



# Η ΑΘΗΝΟΥ

ΤΡΙΜΗΝΙΑΙΑ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ ΤΟΥ ΔΗΜΟΥ ΑΘΗΝΟΥ | ΤΕΥΧΟΣ 52 | ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ - ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ 2017



Η ΑΘΗΝΟΥ ΔΙΕΚΔΙΚΕΙ ΕΛΕΥΘΕΡΗ ΔΙΑΚΙΝΗΣΗ ΑΘΗΝΟΥ - ΠΥΡΟΪ - ΛΕΥΚΩΣΙΑ

## Διαβάστε



Εθνική Επέτειος  
28ης Οκτωβρίου  
➤ σελ. 16



Ιεραποστολικές  
Δραστηριότητες  
➤ σελ. 23



Εκδήλωση στην Αυστραλία  
για τη Γιορτή του Αγίου  
Φωκά ➤ σελ. 26



Αθλητικές Δράσεις  
➤ σελ. 27

## Καλά Χριστούγεννα, Χρόνια Πολλά, Ευτυχισμένο και με Υγεία το Νέο Έτος

**Α**γαπητοί συνδημότες και συνδημόισσες, στην Κύπρο και στο εξωτερικό.

Σε λίγες μέρες θα γιορτάσουμε τη γέννηση του Θεανθρώπου. Μια είδηση, που από μόνη της φέρνει σε όλους τους απανταχού Χριστιανούς το μήνυμα της ΑΓΑΠΗΣ, της ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ, της ΠΡΟΣΦΟΡΑΣ και της ΕΛΠΙΔΑΣ. Για την ημεδαφή Αθηνού το μήνυμα της ΕΛΠΙΔΑΣ γίνεται ακόμη πιο σημαντικό. Ναι, υπομένουμε τις δυσκολίες και ελπίζουμε σε καλύτερες μέρες για όλους μας.

Ποια να είναι αυτή η μεγάλη δύναμη που κάνει κάθε χρόνο εμάς και δισεκατομμύρια ανθρώπων να περιμένουν με λαχτάρα τα Χριστούγεννα; Μήπως είναι όλη αυτή η λάμψη και η μαγεία που έχουν οι μέρες αυτές; Μήπως είναι οι λαμπροστολισμένοι δρόμοι, οι γιορτινές πλατείες, οι πολύχρωμες λάμπες, που

αναβοοβνούν και οι φωτεινές βιτρίνες των καταστημάτων; Μήπως είναι οι υπέροχες χριστουγεννιάτικες μελωδίες και οι μουσικές που ακούγονται από παντού; Μήπως είναι όλα εκείνα τα παιροπαράδοτα έθιμά μας και οι χαρές των παιδικών μας χρόνων;

Ναι, είναι όλα αυτά μαζί, αλλά και ταυτόχρονα είναι η βαθιά αίσθηση ότι κάθε χρόνο ανάμεσά μας και «μέσα μας γεννιέται ένα Θεός!». Ο Θεός της ΑΓΑΠΗΣ, της ΕΛΠΙΔΑΣ και της ΔΙΚΑΙΟΣΥΝΗΣ! Κάθε χρόνο μάς δίνεται η ευκαιρία να αναγεννηθούμε κι εμείς μαζί με τον Χριστό. Με τα μηνύματά της ενανθρώπισης του Θεανθρώπου να είναι πολλά και βαρυσήμαντα. Ο Χριστός με τον ερχομό του δίδαξε την ΙΣΟΤΗΤΑ, τη ΔΙΚΑΙΟΣΥΝΗ, την ΑΝΥΨΩΣΗ ΤΩΝ ΤΑΠΕΙΝΩΝ ΤΗΣ ΓΗΣ, τη ΣΩΤΗΡΙΑ και τη ΛΥΤΡΩΣΗ.

Κλείνει σε λίγες μέρες ένας χρόνος από την ανάληψη των καθηκόντων του νέου Δημοτικού Συμβουλίου. Ένας χρόνος αγώνα και προσπάθειας, ο Δήμος μας να πάρει αυτά που δικαιούται, αυτά που το Κράτος οφείλει να προσφέρει στην Αθηνού. Και για τη μεγάλη της συνεισφορά στην πατρίδα σε πολλούς τομείς, αλλά και για τη συνεχιζόμενη κατοχή του 65% της γης της, το για 43 χρόνια μη άνοιγμα της διόδου Πυροΐου-Λευκωσίας και τις τόσες άλλες δυσκολίες, που επέφερε στον Δήμο μας η εισβολή και κατοχή σημαντικού τμήματος της αγαπημένης μας πατρίδας.

Ενδιάμεσα αυτού του αγώνα όμως υπάρχουν οι συνάνθρωποί μας που χρειάζονται τη ΣΤΗΡΙΞΗ μας, που έχουν ανάγκη της ΑΓΑΠΗΣ μας, της ΠΡΟΣΦΟΡΑΣ και της ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ μας. Οι συνέπειες της εισβολής, αλλά και πιο πολύ της πρόσφατης οικονομικής κρίσης,

επέφεραν πολλά προβλήματα σε πολλούς συμπατριώτες μας αλλά και πολλούς συνδημότες μας. Όλοι μαζί και ο καθένας ξεχωριστά θα πρέπει να τους βοηθήσουμε. Μέσα από αυτό το θείο μήνυμα των ημερών που έρχονται, καλώ όποιον μπορεί να βοηθήσει να το κάνει. Το μήνυμα της ενανθρώπισης του Θεού ως γίνε πράξη, με την ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗ στους συνδημότες μας, που έχουν ανάγκη.

Από τα βάθη της ψυχής μου εύχομαι σε όλους τους Αθηναίους, όπου και αν βρίσκονται, αλλά και σε όλο τον κόσμο,

**ΚΑΛΑ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ,  
ΧΡΟΝΙΑ ΠΟΛΛΑ,  
ΕΥΤΥΧΙΣΜΕΝΟ ΚΑΙ ΜΕ ΥΓΕΙΑ  
ΤΟ ΝΕΟ ΕΤΟΣ.**

*Κυριάκος Καρεκδάς  
Δήμαρχος*

## 1<sup>ο</sup> ΠΑΓΚΥΠΡΙΟ ΦΕΣΤΙΒΑΛ ΑΘΗΝΙΤΙΚΩΝ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ «Η ΑΘΗΝΟΥ ΣΤΟ ΠΙΑΤΟ ΣΑΣ»

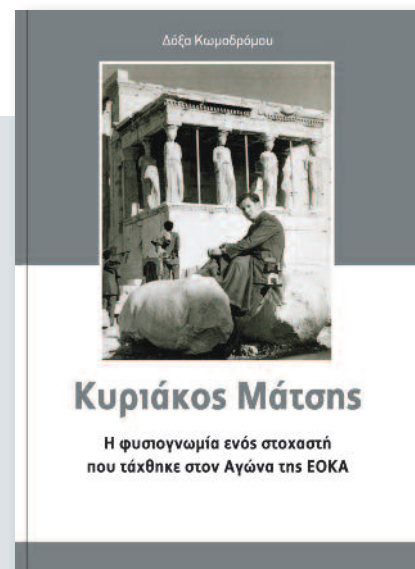


Το 1ον Παγκύπριο Φεστιβάλ Αθηνιτικών Προϊόντων με την επωνομασία «Η Αθηνού στο πιάτο σας», πραγματοποιήθηκε την Κυριακή, 15 Οκτωβρίου 2017, στο Κωσταντίνειο Δημοτικό Πάρκο. Το Φεστιβάλ, που είχε ως βασικό στόχο την ανάδειξη και την προώθηση όλων των ντόπιων παραγωγών, αλλά και των προϊόντων για τα οποία η Αθηνού είναι φημισμένη σε όλη την Κύπρο, σημείωσε μεγάλη επιτυχία, μιας και οι επισκέπτες ξεπέρασαν τις έξι χιλιάδες. Άνθρωποι από διάφορες πόλεις και χωριά της Κύπρου αλλά και από το εξωτερικό, ήρθαν στην Αθηνού για να γνωρίσουν και να δοκιμάσουν τις δικές μας γεύσεις, τα αυθεντικά αθηνιτικά προϊόντα, φτιαγμένα με τα πιο αγνά υλικά. Γιατί η Αθηνού δεν είναι ξακουστή μόνο

για το ψωμί της. Χαλούμι, κεφαλοτύρι, πουργούρι, λουκούμα, αυγά, ξηροί καρποί, ήταν μόνο μερικά από τα προϊόντα, που έβαλαν στο πιάτο τους όλοι όσοι έδωσαν το παρόν τους. Το Φεστιβάλ ξεκίνησε στις 11 το πρωί με δωρεάν πρόγευμα σε διακόσια και πλέον παιδιά ηλικίας 4 έως 11 ετών, βασισμένο στα αθηνιτικά προϊόντα. Σε συνεργασία με τις κυρίες Μαρία Καντηλάφτη (Κλινική Διαπολολόγο) και Ελένη Ταππή (Διαπολολόγο-Διατροφολόγο) ετοιμάστηκε ένα ισορροπημένο πρωινό, κατά τη διάρκεια του οποίου οι γονείς είχαν την ευκαιρία να ακούσουν χρήσιμες συμβουλές τόσο για τη σημασία του προγεύματος όσο και για το τι πρέπει να περιλαμβάνει ένα υγιεινό και θρεπτικό πρωινό. ➤ σελ. 14



*Το Δημοτικό Συμβούλιο  
και το προσωπικό  
του Δήμου Αθηνού  
σας εύχονται  
Καλά Χριστούγεννα &  
Ευτυχισμένο το Νέο Έτος.*



**ΝΕΟ ΒΙΒΛΙΟ ΜΕ ΑΘΗΣΑΥΡΙΣΤΟ ΥΛΙΚΟ  
ΓΙΑ ΤΟΝ ΗΡΩΑ ΚΥΡΙΑΚΟ ΜΑΤΣΗ**

➤ σελ. 17





## ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

|                                       |    |
|---------------------------------------|----|
| Αναπτυξιακά έργα                      | 4  |
| Σύλλογος Γυναίκων Αθηνών «ΓΟΛΓΙΑ»     | 6  |
| Εκπαίδευση                            | 8  |
| Πολιτιστικός Όμιλος «ΜΑΛΛΟΥΡΑ»        | 12 |
| Φεστιβάλ Πόλεων «URBACT»              | 15 |
| 68ο Σύστημα Προσκόπων                 | 18 |
| Ευρωπαϊκή Ημέρα Επανεκκίνησης Καρδιάς | 19 |
| Υγεία                                 | 20 |
| Θρησκευτικά-Εκκλησιαστικά             | 22 |
| Δημοική Στέγη Ενηλίκων                | 24 |
| Αθλητικά                              | 27 |

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

## Η ΑΘΗΝΟΥ

Τριμηνιαία Έκδοση από τον 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 Χαραλάμπους  
Αργύρης Αργυρού

## ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ - ΕΚΤΥΠΩΣΗ

Μαρία Καδή - Τυπογραφείο Κώνος

Φωτογραφία εξωφύλλου:

Λίθινο πόδι άνδρα με σανδάδι

Εδδηνιστική περίοδος - Μάδδουρα

## ΕΠΙΒΟΛΗ ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ ΤΕΛΟΥΣ ΑΚΙΝΗΤΗΣ ΙΔΙΟΚΤΗΣΙΑΣ ΚΑΙ ΑΠΟΧΕΤΕΥΤΙΚΩΝ ΤΕΛΩΝ 2017, ΣΤΟ ΔΗΜΟ ΑΘΗΝΟΥ

Επειδή πολλοί συνδημότες μας διερωτούνται και διαμαρτύρονται για το ύψος των δημοτικών τελών ακίνητης ιδιοκτησίας και των αποχετευτικών τελών για το 2017, θα ήθελα να διευκρινίσω ότι τόσο για το Δημοτικό Τέλος Ακίνητης Ιδιοκτησίας, όσο και για τα Αποχετευτικά Τέλη, οι Νόμοι προβλέπουν ότι από φέτος οι Αρχές επιβάλλουν ένα ποσοστό, στα όρια που καθορίζονται στους Νόμους, στις εκτιμημένες αξίες του Κτηματολογίου σε τιμές 2013.

## 1. ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΤΕΛΟΣ ΑΚΙΝΗΤΗΣ ΙΔΙΟΚΤΗΣΙΑΣ

- Ο Δήμος Αθηνών επέβαλε Δημοτικό Τέλος Ακίνητης Ιδιοκτησίας το 2016, στη βάση της αξίας των ακινήτων με αξίες 01/01/1980, σε ποσοστό 1,5%, σύμφωνα με τη σχετική Νομοθεσία.
- Οι συνολικές χρεώσεις των τελών για το έτος 2016 ανήλθαν σε €92.000 περίπου. Η συνολική αξία όλων των ακινήτων των Δημοτικών Ορίων Αθηνών σε τιμές 01/01/1980 ήταν €61.333.000 περίπου, στη βάση στοιχείων που πήρε ο Δήμος από το Κτηματολόγιο.
- Η συνολική αξία των ακινήτων των Δημοτικών Ορίων Αθηνών σε τιμές 01/01/2013 είναι €665.518.000 περίπου. Παρά τις αντίθετες υποδείξεις που είχε για επιβολή πιο αυξημένου ποσοστού, το Δημοτικό Συμβούλιο επέβαλε το Δημοτικό Τέλος 2017 σε ποσοστό 0,145% και συνολικές χρεώσεις €96.500 περίπου. Λόγω μη «καθαρών» στοιχείων που δόθηκαν από το Κτηματολόγιο, έχουν επιβληθεί τέλη και σε τεμάχια που πιθανώς να είναι κατεχόμενα και οι ιδιοκτήτες προτιρόνται να αποταθούν στον Δήμο για αφαίρεση της χρέωσης και εκσυγχρονισμό των στοιχείων. Έτσι οι συνολικές χρεώσεις του 2017 αναμένεται να είναι στα ίδια επίπεδα του 2016.
- Ορισμένα από τα ακίνητα, με αξίες 01/01/2013, έχουν εκτιμηθεί με τιμές ψηλότερες από το δεκαπλάσιο της αξίας που είχαν την 01/01/1980 και επομένως χρεώθηκαν ψηλότερο τέλος για το έτος 2017, αφού η μείωση του ποσοστού επιβολής του τέλους ήταν 9,66% (από 1,5% σε 0,145%).
- Τα ακίνητα που η αύξησή τους στη βάση τιμών 01/01/1980 και 01/01/2013, είναι μικρότερη από τη μείωση του ποσοστού επιβολής του τέλους 9,66%, χρεώθηκαν χαμηλότερο τέλος το 2017 σε σχέση με το τέλος του 2016.

## 2. ΑΠΟΧΕΤΕΥΤΙΚΑ ΤΕΛΗ

- Το Συμβούλιο Αποχετεύσεων Αθηνών επέβαλε Αποχετευτικά Τέλη το 2016, στη βάση της αξίας των ακινήτων της οικιστικής περιοχής με αξίες 01/01/1980, σε ποσοστό 0,50% ή 5%, σύμφωνα με τους Κανονισμούς του Συμβουλίου Αποχετεύσεων Αθηνών.
  - Οι συνολικές χρεώσεις των τελών για το έτος 2016 ανήλθαν σε €270.000 περίπου. Η συνολική αξία των τεμαχίων της οικιστικής περιοχής με βάση τις τιμές του 1980 ήταν €54.000.000 περίπου, στη βάση στοιχείων που λαμβάνει το Συμβούλιο Αποχετεύσεων Αθηνών από το Κτηματολόγιο.
  - Η αξία των ακινήτων της οικιστικής περιοχής σε τιμές του 2013 ανέρχεται σε €550.000.000 περίπου, δηλαδή 10 φορές περίπου περισσότερη απ' ό,τι το 2016.
  - Παρά τις υποδείξεις για επιβολή τέτοιου τέλους, που τα έσοδα από την επιβολή των τελών να αυξηθούν μέχρι και 10%, το Συμβούλιο Αποχετεύσεων Αθηνών αποφάσισε το ποσοστό χρέωσης των αποχετευτικών τελών για το έτος 2017 να μειωθεί στα 0,45% από τα 5% που ήταν το έτος 2016. Οι συνολικές χρεώσεις των τελών για το έτος 2017 ανέρχονται σε περίπου €247.500, €22.500 λιγότερες από το 2016.
  - Το Συμβούλιο Αποχετεύσεων Αθηνών, εφαρμόζοντας τις πρόνοιες της σχετικής Νομοθεσίας, δεν άφησε το ίδιο, αλλά μείωσε το ποσοστό χρέωσης και τα συνολικά έσοδα, για να διευκολύνει τους χρήστες, αφού έκρινε ότι αυτό ήταν οικονομικά δυνατό.
2. Γίνεται αντιληπτό ότι οι χρεώσεις τόσο του Δημοτικού Τέλους Ακίνητης Ιδιοκτησίας όσο και των Αποχετευτικών Τελών αυξήθηκαν σε κάποιες περιπτώσεις, λόγω των ψηλών εκτιμήσεων των ακινήτων σε τιμές 2013 από το Κτηματολόγιο.
3. Ως Δήμαρχος απέστειλα επιστολή στον Διευθυντή του Κτηματολογίου, εξηγώντας ότι λόγω της κατοχής μεγάλης έκτασης της γης της Αθηνών, πολλά κτήματα έχουν υπερεκτιμηθεί σε τιμές του 2013 και τον κάλεσα να ξαναγίνουν εκτιμήσεις, τουλάχιστον για κτήματα στα βόρεια και στα ανατολικά του οικισμού. Μπορεί όμως και κάθε επηρεαζόμενος, που νιώθει ότι το τεμάχιο του υπερεκτιμήθηκε, να αποταθεί στο Κτηματολόγιο για να γίνει νέα εκτίμηση του ακινήτου. Σε περίπτωση μείωσης, θα μειωθούν και οι επιβαλλόμενες ως ανωτέρω χρεώσεις.

Κυριάκος Καρεκλάς  
Δήμαρχος Αθηνών

## ΠΩΛΕΙΤΑΙ ΧΩΡΑΦΙ

Τοποθεσία: ΓΕΡΑΤΖΙΑ, ΑΘΗΝΟΥ (ΓΕΡΑΜΠΙΑ)

Δεκάρια: 4

Τετραγωνικά Μέτρα: 683

Φύλλο: 31 - Σχεδιο: 44 - Τεμάχιο: 155

Τηλέφωνα Επικοινωνίας: 96356222 & 97879990 (Δήμητρα Τζιακούρη)

## Καθαποδάς «Ο Φθηνότερος»

ΑΝΤΡΙΚΑ - ΓΥΝΑΚΕΙΑ - ΠΑΙΔΙΚΑ

ΕΙΔΗ ΕΝΔΥΣΗΣ  
ΚΑΙ ΥΠΟΔΗΣΗΣ

ΕΙΔΗ ΠΡΟΙΚΑΣ

ΓΙΩΡΓΟΣ ΚΑΛΑΠΟΔΑΣ ΛΤΔ

Παύλου Μελά 14, απέναντι Δημοτικού Σχολείου Αθηνών

Υπόγειο Καθαποδά, Τηλ.: 2452209, 99652258

Γιώργος Καθαποδάς ΛΤΔ



## Χορηγοί Πολιτιστικών Εκδηλώσεων Ιουλίου - Οκτωβρίου 2017

Ο Δήμος Αθηνών επιθυμεί να εκφράσει τις θερμές του ευχαριστίες σε όλους τους χορηγούς και συνεργάτες, οι οποίοι συνέβαλαν τα μέγιστα στην υλοποίηση των πολιτιστικών εκδηλώσεων της περιόδου Ιουλίου – Οκτωβρίου 2017 που έγιναν στον Δήμο Αθηνών, μεταξύ των οποίων και του 1<sup>ου</sup> Παγκύπριου Φεστιβάλ Αθηνένιων Προϊόντων, «Η Αθηνά στο Πιάτο σας», είχε τεράστια επιτυχία.

### ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΙΟΥΛΙΟΥ - ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ

- Βασίλης Μιχαηλίδης: Η 9η Ιουλίου 2017».
- Παρουσίαση αποτελεσμάτων Αρχαιολογικών Ανασκαφών Μάλλουρα 2017.
- Βράβευση Αρίστων Τελειόφοιτων Μαθητών Λυκείων (Δημόσιων, Ιδιωτικών) και Τεχνικών Σχολών και Διακριθέντων στον Αθλητισμό.
- Θερινό Σινεμά.
- «Αμπαλατέματα» - Διαδραστική αφήγηση παραμυθιού με μουσική και θέατρο.
- Θεατρική Παράσταση Σατιρικού Θεάτρου, «Το ξύλο βγήκε από τον Παράδεισο».

Διοργανωτής: Δήμος Αθηνών.

#### Σεπτέμβριος 2017

- Συνεστίαση Αποδήμων και Ετεροδημοτών.
- Διοργανωτής: Δημοτική Επιτροπή Αποδήμων και Ετεροδημοτών.
- Εκδήλωση Εορτασμού του Πολιούχου Αγίου της Αθηνών, Αγίου Φωκά.
- Διοργανωτής: Δήμος Αθηνών.
- Μουσικοχορευτική Συναυλία: «Τραγουδώντας... το Χάρτινο Φεγγάρι».

Διοργανωτής: Δημοτικός Ποδηλατικός Όμιλος Αθηνών.

#### Οκτώβριος 2017

- 1ο Παγκύπριο Φεστιβάλ Αθηνένιων Προϊόντων, «Η Αθηνά στο Πιάτο σας».
- Διοργανωτής: Δήμος Αθηνών, Δημοτική Ποδηλατική Επιτροπή.
- Θεατρική Παράσταση Δημοτικού Πολιτιστικού Ομίλου Αθηνών, «Ένας ήρωας με παντόφλες».

Διοργανωτής: Δημοτικός Ποδηλατικός Όμιλος Αθηνών.

### ΧΟΡΗΓΟΙ ΚΑΙ ΣΥΝΕΡΓΑΤΕΣ ΤΩΝ ΕΚΔΗΛΩΣΕΩΝ

#### Α. Χορηγοί:

Τμήμα Γεωργίας του Υπουργείου Γεωργίας, Αγροτικής Ανάπτυξης και Περιβάλλοντος και Αναπτυξιακή Εταιρεία Επαρχιών Λάρνακας και Αρμιοχώστου Λτδ (ΑΝΕΤΕΛ), Κεντρική Ασφαλιστική Εταιρεία Λτδ, «Deanson Ltd», «ΟΠΑΠ» Κύπρου, Ασφαλιστική Εταιρεία Metlife Cyprus Ltd, «E & P. H. Eleftheriou Aluminium Company Ltd», Πρατήριο Καυσιών «ΕΚΟ» Κυριάκου Ποιπτή Λτδ, Αρχή Ηλεκτρισμού Κύπρου, Γαλακτοκομείο «Αδελφοί Πάντζιου Λτδ», Εταιρεία «Σοπάζ Λτδ», Παγκύπρια Οργάνωση Σιτηροπαραγωγών Λτδ, Τράπεζα Κύπρου, Υπεραγορά «Αντρέα Καρούσιου & Υιοί Λτδ», Αίθουσα Δεξιώσεων «Ανάμνησις», Ζαχαροπλαστείο «Warrawong», Οικογενειακό Κέντρο «ΧΑΡΟΥΛΛΑΣ», «Ταβέρνα του Γιώργου», Ταβέρνα «Μίχος», Ταβέρνα «Ταμπλιός», African Safari Gifts, Sushilicious Ltd, Ξηροί Καρποί Κ. Ηρακλέους, περίπτερο «Indigo».

#### Β. Χορηγός Επικοινωνίας:

Ραδιοφωνικό Ίδρυμα Κύπρου.

#### Γ. Δωροθέτες:

«Kleima LTD» - «Perfect U», «Ojo Sunglasses», «ΘΕΣΣ» Καφέ Αθηνών.

#### Δ. Χορηγοί σε Είδος:

Εταιρεία «Χαραλαμπίδης/Κρίστνης Λτδ», Α. Ζορπάς & Υιοί ΛΤΔ, Γαλακτοκομείο «Αδελφοί Πάντζιου Λτδ», Αντώνης & Νεόφυτος Νεοκλέους, Οργανισμός Νεολαίας Κύπρου, Παγκύπριος Οργανισμός Αγελαδοτρόφων (ΠΟΑ) Δημόσια Λτδ, Οικογενειακό κέντρο «ΧΑΡΟΥΛΛΑΣ», Ταβέρνα «Ταμπλιός», «Tzionis Farm Ltd», Αρτοποιεία «Αδελφοί Καζάζης Λτδ», Γαλακτοκομεία «Μεσαρκά ΛΤΔ», Υπεραγορά «Αντρέα Καρούσιου & Υιοί Λτδ», Υπεραγορά «Mas» Αθηνών, Ξηροί Καρποί «Κωνσταντίνος Ζορπάς», Εταιρεία «Δημήτρης Σαΐτης», Υλικά Οικοδομής «Κώστας Ζορπάς», Ελένη Ποιπτή, Γιώτα Λύτρα, Μιχάλης Μάγος, Φλώρα Καϊλά, Αλέξανδρος Περικλέους, Χρυσόστομος Ιωσηφίδης, Ζαχαρούλλα Τράππου, Αρτέμιος Κίζης, Πτηνοτροφείο «Κούλλης Νικολάου», Ανθοπωλείο «Αrica».

#### Ε. Συντελεστές Καλλιτεχνικών Προγραμμάτων:

Χριστιάνα Αρτεμίου, Χορωδία, Χορευτικό και Θεατρικό τμήμα Δημοτικού Πολιτιστικού Ομίλου Αθηνών, Πολιτιστικός Όμιλος «Μάλλουρα» Αθηνών, Ελένη Χατζηβασιλή, Έλενα Χατζηγεωργίου, Ειρήνη Κλοκκαρή, Dj Δημήτρης Ιεροδιακόνου, Dj Ιωάννης Ζορπάς, Dj

Δημήτρης Σάμμουτος, Μαρία Κόλοκου Φαλά, Χρίστος Καραγιάννης, Λάκης Κοιλιάρης, Νεόφυτος Νεοκλέους.

#### Ζ. Συνεργάτες:

Αμερικάνικο Κολλέγιο Davidson Βορείου Καρολίνας, Αρχαιολογική Αποστολή Αθηνών με επικεφαλής της Αποστολής τον Δόκτωρα Μιχάλη Τουμάζου, Θεατρικός Οργανισμός Κύπρου, Δήμος Λευκονοίκου, Χορωδία «Ορφέας» Πάφου, Μαντολινάτα Δήμου Παραλιμνίου, Σεφ Νικόλας Κωνσταντίνου, Δημόσια & Ιδιωτικά Εκπαιδευτικά Ιδρύματα Αθηνών, Σχολική Εφορεία Αθηνών, Πολιτική Άμυνα Αθηνών, 68<sup>ο</sup> Σύστημα Προσκόπων Αθηνών, Κωνσταντινελένειο Κέντρο Ενηλίκων, Σύλλογος Γυναικών Αθηνών «ΓΟΛΓΙΑ», Κλινική Διατολόγος Μαρία Καντιλάκη, Διατροφολόγος Ελένη Ταππή, Ομάδα εθελοντών Πολιτιστικής Επιτροπής Δήμου Αθηνών, Ομάδα Παρασκευής Παραδοσιακών Προϊόντων, Υπομάδες Εθελοντών Φεστιβάλ, Κυλικείο Κωνσταντίνειου Δημοτικού Πάρκου Αθηνών, Γεωργία Χατζηθεοχάρους, Γιαννούλλα Χαραλάμπους, Παρασκευή Λουλλή, και πολλοί άλλοι εθελοντές, για τους οποίους θα γίνει ξεχωριστή άλλη αναφορά. Ο Δήμος ευχαριστεί όλους όσους αναφέρθηκαν ανωτέρω αλλά και οποιονδήποτε άλλον έχει βοηθήσει με οποιοδήποτε τρόπο στην επιτυχία των Πολιτιστικών μας Εκδηλώσεων. Ένα μεγάλο ευχαριστώ και στους Αθηνένιες Παραγωγούς που έλαβαν μέρος στο 1<sup>ο</sup> Παγκύπριο Φεστιβάλ Αθηνένιων Προϊόντων, «Η Αθηνά στο Πιάτο σας», χωρίς τη συμμετοχή των οποίων δε θα μπορούσε να πραγματοποιηθεί και να πετύχει η διοργάνωση, η οποία καθιερώθηκε ως θεσμός στον Δήμο μας και θα διοργανώνεται κάθε χρόνο.

#### Παραγωγοί:

Α. Ζορπάς & Υιοί ΛΤΔ, Παγκύπριος Οργανισμός Αγελαδοτρόφων (ΠΟΑ) Δημόσια Λτδ, «Parouis Dairies Ltd», Γαλακτοκομείο «Αδελφοί Πάντζιου Λτδ», Γαλακτοκομεία «Μεσαρκά Λτδ», «Γ. Αδάμου & Υιός Λτδ», Αδελφοί «Α. Κεπόλα ΛΤΔ», Οικογενειακό Κέντρο «Χαρούλλας», Ξηροί Καρποί «Ιωάννης Ζορπά και Υιοί», Ζαχαροπλαστείο «Warrawong», Αρτοποιεία Θ. Σεργίου, «Tzionis Farm Ltd», Ζαχαροσκευάσματα Λαδάς, Ξηροί Καρποί «Κωνσταντίνος Ζορπάς», «Τα σιάμισι της Παντελίτσας», «Christiano Ice Cream LTD», «Creations by Evanthia», Γλυκά «Γεωργία Χατζηθεοχάρους» και Εταιρεία «Δημήτρης Σαΐτης».

Έλενα Παπαμιχαήλ

Αναπληρώτρια Έφορος

Καθδινικείου Δημοτικού Μουσείου Αθηνών

## ΠΑΝΗΓΥΡΙ ΑΓΙΟΥ ΦΩΚΑ 2017 - ΕΟΡΤΑΣΜΟΙ ΔΗΜΟΥ ΑΘΗΝΟΥ

Ο Σεπτέμβριος είναι ο μήνας του Πολιούχου Αγίου της Αθηνών, Αγίου Φωκά και ο Δήμος Αθηνών δε θα μπορούσε να απέχει από τους εορτασμούς που γίνονται προς τιμήν του.

Την Πέμπτη 21 Σεπτεμβρίου 2017, παραμονή της εορτής του Αγίου, στις 9.00μ.μ., ο Δήμος μας διοργάνωσε εκδήλωση στην καρδιά των Οδών του Δήμου Αθηνών όπου γίνεται κάθε χρόνο πλούσιο πανηγύρι προς τιμή του Αγίου μας, το οποίο προσελκύει πλήθος επισκεπτών από όλη την Κύπρο.

Συγκεκριμένα, στην εξέδρα που στήθηκε στη συμβολή των Λεωφόρων Αρχιεπισκόπου Μακαρίου Γ' και Γρίβα Διγενή, αφού ακούσαμε τον Χαιρετισμό του Δημάρχου Αθηνών, κ. Κυριάκου Καρεκλά και τις εγκάρδιες ευχές του προς το κοινό, ακολούθησε καλλιτεχνικό πρόγραμμα.

Το χορευτικό τμήμα του Πολιτιστικού Ομίλου Αθηνών παρουσίασε πρόγραμμα με παραδοσιακούς χορούς Ηπείρου, Μακεδονίας και Κρήτης με χοροδιδάσκαλο τον κ. Ματθαίο Αλαμπρίτη, ενώ ο Πολιτιστικός Όμιλος «Μάλλουρα» παρουσίασε μοντέρνους χορούς, το Κυπριακό

Ποίημα του Παναγιώτη Γεωργίου για την Αθηνά και Ποι Πουρί Λαϊκών Χορών, με χοροδιδάσκαλους τον κ. Ανδρέα Χατζηκυπριανού και τον κ. Γιώργο Μιχαήλ. Το κοινό διασκέδασε με το κέφι και τη ζωντάνια των χορευτών και δε σταμάτησε να τους δίνει το θερμό χειροκρότημά του, ενώ ιδιαίτερη εντύπωση προκάλεσε το κυπριακό ποίημα για την Αθηνά.

Ευχαριστούμε τους Πολιτιστικούς Ομίλους μας, που ανταποκρίνονται πάντα στο κάλεσμα του Δήμου Αθηνών για προβολή της δουλειάς τους. Ο Δήμος Αθηνών τιμά τη συνεργασία αυτή, που είναι συνεχής και επιτυχημένη.

Ανήμερα της γιορτής του Αγίου Φωκά 22 Σεπτεμβρίου 2017 στις 9.00 – 10.30μ.μ., το Καλλινίκειο Δημοτικό Μουσείο Αθηνών παρέμεινε ανοικτό για το κοινό, με ελεύθερη είσοδο, δίνοντας την ευκαιρία σε Δημότες, Ετεροδημότες και άλλους επισκέπτες να γνωρίσουν το Μουσείο μας.

Έλενα Παπαμιχαήλ

Αναπληρώτρια Έφορος

Καθδινικείου Δημοτικού Μουσείου Αθηνών





## ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΑ ΕΡΓΑ

Το τελευταίο διάστημα οι δημότες μας έχουν γίνει κοινωνοί διάφορων αναπτυξιακών έργων που εκτελούνται στην περιοχή του Δήμου μας. Ήταν μια υπόσχεση που δόθηκε και άρχισε ήδη να γίνεται πράξη, κατόπιν σημαντικής υποστήριξης από το Κράτος. Πιο κάτω αναφέρονται σε ορισμένα έργα, που προωθήθηκαν ή προωθούνται, ενώ για άλλα θα γίνει αναφορά στο μέλλον.

### 1. Κλείσιμο του αυλακίου του κύριου δρόμου εισόδου στον Δήμο.

Ο δρόμος είναι αρμοδιότητα Τμήματος Δημοσίων Έργων. Λόγω της επικινδυνότητας που υπήρχε από την ύπαρξη του ανοικτού αυλακίου, έγιναν εκτεταμένες ενέργειες προς το Τμήμα Δημοσίων Έργων και το Υπουργείο Μεταφορών, Επικοινωνιών και Έργων και εξασφαλίστηκε από τις αρχές του χρόνου ένα σημαντικό κονδύλι, το οποίο δόθηκε στο Τμήμα Δημοσίων Έργων, που προχώρησε στο κλείσιμο του αυλακίου με οχετό και ανοικτό «ντουσιμέ», με τέτοιο τρόπο που η παροχευτικότητα των νερών της βροχής να είναι ικανοποιητική.

### 2. Ετοιμασία ρυθμιστικού σχεδίου για αναβάθμιση του κύριου δρόμου εισόδου στον Δήμο.

Μετά από ενέργειες προς το Τμήμα Δημοσίων Έργων έχει ετοιμασθεί σχέδιο αποτύπωσης του δρόμου από τον κυκλοφοριακό κόμβο της Βιομηχανικής Περιοχής μέχρι τον κυκλοφοριακό κόμβο, που βρίσκεται μπροστά από τη δεξαμενή νερού του Δήμου. Μετά από

αίτημα προς τον Υπουργό Μεταφορών, Επικοινωνιών και Έργων έχει ήδη κατατεθεί στο ταμείο του Δήμου ποσό €15.000 για ετοιμασία ρυθμιστικού σχεδίου του δρόμου. Κατόπιν συνεργασίας μου με το Τμήμα Πολεοδομίας και Οικήσεως, θα ζητηθούν σύντομα προσφορές για ετοιμασία ρυθμιστικού σχεδίου, το οποίο θα περιλαμβάνει αναβάθμιση του δρόμου με πεζοδρόμια, ποδηλατόδρομο, πράσινο, υπογειοποίηση φωτισμού κλπ. Μετά την ετοιμασία του σχεδίου, θα γίνουν ενέργειες προς το Κράτος για υλοποίησή του.

### 3. Αντιπλημμυρικά Έργα.

Με ενέργειες προς το Υπουργείο Εσωτερικών στάλθηκε στον Δήμο το ποσό των €25.000, για εκτέλεση διαφόρων αντιπλημμυρικών έργων. Ήδη προχώρησε η υλοποίησή τους, με αποκορύφωμα την επίλυση του πλημμυρισμού της οδού Χατζηκωνσταντίνου Λύτρα, που μετά από βροχές παρουσίαζε πάντα σοβαρά προβλήματα συσσώρευσης νερών της βροχής.

### 4. Ετοιμασία αντιπλημμυρικής μελέτης της περιοχής του Δήμου.

Μετά από έντονες βροχοπτώσεις, σημαντικές ποσότητες νερών κατακλύζουν τον Δήμο, προκαλώντας σοβαρά προβλήματα τόσο στους δρόμους όσο και σε ιδιοκτησίες. Με ενέργειες προς τον Υπουργό Εσωτερικών ενέκρινε την καταβολή ποσού €50.000, ώστε να ετοιμασθεί αντιπλημμυρική μελέτη από ειδικούς, η οποία θα καταδείξει πώς μπορεί να αντιμετωπισθεί το παρουσιάζόμενο πρόβλημα και θα προτείνει λύσεις επίλυσής του. Ήδη έχουν ετοιμασθεί τα έγγραφα του σχε-

τικού διαγωνισμού, τα οποία έχουν τύχει της έγκρισης των αρμοδίων κυβερνητικών Τμημάτων, ενώ έχει γίνει η προκήρυξη του σχετικού διαγωνισμού από τον ίδιο τον Δήμο. Μετά την ετοιμασία της μελέτης θα γίνουν ενέργειες για έναρξη υλοποίησης των προτεινόμενων λύσεων, ώστε να απαμβλυνθεί το παρουσιάζόμενο πρόβλημα.

### 5. Βελτίωση του κατεστραμμένου οδικού δικτύου του Δήμου.

Το οδικό δίκτυο του Δήμου είναι, ως γνωστόν, σε άθλια κατάσταση και ταλαιπωρεί αφάνταστα όλους τους δημότες. Με συντονισμένες ενέργειες έχει αρχίσει η επάλειψη με «πρέμις» βασικού οδικού δικτύου εισόδου στον Δήμο, ενώ πριν το τέλος του χρόνου αναμένεται η επάλειψη όλου του βασικού δικτύου εισόδου από όλες τις κύριες οδικές αρτηρίες. Επίσης, θα γίνει η χάρση των γραμμών σηματοδότησης των δρόμων. Για τις επαλήψεις του πρέμις που γίνονται φέτος ο Δήμος δεν θα καταβάλει οποιεσδήποτε πιστώσεις, ενώ ως Δήμαρχος έχω εκφράσει τις θερμότερες ευχαριστίες μου τόσο στον Έπαρχο Λάρνακας όσο και στον Υπουργό Εσωτερικών, οι οποίοι ανταποκρίθηκαν σε αιτήματά μας και μέσα από ειδικά προγράμματα του Προϋπολογισμού Αναπτύξεως έχουν βοηθήσει τον Δήμο μας στην εκτέλεση των επαλείψεων. Θα ήθελα να διαβεβαιώσω τους δημότες μας ότι αυτή είναι η πρώτη φάση ενός φιλόδοξου προγράμματος, ώστε τελικά να επαλειφθεί με πρέμις όλο το κατεστραμμένο οδικό δίκτυο του Δήμου, κάτι που θα συνεχισθεί και με τον νέο χρόνο.

### 6. Δημιουργία εκδρομικού χώρου γύρω από την εκκλησία του Αρχαγγέλου Μιχαήλ.

Στο πλαίσιο πρόσκλησης που έκανε το Τμήμα Δασών στις αρχές του χρόνου, μέσω του Προγράμματος Αγροτικής Ανάπτυξης 2014-2020, ετοιμάσθηκαν σχέδια από ιδιώτη μελετητή, στον οποίο ανέθεσε την εργασία ο Δήμος και υποβλήθηκε αίτηση για δημιουργία εκδρομικού χώρου γύρω από την εκκλησία του Αρχαγγέλου Μιχαήλ. Το κόστος του έργου υπολογίστηκε να είναι €70.000 και όλο το ποσό θα καλυφθεί μέσω του προγράμματος, χωρίς οποιαδήποτε συνεισφορά του Δήμου. Αναμένεται ότι το έργο θα εγκριθεί σύντομα και θα αρχίσει η υλοποίησή του μέσα στο 2018, ενώ η ολοκλήρωση του έργου θα προσδώσει στο χώρο ένα αναβαθμισμένο χαρακτήρα.

### 7. Τοποθέτηση δωρεάν Wi-Fi σε κεντρικά σημεία του Δήμου.

Με ενέργειες του Δήμου έχει ήδη τοποθετηθεί από τη CYTA, την οποία και ευχαριστούμε θερμά, δωρεάν Wi-Fi στην Κεντρική Πλατεία των Εκκλησιών και στο Κωνσταντίνειο Δημοτικό Πάρκο, για δωρεάν σύνδεση με το διαδίκτυο και χρήση από τους επισκέπτες. Παράλληλα, έχει διευθετηθεί από τον Δήμο και η σύνδεση του Καλλινικείου Δημοτικού Μεγάρου και του Καλλινικείου Δημοτικού Μουσείου με Wi-Fi και έτσι οι επισκέπτες μπορούν πλέον να έχουν πρόσβαση στο διαδίκτυο και στα μέρη αυτά.

Κυριάκος Καρεκλάς  
Δήμαρχος Αθηνών

## ΓΕΝΙΚΗ ΣΥΝΕΛΕΥΣΗ ΣΚΕ ΑΘΗΝΟΥ

Το πολύπλευρο και πολυδιάστατο έργο του Συμβουλίου Κοινοτικού Εθελοντισμού Αθηνών παρουσιάστηκε κατά τη Γενική Συνέλευσή του, η οποία πραγματοποιήθηκε στις 11 Σεπτεμβρίου 2017 στο Κωνσταντινελένειο Κέντρο Ενηλίκων. Είναι αδιαμφισβήτητο ότι το έργο που επιτελείται στον τομέα του εθελοντισμού είναι άξιο σχολιασμού, αλλά και συγχαρητηρίων, αφού πρόσφατα η Αθηνά έχει βραβευτεί ως Πόλη Καλής Πρακτικής στον τομέα του εθελοντισμού στο πλαίσιο πρότασης που υποβλήθηκε και εγκρίθηκε από το Ευρωπαϊκό Πρόγραμμα URBACT.

Οι εργασίες της Γενικής Συνέλευσης περιλάμβαναν επισκόπηση του έργου που επιτελείται μέσα από τη σκληρή και συνεχή προσπάθεια των μελών των Διαχειριστικών Επιτροπών όλων ανεξαιρέτως των προγραμμάτων του ΣΚΕ, της Δημοτικής Στέγης Ενηλίκων, του Κωνσταντινελένειου Κέντρου Ενηλίκων, του Παιδοβρεφοκομικού Σταθμού και της Κοινωνικής Πρόνοιας, του προσωπικού αλλά και των πολυάριθμων εθελοντών, που στηρίζουν ποικιλοτρόπως και σταθερά τα προγράμματα.

Ακολούθως, πραγματοποιήθηκε συζήτηση και ανταλλαγή απόψεων για διάφορα τρέχοντα θέματα που απασχολούν το ΣΚΕ, ως επίσης και συζήτηση επί των μελλοντικών σχεδίων για αναβάθμιση και βελτίωση των παρεχόμενων υπηρεσιών. Επίσης, παρουσιάστηκε συνοπτικά η οικονομική κατάσταση των Προγραμμάτων. Τέλος, έλαβε χώρα εκλογική Γενική Συνέλευση, κατά την οποία επανεκλέγηκαν τα ίδια μέλη στο Διοικητικό Συμβούλιο, τα οποία είναι:

- Κυριάκος Καρεκλάς, Δήμαρχος - Πρόεδρος
- Βάσος Χ' Γιαννακού - Γραμματέας
- Πέτρος Σάμμουτος - Ταμίας
- Σταύρος Κασούμης - Μέλος



- Χρίστος Παπασάββας - Μέλος
- Νίκος Νεοκλέους - Μέλος
- Χρυστάλλα Κίτα - Μέλος
- Πανίκος Λύτρας - Μέλος
- Γεωργία Χ' Θεοχάρους - Μέλος
- Κώστας Χ' Πιερή - Μέλος
- Μάρω Παπούλη - Μέλος

Ο Δήμαρχος Αθηνών και Πρόεδρος του ΣΚΕ, Κυριάκος Καρεκλάς, στην ομιλία του χαιρέτισε το συνεχές και αδιάλειπτο ενδιαφέρον που υπάρχει στον τομέα του εθελοντισμού και εξήρε την επιτυχημένη αποστολή των Προγραμμάτων, τονίζοντας τη στήριξη και την έμπρακτη υποστήριξη του Δήμου Αθηνών στο έργο που επιτελείται. Ευχαρίστησε θερμά τους Προέδρους και τα μέλη των Διαχειριστικών Επιτροπών, ως επίσης και όλο το προσωπικό καθώς και όλους

τους εθελοντές αλλά και χορηγούς «που η άδολη αγάπη τους σ' αυτό που επιτελούν φέρνει εξαιρετικά αποτελέσματα, κάνοντας ηλικιωμένους, νέους και παιδιά να νιώθουν να τους περιβάλλει μια συνεχής και ατέλειωτη αγάπη».

Εν συνεχεία ο Δήμαρχος αναφέρθηκε στη σπουδαιότητα που έχει η πρόσφατη βράβευση του Δήμου Αθηνών ως Ευρωπαϊκή Πόλη με Καλή Πρακτική τον Εθελοντισμό της. Χαρακτηριστικά ανέφερε «Η σημασία της έγκρισης φαίνεται από το γεγονός ότι από όλη την Κύπρο, στο πλαίσιο του Προγράμματος, εγκρίθηκε μόνο ακόμη μια πρόταση Καλής Πρακτικής και από όλη την Ελλάδα μόνον δύο. Ήδη φωτογραφίες με ηλικιωμένους μας να σπρώχνονται από προσωπικό και εθελοντές σε πορεία «περπατώ με τους ηλικιωμένους», την πορεία αγάπης προς το Πάρκο,

κάνει το γύρο του διαδικτύου και αρκετά στοιχεία για τον εθελοντισμό μας προβάλλονται τόσο στην ιστοσελίδα του προγράμματος URBACT, όσο και στην ιστοσελίδα της αντιπροσωπείας Ελλάδας-Κύπρου του Προγράμματος, που εδρεύει στην Αθήνα. Σε εκδήλωση που έγινε στη Λεμεσό παρουσιάσαμε την εγκριμένη πια πρότασή μας, ενώ σε φεστιβάλ που θα γίνει στο Ταλίν της Εσθονίας θα προσπαθήσουμε για πανευρωπαϊκή διάχυση αυτής της Καλής Πρακτικής και επίσης θα επιδιώξουμε τη συνεργασία με άλλους ευρωπαϊκούς φορείς και υποβολή πρότασης ανάδειξης του Εθελοντισμού μας, που αν εγκριθεί θα έχει σημαντικό προϋπολογισμό για να προωθήσουμε αρκετά πράγματα.»

Στην Αθηνά εδώ και χρόνια, αναδεικνύουμε την αυξανόμενη αξία της συμβολής του εθελοντικού τομέα στην κοινωνία/κοινότητα, στην κοινωνικο-οικονομική ανάπτυξη, κοινωνική συνοχή και ευημερία των ευπαθών ομάδων του πληθυσμού μας. Θα συνεχίσουμε να υποστηρίζουμε τη συμμετοχή εθελοντών για το καλό και την προσφορά στην κοινωνία μας και θα συνεχίσουμε να ενδυναμώνουμε τον σεβασμό στους συνανθρώπους μας που το έχουν ανάγκη. Η ευαισθητοποίηση αλλά και η ενημερότητα των πολιτών είναι και θα παραμείνει πρωταρχικός στόχος.

Εκφράζουμε συγχαρητήρια στο Διοικητικό Συμβούλιο του ΣΚΕ Αθηνών, που είμαστε βέβαιοι ότι θα συνεχίσει το επίπονο, αλλά υπέροχο και αναγκαίο του έργο προς την κοινωνία και τους ανθρώπους μας.

Νατάσα Γεωργίου Καρούσιου  
Δημοτικός Γραμματέας



## ΣΥΓΚΕΝΤΡΩΣΗ ΓΙΑ ΤΗ ΝΕΑ ΚΤΗΝΟΤΡΟΦΙΚΗ ΖΩΝΗ

Για ενημέρωση και ανταλλαγή απόψεων σε σχέση με τα πορίσματα μελέτης που εκπονήθηκε για τη Νέα Κτηνοτροφική Ζώνη της Αθήνας.

Ο Δήμος Αθηνών, σε συνεργασία με το Ιδιωτικό Μελετητικό Γραφείο Νικολαΐδης και Συνεργάτες Λτδ και μετά από εισήγηση του Τμήματος Πολεοδομίας και Οικήσεως, πραγματοποίησε στις 23 Οκτωβρίου 2017 πανδημοτική συγκέντρωση με στόχο την ενημέρωση και την ανταλλαγή απόψεων σε σχέση με τα πορίσματα της μελέτης με τίτλο «Εμπειριστατωμένη Μελέτη για τον Καθορισμό Νέας Κτηνοτροφικής Ζώνης στην Αθήνα», η οποία εκπονήθηκε από το εν λόγω Γραφείο μετά από σχετικό Διαγωνισμό του Τμήματος Πολεοδομίας και Οικήσεως.



Υστερα από συντονισμένες προσπάθειες του Δήμου Αθηνών, το Τμήμα Πολεοδομίας και Οικήσεως ανέθεσε από την αρχή του χρόνου στην Εταιρεία «Νικολαΐδης και Συνεργάτες Λτδ» την ετοιμασία της μελέτης, την οποία και χρηματοδοτεί.

Βασικός στόχος της μελέτης αυτής είναι η ανάδειξη των ζητημάτων και αναγκών που αντιμετωπίζει η υφιστάμενη καθορισμένη κτηνοτροφική ζώνη Γγ1 (σ.σ Τοπικό Σχέδιο Αθηνών 2012) και η διερεύνηση της ανάγκης δημιουργίας Νέας Κτηνοτροφικής Ζώνης.

Στη συγκέντρωση παρευρέθηκε ένας μεγάλος αριθμός κτηνοτρόφων, επηρεαζόμενων ιδιοκτητών γης μέσα στην υφιστάμενη κτηνοτροφική ζώνη, αριθμός επηρεαζόμενων ιδιοκτητών γης μέσα στην περιοχή που προτείνεται η δημιουργία νέας ζώνης, καθώς και άλλοι ενδιαφερόμενοι δημότες και ετεροδημότες της Αθήνας, των οποίων και οι διάφορες απόψεις, τοποθετήσεις, εισηγήσεις και ανησυχίες, καταγράφηκαν από τους μελετητές και θα διαβιβαστούν στο Τμήμα Πολεοδομίας και Οικήσεως.

Επιπρόσθετα, στη συγκέντρωση έγινε λεπτομερής παρουσίαση και επεξήγηση των βασικών πορισμάτων της μελέτης, αναλύθηκε η μεθοδολογία που υιοθετήθηκε από το μελετητικό γραφείο και παρουσιάστηκε η νέα περιοχή που προτείνεται για τη δημιουργία νέας Κτηνοτροφικής Ζώνης. Τέλος, διανεμήθηκε σχετικό έντυπο συλλογής γραπτών συγκαταθέσεων των χρηστών/ιδιοκτητών γης σχετικά με το εν λόγω αναπτυξιακό έργο.

Ο Δήμαρχος Αθηνών, κ. Κυριάκος Καρεκλάς, στη δική του παρέμβαση, τόνισε τη σοβαρότητα του όλου θέματος, επισημαίνοντας τον στόχο του Δημοτικού Συμβουλίου που είναι πρώτιστα ο περιορισμός της οχληρίας της οικιστικής περιοχής από τη λειτουργία της υφιστάμενης κτηνοτροφικής ζώνης, αλλά παράλληλα η ενδυνάμωση του κτηνοτροφικού τομέα που αποτελεί οικονομικό πνεύμονα για την Αθήνα αλλά και ευρύτερα, μέσα από ένα ολοκληρωμένο μεσοπρόθεσμο σχεδιασμό για σταδιακή μετεγκατάσταση των κτηνοτροφικών υποστατικών που σήμερα λειτουργούν εκτός της ζώνης, επηρεάζοντας τις ανέσεις του οικισμού. Ο Δήμαρχος τόνισε, επίσης, την ετοιμότητα του Κράτους να υποστηρίξει τις προσπάθειες του Δημοτικού Συμβουλίου Αθηνών μέσω της δημιουργίας υποδομών αλλά και της μελέτης σχεδίων για χρηματοδότηση των αναγκαίων έργων για την ομαλή μετάβαση και λειτουργία των μονάδων στη νέα κτηνοτροφική ζώνη.

Είναι ξεκάθαρο ότι η διαχείριση και η ορθολογιστική λειτουργία των κτηνοτροφικών υποδομών στην Αθήνα είναι ένα ζήτημα κρίσιμο, που αφορά την κοινωνία μας, την πρόοδο της οικονομίας μας και την ποιότητα ζωής των κατοίκων μας. Εν κατακλείδι, τα πορίσματα της συγκέντρωσης αυτής και κατ' επέκταση η ολοκληρωμένη αυτή μελέτη, η οποία αναμένεται να υποβληθεί σύντομα στο Τμήμα Πολεοδομίας και Οικήσεως, θα αποτελέσουν και τη βάση των προτάσεων κατά τη διαδικασία της επικείμενης αναθεώρησης του Τοπικού Σχεδίου Αθηνών.

Νατάσα Γεωργίου Καρούσιου  
Δημοτικός Γραμματέας

## ΠΡΟΣΦΥΓΙΚΟ ΣΩΜΑΤΕΙΟ «ΑΓΙΟΣ ΣΠΥΡΙΔΩΝΑΣ» ΤΡΕΜΕΤΟΥΣΙΑΣ

Το Προσφυγικό Σωματείο «Άγιος Σπυρίδωνας» Τρεμετουσιάς μέσα στο πλαίσιο της εορτής του πολιούχου και θαυματουργού μας Αγίου, Αγίου Σπυρίδωνα, χωροστατούντος του Πανιερωτάτου Μητροπολίτη Τριφυθούντος κ. Βαρνάβα, σας προσκαλεί στον ιερό ναό Παναγίας Χρυσελεύσης στην Αθήνα, ημέρα Κυριακή, 10 Δεκεμβρίου, 2017, όπου θα τελεσθεί το επίσημο μνημόσυνο των αποθανόντων Τρεμετουσιωτών στην προσφυγιά και θα πραγματοποιηθεί δέηση για την ανεύρεση και διακρίβωση της τύχης των αγνοούμενων συγχωριανών μας.

43 χρόνια μετά την αποφράδα εκείνη ημέρα της 14ης Αυγούστου, 1974. Οι ιστορίες που ακροβατούν στα όρια της λήθης, χιλιάδες. Το πολυαγαπημένο μας χωριό στέκει τέσσερις δεκαετίες, προσημόντας τους κατοίκους του. Το μυαλό ταξιδεύει νοερά στο χωριό μας σε μια προσπάθεια να κρατήσουμε άβυσσες τις μνήμες, σε μια προσπάθεια

να παντρέψουμε τις ιστορίες που ακούσαμε με τις εικόνες του σήμερα. Σε μια απελπισμένη και όμως ασταμάτητη προσπάθεια να ζωντανέψουμε τις αναμνήσεις και τις ιστορίες των γονιών μας και να τις κρατήσουμε ζωντανές. Να τις μεταλαμπαδεύσουμε στα παιδιά και τα εγγόνια μας. Γιατί οφείλουμε να μην ξεχάσουμε. Γιατί οφείλουμε να διεκδικούμε τη χαμένη μας πατρίδα. Γιατί οφείλουμε να αγωνιζόμαστε μέχρι την πολυπόθητη εκείνη μέρα. Αυτές είναι οι παρακαταθήκες του Παππού και της Γιαγιάς, της Μάνας και του Πατέρα, των Προγόνων μας. Έχουμε χρέος να τις διαφυλάξουμε. Έχουμε χρέος να μην ξεχνούμε και να απαλλαγούμε από φράκτες και συρματοπλέγματα μέχρι την επανένωση της πατρίδας μας.

Κατερίνα Χαδόγυα Ηρακλέους  
Πρόεδρος Προσφυγικού Σωματείου  
«Άγιος Σπυρίδωνας» Τρεμετουσιάς



**ΧΡΥΣΟΧΟΕΙΑ**  
**ΜΑΡΙΟΣ ΤΟΥΛΟΥΠΗΣ**

Εξερευνήστε έναν κόσμο εκλεπτυσμένης αισθητικής στα Χρυσοχοεία Μάριος Τουλούπης, όπου θα βρείτε την καλύτερη επιλογή δώρου για εσάς και τα αγαπημένα σας πρόσωπα. Οι συλλογές μας από επιλεγμένα κοσμήματα, ρολόγια και πολύτιμα δώρα, το πολυτελές περιβάλλον και η φιλική εξυπηρέτηση με σεβασμό στο πελάτη, είναι κάποιες από τους λόγους που μας έχουν καταστήσει ως κορυφαία Χρυσοχοεία.

• Στροβόλου 40 Α, Τσέρι, Τηλ 22383381 • Αρχ. Μακαρίου Γ 14, Αθηνών, Τηλ. 24524242



## Σύλλογος Γυναικών Αθηνών «ΓΟΛΓΙΑ»

**Σ**υνεχής και εποικοδομητική παραμένει η συμβολή του Συλλόγου Γυναικών Αθηνών «ΓΟΛΓΙΑ», είτε ως σύνολο, είτε σε προσωπικό με μέλη του να συμμετέχουν εθελοντικά σε δράσεις και εκδηλώσεις του Δήμου μας, αλλά και σε άλλες δραστηριότητες. Με τη δράση τους προάγουν τους στόχους του Συλλόγου μας και έχουν ενεργό εμπλοκή στα κοινωνικά δρώμενα, επιτελώντας ένα εκ των σκοπών για τον οποίο έχει συσταθεί, δηλαδή την ενεργή συμμετοχή των γυναικών της Αθηνών στα κοινωνικά και πολιτιστικά δρώμενα του Δήμου μας, τον οποίο ευχαριστούμε θερμά για την συνεργασία και τη στήριξη που μας παρέχει στο έργο μας.

### Επίσκεψη συνεργείου κινηματογράφησης από Γερμανία

Στις 10 και 11 Σεπτεμβρίου 2017 επισκέφθηκε τον Δήμο μας συνεργείο κινηματογράφησης από τη Γερμανία για σκοπούς ετοιμασίας ντοκιμαντέρ στο πλαίσιο ευρύτερης παρουσίασης της Επαρχίας Λάρνακας και το διήμερο 10 και 11 Σεπτεμβρίου ήταν αφιερωμένο στην Αθηνόυ. Έγινε παρουσίαση παρασκευής χαλλουμιού από τις κ. Γεωργία Χ' Θεοχάρους και Γιαννούλα Χαραλάμπους στο παραδοσιακό τυροκομείο που βρίσκεται εντός της πατρικής οικίας του Μακαριστού Μοναχού Καλλίνικου. Ακολούθως έγινε παρουσίαση παρασκευής ψωμιού στον παραδοσιακό Αλευρόμυλο από την κ. Μαρούλλα Τζιακούρη και παραδοσιακού μαχαλλεπί από την κ. Μάρθα Κιρκίνη.

Η ετοιμασία του ντοκιμανταίρ έγινε σε συνεργασία του Δήμου μας και της Αναπτυξιακής Εταιρείας Επαρχιών Λάρνακας – Αμμοχώστου και σε αυτή συνέβαλαν τόσο στο συντονισμό και προετοιμασία όσο και στη μετέπειτα φιλοξενία και παρουσίαση τα μέλη του Δ.Σ. του Συλλόγου Γυναικών Αθηνών «ΓΟΛΓΙΑ» κ. Φλωρεντία Μαραγκού και Παρασκευή Λουλλή.

### Φεστιβάλ Παραδοσιακής Κουλτούρας

Ο Σύλλογος μας πραγματοποίησε την 1η Οκτωβρίου την καθιερωμένη εκδρομή του στο πλαίσιο του Φεστιβάλ Παραδοσιακής Κουλτούρας που διοργανώνει ο Σύλλογος Γυναικών Υπαίθρου Λάρνακας. Το Φεστιβάλ φέτος πραγματοποιήθηκε



στην κοινότητα Κοφίνου. Είχαμε την ευκαιρία να παρακολουθήσουμε το καλλιτεχνικό πρόγραμμα που παρουσίασαν τα μέλη του Πολιτιστικού Ομίλου Κοφίνου, να γευτούμε παραδοσιακές συνταγές από εκθέτες μέλη του Συλλόγου από διάφορες κοινότητες αλλά και από κατεχόμενες κοινότητες μας. Επίσης γευτήκαμε παραδοσιακές γεύσεις από Κρήτη, όπως το ξακουστό γαμοπίλαφο, που προσφέρεται στους γάμους στην Κρήτη, από μέλη του τοπικού Συλλόγου Γυναικών.

### Φεστιβάλ Δήμου Αθηνών

Το 1ο Παγκύπριο Φεστιβάλ Αθηνών υπό τον τίτλο «Η Αθηνόυ στο πιάτο σας» πραγματοποιήθηκε στο Κωνσταντίνεο Δημοτικό Πάρκο Αθηνών την Κυριακή 15 Οκτωβρίου 2017 και στέφθηκε με απόλυτη επιτυχία. Μέλη του Συλλόγου μας συμμετείχαν στο φεστιβάλ σε διάφορες δράσεις όπως η παρασκευή ψωμιού από το μέλος του Δ.Σ. Παρασκευή Λουλλή, ενώ άλλα μέλη του Συμβουλίου συμμετείχαν σε άλλες δράσεις και μέλη μας που συμμετείχαν ως εκθέτες προβάλλοντας και προωθώντας τα προϊόντα τους.

### Εκπαιδευτική Εκδρομή στην Ορεινή Λάρνακα

Σε συνεργασία με τον Σύλλογο Γυναικών Υπαίθρου Λάρνακας, το Επαρχιακό Γεωργικό Γραφείο Λάρνακας πραγματοποίησε εκπαιδευτική εκδρομή για αγρότες και αγρότισσες σε αγροβιομηχανίες της Ορεινής Λάρνακας. Στην εκδρομή που πραγματοποιήθηκε στις 24 Οκτωβρίου 2017 συμμετείχαν και μέλη του Συλλόγου Γυναικών Αθηνών. Επισκέφθηκαν τη βιοτεχνία γλύκων του κουταλιού «ΕΡΜΗ» στην κοινότητα Άγιοι Βαβασιονιάς και έπειτα προσφέρθηκε πρόγευμα από μέλη του Συλλόγου τα οποία ευχαριστούμε θερμά. Ακολούθησε προσκύνημα στο Μοναστήρι του Αγίου Μηνά, γεύμα στο Οινοποιείο «Κτήμα Χριστούδια» και στη βιοτεχνία παραδοσιακών εδεσμάτων «Το μαδράτζιν της γιαγιάς» στον Κάτω Δρυ. Τέλος επισκέφθηκαν στον Δήμο Λευκάρων τη βιοτεχνία λουκουμιών «Τα Ωραία Λεύκα». Θερμές ευχαριστίες τόσο στο Γεωργικό Γραφείο Λάρνακας όσο και στο Σύλλογο Γυναικών Υπαίθρου Λάρνακας για τη διοργάνωση της εκδρομής, αλλά και τις βιοτεχνίες που φιλοξένησαν τους συμμετέχοντες.

Η δράση του Συλλόγου συνεχίζεται και εμπλουτίζεται διαρκώς συμβάλλοντας τα μέγιστα στην κοινωνική και πολιτιστική αναβάθμιση και του βιοτικού επιπέδου της γυναίκας, προσφέροντάς της την ευκαιρία να είναι ενεργή δημότης. Υποσχόμαστε να συνεχίσουμε τη δράση μας και να προσφέρουμε την ευκαιρία στη γυναίκα της Αθηνόυ για πιο ενεργή εμπλοκή στα κοινωνικά δρώμενα.

Σταυρούλα Πεδουλίδου  
Μέλος Δ.Σ.

## Η ΤΕΧΝΙΚΗ ΤΟΥ ΠΟΛΥΔΙΑΣΤΡΟΦΙΚΟΥ ΜΑΡΚΕΤΙΝΓΚ

«Τα ανθρώπινο σώμα έχει πέντε αισθήσεις: αφή, όσφρηση, γεύση, όραση και ακοή. Αλλά δεν πρέπει να παραβλέπουμε τις αισθήσεις της ψυχής μας: ομόνοια, προνοητικότητα, εμπιστοσύνη, ενσυναίσθηση». C. JoyBell C.

Προφανώς, τα δύο σύνολα αισθήσεων είναι αλληλένδετα, καθώς οι φυσικές αισθήσεις συνδέονται με το μέρος του εγκεφάλου το οποίο είναι υπεύθυνο για τα συναισθήματα, τις απολαύσεις και τις αναμνήσεις. Ένας αυξανόμενος αριθμός εταιρειών σε διάφορες βιομηχανίες έχουν συνειδητοποιήσει αυτή τη σημαντική αλληλοσχέτιση και έχουν προσπαθήσει να την ενσωματώσουν στην πορεία της δημιουργίας και προώθησης των προϊόντων τους.

Μεταξύ άλλων, ο Άγιος Βασίλης της Coca-Cola με την κόκκινη στολή του, τα μοναδικά σχεδιασμένα μπουκάλια αρωμάτων του Jean Paul Gautier, το γνωστό σχέδιο των μπισκότων Oreo και ο έντονος φωτισμός στις βιτρίνες της Abercrombie & Fitch ξυπνούν την αίσθηση της όρασης προκαλώντας συναισθήματα εγρήγορης και λαχτάρας.

Επιπλέον, η αίσθηση της ακοής ενσωματώνεται στο αισθητικό Μάρκετινγκ με διαχρονικά τραγούδια που συνοδεύουν τις τηλεοπτικές και ραδιοφωνικές διαφημίσεις των εταιρειών, καθώς και το σχετικό είδος μουσικής που παίζει μέσα στα καταστήματα, προκαλώντας χαλαρωτικά, αισιόδοξα ή ρομαντικά συναισθήματα. Για παράδειγμα, η εντύπωση μουσική της British Airways και η κλασική μουσική των καταστημάτων Victoria's Secret. Επίσης, εξίσου σημαντικός είναι και ο ήχος του ίδιου του προϊόντος. Για παράδειγμα, ο εργαστηριακά δημιουργημένος, τραγανιστός ήχος των δημητριακών της Kellogg's στις τηλεοπτικές διαφημίσεις και ο ήχος της παρασκευής καφέ στις καφετέριες των Starbucks.

Επιπρόσθετα, οι σχετικές μυρωδιές ξυπνούν την όσφρηση προκαλώντας ευφορία συναισθημάτων και την επιθυμία για αγορές και παρατεταμένη διαμονή σε καταστήματα. Ορισμένα παραδείγματα που αξίζει να αναφερθούν είναι: το άρωμα "Stefan Floridian Waters" της Singapore

Airlines που φοράνε οι αεροσυνδοί αλλά και αρωματίζει τις ζεστές πετισέτες των επιβατών, το άρωμα παιδικής πούδρας που αρωματίζει το παιδικό τμήμα του IKEA, η μυρωδιά "καινούριου αυτοκινήτου" της Rolls Royce και η γευστική ευωδία των φρεσκοψημένων Cookies στους φούρνους Ζορπάς.

Επίσης, οι καταστηματάρχες επενδύουν στην αίσθηση της γεύσης, αυξάνοντας τις πιθανότητες προσέλκυσης πιθανών πελατών και του παρατεταμένου χρόνου τους στο κατάστημα. Προσπαθούν, μέσω γευστικών να απεικονίσουν τη σχετική εικόνα του καταστήματος και των προϊόντων τους. Ορισμένα καινοτόμα εστιατόρια πρωτοπορούν μέσω της αίσθησης της γεύσης, δίνοντας βρώσιμες επαγγελματικές κάρτες, προκειμένου οι πελάτες να γευτούν ένα δείγμα της κουζίνας τους. Ο Jimmy Choo, εξίσου, αντικατόπτρισε τα πολυτελή προϊόντα του, σε μια εκδήλωση εγκαίνιων καταστήματος, με ανεπανάληπτα σνακ κοκτέιλ σε σχήμα παπουτσιού και τσάντας. Τελευταία, αλλά όχι λιγότερο σημαντική,

είναι η αίσθηση της αφής. Η απαλότητα είναι μια αίσθηση που προκαλεί συναισθήματα ασφάλειας και ζεστασιάς. Η αλυσίδα σουπερ μάρκετ Asda στο Ηνωμένο Βασίλειο για παράδειγμα επιτρέπει στους πελάτες να αγγίξουν το χαρτί υγείας που διατίθεται προς πώληση με άμεσο αντίκτυπο τις αυξημένες πωλήσεις.

Κάθε μία από τις πέντε αισθήσεις είναι μοναδική σε δελεαστική δύναμη. Η ίδια ολιστική προσέγγιση θα μπορούσε να εφαρμοστεί στην πολυάσχολη καθημερινότητά μας. Πρέπει να πατήσουμε για λίγο παύση και να αφήσουμε τις αισθήσεις μας να μας καθοδηγήσουν. Ξυπνήστε και απολαύστε τον καθαρό γαλάζιο ουρανό, ακούστε το κελάνδημα των πουλιών, μυρίστε τα λουλούδια της εποχής, νιώστε τα βελούδινα τριαντάφυλλα στον κήπο σας ενώ γεύστε τον πρωινό σπιτικό σας καφέ ...

Μαρία Κωνσταντίνου  
Επίκουρη Καθηγήτρια Μάρκετινγκ  
Τμήμα Διοίκησης Επιχειρήσεων,  
P.A. College





Τάμος στο **ΕΥΟΣΜΟ**  
ακριβώς όπως τον  
ονειρεύεστε

Τάμος και Βάπτιση

## Κοντά μας θα βρείτε:

- Εποχιακά λουλούδια.
- Λουλούδια, δικόσμηση εσωτερικού χώρου.
- Δωράκια για το σπίτι και για γεννητούρια.

## Μέρες λειτουργίας:

Τρίτη - Σάββατο απόγευμα 4:30 - 7:00  
Σάββατο πρωί 10:00 - 1:00

Σε κάθε γιορτή ανοιχτό πρωί - απόγευμα

Το ανθοπωλείο της Νατάσας Κκαϊλά,  
μπορεί να σας εξυπηρετήσει και  
τηλεφωνικός και τις πρωινές ώρες.

Επικοινωνία και Διεύθυνση:

Τηλ: 24522484  
99617139

Πάνος 8, Αθηναίου  
Facebook: Evosmo



Το Έυοσμο

## ΥΙΟΘΕΣΙΑ ΣΚΥΛΟΥ

Η υιοθεσία ενός σκύλου είναι μια καταπληκτική ευκαιρία για να διευρύνετε την οικογένειά σας και, ταυτόχρονα, να προσφέρετε σε ένα ζωάκι μια δεύτερη ευκαιρία σε μια χαρούμενη ζωή.

### ΠΛΕΟΝΕΚΤΗΜΑΤΑ ΥΙΟΘΕΣΙΑΣ

Η υιοθεσία ενός σκύλου δεν είναι μόνο μια εμπειρία που μπορεί να σας γεμίσει απίστευτα. Οι σκύλοι που βρίσκονται στο καταφύγιο έχουν επίσης πολλά επιπλέον πλεονεκτήματα σε σύγκριση με την αγορά ενός καινούργιου κουταβιού.

- Οι ενήλικοι σκύλοι τείνουν να είναι πιο ήρεμοι, με παγιωμένο πρόγραμμα και προσωπικότητα σε σύγκριση με ένα νεαρό κουτάβι.
- Κάποιοι μεγαλύτεροι σε ηλικία σκύλοι που δίδονται προς υιοθεσία θα έχουν ήδη εκπαιδευτεί στο σπίτι και θα καταλαβαίνουν τις βασικές εντολές.
- Επειδή ακριβώς υπάρχουν πάρα πολλοί σκύλοι προς υιοθεσία, είναι σχεδόν σίγουρο ότι θα βρείτε ένα ιδανικό κατοικίδιο για την περίπτωση σας. Θα έχετε την ικανοποίηση ότι προσφέρατε σε ένα αδέσποτο τη χαρούμενη ζωή και την αγάπη που αξίζουν όλα τα ζώα.

### ΠΡΙΝ ΥΙΟΘΕΤΗΣΕΤΕ ΕΝΑ ΣΚΥΛΟ ΣΚΕΦΤΕΙΤΕ

1. Έχετε χώρο; Στους σκύλους αρέσει να έχουν χώρο να κινούνται και δεν τους αρέσει να περιορίζονται σε μικρούς κλειστούς χώρους.
2. Βεβαιωθείτε ότι έχετε χρόνο στη διάθεσή σας για να καλύπτετε τις συναισθηματικές, κοινωνικές και σωματικές ανάγκες του.
3. Η φροντίδα ενός σκύλου συνεπάγεται έξοδα, όπως ασφάλιση κατοικίδιου, επισκέψεις στον κτηνίατρο, τροφές. Ένας υπεύθυνος ιδιοκτήτης κατοικίδιου πρέπει να μπορεί να καλύπτει αυτές τις ανάγκες, οπότε σιγουρευτείτε ότι μπορείτε να το κάνετε άνετα, πριν υιοθετήσετε έναν σκύλο.

Από τη στιγμή που θα είστε σίγουρος τι είδους σκύλο θέλετε, μπορείτε να ξεκινήσετε να αναζητείτε τον καινούργιο τετράποδο φίλο σας! Το έντυπο διατίθεται ηλεκτρονικά στην ιστοσελίδα και από τα γραφεία του Δήμου.

## ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ ΓΙΑ

## ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΤΙΜΟΛΟΓΗΣΗ

Ο Δήμος Αθηένου, στο πλαίσιο του εκσυγχρονισμού των παρεχόμενων του υπηρεσιών προς το κοινό και κυρίως στοχεύοντας σε ψηφιακό εκσυγχρονισμό αλλά και εξοικονόμηση πόρων, προς το συμφέρον όλων και επίσης παροχής καλύτερης εξυπηρέτησης στους δημότες, παρέχει τη δυνατότητα σε όλους τους ενδιαφερόμενους όπως λαμβάνουν και ενημερώνονται για τους λογαριασμούς τους ηλεκτρονικά. Έτσι θα δίνεται η δυνατότητα άμεσης ενημέρωσης, εύκολης αναφοράς και πρόσβασης στα δεδομένα του κάθε λογαριασμού μέσω της ηλεκτρονικής αποθήκευσης, αποφυγής σπατάλης χαρτιού και εξοικονόμησης πόρων.

**Παραλαβή λογαριασμού ηλεκτρονικά, μέσω ηλεκτρονικού ταχυδρομείου (e-mail).**

Όσοι δημότες το επιθυμούν μπορούν να λαμβάνουν τους λογαριασμούς τους με ηλεκτρονικό ταχυδρομείο (e-mail), αντί μέσω των Ταχυδρομικών Υπηρεσιών. Η υποβολή της αίτησης για παραλαβή των διαφόρων λογαριασμών ηλεκτρονικά μπορεί να γίνει, αν ενδιαφέρεστε, με τους ακόλουθους τρόπους:

### 1. Μέσω της ιστοσελίδας του Δήμου Αθηένου.

Μέσω της ιστοσελίδας του Δήμου συμπληρώστε τα στοιχεία σας και επιλέξετε «Επιθυμώ να λαμβάνω το λογαριασμό μου ηλεκτρονικά». Το σχετικό έντυπο εξουσιοδότησης μπορείτε να το βρείτε από την ιστοσελίδα, ή από τα γραφεία του Δήμου Αθηένου.

### 2. Στα Γραφεία του Δήμου Αθηένου ή με τηλεομοιότυπο (φαξ) ή μέσω ηλεκτρονικού ταχυδρομείου (e-mail).

Εκτυπώστε το «Έντυπο Εξουσιοδότησης», το οποίο μπορείτε να βρείτε ηλεκτρονικά από την ιστοσελίδα, ή να το προμηθευτείτε από τα γραφεία του Δήμου Αθηένου, συμπληρώστε το ανάλογα, υπογράψτε δεόντως και παραδώστε το στα γραφεία του Δήμου Αθηένου, ή ταχυδρομείστε το ή αποστείλετέ το με τηλεομοιότυπο (FAX) στο 24522333 ή αποστείλετέ το ηλεκτρονικά στην ηλεκτρονική διεύθυνση mail@athienou.org.cy.

Από τον Δήμο Αθηένου

## Αδελωτή Αγάπη

*Αν στη ζωή που ζούμε  
με ανθρώπους καλούς βρεθούμε  
για την Αγάπη που αδελωτή  
τα πάντα τα χαρίζω.*

*Γιατί είναι δύσκολο ποδό  
η αγάπη να είναι αδελωτή  
στον κόσμο αυτόν που ζούμε.  
Πολλούς θα ακούσεις να το πουν,  
και λίγους να το εννοούν.*

*Οι άνθρωποι σαν τέρατα μοιάζουν,  
εγώ δεν τους δαυμάζω.  
Με αυτή τη μεταμόρφωση  
αδελωτά γροιάζω.*

*Με αυτή τη μεταμόρφωση  
στα συναισθήματά τους  
εξέχασαν την ανθρωπιά  
και τα διδάγματά τους.*

*Μα δεν μεταμορφώθηκαν  
πάνω στα πρόσωπά τους.  
Ρινοκεροι, παχύδερμα  
στα συναισθήματά τους.*

Χρίστος Καραγιάννης



## Παιδοκομικός & βρεφοκομικός Σταθμός Τεωργίου και Ελένης Διγενή Τσαντή

### Νέα σχολική χρονιά

Με τη βοήθεια του Θεού η νέα σχολική χρονιά άρχισε και έτσι ο πάτερ Δημήτριος Παπαϊωάννου παραβρέθηκε στο σχολείο μας για να τελέσει τον καθιερωμένο αγιασμό. Ο Πάτερ Δημήτριος ευχήθηκε στις δασκάλες ευλογημένη δημιουργική χρονιά γεμάτη υπομονή και στα παιδιά να έχουν πάντοτε οδηγό τον Χριστό, να είναι υπάκουα και φρόνιμα.

Τον Σεπτέμβριο ο παιδοβρεφοκομικός σταθμός άνοιξε πάλι τις πόρτες του για να δεχτεί τα μικρά παιδιά και ζωντάνεψε με τις χαρούμενες, γλυκές παιδικές φωνούλες τους. Φέτος έχουμε 3 τμήματα βρεφοκομικού, 2 τμήματα παιδοκομικού και 3 απογευματινά (ένα τμήμα για βρέφη, ένα τμήμα για νήπια και ένα τμήμα από το δημόσιο και κοινοτικό νηπιαγωγείο). Συνολικά ο σταθμός φιλοξενεί 80 παιδιά (60 κάτω των 3 χρονών και 20 άνω των 3 χρονών). Στο σταθμό απασχολούνται 3 βρεφοκόμοι, 4 παιδοκόμοι, 1 καθαρίστρια και η Διευθύντρια.

Ο παιδοβρεφοκομικός σταθμός είναι μια ξεχωριστή εμπειρία τόσο για τα παιδιά, αλλά και για τους γονείς. Η πρώτη επαφή γονέων και παιδιών με το σχολείο είναι ένα μεγάλο άλμα. Γι' αυτό δίνουμε στους γονείς μερικές συμβουλές που θα βοηθήσουν στην ομαλή ένταξη του παιδιού τους στο σχολείο.

Οι παιδοκομικοί – βρεφοκομικοί σταθμοί είναι πανέτοιμοι να υποδεχτούν με χαμόγελο και αγάπη, γνώσεις και εμπειρίες τα πιο σημαντικά πλάσματα πάνω στη γη, που δεν είναι άλλα από τα μικρά μας παιδιά. Το σχολείο παρέχει σ' αυτά φροντίδα, ασφάλεια και διαπαιδαγώγηση, ώστε στο νέο τους περιβάλλον να απασχολούνται δημιουργικά και να περνούν ευτυχισμένα.

Με ευκαιρία τους εορτασμούς του πολιούχου Αγίου της κοινότητας μας, Αγίου Φωκά, τιμώντας τη μνήμη του, πήγαμε στην εκκλησία και προσκυνήσαμε την εικόνα του παραμονή της γιορτής του.

Στο πλαίσιο του θέματος «υγεία του σώματος – καθαριότητα» κατόπιν δικής μας πρόσκλησης μας επισκέφτηκε η οδοντίατρος Παναγιώτα Ροκόπου η οποία μας μίλησε για την υγιεινή των δοντιών. Τα παιδιά είχαν την ευκαιρία να δουν μερικά

από τα εργαλεία που χρησιμοποιεί η οδοντίατρος και έκαναν πρακτική εξάσκηση. Αυτό είχε σκοπό να πηγαίνουν τακτικά στον οδοντίατρο για παρακολούθηση των δοντιών τους χωρίς να φοβούνται. Επίσης η οδοντίατρος τους χάρισε οδοντόκρεμα, μια αφύσα και το υπέροχο παραμύθι «ο Τάκης έχει πονόδοντο», έτσι ώστε τα παιδιά να μην ξεχνούν να πλένουν τακτικά τα δοντάκια τους.

Κατά την διεξαγωγή του μαθήματος για τον θεσμό «οικογένεια», συνοδεύσαμε τα μεγαλύτερα παιδιά στη Νέα Στέγη Ενηλίκων. Με μεγάλη μας χαρά, ενταχθήκαμε στο μάθημα μουσικοθεραπείας μαζί με τους ηλικιωμένους, που διεξαγόταν εκείνη τη στιγμή. Στο μάθημα αυτό περάσαμε υπέροχα. Ήταν μια εμπειρία ανεπανάληπτη, αφού τα παιδιά ήρθαν σε επαφή με την τρίτη ηλικία, τραγούδησαν και χόρεψαν. Όλοι, μικροί και μεγάλοι, κρατώντας μουσικά όργανα συνόδευαν τα τραγούδια. Είδαμε τους ηλικιωμένους να χαίρονται και να θυμούνται την δική τους μικρή ηλικία. Τα παιδιά μας, χάρισαν απλόχερα την αγάπη τους και έδωσαν υπόσχεση ότι σύντομα θα ξανασυναντηθούν.

Ανήμερα της γιορτής του Αγίου Κυριάκου επισκεφτήκαμε το Δημαρχείο Αθηνών για να δώσουμε τις ευχές μας στο Δήμαρχο που είχε την ονομαστική του γιορτή.

Για τον εορτασμό της Ανεξαρτησίας της Κύπρου την 1η Οκτωβρίου και της Εθνικής Εορτής την 28η Οκτωβρίου, τα παιδιά μας με ιδιαίτερη χαρά πραγματοποίησαν παρέλαση στην αυλή του σχολείου και στο συνοικισμό της κοινότητάς μας.

Τέλος ευχόμαστε σε όλα τα παιδιά μια δημιουργική χρονιά γεμάτη υγεία και χαρά. Εν κατακλείδι ευχαριστούμε θερμά τον μεγάλο διαχρονικό μας ευεργέτη κ. Νίκο Μουγιάρη.

10 Δεκεμβρίου θα πραγματοποιηθεί η Χριστουγεννιάτικη Πρωτοχρονιάτικη γιορτή του Παιδοβρεφοκομικού σταθμού στην αίθουσα του Γυμνασίου η ώρα 11:00 π.μ.

Λένια Καρούσιου  
Διευθύντρια



## Δημόσιο και Κοινοτικό Νηπιαγωγείο Αθηνών Νηπιαγωγείο εν δράσει!



Σεπτέμβριος. Νέο ξεκίνημα, νέα σχολική χρονιά. Με τις ευχές των ιερέων του Δήμου μας και τη βοήθεια του Θεού το Νηπιαγωγείο μας έκανε μια νέα αρχή. Μια αρχή στο ταξίδι της γνώσης, της φαντασίας, της δημιουργικότητας, της εξερεύνησης, της ανακάλυψης με «μεταφορικό μέσο» όπως πάντα το παιχνίδι. Φέτος το ταξίδι μας έχει μια διαφορετική μορφή. Πήρε τη μορφή ενός «Πιάτου». Ενός πιάτου που με τις μυρωδιές και τις γεύσεις του θα μας ταξιδέψει εντός κι εκτός της Κύπρου. Τι θα πει αυτό; Θα πει ότι οι στόχοι του νηπιαγωγείου, που είναι η ανάπτυξη δεξιοτήτων και στάσεων, η απόκτηση εμπειριών και γνώσεων που θα ενδυναμώσουν τα παιδιά ώστε να γίνουν δημιουργικοί και ενεργοί πολίτες, θα υλοποιηθούν μέσα από ένα «Πιάτο». Το «Πιάτο» αυτό, κάθε φορά θα μας ταξιδεύει με τις γεύσεις και τις μυρωδιές του σε διάφορες χώρες για να γνωρίσουμε υλικά, προϊόντα, συνταγές και φαγητά.

Το 1ο Φεστιβάλ Αθηνένιων προϊόντων με τίτλο «Η Αθηνού στο πιάτο σας» ταίριαξε

γάντι με το ταξίδι μας αυτό. Το προσωπικό του σχολείου μας συμμετείχε εθελοντικά στο πρόγραμμα που προσφέρθηκε στα παιδιά και τα παιδιά μας γεύτηκαν από τα προϊόντα της Αθηνού. Εκμεταλλευόμενοι το γεγονός αυτό ξεκινήσαμε το ταξίδι της γεύσης βάζοντας στο «Πιάτο» μας τα αθηνένια προϊόντα και φαγητά.

Τα παιδιά μίλησαν για τις εμπειρίες τους και διατύπωσαν απορίες και προβληματισμούς. Εισηγήθηκαν διάφορους τρόπους που θα μας βοηθήσουν να μάθουμε γι' αυτά, όπως επισκέψεις στους χώρους παρασκευής τους, συνεντεύξεις από ειδικούς, συνεντεύξεις από γονείς, παππούδες και γιαγιάδες, πληροφορίες από βιβλία μαγειρικής, το διαδίκτυο κι άλλα. Έτσι, τα ίδια τα παιδιά σχεδίασαν το δρομολόγιο που θα ακολουθήσουμε για να μάθουμε. Η συνέχεια στο επόμενο τεύχος...

Χρυσιάδα Λονδρή &  
Σωτηρούδα Γρηγορίου  
Νηπιαγωγοί

**ΤΩΡΑ ΚΑΙ ΣΤΗΝ ΚΥΠΡΟ**  
**το παγκόσμιας φήμης**  
**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ ΕΓΚΕΦΑΛΟΥ**  
**για παιδιά Δημοτικού**

# UCMAS

**Γονείς, θέλετε το παιδί σας να έχει τα πιο κάτω ωφελήματα;**

- ✓ Ενδυνάμωση μνήμης
- ✓ Ενδυνάμωση ακουστικής ικανότητας
- ✓ Αύξηση της συγκέντρωσης
- ✓ Αύξηση της ικανότητας να κάνεις περισσότερα από ένα πράγματα ταυτόχρονα
- ✓ Βελτίωση μαθηματικής αντίληψης και ικανότητας
- ✓ Αύξηση της αυτοπεποίθησης
- ✓ Βελτίωση της ακαδημαϊκής επίδοσης σε όλα τα μαθήματα του σχολείου

Πως επιτυγχάνονται όλα αυτά;

Δείτε τα βίντεο στο

[www.ucmas.com.cy](http://www.ucmas.com.cy)

και θα εκπλαγείτε!

Οι εγγραφές άρχισαν για το **NEO** τμήμα  
**UCMAS 1: Foundation (παιδιά Α' Δημοτικού)**  
Έναρξη μαθημάτων Φεβρουάριος 2018

Πληροφορίες:

Cybernet Αθηνών, Αγίας Μαρίνας 4, Αθηνών, 24811320





# ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ Κ.Α '

## ΟΙ ΔΡΑΣΕΙΣ ΜΑΣ

### ΑΣΦΑΛΕΣ ΣΧΟΛΕΙΟ ΓΙΑ ΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ

Το σχολείο συμμετέχει στο Πρόγραμμα: Ασφαλές Σχολείο για το Διαδίκτυο, που οργανώνει το Παιδαγωγικό Ινστιτούτο Κύπρου σε συνεργασία με το ΥΠΠ και για τον σκοπό αυτό έχει καταρτίσει σχετικό Σχέδιο Δράσης (μαθήματα, βιωματικά εργαστήρια, ενημερωτικό υλικό, δημιουργία πολιτικής, τελική εκδήλωση κτλ.). Στόχος του Προγράμματος είναι να εισαγάγει το σχολείο σε διαδικασία ανάληψης δράσης για την προώθηση της ασφαλούς χρήσης του διαδικτύου. Το διαδίκτυο είναι σήμερα μέρος της καθημερινότητάς μας και η ανάγκη για ψηφιακό και επικοινωνιακό γραμματισμό των παιδιών και απόκτηση-βελτίωση βασικών ψηφιακών δεξιοτήτων είναι γεγονός. Έτσι, τα παιδιά θα μάθουν να αναγνωρίζουν τις δυνατότητες και τις προκλήσεις του διαδικτύου, ώστε να το χρησιμοποιούν αποτελεσματικά και με υπευθυνότητα.

### 7ος ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ ΑΝΑΓΝΩΣΗΣ

Παιδιά της Β' και Γ' τάξης συμμετέχουν στον 7ο Μαραθώνιο Ανάγνωσης, ο οποίος είναι ένα επίσημο εκπαιδευτικό πρόγραμμα φιλαναγνωσίας με τη μορφή διαγωνισμού με βιβλία της Μαρίας Αγγελίδου. Στόχος, η δημιουργία φιλικής σχέσης με τη λογοτεχνία και αγάπης για το βιβλίο, καθώς και η γνωριμία τους με το έργο αξιόλογων συγγραφέων της παιδικής λογοτεχνίας. Φέτος, η θεματική των βιβλίων είναι κυρίως από την ελληνική μυθολογία.

### ΘΕΑΤΡΙΚΗ ΠΑΡΑΣΤΑΣΗ

Το σχολείο παρακολούθησε τη θεατρική παράσταση: «Καθρέφτης Ψυχής» του Ειδικού Σχολείου «Άγιος Σπυρίδωνας». Τα παιδιά του Ειδικού Σχολείου ως ερασιτέχνες ηθοποιοί με την καθοδήγηση των εκπαιδευτικών τους, κατάφεραν να συγκινήσουν τους θεατές, χαρίζοντας με τον δικό τους τρόπο μηνύματα ζωής για την αληθινή ανιδιοτελή αγάπη, την αποδοχή και τη φιλία ως αντίδοτο της αδιαφορίας και της μικροπρέπειας του σύγχρονου κόσμου.

### ΕΟΡΤΑΣΜΟΣ 28ης ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ

Τα παιδιά με λαμπρότητα γιόρτασαν την εθνική επέτειο της 28ης Οκτωβρίου με ενδοσχολική εκδήλωση, στην οποία συμμετείχαν



και παιδιά του Ιδιωτικού Νηπιαγωγείου Νάγια. Ευχαριστούμε τον Δήμαρχο Αθηνών, τον νυν και τέως Πρόεδρο της Σχολικής Εφορείας, ιερείς, Δημοτικούς Συμβούλους, Σχολικούς Εφορούς, Δημοτική Γραμματέα, Μέλη Διαχειριστών Επιτροπών, που τίμησαν την εκδήλωση με την παρουσία τους. Εντυπωσιακή και αθρόα ήταν η συμμετοχή του σχολείου στους πάνδημους εορτασμούς, στη δοξολογία-παρέλαση.

### ΜΙΑ ΑΛΛΙΩΤΙΚΗ ΟΡΧΗΣΤΡΑ

Τα παιδιά στις 30 Οκτωβρίου απόλαυσαν στο σχολείο το βραβευμένο μουσικό συγκρότημα Tat-Tnabar, στο οποίο χρησιμοποιούνται όργανα εντελώς ασύμβατα με τα καθιερωμένα, κατασκευασμένα από ανακυκλώσιμα υλικά, ακόμα και από λα-

χανικά, με τους μουσικούς να παρυσύρουν τους μικρούς ακροατές σε μουσική απόλαυση, παρέχοντας τους ταυτόχρονα τη βιωματική γνώση της επαναχρησιμοποίησης αγαθών.

Η μουσική ομάδα Tat-Tnabar δημιουργήθηκε το 2000 από τον Λευτέρη Μοσχοβία και έχει δημιουργήσει μουσική επένδυση κινουμένων σχεδίων και συμμετέχει σε διάφορα φεστιβάλ ethnic μουσικής στο εξωτερικό, προβάλλοντας την κυπριακή μουσική με αυτοσχέδια και ανακυκλώσιμα μουσικά όργανα, με το δικό τους

### ΗΜΕΡΙΔΑ «ΑΘΛΗΣΗ ΚΑΙ ΥΓΙΕΙΝΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΠΑΝΕ ΜΑΖΙ»

Στις μέρες μας η σημασία της ορθής διατροφής και της άσκησης είναι βασική για τη διατήρηση της υγείας. Επιπλέον, θεωρείται αδιαμφισβήτητο πως το πρόγευμα είναι το πιο σημαντικό γεύμα της ημέρας, διότι θα δώσει την ενέργεια και τα θρεπτικά συστατικά, επομένως, έχει προσφερθεί στα παιδιά στις 7 Νοεμβρίου υγιεινό πρόγευμα, προσφορά του Συνδέσμου Γονέων. Παιδιά όλων των νηπιαγωγείων συμμετείχαν στην Ημερίδα και ευχαριστούμε τις νηπιαγωγούς για τη συνεργασία.

Τα παιδιά ασχολήθηκαν με δημιουργικές εργασίες και άκουσαν τις συμβουλές της διατροφολόγου, κας Μαρίας Καντιλάφτη, την οποία ευχαριστούμε. Επίσης, συμμετείχαν σε αθλητικούς σταθμούς με διάφορα είδη χορού, πάλη, τάεκβοντο, ράλι αυτοκινήτου, τένις, χειροσφαίριση, ποδόσφαιρο, τους οποίους έχουν αναλάβει οι Ανδρέας Πιερή, Χρυστάλλα Γεωργίου, Χρυστάλλα Τζιωνή, Χρίστος Καρούσιος, Αλέξης Γερατζιώτης, Κυριάκος Κυριάκου, Αλέκα Κωσταντινίδου και Κώστας Σάββα, τους οποίους ευχαριστούμε. Χαρά στα παιδιά προκάλεσε και η παρουσία παικτών του Οθέλλου. Ευχαριστίες στον Δήμαρχο Αθηνών κ. Κυριάκο Καρεκλά και στον Πρόεδρο της Σχολικής Εφορείας, κ. Χρίστο Ηρακλέους, που χαιρέτησαν την εκδήλωση. Ευχαριστίες στη Δημοτική Σύμβουλο, κ. Μάρω Παπούνη, στη Διευθύντρια του Παιδικομικού Σταθμού, κ. Λένια Βαρνάβα και στους γονείς που παρακολούθησαν την Ημερίδα.

Δέσπονα Ζαννεπίδου-Πουγγράση  
Διευθύντρια



-30%  
-50%  
-70%  
σε προηγούμενο  
στόκ

**African Safari**  
GIFTS & DIY

εδώ κάθε μέρα είναι ...  
**Χριστούγεννα**

**Ensueño**  
DECO & FURNITURE



Larnaca 24-641400 - Nicosia 22-498131  
open on Sundays 12/11/17-31/12/17 10am-6pm



## ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ Κ.Β'

### Εκπαιδευτική επίσκεψη στη Βουλή των Αντιπροσώπων

Την Πέμπτη 12 Οκτωβρίου οι μαθητές της Στ' τάξης του σχολείου μας, μαζί με τις δασκάλες τους επισκέφθηκαν τη Βουλή των Αντιπροσώπων. Η επίσκεψη έγινε στο πλαίσιο της ενότητας με θέμα την 57η επέτειο της Κυπριακής Δημοκρατίας. Η εμπειρία όλων ήταν συναρπαστική και άκρως ενδιαφέρουσα από τη στιγμή της άφιξής μας έξω από το κτήριο της Βουλής μέχρι και την αναχώρησή μας, δύο ώρες αργότερα... Μετά την αρχική ξενάγηση στο χώρο υποδοχής, οι τελειόφοιτοι μας μπήκαν στην αίθουσα συνεδριάσεων της ολομέλειας της Βουλής και πήραν τις θέσεις τους στα βουλευτικά έδρανα. Το δέος ζωγραφίστηκε τότε στα πρόσωπά τους αφού βρέθηκαν να κάθονται σε ένα χώρο τον οποίο είχαν δει μόνο στην τηλεόραση και ο οποίος αποτελεί σύμβολο των δημοκρατικών αρχών της πατρίδας μας. Με ενδιαφέρον τα παιδιά μας άρχισαν

να παρακολουθούν την παρουσίαση της υπεύθυνης λειτουργού σχετικά με το ιστορικό της Κυπριακής Βουλής και τον τρόπο λειτουργίας του νομοθετικού μας σώματος. Ξαφνικά, η πόρτα της αίθουσας συνεδριάσεων άνοιξε και προς μεγάλη μας έκπληξη ο ίδιος ο πρόεδρος της Βουλής μπήκε μέσα συνοδευόμενος από τη Γενική Διευθύντρια της Βουλής και τη Διευθύντρια της Υπηρεσίας Ερευνών, Μελετών και Εκδόσεων. Τα παιδιά, μουδιασμένα στην αρχή και με πολύ ενθουσιασμό αμέσως μετά, άρχισαν όρθια να χειροκροτούν. Ο κ. Δημήτρης Συλλούρης έμεινε μαζί μας πέραν της μισής ώρας απαντώντας σε ερωτήσεις των μαθητών μας και παρέχοντας ενδιαφέρουσες πληροφορίες για τον τρόπο λειτουργίας της Βουλής. Πραγματικά, ήταν μεγάλη τιμή για

όλους μας και μοναδική ευκαιρία για τα παιδιά να γνωρίσουν από κοντά τον Πρόεδρο της Βουλής των Αντιπροσώπων και να μάθουν από τον ίδιο προσωπικά πληροφορίες σχετικά με νομοθεσίες και κανονισμούς που τα ενδιαφέρουν. Τον ρώτησαν σχετικά με τον χουλιγκανισμό στα γήπεδα, την εκπαιδευτική μεταρρύθμιση, τον τρόπο λειτουργίας των κοινοβουλευτικών επιτροπών, τον τρόπο που γίνεται η κατάθεση των νομοσχεδίων και η ψήφιση των νόμων... Φύγαμε γεμάτοι ενθουσιασμό και συγκίνηση από αυτή την πραγματικά αξιόλογη εμπειρία. Ευχαριστούμε για τη φιλοξενία.

Χριστίανα Ροκόπου, Εκπαιδευτικός



Οι τελειόφοιτοί μας στα βουλευτικά έδρανα παρακολουθούν με προσοχή τον Πρόεδρο της Βουλής των Αντιπροσώπων, που απαντά στις ερωτήσεις τους



Αναμνηστική φωτογραφία με τον κ. Δημήτρη Συλλούρη

## Νηπιαγωγείο

### «Παιδική Πολιτεία Νάγια»

Νέα σχολική χρονιά έχει αρχίσει και όπως πάντα με αγιασμό και ευχές για πρόοδο και καλή δημιουργική χρονιά. Τα παιδιά και οι δασκάλες πήραν την ευλογία της εκκλησίας μέσω του αγιασμού που τελέστηκε από τον Αιδεσιμότατο Πάτερ Πέτρο στην έναρξη της νέας σχολικής χρονιάς για να συνεχίσουν τη δράση και την προσφορά τους στα εκπαιδευτικά δρώμενα του Δήμου μας. Μέσα από επισκέψεις σε επαγγελματικούς χώρους ή φιλοξενία διαφόρων επαγγελματιών, αναπτύσσουν τις γνώσεις και τις δεξιότητές τους που θα τους δώσουν τα απαραίτητα εφόδια στη μετέπειτα σχολική και κοινωνική τους ζωή και θα συμβάλουν στην προσωπική τους ανάπτυξη. Ποικίλες οι δράσεις του νηπιαγωγείου σε όλους τους τομείς της καθημερινότητάς τους. Στο πλαίσιο της εβδομάδας κινητικότητας και σε συνεργασία με τον Αστυνομικό της Γειτονιάς κ. Γιώργο Ξιούρουππα διοργανώθηκε ποδηλασία περίξ του χώρου του νηπιαγωγείου. Διαδραστική διάλεξη πραγματοποιήθηκε στο χώρο του Κωνσταντινελένειου Κέντρου Ενηλίκων Αθηνών από το νηπιαγωγείο μας στις 4 Οκτωβρίου 2017 σε συνεργασία με τον εκπαιδευτικό ψυχολόγο Δρα Αντρέα Δημητρίου με θέμα «Το παιδί μου θυμώνει... πώς να το διαχειριστώ». Η προσέλευση του κόσμου ήταν αθρόα και το ενδιαφέρον για το θέμα συνέλαβε στην επιτυχία της διάλεξης. Θερμές ευχαριστίες εκφράζουμε

προς τον εκπαιδευτικό ψυχολόγο κ. Δημητρίου για τη συνεργασία και την πολύ καλή παρουσίαση που κράτησε αμείωτο το ενδιαφέρον καθ' όλη τη διάρκεια της διάλεξης, ως επίσης και το προσωπικό του Κωνσταντινελένειου Κέντρου Ενηλίκων για την πολύτιμη βοήθειά τους και τους γονείς που μας τίμησαν με την παρουσία τους. Παράλληλα την ίδια μέρα, επί ευκαιρία της παγκόσμιας ημέρας ζώων πραγματοποιήθηκε επίσκεψη των παιδιών του νηπιαγωγείου μας στην κτηνιατρική κλινική της κ. Ντιμάνας Χαραλάμπους, όπου μας μίλησε για τα κατοικίδια και πώς πρέπει να τα φροντίζουμε και να τα αγαπάμε. Στις 27 Οκτωβρίου 2017, τα παιδάκια του νηπιαγωγείου μας συμμετείχαν, μετά από πρόσκληση της Διευθύντριας του Δημοτικού Σχολείου Κ.Α' κ. Δέσπης Ζαννετίδου Πούγγερας, την οποία ευχαριστούμε θερμά τόσο για την πρόσκληση όσο και για την αγαπή συνεργασία των εκπαιδευτηρίων μας, στον ενδοσχολικό εορτασμό για την Εθνική Επέτειο της 28ης Οκτωβρίου απαγγέλλοντας το ποίημα «Της Ελλάδας τα παιδιά». Επίσης στις 28 Οκτωβρίου ημέρα της Εθνικής Επέτειου του ένδοξου ΟΧΙ, τα παιδάκια μαζί με τις δασκάλες τους παρακολούθησαν την Δοξολογία στον ιερό ναό Παναγίας Χρυσελεύσης και ακολούθως συμμετείχαν στην παρέλαση τιμώντας έτσι το ιστορικό ΟΧΙ.

Σταυρούδα Πεδουδίδου  
Συνεργάτης Νηπιαγωγείου





ποιοτική υπεροχή





/zorbascy

www.zorbas.com.cy

BAKERY CLUB



## ΓΥΜΝΑΣΙΟ Δυναμικά στη νέα σχολική χρονιά

Το Γυμνάσιο Αθηνών άνοιξε και φέτος δυναμικά τις πόρτες του και υποδέχτηκε τη νέα σχολική χρονιά.

Η χρονιά ξεκίνησε με τις ευλογίες του ιερατείου Αθηνών και τις ευχές του πρωτοπρεσβύτερου π. Δημήτριου Παπαϊωάννου, για μια γόνιμη και δημιουργική σχολική χρονιά, στην τελετή Αγιασμού στις 7 Σεπτεμβρίου, πρώτης μέρας λειτουργίας του σχολείου.

Το σχολείο μας για τη φετινή χρονιά έχει προγραμματίσει πληθώρα εκδηλώσεων τόσο σε διδακτικό όσο και εξωδιδακτικό έργο. Ο διευθυντής του σχολείου, κ. Αλέξανδρος Αλεξίου, αλλά και το υπόλοιπο προσωπικό του σχολείου, είμαστε έτοιμοι να εργαστούμε άοκνα, να δώσουμε στους μαθητές μας την κατάλληλη παιδεία και να τους βοηθήσουμε να αποκτήσουν δεξιότητες, αξίες και αρετές απαραίτητες για τη σημερινή απαιτητική εποχή.

Στις 22 Σεπτεμβρίου, τιμήσαμε τη μνήμη του πολιούχου Αγίου προστάτη της Αθηνών Ιερομάρτυρος Φωκά, συμμετέχοντας στην Αρχιερατική Θεία Λειτουργία χωροστατούντων των Μητροπολιτών Τριφυθού κ. Βαρνάβα και Πάφου κ. Γεωργίου. 1η Οκτωβρίου. Η βαριά τραυματισμένη Κυπριακή Δημοκρατία μέσα στα φρικτά πάθη της, με τα στρατεύματα κατοχής να ρημάζουν τα βόρεια εδάφη της, τιμά την ημέρα της ανεξαρτησίας της. Ο ενδοσχολικός εορτασμός πραγματοποιήθηκε στις 29 Σεπτεμβρίου και περιλάμβανε ποιητικά και πεζά κείμενα, τραγούδια και χορούς. Δεν είχαμε τίποτα να πανηγυρίσουμε εκείνη τη μέρα. Τα κατεχόμενα εδάφη, οι νεκροί, οι αγνοούμενοι και οι πρόσφυγες δεν το επιτρέπουν. Ήταν μέρα μνήμης.

Ήταν η ευκαιρία να ξεφυλλίσουμε για λίγο τις σελίδες της Κυπριακής Ιστορίας. Μάς τίμησαν με την παρουσία τους η Διευθύντρια, ηλικιωμένοι, εθελοντές και μέρος του προσωπικού της Κλεανθέου Κοινοτικής Στέγης Αθηνών με την ευκαιρία της Εβδομάδας Ηλικιωμένων. Οι ηλικιωμένοι παρακολούθησαν με πολλή συγκίνηση την εκδήλωση και ακολούθως, δέχτηκαν το κέρασμα που με πολύ μεράκι ετοίμασαν καθηγήτριες του σχολείου μας.

Στο πλαίσιο της 3ης Ευρωπαϊκής Εβδομάδας Αθλητισμού, το Γυμνάσιό μας διοργάνωσε, αθλητικές δραστηριότητες, με σκοπό να ευαισθητοποιήσει και να μυήσει τους μαθητές μας στα οφέλη της δια βίου άσκησης και στην ενασχόληση τους με τον αθλητισμό και τη φυσική δραστηριότητα.

Στις 20 Οκτωβρίου, τιμήσαμε για πρώτη φορά την επέτειο των Οκτωβριανών. Τα θλιβερά γεγονότα τα οποία συνέβηκαν στη Λευκωσία και στην υπόλοιπη Κύπρο κατά τον Οκτώβριο του 1931 έμειναν γνωστά στην Ιστορία μας ως τα οκτωβριανά κι αποτελούν μία από τις μελανότερες αλλά και ενδοξότερες σελίδες της μακρόχρονης Ιστορίας μας. Τα γεγονότα αυτά ήταν συνέχεια των προσπαθειών που κατέβαλλαν οι Έλληνες κάτοικοι της Κύπρου για απελευθέρωση της νήσου και ένωση της με τη μητέρα Ελλάδα.

Όποια σελίδα της ελληνικής ιστορίας κι αν ανοίξεις θα χεις να σου μιλήσει για τη γενναιότητα, τον ηρωισμό, τη φιλοπατρία και πάνω απ' όλα για την αγάπη στη λευτεριά που από πολύ παλιά χρόνια χαρακτήριζε τους Έλληνες. Τόσο που αφιφώντας τα πάντα αγωνίζονταν για να τη διατηρήσουν ή για

να την αποκτήσουν, όταν την έχαναν. Μια από τις μεγαλύτερες αποδείξεις της αγάπης τους για την ελευθερία και την πατρίδα, ήταν το ηρωικό ΟΧΙ ενάντια στον ιταλικό φασισμό, που απαιτούσε τα ξημερώματα της 28ης Οκτωβρίου του 1940 τη χωρίς όρους παράδοση της Ελλάδας.

Στις 27 Οκτωβρίου, οι μαθητές είτε ως απλοί θεατές είτε ως δρώντα πρόσωπα, οργάνωσαν με τη βοήθεια των καθηγητών τους μια εκδήλωση άρτια παρουσιασμένη και γεμάτη μηνύματα για να τιμήσουν την επέτειο της 28ης Οκτωβρίου 1940. Ο πεζός λόγος, τα ποιήματα, τα τραγούδια, οι χοροί ζωντάνεψαν για λίγο στα μάτια των μαθητών το έπος του 40'.

Την εκδήλωση τίμησαν με την παρουσία τους ο Δρ. Μιχάλης Λοϊζίδης ΠΔΕ Επαρχιακός Επιθεωρητής Λάρνακας- Αμμοχώστου, ο Πρόεδρος της Σχολικής Εφορείας Δρ. Χρήστος Ηρακλέους και μέλη της Σχολικής Εφορείας, μέλη του Δημοτικού Συμβουλίου, ο κοινοτάρχης της κοινότητας κ. Καραγιάννης, μέλη του Συνδέσμου Γονέων, το Ιερατείο της κοινότητας, γονείς, παππούδες και γιαγιάδες.

Παράλληλα στο πλαίσιο των εκδηλώσεων για τον εορτασμό της 28ης Οκτωβρίου 1940 πραγματοποιήθηκε παρέλαση των μαθητών και μαθητριών του σχολείου στον Δήμο Αθηνών. Λαβαροφόρος του σχολείου μας η Στεφανία Μαρτί του Γ1, σημαιοφόροι οι Σταυριάνα Ζαννέτου, Γ2 και Ιωάννης Ζορπάς, Γ1. Παραστάτες οι Κυριάκος Πατσολής, Γ2, Δημητρία Κρασιά, Γ2, Αντώνης Κυριάκου, Γ1.

Επιμέλεια: Χρυσταδένη Μαισικάρη  
Φιλόδογος



## ΑΦΙΕΡΩΜΑ ΣΤΟΝ ΤΕΛΕΙΟΦΟΙΤΟ ΜΑΘΗΤΗ ΧΡΙΣΤΟ ΣΑΜΜΟΥΤΟ

Ο Χρίστος είναι γιος του Γαβριήλ Σάμμιουτου από την Αθηνού και της Γεωργίας Προδρόμου Σάμμιουτου από τον Βαθύλακα Αμμοχώστου και διαμένουν στη Λάρνακα.

Αποφοίτησε από το Λυκείο Βεργίνας με γενικό βαθμό 19/10/12. Κατά την τελετή αποφοίτησής του εξασφάλισε το 1ο βραβείο στην Τεχνολογία, στα Μαθηματικά και στη Φυσική. Βραβεύτηκε από το ΕΤΕΚ για την παγκύπρια διάκρισή του και για τη βαθμολογία, που εξασφάλισε στο γνωστικό αντικείμενο της Τεχνολογίας 20/20 και για τον γενικό βαθμό του 20/20 στα θετικά μαθήματα, Μαθηματικά, Φυσική και Τεχνολογία.

Με γενικό βαθμό 19,37 και ως επισφράγιση κόπων και προσπαθειών, εξασφάλισε θέση στο Πανεπιστήμιο Κύπρου, στο Τμήμα Μηχανολόγων Μηχανικών και Επιστήμης Μηχανικής της Πολυτεχνικής Σχολής, την οποία θα αφήσει για τη θέση που εξασφάλισε στο Εθνικό Μετσόβιο Πολυτεχνείο στη Σχολή Μηχανολόγων Μηχανικών. Ήταν σημαιοφόρος και εκπροσώπησε το σχολείο του στις παρελάσεις. Επιπρόσθετα, έλαβε μέρος στην Ολυμπιάδα Φυσικής και εξασφάλισε την 4η θέση. Είναι πρόσκοπος της Κυπριακής Δημοκρατίας από το 2016 και φέτος τιμήθηκε από τον Πρόεδρο της Κυπριακής Δημοκρατίας.

Αφού ολοκληρώσει τη στρατιωτική του θητεία, θα αρχίσει τις σπουδές του και θα εφοδιαστεί με νέες γνώσεις και δεξιότητες, με μεθοδικότητα, αφοσίωση, κοινωνική ωριμότητα, εκσυγχρονισμένη επιστημονική κατάρτιση, Ανθρωπιστική Παιδεία, με προσήλωση στις πανανθρώπινες αξίες και αρετές και θα προοδεύει στον σύμβολο της Ανώτατης Εκπαίδευσης, της ποιότητας μάθησης, της έρευνας και της καινοτομίας. Οι σπουδές για τον Χρίστο Σάμμιουτο είναι ένας νέος δρόμος, μια νέα κατάκτηση, ένα εφαλτήριο για νέες επιλογές, νέα όνειρα, νέες ευκαιρίες, δυνατότητες και προοπτικές, νέες και μεγαλύτερες επιτυχίες.

Ευχή μας, η νέα ζωή που θα ξεκινήσει με τις σπουδές του, να είναι η απαρχή για την επίτευξη των υψηλών στόχων και των ονείρων του, για όλα εκείνα που εργάστηκε σκληρά όλα αυτά τα χρόνια και να έχει μια λαμπρή σταδιοδρομία, ανέλιξη, προσωπική πρόοδο και κοινωνική καταξίωση.

Η κλίση, το ταλέντο του και οι σπουδές του στον δυσκολοδιάβατο χώρο των Θετικών Επιστημών είναι βέβαιο πως θα τον μετουσιώσουν σε έναν άξιο επιστήμονα, χρήσιμο για το μέλλον της χώρας μας.

Δέσποινα Ζαννετίδου-Πονγεράου  
Εκπαιδευτικός

## ΑΙΜΟΔΟΣΙΑ ΝΕ.ΔΗ.ΣΥ. ΑΘΗΝΟΥ

Η ΝΕ.ΔΗ.ΣΥ πραγματοποίησε την Πέμπτη 26 Οκτωβρίου 2017, αιμοδοσία στο Υγειονομικό Κέντρο Αθηνών εις μνήμη των Κυριάκου Πάντζιανου, Βασιλείας Μαλλουρή και Κωνσταντίνου Τσιγαρίδη. Η συμμετοχή εθελοντών αιμοδοτών ήταν μεγάλη. Μόνο η εθελοντική προσφορά αίματος μπορεί να δώσει καθημερινή εισροή αίματος στις μονάδες αιμοδοσίας, ώστε οι ασθενείς να καλύπτουν τις ανάγκες τους με ασφάλεια. Η προσφορά μικρής ποσότητας αίματος από το αίμα μας μπορεί να σώσει τον συνάνθρωπό μας. Ευχαριστούμε θερμά όσους συνέβαλαν σ' αυτή την πράξη ανθρωπιάς και αλληλεγγύης.





## ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΜΑΛΛΟΥΡΑ

### ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΟΜΙΛΟΥ ΜΑΣ



Πέμπτη 21 Σεπτεμβρίου 2017, ανήμερα της εορτής του Πολιούχου Αγίου Φωκά, ο Πολιτιστικός Όμιλος Μάλλουρα συμμετείχε στην εκδήλωση του Δήμου Αθηένου. Οι χορευτές μας με το κέφι και τη ζωντάνια τους ταξίδεψαν τους παρευρισκομένους με Ελληνικούς Λαϊκούς χορούς με χοροδιδάσκαλο τον κ. Γιώργο Μιχαήλ και με μοντέρνους Hip-Hop με χοροδιδάσκαλο τον κ. Αντρέα Χατζηκυπριανού.

Κυριακή 15 Οκτωβρίου ο όμιλος μας συμμετείχε στο 1ο Παγκύπριο Φεστιβάλ Αθηνένικων Προϊόντων με την επονομασία «Η Αθηνού στο πιάτο σας».

Η εκδήλωση έγινε στο Κωνσταντίνειο Δημοτικό Πάρκο.

Η Αθηνού γέμισε ασφυκτικά από κόσμο ο οποίος ήρθε να δοκιμάσει τα Αθηνένικα προϊόντα.

Ο Όμιλος μας παρουσίασε ένα πλούσιο καλλιτεχνικό πρόγραμμα, με αγροτικούς κυπριακούς χορούς προβάλλοντας μερικές από τις δουλειές των πρωτινών όπως ήταν το θέρος, το αλώνισμα και η σπορά.

Στην εκδήλωση η Ραφαέλλα Παυλή απαγγείλε ένα από τα ποιήματα του ποιητή Παναγιώτη Γεωργίου (Ψιντρώ) με τον τίτλο «Οι δουλειές των πρωτινών».



Αρσενιτζοί τζαι θυλιτζοί εις τα παλιά τα γρόνια  
την μισή ζωή τους τρώναν μέστους κάμπους τζαι στα αλώνια  
εις τον καμωτό τρεις μήνες νέοι, γέροι, κοπελούθκια  
που το χάραμα δουλεύαν μες τες μούλες τζαι στα βούθκια.  
Για να σπήρουν κάθε μέρα, τα πόθκια κόφκαν μίλια  
τζαι τον σπόρον εκρατούσαν ξόσιερης μέσα ζεμπύλια  
που χάραμαν ως βούτημα στο θέρος εδουλεύαν  
τζαι το λιχνό τους το κορμί σαν χορευτές πεδεύαν  
σίηψε τζαι σίηψε επιζήζαση τα γόνατα στο χώμα  
τζαι έτρεσιεν σαν τον ποταμό που πάνω τους το δρώμαν.  
Άστραφτεν όπως του σπαθικού του δρεπανιού η κόψη  
σε δκυο τρεις μήνες κάμνασπν την γη να αλλάξει όψη.  
Κοπέλλες όπως το κουκλί πάντα ηλιοκαμένες  
νημμένες σαν τες καλορκές στους κάμπους σκορπισμένες  
στα αλώνια στήναν θεμονιές στο σιέρι με δικάλη  
με κόσινα χωρίζασιεν κόντιλα που σιπάρι.  
Το δειλīs ανεμίζασιεν με φύσημα του λίβα  
δίχα να έχουν στην πούγκα τους σελίνι μίτε λίρα.



Στα χωράφκια τζαι στα αλώνια σιήλιες δκυο δουλιές εκάμναν  
με παριορκά τους μόνο το κρυό νερό που στάμναν  
είχαν τζεϊντον ήλιον ούλλο πάνω που την τζεφαλήν τους  
ένα ψάθενον καπέλλον είχαν μόνο για σιεπή τους  
ήταν κομμάτι δύσκολος ο σπόρος τζαι το θέρος  
ούλλον λαξίες ανηφορκές τζαι στου βουνού το φτέρος  
στα σώσπιτα κρεμμάζασιεν κόσινα τζαι αρβάλια  
εις τες γωνιές κουμπούσασιεν θερνατζια δικάλη  
μέσ' το τζελλάρι κοφήνια σκληρό ψουμίν του τόπου  
ποτζήνο που ζυμώνετον με δρώμα του μετώπου  
ψουμίν αθηνένικον που καλοζημωμένον  
που στροτζηλό τζαι όμορφο τζαι κοσμοχουμισμένο  
θκυο νύχτες πέφταν νησιπιτζοί τζαι μια φοράν χορτάτοι  
μα πάντα αισιόδοξοι με οράματα γεμάτοι  
σίουροι πως καλύτερες μέρες θα ζημερώσουν  
ζωή με δίχα βάσανα στα αγγόνια τους να δώσουν.

Αντώνης Αντωνίου

Πρόεδρος Π.Ο. ΜΑΛΛΟΥΡΑ

## Η Γωνιά της Φύσης

### Η Καλλιέργεια των Εσπεριδοειδών

Κατάλληλες Περιβαλλοντικές συνθήκες για την καλλιέργεια των Εσπεριδοειδών: Σε περιοχές όπου επικρατούν θερμοκρασίες κάτω των 0°C για μεγάλα χρονικά διαστήματα στις εσπεριδοφυτίες προκαλούνται σοβαρές ζημιές στην παραγωγή και μερικές φορές και στα ίδια τα δέντρα. Οι περισσότερες ποικιλίες είναι ανθεκτικές όσον αφορά τις υψηλές θερμοκρασίες, αλλά οι απότομες αυξήσεις θερμοκρασιών συνήθως προκαλούν ζημιές στους νεαρούς καρπούς και φύλλα. Τα εσπεριδοειδή ευδοκιμούν σχεδόν σε όλα τα εδάφη αλλά προτιμούν μέσης σύστασης εδάφη, αμμοαργιλωδή ή αργιλοαμμώδη, με περιεκτικότητα σε ασβέστη όχι πάνω από 30%. Εγκατάσταση εσπεριδοφυτείας: στο έδαφος που θα εγκατασταθεί φυτεία εσπεριδοειδών καλό είναι αρχικά να γίνει ανάλυση εδάφους για να μας καθορίσει το είδος και την ποσότητα των χημικών λιπασμάτων που θα χρειαστούν. Ακολουθώντας να γίνει άροση στα 30-40cm για να αερατοποιηθεί το έδαφος και να καταπολεμηθούν τα πολυετή ζιζάνια που ενδεχομένως υπάρχουν στο έδαφος. Όταν στον ίδιο χώρο έχει προηγηθεί καλλιέργεια εσπεριδοειδών καλό είναι να απέχει χρονικά τουλάχιστον δέκα χρόνια από την χρονική περίοδο που σκοπεύουμε να εγκαταστήσουμε τη φυτεία. Πριν τη φύτευση γίνεται επισήμανση των θέσεων και διάνοιξη των λάκκων (διαστάσεων 45X45cm). Η φύτευση γίνεται συνήθως την άνοιξη, μετά την παρέλευση των παγετών. Οι αποστάσεις φύτευσης εξαρτώνται από τη γονιμότητα του εδάφους και από το ύψος που δύναται να φτάσει το κάθε είδος δέντρου. Ενδεικτικά οι αποστά-



σεις υπολογίζονται ως εξής: λεμονιές 6 μέτρα, πορτοκαλιές 6 μέτρα, μανταρινιές 4,5 μέτρα, γκρέιπ φρουτ 8-10 μέτρα, φράππα 6 μέτρα και κουμ κουάτ 3,5 μέτρα. Λίπανση: Τα εσπεριδοειδή έχουν μεγάλες ανάγκες σε αζωτούχο λίπανση, και έλλειψη αζώτου μπορεί να προκαλέσει μείωση στην παραγωγή και κάνει τους καρπούς πιο μαλακούς. Οι ποσότητες αζώτου οι οποίες ενδεικνύονται να προστίθενται είναι 12-20kg ενεργού αζώτου ανά στρέμμα το χρόνο. Τα επίπεδα φωσφόρου στα εσπεριδοειδή επηρεάζουν την ποιότητα των καρπών και του φλοιού τους, καθώς και το χρόνο ωρίμανσης, εφόσον η υπερβολική λίπανση με φωσφόρο προωγεί την ωρίμανση των καρπών και παράγει μικρότερους και μαλακούς καρπούς. Συνήθως η παροχή 2,5-3,5kg υπερφωσφορικού (P205) κατά ενήλικο δέντρο είναι αποτελεσματική για 4-5 χρόνια. Η διαθεσιμότητα του καλίου στο έδαφος μειώνει, όταν υπάρχει έλλειψη νερού στο έδαφος και όταν το έδαφος είναι πλούσιο σε ασβέστιο και μαγνήσιο. Συνιστάται η προσθήκη K2O 1,5-3kg σε κάθε ενήλικο δέντρο και γύρω από αυτό, επί δύο συνεχή έτη. Κλάδεμα: τα περισσότερα εσπεριδοειδή κατά τα δύο ή τρία πρώτα χρόνια της ζωής τους δεν χρειάζονται κλάδεμα, παρά μόνο την αφαίρεση των βλαστών που φύονται

κάτω από το σημείο που προορίζουμε για να σχηματιστεί η κόμη του δέντρου. Καθώς τα δέντρα μεγαλώνουν το εσωτερικό της κόμης τους γεμίζει από βλαστούς, οι οποίοι πρέπει να αραιώνονται ελαφρώς για τη διευκόλυνση της εισόδου του φωτός στο εσωτερικό τους. Κατά τα επόμενα 5 ή 6 χρόνια το κλάδεμα πρέπει να είναι ελαφρό και να περιορίζεται στην αφαίρεση βλαστών που διασταυρώνονται και αλληλοκαλύπτονται, για να αποφύγουμε την καθυστέρηση της εισόδου του δέντρου σε καρποφορία. Εποχή κλαδέματος: τα εσπεριδοειδή βάσει πειραματικών παρατηρήσεων ανταποκρίνονται καλύτερα από φυσιολογικής πλευράς του δέντρου, αν το κλάδεμα γίνει νωρίς την άνοιξη, όταν έχει παρέλθει ο κίνδυνος των παγετών και δεν έχει ξεκινήσει ο ανοιξιάτικος κύκλος βλάστησης των δέντρων. Πότισμα εσπεριδοειδών: για την καλλιέργεια και παραγωγή των εσπεριδοειδών είναι σημαντικό να έχουμε επάρκεια εδαφικής υγρασίας καθόλη τη διάρκεια, και ιδιαίτερα στις περιόδους της έντονης βλάστησης. Η παραγωγή των λεμονόδεντρων μπορεί να αυξηθεί εάν αυξηθεί η συχνότητα των ποτισμάτων κατά την περίοδο της έντονης βλάστησης των δέντρων, υπολογίζοντας πάντα και την ικανότητα συγκράτησης νερού από τους διάφορους τύπους εδαφών. Επίσης η ποιότητα των καρπών πέφτει με τη λειψυδρία όσον αφορά την περιεκτικότητά τους σε χυμό, σε οξέα και το πάχος του φλοιού τους.

Κωνσταντίνα Χριστοδούλου  
Γεωπόνος

## Άνθρωπε κόψε το τσιγάρο

Το γέριμο το κάπνισμα από τσιγάρο, όποιος το συνηθίσει του είναι δύσκολο πολύ, μα όχι ακατόρθωτο για να το σταματήσει.

Συνάνθρωπε παρέτα πια το κάπνισμα πάψε για να καπνίζεις, πρόσεξε την υγεία σου, ανέπνεε αέρα καθαρόν μακρόχρονα να ζήσεις.

Πάψε εσύ για να ρουφάς πίσσα και νικοτίνη από τσιγάρο, να κάθεται στα στήθια σου και ο δικός σου λάρυγγας να έχει πάντα βάρος.

Καπνίζεις με απόλαυση μα το δικό σου πνεύμονα με πίσσα σουβαντίζεις, σου κόβεται η αναπνοή και όλη την ώρα βήχεις.

Το ξέρεις ότι είναι κακό μα πάλιν συνεχίζεις κι' είναι από συνήθειον εσύ για να καπνίζεις.

Βλάπτει και την καρδιά σου, έννεεν εγώ που λαλώ, το λεν γιατροί και επιστήμονες.

Από τσιγάρο γίνεται να πιάσεις και καρκίνο κ' έτσι κ' εγώ ορκίστηκα ποτές μου να μην πίνω.

Για να έχω το στήθος μου γερόν ν' αντέχω να δουλεύω και τον αέρα καθαρόν για να τον αναπνέω.

Γλυτώνω και την πούγκα μου κάμνω τζ' οικονομία, αν τύχει και μου έρθει καμιά αναποδιά ή κάποια απενταρία.

Κοίταξε να απαλλαχτείς κι' εσύ που το τσιγάρο και στέκει στη δική σου θέληση για να πάψει πια το στόμα σου, να γίνεται φουγάρο.

Δεν είναι φαΐν ούτε νερόν που το χρειάζεται φιλε ο οργανισμός σου, αν τα καταφέρεις και κόψεις τον, θα γίνεαι και ο λαϊμός σου.

Καλιώρα του που γλύτωσε που έπινε και έκοψεν τον καταραμένο το τσιγάρο και απέκτησε γερόν οργανισμό, βάλλει τα με τον χάρον.

Γιώργος Κουφοπαύλου



## ΔΗΜΟΤΙΚΟΣ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ



Η θεατρική ομάδα του Δημοτικού Πολιτιστικού Ομίλου Αθηνών για 15η συνεχή χρονιά λαμβάνει μέρος στο πλαίσιο του τριαντακοστού (30ού) Παγκύπριου Φεστιβάλ Ερασιτεχνικού Θεάτρου 2017 του Θεατρικού Οργανισμού Κύπρου και ανέβασε το έργο «Ένας ήρωας με τις παντόφλες» στις 18 Οκτωβρίου 2017.

Πρόκειται για το έργο των Αλέκου Σακελλάριου και Χρήστου Γιαννακόπουλου. Το διαχρονικό αυτό έργο, γράφτηκε στα χρόνια του Εμφύλιου κι έγινε γνωστό από την κινηματογραφική εκδοχή του 1958. Πραγματοεύεται με χιουμοριστικό τρόπο την «ισοπέδωση των ηθικών αξιών με μοναδικό σκοπό το κέρδος».

Ο απόστρατος Λάμπρος Δεκαβάλλας, ο οποίος πολέμησε ηρωικά με μόνο κίνητρο την αγάπη για την πατρίδα, ζει με τη γυναίκα και την κόρη του, έχοντας ως μοναδικό εισόδημα μια πενιχρή σύνταξη. Ξαφνικά, δέχεται μια επίσκεψη από ένα εξάδελφο, ο οποίος τον πληροφορεί ότι η πατρίδα για να τον τιμήσει, αποφάσισε να κοσμήσει τη γειτονική πλατεία με το άγαλμά του. Δεν αργεί όμως η στιγμή που ο ξεχασμένος «ήρωας» θα συνειδητοποιήσει την κομπίνα που στήθηκε εις βάρος του.



Με μια ξεχωριστή μουσικοχορευτική συναυλία «Τραγουδώντας το χάρτινο φεγγάρι» έκανε την έναρξη των εργασιών του ο Δημοτικός Πολιτιστικός Όμιλος Δήμου Αθηνών στις 28 Σεπτεμβρίου 2017.

Ένα συναπάντημα μουσικής και χορού, με τη χορωδία και το χορευτικό του Δήμου μας, τη μαντολινάτα του Δήμου Παραλιμνίου και τη χορωδία «Ορφέας Πάφου».

Η βραδιά ήταν μαγική, όπου ένα χάρτινο φεγγάρι ταξίδεψε το κοινό σε νοσταλγικές μελωδίες και ξεχασμένα όνειρα.

Ένα μεγάλο ευχαριστώ στη μαέστρο μας κ. Χριστίνα Χ' Σιάθη και τους χοροδιδασκάλους μας κ. Ματθαίο Αλαμπρίτη και Άντρη Βαρνάβα.

Ελένη Ποιητή  
Πρόεδρος Δημοτικού  
Πολιτιστικού Ομίλου Αθηνών

Ελένη Ποιητή  
Πρόεδρος Δημοτικού  
Πολιτιστικού Ομίλου Αθηνών

## ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΙΑΤΙΚΟ ΟΝΕΙΡΟ

ΑΘΗΝΟΥ και ΛΕΜΕΣΟΥ

### ΔΙΗΜΕΡΟ ΠΑΡΤΥ

9 Δεκεμβρίου στην Αθήνα.

Παραδοσιακή Διατηρητέα Οικοδομή Γεώργιου και Φωτεινής Πουγεράση, Ευαγόρου 70, Αθηνών.

10 Δεκεμβρίου στην Λεμεσό.

Kiara Timm Art studio, Άγιος Αντρέας 211, Λεμεσός.

10:00 - 18:00 μ.μ.

• Δημιουργικά εργαστήρια  
• Bazaar • Μουσική

ΕΙΣΟΔΟΣ

€3

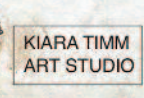
φιλανθρωπικός Σκοπός  
Μέρος των εσόδων θα διατεθούν  
στο παιδικό τμήμα του  
Αντιναϊμικού Συνδέσμου Κύπρου

Τηλ. επικοινωνίας: 99 963939, 99 402180, 99 616773



Πλατφόρμα IXNH - IHNI Platform

Διοργανωτές:



Η εκδήλωση  
στην Αθήνα  
είναι υπό  
την αιγίδα:



Ένα μοναδικό γιορτινό διήμερο για ενήλικες και παιδιά, που θα σας ταξιδέψει, στο αληθινό πνεύμα και στη μαγεία των γιορτών, μέσα από εμπειρίες που θα σας εμπνεύσουν να δημιουργήσετε, να εκφραστείτε και να νοιώσετε τη μαγεία αυτή να πλημμυρίζει τις καρδιές σας.

Βρεθείτε σε χώρους απόλυτα συνυφασμένους με την κουλτούρα και την εξέλιξη και ζήστε το όνειρο των παραδοσιακών Χριστουγέννων, ανάμεσα σε μοναδικά εκθέματα, σε μουσικές, χρώματα και αρώματα της πλούσιας κυπριακής παράδοσης, μέσα από εργαστήρια που θα σας χαρίσουν μοναδικές εμπειρίες και την ευκαιρία να δημιουργήσετε υπέροχες παραδοσιακές γιορτινές κατασκευές και άλλα που θα σας ξεκλειδώσουν τον πλούτο των χρωμάτων, της χαράς και της αγάπης που κρύβεται μέσα σας.

Τα πολλά και ενδιαφέροντα εργαστήρια θα προσφέρονται δωρεάν και καθ' όλη τη διάρκεια των εκδηλώσεων. Ενημερωθείτε για το ακριβές πρόγραμμα στη σελίδα της πλατφόρμας IXNH ή επικοινωνήστε μαζί μας.

## ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ

Ο Δήμος Αθηνών σε συνεργασία με τις Εμπορικές Τράπεζες και τα Συνεργατικά Ιδρύματα, παρέχει στους δημότες του τη δυνατότητα εξόφλησης των λογαριασμών μέσω τραπεζικής εντολής, δωρεάν.



# 1ο ΠΑΓΚΥΠΡΙΟ ΦΕΣΤΙΒΑΛ ΑΘΗΝΙΤΙΚΩΝ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ «Η ΑΘΗΝΟΥ ΣΤΟ ΠΙΑΤΟ ΣΑΣ»



Στη συνέχεια, ο γνωστός σεφ Νικόλας Κωνοτανίνου παρουσίασε δύο συνταγές με αθηνίτικα προϊόντα, «χαλούμι-λουκουμά» και «σιφάδο με βοδινό κρέας». Οι παρευρισκόμενοι είχαν την ευκαιρία να απολαύσουν τις συνταγές αλλά και να τις προμηθευτούν δωρεάν.

Το απόγευμα λειτούργησαν βιωματικά εργαστήρια παρασκευής παραδοσιακού αθηνίτικου χαλλουμιού, ψωμιού, τραχανά και γλυκού αμυγδαλού. Η κ. Γεωργία Χατζηθεοχάρους έδειξε τον παραδοσιακό τρόπο παρασκευής χαλλουμιού και αναρής, η κ. Παρασκευή Λουλλή αναβίωσε τον παραδοσιακό τρόπο παρασκευής αθηνίτικου ψωμιού με προζύμι ψημένο σε ξυλόφουρνο, η κ. Χρυστάλλα Πάντζιανου ετοίμαζε και έκοβε τραχανά και η κ. Γιαννούλα Χαλαράμπους ετοίμαζε ζεστό και λαχταριστό γλυκό αμυγδαλού. Παράλληλα, όλη μέρα λειτουργούσαν εργαστήρια παρασκευής χειροποίητων μακαρονιών και κεντήματος από εθελόντριες, παιδική γωνιά με χειροτεχνίες και κατασκευές από ζυμάρι.

Στο πλαίσιο της Παγκόσμιας Μέρας για την αγρότιστα συμμετείχαν με περίπτερα ο Δήμος Λευκονοίκου και ο Γυναικείος Όμιλος «Πρωτοπορία». Αξίζει να σημειωθεί ότι όλα τα έσοδα του δεύτερου θα δοθούν στο ταμείο κοινωνικής πρόνοιας του Δήμου Αθηένου. Η Δήμαρχος Λευκονοίκου κ. Ζήνα Λυσάνδρου, καθώς και η πρόεδρος της «Πρωτοπορίας»

κ. Λία Ιωαννίδου εξέφρασαν τη βαθιά τους εκτίμηση προς τον Δήμο Αθηένου για τη φιλοξενία και τον ενθουσιασμό τους για τη διοργάνωση.

Η δημοφιλής ηθοποιός, Χριστιάνα Αρτεμίου με τη τραμπινιά και το κέφι της ανέλαβε, αφιλοκερδώς, τα ντύνει της παρουσίασης και κατενθούσασε τους παρευρισκόμενους. Με το χιούμορ και τις ατάκες της έδωσε το δικό της στίγμα, ενώ δεν δίστασε να φωτογραφηθεί με μικρούς και μεγάλους θαυμαστές της. Το καλλιτεχνικό πρόγραμμα ξεκίνησε με τραγούδια από τη χορωδία του Δήμου μας, υπό τη διεύθυνση της Χριστίνας Χατζηποτάνη. Ακολούθησε ποίημα από τη Ραφαέλλα Παυλή με τίτλο «Οι δουλειές των προτεινών» και χοροί από τον Πολιτιστικό Όμιλο Μάλλουρα. Ο νεαρός Χρήστος Καραγιάννης έγραψε και απήγγειλε τσιταριστό με τίτλο «Η Αθηένου».

Στη συνέχεια απύθνησε ομιλία στην εκδήλωση ο Δήμαρχος Αθηένου κ. Κυριάκος Καρεκλάς, ενώ χαιρετισμό απύθνησαν ο Υπουργός Γεωργίας, Αγροτικής Ανάπτυξης και Περιβάλλοντος κ. Νίκος Κουγιάλης και ο Υπουργός Παιδείας και Πολιτισμού κ. Κώστας Καδής.

Ανάμεσα σε άλλα ο Δήμαρχος Αθηένου στην ομιλία του ανακοίνωσε την ετήσια καθιέρωση του Φεστιβάλ Αθηνίτικων Προϊόντων και ευχαρίστησε θερμά τους υπέροχους εθελοντές, τους χορηγούς, όλους τους παραγωγούς και επισκέπτες, οι οποίοι αγκάλιασαν το Φεστιβάλ με θέρμη.

Ο έντιμος Υπουργός Γεωργίας, Αγροτικής Ανάπτυξης και Περιβάλλοντος τόνισε στον χαιρετισμό του πως ο κυπριακός αγροτικός τομέας κι η ύπαιθρος έχουν μέλλον, γιατί ακριβώς ο τόπος μας παράγει όχι μόνο εξαιρετικά προϊόντα, αλλά έχει και φιλόπονους και εργατικούς ανθρώπους και για αυτό θα συνεχίσει να στέκεται αρωγός στις προσπάθειές μας για στήριξη και ανάδειξη των ντόπιων παραγωγών και των προϊόντων τους.

Ο έντιμος Υπουργός Παιδείας και Πολιτισμού συνεχάρη όλους για τη διοργάνωση του πετυχημένου Φεστιβάλ, τόνισε τη στήριξη του Κράτους με την παρουσία δύο Υπουργών και ευχήθηκε τα καλύτερα στον Δήμο Αθηένου και στους κατοίκους του.

Σειρά στο πρόγραμμα πήρε ο δημοτικός χορευτικός όμιλος υπό την καθοδήγηση του Ματθαίου Αλαμπρίτη και της Άννης Βαρνάβα, ο οποίος ενθουσίασε το κοινό. Η βραδιά έκλεισε με τη συναυλία του γνωστού εναλλακτικού συγκροτήματος «Monsieur Doumani», οι οποίοι με τις ωραίες μελωδίες τους μας συνεπήραν.

Το 1ο Παγκύπριο Φεστιβάλ Αθηνίτικων Προϊόντων πραγματοποιήθηκε και πέτυχε, γιατί αρκετοί άνθρωποι αγκάλιασαν αυτή την προσπάθεια. Καταρχήν τόσο το Υπουργείο Παιδείας και Πολιτισμού, όσο και το Υπουργείο Γεωργίας, Αγροτικής Ανάπτυξης και Περιβάλλοντος το έθεσαν υπό την αιγίδα τους. Έπειτα οι χορηγοί: Αναπτυξιακή Εται-

ρεία Επαρχιών Λάρνακας - Αμμοχώστου, Κεντρική Ασφαλιστική, Αρχή Ηλεκτρισμού Κύπρου, ΟΠΑΠ Κύπρου, Τράπεζα Κύπρου, Παγκύπρια Οργάνωση Σιτηροπαραγωγών και Παγκύπριος Οργανισμός Αγελαδοτρόφων συνέβαλαν ουσιαστικά στην οικονομική ενίσχυση του φεστιβάλ. Χορηγός επικοινωνίας ήταν το Ραδιοφωνικό Ίδρυμα Κύπρου.

Θερμές ευχαριστίες σε όλα τα μέλη της Πολιτιστικής Επιτροπής, στον Πρόεδρο και τα μέλη του Δημοτικού Συμβουλίου Νεολαίας, στο 68ο Σύστημα Προσκόπων Αθηένου, στα μέλη της Πολιτικής Άμυνας, στους Ειρήνη Κλοκκαρή, Μάριο Πιερίδη, Παναγιώτη Παπασιπύρου, Κατερίνα Πεχλιβάνη, Κωνσταντίνο Καρεκλά, Γιάννο Ιωάννου και σε όλους όσοι με τον ένα ή με τον άλλο τρόπο έβαλαν το λιθαράκι τους για την επιτυχία του Φεστιβάλ. Πολλά πράγματα μπορούν να γίνουν φτάνει να υπάρχει θέληση, σύμπνοια και συνέργεια.

**Ραντεβού στο 2ο  
Παγκύπριο Φεστιβάλ  
Αθηνίτικων Προϊόντων  
το 2018!**

*Δέσποινα Πασιού Μαγγανή  
Δημοτική Σύμβουλος  
Πρόεδρος Πολιτιστικής Επιτροπής*







## ΦΕΣΤΙΒΑΛ ΠΟΛΕΩΝ «URBACT»



Πραγματοποιήθηκε από τις 3 ως τις 5 Οκτωβρίου του 2017 το Φεστιβάλ Πόλεων της Ευρωπαϊκής Πρωτοβουλίας «URBACT» στο Ταλίν της Εσθονίας. Στο πλαίσιο του Φεστιβάλ βραβεύτηκαν οι 97 πόλεις της Ευρώπης που κέρδισαν το δίπλωμα Καλής Πρακτικής, ενώ όλες είχαν την ευκαιρία να παρουσιάσουν την Καλή Πρακτική τους στους συμμετέχοντες στο Φεστιβάλ.

Ανάμεσα στις πόλεις που βραβεύτηκαν ήταν από την Κύπρο ο Δήμος Αθηνών, με την καλή του πρακτική «Το Συμβούλιο Εθελοντισμού της Αθηνών», καθώς και ο Δήμος Λεμεσού. Στο Φεστιβάλ παρευρέθηκε ο ίδιος ο Δήμαρχος Αθηνών που είχε την ευκαιρία να αναπτύξει τις δράσεις του Συμβουλίου Κοινωνικού Εθελοντισμού της Αθηνών, να κάνει επαφές με άλλες ενδιαφερόμενες πόλεις και να προετοιμάσει το έδα-

φος για την υποβολή πρότασης στο πλαίσιο των Δι-κτύων Μεταφοράς Καλών Πρακτικών, πρόσκληση που βρίσκεται σε εξέλιξη και που μόνον οι πόλεις που βραβεύτηκαν με την καλή τους πρακτική μπορούν να υποβάλουν ως επικεφαλείς, με τη συμμετοχή άλλων ενδιαφερόμενων πόλεων. Θα επιλεγούν μέχρι 25 δίκτυα, ενώ ο συνολικός προϋπολογισμός των δικτύων που θα επιλεγούν θα είναι €600.000.



Είμαστε περήφανοι που είμαστε μια Πόλη Καλής Πρακτικής URBACT!

Αθηνών, 9 Οκτωβρίου 2017,

Η πόλη της Αθηνών αναγνωρίστηκε ως Ευρωπαϊκή Πόλη Καλής Πρακτικής για το έργο που επιτελείται στον τομέα του εθελοντισμού. Η διάκριση "Καλή Πρακτική URBACT" ελήφθη μετά από μια επιτυχημένη πρόσκληση υποβολής προτάσεων και μια έντονη διαδικασία επιλογής.



We are proud to be an URBACT Good Practice city!

Athienou, 9 October 2017,

The city of Athienou was recognised as a European Good Practice for the work done in the field of Volunteerism. The "URBACT Good Practice" label was received following a successful call for proposals and an intense selection process.

### Έχουμε μια καλή πρακτική στην πόλη μας!

Το Συμβούλιο Κοινωνικού Εθελοντισμού Αθηνών (ΣΚΕ) προβλέπει τις βασικές ανάγκες των ανθρώπων που αντιμετωπίζουν τη φτώχεια και την κοινωνική απομόνωση. Ο εθελοντισμός είναι το εργαλείο που χρησιμοποιείται για τη σύνδεση ατόμων και υπηρεσιών. Αρχίζοντας από το 1970, εξελίσσονται σήμερα τέσσερα προγράμματα: η φροντίδα των ηλικιωμένων, η κοινοτική βοήθεια και ψυχαγωγία, η βρεφονηπιακή φροντίδα και η κοινωνική στήριξη. Οι δραστηριότητες αυτές διασυνδέουν διάφορες γενιές και παρέχουν άμεση και συγκεκριμένη βοήθεια σε όσους έχουν μεγαλύτερη ανάγκη. Το καθήκον του ΣΚΕ είναι να κατανοήσει και να προσφέρει λύσεις, στα κοινωνικά προβλήματα εντός του δήμου και το ΣΚΕ είναι ένα καλό παράδειγμα κοινωνικής ενσωμάτωσης. Το βασικό στοιχείο για την επιτυχία είναι βασικά ενεργοί άνθρωποι με έντονη αίσθηση του ανήκειν και ο ενθουσιασμός να είναι γενναίοι μέσα στα όρια της καθημερινής τους ζωής. Με τα χρόνια, αυτό το στοιχείο από μόνο του έχει δημιουργήσει μια οντότητα με μια ανώτερη οργανωτική δομή πολλαπλών επιπέδων.

### Από πού προέρχεται αυτό;

Πέρυσι, το URBACT προκήρυξε μια πρόσκληση για συνεισφορές σε πόλεις σε ολόκληρη την Ευρώπη. Γιατί; Για να συλλέξει βιώσιμες και ολοκληρωμένες λύσεις στις τρέχουσες προκλήσεις που αντιμετωπίζουν οι ευρωπαϊκές πόλεις. Ο στόχος: να μοιραστούν και να διαδοθούν σε όλη την Ευρώπη. Χάρη σε αυτή την πρόσκληση, 219 ευρωπαϊκές πόλεις μπόρεσαν να προτείνουν τη συνεισφορά τους σε διάφορα θέματα ολοκληρωμένης αστικής ανάπτυξης: από την ένταξη στη διακυβέρνηση, και από την οικονομία στις ψηφιακές μεταβάσεις και τις περιβαλλοντικές αλλαγές. Μεταξύ αυτών των 270 προτάσεων, το URBACT κατάφερε να επιλέξει 97 καλές πρακτικές που προέρχονται από πόλεις. Η πόλη μας η Αθηνών είναι μια από αυτές!

### Τι είναι μια Καλή Πρακτική;

Το URBACT έχει ορίσει την «Καλή Πρακτική» ως πρακτική που έχει αποδειχθεί ότι λειτουργεί καλά εξασφαλίζοντας τα επιθυμητά αποτελέσματα και που θα μπορούσε να συνιστάται ως πρότυπο. Η πρακτική χρειάζεται επίσης να αναπτυχθεί με συμμετοχικό τρόπο, με τη συμμετοχή όλων των σχετικών παραγόντων επιτόπου. Πρόκειται για μια επιτυχημένη εμπειρία, η οποία έχει δοκιμαστεί και επικυρωθεί και αξίζει να μοιραστεί, ώστε να μπορεί να την υιοθετήσει ένας μεγαλύτερος αριθμός πόλεων. Όλες οι καλές πρακτικές που επισημάνθηκαν από το URBACT παρείχαν επαρκή αποδεικτικά στοιχεία για την επίτευξη

### Ποιο είναι το επόμενο για την πόλη μας;

Όλες οι Καλές Πρακτικές πόλεων URBACT παρουσιάστηκαν σε εκδήλωση στο Ταλίν της Εσθονίας, το URBACT City Festival, μεταξύ 3 και 5 Οκτωβρίου του τρέχοντος έτους. Ήταν μια ευκαιρία για την πόλη μας να προωθήσει το έργο της και να αυξήσει την προβολή μας στον ευρωπαϊκό χώρο. Περισσότεροι από 450 επαγγελματίες αστικής ανάπτυξης από όλη την Ευρώπη έλαβαν μέρος. Επιπλέον, η πόλη μας μπορεί να γίνει συνήγορος για αλλαγή, να συμβάλει σε εκδηλώσεις και δημοσιεύσεις του URBACT και να συμβάλει πραγματικά στην Ατζέντα για την Αστική Ανάπτυξη της Ευρωπαϊκής Ένωσης.

Για να μάθετε όλα τα σχετικά με την Καλή Πρακτική μας, μπορείτε να ανατρέξετε στην ειδική ιστοσελίδα του URBACT: [www.urbactgoodpractices.eu](http://www.urbactgoodpractices.eu)

### We have a Good Practice in our city!

The Athienou Municipal Council of Volunteering (MCV) provides for the basic needs of people facing poverty and social isolation. Volunteering is the tool used to connect people and services. Evolving since 1970, there are currently four programs: caring for the elderly, community help and entertainment, nursery care, and social welfare support. These activities interconnect different generations, and provide direct and concrete help to those most in need. The duty of the MCV is to understand, and offer solutions, to the social problems within the municipality and the MCV is a good example of social integration. The basic element for the success is basically active people with a strong sense of belonging, and the excitement of being generous within the boundaries of their everyday life. Over the years, this element alone has created an entity with a higher multilevel organizational structure.

### Where does this come from?

Last year, URBACT launched a call for contributions to cities throughout Europe. Why? To collect sustainable and integrated solutions to the current challenges faced by European cities. The aim: share them and spread them throughout Europe. Thanks to this call, 219 European cities were able to propose their contribution concerning different topics of integrated urban development: from inclusion to governance, and from economy to digital transitions and environmental change. Among these 270 proposals, URBACT was able to select 97 Good Practices coming from cities. Our city is one of them!

### What is a Good Practice?

URBACT has defined 'Good Practice' as a practice that has been proven to work well by ensuring desired results, and could be recommended as a model. The practice also needs to be developed in a participative way, involving all the relevant actors on the ground. It is a successful experience, which has been tested and validated, and deserves to be shared so that a greater number of cities can adopt it. All the good practices labelled by URBACT have provided sufficient evidence of meeting objectives, and indicated the key success criteria for transfer to another city. All selected Good Practices can be consulted on the dedicated URBACT website: [www.urbactgoodpractices.eu](http://www.urbactgoodpractices.eu)

### What is next for our city?

All URBACT Good Practice cities were featured at a showcase event in Tallinn, the URBACT City Festival, between 3 and 5 October of this year. It was an opportunity for our city to promote its work and increase our visibility in the European arena. More than 450 urban professionals from all over Europe joined. Furthermore, our city can become an advocate for change, contributing in URBACT events and publications and to make a real contribution to the Urban Agenda for European Union

To know all about our Good Practice, check out the URBACT dedicated website: [www.urbactgoodpractices.eu](http://www.urbactgoodpractices.eu)





## ΕΘΝΙΚΗ ΕΠΕΤΕΙΟΣ 28<sup>ης</sup> ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ

**Η** 28η Οκτωβρίου, μέρα εθνικής αντίστασης και υπερηφάνειας, μέρα συλλογικής μνήμης αλλά και σεβασμού στις διαχρονικές αξίες της ελευθερίας και της δημοκρατίας, εορτάστηκε στον ακριτικό μας Δήμο με ιδιαίτερη λαμπρότητα και με τη συμμετοχή όλων των εκπαιδευτηρίων, αλλά και των οργανωμένων συνόλων της Αθénéου.

Η Δοξολογία ξεκίνησε στις 10:00 στην Εκκλησία της Παναγίας της Χρυσελεύουσας και τον πανηγυρικό ανέγνωσε ο κ. Μιχάλης Σοφοκλέους, Διευθυντής του Γραφείου του Προέδρου της Κυπριακής Δημοκρατίας.

Ο κ. Σοφοκλέους στην ομιλία του εξήρε το ηρωικό σθένος των Ελλήνων, δίνοντας μηνύματα πίστης και πατριωτισμού, κάνοντας δε ιδιαίτερες αναφορές στην ακριτική μας Αθénéου και στον αγώνα που γίνεται για 40 και πλέον χρόνια για να κρατηθούμε στις ρίζες μας, μέσα από αντιξοότητες και προβλήματα που επέφερε η τουρκική κατοχή. Μεταξύ άλλων ανέφερε «...Τέτοιες μέρες ανασταίνουμε και πάλι μέσα μας ανθρώπους που δεν λογάρισαν τίποτα μπροστά στο χρέος, δεν λιποψύχησαν και δεν δέιλισαν. Τέτοιες μέρες μετράμε ξανά το τι μπορούμε να πετύχουμε αν ενωμένοι αγωνιζόμαστε για τον ίδιο σκοπό... Ο αγώνας εκείνος δεν ήταν ούτε ένα τυχαίο ξέσπασμα, ούτε μεθύσι της στιγμής ή ένας ξεσπασμός αγανάκτησης. Ήταν η συνέχεια της ιστορίας που γινόταν πράξη. Ήταν η ακλόνητη πίστη στην καταγωγή και τη ρίζα, η αυτογνωσία και ο σεβασμός στην ιστορία, η τεράστια ευθύνη απέναντι στην πατρίδα. Γι' αυτό είναι που οι αγώνες του Έθνους, όπως αυτοί του 1940 που υμνούμε σήμερα, δεν περιορίζονται στο να είναι θαυμαστά ιστορικά γεγονότα πολεμικής τέχνης, ή της ικανότητας ενός λαού να οργανώνεται, να θυσιάζεται και να μεγαλουργεί μπροστά στην υπεροπλία του κάθε κατακτητή. Οι αγώνες του Έθνους μας αναδεικνύουν πρώτα απ' όλα τις αρχές και τις αξίες του λαού μας. Εξηγούν πώς άντεξε ο Ελληνισμός μέσα από τους αιώνες και δείχνουν σε όλους εμάς τους σύγχρονους Έλληνες τις ιστορικές παρακαταθήκες που κουβαλούμε. Μια κλη-



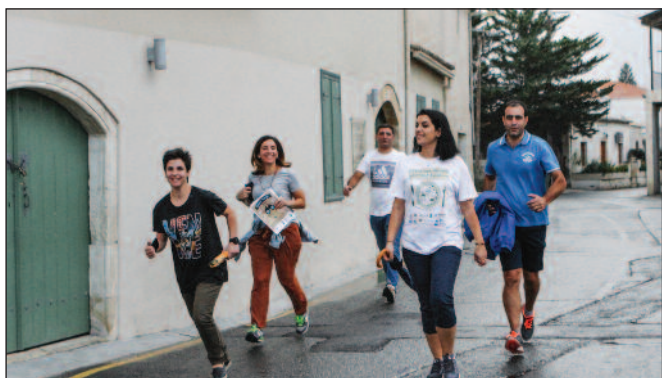
ρονομία που γίνεται βαρύτερη όταν αναλογιζόμαστε ότι η Κύπρος μας ζει από το 1974 την κατοχή και την παρουσία στο έδαφός της του Τούρκου κατακτητή. Μια παρουσία που δεν έχει αφήσει τομέα της εθνικής, πολιτικής, κοινωνικής ή ακόμη οικονομικής μας ζωής που να μην έχει επηρεαστεί τα μέγιστα, από τα όσα έγιναν τότε. Εδώ στην Αθénéου, το ξέρετε ακόμη καλύτερα από τη μεγάλη πλειοψηφία των Κυπρίων... Έχοντας ως εφόδια τους εκάστοτε αγώνες του Έθνους μας και τα διδάγματά τους, αντλώντας δύναμη από το θάρρος, την αποφασιστικότητα και τον απaráμιλλο ηρωισμό που επέδειξαν οι αγωνιστές μας και μέσα από αραγή ενότητα, έχουμε χρέος να επιδιώξουμε και να επιτύχουμε τους εθνικούς μας στόχους. Γιατί, μόνο έτσι θα δικαιώσουμε τον αγώνα τους».

Στην παρέλαση που ακολούθησε, την οποία και χαιρέτησαν από την εξέδρα των επισήμων ο Δήμαρχος και το Δημοτικό Συμβούλιο, το ιερατείο, ο κύριος ομιλητής της Ημέρας, βουλευτές και εκπρόσωποι κομμάτων, οι διευθύνσεις των εκπαιδευτηρίων, ο Αστυνομικός υπεύθυνος του Αστυνομικού Σταθμού, ο Στρατιωτικός Διοικητής του 12ου ΤΕΘ και άλλοι, συμμετείχαν μπάντες και αποσπάσματα από όλα τα σχολεία της Αθénéου, το 68ο Σύστημα Προσκόπων, η ΝΕΔΗΣΥ Αθénéου και η ΕΛΟΝ Αθénéου.

Ο εορτασμός της Εθνικής μας Επετείου με λαμπρότητα και επιτυχία αποδεικνύει για άλλη μια φορά ότι δοκιμαζόμενος ο ελληνισμός εμπνέεται από τις αξίες του, έχει δύναμη και κουράγιο, παρά την κρίση και τα εμπόδια, για να συνεχίσει να υπερασπίζεται τα ελληνικά ιδεώδη της συνέπειας, της ελευθερίας και της δημοκρατίας. Η προσπάθεια εστιάζεται στη διατήρηση της μνήμης και της αγάπης προς τον τόπο, για ένα καλύτερο μέλλον για τα παιδιά μας. Ένα μέλλον απαλλαγμένο από μισαλλοδοξίες και μικροπρέπειες. Ένα μέλλον αγάπης και σεβασμού με πρόοδο και ευημερία.

*Νατάσα Γεωργίου Καρούσιου  
Δημοτικός Γραμματέας*

## ΕΥΡΩΠΑΪΚΕΣ ΜΕΡΕΣ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΗΣ ΚΛΗΡΟΝΟΜΙΑΣ 1<sup>ο</sup> ΚΥΝΗΓΙ ΚΡΥΜΜΕΝΟΥ ΘΗΣΑΥΡΟΥ



Στο πλαίσιο των Ευρωπαϊκών Ημερών Πολιτιστικής Κληρονομιάς, που φέτος είχαν ως βασικό θέμα το «Τοπίο: Η κληρονομιά μας», οργανώθηκε το 1ο Κυνήγι Κρυμμένου Θησαυρού από την Πολιτιστική Επιτροπή του Δήμου Αθénéου. Βασικός σκοπός ήταν οι ίδιοι οι Αθηνίτες να γνωρίσουν τα διατηρητέα κτίρια του Δήμου αλλά και άλλα σημεία ενδιαφέροντος μέσα από ένα ομαδικό και συνάμα διασκεδαστικό παιχνίδι.

Οι όροι του παιχνιδιού προέβλεπαν τη συμμετοχή ατόμων 14 ετών και άνω και τη σύσταση ομάδας από τρία έως επτά άτομα. Ως σημείο εκκίνησης ορίστηκε το Καλλινίκειο Δημοτικό Μέγαρο και σημείο λήξης το Κωνσταντίνειο

Δημοτικό Πάρκο, μιας και διεξαγόταν παράλληλα και το 1ο Παγκύπριο Φεστιβάλ Αθηνίτικων Προϊόντων.

Συμμετοχή δήλωσαν συνολικά επτά ομάδες. Μετά την επίλυση όλων των γρίφων και δοκιμασιών, νικήτρια αναδείχθηκε η ομάδα «Ούνα Ράτσα», αφού συγκέντρωσε την υψηλότερη βαθμολογία. Δεύτερη αναδείχθηκε η ομάδα «Νομάδες του χωρκού» και τρίτη η ομάδα «Ξενοχωρίτες και τόπακες». Πολλά συγχαρητήρια σε όλους τους συμμετέχοντες. Θερμές ευχαριστίες στους δωροθέτες OJO Sunglasses, Perfect U και ΘΕΣΣ Καφέ. Ένα μεγάλο ευχαριστώ και στους εθελοντές που διοργάνωσαν το παιχνίδι και βοήθησαν στην ομαλή διεξαγωγή του: Αλέκα

Κουφοπαύλου, Ειρήνη Κλοκκαρή, Έλενα Μαρκουλλή και τα παιδιά του 68ου Συστήματος Προσκόπων Αθénéου.

Κάθε προσπάθεια που προάγει τον πολιτισμό, τα ήθη και τα έθιμά μας γίνεται με γνώμονα τον εμπλουτισμό των πολιτιστικών υπηρεσιών που παρέχει ο Δήμος Αθénéου μέσω της Πολιτιστικής Επιτροπής.

*Δέσποινα Παστού-Μαγγανή  
Δημοτική Σύμβουλος  
Πρόεδρος Πολιτιστικής Επιτροπής*



# ΝΕΟ ΒΙΒΛΙΟ ΜΕ ΑΘΗΣΑΥΡΙΣΤΟ ΥΛΙΚΟ ΓΙΑ ΤΟΝ ΗΡΩΑ ΚΥΡΙΑΚΟ ΜΑΤΣΗ

**Μ**εγάλη επιτυχία σημείωσε η παρουσίαση του βιβλίου της Δόξας Κωμοδρόμου, «ΚΥΡΙΑΚΟΣ ΜΑΤΣΗΣ – Η φυσιογνωμία ενός στοχαστή που τάχθηκε στον αγώνα της ΕΟΚΑ», που κυκλοφορεί από τις Εκδόσεις "Αφή", και που πραγματοποιήθηκε στην κατάνεστη από κόσμο αίθουσα του Κέντρου Κοινωνικών Δραστηριοτήτων της Πανεπιστημιούπολης, στο Πανεπιστήμιο Κύπρου, την Πέμπτη, 16 Νοεμβρίου 2017.

Το βιβλίο-ντοκουμέντο παρουσίασε ο Αναπληρωτής Καθηγητής του Τμήματος Ιστορίας και Αρχαιολογίας του Πανεπιστημίου Κύπρου, Πέτρος Παπαπολυβίου και χαιρετισμό απύθηναν ο Πρόεδρος της Κυπριακής Δημοκρατίας, κ. Νίκος Αναστασιάδης και ο εκδότης του βιβλίου, κ. Μίμης Σοφοκλέους.

Ο Πρόεδρος Αναστασιάδης, αφού συνεχάρη την Συγγραφέα-Ερευνήτρια, είπε πως «μεγάλο μέρος του υλικού που παρατίθεται, ιδίως όσον αφορά γραπτά κείμενα μέσω των οποίων μας μιλά ο ίδιος ο ήρωας, δεν έχει δει ποτέ το φως της δημοσιότητας μέχρι σήμερα». Υπογράμμισε: «στο βιβλίο αυτό πιστεύω ακόμα, πως ψάχνοντας κανείς μπορεί ανά πάσα στιγμή να ανακαλύψει αθησαύριστα ντοκουμέντα, ανεκτίμητης ιστορικής αξίας για τη συγκεκριμένη φάση που καθόρισε τις απαρχές του κυπριακού κράτους και ανεξαρτησίας. Αυτός ήταν εξάλλου και ο βασικότερος στόχος της Δόξας Κωμοδρόμου, καθώς φαίνεται πως μέσα από τα τεκμηριωμένα γραπτά του, αντιλαμβάνεται κανείς ότι πρόκειται για σπάνια μορφή ανθρώπου, ενός στοχαστή που πατά στέρεα στη γη, καθώς μελετά φιλοσοφία, γράφει λογοτεχνία, κρατά προσωπικά ημερολόγια και αγωνίζεται ακατάπαυστα για την ελευθερία της πατρίδας». Ο Πρόεδρος της Δημοκρατίας είπε ακόμα ότι στο βιβλίο, ο Κυριάκος Μάτσης παρουσιάζεται και σαν πρότυπο που ενδόμυχα η ίδια η συγγραφέας θα επιθυμούσε να αποτελεί φωτεινό παράδειγμα προς μίμηση για τους νέους του σήμερα, μα και του αύριο.

Μέσα από το βιβλίο, πρόσθεσε ο Πρόεδρος Αναστασιάδης, γινόμαστε κοινωνοί σε μέχρι πρότινος άγνωστες πληροφορίες, καθώς η συγγραφέας ασχολείται με τη νεαρή ηλικία του Κυριάκου Μάτσης στην Αιμόλωση, ακολουθεί τα βήματά του στη Θεσσαλονίκη, ενώ παρακολουθεί στενά τα σχέδια και το ανεκπλήρωτο όνειρό του για μεταπτυχιακές σπουδές στο εξωτερικό, ακριβώς λίγο πριν από την έναρξη του Αγώνα της ΕΟΚΑ.

Στην ομιλία του ο Αναπληρωτής Καθηγητής, Πέτρος Παπαπολυβίου, αναφέρθηκε στο πλούσιο υλικό που αποθησαυρίζεται στο βιβλίο της Δόξας Κωμοδρόμου. «Θα μπορούσα να σας μιλήσω για πολλές ώρες, σελίδα με σελίδα, φωτογραφία με φωτογραφία, για κάθε χειρόγραφο του Κυριάκου Μάτσης. Εξαιρετικά ενδιαφέροντα είναι όλα δημοσιεύονται από τις γυμνασιακές μελέτες του ήρωα για την κυπριακή λαογραφία, υπό την εποπτεία του σπουδαίου φιλόλογου Κυριάκου Χατζηνιώannου, τις νεανικές του αναζητήσεις, τα σχέδια δοκιμών και άρθρων του, τα διηγήματά του, τις μελέτες του για τον αγαπημένο ποιητή της εποχής, τον Δημήτρη Λιπέρτη, τις σελίδες από το ημερολόγιό του, το χιούμορ του. Πτυχές της ζωής και του χαρακτήρα ενός σπουδαίου Έλληνα, του Κυριάκου Χριστοφί Μάτση,



Συγμιότυπα από την παρουσίαση του βιβλίου

από το Παλαιχώρι που έπεσε στο Δίκωμο πολεμώντας τη Βρετανική Αυτοκρατορία. Ενός ανθρώπου που αγάπησε κάθε σπιθαμή της γης του, έγινε ολοκαύτωμα για να σμίξει το κορμί του με τα χώματα του Πενταδακτύλου. Για να αναπνέουμε εμείς σήμερα ελεύθερο αέρα. Όσοι τον εκτιμούμε. Η Δόξα Κωμοδρόμου, συνέχισε ο κ. Παπα-

πολυβίου, εργάστηκε με συνέπεια και μας παραδίδει απόψε ένα σημαντικό βιβλίο που συμπληρώνει τη βιβλιογραφία για τον Κυριάκο Μάτση, προκαλώντας ταυτόχρονα ένα νέο ενδιαφέρον για τη μελέτη της ζωής και του έργου του. Τη συχαίρουμε ολόψυχα και ευχόμαστε στο βιβλίο της να είναι καλοτάξιδο και εις άλλα με υγεία».

Στο δικό του χαιρετισμό, ο Επιστημονικός Διευθυντής του Πατίτχειου Δημοτικού Μεγάρου, Ιστορικού Μουσείου Λεμεσού, Μίμης Σοφοκλέους ανέφερε ότι η κραυγή του Κυριάκου Μάτση από το κρησφύγετο «αν θα βγω, θα βγω πυροβολώντας», δεν ήταν μια πολεμική, αλλά ειρηνική έκφραση ενός στοχαστικού και συγκροτημένου λόγου, τον οποίο διέθετε ο ήρωας, διότι εμείς κατά βάση γεωργικός λαός μέχρι πριν κάποιες δεκαετίες, είμαστε καταρχήν ειρηνικός λαός, απόδειξη ότι πήραμε μέρος σε όλους τους εθνικούς αγώνες, αλλά και τους αγώνες του κόσμου για την ειρήνη και δεν έχουμε ξεκινήσει κανέναν από τα αρχαία χρόνια μέχρι σήμερα. «Θελήσαμε ένα βιβλίο απλό, λιτό και φωτεινό όπως λιτός, απλός και φωτεινός υπήρξαν η ζωή και ο βίος του Κυριάκου Μάτση. Ο γραφικός του χαρακτήρας δε, όπως φαίνεται από τα ίδια τα κείμενά του στο βιβλίο, σύμφωνα με τις επιστημονικές γραφολογικές απόψεις, αναδεικνύουν έναν ήρεμο, σίγουρο, βέβαιο, αποφασιστικό και φωτεινό άνθρωπο».

Στην αντιφώνησή της η Δόξα Κωμοδρόμου ανέφερε: «Πριν από 60 περίπου χρόνια η ελληνική αρετή έλαμψε σε όλο της το μεγαλείο και καταύγασε ολόκληρη την οικουμένη. Βαθιά μελετημένος ο Κυριάκος Μάτσης ήξερε γιατί αγωνιζόταν: για τον άνθρωπο και την ανθρώπινη αξιοπρέπεια. Με πλήρη συνείδηση πέρασε από τη ζωή στον θάνατο, καθαγιαζόντας με τη θυσία του την πάλη του κυπριακού λαού, ώστε να αυτοκαθορίσει τη μοίρα του. Ο Κυριάκος Μάτσης, ένας από τους φωτισμένους επαναστάτες όλων των εποχών του Ελληνισμού, ονειρεύτηκε ελεύθερο το κυπριακό χόμα για όσους το κατοικούν. Οι σκέψεις και η υπέρτατη πράξη της θυσίας του, ως αποτελούν καθοδηγητικό φάρο για όλους εμάς. Ο Κυριάκος Μάτσης, μας καλεί να συνεχίσουμε το ασυμπλήρωτο έργο του. Μονάχα έτσι θα συντρίψουμε την αδικία και θα δικαιώσουμε την ιδιαίτερη και γενική «γεωγραφική» μας Ιστορία».

Συντονιστής της εκδήλωσης, η οποία άρχισε με προβολή αφιερώματος στον ήρωα, ήταν ο Δημοσιογράφος Γιώργος Μελετίου, ενώ στο καλλιτεχνικό πρόγραμμα οι Στέλιος Μάτσης και Νίκος Νικολάου, ερμήνευσαν τρία τραγούδια. Την εκδήλωση τίμησαν με την παρουσία τους εκτός από τον Πρόεδρο της Κυπριακής Δημοκρατίας, ο Πρόεδρος της Βουλής των Αντιπροσώπων, Πρόεδροι ή εκπρόσωποι Κομμάτων, Βουλευτές, Δήμαρχοι, ο Επίτροπος Εθελοντισμού, εκπρόσωποι του Αρχηγού της Αστυνομίας και της Εθνικής Φρουράς, ο αδελφός του ήρωα Γιαννάκης Μάτσης, ο συναγωνιστής του Κυριάκου Μάτση, Κώστας Χριστοδούλου, πρώην Υπουργοί και Βουλευτές και πολλοί άλλοι επίσημοι, πλήθος κόσμου και εκτιμητές του έργου της συγγραφέως.

Αξίζει να αναφερθεί ότι στον χώρο της εκδήλωσης βρισκόταν η ελληνική σημαία που είχε στηθεί πάνω από τον νωπό τάφο του ήρωα Κυριάκου Μάτση, τον Νοέμβριο του 1958, κάτι που από την περιγραφή της Δόξας Κωμοδρόμου, συγκίνησε ιδιαίτερα τους παρευρισκόμενους.

Νατάσα Γεωργίου Καρούσιου  
Δημοτικός Γραμματέας



## 68ο Σύστημα Προσκόπων

### Αγιασμός και έναρξη προσκοπικής χρονιάς

Στις 21 Οκτωβρίου πραγματοποιήθηκε στο σπίτι μας ο καθιερωμένος αγιασμός, δίνοντας το έναυσμα της νέας προσκοπικής χρονιάς. Παρέστησαν ο δήμαρχος του Δήμου μας, κ. Καρεκλάς, τα μέλη του συνδέσμου γονέων, φίλοι και συμπαραστάτες των Προσκόπων και βέβαια οι αρχηγό, τα Λυκόπουλα, οι Πρόσκοποι και οι Ανιχνευτές του συστήματός μας.

Μετά το πέρας του Αγιασμού ακολούθησε η υπόσχεση των νέων μελών του συστήματός μας αλλά και ανανέωση της υπόσχεσης από τα παλαιότερα μέλη. Επίσης, πραγματοποιήθηκε ανάβαση για τα μέλη που λόγω ηλικίας μετέβησαν από την Αγέλη Λυκοπούλων στην Ομάδα Προσκόπων και από την Ομάδα Προσκόπων στην Κοινότητα Ανιχνευτών.

Άλλη μια χρονιά το προσκοπικό παιχνίδι θα παίζεται στην κοινότητά μας, δίνοντας τη δυνατότητα στα μέλη μας να αποκτούν όμορφες στιγμές, καινούριες εμπειρίες, εφόδια για τη ζωή τους. Καλή μας προσκοπική χρονιά!

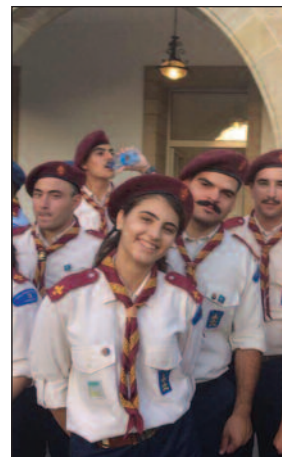
### Πρόσκοποι Δημοκρατίας

Σε μια τελετή που έλαβε χώρα την Τρίτη 18 Ιουλίου 2017 στους κήπους του Προεδρικού Μεγάρου, ο πρόεδρος της Κυπριακής Δημοκρατίας, κ. Νίκος Αναστασιάδης, απένειμε το Πτυχίο Προσκόπου Δημοκρατίας σε Ανιχνευτές από όλη την Κύπρο που το έχουν «κατακτήσει». Η τελετή αποτελεί μια από τις κορυφαίες εκδηλώσεις του Σώματος Προσκόπων Κύπρου. Το πτυχίο αυτό είναι μια επιβράβευση της δουλειάς των Ανιχνευτών μέσα στις Κοινότητές τους. Είναι μια αναγνώριση των προσπαθειών των νέων αυτών παιδιών που όλα αυτά τα χρόνια ήταν ενεργοί στον προσκοπισμό, αποκτώντας πολύτιμες γνώσεις για να τις αξιοποιήσουν βγαίνοντας στην κοινωνία των ενηλίκων. Άξιοι και έχοντας αναπτύξει πλήρως τις σωματικές και πνευματικές τους ικανότητες είναι πανέτοιμοι να συμβάλουν ως ενεργοί πολίτες στην ανάπτυξη της πατρίδας μας.

Πέντε μέλη του δικού μας συστήματος είχαν την τιμή να στεφθούν ως Πρόσκοποι Δημοκρατίας τη χρονιά αυτή. Ο λόγος για τους Άννα Ιωάννου,

Άρτεμις Φιλίππου, Μιχάλη Τσιάνου, Αντρέα Νεοφύτου και Γιώργο Τουμάζου. Οι Ανιχνευτές μας πέρασαν με επιτυχία όλες τις δοκιμασίες για απόκτηση του πτυχίου και βοήθησαν στα προγράμματα τόσο της Αγέλης Λυκοπούλων όσο και της Ομάδας Προσκόπων τη χρονιά που μας πέρασε. Συγχαρητήρια στους νέους Προσκόπους Δημοκρατίας και να τους ευχθούμε καλή σταδιοδρομία και καλή επιτυχία στο έργο τους, ως βαθμοφόροι πλέον στα τμήματα που συμμετέχουν.

Αρχηγός Αγέλης Λυκοπούλων, Αιμιλία Σάββα



### Κατασκήνωση στη Δεκέλεια 2017

Άλλη μια προσκοπική χρονιά έφτασε στο τέλος της με την κατασκήνωση που οργάνωσε το σύστημά μας στον κατασκηνωτικό χώρο της Δεκέλειας από τις 15 μέχρι τις 22 Ιουλίου. Τόσο φέτος, όπως και κάθε χρόνο όλα τα μέλη του συστήματός μας περιμέναμε με ανυπομονησία την καλοκαιρινή κατασκήνωση, τα παιχνίδια και τις αποδράσεις! Φέτος η κατασκήνωση δεν ήταν κοινή με κάποιο άλλο σύστημα, παρά μόνο το δικό μας. Θέμα της φετινής μας κατασκήνωσης ήταν η «Δημιουργία ενός καλύτερου Κόσμου».

Τα λυκόπουλά μας, με τη βοήθεια των αρχηγών τους, τακτοποιήθηκαν στα αντίσκηνα τους και έπειτα χωρίστηκαν σε 2 ομάδες οι οποίες ονομάστηκαν «Μαύροι» και «Άσπροι». Το πρόγραμμά τους ξεκίνησε με προσκοπικά παιχνίδια και έπειτα με καθαριότητα του κατασκηνωτικού χώρου. Η κατασκήνωση περιλάμβανε μαθήματα για τα βασικά που πρέπει να γνωρίζουν ώστε να επιβιώσουν στο δάσος, όπως τα ανιχνευτικά σήματα, πρώτες βοήθειες και ασυρματικούς. Το πρόγραμμά τους φυσικά ήταν ποικίλο από διάφορα παιχνίδια, κατασκευές και ζωγραφιές.

Οι πρόσκοποι του συστήματός μας έζησαν πολύ ωραίες εμπειρίες και στη φετινή κατασκήνωση η

οποία ήταν γεμάτη δράση. Το πρόγραμμα τους έκρυβε πολλές εκπλήξεις. Κάτω από την επίβλεψη των αρχηγών τους, τακτοποιήθηκαν στα αντίσκηνα τους και ξεκίνησαν τα μαθήματά τους. Εξασκλήθηκαν στους κόμπους, έκαναν διάλεξη για τα σήματα Μορς, για τους ασυρματικούς και μαθήματα πρώτων βοηθειών. Έπαιξαν διάφορα νυχτερινά και επικοινωνια παιχνίδια, καθώς επίσης εξασκλήθηκαν στον χειρισμό της πυξίδας και έμαθαν πώς να φυάχνουν σημειώσεις για ταχύ οδοιπορικό.

Οι μεγάλοι της παρέας, οι ανιχνευτές μας, είχαν ακόμα πιο δύσκολο έργο. Συμμετείχαν στη φετινή μας κατασκήνωση ως βοηθοί σε όλες τις δραστηριότητες, στην καθαριότητα, στο στήσιμο αντισκηνών και στο στήσιμο των δοκιμασιών των «Αθλών του Ηρακλή», καθώς είχαν βοήθεια και από τους πρόσκοπους, το αγαπημένο μας παιχνίδι με τις λάσπες! Μπράβο τους για την αντοχή και τη βοήθειά τους!

Υπήρχε μια μικρή ανατροπή στο πρόγραμμά μας, αξιοποιώντας το δίκτυο του volley, όπου δημιουργήθηκαν ομάδες προσκόπων, ανιχνευτών και αρχηγών, όπου νικήτρια ήταν η ομάδα των ανιχνευτών και πήραν ένα μικρό χρηματικό έπαθλο. Το πρόγραμμά μας περιλάμβανε κοινή δράση λυκοπούλων, προσκόπων και ανιχνευτών στον



κόλπο της Δεκέλειας. Επίσης, την πρώτη και την τελευταία νύχτα της κατασκήνωσης μας διοργανώσαμε το καθιερωμένο «camp fire» όπου όλοι μας καθίσαμε σε ένα κύκλο γύρω στη φωτιά τραγουδώντας προσκοπικά τραγούδια. Όλα τα μέλη της κατασκήνωσης εμπλούτισαν τη συλλογή τους με καινούργια πτυχία μετά από τις επιτυχημένες δοκιμασίες που έκαναν. Μαζί με τη συνεργασία που είχαμε με τα παιδιά μας περάσαμε οκτώ υπέροχες μέρες. Κάτι το οποίο δεν πρέπει να παραλειφθεί είναι οι θερμές μας ευχαριστίες σε όλους όσους συνέβαλαν σε αυτή τη δράση αλλά και στον κ. Κυριάκο Κυριάκου, ο οποίος ψάρεψε με την αγέλη τους πρόσκοπους και τους ανιχνευτές. Η δράση όμως συνεχίζεται. Άλλη μια προσκοπική χρονιά είναι μπροστά μας. Θα μάθουμε, θα παίξουμε αλλά και θα δράσουμε...

Άντρια Ιωάννου, Άννα Ιωάννου

## ΔΩΡΕΑΝ WIFI

wireless zone  
cytanet

Ο Δήμος Αθηνών, σε συνεργασία με τη CYTA, παρέχει στους δημότες του ασύρματη σύνδεση στο διαδίκτυο (Wi-Fi) Cytanet Wireless Zone Hotspots τώρα και στην Αθήνα!!!!

Ο Δήμος Αθηνών, όπως είχε υποσχεθεί από την αρχή της ανάληψης των καθηκόντων του νέου Δημοτικού Συμβουλίου, σε μια προσπάθεια να είναι κοντά και να εξυπηρετεί τις ανάγκες των δημοτών του και αναγνωρίζοντας τη χρησιμότητα του διαδικτύου, σε συνεργασία με τη CYTA, ανακοινώνει ότι διευθετήθηκε η δωρεάν παροχή ασύρματης σύνδεσης στο διαδίκτυο από τις 8 Νοεμβρίου 2017 σε δύο σημεία του Δήμου που έχουν επιλεγεί ως πρώτη φάση. Αυτά είναι η Κεντρική Πλατεία Εκκλησιών και το Κωνσταντίνειο Δημοτικό Πάρκο.

Για άμεση και γρήγορη πλοήγηση, αλλά και χρήση υπηρεσιών ηλεκτρονικού ταχυδρομείου, οι συνδρομητές της Cytanet μπορούν να έχουν δωρεάν και απεριόριστη ασύρματη σύνδεση (free Wi-Fi access), χρησιμοποιώντας τους προσωπικούς τους κωδικούς. Εάν δεν γνωρίζετε τους κωδικούς σας, μπορείτε να επικοινωνήσετε, χωρίς χρέωση, με το Κέντρο Τηλεφωνικής Εξυπηρέτησης της Cyta στο 132 ή να επισκεφτείτε ένα από τα Cytashop σε όλες τις πόλεις.

Οι υπόλοιποι, οι μη συνδρομητές της Cytanet, μπορούν επίσης να έχουν δωρεάν πρόσβαση στο διαδίκτυο από τα δύο συγκεκριμένα σημεία για 30 λεπτά ημερησίως. Επιπρόσθετα, μπορούν να λάβουν κωδικούς πρόσβασης, αγοράζοντας συγκεκριμένο χρόνο σύνδεσης από τη CYTA, μέσω των πιο κάτω τρόπων:

(α) Με Κάρτες Ασύρματης Πρόσβασης. Οι κάρτες με τους κωδικούς πρόσβασης διατίθενται στα Cytashop.  
(β) Με Γραπτά Μηνύματα Αξίας (Premium SMS).

(γ) Με Πιστωτική Κάρτα. Η αγορά των κωδικών πρόσβασης γίνεται ηλεκτρονικά, μέσω της εισαγωγικής σελίδας (login page) της υπηρεσίας Cytanet Wireless Zone.

Περισσότερες πληροφορίες μπορείτε να βρείτε στο σύνδεσμο <https://www.cyta.com.cy/cytanet-wireless-zone>

Ο Δήμος Αθηνών είναι και θα παραμείνει στο πλευρό των δημοτών του, έχοντας σαν προτεραιότητα το αναβαθμισμένο επίπεδο παροχής υπηρεσιών για καλύτερη ποιότητα ζωής τους, σε όσους δυνατόν περισσότερους τομείς της καθημερινότητας. Η προσπάθεια παροχής μεγαλύτερης εξυπηρέτησης στο μέλλον θα συνεχισθεί απρόσκοπτα.

Θερμές ευχαριστίες εκφράζουμε προς τη CYTA, που συνεργάστηκε με τον Δήμο Αθηνών παρέχοντας τη δυνατότητα δωρεάν πρόσβασης στο διαδίκτυο σε εκατομμύρια δύο σημεία στην Αθήνα, επιβεβαιώνοντας έτσι το υψηλό επίπεδο εταιρικής κοινωνικής ευθύνης της, αλλά και της τεχνολογικής εξυπηρέτησής.

Από τον Δήμο Αθηνών

## Κυνηγετικός Σύλλογος Αθηαίνου



Την Παρασκευή, 27 Οκτωβρίου πραγματοποιήθηκε στο Κωνσταντίνειο Κέντρο Ενηλίκων η συνεστιάση των μελών, φίλων και υποστηρικτών του Κυνηγετικού Συλλόγου Αθηνών. Την εκδήλωση τίμησαν με την παρουσία τους ο Δήμαρχος Αθηαίνου, μέλη του Δημοτικού Συμβουλίου, μέλη της Υπηρεσίας Θήρας του κλιμακίου Λάρνακας, ως επίσης και 250 άτομα μέλη και φίλοι του συλλόγου. Σε ομιλία του ο πρόεδρος του Κυνηγετικού Συλλόγου κ. Ιωάννης Αρτεμίου, εξήρε το έργο που είχε επιτελέσει το Διοικητικό Συμβούλιο του Συλλόγου τον χρόνο που πέρασε και αναφέρθηκε στις προτεραιότητες που έχουν τεθεί για τον νέο χρόνο, που είναι η διάνοση για κυνήγι των κλειστών περιοχών της νεκρής ζώνης (Πύρκος, Βαρκά, Σκάσματα, Μούτι των Αλουπιθικών) για το αποδημητικό θήραμα, ως επίσης και τη δημιουργία βιότοπων. Ως άμεση προτεραιότητα, όπως ανέφερε



ο κ. Αρτεμίου, είναι η δημιουργία δύο εκτροφείων περδικιών χωρτικότητας 350 περδικιών το καθένα για τον αυτόνομο εμπλουτισμό σε θηράματα των περιοχών της Αθηνών. Στην εκδήλωση κληρώθηκαν ένα κυνηγετικό όπλο αξίας €1300, ένα αεροβόλο αξίας €400, ως επίσης και πολλά άλλα πλούσια δώρα. Ο Κυνηγετικός Σύλλογος Αθηαίνου ευχαριστεί όλους



όσους εργάστηκαν και συνέβαλαν με τον οποιονδήποτε τρόπο στην επιτυχία της όλης εκδήλωσης. Ιδιαίτερες ευχαριστίες στους χορηγούς και υποστηρικτές του σωματείου.

Γιάννης Αρτεμίου  
Εκ του Διοικητικού Συμβουλίου





- Πιστοποιημένο Κέντρο Επαγγελματικής Κατάρτισης (ΚΕΚ)
- Εγκεκριμένο Κέντρο Κατάρτισης Οδηγών (ΕΚΚΟ)
- Εγκεκριμένος Φορέας Κατάρτισης ADR
- Εγκεκριμένος Παροχέας Προγραμμάτων Πρώτων Βοηθειών

ΤΩΡΑ ΚΑΙ ΣΤΗΝ  
ΑΘΗΝΟΥ

## ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ – ΑΣΦΑΛΕΙΑ – ΠΟΙΟΤΗΤΑ

**Επιχορηγημένα: Μονοεπιχειρησιακά και Πολυεπιχειρησιακά Σεμινάρια**



ΠΡΩΤΕΣ ΒΟΗΘΕΙΕΣ

ΥΓΕΙΑ ΚΑΙ ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΣΤΗΝ ΕΡΓΑΣΙΑ

ΕΓΚΕΚΡΙΜΕΝΟ ΚΕΝΤΡΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ  
ΤΜΗΜΑΤΟΣ ΟΔΙΚΩΝ ΜΕΤΑΦΟΡΩΝ (ΕΚΚΟ, ADR)

MANAGEMENT / MARKETING / STRATEGY

ΧΡΗΜΑΤΟΟΙΚΟΝΟΜΙΚΑ

ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΤΡΟΦΙΜΩΝ

Υπεύθυνος Επικοινωνίας: Αντώνης Σιαμαήλας τηλ: 99657930

A.S. Safety Partners Ltd

Τριών Ιεράρχων 8Α, 6037 Λάρνακα, Κύπρος

Τηλ. 24 363 300, Κιν. 99 657 930, Φαξ: 24363303

email: info@safetypartners.com.cy www.safetypartners.com.cy



## Εκδήλωση για την Ευρωπαϊκή Ημέρα Επανεκκίνησης Καρδιάς

Για πρώτη φορά στην Αθήνα και με μεγάλη επιτυχία, πραγματοποιήθηκε στις 24 Οκτωβρίου στο Καλλινίκειο Δημοτικό Μέγαρο εκδήλωση αφιερωμένη στην Ευρωπαϊκή Ημέρα Επανεκκίνησης Καρδιάς, η οποία καθιερώθηκε το 2012 με σχετική διακήρυξη του Ευρωπαϊκού Συμβουλίου Αναζωογόνησης, να εορτάζεται κάθε χρόνο στις 16 Οκτωβρίου. Η εκδήλωση έγινε με τη συνεργασία του Κέντρου Επαγγελματικής Κατάρτισης A.S. Safety Partners Ltd, σε συνδυασμό με σεμινάριο - πρακτική εξάσκηση για την καρδιοαναπνευστική αναζωογόνηση και τη χρήση Αυτόματου Εξωτερικού Απινιδωτή.

Ο Δήμος Αθήνας αναγνωρίζοντας τη σοβαρότητα του θέματος, αλλά και την κρισιμότητα που έχει η δυνατότητα διάσωσης ανθρώπου σε περίπτωση που λάβει άμεση πρώτη βοήθεια, έδωσε την ευκαιρία σε όλους τους δημότες του μέσω της ανοικτής αυτής εκδήλωσης, να λάβει δωρεάν κάποιες βασικές γνώσεις σε σχέση με το ΚΑΡΠΑ και τη χρήση απινιδωτή.

Ο κ. Αντώνης Σιαμαήλας, ιδιοκτήτης του εκπαιδευτικού κέντρου A.S. Safety Partners Ltd, κύριος ομιλητής στην εν λόγω εκδήλωση, ανέφερε μεταξύ άλλων ότι «στην Ευρώπη υπολογίζεται ότι κάθε χρόνο, από τις 400.000 περίπου ανθρώπους που θα υποστούν εκτός νοσοκομείου καρδιακή ανακοπή, οι 350.000 από αυτούς δεν θα τα καταφέρουν να



επιβιώσουν. Η επιβίωση πολλών από αυτών, που φαίνονταν υγιείς, εξαρτάται από την εφαρμογή καρδιοπνευμονικής αναζωογόνησης και την έγκαιρη απινίδωση από τους παρευρισκόμενους. Η έναρξη καρδιοπνευμονικής αναζωογόνησης μέσα στα επόμενα 2-3 λεπτά από το επεισόδιο, μπορεί να αυξήσει την πιθανότητα επιβίωσης περισσότερο από 50%. Στην Κύπρο πέραν των 800 συμπολιτών μας κάθε χρόνο θα υποστούν Καρδιακή Ανακοπή. Οι περισσότεροι από αυτούς δεν θα τα καταφέρουν να επιβιώσουν μέχρι να μεταφερθούν στο νοσοκομείο. Μετά το πέρας της ενημερωτικής παρουσίασης ακολούθησε πρακτική εξάσκηση με εκπαιδευτικά προπλάσματα και εξατομικευμένη καθοδήγηση από αριθμό εκπαιδευτών που Κέντρου, οι οποίοι παρευρέθηκαν στην εκδήλωση.

Θερμές ευχαριστίες οφείλονται στην A.S. Safety Partners Ltd και ιδιαίτερα στον κ. Αντώνη Σιαμαήλα για την άψογη συνεργασία και την προθυμία με την οποία δούλεψαν για την πραγματοποίηση της εκδήλωσης, ως επίσης και σε όλους τους συνεργάτες του Κέντρου που παρευρέθηκαν και συνέβαλαν στην επιτυχία τόσο της ημερίδας όσο και της πρακτικής εξάσκησης.

Νατάσα Γεωργίου Κορούσιου  
Δημοτικός Γραμματέας





# Λογοθεραπεία και στάδια φυσιολογικής εξέλιξης του λόγου και επικοινωνίας στο παιδί



**Ελένη Μουγιάρη**  
Εγγεγραμμένη Λογοπαθολόγος-Λογοθεραπεύτρια Β.Α., Εργοθεραπεία Μ.Α. Εξουσιοδοτημένη επίσημα Λογοθεραπείας, από το Τεχνολογικό Πανεπιστήμιο Κύπρου, για την πρακτική άσκηση φοιτητών Λογοθεραπείας.

Λογοθεραπεία είναι η επιστήμη που ασχολείται με την πρόληψη, αξιολόγηση και διάγνωση, θεραπεία και αποκατάσταση των προβλημάτων επικοινωνίας, λόγου, ομιλίας, φωνής, μάσησης και κατάποσης στο παιδί, στον έφηβο και στον ενήλικα. Ο ρόλος και οι υπευθυνότητες του Λογοπαθολόγου είναι:

- Αξιολόγηση και διάγνωση του προβλήματος.
- Κατάρτιση προγράμματος θεραπείας.
- Συμβουλευτική προς τους γονείς.
- Διαφώτιση όσον αφορά τον ορισμό δυσκολιών επικοινωνίας για την έγκαιρη εντόπισή τους.

Η ανάπτυξη του Λόγου είναι μια διαδικασία που ξεκινάει από νωρίς στη ζωή του ανθρώπου. Τα παιδιά αναπτύσσουν τον λόγο και την ομιλία τους με ένα δικό τους ξεχωριστό τρόπο. Κάθε παιδί έχει τον δικό του ρυθμό ανάπτυξης. Ωστόσο, υπάρχουν κάποια τυπικά ορόσημα και στάδια γλωσσικής εξέλιξης για κάθε ηλικία.

## 0-12 μηνών

Το παιδί πρέπει να αντιδρά στους ήχους, να κοιτάει ή να στρέφει το κεφάλι του προς την πηγή τους, να αναγνωρίζει τη φωνή της μητέρας του, να χαμογελάει όταν του μιλούν, να ανταποκρίνεται όταν ακούει το όνομά του, να μιμείται, να κατανοεί απλές οδηγίες. Πρέπει να χρησιμοποιεί νοήματα για να εκφραστεί, όπως «γεια», παλαμάκια, «όχι» (με το κεφάλι) και να λέει λίγες λεξούλες, όπως (π.χ. μάμα, μπαμπά, μπάλα).



## 1-2 ετών

Πρέπει να κατανοεί και να εκτελεί απλές οδηγίες. Να καταλαβαίνει απλές προτάσεις και να ονομάζει οικεία αντικείμενα. Το λεξιλόγιό του να είναι εμπλουτισμένο με 20-50 λέξεις (18 μηνών) και 100-200 λέξεις (στα 2 του χρόνια). Να λέει το όνομά του, να κάνει ερωτήσεις και να φτιάχνει απλές προτάσεις.

## 2-3 ετών

Χρησιμοποιεί περίπου 300-400 λέξεις, κάνει ερωτήσεις του τύπου (Τι; Πού; Γιατί;), απαντάει σε ερωτήσεις, χρησιμοποιεί προτάσεις 3 λέξεων, καταλαβαίνει απλές ιστορίες, παρακο-

λουθεί ένα διάλογο, χρησιμοποιεί τον πληθυντικό αριθμό και τις προθέσεις.

## 3-4 ετών

Απαντά σε πολλά είδη ερωτήσεων, μπορεί να διηγείται μια ιστορία ή τις εμπειρίες του. Πρέπει να γίνεται κατανοητό και από ανθρώπους που δεν βρίσκονται στο καθημερινό περιβάλλον. Πρέπει να χρησιμοποιεί μέχρι και 500 λέξεις.

## 4-5 ετών

Σχημαίζει μεγαλύτερες και πιο σύνθετες προτάσεις. Αρθρώνει όλους τους ήχους σωστά, ίσως εκτός από «ρ». Το λεξιλόγιό του πρέπει να φτάνει στις 1000 λέξεις. Αρχίζει να μειράει, αναγνωρίζει τα γράμματα και τους ήχους στους οποίους αντιστοιχούν και χωρίζει τις λέξεις σε συλλαβές.

## 5-6 ετών

Σε αυτή την ηλικία πρέπει να αρθρώνει όλα τα φωνήματα και τα φωνητικά πλέγματα. Μπορεί να προφέρει πολυσύλλαβες λέξεις. Να αφηγείται με άνεση μια ιστορία ή και τις δικές του εμπειρίες χρησιμοποιώντας σωστά όλους τους κανόνες γραμματικής-συντακτικής. Πλέον το παιδί πρέπει να είναι έτοιμο όχι μόνο στην προφορική επικοινωνία αλλά και στη γραπτή.

Η αξιολόγηση και οι Λογοθεραπευτικές συνεδρίες, είναι πολύ σημαντικό, να πραγματοποιούνται πριν το έκτο έτος του παιδιού. Εάν η αντιμετώπιση δεν είναι έγκαιρη, υπάρχουν μεγάλες πιθανότητες οι δυσκολίες Λόγου-Ομιλίας να εξελιχθούν σε μαθησιακές δυσκολίες με την ένταξη του παιδιού στο Δημοτικό Σχολείο.

Η έγκαιρη διάγνωση και παρέμβαση από Λογοπαθολόγο-Λογοθεραπευτή θα βοηθήσουν στη σωστή ανάπτυξη του λόγου, της ομιλίας και της αντίληψης του παιδιού.

## Έχετε ζωνρά-πεισματάρικα παιδιά; Αντί «όχι» πείτε «ναι»



Μια αποτελεσματική μέθοδος για να λάβουν τέλος οι συγκρούσεις με τα ζωνρά παιδιά είναι ο έλεγχος της αυτόματης αρνητικής αντίδρασης των γονιών που εκφράζεται συνήθως με φράσεις όπως «όχι, σου το απαγορεύω». Κάθε φορά που προφέρεται η λέξη «όχι», θα ξεσπάσει ακόμη μια μάχη. Έχετε σκεφτεί όμως, ότι ίσως δεν αξίζει τον κόπο να εμπλακείτε σε αυτόν τον πόλεμο; Προσπαθήστε λοιπόν, να αντικαταστήσετε τη λέξη «όχι» με τη λέξη «ναι».

Όταν τα ζωνρά παιδιά εκνευρίζονται, θυμώνουν ή πεισμώνουν με ένα συγκεκριμένο ζήτημα, οι γονείς έχουν μάθει να αγνοούν ή να προσπαθούν να στρέψουν αλλού την προσοχή των παιδιών τους. Αυτές οι τεχνικές αναδεικνύονται συχνά αποτελεσματικές για τα υπόλοιπα παιδιά. Ωστόσο, τα ζωνρά παιδιά δεν ανέχονται από κανέναν να τα αγνοεί. Θα αρχίσουν να ουρλιάζουν ακόμα πιο δυνατά και δεν θα σταματήσουν μέχρι να λυγίσουν. Επιπλέον, δεν είναι καθόλου εύκολο να στρέψετε αλλού τη προσοχή τους.

Ξέρουν καλά τι θέλουν και δεν πρόκειται να παραδώσουν τα όπλα μέχρι να το αποκτήσουν ή μέχρι να βρουν μια πιο ενδιαφέρουσα ασχολία. Αν τους δείξετε ότι τα ακούτε και ότι προσπαθείτε να καταλάβετε τι είναι σημαντικό γι' αυτά, θα μπορέσετε να ελέγξετε πολύ πιο εύκολα τις ανυδράσεις τους.

Έτσι λοιπόν, την επόμενη φορά που το παιδί σας θα εκραγεί, δοκιμάστε να του πείτε «Σε ακούω, προσπαθώ να καταλάβω τι χρειάζεσαι ή τι θέλεις;». Θα σας βοηθήσει να αλλάξετε αυτό το συγκρουσιακό μοτίβο, καθώς το παιδί θα αντιληφθεί την ειλικρινή διάθεσή σας για επικοινωνία και συνεργασία. Είναι πολύ σημαντικό να ακούτε για να καταλάβετε. Όταν θέλουμε να ακούσουμε για να καταλάβουμε πραγματικά πρέπει να διακόψουμε οποιαδήποτε ασχολία μας και να αφοσιωθούμε σε όσα μας λέει το παιδί.

**Μαρία Μακρυγιώργη Σιδερά, Μ.Α.**  
Εκπαιδευτικός Ψυχολόγος



**Σωτήρης Χαράλαμπος**  
Εγκεκριμένος φυσικοθεραπευτής

## Θεραπεία με Βεντούζες



Ο Σ. Χαράλαμπος είναι απόφοιτος κλάδου Φυσικοθεραπείας, με άδεια εξασκήσεως επαγγέλματος από τον Σύνδεσμο Φυσικοθεραπευτών και απόφοιτος του κλάδου Φυσικοθεραπευτών του Ευρωπαϊκού Πανεπιστημίου. Συμμετείχε σε διάφορα σεμινάρια του κλάδου στην Κύπρο και στο εξωτερικό. Είναι ιδιοκτήτης του φυσικοθεραπευτηρίου Physioliife Λάρνακας.

Η θεραπεία με βεντούζες είναι μια αρχαία μορφή εναλλακτικής ιατρικής που χρονολογείται και ίσως η πιο διάσημη μέθοδος που χρησιμοποιούσαν οι γιαγιάδες μας για τη θεραπεία αρκετών ασθενειών. Είναι κυρίως μια μεσαιωνική ιατρική πρακτική, που είναι διαδεδομένη σήμερα σαν μέρος εναλλακτικής ιατρικής. Οι αρχαίοι Έλληνες και ιδιαίτερα ο Ιπποκράτης, ο πατέρας της Ιατρικής, εφαρμόζε τη θεραπεία με βεντούζες, όπως και άλλες μορφές κλασικών θεραπευτικών μεθόδων που ακολουθούνται μέχρι σήμερα.

Οι βεντούζες, όπως και όλες οι μορφές θεραπευτικής μάλαξης, ασκούνται από Φυσιοθεραπευτές και ειδικευμένους επιστήμονες με γνώση της φυσιολογίας και της ανατομίας του ανθρώπινου σώματος. Στη θεραπεία αυτή ο θεραπευτής τοποθετεί ειδικές βεντούζες στο δέρμα για λίγα λεπτά και μερικές φορές ο θεραπευτής μπορεί να τις μετακινεί πάνω στο σώμα κάνοντας μασάζ. Η βεντούζα απλά εφαρμόζει αναρρόφηση στην επιφάνεια του δέρματος για να δημιουργήσει αρνητική πίεση. Μετακινώντας τη βεντούζα πάνω στο δέρμα η αναρρόφηση του δέρματος είναι ενεργή προκαλώντας ένα τοπικό τράβηγμα του δέρματος.

Η θεραπεία με βεντούζες θεωρείται αρκετά ασφαλής, αρκεί να μας τη χορηγήσει ένας εκπαιδευμένος επαγγελματίας Φυσικοθεραπευτής. Οι σημερινές βεντούζες είναι φτιαγμένες από γυαλί ή σιλικόνη και είναι αρκετά εύκολες

στη χρήση τους, φτάνει να χρησιμοποιούνται από ένα επαγγελματία.

Ο τρόπος που λειτουργεί η βεντούζα για τη βελτίωση της υγείας είναι πολύπλοκη, επειδή η θεραπεία λειτουργεί σε πολλαπλά συστήματα του σώματος ταυτόχρονα. Μερικά από αυτά είναι η μείωση του πόνου και της εξέλιξης μυοσκελετικών παθήσεων, όπως και η ανακούφιση φλεγμονών. Επίσης, βοηθά στην αύξηση της λειτουργίας του ανοσοποιητικού συστήματος, συντείνει στη μείωση πονοκεφάλων και ημικρανιών. Πολλά από τα οφέλη της θεραπείας είναι ότι βελτιώνει την άμυνα στις ιογενείς και βακτηριακές ασθένειες, μειώνει τα προβλήματα με έρπη, γρίπη, ιογενή ηπατίτιδα, ακμή και δερματίτιδα. Παράλληλα, τονώνει και αρματώνει το δέρμα, τεντώνει τους μύες και τον συνδετικό ιστό, χαλαρώνει τον μυϊκό ιστό και διεγείρει τη ροή της ενέργειας. Επίσης, συντείνει και στη μείωση πιθανότητας καρδιαγγειακών παθήσεων.

Οι βεντούζες προκαλούν ένα αίσθημα τραβήγματος στο δέρμα μετά από τη θεραπεία και εμφανίζονται χαρακτηριστικές μελανιές στο δέρμα που εξαφανίζονται μετά από μερικές μέρες. Το Φθινόπωρο ίσως είναι η καλύτερη εποχή για να ασκείται η μάλαξη με βεντούζες, δύο φορές τον μήνα. Αυτό ως αποτέλεσμα θα έχει την πλήρη αποτοξίνωση του σώματος, αλλά και την ενίσχυση και ενεργοποίηση του ανοσοποιητικού.



## Κρυοσυντήρηση ωαρίων και σπερματοζωαρίων

*Πώς θα σας φαινόταν αν σας έδινε κάποιος ότι μπορείτε να παγώσετε τον χρόνο;*

Η διαχρονική μείωση ωαρίων ακόμα και των σπερματοζωαρίων είναι μία φυσική διαδικασία. Ένα κορίτσι γεννιέται με όλα τα ωάρια που θα χρειαστεί στη ζωή του. Τα θηλυκά βρέφη έχουν στις ωοθήκες τους 1-2 εκατομμύρια ωάρια, ενώ μέχρι την ηλικία των 37 ο αριθμός αυτός μειώνεται κατά 90-95% με αποτέλεσμα την υπογονιμότητα. Όπως φαίνεται στην πιο κάτω γραφική παράσταση (αριστερά), η ποσότητα εγκυμοσύνων μειώνεται με την αύξηση της ηλικίας της γυναίκας. Η μείωση αυτή έχει απότομη αλλαγή μετά την ηλικία των 37. Ένα αρσενικό βρέφος δε γεννιέται με σπερματοζωάρια αλλά ξεκινά η παραγωγή τους στην εφηβική ηλικία. Με την αύξηση της ηλικίας μειώνεται σε μικρό ποσοστό η παραγωγή σπέρματος, χωρίς να επηρεάζεται σημαντικά η γονιμότητά τους.

### ΚΡΥΟΣΥΝΤΗΡΗΣΗ ΩΑΡΙΩΝ

Η ποιότητα των ωαρίων με την πάροδο του χρόνου μειώνεται σημαντικά αυξάνοντας τις πιθανότητες ανάπτυξης γενετικών ανωμαλιών, ειδικά σε γυναίκες άνω των 37 ετών. Οι επιστήμονες προτείνουν την ηλικία κάτω των 35 ως την καταλληλότερη βιολογικά για μία γυναίκα να δημιουργεί οικογένεια, παρόλο που οι συνθήκες ζωής πολλές φορές δεν το επιτρέπουν (όπως η έλλειψη συντρόφου, επαγγελματικές υποχρεώσεις κ.ά.). Στην περίπτωση αυτή η ΚΡΥΟΣΥΝΤΗΡΗΣΗ ΩΑΡΙΩΝ, μπορεί να είναι η μόνη λύση.

Η κατάψυξη ωαρίων είναι χρήσιμη για τις γυναίκες που επιθυμούν να αποκτήσουν παιδί στο μέλλον διατηρώντας τη γονιμότητά τους: Γυναίκες οι οποίες επιθυμούν ή είναι υποχρεωμένες να καθυστερήσουν να τεκνοποιήσουν προκειμένου να εκπληρώσουν επαγγελματικούς ή άλλου είδους προσωπικούς στόχους και οι οποίες είναι γύρω στα 35-38 χρόνια.

Γυναίκες με οικογενειακό ιστορικό πρόωρης εμμηνόπαυσης. Γυναίκες, οι οποίες αρνούνται να καταψύξουν έμβρυα για θρησκευτικούς και/ή ηθικούς λόγους.

Γυναίκες, οι οποίες διαγιγνώσκονται με καρκίνο και θα κάνουν χημειοθεραπεία και/ή ακτινοθεραπεία.

*Ποιες είναι οι πιθανότητες να γεννηθεί ένα παιδί φυσιοδογικό, χωρίς κινδύνους γι' αυτό ή τη μητέρα;*

Το 2013, η Αμερικανική Εταιρεία Αναπαραγωγικής Ιατρικής ενέκρινε τη χρήση παγωμένων ωαρίων για επίτευξη εγκυμοσύνης, ως ασφαλή μέθοδο (ASRM pages (2013)). Μέχρι σήμερα, περίπου 6000 μωρά έχουν γεννηθεί από κατεψυγμένα ωάρια. Η μεγαλύτερη μελέτη που δημοσιεύθηκε με πάνω από 900 μωρά από κατεψυγμένα ωάρια δεν έδειξε αυξημένο ποσοστό γενετικών ανωμαλιών σε σύγκριση με τον γενικό πληθυσμό, ούτε αυξημένα ποσοστά χρωμοσωμικών ανωμαλιών σε σύγκριση με τα έμβρυα που προέρχονται από φρέσκα ωάρια. Το 2014 μια νέα μελέτη έδειξε ότι οι επιπλοκές κατά τη διάρκεια της κύησης μετά από απόψυξη ωαρίων είναι αυξημένες.

*Πότε θα πρέπει να πραγματοποιηθεί η κατάψυξη ωαρίων;*

Ένα από τα μεγαλύτερα προβλήματα που υπάρχει στην κατάψυξη ωαρίων είναι ότι η απόφαση αυτή γίνεται πολύ αργά από τις γυναίκες που το έχουν ανάγκη. Όσο νεότερη είναι η ασθενής τόσο καλύτερη η ποιότητα των ωαρίων και τόσο μεγαλύτερες είναι οι πιθανότητες για μια μελλοντική εγκυμοσύνη. Ιδανική είναι η ηλικία μεταξύ 30-36 ετών, ή ακόμη νωρίτερα, αν πρόκειται για περιπτώσεις που αφορούν σε ασθενείς με καρκίνο ή άλλη γνωστή πάθηση με επίδραση στην ωοθηκική εφεδρεία. Μία ολοκληρωμένη εικόνα για την ποσότητα και την ποιότητα των ωαρίων μίας γυ-



Οι επιστήμονες προτείνουν την ηλικία κάτω των 35 ως την καταλληλότερη βιολογικά για μία γυναίκα να δημιουργεί οικογένεια

ναίικας μπορεί να πραγματοποιηθεί με αιματολογικές εξετάσεις και υπερηχογράφημα των ωοθηκών. Με τη βοήθεια ειδικού ιατρού αναπαραγωγής γίνεται αξιολόγηση των αποτελεσμάτων και έτσι η κάθε γυναίκα μπορεί να επιλέξει την κατάλληλη χρονική στιγμή για να πραγματοποιήσει τη διαδικασία. Τέλος, το κόστος για την κατάψυξη ωαρίων είναι προσιτό.

*Ποια διαδικασία ακολουθείται για την κατάψυξη των ωαρίων; Για πόσο χρονικό διάστημα και πόσα ωάρια φυλάσσονται;*

Για να συλλεχθούν τα ωάρια προς κατάψυξη, η ασθενής υποβάλλεται σε χρήση ορμονικών οσκευασμάτων, όπως σε μια προσπάθεια εξωσωματικής γονιμοποίησης. Η μόνη διαφορά είναι ότι, μετά την ωοληψία, δεν πραγματοποιείται γονιμοποίηση των ωαρίων με τα σπερματοζωάρια. Τα ωάρια καταψύχονται αμέσως στους -196 °C. Όταν η γυναίκα θελήσει μία εγκυμοσύνη (αυτό μπορεί να είναι αρκετά χρόνια αργότερα) τα ωάρια αποψύχονται και γονιμοποιούνται με τα σπερματοζωάρια. Στη συνέχεια τα έμβρυα που σχηματίζονται μεταφέρονται στη μήτρα της γυναίκας με μια ανώδυνη διαδικασία η οποία ονομάζεται εμβρυομεταφορά. Βάσει επιστημονικών στοιχείων, η αποθήκευση των κατεψυγμένων ωαρίων δεν οδηγεί σε καμία μείωση της ποιότητας.

Σε μελέτες που έγιναν, σε γυναίκες μέχρι 38 ετών τα ποσοστά επιβίωσης των ωαρίων μετά την απόψυξή τους είναι 95%. Έτσι, αν μία γυναίκα έχει 10 ωάρια κατεψυγμένα, 9 αναμένεται να επιβιώσουν της απόψυξης και 5 έως 6 αναμένεται να γονιμοποιηθούν και να γίνουν έμβρυα. Συνήθως 2 έμβρυα μεταφέρονται σε γυναίκες μέχρι 38 ετών και 3 έμβρυα σε μεγαλύτερης ηλικίας γυναίκες, τα υπόλοιπα καλά έμβρυα αν υπάρχουν καταψύχονται.

### ΚΡΥΟΣΥΝΤΗΡΗΣΗ ΣΠΕΡΜΑΤΟΖΩΑΡΙΩΝ

Η κατάψυξη σπέρματος γίνεται για τους εξής λόγους:

Σε άντρες που έχουν ολιγοσπερμία.

Σε άντρες που παρουσιάζουν αλλοίωση του σπέρματος, λόγω έκθεσής τους σε τοξικούς παράγοντες (π.χ. γεωργοί με λιπάσματα) ή έκθεσης των όρχεων τους σε ψηλές θερμοκρασίες (π.χ. οδηγοί με πολλές ώρες καθιστικής ζωής).

Σε άντρες που παρουσιάζουν δυσκολία παραγωγής σπέρματος. Σε άντρες που για κάποιο λόγο θα απουσιάζουν τη μέρα ωοληψίας. Σε περιπτώσεις που έχει πραγματοποιηθεί βιοψία όρχεων. Σε άντρες που πρόκειται να υποβληθούν σε χημειοθεραπεία και ακτινοθεραπεία.

*Η κρυοσυντήρηση είναι ασφαλής τεχνική για τα σπερματοζωάρια;* Η κρυοσυντήρηση σπέρματος είναι ασφαλής τεχνική, γιατί δεν προκαλεί γενετικές ανωμαλίες στα σπερματοζωάρια, όπως έχει αποδειχθεί μετά τις γεννήσεις χιλιάδων υγιέστατων παιδιών ανά τον κόσμο. Είναι σαφές ότι μια αποτελεσματική μέθοδος, καθώς το κρυοσυντηρημένο δείγμα μπορεί να παραμείνει στην Τράπεζα Κρυοσυντήρησης για μεγάλη χρονική περίοδο. Πρόσφατα επιτεύχθηκε διδυμη κύηση με σπέρμα που ήταν παγωμένο είκοσι χρόνια (Κλινική Εξωσωματικής Γονιμοποίησης Πεδιάος). Παρόμοια περιστατικά έχουν ανακοινωθεί και από πολλά άλλα Κέντρα ανά το παγκόσμιο.

*Πόσοι καρκινοπαθείς άντρες χρησιμοποιούν τη μέθοδο της κρυοσυντήρησης σπερματοζωαρίων;*

Το 75% των ανδρών με καρκίνο κατά την αναπαραγωγική ηλικία (Λευκαμία, Λεμφώμα, καρκίνος των όρχεων) επιβιώνουν σήμερα μετά την ογκοθεραπεία. Το 15% των καρκινοπαθών αυτών χρησιμοποιούν το κρυοσυντηρημένο σπέρμα, γιατί υπάρχει επιμέρους αζωοσπερμία μετά την αποθεραπεία. Δυστυχώς, ακόμη και σήμερα ένας στους δέκα (10%) των καρκινοπαθών ασθενών φυλάγουν σπέρμα πριν την ογκοθεραπεία. Το κύριο αίτιο είναι η έλλειψη ενημέρωσης και πληροφόρησης προς τον ασθενή από τους παροχείς Υγείας!

*Τέλος γιατί οι μέθοδοι κρυοσυντήρησης ωαρίων και σπερματοζωαρίων θεωρούνται τόσο σημαντικές;*

Είναι μέθοδοι που βοηθούν ασθενείς που πάσχουν από καρκίνο, λευχαιμία κ.ά., πριν από τη χημειοθεραπεία ή ακτινοθεραπεία, θεραπείες, οι οποίες πιθανόν να καταστρέψουν τα ωάρια και τα σπερματοζωάρια. Σε όλες αυτές τις περιπτώσεις η κρυοσυντήρηση γίνεται πριν από την έναρξη της θεραπείας ή της χειρουργικής επέμβασης. Με τον τρόπο αυτό, δίνεται ελπίδα σε ανθρώπους νέους που θέλουν οικογένεια και πραγματοποιούν το όνειρό τους μετά την επιτυχή αποπεράτωση της ογκοθεραπείας. Επίσης, η κρυοσυντήρηση ωαρίων και σπερματοζωαρίων μπορεί να επωφεληθεί γυναίκες και άντρες που για λόγους ηθικής προσέγγισης δεν επιθυμούν να κρυοσυντηρήσουν έμβρυα ή να παραχθούν υπεράριθμα έμβρυα από την προσπάθεια εξωσωματικής γονιμοποίησης. Με αυτόν τον τρόπο έχουν τη δυνατότητα να συντηρήσουν τα πολύτιμα ωάρια τους και σπερματοζωάρια τους, χωρίς να κλονίσουν την ηθική τους προσέγγιση.

Τέλος, στην επιστημονική κοινότητα της υποβοηθούμενης αναπαραγωγής υπάρχουν συνεχώς καινοτομίες και έτσι έγινε εφικτή μία βελτιωμένη μέθοδος κρυοσυντήρησης και απόψυξης ωαρίων (ΥΑΛΟΠΟΙΗΣΗ-επιβίωση ωαρίων πέρα του 90%) και σπερματοζωαρίων.

Στο Κέντρο «Πεδιάος» οι γιατροί τονίζουν: «Η κρυοσυντήρηση γενετικού υλικού είναι απλή και προσιτή και πρέπει να είναι αναπόσπαστο μέρος της ογκοθεραπείας. Δίνει τη δυνατότητα στους ασθενείς να κάνουν όνειρα για το μέλλον.»

Ελένα Κεπόδα

Συντονίστρια Κλινικής-Κέντρο Εξωσωματικής Γονιμοποίησης Πεδιάος, Επιστήμη Υθικών (BSc), Χημεία (MSc, PhD)

## Τι είναι τελικά το UCMAS (Universal Concepts of Mental Arithmetic Systems);

Το UCMAS είναι μια παγκοσμίως γνωστή πρωτοποριακή εκπαιδευτική μέθοδος, ίσως το μοναδικό πρόγραμμα στην Κύπρο, για την ανάπτυξη του εγκεφάλου του παιδιού, με συγκεκριμένα οφέλη. Το UCMAS ξεκίνησε το 1993 στη Μαλαισία από τον Dr. Dino Wong και διδάσκεται σε περισσότερα από 6000 εκπαιδευτικά κέντρα σε 72 χώρες, όπως ΗΠΑ, Καναδά, Αγγλία, Ισπανία, Γερμανία, Ρωσία, Μαλαισία, Κίνα, Αυστραλία, Ιαπωνία, κλπ. Στην Κύπρο ξεκίνησε η υλοποίηση του UCMAS το 2017 από το Εκπαιδευτικό Κέντρο Επίτευγμα και σήμερα διδάσκεται σε Ιδιωτικά Φροντιστήρια και Σχολεία σε όλη την Κύπρο. Στην Αθηνά προσφέρεται αποκλειστικά από το Ιδιωτικό Φροντιστήριο H/Y Cybernet Αθηνών.



Το UCMAS βασίζεται στη χρήση του εργαλείου του άβακα, τον οποίο το παιδί χρησιμοποιεί με τα δάκτυλα και των δυο χεριών για να μετακινεί τις χάντρες. Μέσα από μια διαδικασία μάθησης διαφόρων UCMAS επιπέδων, τα παιδιά μαθαίνουν αρχικά να κάνουν υπολογισμούς με ένα πραγματικό άβακα που είναι μπροστά τους, και ακολουθώντας με ένα νοερό/φανταστικό άβακα τον οποίο δημιουργούν στο μυαλό τους, μετά την ολοκλήρωση του επιπέδου UCMAS 3.

Έρευνα του University of Manchester (UK), σε δείγμα 3185 παιδιών ηλικιών 7 με 11, μετά από εντατικό πρόγραμμα UCMAS για 34 βδομάδες, 1,5 ώρα τη βδομάδα, έδειξε ότι παρουσιάστηκε αύξηση στην νοημοσύνη (IQ) των παιδιών. Έρευνα

του University of California San Diego • UCSD (USA) & Massachusetts Institute of Technology • MIT (USA), όπου 400 παιδιά μετά από εκπαίδευση στο πρόγραμμα UCMAS, έδειξε ότι είχαν πλεονέκτημα σε μαθηματικούς υπολογισμούς, ήταν πιο ακριβή και πιο γρήγορα από παιδιά που δεν συμμετείχαν στο συγκεκριμένο πρόγραμμα. **Οφέλη που προκύπτουν μετά από εκπαίδευση στο UCMAS**

**Ενδυνάμωση μνήμης:** Αυτό επιτυγχάνεται με τη προσπάθεια που κάνει το παιδί στο να φαντάζεται και να θυμάται τις μετακινήσεις των χαντρών που γίνονται με συγκεκριμένη σειρά στη μνήμη του παιδιού και έχει ως τελικό αποτέλεσμα την ανάπτυξη της φωτογραφικής μνήμης.



**Ενδυνάμωση ακουστικής ικανότητας:** Αυτό επιτυγχάνεται με την προσπάθεια που κάνει το παιδί στο να ανταποκρίνεται γρήγορα στις λεκτικές οδηγίες που αφορούν την επίλυση αριθμητικών υπολογισμών.

**Αύξηση της συγκέντρωσης:** Αυτό επιτυγχάνεται με την προσπάθεια που κάνει το παιδί για να χρησιμοποιεί νοερά τον άβακα και τις αλλαγές που γίνονται σε κάθε στάδιο ενός αριθμητικού υπολογισμού, αγνοώντας παρεμβολές από περιβάλλον που αποσπούν την προσοχή του παιδιού. Αύξηση της ικανότητας να κάνει περισσότερα από ένα πράγμα ταυτόχρονα: Αυτό επιτυγχάνεται με την προσπάθεια που κάνει το παιδί ταυτόχρονα

να ακούει, να φαντάζεται, να σκέφτεται και να απαντά σε πολύπλοκους και παράλληλους αριθμητικούς υπολογισμούς.

**Βελτίωση μαθηματικής αντίληψης και ικανότητας:** Το παιδί σας θα εκτελεί αριθμητικές πράξεις πρόσθεσης, αφαίρεσης, πολλαπλασιασμού κτλ. χωρίς την χρήση υπολογιστικής μηχανής αλλά με τη τεχνική του νοερού/φανταστικού άβακα απίστευτα γρήγορα και με ακρίβεια!

**Αύξηση της αυτοπεποίθησης:** Με τη βελτίωση της αντίληψής του και της ικανότητας υλοποίησης αριθμητικών υπολογισμών, το παιδί σας δεν θα φοβάται τους αριθμούς και γενικά τα μαθηματικά.

**Βελτίωση της ακαδημαϊκής επίδοσης σε όλα τα μαθήματα του σχολείου:** Με το να έχει το παιδί σας ψηλή αυτοπεποίθηση σε δύσκολα θέματα, όπως τα μαθηματικά, νοιώθει δυνατό, υπερτερεί και αυτό μεταφέρεται σε όλα τα υπόλοιπα μαθήματα που παρακολουθεί.

Ελπίνα Ν. Κοντογιάννη

BSc Computer Science

UCMAS Certified

Ιδιωτικό Φροντιστήριο H/Y Cybernet Αθηνών





## Ο Σταυρός μεταβάλλεται σε Σωτηρία

Ο Σταυρός του Χριστού είναι για μας Θεού Δύναμη, Θεού Σοφία και το σημείο της παρουσίας του Χριστού. Οι Πατέρες μίλησαν πάρα πολύ για τον Τίμιο Σταυρό και σαν σημείο και σαν νόημα.

Πρώτα να δούμε τον Σταυρό ως σημείο. Πριν τη σταύρωση του Χριστού ο σταυρός ήταν εργαλείο καταδίκης ανθρώπων. Ήταν σύμβολο κατάρτας. Το λέει και η Γραφή «επικατάρατος πας ο κρεμιάμενος επί ξύλου». Ταυτόχρονα όμως υπάρχουν στην Παλαιά Διαθήκη πράγματα και γεγονότα και σημεία που προτύπωναν τον Σταυρό.

Κατ' αρχάς βλέπουμε στην Παλαιά Διαθήκη στη θυσία του Αβραάμ, όταν έπαιρνε τον Ισαάκ να τον θυσιάσει να εμφανίζεται στο τέλος ένα πρόβατο που ήταν δεμένο πάνω σε ένα δέντρο που ονομαζόταν Σαδέκ που σημαίνει ξύλο αφέσεως. Οι Πατέρες είδαν σε αυτό ακριβώς τον αμνό του Θεού τον Χριστό ο οποίος πάνω στο ξύλο της αφέσεως – τον Σταυρό – έσωσε τον άνθρωπο από την αμαρτία.

Όταν κάποτε γινόταν μάχη μεταξύ των Ισραηλιτών και των Αμαληκιτών για να μπορέσουν να νικήσουν οι Ισραηλίτες, ο Θεός είπε στον Μωυσή να έχει τα χέρια του σε οριζόντια στάση εκτεταμένα. Όση ώρα τα χέρια του Μωυσή ήταν σε αυτή τη στάση νικούσαν οι Ισραηλίτες, όταν κουρασμένοι τα κατέβαζε νικούσαν οι Αμαληκίτες.

Άλλη προτύπωση είναι αυτό που λέει ο Χριστός στο Ευαγγέλιο: όπως οι Εβραίοι έβλεπαν το χάλκινο φίδι που ύψωσε ο Μωυσής στην έρημο και σώζονταν από τα δαγκώματα των φιδιών έτσι θα υψωθεί και ο Υιός του Θεού, ώστε καθένας που θα προσβλέπει

σε Αυτόν, δηλ. το Χριστό θα σώζεται από τον νοκτόν όφην, τον διάβολο. Κι άλλες πολλές φορές έχουμε μια παρουσία, αινιγματοδη βέβαια, του Τιμίου Σταυρού στην Παλαιά Διαθήκη.

Έρχεται δε η Καινή Διαθήκη με το γεγονός της παρουσίας του Χριστού και αποκορύφωμα τη Σταύρωσή Του. Και παραμένει πλέον ο Σταυρός αυτός ως καύχημα της Εκκλησίας. Ο Απόστολος Παύλος λέει ξεκάθαρα «σε μένα δεν υπάρχει καύχημα άλλο σε αυτόν τον κόσμο παρά μόνο ο Σταυρός του Χριστού». Αν ο Απόστολος θεωρεί καύχημα τον Σταυρό του Χριστού, τότε πώς μπορεί να δεχτεί κάποιος ότι ο Σταυρός παραμένει σύμβολο ατιμώσεως και θανάτου; Ο Σταυρός με τη σταύρωση του Κυρίου και με το αίμα Του αγιάσθηκε, επειδή διά αυτού σώθηκε ο άνθρωπος.

Στην Εκκλησία ο Σταυρός από τα πρώτα χρόνια θεωρείτο το σημείο του Κυρίου, το σημείο και η σφραγίδα της Εκκλησίας και του Χριστού. Αυτό βέβαια σημαίνει ότι είναι ένα σύμβολο εξαγιασμένο, σωτήριο, γεμάτο δύναμη. Δεν είναι ένα απλό πράγμα αλλά φέρει δύναμη, τη δύναμη του Θεού. Εκεί που ο Σταυρός τυπώνεται δεν μπορούν να υπάρξουν άλλες δυνάμεις. Ο Σταυρός που φέρουμε πάνω μας, μάς αγιάζει και μας βοηθά πνευματικά. Πολλές φορές κάνουμε λανθασμένα τον σταυρό μας και αυτό σημαίνει ασέβεια προς τον τύπο του Τιμίου Σταυρού. Γι' αυτό όταν κάνουμε τον σταυρό μας πρέπει να είμαστε προσεκτικοί, και όταν τον φέρουμε να είναι Σταυρός και όχι άλλα σχέδια παρόμοια που πλησιάζουν τον τύπο του σταυρού. Βέβαια δεν κάνουμε τον Σταυρό

μας όπως τύχει, αλλά ο Σταυρός να συνοδεύεται από προσευχή και να επικαλούμαστε το έλεος του Θεού. Υπάρχουν αναρίθμητα γεγονότα που δείχνουν αυτήν τη δύναμη της παρουσίας του Σταυρού στη ζωή κάθε ανθρώπου. Πολλοί άνθρωποι με αρνητικές ενέργειες δεν μπορούν να αντισταθούν το σύμβολο του Σταυρού. Διότι ο Σταυρός νικά και κατατροπώνει τις δαιμονικές ενέργειες. Για αυτό και οι γονείς και οι πρόγονοί μας είχαν μεγάλη ευλάβεια και με πολλή προσοχή και σεβασμό σφράγιζαν τη ζωή τους ολόκληρη με τον Σταυρό. Ο Άγιος Ιωάννης ο Χρυσόστομος λέει στους γονείς: «Πρόσεχε μητέρα και πατέρα, να σφραγίζετε τα παιδιά σας συχνά με τον τύπο του Τιμίου Σταυρού, ώστε να τα επισκιάζει η χάρις του Χριστού».

Οι πρόγονοί μας πριν ανοίξουν την πόρτα του σπιτιού τους σταυρώνουν το σπίτι και γενικά τα πράγματά τους. Αυτή είναι η αξία του Σταυρού. Γι' αυτό δεν πρέπει να φορούμε σύμβολα δαιμονικά.

Τη δύναμη του Σταυρού την ξέρει καλύτερα από όλους μας ο διάβολος. Για αυτό μπροστά στη δύναμή Του φρίπτει και τρέμει. Είναι όπλο ακαταμάχητο, ανίκητο και χρησιμοποιείται με σεβασμό, προσευχή και πίστη. Εκτός από τον τύπο του Σταυρού, που είναι σημαντικός υπάρχει και το νόημα του Σταυρού που είναι εξίσου σημαντικό.

Τι σημαίνει Σταυρός; Σταυρός σημαίνει θλίψη, δυσκολία, πόνος, διωγμός, θάνατος και η Εκκλησία μας προβάλλει το πραγματικό φρόνημα του Σταυρού. Αν θέλεις να ακολουθήσεις τον δρόμο του Χριστού πρέπει να το πάρεις απόφαση ότι θα είσαι φορτω-

μένος με ένα σταυρό. Αυτό τον σταυρό πρέπει να τον μεταβάλουμε σε Σταυρό ζωηφόρο, γλύκυτατο και σωτήριο.

Παράδειγμα οι δύο ληστές που σταυρώθηκαν με τον Χριστό. Και οι δύο ήταν κακούργοι, ένοχοι. Σταυρώθηκαν και οι δύο. Ο ένας συμπεριφέρθηκε πνευματικά και τον σταυρό του τον μετέβαλε σε σταυρό σωτηρίας διότι στράφηκε στον Χριστό, μετανόησε, ταπεινώθηκε, αναγνώρισε την ενοχή του και είπε «Μνήσθητι μου Κύριε εν τη βασιλεία σου». Ζήτησε βοήθεια και το έλεος του Χριστού και αμέσως ο σταυρός του έγινε σωτηρία. Ο άλλος δεν αξιοποίησε τον σταυρό του, αντίθετα ύβριζε, κοροϊδεύε, βλασφημούσε γόγγυζε και αντί να του γίνει ο σταυρός αιτία σωτηρίας, καταδικάστηκε. Από εμάς εξαρτάται, αν θα μεταβάλουμε ένα σταυρό σε σταυρό σωτηρίας ή απώλειας. Αν σταθούμε με καρτερία, με προσευχή έχοντας μπροστά μας τον Εσταυρωμένο, τότε ο Σταυρός θα μεταβληθεί, όποιος κι αν είναι.

Άρα το νόημα του Σταυρού είναι σημαντικό για τον άνθρωπο για να καταλάβει ότι από τη στιγμή που όλοι έχουμε έναν σταυρό πρέπει να μάθουμε να τον μεταβάλλουμε σε πηγή ζωής αιώνιας. Ο Χριστός πέρασε το μαρτύριο του Σταυρού όχι γιατί είχε αμαρτίες, αλλά για να μας δείξει τον δρόμο της σωτηρίας διά του Σταυρού. Αυτός που θέλει αισθανθεί την πραγματική χαρά, πρέπει να άρει το Σταυρό του Χριστού, αλλιώς οι άλλες χαρές είναι ψεύτικες. Η πραγματική χαρά του Χριστού είναι αυτή που βγαίνει μέσα από τον Σταυρό.

Πρωτοπρεσβύτερος  
Δημήτριος Παπαϊωάννου

## ΚΑΤΗΧΗΤΙΚΕΣ ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΣΕΙΣ ΣΑΪΤΤΑΣ 2017

Κάθε Αύγουστο ο Σαϊττάς πλημμυρίζει με χαρούμενες παιδικές φωνές, εφηβικές ανησυχίες, ξεχωριστές ψαλμωδίες προς τον Κύριο και Δημιουργό μας κι αυτό γιατί η Ιερά Μητρόπολη Τριφυθούντος φιλοξενεί τα παιδιά των ενοριών της σε ένα καταπράσινο περιβάλλον. Η Μαρία Κουφοπαύλου, μαθήτρια της Γ' Γυμνασίου, μοιράζεται τις σκέψεις και τις εμπειρίες της από τη συμμετοχή της στη φετινή κατασκήνωση της Ιεράς Μητροπόλεως Τριφυθούντος και ανυπομονεί ήδη για την επόμενη.

«Φέτος επισκέφτηκα για τρίτη συνεχόμενη χρονιά τον κατασκήνωτικό χώρο της Ιεράς Μητροπόλεως Τριφυθούντος στον Σαϊττά. Κάθε χρονιά είναι μοναδική και ακόμα καλύτερη από την προηγούμενη. Κάθε χρονιά δημιουργούνται νέες φιλίες και βιώνω νέες εμπειρίες, μέσα σε ένα περιβάλλον χριστιανικής αγάπης και θαλπωρής.

Η ομάδα μου έφερε το όνομα της «Αγίας Βαρβάρας» και ομαδάρχισσες ήταν η Μαρίνα Αναστασίου και η Ζήνα Κανάρη. Φιλικές δραστηριότητες, καλοσυνάτες, μας συμπεριφέρονταν πολύ στοργικά, ακόμα και αν κάποιες φορές με τις σκανταλιές μας εξαντλούσαμε την υπομονή τους.

Η καθημερινότητα κατά τη διάρκεια της κατασκήνωσης είναι πολύ διαφορετική από αυτήν που ζούμε τον υπόλοιπο χρόνο. Μακριά από τηλεόραση, διαδίκτυο, υπολογιστές, ο χρόνος κυλάει διαφορετικά. Ο πατήρ Θεόδουλος έκανε καθημερινά εσπερινό και σε αυτόν μπορούσαν να παρευρίσκονται όσα κορίτσια ήθελαν. Οι εθελόντριες κυρίες της κουζίνας, τις οποίες θα ήταν αδιανόητο να μην αναφέρω, έκαναν εξαιρετική δουλειά, φτιάχνοντας όλων των ειδών, νηστίσιμα και μη, πεντανόστιμα φαγητά. Ο πατήρ Θεόδουλος φρόντιζε να μας γλυκάνει με γλειφιτζούρια ως ανταμοιβή, εάν λύναμε τον γρίφο που μας έδινε.



Στην κατασκήνωση μένεις με ανθρώπους που δεν γνωρίζεις, αλλά υπάρχει η κοινή, αδελφική αγάπη για τον Χριστό. Τα κορίτσια που γνώρισα φέτος και ήμασταν στην ίδια ομάδα ήταν ευγενικές και σε σύντομο διάστημα γίναμε φίλες. Η κάθε ομάδα δημιούργησε το δικό της τραγούδι, το οποίο τραγουδούσε στην τραπέζια. Το τραγούδι της δικής μου ομάδας είχε τίτλο «Σαϊττίτο». Καθημερινά παίζαμε διάφορα παιχνίδια, όπως τον ταχυδρόμο και τα αστέρια, ανεβοκατεβαίναμε τις σκάλες, τρέχαμε, αγωνιούσαμε, γελούσαμε... Ήμασταν ξεγνοιαστές.

Μια ξεχωριστή εμπειρία κάθε χρόνο αποτελεί η επίσκεψη στους καταρράκτες, όπου πηγαίνουμε με τα πόδια και τρώμε το πρωινό μας. Πάντα ακολουθεί νεροπόλεμος! Αυτό που θα μου μείνει αξεχαστο φέτος ήταν το βράδυ που πήγαμε στο ξέφωτο. Ξαπλώσαμε στο έδαφος και αγναντεύαμε τα αστέρια του γαλήνιου νυχτερινού ουρανού. Θεέ μου, με πόση σοφία τα δημιούργησες όλα! Πέρασα πολύ όμορφα στην κατασκήνωση του κατηχητικού και ανυπομονώ για το επόμενο καλοκαίρι!»

Μαρία Κουφοπαύλου

## «ΑΘΗΝΟΥ»

Αθηνού είσαι μόνο μια. Στον κόσμο ένεσσαι άλλη που νάσσει τόσες ομορφιές τζιαι τα δικά σου κάλλη.

Ο Σαπουνάς, ο Αϊλικός εν καμαρόφρυδά σου

Ο Πύρκος τζιαι τα Σκάσματα εν τα ματόκλαδά σου.

Το όρος τζιαι οι θκυο βουνοί στέκουν πουπανωθικό σου

Θκιουν σου μεγάλην ομορkiάν εν φως των αμμαθkiώ σου

Σαν το δεντρίν εβλάστησες στης Μεσαρκάς τ' αγκάλια

εμιάλυνες τζ' απόκτησες μάλλια μα τζιαι ρυάλλια.

Αθηνού που επλάστηκες την Κύπρο για να σπέρνεις,

μα ως πόσσει πλάσμα πας τη γην εννα τα καταφέρνεις.

Προίκα σου έσσεις τη δουλειά την νοικοτζιροσύνη

Τζιαι μιαν καρkiά που ξησηληί π' αγάπη καλοσύνη.

Η Κύπρος εν Παράδεισος τζ' εσύνη μες τη μέσην,

όπου σταθούν χουμίζουν σε, ούλλοι για σένα λέσιν.

Τους Γόλγους η μονάκριβη είσαι μοναχοκόρη

γλέπουν σε μα τζιαι σσιέπουν σε σαν αμμαθkiού την κόρη.

Του Άη Πιφάνη έσσεις του πας τ' όρος εξωκλήσι

μ' αλοιμόν του π' άσσημα πάνω σου θα δικλήσει.

Φυλάει σε τζιαι η Παναγιά η Χρυσοελεούσα

στη δυσκολία την ώρα σου παντοτινά Παρούσα.

Δουλειά πιάννεις που χάραμα τέλλια που το ξηφώτι

με φύλακα σου άγγελον τον Άγιο σου Φώτη.

Σεπτέβρη μήνα κοσιθκυό τα γιορτινά σου βάζεις

τ' Άη Φωκά την χάρην του ευλαβικά δοξάζεις.

Φκάλλεις για πάντα σου παιθkiά νούσιμα, προκομμένα

στα γόνατα τζι' αγκάλια σου ούλλα τους νιωμένα.

Τα λόγια σβήνουν, χάννουνται, τα έργα όμως μένουν

μα εσού πάντα αθάνατη θα στέκει Αθηνού.

Παναγιώτης Γεωργίου



## ΙΕΡΑΠΟΣΤΟΛΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

*Πέρα απ' τα δικά μας σύνορα...*

**Η υπέρβαση του εαυτού μας και η έξοδος από το εγώ στο εμείς είναι έργο που καταξιώνει τον άνθρωπο.**

**Η** κοινότητα της Αθηνού και γενικότερα η κυπριακή κοινωνία απέδειξε πολλές φορές ότι μπορεί και θέλει ν' αγαπά, να συμπίσχει, να βοηθά τον συνάνθρωπο πέρα από τα δικά της όρια και σύνορα. Κι αυτή η αγάπη, όταν γίνεται πράξη, κάνει θαύματα...

Πρόκειται για τη στενή σχέση μας με τον π. Τίτο, ιθαγενή ιερέα από την Κένυα. Μέσα από τις στήλες της παρούσας εφημερίδας θα προσπαθήσουμε να σκιαγραφήσουμε το έργο που επιτελεί συνεπικουρούμενος από πολλούς συμπατριώτες μας, Αθηνίτες και μη. Λίγα λόγια για την πορεία αυτής της σχέσης: Ο π. Τίτο που αγαπήθηκε από πολλούς, συνδέεται στενά με την οικογένεια της κ. Ελένης Σταυρινού. Η κ. Σταυρινού ανέλαβε τα έξοδα για τις σπουδές του στην ιερατική σχολή στη Ναϊρόμπι και τον στήριξε υλικά και ηθικά, και σ' αυτή δε, οφείλει το ότι σήμερα είναι ένας καταξιωμένος ιερέας. Για να την ευχαριστήσει έχει δώσει στα παιδιά του τα ονόματα Ελένη και Λεοντία. Η σχέση συνεχίζεται και με την ευρύτερη κοινωνία της Αθηνού, αφού ο π. Τίτο έχει προσκληθεί και έχει επισκεφθεί την κοινότητά μας δύο φορές, τον Αύγουστο του 2009 και τον Μάιο του 2015. Συνδέθηκε με τον Μητροπολίτη Τριμυθούντος κ. Βαρνάβα, με ιερείς, μονές, σχολεία, εκπαιδευτικούς και μαθητές εντός και εκτός Αθηνού. Με τον απλό και καταδεκτικό του χαρακτήρα αγαπήθηκε και έκανε τους ανθρώπους που τον γνώρισαν να γίνουν ένα μαζί του. Ακούσαμε από πρώτο χέρι τα προβλήματα που αντιμετωπίζουν οι άνθρωποι στο μακρινό Loitokitok της Κένυας, την πείνα, τη φτώχεια, την έλλειψη καθαρού νερού, τις δυσκολες συνθήκες διαβίωσης.

Ομάδα Αθηνινών θέλοντας να γνωρίσει τον αγώνα για το ποίμνιο που ο Θεός του εμπιστεύθηκε, τον επισκέφθηκε το καλοκαίρι του 2011. Είδαν από κοντά τον αγώνα και την αγωνία του σε μια περιοχή όπου αναμφίβολα επικρατεί μεγάλη ένδεια. Έκαναν Βαφτίσεις και έδωσαν όρκο φιλίας. Ένα σημαντικό ποσό κάθε μήνα αποστέλλεται στον π. Τίτο για τις ανάγκες των παιδιών και δυσπραγούντων συμπατριωτών του. Το ποσό αυτό προέρχεται κυρίως από τις βαφτίσεις παιδιών της περιοχής του από Αθηνίτες και μη.

Στο σπίτι του π. Τίτο φιλοξενούνται μέχρι και 35 παιδιά ορφανά, εγκαταλειμμένα ή πολύ φτωχά. Ο εν λόγω ιερέας παρέχει σ' αυτά τροφή, στέγη και μόρφωση χάρις στην απλόχερη προσφορά πολλών συνανθρώπων μας από την Κύπρο. Η ιεραποστολική του δραστηριότητα επεκτείνεται και σε άλλους Κενυάτες αδελφούς μας στην περιοχή εκεί, στους οποίους παρέχονται τρόφιμα πρώτης ανάγκης, είδη σχολικού εξοπλισμού, μαθητικές στολές και ιατρική περίθαλψη.

Το καλοκαίρι του 2016 δύο συγχωριανές μας επισκέφθηκαν και πάλι την Κένυα και έτυχαν αβραμιαίας φιλοξενίας στο σπίτι του π. Τίτο. Είδαν από κοντά πώς είναι η ζωή στο σπίτι του π. Τίτο που λειτουργεί ως ένα άτυπο ορφανοτροφείο, επισκεφθήκαν φωχικά σχολεία που λειτουργούν χάριν και της δικής του προσπάθειας καθώς και εξαθλιωμένους οικισμούς με ανθρώπους, κυρίως γυναίκες εγκαταλειμμένες με παιδιά και ηλικιωμένους, που στερούνται ακόμα και τα πιο αναγκαία.



Οι εκεί εμπειρίες ήταν πολύ δυνατές και σμάδεψαν τη ζωή πολλών ανθρώπων – συγχωριανών μας και μη. Το έργο το π. Τίτο παρουσιάστηκε σε σχολεία Δημοτικής, Προδημοτικής και Μέσης Εκπαίδευσης της μητροπολιτικής περιφέρειας Τριμυθούντος, καθώς και σε πανδημοική εκδήλωση στην Αθηνού που τέθηκε υπό την αιγίδα του Δημάρχου Αθηνού και σε εκκλησιαστικές συγκεντρώσεις της ενορίας Κόρνου, Ιδαλίου και Λυμπίων. Η ευαισθητοποίηση των ανθρώπων και η βοήθεια ήταν άνευ προηγουμένου.

Μεταξύ άλλων το Γυμνάσιο Αθηνού έχει καθιερώσει από την περσινή σχολική χρονιά φιλανθρωπικό παζαράκι και κουμπιάρ αγάπης με στόχο τη συλλογή του ποσού των €240 που αποστέλλεται για αγορά ρυζιού για ένα χρόνο για φτωχικό σχολείο του Loitokitok της Κένυας. Στο φτωχικό Loitokitok οι άνθρωποι παλεύουν με τις αντίξοες καιρικές συνθήκες (πλημύρα ή ξηρασία), τη φτώχεια και τη στέ-



ρηση βασικών αγαθών και καθαρού νερού, καθώς και τις λανθασμένες προκαταλήψεις που θέλουν τη γυναίκα και το παιδί σε πολύ υποβαθμισμένη θέση. Μικρά παιδιά βγαίνουν χωρίς στη βιοπάλη και στερούνται ακόμα και του πολύτιμου αγαθού της μόρφωσης. Στο μακρινό Loitokitok της Κένυας τον τελευταίο χρόνο επικρατεί μεγάλη ξηρασία και ανομβρία με πιο έντονη την πείνα και την εξαθλίωση λόγω και του ψηλού κόστους ακόμα και στα βασικά είδη επιβίωσης. Ο π. Τίτο αγωνίζεται συνεχώς για την πρόοδο και ευημερία του ποιμνίου του και για βελτίωση των συνθηκών διαβίωσης. Παράλληλα, προσπαθεί να αποπερατώσει τον καινούριο ναό Αγίων Νεκταρίου και Θέκλης, για να υμνείται ο Θεός σε πιο αξιοπρεπείς συνθήκες. Ο ναός της περιοχής του αρχικά λειτουργούσε κάτω από ένα δέντρο, ενώ σήμερα σ' ένα τσίγκινο παράπηγμα με χώμα στο πάτωμα και με τρύπιους τους τοίχους. Η περιοχή του

πλησιάζει τις 500 ψυχές ορθοδόξων που παρά την οικονομική στέρψη, πλεονάζει ο πλούτος της καρδιάς τους σε αισθήματα και καλοσύνη.

Μια ομάδα εθελοντών από την Αθηνού με την ευλογία και την άδεια του Πανιερωτάτου Μητροπολίτη Τριμυθούντος κ. Βαρνάβα περιέρχεται τα χωριά της μητροπολιτικής μας περιφέρειας και διεξάγει έρανο προς αποπεράτωση του ναού Αγίων Νεκταρίου και Θέκλης.

Αναμφίβολα χωρίς την υλική και ηθική συμπαράσταση όλων μας, ο π. Τίτο δεν θα μπορούσε να αντεπεξέρχεται στο πολύπλευρο έργο που έχει αναλάβει, παρότι είναι ακούραστος και ολοπρόθυμος προς τις πολλαπλές ανάγκες της κοινότητάς του. Ένα θερμό ευχαριστώ κάθε φορά που επικοινωνούμε μαζί του δηλώνει την εκτίμηση και ευγνωμοσύνη προς όλους όσους τον βοηθούν.

Πιο κάτω δημοσιεύουμε αποσπάσμα από πρόσφατη επιστολή του π. Τίτο:

*«Πολλά χαιρετίσματα εις το καλό όνομα του Ιησού Χριστού. Σας γράφω αυτό το γράμμα για να εκφράσουμε την ελκρινή μας εκτίμηση σε σας τους καλούς αδελφούς και αδελφές της χώρας και της κοινότητας σας που με τον ένα ή τον άλλο τρόπο έχετε βοηθήσει να αλλάξουμε τις ζωές μερικών και να πραγματοποιήσουμε μερικά όνειρα για πολλούς εδώ στην κοινότητα μας στο Loitokitok της Κένυας. Από τότε που ήρθα για πρώτη φορά στη χώρα σας το 2009, χάρη στην πνευματική μου μητέρα Ελένη, οι σχέσεις μου με τους ανθρώπους από την Κύπρο έχουν μεγαλώσει σε μεγάλο βαθμό. Με έχουν επισκεφτεί άνθρωποι από τη χώρα σας στη χώρα των Μασσαί ομαδικά και ατομικά αρκετές φορές και αυτό είναι πολύ ενθαρρυντικό και για μένα και για πολλούς ανθρώπους εδώ. Ο δεσμός μεγαλώνει όλο και περισσότερο κάθε μέρα και ενδυναμώνεται από την μεγαλύτερη εντολή του Ιησού Χριστού, την «αγάπη». Την αγάπη η οποία δεν γνωρίζει σύνορα, την αγάπη η οποία δεν κάνει διακρίσεις με βάση το χρώμα δέρματος των ανθρώπων και που δεν εμποδίζεται από αποστάσεις.*

*...Εδώ κάνουμε τη λειτουργία μας με το όνειρο ότι μια μέρα με τη βοήθεια του Θεού να κτίσουμε μια καλύτερη εκκλησία, υποσχόμενη την αύξηση της Ορθόδοξης μας συνάθροισης. Χάρη στον Παντοδύναμο Θεό, τώρα μπορούμε να δούμε λίγο φως στην άκρη του τούνελ καθώς αυτό το όνειρο πραγματοποιείται. Την βαθιά μας εκτίμηση να δώσετε στους καλούς μας φίλους της κοινότητάς σας οι οποίοι έχουν δει την ανάγκη μας και έχουν προθυμοποιηθεί να μας υποστηρίξουν στην οικοδόμηση της εκκλησίας μας εδώ στο Loitokitok.*

*...Πρέπει να εκφράσω τις ελκρινείς μου ευχαριστίες στον Πανιερωτάτο Μητροπολίτη Τριμυθούντος κ. Βαρνάβα ο οποίος επέτρεψε τη συλλογή χρημάτων σαν βοήθεια για την ανέγερση της εκκλησίας μας. Χωρίς τη συμβολή του η επιτυχία δεν θα ήταν δυνατή. Εμείς όλοι ζητούμε όπως αποδεχτείτε την ελκρινή και εγκάρδια μας εκτίμηση.*

*Και εγώ προσωπικά ευχαριστώ όλες τις εκκλησίες, τα σχολεία, τους οργανισμούς, τους νέους και όλους τους ανθρώπους που μας σκέφτονται και νοιάζονται για μας...*

*Δικός σας εν Χριστώ,  
Π. Τίτο Παρμουάτ»*

Μέλη Αποστολής:  
Αννα Χριστοδούλου, Εκπαιδευτικός  
Δώρα Τουμάζου



# ΔΗΜΟΤΙΚΗ ΣΤΕΓΗ ΕΝΗΛΙΚΩΝ

## ΚΛΕΑΝΘΕΙΟΣ ΚΟΙΝΟΤΙΚΗ ΣΤΕΓΗ ΗΛΙΚΙΩΜΕΝΩΝ

### Πρόγραμμα Συμβουλίου Κοινοτικού Εθελοντισμού Αθηνών

**ΑΥΤΟΥΣΤΟΣ – ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ  
ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ**

Μπήκαμε σιγά σιγά στο χειμωνιάτικο τοπίο... μέρες κρύες, βροχερές, μαγικές. Αδειάστε κάθε κακή σκέψη από το μυαλό σας, κλείστε τα μάτια και αφεθείτε στα τόσο όμορφα συναισθήματα που προσφέρει το κρύο αλλά και η ζεστασιά του σπιτιού μας. Ελάτε να ταξιδέψουμε μαζί σε όλες τις μικρές αλλά και μεγάλες εμπειρίες, τις αέρινες, τις μαγικές που ζήσαμε εδώ στη στέγη μας τους περασμένους μήνες.

Με μεγάλη επιτυχία πραγματοποιήθηκε για ακόμη μια χρονιά στις 19 Αυγούστου η Μουσική Βραδιά που διοργανώνεται στη βεράντα του πρώτου ορόφου της Στέγης. Ο σκοπός και το νόημα όταν διοργανώνονται τέτοιου είδους εκδηλώσεις είναι να δίνουμε αγάπη, χαρά, μία αγκαλιά, ένα χαμόγελο σ' όλους αυτούς που αγαπάμε.

Μια ξεχωριστή παρουσία που μας κάνει περήφανους ανά το παγκόσμιο, με αρχοντική ψυχή, έδωσε χρώμα και χαρά τη βραδιά εκείνη. Είχαμε μαζί μας τον μεγάλο και φιλόδοξο Ευεργέτη μας κ. Νίκο Μουγιάρη ο οποίος με την πολύτιμη και διαχρονική του προσφορά συνεχίζει και συνδράμει στις δύσκολες οικονομικές συνθήκες, δίνοντας πνοή και βοήθεια στο έργο που επιτελούμε. Άνθρωποι με το κύρος και την ευγένεια του κ. Νίκου Μουγιάρη είναι πολύ σπάνιοι πλέον στις μέρες μας. Ένας άνθρωπος που ξεχειλίζει από φιλότιμο, αρετή και αξιοπρέπεια. Ο άδολος πατριωτισμός του και η αγνή αγάπη που έχει για την πατρίδα του και ειδικότερα το χωριό του, είναι που τον κάνουν τόσο δοτικό τόσα χρόνια και πιστό προσφοροδότη στις πολλαπλές ανάγκες μας. Η διαρκής διακονία του ενοσρκώνει το λόγο του Σωτήρος μας Χριστού, ο οποίος αγκαλιάζει τους ελεήμονες. Θα ήταν μεγάλη παράληψη μας να μην ευχαριστήσουμε και τον επιστήθιο φίλο της Στέγης μας κ. Κυριάκο Τσιγαρίδη για την τόσο πολύτιμη βοήθεια και τις εισφορές του που



Από την επίσκεψη του μεγάλου μας ευεργέτη κ. Νίκου Μουγιάρη

προσφέρει και στηρίζει πολύπλευρα τον χώρο μας.

22 Σεπτεμβρίου μέρα πανηγυρική για τον Δήμο μας..., γιορτάζει ο προστάτης μας, ο πολιούχος μας Άγιος Φωκάς. Οι ηλικιωμένοι μας με τη βοήθεια των εθελοντών πορεύθηκαν στην εκκλησία διαμέσου του πανηγυριού και προσκύνησαν τα άγια λείψανα αντλώντας δύναμη και ευλογία.

Στις 8 Οκτωβρίου 2017 τελέστηκε το ετήσιο μνημόσυνο Ευεργετών και Λωρητών της Κλεανθέιου Κοινοτικής Στέγης στον ιερό ναό της Παναγίας Χρυσελευσίνης στην Αθήνα. Με τον τρόπο αυτό, στείλαμε τις ικεσίες μας στον Ύψιστο για τη Σωτηρία των ψυχών τους. Αιώνια τους η μνήμη. Μετά το μνημόσυνο προσκλήθηκε όλη η Κοινότητα σε πρόγευμα στο Κωνσταντινιλένιο Κέντρο Ενηλίκων. Νιώθουμε την υποχρέωση να ευχαριστήσουμε την εταιρεία Maria Stephanidou Pharmacy Ltd και το Φαρμακείο Γεωργίου Οντισφόρου ΑΤΑ, οι οποίοι στήριξαν οικονομικά την εκδήλωση μας καθώς και όλους τους προσφοροδότες και εθελοντές.

Με τη ζεστασιά και τα γλυκά τους χαμόγελα τα παιδιά και οι δασκάλες του Κοινοτικού Παιδοβρεφοκομικού Σταθμού Αθηνών χάρισαν όμορφες στιγμές χαράς στους ένοικους της Στέγης, συμμετέχοντας μαζί τους στο μάθημα της Μουσικοθεραπείας. Τελειώνοντας και αυτή τη χρονιά θα θέλαμε

να πούμε ένα τεράστιο ευχαριστώ σε όλους τους Διαχρονικούς μας Χορηγούς, τους προσφοροδότες, αλλά και σε όλους τους εθελοντές, οι οποίοι με τη δική τους συμβολή στηρίζουν τις προσπάθειές μας ενοσρκώντας το όραμα μας. Είμαστε ευγνώμονες για την τόση αγάπη που δεχόμαστε από όλο αυτό τον ακούραστο κόσμο κάθε ηλικίας. Γίνονται με τις δράσεις τους φωτεινό παράδειγμα για όλους μας, δίνοντας την ψυχή τους στο έπακρο.

Από το 1983, έτος λειτουργίας της Στέγης, ο εθελοντισμός διαδραμάτιζε σημαντικό ρόλο στην προσφορά υπηρεσιών προς την τρίτη ηλικία. Οι ένοικοί μας, για να μην νιώθουν κοινωνικά απομονωμένοι αλλά να αποτελούν μέρος του κοινωνικού συνόλου, δώσαμε ιδιαίτερη έμφαση στην ψυχαγωγία και απασχόλησή τους. Εντάξαμε στο καθημερινό πρόγραμμα απασχόλησης των ενοίκων πολλές διαφορετικές καινοτόμες δράσεις σε συνεργασία πάντα με τα Νηπιαγωγεία, τα Δημοτικά και το Γυμνάσιο Αθηνών, εμπλέκοντας έτσι τους νέους στα ποικίλα προγράμματα ψυχαγωγίας και απασχόλησης της Στέγης. Με αυτόν τον τρόπο προσφέρουμε νόημα και χρώμα στην καθημερινότητα των ενοίκων μας. Επιπλέον, οι ένοικοί μας συμμετέχουν στα κοινωνικά δρώμενα του Δήμου με τη βοήθεια των εθελοντών μας. Στόχος μας είναι η ανάπτυξη του εθελοντισμού από μικρής ηλικίας ώστε να

κατανοήσουν τις ανάγκες και τα συναισθήματα της τρίτης ηλικίας, καθώς και την χαρά της προσφοράς. Λόγο αυτών των καινοτόμων δράσεων που εδώ και χρόνια υλοποιούμε στη Στέγη μας, ο Δήμος Αθηνών με θέμα "Ο εθελοντισμός στον Δήμο Αθηνών" υποβάλε πρόταση στο πρόγραμμα URBACT για την ανάδειξη Καλών Πρακτικών που εκτελούνται σε πόλεις της Ευρώπης. Αυτό το πρόγραμμα προκηρύχθηκε από την Ευρωπαϊκή Επιτροπή μέσα στο πλαίσιο της Ευρωπαϊκής Πρωτοβουλίας, όπου και ο Δήμος μας εγκρίθηκε. Σε αυτό το πρόγραμμα υποβλήθηκαν 270 προτάσεις από πόλεις όλης της Ευρώπης, εκ των οποίων οι 97 εγκρίθηκαν και βραβεύθηκαν ως Πόλεις Καλής Πρακτικής στις 5 Οκτωβρίου 2017 στο Ταλίν της Εσθονίας. Από όλη την Κύπρο εγκρίθηκαν μόνο 2 προτάσεις, μία του Δήμου Αθηνών και μία του Δήμου Λεμεσού. Ένα από τα τέσσερα προγράμματα του Συμβουλίου Κοινοτικού Εθελοντισμού του Δήμου Αθηνών είναι και η Κλεανθέιου Κοινοτική Στέγη Ηλικιωμένων Αθηνών, όπου έχει ξεχωρίσει για τις διαχρονικές καινοτόμες ιδέες και δράσεις της στο τομέα του εθελοντισμού.

Με την ευκαιρία της Γέννησης του Θεανθρώπου Χριστού μας ας σημάει η αρχή για μια καλύτερη ζωή γεμάτη αλήθεια, αγάπη και φως. Καλή Πρωτοχρονιά σε όλους. Ας είναι το ξεκίνημα του 2018 αφετηρία μίας δημιουργικής εποχής. Ευχές για Καλά Χριστούγεννα και Καλή Χρόνια.

**10 Δεκεμβρίου 2017** - Παζαράκι στο Προαύλιο της Εκκλησίας.

**14 Ιανουαρίου 2018, 3:30μ.μ.** - Πρωτοχρονιάτικη εορτή στο Κωνσταντινιλένιο Κέντρο Ενηλίκων.

Θεοδώρα Κουμίδου  
Διευθύντρια Κλεανθέιου Κοινοτικής  
Στέγης Ενηλίκων Αθηνών

## ΚΥΡΙΑΚΟΣ (ΚΙΚΗΣ) ΘΩΜΑ ΨΕΥΔΙΩΤΗΣ

Ακόμα ένας Συναγωνιστής της Ε.Ο.Κ.Α. 55-59 της ομάδας της Αθηνών, ο Κυριάκος (Κίκης) Θωμά Ψευδιώτης, μας εγκατέλειψε από την πρόσκαιρη ζωή για την αιωνιότητα, την 29η Οκτωβρίου 2017 σε ηλικία 78 ετών.

Ο Κυριάκος (Κίκης ή «Μπένης» ή «Πασάς»), μετά τον Αγώνα και την απελευθέρωση της Κύπρου από τον αγγλικό ζυγό, παιδί πολυμελούς και φτωχής οικογένειας, έψαχνε για περιπέτειες. Έτσι μαζί με τον καρδιακό του φίλο Απόστολο Μουγιάρη μετανάστευσαν στην Αγγλία και μάλιστα στην πόλη του Northampton, όπου ένας συγχωριανός και συγγενής του Απόστολου Μουγιάρη, ο Νίκος Χαλλάς διέμενε.

Αυτός τους καθοδήγησε στα πρώτα τους βήματα και από εκεί τόσο ο Απόστολος όσο και ο Κίκης άρχισαν τον αγώνα της ζωής. Ο Κίκης με τα χρόνια που περνούσαν δούλευε διάφορες δουλειές και προόδευε. Συνάμα γνώρισε, αγάπησε και παντρεύτηκε την Barbara, μια θαυμάσια γυναίκα που στάθηκε δίπλα του μέχρι προχθές που άφησε την τελευταία του πνοή. Μαζί απόκτησαν τρία παιδιά, την Maxin, την Lisa και

τον Nickolas. Ο Κυριάκος μας ήταν ένας καλός και προαίρετος φίλος. Πάντα ήταν στη διάθεση να φιλοξενήσει και να βοηθήσει στην Αγγλία κάθε συγχωριανό που άκουε ότι ήταν στην Αγγλία και χρειαζόταν βοήθεια, είτε για ιατρικές περιθάλψεις, είτε για εμπορικές πράξεις, ακόμα και για τουρισμό.

Η προσφορά του στον Αγώνα της Ε.Ο.Κ.Α. 55-59, προπαντός τον τελευταίο καιρό του Αγώνα, μαζί με τον καρδιακό του φίλο, συναγωνιστή και κουμπάρο του Ιάκωβο Γ. Σκούρου, τελευταίο ομαδάρχη της ομάδας της Αθηνών, προσέφεραν τα μέγιστα στον Αγώνα. Διαφύλαξη και συντήρηση οπλισμού, κατασκευή κρησφύγετων, φιλοξενία καταζητούμενων, στήσιμο ενεδρών κατά των Άγγλων στρατιωτών και αστυνομικών που έμεναν ή επισκέπτονταν την Αθήνα και πολλές άλλες δραστηριότητες, συντηρούσαν τη συνέχιση του Αγώνα, πάντοτε με τις οδηγίες του τελευταίου τομεάρχη της περιοχής Αθηνών



Ο Κίκης (Θωμά) Ψευδιώτης το 1960 στο Λονδίνο τον πρώτο καιρό μετανάστευσης



(Αριστερά) Ο αποθανών Κίκης Θωμά (Ψευδιώτης)



Με την κ. Αναστασία Σκούρου κατά την επίσκεψή του στην Αθήνα

Γεωργίου Λυκούργου.

Η προσφορά του Κυριάκου για την Κύπρο συνεχίζεται και στην Αγγλία, μετά την εισβολή των Τούρκων στην Κύπρο το 1974. Συμμετέχει ενεργώς στην Κυπριακή Παροικία στις ποικίλες δραστηριότητες, τις διαδηλώσεις, διαφωτίσεις και άλλες για το κυπριακό πρόβλημα.

Ο φίλος ο Κίκης ποτέ δεν μας ξέχασε, ποτέ δεν ξέχασε την Κύπρο, έτσι σχεδόν κάθε χρόνο τα τελευταία 45 χρόνια, μας επισκέπτετο τακτικά, μαζί με την πολυαγαπημένη του σύζυγο Barbara, παρόλο που υπέφερε

για αρκετά χρόνια με την αρρώστια του διαβήτη.

Το τέλος όμως έφθασε πριν λίγες μέρες, την επομένη της 28ης Οκτωβρίου, της Εθνικής μας Εορτής.

Η κηδεία του κατόπιν δικής του επιθυμίας έγινε στον Ελληνορθόδοξο Ιερό Ναό του Αγίου Νεοφύτου στο Northampton την 14η Νοεμβρίου 2017.

Η μνήμη του ας είναι αιώνια.

Βάσος Βοροκλινιώτης



# ΔΗΜΟΤΙΚΗ ΣΤΕΓΗ ΕΝΗΛΙΚΩΝ

## ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΕΛΕΝΕΙΟΝ ΚΕΝΤΡΟΝ ΕΝΗΛΙΚΩΝ

### Η ουσία της ζωής

**Μ**έσα στην πολυάσχολη ζωή, στο πίσω μέρος του μυαλού μας πλανάται το ερώτημα της αξίας της ζωής. Τώρα η απάντηση να είναι πολύ απλή. Η ουσία της ζωής είναι, τη μέρα του θανάτου σου (όποια στιγμή και εάν έρθει), να είσαι έτοιμος να φύγεις. Έτοιμος... σημαίνει ότι κατάφερες τις στιγμές που είχες στη γη να τις αξιοποιήσεις σωστά. Δηλαδή, να ζεις με τιμότητα, αξιοπρέπεια, εργατικότητα και προσφέροντας αγάπη στο συνάνθρωπό σου (δηλ. τρυφερότητα, φροντίδα, συμπάραση και ότι άλλο χρειάζεται) και μεταλαμπαδεύοντας αυτές τις αξίες στην επόμενη γενιά. Μέσα στη δύσκολη καθημερινότητά μας για επιβίωση είναι καλό να ανυψηθούμε ότι η ζωή μας στη γη είναι πολύ σύντομη, έστω και εάν ζήσουμε 100 χρόνια. Απόδειξη αυτού είναι ότι φτάνουμε π.χ. στη μέση ηλικία των 45 χρόνων και κοιτάζοντας πίσω διερωτόμαστε πόσο σύντομα πέρασαν τα χρόνια... Φτάνοντας στην τέταρτη ηλικία των 90 χρόνων το ίδιο. Φαίνεται σαν να ήταν χτες που ήμασταν μαθητές στο σχολείο. Μέσα μας όλοι νιώθουμε παιδιά όποια ηλικία και εάν έχουμε. Όλοι μας, πάντοτε, έχουμε ανάγκη τη στοργή, την αγάπη, την φροντίδα από τους αγαπημένους μας ανθρώπους. Μέσα σε



αυτή τη σύντομη ζωή λοιπόν, πρέπει ταυτόχρονα με τον αγώνα μας για επιβίωση να εργαζόμαστε και για την ψυχή μας, που σύμφωνα με τη θρησκεία μας, ζει αιώνια. Η προσφορά στο συνάνθρωπό μας, μας προκαλεί αισθήματα πληρότητας, ικανοποίησης, ευχαρίστησης αλλά, η πιο σημαντική της αξία είναι ότι μας φέρνει πιο κοντά στον παράδεισο...

#### Δράση Κωνσταντινελένειου

22 Σεπτεμβρίου

Συμμετοχή στο Πανηγύρι του Αγίου Φωκά με πωλήσεις προϊόντων και σιάμιση-λοκμάδων. Ιδιαίτερα ευχαριστούμε την οικογένεια Άλκη και Παντελίτσα Τράχλου για την πρωτοβουλία να μας εισφέρουν το 50% των εσόδων τους από τις πωλήσεις σιάμιση και λοκμάδων στο Πανηγύρι. Ευχαριστούμε τους ποιμνιοτρόφους Δημήτρη Περό, Ζήσιμο



Ζησίμου, Μιχάλη Χ' Θεοχάρους, Σωτήρη Καδή, Σωτήρη Ζορπά και Σωτήρη Παπαπαύλου που μας πρόσφεραν γάλα για την παρασκευή τραχανά, την εταιρεία Α/φοι Κεπόλα για το κονάρι, καθώς επίσης και τον κ. Κώστα Χ' Χριστόφη για το άλεσμα του τραχανά.

15 Οκτωβρίου

Φεστιβάλ Αθηνέϊκων Προϊόντων – Συμμετοχή ομάδας εθελοντριών στην Παρασκευή χειροποίητων αθηνέϊκων προϊόντων και της ομάδας αθηνέϊκου κεντήματος.

19 Οκτωβρίου

Δωρεάν εκπαίδευση παρασκευής Προσφύρου και Γλυσταρκάς σε συνεργασία με το Υπουργείο Γεωργίας.

24 Οκτωβρίου

-Δωρεάν ακουσολογικός έλεγχος.

-Επίσκεψη υποψηφίου προέδρου της Δημοκρατίας κ. Νικόλα Παπαδόπουλου.

-Επίσκεψη Ε' τάξης του Δημοτικού Σχολείου Αθηνών Κ.Β'.

14-16 Νοεμβρίου

Ετοιμασία Μελομακάρονων και κουραμπιέδων που θα πωλούνται με τηλεφωνική παραγγελία.

Παζαράκι στην Εκκλησία Παναγίας Χρυσελεύσης 10 Δεκεμβρίου 2017.

Σταυρούλα Τσιμούρη Γλινς  
Διευθύντρια Κωνσταντινελένειου  
Κέντρου Ενηλίκων Αθηναίων  
Επιμέλεια, Βάσος Χ' Γιαννακού  
Πρόεδρος Διαχ. Επιτροπής

Θέλετε να πραγματοποιήσετε ένα σεμινάριο με επιχορήγηση από την ΑνΑΔ, και δεν έχετε τον ανάλογο χώρο; Τώρα στο Κωνσταντινελένειο έχετε τη δυνατότητα να πραγματοποιήσετε το σεμινάριό σας με την ανάλογη επιχορήγηση. Από τον Μάιο του 2017 έχουμε αξιολογηθεί και πιστοποιηθεί από την ΑνΑΔ ως Δομή Επαγγελματικής Κατάρτισης (ΔΕΚ). Επικοινωνήστε μαζί μας για περισσότερες πληροφορίες στο 24522742.

## Νέα σύνδεση PrimeTel... νέο tablet!

Συνδέσου τώρα με πρόγραμμα κινητής Unlimited που σου ταιριάζει και πάρε

**ΔΩΡΟ tablet**

και **διπλάσια megabyte!**



Συνδέσου πρόγραμμα με 4 συνδέσεις

ΔΩΡΕΑΝ SMS στο 8585 | Κάνε στο 133 | [www.primetel.com.cy](http://www.primetel.com.cy) | Στο κατάστημα PrimeTel, Public ή Telephone

Όροι και προϋποθέσεις στο [www.primetel.com.cy](http://www.primetel.com.cy)

133

[www.primetel.com.cy](http://www.primetel.com.cy)

PRIMETEL  
Η δική μας επικοινωνία

## Life Coaching

### Τι είναι το επαγγελματικό Life Coaching;

Είναι φυσιολογική η απορία που γεννιέται σε κάποιον που θέλει να ξέρει τι είναι το Life Coaching, ποια είναι τα οφέλη του, πως λειτουργεί και πως μπορεί να βοηθήσει τον άνθρωπο. Το Life Coaching ορίζεται σαν μια δημιουργική και αναπτυσσόμενη διαδικασία, η οποία μέσα από ένα προσωπικό πλάνο δράσης βοηθά τον άνθρωπο να ξεκλειδώσει και να μεγιστοποιήσει το απεριόριστο δυναμικό που βρίσκεται μέσα του, για να μπορεί να αντιμετωπίσει οποιανδήποτε προσωπική ή επαγγελματική κατάσταση υπάρχει γύρω του.

Το Life Coaching μας βοηθά στο να ανακαλύψουμε ποιοι είμαστε, να συμπληρώσουμε τα κενά που εμφανίζονται στα σχέδια και τους στόχους μας για το μέλλον και να ξεκαθαρίσουμε καλύτερα την πορεία που θέλουμε να ακολουθήσουμε.

### Ποιοι είναι οι συννηθισμένοι λόγοι που οδηγούν κάποιον να ζητήσει την συνεργασία ενός life coach;

Ένα άτομο ή μια ομάδα μπορεί να επιλέξει να συνεργαστεί με έναν Life Coach (προπονητή) για πολλούς λόγους, κάποιοι από τους οποίους είναι οι εξής:

- Όταν κάτι επείγον ή συναρπαστικό είναι προ των πυλών (μια πρόκληση, ένας στόχος ή μια σημαντική ευκαιρία)
- Όταν νιώθουμε πως υπάρχει κάποιο κενό στη γνώση, στις δεξιότητες μας, στη εμπιστοσύνη του εαυτού μας
- Όταν βλέπουμε πως η ισορροπία είτε στο προσωπικό, είτε στον επαγγελματικό τομέα αρχίζει να χάνεται, δημιουργώντας ανεπιθύμητες συνέπειες
- Όταν χρειάζεται να προσδιορίσουμε τα "δυνατά" μας σημεία και πως θα τα αξιοποιήσουμε όσο το δυνατό καλύτερα
- Όταν βρισκόμαστε μπροστά σε ένα αδιέξοδο και θέλουμε να αφαιρέσουμε τα εμπόδια του, στοχεύοντας στο μέλλον με επιτυχία

### Πως μπορεί να με βοηθήσει ένας Life Coach;

Ο Life Coach δεν θα σας βοηθήσει δίνοντάς σας έτοιμες λύσεις. Θα σας βοηθήσει όμως να ανακαλύψετε τα προσωπικά σας κίνητρα και τους στόχους και θα σας στηρίξει για να ακολουθήσετε το καλύτερο μονοπάτι για σας, προσωπικά. Οι απαντήσεις βρίσκονται πάντα μέσα μας. Χρειάζεται όμως να γίνουν οι κατάλληλες ερωτήσεις για να φτάσουμε στην ουσία των πραγμάτων.

Με αντικειμενικότητα, διακριτικότητα, εχεμύθεια, ακολουθώντας πάντα τον κώδικα επαγγελματικής δεοντολογίας, και με κατάλληλες τεχνικές ο Life Coach θα βοηθήσει τον coachee (πελάτη) να συνειδητοποιήσει, να παρατηρήσει, ακόμη και να καταγράψει τους στόχους αυτούς, καθώς επί-

σης να σχεδιάσει τις μελλοντικές του κινήσεις ώστε να τους πετύχει ευκολότερα και να είναι αποτελεσματικός με τον καλύτερο δυνατό τρόπο.

### Κλεάνθιος Κοινοτική Στέγη Ηλικιωμένων και Life Coaching

Μέσα στο πλαίσιο της πρακτικής εργασίας της φοίτησής μας στο Πανεπιστήμιο Αιγαίου εγώ, η Ρένα Αρτεμίου από Αθηνών, η Έλενα Ροκόπου Χαριτωνίδου από Αθηνών και η Νατάσα Καπντζή από Μενεού, αποφασίσαμε να προσφέρουμε 90 συνολικά ώρες Life Coaching στα άτομα που στεγάζονται στην Κλεάνθιο Κοινοτική Στέγη Ηλικιωμένων. Πιστεύοντας από κοινού ότι τα άτομα τρίτης ηλικίας χρήζουν εκτός από προσωπικής φροντίδας και πνευματικής εισφοράς, δουλέψαμε τον μήνα Αύγουστο, με όσα περισσότερα άτομα τρίτης ηλικίας μπορούσαμε, είτε σε ατομικές συνεδρίες, είτε σε ομαδικές συνεδρίες.

### Αρμοδιότητες που μας ανατέθηκαν κατά την πρακτική μας άσκηση

Σε συνεργασία που είχαμε με την διευθύντρια της Κλεάνθιο Στέγης Ενηλίκων του Δήμου Αθηνών, κα Θεοδώρα Κουμίδου, συνεργασία την οποία χαρακτηρίζω άψογη, αποφασίσαμε να ακολουθήσουμε ένα απλό και κατανοητό προς όλους πρόγραμμα και χωρίσαμε τα άτομα της Στέγης σε ομάδες, ούτως ώστε να αναλάβει η κάθε μία από εμάς να δουλεύει με τα ίδια άτομα για πιο σωστά αποτελέσματα.

Με τη δύναμη των γνώσεών μας και τη χρήση των διαφόρων τεχνικών που έχουμε διδαχτεί στον κλάδο του Life Coaching μέσω του Πανεπιστημίου Αιγαίου, καταφέραμε πιστεύω να τους θυμήσουμε κατ' αρχήν ποιοί είναι, πόσο σημαντικοί υπήρξαν για τις οικογένειές τους, τα επιτεύγματα τους και πόση εσωτερική δύναμη κουβαλούσαν μέσα σε ολόκληρη τη ζωή τους. Στόχος μας ήταν να δουλέψουμε μαζί τους με πρότυπο την αγάπη και σκοπό είχαμε την φροντίδα των ενοίκων ως προς την ψυχοκοινωνική στήριξη τους και την ενδυνάμωση της ψυχικής τους υγείας. Μέσα από την διαδικασία της πρακτικής μας εξάσκησης έχουν ωφεληθεί όλοι οι ζωντανοί παράγοντες. Ο Φορέας, οι ηλικιωμένοι αλλά και εμείς ως σύμβουλοι. Έτσι κλείνοντας θέλουμε να πούμε δημόσια ένα μεγάλο ευχαριστώ που μας δώσατε την ευκαιρία να συμμετέχουμε σε αυτό το όμορφο έργο αγάπης.

Επιμέλτρια: Ρένα Αρτεμίου  
Life Coach – Σύμβουλος Αυτοβελτίωσης & Προσωπικής Ανάπτυξης





## Εκδήλωση στην Αυστραλία για τη Γιορτή του Αγίου Φωκά

Με ιδιαίτερη λαμπρότητα και επιτυχία γιορτάστηκε και φέτος από τους Αποδήμους Αθηνίτες στο Σίννεϊ Αυστραλίας η γιορτή του Αγίου Φωκά στις 22.9.2017. Μετά την καθιερωμένη Θεία Λειτουργία στην εκκλησία και τη λιτανεία της εικόνας του Αγίου Φωκά, 150 περίπου Αθηνίτες έφαγαν όλοι μαζί στην αίθουσα της εκκλησίας και γιόρτασαν τον Άγιο της Αθηνών. Την Κυριακή 24.9.2017 έγινε στην αίθουσα της Λέσχης της Κυπριακής Κοινότητας του Σίννεϊ, μεγάλη δεξίωση στην οποία συμμετείχαν πολλοί Αθηνίτες και άλλοι, γύρω στα 300 άτομα, πάλιν με την ευκαιρία της γιορτής του Αγίου Φωκά. Τα εδέσματα ήταν κολοκάσι, κουπέπια, οφτό κλέφτικο και άλλα κυπριακά φαγητά και γλυκά που θύμιζαν την Κύπρο μας. Στην εκδήλωση απύθυνη χαιρετισμό μέσω Σκάιπ, ο Δήμαρχος Αθηνών κος Κυριάκος Καρεκλάς. Τη διοργάνωση της εκδήλωσης ανέλαβαν Αθηνίτες, μέλη του Διοικητικού Συμβουλίου, ο κ. Άλκης Καδής, Αντιπρόεδρος, κ. Χάρης Αντωνίου, Ταμίας και κ. Ηλίας Σέας, Συμβουλος. Στην Κυπριακή Κοινότητα Σίννεϊ παραδίδονται μαθήματα κυπριακών χορών σε πολλές ομάδες. Στη γιορτή του Αγίου Φωκά χόρεψαν παιδιά της κοινότητας, όπως φαίνονται και στη φωτογραφία. Στη φωτογραφία φαίνονται ο κ. Ηλίας Σέας και η σύζυγος του Μαρούλλα, καθώς και άλλες γυναίκες της επιτροπής που βοήθησαν στην ετοιμασία των φαγητών της δεξίωσης. Τα καθαρά έσοδα της όλης διοργάνωσης δόθηκαν στη Λέσχη της Κυπριακής Κοινότητας Σίννεϊ.

Επιτροπή Αποδήμων



The Athienou people in Sydney Australia celebrated with great success, St. Foka's name day, on the 22nd of September. At the end of the church ceremony, about 150 people gathered at the church hall and celebrated the day.

The celebrations continued on Sunday the 24th of September at the Cyprus community club, where 300 people enjoyed colokasi, stuffed leaves, cleftico and lots of sweets that reminded them of Cyprus.

During this gala dinner, our Mayor Mr Kyriacos Kareklas, greeted them all, through skype. This event was organized by Mr Alkis Kadis, the vice president, Mr Charis Antoniou the cashier and Mr Elias Seas a member of their committee. The Cypriot Committee organizes dancing classes. As you can see from the photo taken during the event, children show their talent in traditional dancing. At the second photo one can see Mr Elias Seas and his wife Maroulla along with other women, members of the committee, helping in the preparation of the food.

The money collected during the event, was offered to the Cyprus community club of Sydney.

## Εκδρομή στο Λονγκ Άιλαντ της Νέας Υόρκης

Σε μια καλοκαιρινή εκδρομή στο Λονγκ Άιλαντ της Νέας Υόρκης για ψάρεμα συναντήσαμε καθοδόν τον συγχωριανό μας Φίλιππο Σέα. Έχει το μεγαλύτερο κυπριακό αγρόκτημα στην Αμερική, 400 σκάλες, όπου μαζί με τον γιο του Κυριάκο παράγουν όλα τα είδη μαννάβικα, ντομάτες, αγγούρια, κολοκύθια, βλύτα, μελιτζάνες και πολλά άλλα είδη φυτά και λουλούδια.

Σε μια από τις φωτογραφίες τον βλέπετε σκυφτό να μαζεύει βλύτα. Στην άλλη στέκεται δίπλα από ένα από τα τρακτέρ του. Στο τιμόνι ο γράφων Λουκάς Ζαννετίς και πίσω ο Δημήτρης Παύλου από τον Κάτω Δρυ και ο Τάκης Μαυρογιάννης με το άσπρο πουκάμισο από τη Λεμύθου.

Η Αθηνού είναι πάντα μέσα στις καρδιές μας.

ΥΓ. Το ψάρεμα δεν πήγε και άσχημα.

Λουκάς Ζαννετίς  
Απόδημος



## Συνεστίαση για τους Αποδήμους στις 18.9.2017

Μέσα σε ένα ευχάριστο αλλά και συγκινητικό κλίμα έγινε η συνεστίαση για τους Αποδήμους μας στις 18.9.2017 στο Κωνσταντινέλενιο.

Ο Δήμαρχος κος Κυριάκος Καρεκλάς καλωσόρισε θερμά τους Αποδήμους και τους υποσχέθηκε ότι θα είναι δίπλα τους σε ό,τι τον χρειαστούν. Επίσης τους ευχαρίστησε γιατί νοιάζονται και βοηθούν τον τόπο τους από τις νέες μακρινές τους πατρίδες.

Η Πρόεδρος της Επιτροπής Αποδήμων, κα Μάρω Παπούη, στον δικό της χαιρετισμό ανέφερε, μεταξύ άλλων, στους αποδήμους

«ότι δεν σας βλέπουμε ως Αποδήμους αλλά ως Αθηνίτες».

Ο κ. Νεόφυτος Νεοκλέους, ο γνωστός μας «Φυτής», μαζί με τον κ. Λάκη Ψωμά, ανέλαβαν το μουσικό κομμάτι της εκδήλωσης. Όμορφα παλιά τραγούδια έκαναν τους αποδήμους μας να πάνε πίσω στο χρόνο με νοσταλγία, ενώ με τα κυπριακά τραγούδια μας θύμισαν τις ρίζες μας και αναπολήσαμε με συγκίνηση στιγμές των παιδικών μας χρόνων.

Στην εκδήλωση συμμετείχαν αρκετοί απόδημοι από Αυστραλία, Νότιο Αφρική, Αγγλία και Ελλάδα.

Απόδημοι και μη έγιναν ένα, χορεύοντας καλαματιανό και άλλους χορούς. Η βραδιά κύλησε πολύ όμορφα, αφήνοντας σε όλους ωραίες αναμνήσεις.

Με την ευκαιρία των γιορτών των Χριστουγέννων και του Νέου Χρόνου, η Επιτροπή Αποδήμων εύχεται σε όλους τους Αποδήμους, Χαρούμενες Γιορτές και Καλή Χρονιά το 2018 με υγεία, προσωπική και οικογενειακή ευτυχία, αγάπη και ειρήνη.

Μοιρούλλα Τράχηλου- Δημητρίου  
Μέλος της Επιτροπής Αποδήμων  
και Ετεροδημοτών

## Dinner party for all expatriates on the 18th of September

On September 18th, a dinner party took place at the hall of Konstantinelenio for all our expatriates that were in Cyprus. It was a pleasant and emotional evening. The Mayor Mr. Kyriacos Kareklas warmly welcomed the expatriates and promised that he will always be there for them. He also thanked them for the concern they have for Athienou and for all the

help they offer so often.

The head of the Expatriates' committee, Mrs Maro Papoui, during her greetings referred to the expatriates as an inseparable part of the people of Athienou. Mr Neofytos Neokleous and Mr Lakis Kiliaris entertained us all with beautiful nostalgic songs that brought memories of our youth.

In the party we had people from Australia, S. Africa, England and Greece. We danced and had a pleasant evening altogether.

As the festive season is coming soon, the Expatriates Committee wishes you all, Merry Christmas and a happy and prosperous New Year.

## ΚΑΥΣΟΞΥΛΑ

Προσφορά για την Κοινότητα Α θ η ι ν ο υ

**Ποιοτικά Εισαγόμενα Καυσόξυλα:**

Σε Παλέττα (120X85X100)

“ΟΞΙΑ - ΦΛΑΜΟΥΡΙΑ” προς €120/κυβικό μέτρο

**Τεμαχισμένα - Σχισμένα** έτοιμα για καύση

Για παραγγελίες επικοινωνήστε στο τηλέφωνο:

**9 9 8 2 3 4 5 0**

**Δωρεάν Παράδοση** στο Χώρο σας

Νόμιμη Εμπορία Καυσόξυλων  
Αρ.Αδείας ΤΔΑΕΚ 394/2016





## ΕΝΩΣΗ ΝΕΟΛΑΙΑΣ ΑΘΗΝΟΥ – ΧΑΝΤΜΠΟΛ

**Ν**έα αγωνιστική χρονιά έχει αρχίσει για το Σωματείο Ε.Ν.ΑΘΗΝΟΥ πάντα με στόχο τη διάκριση τόσο στο Πρωτάθλημα όσο και στο Κύπελλο γυναικών, θεσμοί που δίνουν την ευκαιρία στην ομάδα μας για συμμετοχή σε Ευρωπαϊκές διοργανώσεις. Σαφώς ανανεωμένη η ομάδα γυναικών με σημαντικές προσθήκες στοχεύει να κάνει αισθητή την παρουσία της και να διεκδικήσει με αξιώσεις την κατάκτηση τίτλου ή ακόμα καλύτερα να επαναλάβει τον άθλο του 2013-2014 με την κατάκτηση του 1ου Πρωταθλήματος και Κυπέλλου στην ιστορία της. Υπό την καθοδήγηση του προπονητή κ. Γιάννου Ιωάννου βάζει ψηλά τον πήχη και δηλώνει έντονα το παρόν της.

Επίσης στα αναπτυξιακά πρωταθλήματα στις κατηγορίες U15 και U17, οι οποίες την αγωνιστική περίοδο 2016-2017 κατέκτησαν αντίστοιχα Πρωτάθλημα και Κύπελλο στην κατηγορία U15 και την 3η θέση στην κατηγορία U17, συνεχίζουν και στη νέα αγωνιστική περίοδο επίσης υπό την καθοδήγηση του κ. Γιάννου Ιωάννου για να συνεχίσουν τις επιτυχίες.

Τέλος, τα τμήματα των Ακαδημιών μας συνεχίζουν και αυτά την ανοδική τους πορεία αναδεικνύοντας νέα ταλέντα στο άθλημα της χειροσφαίρισης που έχει αγαπηθεί από τα παιδιά και το έχουν αγκαλιάσει. Υπό την καθοδήγηση των προπονητών Κυριάκου Κυριάκου στο τμήμα αγοριών και Χρυστάλλας Τζιωνή στο τμήμα κοριτσιών.



### Καλλιτεχνική Εκδήλωση

Πραγματοποιήθηκε με μεγάλη επιτυχία η καθιερωμένη Καλλιτεχνική Εκδήλωση του Σωματείου μας στις 15 Σεπτεμβρίου 2017 στο Κωνσταντίνιο Δημοτικό Πάρκο Αθηνών. Στο πλαίσιο της εκδήλωσης τιμήθηκαν οι ομάδες του Σωματείου για τις διακρίσεις και την συμμετοχή τους στις εγχώριες διοργανώσεις της Κυπριακής Ομοσπονδίας Χειροσφαίρισης. Η ομάδα Γυναικών τιμήθηκε για την κατάκτηση της 2ης θέσης στο Πρωτάθλημα, η ομάδα Νεανίδων U17 για την κατάκτηση της 3ης θέσης στο Πρωτάθλημα, η ομάδα Κορασίδων U15 για την κατάκτηση του Νταμπλ και τα τμήματα Κοριτσιών και Αγοριών U13 και Κοριτσιών U11 για τη

συμμετοχή τους στα Τουρνουά Ανάπτυξης της Κ.Ο.Χ.. Την εκδήλωση τίμησαν με την παρουσία τους ο Δήμαρχος Αθηνών κ. Κυριάκος Καρεκλάς, ο Πρόεδρος της Σχολικής Εφορείας κ. Χρήστος Ηρακλέους, ο κ. Σταύρος Παναγιώτου εκ μέρους της Κυπριακής Ομοσπονδίας Χειροσφαίρισης, εκπρόσωποι των εκπαιδευτηρίων του Δήμου μας και εκλεκτοί προσκεκλημένοι και δημότες που στηρίζουν με την παρουσία τους το Σωματείο μας. Το Καλλιτεχνικό μέρος περιελάμβανε χορούς από τους Πολιτιστικούς Ομίλους του Δήμου μας, τον Δημοτικό Πολιτιστικό Όμιλο και τον Πολιτιστικό Όμιλο «ΜΑΛΛΟΥΡΑ», τους οποίους ευχαριστούμε θερμά καθώς επίσης και τη σχολή χορού Revolution

Dance Studio. Θερμές ευχαριστίες επίσης προς την κ. Έλενα Παπαμιχαήλ για την παρουσίαση της εκδήλωσης και τον DJ Δημήτρη Ιεροδιακόνου για την ηχητική υποστήριξη και την μουσική επένδυση της εκδήλωσης μας. Τέλος θερμές ευχαριστίες προς τους χορηγούς και δωροθέτες μας για την στήριξη τους και την προσφορά δώρων για την διεξαγωγή της Τόμπολας που διεξήχθη στο πλαίσιο της εκδήλωσης και σε όσους συνέβαλαν στην επιτυχή πραγματοποίηση της εκδήλωσής μας.

### Αγιασμός

Τελείωσε την Παρασκευή, 20 Οκτωβρίου 2017 στην Αίθουσα Αθλοπαιδιών του Δήμου Αθηνών «Τάσος Παπαδόπουλος», αγιασμός από τον Αιδοιολογίτη Προτοπρεσβύτερο Θεόδουλο Ροκόπου, παρουσία του Δημάρχου Αθηνών κ. Κυριάκου Καρεκλά, του Προέδρου και μελών του Δ.Σ. του Σωματείου, προπονητών, αθλητριών και αθλητών του Σωματείου μας. Μετά το πέρας του αγιασμού ο Πάτερ Θεόδουλος ευχήθηκε κάθε επιτυχία στη νέα αγωνιστική χρονιά και συμβούλεψε τις αθλήτριες και αθλητές των ομάδων μας να επιτύχουν τους στόχους τους καλλιεργώντας παράλληλα με το σώμα και το πνεύμα τους υπό τη σκέπη της εκκλησίας.

Σταυρούλα Πεδουλίδου  
Γραμματέας Σωματείου Ε.Ν.Α.

## ΑΚΑΔΗΜΙΕΣ ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟΥ ΑΘΗΝΟΥ

Σέντρα για χιλιάδες παιδιά ηλικίας 6-13 χρόνων είχαμε την Κυριακή 29 Οκτωβρίου 2017, στη μεγαλύτερη από πλευράς μαζικότητας συμμετοχών διοργάνωση της Κυπριακής Ομοσπονδίας Ποδοσφαίρου.

Σε αυτήν τη διοργάνωση συμμετείχαν για άλλη μια χρονιά και οι δικοί μας μικροί ποδοσφαιριστές. Οι Ακαδημίες Ποδοσφαίρου Αθηνών λαμβάνουν μέρος στα Πρωταθλήματα Grassroots της ΚΟΠ με ομάδες στις ηλικιακές κατηγορίες : 2006 (Κοινή Ομάδα με Ακαδημία 1619), 2008, 2009, 2010 και 2011.

Οι προπονήσεις άρχισαν και συνεχίζονται στο γήπεδο του Γυμνασίου Αθηνών. Οι ποδοσφαιριστές μας μαζί με την καθοδήγηση των προπονητών τους, αλλά και του γυμναστή τους, μέσα στο πλαίσιο της προετοιμασίας τους έδωσαν αρκετούς φιλικούς αγώνες και συμμετείχαν σε διάφορα τουρνουά. Συγκεκριμένα οι ομάδες μας του 2006 και 2008 έλαβαν μέρος στο τουρνουά του ANT1. Η ομάδα μας του 2008 έλαβε μέρος στο τουρνουά της Ακαδημίας Μαυρουδή, λαμβάνοντας τη δεύτερη θέση και τέλος οι ομάδες μας του 2006 και 2010 έλαβαν μέρος στο τουρνουά του ΑΣΛΑ, με την ομάδα του 2006 να κερδίζει την πρώτη θέση και την ομάδα του 2010 να κερδίζει σημαντικές εμπειρίες. Σημειώνεται ότι την επόμενη Κυριακή θα πραγματοποιηθεί ο καθιερωμένος αγιασμός της Ακαδημίας, στο γήπεδο του Γυμνασίου Αθηνών.



### Αθλητική Επιτροπή του Δήμου Αθηνών



Την Κυριακή 24 Σεπτεμβρίου 2017, στο πλαίσιο της Ευρωπαϊκής Εβδομάδας Κινητικότητας (Mobility Week), διοργανώθηκαν δράσεις από την Αθλητική Επιτροπή του Δήμου Αθηνών.

Η αρχή έγινε με πεζοπορία από την Πλατεία Εκκλησιών, με τερματισμό το Κωνσταντίνιο Πάρκο, όπου ακολούθησε Πρόγραμμα Γυμναστικής Ζumba από την Γυμνάστρια κα Εύη Δρουσιώτου και στη συνέχεια προσφέρθηκε πρόγευμα.

Η όλη εκδήλωση στέφθηκε με μεγάλη επιτυχία αφού συμμετείχαν μικρά παι-

διά, έφηβοι και ενήλικες. Η Αθλητική Επιτροπή του Δήμου Αθηνών προάγει τέτοιου είδους αθλητικές δραστηριότητες ως αναγκαιότητα για την προώθηση της προστασίας του περιβάλλοντος, της φυσικής άσκησης, του υγιούς τρόπου ζωής και συνάμα προωθεί όλες τις θετικές συνέπειες που απορρέουν για όλη την οικογένεια και ειδικά για τα παιδιά και τους νέους μας.

Αντώνης Τουλούρης  
Δημοτικός Σύμβουλος  
Πρόεδρος Αθλητικής Επιτροπής

### Το άθλημα της Πάλης

Διεξήχθη στην Αθηνών τον περασμένο Μάρτιο το Παγκύπριο Πρωτάθλημα Πάλης στις κατηγορίες Εφήβων και Παμπαίδων. Πολλά παιδιά και έφηβοι από όλη την Κύπρο μαζεύτηκαν στην κλειστή αίθουσα «Τάσος Παπαδόπουλος» στην Αθηνών, την Κυριακή 12 Μαρτίου για να λάβουν μέρος στους αγώνες. Κατά τη διάρκεια των αγώνων έκαναν επίδειξη και παιδιά του Σωματείου «Ενωση Νεολαίας Αθηνών» που προπονούνται στο άθλημα της πάλης.

Η ομάδα άρχισε να δραστηριοποιείται από το Σεπτέμβριο του 2016 με προπονητή τον κ. Ανδρέα Πιερή. Μετά το πέρας των αγώνων, η Παγκύπρια Ομοσπονδία Πάλης έμεινε ιδιαίτερα ευχαριστημένη από τη διοργάνωση και τη φιλοξενία και στόχος της είναι να διεξαχθεί τους αγώνες σε ετήσια βάση στον Δήμο μας.

Το πρόγραμμα προπονήσεων για τη νέα χρονιά 2017 - 2018 θα είναι: Δευτέρα και Πέμπτη 14:30-15:30 (για παιδιά από 6 έως 12 ετών). Τρίτη και Τετάρτη 16:00-17:00 και Σάββατο 17:30-19:00 (για ηλικίες 12+). Πληροφορίες στο τηλ.: 99892768, Ανδρέας Πιερή.



Ανδρέας Πιερής  
Γυμναστής, Προπονητής Πάλης  
Πρώην αθλητής της Εθνικής Ομάδας Πάλης

### Αγώνας στη μνήμη της αείμνηστης Μαρίας Θεοδώρου



Το WINTER RALLY – Athienou 2018 είναι ένας αγώνας ακριβείας με Κλασικά αυτοκίνητα. Θα διοργανωθεί από τη Λέσχη Παλαιών Αυτοκινήτων ΛΕΣΠΑ-ΦΙΠΑ, υπό την αιγίδα και με την συνεργασία του Δήμου Αθηνών, σύμφωνα με τον Διεθνή Κώδικα της Επιτροπής Εκδηλώσεων της Διεθνούς Ομοσπονδίας Παλαιών Οχημάτων FIVA.

Ο Αγώνας θα διεξαχθεί την Κυριακή 11 Φεβρουαρίου 2018 και θα καλύψει απόσταση περίπου 70 χιλιομέτρων.

Το Ράλι θα εκκινήσει από το καφεστιατόριο «Le Carre» στα Λατσία στις 10:00 και θα τερματίσει στον χώρο στάθμευσης του Δημοτικού Μεγάρου στην Αθηνών γύρω στη μία το μεσημέρι. Τα καθαρά έσοδα από την εκδήλωση θα δοθούν στο Συμβούλιο Κοινωνικής Ευημερίας Αθηνών εις μνήμη της αειμνήστου Μαρίας Θεοδώρου.



Εκ μέρους του Διοικητικού Συμβουλίου  
Γιώργος Ιωαννίδης  
Πρόεδρος



# ραδιομαραθώνιος 2017

## εισφορές

Κάντε την εισφορά σας μέσω γραπτού μηνύματος από κινητό στο **7060**

**RM** (κενό) **1** - για **€1**

**RM** (κενό) **3** - για **€3**

**RM** (κενό) **5** - για **€5**



...και σε όλα τα καταστήματα της Συνεργατικής Κυπριακής Τράπεζας

## συλλεκτικά προϊόντα

(διαθέσιμα σε όλα τα καταστήματα της Συνεργατικής Κυπριακής Τράπεζας)



ΙΣΤΟΡΙΑ  
ΑΓΑΠΗΣ

ραδιομαραθώνιος 2017



ΔΙΟΡΓΑΝΩΤΕΣ



Συνεργατική  
Κυπριακή  
Τράπεζα

