέρα του Πάσχα, στο Κωνσταντινίδειο Δημοτικό Πάρκο. Παρουσιάστηκαν με επιτυχία πέντε ελληνικοί λαϊκοί και παραδοσιακοί χο-

ροί: χασάπικο, χασαποσέρβικο, ζεϊμπέκικο, Ηπειρωτικό και Ζωναράδικο.

Λουκία Πασαδύρου,
Μέλος Επιτροπής Ποδηλαστικού Ομίλου ΡΕΑ



Η μαγική δύναμη της διαφήμισης

Ο Στιούαρτ Μπριτ, ένας γνωστός Αμερικανός Σύμβουλος Διαφήμισης είπε κάποτε ότι «Το να κάνεις δουλειές χωρίς διαφήμιση είναι σαν να κλείνεις το μάτι σε μια κοπέλα, στο σκοτάδι. Αυτό που κάνει το ξέρεις μόνο εσύ και κανένας άλλος.» Η απουσία της διαφήμισης μπορεί να οδηγήσει σε μεγάλη απώλεια. Μπορεί να έχουμε το καλύτερο, το πιο ποιοτικό, κοινωνικά ή/και περιβαλλοντικά φιλικό προϊόν, χωρίς διαφήμιση όμως, χωρίς επένδυση στην προώθησή του, κανείς δεν θα το γνωρίζει παρά μόνο εμείς. Η παγκοσμίου φήμης Coca-Cola, #3 στη λίστα των Best Global Brands (Καλύτερες Διεθνείς Μάρκες) 2016 δεν έχει σταματήσει να διαφημίζει από το 1886, τη χρονιά της τυχαίας ανακάλυψής της. Η εταιρεία συνεχίζει έκτοτε να πιστεύει στην επένδυση διαφήμισης. Ως εξής, οι διαφημιστικές της καμπάνιες έχουν αυξήσει την ισχύ της μάρκας της. Η Coca-Cola, στην προσπάθειά της να κτίσει αναγνωρισιμότητα και τοποθέτηση της μάρκας στην αντίληψη των καταναλωτών, μεταξύ του 1887-1920 αποφάσισε να προσφέρει 10% των προϊόντων της δωρεάν σε υποψήφιους καταναλωτές. Επίσης, υποστήριξε την εκστρατεία ενημέρωσης με διαφημιστικά δώρα όπως ημερολόγια και ρολόγια. Δεκαετίες μετά, η Coca Cola συνεχίζει πιο διαφημιστικά ενεργή και δημιουργική από ποτέ.

Το 2014, η Coca Cola, ήταν επίσημη χορηγός των Χειμερινών Ολυμπιακών Αγώνων στη Ρωσία. Η χορηγία αυτή, μέρος της Διαφημιστικής καμπάνιας 2014, οδήγησε σε 11% αύξηση του μεριδίου της Ρώσικης αγοράς. Επιπλέον, η εκστρατεία «Μοιραστείτε μια Coke» (Share a Coke) που ξεκίνησε από την Αυστραλία είχε ως αφορμή το 50% των εφήβων και νεαρών ενηλίκων που δεν είχαν δοκιμάσει ποτέ το αναψυκτικό αυτό. Η εκστρατεία επικεντρώθηκε σε μια στρατηγική εξατομίκευσης της φιάλης Coca-Cola με 150 δημοφιλή Αυστραλέζικα ονόματα να αναγράφονται στις ετικέτες των φιαλών: «Μοιραστείτε μια Coke με τον Τζέιμς/ Τζάκ / Χλόν / Ολίβια ... Η εκστρατεία αποδείχτηκε εξαιρετικά επιτυχημένη με πωλήσεις 250 εκατομμυρίων εξατομικευμένων φιαλών Coca-Cola μέσα σε ένα καλοκαίρι και 5% περισσότερους καταναλωτές. Η εκστρατεία «Share a Coke» ταξίδεψε σε 70 επιπλέον χώρες και οι συνολικές πωλήσεις της εταιρείας αυξήθηκαν κατά 3%. Η διαφήμιση είναι απαραίτητη μορφή επένδυσης η οποία με τον σωστό προγραμματισμό και στρατηγική εκτέλεση θα αποδώσει σε εύθετο χρόνο.

Μαρία Κωνσταντίνου
Επίκουρη Καθηγήτρια Μάρκετινγκ,
P.A. College



ΑΝΑΣΤΑΣΗ

Ανάσταση, αγάπη γύρω απλώνει
το διαλαλούν καμπάνες στον αγέρα
βοσκός στις κορυφές με την φλογέρα
στις φυλλωσιές χαρούμενο τ'απδόνι.

Τίποτα την ψυχή μας δεν ισοκoiώνει
κι'ελεύθερη στα ύψη, στον αιθέρα
ως γαλανόλευκη σε αίθρια μέρα
στον ουρανό την νοιάζουμε να υψώνει.

Ν'αγκαλιαστούμε ελάτε αδελφομένοι
μαζί να πούμε το Χριστός Ανέστη
τέτοιες στιγμές ας ζούμε ευτυχισμένοι.

Κι'έτσι απ'τα μίση μας λευθερωμένοι
ας βγούμε για της ξεγνοιασιάς το γλέντι
να βρούμε την χαρά μας την χαμένη.

Αντώνης Λυτρίδης

Δ' Σεμινάριο για την ενδυνάμωση των μικρο - μεσαίων κυπριακών επιχειρήσεων παραγωγής τροφίμων στην Αθηνού

Το Κυπριακό Μουσείο Τροφίμων και Διατροφής το 2016 - 2017 διοργάνωσε σειρά οκτώ σεμιναρίων για την ενδυνάμωση των μικρο - μεσαίων κυπριακών επιχειρήσεων παραγωγής τροφίμων, σε διάφορα μέρη της Κύπρου. Το Δ' σεμινάριο πραγματοποιήθηκε στις 17 και 18 Φεβρουαρίου 2017 στο Πολυκέντρο Νεότητας στην Αθηνού. Έμπειροι ομιλητές από ακαδημαϊκά ιδρύματα, εταιρείες, επιχειρήσεις τροφίμων και κυβερνητικές υπηρεσίες παρουσίασαν θέματα, όπως για την ποιότητα και την πιστοποίηση προϊόντων, τις διαδικασίες ασφαλείας και υγείας, την ανάπτυξη επιχειρηματικότητας, τη δικτύωση, το μάρκετινγκ, το branding, καθώς και ευκαιρίες χρηματοδότησης. Σύντομο χαιρετισμό απύθνησαν ο Δήμαρχος Αθηνού, κύριος Κυριάκος Καρεκλάς, ο Επίτροπος Εθελοντισμού και μη Κυβερνητικών Οργανώσεων, κύριος Γιάν-



νης Γιαννάκη, η Διευθύντρια Γενικού Χειμείου του Κράτους, Δρ Πόπη Νικολαΐδου-Κανάρη, ο Συντονιστής της Κύπρου στην Ευρωπαϊκή Βουλής Υπαίθρου, κύριος Παναγιώτης Παπαδόπουλος και η Πρόεδρος ΔΣ του Μουσείου Κυπριακών Τροφίμων και Διατροφής, Δρ Χρυσταλλένη Λαζάρου. Ο Δήμος Αθηνού συγχαίρει το Μουσείο Κυπριακών Τροφίμων και Διατροφής και τους συνεργάτες τους για την όλη διοργάνωση.

Επιμέλεια: Νόννη Παπουή Παπασιάντη



ISAAC
TAVERN

του συγχωριανού σας
Αντρέα Πολυκάρπου

Φρέσκο Ψάρι • Κρεατομεζέδες • Κυπριακή Κουζίνα



Τ. +357 23 723 586 Φ. +357 23 723 560
Αρχιεπισκόπου Μακαρίου Γ' 38, Λιμανάκι Αγίας Νάπας

Isaac Tavern
itavernatouisaak@gmail.com

Απώλεια βάρους ενόψη καλοκαιριού

Κατά τη διάρκεια του Πάσχα λόγω της νηστείας και τραπεζοματιών που την ακολουθούν οι περισσότεροι τείνουν να αφήνουν στην άκρη τις δίαιτες και αφήνονται ελεύθεροι στην κατανάλωση των γιορτινών εδεσμάτων όπως οι φλαούνες, κοκορέτσι, μαγειρίτσα και τσουρέκι.

Όταν όμως οι γιορτές φθάνουν στο τέλος τους και βρούμε το θάρρος να ανέβουμε στη ζυγαριά ερχόμαστε αντιμέτωποι με την πραγματικότητα. Η αύξηση του βάρους κατά τη διάρκεια του Πάσχα συνήθως προκαλεί άγχος αφού νχέει συναγερμός πως πλησιάζει το καλοκαίρι. Αυτό του άγχος οδηγεί τους περισσότερους σε στερητικές, χημικές δίαιτες ή ακόμα και σε «θαυματοργά» χάπια αδυνατίσματος για να αποκαταστήσουν την «τάξη».

Οι Ανορθόδοξες Δίαιτες βασίζονται σε δυο αρχές: Την «ανισορροπία» σε μακροθρεπτικά συστατικά, δηλαδή είναι πολύ χαμηλές σε υδατάνθρακες (ψωμί, ρύζι, μακαρόνια κ.ά.), αυξημένες σε πρωτεΐνη (κρέας και αυγά συνήθως) και πολύ χαμηλές σε λίπος. Επιπλέον αποκλείουν κάποια συγκεκριμένα τρόφιμα από το καθημερινό διαιτολόγιο και χωρίζουν (λανθασμένα) τα φαγητά σε «καλά» και «κακά». Οι δίαιτες εξπρές επιβαρύνουν τον ανθρώπινο οργανισμό και αν εφαρμόζονται για μεγάλο χρονικό διάστημα, ενδέχεται να είναι υπεύθυνες για την εκδήλωση σοβαρών παθήσεων.

Εάν θέλουμε να χάσουμε κιλά χωρίς ταυτόχρονα να βάζουμε το εαυτό μας σε περιπέτειες είναι επιστημονικά τεκμηριωμένο ότι το πιο αποτελεσματικό πρόγραμμα είναι αυτό που συνδυάζει ισορροπημένη διατροφή, αλλαγή διατροφικών συνθηκών και φυσικά συστηματική άσκηση. Η σωστή και υγιεινή διατροφή είναι αυτή που καταρχήν έχει ποικιλία αφού κανένα φαγητό από μόνο του δεν μπορεί να μας προσφέρει όλα τα θρεπτικά συστατικά. Η σωστή διατροφή δεν έχει να κάνει με τη διαχωρισμό των φαγητών σε καλά ή κακά αλλά έχει να κάνει με την συχνότητα και την ποσότητα που δικαιούμαστε να τρώμε από κάθε φαγητό.

Μην παραλείπετε το Πρόγευμα

Οι παλαιοί έλεγαν «Το πρωί να τρως σαν βασιλιάς, το μεσημέρι σαν άρχοντα και το βράδυ σαν ζητιάνος». Έχει ληχθεί εκατοντάδες φορές πως το πρόγευμα είναι το σημαντικότερο γεύμα της ημέρας αφού βοηθά στην αναπλήρωση της ενεργείας που έχει χρησιμοποιηθεί κατά τη διάρκεια του ύπνου.

Πολλές μελέτες έχουν δείξει ότι αυτοί που δεν παραλείπουν το πρόγευμα έχουν πιο ισορροπημένη διατροφή, μπορούν αν χάσουν πιο εύκολα περιττά κιλά και έχουν μειωμένο κίνδυνο εμφάνισης συγκεκριμένων ασθενειών σε σύγκριση με αυτούς που το παραλείπουν. Το πρόγευμα πρέπει να περιλαμβάνει το 25% της ημερήσιας πρόσληψής μας σε θερμίδες.

Ενισχύστε τον μεταβολισμό σας

Μερικοί άνθρωποι κληρονομούν ένα γρήγορο μεταβολισμό



«Το πρωί να τρως σαν βασιλιάς, το μεσημέρι σαν άρχοντα και το βράδυ σαν ζητιάνος»

ενώ άλλοι ένα πιο αργό. Οι άνδρες τείνουν να καίνε περισσότερες θερμίδες από ό,τι οι γυναίκες. Ενώ για τους περισσότερους ανθρώπους, ο μεταβολισμός επιβραδύνεται σταθερά μετά την ηλικία των 40. Αφού δεν μπορείτε να ελέγξετε την ηλικία σας, το φύλο, ή το γενετικό υπόβαθρο, υπάρχουν και άλλοι τρόποι για να βελτιώσετε τον μεταβολισμό σας. Ο πρώτος είναι η ενίσχυση της μυϊκής μάζας. Το σώμα καίει συνεχώς θερμίδες, ακόμα και όταν κάνει τίποτα. Ο μεταβολισμός ηρεμίας είναι πολύ υψηλότερος σε άτομα με περισσότερο μυ. Κάθε κιλό μυς χρησιμοποιεί περίπου 6 θερμίδες την ημέρα μόνο για να συντηρηθεί, ενώ κάθε κιλό λίπους καίει μόνο 2 θερμίδες καθημερινά.

Ο δεύτερος είναι τα πολλά και μικρά γεύματα. Η σημασία των μικρών γευμάτων καθ' όλη τη διάρκεια της ημέρας είναι καταλυτικής σημασίας όταν κάποιος προσπαθεί να χάσει βάρος. Τα μικρά γεύματα ή σνακ διαδραματίζουν σημαντικό ρόλο στη λειτουργία του μεταβολισμού αφού όταν τρώτε μικρότερες ποσότητες κατά τη διάρκεια της ημέρας, θα έχετε μια μεταβολική ώθηση από την πέψη, την επεξεργασία και την αποθήκευση ενέργειας από το φαγητό. Τα σνακ μπορούν να ικανοποιήσουν την πείνα σας κατά τη διάρκεια της ημέρας και έτσι να αποτρέψουν την υπερκατανάλωση τροφής. Επιλέξτε ποικιλία στα σνακ σας, όπως αμύγδαλα, φρούτα, γιαούρτι χαμηλό σε λιπαρά και μαύρη σοκολάτα που περιέχει 70% κακάο.

Καταναλώστε περισσότερα τρόφιμα πλούσια σε φυτικές ίνες.

Αυτά είναι τα όσπρια, φρούτα και λαχανικά τα οποία όχι

μόνο περιέχουν πολλά θρεπτικά συστατικά αλλά είναι και πλούσια σε φυτικές ίνες αυξάνοντας έτσι το αίσθημα του κορεσμού. Φυτικές ίνες υπάρχουν επίσης στα ολικής αλέσεως δημητριακά. Το ψωμί ολικής αλέσεως έχει χαμηλότερο γλυκαιμικό δείκτη, λόγω της υψηλότερης περιεκτικότητάς του σε φυτικές ίνες και της ακατέργαστης μορφής του. Αυτό σημαίνει ότι, μετά την κατανάλωσή του, εκκρίνεται σταδιακά και σε μικρότερη ποσότητα η ινσουλίνη από το πάγκρεας, δηλαδή δεν αυξάνονται απότομα τα επίπεδα του σακχάρου στο αίμα.

Μειώστε την κατανάλωση έτοιμων φαγητών

Αποφύγετε τα έτοιμα φαγητά που και στην πιο απλή του μορφή πάλι περιέχουν αυξημένες ποσότητες αλατιού, λίπους και συνήθως μαγειρεύονται με βούτυρο, φρέσκες κρέμες και διάφορες σάλτσες. Περιορίστε επίσης την κατανάλωση κόκκινου κρέατος σε μια κάθε δεκαπενθήμερο.

Αυξήστε τη φυσική δραστηριότητα

Μία ώρα γυμναστική είναι το 4% της ημέρας, δεν χωράει καμία δικαιολογία. Γυμναστική δεν είναι μόνο να γραφτούμε στο γυμναστήριο. Μπορούμε να πάρουμε ένα περπάτημα στην παραλιακή ή στο πάρκο ή ακόμα μπορούμε να κάνουμε λίγους κοιλιακούς και επιτόπιες ασκήσεις κατά τη διάρκεια του αγαπημένου μας προγράμματος στη τηλεόραση.

TIP: Τρώγοντας ένα μήλο πριν τη γυμναστική μπορούμε να ενισχύσουμε την αντοχή στην άσκηση αφού τα μήλα περιέχουν το αντισοξείδωτικό «κερσετίνη» που αυξάνει τη διαθεσιμότητα του οξυγόνου στους πνεύμονες.

Αποφύγετε την υπέρ-φαγία το Σάββατοκύριακο.

Το μεγαλύτερο πρόβλημα των πλείστων όταν θέλουν να χάσουν βάρος είναι ότι κάνουν πολύ αυστηρή διατροφή κατά τη διάρκεια της εβδομάδας με αποτέλεσμα να πέφτουν οι «άμυνες» και να καταλήγουν σε υπέρ-φαγία κατά τη διάρκεια του σαββατοκύριακου. Μην αρνηθείτε στον εαυτό σας τρόφιμα που ποθείτε. Αν το κάνετε, θα τα θελήσετε περισσότερο. Αυτό θα οδηγήσει σε υπερκατανάλωση σε αυτά τα τρόφιμα αργότερα. Επιτρέψτε στον εαυτό σας μια μικρή μερίδα από το αγαπημένο σας φαγητό.

Μην φέρετε την κατσαρόλα στο τραπέζι. Ετοιμάστε το πιάτο σας στην κουζίνα. Θα αποφύγετε έτσι τον πειρασμό να ξαναγεμίσετε το πιάτο σας συνεχώς. Αυτός είναι ένας καλός τρόπος για να αποφευχθεί η υπερκατανάλωση τροφής. Σταματήστε να τρώτε μπροστά από την τηλεόραση. Τρώγοντας ενώ παρακολουθείτε τηλεόραση ή διαβάζοντας την εφημερίδα μπορεί να είναι καταστροφικό. Όταν είστε συγκεντρωμένοι σε κάτι άλλο, δεν συνειδητοποιείτε πόσα τρόφιμα καταναλώνετε και έχετε την τάση να τρώτε περισσότερο.

Κύριος Χαρή

Κλινικός Διαιτολόγος- Διατροφολόγος

Συμβουλές για τη Συμμετοχή των παιδιών σε κηδεία

Είναι σημαντικό να προσφέρεται στα παιδιά η ευκαιρία να παρευρίσκονται στην κηδεία μετά το θάνατο ενός αγαπημένου μέλους της οικογένειας;

Μερικοί γονείς θέλουν να συμμετέχουν τα παιδιά τους στην κηδεία και τα στηρίζουν. Άλλοι γονείς διστάζουν. Μπορεί να θέλουν να προστατεύσουν τα παιδιά από την αγωνία τους να μην δουν τους άλλους να εκφράζουν τη θλίψη τους. Μπορεί να αισθάνονται ότι τα παιδιά τους είναι πολύ μικρά για να κατανοήσουν ή να επωφεληθούν από την κηδεία. Ιδανικά, τα παιδιά θα πρέπει να πάρουν τις δικές τους αποφάσεις σχετικά με τη συμμετοχή στη κηδεία. Τις περισσότερες φορές, θα ήταν καλύτερα το παιδί να παραστεί.

Οφέλη για τη συμμετοχή του παιδιού στην κηδεία ή στο μνημόσυνο:

- Αισθάνονται ότι περιλαμβάνονται και αυτά σε αυτή τη τελετουργική διαδικασία και το εκτιμούν.
- Είναι παρηγοριά γι' αυτά αφού έχουν την υποστήριξη των φίλων και της οικογένειάς τους.
- Τα παιδιά παρατηρούν πώς ο κάθε άνθρωπος θλίβεται, τα ίδια δίνουν και ζητούν υποστήριξη. Έτσι, τους δίνεται η ευκαιρία να μάθουν περισσότερα σχετικά με τη δική τους θλίψη.

Δυσκολίες που μπορεί να προκύψουν όταν τα παιδιά δεν συμμετέχουν στις κηδείες:

- Μπορεί να αισθάνονται ασήμαντα ή ότι αποκλείονται από ένα τόσο σημαντικό γεγονός.
- Συχνά δημιουργούν φαντασιώσεις για την κηδεία οι οποίες είναι πολύ πιο τρομακτικές από ό,τι είναι στην πραγματικότητα.
- Μπορεί να αναρωτιούνται εάν είναι τόσο απαίσιο γεγονός η κηδεία ή τι γίνεται με το σώμα του μέλους της οικογένειάς τους, αφού δεν επιτρέπεται να είναι εκεί.

Κατευθυντήριες γραμμές για τις οικογένειες:

Είναι σημαντικό για τα παιδιά να καταλάβουν τι εκ των προτέρων πιθανό να συμβεί στην κηδεία.

- Εξηγήστε τι θα συμβεί με απλά λόγια. Για παράδειγμα, μιλάμε για το πού θα πραγματοποιηθεί, ποιοι θα είναι εκεί, την αλληλουχία των γεγονότων, και τι μπορεί να πουν ή να κάνουν. Θα υπάρξει γέλιο; Λάκρυα; Ιστορίες; Θα είναι ένα ανοιχτό το φέρετρο; Θα υπάρξει μια πομπή για τον νεκρό από την εκκλησία στον τάφο;
- Απαντήστε σε ερωτήσεις. Προσκαλέστε τα παιδιά να κάνουν ερωτήσεις για τις ημέρες που προηγήθηκαν, καθώς και για την κηδεία.
- Αφήστε τα παιδιά να αποφασίσουν. Δώστε στα παιδιά

επιλογές-να παρακολουθήσουν την κηδεία ή όχι, να συμμετάσχουν ενεργά ή να κάθονται ήσυχα. Είναι χρήσιμο να πείτε στα παιδιά ότι μπορούν να αποχωρήσουν από την κηδεία σε οποιοδήποτε σημείο, ή να κάνουν διάλειμμα για ένα σύντομο χρονικό διάστημα, αν το επιθυμούν.

- Συνδυάστε έναν ενήλικα με το κάθε παιδί σας που παρευρίσκεται στην κηδεία. Ιδιαίτερα για τα μικρά παιδιά, βρείτε έναν ενήλικα, ο οποίος μπορεί να μείνει με το παιδί σε όλη την κηδεία. Ο ενήλικας θα πρέπει να είναι σε θέση να μπορεί να απαντήσει σε ερωτήσεις του παιδιού και να παρέχει στήριξη και άνεση. Επίσης, να συνοδεύσει το παιδί σε περίπτωση που αυτό επιθυμεί να φύγει. Ιδανικά, ο ενήλικας θα είναι κάποιος που γνωρίζει το παιδί, αλλά δεν επηρεάζεται βαθύτατα από τον θάνατο.
- Βοηθήστε τα παιδιά να βρουν τρόπους για να είναι παρόντες στην κηδεία και να αισθάνονται ασφαλείς. Τα μικρά παιδιά μπορεί να θέλουν να παίξουν ήσυχα σε μια πλευρά του δωματίου. Οι εφηβοί ίσως να θέλουν να προσκαλέσουν ένα στενό φίλο τους για να καθίσει μαζί τους σαν ένα μέλος της οικογένειας.
- Κάντε έλεγχο. Ρωτήστε τα παιδιά τι σκέφτηκαν στην κηδεία και πώς αισθάνθηκαν.

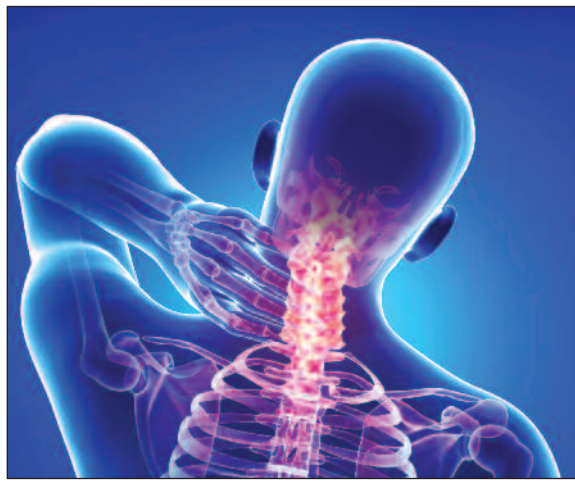
Μαρία Μακρυγύρνη Σιδερά, Μ.Α.
Εκπαιδευτικός Ψυχολόγος

Τέλος στον Αυχενικό πόνο!

Ο πόνος στην αυχενική μοίρα της Σπονδυλικής Στήλης προκαλείται από διάφορες αιτίες μεταξύ άλλων την κληρονομικότητα, την κακή στάση κατά τη διάρκεια της εργασίας ή της ξεκούρασης και τον τραυματισμό. Η πλειοψηφία των ατόμων εμφανίζει ήπιο ή μέτριο βαθμού συμπτώματα, τα οποία θεραπεύονται με την κατάλληλη θεραπευτική αγωγή, είτε αυτή είναι συνδυασμός φαρμακευτικής αγωγής και φυσικοθεραπείας και στις σοβαρότερες μορφές μπορεί να είναι και χειρουργική. Είναι σημαντικό να θυμόμαστε ότι η αυχενική μοίρα είναι η περισσότερο κινητική περιοχή της σπονδυλικής στήλης και ευάλωτη σε αλλοιώσεις και τραυματισμούς.

Τα συμπτώματα ποικίλουν από μια κακουχία στην περιοχή με μικρό περιορισμό του εύρους κίνησης και με την πάροδο του χρόνου μπορεί να εξελιχθούν με σημαντικό πόνο και αδυναμία στην κίνηση κυρίως στην κάμψη του αυχένα και να προκαλούν σοβαρό πρόβλημα στην ποιότητα ζωής του ανθρώπου. Πολλές φορές λόγω της επαναλαμβανόμενης λανθασμένης στάσης σώματος, συνήθως σε ανθρώπους με καθιστική ζωή, μπορούμε να παρατηρήσουμε μυϊκούς σπασμούς στους μύες που στηρίζουν τον αυχένα, δημιουργώντας πόνο. Μερικά από τα συμπτώματα του αυχένα είναι: οι ίλιγγοι, ζαλάδες, δυσκολία συγκέντρωσης, πονοκέφαλος και μυϊκοί αυχενικοί πόνοι.

Το πρώτο βήμα είναι η αναγνώριση και αξιολόγηση του μεγέθους του προβλήματος μέσω κλινικής αξιολόγησης από ειδικούς που συμπεριλαμβάνει νευρολόγο, ορθοπεδικό και φυσικοθεραπευτή. Η θεραπευτική αγωγή ποικίλει ανάλογα με το πρόβλημα του ατόμου. Στην αξιο-



λόγηση, εφόσον χρειαστεί φυσικοθεραπεία από επαγγελματία φυσικοθεραπευτή τότε ακολουθείται ένα ατομικό πρόγραμμα για την βελτίωση της μορφολογίας και της λειτουργικότητας.

Αυτό επιτυγχάνεται μέσω τεχνικών Manual Therapy, δηλαδή ήπιων και απολύτως ασφαλών χειρισμών ανάταξης της σπονδυλικής στήλης, σε συνδυασμό με τις μεθόδους McKenzie και Mulligan που περιγράφουμε πιο κάτω και θεωρούμε ότι σε συνδυασμό με τη χρήση μηχανήματος ενεργής θεραπευτικής κίνησης μπορούμε να επιτύχουμε το καλύτερο αποτέλεσμα.

Μέσω αυτού του μηχανήματος επανεκπαιδεύουμε τη λειτουργικότητα της αυχενικής μοίρας της σπονδυλικής στήλης, σε μια νέα ανώδυνη και φυσιολογική εύρους τροχιά κίνησης και έχουμε πολύ καλά αποτελέσματα.

Σωτήρης Χαραδάμπος

Εγκεκριμένος φυσικοθεραπευτής "Physiolife"

M.N.K.E. Chemical Services (ChemoServ.)
Συμβουλευτική Εταιρεία στη Χημική Βιομηχανία
Τηλέφωνο/e-mail: 99767165/ chemoserv@hotmail.com

ΤΡΟΦΙΜΑ	ΚΑΘΑΡΙΣΤΙΚΑ ΚΑΙ ΑΠΟΡΡΥΠΑΝΤΙΚΑ
- ISO, HACCP, BRC - Γνώστο ποιότητα/εγγραφή τροφίμων ειδικής διατροφής, συμπληρωμάτων και για αθλητών. - Εφαρμογή νέων βιομηχανικών πρακτικών.	- SDS - REACH - Εγγραφή βιοκτόνων - Eco label products - Ανάπτυξη ή βελτίωση χημικών φόρμουλων.
ΥΛΙΚΑ ΚΑΙ ΠΟΛΥΜΕΡΗ	ΚΑΛΥΝΤΙΚΑ
- Έλεγχος σε δομικά υλικά - CE - Εντοπισμός προβλημάτων διάβρωσης, υγρασίας, χημικής προσβολής σε βιομηχανικές μονάδες - λύσεις με πολυμερή. - Εντοπισμός άλλων προβλημάτων σε τσιμεντένιες ή μεταλλικές επιφάνειες - λύσεις με πολυμερή. - Επιλογή δομικών υλικών για ανάπτυξη βιομηχανικών μονάδων ανάλογα με τις απαιτήσεις τους - σχεδιασμός μονάδων.	- Τεχνικός Φάκελος - PIF - CPNP - Ανάπτυξη ή βελτίωση χημικών φόρμουλων προϊόντων. - Έλεγχος καταλληλότητας προϊόντων - βιοχημικές και μικροβιολογικές αναλύσεις, έλεγχος σταθερότητας προϊόντος, κτλ.
ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΑ/ΙΑΤΡΙΚΑ ΥΛΙΚΑ	ΔΔΔΔ
- Γνώστοποίηση / εγγραφή φαρμάκων - ιατρικών προϊόντων. - Διαχείριση κινδύνου σε προϊόντα για ιατρική χρήση (Risk Management for Medical Devices, ISO 14971).	- Εκπαίδευση προσωπικού σε θέματα ασφάλειας, υγιεινής κτλ. - Εγκατάσταση πρότυπου GMP. - Σχεδιασμός χημικών εργαστηρίων και γραμμής έλεγχου ποιότητας προϊόντων.

Επιστολή προς τους απανταχού Αθηναίτες - Greetings to all the Athienou people

Με την ευκαιρία της εκλογής του νέου Δημοτικού Συμβουλίου και τη σύσταση της νέας Επιτροπής Αποδήμων, σας στέλνω τους εγκάρδιους χαιρετισμούς όλων μας.

Με ενθουσιασμό πολλοί Αθηναίτες ανταποκρίθηκαν στο κάλεσμα του Δήμου, για συμμετοχή στην Επιτροπή. Σκοπός της είναι, μέσα από ενέργειές της, να διατηρεί ζωντανή την επαφή με τους απανταχού Αθηναίτες.

Είναι μεγάλη η χαρά μας κάθε φορά που σας βλέπουμε στην Αθηναίον. Αναμφίβολα δε σας νιώθουμε σαν απόδημους αλλά ως Αθηναίτες, όπως είμαστε όλοι. Αυτό αφορά και τους ετεροδημότες. Χαιρετίζουμε με την ευημερία σας στις δεύτερες σας πατρίδες και νοιαζόμαστε για όποιες δυσκολίες αντιμετωπίζετε.

Γνωρίζουμε και εκτιμούμε το σημαντικό ρόλο και το έργο που διαδραματίζετε για τη διασύνδεση της ομογένειας και την προώθηση του Κυπριακού στις χώρες διαμονής σας. Μαθαίνουμε για τις δράσεις και τον αγώνα σας για τη στήριξη των δικαίων της Κύπρου.

Είμαστε περήφανοι που μέλη της ΠΣΕΚΑ είναι και Αθηναίτες απόδημοι που έχουν ρόλο στη διαφώτιση για το Κυπριακό. Σας πληροφορούμε ότι οργανωμένα σύνολα των αποδήμων μας, όπως η ΝΕΠΟΜΑΚ - Νεολαία της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας Αποδήμων Κυπρίων -, είχαν ένα εργαστήριο με την ΑΤΗΚ για το πώς μπορεί να δικτυωθεί η απόδημη νεολαία μέσω της νέας τεχνολογίας. Σχεδίασαν μια εφαρμογή για κινητά τηλέφωνα, η οποία θα είναι η πλατφόρμα για προώθηση του έργου τους και θα μπορεί επίσης να χρησιμοποιηθεί ως μέσο ενημέρωσης για τις εξελίξεις στο Κυπριακό, για τον τουρισμό, την επικοινωνία και άλλα. Η εφαρμογή θα είναι έτοιμη σε δύο χρόνια. Ακόμη, είχαν συνάντηση με το Ανοικτό Πανεπιστήμιο και το Πανεπιστήμιο Κύπρου και συζητήσαν για το πώς μπορούν να χρησιμοποιήσουν το διαδίκτυο, καθώς επίσης και άλλα ειδικά προγράμματα εκμάθησης κουλτού-

ρας, νθών και εθίμων. Ως Δήμος προσπαθούμε να κάνουμε την Αθηναίον μια καλύτερη πόλη για όλους μας και να βοηθούμε δυσπραγούντες συνδημότες μας, παρόλη τη δύσκολη οικονομική κατάσταση που διανύουμε. Θα θέλαμε να ευχαριστήσουμε όσους βοηθούν στο έργο αυτό και ιδιαίτερα τον μεγάλο μας ευεργέτη κ. Νίκο Μουγιάρη.

Μέσω της εφημερίδας 'Η ΑΘΗΝΟΥ', ενημερώνετε για την ιδιαίτερή σας πατρίδα. Μπορείτε να τη διαβάσετε και μέσω διαδικτύου στην ιστοσελίδα www.athienou.eu. Γνωρίζουμε ότι για εσάς που βρίσκεστε μακριά αυτό το μέσο έχει ιδιαίτερη σημασία. Είναι ένα παράθυρο προς την πατρίδα. Πολλοί από εσάς την περιμένετε με ανυπομονησία για να μάθετε νέα από τον τόπο καταγωγής σας. Θα θέλαμε και εμείς να μαθαίνουμε δικά σας νέα, γι αυτό σας καλούμε να στέλλετε στην ηλεκτρονική διεύθυνση ou@athienou.eu ή να θέλετε να δημοσιεύσουμε.

Ως Δήμος και Επιτροπή Αποδήμων προσπαθούμε να διοργανώνουμε εκδηλώσεις τους μήνες Ιούλιο και Σεπτέμβριο, μήνες που παρατηρούμε ότι έχουμε τους πιο πολλούς απόδημους κοντά μας. Προσβλέπουμε σε μια συχνή επικοινωνία και αγαστή συνεργασία.

Τα μέλη της επιτροπής μας είναι:

Γεωργία Χατζηθεοχάρους
Μαρία Κυριάκου Κακουλλά
Γεώργιος Κ. Κωμοδρόμος
Κυριακή Αριστοειδίου
Εύη Κραμβή - Μαλλουρή
Γεωργία Βασιλείου
Χρυστάλλα Κεπόλα
Κυριάκος Χατζηγιαννακού
Θέκλη Κίτα
Μιρούλα Τράχλη Δημητρίου

Με θερμούς χαιρετισμούς
Μάρω Παπουή, Δημοτική Σύμβουλος
Πρόεδρος Επιτροπής Αποδήμων

As a member of the newly elected municipal council for 2017-2022 and the set up of the expatriates committee, I send you our warmest greetings.

Many young and enthusiastic individuals have responded to the council's invitation for participation in the committee. Its purpose is to keep in touch all the Athienou people worldwide through its activities.

It is with great joy that we see you in Athienou every time you visit us and we assure you that we do not consider you as expatriates but as Athienites, as we all are. The same applies of course to all Athienites that live all over Cyprus. We are happy for your well being in your second countries and we are concerned with any difficulties that you may find in life.

We know and we appreciate your significant effort in keeping your communities and fellow countrymen together. We also appreciate your efforts for promoting the political problem of your homeland.

We are proud that some of our expatriates are members of PSEKA who play a significant role in making the Cyprus problem well known. We would like to inform you that other organized groups like NEPOMAK - youth of the world-wide federation of Cypriot expatriates - had a workshop with CYTA, our telecom authority. They are trying to find ways to use the network through new technology. They have planned an application for mobile phones which will be the base for their work and it can also be used as the means for information for the Cyprus problem, for tourism, communication etc. This application will be ready in two years. They also had a

meeting with the Open University and the University of Cyprus and discussed how they could use the internet and other special programs in mastering culture, tradition and ethics. Our main concern and effort is to make Athienou a better city for all of us and help fellow citizens that are in need, during this difficult economic time. We would like to thank all those that help us in this effort and especially our benefactor Mr. Nicos Mougiaris.

Through our newspaper 'ATHIENOU' that you receive, you learn about your special country. You can also read it through the internet on the website www.athienou.eu. As you are eager to learn news of Athienou, in the same way we are interested to hear news of your activities wherever you are. We therefore urge you to make use of our website and send us any news you consider worth publishing in the next edition of our newspaper. We plan our main activities to take place in July and September, the two months that you visit Athienou the most.

We look forward to hear from you and thus start a new and long-lasting communication. The members of the committee are:

Georgia Chatzitheocharous
Maria Kiriakou Kakoulli
George K. Komodromos
Kiriaki Aristidou
Evi Kramvi - Mallouri
Georgia Vasiliou
Chrystalla Kepola
Kiriakos Chatzigiannakou
Thekli Kita
Miroula Traxilou Dimitriou

Warm wishes from all of us
Maro Papoui, Member of the Municipal Council and the expatriate's committee

Παραδοσιακή, οικογενειακή ταβέρνα που τιμά στο έπακρον τις καταβολές της κυπριακής κουζίνας

Δημοσίευμα από το TimeOut Cyprus - The Golden List 2017 - Τα Καλύτερα εστιατόρια της Κύπρου.

Όταν στα 1993 ο φιλότιμος μάγειρας και εραστής της κυπριακής κουζίνας, Γιάννης Παπαϊωάννου, έμπαινε ως διαχειριστής στο γνωστό ταβερνάκι της ακριτικής Αθénου, τον Ταμπλό, ταυτόχρονα έμπαιναν και τα θεμέλια της δημιουργίας μιας καθαρά αυθεντικής κυπριακής ταβέρνας. Μιας ταβέρνας που θα επένδυε στο ήθος και στη μακραίωνη ιστορία της τοπικής κουζίνας και των ντόπιων υλικών, μα πρωτίστως στην ορθή προπαρασκευή και εκτέλεση των συνταγών που επέζησαν από γενιά σε γενιά. Γι' αυτό, μετά τη βόλτα σου στα γραφικά δρομάκια του απόλυτου κέντρου του χωριού, βολέψου με την παρέα σου σ' ένα από τα έτοιμα στρωμένα τραπέζια της ταβέρνας και πες κατ' ευθείαν το παρασύνθημα, που δεν είναι τίποτα άλλο από το «μεζέ». Η σύζυγος και οι θυγατέρες του Γιάννη, στο πλευρό σου, φέρνουντάς σου κάθε πιάτο ξεκινώντας από τη φρεσκοκομμένη σαλάτα, το ταχίνι, την εύγευστη πατατοσαλάτα και τις οπτικές τσακιστές ελιές, που δεδομένα θα απολαύσεις μαζί με άφθονες ζεστές μπουκιές από το ολόφρεσκο, ζεστό αθηνίτικο ψωμί. Στην υγεία ολάκερής σου της παρέας, με μια τοπική μπίρα και εβίβα δυο με οπτικό, ξινό γιαούρτι, κεφτέδες με κυπριακή ταυτότητα, συκωτάκι λουκούμι, μαγειρεμένο με μεστωμένα κρεμμύδια και αυθεντικά χοιρινά αφέλια, νοτισμένα με σπασμένο, ξηρό κόλιανδρο. Δύσκολο να αντισταθείς φυσικά και στα μαρινάκια της αναθρήκας με αβγά ή στον πα-



ραδοσιακό παβιά, ενώ έσο έτοιμος ανά πάσα στιγμή για να υποδεχτείς τα πρώτα σχαροτσιμπίσματα, με πρωταγωνιστές το οπτικό αθηνίτικο χαλούμι, τη χοντροκομμένη κρασιάτ λούντζα, τα μανιτάρια με λαδορίγανη και ανελιπώς τα καλοψημένα χοιρινά σουβλάκια και τις σιεφταλιές.

Χαλάρωσε ζώνες και τράντες, γιατί άμα ο ξυλόφουρνος ανοίξει το στόμιό του, θα φτάσει και στο δικό σου τραπέζι το άξιο ειδικής βράβευσης παραδοσιακό κλέφτικο μαζί με λουκούλεις πατάτες, που εγγυημένα θα σε κάνουν να στείλεις τα χίλια μπράβο σου στον υπαίτιο της κορυφαίας

**1 από
τις 5 πρώτες
βραβευθείσες
κυπριακές
ταβέρνες
στην Κύπρο**

γεύσης, τον πρωτομάστορα Γιάννη.

Καλά κάνεις να αφήσεις λίγο χώρο, γιατί το ταψί με το κριτσανιστό γαλακτομπούρεκο που σε περιμένει στην κουζίνα του Ταμπλίου, θα κοπεί για πάρτι σου.

Τι να δοκιμάσεις

Το οπτικό γιαούρτι, οι κεφτέδες, ο παβάς του και το συκωτάκι με κρεμμύδια πρέπει να τύχουν της πρώτης σου γευστικής δοκιμής. Τα χοιρινά σουβλάκια, η χειροποίητη λούντζα και οι σιεφταλιές δεν χρειάζονται ιδιαίτερες συστάσεις, ενώ για το ξυλόφουρνιστό κλέφτικο με πατάτες, αξίζει ακόμη και να λοξοδρο-



μήσεις κατά πολύ από την πορεία σου. Ό,τι και να δοκιμάσεις, δεν θα μπορέσεις στο τέλος να αντισταθείς στο ζεστό οπτικό γαλακτομπούρεκο του μαγαζιού.

2 + 1 λόγοι για να πας εκεί

- Γιατί είναι μια καθαρά αυθεντική κυπριακή ταβέρνα που υπηρετεί με σεβασμό και ήθος τις καταβολές της τοπικής κουζίνας.
- Για τις οπτικές γεύσεις, τα ξυλόφουρνιστά του φαγητά, αλλά κυρίως για τα ορθά ψημένα και άριστης ποιότητας σχαροψημένα εδέσματά του.
- Σίγουρα για την οικογενειακή του ατμόσφαιρα, την από καρδιάς φιλόξενη προσέγγιση από τα άτομα της οικογένειας Παπαϊωάννου, αλλά και γιατί αποτελεί ένα από τα πιο αντιπροσωπευτικά δείγματα χώρου εστίασης σε ολόκληρο το νησί, όσον αφορά στη σχέση ποιότητας, ποσότητας και τιμής.

1η Συνεδρία Επιτροπής Δημοτικών Μουσείων και Διατηρητέων Κτισμάτων Αθénου

Η νέα Επιτροπή Δημοτικών Μουσείων και Διατηρητέων Κτισμάτων Αθénου δημιουργήθηκε το 2017 μετά από υποβολή δήλωσης ενδιαφέροντος από δημότες, αφού προηγήθηκε ανοικτή πρόσκληση συμμετοχής από το Δήμο Αθénου. Απαρτίζεται από 10 μέλη, τα οποία διακατέχονται από ζήλο, γνώσεις, εμπειρία και θέληση για προσφορά προς το Δήμο. Στη συγκεκριμένη επιτροπή προεδρεύει ο Δημοτικός Σύμβουλος, κ. Αντώνης Τουλούπης.

Η πρώτη συνεδρίαση πραγματοποιήθηκε τη Δευτέρα 27 Μαρτίου 2017, στις 19:30 στο Καλλινίκειο Δημοτικό Μέγαρο. Αφού έγινε το καλωσόρισμα και ακολούθησε γνωριμία μεταξύ των μελών, είχαμε την ευκαιρία να ενημερωθούμε από τους αρμόδιους για την υπάρχουσα κατάσταση καθώς και για τις μελλοντικές προοπτικές των μουσείων και διατηρητέων κτισμάτων του Δήμου. Στη συνέχεια το κάθε μέλος ξεχωριστά εξέφρασε τις δικές του απόψεις και ταυτόχρονα έθεσε τους δικούς του προβληματισμούς σχετικά με το θέμα.

Επιπρόσθετα καθορίστηκαν οι στόχοι της Επιτροπής, όπως είναι υποβολή εισηγήσεων και η αντιμετώπιση πιθανών προβλημάτων σχετικά με την ανάδειξη και προβολή της παραδοσιακής αρχιτεκτονικής και πολιτιστικής κληρονομιάς του Δήμου. Μετέπειτα ενδέχεται η συζήτηση και ψηφισί των εισηγήσεων αυτών από το Δή-



μαρχο και το Δημοτικό Συμβούλιο. Παράλληλα συζητήθηκε το θέμα του συντονισμού δράσεων ως προς την προώθηση των διατηρητέων κτισμάτων και κατ' επέκταση την προβολή της κωμόπολής μας. Απώτερος στόχος είναι η προσέλκυση όχι μόνο των κατοίκων της Αθénου και των αποδήμων αλλά κυρίως ξένων επισκεπτών (προερχόμενοι από άλλες περιοχές της Κύπρου ή και τουρίστες) οι οποίοι θα έρθουν πιο κοντά στην Κυπριακή παράδοση,

μέσα από τη διευθέτηση ομαδικών ξεναγήσεων.

Στο τέλος της συνεδρίασης και κατόπιν κοινής απόφασης όλων των μελών, προγραμματίστηκε ξενάγηση και επιτόπου ενημέρωση για το κάθε διατηρητέο κτίσμα ξεχωριστά, ούτως ώστε να διαμορφωθεί μία ολοκληρωμένη άποψη επί του θέματος. Μερικά από τα κτίρια, τα οποία είναι προβάσιμα στο ευρύ κοινό είναι τα ακόλουθα:

Οικοδομή (Πατρική οικία Μοναχού Καλλινίκου Σταυροβουνιώτη) και Παλαιού Τυροκομείου

Οικία Γεωργίου (Γιωρκή) και Φωτεινής Πουγεράσον

Παραδοσιακός Αλευρόμυλος "Μύλος του Κάγιαφου"

Η επιτροπή αποτελείται από τα πιο κάτω μέλη:

Αντώνης Τουλούπης (Πρόεδρος)
Μάρω Παπουή (Δημοτική Σύμβουλος)
Έλια Πουργούρα
Θέκλη Κίτα
Άνθη Παμπόρη
Χρυσόστομος Θεοδούλου
Άντην Κουζαπά
Φλώρος Ζορπάς
Κωνσταντίνα Χατζηβασίλη
Αλέξης Δ. Ιωάννου
Φειδίας Μεστάνας
Μαρία Πυρογιάντη
Δημήτρης Ιεροδιακόνου
Έλενα Τράχηλου
Ελπίδα Ζαννετίδου Ηλία

Επιμέλεια
Έλια Πουργούρα (Ποιητικός Μηχανικός)
Θέκλη Κίτα (Φιλόλογος)

Σύλλογος Γυναικών Αθηναίου ΓΟΛΓΙΑ Η Δράση μας

Ο Σύλλογος Γυναικών Αθηναίου ΓΟΛΓΙΑ έχει πλέον καθιερωθεί με τη δράση του στη συνείδηση των Αθηναίων της Αθηναίου κερδίζοντας την εμπιστοσύνη τους υποσχόμενος να συνεχίσει το έργο και την προσφορά του ακόμα πιο ουσιαστικά και εποικοδομητικά. Διοργανώνοντας διαλέξεις και εκδηλώσεις και άλλες δράσεις που στόχο έχουν να συμβάλουν στην όσο καλύτερη πολιτιστική αναβάθμιση του Δήμου μας. Επ' ευκαιρία της Παγκόσμιας Ημέρας της Γυναίκας της Γυναίκας στις 8 Μαρτίου 2017, ο Σύλλογός μας σε συνεργασία με τον Δήμο Αθηναίων, τον οποίο ευχαριστούμε για την στήριξή του προς το έργο του Συλλόγου μας, παρουσίασε διάλεξη της διακεκριμένης Σύμβουλου Εκπαίδευσης Χριστίνα Ο Νηλ, με θέμα «Κιλιμάντζαρο: Μαθήματα ζωής από ένα βουνό» και τις εμπειρίες και μηνύματα θάρρους και δύναμης που αποκόμισε από την ανάβαση της μαζί με 15 γυναίκες στο βουνό Κιλιμάντζαρο στην Αφρική ενισχύοντας τις έρευνες για καταπολέμηση του καρκίνου του μαστού. Στις 13 Μαρτίου 2017 μετά από πρόσκληση της Γυναικείας Οργάνωσης των Οικολόγων μέλη του Συλλόγου μας, καθώς και μέλος του Δ.Σ. παρευρέθηκαν σε εκδήλωση στο χώρο της Δημοσιογραφικής Εστίας στη Λευκωσία, όπου παρουσίασαν το έργο του



Συλλόγου μας και ακολούθως παρουσίασαν προϊόντα των μελών στην αγορά που ακολούθησε μετά το καλλιτεχνικό μέρος της εκδήλωσης.

Το Σάββατο 25 Μαρτίου 2017, ο Σύλλογός μας σε συνεργασία με το Οινοποιείο ΚΑ-ΛΑΜΟΣ εγκαινίασε με πλήρη επιτυχία, υποσχόμενη να ακολουθήσουν και άλλες στο εγγύς μέλλον, μια βραδιά Οινικής Γευσιγνωσίας στο χώρο της αναπαλαιωμένης οικίας Γεωργίου και Φωτεινής Πουγεράση. Ήταν μια εκδήλωση που πρώτη φορά λάμβανε χώρα στα κοινωνικά δρώμενα του Δήμου μας, όμως η ανταπόκριση των Αθηναίων μας έδωσε το μήνυμα να την επαναλάβουμε.

Κατά τη διάρκεια των Πασχαλινών εκδηλώσεων του Δήμου, ο Σύλλογος συμμετείχε με μέλη του τα οποία εξέθεσαν τα προϊόντα τους προς πώληση.

Υποσχόμαστε προς τα μέλη αλλά και τους συνδημότες μας να συνεχίσουμε τις δράσεις μας που είχαν θετική απήχηση. Δράσεις όπως εκδρομές σε διάφορα φεστιβάλ άλλων Δήμων και Κοινοτήτων, Θερινό σινεμά για παιδιά και ενήλικες, βραδιές οινικής γευσιγνωσίας, διαλέξεις και άλλες εκδηλώσεις στις οποίες θα συμμετέχουν μέλη του Συλλόγου μας.

Σταυρούλα Πεδονδίδου



ΚΡΑΤΙΚΟ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΕΠΙΜΟΡΦΩΣΗΣ ΑΘΗΝΟΥ

Δημοτικό Σχολείο Αθηνών Κ. Β'
Τηλ: 24522056



ΔΙΔΑΣΚΟΝΤΑΙ

- ✓ Όλες οι ξένες γλώσσες (για μαθητές και ενήλικες)
- ✓ Όλα τα μαθήματα Γυμνασίου και Λυκείου (Ελληνικά, Μαθηματικά, Φυσική, Η/Υ κ.ά.)
- ✓ Όλα τα μαθήματα Παγκύπριων Εξετάσεων (Νέα, Μαθηματικά, Φυσική, Χημεία, Η/Υ κ.ά.)
- ✓ Αγγλικά IGCSE και Γαλλικά DELF
- ✓ Ηλεκτρονικοί Υπολογιστές ECDL και IGCSE
- ✓ Λογιστική LCCI
- ✓ Ελληνικά για ξενόγλωσσους

*Οι διδάσκοντες είναι εγκεκριμένοι εκπαιδευτικοί του Υ.Π.Π.

ΕΓΓΡΑΦΕΣ: 1-30 ΙΟΥΝΙΟΥ 2017

ΠΡΟΣΦΟΡΕΣ

- * Μικρά Τμήματα (3-12 μαθητές)
- * Χαμηλά Δίδακτρα
- * 50% για Πενταμελείς και Πολύτεκνες Οικογένειες και Δωρεάν 3^ο, 4^ο παιδί κλπ
- Δωρεάν :
οι δικαιούχοι του Ε.Ε.Ε.
Γλώσσες στους Εκπαιδευτικούς
Τουρκικά στους Ελληνοκύπριους
Ελληνικά στους μη Κύπριους
- * Υποτροφίες στις Ξένες Γλώσσες

Μήνυμα προς κατοίκους Αθηνών που δεν είναι εγγεγραμμένοι στον Εκλογικό Κατάλογο του Δήμου

Αγαπητές συνδημότητες/Αγαπητοί συνδημότες,

Έχει διαπιστωθεί ότι ένας σημαντικός αριθμός συνδημοτών μας που κατοικούν στην Αθήνα, δεν είναι εγγεγραμμένοι στον εκλογικό κατάλογο του Δήμου Αθηνών. Λαμβανομένου υπ' όψη ότι η κρατική χορηγία που παραχωρείται στους Δήμους, παραχωρείται με βάση τον αριθμό των εγγεγραμμένων ψηφοφόρων κάθε Δήμου, αυτό έχει ως αποτέλεσμα ο Δήμος να παίρνει χαμηλότερη χορηγία από αυτή που κανονικά θα έπρεπε να παίρνει, με όλα τα κακά συνεπακόλουθα για το Δήμο μας. Είναι θερμή παράκλησή μου και καλώ όλους τους κατοίκους Αθηνών, που δεν είναι εγγεγραμμένοι στον εκλογικό κατάλογο του Δήμου Αθηνών, να προχωρήσουν σε αλλαγή διεύθυνσης και εγγραφή τους στον εκλογικό κατάλογο του Δήμου Αθηνών, όπου μπορούν να ψηφίζουν ό,τι οι ίδιοι επιθυμούν. Όσοι νιώθουν ότι μένοντας εγγεγραμμένοι στον εκλογικό κατάλογο της προηγούμενης κατοικίας τους τους δίνει την ευκαιρία να πηγαίνουν ξανά εκεί τις μέρες των εκλογών και να συναντούν τους γονείς ή τους φίλους τους, πάλι μπορούν να το κάνουν, απλά θα ψηφίζουν οι ίδιοι στην Αθήνα. Οι υπηρεσίες του Δήμου θα είναι στη διάθεση των ενδιαφερομένων για να βοηθήσουν στην αίτηση για εγγραφή στον εκλογικό κατάλογο του Δήμου.

Κυριάκος Καρεκλάς
Δήμαρχος

Ανεξίτηλα τα σημάδια των χρωμάτων σου παντού...

Θαύμαζε τα όμορφα και τ' απλά!

Αγαπούσε τα χρώματα, τις ήμερες ψυχές και τους αυθεντικούς ανθρώπους, κάθε τι όμορφο και ατόφιο και αποτύπωνε στα έργα του, την ευγένεια του χαρακτήρα του, το απαράμιλλο του ήθος, τη γλυκύτητα της καρδιάς του, τις αρχές της υπομονής και της γαλήνης αλλά και τις αξίες της μάθησης με συνεχείς προσπάθειες για κατάκτηση στόχων.

Ο Κώστας Κωνσταντίνου – Μαύρου γεννήθηκε στην Αθηνών το 1950. Γονείς του ο Σταύρος Κωνσταντίνου και η Ελένη Χαλουβά. Νυμφεύθηκε τη Σοφία Νικολαΐδου και απέκτησαν τέσσερα παιδιά, τον Σταύρο, τον Αντρέα και τις διδυμες Στέλλα και Ελένη.

Στα δύσκολα χρόνια της δεκαετίας του '60, ο Κώστας με τρομερή επιμονή έπεισε τους γονείς του να του επιτρέψουν τουλάχιστον να φοιτήσει στην Επαγγελματική Τεχνική Σχολή Λάρνακας με κατεύθυνση τα ξενοδοχειακά. Εκεί διδάχθηκε για πρώτη φορά το ψηφιδωτό και έργα του κοσμούν μέχρι και σήμερα τη Σχολή.

Για 30 και πλέον χρόνια εργάστηκε σαν προϊστάμενος οερβιτόρων σε γνωστό εστιατόριο της πρωτεύουσας αλλά ποτέ δεν άφησε την αγάπη του για την τέχνη. Δε σταμάτησε να μελετά βιβλία τέχνης, να ζωγραφίζει, να παρακολουθεί και να λαμβάνει μέρος σε εκθέσεις. Μέλημά του ήταν πάντα να προσφέρει στον πολιτισμό και στην κοινωνία.

Σε συνέντευξη που παραχώρησε το 2003 στην κ. Δέσπω Ζαννετάδου – Πουγεράση, εκπαιδευτικό και σήμερα Διευθύντρια του Δημοτικού Σχολείου Κ.Α.΄, στα πλαίσια των μεταπτυχιακών της σπουδών, χαρακτηριστικά ανέφερε μεταξύ άλλων: «Προσπαθώ να αποδώσω στα έργα μου τα κυπριακά χρώματα της Μεσογείου, μέσα από ένα ρεαλισμό και ακριβή απεικόνιση της πραγματικότητας. Οι επιλογές που κάνω στα υλικά που χρησιμοποιώ γίνονται στη βάση αισθητικής αλλά και αποτελεσματικής».

Ο Κώστας Κωνσταντίνου – Μαύρου, το 1999 αποφάσισε να ιδρύσει στην αγαπημένη του γενέτειρα Αθηνών, «Το Εργαστήρι Ζωγραφικής», που σφράγισε τα πολιτιστικά πράγματα της Αθηνών για 15 και πλέον χρόνια.

«Το Εργαστήρι Ζωγραφικής ιδρύθηκε το 1999. Η ανταπόκριση είναι συνεχώς μεγαλύτερη. Ξεκίνησα δειλά δειλά, διότι ως αυτοδίδακτος φοβόμουν ότι το κοινό δε θα με αποδεχτεί και ούτε θα θέλει να μου εμπιστευτεί τα παιδιά του, για να τα διδάξω. Ίσως να είμαι ο μοναδικός αυτοδίδακτος ζωγράφος, που λειτουργεί Εργαστήρι Τέχνης.

Έχω μαθητές από 6 – 55 χρόνων. Σύμφωνα με σχολία κάποιου εκπαιδευτικού έχω το χάρισμα της μεταδοτικότητας προς τους μαθητές μου, πα-



ρόλο που δεν σπούδασα. Εγώ είμαι αυτοδίδακτος. Μπορεί να μάθει κάποιος πολλά πράγματα από μένα. Έκανα αυτό τον άνθρωπο να σκέφτεται πράγματα που προηγουμένως δεν μπορούσε ούτε να τα φανταστεί, να μπορεί να κάνει μια ανάλυση χρώματος, να μελετήσει τη φύση και να τη μεταδώσει και στους μαθητές του. Στα παιδιά δεν επιδιώκω να μάθουν μόνο ζωγραφική, αλλά να μάθουν και άλλα πράγματα. Κάποτε μπορεί να μιλούν μόνο για ένα θέμα και να ασχοληθούμε και με κάτι άλλο, μ' ένα ορθογραφικό λάθος ή μ' ένα θέμα από τη Γεωγραφία, μπορεί να μιλήσουμε τα χρώματα μιας σημαίας, για το θέμα της Ευρώπης κτλ. Δεν είναι μόνο θέματα ζωγραφικής.

Πιστεύω ότι σε αυτό τον χώρο εκτός από το να έχουν υπομονή, μαθαίνουν ζωγραφικά, να σκέφτονται καλύτερα διάφορα πράγματα, να κάνουν κριτική, διότι κρίνουν τα δικά τους έργα και κάποιων άλλων μαθητών. Μαθαίνουν πάρα πολλά πράγματα, να έχουν ηρεμία κ.ά.

Πιστεύω πως είμαι αγαπητός στα παιδιά. Με αγαπούν, διότι τους δίνω μηνύματα... Ο τρόπος που τους μιλώ, η παρουσία μου γενικά ως ήμερου και υπομονετικού ανθρώπου. Προσπαθώ να τους το μεταδώω την ώρα που ζωγραφίζουν, ώστε να



είναι προσληψίμοι, να μη μιλούν μεταξύ τους, να ακούνε μουσική. Μερικές φορές πετυχαίνει μερικές όξι. Οι μεγαλύτεροι μαθητές πετυχαίνουν καλύτερο αποτέλεσμα με τη μουσική».

Η επιτυχής λειτουργία του «Εργαστηρίου» συνεχίζει και μετατρέπεται το 2013 σε πολυλειτουργικό χώρο τέχνης που στεγάζεται στην Οικία Καλλιπικού Μοναχού Σταυροβουνιώτη.

Ο Δήμος Αθηνών αναγνωρίζοντας την μεγάλη προσφορά του Κώστα Κωνσταντίνου στην Αθηνών, προτείνει στέγαση του Εργαστηρίου του στην Οικία Καλλιπικού Μοναχού Σταυροβουνιώτη. Η πρόθεση του Δήμου ήταν ο εμπλουτισμός των δραστηριοτήτων στην παραδοσιακή οικία με την καθημερινή παρουσία του Κώστα Κωνσταντίνου – Μαύρου αλλά και τη ζωντανή διάδραση ανθρώπων με την τέχνη και τον πολιτισμό.

Θερμή η υποδοχή των επισκεπτών που κατέφθαναν απ' όλη την Κύπρο αλλά και τον κόσμο όλο, για να επισκεφθούν την παραδοσιακή οικία, να παρακολουθήσουν τον παραδοσιακό τρόπο παρασκευής του χαλλουμιού και να «δοκιμάσουν» την τέχνη του ψηφιδωτού με την καθοδήγηση και τις πολύτιμες συμβουλές του καλλιτέχνη. Ο καλλιτέχνης που δέθηκε με το χώρο,

με το εργαστήρι, το ψηφιδωτό, τη ζωγραφική, τα χρώματα, τους ανθρώπους.

Ο Γιώργος Κεπόλας, ο γνωστός καλλιτέχνης, ψηφιδωγράφος και αγαπημένος φίλος του Κώστα, συνέβαλε ουσιαστικά στην πρόοδο της ενασχόλησής του με το ψηφιδωτό, τουλάχιστον από τεχνικής πλευράς.

Η προσφορά του Κώστα όμως στα κοινά της Αθηνών δε σταματά εδώ. Η αγάπη του για τον πολιτισμό αλλά και την γενέτειρά του, αποτυπώνεται με τη δική του απλή αλλά μεστή περιγραφή:

Είναι αλήθεια ότι έχω φτιάξει αφιλοκερδώς σκηνικά μόνο στην Αθηνών, θέλοντας να βοηθήσω στην πολιτιστική και κοινωνική της ανάπτυξη και να συμβάλω στο έργο που επιτελούν μερικοί Πολιτιστικοί Όμιλοι. Ενώ η κοινότητα υστερούσε στον πολιτιστικό τομέα, τελευταίως υπάρχει μια μεγάλη κινητικότητα. Πιστεύω ότι σ' αυτό συνέβαλε η δημιουργία και λειτουργία του Εργαστηρίου Ζωγραφικής. Είμαι βοηθός τον δήμο μας να διακριθεί πολιτιστικά, διότι ο κόσμος της Αθηνών ήταν πάντα φιλοπρόοδος και το αξίζει. Επίσης πιστεύω ότι η Τέχνη ενώνει όλους τους ανθρώπους χωρίς καμιά διάκριση πολιτικής ή ιδεολογικής τοποθέτησης. Μου αρέσει να έρχομαι σ' επαφή με όλους τους ανθρώπους, να κάθομαι σ' όλα τα καφενεία της κοινότητας, να παρατηρώ καλλιτεχνικά τους ανθρώπους, πώς κάθονται, πώς παίζουν τάβλι, πώς κινούνται, ποιες εκφράσεις κάνουν κ.ά. Έχω ξεπεράσει κάθε πολιτική, κομματική και ιδεολογική προκατάληψη. Μου αρέσει ν' αντιμετωπίζω κριτικά τις καταιστίσεις και ενδιαφέρονται περισσότερο για τα καλλιτεχνικά δρώμενα.

Αγαπημένη μας δασκαλε, αγαπημένη μας Κώστα Κωνσταντίνου – Μαύρου, τα σημάδια των χρωμάτων σου είναι ανάμεσα μας, ανεξίτηλα παντού! Η παρακαταθήκη που μας άφησες είναι πλούσια! Μας δίδαξες τη γλυκύτητα της ψυχής μέσα από την ηπιότητα του αδαμάντινου σου χαρακτήρα. Μας δίδαξες ήθος μέσα από την ειλικρίνεια και την ευγένειά σου. Μας δίδαξες τέχνη μέσα από το ανεξάντλητο ταλέντο σου, τα χρώματα και τις πινελιές σου, στους πίνακες, στα παλιά παράθυρα, στα υφάσματα, στους καμβάδες μα και στην ψυχή μας! Μας δίδαξες ταπεινότητα και συγκρατημένη για την αντιμετώπιση των προκλήσεων της ζωής και ήσουν και θα παραμείνεις τρανό παράδειγμα μαχητή στα δύσκολα.

Το ταξίδι σου στη γειτονιά των αγγέλων, είμαι σίγουρη πως ότι θα είναι γεμάτο χρώματα και πολλά πολλά λουλούδια.

Αιώνια σου η μνήμη.

Ναϊάσα Γεωργίου Καρούσιου
Δημοτική Γραμματείας

Γράμμα... στον Φίλο, τον Δάσκαλο, τον Καλλιτέχνη, τον Άνθρωπο Κώστα Κωνσταντίνου - Μαύρου

Αγαπητέ Κώστα,

Έχουν περάσει σχεδόν δυο δεκαετίες από εκείνο το απόγευμα που βουτούσε κατακόκκινο στη δύση του όταν τυχαία σε συνάντησα για πρώτη φορά έξω από το εργαστήρι σου. Είχες μόλις ολοκληρώσει ένα έργο σου και ικανοποιημένος το κοιτούσες με τα εκφραστικά σου μάτια πίσω από τα διάφανα ματογυάλια σου ενώ ένα ελαφρύ αεράκι ανέμιζε τα ψαρά ατημέλητα μαλλιά σου. Πιάσαμε κουβέντα για την τέχνη εκεί στο πεζοδρόμιο, λες και γνωριζόμασταν από χρόνια. Όταν σου ανέφερα ότι η ζωγραφική με φοβίζει μου είπες: «Όταν οι άνθρωποι αντιμετωπίσουν κάτι που τους φοβίζει μόνο τότε το ξεπερνούν. Όλοι οι άνθρωποι μπορούν να ζωγραφίσουν». Με έπεισες. Την επόμενη εβδομάδα σαν μικρό μαθητούδι έμπαينا στο εργαστήρι και ανακάλυπτα με εσένα ως καθοδηγητή κι εμψυχωτή τους άγνωστους μέχρι τότε για μένα θαυμαστούς δρόμους της ζωγραφικής. Σιγά σιγά με τη δική σου ενθάρρυνση ξεκίνησα να μαθαίνω να ζωγραφίζω και κυρίως να παρατηρώ γύρω μου τα αντικείμενα, τις σκιές και τους χρωματισμούς με διαφορετικό τρόπο. Το μάθημα περνούσε πάντα πολύ γρήγορα. Ποτέ δεν θυμάμαι να είπες σε κανένα μαθητευόμενο ότι το μάθημα τελείωσε. Όταν σε ρώτησα γιατί το κάνεις η απάντησή σου ήταν ένα μάθημα ενσυναίσθησης «Όταν μαθήτευα, ποτέ δεν μου άρεσε άμα ο δάσκαλος διέκοπτε το μάθημα ενώ δημιουργούσα. Δεν θέλω κανένας άλλος να νιώσει το ίδιο με μένα». Η επιτυχία δεν άργησε να φανεί. Η πρώτη από μια σειρά επιτυχών εκθέσεων έργων τέχνης δικών

σου αλλά κι εμάς των μαθητών του εργαστηρίου σε καθιέρωσε στο καλλιτεχνικό γίγνεσθαι της Αθηνών. Από κάποια πορτρέτα στην έκθεση αυτή ξεκίνησε πολύς κόσμος αναγνωρίζοντας το ταλέντο σου να ζητά να αποτυπώσεις στον άψυχο καμβά τους δικούς του ανθρώπους.

Σύντομα μετέφερες το εργαστήρι σου στην Πλατεία των Εκκλησιών και ξεκίνησες να διδάσκεις ζωγραφική και στα Επιμορφωτικά Κέντρα του Υπουργείου Παιδείας και Πολιτισμού. Δεν παρέμεινες όμως δασκαλε, μόνο με τη ζωγραφική. Το αχαλίνωτο δημιουργικό σου πνεύμα σε οδήγησε σε ένα άλλο καλλιτεχνικό δρόμο, αυτό του ψηφιδωτού. Παρακολουθώντας την εργασία άλλων φτασμένων καλλιτεχνών στο είδος αυτό της τέχνης, μελετώντας διάφορες πηγές αλλά κυρίως με το πηγαίο σου ταλέντο ξεκίνησες αρχικά με πλακίδια των οικοδομών, στη συνέχεια με τεχνητό σμάλτο και τέλος με φυσική πέτρα να διεισδύεις στη δύσκολη τεχνική του ψηφιδωτού που απαιτεί μεγάλη δεξιότητα και καλλιτεχνία αλλά και πολλή υπομονή. Τα απλά μοτίβα με τα οποία άρχισες σύντομα μεταμορφώθηκαν σε παραστάσεις από την αρχαιότητα για να καταλήξουν στις σεπτές μορφές των Αγίων της Εκκλησίας μας.

Το καλλιτεχνικό σου ταλέντο διαφάνηκε μέσα και από την ενασχόλησή σου με την αναπαλαίωση παλαιών επίπλων που στα χέρια σου πραγματικά ξαναγεννιόντουσαν, καθώς επίσης και την κορνηζοποίηση εικόνων. Όταν σε ρώτησα γιατί οι τιμές της πρώτης κορνηζοποίησης που μου έκανες ήταν πολύ χαμηλότερες από άλλους κορνηζοποιούς η απάντησή σου ήταν για μένα μάθημα τιμιότητας «Άλλοι θέλουν να κερδίζουν πολλά. Εμένα με αρκούν και τα λιγότερα». Και δεν ήσουν τίμιος μόνο Κώστα, ήσουν και ανιδιοτελής. Εντελώς δωρεάν ή με ένα

μικρό συμβολικό ποσό ζωγράφιες τα σκηνικά που χρησιμοποιούν μέχρι και σήμερα όλοι οι Πολιτιστικοί Όμιλοι της Αθηνών. Οποτε τα σχολεία ζήτησαν τη δική σου βοήθεια την έδινες απλόχερα χωρίς ποτέ να ζητήσεις οτιδήποτε. Η σχέση μας σιγά σιγά Κώστα έγινε φιλική. Καθημερινά σχεδόν, περνούσα από το εργαστήρι για να πω ένα γεια, να δω τι καινούργιο ετοιμάζεις και να ανταλλάξουμε απόψεις, να μοιραστούμε τις οικογενειακές μας χαρές και λύπες. Μαζί, ταξιδέψαμε στις Βρυξέλλες, όπου ως προσκεκλημένος του ευρωβουλευτή Αδάμου Αδάμου έλαβες μέρος με έργα σου σε δικονομική έκθεση έργων τέχνης. Περπατήσαμε παρέα στις παγωμένες πλατείες της καρδιάς της Ευρώπης ψάχνοντας μέσα στο απέραντο γκρι του ουρανού το Μεσογειακό γαλάζιο που τόσο αγαπούσες και αποτύπωνες σε κάθε τοπίο που ζωγράφιζες.

Και ξαφνικά φίλε, στο απόγειο της καλλιτεχνικής σου δημιουργικότητας ήρθε το αναπάντεχο. Η επάρατη νόσος χτύπησε και τη δική σου πόρτα. Παρά τις προσπάθειες τις δικές σου και των γιατρών αλλά και τις προσευχές της οικογένειάς και των φίλων σου έχασες τελικά την πολύχρονη μάχη για τη ζωή σου κι έφυγες για ταξίδι μακρινό...

Φίλε,

Ένα θα σου πω. Οι καλλιτέχνες κι αν φύγουν από αυτό τον κόσμο, το έργο που αφήνουν πίσω τους είναι αθάνατο και κοσμεί δημόσια και ιδιωτικά κτίρια. Οι Άνθρωποι κι αν φύγουν από τον κόσμο τούτο, οι αξίες που υπηρέτησαν και το παράδειγμα τους μένουν πάντα στη μνήμη μας. Εσύ ήσουν και τα δύο.

Ο φίλος σου Λευτέρης Λάμπρου

Μια αδάμαστη ψυχή... τώρα πια χαμογελά

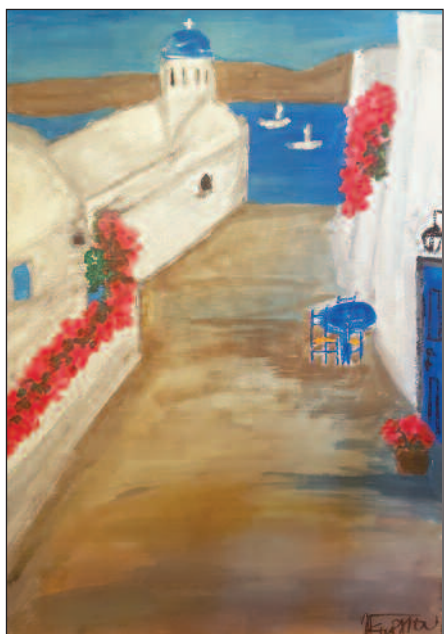
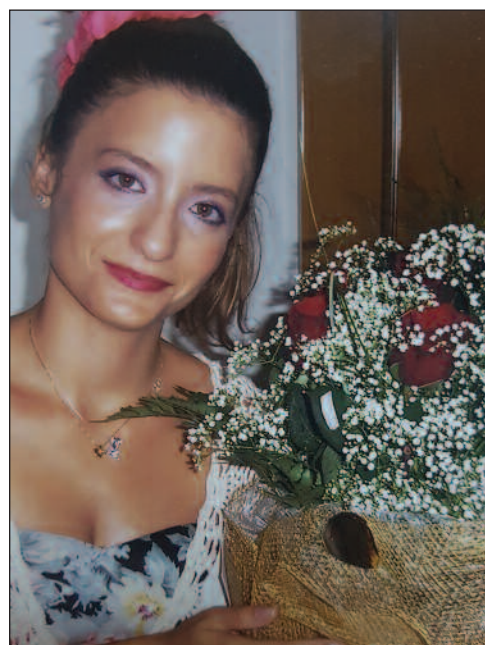
Ένα χαμόγελο τόσο πηγαίο, μια καρδιά με απέραντη καλοσύνη, ένα μυαλό μοναδικής ευστροφίας και εξυπνάδας, ένα κορίτσι όλο ζωντάνια και αμέτρητα όνειρα... μας άφησε τόσο πρόωρα... Η Χριστίνα Γεωργίου, σε ηλικία μόλις 30 ετών, έφυγε από κοντά μας στις 28 Απριλίου 2017 μετά από 3 χρόνια μάχης. Η Χριστίνα δεν έχασε τη μάχη. Δεν τη νίκησε ο καρκίνος. Απλά την αγαπούσε η Παναγία τόσο πολύ και ήθελε να την κρατήσει στην αγκαλιά της, μακριά από κάθε ταλαιπωρία, πόνο και βάσανο. Σε μια αγκαλιά αγάλλιασης και ηρεμίας, παρέα με αγγέλους ντυμένους στα ολόλευκα...

Συγκλονίζομαι μπροστά στο μεγαλείο της ψυχής της Χριστίνας, όταν μέσα από θεραπείες και φάρμακα, διψασμένη για τη ζωή και τις χαρές της, με υπομονή αλλά και δυναμισμό, συνεχίζει αγέρωχη. Ρουφά κάθε στιγμή ζωής και αναπνέει με δύναμη και ζηλευτό θάρρος για να τα καταφέρει. Ταξιδεύει. Τολμά να ταξιδέψει πότε μόνη της, πότε με την αδελφή της Κωνσταντίνα που λάτρευε, πότε με τους πολυαγαπημένους τους γονείς. Εν μέσω ακινοβολιών και τόσων δυσκολιών και προβλημάτων στην υγεία της, το 2015 αποφασίζει να συνεχίσει σπουδές και πετυχαίνει από το Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών να λάβει δύο επιπρόσθετα πιστοποιητικά κατάρτισης: Κοσμητολογία και Αρχές του Καρκίνου, Παθογενετικοί Μηχανισμοί και Νεότερες Θεραπευτικές Προσεγγίσεις.

Είναι πολυάριθμες οι δράσεις της Χριστίνας στη φιλανθρωπία και τον εθελοντισμό που συνήθιζε να κάνει πάντα ταπεινά και αθόρυβα, κυρίως για να βοηθήσει παιδιά! Κι όλη η ομορφιά της αδάμαστης αυτής ψυχής να αποτυπώνεται στους πίνακές της που με τόση ευαισθησία δημιουργούσε. Η Χριστίνα μας στο γρήγορο πέρασμα της από τη ζωή άφησε περήφανους τους γονείς της, Νίκο και Δέσπω, γιατί ήταν ένα πλάσμα χαρισματικό με πλούσια ψυχή και έντονη δραστηριότητα. Πάλεψε με πείσμα και απεριόριστη υπομονή την καταραμένη ασθένεια του καρκίνου, αλλά έφυγε χαμογελώντας. Ένα χαμόγελο... που οι λέξεις είναι φτωχές για να το περιγράψουν... Όλοι που είχαν την τύχη να γνωρίσουν τη Χριστίνα έχουν να θυμούνται ένα υπέροχο πλάσμα γεμάτο καλοσύνη, ζωικότητα και χαμόγελα... Έτσι θα σε θυμόμαστε αγαπημένη μου... Έτσι ακριβώς... γιατί η παρουσία της στις ζωές μας όλα αυτά τα χρόνια, ήταν τόσο επιβλητική που κανένας αποχωρισμός δεν θα τη διαγράψει.

Απόσπασμα επικήδειου λόγου από τον εξάδελφο της Χριστίνας, κ. Κώστα Καντζηλιέρη

«Να ξέρεις ότι οι ισχυρές προσωπικότητες κάνουν ακόμη πιο ισχυρή την παρουσία τους με την απουσία τους. Ναι! Αυτό ήσουν αγάπη μου! Μια ισχυρή προσωπικότητα με όπλο της την εξυπνάδα και τον αδαμάντινο χαρακτήρα σου. Έτσι θα μείνεις με βαθιά χαραγμένη την εικόνα



σου στη μνήμη και τις καρδιές μας. Ξεχώριζες από παιδί. Οι κόποι των γονιών σου δικαιωνόνταν στο πρόσωπό σου, βλέποντας τα όνειρά τους για μια άρτια οικογένεια, μαζί με την αδερφή σου, την Κωνσταντίνα, να γίνονται πραγματικότητα. Ήσουν ένα πλάσμα δραστήριο που έτρεχε παράλληλα τόσα πράγματα. Σπούδασες Φαρμακευτική στο Πανεπιστήμιο και ταυτόχρονα παρακολουθούσες σεμινάρια ομοιοπαθητικής. Αποφοίτησες, έκανες το Μεταπτυχιακό σου και κατόπιν παρακολουθούσες μαθήματα μακιγιάζ που σε ευχαριστούσαν. Ζητούσες από τη γιαγιά σου την Ντίνα, να σε μάθει να ράβεις για να επιμελείσαι τις εμφανίσεις σου. Εντάχθηκες στην ομάδα «Γιατροί του κόσμου» με σκοπό να προσφέρεις ανιδιοτελώς σε

όσους σε χρειάζονταν. Έγινες ανάδοχος γονιός σώζοντας ένα πλασματάκι στο εξωτερικό και στέλνοντάς του κάθε μήνα το απαιτούμενο χρηματικό ποσό για να επιβιώσει.

Ήσουν ένα πλάσμα πολυτάλαντο, υπομονετικό, με αστείρευτο χιούμορ, που ήξερε να μοιράζει χαμόγελα στους γύρω της και να διακρίνει το ουσιώδες ανάμεσα στα ανούσια. Επείκής για τους άλλους, απαιτητική πάντα με τον εαυτό σου. Αεί διδάσκουσα και αεί διδασκόμενη. Ήξερες να αφουγκράζεσαι τον παλμό της καρδιάς των ανθρώπων και απολάμβανες να γνωρίζεις ιστορίες ανθρώπων «...από πού έρχονται και πού πηγαίνουν...». Πνεύμα ανήσυχο που εξέφραζε στον καμβά τα χρώματα της ψυχής του και έβαφε με τα

πινέλα του τη φωτεινή πλευρά της ζωής. Λάτρευες τα ταξίδια και αξιώθηκαν στα τριάντα σου χρόνια να κάνεις αρκετά. Αυτό το ταξίδι σου όμως κανείς δεν το είχε φανταστεί. Ήρθε αναπάντεχα, απρόσμενα, πρόωρα. Δυστυχώς, Χριστίνα μου, η ζωή δεν έμαθε να διακρίνει. Η πίκρα δεν ξέρι από ηλικίες, δεν έχει συναίσθηση στην αδικία.

Σήμερα Χριστίνα μου, άνοιξαν οι πύλες του ουρανού για να διαβείς. Οι Άγγελοι από νωρίς έχουν στήσει χορό στην πόρτα του Παραδείσου και περιμένουν να σου βάλουν τα φτερά σου, για να πετάς ανάμεσά τους. Κι όταν θα χαμογελάς, θα σε βλέπουμε να καθρεφτίζεσαι στο ουράνιο τόξο της βροχής. Κι όταν γελάς δυνατά όπως μας γελούσες, θα σε ακούμε στο θρόισμα των φύλλων. Μείνε μαζί τους Χριστίνα μου και να θυμάσαι ότι εκεί ψηλά

σε κάποιο σταυροδρόμι των ψυχών θα ξανασυναντηθούμε. Κι αν σε δούμε να χάνεσαι φτερουγίζοντας στην ομίχλη του ουρανού, κι αν δεν μπορέσεις να μας διακρίνεις ανάμεσα στο πλήθος που θα ταξιδεύει απάνω στα σύννεφα, θα σου φωνάσουμε: «Χριστίνα» και θα μυρίσουμε την ευωδία του Παραδείσου για να σε ανταμώσουμε.

Χριστίνα μου, θα ήθελα πριν σε αποχαιρετήσουμε να σου μεταφέρω τα λόγια των γονιών σου, αυτά που δεν πρόλαβαν να σου πουν και κράτησέ τα φυλαχτό: «Δοξάζουμε το Θεό και νιώθουμε ευλογημένοι που σε έχουμε παιδί μας.

Σε ευχαριστούμε κόρη μας που παρά τα όσα υπέφερες, μας έδινες εσύ δύναμη και θάρρος. Είχες την έγνοια να είμαστε εμείς καλά. Είμαστε ευγνώμονες που ζήσαμε μαζί σου ως εδώ, έστω κι αυτό το λίγο. Είμαστε ευγνώμονες που υπήρξες στις ζωές μας. Μάθαμε πολλά από σένα αγάπη μου. Ήσουν ένα Σχολείο, μια κινητή εγκυκλοπαίδεια. Ένα πλάσμα, κόρη μου με ανεξάντλητη δύναμη. Μας δίδαξες να αγαπάμε και να σπριζούμε ο ένας τον άλλο. Θα σε λατρεύουμε πάντα, οι γονείς και η αδελφή σου».

Χριστίνα μου, σε λίγα λεπτά θα αρχίσεις το μεγάλο σου ταξίδι. Ένα ταξίδι της ψυχής με πληρωμένα τα ναύλα για τον προορισμό. Κι όταν αύριο θα είσαι επιβάτης στη βάρκα του Χάροντα για να διασχίσεις τη λίμνη Αχερουσία να φτάσεις στον Παράδεισο, μην ξεχάσεις να τον χορέψεις στην ομορφιά σου. Μάθε του Χριστίνα μου, να εκτιμάει την ομορφιά και τη νεότητα και να σημαδεύει πάνω από τους ανθρώπους. Δείξε του να μην ξεπερνά τα όρια και το μέτρο. Χόρεψέ τον μέχρι το γάμο σου στην Τήνο και δείξε του πως θα χορεύαμε ντυμένοι στα λευκά, ξυπόλητοι στην αμμουδιά. Πες του πως στο πλάι σου θα ήταν πρώτη κουμπάρα η Χριστιάνα μας και η Αγγέλα μας θα έφτιαχνε τα κεράσματα για τον γάμο σου. Χόρεψέ τον μέχρι να πέσει η αυλαία και κόψε κάθε νήμα της αντοχής του. Θα σε θυμόμαστε για πάντα αγαπημένη μας!»

Επιμέλεια
Νατάσα Γεωργίου Καρούσιου
Δημοτική Γραμματέας

ΔΗΜΟΤΙΚΟΣ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ... ΕΝ ΔΡΑΣΕΙ

Συνδημότητες και συνδημότες,

Ο Δημοτικός Πολιτιστικός Όμιλος, ο όμιλος όλων των Αθηναίων, έχει και σ' αυτή την έκδοση της εφημερίδας του Δήμου μας να παρουσιάζει ένα πλούσιο και αξιόλογο έργο. Αρχή κάνουμε με τη χορωδία μας η οποία μετέβη στην Ξάνθη και μετείχε σε Χορωδιακό Φεστιβάλ που διοργανώθηκε το βράδυ της 11ης Φεβρουαρίου 2017 στο πλαίσιο των ετήσιων εκδηλώσεων της πόλης για το καρναβάλι. Παραθέτουμε απλά τα σχόλια και τις εντυπώσεις που ο Ξανθιώτης χορωδός, Γιώργος Λουκίδης έστειλε γραπτός για να καταλάβουμε όλοι το μέγεθος της επιτυχίας της χορωδίας μας «...Όμως η έκπληξη ήρθε από την Κύπρο. Η Μικτή Χορωδία του Δημοτικού Πολιτιστικού Ομίλου Αθηνών απέδωσε τα παραδοσιακά και όχι μόνο τραγούδια όπως ίσως κανένας άλλος δεν μπορεί να ερμηνεύσει. Οι χορωδοί προσπλωμένοι στην μπαγκέτα της Λαμπρής και Πολυτάλαντης Μαέστρου, ΧΡΙΣΤΙΝΑΣ ΧΑΤΖΗΣΤΑΘΗ ερμήνευσαν με πλαστικότητα και ακρίβεια. Αλλά το καλύτερο το κράτησαν για το τέλος. Απέδωσαν δύο τραγούδια, ένα για την κατοχή και ένα για την προσημονία της λευτεριάς στην Κύπρο μας. «Να φυσήσει ένας αέρας που να φέρει στον καθέναν τζαί δροσιάν τζαί ποσπασιάν». Η συγκίνηση μεγάλη, πολλοί ακροατές αλλά και χορωδοί δακρυσιμένοι τραγουδούν όσο και όπως μπορούν...». Το ταξίδι αυτό το οποίο κάλυψαν οικονομικά εξολοκλήρου οι χορωδοί, πέρα από την παρουσίαση αυτή που όπως αναφέρει και ο Δήμαρχος Αθηνών Κυριάκος Καρεκλάς «...βοηθά στο να ακουστεί και να προωθηθεί ο Δήμος μας εκτός των Κυπριακών συνόρων...», έδωσε την ευκαιρία στους χορωδούς να αναπτύξουν τις σχέσεις μεταξύ τους και να γνωρίσουν καλύτερα πανέμορφα μέρη της Βόρειας Ελλάδας. Η χορωδία μας όμως πέρα από τη δράση αυτή, έλαβε μέρος στην



εκδήλωση που διοργάνωσε την Κυριακή 2 Απριλίου 2017 ο Τοπικός Σύνδεσμος Τυφλών και Φίλων της Αθηνών, στο Κωνσταντινέλειο Κέντρο Ενηλίκων με ένα δεκαπεντάλεπτο κυπριακό ρεπερτόριο τραγουδιών, που οι συμμετέχοντες απόλαυσαν και καταχειροκρότησαν. Επιπρόσθετα, στις 2 Απριλίου 2017 δεκάδες χορωδοί μαζί με άλλα μέλη του Ομίλου συμμετείχαν ενεργά στην προσπάθεια για καθαρισμό του Δήμου μας, που πραγματοποιήθηκε στο πλαίσιο της Παγκύπριας Εκστρατείας «Let's do it Cyprus». Ευχή μας είναι να αποκτήσουμε ως λαός μια καλύτερη περιβαλλοντική συνείδηση που να μετατρέψουμε σε καθημερινή πράξη ώστε τέτοιες εκστρατείες να είναι αχρείαστες και περιττές.



Το χορευτικό τμήμα του Ομίλου δεν υστέρησε καθόλου σε εκδηλώσεις. Παιδικές χορευτικές ομάδες πραγματοποίησαν δυο συμμετοχές σε εκδηλώσεις που έγιναν στην Αθηνών. Η πρώτη έγινε στο πλαίσιο εκδηλώσεων για οικονομική ενίσχυση του Νηπιοβρεφολογικού Σταθμού Αθηνών στον χώρο του σχολείου το πρωί της 2ας Απριλίου 2017 και η δεύτερη το απόγευμα της Δευτέρας του Πάσχα στο πλαίσιο των πολιτιστικών εκδηλώσεων του Δήμου στο Κωνσταντινέλειο Δημοτικό Πάρκο Αθηνών. Πέραν αυτών, το συγκρότημα του Ομίλου παρουσίασε παραδοσιακούς χορούς της Κύπρου και της Κρήτης, στο πλαίσιο της φιλοξενίας ομάδας Πανεπιστημιακών από τον Δήμο μας, εδώ στην

Αθηνών, ενώ έλαβαν μέρος σε τηλεοπτικό πρόγραμμα που παρουσιάζει την παράδοση του τόπου μας, σε συνεργασία με τον Πολιτιστικό Όμιλο «Ερμής Αραδίππου». Θα ήταν παράλειψη να μην αναφέρουμε ακόμη, ότι το συγκρότημα θα ταξιδέψει στην λεβεντογέννα Κρήτη στα τέλη του προσεχούς Ιουνίου για να παρουσιάσει κυπριακούς χορούς σε διάφορες πολιτιστικές εκδηλώσεις.

Τέλος, το θεατρικό τμήμα του Ομίλου, γεμάτο όρεξη, ξεκίνησε ένα καινούριο ταξίδι για το στήσιμο του νέου θεατρικού έργου που θα ανεβάσει στα πλαίσια του Διαγωνισμού Ερασιτεχνικού θεάτρου του ΘΟΚ, αλλά και άλλων θεατρικών φεστιβάλ στα οποία συμμετέχει κάθε χρόνο. Πρόκειται για το έργο "Ένας ήρωας με παντόφλες" των Αλέκου Σακελλάριου και Χρήστου Γιαννακόπουλου. Να πούμε δυο λόγια για το διαχρονικό αυτό έργο. Το σενάριο υπογράφουν οι Αλέκος Σακελλάριος και Χρήστος Γιαννακόπουλος, γράφτηκε στα χρόνια του ελληνικού εμφυλίου έγινε όμως γνωστό από την κινηματογραφική εκδοχή του το 1958 και πραγματεύεται με χιουμορίστικο τρόπο την ισοπέδωση των ηθικών αξιών με σκοπό το κέρδος. Πέραν των ηθοποιών που απαρτίζουν μια θεατρική ομάδα, για να ανέβει μια παράσταση χρειάζονται πολλοί αφανείς ήρωες πίσω από τα φώτα οι οποίοι βάζουν τη δική τους πινελιά για να ολοκληρωθεί ένα έργο (φτιάξιμο και στήσιμο σκηνικών, κατασκευή κοστούμιών, μουσική επένδυση, φωτισμός κτλ). Καλούμε, λοιπόν, για ακόμα μια φορά όποια και όποιο επιθυμεί να συμβάλει με οποιοδήποτε τρόπο στην επιτυχία της προσπάθειας αυτής, προάγοντας τον εθελοντισμό, την ομαδικότητα αλλά και τον πολιτισμό στον Δήμο μας, να επικοινωνήσει με τη Μαρία (τηλ. 99912142).

ΚΑΛΟ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ ΣΕ ΟΛΟΥΣ!!!

Δευτέρας Λάμπρου: Μέλος Δ.Σ.

ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΜΑΛΛΟΥΡΑ



Ο Πολιτιστικός Όμιλος «Μάλλουρα» εργάζεται με εντατικούς ρυθμούς για την προετοιμασία της καλοκαιρινής του εκδήλωσης που θα πραγματοποιηθεί στις 21/06/2017 ώρα 20:00 στο Κωνσταντινέλειο Δημοτικό Πάρκο.

ΣΑΣ ΠΕΡΙΜΕΝΟΥΜΕ !!!

Παράλληλα όμως έχουμε πραγματοποιήσει μέχρι σήμερα και διάφορες άλλες δραστηριότητες. Κάποιες από αυτές είναι η αναβίωση των παραδοσιακών παιχνιδιών και εθίμων της Καθαράς Δευτέρας, η παγκόσμια ημέρα καθαριότητας και της Δευτέρας του Πάσχα υπό την αιγίδα του Δήμου Αθηνών.

Καθαρά Δευτέρα

Το έθιμο της Καθαράς Δευτέρας απαιτεί εξόρμηση στους αγρούς και στην καταπράσινη φύση. Ο Όμιλός μας δεν θα μπορούσε να απέχει από το έθιμο αυτό. Γι' αυτό παρευρεθήκαμε στο εξωκκλήσι του Αρχαγγέλου Μιχαήλ όπου κόψαμε την μούρτη της Σαρακοστής. Διασκεδάσαμε και ξεσηκώσαμε τους παρευρισκομένους με τους χορούς μας. Ο ταραμάς, τα παντζάρια, η ταχίνι, οι ταχινόπιτες, οι ελιώτες



και οι δακτυλιές είχαν την τιμητική τους. Το κόκκινο κρασί ήταν άφθονο και το «εις υγεία και καλό Πάσχα να φτάσουμε» ακουγόταν παντού.

Όλοι μαζί, μικροί και μεγάλοι, πετάξαμε χαρταετούς, τα «πετάσια» όπως τα λένε οι παλιοί και παίξαμε παραδοσιακά παιχνίδια. Η μουσική και ο χορός έκανε τη διασκέδαση να φτάσει στο αποκορύφωμά της.

Let's do it Cyprus!

Το «Let's do it Cyprus!» είναι μέρος της καμπάνιας «Let's do it World!», μίας παγκόσμιας εκστρατείας καθαρισμού που στόχο έχει να απαλλάξει τις φυσικές περιοχές του κόσμου από σκουπίδια. Είναι το μεγαλύτερο εθελοντικό πρόγραμμα και η μεγαλύτερη κίνηση πολιτών που έχει οργανωθεί ποτέ στον κόσμο. Η ιδέα για αυτή την κινητοποίηση γεννήθηκε το 2008, στην Εσθονία.

Σήμερα στο «Let's do it World!» συμμετέχουν πέραν των 100 χωρών, ανάμεσά τους και η Κύπρος. Η εκστρατεία «Let's Do It Cyprus 'Καθαρί-ΖΩ την Κύπρο» αποτελεί τη μεγαλύτερη εθελοντική δράση που πραγματοποιείται στο νησί.



Στη φεινή εκστρατεία συμμετείχαν 35516 εθελοντές παγκύπρια.

Ο Όμιλος μας γνωρίζοντας πολύ καλά την έννοια του εθελοντισμού περπάτησε και καθάρισε τους δρόμους της κοινότητάς μας.

Δευτέρα του Πάσχα

Ο Δήμος Αθηνών πραγματοποίησε τη Δευτέρα του Πάσχα παραδοσιακά παιχνίδια και χορούς στο Κωνσταντινέλειο Πάρκο. Στην εκδήλωση παρευρέθηκαν αρκετοί νέοι της κοινότητάς μας όπου είχαν την ευκαιρία να παίξουν αυγουλλοδρομίες, σακκουλλοδρομίες, να τραβήξουν σχοινί κ.ά. Τα παραδοσιακά παιχνίδια είναι συνυφασμένα με την Ιστορία και την παράδοσή μας. Ο Όμιλός μας συμμετείχε στην εκδήλωση αυτή παρουσιάζοντας παραδοσιακούς κυπριακούς χορούς υπό τη διδασκαλία του κ. Μιχαήλ Μιχαήλ.

Επιμέλεια: Αντώνης Αντωνίου
Πρόεδρος

Διεθνής Ημέρα Μουσείων 2017 «Δαντέλες και Σύγχρονη Τέχνη σε Εφαρμογή»

Γενική Επιμέλεια: Νόννη Παπουνή Παπασιάντη, Έφορος Μουσείων

Την Κυριακή 14 Μαΐου 2017, ο Δήμος και το Καλλινίκειο Δημοτικό Μουσείο Αθηνών, με τη στήριξη της Κυπριακής Εθνικής Επιτροπής UNESCO, διοργάνωσαν εκδηλώσεις με θέμα «Δαντέλες και Σύγχρονη Τέχνη σε Εφαρμογή». Οι εκδηλώσεις εντάχθηκαν στους εορτασμούς της Διεθνούς Ημέρας Μουσείων. Το φεινό παγκόσμιο θέμα για τους εορτασμούς ήταν «Μουσεία και αμφιλεγόμενες ιστορίες: τα μουσεία μιλούν για εκείνα που δεν λέγονται».

Από το 2015 το Καλλινίκειο Δημοτικό Μουσείο Αθηνών ξεκίνησε να συλλέγει αυτές τις ιστορίες, τις καθημερινές, που δεν καταγράφονται στην επίσημη Ιστορία ενός Έθνους. Ιστορίες της βιοπάλης, των κοινωνικών τάξεων και των σχέσεων μεταξύ των ανθρώπων, που σήμερα δεν αφορούν μόνο τους ακαδημαϊκούς, αλλά και όσους ασχολούνται και με τη σύγχρονη τέχνη.

Το πρόγραμμα περιελάμβανε εργαστήρια τέχνης με πηλό, γραφιστική, αφηρημένη τέχνη, κατασκευές και κεντήματα και απευθύνονταν σε όλες τις ηλικίες. Πραγματοποιήθηκαν σε συνεργασία με τους καλλιτέχνες της έκθεσης «Εφτά Ιστορίες. Δαντέλες και Σύγχρονη Τέχνη» και την κεντήτρια Παντελίτσα Τράχηλου.

Τις εκδηλώσεις χαιρέτησαν ο Δήμαρχος Αθηνών, κ. Κυριάκος Καρεκλάς και ο Διευθυντής των Πολιτιστικών Υπηρεσιών του Υπουργείου Παιδείας και Πολιτισμού, κ. Παύλος Παρασκευάς.

Ανάμεσα σε άλλα ο Δήμαρχος ανέφερε:

«Με μεγάλη χαρά και ικανοποίηση χαιρετίζω τις σημερινές εκδηλώσεις που έχουν σκοπό να φέρουν κοντά την τέχνη των δαντελών με τη σύγχρονη τέχνη, τη γενιά τη δική μας με τη νέα γενιά της τεχνολογίας και των νέων εφαρμογών... Το 2015 ο Δήμος μας και το Καλλινίκειο Δημοτικό Μουσείο Αθηνών ανταποκρίθηκαν στο κάλεσμα της Κυπριακής Εθνικής Επιτροπής UNESCO, για να ενεργήσουν με σκοπό τη διαφύλαξη της Άυλης Πολιτιστικής Κληρονομιάς της Κύπρου, εγγράφοντας στον Εθνικό Κατάλογο τις Δαντέλες «βενίς» ή «πιπιωτές» και την αθηνεύτικη ολόπλουμη δαντέλα. Από τότε, συνεπείς στις δεσμεύσεις μας, διοργανώσαμε εκδηλώσεις με σκοπό την προβολή των δαντελών και την ενθάρρυνση τόσο της γενιάς που έζησε την άνθιση της παραγωγής τους όσο και της νέας γενιάς, για να τις εντάξουν ξανά στη ζωή τους με νέες εφαρμογές».

Ο Δήμαρχος εγκάρδια ευχαρίστησε τους καλλιτέχνες Αναστασία Λαμπασκή Οντισφόρου, Έλενα Τσιγαρίδου, Ειρήνη Κλοκκαρή, Ναταλία Πελιβάνη, Χριστιάνα Πουγεράση, Χρυσόστομο Ιωσηφίδη και Χρυσόστομο Κίτα. Ευχαρίστησε επίσης την Παντελίτσα Τράχηλου, τον Φλώρο Ζορπά για το συμβουλευτικό του ρόλο στη δημιουργία του παιθριού έργου, καθώς επίσης τους χορηγούς των εκδηλώσεων: τις Πολιτιστικές Υπηρεσίες του Υπουργείου Παιδείας και Πολιτισμού, την υπεραγορά Αθηνάϊνις Λτδ, την Αρχή Ηλεκτρισμού Κύπρου, τους APSAthenites Ltd, την Τράπεζα Κύπρου, την G.H. My Gas Ltd, την υπεραγορά Mas Χρίστος Χατζηγιαννακού, την υπεραγορά Α. Καρούσιος, τα Αρτοποιεία Θ. Σεργίου, καθώς επίσης την Κυπριακή Εθνική Επιτροπή UNESCO για τη στήριξη.

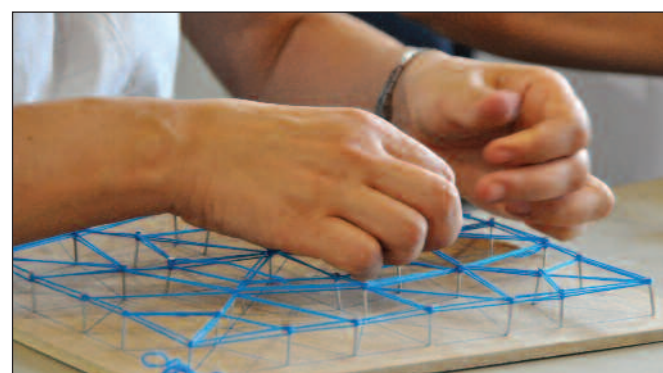
Ο Διευθυντής των Πολιτιστικών Υπηρεσιών του Υπουργείου Παιδείας και Πολιτισμού, κ. Παύλος Παρασκευάς χαιρέτησε με ιδιαίτερη χαρά την εκδήλωση. Συγχάρηκε τους συντελεστές και υπογράμμισε το σημαντικό ρόλο που διαδραματίζουν τα μουσεία σήμερα στην προσπάθεια καταγραφής,



Ημερίδα της Κυπριακής Εθνικής Επιτροπής UNESCO στις 27.4.17 στη Λεβέντιο Πινακοθήκη με θέμα «Ο Ρόλος των Μουσείων στην Προβολή και Διαφύλαξη της Άυλης Πολιτιστικής Κληρονομιάς της Κύπρου». Το Καλλινίκειο Δημοτικό Μουσείο παρονοσίασε το θέμα: «ΚΔΜΑ: προγράμματα για την προβολή και διατήρηση των δαντελών «βενίς» ή «πιπιωτών» και της αθηνεύτικης ολόπλουμης δαντέλας. Επίσης, σε δεύτερη ημερίδα στις 10.5.17 με θέμα «Κύζονια το Μέλλον της Μουσικής Εκπαίδευσης» στη Λεβέντιο Πινακοθήκη, παρονοσίασε τα εκπαιδευτικά του προγράμματα



Από το εργαστήριο «Αθηνεύτικα Αδριανούθκια - Υφασμάτινα Κουκλάκια», σε συνεργασία με την Ειρήνη Κλοκκαρή, που πραγματοποιήθηκε στις 22 Απριλίου 2017 στο Μουσείο προβολής και μεταβίβασης της ΑΠΚ στις επόμενες γενιές. Μεταξύ άλλων ανέφερε: «Εκείνο που κυρίως χρειάζεται είναι οι νέοι άνθρωποι να αποσυνδέσουν την παράδοση από το συντηρητισμό κατανοώντας την ειδοποιό διαφορά



τους, να ευαισθητοποιηθούν για την ευάλωτη φύση της και να εμπλακούν οι ίδιοι στη διαδικασία μεταβίβασής της στις νεότερες γενιές. Η δημιουργική συνεργασία καλλιτεχνών, οι οποίοι αντλούν την έμπνευσή τους από την επαφή, τη γόνιμη επικοινωνία και τις αφηγήσεις των κεντητριών συμβάλλει ακριβώς στην προβολή των παραδοσιακών πολιτιστικών εκφράσεων με σύγχρονα μέσα και στην παρουσίασή τους ως στοιχεία ζωντανής κληρονομιάς, όχι απλώς μουσειακών ειδών. Οι δραστηριότητες που υλοποιεί τα τελευταία χρόνια ο Δήμος Αθηνών και το Καλλινίκειο Δημοτικό Μουσείο αποτελούν απόδειξη του ζήλου και της ανησυχίας σας για τη διατήρηση αυτής της κληρονομιάς και του ενδιαφέροντός σας να μεταβιβαστεί αυτούσια στις επόμενες γενιές».

Με τον ίδιο ζήλο και πολλή προσπάθεια οι καλλιτέχνες, που συμμετείχαν στις εκδηλώσεις της ημέρας, ολοκλήρωσαν το πρώτο μέρος ενός σύγχρονου έργου τέχνης στην πρόσοψη του Καλλινικέιου Δημοτικού Μεγάρου. Τους ευχαριστούμε θερμά που για δύο χρόνια μοιράζονται μαζί μας το ενδιαφέρον για την ΑΠΚ και συγκεκριμένα τις δαντέλες «βενίς», προσφέροντας στην πολιτιστική δημιουργία της Κύπρου.



Την Τετάρτη, 26 Απριλίου 2017, η κ. Ευφροσύνη Ν. Φώττηρου, εκπροσωπώντας την οικογένειά της, Σταύρου Φώττηρου, παρέδωσε στον Δήμαρχο Αθηνών, κ. Κυριάκο Καρεκλά, το παράσημο Προασπιστή της Ελευθερίας της Κυπριακής Δημοκρατίας. Το 2005 ο πρώην Πρόεδρος της Κυπριακής Δημοκρατίας, Τάσος Παπαδόπουλος απένειμε το παράσημο στον μετά θάνατον στρατιώτη, Θεόδωρο Σταύρου - Φώττηρου, πεσόντα κατά την τουρκική εισβολή 1974. Το παράσημο τοποθετήθηκε στην Εθνογραφική Συλλογή του Καλλινικέιου Δημοτικού Μουσείου Αθηνών.



Χριστός Ανέστη εκ νεκρών θανάτω θάνατον πατήσας και τοις εν τοις μνήμασι ζωήν χαρισάμενος

Την ημέρα της Ανάστασης του Χριστού την ονομάζουμε και Πάσχα. Είναι εβραϊκή λέξη και σημαίνει Διάβαση, Πέρασμα, Λύτρωση-Σωτηρία. Πάσχα, οι Εβραίοι ονομάζουν την εορτή κατά την οποία ενθυμούνται την απελευθέρωσή τους, την έξοδό τους από τη δουλεία της Αιγύπτου και τη διάβαση τους στη Γη της Επαγγελίας. Με αρχηγό τον Μωϋσή ο Θεός πέρασε τους Εβραίους από τη σκλαβιά στην ελευθερία. Σε ανάμνηση τούτου τελούσαν τη θυσία του Αρνού.

Εκείνο το Πάσχα είναι ο τόπος του νέου, του αληθινού, του πραγματικού Πάσχα. Και το δικό μας Πάσχα είναι διάβαση, λύτρωση, σωτηρία και ελευθερία, όχι από κάποια ανθρώπινη εξουσία αλλά από την τυραννία του διαβόλου, της αμαρτίας. Μετάβαση από τον θάνατο στη ζωή!

Η εκ νεκρών Ανάσταση του Σωτήρος ημών Χριστού είναι το μέγα και ανεκτίμητο αξίας γεγονός, το θαύμα των θαυμάτων. Ο Ιησούς Χριστός, που με τόση κακία και σκληρότητα θανάτωσαν οι άνθρωποι πατήσας, το θάνατον Ανέστη εκ νεκρών. Αναστήθηκε ο Χριστός και δεν άφησε χωρίς μαρτυρίες το μεγάλο αυτό θαύμα, αλλά επί σαράντα ημέρες μέχρι την Ανάληψή Του κάθε τόσο παρουσιάζεται στους μαθητές Του. Άλλοτε στο "υπερώον" της Ιερουσαλήμ των "θυρών κεκλεισμένων", άλλοτε στο όρος των Ελαιών, παρά τη θάλασσα της Γαλιλαίας, για να Τον δουν Αναστημένο, ζωντανό νικητή και θριαμβευτή και να χαρούν και να πανηγυρίσουν τον θρίαμβο της Ανάστασής Του. Μαζί τους και εμείς πανηγυρίζουμε διότι η Ανάσταση του Σωτήρος Χριστού είναι Νίκη κατά του κακού. Τι είναι εκείνο που οδήγησε στον Σταυρό



και τον θάνατο του Χριστού; Το κακό που είναι μίσος κατά του καλού. Το κακό που είναι πάθος και έχθρα κατά της αρετής και της αγιότητας. Είδε το Χριστό Άγιον, αγαθόν ευεργέτη και όρμησε με λύσσα εναντίον Του. Αφού κυριάρχησε στην ψυχή του Ιούδα, στις καρδιές των γραμματέων και φαρισαίων, τον κατεδίωξε, τον συκοφάντησε και τον θανάτωσε με τον πιο αποτρόπαιο θάνατο, τον Σταυρό. Αλλά πόσο βάσταξε η νίκη του κακού; Μόνο λίγες ώρες. Έπειτα συνετρίβη, καταργήθηκε η δύναμη και η εξουσία του με την Ανάσταση του Κυρίου. Η Ανάσταση είναι και Νίκη κατά του θανάτου. Μόλις ο θάνατος είδε τον Χριστό στον σταυρό τον άρπαξε και ο Άδης τον κατήπιε. Αλλά αμέσως αντιλήφθηκε ότι ο θάνατος του Χριστού υπήρξε ο δικός του θάνατος. Ο

Άδης τρόμαξε μόλις τον είδε κάτω και με στεναγμούς εφώναζε: "Συνεφερέμοι, είτον εκ Μαρίας γεννηθέντα μη υπεδεξάμην. Ελθών γαρ επ' εμέ το κράτος μου έλυσε..." Ο Κύριος με τον θάνατο και την Ανάστασή Του δεν νίκησε μόνο το κακό και την αμαρτία, αλλά και τον καρπό της αμαρτίας, τον θάνατο. Η Ανάσταση εγκαινίασε ζωήν αιώνιον. Αυτό προείπε ο Προφήτης και έλεγε: "Πούσουθάνατε το κέντρο; Πού σου Άδη το νίκος;" Για να προσθέσει θριαμβευτικά ο ιερός Χρυσόστομος "Ανέστη Χριστός και νεκρός ουδείς επί μνήματι". Τώρα δεν υπάρχει και "ουσίαν θάνατος για τους πιστούς, αλλά ζωή και ανάσταση. Για αυτό "μηδείς φοβεί τω θανάτω, ηλευθέρωσε γαρ ημάς του Σωτήρος ο θάνατος". Η Ανάσταση είναι και νίκη και θρίαμβος κατά

του διαβόλου. Ποιος βρήκε το κακό και το έσπειρε στον κόσμο; Ποιος άνοιξε τις πύλες του θανάτου στον άνθρωπο; Ποιος υποκίνησε αρχιερείς και γραμματείς για να ζητήσουν τον θάνατο του Αγίου και ποιος υποκίνησε τον Ιούδα να γίνει προδότης; Ο διάβολος. Αυτός παρέσυρε τους πρωτόπλαστους στην αμαρτία και τον θάνατο. Αυτός και μας πολεμά με διάφορους τρόπους για να μας παρασύρει στην αμαρτία και τον θάνατο. Ο ανθρωποκτόνος διάβολος. Με αυτό τον πονηρό και φοβερό εχθρό πάλεψε ο Χριστός πάνω στον Σταυρό Του. Ο διάβολος κτύπησε τον Χριστό με το σωματικό θάνατο και ο Χριστός κτύπησε και συνέτριψε το κεφάλι του διαβόλου. Του αφαίρεσε τη δύναμη και την εξουσία πάνω στους πιστούς χριστιανούς. Με την Ανάστασή Του ο Χριστός νίκησε, θριάμβευσε κατά του κακού, κατά του θανάτου και κατά του διαβόλου. Και η νίκη του Χριστού ήταν για μας αντιπροσωπευτική. Η νίκη του Χριστού είναι και δική μας νίκη. Καθημερινή. Δεν έχει πια εξουσία και δύναμη ο διάβολος κατά των πιστών. Ο άνθρωπος που είναι σάρκα έχει πια τη δύναμη να πολεμά και να νικά τον διάβολο που είναι πνεύμα. Αρκεί να είμαστε κοντά στο Χριστό, να ζούμε σύμφωνα με το θέλημά Του. Η μάχη μας θα είναι συνεχής μέχρι την τελευταία στιγμή της ζωής μας. Η νίκη όμως είναι σίγουρα δική μας γιατί είμαστε οπαδοί του Χριστού, είμαστε πιστοί χριστιανοί, έχουμε αρχηγό μας τον νικητή του θανάτου, του διαβόλου, τον Αναστημένο Χριστό.

*Πρωτοπρεσβύτερος
Δημήτριος Παπαϊωάννου*

Κοινή Συνάντηση των παιδιών του κατηχητικού Αθηνένου Λυμπίων

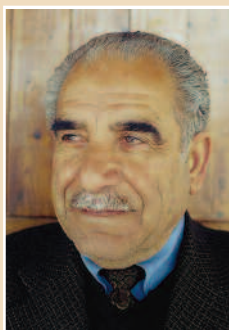
Πραγματοποιήθηκε το Σάββατο, 11 Φεβρουαρίου, μια πρώτη γνωριμία και κοινή συνάντηση των κατώτερων κατηχητικών αγοριών και κοριτσιών των Λυμπίων με τα παιδιά της Αθηνένου. Τα παιδιά είχαν την ευκαιρία να προγευματίσουν μαζί, να ανταλλάξουν πληροφορίες για τα χωριά τους, να προσευχηθούν, να ετοιμάσουν τρούφες με τα χεράκια τους, να παίξουν ομαδικά παιχνίδια αλλά και να μάθουν σημαντικές πληροφορίες από τη ζωή του πολιούχου Αγίου μας Φωκά. Θερμές ευχαριστίες στις κυρίες Έλλη Τσιαλή και Ειρήνη Δημητρίου για την πρωτο-



βουλία και οργάνωση της όλης συνάντησης. Τέτοιες ενέργειες συμβάλλουν στην καλλιέργεια του αισθήματος της φιλίας, του ομαδικού πνεύματος, της συνεργασίας και γενικά προάγουν την έννοια της συναδέλφωσης. Ευχαριστούμε τη Διευθύντρια Σταυρούλα Τσιμούρη Έλις και το προσωπικό του Κωνσταντινελένειου Κέντρου Ενηλίκων για την παραχώρηση του χώρου. Ευχαριστίες και στην Εκκλησιαστική Επιτροπή της ενορίας μας για την αμέριστη στήριξη σε κάθε μας έργο.

*Δέσποινα Πασιού-Μαγγανή
Κατηχήτρια*

Επικήδειος Λόγος στον μ. Ανδρέα Μ. Καϊλά που κοιμήθηκε στις 20/3/2017 και κηδεύτηκε στις 22/3/2017



«Ένας ένας οι αγωνιστές της Ε.Ο.Κ.Α. του 1955-59, ακολουθώντας τους νόμους της ζωής, αποχαιρετούν την επίγεια ζωή και μεταβαίνουν εκεί όπου ο Πανάγαθος Θεός τους προόριζε.

Η μνήμη σήμερα επικεντρώνεται και θυμάται τον φίλο και συναγωνιστή Ανδρέα Μ. Καϊλά, που από την παιδική μου ηλικία τον θυμάμαι να παρελαύνει φουστανελοφόρος κρατώντας την ελληνική σημαία στις παρελάσεις τότε, της 25ης Μαρτίου και της 28ης Οκτωβρίου, που διοργάνωνε ο Γεωργικός Σύλλογος ΡΕΑ, του οποίου διετέλεσε για χρόνια επίτροπος. Προσωπικά τα τελευταία χρόνια είχα περισσότερες επαφές με τον μ. Ανδρέα τόσο στον Γ.Σ.ΡΕΑ όσο και στην εκκλησία της Παναγίας του Αβδελλερού, όπου εκκλησια-

ζόταν και κοινωνούσε τακτικά. Είθε ο Πανάγαθος Θεός να τον έχει τώρα εν σκηνές δικαίων.

Ο Ανδρέας Μ. Καϊλάς υπήρξε μια προσωπικότητα, σαν γεωργός. Έζησε να αναθρέψει μαζί με την σύζυγό του Λάφνη τέσσερις υιούς και εγγόνια που συνεχίζουν όλοι μαζί το έργο του στον γεωργικό τομέα, αλλά και στη κοινοτομία και τώρα τελευταία στην ελαιοκαλλιέργεια.

Η μοίρα όμως του έταξε να πει το πικρό ποτήρι του θανάτου του πρωτότοκου του υιού,

μακαριστού Μιχάλη.

Στα δύσκολα χρόνια της κυπριακής επανάστασης του αγώνα της Ε.Ο.Κ.Α. 1955-59 συμμετέχει αποφασιστικά. Από τους μεγάλους σε ηλικία στην ομάδα των συναγωνιστών της Αθηνένου και όντας οικογενειάρχης με παιδιά προσφέρει με προθυμία τις υπηρεσίες του στην Ε.Ο.Κ.Α., εκτελώντας διάφορες αποστολές που του ανατίθεντο. Ιδιαίτερα φιλοξενώντας καταζητούμενους, όπως τον Χρύσανθο Κυριάκου, τον Ανδρέα Αυξεντίου, τον Μάκη Παπαχαλαράμους, τον Χρίστο Κυριάκου (Κουλουμπρή) και άλλους.

Με τα λίγα αυτά λόγια, εκφράζω εκ μέρους των συναγωνιστών τα ειλικρινή μας συλλυπητήρια στη σύζυγό του Λάφνη, στα παιδιά του Κυριάκο, Χρίστο, Πέτρο και σύζυγο του μακαριστού υιού του Μιχάλη, Βαρβάρα, στις άλλες τρεις νύμφες του, στα εγγόνια του και δισέγγονά του.

Καταθέτοντας εκ μέρους των Συνδέσμων Αγωνιστών Ε.Ο.Κ.Α. το στεφάνι τούτο εις ένδειξη τιμής και αναγνώρισης των όσων προσέφερε ο Ανδρέας Μ. Καϊλάς εις τον αγώνα της Ε.Ο.Κ.Α. για απελευθέρωση της μαρτυρικής Κύπρου μας από τον αγγλικό ζυγό.

Αιώνια του η μνήμη και ευχόμεθα το χώμα της γης της Αθηνένου που σε λίγο θα τον σκεπάσει να είναι ελαφρό».

Βάσος Βοροκλινιώτης

«Η ΨΥΧΗ ΜΕΤΑ ΤΟΝ ΘΑΝΑΤΟ, Η ΖΩΗ ΜΕΤΑ ΤΗ ΖΩΗ»

Γράφει η Λέσποινα Ζαννεπίδου-Πουγεράση
Εκπαιδευτικός

Με αφορμή την πρόσφατη απώλεια της μητέρας της, η Χρυστάλλα Πατσαλή-Κωνσταντίνου είχε αρχίσει να προβληματίζεται έντονα σε θέματα, που αφορούν την ψυχή μετά τον θάνατο, τη ζωή της ψυχής μετά τον θάνατο της ύλης, του φθαρτού σώματος. Θα ήταν ψέμα να πούμε, ότι δεν μάς έχει απασχολήσει όλους και δεν έχουμε φιλοσοφήσει πολλές φορές και σκεφτεί ως προς τον θάνατο αλλά και ως προς το τι γίνεται μετά τον θάνατο. Χαρακτηριστικό είναι ότι οι αρχαίοι Έλληνες, ενώ ακόμη δεν είχαν φωτισθεί με το φως του Ευαγγελίου, πίστευαν ότι δεν χανόμαστε με τον θάνατό μας, ότι δεν χάνεται, δεν πεθαίνει μαζί με το σώμα μας και η ψυχή μας. Έτσι, αποφάσισε να μοιραστεί την επιθυμία της σε οικεία φιλικά και συγγενικά πρόσωπα, στα οποία βρήκε θετική ανταπόκριση για τη διοργάνωση μιας θρησκευτικής ομιλίας, όπου μέσα από τη διέξοδο που παρέχει η ορθόδοξος χριστιανική μας πίστη, να απαντηθούν οι προβληματισμοί για τη μεταθανάτο ζωή. Εισηγητής, ήταν ο πρωτοπρεσβύτερος Πατέρας Δημήτριος Παπαϊωάννου, τον οποίο ευχαριστεί θερμά η ομάδα πρωτοβουλίας, που αποδέχτηκε πρόθυμα την πρόσκληση, να είναι ο κύριος ομιλητής και επιπλέον να θέσει τον εαυτό του στη διάθεση του ακροατηρίου σε συζήτηση του θέματος και επίλυση ερωτημάτων μετά την ομιλία. Φυσικά, χωρίς τη στήριξη του Δημάρχου και του Δημοτικού Συμβουλίου, τους οποίους ευχαριστεί θερμά η ομάδα εθελοντών, να θέσουν την όλη εκδήλωση υπό την αιγίδα του Δήμου Αθηνών και να παραχωρήσουν



την αίθουσα εκδηλώσεων του Καλλινίκειου Δημοτικού Μεγάρου, θα ήταν αδύνατη η υλοποίηση και επιτυχία της εκδήλωσης. Επειδή, όπως όλοι γνωρίζουμε, το καλύτερο μνημόσυνο για την ψυχή των κεκοιμημένων μας είναι οι προσευχές και οι ελεημοσύνες, στην εκδήλωση το κοινό είχε την ευκαιρία να εισφέρει ό,τι μπορούσε ο καθένας για τον πάσχοντα συνάνθρωπό μας. Η πρωτόγνωρη οικονομική κρίση την οποία διαβιώνουν πολλοί συνάνθρωποί μας, η ανεργία που μασιτίζει πολλές οικογένειες γύρω μας, η δύσκολη ασθένεια που μπορεί να εισβάλει ξαφνικά, μια θεομηνία κτλ. δεν πρέπει να μας αφήνουν αδιάφορους, αλλά αντιθέτως να μας οπλίζουν με ψυχικό και πνευματικό σθένος για συμ-

παράσταση και προσφορά ανιδιοτελούς, ειλικρινούς και έμπρακτης αγάπης προς τον πλησίον. Με τα πιο πάνω ως γνώμονα και σκοπό, συστάθηκε μια ομάδα πρωτοβουλίας και στήριξης από εθελοντές/εθελόντριες: Χρυστάλλα Πατσαλή, Αντρούλλα Ζαρούνα-Γεωργίου Αθηνά Σατσιά, Μαρία Μουγιάρη, Μυρούλλα Αρτεμίου, Ελένη Σιμιλλή, Μαρία Πέρδικου, Νίκη Σατσιά, Αλεξία Μαρμιούς, Μαρία Τολουύπη, Λέσπω Πουγεράση, Λένια Καρούσιου, Νίκος Γεωργίου και Παναγιώτης Τούμπας. Η εκδήλωση άρχισε με ένα ολιγόλεπτο αφιέρωμα στη μακαριστή Αθηνούλα Χατζηγιαννακού - Πατσαλή, που κοιμήθηκε στις 2 Φεβρουαρίου 2017. Στο αφιέρωμα ξεχώριζε το ποίημα της κόρης της, Χρυστάλλας Πατσα-

λή-Κωνσταντίνου, απόσπασμα του οποίου ακολουθεί:

*Τη μάνα τον όποιος έχασε
και ξει μες στην ορφάνια,
μοιάζει σαν έρμιο-δεντρί,
πλόιο, χωρίς δμάνια.*

*Ό,τι κι αν είμαι σήμερα
κι όσο φηδά κι αν πάω,
τον ίδιο δρόμο στη ζωή
και την καθή μου προκοπή,
σε σένα μάνα τα χρυστάω.*

Στη συνέχεια πραγματοποιήθηκε σύντομο καλλιτεχνικό πρόγραμμα αφιερωμένο σε όλες τις μάνες. Στην κιθάρα ήταν ο Νίκος Γεωργίου, στο τραγούδι η Μαρία Τολουύπη με την υπέροχη φωνή της και τα παιδιά, Ουρανία Σατσιά, Μιχαέλλα Σατσιά, Μύρια Καρακίτη, Χριστίνα Κωνσταντίνου, Μαρία Πατσαλή και στην απαγγελία ήταν ο Κυριάκος Πατσαλή. Υπεύθυνος για την τεχνική στήριξη ήταν ο Παναγιώτης Τούμπας. Ακολούθως, ο Πρωτοπρεσβύτερος, Πατέρας Δημήτριος Παπαϊωάννου, ανέλυσε με μια θεολογικώς επιμερισμένη ομιλία το θέμα: «Η ψυχή μετά τον θάνατο, η ζωή μετά τη ζωή» και απάντησε σε ερωτήσεις. Την εκδήλωση τίμησαν με την παρουσία τους ιερείς της κοινότητας, ο εκπρόσωπος του Δημάρχου, ο πρώην Δήμαρχος, Δημοτικοί Σύμβουλοι, ο Κοινοτάρχης, η πρόεδρος της τοπικής επιτροπής Δημοκρατικού Συναγερμού και πολλοί δημότες και δημότισσες, οι οποίοι έφυγαν πλημμυρισμένοι με θρησκευτικές γνώσεις για την πορεία της ψυχής μετά τον θάνατο, αλλά και σημαντικές νοουθεσίες για ενάρετη επίγεια ζωή.

Φιλανθρωπική Ομάδα Ερασιτεχνικού Θεάτρου Αθηνών (Φ.Ο.Ε.Θ.Α.)

Παράδειγμα Προσφοράς

Συνεχίζοντας το φιλανθρωπικό της έργο η Φ.Ο.Ε.Θ.Α., διέθεσε μέρος των καθαρών εσόδων της θεατρικής παράστασης, «Καλώς ήλθατε στην Ολλανδία», η οποία είχε πραγματοποιηθεί στις 31 Οκτωβρίου 2016, στα Δημοτικά σχολεία, ώστε να διατεθούν για τις τρέχουσες ανάγκες τους. Το χρηματικό ποσό των 400 ευρώ για κάθε σχολείο παραδόθηκε από τις εκπροσώπους της Φ.Ο.Ε.Θ.Α., κα Χρυστάλλα Πατσαλή και κα Μυρούλα Αρτεμίου στους διευθυντές των Δημοτικών Σχολείων Αθηνών Κ.Α' και Κ.Β' στην έναρξη των Χριστουγεννιάτικων Γιορτών.



Επιβράβευση για διαχρονικές αθλητικές επιδόσεις

Είναι με ιδιαίτερη χαρά που φέρνουμε στο φως τις διαχρονικές αθλητικές διακρίσεις δύο παιδιών από την Αθηνών. Η Ελενοδώρα και ο Κρατίνος Κλεάνθους, παιδιά του Κλεάνθη Κλεάνθους και της Ορθοδοξίας Κλοκκαρή, για σωρεία ετών προπονούνταν ακούραστα και με τη δική τους επιμονή και θέληση, μέσα από πολλές θυσίες, σε διάφορα αθλήματα στίβου, ατομικά αλλά σε ομαδικά αθλήματα. Συγκεκριμένα, από τα πρώτα χρόνια του δημοτικού η Ελενοδώρα διακρίθηκε στο άλμα εις τριπλούν και στο τρέξιμο, ενώ ο Κρατίνος στο ακόντιο και στην καλαθοσφαίρα. Έλαβαν μέρος σε πολλές αθλητικές διοργανώσεις σε τοπικούς, περιφερειακούς, παγκύπριους και πανελλήνιους αγώνες με ανταμοιβή μετάλλια, κύπελλα και βραβεία. Ο Κρατίνος υποχρεωτικά σταμάτησε την ενασχόλησή του με τον αθλητισμό για να εκπληρώσει τη στρατιωτική του θητεία, ενώ η Ελενοδώρα συνέχισε και κατά τη διάρκεια των σπουδών της στο Πανεπιστήμιο Λευκωσίας σε προπονήσεις στο ΓΣΠ Λευκωσίας. Χαρακτηριστικά καταγράφονται ενδεικτικές διακρίσεις τους. Η Ελενοδώρα Κλεάνθους κατέκτησε την 1η θέση στο άλμα εις μήκος σε Διεθνή Αθλητική Συνάντηση Κύπρου-Ελλάδας το 2012. Ο Κρατίνος Κλεάνθους διακρίθηκε το 2013 σε Πανελλήνιους Σχολικούς αγώνες Καλαθοσφαίρας. Συγχαρητήρια που εκπροσωπούσαν επάξια την Αθηνών και τους ευχόμαστε καλή σταδιοδρομία στη ζωή τους, με κάθε επιτυχία και πρόοδο.



Ποίημα για την Κύπρο

Όλος ο κόσμος τζιαν χαθεί της Τζίπρου μίκαν της
Πατί εν ιστορικό νησί τζιαι κρίμα τζιάνικον της

Πολλοί πάρα πολλοί την εκαταχτήσαν μα εντζιε κοστερκάσαν
Επιάνα τζιαι χαθήκαν εφύαν τζιε ησυχάσαν.

Έτσι τζιαι τωρά ένα γινεί Κύπρος κάνε κουράγιο
Ποττέ σου μεν απελπιστής τζιαι μεν λιοψυχής.

Οι πρόγονοι σου Τζίπρο μας που σε εκατοικούσαν
Όλοι πρέπει να το γνωρίζουμε μες στις σπηλιές εζούσαν.

Ο πολιτισμός σου ζει για τρεις χιλιάδες χρόνια
Και όλοι το ευχόμαστε να ζεις τα επόμενα αιώνια.

Είχες ενιά βασιλία που σε εκατοικούσαν
Σύμφωνα που λέγεται αδελφικά εζούσαν.

Είσαι η χώρα της χαράς της ομορφιάς είσαι η νήσος της θεάς που
ελέγετο Αφροδίτη που όπου εδοξάστηκε πολύ που ανατολή ως δύση.

Τώρα πάρα πολλοί σε επισκέπτονται τζιαι σιέρονται μαζί σου
Απολαμβάνουν τον καθάριο σου ουρανόν τα γαλανά νερά σου
Χαίρονται την φιλοξενία σου τα τόσα αγαθά σου.

Πρόσεχε Κύπρος μην χαθείς πρέπει να επιζήσεις
Την ωραία σου παράδοση για να την συνεχίσεις.

Γεώργιος Κουφοπαύλου (Μπάτας)

ΔΗΜΟΤΙΚΗ ΣΤΕΓΗ ΕΝΗΛΙΚΩΝ

ΚΛΕΑΝΘΕΙΟΣ ΚΟΙΝΟΤΙΚΗ ΣΤΕΓΗ ΗΛΙΚΙΩΜΕΝΩΝ

Η ΣΤΕΓΗ ΜΑΣ, ΚΑΤΑΦΥΓΙΟ ΚΑΙ ΛΙΜΑΝΙ

Σταυροαναστάσιμη η περίοδος που αφήνουμε πίσω μας. Άραγε έχουμε ανιχνεύσει ορθώς το νόημα του Σταυρού; Το πρώην αιμωτικό μέσο για εξόντωση κακούργων, ο σταυρός, έγινε με τη χάρη του Θεανθρώπου σύμβολο της υψίστης προσφοράς. Ο ίδιος ο Θεός προσφέρθηκε για πρώτη φορά και ξαναπροσφέρεται σε κάθε Θείο Δισκοπότηρο για εμάς τους αμαρτωλούς. Όταν κατανοήσουμε χριστοκεντρικώς την αξία της προσφοράς, τότε δεν χωρούν πλέον ενδοιασμοί. Τότε δεν διανοούμεθα καν να ισχυριστούμε ότι δεν έχουμε χρόνο ή δυνατότητα να αφιερώσουμε υπέρ των ασθενών, των μοναχικών, των εν ανάγκαις και θλίψεσιν. Η επικοινωνία μας με τον Αναστάντα δεν είναι θεωρία αλλά έμπρακτη αγάπη: περνά μέσα από την αλληλεγγύη με τους συνανθρώπους μας.

Επομένως, όχι μόνο οι ξένοι και ηλικιωμένοι μας έχουν ανάγκη αλλά κυρίως εμείς έχουμε την ανάγκη τους. Είναι οι καλοί αγωγοί της επαφής μας με τον Δημιουργό μας. Ο Θεός είναι η Αγάπη και μόνο με την αγάπη και τη θυσία προσεγγίζεται. Άλλωστε, ο ίδιος μας κληροδότησε αυτή την παρακαταθήκη: «Αν κάνατε αυτά για χάρη των αδελφών μου των ελαχίστων, τότε σαν να τα πράξατε για μένα».

Πιστοί στις παρακαταθήκες αυτές, καταφέραμε εδώ και 5 χρόνια να μεταφέρουμε τις υπηρεσίες μας σε ένα αξιοπρεπές και άρτια επανδρωμένο κτηριακό συγκρότημα, με μόνο μέλημά μας να παρέχουμε στους ενοίκους μας υψηλό επίπεδο διαβίωσης. Είμαστε περήφανοι για όλους τους εθελοντές μας, και εννοώ πρώτα τον Πρόεδρο και τη Διαχειριστική Επιτροπή, όπως επίσης και για τα πάμπολλα άτομα τα οποία έχουν ζήσει από κοντά την προσφορά μας.

Ως ένδειξη εκτίμησης προς τους ενοίκους μας, εγκαινιάζουμε ένα καινούργιο τμήμα στη στέγη μας, όπου θα δημοσιεύουμε ευχαριστήριες επιστολές από πρώην ενοίκους της Στέγης μας, οι οποίοι εκθειάζουν τις προσφερόμενες υπηρεσίες μας. Σε κάθε νέο τεύχος θα παραθέτουμε καινούργιες δικές σας παρεμβάσεις. Επίσης, σας προσκαλούμε



να μας γράφετε επώνυμα ή ανώνυμα τις εμπειρίες ή και εισηγήσεις σας για τη βελτίωση του έργου που επιτελούμε. Ευλογημένη ως είναι για όλους η περίοδος που διανύουμε. Ο Κύριος με τις πρεσβείες των Αγίων Αποστόλων του να φωτίζει τα βήματά μας.

ΔΡΑΣΕΙΣ ΜΑΡΤΙΟΥ

Τον μήνα Μάρτιο είχαμε τη μεγάλη χαρά να φιλοξενήσουμε για μία ολόκληρη μέρα στη Στέγη μας τα παιδιά του Ομίλου Κοινωνικής Προσφοράς του Δημοτικού Σχολείου Αθηνών ΚΒ'.

Μαζί με τους ενοίκους τα παιδιά έφτιαξαν

κουλουράκια, συμμετείχαν στο μάθημα της Μουσικοθεραπείας και ακόμη εορτάσαμε όλοι μαζί τα γενέθλια των ηλικιωμένων που γεννήθηκαν τον μήνα Μάρτιο. Η παρουσία των παιδιών στη Στέγη αξίζει συγχαρητήρια, καθώς με προθυμία και οβελιάδα συμμετείχαν στις διάφορες δραστηριότητές μας και χρωμάτισαν ξεχωριστά τη μέρα μας. Η παρουσία των παιδιών στη Στέγη μόνο χαρά και χαμόγελα δίνει στις ψυχές των ενοίκων μας. Η αγάπη την οποίαν δείχνουν σε κάθε επίσκεψή τους είναι το μεγαλύτερο δώρο που μπορούν να κάνουν στο σταθμό αυτό της ζωής τους. Αξίζουν συγχαρητήρια και οι δασκάλες τους επειδή

αυτή η ευαισθησία πρώτα πηγάζει από αυτές και μεταλαμπαδεύεται στα παιδιά μας.

ΔΡΑΣΕΙΣ ΑΠΡΙΛΙΟΥ

Μια πολύ ευχάριστη επίσκεψη είχαμε και από το νηπιαγωγείο Παιδική Πολιτεία Νάγια. Τα παιδάκια και οι δασκάλες τους μας πρόσφεραν ζεστασιά με τα γλυκά τους χαμόγελα και τα ζωντανά τραγούδια τους. Νιώθουμε ευγνώμονες που τους είχαμε στο πλευρό μας αφού εκτυλίχθηκαν στιγμές μοναδικές ανάμεσα στις δύο γενεές.

Είχαμε την τιμή κατά την Αγία Εβδομάδα να έχουμε κοντά μας και τη θεολόγο κ. Άννα Χριστοδούλου, η οποία προέβαλε στους ενοίκους ταινία για τα Άγια Πάθη, έτσι ώστε όλοι να βιώσουμε τα Πάθη και την Ανάσταση του Χριστού συμμετέχοντας σε αυτά με συμπόρευση, συσταύρωση και συνανάσταση. Ο Χριστός με την θέλησή του έπαθε και ανέστη για να σωθούμε όλοι εμείς.

Μεγάλη τιμή και ευλογία για την Στέγη μας έφερε η επίσκεψη του Μητροπολίτη Τριφυθού και του Μητροπολίτη Κέρκυρας. Οι δύο ιεράρχες έδωσαν τις πασχαλινές ευχές τους στους ενοίκους μας, προσφέροντάς τους συνάμα δύναμη και κουράγιο.

Μια κυπριακή παροιμία αναφέρει: «Ο πηλός κρατεί τον τοίχον τζιαι η καλοζωή τον γέρον». Βέβαια όταν λέμε «καλοζωή» εννοούμε μια ζωή μέσα σένα περιβάλλον με αξιοπρέπεια, χωρίς φόβο και άγχος, γεμάτη αγάπη. Θα πρέπει να δίνουμε στη ζωή των ηλικιωμένων νόημα και παρηγοριά στις σωματικές τους ασθένειες, ώστε να μπορούν να διατηρούν την ψυχοσωματική τους ισορροπία. Δεν πρέπει να ξεχνάμε πως η στάση μας απέναντι στους ηλικιωμένους είναι αυτή που θα καθορίσει τον κόσμο που θα ζήσουμε όλοι εμείς.

Μπορείτε να επικοινωνείτε μαζί μας στο 24522455 και να βλέπετε τις δράσεις μας στο Facebook και YouTube πληκτρολογώντας «Κλεάνθεος Κοινοτική Στέγη Ηλικιωμένων Αθηνών».

Συγγραφή Θεοδώρα Κονμίδου
Διευθύντρια Κλεάνθειου Κοινοτικής
Στέγης Εννδίκων Αθηνών

ΤΑ ΟΦΕΛΗ ΤΗΣ ΦΥΣΙΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ ΣΤΗΝ 3η ΗΛΙΚΙΑ

Του Σωτήρη Χαράλαμους
Φυσιοθεραπευτή στην Κλεάνθιο Στέγη Ηλικιωμένων

Εδώ και αρκετούς μήνες έχω συνεργασθεί με την Κλεάνθιο Στέγη Ενηλίκων στην Αθηνών και έχω διαπιστώσει ότι εκτός από το υψηλό επίπεδο διαμονής που προσφέρεται στη Στέγη, κύριο μέλημα του προσωπικού είναι η κάλυψη των φυσικών και ψυχοκοινωνικών αναγκών των ηλικιωμένων. Ως συνεργάτης στο κομμάτι της φυσικοθεραπείας, έχω κοινό στόχο με το προσωπικό και τη Διεύθυνση της Στέγης μας την αναβάθμιση της ζωής των ηλικιωμένων μέσω της φυσικοθεραπείας και άλλων δραστηριοτήτων, όπως και την προσφορά υπηρεσιών και προγραμμάτων έτσι ώστε οι ηλικιωμένοι να μην νιώθουν κοινωνικά αποκομμένοι αλλά να αποτελούν κομμάτι του κοινωνικού συνόλου.

Σημαντικό είναι να τονίσουμε ότι η βασική αρχή της φυσικοθεραπείας στην τρίτη ηλικία είναι ότι βοηθά στην ψυχική υγεία του ανθρώπου, με σημαντική βελτίωση της ευεξίας και της ενδυνάμωσης του ατόμου.

Βλέποντας σε καθημερινή βάση να δίνεται η μέγιστη φροντίδα στους ενοίκους, στόχος μας είναι η προώθηση της σωματικής δραστηριότητας, της φυσικής άσκησης, της σωστής επίγνωσης του σώματος και της απαραίτητης λειτουργικής κίνησης των ενοίκων συγχωνεύοντας σωματικά και ψυχικά τα στοιχεία του ατόμου.

Μέσα από την φυσικοθεραπεία άνθρωποι της Τρίτης ηλικίας μπορούν να αξιολογούνται ξεχωριστά με σκοπό να καθοριστεί το ακριβές επίπεδο της φυσικής κατάστασης του ανθρώπου. Ως φυσικοθεραπευτής επικεντρώνομαι στην πρόληψη, την αποκατάσταση, την αξιολόγηση, τη θεραπεία, τη φυσική ενίσχυση και τη συνεχή συντήρηση των ανθρώπων της Στέγης. Οι ένοικοι ακολουθούν προγράμματα με ασκήσεις που δεν έχουν μεγάλη ένταση και που γίνονται είτε ατομικά είτε σε μικρές ομάδες. Η άσκηση βελτιώνει το μυοσκελετικό σύστημα αυξάνοντας τη μυϊκή μάζα, την ευκίνησή των αρθρώσεων και την αντοχή των οστών. Το αποτέλεσμα είναι ότι ο ασκούμενος νιώθει ότι μπορεί να αυτοεξυπηρετηθεί, να είναι ικανός να

καταφέρει πολλά πράγματα μόνος του και να αποφεύγει μελλοντικούς τραυματισμούς και κατάγματα. Το υψηλό επίπεδο φροντίδας που προσφέρεται στη Στέγη, σε συνεργασία με τις υπηρεσίες φυσικοθεραπείας που προσφέρονται σε καθημερινή βάση, στοχεύουν σε βελτίωση της λειτουργικότητας των ενοίκων, στην πρόληψη των πτώσεων και των τραυματισμών από πτώσεις όπως και στη βελτίωση σωματικών και ψυχολογικών παραγόντων όπως και την ανακούφιση. Τα έμμεσα οφέλη περιλαμβάνουν ευκαιρίες κοινωνικής συναναστροφής, αίσθημα ευμερίας και υγείας και ενδεχομένως βελτιωμένη της ποιότητας του ύπνου.

Ως φυσικοθεραπευτής, άνθρωπος και επιστήμονας, έχω διακριθώ ότι ένα βασικό στοιχείο για την πρόληψη του γήρατος καθώς και για την αποκατάσταση του σώματος των πασχόντων από διάφορες γεροντικές παθήσεις, είναι η συστηματική σωματική άσκηση, η σωστή αντιμετώπιση των προβλημάτων του ασθενή σε έγκαιρη βάση. Με τη βοήθεια του Προέδρου, της Διεύθυνσης, του Διοικητικού



Η ώρα της φυσιοθεραπείας
με τον Φυσιοθεραπευτή της Στέγης
κ. Σωτήρη Χαράλαμους

Συμβουλίου, του προσωπικού και όλων των συνεργατών της Στέγης, όπως και την καλή θέληση των ενοίκων πιστεύω ότι έχουμε καταφέρει να προσφέρουμε υψηλό επίπεδο υπηρεσιών και φροντίδας των ενοίκων για μια αξιοπρεπή ζωή. Στόχος μας είναι πάντοτε η επαγγελματική προσέγγιση των ενοίκων σε συνδυασμό με ένα φιλικό και ευαίσθητο τρόπο για να πετύχουμε το καλύτερο αποτέλεσμα.

ΔΗΜΟΤΙΚΗ ΣΤΕΓΗ ΕΝΗΛΙΚΩΝ

ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΕΛΕΝΕΙΟΝ ΚΕΝΤΡΟΝ ΕΝΗΛΙΚΩΝ

Η ΑΞΙΑ ΤΗΣ ΦΙΛΙΑΣ - Έχετε φανταστεί ποτέ τον εαυτό σας χωρίς φίλους;

«Φιλία ονομάζεται η σχέση μεταξύ δύο ή περισσότερων ατόμων του ίδιου ή και διαφορετικού φύλου, με κύρια χαρακτηριστικά την αμοιβαία πλατωνική αγάπη, αφοσίωση, εμπιστοσύνη, αλληλοσεβασμό, ειλικρίνεια και κατανόηση, χωρίς κατ' ανάγκη να υπάρχει συμφέρον, κίνητρο ή ανώτερος στόχος. Η φιλία δεν καθορίζεται από την φυλή, το χρώμα και την εθνικότητα». Η φιλία είναι ένας πραγματικά ανεκτίμητος θησαυρός στη ζωή του κάθε ανθρώπου. Η ανάγκη για φίλους είναι ανθρώπινη και η ικανοποίησή της απαραίτητη για την ευτυχία της ψυχής.

Όλοι οι άνθρωποι κάθε ηλικίας έχουμε την ανάγκη να μοιραστούμε την χαρά, την λύπη, τις σκέψεις μας. Έχουμε ανάγκη ένα στήριγμα, έναν ώμο να κλάψουμε ή ένα χέρι να κρατηθούμε όταν δεν έχουμε δύναμη να συνεχίσουμε.

Φίλος είναι αυτός που θα ακούσει τον πόνο μας και θα τον απαλύνει, αυτός που θα χαρεί με τη χαρά μας. Δεν ζητάει ανταλλάγματα και είναι δίπλα μας κυρίως όταν βρεθούμε σε δύσκολη στιγμή, έστω και εάν τον κουράζουμε με τα προβλήματα μας. Μας δίνει δύναμη από τη δική του όταν εμείς χάσουμε τη δική μας. Είναι αυτός που χωρίς να του πεις λέξη καταλαβαίνει ακριβώς πως αισθάνεσαι. Εκείνος που δεν θα σε παρεξηγήσει ακόμα και αν τον ξυπνήσεις τα χαράματα για να του πεις τι όνειρο είδες. Ο αληθινός φίλος είναι αυτός που εμπιστεύεσαι πιο πολύ και από τον εαυτό σου, που ξέρει τα πάντα για εσένα, που τον αγαπάς και ξέρεις ότι σε αγαπάει και αυτός χωρίς να χρειάζεται να στο πει ποτέ. Αυτός που θέλεις να τα μοιραστείς όλα μαζί του και μπορεί να σε καταλάβει. Αυτός που δεν προσποιείται ότι σε ακούει αλλά ακούει πραγματικά. Αυτός που πας στο σπίτι του χωρίς να σε έχει καλέσει και συμπεριφέρεσαι σαν να είναι και δικό σου σπίτι. Αυτός που σε μια δύσκολη στιγμή θες να τρέξεις κοντά του και να κλάψεις στον ώμο του γιατί θα σε κάνει να νιώσεις καλά. Αυτός που θα εντοπίσει το ελάττωμα μας και με καλοπροαίρετο τρόπο θα μας το πει χωρίς περιστροφές, αλλά και θα μας στηρίξει μπροστά σε άλλους έστω και εάν πιστεύει ότι κάνουμε λάθος. Είναι αυτός που ενισχύει την αυτοπεποίθησή μας αλλά ταυτόχρονα μας κρατά προσγειωμένους. Δεν μας ζηλεύει, ούτε μας ανταγωνίζεται. Οι φίλοι δίνουν αξία στη ζωή μας, αυξάνουν τη χαρά και μειώνουν τη λύπη μας. Ο αληθινός φίλος είναι ο αδερφός που διάλεξες εσύ να έχεις και είναι συνοδοιπόρος σου σε όλη τη ζωή.

Σύγχρονες φιλίες

Είναι γεγονός ότι στις μέρες μας είναι σπάνια η αυθεντική, αδερφική φιλία. Οι ζωές των ανθρώπων εξελίσσονται. Γάμος, δουλειά, παιδιά έρχονται να εμπλουτίσουν την καθημερινότητα και ο χρόνος λιγοστεύει. Επιπρόσθετα, το υλιστικό πνεύμα που υπάρχει μέσα στην καθημερινότητά μας, σπανίως επιτρέπει την ανάπτυξη μιας αληθινής φι-



Η φιλία είναι ένας πραγματικά ανεκτίμητος θησαυρός στη ζωή του κάθε ανθρώπου.

Η ανάγκη για φίλους είναι ανθρώπινη και η ικανοποίησή της, απαραίτητη για την ευτυχία της ψυχής

λίας. Η εγωκεντρική κοινωνία μας προτρέπει στο να μην συνδεόμαστε πολύ με άλλους ανθρώπους λόγω του ρίσκου να πληγωθούμε. Είναι δύσκολο στη σύγχρονη εποχή να βρεις έναν άνθρωπο πρόθυμο να κάνει πίσω τον εγωισμό του, να ακούσει τι έχεις να πεις, να καταλάβει, να ρισκάρει για σένα, να σου δείξει με έργα τι νιώθει, να σου σταθεί στα δύσκολα, να νιώθει πλήρης παρά την ασυμφωνία χαρακτήρων σας, να κατανόει τον διαφορετικό τρόπο σκέψης και να σέβεται το είναι σου. Γι' αυτό οι σχέσεις κτίζονται πολύ δύσκολα σήμερα. Μας αρκεί η επιφανειακή φιλία με πολλά άτομα, αλλά δεν επιδιώκουμε την ποιοτική φιλία. Θα πρέπει όμως να έχουμε στο πίσω μέρος του μυαλού μας ότι οι ποσοτικές φιλίες έρχονται και φεύγουν στην ζωή μας, ενώ οι ποιοτικές μένουν και είναι αυτές που θα μας στηρίξουν στην ανάγκη.

Δημιουργήστε και διατηρήστε τις φιλίες σας!

Είναι καλό, να πιστέψουμε ξανά στην αρετή της φιλίας, για να αρχίσουμε να χτι-

ζουμε ως κοινωνία τις ιδανικές σχέσεις. Τολμήστε λοιπόν να αναπτύξετε ουσιαστικές, φιλικές σχέσεις με κάποιους. Μέσα από τις κοινωνικές δραστηριότητες και τον εθελοντισμό γεννιούνται αυτές οι ισχυρές σχέσεις. Απόδειξη οι ομάδες απασχόλησης του Κωνσταντινελένειου. Όσοι έχετε αληθινούς φίλους να τους εκτιμάτε και να θεωρείτε τους εαυτούς σας ιδιαίτερα τυχερούς. Διατηρείστε τις φιλίες σας και ξεχνάτε το εγώ. Παλέψτε μην τους χάσετε γιατί θα χάσετε κομμάτι του εαυτού σας. Οι αμοιβαίες υποχωρήσεις σε τυχόν διαφωνίες είναι η καλύτερη τακτική. Όλοι οι άνθρωποι κάνουν λάθη, αλλά εάν η φιλία είναι πραγματικά δυνατή μπορεί να ξεπεράσει δυσκολίες και συγκρούσεις. Το σημαντικό είναι να βρίσκει κανείς το κουράγιο να προσεγγίσει τον άλλον αφού έχει κάνει κάτι λάθος και ταυτόχρονα να μπορεί να κατανοήσει και να συγχωρέσει.

Το καλοκαίρι ήρθε και οι καλοκαιρινές διακοπές είναι η ευκαιρία να ξεφύγουμε λίγο από τις ιλιγγιώδεις ταχύτητες της καθημερινότητας, να βρεθούμε με φίλους με τους οποίους λόγω χρόνου ή απόστασης χάσαμε επαφή. Αυτή η επαφή θα μας ανανεώσει, θα γεμίσει τις μπαταρίες μας, θα μας δώσει δύναμη και κουράγιο. Είναι σημαντικό για

τους φίλους να βρίσκουν χρόνο να λένε τα νέα τους, να μην αφήσουν την ρουτίνα να τους νικήσει, να προγραμματίζουν εξόδους και να έχουν τη σχέση τους ως προτεραιότητα. Η αληθινή φιλία ξεπερνάει τα εμπόδια της καθημερινότητας και δεν αφήνει την έλλειψη χρόνου να την φθείρει.

«Ο καλύτερος φίλος είναι αυτός με τον οποίο μπορείς να ξαπλώσεις στην πολυθρόνα σου στη βεράντα, να μην ανταλλάξεις ούτε μια λέξη και μετά να φύγεις αισθανόμενος ότι ήταν η καλύτερη συζήτηση που έχεις κάνει ποτέ.» *Άγνωστος*

«Οι φίλοι είναι άγγελοι που μας σηκώνουν ψηλά στον ουρανό, όταν τα δικά μας φτερά ξεχνούν πώς πετάνε.»

Άγνωστος

Καλό καλοκαίρι!

«Ποίημα στους φίλους», Απόσπασμα

Δεν μπορώ να σου δώσω λύσεις για όλα τα προβλήματα της ζωής σου, ούτε έχω απαντήσεις για τις αμφιβολίες και τους φόβους σου όμως μπορώ να σ' ακούσω και να τα μοιραστώ μαζί σου.

Δεν μπορώ ν' αλλάξω το παρελθόν ή το μέλλον σου. Όμως όταν με χρειάζεσαι θα είμαι εκεί μαζί σου.

Δεν μπορώ να αποτρέψω τα παραπάτηματά σου. Μόνο μπορώ να σου προσφέρω το χέρι μου να κρατηθείς και να μη πέσεις....

Δεν μπορώ να αποτρέψω τις οδύνες σου όταν κάποιες θλίψεις σου σκίζουν την καρδιά, όμως μπορώ να κλάψω μαζί σου και να μαζέψω τα κομμάτια της για να την φτιάξουμε ξανά πιο δυνατή.

Δεν μπορώ να σου πω ποιος είσαι ούτε ποιος πρέπει να γίνεις. Μόνο μπορώ να σ' αγαπώ όπως είσαι και να είμαι φίλος σου....

πηγή: Χόρχε Λουίς Μπόρχες, Ποιήματα, μετάφρ. Δ. Καδομοίρης, Εδθηνικά Γράμματα, 1995

Σας ενημερώνουμε ότι το Κωνσταντινελένειον έχει αξιολογηθεί και πιστοποιηθεί από την Αρχή Ανάπτυξης Ανθρώπινου Δυναμικού (ΑνΑΔ) ως Δομή Επαγγελματικής Κατάρτισης (ΔΕΚ). Έχετε τώρα τη δυνατότητα εντός του Δήμου μας, να εφαρμόσετε επιχορηγούμενες, συγχρηματοδοτούμενες ή/και προκηρυσσόμενες από την ΑνΑΔ δραστηριότητες κατάρτισης. Επικοινωνήστε μαζί μας για περισσότερες πληροφορίες στο 24522742."

*Σταυρούδα Τσιμούρη Γάλλης
Διευθύντρια Κωνσταντινελένειου Κέντρου
Ενδίκων Αθένων*

Δευτέρα του Πάσχα στην Αθηνού

Το Πάσχα είναι η μεγαλύτερη γιορτή της Ορθοδοξίας και ως εκ τούτου γιορτάζεται με λαμπρότητα, γλέντι, χορό, τραγούδι και φυσικά πολύ φαγητό! Αποτελεί επίσης, μια ιδανική ευκαιρία αναβίωσης των παραδοσιακών ηθών και εθίμων του τόπου μας. Ο Δήμος Αθηνών μέσω των Επιτροπών Πολιτισμού και Αθλητισμού διοργάνωσε με επιτυχία παράλληλες εκδηλώσεις τη Δευτέρα του Πάσχα.

Στο Κωνσταντίνειο Δημοτικό Πάρκο διοργανώθηκαν παραδοσιακά και άλλα παιχνίδια από τις 15.00 μέχρι και τις 19.00. Σακουλοδρομίες, αυγουλοδρομίες, ζίζιρος, σχοινί και άλλα ήταν μόνο μερικά από τα παιχνίδια στα οποία διαγωνίστηκαν, μικροί και μεγάλοι. Στο καλλιτεχνικό μέρος της εκδήλωσης τα χορευτικά τμήματα του Πολιτιστικού Ομίλου του Δήμου Αθηνών, της Ρέας και της Μάλλουρας παρουσίασαν κυπριακούς και ελληνικούς παραδοσιακούς χορούς και ενθουσίασαν το κοινό με τη χάρη και τη ζωντανία τους.

Μια καινοτομία τη φετινή χρονιά ήταν ο διαγωνισμός φωτογραφίας στην υπαίθρια ξύλινη κούνια που στήθηκε πάνω σε ένα δέντρο. Πολλοί ήταν αυτοί οι οποίοι δοκίμασαν να βγάλουν την πιο επιτυχημένη φωτογραφία και ακολούθως να την «ανεβάσουν» στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης. Το πρώτο βραβείο κέρδισε ο Χρήστος Θεοδούλου και το δεύτερο βραβείο η αντιπροπρέα: Χρήστος Βουρής, Κώστας Τούμπας, Σταύρος Πάρπας, Χάρης Χατζηθεοχάρους και ο Αιμίλιος Cauchi. Όλοι οι νικητές θα πάρουν αναμνηστικά δώρα από την Ειρήνη Κλοκαρή, η οποία τα παραχώρησε δωρεάν. Επιπροσθέτως, δεν πρέπει να παραλείψουμε να ευχαριστήσουμε όλους όσοι συμμετείχαν



στην υπαίθρια αγορά που στήθηκε για τις ανάγκες της συγκεκριμένης εκδήλωσης πουλώντας καφέδες, κούπες, πισίες, παγωτά, κρέπες, λικέρ, δακτυλάκια, πόμπες κ.ά.

Την ίδια μέρα από τις 9 το πρωί μέχρι τις 8 το βράδυ πραγματοποιήθηκε η πρώτη δράση της Επιτροπής Αθλητισμού, η οποία διοργάνωσε Τουρνουά Ποδοσφαίρου Σάλας (Futsal). Η εκδήλωση είχε τεράστια επιτυχία μιας και έλαβαν μέρος δεκατέσσερις ομάδες αντρών και τρεις γυναικών. Όλοι τους επέδειξαν αθλητικό ήθος και συνεργάστηκαν, ώστε να τηρηθεί το τίμιο παιχνίδι.

Πέραν των αγώνων έγιναν και αγώνες επίδειξης από μικρά παιδιά του Δήμου μας υπό την καθοδήγηση των προπονητών τους. Μέσα από τη διοργάνωση και την αθρόα προσέλευση του κόσμου στην κλειστή αίθουσα «Τάσος Παπαδόπουλος» αναδείχθηκε η επιθυμία των συμπολιτών μας για άθληση και περαιτέρω ενασχόληση με τον αθλητισμό.

Θερμές ευχαριστίες σε όλα τα μέλη της πολιτιστικής και αθλητικής επιτροπής για τον χρόνο που δέχτηκαν και για την εθελοντική προσφορά τους, στον Δήμαρχο Αθηνών κ. Κυριάκο Καρεκλά για τη συνολική στήριξή του, όλο το εργατικό και υπαλληλικό προσωπικό του Δήμου Αθηνών για τη συνεργασία. Είναι γεγονός ότι μια εκδήλωση κρίνεται από τον κόσμο που την παρακολουθεί. Ευχαριστούμε πάρα πολύ όλους όσοι παρευρέθηκαν και στήριξαν τις εκδηλώσεις του Δήμου Αθηνών, δίδοντας μας κουράγιο να συνεχίσουμε το έργο μας με όρεξη και όραμα.

Δέσποινα Πασού Μαγγανή
Πρόεδρος Επιτροπής Ποδοσφαίρου
Αντώνης Τουντούπης
Πρόεδρος Επιτροπής Αθλητισμού

ΑΚΑΔΗΜΙΕΣ ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟΥ ΑΘΗΝΑΙΝΟΥ



Πλούσια είναι η δράση των Ακαδημιών Ποδοσφαίρου Αθηνών, που παράλληλα με τα πρωταθλήματα στα οποία αγωνίζονται οι ομάδες μας, λαμβάνουν μέρος και σε διάφορα ποδοσφαιρικά τουρνουά που διοργανώνονται από άλλες ακαδημίες είτε με έπαθλα είτε για φιλανθρωπικό σκοπό, με αξιοζήλευτα αποτελέσματα και διακρίσεις. Τελευταίο και μεγαλύτερο αυτό που διεξήχθη στην Αγία Νάπα στις αρχές Απριλίου 2017.

Αναλυτικά, φέτος οι Ακαδημίες μας συμμετέχουν στα πρωταθλήματα της ΚΟΠ με 2 ομάδες στην ηλικία 2009 στο πρωτάθλημα LIONS, μια ομάδα στην ηλικία 2008 στο πρωτάθλημα EAGLES, μια ομάδα του 2004 στο πρωτάθλημα LIONS και δύο κοινές ομάδες με την Ακαδημία 1619, στις ηλικίες 2006 (EAGLES) και U13 grassroots (EAGLES). Συγχαρητήρια αξίζουν σε όλα τα παιδιά και στους προπονητές τους, γιατί μας έχουν κάνει περήφανους τόσο με τις επιδόσεις τους όσο και με το ήθος τους.

Επίσης τον περασμένο μήνα οι μικροί μας ποδοσφαιριστές έκαναν ποδοσφαιρικά τεστ για να διαφανεί η καλή φυσική και τεχνική κατάσταση τους. Τα ποδοσφαιρικά τεστ έγιναν στο γήπεδο του Ορφεία από το αθλητικό κέντρο Sportsprogressive που βρίσκεται στην Λάρνακα, το οποίο ειδικεύεται στη βελτίωση της φυσικής κατάστασης, δύναμης και τεχνικής των ποδοσφαιριστών όλων των ηλικιών.

Εντός Μαΐου και συγκεκριμένα στις 20-21/5/2017, πραγματοποιήθηκε και το 1ο ποδοσφαιρικό τουρνουά από την Ακαδημία μας με συμμετοχή πέραν των τριάντα ομάδων από διάφορες ακαδημίες από σχεδόν όλη την Κύπρο, στο γήπεδο του Οθέλλου Αθηνών. Όλοι θαύμασαν τους μικρούς αλλά πολύ μαχητικούς ποδοσφαιριστές μας!

Εδενθερία Αντωνίου
Κυριάκος Κίτα

ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ

Δεν υπάρχει δεν μπορώ, υπάρχει δεν θέλω.

Και οι κολυμβητές μας απέδειξαν ότι και μπορούν και θέλουν.

Μετά τις επιτυχίες της περσινής χρονιάς σειρά είχε η επιβράβευση. Στις 15/03/2017 διεξήχθη στο Ολυμπιακό Μέγαρο στη Λευκωσία η ετήσια βράβευση των κορυφαίων αθλητών του υγρού στίβου για το 2016. Πρώτοι ανάμεσα στους πρώτους και οι αθλητές μας Σταύρος Τζιτζιπάς και Ελένη Στεφανίδου. Όπως προέκυψε μέσα από το σχέδιο αξιολόγησης της ΚΟΕΚ ο Σταύρος κατατάχθηκε στην πρώτη θέση στην κατηγορία παιδών και η Ελένη κατατάχθηκε στην τρίτη θέση στην κατηγορία κορασίδων.

Με την νέα αθλητική περίοδο που έχει ήδη ξεκινήσει οι αθλητές μας αγωνίζονται στην κατηγορία νέων –νεανίδων και τα μέχρι στιγμής αποτελέσματα έχουν ήδη σηματοδοτήσει τη συνέχισή της πετυχημένης τους πορείας. Η πολύ καλή αγωνιστική τους κατάσταση συνέβαλε στο να συμπεριληφθούν στις αποστολές της Εθνικής Ομάδας για να αντιπροσωπεύσουν τη χώρα μας σε διεθνείς διοργανώσεις. Η Πράγα αποτέλεσε τον πρώτο σταθμό των αθλητών μας, όπου η Ελένη Στεφανίδου έλαβε μέρος στους Πολυεθνείς Αγώνες Νέων. Δεύτερος σταθμός η Σόφια και οι Βαλκανικοί Αγώνες Νέων στους οποίους έλαβαν μέρος και οι δύο αθλητές μας δίνοντας τον καλύτερο εαυτό τους πραγματοποιώντας αξιόλογες εμφανίσεις. Μετά το πέρας των διεθνών συμμετοχών σειρά παίρνουν οι εγχώριες διοργανώσεις όπου ο ανταγωνισμός αναμένεται να ξεπεράσει κάθε προηγούμενο αφού οι αθλητές καλούνται να ξεπεράσουν τους εαυτούς τους και να εξασφαλίσουν τα όρια για περαιτέρω συμμετοχές σε αγώνες εξωτερικού. Τους ευχόμαστε κάθε επιτυχία.



Ορθοδοξία Σταυρινού-Τζιτζιπά

ΕΝΩΣΗ ΝΕΟΛΑΙΑΣ ΑΘΗΝΩΝ - ΧΑΝΤΜΠΟΛ

Η Χειροσφαίριση στην Αθηνών έχει μέλλον. Όλο και πιο αγαπητό γίνεται το άθλημα της Χειροσφαίρισης στην Αθηνών αφού οι διακρίσεις των τμημάτων του Σωματείου που εκπροσωπεί το άθλημα φέρνουν τον κόσμο να στηρίζει με την παρουσία του τα τμήματα των ομάδων που δραστηριοποιούνται. Δεύτερη θέση στο Πρωτάθλημα Γυναικών, 3η θέση στην Κατηγορία Νεανίδων U17, κατάκτηση πρωταθλήματος στην Κατηγορία Κορασίδων U15 και συμμετοχή στον τελικό Κυπέλλου, πρώτες θέσεις στα τουρνουά Ανάπτυξης για τις ηλικιακές κατηγορίες U13 και U11 και πολύ καλή παρουσία του τμήματος Χάντμπολ αγοριών που έχει συσταθεί κατά τη φερινή αγωνιστική περίοδο με πολύ καλές προοπτικές.

Ομάδα Γυναικών

Η ομάδα Γυναικών του Σωματείου μας αναδείχθηκε Δευτεραθλήτρια κατά την τρέχουσα αγωνιστική περίοδο που έκλεισε στις 14 Μαΐου. Παρ' όλες τις αγωνιστικές δυσκολίες και σημαντικές απουσίες παικτριών κατάφερε να κατακτήσει τη 2η θέση στο Πρωτάθλημα Γυναικών και να διεκδικεί με αξιώσεις την πρόκριση της στον τελικό Κυπέλλου όπου τα τρία τελευταία χρόνια στέφεται Κυπελλούχος τιμώντας έτσι την ακριτική μας κοινότητα.

Πρωτάθλημα και Κύπελλο Ακαδημιών Κορασίδων και Νεανίδων

Μια καθ' όλα επιτυχής χρονιά για την ομάδα Κορασίδων U15, επισφραγίστηκε με την κατάκτηση του Πρωταθλήματος σε τελικό αγώνα στην Αθηνών στις 18 Μαρτίου 2017 όπου με νίκη επί της ομάδας του Πανελληνίου Λευκωσίας κατέκτησε το Πρωτάθλημα. Σε ένα συγκλονιστικό τελικό κυπέλλου που διεξήχθη στις 13 Μαΐου 2017 στο αθλητικό κέντρο του Ευρωπαϊκού Πανεπιστημίου Λευκωσίας, που κράτησε αμείωτο το ενδιαφέρον μέχρι το τελευταίο σφύριγμα και χάρις στην καθοδήγηση του προπονητή κ. Γιάννου Ιωάννου και την συμβολή της προπονητριάς Ακαδημιών Χρυστάλλας Τζιωνή τα κορίτσια μας έκαναν την ανατροπή, νίκησαν την ομάδα του Πανελληνίου



Λευκωσίας, νικώντας με 15-14 και κατέκτησαν και το κύπελλο στην Κατηγορία τους. Το βράδυ, αφού πρώτα δέχτηκαν τα συγχαρητήρια του Δημάρχου Αθηνών κ. Κυριάκου Καρεκλά για την επιτυχία τους, μαζί με τους γονείς και φίλους τους έκαναν τον γύρο του θριάμβου στην Αθηνών ιερματίζοντας στη λεωφόρο Αρχ.Μακαρίου στο οικογενειακό κέντρο Χαρούλα, όπου μας υποδέχτηκαν με σαμπάνιες και συνέχισαν τους

πανηγυρισμούς με τους παρευρισκόμενους που τις συνεχάρησαν για την μεγάλη αυτή επιτυχία. Επιθυμούμε να εκφράσουμε τις θερμές μας ευχαριστίες τόσο προς την κ. Χαρούλα Καδή για την άμεση ανταπόκριση της και την προσφορά των ποτών αλλά και προς τον ιδιοκτήτη του Θess CAFÉ για την προσφορά του προς τα κορίτσια μας. Ευχαριστούμε θερμά τόσο τον Δήμαρχο όσο και όλους όσοι ποικιλοτρόπως στη-

ρίζουν την ομάδα μας και υποσχόμαστε διακρίσεις σε όλα τα τμήματα μας που προβάλλουν έτσι τον Δήμο μας.

Στην Κατηγορία Νεανίδων U17 η ομάδα μας κατέκτησε την 3η θέση στο Πρωτάθλημα όμως δεν κατάφερε να προχωρήσει στο θεσμό του Κυπέλλου όπου ηττήθηκε από την ομάδα του Πανελληνίου και αποκλείστηκε από τον θεσμό. **Τουρνουά Ανάπτυξης U13 & U11 Αγοριών και Κοριτσιών**

Τα παιδιά που δραστηριοποιούνται στις Ακαδημίες Χάντμπολ συμμετέχουν σε Τουρνουά τα οποία διοργανώνει η Κυπριακή Ομοσπονδία Χειροσφαίρισης με σκοπό την προώθηση και ανάπτυξη του αθλήματος στις μικρές ηλικίες για αγόρια και κορίτσια. Τα κορίτσια ηλικιακής κατηγορίας U13, συμμετείχαν κατά τους μήνες Μάρτιο και Μάιο υπό την καθοδήγηση της προπονήτριας κ. Χρυστάλλας Τζιωνή, σε τουρνουά σε Αυγόρου και Αθηνών με 2 νίκες και 1 ισοπαλία και τα κορίτσια ηλικιακής κατηγορίας U11 είναι αήττητα. Στις 17 Απριλίου, στο πλαίσιο των Πασχαλινών εκδηλώσεων του Δήμου πραγματοποιήθηκε τουρνουά φούτσαλ και τα παιδιά των Ακαδημιών μας έκαναν παρουσίαση του αθλήματος της χειροσφαίρισης, αποσπώντας το θερμότερο χειροκρότημα όσων το παρακολούθησαν.

Η ομάδα Αγοριών υπό την καθοδήγηση του προπονητή Κυριάκου Κυριάκου που έχει αρχίσει φέτος τη δημιουργία της βρίσκεται σε πολύ καλό δρόμο και ευελπιστούμε να συνεχίσει και στη νέα αγωνιστική περίοδο με τη συμμετοχή περισσότερων παιδιών.

Τόσο οι Ακαδημίες αγοριών όσο και οι Ακαδημίες κοριτσιών θα επαναρχίσουν τον Σεπτέμβριο για τις ηλικιακές κατηγορίες U11 και U13 για αγόρια και U11, U13, U15 και U17 για κορίτσια που ενδιαφέρονται να ενταχθούν στις Ακαδημίες του Σωματείου μας.

Σταυρούδα Πεδονθίδου
Γραμματέας Ε.Ν.ΑΘΗΝΩΝ

Όμιλος Παλαίμαχων Ποδοσφαιριστών



Γεωργία Κόμπου - μπουζούκι,
Κωνσταντίνος Οικονομίδης - κιθάρα,
Ελένα Κουάδη - τραγούδι
και Γιώργος Μαυρομιγάτης - τραγούδι

Ο Όμιλος Παλαίμαχων Ποδοσφαιριστών Αθηνών διοργανώνει και φέτος Ρεμπέτικη Βραδιά την Παρασκευή 30/06/2017 η ώρα 8:30 μ.μ. στο Κωνσταντινίδειο Δημοτικό Πάρκο Αθηνών. Θα υπάρξει πλούσιο μπουφέ σε πολύ λογικές τιμές. Με την παρέα του μουσικού σχήματος της γνωστής ανά το Πανελλήνιο πλέον, πρώτης κυρίας στο μπουζούκι, Γεωργίας Κόμπου ευχόμαστε να περάσουμε όμορφα με παλιά ρεμπέτικα, και όχι μόνο, τραγούδια. Κατά τη διάρκεια της εκδήλωσης μας θα τιμηθούν όπως πέρυσι έτσι και φέτος Παλαίμαχοι Ποδοσφαιριστές διάφορων ηλικιών από όλες τις ομάδες της Αθηνών καθώς και από ομάδες της Α' κατηγορίας (Ανόρθωση, Αποέλ, Ομόνοια Λ/σίας, Σαλαμίνα). Οι κρατήσεις άρρισαν, μπορείτε να κάνετε και εσείς τη δική σας κράτηση στα τηλ. 99567711, 99222475, 99410982 και 99456600.

Κωνσταντίνος Δεσπότης

ΠΙΝΑΚΑΣ ΕΚΔΗΛΩΣΕΩΝ ΙΟΥΝΙΟΥ - ΙΟΥΛΙΟΥ - ΑΥΓΟΥΣΤΟΥ 2017

Τρίτη, 13 Ιουνίου 2017, Ώρα: 7:30μ.μ.

Χώρος: Αυλή Σχολείου-Δημοτικό Σχολείο Κ.Α' - Τελική Γιορτή

Τετάρτη, 14 Ιουνίου 2017, Ώρα: 8:00

Χώρος: Αυλή Σχολείου- Δημοτικό Σχολείο Κ.Β' -Τελική Γιορτή-Τελετή Αποφοίτησης

Παρασκευή, 16 Ιουνίου 2017, Ώρα: 7:30μ.μ.

Χώρος: Βιολογικός Σταθμός-Συμβούλιο Αποχετεύσεων Αθηνών-Εγκαίνια Βιολογικού Σταθμού από τον Πρόεδρο της Δημοκρατίας κ. Νίκο Αναστασιάδη

Δευτέρα, 19 Ιουνίου 2017, Ώρα: 8:00μ.μ.

Χώρος: Αυλή Δημοτικού Σχολείου-Σύνδεσμος Γονέων Δημοτικών Σχολείων-Πάρτι τελειόφοιτων Δημοτικού Σχολείου

Τρίτη, 20 Ιουνίου 2017, Ώρα:

Χώρος: Ωδείο Ωδείο-Διαρπασον-Τελική Γιορτή

Τετάρτη, 21 Ιουνίου 2017, Ώρα: 8:00μ.μ.

Χώρος: Κωνσταντινίδειο Δημοτικό Πάρκο-Πολιτιστικός Όμιλος Μάλλουρα-Τελική Γιορτή

Πέμπτη, 22 Ιουνίου 2017, Ώρα 7:30μ.μ.

Χώρος: Ωδείο-Ωδείο-«Μουσικοί Ορίζοντες»-Τελική Συναυλία

Παρασκευή, 23 Ιουνίου 2017, Ώρα: 6:00μ.μ.-8:30μ.μ.

Χώρος Αίθουσα Γυμνασίου-Α.Γ.Ο. -Τελική Γιορτή Ενόργανης Γυμναστικής

Παρασκευή, 23 Ιουνίου 2017, Ώρα: 8:30μ.μ.

Χώρος: Πισίνα Γυμναστηρίου-Σχολή Passion Dance του Γυμναστηρίου Chrysis Fitness Centre-Τελική Γιορτή

Τετάρτη, 28 Ιουνίου 2017, Ώρα: 7:30μ.μ.

Χώρος: Αίθουσα Γυμνασίου-Γυμνάσιο Αθηνών-Τελική Γιορτή-Τελετή Αποφοίτησης

Παρασκευή, 30 Ιουνίου 2017, Ώρα: 8:30μ.μ.

Χώρος: Κωνσταντινίδειο Δημοτικό Πάρκο-Παλαίμαχοι Ποδοσφαιριστές Αθηνών-Ρεμπέτικη Βραδιά

Δευτέρα, 10 Ιουλίου 2017, Ώρα 8.30 μ.μ.

Χώρος: Πλατεία Συνεργατισμού-"Βασίλης Μιχαηλίδης: 9η Ιουλίου 1821", Δήμος Αθηνών - Πολιτιστική Επιτροπή

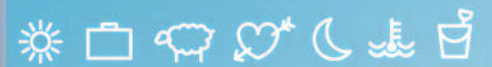
Δευτέρα, 31 Ιουλίου 2017, Ώρα 8.30 μ.μ.

Χώρος: Πλατεία Συνεργατισμού-"Το ξύλο βγήκε από τον παράδεισο", Σαυτικό Θέατρο, Είσοδος Δωρεάν

Δάνειο Αυτοκινήτου από τον Συνεργατισμό

Χαμηλό επιτόκιο, χωρίς αρχικά
έξοδα έκδοσης και άμεση έγκριση,
με συνοπτικές διαδικασίες.

...και οδηγήστε τις στιγμές σας



Μειωμένο επιτόκιο δανείου
για αγορά καινούργιου **φιλικού**
προς το περιβάλλον
αυτοκινήτου

Υπηρεσία Χρηματοδότησης
Κινητής Περιουσίας
Άθω 13, 1087 Λευκωσία
leasingnicosia@ccb.coop.com.cy

Ζητήστε πληροφορίες **σήμερα** στο

800 22 300



www.ccb.coop.com.cy



ΣΥΝΕΡΓΑΤΙΚΗ
ΚΕΝΤΡΙΚΗ ΤΡΑΠΕΖΑ