



Η ΑΘΗΝΕΝΟΥ

ΤΡΙΜΗΝΙΑΙΑ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ ΤΟΥ ΔΗΜΟΥ ΑΘΗΝΟΥ | ΤΕΥΧΟΣ 61 | ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ - ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΣ 2020



Η ΑΘΗΝΟΥ ΔΙΕΚΔΙΚΕΙ ΕΛΕΥΘΕΡΗ ΔΙΑΚΙΝΗΣΗ ΑΘΗΝΟΥ - ΠΥΡΟΪ - ΛΕΥΚΩΣΙΑ

Διαβάστε



Παρουσίαση του βιβλίου
στο Καλλινίκειο Δημοτικό
Μέγαρο ➤ σελ. 13



Χειμερινό Ράλι Αθηνών
Ιστορικού Αυτοκινήτου
➤ σελ. 11



Αθλητικά Δρώμενα
➤ σελ. 27

ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΑ ΕΡΓΑ ΚΑΙ ΜΕΛΕΤΕΣ

Εξέλιξη έργων και μελετών που προωθούνται αυτή την περίοδο στον Δήμο Αθηνών.

1. Αποκατάσταση της Δημοτικής Αγοράς και Μετατροπή της σε Πολυλειτουργικό Πολιτιστικό Κέντρο.

Το Τμήμα Πολεοδομίας και Οικήσεως προκήρυξε Διαγωνισμό επιλογής εργολάβου κατασκευής του Έργου για 2η φορά. Πρόκειται για Πολεοδομικό Έργο, στο οποίο ο Δήμος συνεισφέρει 20%, τόσο στο στάδιο της μελέτης, που έχει ολοκληρωθεί, όσο και στο στάδιο της κατασκευής.

Ο Διαγωνισμός έληξε και υποβλήθηκε μόνον μια προσφορά, με πολύ μεγαλύτερο ποσό από το εκτιμώμενο, δεν μπορούσε να εγκριθεί και απορρίφθηκε.

Ο Δήμος Αθηνών πιέζει για προκήρυξη νέας προσφοράς το συντομότερο, με ψηλότερο εκτιμώμενο ποσό, ώστε επιτέλους να προωθηθεί η υλοποίηση του Έργου, που θα συμβάλει στην ουσιαστική αναζωογόνηση του διατηρητέου κτίσματος, αλλά και στην ανάπτυξη της περιοχής. Με την ολοκλήρωσή του, ο Δήμος Αθηνών θα μετατρέψει τον χώρο σε Πολυλειτουργικό Πολιτιστικό Κέντρο, με τη μεταφορά σ' αυτόν όλων των τμημάτων του Δημοτικού Πολιτιστικού Ομίλου και της Δημοτικής Βιβλιοθήκης, ενώ θα υπάρχει καφετέρια και άλλοι χώροι για δημιουργική απασχόληση των νέων και όχι μόνον.

Το έργο της ανάπλασης της Δημοτικής Αγοράς αποτελεί την Α' Φάση του Έργου και υπάρχει υπόσχεση του Τμήματος Πολεοδομίας και



Οικήσεως προς τον Δήμαρχο Αθηνών ότι με την ολοκλήρωση της Α' Φάσης θα ακολουθήσει η Β' Φάση, που θα περιλαμβάνει τη Διαμόρφωση του Περιβάλλοντα Χώρου της Δημοτικής Αγοράς και της Εκκλησίας του Πολιούχου Αγίου της Αθηνών Αγίου Φωκά.

2. Επιλογή Μελετητικού Γραφείου για ετοιμασία σχεδίων για την 1η Φάση Ανάπλασης της Κεντρικής Πλατείας Εκκλησιών.

Σε συνεργασία με το Τμήμα Πολεοδομίας και Οικήσεως, ο Δήμος Αθηνών προκήρυξε Διαγωνισμό επιλογής μελετητικού γραφείου για ετοιμασία των σχεδίων, της μελέτης και των εγγράφων προσφοράς, για κατασκευή της 1ης Φάσης της Κεντρικής Πλατείας Εκκλησιών. Ο Διαγωνισμός έληξε στις 13 Σεπτεμβρίου 2019. Πρόκειται για Πολεοδομικό Έργο, στο οποίο ο Δήμος συνεισφέρει 20% τόσο στο στάδιο της μελέτης, όσο και στο στάδιο της κατασκευής.

Την Πέμπτη 23 Ιανουαρίου πραγματοποιήθηκε στο γραφείο του Δημάρχου Αθηνών η υπογραφή της Σύμβασης για την παροχή υπηρεσιών Συμβούλων Μελετητών για τον Σχεδιασμό και την Επίβλεψη Ανάπλασης της Κεντρικής Πλατείας

Εκκλησιών Αθηνών με την επιτυχούσα ομάδα μελετητών σχετικού διαγωνισμού, «Γιώργος Καράς και Συνεργάτες Σύμβουλοι Μηχανικοί». Το κόστος της σύμβασης ανέρχεται στις €29.800, εκτός Φ.Π.Α. και η διάρκεια εκτέλεσης της Σύμβασης αναμένεται να είναι γύρω στον ένα χρόνο.

Στόχος της Σύμβασης είναι η υλοποίηση του Πολεοδομικού Έργου για την Ανάπλαση της Κεντρικής Πλατείας Εκκλησιών Αθηνών, Φάση Α', συνολικού κατασκευαστικού κόστους €2 εκ., η οποία περιλαμβάνει τους περιμετρικούς δρόμους γύρω από τις εκκλησίες της Παναγίας της Χρυσελευσίνης, την αυλή της εκκλησίας και τον χώρο στάθμευσης. Κύριος στόχος του Έργου είναι η ανάδειξη της κεντρικής πλατείας του Δήμου και των γύρω χώρων, η ενδυνάμωση του κοινωνικού και πολιτιστικού ρόλου της πλατείας, καθώς και η οργανική σύνδεσή της με όλα τα σημεία αναφοράς της Αθηνών. Η Σύμβαση περιλαμβάνει τον Σχεδιασμό, την Επίβλεψη των κατασκευαστικών εργασιών, τη Διαχείριση της σύμβασης με τον Εργολάβο και την Τελική Παραλαβή του Έργου, υπηρεσίες που θα εκπονηθούν και πραγματοποιηθούν από τον Ανάδοχο.

Διευκρινίζεται ότι το έργο είναι εγκριμένο για κατασκευή στα πλαίσια του Δημοσιονομικού Πλαισίου της Κυβέρνησης 2019-2021.

Τη Σύμβαση υπογράψαν εκ μέρους του Δήμου ο Δήμαρχος Αθηνών κ. Κυριάκος Καρεκλάς και εκ μέρους της ομάδας μελετητών ο κ. Γιώργος Καράς, υπεύθυνος της Ομάδας Έργου.

➤ σελ. 4

ΔΙΚΤΥΟ ΜΕΤΑΦΟΡΑΣ ΚΑΛΗΣ ΠΡΑΚΤΙΚΗΣ URBACT «ΠΟΛΕΙΣ ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΥ»



➤ σελ. 6

8^η ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ ΤΟΥ ΕΥΡΩΠΑΪΚΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ YUROPE



➤ σελ. 7

ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΤΟΥ ΔΗΜΟΥ ΑΘΗΝΟΥ ΣΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ «YOUNG CITIES»

Με στόχο την ενδυνάμωση των νέων και την ενίσχυση της συμμετοχής τους στη δημοκρατική ζωή του τόπου, ο Οργανισμός Νεολαίας Κύπρου (ΟΝΕΚ) σε συνεργασία με την Εθνική Αρχή Στοιχημάτων (ΕΑΣ) ανακοίνωσαν την υλοποίηση του προγράμματος «Young Cities». Το πρόγραμμα παρουσιάστηκε σε κοινή δημοσιογραφική διάσκεψη, η οποία πραγματοποιήθηκε την Τρίτη 21 Ιανουαρίου 2020, στα γραφεία της Εθνικής Αρχής Στοιχημάτων.

➤ σελ. 6



ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Η Σελίδα του Μουσείου	14
Η Λεωφόρος των Ευχών	16
Η Γωνιά της φύσης	16
Δημοτικός Πολιτιστικός Όμιλος	17
Υγεία	20
Δημοτικό Συμβούλιο Νεολαίας	21
Θρησκευτικά-Εκκλησιαστικά	22
Απόδημοι και Ετεροδημιότες	23
Δημοτική 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 αποστείλλει 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 απευθύνεστε 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
Κλεάνθειος Κοινωνική Στέγη Ηλικιωμένων	24522455
Κωνσταντινελένιο Κέντρο Ενηλίκων	24522742
Παιδοβρεφκομικός 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 Ζαννεττίδου - Πουγεράση
Ορθοδοξία Ζαννέτου - Παπαϊακώβου
Κατερίνα Χαλλούμα - Ηρακλέους

ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΕΣ:

Κυριάκος Χατζηγιαννακού
Χρυστάλλα Πατσαλή
Κωνσταντίνος Σ. Κωνσταντίνου
Γιώργος Χαραλάμπους, Αργύρης Αργυρού

ΚΑΤΑ ΝΟΜΟ ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ:

Κυριάκος Καρελάς, Δήμαρχος Αθηνών

ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ - ΕΚΤΥΠΩΣΗ

Μαρία Καδή - Τυπογραφείο Κώνος

Φωτογραφία εξωφύλλου: γήνιπό από την περιοχή των Γόγγων που εκτίθεται στο Μνηροποδμικό Μουσείο της Νέας Υόρκης

ΔΩΡΕΕΣ ΠΡΟΣ ΤΗΝ ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΠΡΟΝΟΙΑΣ ΑΘΗΝΟΥ

1. Εκπρόσωποι του Συνδέσμου Γονέων των Δημοτικών Σχολείων Αθηνών επισκέφθηκαν την Τρίτη 17 Δεκεμβρίου 2019 τον Δήμαρχο Αθηνών και Πρόεδρο της Επιτροπής Κοινωνικής Πρόνοιας Αθηνών κ.Κυριάκο Καρεκλά στο Γραφείο του και του επέδωσαν επιταγή ύψους €500 για να χρησιμοποιηθεί από την Επιτροπή Κοινωνικής Πρόνοιας για ενίσχυση Αθηνιτών που έχουν ανάγκη. Παράλληλα ανέφεραν ότι πρόθεση του Συνδέσμου είναι να καθιερωθεί ετήσια η παραχώρηση βοήθειας από τον Σύνδεσμο Γονέων προς την Επιτροπή Κοινωνικής Πρόνοιας.

Ο Δήμαρχος Αθηνών ευχαρίστησε θερμά τους εκπροσώπους του Συνδέσμου Γονέων για την αλtruιστική πράξη τους και συνεχάρη τον Σύνδεσμο Γονέων, που μέσα στις γιορτινές Χριστουγεννιάτικες μέρες, τις μέρες προσφοράς και αγάπης προς τον συνάνθρωπο, έρχεται χορηγός σε μια Επιτροπή, που στόχο και σκοπό έχει να βοηθά οικογένειες του Δήμου που έχουν ανάγκη. Ανέφερε ότι η εισφορά θα χρησιμοποιηθεί με τον καλύτερο δυνατό τρόπο σε περιπτώσεις που πραγματικά χρειάζονται βοήθεια, ενώ τόνισε τη συνεχή αγάπη και στήριξη που δίνουν φορείς και άτομα της Αθηνών προς αυτούς που τη χρειάζονται, αποδεικνύοντας στην πράξη γιατί η Αθηνών βραβεύτηκε Πανευρωπαϊκά ως Πόλη Καλής Πρακτικής για τον Εθελοντισμό της.

2. Τα αλtruιστικά αισθήματα των Αθηνιτών δεν σταματούν. Ο διευθυντής της Υπεραγοράς "MAS" (Χρίστος Χατζηγιαννακού Λτδ) Αθηνών κ. Μάριος Δράκου, σε συνάντηση με τον Δήμαρχο Αθηνών και Πρόεδρο της Επιτροπής Κοινωνικής Πρόνοιας Αθηνών κ. Κυριάκο Καρεκλά στο Γραφείο του, του παρέδωσε 4 κουπόνια ψωνίσματος τροφίμων από την υπεραγορά, συνολικού ύψους €200, για να χρησιμοποιηθούν από την Επιτροπή Κοινωνικής Πρόνοιας για ενίσχυση Αθηνιτών που έχουν ανάγκη. Παράλληλα προσέφερε μεγάλο αριθμό παιγνιδιών για να δοθούν σε παιδιά οικογενειών που έχουν ανάγκη, τα



οποία μαζεύτηκαν μετά από πρόσκληση στο κοινό της Αθηνών.

Ο Δήμαρχος Αθηνών ευχαρίστησε θερμά τον διευθυντή της Υπεραγοράς "MAS" (Χρίστος Χατζηγιαννακού Λτδ) Αθηνών για την αξιόπαινη πράξη της Υπεραγοράς και τον συνεχάρη που και αυτοί, μέσα στις γιορτινές Χριστουγεννιάτικες μέρες, ήρθαν χορηγοί στην Επιτροπή, με στόχο να βοηθηθούν οικογένειες του Δήμου που έχουν ανάγκη. Ανέφερε ότι όπως και σε όλες τις άλλες περιπτώσεις η εισφορά θα χρησιμοποιηθεί με τον καλύτερο δυνατό τρόπο σε άτομα και οικογένειες που πραγματικά χρειάζονται βοήθεια, ενώ τόνισε για άλλη μια φορά τη συνεχή αγάπη και στήριξη που δίνουν φορείς και άτομα της Αθηνών προς αυτούς που τη χρειάζονται.

3. Εκπρόσωποι της ΝΕΔΗΣΥ Αθηνών και της ΝΕΔΗΣΥ Λάρνακας επισκέφθηκαν τον Δήμαρχο Αθηνών και Πρόεδρο της Επιτροπής Κοινωνικής Πρόνοιας Αθηνών κ. Κυριάκο Καρεκλά στο Γραφείο του τη Δευτέρα 23 Δεκεμβρίου 2019.

Οι εκπρόσωποι της ΝΕΔΗΣΥ Λάρνακας παρέδωσαν στον Δήμαρχο Αθηνών τρία κιβώ-

τια τροφίμων, για να διατεθούν για τις ανάγκες Αθηνιτών που έχουν ανάγκη.

Οι εκπρόσωποι της ΝΕΔΗΣΥ Αθηνών παρέδωσαν στον Δήμαρχο Αθηνών φάκελο που περιείχε το ποσό των €300, προϊόν κέρδους από το παζαράκι που διενήργησε η ΝΕΔΗΣΥ Αθηνών στα πλαίσια της Οδού Χριστουγέννων που διοργάνωσε ο Δήμος Αθηνών την 1η Δεκεμβρίου 2019, για να χρησιμοποιηθεί από την Επιτροπή Κοινωνικής Πρόνοιας για ενίσχυση Αθηνιτών που έχουν ανάγκη.

Ο Δήμαρχος Αθηνών ευχαρίστησε θερμά τους εκπροσώπους τόσο της ΝΕΔΗΣΥ Λάρνακας, όσο και της ΝΕΔΗΣΥ Αθηνών, για την αλtruιστική πράξη τους και τους συνεχάρη που και αυτοί, ήρθαν χορηγοί στην Επιτροπή, με στόχο να βοηθηθούν οικογένειες του Δήμου που έχουν ανάγκη. Τους ανέφερε ότι όπως και σε όλες τις άλλες περιπτώσεις η εισφορά θα χρησιμοποιηθεί με τον καλύτερο δυνατό τρόπο σε άτομα και οικογένειες που πραγματικά χρειάζονται βοήθεια, ενώ τόνισε ότι η συνεχής αγάπη και στήριξη προς την Επιτροπή Κοινωνικής Πρόνοιας και προς αυτούς που την χρειάζονται, δίνει δύναμη στην Επιτροπή να συνεχίζει το θεάρεστο έργο της. Επίσης ευχήθηκε σε όλους Καλά Χριστούγεννα και Καλές Γιορτές.

4. Επίσης, ανώνυμος Αθηνιτης επισκέφθηκε τον Δήμαρχο και προσέφερε κάρτες με κουπόνια τροφίμων για να δοθούν σε οικογένειες του Δήμου που έχουν ανάγκη, συνολικού ποσού €1.200. Ο Δήμαρχος τον ευχαρίστησε θερμά. Τόνισε ότι τέτοιες πράξεις βοηθούν τους συνανθρώπους μας που έχουν ανάγκη να περάσουν καλύτερα τις γιορτινές μέρες των Χριστουγέννων, ενώ παράλληλα δείχνουν ότι στον Δήμο Αθηνών υπάρχουν άτομα που πραγματικά νοιάζονται γι' αυτούς που χρειάζονται βοήθεια και ευχήθηκε ο Θεός να τους ανταμείβει ανάλογα.

ΕΙΔΗ ΕΝΔΥΣΗΣ ΚΑΙ ΥΠΟΔΗΣΗΣ



ΚΑΛΑΠΟΔΑΣ

ε φιλνιτέρες

Αντρικά - Γυναικεία - Παιδικά - Είδη Προίκας

ΓΙΩΡΓΟΣ ΚΑΛΑΠΟΔΑΣ ΛΤΔ

Παύλου Μελά 14, απέναντι από Δημοτικό Σχολείο Αθηνών
Υπόγειο Καλαποδά, Τηλ. 24522009, 99652258

ΠΡΑΣΙΝΙΖΕΙ Η ΑΘΗΝΟΥ ΜΕ ΦΥΤΕΥΣΗ 1.500 ΔΕΝΤΡΩΝ

Μεγάλη κινητοποίηση του Δήμου Αθηνών, με τη βοήθεια της Δημοτικής Επιτροπής Δημόσιας Υγείας, Καθαριότητας και Περιβάλλοντος και διοργάνωση δειντοφύτευσης πραγματοποιήθηκε το Σάββατο 25 Ιανουαρίου 2020, σημειώνοντας ιδιαίτερο ενδιαφέρον και επιτυχία.

Ο Δήμος Αθηνών, μετά από έγκριση αιτήματός του προς το Τμήμα Δασών, εξασφάλισε 1.500 δένδρα, τα μισά από τα οποία φύτεψαν Αθηναίτες, οργανωμένοι και μη, σε τρεις συνολικά χώρους. Συγκεκριμένα, σε κρατική γη κοντά στο Τ/Κ χωριό Πετροφάνι που θα δημιουργηθεί Πάρκο Αγνοουμένων, σε χώρο

που βρίσκεται κοντά στην εκκλησία του Αρχαγγέλου Μιχαήλ, που έχει εκμισθωθεί από την Αρχιεπισκοπή στον Δήμο, καθώς και σε χώρο πρασίνου στην οικιστική περιοχή.

Στη δειντοφύτευση έλαβαν μέρος ο Δήμαρχος και μέλη του Δημοτικού Συμβουλίου, η Βουλευτής του ΑΚΕΛ κ. Ευανθία Σάββα, προσωπικό του Δήμου, παιδιά του νηπιαγωγείου Παιδική Πολιτεία ΝΑΓΙΑ συνοδευόμενα από τη Διευθύντρια και τους γονείς τους, καθώς και εκπρόσωποι τοπικών πολιτικών κομμάτων, εκπρόσωποι του Κινήματος Περιβαλλοντιστών, του 68ου Συστήματος Προσκόπων, του Κυνηγετικού Συλλόγου, του Φι-

λοδασικού Συνδέσμου και πολλοί άλλοι ιδιώτες.

Η δειντοφύτευση συνεχίστηκε και φυτεύθηκαν όλα τα 1.500 δέντρα που εξασφαλίστηκαν από το Τμήμα Δασών, ενώ λήφθηκαν πρόνοιες για πότισμα των δένδρων για τα επόμενα τρία χρόνια, ώστε να μπορέσουν να δημιουργηθούν.

Ο Δήμος Αθηνών απευθύνει θερμές ευχαριστίες σε όλους όσους έλαβαν μέρος στις δειντοφύτευσεις και υπόσχεται τη διενέργεια και άλλων ενεργειών για φύτευση δένδρων σε δημόσιους χώρους, με στόχο να εμπλουτίσουμε το πράσινο και να βελτιώσουμε το περιβάλλον της Αθηνών γενικότερα.



ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ «ΑΓΟΡΑ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΚΕΣ ΑΞΙΕΣ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΣ ΣΤΗΝ ΕΥΡΩΠΗ»



Συγχρηματοδοτείται από το πρόγραμμα «Ευρώπη για τους πολίτες» της Ευρωπαϊκής Ένωσης.

Στο πλαίσιο της ενέργειας «Δίκτυο Πόλεων» του ευρωπαϊκού προγράμματος Europe for Citizens (Η Ευρώπη για τους Πολίτες), ο Δήμος Αθηνών υποβάλλει ως Επικεφαλής Εταίρος την πρόταση «Αγορά – Δημοκρατικές Αξίες και Πολιτισμός στην Ευρώπη», η οποία εγκρίθηκε, μαζί με άλλες 17 από ένα σύνολο 130 προτάσεων. Το πρόγραμμα Europe for Citizens είναι ένα από τα οριζόντια προγράμματα της Ευρωπαϊκής Ένωσης και έχει ως στόχο να ενθαρρύνει τους πολίτες της Ευρωπαϊκής Ένωσης να διαδραματίζουν μεγαλύτερο ρόλο στην ανάπτυξη της Ένωσης, και να φέρει την Ευρώπη πιο κοντά στους πολίτες της.

Οι εταίροι στο πρόγραμμα αυτό είναι:

- Δήμος Αθηνών, Επικεφαλής Εταίρος
- Δήμος Smolyan, Βουλγαρία
- Δήμος Cinicello Balsamo, Ιταλία
- Δήμος Santa Maria da Feira, Πορτογαλία
- Ινστιτούτο Έρευνας και Κατάρτισης Ευρωπαϊκών Θεμάτων, Αθήνα, Ελλάδα.

Στόχοι του προγράμματος είναι:

- Η δημιουργία ενός δικτύου πόλεων.
- Η ενίσχυση της συμμετοχής των νέων σε ευρωπαϊκές πρωτοβουλίες στις τοπικές τους κοινωνίες.
- Η ενδυνάμωση της ευρωπαϊκής ταυτότητας ανάμεσα στους συμμετέχοντες.
- Η δημιουργία πολιτικών για μελλοντικές δράσεις ενάντια στον ευρωσκεπτικισμό.

Το πρόγραμμα AGORA επιδιώκει την επιτυχία αυτών των στόχων μέσω καινοτόμων και διαδραστικών εργαλείων μη τυπικής εκπαίδευσης, που προωθούν τη συμμετοχή των πολιτών και τον κοινωνικό διάλογο. Με τη διοργάνωση εργαστηρίων και δράσεων όπως ο ανοικτός διάλογος σε δημόσιο χώρο, μια πειραματική μεθόδος διαλόγου και συμμετοχής εμπνευσμένη από την Αρχαία Αθήνα, αποβλέπει στην ενίσχυση του ενδιαφέροντος και της ενεργού συμμετοχής των νέων.

Ο συνολικός προϋπολογισμός του έργου είναι €143.640 και καλύπτεται εξ' ολοκλήρου από ευρωπαϊκή χρηματοδότηση. Το πρόγραμμα έχει διάρκεια δύο χρόνια, ενώ η πρώτη και η τελευταία συνάντηση θα πραγματοποιηθούν στην Αθηνών, με τη συμμετοχή αρκετών εκπροσώπων από τις άλλες 4 χώρες που συμμετέχουν.

ΒΡΑΒΕΥΣΗ ΤΟΥ ΔΗΜΟΥ ΑΘΗΝΟΥ ΜΕ ΤΗΝ ΠΡΑΣΙΝΗ ΣΗΜΑΙΑ

Ο Δήμος Αθηνών συμμετείχε στην υποβολή προτάσεων για τα Παγκύπρια Βραβεία Πράσινες Πόλεις & Πράσινες Κοινότητες της Κύπρου 2019. Μετά την ολοκλήρωση της αξιολόγησης Υποψήφιων Έργων από την Επιστημονική Επιτροπή Αξιολόγησης, που έγινε στην παρουσία της Επιτροπής Περιβάλλοντος και Κλέλιας Βασιλείου και εκπροσώπων όλων των συνεργαζόμενων φορέων, ο Δήμος Αθηνών έχει βραβευθεί με το βραβείο Πράσινη Πόλη της Κύπρου για το έργο «Χριστουγεννιάτικος και Πασχαλινός διάκοσμος με ανακυκλώσιμα και επαναχρησιμοποιούμενα υλικά» στην κατηγορία «Περιβαλλοντική Ευαισθητοποίηση – Εκπαίδευση».

Με τη βράβευση αυτή ο Δήμος Αθηνών εντάσσεται αυτόματα στο Δίκτυο των Πράσινων Πόλεων & Κοινοτήτων της Κύπρου του Κυπριακού Κέντρου Περιβαλλοντικής Έρευνας και Εκπαίδευσης.

Η απονομή της Πράσινης Σημαίας έγινε σε Ειδική Επίσημη Τελετή στο Προεδρικό Μέγαρο. Η επίδοση της Πράσινης Σημαίας θα γίνει από

τον Υπουργό Γεωργίας, Αγροτικής Ανάπτυξης και Περιβάλλοντος.

Στην Τελετή Απονομής παρέστη αυτοπροσώπως ο Δήμαρχος Αθηνών κ. Κυριάκος Καρεκλάς για την παραλαβή της Πράσινης Σημαίας από τον Πρόεδρο της Δημοκρατίας, καθώς και άλλοι Υπεύθυνοι του Έργου.

Η βράβευση αυτή αποτελεί το επιστέγασμα των προσπαθειών που καταβάλλονται για την ανάπτυξη στην Αθηνών πράσινης κουλτούρας, καλλιέργειας περιβαλλοντικής και πολιτιστικής ευαισθητοποιημένης συνείδησης και γενικότερα προώθησης της αειφόρου ανάπτυξης στην Αθηνών.

Ο Δήμος Αθηνών συγχαίρει τους εθελοντές του Δήμου που δούλεψαν αφιλοκερδώς για την ετοιμασία του Χριστουγεννιάτικου διακόσμου 2018-2019 και του Πασχαλινού διακόσμου 2019, για την εξαιρετική δουλειά που έκαναν και η οποία τελικά βραβεύτηκε και μαζί της βραβεύτηκε ο Δήμος Αθηνών.

Από τον Δήμο Αθηνών



ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΑ ΕΡΓΑ ΚΑΙ ΜΕΛΕΤΕΣ ΠΟΥ ΠΡΟΩΘΟΥΝΤΑΙ ΣΤΟΝ ΔΗΜΟ

► συνέχεια από σελ. 1

3. Δημιουργία Εκδρομικού Χώρου στον πε- ρίγυρο της εκκλησίας Αρχάγγελος



Ο επιτυχών προσφοροδότης, εταιρεία «Kitsos General Constructions Ltd», προχωρεί με την υλοποίηση του Έργου, που αφορά την κατασκευή αποχωρητηρίων, διαδρόμων, πλατείας κλπ.

Παράλληλα συνεργείο του Δήμου Αθηνών προχωρεί με την τοποθέτηση των πάγκων και παγκακίων ξεκούρασης και άλλες κατασκευές, ενώ προχώρησε στη διαμόρφωση χώρου στάθμευσης.

Με την ολοκλήρωση του έργου σύντομα θα υπάρχουν χώρος εκδηλώσεων, διάδρομοι, πάγκοι και παγκάκια ξεκούρασης, αποχωρητήρια για το κοινό, χώρος στάθμευσης και άλλα.

Όλο το κόστος του Έργου, συνολικά €70.000, θα καλυφθεί από το Σχέδιο Αγροτικής Ανάπτυξης 2014-2020, μέσω του Τμήματος Δασών.

4. Ολοκλήρωση της κατασκευής πεζοδρομίων και της τοποθέτησης ασφάλτου στους δρόμους της Βιομηχανικής Ζώνης (περιοχή Αγίας Μαρίνας)



Έχει ολοκληρωθεί η κατασκευή χωμάτων πεζοδρομίων, του συστήματος αποχέτευσης ομβρίων, η τοποθέτηση θεμελίου (crusher run), καθώς και η ασφαλίτισή του κύριου οδικού δικτύου, με οριζόντια και κάθετη σήμανση των δρόμων.

Όλες οι πιστώσεις καλύφθηκαν από την Κυβέρνηση και συγκεκριμένα από το Υπουργείο Ενέργειας, Εμπορίου, Βιομηχανίας και Τουρισμού, το οποίο και έχει καταβάλει όλες τις πιστώσεις στον Δήμο για πληρωμή των εργασιών.

Η περιοχή είναι πλέον έτοιμη για ορθολογιστική βιομηχανική ανάπτυξη στα τεμάχια. Οι αναπτύξεις που επιτρέπονται είναι αυτές που επιτρέπονται στη Βιομηχανική Περιοχή Αθηνών.

5. Μελέτη για αναβάθμιση του δρόμου που συνδέει τον κυκλοφοριακό κόμβο της Βιομηχανικής Περιοχής με τον κυκλοφοριακό κόμβο του ντεποζιτού (Νότιος Παρακαμπίριος)

Μετά από προκήρυξη ανοικτού διαγωνισμού προσφορών και κατακύρωση της χαμηλότερης προσφοράς, έχει υπογραφεί τον



Ιούνιο 2018 σύμβαση με τον επιτυχόντα προσφοροδότη «ΕΥΠΑΛΙΝΟΣ ΜΕΛΕΤΗΤΙΚΗ ΕΠΕ», έναντι ποσού €7.560 μη συμπεριλαμβανομένου Φ.Π.Α., για ετοιμασία μελέτης Ρυθμιστικού Σχεδίου του δρόμου, που θα προβλέπει την κατασκευή πεζοδρομίων, νησίδων πρασίνου, ποδηλατόδρομου, υπόγειου φωτισμού και άλλων. Όλο το κόστος της μελέτης καλύπτεται από πιστώσεις που παραχώρησε πρώην Υπουργός Μεταφορών, Επικοινωνιών και Έργων στον Δήμο.

Η αποτύπωση της υφιστάμενης κατάστασης έγινε από συνεργείο του Τμήματος Δημοσίων Έργων. Λόγω κτηματολογικών προβλημάτων που εντοπίστηκαν μετά την έναρξη της μελέτης, υπήρξε κάποια καθυστέρηση στην ολοκλήρωσή της. Αυτά έχουν υπερπηδηθεί και προωθείται ήδη η τελική μελέτη, που θα ολοκληρωθεί το επόμενο διάστημα.

Μετά την ολοκλήρωση της μελέτης, θα γίνουν ενέργειες προς το Υπουργείο Μεταφορών, Επικοινωνιών και Έργων για προώθηση της ετοιμασίας των κατασκευαστικών σχεδίων και υλοποίησης της αναβάθμισης του δρόμου.

6. Μελέτη σχεδιασμού αντιπλημμυρικών έργων (master plan) για την προστασία των οικιστικών ζωνών του Δήμου Αθηνών

Μετά από προκήρυξη ανοικτού διαγωνισμού προσφορών και κατακύρωση της χαμηλότερης προσφοράς, έχει υπογραφεί τον Οκτώβριο 2018 σύμβαση με τον επιτυχόντα προσφοροδότη Κοινοπραξία «ΠΑΝΙΚΟΣ ΝΙΚΟΛΑΪΔΗΣ & ΑΛΛΟΙ», έναντι ποσού €37.800 μη συμπεριλαμβανομένου Φ.Π.Α., για ετοιμασία μελέτης σχεδιασμού αντιπλημμυρικών έργων (master plan) για προστασία της οικιστικής περιοχής του Δήμου. Όλο το κόστος της μελέτης καλύπτεται από πιστώσεις που παραχώρησε ο πρώην Υπουργός Εσωτερικών στον Δήμο.

Ο γενικός στόχος της Σύμβασης είναι ο σχεδιασμός των απαραίτητων αντιπλημμυρικών έργων για την ελαχιστοποίηση των κινδύνων πλημμύρας στην οικιστική ζώνη του Δήμου Αθηνών και η ύπαρξη σχετιών στην οικιστική περιοχή για συλλογή των όμβριων υδάτων. Γίνεται υδρολογική/υδραυλική μελέτη της οικιστικής περιοχής του Δήμου Αθηνών, ώστε να προταθούν λύσεις για να επιλυθεί το πρόβλημα πλημμυρισμού και να καταστεί δυνατή η ασφαλής οδήγηση των νερών της βροχής εκτός της οικιστικής περιοχής του Δήμου. Μελετήθηκε και η πιθανότητα για συλλογή και διοχέτευση σημαντικού μέρους των πλημμυρικών νερών, χωρίς να εισέρχονται στην οικιστική περιοχή.

Η μελέτη βρίσκεται στο τελικό στάδιο ολοκλήρωσης και αυτή θα αποτελέσει ένα καλό εργαλείο στα χέρια του Δήμου για προώθηση έργων ελαχιστοποίησης του πλημμυρισμού της οικιστικής περιοχής και μελλοντικών προβλέψεων για αντιπλημμυρικά έργα.

7. Κατασκευή της Πλατείας της Βρύσης

8. Αναπαλαίωση των προσόψεων των παραδοσιακών οικοδομών 10 ικία Χαρίδημου Χατζηχάρου και η) οικία Πιτσιρίσκου, που ανήκουν στον Δήμο

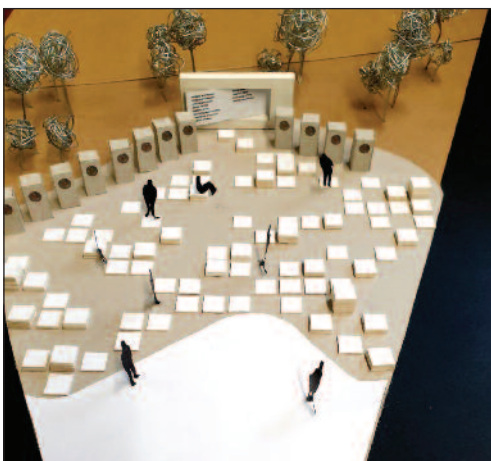
9. Αναβάθμιση του Κωνσταντίνειου Πάρκου Είχε προκηρυχθεί μέσα στο 2019 από την Ομάδα Τοπικής Δράσης «Αναπτυξιακή Εταιρεία Επαρχιών Λάρνακας Αμμοχώστου ΑΤΕ», σε συνεργασία με τη Διαχειριστική Αρχή του Προγράμματος Αγροτικής Ανάπτυξης 2014-2020, τον Κυπριακό Οργανισμό

Πληρωμών και το Τμήμα Γεωργίας το Καθεστώς 19.2 – Δράση 19.2.3.2: «Δημόσιες Υποδομές Μικρής Κλίμακας» που υλοποιείται στο πλαίσιο της Στρατηγικής Τοπικής Ανάπτυξης LEADER Επαρχιών Λάρνακας-Αμμοχώστου 2014-2020.

Το ύψος της χορηγίας ανέρχεται στο 100% ανάλογα με το ισχύον Ποσοστό Συμμετοχής της Κοινότητας / Δήμου για την υλοποίηση έργων υποδομής από τον κρατικό προϋπολογισμό. Το μέγιστο ύψος της ενίσχυσης για κάθε έργο θα ανέρχεται στις €200.000. Αιτήσεις μπορούσαν να υποβάλλονται μέχρι και τις 8 Νοεμβρίου 2019. Ο Δήμος Αθηνών υποβάλε συνολικά 4 αιτήσεις. Μία για την κατασκευή της 1ης Φάσης της Πλατείας της Βρύσης, δύο για την αναπαλαίωση των προσόψεων των δύο παραδοσιακών οικοδομών του Χαρίδημου Χατζηχάρου και του Πιτσιρίσκου, ιδιοκτησίας του Δήμου Αθηνών, και μία για σημαντικές βελτιώσεις στο Δημοτικό Πάρκο (στο πάτωμα και στα παιγνίδια της παιδικής χαράς, στον φωτισμό, ανακατασκευή του ανεμόμυλου και άλλα), έργα τα οποία ο Δήμος έχει ωριμάσει και τα οποία είναι έτοιμα για εκτέλεση.

Αναμένεται σύντομα η έγκριση όλων των αιτήσεων που υποβλήθηκαν και η έναρξη υλοποίησης των αναφερόμενων έργων το επόμενο διάστημα.

10. Κατασκευή Μνημείου Πεσόντων και Αγνοουμένων Αθηνών.



Ο Δήμος Αθηνών είχε προκηρύξει ανοικτή Εκδήλωση Ενδιαφέροντος για την ανέγερση συλλογικού μνημείου για τους πεσόντες και αγνοούμενους της Αθηνών, σε τεμάχιο που ανήκει στον Δήμο και το οποίο έχει εγκριθεί από την Επιτροπή Μνημείων, το οποίο θα έχει τη μορφή γλυπτού έργου τέχνης για δημόσιο χώρο. Το Έργο θα απεικονίζει τους δώδεκα ήρωες της Αθηνών, πεσόντες και αγνοούμενους, μαχόμενους για την πατρίδα κατά την περίοδο του 1955-1974. Η πρόταση για το συλλογικό μνημείο έπρεπε να αναδεικνύει την κουλτούρα του δήμου και να αντιπροσωπεύει τις οικογένειες των ηρώων. Ανάγλυφη απεικόνιση των μορφών των πεσόντων/αγνοουμένων ήταν επιθυμητή. Ζητούμενο από τους καλλιτέχνες ήταν να δημιουργήσουν ένα έργο το οποίο θα μεταφέρει τη μνήμη των πεσόντων/αγνοουμένων του Δήμου Αθηνών στις επόμενες γενιές.

Ο Διαγωνισμός έληξε στις 30 Αυγούστου 2019 και υποβλήθηκε μια προσφορά, από τον καλλιτέχνη κ. Φίλιππο Γιαπάνη, που κρίθηκε ότι πληροί αρχικά τα κριτήρια που τέθηκαν. Ειδική επιτροπή ζήτησε την κατασκευή τρισδιάστατου προπλάσματος του έργου, αυτή υποβλήθηκε και η Επιτροπή γνωμοδότησε θετικά στην υλοποίηση του έργου.

Ο Δήμος κάλεσε σε ειδική συνάντηση με τον καλλιτέχνη τους συγγενείς των πεσόντων και

αγνοουμένων και υπήρξε ομόφωνη συναίνεση στο όλο θέμα.

Μετά από έγκριση του Δημοτικού Συμβουλίου Αθηνών, το θέμα υποβλήθηκε μαζί με όλα τα σχετικά σχέδια-μελέτες-τρισεπίσχετο πρόγραμμα στην Επιτροπή Μνημείων των Πολιτιστικών Υπηρεσιών του Υπουργείου Παιδείας, Πολιτισμού, Αθλητισμού και Νεολαίας. Αναμένεται η προκαταρκτική έγκριση της Επιτροπής, ώστε να δοθούν οδηγίες στον καλλιτέχνη για εξασφάλιση Πολεοδομικής και Οικοδομικής Άδειας και στην υλοποίηση του έργου.

Το κόστος του Έργου αναμένεται να ανέλθει σε €100.000 και όλο το κόστος θα καλυφθεί από τον Δήμο Αθηνών.

11. Αμφιθεατρική Αίθουσα δίπλα από το Δημοτικό Σχολείο

Τα σχέδια της Αίθουσας, η οποία θα κατασκευασθεί σε χώρο που προβλέφθηκε δίπλα από το κτίριο του νέου Δημοτικού Σχολείου, είναι έτοιμα. Οι προσφορές για την κατασκευή της Αίθουσας προκηρύχθηκαν, με τελευταία ημερομηνία υποβολής προσφορών την 21 Φεβρουαρίου 2020. Το έργο θα κατασκευασθεί το 2020-2021. Αναμένεται η έναρξη κατασκευής της Αίθουσας τον Μάιο φέτος.

Η Αμφιθεατρική Αίθουσα θα είναι χωρητικότητας 500 καθήμενων θέσεων και το κόστος του Έργου θα ανέλθει σε €1,8 εκ. περίπου. Ο Δήμος Αθηνών θα συνεισφέρει συνολικό ποσό €300.000.

14. Γαλακτοκομική Σχολή

Είχε αποφασισθεί από το Υπουργείο Παιδείας, Πολιτισμού, Αθλητισμού και Νεολαίας, η δημιουργία Γαλακτοκομικής Σχολής τριτοβάθμιας εκπαίδευσης, διτοίς φοίτησης, σε υφιστάμενο τυροκομικό εργοστάσιο στη Βιομηχανική Περιοχή Αθηνών. Λόγω κωλυμάτων που προέβλεπε το Υπουργείο Ενέργειας, Εμπορίου, Βιομηχανίας και Τουρισμού για τη δημιουργία εκπαιδευτηρίου μέσα σε βιομηχανική περιοχή, σε συνεργασία του Δήμου με τη Σχολική Εφορεία Αθηνών και το Υπουργείο Παιδείας, Πολιτισμού, Αθλητισμού και Νεολαίας, καθώς και επίσκεψη του ιδίου του Υπουργού στην Αθηνών, αποφασίσθηκε η δημιουργία της Γαλακτοκομικής Σχολής στον χώρο του διατηρητέου κτιρίου του παλιού Δημοτικού Σχολείου Αθηνών (πρώην Γυμνάσιο).

Με συντονισμένες ενέργειες του Δήμου έχει παραχωρηθεί από το Υπουργείο στη Σχολική Εφορεία το απαιτούμενο ποσό, ώστε ιδιώτης Μελετητής να προχωρήσει με την ετοιμασία των απαραίτητων σχεδίων που απαιτούνται, ώστε να διαμορφωθούν οι χώροι για τη δημιουργία της Σχολής και προώθηση του θέματος. Οι Τεχνικές Υπηρεσίες του Υπουργείου Παιδείας, Πολιτισμού, Αθλητισμού και Νεολαίας προχώρησαν στην ετοιμασία των απαραίτητων τεχνικών όρων του Διαγωνισμού και σύντομα αναμένεται η επιλογή Μελετητή για ετοιμασία των απαραίτητων σχεδίων και προώθηση του θέματος.

15. Βελτίωση του Οδικού Δικτύου του Δήμου α. Ο Υπουργός Οικονομικών ενέκρινε το 2019 ποσό €300.000, το οποίο παραχωρήθηκε στον Έπαρχο Λάρνακας για βελτίωση του οδικού δικτύου μέσα στην κατοικημένη περιοχή του Δήμου. Ζητήθηκαν προσφορές από τον ίδιο και ο επιτυχών προσφοροδότης, ενώ άρχισε την εργασία,

ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΑ ΕΡΓΑ ΚΑΙ ΜΕΛΕΤΕΣ ΠΟΥ ΠΡΩΘΟΥΝΤΑΙ ΣΤΟΝ ΔΗΜΟ

ταλαιπώρησε αφάνταστα τον Δήμο, αφήνοντας διάφορους δρόμους σκαμμένους και χωρίς να ολοκληρώσει την εργασία πριν το τέλος του 2019, ως προβλεπόταν στη σύμβαση που υπόγραψε με τον Έπαρχο. Αυτός προχώρησε σε ζήτηση νέων προσφορών, ειδικά για τους δρόμους της Αθηνών και η εργασία ολοκληρώνεται. Παράλληλα άλλος προσφοροδότης αναμένεται να προχωρήσει, αφού ολοκληρωθεί άλλη διαδικασία προσφορών που προκήρυξε ο Έπαρχος, σε ολοκλήρωση της βελτίωσης του οδικού δικτύου και άλλων δρόμων που είχαν προγραμματισθεί για ασφαλίτιστρωση μέσα στο 2019 και που λόγω των προβλημάτων που υπήρξαν δεν βελτιώθηκαν.

β. Με πιστώσεις που εγκρίθηκαν στον προϋπολογισμό της Επαρχιακής Διοίκησης Λάρνακας θα γίνει βελτίωση και ασφαλίτιστρωση τμήματος του δρόμου προς την εκκλησία του Αρχαγγέλου. Η προσπάθεια είναι όπως μέσα στα επόμενα 1-2 χρόνια ολοκληρωθεί η ασφαλίτιστρωση όλου του δρόμου.

γ. Με πιστώσεις που εγκρίθηκαν στον προϋπολογισμό του Τμήματος Δημοσίων Έργων, έγιναν σημαντικές επαλείψεις του δρόμου Αθηνών προς Λάρνακα μέσω Αβδελλερού, στο τμήμα του κυρίου δρόμου προς τον κόμβο της Βιομηχανικής Περιοχής, καθώς και στον κύριο δρόμο προς το κοιμητήριο Αθηνών.



Ο Δήμος πίεσε και θα γίνουν φέτος επαλείψεις σε 1,25 χλμ δρόμου στον δρόμο από Αθηνών προς Λευκωσία. Επίσης, το 2021 θα γίνουν επαλείψεις και στο υπόλοιπο τμήμα του δρόμου προς Λάρνακα στην περιοχή Αθηνών, ενώ αναμένεται η χάραξη φέτος γραμμών στο τμήμα που δεν βελτιώθηκε, μόλις επιλυθούν συμβατικά προβλήματα που προέκυψαν.

16. Τηλεπικοινωνιακή Κάλυψη των περιοχών προς Λευκωσία και Λάρνακα

Εδώ και πολλά χρόνια οι κάτοικοι και οι επισκέπτες στην Αθηνών ταλαιπωρούνται από την κάλυψη των κινητών τηλεφώνων στις περιοχές νότια του Πυροῦ και μέχρι τον αυτοκινητόδρομο Λάρνακας-Λευκωσίας στην περιοχή Λυμπίων, καθώς και στον δρόμο Αθηνών προς Λάρνακα

στην περιοχή Αβδελλερού.

Με έντονες παραστάσεις του Δήμου έχει ήδη επιλυθεί το πρόβλημα της κάλυψης της περιοχής προς Λευκωσία.

Παρά τις περί αντιθέτου απόψεις της ΣΥΤΑ σε σχέση με την περιοχή προς Λάρνακα – Αβδελλερό, που επικαλείται μεγάλα κόστη και δεν έχει το θέμα στις προτεραιότητές της, ο Δήμος πιέζει για αλλαγή της θέσης αυτής και εκτέλεση των απαραίτητων εργασιών για κάλυψη και της περιοχής το συντομότερο.

17. Επαναδημοσίευση του Τοπικού Σχεδίου Αθηνών

Κατόπιν απόφασης του Ανωτάτου Δικαστηρίου, στο οποίο προσέφυγαν δημότες που επηρεάζοντο από πρόνοιες του Τοπικού Σχεδίου Αθηνών που δημοσιεύτηκε το 2011,

αυτό έπαψε να ισχύει, με αποτέλεσμα να επηρεασθούν αρκετά τεμάχια που συμπεριελήφθηκαν στην οικιστική περιοχή ή για τα οποία ίσχυαν άλλες πρόνοιες από προηγούμενες, με τη δημοσίευση του 2011. Το Τμήμα Πολεοδομίας και Οικήσεως άρχισε αμέσως διαδικασίες για επαναδημοσίευση του Τοπικού Σχεδίου, αφαιρώντας την πρόνοια για το Αθλητικό Στάδιο που προβλέπετο στη δημοσίευση του 2011 και με προσθήκη της πρόνοιες για τη νέα Κτηνοτροφική Ζώνη στα νοτιοανατολικά, χωρίς να δεχθεί τη μελέτη οποιωνδήποτε άλλων αλλαγών, για να μην υπάρξει καθυστέρηση και να επαναδημοσιευθεί το Τοπικό Σχέδιο άμεσα.

Ο Δήμαρχος Αθηνών παρουσιάστηκε στο Πολεοδομικό Συμβούλιο στις 26 Σεπτεμβρίου 2019 και επεξήγησε τις θέσεις του Δήμου στα διάφορα θέματα. Ζήτησε την άμεση επαναδημοσίευση του Τοπικού Σχεδίου, γιατί αρκετοί δημότες επηρεάζονται μετά την απόφαση του Ανωτάτου Δικαστηρίου. Πήρε την υπόσχεση για την όσο το δυνατόν συντομότερη επαναδημοσίευση του Σχεδίου. Λόγω θεμάτων που προέβαλε η Περιβαλλοντική Αρχή υπήρξε καθυστέρηση στην επαναδημοσίευση του Τοπικού Σχεδίου Αθηνών. Ο Δήμος Αθηνών πιέζει για την όσο το δυνατόν συντομότερη δημοσίευσή του.

ΔΙΑΦΗΜΙΣΤΙΚΕΣ ΠΙΝΑΚΙΔΕΣ ΕΞΥΠΗΡΕΤΟΥΝ ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΕΣ

Ο Δήμος Αθηνών, μετά από σχετικό αίτημα των Βιομηχανών της περιοχής Αθηνών, προχώρησε στην κατασκευή τριών διαφημιστικών πλασιών, στα οποία θα μπορούν οι Βιομήχανοι και οι Βιοτέχνες της Αθηνών να τοποθετούν διαφημιστικές πινακίδες, με την καταβολή σχετικού τέλους.

Τα διαφημιστικά πλαίσια είναι τοποθετημένα σε τρία διαφορετικά σημεία. Ένα στα ανατολικά της κεντρικής υδατοδεξαμενής του Δήμου Αθηνών με κατεύθυνση προς το Αβδελλερό, άλλο διπλής όψης παρά την είσοδο της Βιομηχανικής Περιοχής και το τρίτο στη συμβολή των δρόμων Αθηνών – Κόσιος – Λυμπίων, με κατεύθυνση προς τα Λύμπια.

Για σκοπούς ομοιομορφίας, οι πινακίδες θα έχουν καθορισμένο μέγεθος 123X40εκ. και η κατασκευή και η τοποθέτησή τους θα είναι ευθύνη των διαφημιζομένων. Το ετήσιο τέλος έχει καθοριστεί στα €50 για μονή πινακίδα και €75 για πινακίδα διπλής όψης. Νοούμενου ότι θα υπάρχει διαθέσιμος χώρος, θα μπορούν να τοποθετηθούν και διαφημιστικές πινακίδες μεγαλύτερου μεγέθους, μετά από συνεννόηση με τον Δήμο.

Σύμφωνα με τους περί Εκθέσεως Διαφημίσεων Κανονισμούς του Δήμου Αθηνών, για την ανάρτηση διαφημιστικών πινακίδων είναι υποχρεωτική η εκ των προτέρων εξασφάλιση σχετικής άδειας ανάρτησης από τον Δήμο Αθηνών. Οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να απευθύνονται στον Δήμο Αθηνών για την υποβολή αίτησης και αφού καταβάλουν το σχετικό τέλος, θα τους δίδεται έγκριση για την τοποθέτηση της πινακίδας. Για τις περιπτώσεις που δεν θα καταβάλλεται το ετήσιο τέλος, οι πινακίδες θα αφαιρούνται από τον Δήμο.

Έντυπα αιτήσεων είναι διαθέσιμα στα γραφεία του Δήμου και στην ιστοσελίδα του Δήμου στην ηλεκτρονική διεύθυνση: <http://www.athienou.eu>.

Χαράλαμπος Χαράλαμπος
Δημοτικός Μηχανικός

ΘΕΜΑΤΑ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΣΥΖΗΤΗΣΑΝ ΑΡΧΗΓΟΣ ΑΣΤΥΝΟΜΙΑΣ ΚΑΙ ΔΗΜΑΡΧΟΣ ΑΘΗΝΟΥ

Με στόχο την περαιτέρω βελτίωση της συνεργασίας μεταξύ Αστυνομίας και δημοτικών αρχών, ο Αρχηγός Αστυνομίας κ. Κύπρος Μιχαηλίδης, είχε στις 6 Φεβρουαρίου 2020 στο γραφείο του, συνάντηση με τον Δήμαρχο της ημικατεχόμενης Αθηνών κ. Κυριάκο Καρεκλά.

Στο πλαίσιο της συνάντησης, η οποία πραγματοποιήθηκε σε ένα ιδιαίτερος εποικοδομητικό κλίμα, συζητήθηκαν διάφορα θέματα κοινού ενδιαφέροντος και ανταλλάχθηκαν απόψεις και εισηγήσεις για επίλυση τυχόν προβλημάτων που παρατηρούνται στην περιοχή της Αθηνών. Αναλύθηκαν επίσης θέματα που αφορούν τη λειτουργία του τοπικού Αστυνομικού Σταθμού και τρόποι πιο αποτελεσματικής αστυνόμευσης των περιοχών του Δήμου που γειτνιάζουν με τις κατεχόμενες περιοχές. Θέμα συζήτησης αποτέλεσε και η πραγματοποίηση εκδηλώσεων ενημερωτικού χαρακτήρα και διαλέξεων εκ

μέρους της Αστυνομίας, σε συνεργασία με τον Δήμο, για ζητήματα που αφορούν την πρόληψη του εγκλήματος, τα ναρκωτικά, την οδική ασφάλεια και γενικότερα δράσεις που μπορούν να γίνουν με στόχο την εμπέδωση του αισθήματος ασφάλειας στους πολίτες. Η πρώτη εκδήλωση με θέμα «Πρόληψη/Προστασία/Ασφάλεια» - «Οδική Ασφάλεια» και ομιλητές, τον Υπαστυνόμω Βύρων Βύρωνος και Αστυφύλακα Κυριάκο Παντελή, αντίστοιχα, πραγματοποιήθηκε στις 26 Φεβρουαρίου 2020, παρουσία του ίδιου του Αρχηγού της Αστυνομίας. Οι δύο πλευρές εξέφρασαν την ικανοποίησή τους για την πραγματοποίηση της εν λόγω συνάντησης, ενώ τονίστηκε ότι με έγκαιρο προγραμματισμό και συντονισμένες προσπάθειες της τοπικής αυτοδιοίκησης με την Αστυνομία, θα υπάρξουν ακόμη θετικότερα αποτελέσματα, που αφορούν στην αναβάθμιση του τομέα της αστυνόμευσης.



ΔΙΚΤΥΟ ΜΕΤΑΦΟΡΑΣ ΚΑΛΗΣ ΠΡΑΚΤΙΚΗΣ URBACT «ΠΟΛΕΙΣ ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΥ»



Φτάνοντας στο τέλος τους πρώτους έτους του προγράμματος, που σηματοδοτεί τη μέση αυτής της διαδρομής, ήταν η κατάλληλη στιγμή για το Δίκτυό μας να προβεί στην επισκόπηση των μέχρι τώρα δράσεων του και τον προγραμματισμό του δεύτερου έτους. Με στόχο μια επιτυχή αναθεώρηση και σωστή προετοιμασία για την επερχόμενη περίοδο, πραγματοποιήθηκαν από το Δίκτυο μια σειρά δραστηριοτήτων υπό την καθοδήγηση της Γραμματείας του Προγράμματος URBACT και της Επικεφαλής Εμπειρογνώμονα του Δικτύου. Τα βήματα που ακολουθήθηκαν, συνδύαζαν τόσο το τοπικό όσο και το διακρατικό επίπεδο, με σκοπό τη βελτίωση της διαδικασίας μεταφοράς της Καλής Πρακτικής του Δήμου Αθηνών και τον σχεδιασμό της διάχυσης της δουλειάς του Δικτύου.

Ξεκινώντας στην 4η Διακρατική Συνάντηση του Δικτύου στην πόλη Pregrada της Κροατίας, στις 10 και 11 Οκτωβρίου 2019, οι εταίροι παρουσίασαν μια πρώτη εκτίμηση της προόδου τους σε κάθε Στοιχείο Μεταφοράς, βάσει των προβλεπομένων στο Σχέδιο Μεταφοράς της κάθε πόλης.

Στη συνέχεια, ο Δήμος Αθηνών ως Επικεφαλής Εταίρος και η κ. Maria Joao Filgueiras Rauch, ως Επικεφαλής Εμπειρογνώμονας του Δικτύου, συμμετείχαν στη συνάντηση που διοργάνωσε η Γραμματεία του Προγράμματος στο Παρίσι, στις 13 και 14 Νοεμβρίου 2019, με στόχο την ενημέρωση και τη συζήτηση γύρω από την αναθεώρηση και τη μέχρι τώρα εμπειρία των Δικτύων Μεταφοράς Καλής Πρακτικής.

Οι πληροφορίες και οι γνώσεις που αποκτήθηκαν στη συνάντηση στο Παρίσι, μεταφέρθηκαν στους υπόλοιπους εταίρους κατά τη διάρκεια της 5ης Διακρατικής Συνάντησης του Δικτύου, που πραγματοποιήθηκε στην Altena της Γερμανίας, στις 11 ως 13 Δεκεμβρίου 2019. Στη συνάντηση αυτή, τον Δήμο Αθηνών εκπροσώπησαν οι κ. Κυριάκος Καρεκλάς, Δήμαρχος, κ. Δημήτρης Κουζαπάς,



Συγμιότυπα από τις συναντήσεις της Τοπικής Ομάδας URBACT στην Αθήναι και από τη Διακρατική Συνάντηση στην Altena της Γερμανίας.

Συντονιστής της Τοπικής Ομάδας, κ. Σταυρούλα Γεωργίου, υπεύθυνη διαχείρισης του προγράμματος και κ. Δήμητρα Κουμίδου, εκπρόσωπος της Κλέανθειας Στέγης Ηλικιωμένων στην Τοπική Ομάδα URBACT. Μεγάλο μέρος αυτής της τριήμερης συνάντησης αφιερώθηκε στη συζήτηση γύρω από την αναθεώρηση των Σχεδίων Μεταφοράς και την αξιολόγησή τους μεταξύ των εταίρων και υπό την καθοδήγηση της Επικεφαλής Εμπειρογνώμονας. Τα Σχέδια Μεταφοράς ετοιμάστηκαν στην αρχή του προγράμματος και όπως προβλέπεται, το Δίκτυο προχώρησε στην αναθεώρησή τους στη μέση του προ-

γράμματος. Χρησιμοποιώντας τις εμπειρίες και τις γνώσεις που αποκτήθηκαν μέχρι τώρα κατά την περίοδο ανταλλαγής και εκμάθησης, οι εταίροι ήταν σε θέση να αναπτύξουν μια πιο αποτελεσματική μεταφορά της Καλής Πρακτικής, ένα πιο συγκεκριμένο πρόγραμμα δράσεων και να προετοιμάσουν την περίοδο διάχυσης των αποτελεσμάτων, που αποτελούν οι τελευταίοι έξι μήνες.

Στη συνάντηση αυτή, η εκπρόσωπος της Γραμματείας του Προγράμματος URBACT, κ. Alice Fauvel, παρουσίασε, σχολίασε και συζήτησε με τους εταίρους τα αποτελέσματα του Δικτύου στην έρευνα που πραγματοποίησε η Γραμ-

ματεία, με στόχο την καταγραφή της μέχρι τώρα εμπειρίας μεταφοράς της Καλής Πρακτικής του Δήμου Αθηνών. Η γενική εικόνα είναι ιδιαίτερα θετική και οι εταίροι είχαν την ευκαιρία να εξηγήσουν τους λόγους για δυσκολίες που αντιμετώπισαν και να ακούσουν προτάσεις για λύση αυτών των δυσκολιών. Όπως σε κάθε Διακρατική Συνάντηση του Δικτύου, οι συμμετέχοντες είχαν επίσης την ευκαιρία να γνωρίσουν τα προγράμματα και τις δράσεις εθελοντισμού της πόλης Altena, καθώς και την τοπική οργάνωση εθελοντισμού, το Stellwerk. Σε βάθος συζητήθηκαν το μοντέλο διαχείρισης του εθελοντισμού, καθώς η οργάνωση αυτή, παραμένοντας ανεξάρτητη, έχει μια ιδιαίτερη σχέση με την τοπική αυτοδιοίκηση, αλλά και τρόποι κινητοποίησης νέων εθελοντών.

Τέλος, η συνάντηση αυτή έδωσε την ευκαιρία στους εταίρους να συζητήσουν με τον Ειδικό Εμπειρογνώμονα, κ. Luis Roberto από την Πορτογαλία, το θέμα της Εταιρικής Κοινωνικής Ευθύνης. Ο κ. Luis Roberto, εξήγησε αρχικά τι σημαίνει και πώς λειτουργεί η Εταιρική Κοινωνική Ευθύνη και στη συνέχεια έδωσε στους εταίρους κάποια εργαλεία για να μπορέσουν να υπερπηδήσουν τις δυσκολίες που αντιμετωπίζουν στη συνεργασία τους με εταιρείες. Οι δράσεις αυτές πραγματοποιούνται παράλληλα με τις δράσεις σε τοπικό επίπεδο και τις συναντήσεις των Τοπικών Ομάδων URBACT, καθώς αυτές είναι απαραίτητες για τη στήριξη των διακρατικών δράσεων. Η Τοπική Ομάδα Αθηνών, στις δύο τελευταίες συναντήσεις της, στις 2 Δεκεμβρίου 2019 και 22 Ιανουαρίου 2020, ενημερώθηκε για τις εργασίες των Διακρατικών Συναντήσεων, συζήτησε γύρω από τις εργασίες των Ομάδων Εργασίας και συνέχισε να εργάζεται πάνω σε εισηγήσεις για τη βελτίωση του εθελοντισμού στην Αθήναι. Για περισσότερες πληροφορίες και νέα από το Δίκτυό μας, ακολουθήστε μας στα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης: Volunteering Cities – URBACT Transfer Network.

ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΤΟΥ ΔΗΜΟΥ ΑΘΗΝΟΥ ΣΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ «YOUNG CITIES»

Στόχος του προγράμματος είναι η δημιουργία «νεανικών» πόλεων, μέσα από μια καινοτομία και άκρως συμμετοχική διαδικασία, η οποία θέτει στο επίκεντρο τη δημιουργικότητα και τη δυναμική των νέων. Ειδικότερα, θα ακολουθηθεί η μέθοδος «Think and Do Tank», μέσω της οποίας ομάδες νέων από διάφορους δήμους της Κύπρου και με τη βοήθεια έμπειρων καθοδηγητών, θα κληθούν να ανταλλάξουν ιδέες και προβληματισμούς, να προτείνουν συγκεκριμένες λύσεις και εν τέλει, να δημιουργήσουν συνέργειες για κοινή ανάληψη δράσεων εντός της πόλης τους.

Περαιτέρω, βασικοί άξονες του προγράμματος «Young Cities» είναι η καλλιέργεια σύγχρονων δεξιοτήτων στους νέους, αλλά και η προαγωγή της ενεργού πολιτότητας. Συγκεκριμένα, μέσω του προγράμματος, οι νέοι θα μπορούν να αναπτύξουν τον εαυτό τους και να παρέμβουν στο κοινωνικό σύνολο στο οποίο ανήκουν, επιφέροντας θετικές αλλαγές που βελτιώνουν τόσο τη δική τους ζωή όσο και των συμπολιτών τους. Αυτό μπορεί να επιτευχθεί, χρησιμοποιώντας τα απαραίτητα εφόδια που θα τους δοθούν για την ανάπτυξη της κριτικής και αναλυτικής σκέψης, της δημιουργικότητας και της ανάληψης πρωτοβουλιών.

Αναφορικά με τη συνεργασία αλλά και το πρόγραμμα, η Πρόεδρος της Εθνικής Αρχής Στοιχημάτων, κα Ιωάννα Φιάκκου, δήλωσε: «Οι ενέργειες και συνέργειές μας σχετίζονται με το όραμά μας για την κοινωνία, την ενδυνάμωση των δεξιοτήτων των νέων, την άμεση εμπλοκή των νέων



πολιτών στα κοινωνικά δρώμενα, με απώτερο σκοπό και στόχο την ελαχιστοποίηση των παθολογικών συμπεριφορών και αύξηση των προστατευτικών παραγόντων. Σκοπός

του προγράμματος είναι να εφοδιάσει τους νέους με γνώσεις, δεξιότητες και εμπιστοσύνη, ενισχύοντας το δικαίωμά τους να συμμετέχουν ενεργά στην τοπική κοινωνία και να τους δοθεί μια πλατφόρμα όπου μπορούν να ακουστούν». Από την πλευρά του ο Εκτελεστικός Διευθυντής του Οργανισμού Νεολαίας Κύπρου, κ. Μενέλαος Μενελάου, σημείωσε ότι «Επιδιώξή μας είναι να ενεργοποιήσουμε ομάδες νέων για να δράσουν μέσα στις κοινότητές τους, τοπικά. Εμείς απλά θα τους δώσουμε τα εργαλεία και τα εφόδια. Οι ομάδες αυτές θα πρέπει να αποφασίσουν τι θέλουν να κάνουν, γιατί, πώς και με ποιους. Θεωρώ ότι η προσέγγιση αυτή, της εμπλοκής δηλαδή της τοπικής κοινωνίας και δι των νέων ανθρώπων από τον σχεδιασμό μέχρι την υλοποίηση έργων, είναι η μόνη επιλογή που έχουμε αν θέλουμε να επαναφέρουμε την εμπιστοσύνη και την πίστη της κοινωνίας στην προσπάθεια μας για θετική κοινωνική αλλαγή».

Τέλος, σημειώνεται ότι το πρόγραμμα θα υλοποιηθεί το αμέσως επόμενο χρονικό διάστημα με τη χρηματοδότηση του ΟΝΕΚ και της ΕΑΣ, και οι ιδέες που θα επιλεγούν σε κάθε δήμο, δύνανται στη συνέχεια να διεκδικήσουν και επιχορήγηση από εθνικά και ευρωπαϊκά χρηματοδοτικά προγράμματα.

Στο πρόγραμμα έχει επιλεγεί να συμμετέχει εκτός άλλων, κατόπιν εκδήλωσης ενδιαφέροντος, και ο Δήμος Αθηνών, ο οποίος θα καλέσει τους νέους του να εμπλακούν και να υλοποιήσουν το πρόγραμμα, σε συνεργασία με τον Δήμο.



Europe
for Citizens



8η Συνάντηση του Ευρωπαϊκού Προγράμματος YOUROPE

Η 8η τελική συνάντηση του Ευρωπαϊκού Προγράμματος YOUROPE στις Βρυξέλλες του Βελγίου, έλαβε μέρος στο πλαίσιο της Ευρωπαϊκής Πρωτοβουλίας "Europe for Citizens" ("Η Ευρώπη για τους Πολίτες"). Το YOUROPE είναι ένα δίκτυο 8 ευρωπαϊκών πόλεων που επικεντρώνεται στους νέους και τον ρόλο τους στο παρόν και το μέλλον της Ευρώπης. Ο στόχος είναι να συμβάλει στην καταπολέμηση της ευρωσκεπτικιστικής ρητορικής, ενθαρρύνοντας τους συμμετέχοντες να ξεκινήσουν διάλογο και να επεξεργαστούν μια ρητορική υπέρ της Ευρώπης χωρίς αποκλεισμούς, σε τοπικό επίπεδο. Οι κύριοι φορείς είναι νέοι πολίτες από κάθε περιοχή, οι οποίοι συνεργάζονται με εμπειρογνώμονες (π.χ. ακαδημαϊκούς καθηγητές, δημοσιογράφους κ.λ.π.) προκειμένου να μάθουν για τις στρατηγικές επικοινωνίας των μέσων ενημέρωσης, τις πολιτικές και τις στρατηγικές της ΕΕ, καθώς και την ελεύθερη έκφραση των απόψεών τους και με σκοπό να επιτύχει μεγάλο αντίκτυπο σε τοπικό και περιφερειακό επίπεδο, καθιστώντας τους νέους Ευρωπαίους πρεσβευτές στην ίδια την πόλη τους.

Στο πρόγραμμα μετέχουν ο Δήμος Αθηνών από την Κύπρο και ο Δήμος Άλτεα της Ισπανίας, ως επικεφαλής εταίρος, καθώς επίσης και πόλεις ή φορείς από τη Βαρσοβία-Πολωνία, Σόφια - Βουλγαρία, Αγιά - Ελλάδα, Λουμπλιάνα - Σλοβενία, Βρυξέλλες - Βέλγιο και Νότο - Σικελία.

Τον Δήμο Αθηνών στη συνάντηση εκπροσώπησαν το μέλος του Δημοτικού Συμβουλίου, κα Δέσποινα Παστού Μαγγανή,



και ο Πρόεδρος του Δημοτικού Συμβουλίου Νεολαίας κ. Δημήτρης Ιεροδιακόνου.

Οι δράσεις του προγράμματος καλύπτονται 100% από Ευρωπαϊκή Χρηματοδότηση.

Κατά τη διάρκεια της συνάντησης έγιναν, εκτός άλλων, ανασκόπηση της μέχρι σήμερα πορείας του Προγράμματος ενώ συζητήθηκαν τα τελικά συμπεράσματα του Προγράμματος και μελετήθηκαν τρόποι συνέχισης των ενεργειών του. Επίσης διευθετήθηκε επίσκεψη στο Ευρωπαϊκό Ευρωκοινοβούλιο και έγινε συζήτηση για το Πρόγραμμα με Ευρωβουλευτές, ενώ διαβάστηκε από όλους η τελική Διακήρυξη του Προγράμματος. Επίσης κάθε εταίρος παρουσίασε τη δική του περιοχή με στοιχεία και αναφορές.



ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΤΟΥ ΒΙΒΛΙΟΥ «ΕΨΑΧΝΑ ΜΟΝΟ ΤΗΝ ΑΛΗΘΕΙΑ» ΤΟΥ ΛΟΥΚΑ ΧΑΤΖΗΜΙΧΑΗ

Ο Δήμος Αθηνών έθεσε υπό την αιγίδα του και φιλοξένησε την παρουσίαση του βιβλίου του συγγραφέα Λούκα Χατζημιχαήλ «ΕΨΑΧΝΑ ΜΟΝΟ ΤΗΝ ΑΛΗΘΕΙΑ» από τις Εκδόσεις Ηλία Επιφανείου.

Η βιβλιοπαρουσίαση πραγματοποιήθηκε στις 11 Δεκεμβρίου 2019 στο Καλλινίκειο Δημοτικό Μουσείο στην παρουσία πλήθους προσκεκλημένων. Είναι αξιοσημείωτο το γεγονός ότι επιλέχθηκε από τον συγγραφέα ο Δήμος Αθηνών για τη 2η κατά σειρά παρουσίαση του βιβλίου του, αφού προηγήθηκε μια στη Λευκωσία και ακολούθησε άλλη μια στη Λεμεσό. Η Αθηνών αποτελεί μια κεντρικό σημείο και σημείο αναφοράς για πολιτιστικά δρώμενα και αυτό την τιμά ιδιαίτερα. Το γενικό συντονισμό και την ανάγνωση κειμένων και αποσπασμάτων του βιβλίου, το οποίο βασίζεται σε πραγματικά γεγονότα, ανέλαβαν η εκπαιδευτικός



Έλενα Σιούφτα και η φιλόλογος Αιμιλία Στυλιανού. Θερμά συγχαρητήρια απευθύνονται στον κ. Λούκα Χατζημιχαήλ για το συγγραφικό του έργο.

Νατάσα Γεωργίου – Καρούσιου
Δημοτικός Γραμματέας



ΠΟΙΟΤΙΚΗ ΥΠΕΡΟΧΗ



/zorbaszcy

www.zorbas.com.cy

my
BAKERY
CLUB

ΑΓΙΑΣΜΟΣ ΓΙΑ ΤΟ ΚΑΛΟ ΤΗΣ ΝΕΑΣ ΧΡΟΝΙΑΣ

Πραγματοποιήθηκε από τον Δήμο Αθηνών στις 13 Ιανουαρίου 2020 αγιασμός στο Καλλινίκειο Δημοτικό Μέγαρο, για το καλό της νέας χρονιάς, με ευχές, τις ευλογίες και τις προσευχές του Πρωτοπρεσβυτέρου Πάτερ Δημήτριου και του υπόλοιπου κλήρου της Αθηνών. Στον αγιασμό παρευρέθηκαν ο Δήμαρχος και μέλη του Δημοτικού Συμβουλίου, ο Διοικητής της 6ης Ταξιαρχίας, Συνταγματάρχης κ. Δημήτρης Πυρογιάννης, εκπρόσωπος του Αστυνομικού Διευθυντή Λάρνακας, οι Διευθυντές των Δημοτικών Σχολείων της Αθηνών, αρκετοί παράγοντες και εκπρόσωποι από τα οργανωμένα σύνολα της Αθηνών και το προσωπικό του Δήμου Αθηνών. Ο Πάτερ Δημήτριος ευχήθηκε στον Δήμαρχο, το Δημοτικό Συμβούλιο και το προσωπικό, δύναμη και υπομονή για να μπορέ-



σουν με τη βοήθεια του Παντοδύναμου να συνεχίσουν με επιτυχία το απαιτητικό έργο της προσφοράς στον τόπο και της εξυπηρέτησης του δημοτών.

Ο Δήμαρχος ευχαρίστησε για τις ευχές, την παρουσία και τη διαχρονική στήριξη της Εκκλησίας και ευχήθηκε για ένα έτος γεμάτο υγεία, ειρήνη και πρόοδο, τόσο για τον καθένα ξεχωριστά όσο και για τον Δήμο μας ολόκληρο.



Παιδοκομικός & βρεφοκομικός Εσθμός Γεωργίου και Ελένης Διγενή Τσαντή



Το δημιουργικό ταξίδι του παιδοβρεφοκομικού σταθμού

Αρχές Δεκεμβρίου, επισκεφτήκαμε την Κλεάνθιο Κοινοτική Στέγη Ενηλίκων μέσα στα πλαίσια του εθελοντισμού. Τα παιδιά χόρεψαν, τραγούδησαν, αγκάλιασαν με αγάπη τις γιαγιάδες και τους παππούδες. Περάσαμε ένα ωραίο πρωινό, καθώς στο τέλος οι ένοικοι της στέγης, έδωσαν στα παιδιά πολλές θερμές ευχές.

Πραγματοποιήθηκε με μεγάλη επιτυχία η χριστουγεννιάτικη – πρωτοχρονιάτικη φιάστα στην αυλή του σχολείου μας. Τα παιδιά χόρεψαν και τραγούδησαν. Μεγάλη έκπληξη έκανε ο Άη Βασίλης σε μικρούς και μεγάλους, ο οποίος κατέβηκε από τη στέγη του σχολείου μας και μοίρασε δωράκια. Μετά γονείς και παιδιά είχαν την ευκαιρία να φωτογραφηθούν, να φτιάξουν ζωγραφιές και κατασκευές χριστουγεννιάτικες, να στολίσουν δέντρα και να ετοιμάσουν γράμμα στον Άη Βασίλη. Στο τέλος είχαν την ευκαιρία να απολαύσουν τα ζεστά και κρύα ροφήματα, καθώς και γλυκές όσο και αλμυρές λιχουδιές. Ευχαριστούμε πολύ τον Σύνδεσμο Γονέων που βοήθησε πολύ στην όλη διοργάνωση.

Και η δράση μας συνεχίζεται. Τα παιδιά εκκλησιάστηκαν και κοινωνήσαν στην εκκλησία του Αγίου Φωκά. Επίσης επισκέφτηκαν τον Δήμαρχο κ. Κυριάκο Καρεκλά για να του πουν τα κάλαντα και έδωσαν ευχές.

Στη συνέχεια τα παιδιά του κοινοτικού νηπιαγωγείου ήρθαν στο σχολείο μας, συνοδευόμενα από τις νηπιαγωγούς κα Μαργαρίτα και κα Ιωάννα και μας τραγούδησαν τα κάλαντα.

Η κα Δήμητρα Ττόουλου επισκέφθηκε το σχολείο μας, η οποία μας έφερε λοκουμάδες. Ρίξαμε τους πρώτους στη στέγη εφαρμόζοντας το έθιμο και στη συνέχεια απολάυσουμε τους υπόλοιπους.

Μετάπειτα έγινε το κόψιμο της βασιλόπιτας με ένα κοριτσάκι τυχερό.

Ευχή το 2020 να είναι γεμάτο με υγεία, χαρά και αγάπη.

Λένια Καρούσιου Βαρνάβα
Διευθύντρια Παιδοκομικού σταθμού



Δημόσιο και Κοινοτικό Νηπιαγωγείο Αθηνών

Τα μαθηματικά στην προσχολική ηλικία

Η γνωστική περιοχή των μαθηματικών αποτελεί ένα σημαντικό κομμάτι του προγράμματος του Νηπιαγωγείου. Με εργαλείο τα μαθηματικά, στοχεύουμε στην ολόπλευρη ανάπτυξη κάθε παιδιού, αφού με την απόκτηση πολλών μαθηματικών εμπειριών το παιδί ενδυναμώνει τις νοητικές ικανότητές του, ώστε να καταστεί ικανό να δομεί μαθηματικές έννοιες και να επιλύει προβλήματα της καθημερινότητας (Αναλυτικό Πρόγραμμα Προσχολικής Εκπαίδευσης).

Σύμφωνα με ερευνητικά δεδομένα, τα μαθηματικά συνδέονται με πολλές ικανότητες και δεξιότητες σημαντικές για την ολοκληρωμένη προσωπική και κοινωνική ανάπτυξη του ατόμου. Επιπρόσθετα, στις έρευνες επισημαίνεται ότι το παιδί δεν μπορεί να διευρύνει την αντίληψή του ακούγοντας μόνο, αλλά χρειάζεται να πειραματιστεί, να δοκιμάσει πράγματα, να χειριστεί αντικείμενα, να υποβάλει ερωτήσεις και να βρει απαντήσεις. Ας μη ξεχνάμε, επίσης, ότι η προσχολική και πρώτη σχολική ηλικία είναι η σημαντικότερη περίοδος της ζωής του ανθρώπου, όσον αφορά τη διαμόρφωση στάσεων και συμπεριφορών, αφού αυτές δεν έχουν ακόμα παγιωθεί. Έχοντας όλα αυτά τα δεδομένα υπόψη, προσπαθούμε να δημιουργήσουμε στο σχολείο μας περιβάλλον πλούσιο σε μαθηματικά ερεθίσματα, οργανώνοντας στο εβδομαδιαίο πρόγραμμα των παιδιών ποικίλες μαθηματικές δραστηριότητες που ακολουθούν πορεία διερεύνησης και έχουν ως κύριο άξονα το παιχνίδι.

Μέσα από μαθηματικές διερευνητικές δραστηριότητες τα παιδιά αρχίζουν να αποκτούν δομημένη σκέψη, επιλύουν προβλήματα και αντιλαμβάνονται τις σχέσεις ανάμεσα σε πράγματα και καταστάσεις, αρχίζουν να σκέφτονται λογικά. Ενθαρρύνεται η

ανάπτυξη στρατηγικών που συμβάλλουν στην συγκρότηση της σκέψης και τον μαθηματικό εγγραμματισμό (Μ. Σιακαλλή). Η συστηματική συμμετοχή τους σε ελεύθερες και δομημένες δραστηριότητες μαθηματικών τα ενθαρρύνει να αντιπαραθέτουν τις απόψεις τους, αλληλεπιδρώντας μεταξύ τους και τους δίνει τη δυνατότητα να εξελίσσουν συνεχώς τη σκέψη τους ώστε προοδευτικά να γίνουν ικανά να:

- Ομαδοποιούν, σειροθετούν, ταξινομούν
- Απαριθμούν και μετρούν
- Αντιλαμβάνονται έννοιες χώρου και χρόνου
- Κάνουν μετρήσεις με μη συμβατικές και συμβατικές μονάδες μέτρησης
- Επιλύουν προβλήματα
- Βέβαια, κι εσείς γονείς, μπορείτε να δημιουργήσετε πολλές ευκαιρίες για να βοηθήσετε το παιδί σας να καλλιεργήσει τη μαθηματική του σκέψη:
- Πάρτε το παιδί σας στην υπεραγορά! Είναι ένας χώρος γεμάτος ερεθίσματα. Ετοιμάστε μαζί τη λίστα για τα ψώνια.
- Προκαλέστε το να είναι ενεργό στην κουζίνα. Ασχολίες όπως το στρώσιμο του τραπεζιού, όπου πρέπει να μετρήσει τόσα πιάτα, πιρούνια, καρέκλες όσα τα άτομα που θα γευματίσουν, του δίνουν την ευκαιρία να κάνει μαθηματικούς συλλογισμούς.
- Ζητήστε του να βοηθήσει στην παρασκευή του φαγητού-γλυκού, να μετρήσει τα υλικά, να περιγράψει τη διαδικασία.
- Βοηθήστε το να ομαδοποιήσει τα παιχνίδια του με διάφορους τρόπους σε καλάρια.
- Επιλέξτε κατάλληλα παιχνίδια (κατασκευαστικά, ζώα, τανγκραμ, κ.ά.)

Έλενα Χατζηδημητρίου Χάβα
Νηπιαγωγός



Νηπιαγωγείο «Παιδική Πολιτεία ΝΑΓΙΑ»

Το νηπιαγωγείο μας, μέσω των δράσεων του που περιλαμβάνουν εκδηλώσεις, επισκέψεις, φιλοξενία επαγγελματιών για διάφορα επαγγέλματα και γνωριμία των παιδιών με αυτά, εργαστήρια και άλλες δράσεις, αποσκοπεί στην απόκτηση εμπειριών, γνώσεων, ανάπτυξη της προσωπικότητάς τους, έκφραση της δημιουργικότητάς τους και να παρέχει άλλα εφόδια που θα βοηθήσουν τα παιδιά στην εξελικτική τους πορεία. Κάποιες από τις δράσεις μας ήταν εργαστήρια χορού με την Κυριακή Κυριάκου με θέμα τον χειμώνα, εργαστήρι παντομίμας με την Παναγιώτα Κουφοπαύλου, εργαστήρι διατροφής με την διατροφολόγο Μαρία Τσιάνου, θεατρικές παραστάσεις, συμμετοχή μας στην καθιερωμένη εκδήλωση

του Αντικαρκινικού Συνδέσμου, όπου μαζί με γονείς και παππούδες των παιδιών τραγουδήσαμε στην πλατεία Ευρώπης στην Λάρνακα και μας απονεμήθηκε τιμητικό δίπλωμα για την προσφορά μας προς τον Σύνδεσμο, συμμετοχή μαζί με γονείς στη δεντροφύτευση που διοργάνωσε ο Δήμος Αθηνών και άλλες πολλές δράσεις.

Στο εορταστικό κλίμα των ημερών για τα Χριστούγεννα το νηπιαγωγείο μας πραγματοποίησε τη Χριστουγεννιάτικη του γιορτή την 1η Δεκεμβρίου 2019 στην Αίθουσα Εκδηλώσεων του Γυμνασίου Αθηνών με θέμα «Κάθε μέρα Χριστούγεννα». Τα παιδιά, με τη βοήθεια των δασκάλων τους, απέδωσαν τα ποιηματάκια τους και απέσπασαν το θερμότερο χειροκρότημα των παρευρισκόμενων.

Θερμότατες ευχαριστίες προς όσους συνέβαλαν και βοήθησαν στην επιτυχία της γιορτής μας και ένα μεγάλο μπράβο στα παιδιά και τις δασκάλες τους για την εξαιρετική παρουσίασή τους.

Στις 17 Ιανουαρίου 2020 τα παιδιά παρακολούθησαν στον χώρο του νηπιαγωγείου μας το παιδικό θέατρο «Ο πρίγκιπας που δεν του άρεσαν τα παραμύθια». Το θεατράκι έστειλε τα δικά του μηνύματα στα παιδιά για αγάπη και βοήθεια στους φίλους μας και στους συνανθρώπους μας, αλληλεγγύη, προσφορά, καλοσύνη, ευγένεια, υπομονή. Υπέροχα μηνύματα για τα παιδιά για εφόδια στη ζωή τους. Ευχαριστούμε θερμά τον Μάρκο Ιούλιο Δρουσιώτη και την ομάδα του για το θέατρο που μας παρουσίασαν.

Μετά από πρόσκλησή μας, τα παιδιά παρακολούθησαν ένα υπέροχο εκπαιδευτικό πρόγραμμα με το θεραπευτικό αλογάκι «Μίνι» και τον κ. Mike Kouspris και την Κλινική Ψυχολόγο κ. Μικαέλλα Χριστοδούλου. Μέσα από το εργαστήριο τα παιδιά είχαν την ευκαιρία να παίξουν παιχνίδια γνώσεων και έκφρασης συναισθημάτων και να συζητήσουν. Ήταν μια πολύ όμορφη εμπειρία για τα παιδιά η επαφή με το αλόγο. Ευχαριστούμε τον κ. Mike Kouspris για την παρουσίαση του προγράμματος στο σχολείο μας.

Τα παιδιά του νηπιαγωγείου μας παρέδωσαν 22 καρτελάκια από το σχολείο μας στο «Σχολείο της Κυριακής», στον χώρο υποδοχής προσφύγων και αιτητών ασύλου στην Κοφίνου, όπου τις Κυ-

ριακές μετατρέπεται σε σχολείο από εθελοντές εκπαιδευτικούς και άλλους εθελοντές για τα παιδιά που φιλοξενούνται εκεί. Την Κυριακή 2 Φεβρουαρίου 2020 το προσωπικό του νηπιαγωγείου μας, μαζί με εθελόντριες, πραγματοποίησαν πανηγυρική αγάπη στον χώρο του κέντρου φιλοξενίας, με παιχνίδια, χορό και άλλες δραστηριότητες, περνώντας μια ευχάριστη μέρα με τα παιδιά, προσφέροντας χαρά και αγάπη, γιατί μόνο η αλληλεγγύη μπορεί να ζωγραφίσει την ελπίδα στα μάτια των παιδιών και μόνο χέρια δοτικά μπορούν να κάνουν αυτό τον κόσμο πιο πολύχρωμο και φωτεινό.

Σταυρούλα Πεδουλίδου
Συνεργάτης Νηπιαγωγείου



ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ Κ.Α΄

Ημερίδα για την Παγκόσμια Ημέρα για τα Δικαιώματα του Παιδιού

Η Παγκόσμια Ημέρα για τα Δικαιώματα του Παιδιού εορτάζεται κάθε χρόνο στις 20 Νοεμβρίου, τιμώντας την επέτειο υιοθέτησης από τη Γενική Συνέλευση του ΟΗΕ, το 1989, της Σύμβασης για τα Δικαιώματα του Παιδιού. Η Σύμβαση για τα Δικαιώματα του Παιδιού αποτελεί το πλέον αποδεκτό κείμενο για τα ανθρώπινα δικαιώματα παγκοσμίως και τα 54 άρθρα της καλύπτουν όλα τα δικαιώματα των παιδιών που χωρίζονται σε 4 τομείς: Δικαιώματα Επιβίωσης, Ανάπτυξης, Προστασίας και Δικαιώματα Συμμετοχής.

Με αφορμή την ημέρα αυτή, το Δημοτικό Σχολείο Αθηνών (Κ.Α΄) διοργάνωσε ημερίδα αφιερωμένη στα Δικαιώματα του παιδιού. Κατά τη διάρκεια της ημερίδας, τα παιδιά συμμετείχαν σε οργανωμένες εκπαιδευτικές δραστηριότητες, έλαβαν μέρος σε ομαδικά παιχνίδια και δημιούργησαν ομαδικές κατασκευές.

Μεταξύ άλλων, οι μαθητές μελέτησαν τη Χάρτα των Δικαιωμάτων του παιδιού, παρακολούθησαν φιλμάρκια, άκουσαν σχετικά τραγούδια και επεξεργάστηκαν παραμύθια που σχετίζονται με το θέμα. Παράλληλα, οι μαθητές συνέδεσαν το θέμα των δικαιωμάτων του παιδιού με την Τουρκική εισβολή του 1974, συμπεραίνοντας την καταπάτηση των δικαιωμάτων των παιδιών προσφύγων. Επιπλέον, τα παιδιά διερεύνησαν το θέμα με βάση το τι συμβαίνει σήμερα στον κόσμο, συνειδητοποιώντας τη διαρκή καταπάτηση των δικαιωμάτων των παιδιών ανά το παγκόσμιο.

Τα παιδιά, κατά τη διάρκεια της ημερίδας, είχαν την ευκαιρία να εμπλακούν σε ομαδικά παιχνίδια στα οποία η συνεργασία τους ήταν απαραίτητη για το επιδιωκόμενο αποτέλεσμα. Στόχος, η καλλιέργεια της επικοινωνίας των παιδιών μεταξύ τους, της ανθρώπινης ευαισθησίας και της αλληλεγγύης. Επίσης,

μέσα από τα παιχνίδια συνεργασίας ενισχύθηκε η αυτοπεποίθηση των μαθητών αλλά και η αντίστασή τους στην κατηγοριοποίηση των ανθρώπων.

Τέλος, οι μαθητές ολοκλήρωσαν την ημερίδα συνθέτοντας ομαδικές κατασκευές ανά τμήμα όπως κατασκευές με παλάμες και φιγούρες. Τα ομαδικά έργα τέχνης των παιδιών συνοδεύτηκαν από συνθήματα που συνέθεσαν τα ίδια τα παιδιά όπως «Όλοι διαφορετικοί, όλοι ίσοι», «Μέσω της διαφορετικότητάς μας γινόμαστε δυνατοί», «Έχω δικαιώματα, αλλά και υποχρεώσεις». Με την ολοκλήρωσή τους οι κατασκευές των παιδιών διακοσμούν τις τάξεις τους και αποτελούν σημείο αναφοράς για μελλοντική χρήση.

Σαβέλα Ανδρέου
Εκπαιδευτικός



ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ Κ.Β΄

Χριστουγεννιάτικη εκδήλωση των Δημοτικών Σχολείων Αθηνών Κ.Α΄ - Κ.Β΄

Στις 19 Δεκεμβρίου 2019, πραγματοποιήθηκε, στην αυλή των Δημοτικών Σχολείων Αθηνών, η χριστουγεννιάτικη εκδήλωση των δύο σχολείων, στην οποία συμμετείχαν τα παιδιά της Α΄, Β΄ και Ε΄ τάξης των σχολείων. Τα παιδιά, οι εκπαιδευτικοί και οι γονείς είχαν την ευκαιρία να περάσουν ένα ευχάριστο και δημιουργικό απόγευμα στο πνεύμα των Χριστουγέννων. Το πρώτο μέρος της εκδήλωσης περιλάμβανε καλλιτεχνικό πρόγραμμα, ενώ το δεύτερο μέρος, εργαστήρια δημιουργίας χριστουγεννιάτικων κατασκευών από παιδιά και γονείς. Αρχή στο καλλιτεχνικό μέρος της εκδήλωσης έκανε η χορωδία, αποτελούμενη από τα παιδιά της Β΄ και Ε΄ τάξης και η ορχήστρα, στην οποία συμμετείχαν παιδιά της Ε΄ τάξης, υπό τη διεύθυνση της μουσικού, κ. Ευδοκίας Χατζηχάρου. Τη διδασκαλία των τραγουδιών ανέλαβαν η κ. Ευδοκία Χατζηχάρου και η κ. Σαβέλα

Ανδρέου για την Ε΄ και Β΄ τάξη αντίστοιχα. Στη συνέχεια, τα παιδιά της Α΄ τάξης ερμήνευσαν τραγούδια και απήγγειλαν ποιήματα – ευχές, τη διδασκαλία των οποίων ανέλαβαν οι εκπαιδευτικοί των τμημάτων της Α΄ τάξης, κ. Ελένη Καλλονά, κ. Βάσω Γιακουμή, κ. Μαρία Δανιήλ και κ. Ειρήνη Αριστοτέλους. Ακολούθως τα παιδιά της Β΄ τάξης παρουσίασαν χορευτικά και απήγγειλαν ποιήματα, τα οποία επιμελήθηκαν οι εκπαιδευτικοί των τμημάτων της Β΄ τάξης, κ. Μαρία Κουρσάρη, κ. Μαρία Ανδρέου και κ. Τασούλα Νικοδήμου. Το καλλιτεχνικό μέρος της εκδήλωσης έκλεισε με χορό από τα παιδιά της Ε΄ τάξης, τη διδασκαλία του οποίου ανέλαβαν οι εκπαιδευτικοί των τμημάτων της Ε΄ τάξης κ. Νίκη Κλεάνθους, κ. Γεωργία Αχιλλέως και κ. Έλλη Φωτίου. Κατά το δεύτερο μέρος της εκδήλωσης, τα παιδιά είχαν την ευκαιρία να δημιουργήσουν χριστουγεννιάτικες κατα-

σκευές μαζί με τους γονείς τους. Τα παιδιά της Α΄ και Β΄ τάξης εργάστηκαν κυκλικά, σε τρεις διαφορετικούς σταθμούς που δημιουργήθηκαν σε αίθουσες διδασκαλίας του Κ.Α΄, υπό την επίβλεψη των εκπαιδευτικών του σχολείου. Την επιμέλεια των κατασκευών ανέλαβαν από κοινού οι εκπαιδευτικοί και την οργάνωση των εργαστηρίων – σταθμών ανέλαβαν οι εκπαιδευτικοί των τμημάτων της Α΄ και Β΄ τάξης. Τα παιδιά της Ε΄ τάξης εργάστηκαν, επίσης, κυκλικά σε τρεις διαφορετικούς σταθμούς: 1) παραμυθόξυλο 2) χιονόμπαλα 3) χριστουγεννιάτικο δεντράκι. Την οργάνωση και την επίβλεψη των σταθμών, αλλά και την επιμέλεια των κατασκευών, ανέλαβαν οι εκπαιδευτικοί των Ε΄ τάξεων κ. Νίκη Κλεάνθους, κ. Γεωργία Αχιλλέως και κ. Έλλη Φωτίου με τη βοήθεια και άλλων εκπαιδευτικών του Κ.Β΄. Ευχαριστούμε όλους όσους συνέβαλαν στην επιτυχία της εκδήλωσης.

Διάκριση παιδιών της Στ΄ τάξης σε παγκύπριο διαγωνισμό σύνθεσης τραγουδιού

Τα παιδιά της Στ΄ τάξης του Δημοτικού Σχολείου Αθηνών (Νεοκλέους Νεόφυτος, Χαράλαμπος Αντρέας, Θεοδούλου Χρίστος, Παπαντωνίου Αντώνης, Κωνσταντίνου Χριστίνα και Φύτος Νεοκλέους) συμμετείχαν τον περασμένο Δεκέμβριο, στον διαγωνισμό της ανεξάρτητης περιβαλλοντικής οργάνωσης «Πράσινη Ασπίδα» με ένα τραγούδι που έγραψαν και μελοποίησαν οι ίδιοι κερδίζοντας την πρώτη θέση. Οι φωτογραφίες προέρχονται από την εκδήλωση για την βράβευση των παιδιών στη Λευκωσία τις 23 Δεκεμβρίου 2019.

Άννη Δημητρίου
(υπεύθυνη εκπαιδευτικός)



ΓΥΜΝΑΣΙΟ

Στα βήματα του Γυμνασίου

Το Σάββατο, 2 Νοεμβρίου 2019, το σχολείο μας συμμετείχε στο παγκύπριο συνέδριο με θέμα «Καλλιέργεια αξιών μέσα από τις αρχές του Ερυθρού Σταυρού», που διεξήχθη στο Λύκειο Αγίου Γεωργίου Λάρνακας. Κατά τη διάρκεια του συνεδρίου οι μαθητές συμμετείχαν σε βιωματικά εργαστήρια.

Οι αναμνήσεις των σχολικών εκπαιδευτικών εκδρομών λογίζονται ανάμεσα στις πιο έντονες και διαρκείς αιτίες γνώσεων, συναισθημάτων και εμπειριών για τους εφήβους. Στο πλαίσιο αυτό πραγματοποιήσαμε την πρώτη μας εκπαιδευτική εκδρομή στη Χοιροκοιτία και το Κούριο την Τρίτη, 5 Νοεμβρίου 2019. Οι αρχαιολογικοί χώροι μετατράπηκαν σε αίθουσες διδασκαλίας, διδάσκοντας τα παιδιά να συλλέγουν δεδομένα, να τα εξετάζουν και να τα συσχετίζουν με όσα έμαθαν στο σχολείο.

Στην προσπάθειά μας για διαρκή και αποτελεσματική επικοινωνία – συνεργασία με τους γονείς των μαθητών μας, πραγματοποιήθηκε απογευματινή συνάντηση των γονέων με τους εκπαιδευτικούς την Τρίτη, 12 Νοεμβρίου 2019. Σε χαιρετισμό του ο Διευθυντής αναφέρθηκε στους ενδεχόμενους τρόπους με τους οποίους οι γονείς μπορούν να βοηθήσουν εποικοδομητικά τα παιδιά τους με την κατ' οίκον εργασία και με τη παρουσία τους στην τάξη και τον σχολικό χώρο ευρύτερα.

Τριάντα έξι χρόνια μετά το σχολείο μας καταδίκασε την ανακήρυξη των κατεχόμενων εδαφών μας σε ψευδοκράτος και παράλληλα τίμησε τους ηρωικά πεσόντες αγωνιστές του 1974 με μία σεμνή τελετή, η οποία περιλάμβανε ομιλία από τον πατέρα Αντρέα Βορκά, συμπολεμιστή του ήρωα Κωνσταντίνου Παπαπαύλου από την Αθηνά. Στην εκδήλωση παρευρέθηκε και ο αδελφός του ήρωα Γεώργιος Παπαπαύλου, ο οποίος χάρισε στο σχολείο μεγάλο αριθμό βιβλίων για τη Βιβλιοθήκη.

Από το 1981 καθιερώθηκε να εορτάζεται επίσημα η επέτειος της εξέγερσης των φοιτητών του Πολυτεχνείου στις 17 Νοεμβρίου εναντίον του χουντικού καθεστώτος. Το σχολείο μας τίμησε τους νέους αυτούς, που θυσιάσαν τη ζωή τους διεκδικώντας ΨΩΜΙ – ΠΑΙΔΕΙΑ – ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ, μέσα από πεζά και ποιητικά κείμενα, προκαλώντας συγκίνηση.

Με στόχο την ετοιμότητα εκπαιδευτικών και μαθητών σε περίπτωση σεισμού έγινε άσκηση



στο σχολείο την Τρίτη, 19 Νοεμβρίου 2019. Όλοι οι μαθητές και οι εκπαιδευτικοί ανταποκρίθηκαν όπως είχε προγραμματιστεί και όπως προβλέπεται από το Σχέδιο Ετοιμότητας Αντιμετώπισης Εκτάκτων Αναγκών του σχολείου.

Το ΚΜΣ του Γυμνασίου μας συμμετείχε στο Μαθητικό Συνέδριο που διοργάνωσε η Επιτροπή Προστασίας και Ευημερίας του Παιδιού Λάρνακας την Τετάρτη, 27 Νοεμβρίου 2019. Το συνέδριο είχε θέμα την Παιδική Φτώχεια. Η προσφώνηση έγινε από τη βουλευτή κ. Κουκουμά, ακολούθησε κατάθεση έκθεσης των παιδοβουλευτών Λάρνακας, εισήγηση από την κ. Καζατζή και συζήτηση στην ολομέλεια.

Με την ευκαιρία της Διεθνούς Ημέρας Εθελοντών το προεδρικό ζεύγος παρέθεσε δεξίωση προς τιμήν των εθελοντών τη Δευτέρα, 02 Δεκεμβρίου 2019, στο Προεδρικό Μέγαρο. Το Γυμνάσιο εκπροσώπησε η μαθήτρια Καρακίτη Μύρια του τμήματος Β' 2 και η Β.Δ. κ. Νικολαΐδου.

Το θέατρο αποτελεί μέσο ψυχαγωγίας, αλλά και πνευματικής - ψυχικής ανάπτυξης, γι' αυ-

τό κάθε σχολείο οφείλει να εξοικειώνει τους μαθητές μαζί του. Στο πλαίσιο αυτό το σχολείο μας φιλοξένησε τη θεατρική παράσταση «Οι Άθλιοι» του Βίκτωρος Ουγκώ του ερασιτεχνικού θεάτρου του Δήμου Αθηένου την Τετάρτη, 4 Δεκεμβρίου.

Από φέτος το σχολείο μας συμμετέχει στο πρόγραμμα «Τηγανοκίνησης» και οι μαθητές μας ενημερώθηκαν για το πρόγραμμα μέσα από διάλεξη που έγινε στο σχολείο την Πέμπτη, 5 Δεκεμβρίου 2019.

Στο πλαίσιο της εβδομάδας για τους Ηλικιωμένους επισκεφθήκαμε την Κλεάνθειας Στέγη Ενηλίκων Αθηνών, όπου οι μαθητές μας έφτιαξαν μπισκότα, χριστουγεννιάτικες κατασκευές, τραγούδησαν και συζήτησαν μαζί με τους ηλικιωμένους. Το κλίμα που δημιουργήθηκε ήταν πολύ όμορφο και συγκινητικό.

Η 10η Δεκεμβρίου 2019, «Ημέρα Εκπαιδευτικού», αξιοποιήθηκε για την επιμόρφωση των εκπαιδευτικών με δύο διαλέξεις. Η πρώτη με θέμα «Συναισθηματική νοημοσύνη και μαθησιακό πλαίσιο» έγινε από τη Δρ Χατζηγιωάννου, ΕΜΕ Θρησκευτικών και η

δεύτερη με θέμα «Αναπηρία και Εκπαίδευση» έγινε από τη Δρ. Ελένη Φτιάκα, Αναπληρώτρια Καθηγήτρια στο Πανεπιστήμιο Κύπρου.

Φτάνοντας λίγο πριν τις γιορτές των Χριστουγέννων πραγματοποιήσαμε τη Χριστουγεννιάτικη μας γιορτή σε πρωινό χρόνο για τους μαθητές και σε βραδινό για τους γονείς την Παρασκευή, 20 Δεκεμβρίου 2019. Η γιορτή κατάφερε επιτυχώς να μεταφέρει το μήνυμα της γέννησης του Θεανθρώπου.

Κατά την τελευταία ημέρα μαθημάτων, πριν από τις διακοπές των Χριστουγέννων, το σχολείο οργάνωσε μία σειρά από δραστηριότητες, για τους μαθητές μας. Οι δράσεις αυτές περιλάμβαναν κοινό εκκλησιασμό και ομίλους. Η μέρα τελείωσε με κλήρωση Χριστουγεννιάτικων δώρων και ευχές από τον Διευθυντή.

Ακολουθώντας το έθιμο της κοπής Βασιλόπιτας, ο Σύνδεσμος Γονέων προσέφερε δέκα βασιλόπιτες στο σχολείο. Το σχολείο ευχαριστεί θερμά τον Σύνδεσμο, ο οποίος συνέβαλε με την πράξη του αυτή στη διατήρηση των παραδοσιακών μας εθίμων και προσέφερε μετά από κλήρωση ένα δώρο σε έναν τυχερό μαθητή.

Τη Δευτέρα, 13 Ιανουαρίου και την Πέμπτη, 23 Ιανουαρίου 2020, διοργανώθηκε το Δίημερο Εργασίας και Επαγγελματικής Κατεύθυνσης. Κατά την πρώτη μέρα διοργανώθηκαν διαλέξεις με στόχο την ενημέρωση και την παροχή βοήθειας στους μαθητές της Γ' τάξης για τις μεταγυμνασιακές εκπαιδευτικές τους επιλογές. Κατά τη δεύτερη μέρα οι μαθητές μας επισκέφθηκαν το Λύκειο Αγίου Γεωργίου και την Τεχνική Σχολή Αγίου Λαζάρου στη Λάρνακα, όπου ενημερώθηκαν σχετικά με τους κλάδους που υπάρχουν.

Τέλος, την Παρασκευή, 19 Ιανουαρίου, τιμήσαμε μία από τις σημαντικότερες φυσιογνωμίες της κυπριακής ιστορίας, τον Εθνάρχη Μακάριο τον Γ' και την Τετάρτη, 29 Ιανουαρίου 2020 τιμήσαμε την εκπαίδευση αποτιμώντας φόρο τιμής στους Τρεις Ιεράρχες. Η Γιορτή των Τριών Ιεραρχών έχει καθιερωθεί και ως η Γιορτή των Γραμμάτων και γι' αυτό το σχολείο, όπως συνήθιζε, διοργάνωσε Έκθεση Βιβλίου, την οποία εγκαινίασε ο κ. Καρεκλάς, Δήμαρχος Αθηνών.

Διατηρείτε
τον Δήμο Καθαρό.
Η Καθαριότητα
είναι Μισή
Αρχοντιά.

Κάμετε
ονομάκωση
Προστατέψτε
το Περιβάλλον.

Μην
Εξαθμεύετε σε μη
Εγκριτούμενους
Χώρους. Εξαθμεύετε
σε Καθορισμένους
Χώρους Εξαθμεύσεως.

Η Φάρμα αυγών Α/Φοι Σουμάκη
Ζητούν διανομέα
Για πληροφορίες, κ. Κόκο Σουμάκη
Τηλ. 99422614



Μεγάλη επιτυχία του 3ου Χειμερινού Ράλι Αθηνών ιστορικού αυτοκινήτου

Με τεράστια επιτυχία πραγματοποιήθηκε στις 2 Φεβρουαρίου 2020 για τρίτη συνεχή χρονιά το 3ο Χειμερινό Ράλι Αθηνών Ιστορικού Αυτοκινήτου, από τη Λέσχη Παλαιών Αυτοκινήτων ΛΕΣΠΑ - ΦΙΠΑ, υπό την αιγίδα του Δήμου Αθηνών. Οι συμμετοχές σημείωσαν ρεκόρ, αφού έλαβαν μέρος εκατό παλαιά αυτοκίνητα. Η διοργάνωση είχε και φέτος φιλανθρωπικό χαρακτήρα και τα καθαρά έσοδα, τα οποία ανήλθαν σε €15.500, δόθηκαν στο Συμβούλιο Κοινωνικής Ευημερίας Αθηνών εις μνήμη της αείμνηστης Μαρίας Θεοδώρας.

Το Χειμερινό Ράλι Αθηνών Ιστορικού Αυτοκινήτου έχει πια καθιερωθεί για να γίνεται κάθε χρόνο και αποτελεί το



μεγαλύτερο Ράλι Ιστορικού Αυτοκινήτου που γίνεται στην Κύπρο, δήλωσε ο Δήμαρχος Αθηνών κ. Κυριάκος Καρεκλάς σε δηλώσεις του, ενώ ευχαρίστησε την οικογένεια της Μαρίας Θεοδώρας για τις προσπάθειές τους στη διενέργεια του Ράλι και στη συλλογή των δωρεών προς την Επιτροπή Κοινωνικής Πρόνοιας.

Η εκκίνηση του Ράλι δόθηκε από τον Δήμαρχο μπροστά από το Καλλινίκειο Δημοτικό Μέγαρο Αθηνών στις 09.45π.μ. και ο τερματισμός έγινε στο Κωνσταντίνειο Δημοτικό Πάρκο Αθηνών, από τις 12.15 ως τις 2:00π.μ. Οι λάτρεις του παλαιού αυτοκινήτου θαύμασαν και χειροκρότησαν τις εντυπωσιακές συμμετοχές ιστορικών αυτοκινήτων, που ενθουσίασαν με την παρουσία τους. Τον τερματισμό διάνησε η παρουσία της γνωστής Αθηνέτισσας ηθοποιού και σεναριογράφου κ. Χριστιάνας Αρτεμίου, μαζί με τις ηθοποιούς Ζωή Κυπριανού και Έλενα

Ευσταθίου, που έδωσαν μια ξεχωριστή νότα στην όλη εκδήλωση.

Ακολούθησε απονομή ειδικών ευχαριστήριων πλακετών προς τους χορηγούς της εκδήλωσης από τον Δήμαρχο Αθηνών και τα παιδιά της αείμνηστης Μαρίας Θεοδώρας, καθώς και ανακοίνωση των αποτελεσμάτων από τον Πρόεδρο της Λέσχης ΛΕΣΠΑ - ΦΙΠΑ κ. Γιώργο Ιωαννίδη και απονομή κυπέλων στους νικητές από τον Δήμαρχο Αθηνών. Όλες οι πλακέτες και τα κύπελα παραχωρήθηκαν ευγενώς από την οικογένεια της αείμνηστης Μαρίας Θεοδώρας.

Ο Δήμος Αθηνών ευχαριστεί την οικογένεια της αείμνηστης Μαρίας Θεοδώρας για τις προσπάθειές της, καθώς και τη Λέσχη Παλαιών Αυτοκινήτων ΛΕΣΠΑ - ΦΙΠΑ για τη διοργάνωση και δηλώνει ότι θα συνεχίσει να στηρίζει τον θεσμό, ο οποίος αγκαλιάστηκε και καθιερώθηκε πια, για να γίνεται κάθε χρόνο στην Αθήνα.



ΠΡΩΤΟΠΟΡΙΑΚΟΣ ΔΙΑΚΟΣΜΟΣ

Ο Δήμος Αθηνών πρωτοπόρησε και φέτος με τον χριστουγεννιάτικο του διάκοσμο. Η πρόσοψη του Καλλινίκειου Δημοτικού Μεγάρου στολίστηκε με χριστουγεννιάτικο διάκοσμο από ανακυκλώσιμα υλικά και το αποτέλεσμα ήταν εξαιρετικό. Οι εθελόντριες της Δημοτικής Επιτροπής Πολιτισμού, με πρωτεργάτριες την κ. Ανδρούλλα Έλληνα και την κ. Αλέκα Κωνσταντινίδου Κουφοπαύλου, σπατάλησαν πολύ από τον ελεύθερο χρόνο τους και με άδεια πλαστικά δοχεία, που μάζεψε ο συνδημότης μας κ. Στέλιος Δημοσθένους, έφτιαξαν το Χριστουγεννιάτικο Δέντρο του Δήμου. Μαζί με άλλα ανακυκλώσιμα υλικά που ξαναχρησιμοποίησαν και φύλαξε ο Δήμος, φιλοτέχνησαν χριστουγεννιάτικες παραστάσεις, ενισχύοντας το μήνυμα της Γέννησης του Θεανθρώπου και της ευαισθησίας των πολιτών μας

για την προστασία του περιβάλλοντος.

Ο αναφερόμενος διάκοσμος ήταν και πάλι εκπληκτικός. Έτσι η εθελοντική ομάδα της Δημοτικής Επιτροπής Πολιτισμού, με ελάχιστα έξοδα του Δήμου και χρησιμοποιώντας ανακυκλώσιμα υλικά, πρόσφερε ένα ωραίο και αειφόρο διάκοσμο.

Ο Δήμαρχος κ. Καρεκλάς, σε συνάντηση μαζί τους μετά τη φωταγώγηση του Χριστουγεννιάτικου Δέντρου του Δήμου την 1η Δεκεμβρίου 2019, ευχαρίστησε την κ. Έλληνα, την κ. Κουφοπαύλου και τον κ. Δημοσθένους για την ευγενή βοήθειά τους, ενώ τόνισε ότι σε αυτά τα δύσκολα οικονομικά χρόνια που περνούμε ενέργειες σαν αυτές βοηθούν οικονομικά τον Δήμο, ενώ παράλληλα στέλλουν το μήνυμα της αειφορίας και της ανακύκλωσης, για καλύτερευση του περιβάλλοντός μας.

ΓΕΝΙΚΗ ΚΑΙ ΕΚΛΟΓΙΚΗ ΣΥΝΕΛΕΥΣΗ ΤΟΥ Σ.Κ.Ε.

Πραγματοποιήθηκε στις 29 Ιανουαρίου 2020 στο Κωνσταντίνειο Κέντρο Ενηλίκων Γενική και Εκλογική Συνέλευση του Συμβουλίου Κοινωνικού Εθελοντισμού Αθηνών (Σ.Κ.Ε.), ως προνοείται από το τροποποιημένο Καταστατικό του. Τα θέματα τα οποία απασχόλησαν τη Συνέλευση ήταν, εκτός από τον απολογισμό του Προέδρου του Σ.Κ.Ε. και Δημάρχου κυρίου Κυριάκου Καρεκλά, η ενημέρωση των μελών για την πορεία όλων των Προγραμμάτων. Περαιτέρω, παρουσιάστηκαν τα προκαταρκτικά οικονομικά αποτελέσματα της Δημοτικής Στέγης, του Παιδοβρεφολογικού Σταθμού και της Επιτροπής Κοινωνικής Πρόνοιας και επεξηγήθηκαν διάφορα θέματα που σχετίζονται με τη βιώσιμη λειτουργία και την αναβάθμιση των παρεχόμενων υπηρεσιών όλων των Προγραμμάτων.

Ακολούθησε εκλογική διαδικασία για την εκλογή του νέου Διοικητικού Συμβουλίου του ΣΚΕ, όπου εκλέχθηκαν χωρίς ψηφοφορία 10 άτομα, που μαζί με τον εξ οφφίκιο Πρόεδρο, τον εκάστοτε Δήμαρχο, θα αποτελέσουν τη Διοικούσα Επιτροπή του Σ.Κ.Ε. για τα επόμενα 3 χρόνια.

Ο εθελοντισμός στην κοινωνία της Αθηνών είναι πλέον μέρος της καθημερινότητάς μας, είναι τρόπος σκέψης, είναι τρόπος ζωής. Ευχές για καλή και δυναμική συνέχεια στο σημαντικότερο έργο που επιτελείται στον τομέα του εθελοντισμού. Ένα έργο που έχει αναγνωριστεί τόσο ανά το παγκύπριο, όσο και πανευρωπαϊκά, με την πιστοποίηση της Καλής Πρακτικής του Δήμου Αθηνών για τον Εθελοντισμό από το Ευρωπαϊκό Πρόγραμμα URBACT.



ΕΘΝΙΚΑ ΒΡΑΒΕΙΑ #BEACTIVE AWARDS 2019. 1^ο ΒΡΑΒΕΙΟ ΓΙΑ ΤΟΝ ΔΗΜΟ

Πραγματοποιήθηκε στις 10 Δεκεμβρίου 2019 στην αίθουσα εκδηλώσεων του Κυπριακού Οργανισμού Αθλητισμού η τελετή βράβευσης των φορέων της 5ης Ευρωπαϊκής Εβδομάδας Αθλητισμού #BeActive 2019. Κατά τη διάρκεια της εκδήλωσης τιμήθηκαν και απονεμήθηκαν τιμητικά έπαθλα σε όλους τους φορείς που συμμετείχαν ως κύριοι διοργανωτές δράσεων κατά τη φετινή διοργάνωση, στους Χορηγούς και στους Υποστηρικτές Επικοινωνίας και έγιναν και οι απονομές των Εθνικών Βραβείων #BeActive Awards 2019.

Λόγω απουσίας του Δημάρχου Αθηνών κ. Κυριάκου Καρεκλά στο εξωτερικό, τον Δήμο Αθηνών εκπροσώπησαν στην τελετή βράβευσης η Δημοτικός Σύμβουλος κ. Μάρω Παπούλη και η Δημοτικός Γραμματέας κ. Νατάσα Γεωργίου Καρούσιου. Ο Δήμος κατέκτησε το 1ο Βραβείο στην Κατηγορία του Φορέα/Διοργανωτή με τις περισσότερες δράσεις. Η ημικατεχόμενη Αθηνών, με τις τόσες ιδιαιτερότητες και τα τόσα προβλήματα, για άλλη μια φορά πρωτοστάτησε και κατέκτησε το πρώτο βραβείο. Μια διάκριση ιδιαίτερα σημαντική, που δείχνει τις συνεχείς και επίπονες προσπάθειες που καταβάλλονται για



την αναβάθμιση της ποιότητας ζωής των δημοτών της Αθηνών.

Από τις 23 μέχρι και τις 30 Σεπτεμβρίου 2019 η Αθηνών μετατράπηκε σε ένα Ενεργό Αθλητικό Χωριό #BeActive Sport Village, διοργανώνοντας 15 συνολικά δράσεις με τεράστια επιτυχία, μεταφέροντας σε μεγάλους και μικρούς το μήνυμα ότι

τα οφέλη από τη συνεχή άσκηση είναι πολλά.

Ο Δήμος Αθηνών θα συνεχίσει να καινοτομεί και να υποστηρίζει τη σημασία του αθλητισμού και της συνεχούς σωματικής άσκησης. Αυτός ήταν και ο λόγος για τον οποίο ο Δήμος είχε στόχο και προώθησε την οργάνωση και την υλοποίηση πολλών και ποικίλων δράσεων και κατάφερε να έχει μεγάλη συμμετοχή μικρών και μεγάλων. Σκοπός ήταν η να δοθεί η δυνατότητα επιλογής στους δημότες να συμμετέχουν ενεργά στην άθληση, έστω και στον ελάχιστο χρόνο που διαθέτουν, ενθαρρύνοντάς τους να ενεργοποιηθούν στις αθλητικές δραστηριότητες. Ο Δήμος Αθηνών κατάφερε να συμβάλει ενεργά στην προαγωγή του αθλητισμού και της σωματικής άσκησης σ' όλη την Ευρώπη, αλλά και στο γενικό θέμα της εκστρατείας που στόχο έχει την ενθάρρυνση όλων των πολιτών να ενεργοποιηθούν κατά τη διάρκεια της εβδομάδας #BeActive. Όλοι στον Δήμο νιώθουν χαρούμενοι για την κατάκτηση του 1ου Βραβείου, ενώ έχει δοθεί η υπόσχεση στον ΚΟΑ ότι η ενεργός συμμετοχή στη διοργάνωση των βραβείων #BeActive θα γίνεται κάθε χρόνο.

Από τον Δήμο Αθηνών

Επίσκεψη του Αρχηγού της Εθνικής Φρουράς

Ο Αρχηγός της Εθνικής Φρουράς Αντιστράτηγος Ηλίας Λεοντάρης πραγματοποίησε την Πέμπτη 13 Φεβρουαρίου 2020 προγραμματισμένη επίσκεψη στον Δήμο Αθηνών, που έγινε στο Καλλινίκειο Δημοτικό Μέγαρο, συνοδευόμενος από τον Διοικητή της 6ης Μ/Κ Ταξιαρχίας Συνταγματάρχη (ΠΖ) Δημήτριο Πυρογιάννη, τον Διοικητή του 62 ΤΕΘ και ομάδα επιτελών του. Τον Αρχηγό υποδέχθηκε ο Δήμαρχος Αθηνών κ. Κυριάκος Καρεκλάς, μαζί με τον Αντιδήμαρχο κ. Γεώργιο Παστού και τη Δημοτική Γραμματέα κ. Νατάσα Γεωργίου Καρούσιου, καθώς και τον Υπεύθυνο του Αστυνομικού Σταθμού Αθηνών.

Στο πλαίσιο της συνάντησης, η οποία πραγματοποιήθηκε σε ένα ιδιαίτερα φιλικό και εποικοδομητικό κλίμα, συζητήθηκαν διάφορα θέματα κοινού ενδιαφέροντος και ανταλλάχθηκαν απόψεις και εισηγήσεις για επίλυση προβλημάτων που παρατηρούνται στην περιοχή της Αθηνών. Στη συνάντηση έγινε ανταλλαγή αναμνηστικών δώρων, στην οποία ο Δήμαρχος Αθηνών έδωσε δώρο στον κ. Αρχηγό ένα βιβλίο για την Ιστορία και την Κοινωνία της Αθηνών, ενώ ο Αρχηγός του έδωσε αναμνηστικό δώρο της Εθνικής Φρουράς, για ανάμνηση της επίσκεψής του στον Δήμο Αθηνών.



Κατά τη διάρκεια της επίσκεψης ο Αρχηγός της Εθνικής Φρουράς πραγματοποίησε επίσκεψη στο Καλλινίκειο Δημοτικό Μουσείο Αθηνών και θαύμασε τις εξαιρετικές συλλογές του Μουσείου, την Αρχαιολογική, τη Θρησκευτική και την Εθνογραφική Συλλογή, σε παρουσίαση που έγινε από την Έφορο του Μουσείου κ. Νόνη Παπούλη.

Η επίσκεψη του Στρατηγού Λεοντάρη ολοκληρώθηκε με διευρυμένη συνάντηση με συμμετοχή Εθνοφύλακων του Δήμου Αθηνών οι οποίοι επέδωσαν στον Αρχηγό της Εθνικής Φρουράς αναμνηστική πλακέτα.



ΕΚΤΑΣΗ ΤΩΝ ΕΛΕΥΘΕΡΩΝ ΔΗΜΩΝ ΤΗΣ ΚΥΠΡΟΥ

Στην ιστοσελίδα της Ένωσης Δήμων Κύπρου παρουσιάζεται πίνακας όπου αναγράφεται η έκταση όλων των Δήμων της Κύπρου σε τετραγωνικά χιλιόμετρα. Σύμφωνα με τον πίνακα, η έκταση των ελεύθερων Δήμων της Κύπρου είναι όπως φαίνεται πιο κάτω.

Τη μεγαλύτερη έκταση από όλους τους ελεύθερους Δήμους έχει ο Δήμος Αθηνών με 64.807 τετρ. χλμ και τη μικρότερη ο Δήμος Μέσα Γειτονιάς με 3.615 τετρ. χλμ.

1	ΑΓΙΑΣ ΝΑΠΑΣ	31.469	16	ΛΑΡΝΑΚΑΣ	32.846
2	ΑΓΙΟΥ ΑΘΑΝΑΣΙΟΥ	14.333	17	ΛΑΤΣΙΩΝ	16.551
3	ΑΓΙΟΥ ΔΟΜΕΤΙΟΥ	12.088	18	ΛΙΒΑΔΙΩΝ	8.666
4	ΑΓΛΑΝΤΖΙΑΣ	31.616	19	ΛΕΜΕΣΟΥ	35.487
5	ΑΘΗΝΟΥ	64.807	20	ΛΕΥΚΑΡΩΝ	61.842
6	ΑΡΑΔΙΠΠΟΥ	55.918	21	ΛΕΥΚΩΣΙΑΣ	50.262
7	ΓΕΡΙΟΥ	32.963	22	ΜΕΣΑ ΓΕΙΤΟΝΙΑΣ	3.615
8	ΓΕΡΜΑΣΟΓΕΙΑΣ	15.733	23	ΠΑΡΑΛΙΜΝΙΟΥ	49.982
9	ΓΕΡΟΣΚΗΠΟΥ	14.416	24	ΠΑΦΟΥ	16.951
10	ΔΕΡΥΝΕΙΑΣ	32.482	25	ΠΕΓΕΙΑΣ	47.100
11	ΔΡΟΜΟΛΑΞΙΑΣ – ΜΕΝΕΟΥ	21.190	26	ΠΟΛΗΣ ΧΡΥΣΟΧΟΥΣ	19.565
12	ΕΓΚΩΜΗΣ	9.490	27	ΣΤΡΟΒΟΛΟΥ	25.285
13	ΙΔΑΛΙΟΥ	31.020	28	ΣΩΤΗΡΑΣ	25.661
14	ΚΑΤΩ ΠΟΛΕΜΙΔΙΩΝ	20.347	29	ΤΣΕΡΙΟΥ	27.106
15	ΛΑΚΑΤΑΜΙΑΣ	27.439	30	ΥΨΩΝΑ	32.376

ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΤΟΥ ΒΙΒΛΙΟΥ «Ο ΚΡΑΝΙΑΚΟΣ ΙΠΠΟΚΑΜΠΟΣ»

Η παρουσίαση του βιβλίου του Αθηνίτη δημιουργού Αντρέα Νικολαΐδη «Ο Κρανιακός Ιππόκαμπος» πραγματοποιήθηκε στις 6 Φεβρουαρίου 2020 σε μια κατάμεστη από κόσμο αίθουσα, στο Καλλινίκειο Δημοτικό Μέγαρο Αθηνών.

Η όλη εκδήλωση, την οποία πλαισίωσαν με τις ομιλίες και τις παρεμβάσεις τους Αθηναίτες, άνθρωποι των γραμμάτων και του πολιτισμού, στέφθηκε με πολύ μεγάλη επιτυχία.

Ο Δήμαρχος στο δικό του εγκάρδιο καλωσόρισμα εξήρε τη σημασία που έχουν για την Αθήνη εκδηλώσεις με πρωταγωνιστές Αθηναίτες δημιουργούς, επαναλαμβάνοντας για άλλη μια φορά ότι ο Δήμος Αθηνών θα συνεχίσει να στηρίζει εκδηλώσεις που αναβαθμίζουν το πολιτιστικό επίπεδο και συνεισφέ-

ρουν στην παιδεία και στη γνώση, αλλά και στη δημιουργική σκέψη των δημοτών του. Αναφέρθηκε στον αγαπημένο του από τα μαθητικά χρόνια Έλληνα συγγραφέα Αντώνη Σαμαράκη και με γλαφυρό τρόπο παρομοίασε το γράψιμο του Ανδρέα με αυτό του Αντώνη Σαμαράκη.

Κύριος Ομιλητής για το βιβλίο ήταν ο Ανδρέας Αντζουλής, Διδάκτωρ Φιλοσοφίας και Επιστημονικός Συνεργάτης στο Πανεπιστήμιο Κύπρου, με θέμα «Οι ψυχογραφικοί καλπασμοί του Κρανιακού Ιππόκαμπου. Τα περιθώρια της δημιουργίας και η δημιουργία του περιθωρίου». Ακολούθως, ο Μιχάλης Χατζηπιερής, προπονητής ποδοσφαίρου και ποιητής, στη δική του παρέμβαση μίλησε με θέμα «Ο Θυμωμένος Ιππόκαμπος» και ο συγγραφέας Ιάκωβος Χατζηπιερής με ιδιαίτερα γλαφυρό, συ-

νάμα και απλό τρόπο, αναφέρθηκε στις αξίες που στη ουσία πραγματεύεται το βιβλίο και τη σημασία τους.

Την όλη εκδήλωση διάνθισαν μουσικά κομμάτια πιάνου από τον Χαράλαμπο Σόλωνος και η ανάγνωση αποσπασμάτων του βιβλίου από τον ηθοποιό Βασίλη Μιχαήλ. Η Δόξα Κωμοδρόμου είχε τον γενικό συντονισμό της εκδήλωσης.

Η νουβέλα, Ο Κρανιακός Ιππόκαμπος, που είναι η πρώτη συγγραφική εμφάνιση του Αντρέα Νικολαΐδη, από τις εκδόσεις IAMBOΣ, παρουσιάζει μια συναρπαστική ιστορία που κρατά τον αναγνώστη σε εγρήγορση μέχρι το τέλος και αποτελεί ένα σύγχρονο συγγραφικό έργο που στοχεύει στο να ξυπνήσει τον κρανιακό ιππόκαμπο του αναγνώστη, για να καλπάζει με ένταση για νέα και συναρπαστικά ταξίδια.



Ευχαριστήριοι λόγος

6 Φεβρουαρίου, Πέμπτη βράδυ, κατά τις 7 και 33 στην Αθιένου ή Αθηνένου ή και Αθηαίνου. Ο τόπος που μεγάλωσα, με τους μύθους της, τις αλήθειες και τα ψέματά της, τις Παναγίες και τις Αφροδίτες με τους γιους τους. Κάπου εκεί κοντά στο κέντρο της γης, όπως κάθε πατρίδα κάθε ανθρώπου, κάθε στεριά κάθε ναυαγού, βρέθηκαν μαζί σας να μοιραστώ τον δικό μου μύθο, το πρώτο μου συγγραφικό έργο, «Ο Κρανιακός Ιππόκαμπος».

Μια νύχτα ξεχωριστά καταγραμμένη στην μνήμη μου και ευχαριστώ όσους βρέθηκαν εκεί σε αυτή την αλλιώτικη για μένα πρεμιέρα. Συνδημότες, φίλοι, συγγενείς,

οικογένεια. Ευχαριστώ ιδιαίτερος το Δημοτικό Συμβούλιο και τον Δήμαρχο Κυριάκο Καρεκλά, που από την πρώτη στιγμή αγκάλιασαν την εκδήλωση και μαζί με τους συνεργάτες τους καταφέραμε να οργανώσουμε αυτή τη βραδιά.

Ο Δήμος μας, με τα ψωμιά του, υλικά αλλά και πνευματικά, ως γίνει το προσάναμμα του πολιτισμού σε αυτή τη χώρα που δυστυχώς έχει σκοτεινιάσει. Συγγραφείς, ποιητές, γλύπτες, μουσικοί, σκηνοθέτες, ζωγράφοι, χορευτές, ηθοποιοί, τραγουδιστές, οργανοπαίχτες, ποιητάρηδες, κεντήτριες που ζουν στο υψόμετρο των 135 μέτρων, στα νότια

της πεδιάδας της Μεσαορίας περιτριγυρισμένοι από στρατούς και μπόχα. Ας επιστρατεύσουμε τους αγωγιάτες του πνεύματος για να βρούμε την αληθινή αξία της ζωής μας, ξανά.

Σας ευχαριστώ,
Αντρέας Νικολαΐδης



ΤΟ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟ ΟΦΤΟ ΚΛΕΦΤΙΚΟ ΤΗΣ ΚΥΠΡΟΥ

ΝΕΕΣ ΕΓΓΡΑΦΕΣ ΣΤΟΝ ΕΘΝΙΚΟ ΚΑΤΑΛΟΓΟ ΑΨΛΗΣ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΗΣ ΚΛΗΡΟΝΟΜΙΑΣ

Τις νέες εγγραφές στον Εθνικό Κατάλογο Ψλης Πολιτιστικής Κληρονομιάς ανακοίνωσαν αρχές Φεβρουαρίου 2020 η Κυπριακή Εθνική Επιτροπή UNESCO και οι Πολιτιστικές Υπηρεσίες του Υπουργείου Παιδείας και Πολιτισμού. Μία από αυτές είναι το παραδοσιακό οφτό κλέφτικο της Κύπρου, το οφτό της Αθηνού, με αιτίες τον Δήμο Αθηνού και το Καλλινίκειο Δημοτικό Μουσείο Αθηνού. Η Αθηνού είναι γνωστή σε όλη την Κύπρο για τα προϊόντα που παράγει και προσφέρει. Ένα από αυτά είναι το οφτό κλέφτικο. Χιλιάδες Κύπριοι έρχονται για το εύγεστο οφτό στις ταβέρνες και στους γάμους. Άλλοι θαμινώνες είναι οι απόδημοι, που ταξιδεύουν κάθε χρόνο στην Κύπρο, τουρίστες και κάτοικοι της Αθηνού. Τα φαγητά που το συνοδεύουν είναι συνήθως οι οφτές πατάτες, το πουργούρι, το γιαούρτι και η σαλάτα. Προσφέρεται και σε άλλες περιοχές στην Κύπρο, με παραλλαγές στο κρέας, στο ψήσιμο, στη γεύση και στο άρωμα.

Εξετάζοντας την ιστορία και την παράδοση της Αθηνού μέσα από βιβλιογραφικές πηγές και προφορικές μαρτυρίες, συμπεραίνεται ότι το στοιχείο είναι ταυτισμένο με τον χαρακτήρα του εργατικού και φιλοπρόδοτου Αθηνίτη, ο οποίος αξιοποιούσε τα στοιχεία που προσφέρει η φύση, για να προοδεύει. Σύμφωνα με τον Γιάννη Λάμπρου στο βιβλίο του «Κεφάλαια από την Ιστορία και την Κοινωνία της Αθηνού» (2014), καθώς και τις στατιστικές επισκοπήσεις, η Αθηνού κατά τον 20ό αιώνα είχε έναν από τους μεγαλύτερους αριθμούς αιγοπροβάτων. Πολλοί από τους ιδιοκτήτες των κοπαδιών ήταν και κρεοπώλες, καθώς επίσης έψηναν και πρόσφεραν το οφτό στους γάμους, και σε δικές τους ταβέρνες στην Αθηνού. Χαρακτηριστικά παραδείγματα θα αναφερθούν πιο κάτω.

Σύμφωνα και πάλι με τον κ. Λάμπρου, ο χαρακτήριζός «κλέφτικο» προήλθε από τις ζωοκλοπές, ένα παλιό έθιμο που τηρούνταν σε όλη την Κύπρο μεταξύ των βοσκών. Πολλές ζωοκλοπές γίνονταν για το κρέας, που ήταν απαραίτητο για τα φαγητά στους γάμους. Οι Αθηνίτες βοσκοί συνεργάζονταν με Τουρκοκύπριους των γύρω χωριών Μελοῦσια, Αγιά, Κόσιη και Λουρουτζίνα και με Έλληνοκύπριους από τα Λύμια και τη Λύση. Για το ψήσιμό του, οι ζωοκλέφτες άνοιγαν στην πλαγιά ενός λόφου μια κοιλότητα, άναβαν μέσα φωτιά με ξύλα και τοποθετούσαν πάνω στην αθρακιά κλαδιά τερατοιάς (χαρουπιιάς) ή κληματόφυλλα. Πάνω έβαζαν το κρέας. Έπειτα, έκλειναν αεροστεγώς το άνοιγμα της κοιλότητας. Το κρέας ψηνόταν για ώρες. Ήταν ένα μαλακό και νοστιμότατο φαγητό, το οποίο οι ζωοκλέφτες το απολάμβαναν καθισμένοι σε πέρες, με τη συνοδεία κονιάκ. Τη δεκαετία του 1960 αυτό το έθιμο σταμάτησε, αλλά η ονομασία «οφτό κλέφτικο» παρέμεινε και διατηρείται έως και σήμερα. Το παραδοσιακό οφτό της Κύπρου στην Αθηνού φυλάσσεται με προβαΐσιο κρέας, από ζώο που έχει κλείσει ένα έτος. Χρησιμοποιούνται όλα τα κομμάτια από το σώμα του ζώου, τα οποία αλατίζονται και μπαίνουν σε πάλινα δοχεία, κατασκευασμένα στον Κόρνο. Στην Αθηνού έχει επικρατήσει η ονομασία «παβάδες» για τα πάλινα δοχεία, παρόλο που σε άλλα μέρη της Κύπρου η ονομασία «παβάς» παραπέμπει σε ένα άλλο είδος φαγητού. Οι χώροι δεξιώσεων στην Αθηνού, που ετοιμάζουν τα φαγητά για μέχρι και 2000 άτομα περίπου, αντί σε πάλινα δοχεία, βάζουν το κρέας σε λαμαρίνες. Ο κ. Νεόφυτος Νεοκλέους αναφέρει ότι, καμιάρι όσων προσφέρουν το οφτό είναι πως, όσο μεγάλα και να είναι η ποσότητα που ετοιμάζουν, η ποιότητα παραμένει άριστη.

Μαζί με το κρέας οι μάγειρες προσθέτουν νερό. Αυτά είναι τα βασικά συστατικά για το οφτό. Κάποιοι προσθέτουν επίσης πιπέρι και λίγο ελαιόλαδο, αν το κρέας δεν έχει αρκετό λίπος, καθώς και φύλλα δάφνης. Ψήνεται στους παραδοσιακούς φούρνους, τους οποίους έχουν πυρώσει (προθερμάνει) με την καύση των ξύ-



Η παρέα απολαμβάνει το οφτό, τους μεζέδες και το ποτό στην ταβέρνα του Άπλα. Πίσω διακρίνονται ο Κώστας Κίζης – Άπλας και η γυναίκα του



λων. Αφού καθαριστεί η πλάκα των φούρνων, τα πάλινα δοχεία ή οι λαμαρίνες, σκεπασμένες με αλουμινοχαρτό, τοποθετούνται στην πλάκα και ψήνονται εκεί με κλειστή την πόρτα για οκτώ ώρες. Σύμφωνα με την κ. Χαρούλλα Καδή, το οφτό ψήνεται στις πέντε ώρες και τις υπόλοιπες τρεις παραμένει στον φούρνο για να «καταστηθεί», δηλαδή να γίνει εξαιρετικά μαλακό και να πάρει όλη τη γεύση και το άρωμά του. Σύμφωνα με τον κ. Αρτέμιο Κίζη, ακόμη και το ξύλο με το οποίο προθερμαίνεται ο φούρνος έχει σημασία για το τελικό άρωμά του. Ο κ. Γιάννης Παπαϊωάννου επισημαίνει ότι το πιο σημαντικό για το οφτό είναι η καλή ποιότητα του κρέατος.

Τους φούρνους στις ταβέρνες και στα σπίτια έχτιζαν έμπειροι χτίστες. Γνωστός Αθηνίτης χτίστης φούρνων ήταν ο Κώστας Κίζης, ο γνωστός Άπλας, ο οποίος γεννήθηκε το 1924. Η πλάκα που χρησιμοποιούσαν για τους φούρνους, προερχόταν από τον σημερινό κατεχόμενο λόφο του Αϊλίκου κοντά στην Αθηνού. Πριν το 1974 γνωστοί ήταν οι μαρμαράδες, δηλαδή οι άντρες που η δουλειά τους ήταν να επεξεργάζονται την πέτρα. Ο Ανδρέας Μπίτσιρας στο βιβλίο του «Αθηνού. Αναμνήσεις από το χθες» (2013) αναφέρει ότι οι πλάκες που χρησιμοποιούνταν για τους φούρνους ήταν μεγάλες και χοντρές, για να αντέχουν στην πυρά (δυνατή φωτιά).

Κατά τον 20ό αιώνα οι οικογένειες πύρωναν τους φούρνους τις μεγάλες θρησκευτικές εορτές, όπως τα Χριστούγεννα και το Πάσχα και τις Κυριακές πριν από την εκκλησία. Οι γυναίκες σε κάθε γειτονιά έβαζαν το οφτό τους στον ίδιο φούρνο, εφόσον η χωρικήτικότητα ήταν μεγάλη.

Έτσι βοηθούσαν και οικογένειες που δεν είχαν δικό τους φούρνο. Μέχρι το μεσημέρι το οφτό και ξεχωριστά οι οφτές πατάτες ήταν έτοιμες. Η κ. Αναστασία Παπαϊωάννου θυμάται να μαζεύονται όλα τα μέλη της κάθε οικογένειας για να γευματίζουν μαζί.

Κατά την ίδια περίοδο, Αθηνίτες έψηναν το οφτό και το πρόσφεραν είτε στους γάμους, είτε δύο – τρεις φορές την εβδομάδα εκεί που είχαν τους φούρνους τους και αργότερα στις ταβέρνες τους. Ο κόσμος το αγόραζε και το έπαιρνε σπίτι του ή κάποιες παρέες κάθονταν στις ταβέρνες της εποχής. Οι οικογένειες και άλλοι φίλοι βοηθούσαν στην ετοιμασία και στο ψήσιμό του. Μέχρι στιγμής έχουν καταγραφεί οι ακόλουθοι, που πρόσφεραν το παραδοσιακό οφτό:

- Χάρης Κίζης (γεννήθηκε το 1899)
- Αντρέας Τουλούπης
- Κώστας Κίζης – Άπλας (γιος του Χάρη Κίζη)
- Φιλίππης Κοιλιάρης
- Δημήτρης Δεσποίνης
- Αντρέας Δεσποίνης (γιος του Δημήτρη Δεσποίνη)
- Κυριάκος Ταμπλιός (το 1935 έχτισε την ταβέρνα «Ταμπλιός»)

- Γιώργος Χάβας
- Κώστας Καρεκλάς (το 1970 έχτισε εστιατόριο και αίθουσα δεξιώσεων, που μέχρι την τουρκική εισβολή του 1974 πρόσφερε το οφτό. Μετά την εισβολή ο χώρος επιτάχθηκε από την κυβέρνηση, έγινε κάμπος των Ηνωμένων Εθνών και η ετοιμασία οφτού σταμάτησε)
- Νεόφυτος Νεοκλέους (προσφέρει το οφτό από τα τέλη της δεκαετίας του 1970, αρχικά στους θαμινώνες του Λούνα Παρκ – περιπέτρου – καφετέριας, το οποίο μετεξελίχθηκε στην Αίθουσα Δεξιώσεων «Ανάμνησις». Σήμερα λειτουργεί υπό τη διεύθυνση του γιου του Αντώνη Νεοκλέους)

- Μάρθα Σταύρου (από το 1989 προσφέρει το οφτό στους γάμους, στον χώρο δεξιώσεων ΣΤΑΥΜΑΝΙ)

- Γιάννης Παπαϊωάννου (από το 1993 διαδέχθηκε τον Κυριάκο Ταμπλιό στην ταβέρνα «Ταμπλιός»)

- Ταβέρνα Μαριωνής (από το 1995 προσφέρουν το οφτό)

- Χαρούλλα Καδή (από το 2004 διευθύνει την ταβέρνα «Χαρούλλα», η οποία τα προηγούμενα χρόνια ήταν γνωστή ως το κέντρο «Γιαλάκας» του Αντρέα Παπασιπύρου, ο οποίος επίσης πρόσφερε το οφτό).

Πολλοί είναι οι Αθηνίτες που συνεχίζουν σήμερα να ετοιμάζουν και να ψήνουν οι ίδιοι το οφτό σε παραδοσιακό φούρνο στο σπίτι τους.

Θερμές ευχαριστίες εκφράζονται προς την Κυπριακή Εθνική Επιτροπή UNESCO, τις Πολιτιστικές Υπηρεσίες του Υπουργείου Παιδείας και Πολιτισμού, την Ειδική Επιτροπή Ψλης Πολιτιστικής Κληρονομιάς, τους πληροφορητές και τους απανταχού Αθηνίτες, που διατηρούν την πολιτιστική κληρονομιά της Κύπρου ζωντανή. Τα άλλα στοιχεία που εγκρίθηκαν είναι:

Ο γαλακτοκομικός πολιτισμός της Κύπρου – αιτίες: Μουσείο Κυπριακών Τροφίμων και Διατροφής, Δήμος Αθηνού, Καλλινίκειο Δημοτικό Μουσείο Αθηνού, Δήμος Ακανθού, Αναπτυξιακή Εταιρεία Επαρχιών Άβρακας – Αρμιοχώστου, Κοινοτικό Συμβούλιο Δοράς, Κοινοτικό Συμβούλιο Κάτω Πύργου, Δήμος Λευκοκίτου, Κοινοτικό Συμβούλιο Πάχνας, Κοινοτικό Συμβούλιο Πισσουρίου, Κοινοτικό Συμβούλιο Πρασιείο – Αυδήμου, Κοινοτικά Συμβούλια Ριζοκαρπάσου, Λαογραφικός Όμιλος Ριζοκαρπάσου

Κυπριακές Φωνές – αιτίες: Μουσική Παρέα «Μούσα», Λαογραφικός Όμιλος Λεμεσού, Εταιρεία Κυπριακών Σπουδών, Ευαγόρας Καραγιώργης (μουσικοσυνθέτης, εκπαιδευτικός), Δρ. Αντιγόνη Πολυνέικη (μουσικολόγος) Ελιά: καλλιέργεια, παράγωγα, χρήσεις – αιτίες: Μουσείο Κυπριακών Τροφίμων και Διατροφής, Δήμος Τσερίου, Κοινοτικό Συμβούλιο Καπουτίου, Προσφυγικό Σωματείο Καλού Χωριού Καπού, Εκκλησιαστική Επιτροπή Καπουτίου Μαξίλλες Λυσοῦ – αιτίες: Κοινότητα Λυσοῦ, Σύνδεσμος Αποδήμων Λυσοῦ Παραδοσιακά αρτοποιήματα και ζυμώματα Ριζοκαρπάσου: τρόποι παρασκευής και εθιμική ζωή – αιτίες: Κοινοτικά Συμβούλια Ριζοκαρπάσου ενοριών Λεκού, Ανάβρουσης και Αγίας Τριάδας.

Με τις εγγραφές αυτές η Αθηνού έχει πετύχει μέχρι τώρα τις πιο κάτω εγγραφές στον Εθνικό Κατάλογο Ψλης Πολιτιστικής Κληρονομιάς: «Δαντέλες «Βενίς» ή «Πιπωτές» και αθηνίτικη ολόπλουρη δαντέλα (2015), «Η παράδοση της αρτοποιίας στην Αθηνού» (το αθηνίτικο ψωμί) (2017), «Το πανηγύρι του Αγίου Φωκά στην Αθηνού» (2017), το «αθηνίτικο λοκούμι του γάμου» (2018), ως ένα από τα «Έθιμα του παραδοσιακού κυπριακού γάμου», «το παραδοσιακό οφτό κλέφτικο της Κύπρου» (2019) και μαζί με το Μουσείο Τροφίμων και άλλους φορείς «Ο γαλακτοκομικός πολιτισμός της Κύπρου» (2019).

Γενική Επιμέλεια:
Νόννη Παπουτή Παπασιπύρου,
Εφορος Μουσείου

ΧΟΡΟΣ ΨΑΛΤΩΝ «ΚΥΠΡΙΟΙ ΜΕΛΩΔΟΙ» Η ΨΑΛΤΙΚΗ ΤΕΧΝΗ ΣΤΗΝ UNESCO

Του Ευάγγελου Γεωργίου

Ηδη από το 2015, ξεκίνησε η προσπάθεια συμπερίληψης της Ψαλτικής τέχνης στον κυπριακό εθνικό κατάλογο της άυλης πολιτιστικής κληρονομιάς. Ο χορός ψαλτών «Κύπριοι Μελωδοί» συμμετείχε από τότε στη συγγραφική ομάδα για υποστήριξη του εν λόγω στοιχείου, πράγμα που κατέστη δυνατό το 2017.

Κατά τη 14η Σύνοδο της Διακυβερνητικής Επιτροπής της Σύμβασης του 2003 της UNESCO για την προστασία της άυλης πολιτιστικής κληρονομιάς, που πραγματοποιήθηκε στη Μπογκοτά της Κολομβίας στις 9-14 Δεκεμβρίου 2019, εγκρίθηκε παμψηφεί, στις 11 Δεκεμβρίου, για εγγραφή στον Αντιπροσωπευτικό κα-

τάλογο στοιχείων άυλης πολιτιστικής κληρονομιάς της ανθρωπότητας η υποψηφιότητα του στοιχείου «Ψαλτική τέχνη» (Βυζαντινή Μουσική). Την υποψηφιότητα υπέβαλαν από κοινού η Κυπριακή και η Ελληνική Δημοκρατία και τον φάκελο υποψηφιότητας συνέταξαν οι εμπειρογνώμονες της Κυπριακής Εθνικής Επιτροπής UNESCO και της Διεύθυνσης Νεότερης Πολιτιστικής Κληρονομιάς του Υπουργείου Πολιτισμού και Αθλητισμού της Ελλάδας. Η αίτηση θεωρήθηκε υποδειγματική από το Σώμα Αξιολόγησης και αναρτήθηκε στην ιστοσελίδα της Σύμβασης.

Μέχρι στιγμής, η Κύπρος έχει εγγράψει στον Αντιπροσωπευτικό κατάλογο στοιχείων άυλης πολιτιστικής κληρονομιάς της ανθρωπότητας πέντε στοιχεία: το «Λευκαρίτικο κέντημα» το 2009,

τα «Τοιατιστά» το 2011, τη «Μεσογειακή Διατροφή» το 2013 σε συνεργασία με άλλες έξι χώρες, την «Τέχνη της ξερολιθιάς» το 2018 σε συνεργασία με άλλες επτά χώρες, και την «Ψαλτική τέχνη» (Βυζαντινή μουσική) το 2019 σε συνεργασία με την Ελλάδα.

Την Τρίτη, 28 Ιανουαρίου 2020, πραγματοποιήθηκε εορταστική εκδήλωση στο Δημοτικό Θέατρο Λευκωσίας για ενημέρωση του κοινού επί των πιο πάνω σημαντικών θεμάτων που αφορούν την ψαλτική τέχνη και τη συμπερίληψή της στον παγκόσμιο κατάλογο Άυλης Πολιτιστικής Κληρονομιάς της Ανθρωπότητας της UNESCO. Η εκδήλωση περιελάμβανε ψαλτικό πρόγραμμα από πέντε χορωδίες, εκ των οποίων και η χορωδία μας «Κύπριοι μελωδοί».



© 28 Ιανουαρίου 2020,
Κυπριακή Εθνική Επιτροπή
UNESCO / Μιχάλης Ιωάννου

ΚΕΝΤΡΟ ΤΕΧΝΙΚΟΥ ΕΛΕΓΧΟΥ ΟΧΗΜΑΤΩΝ (ΜΟΤ)

A.A HADJIPIERIS
MOT LTD



**Παραλαβή και παράδοση
του οχήματος από το σπίτι
ή το χώρο εργασίας σας**

(Μ Ο Τ)
στην Αθηνών

Άμεση εξυπηρέτηση

Επαγγελματισμός

Εμπιστοσύνη

Τελευταίου τύπου εξοπλισμός

Ελευθέριου Βενιζέλου 69

Τ.Κ. 7600 Αθηνών

Τηλ.: 24522349 • ΦΑΧ 24522349

Κιν.: 99311901

E-mail: mothadjipieri@gmail.com

«Η ΛΕΩΦΟΡΟΣ ΤΩΝ ΕΥΧΩΝ»

Μεγάλη γιορταστική εκδήλωση των Δήμων

Την Κυριακή 1η Δεκεμβρίου 2019 η Λεωφόρος Αρχιεπισκόπου Μακαρίου Γ', μπροστά από το Καλλινίκειο Δημοτικό Μέγαρο, μετατράπηκε σε «Λεωφόρο των Ευχών». Η Πολιτιστική Επιτροπή, σε συνεργασία με τον Δήμο Αθηνών, το Δημοτικό Συμβούλιο Νεολαίας και την Επιτροπή Βιβλιοθήκης και Εκδόσεων, ετοίμασαν μια καθόλα γιορτινή ατμόσφαιρα με ποικίλες δραστηριότητες. Η Δημοτική Βιβλιοθήκη φιλοξένησε πέραν των εξήντα παιδιών ηλικίας 4 έως 7 ετών, τα οποία με ενθουσιασμό άκουσαν την ανάγνωση ενός παιδικού παραμυθιού από τον ηθοποιό και συγγραφέα Ανδρέα Νικολαΐδη και στη συνέχεια έφτιαξαν γιορτινές χειροτεχνίες με τη βοήθεια εκπαιδευτικών και εθελοντών. Παράλληλα, στον χώρο του Μουσείου, εθελοντές υποδέχτηκαν παιδιά ηλικίας 8 έως 12 ετών για να κατασκευάσουν χριστουγεννιάτικες κατασκευές. Με την ολοκλήρωση των παιδικών δραστηριοτήτων κατέφτασε στην είσοδο του Δημαρχείου ο Άγιος Βασίλης με ένα ασυνήθιστο ποδήλατο με 4 τροχούς. Τα παιδιά ενθουσιασμένα περίμεναν υπομονετικά να βγάλουν αναμνηστική φωτογραφία με τον Άγιο Βασίλη, ο οποίος τους μοίραζε λιχουδιές. Την ίδια ώρα ο δρόμος είχε κατακλυστεί από μικρούς και μεγάλους που έκαναν τη βόλτα, αλλά και τα ψώνια τους, μιας και είχαν στηθεί πέραν των είκοσι περι-

πέρων με εδέσματα, κοσμήματα, στολίδια κ.ά. Αξίζει να σημειωθεί πως και φέτος υπήρχε το καθιερωμένο «Δεντράκι των Ευχών», όπου αναγράφονταν οι ανάγκες των παιδιών που φοιτούν στα δημόσια και ιδιωτικά εκπαιδευτήρια όλων των βαθμίδων. Επί τη ευκαιρία να ευχαριστήσω θερμά τους εθελοντές Μαρία Χ. Πασιού, Γεωργία Χατζηθεοχάρους και Γιαννούλα Χαραλάμπους, καθώς επίσης και όλους εκείνους που ανέλαβαν να κάνουν δώρο σε κάποιο παιδί. Σας ευχαριστούμε θερμά για την αγάπη και το ενδιαφέρον σας και από αυτό το βήμα. Στο καλλιτεχνικό μέρος, η χορωδία του Δημοτικού Πολιτιστικού Ομίλου Αθηνών, υπό τη διεύθυνση της κας Χριστίνας Χατζησταθού, μας χάρισαν υπέροχες χριστουγεννιάτικες μελωδίες. Ο Δήμαρχος κ. Κυριάκος Καρεκλάς στον σύντομο χαιρετισμό του ευχαρίστησε όλους όσους βοήθησαν στην πραγματοποίηση της εκδήλωσης, τους εκθέτες, τους εθελοντές, την πρόεδρο του Δημοτικού Πολιτιστικού Ομίλου κα Ελένη Ποιτίη, τη μαέστρο και τα μέλη της χορωδίας, τα μέλη των Επιτροπών Πολιτισμού και Βιβλιοθήκης και Εκδόσεων για τη διοργάνωση και ευχήθηκε σε όλους υγεία, ειρήνη και οικογενειακή ευτυχία για το νέο έτος. Ακολούθως, δόθηκαν ενθύμια στις εθελόντριες που ανέλαβαν τον Χριστουγεννιάτικο διάκοσμο του Δήμου Αθηνών και με τη δημιουργικότητα

και τη φαντασία τους κατάφεραν να συζητάει όλη η Κύπρος τις δημιουργίες τους. Η κα Αντρούλα Έλληνα και η κα Αλέκα Κουφοπαύλου μας στηρίζουν διαχρονικά και τις ευχαριστούμε θερμά. Στο τέλος, η διασκέδαση ανέλαβαν με τις μουσικές τους, ο DJ Mr. Beattle Δημήτρης Ιεροδιακόνου και ο Αντρέας Κολιάς. Και στη φετινή εκδήλωση το δώρο που έκανε ο Δήμος Αθηνών στους επισκέπτες της εκδήλωσης, ήταν οι δωρεάν αναμνηστικές φωτογραφίες στο υπαίθριο Photobooth. Άλλοι με ταμορφώθηκαν με σκουφιά, άλλοι με κορδέλες, άλλοι με περούκες... Το κοινό χαρακτηριστικό όλων ήταν το μεγάλο χαμόγελο και η χαρά που ξεχείλιζε. Είμαστε ευγνώμονες σε όλους τους επαγγελματίες που προσέφεραν τις υπηρεσίες τους για τις ανάγκες της εκδήλωσης, στο εργατικό και υπαλληλικό προσωπικό του Δήμου Αθηνών, ιδιαίτερα στη Νατάσα Γεωργίου Καρούσιου, στον Γιάννο Γερμανό, στον πάντα πρόθυμο «Άνδρην» Λευτέρη Σίμου, στη Σταυρούλα Γεωργίου, στον Milos Ilic και στη Σταυρούλα Τσιμούρη. Θερμές ευχαριστίες στους διευθυντές, στους εκπαιδευτικούς και στο προσωπικό των σχολείων για την αγαστή συνεργασία. Οι προσπάθειές μας για αναβάθμιση και εμπλουτισμό των πολιτιστικών δράσεων θα συνεχιστούν αμείωτες και το τρέχον έτος και γί-



νονται δεκτές εισηγήσεις και ιδέες ολόχρωνα! Παράκλησή μας προς όλους τους δημότες να αγκαλιάζουν τις δράσεις μας και να μας στηρίζουν έμπρακτα, διότι μας ενώνει όλους η αγάπη και η ευημερία του τόπου μας.

Λέσποινα Πασιού-Μαγγανή
Δημοτική Σύμβουλος
Πρόεδρος Πολιτιστικής Επιτροπής



Η ΓΩΝΙΑ ΤΗΣ ΦΥΣΗΣ

Αφιέρωμα: Το θεραπευτικό φυτό Αλόη Βέρα, η καλλιέργεια και οι χρήσεις του

Το φυτό αλόη βέρα είναι γνωστό και χρησιμοποιείται για αιώνες για τις ιδιότητές του στην υγεία, την ομορφιά, τη φαρμακευτική και την περιποίηση του δέρματος. Κατάγεται πιθανότατα από τη Βόρεια Αφρική, τις Κανάριους Νήσους και το Πράσινο Ακρωτήριο. Σήμερα, το φυτό αλόης βέρα έχει χρησιμοποιηθεί για διάφορους ιατρικούς σκοπούς. Καλλιέργεια Αλόη Βέρα: Η Aloe vera είναι ένα κλασικό φυτό που μεγαλώνει ως καλλωπιστικό. Εξαιτίας των ανθών, του χυμού και της μορφής του θεωρείται ως φαρμακευτικό φυτό από τους σύγχρονους καλλιεργητές. Ο χυμός που περιέχει βοηθά το φυτό και είναι ικανό να επιβιώσει σε περιοχές με χαμηλή βροχόπτωση, καθιστώντας το ιδανικό για καλλιέργειες σε βραχώδεις περιοχές και περιορισμένης κατανάλωσης νερού. Εντούτοις, δεν είναι ανθεκτικό στην παγωνιά και τα χιόνια. Αντίθετα, είναι οχευτικό ανθεκτικό στα περισσότερα παρασιτικά έντομα εκτός από κάποια, όπως σκαθάκια του αλευριού, λεπιδόπτερα και μελίγκρες, όπου μπορεί να προκαλέσουν βλάβη στο φυτό. Για τη φύτευσή του προτείνονται πάλινες γλάστρες με αμμώδες αποξηραμένο χώμα και συνθήκες υψηλής ηλιοφάνειας. Επίσης, σημαντικό είναι το χώμα να αφήνεται να ξηρανθεί εντελώς προτού ξανά ποτιστεί. Κατά τη χειμερινή περίοδο και ειδικά όταν υπάρχουν χαμηλές θερμοκρασίες, καλό θα ήταν τα φυτά να φυλάσσονται σε εσωτερικούς χώρους, διότι απαιτείται ενυδάτωση. Ο μέσος όρος ύψους των φυτών που ωριμάζουν κυμαίνεται στα 28-38εκ. Επίσης, κάθε φυτό έχει συνήθως 12-16 φύλλα, τα οποία όταν ωριμάσουν έχουν βάρος 3 κιλά το καθένα. Τα φυτά μπορούν να συγκομίζονται κάθε 6-8 εβδομάδες και σε κάθε συγκομιδή αφαιρούνται 3 έως 4 φύλλα ανά φυτό. Επίσης τα φύλλα αποτελούνται από 3 στρώματα τη γέλη (τζελ), το λατέξ και την κρούστα, τα οποία περιέχουν ωφέλιμα συστατικά. Το φυτό χρειάζεται τέσσερα χρόνια για να φθάσει στο στάδιο της ωρίμανσης και έχει περίπου δώδεκα χρόνια ζωής. Θρεπτική αξία του φυτού: Έρευνες έχουν δείξει ότι η Aloe vera αποτελείται από 200 συστατικά, συμπεριλαμβανομένων πολυσακχαριτών, γλυκοπρωτεϊνών, αμινοξέων, ενζύμων, βιταμινών

και μεταλλικών στοιχείων. Εξαιτίας αυτών των ωφέλιμων συστατικών που διαθέτει κατατάσσεται στα πιο αποτελεσματικά ομοιοπαθητικά θεραπευτικά στην ιατρική. Το φυτό περιλαμβάνει 96% περιεκτικότητα σε νερό και 4% ενεργά συστατικά, όπως χρήσιμα έλαια, αμινοξέα, μέταλλα, βιταμίνες, ένζυμα, γλυκοπρωτεΐνες, γλυκοσίδια και πολυσακχαρίτες. Θεραπευτικές ιδιότητες: Μετά από έρευνες έχει βρεθεί ότι η Aloe vera έχει επιτυχημένες δράσεις για την υγεία του ανθρώπου, όπως: αντιφλεγμονώδης δράση (επούλωση των πληγών), αντιδιαβητική δράση, ανοσοδιεγερτική-αντικαρκινική δράση, καρδιακή δράση (για θεραπεία της δυσκοιλιότητας), αντισηπτική δράση (ελέγχουν βακτήρια και ιούς), καθώς επίσης δρα στο κυκλοφορικό σύστημα μειώνοντας την αρτηριακή πίεση, την χοληστερόλη και ασκεί ευεργετική δράση στην καρδιά και τα αγγεία. Επίσης βοηθά στη θεραπεία της ψωρίασης. Παρενέργειες από υπερβολική χρήση: Συνιστάται προσοχή στην ποσότητα και στη διάρκεια της χρήσης αφού η υπερβολική χρήση της Αλόη Βέρα σχετίζεται με διάρροια, ηλεκτρολυτικές διαταραχές, δυσλειτουργία των νεφρών, δερματίτιδα και προκαλεί αλληλεπιδράσεις με άλλα συμβατικά φάρμακα. Άλλες παρενέργειες που εμφανίζονται όταν καταναλώνονται υπερβολικές ποσότητες αλόης είναι κράμπες του γαστρεντερικού σωλήνα, αίσθηση διάτασης και κοιλιακό άλγος. Η μακροχρόνια χρήση ή η κατάχρηση μπορεί να οδηγήσει σε διάρροια, μερικές φορές με αίμα, νεφρίτιδα, απώλεια βάρους και διαταραχές της καρδιάς. Οι περισσότεροι βοτανολόγοι συστήνουν ότι πρέπει να αποφεύγεται η χρήση της αλόης κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης, λόγω του ότι ελλοχεύει κίνδυνος να προκληθούν συσπάσεις στη μήτρα, μπορεί να προκαλέσει αποβολές και τόνωση της εμμήνου ρύσεως.

Κωνσταντίνος Χριστοδούλου
Γεωπόνος



Περιοδεύουσα Συμβουλευτική

στην Επαρχία Λάρνακας για την οικογένεια και το παιδί

Εντελώς Δωρεάν

Η Περιοδεύουσα Συμβουλευτική επισκέπτεται κάθε Δήμο της Επαρχίας Λάρνακας 1 φορά την εβδομάδα

Αξιολόγηση και αντιμετώπιση

Μαθησιακών δυσκολιών
(δυσλεξία, δυσγραφία, έλλειψη προσοχής, έλλειψη συγκέντρωσης)

Προβλημάτων συμπεριφοράς
(αντιδράσεις ζήλιας, απειθαρχία, υπερκινητικότητα, επιθετικότητα, προσκόλληση σε ηλεκτρονικά παιχνίδια, έλλειψη κοινωνικότητας,)

Συναισθηματικών δυσκολιών
(άγχος, φόβος, θλίψη, μελαγχολία, διακερίση θυμού)

Ετοιμάζονται ψυχολογικές εκθέσεις για μαθητές



Επιχορηγούν οι Δήμοι Λάρνακας και η Αρχή Αντιμετώπισης Εξαρτήσεων
ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ: Τηλ. 70005537 & 99856262

ΔΗΜΟΤΙΚΟΣ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ Οι Άθλιοι - Φεστιβάλ Ερασιτεχνικού Θεάτρου ΘΟΚ



“Όταν αποφασίζαμε να ανεβάσουμε τους Άθλιους γνωρίζαμε τις τεράστιες δυσκολίες που εμπεριέχει το εγχείρημά μας. Έργο εποχής, παγκόσμιας ακτινοβολίας, με πάρα πολλούς χαρακτήρες, περίπλοκα κοστούμια, πολλά σκηνικά, αλλά και με τεράστια πανανθρώπινα μηνύματα η αποστολή φάνταζε ακατόρθωτη, αλλά τα παιδιά επέμεναν, ξόδεψαν πάρα πολλές από τις ελεύθερές τους ώρες και πιστεύω έχουμε τις δυνατότητες για μια αξιοπρεπή παράσταση».

Αυτά αναγράφει στο σημειώμά του ο σκηνοθέτης και σκηνογράφος της παράστασης «Οι Άθλιοι» του Βίκτωρος Ουγκό, Κυριάκος Κυριάκου, ο οποίος ανέλαβε και τη θεατρική προσαρμογή του γνωστού αριστουργήματος από τον κινηματογράφο. Το όλο εγχείρημα παρουσιάστηκε από τη θεατρική ομάδα του Δημοτικού Πολιτιστικού Ομίλου Αθηνών την Τρίτη 19 Νοεμβρίου 2019 στην Αίθουσα Εκδηλώσεων του Γυμνασίου Αθηνών. Κατά γενική ομολογία, άφησε άριστες εντυπώσεις, τόσο στο κοινό, όσο και στα μέλη της κριτικής επιτροπής του ΘΟΚ, αφού παρουσιάστηκε στο πλαίσιο του Παγκύπριου Φεστιβάλ Ερασιτεχνικού Θεάτρου που διοργα-

νώνεται κάθε χρόνο. Η διάκριση «Έπαινος σκηνογραφίας», που εξασφάλισε το έργο από την κριτική επιτροπή, δικαιώνει απόλυτα όχι μονάχα τον σκηνογράφο και σκηνοθέτη Κυριάκο Κυριάκου, αλλά και όλη την ομάδα - ηθοποιούς, ενδυματολόγο, διευθύντρια σκηνής. Το έργο δεν παρουσιάστηκε ως μιούζικαλ, ωστόσο ενσωματώθηκαν στην παράσταση μερικά από τα πιο γνωστά και αγαπημένα τραγούδια, όπως «I dreamed a dream» και «Do you hear the people sing». Επιπρόσθετα αναφέρουμε ότι η παράσταση ανεβάστηκε και στο 8ο Φεστιβάλ Ερασιτεχνικού Θεάτρου Κοντέας στις 10 Οκτωβρίου 2019 στο κινηματοθέατρο «Καλλιθέα» στην Αραδίππου. Παρουσιάστηκε επίσης, ως ένδειξη εκτίμησης και ανταπόδοσης για την παραχώρηση της αίθουσας, στους μαθητές και το διδακτικό προσωπικό του Γυμνασίου Αθηνών στις 4 Δεκεμβρίου 2019.

Λεωφόρος Χριστουγέννων-1η Δεκεμβρίου 2019

Μπροστά στο καταστόλιστο Καλλινίκειο Δημοτικό Μέγαρο μαζευτήκαμε μια παρέα από μέλη της χορωδίας του Δημοτικού Πολιτιστικού Ομίλου Αθηνών. Μαζί μας η μαέστρος -



η δασκάλα μας - όπως τρυφερά την αποκαλούμε, Χριστίνα Χατζηνοτάθη. Σκοπός μας να προσφέρουμε ζεστές χριστουγεννιάτικες νότες τραγουδώντας γλυκά «Ω μικρέ μας Χριστέ», «Των Χριστουγέννων καμπάνες» και «Με στεφάνια ιρέζτε όλοι». Εμπλουτίσαμε με τον τρόπο μας το εορταστικό πρόγραμμα του κυριακάτικου δειλινού της πρώτης του Δεκεμβρίου που, ομολογουμένως, δεν είχε ύποτα να ζηλέψει από τη χριστουγεννιάτικη αγορά των ευρωπαϊκών πόλεων. Κι από χρόνου...

Μαριάννα Παπαμιχαήλ

Μέλος Χορωδίας Δ.Π.Ο. Αθηνών

ΔΗΚΟ-ΓΟΔΗΚ ΑΘΗΝΟΥ

ΠΑΖΑΡΑΚΙ ΑΓΑΠΗΣ ΣΤΗ ΛΕΩΦΟΡΟ ΤΩΝ ΕΥΧΩΝ

Η Γυναικεία Οργάνωση του Δημοκρατικού Κόμματος Αθηνών, στα πλαίσια της κοινωνικής, φιλανθρωπικής της προσφοράς, πραγματοποίησε παζαράκι αγάπης στη Λεωφόρο των Ευχών, που οργάνωσε ο Δήμος Αθηνών μπροστά από το Καλλινίκειο Δημοτικό Μέγαρο την 1η Δεκεμβρίου 2019. Αναμφίβολα, είναι σπουδαία και τεράστια η αξία αυτής της πράξης ανθρωπιάς και ευαισθησίας προς τους συνανθρώπους μας. Η προσφορά χωρίς τυμπανοκρουσίες αποτελεί στοιχείο της πίστης μας και νοηματοδοτεί τη ζωή μας. Όλο το χρηματικό ποσό δόθηκε με κάθε απλότητα και ταπεινότητα σε συνανθρώπους μας και ευ-

χαριστούμε θερμά όλους όσοι στήριξαν την προσπάθειά μας αυτή. Θερμές ευχαριστίες απευθύνουμε και στην Επαρχιακή Επιτροπή ΔΗΚΟ Λάρνακας, που παραχώρησε κουπόνια σε συνδημιότες μας, μέσα στο ίδιο εορταστικό πνεύμα αλληλοβοήθειας και ανιδιοτελούς προσφοράς. Επίσης, ευχαριστούμε τον Δήμο Αθηνών και τις δημοτικές επιτροπές για την όμορφη αυτή διοργάνωση, που έχει γίνει πλέον θεσμός στον Δήμο Αθηνών τις γιορτινές ημέρες των Χριστουγέννων. Τέλος, απευθύνουμε θερμές ευχαριστίες στα μέλη της ΓΟΔΗΚ Αθηνών, που εργάστηκαν με μεγάλη χαρά και προθυμία, καθώς και στον κ. Ευδόκιμο Ευσταθίου για τη συνεισφορά του.

ΚΩΣΙΜΟ ΒΑΣΙΛΟΠΙΤΑΣ

Στις 10 Ιανουαρίου 2020 υλοποιήθηκε με μεγάλη επιτυχία μέσα σε μια γιορτινή ατμόσφαιρα, η καθιερωμένη πρωτοχρονιάτικη εκδήλωση του ΔΗΚΟ Αθηνών στο οικογενειακό κέντρο «Ταμπιλίος». Οι παρευρισκόμενοι απόλαυσαν το εύγεστο φαγητό και αντάλλαξαν ευχές για τη νέα χρονιά. Παρευρέθηκαν βουλευτές, πολλοί αξιωματούχοι του κόμματος, ο Δήμαρχος Αθηνών και πολλά μέλη και έκοψαν τη βασιλόπιτα, σηματοδοτώντας μέσα σε μια γιορτινή ατμόσφαιρα την έναρξη της νέας χρονιάς 2020. Ευχήθηκαν όλοι την απελευθέρωση της πατρίδας μας και την επανένωσή της μέσα σε ένα πνεύμα ειρήνης και δικαιοσύνης, καθώς και οικογενειακή ευτυχία, χαρά και υγεία.

Ευχαριστούμε την Αναπληρώτρια Πρόεδρο του ΔΗΚΟ, κ. Χριστιάνα Ερωτοκρίτου, τον Αντιπρόεδρο του ΔΗΚΟ, κ. Αλέκο Τρυφωνίδη, τους βουλευτές ΔΗΚΟ Λάρνακας, κ. Γεώργιο Προκοπίου και κ. Χρίστο Ορφανίδη, τον Ευρωβουλευτή ΔΗΚΟ, κ. Κώστα Μαυρίδη, τον Δήμαρχο Αθηνών, κ. Κυριάκο Καρεκλά, τον Πρόεδρο του ΔΗΚΟ Λάρνακας, κ. Κωσταντίνου Σκεπαρνίδη, τον Πρόεδρο του ΔΗΚΟ Αθηνών, κ. Γιαννάκη Μιχαηλίδη, τον κ. Ευδόκιμο Ευσταθιάδη, τα υπόλοιπα μέλη των Επαρχιακών Επιτροπών Λάρνακας και Λευκωσίας που παρευρέθησαν, τα μέλη της τοπικής επιτροπής και όλους όσοι τίμησαν με την παρουσία τους την εκδήλωση.

Τοπική Επιτροπή ΔΗΚΟ-ΓΟΔΗΚ Αθηνών



ΕΠΙΚΗΔΕΙΟΣ ΚΩΣΤΑ ΑΝΤΩΝΗ ΣΙΑΜΑΗΛΑ

ΑΓΩΝΙΣΤΗΣ ΤΗΣ Ε.Ο.Κ.Α. 1955-1959 ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΚΟΣ ΚΡΑΤΟΥΜΕΝΟΣ ΣΤΑ ΚΡΑΤΗΤΗΡΙΑ ΚΟΚΚΙΝΟΤΡΙΜΙΘΙΑΣ ΚΑΙ ΠΥΛΑΣ

ΑΠΟΘΑΝΩΝ ΤΗ 14Η ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ 2019 ΚΑΙ ΚΗΔΕΥΘΕΙΣ ΤΗ 16Η ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ 2019

Εκ μέρους των συναγωνιστών της Ε.Ο.Κ.Α. 55-59 της ομάδας Αθηναίου, απευθύνω τον ύστατο χαιρετισμό στον συναγωνιστή και ξεχωριστό μου φίλο Κώστα Αντώνη Σιαμαήλα, που γεννήθηκε στο χωριό Τύμπου της Επαρχίας Λευκωσίας το έτος 1936.

Ο Κώστας στα 20 του χρόνια περίπου αρραβωνιάζεται την Σταυρούλλα Ηλία Πασιού από την Αθηναίου και μετακομίζει στην Αθηναίου. Εργάζεται ως σιδηρουργός στο σιδηρουργείο του Κώστα Λοΐζου στη Λευκωσία. Ο Κώστας Λοΐζου, μετέπειτα Ηρώας της Ε.Ο.Κ.Α., αφού σκοτώθηκε στη μάχη της κατάληψης του Αστυνομικού Σταθμού Πύργου Τηλλυρίας, μνεί τον Κώστα στην οργάνωση. Του αναθέτει διάφορες αποστολές, κατασκευή βομβών, μεταφοράς όπλων και άλλες.

Όταν ο Κώστας Λοΐζου βγαίνει αντάρτης, ήταν επόμενο οι Άγγλοι να συλλάβουν και τον Κώστα. Περνά κάτω από απάνθρωπες ανακρίσεις και στο τέλος τον στέλνουν στα Κρατητήρια Κοκκινότριμιθιάς και μετέπειτα στα Κρατητήρια Πύλας, όπου κρατείται για δύομισι χρόνια περίπου. Περιπτώ να περιγράψω όπως πολλές φορές μου έλεγε τα βάσανα των κρατουμένων, τόσο σωματικά όσο και ψυχολογικά. Ο Κώστας, όντας αρραβωνιασμένος με τη Σταυρούλλα, ένιωθε το βάρος και τα βάσανα που υποβάλλετο η αρραβωνιαστική του να τρέχει κάθε λίγο και λιγάκι να τον επισκέπτεται και να υποφέρει και αυτή μαζί του. Αλλά όπως μου έλεγε, είχε πάντα την ελπίδα του στον Θεό ότι μια μέρα θα ελευθερωθεί και θα παντρευτεί τη Σταυρούλλα του και θα κάνουν την οικογένειά τους. Με το τέλος του Αγώνα της Ε.Ο.Κ.Α. και την απελευθέρωση της Κύπρου από τους Άγγλους, οι προσδοκίες του πραγματοποιούνται.

Ο Κώστα Σιαμαήλας, ένας εξαιρετος άνθρωπος, αυτοδημιούργητος, παντρεύεται τη Σταυρούλλα και αποκτούν τέσσερα παιδιά, τη Μαρία, τον Αντώνη, την Ελένη και τον Ηλία, τα οποία μεγάλωσαν με θυσία και αγάπη και τους έδωσαν όλα



64^{ος} Λόχος Αθηνών, 1963. Ο Κ. Σιαμαήλας είναι ο τέταρτος από αριστερά



Στα Κρατητήρια Κοκκινότριμιθιάς. Ο Κ. Σιαμαήλας είναι κάτω δεξιά



Με τον ήρωα Κώστα Λοΐζου στο σιδηρουργείο στη Λευκωσία, εκεί που κατασκεύαζαν τις βόμβες. Ο Κ. Σιαμαήλας είναι στο κέντρο πάνω

εκείνα τα εφόδια που χρειάζονται στη ζωή, έτσι που να γίνουν άξιοι πολίτες. Ο Θεός τους αξίωσε να χαρούν και οχτώ εγγόνια.

Ο Αγωνιστής Κώστας συνεχίζει. Είναι από τους πρώτους και εκλεκτούς του δημιουργηθέντος Λόχου Εθελοντών Αγωνιστών για την αντιμετώπιση της τουρκικής ανταρσίας του 1963-1964 στην Αθηνών. Είναι ένας από τους τρεις ομαδάρχες μιας Διμοιρίας του Λόχου. Υπηρετεί με σθένος και εκτελεί με αποφασιστικότητα μαζί με τους άντρες του κάθε αποστολή που του ανατίθεται. Έχει ηγετικές ικανότητες και είναι πειθαρχημένος. Ακούει και συμβουλεύει συνάμα.

Σε μια άλλη πτυχή της ζωής του, αναμνηστικά στα αθλητικά, γίνεται μέλος του Α.Σ. Οθέλλος και πολύ σύντομα μέλος της Επιτροπής του Οθέλλου για χρόνια. Μετά την τραγωδία της Κύπρου το 1974, όντας αυτοεργαζόμενος, τα πρώτα χρόνια λιγοστεύουν οι δουλειές και για κάποιο χρονικό διάστημα εργάζεται στις Αραβικές χώρες. Όμως του λείπει η οικογένειά του. Με την ίδρυση κομμάτων γίνεται δραστήριο μέλος του Δημοκρατικού Κόμματος και προσφέρει αρκετές υπηρεσίες στο κόμμα αυτό.

Φτάνοντας αισίως στην ηλικία που ο κάθε άνθρωπος παίρνει τον δρόμο της ξεκούρασης των γηρατειών, εκκλησιάζεται τακτικότητα και ετοιμάζει τον εαυτό του για το μεγάλο ταξίδι που δεν υπάρχει επιστροφή. Κα πολλές φορές μου έλεγε: «Ρε φίλε, στην ηλικία που φτάσαμε είναι σαν να είμαστε μέσα σε ένα ναρκοπέδιο, δεν ξέρουμε πότε θα πατήσουμε τη νάρκη». Μας έφυγε στα 83 του χρόνια και τώρα μπροστά μας σ' αυτό το φέρετρο, ήρεμος και γαλήνιος αναπαύεται ο Κώστας Αντώνης Σιαμαήλας, ένας αγωνιστής της ελευθερίας και της ζωής. Εκφράζοντας τα θερμά μου συλλυπητήρια, τόσο εκ μέρους μου, όσο και των επιζώντων συναγωνιστών, καταθέτω το στεφάνι τούτο, σε ένδειξη τιμής για τους αγώνες του. Ας είναι η μνήμη του αιώνια.

ΕΠΙΚΗΔΕΙΟΣ ΧΡΙΣΤΟΥ ΚΥΡΙΑΚΟΥ ΠΟΥΓΕΡΑΣΗ

ΑΓΩΝΙΣΤΗΣ ΤΗΣ Ε.Ο.Κ.Α. 1955-1959 ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΚΟΣ ΚΡΑΤΟΥΜΕΝΟΣ ΣΤΑ ΚΡΑΤΗΤΗΡΙΑ ΠΥΛΑΣ.

ΑΠΟΘΑΝΩΝ ΤΗΝ 6Η ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΥ 2020 ΚΑΙ ΚΗΔΕΥΘΕΙΣ ΤΗΝ 7Η ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΥ 2020

Κάθε φορά που αναλαμβάνω να αποχαιρετήσω εκ μέρους των επιζώντων συναγωνιστών της ΕΟΚΑ 55-59 της ομάδας της Αθηνών ένα συναγωνιστή που μας έφυγε χθες, ημέρα των Θεοφανείων, με διακατέχει από χθες μια συγκίνηση και από καρδιάς λέω ότι έχω πράγματι υποχρέωση σαν επιζών συναγωνιστής και φίλος να εκτελέσω το καθήκον μου, το οποίο δεν είναι άλλο, παρά να σκιαγραφώ με τα φτωχά μου λόγια το τι προσέφερε στον Αγώνα της ΕΟΚΑ 1955-1959 ο Χρίστος Κυριάκου Πουγεράσης.

Ο Χρίστος το 1955 νέος 20 χρόνων και δραστήριο μέλος του Γεωργικού Συλλόγου ΡΕΑ μαζί με μερικούς άλλους νέους με ανήσυχα μυαλά μεταξύ των οποίων και ο μετέπειτα ήρωας της ΕΟΚΑ της Αθηνών Αρτέμιος Κ. Φραντζέσκου συζητούσαν μέσα στον Σύλλογο ΡΕΑ ότι έπρεπε κάτι να κάνουν για ένα καλύτερο μέλλον του γεωργικού κόσμου.

Ο Παναγιώτης Κουμενής, ο τότε Δήμαρχος της Αθηνών, λίγους μήνες πριν από την 1η Απριλίου 1955 ήταν μνημένος από τον Αρχιεπίσκοπο Μακάριο ότι θα άρχιζε ένοπλος απελευθερωτικός αγώνας.

Λίγες μέρες μετά την έναρξη του Αγώνα της ΕΟΚΑ της 1ης Απριλίου ο Παναγιώτης Κουμενής κάλεσε στο σπίτι του τον Χρίστο και αφού ανέσυρε από το συρτάρι του γραφείου του την παράνομη εφημερίδα ΕΝΩΣΙΣ, την έδωσε στον Χρίστο και του είπε: «Εσάς τους νέους σας αναμένουν μεγάλοι αγώνες για την Πατρίδα και αναμένω από εσένα να φωνάξεις και κάποιους άλλους δυναμικούς νέους και θα σας πάρω κάπου να δώσετε τον όρκο της ΕΟΚΑ».

Πράγματι σε λίγες μέρες μια ομάδα νέων από την ΡΕΑ ορκίστηκαν μια νύκτα στο Μετόχι του Κύκκου στην Έγκωμη Λευκωσίας ενώπιον του Αρχιμανδρίτη Κωνσταντίνου Λευκωσιώτη που έφερε το ψευδώνυμο Τσέλιγκας.

Εκεί έδωσαν τον όρκο της ΕΟΚΑ ο Αρτέμιος Κ. Φραντζέσκου, ο Χρίστος Κ. Πουγεράσης και οι άλλοι νέοι της Αθηνών.

Με την έναρξη δράσης της ομάδας της Αθηνών, ο Χρίστος ήταν το δεξί χέρι του ομαδάρχη της Αθηνών Αρτέμιου, ο οποίος πήρε το ψευδώνυμο ΑΘΩΣ. Ο Χρίστος έλαβε μέρος σε ενέδρες που στήθηκαν κατά των Άγγλων κατακτητών, στη συγκέντρωση των κυνηγετικών όπλων της Αθηνών, στη μεταφορά, φύλαξη και διατήρηση των όπλων και πολλές άλλες δραστηριότητες της οργάνωσης. Τη νύκτα της 11ης Αυγούστου 1956 ο Χρίστος ήταν στο σπίτι του Αρτέμιου μαζί με άλλους συναγωνιστές για την κατασκευή μπα-



ρουσιού. Όταν κατασκευάστηκε κάποια ποσότητα ο Χρίστος πήρε λίγο μπαρούτι με τα τρία του δάκτυλα, το έβαλε στη γωνιά του σπιτιού και άναψε σπύρτο να το δοκιμάσει. Με το άναμμα του σπύρτου πήραν φωτιά τα δάκτυλά του και αναγκάστηκε να φύγει. Φεύγοντας ο Χρίστος συνέτισσε στους υπόλοιπους να προσέχουν. Όμως δυστυχώς επακολούθησε το ίδιο βράδυ, η γνωστή θυσία του Ηρώα της Αθηνών Αρτέμιου Κ. Φραντζέσκου.

Ο Χρίστος συνέχισε τη δράση του μετά τον θάνατο του φίλου του Αρτέμιου μέχρι και το καλοκαίρι του 1958 όπου οι Άγγλοι, κατά το λεγόμενο ανθρωπομάζεμα, συνέλαβαν αρκετούς Αθηνίτες μεταξύ αυτών και τον Χρίστο. Αφού τους μετέφεραν στα κρατητήρια Πύλας, ξεχώρισαν τον Χρίστο από τους άλλους, όπου τον πήραν για ανάκριση ένας Άγγλος ανακριτής με ένα Τούρκο. Άρχισαν τα βασανιστήρια, οι φυλοδαρμοί και πολλά άλλα για να ομολογήσει που είχε κρυμμένα όπλα, κρησφύγετα ανταρτών, τι ήξερε για την ΕΟΚΑ. Του έδειξαν δέσμες πεντόλιθων, του υπόσχοντο να τον στείλουν στο Λονδίνο αφού ομολογούσε, αλλιώς του έλεγαν ότι τον ανέμεναν πιο φρικτά βασανιστήρια. Όμως ο Χρίστος άντεξε. Στο τέλος τον επανέφεραν στα κρατητήρια Πύλας όπου και παρέμεινε μέχρι το τέλος του Αγώνα.

Μετά την απελευθέρωση και την ίδρυση της Κυπριακής Δημοκρατίας, ο Χρίστος παντρεύτηκε την Ιφιγένεια Κουρούση το 1959, με την οποία απέκτησαν δύο παιδιά, την Χρυστάλλα και τον Κυριάκο, τα οποία μεγάλωσαν με αγάπη και τους έδωσαν



Αθηνίτες που συμμετείχαν στον αγώνα 1955-59, ο Χρίστος Κ. Πουγεράσης είναι ο πρώτος κάτω δεξιά



Τιμητική πλακέτα από τον Πολιτιστικό Όμιλο Ρέα Αθηνών

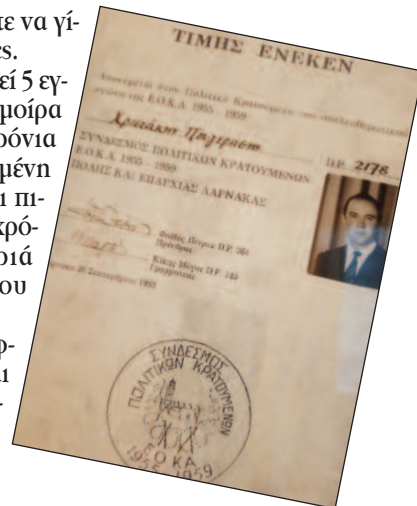
όλα εκείνα τα εφόδια ώστε να γίνουν άξιοι οικογενειάρχες.

Ο Θεός τον αξίωσε να χαρεί 5 εγγόνια και 1 δισέγγονο. Η μοίρα όμως του έταξε πριν 10 χρόνια να χάσει την πολυαγαπημένη του σύζυγο Ιφιγένεια και πικραμένος όλα αυτά τα 10 χρόνια να βρίσκει παρηγοριά κοντά στα αγαπημένα του παιδιά και εγγόνια.

Μας έφυγε όμως χθες ξαφνικά στα 84 του χρόνια και πήγε εκεί όπου δεν υπάρχει ούτε πόνος ούτε λύπη, ούτε στεναγμός, αλλά ζωή αιτελεύτητος.

Εκ μέρους των επιζώντων Συναγωνιστών καταθέτω το στεφάνι τούτο εις ένδειξη τιμής για τη συμμετοχή του στον Αγώνα της ΕΟΚΑ του 1955-1959 και εκφράζω συνάμα τα θερμά μας συλλυπητήρια προς τις οικογένειες των παιδιών του.

Ας είναι αιωνία η μνήμη του.



Ειδήσεις για την Αθηαίνου από τα Ημερολόγια του Lorenzo Warriner Pease

Γράφει: Γιάννης Κ. Λάμπρου

Ο Λορέντζο Γουόρρινερ Πίιζ ήταν ένας Αμερικανός «μισσιονάριος», που ανήκε στο δόγμα των Πρεσβυτεριανών, ενός κλάδου του Προτεσταντισμού. Οι μισσιονάριοι (λατινικό *missionarius*, από το *missio-onis* = αποστολή) ήταν λατίνοι ή προτεστάντες ιεραπόστολοι που στέλλονταν σε ξένες χώρες, ιδίως στην Ελλάδα, την Εγγύς και την Μέση Ανατολή, για να κηρύζουν το ευαγγέλιο, να διαδώσουν την Αγία Γραφή, να προωθήσουν τη μόρφωση με την ίδρυση σχολείων, ακόμη και να προσηλυτίσουν ορθοδόξους στο δικό τους δόγμα. Η ακμή της δράσης τους παρατηρείται κατά την περίοδο της τουρκοκρατίας, σε εποχές που το βιοτικό και προπαντός το μορφωτικό επίπεδο του πληθυσμού, ήταν πολύ χαμηλό.

Ο Πίιζ έδρασε στην Αθήνα και σε νησιά του Αιγαίου, στην Κωνσταντινούπολη, στη Σμύρνη και άλλες περιοχές της Μικράς Ασίας, στους Αγίους Τόπους και στην Κύπρο. Τις δραστηριότητές του κατά τις επισκέψεις του στις περιοχές αυτές κατέγραφε σε ημερολόγια (*diaries*), που καλύπτουν την περίοδο 1834 – 1839. Εκατοντάδες από τις σελίδες των ημερολογίων του αναφέρονται στην Κύπρο, όπου έζησε κατά περιόδους περισσότερο χρόνο από οποιονδήποτε άλλον περιηγητή που επισκέφτηκε το νησί μας κατά την περίοδο της τουρκοκρατίας. Περιηγήθηκε 150 χωριά και πόλεις της Κύπρου και μας άφησε πολύτιμες πληροφορίες για τους τόπους και τους ανθρώπους που γνώρισε. Τα ημερολόγια του αποτελούν ανεκτίμητη ιστορική πηγή

για τη ζωή στην Κύπρο κατά τον τελευταίο αιώνα της τουρκοκρατίας. Ο Πίιζ πέθανε το 1839 στην Λάρνακα και τάφηκε στο κοιμητήριο του αγίου Λαζάρου, όπου είχαν ταφεί προηγουμένως και δύο από τα παιδιά του. Οι ταφόπλακές τους εκτίθενται σε στοά της εκκλησίας του αγίου Λαζάρου. Τα έντεκα χειρόγραφα ημερολόγια του Πίιζ εξέδωσε για πρώτη φορά σε δύο τόμους η Ρίτα Κώστα Σεβέρη το 2002 με τίτλο *The Diaries of Lorenzo Warriner Pease, (1834 – 1839)*. Πρόκειται για αξιοθαύμαστον εκδοτικόν άθλο.

Οι καταγραφές του Πίιζ στα ημερολόγια του για την Αθηαίνου είναι οι εξής:

23.1.1835: Κατά το μεσημέρι φτάσαμε πάνω σε δυο μούλες στην Αθηαίνου (την γράφει *Atheanou*), όπου ξεκουραστήκαμε για λίγο. Στο διάστημα που μεσολάβησε επισκεφτήκαμε την εκκλησία της Παναγίας, όπου είδαμε τις συνηθισμένες σε ελληνικές εκκλησίες εικόνες, καθώς και μια επιχρυσωμένη εικόνα της Παναγίας με τον Χριστό. Καθώς ο ιερέας ιερουργούσε, δεν μπορέσαμε να τον δούμε. Στην αυλή της εκκλησίας κάθονταν στο έδαφος 19 αγόρια και κορίτσια και ασχολούνταν με την ανάγνωση της Οκτώηχου και άλλων βιβλίων τυπωμένων στη Βενετία.

6.11.1836: Ξεκουραστήκαμε για μια ώρα στην Αθηαίνου, ενδιάμεσο σταθμό (μεταξύ Λάρνακας και Λευκωσίας). Επισκέφτηκα ένα σχολείο, στο οποίο δίδασκε εντός της εκκλησίας ένας γηραιός άντρας, που μετά δυσκολίας μπορούσε να περπατήσει. Δίδασκε περί τα 20 αγόρια με τον συνη-

θισμένο τρόπο. Άκουσα να διαβάζουν αρκετά καλά κάποια κομμάτια. Τότε τους έδωσα βιβλία να διαβάσουν και τα παιδιά φάνηκαν ευχαριστημένα.

26.9.1837: Ενώ ο Πίιζ και οι συνοδοί του μετέβαιναν από την Αθηαίνου στην Λάρνακα, συνάντησαν κάποιους που εργάζονταν στους αγρούς. Μια γυναίκα παραπονέθηκε στον Πίιζ ότι ένας Τούρκος αστυνομικός, που συνόδευε έναν κατάδικο, επιχείρησε να κάμει επίταξη του γαϊδουριού της. Ο αστυνομικός εγκατέλειψε την πρόθεσή του, όταν αντιλήφθηκε να πλησιάζουν ο Πίιζ και οι συνοδοί του, αλλά πήρε τα γαϊδούρια δύο άλλων πτωχών ανθρώπων.

26.9.1837: Στις 5.40 μ.μ. επιστρέψαμε στην Αθηαίνου και φιλοξενηθήκαμε από τον διάκο που είχε το μετόχι του μοναστηριού του Μαχαιρά. Μας δέχτηκε με κάποια ψυχρότητα, που ίσως ήταν ο φυσικός τρόπος του, αλλά αργότερα έγινε πιο άνετος μαζί μας. Ήρθε στο μετόχι και ο πρωθιερέας του χωριού. Ήταν 80 ετών και υπηρέτησε ως ιερέας για 30 χρόνια. Άκουε και μιλούσε μετά δυσκολίας. Πήρε από μένα μια Καινή Διαθήκη και ένα *almanac*. Έδωσα ένα ωραίο αλφαβητάριο σε έναν άντρα που είχε παιδί στο σχολείο. Στον μοναχό του μετοχίου έδωσα τρεις άβακες, τρεις «εξηγήσεις» της Αγίας Γραφής, αριθμό αντιτύπων της Παλαιάς Διαθήκης, έξι *almanacs*, τρία αλφαβητάρια, μια Καινή Διαθήκη για τον Σπυρίδωνα, μοναχό του Μαχαιρά, και άλλα 19 αντίτυπα της Καινής Διαθήκης για τους κατοίκους του χωριού, κυρίως για τις οικο-



γένειες των ιερέων. Εκτός από τον γέροντα ιερέα, που δεν μπορεί πια να ιερουργεί, υπάρχουν άλλοι έξι ιερείς. Καθένας τους είναι εφημέριος για μια εβδομάδα. Όταν τελειώσει η εφημερία του, τον διαδέχεται κάποιος άλλος, όπως στο σύστημα των Ιουδαίων.

22.5.1839: Οι μουλάρηδες (αγωγιάτες, κира-τζήδες) της Αθηαίνου κάθε χρόνο ορίζουν έναν από αυτούς να διαμένει στη Λευκωσία. Αυτός παίρνει όλες τις επιστολές και τις παραδίδει στους παραλήπτες, ιδιαίτερα εκείνες της Κυβέρνησης. Αυτόν προσκαλούν οι δημογέροντες, όποτε χρειαστούν τη βοήθειά του για προμήθεια ζώων για κυβερνητικές υποθέσεις. [Ένεκα της πρόσβασής του σε ανθρώπους της εξουσίας] οι κάτοικοι της Αθηαίνου, όποτε έχουν κάποιο παράπονο ή θέλουν να ικανοποιήσουν κάποιο αίτημά τους προς την Κυβέρνηση, τον χρησιμοποιούν ως μεσολαβητή.

ΠΙΝΑΚΑΣ ΕΚΔΗΛΩΣΕΩΝ ΑΡΧΕΣ ΜΑΡΤΙΟΥ - ΑΠΡΙΛΙΟΥ - ΜΑΪΟΥ - 15 ΙΟΥΝΙΟΥ 2020

Ημερομηνία, ώρα, χώρος	Φορείς/ Άτομα	Περιγραφή
Τετάρτη, 11 Μαρτίου 2020, Ώρα: 7:45μ.μ. Χώρος: Αίθουσα Γυμνασίου Αθηνών	Γυμνάσιο Αθηνών	Θεατρική Παράσταση «Ποιος είπε ότι εν έσει δουλειές», της Βασιλική Φωτίου, στα πλαίσια των 31ων Παγκύπριων Σχολικών Αγώνων Θεάτρου.
Κυριακή, 15 Μαρτίου 2020, Ώρα: 9.00π.μ.-2:00μ.μ. Χώρος: Κλειστή Αίθουσα Αθλοπαιδιών «Τάσος Παπαδόπουλος»	Ομοσπονδία Πάλης	Διεξαγωγή Παγκύπριων Διασωματιακών Πρωταθλημάτων Ανδρών – Παιδών - Εφήβων – Παμπαίδων, Κ.Ο. Πάλης
Τετάρτη, 25 Μαρτίου 2020	Δήμος Αθηνών	Πάνδημος εορτασμός της επετείου της 25ης Μαρτίου
Σάββατο, 28 Μαρτίου 2020, Ώρα: 8:00μ.μ. Χώρος: Αίθουσα Γυμνασίου Αθηνών	Δημοτικός Πολιτιστικός Όμιλος	Χορωδιακό Φεστιβάλ, υπό την αιγίδα του Δήμου Αθηνών.
Τετάρτη, 1 Απριλίου 2020	Δήμος Αθηνών	Πάνδημος εορτασμός της επετείου της 1ης Απριλίου
Πέμπτη και Παρασκευή, 2-3 Απριλίου 2020, Ώρα: 9.00π.μ.-5.00μ.μ. Χώρος: Καλλινίκειο Δημοτικό Μουσείο	Δήμος Αθηνών	Εναρκτήρια συνάντηση του Προγράμματος AGORA, στο οποίο ο Δήμος είναι Επικεφαλής Εταίρος, με τη συμμετοχή εκπροσώπων φορέων από την Αθήνα-Ελλάδα, Σμολιάν-Βουλγαρία, Σάντα Μαρία ντα Φείρα-Πορτογαλία και Σινισέλλο Μπάλαμο-Ιταλία.
Σάββατο, 4 Απριλίου 2020, Ώρα: 8:00μ.μ. Χώρος: Αίθουσα Δεξιώσεων «Σταυμάνι»	Πολιτιστικός Όμιλος «Μάλλουρα»	Εορταστική εκδήλωση «20 χρόνια Μάλλουρας» με ζωντανή μουσική, φαγητό και ποτό.
Κυριακή, 5 Απριλίου 2020, Ώρα 5:00μ.μ.Χώρος: Αίθουσα Δεξιώσεων «Ανάμνησις»	Τοπικός Σύνδεσμος Ευημερίας Τυφλών Αθηνών	Τσάι, διάλεξη και καλλιτεχνικό πρόγραμμα. Θέμα Διάλεξης: «Τα φυτοφάρμακα και οι επιδράσεις τους στην υγεία μας». Ομιλήτρια: Κωνσταντίνα Χριστοδούλου, Γεωπόνος
Τρίτη, 7 Απριλίου 2020, Ώρα: 9:00π.μ. Χώρος: Δημ. και Κοινοτικό Νηπιαγωγείο Αθηνών	Δημόσιο και Κοινοτικό Νηπιαγωγείο Αθηνών	Γιορτή της Γιαγιάς
Τετάρτη, 8 Απριλίου 2020, Ώρα: 7:30μ.μ. Χώρος: Λεβέντειος Πινακοθήκη, Λευκωσία	Λεβέντειος Πινακοθήκη, Δήμος Αθηνών και Καλλινίκειο Δημοτικό Μουσείο Αθηνών	Παρουσίαση του βιβλίου «Η Κλωστή της Υπομονής» στη Λευκωσία. Συγγραφέας Σάντη Αντωνίου, εικαστικός Έλενα Τσιγαρίδου
Μεγάλη Παρασκευή, 17 Απριλίου 2020	Εκκλησιαστική Επιτροπή Αθηνών	Περιφορά του Επιταφίου. (Λεπτομέρειες θα ανακοινωθούν από την Εκκλησιαστική Επιτροπή).
Δευτέρα του Πάσχα, 20 Απριλίου 2020, Ώρα: 11:00π.μ.-2:00μ.μ. Χώρος: Αυλή Δημοτικών Σχολείων Αθηνών	Δήμος Αθηνών & Πολιτιστική Επιτροπή Δήμου	Παραδοσιακά παιχνίδια, χοροί και άλλες δραστηριότητες
Δευτέρα του Πάσχα, 20 Απριλίου 2020 Χώρος: Κλειστή Αίθουσα Αθλοπαιδιών «Τάσος Παπαδόπουλος»	Επιτροπή Αθλητισμού Δήμου	Τουρνουά Futsal (Λεπτομέρειες θα ανακοινωθούν από την Επιτροπή)
Τρίτη, 28 Απριλίου 2020, 10:00π.μ.-2:00μ.μ. Χώρος: Καλλινίκειο Δημοτικό Μουσείο	Δήμος Αθηνών	Εθνική Ημερίδα ενημέρωσης για το Πρόγραμμα «Πόλεις Εθελοντισμού», τη βράβευση του Δήμου Αθηνών ως Πόλη Καλής Πρακτικής κλπ.
Κυριακή, 17 Μαΐου 2020, Ώρα: Μετά τη Θεία Λειτουργία Χώρος: Εκκλησία Παναγίας Χρυσελευσούς Αθηνών	Δήμος Αθηνών	Μνημόσυνο του ήρωα Πάμπου Χαλαλάμπους, πεσόντα στην Αθηνού. Θα ακολουθήσει κατάθεση στεφάνων στο «Φυλάκιο της Οξούς».
Χώρος: Καλλινίκειο Δημοτικό Μουσείο (Λεπτομέρειες θα ανακοινωθούν αργότερα)	Καλλινίκειο Δημοτικό Μουσείο	Εορτασμός Διεθνούς Ημέρας Μουσείων
Τετάρτη, 3 Ιουνίου 2020, Ώρα: 7:00μ.μ. Χώρος: Αυλή Σχολείου	Δημόσιο και Κοινοτικό Νηπιαγωγείο Αθηνών	Τελική Γιορτή
Παρασκευή, 5 Ιουνίου 2019 Χώρος: Κωνσταντίνειο Δημοτικό Πάρκο Αθηνών (Η ώρα θα ανακοινωθεί αργότερα)	Πολιτιστική Επιτροπή Δήμου Αθηνών & Δήμος Αθηνών	Ετήσιο Φεστιβάλ Παιδιού και Οικογένειας

Σημείωση: Οποιοσδήποτε επιπρόσθετες διοργανώσεις που θα προγραμματιστούν ή και λεπτομέρειες επί των πιο πάνω, θα ανακοινωθούν έγκαιρα

Διατροφή και καρδιοαγγειακές παθήσεις



Γράφει
η Σταύρη Μυλωνά,
Κλινική Διαιτολόγος



Οι καρδιοαγγειακές παθήσεις, όπως και τα καρδιακά και εγκεφαλικά επεισόδια, είναι η πρώτη αιτία θανάτου παγκοσμίως, βάσει του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας. Το 80% των θανάτων από αυτά τα αίτια μπορεί να αποφευχθεί ελέγχοντας τους κύριους παράγοντες κινδύνου: διατροφή, κάπνισμα και καθιστική ζωή.

Ποια διατροφή συνιστάται για τη μείωση του κινδύνου;

Η μεσογειακή διατροφή, η οποία περιλαμβάνει μεγάλες ποσότητες φρούτων και λαχανικών, υδατάνθρακες ολικής αλέσεως, οσπρίων, σπόρων, ξηρών καρπών, ψαριών, μονοακόρεστων λιπαρών, όπως ελαιόλαδο, και χαμηλές ποσότητες κρέατος και γαλακτοκομικών.

Ποιες τροφές έχουν αποδειχθεί ότι αυξάνουν τον κίνδυνο;

Κορεσμένα λιπαρά

Είναι τα κακά λιπαρά τα οποία συμβάλλουν στην αύξηση της κακής χοληστερόλης.

Ο κίνδυνος μπορεί να μειωθεί κατά 17% όταν αντικατασταθούν με φυτικές πρωτεΐνες

και υδατάνθρακες ολικής αλέσεως.

Απλές οδηγίες χρήσης για μείωση κινδύνου

- Μείωσε την κατανάλωση κόκκινου κρέατος και αλλαντικών σε 1-2 φορές τη βδομάδα. Αντί αυτού, επέλεξε από τα παρακάτω:
- Πρόσθεσε 1-2 μερίδες λιπαρών ψαριών τη βδομάδα, όπως σολομό, σαρδέλα, σκουμπρί, τα οποία είναι ψηλά σε ωμέγα-3 λιπαρά
- Όσπρια, όπως φακές, φασόλια
- Άσπρο κρέας όπως κοτόπουλο, γαλοπούλα χωρίς πέτσα
- Φυτικά αλείμματα από μαργαρίνη, ξηρούς καρπούς, ελαιόλαδο αντί βούτυρο
- Ελαιόλαδο και ηλιέλαιο, αντί για λάδι καρύδας ή φοινικέλαιο
- Ανάλατους ξηρούς καρπούς, αντί για πατατάκια
- Επέλεξε ως τρόπο μαγειρέματος το βράσιμο ή το ψήσιμο
- Μείωσε την κατανάλωση των fast-foods

Ποιότητα υδατανθράκων

Το 28% της ενέργειας που προέρχεται από την προστιθέμενη ζάχαρη τριπλασιάζει τον κίνδυνο. Ένταξε στη διατροφή σου υδατάν-

θρακες ψηλούς σε φυτικές ίνες, οι οποίες αποδεδειγμένα συνέβαλαν στη μείωση της νόσου κατά 7%.

- Εστίασε σε δημητριακά ολικής αλέσεως, τα οποία περιέχουν μεγαλύτερη ποσότητα φυτικών ινών και αντιοξειδωτικών ουσιών (π.χ. αναποφλοιωτό ρύζι, ζυμαρικά και ψωμί ολικής αλέσεως)
- Επέλεξε δημητριακά πρωινού πλούσια σε φυτικές ίνες, όπως η βρώμη
- Μείωσε τα ζαχαρούχα ποτά και τα γλυκά
- Επέλεξε γαλακτομικά προϊόντα χωρίς ψηλή επιπρόσθετη ζάχαρη

Αλάτι

Μπορεί να αυξήσει την αρτηριακή πίεση και γι' αυτό συστήνεται να μην ξεπερνούνται τα 6 γραμμάρια αλάτι τη μέρα, χρησιμοποιώντας μπαχαρικά κατά τη διάρκεια μαγειρέματος. Τα προ-συσκευασμένα τρόφιμα περιέχουν ήδη ψηλή ποσότητα αλατιού, επομένως ελέγξτε τις ετικέτες τροφίμων.

Αλκοόλ

Μεγαλύτερη κατανάλωση από 14 μονάδες αλκοόλ τη βδομάδα αυξάνει τον κίνδυνο κα-

τακόρυφα. 330ml μπίρας περιέχουν περίπου 2 μονάδες και ένα μεγάλο ποτήρι κρασί 3. Ποιες τροφές μπορούν να μειώσουν τον κίνδυνο

Φρούτα και λαχανικά

Κάθε μερίδα μειώνει το ρίσκο κατά 5%. Καθημερινά συστήνεται η πρόσληψη πέντε τουλάχιστον μερίδων λαχανικών και φρούτων.

Ανάλατοι ξηροί καρποί

Είναι πλούσιοι σε μονοακόρεστα λιπαρά. Έρευνες δείχνουν προστατευτικό αποτέλεσμα με μείωση του κινδύνου κατά 21% όταν καταναλώνονται 30 γραμμάρια την ημέρα.

Βρώμη και κριθάρι

Είναι σπόροι πλούσιοι σε ουσία η οποία βοηθά στη μείωση της χοληστερόλης, περιορίζοντας την ποσότητα που απορροφάται από το έντερο στο αίμα.

Αυγά

Βάσει μελετών, η κατανάλωση 1-2 αυγών την ημέρα έχει ουδέτερη επίδραση στον κίνδυνο. Αν και περιέχουν χοληστερόλη, αυτή έχει πολύ λιγότερη επίδραση στη χοληστερίνη του αίματος σε σύγκριση με τα κορεσμένα λιπαρά.

Η Σταύρη Μυλωνά είναι εγγεγραμμένη Κλινική Διαιτολόγος με 6 χρόνια εμπειρίας σε αναγνωρισμένα νοσοκομεία του Λονδίνου και εξειδίκευση στον διαβήτη. Από τον Απρίλιο θα βρίσκεται στη κλινική ScalaMed, στη Λάρνακα.

Νηστεύεις;

Τότε σίγουρα οι πιο κάτω συμβουλές θα σου χρησιμεύσουν, μιας και με την περίοδο των νηστειών μπορεί να «ξεφύγουμε» και να αυξήσουμε το βάρος μας λόγω κάποιων «λάθους» συνδυασμό τροφών.

Συμβουλές:

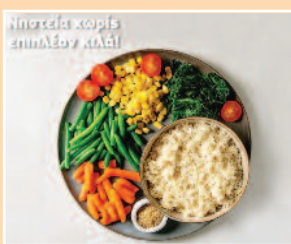
- Τρώτε μικρά και συχνά γεύματα περίπου ανά 3 ώρες.
- Συνδυάστε το φαγητό σας με σαλάτα, ωμά/βραστά λαχανικά.
- Δώστε προσοχή στο λάδι που βάζουμε στη σαλάτα και το φαγητό, αλλά και στις ελιές.
- Προσέξτε ιδιαίτερα την ποσότητα του ψωμιού και δεν βουτάμε το ψωμί σε λάδι.
- Να θυμάστε ότι κάτι υγιεινό και θρεπτικό δεν σημαίνει ότι δεν παχαίνει και ότι μπορούμε να το τρώμε σε απεριόριστες ποσότητες.
- Φάτε για ενδιάμεσο αγγουράκι, καρότο ή 5-6 αμύγδαλα για να «ξεγελάσετε» την πείνα σας.

Τότε σίγουρα οι πιο κάτω συμβουλές θα σου χρησιμεύσουν, μιας και με την περίοδο των νηστειών μπορεί να «ξεφύγουμε» και να αυξήσουμε το βάρος μας λόγω κάποιων «λάθους» συνδυασμό τροφών.

Συμβουλές:

- Τρώτε μικρά και συχνά γεύματα περίπου ανά 3 ώρες.
- Συνδυάστε το φαγητό σας με σαλάτα, ωμά/βραστά λαχανικά.

- Δώστε προσοχή στο λάδι που βάζουμε στη σαλάτα και το φαγητό, αλλά και στις ελιές.
- Προσέξτε ιδιαίτερα την ποσότητα του ψωμιού και δεν βουτάμε το ψωμί σε λάδι.
- Να θυμάστε ότι κάτι υγιεινό και θρεπτικό δεν σημαίνει ότι δεν παχαίνει και ότι μπορούμε να το τρώμε σε απεριόριστες ποσότητες.
- Φάτε για ενδιάμεσο αγγουράκι, καρότο ή 5-6 αμύγδαλα για να «ξεγελάσετε» την πείνα σας.



Χαλβάς

Χαλβάς, το θρεπτικό γλυκό της νηστείας, δρα ευεργετικά για την υγεία μας όταν καταναλώνεται με μέτρο! Περιέχει βιταμίνες και μέταλλα και είναι πλούσιο σε ασβέστιο, μαγνήσιο και φωσφόρο, συστατικά απαραίτητα για την υγεία των οστών, καθώς και τη λειτουργία του μυϊκού και του νευρικού συστήματος. Απολαύστε τον χαλβά έχοντας πάντα κατά νου τη συχνότητα και το μέγεθος της μερίδας.

Κώστας Χαρή

Κλινικός Διαιτολόγος Διατροφολόγος

ΤΙ ΚΑΛΑ ΜΑΣ ΠΡΟΣΦΕΡΕΙ Η ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ

Τι προσφέρει η γυμναστική; Συμμετρία στο σώμα, δύναμη, ευκινησία, ανάπτυξη, ύψος, καλή κυκλοφορία στο αίμα, καίει το λίπος και τη χοληστερόλη, δυναμώνει τους μύες, τένοντες, συνδέσμους, νεύρα, καρδιά, αναπνευστικό σύστημα, δυναμώνει όλα τα μέλη του σώματος, προσφέρει ευλυγισία, ισορροπία, αντοχή, καλή κυκλοφορία αίματος η οποία τροφοδοτεί τον εγκέφαλο με αίμα και έτσι απαλασσόμαστε από αρρώστιες, ατροφία μελών του σώματος και από εγκεφαλικά.

Η γυμναστική μπορεί να αυξήσει το ύψος στους νέους. Με την άσκηση οξυγονώνεται και αυξάνεται η κυκλοφορία του αίματος και διαμέσου του αίματος θρέφονται μύς, τένοντες, νεύρα, ίνες και όλα τα όργανα του σώματος με πρωτεΐνες, βιταμίνες και όλα τα μέταλλα, δυναμώνει το σώμα και γενικά ο οργανισμός και έτσι μπορεί να δώσει ανάπτυξη και ύψος στους νέους.

Η γυμναστική με βάρη βοηθά και δίνει τη δυνατότητα στους άντρες οι οποίοι πηγαίνουν για Μίνστερ Κύπρος και τις γυναίκες οι οποίες πηγαίνουν για Μυς Κύπρου να αποκτήσουν ωραίο σώμα και να κερδίσουν. Όταν κάνουμε ασκήσεις, οι μύς, οι τένοντες, τα νεύρα και οι ίνες δυναμώνουν, τεντώνουν και έτσι αποχτούμε ισορροπία, ευλυγισία, ευκινησία, ταχύτητα. Γυμναστική με όργανα και βάρη, μπορούμε να ρίξουμε βάρος, αλλά και να πάρουμε βάρος. Έχει σώματα πολύ λεπτά τα οποία είναι πετσι και κόκκαλο και προσπαθούν να πάρουν λίγο βάρος, έστω και ένα κιλό, αλλά δεν μπορούν.

Ένα πρόγραμμα γυμναστικής 3 φορές τη βδομάδα, μικρής διάρκειας 45 λεπτά.

Με λίγες επαναλήψεις, αρχίζουμε με 5 λεπτά προθέρμανση, 3 σετ X 8 επαναλήψεις σε κάθε άσκηση και κάθε σετ να γίνεται κλιμακωτά. Κάθε σετ θα αυξάνεται το βάρος, σε 6 μήνες μπορεί να πάρει 3 κιλά

βάρος, όχι λίπος και θα βελτιωθεί το σώμα στους άντρες και στις γυναίκες θα τονίσουν τις καμπύλες τους.

Η γυμναστική μπορεί να σχηματίσει ωραίο σώμα με συμμετρία. Έχει πολλά σώματα τα οποία είναι δυσανάλογα άσχημα, αυτά τα σώματα μπορούμε να τα διορθώσουμε, τα σώματα αυτά έχουν μυϊκές αδύνατες μάζες και άλλες πιο δυνατές, εμείς θα γυμνάσουμε ολόκληρο το σώμα, θα δώσουμε πιο πολλή σημασία στα αδύνατα σημεία τα οποία θα γυμνάσουμε πολλά και πιο καλά και έτσι το σώμα θα γίνει συμμετρικό, δυνατό και όμορφο. Όταν γυμνάζουμε το στήθος, γυμνάζονται και οι μύς των πνευμόνων και της καρδιάς, οι εισπνοές και εκπνοές που γίνονται με πίεση αναγκάζουν τους πνεύμονες να φουσκώνουν, να δυναμώνουν και να δίνουν πιο πολύ οξυγόνο στην καρδιά και στον οργανισμό.

Η γυμναστική ανακουφίζει τους πόνους σε αρθρικές παθήσεις. Επίσης δυναμώνει και γιατρεύει μέλος ή μέλη του σώματος, ύστερα από μετατραυματικές παθήσεις. Έχει μερικούς οι οποίοι έχουν μέλος ή μέλη ατροφικά στο σώμα, με ειδικές ασκήσεις και με μαλάξεις μασάζ μπορούν να βελτιωθούν ή να γίνουν τελείως καλά.

Με τη γυμναστική μπορούμε να θεραπεύσουμε τη σπονδυλική στήλη. Πρέπει να δυναμώσουμε τους αυχενικούς μύς, τους ραχιαίους μύς, τους οσφυϊκούς μύς και τα νεύρα τα οποία περνούν πλάγια από τη σπονδυλική στήλη. Οι μύς και τα νεύρα όταν είναι δυνατά κρατάνε τη σπονδυλική και φέρνουν τους σπονδύλους στη θέση τους.

Προσοχή να μην πάθει το κακό η σπονδυλική στήλη από αστία, μη καλή ικανοποιητική διατροφή, από σωματική υπερκόπωση και από ακινησία.

Χάρης Γιαννακουτάς

ΑΠΟΛΟΓΙΣΜΟΣ ΠΡΟΕΔΡΟΥ ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟΥ ΝΕΟΛΑΙΑΣ ΑΘΗΝΟΥ



07/17: Εκλογή Προέδρου Δημοτικού Συμβουλίου Νεολαίας.

08/17: Σύσταση σε σώμα του Δημοτικού Συμβουλίου Νεολαίας.

01/09/17: 1ο Πάρτυ Νεολαίας στην Παραδοσιακή Οικία Πουγεράση με τη συμμετοχή άνω των 150 ατόμων και μουσική από συγκρότημα νεαρών του Μουσικού Σχολείου Λάρνακας να μας μαγεύει επ' ευκαιρίας της έναρξης της νέας σχολικής χρονιάς.

10/17: Έγκριση του νέου καταστατικού από τον Οργανισμό Νεολαίας Κύπρου, μετά από συνάντηση που είχαμε με τον Πρόεδρο κ. Παναγιώτη Σεντώνη, τον Δήμαρχο Αθηνών κ. Κυριάκο Καρεκλά και τον Πρόεδρο του Συμβουλίου Νεολαίας.

26/11/17: Φωταγώγιση Χριστουγεννιάτικου δέντρου με μουσική από τα παιδιά του Μουσικού Σχολείου Λάρνακας και μουσικό συγκρότημα από τη Γουατεμάλα.

18/03/18: «Η μουσική ενώνει», φιλανθρωπικό μουσικό ταξίδι με παιδιά του Μουσικού Σχολείου με σκοπό την ενίσχυση άπορων οικογενειών του Δήμου μας. Μια συνεργασία του Δημοτικού Συμβουλίου Νεολαίας με το 68ον Σύστημα Προσκόπων Αθηνών.

22/04/18: Εκδρομή στην ορεινή Λάρνακα (Βάβλα - Κάτω Δρυ - Λεύκαρα - Σκαρίνου). Μια εκδήλωση επιχορηγημένη από τον ΟΝΕΚ.

30/04/18: Εκπροσώπηση του Δημοτικού Συμβουλίου Νεολαίας στην 3η Εθνική Σύνοδο Νέων που πραγματοποιήθηκε στο Συνεδριακό Κέντρο "Φιλοξένια".

21-26/06/18: Συμμετοχή μελών του Συμβουλίου σε εβδομαδιαίο εργαστήριο στα Λεύκαρα στα πλαίσια του Ευρωπαϊκού Προγράμματος Global Education Goes Local. Στο εργαστήριο συμμετείχαν οι Δημήτρης Ιεροδιακόνου, Άλκηστις Τράχηλου, Μικαέλλα Βασιλείου και Κωνσταντίνος Κλεάνθους.

21/07/18: Έναρξη εργαστηρίων του Global Education Goes Local. Η εκδήλωση πραγματοποιήθηκε

στο Πολυκέντρο Νεότητας και τα έξοδα καλύφθηκαν πλήρως από το Future Worlds Center.

07/09/18: 2ο Πάρτυ Νεολαίας στην Πλατεία Συνεργατισμού με τη συμμετοχή άνω των 150 ατόμων με μουσική από τα παιδιά του Μουσικού Σχολείου και τους DJs μας, Dj Kolias και Mr. Beatle να δίνουν χρώμα στη βραδιά.

14/10/18: «Photowalk: Women of Athienou from Antiquity to Today», μια εκδήλωση στα πλαίσια των εργασιών του Global Education Goes Local σε συνεργασία με το Nicosia Photo Walks. Η εκδήλωση καλύφθηκε πλήρως από το Future Worlds Center.

23/10/18: Διαβούλευση για την εθνική στρατηγική για τη νεολαία στην παρουσία λειτουργιών του Οργανισμού Νεολαίας που πραγματοποιήθηκε στο Πολυκέντρο Νεότητας και καλύφθηκε πλήρως από τον ΟΝΕΚ.

08/12/18: «Clean and Green Athienou», δράση στα πλαίσια του προγράμματος Global Education Goes Local που σκοπό είχε την καθαριότητα στα πάρκα του Δήμου μας. Μια δράση που καλύφθηκε πλήρως από το πρόγραμμα (αγοράστηκε εξοπλισμός, ο οποίος παραχωρήθηκε στον Δήμο).

12/02/19: Εκπροσώπηση του Συμβουλίου στην απονομή διπλωμάτων του εκπαιδευτικού προγράμματος «Αθλητική Διοίκηση - Ενίσχυση Γυναικών στα Κέντρα Λήψης Απόφασης» από την Πρόεδρο της Αθλητικής Επιτροπής κ. Χρυστάλλα Χατζηπετρή.

14/04/19: Εκδρομή του Συμβουλίου Νεολαίας στον Βοτανικό Κήπο στο Αυγόρου και ακολούθως στην Αγία Νάπα. Μια εκδρομή που καλύφθηκε πλήρως από τον Οργανισμό Νεολαίας.

19/04/19: Υποστηρικτής της εκδήλωσης για παρουσίαση του βιβλίου «Ψωμί» του Χρίστου Τσιαρήλη που πραγματοποιήθηκε στο αναπαλαιωμένο Χάνι του Μεστίνα.

10/07/19: Κουκλοθέατρο «Τα πόνια του βασιλιά» που πραγματοποιήθηκε στο Χάνι του Μεστίνα σε

συνεργασία με την Πολιτιστική Επιτροπή του Δήμου. Το Συμβούλιο Νεολαίας υποστήριξε την εκδήλωση και παρέθεσε στο τέλος της βραδιάς κοκτέιλ για τους παρευρισκόμενους, αλλά και μουσική.

13/07/19: Εργαστήρι Smart Cities στα πλαίσια των εργασιών του Global Education Goes Local, το οποίο πραγματοποιήθηκε στο Πολυκέντρο Νεότητας. Τα έξοδα καλύφθηκαν πλήρως από το πρόγραμμα.

09/18 και 09/19: Το Συμβούλιο Νεολαίας συμμετείχε ενεργά στην Ευρωπαϊκή Εβδομάδα Αθλητισμού #BeActive και ανέλαβε τη διεξαγωγή των αθλητικών δραστηριοτήτων της καλαθοσφαίρας και της επιτραπέζιας αντισφαίρισης. Στα #BeActive awards 2019, ο Δήμος κατέκτησε το 1ο Βραβείο στην Κατηγορία του Φορέα/Διοργανωτή με τις περισσότερες δράσεις.

26/09/19: Στήριξη της εκδήλωσης που πραγματοποιήθηκε στο Πολυκέντρο Νεότητας με συμβουλευτική ομάδα για σπουδές.

19/10/19: Φιλοξενία του Eurodesk Cyprus και του Cardet στα πλαίσια της καμπάνιας του Οργανισμού Νεολαίας Κύπρου «Time to Move», που αποσκοπεί στην ενημέρωση των νέων για τις ευκαιρίες κινητικότητας που υπάρχουν στην Ευρώπη. Μια εκδήλωση πλήρως καλυμμένη από τον ΟΝΕΚ, η οποία πραγματοποιήθηκε στο Πολυκέντρο Νεότητας.

Άλλες Δραστηριότητες.

I. Ενεργή συμμετοχή του Προέδρου του Δημοτικού Συμβουλίου και μελών αυτού στο Ευρωπαϊκό Πρόγραμμα Yougore, που έχει στόχο την καταπολέμηση του ευρωσκεπτικισμού (συναντήσεις στο εξωτερικό, διοργάνωση συνάντησης στην Αθήνα, δημιουργία βίντεο κ.ά.).

II. Βοήθεια και ενίσχυση σε κάθε εκδήλωση της Πολιτιστικής Επιτροπής του Δήμου.

III. Συμμετοχή του Προέδρου του Δημοτικού Συμβουλίου Νεολαίας στις συνελεύσεις του ΣΚΕ, του

οποίου το Συμβούλιο αποτελεί μέλος, όπως και στις συναντήσεις της Τοπικής Ομάδας του Ευρωπαϊκού προγράμματος URBACT Transfer Network «Volunteering Cities».

IV. Διαχείριση της σελίδας στο Facebook και συγγραφή άρθρων για την εφημερίδα του Δήμου.

V. Κατάθεση στεφάνων σε εκδηλώσεις προς τιμή των αγωνιστών της ακριτικής μας κωμόπολης, όπως και σε μνημόσυνα ευεργετών του τόπου.

VI. Διαβουλεύσεις και συνεχής επικοινωνία με τους νέους/ες της Αθηνών για το θέμα λαμπρατζιάς, θέματα οχλαγωγίας ή και θέματα βανδαλισμών σε δημόσιες και ιδιωτικές περιουσίες.

VII. Με πρωτοβουλία του Προέδρου και σε συνεργασία με άτομα του Δημοτικού Συμβουλίου αναλάβαν την επιδιόρθωση και βαφή σε ζημιές που έγιναν από αγνώστους σε περιουσίες συνδημοτών μας, με τη στήριξη και προμήθηση σε πρώτες ύλες από τον Δήμο.

VIII. Βάψιμο της Κλειστής Αίθουσας Αθλοπαιδιών «Τάσος Παπαδόπουλος» μετά από βανδαλισμούς, με τους Κωνσταντίνο Καρεκλά, Κυριάκο Ιωάννου και τον Δημοτικό Σύμβουλο Πέτρο Κολιά. Ο εθελοντισμός, με το αίσθημα ευθύνης, ήταν η βάση λειτουργίας μας και πάντοτε με γνώμονα το καλό για την Αθήνα μας.

Επίσης, θα ήθελα να τονίσω ότι στην οικονομική διαχείριση του ταμείου μας ως Δημοτικό Συμβούλιο Νεολαίας παραδίδουμε το ταμείο με το ποσό των €574.40 (το αρχικό ποσό ήταν €0).

Τέλος, ένα μεγάλο ευχαριστώ προς τον Δήμαρχο κ. Κυριάκο Καρεκλά για την αμέριστη στήριξη προς τον Πρόεδρο και το Δημοτικό Συμβούλιο Νεολαίας, αλλά και όλους όσοι απάρτιζαν το Δημοτικό Συμβούλιο Νεολαίας για την όλη συνεργασία μας.

Με εκτίμηση,

Δημήτρης Ιεροδιακόνου

Απερχόμενος Πρόεδρος

Δημοτικού Συμβουλίου Νεολαίας Αθηνών



Νέα χρονιά

Την 1η Ιανουαρίου το αποστολικό ανάγνωσμα που διαβάστηκε είναι παρμένο από την Προς Κολοσσαείς επιστολή του Αποστόλου Παύλου. Είναι χαρακτηριστικό το ακόλουθο μικρό απόσπασμα:

“Βλέπετε μή τις ύμās ἔσται ὁ συλαγωγῶν διὰ τῆς φιλοσοφίας καὶ κενῆς ἀπάτης, κατὰ τὴν παράδοσιν τῶν ἀνθρώπων, κατὰ τὰ στοιχεῖα τοῦ κόσμου καὶ οὐ κατὰ Χριστόν”. Επειδὴ οἱ πιστοὶ μέσα σε κοινωνία ὅπου υπάρχουν ἄνθρωποι μακριὰ ἀπὸ τὸν Θεὸ καὶ υλόφρονες, ὁ Παῦλος ἐφιστὰ τὴν προσοχή τους νὰ μὴν παρασυρθοῦν ἀπὸ τὴ συμπεριφορὰ αὐτῶν τῶν ἀνθρώπων, ἀλλὰ νὰ ζοῦν κατὰ Χριστόν καὶ νὰ μένουν σταθεροὶ στὴν πίστι.

Ὅπως τότε ἡ πρώτη τοῦ χρόνου εορταζόταν ἀπὸ τοὺς εἰδωλολάτρες με διασκεδάσεις, ξενύχτια, χοροὺς καὶ τραγούδια γιὰ νὰ πάει ὁλος ὁ χρόνος καλὰ, τὸ ἴδιο καὶ εμεῖς σήμερα ξενυχτοῦμε με διασκεδάσεις καὶ χοροὺς μέχρι τὸ πρωὶ ξεχνώντας τὴ μεγάλη εορτὴ που ξημερώνει. Καὶ ἐνῶ οἱ καμπάνες μας καλοῦν στὴν ἐκκλησία, εμεῖς κοιμόμαστε τοῦ καλοῦ καιροῦ. Ὁ τρόπος αὐτὸς εορτασμοῦ τῆς 1ης τοῦ χρόνου εἶναι ξένος πρὸς τὴ χριστιανικὴ διδασκαλία. Ὁ χρόνος σαν ἔννοια κατὰ τὸν Ἀριστοτέλη εἶναι ὁ ἀριθμὸς τῆς κινήσεως κατὰ τὸ μέλλον καὶ τὸ παρελθόν. Ὁ χρόνος δὲ τῆς ζωῆς εἶναι ἡ διάρκεια τῆς ζωῆς τοῦ ἀνθρώπου.

Κατὰ τὴ διάρκεια τῆς ἐναλλαγῆς τοῦ χρόνου οφείλει κάθε σῶφρων ἄνθρωπος νὰ σκέφτεται σοβαρὰ τὴν παροδικότητα καὶ τὴν προσωρινότητα τῶν κοσμικῶν, τῶν γήινων πραγμάτων. Ἡ ὕλη δὲν εἶναι αἰώνια, ὅτι ἔχει ἀρχὴ ἔχει καὶ τέλος.

Ὁ Κύριος ἡμῶν Ἰησοῦς Χριστὸς μίλησε γιὰ τὴ Δευτέρα τοῦ Παρουσία καὶ τὸ τέλος τοῦ κόσμου. Δὲν εἶναι αἰώνιος, ἀλλὰ παροδικὸς καὶ ἐφήμερος. Γιὰ τὸ ὅτι ὁ κόσμος αὐτὸς θὰ ἔχει τέλος τὸ διαπιστώνει καὶ ἡ σύγχρονη ἐπιστῆμη ὅταν ἀναφέρει ὅτι



συνεχῶς ὁ κόσμος ἔχει ἀπώλεια ἐνέργειας. Δηλ. καὶ ἡ ἐπιστῆμη συμφωνεῖ πλήρως μετὰ ὅσα ὁ Χριστὸς λέει.

Ἡ παρούσα ζωὴ δὲν τερματίζεται στὸν τάφο, ἀλλὰ οδηγεῖ στὴν αἰωνιότητα, ἀφοῦ ὁ ἄνθρωπος δημιουργήθηκε διφυῆς ἀπὸ σῶμα καὶ ψυχὴ. Ἐπομένως, τὰ πάντα στὸν παρόντα κόσμον πρέπει νὰ ἐξυπηρετοῦν τὸν ἀληθινὸ προορισμὸ τοῦ ἀνθρώπου, δηλ. τὴν ἐνωσή του με τὸν Θεό. Παρ' ὅλον ὅτι ὁ λόγος τοῦ Θεοῦ καὶ ἡ καθημερινότητά μας τὸ λένε καθαρά ὅτι ὅλα τὰ υλικά εἶναι παροδικά, ἐντούτοις σκεφτόμαστε, ἐργαζόμαστε καὶ πράττουμε σαν νὰ πρόκειται νὰ ζήσουμε αἰώνια σὲ αὐτὸν τὸν κόσμον. Καθημερινὰ βλέπουμε καὶ ζοῦμε τὴ ματαιότητα τῶν υλικῶν.

Εκεῖνο λοιπὸν ποὺ προέχει ἐν προκειμένῳ κατὰ τὴν ἀλλαγὴ τοῦ χρόνου εἶναι ἡ σύνεσις, ἡ κατὰ Θεὸ πορεία καὶ ἡ ἐκτέλεση ἀγαθῶν ἔργων. Ὁ ἱερός Χρυσόστομος στὴν ομιλία του «εἰς Καλένδας» στηλιτεύει τὴν κακὴ συνήθεια τοῦ εορτασμοῦ τῆς πρώτης τοῦ χρόνου με παρατεταμένες διασκεδάσεις. Περιγράφει σὲ αὐτὴν τὴν ομιλία τὸν τρόπο ποὺ οἱ ἄνθρωποι τῆς ἐποχῆς τοῦ γιόρταζαν τὴν ἀνατολή τοῦ νέου ἔτους.

«Οἱ συναγωνισμοὶ ποὺ γίνονται στὰ κέντρα στενοχωροῦν ἰδιαίτερως διότι εἶναι γεμάτοι ἀπὸ ἀσωτία καὶ ἀσέβεια. Πι-

στεύουν ὅτι εἰάν περάσουν τὴν πρώτη μέρα τοῦ χρόνου με ευχαρίστηση καὶ ἀπολαύση, ὁλος ὁ χρόνος γιὰ αὐτοὺς θὰ εἶναι γεμάτος χαρὲς καὶ διασκεδάσεις. Ἡ γνώμη αὐτὴ ὅχι μόνον εἶναι ἀνόητη, ἀλλὰ εἶναι καὶ ἀποτέλεσμα διαβολικῆς ἐνέργειας, νὰ ἐμπιστευόμαστε δηλ. τὴ ζωὴ μας ὅχι στὴ δική μας φροντίδα καὶ προσπάθεια, ἀλλὰ στὶς ἐναλλαγές τῶν ἡμερῶν. Γίνεται ἡ μέρα ἢ ὁ χρόνος μας καλὸς ἢ κακὸς ὅχι ἀπὸ τὴ φύση, ἀλλὰ ἀπὸ τὴ δική μας φροντίδα ἢ ἀμέλεια.» Κλείνει δὲ ὁ ἱερός Πατέρας με τοῦτο: «Ἀν θέλεις νὰ ωφεληθεῖς κάτι ἀπὸ τὴν Πρωτοχρονιά νὰ κάμεις τοῦτο. Ὅταν δεις νὰ συμπληρώνεται ἓνας χρόνος ευχαρίστησε τὸν Κύριο ποὺ σὲ εἰσήγαγε στὸν κύκλο αὐτῶν τῶν χρόνων. Νὰ συγκινηθεῖ ἡ καρδιά σου, μέτρησε τὸν χρόνο τῆς ζωῆς σου καὶ νὰ πεις στὸν εαυτὸ σου: «Οἱ μέρες τρέχουν καὶ περνοῦν, τὰ χρόνια συμπληρώνονται, προχωρήσαμε πολὺ δρόμο, ποῖο καλὸ ἔργο πράξαμε; Μήπως φύγουμε ἀπὸ ἐδῶ κενοὶ καὶ ἐρημοὶ ἀπὸ κάθε εἶδος ἀγαθοεργίας; Τὸ δικαστήριον πλησιάζει, ἡ ζωὴ τρέχει βιαστικά, ἡ μέλουσα κρίσις φτάνει. Αὐτὰ νὰ συλλογίζεσαι με ἀφορμὴ τὴν Πρωτοχρονιά».

Ὅλα αὐτὰ ποὺ ἀναφέρει ὁ ἅγιος Χρυσόστομος δὲν συμβαίνουν καὶ σήμερα; Ἐνῶ οἱ καμπάνες τῶν ἐκκλησιῶν καλοῦν τοὺς πιστοὺς στὴ θεία λατρεία, οἱ περισσότεροι

ταλαιπωρημένοι ἀπὸ τὸ ξενύχτι, τὸ ποτό καὶ τὸ χαρτοπαίγνιο πηγαίνουν γιὰ ὕπνο. Πὰ νὰ ναι ἡ χρονιά δημιουργικὴ καὶ καρποφόρα θὰ πρέπει ἀπὸ τὴν ἀρχὴ νὰ προσέξουμε ἀπὸ τὶς παγίδες ποὺ μας στήνουν οἱ ληστὲς τοῦ χρόνου. Γιατί σίγουρα ὅλοι ξέρουμε πὼς υπάρχουν καὶ δὲν εἶναι λίγοι. Καραδοκοῦν νὰ κλέψουν τὸν χρόνο μας. Νὰ μας ἀποπροσανατολίσουν καὶ νὰ μας οδηγήσουν μακριὰ ἀπὸ τὸν στόχο μας. Τὴ σωτηρία τῆς ψυχῆς.

Ἡ ἀμέλεια, ἡ τεμπελιά, ἡ ἀναβλητικότητα καὶ ἡ ἐπιπόλαιη ἀντιμετώπιση τοῦ χρόνου δὲν εἶναι καλοὶ σύμβουλοι. Ὁ χρόνος εἶναι πραγματικὰ πολὺτιμος, γιατί με αὐτὸν ὅχι μόνον πραγματοποιοῦμε τὰ ὄνειρά μας, τὶς ἐπιδιώξεις μας, ὅχι μόνον γιατί κατακτοῦμε αὐτὴ τὴ ζωὴ, ἀλλὰ καὶ διότι κερδίζουμε καὶ τὴν αἰωνιότητα.

Ἡ κατάκτηση δὲ τῆς αἰωνιότητος θὰ ἐξαρτηθεῖ ἀπὸ τὸν τρόπο ποὺ θὰ χρησιμοποιήσουμε τὴν περίοδο τῆς ἐδῶ ζωῆς μας.

Εἶναι χαρακτηριστικὸς ὁ λόγος τοῦ μεγάλου Γάλλου ποιητῆ Πωλ Κλωντέλ: «Ὅποιος σκοτῶνει τὸν καιρὸ του, σκοτῶνει καὶ αὐτὴ τὴ ζωὴ, χάνει καὶ τὴν ἄλλη».

Ἐνας καινούργιος χρόνος ἔχει ἀνατεῖλει καὶ ὅλοι ευχόμεστε νὰ εἶναι εὐτυχισμένος καὶ καλύτερος. Κατὰ βάθος ωστόσο ὅλοι γνωρίζουμε πὼς ὁ χρόνος εἶναι ἓνα φυσικὸ μέγεθος ποὺ μετρά τὴν ἀνθρώπινη ζωὴ καὶ οἱ διάφορες υποδιαιρέσεις του, μῆνες, μέρες, ὥρες, ἔχουν ἀπλὰ ἀριθμητικὴ καὶ ὅχι ποιοτικὴν ἀξία. Με ἄλλα λόγια δὲν ὑπάρχει καλὸς ἢ κακὸς χρόνος. Ἀξία δὲν ἔχει πόσο ζεῖ κανεὶς, ἀλλὰ τὸ πὼς ζεῖ καὶ πὼς ἀντιλαμβάνεται τὸν σκοπὸ τῆς ζωῆς του.

Νέα λοιπὸν χρονιά. Ἀς τὴ γεμίσουμε με πίστη καὶ ἀγάπη καὶ καλοσύνη κι ἐνθουσιασμό ἀνθρωπιάς. Ἀς τὴ γεμίσουμε με ἀγῶνες πνευματικὸς γιὰ νὰ εἶναι καὶ αὐτὴ ἡ χρονιά πλοῦσια καὶ καρποφόρα με ἔργα ἀγάπης.

Πρωτοπρεσβύτερος
Δημήτριος Παπαϊωάννου

Κοπή βασιλόπιτας κατηχητικού

Τὴν Πέμπτη 16 Ιανουαρίου 2020, στὴ σύναξη τῶν Νεανικῶν Κατηχητικῶν μίας Σχολείων γιὰ τὸ νέο ἔτος, ἐγίνε ἡ κοπὴ τῆς βασιλόπιτας, με τὴν παρουσία παιδιῶν καὶ Κατηχητῶν. Ὁ πρεσβύτερος Θεόδουλος εὐλόγησε τὴ βασιλόπιτα, ευχόμενος γιὰ μὴ εὐλογημένη, δημιουργικὴ καὶ καρποφόρα χρονιά καὶ προ πάντων ἐν Χριστῷ χρονιά. Τέλος, ἐκτὸς ἀπὸ τὸ πολυπόθητο φλουρί, τὸ ὁποῖο μικροὶ καὶ μεγάλοι ἔψαχναν, ἐγίνε καὶ κλήρωση δώρων. Ευχόμεστε σὲ ὅλα τὰ παιδιὰ μὴ εὐλογημένη χρονιά καὶ καλὴ πρόοδος σὲς σπουδές τους.

Ἀπὸ τοὺς κατηχητές



Χρίστια Κλεόπα

Πρόεδρος ΝΕΔΗΣΥ Αθηνών

Για ακόμη μια χρονιά συμμετείχαμε στη «Λεωφόρο των Ευχών», η οποία πραγματοποιήθηκε με μεγάλη επιτυχία από τον Δήμο Αθηνών την 1η Δεκεμβρίου 2019. Πρώτος στόχος μας ήταν να μαζέψουμε ένα χρηματικό ποσό για να «Μοιράσουμε Χαμόγελα» στους άπορους συνανθρώπους μας. Με τη δική σας στήριξη καταφέραμε να μαζέψουμε ένα σεβαστό ποσό, το οποίο παραδώσαμε στον Δήμαρχο, Πρόεδρο της «Επιτροπής Κοινωνικής Πρόνοιας Αθηνών».

Στα πλαίσια της εορταστικής μας δράσης και κοινωνικής στήριξης, ετοιμάσαμε κιβώτια με είδη πρώτης ανάγκης, τα οποία περιλάμβαναν τρόφιμα και δωροκουπόνια (για αγορά τροφίμων). Τα κιβώτια αυτά παραδόθηκαν στον Δήμαρχο Αθηνών κ. Κυριάκο Καρεκλά, ούτως ώστε να δοθούν στους συμπολίτες μας που το είχαν ανάγκη, περισσότερα από ποτέ εκείνες τις Άγιες μέρες. Η δράση αυτή πραγματοποιήθηκε σε συνεργασία με την επαρχιακή γραμματεία της ΝΕ.ΔΗ.ΣΥ Λάρισας. Συγκεκριμένα παραδόθηκαν κιβώτια σε περισσότερους από 19 Δήμους και Κοινότητες της Επαρχίας Λάρισας. Πρώτιστο μέλημά μας ήταν, είναι και θα είναι, ο συνάνθρωπός μας.

ΝΕ.ΔΗ.ΣΥ. ΑΘΗΝΟΥ



Όπως και πέρσι συλλέξαμε είδη ένδυσης, υπόδησης και παιχνιδιών. Το ενδιαφέρον που δείξατε μας έχει συγκινήσει, λόγω της άμεσης ανταπόκρισής σας και παράλληλα λόγω της πληθώρας πραγμάτων που μας παραδώσατε. Γι' αυτό τον λόγο τα μοιράσαμε στη «Σχολική Εφορεία Αθηνών», στον «Ερυθρό Σταυρό» και στην ομάδα «Αγκαλιάζω με αγάπη».

Στις 8 Δεκεμβρίου 2019, με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Ατόμων με Αναπηρία, συμμετεί-



χαμε στην εκστρατεία «Νοιάζομαι», για την Επιμέλεια Χώρων Στάθμευσης για άτομα με κινητικές δυσκολίες. Προχωρήσαμε στο βάψιμο των χώρων στάθμευσης ατόμων με αναπηρία, τους οποίους μας είχε υποδείξει το Δημαρχείο. Ευχόμαστε αυτά τα βήματα προόδου να γίνονται καθημερινά, έτσι ώστε τα άτομα με αναπηρία να μπορούν να συμμετέχουν ισότιμα στην κοινωνική ζωή του τόπου μας και να έχουν πρόσβαση σε όλους τους χώρους.

«Στον Αγαπητόν μου Κύρο»

Αγαπητέ μου συγγενή,
τζίαι φίλε μιάλε Κύρο,
είσαι ο πρώτος ποιητής
εδώ μέσα, στα γύρω.
Ποτέ σου τούτον μεν ξεχνάς
τζίαι μεν το αμφιβάλλεις,
άλλους μπροστά σου άσχετους,
ποτέ σου μεν τους βάλλεις.
Ήμουν τζί' εγινών κάποτε,
ο ποιητής που ξέρεις,
μα με τα γρόνια τα πολλά,
έγινα Ιαβέρης.
Όσες φορές προσπάθησα,
ποίημα να συντάξω,
άφηκα το μισόστρατα,
πριν Τέλος να τ' αρπάξω.
Στράταν αφήνω όφτζερην,
ξεκάθαρη για σένα,
πού'σαι καθρέφτης, ποιητής,
τζίαι πρώτος στην αρένα.

Ανδρέας Κυρίτσας

ΑΠΟΔΗΜΟΙ ΚΑΙ ΕΤΕΡΟΔΗΜΟΤΕΣ

Από το βιβλίο – ΑΘΗΝΟΥ

«Αναμνήσεις από το χθες»

του Ανδρέα Μπότσαρη

ΔΟΥΚΑΝΟΠΟΙΟΙ

Η Αθηναίου, ως η αγροτομάνα της Κύπρου που ήταν και συνεχίζει να είναι, είχε πολλούς γεωργούς οι οποίοι καλλιεργούσαν δημητριακά, κυρίως σιτάρι, κριθάρι και σε λιγότερες ποσότητες σιφουνάρι. Οι γεωργοί λοιπόν, ανάμεσα στ' άλλα εργαλεία, αντικείμενα και μέσα που χρησιμοποιούσαν ήταν κι η δουκάνη (βουκάνη ή λουκάνη), που ήταν απαραίτητη για το αλώνισμα.

Η δουκάνη ήταν μια χοντρή ξύλινη πλάκα, μια πλατιά επιμήκης σανίδα (ή και δυο πιο στενές, έτσι που όπως ενώνονταν να φαίνονται ως μια) με διαστάσεις γύρω στα εφτά πόδια μήκος, τρία πλάτος και περίπου τρεις ίντρες πάχος. Στο πάνω μέρος, η σανίδα αυτή ήταν λεία, έτσι που να μπορεί να στέκεται πάνω ο γεωργός ή να βάζει την καρέκλα του, για να κάθεται κατά την ώρα του αλωνίσματος. Στο κάτω μέρος της σανίδας υπήρχαν μπηγμένα πολλά αιχμηρά αθκιατζια – μυτερά κομμάτια από «αθκιακόπετρα», «τοιακμάκότερα», πυριτόλιθο ή σιουρναρόπετρα – μήκους περίπου τεσσάρων πόντων, ύψους γύρω στους δυο πόντους και πλάτους, γύρω στον ένα πόντο, λεπτά και κοφτερά σαν μαχαίρι, για να κατατεμαχίζουν τα στάχυα. Τα «αθκιατζια» ήταν βαλμένα, μπηγμένα θα έλεγα, με πολλή τέχνη στις ειδικές μικρές σχισμές της ξύλινης πλάκας που χαράσσονταν από ειδικό τεχνίτη, έτσι που τ' αθκιατζια, καλά στερεωμένα, «σφηνωμένα» στη δουκάνη και τοποθετημένα σε ευθεία γραμμή, να μπορούν να κόβουν τα δεμάτια τα οποία είχαν ήδη ξεδεθεί κι απλωθεί στο αλώνι. Πολλές δουκάνες είχαν και μια λεπίδα (ένα είδος πριονιού, σβανά), που ξεκινούσε από το μπροστινό και κατέληγε στο πίσω μέρος της δουκάνης, ακριβώς στη μέση εκεί που ενώνονταν οι δυο σανίδες. Σκοπός λοιπόν της δουκάνης ήταν να κατατεμαχίζει τα στάχυα μέχρι να γίνουν μικρά-μικρά κομμάτια, «να γίνουν άσιερα», άχυρο.

Το μπροστινό μέρος της δουκάνης, μήκους περίπου πενήντα πόντων χωρίς αθκιατζια, έχει μια απόκλιση γύρω στους τριάντα

πόντους προς τα πάνω, έτσι ώστε, όταν η δουκάνη σερνόταν από τα ζώα – βόδια, αλογα ή γαϊδούρια – να μη βυθίζεται μέσα στο μάλωμα, αλλά να περνά πάνω απ' αυτό, ενώ το υπόλοιπο μέρος της, το επίπεδο, να «κυλά» πάνω στ' απλωμένα στάχυα – μάλωμα- και να τα κατατεμαχίζει.

Επίσης στο πάνω μέρος της δουκάνης σε ειδικό σημείο ήταν στερεωμένη η μια άκρη της αλυσίδας ή του σχοινιού, ενώ η άλλη άκρη ήταν δεμένη στις «ζεζιές», στο ειδικό μικρό σαμάρι των ζώων, την «τρασιπλιά». Έτσι το γαϊδούρι ή τ' άλογο καθοδηγείτο από το άτομο που ήταν απάνω στη δουκάνη, σερνοντάς την γύρω-γύρω πάνω στο απλωμένο μάλωμα. Η δουκάνη έχοντας στο κάτω μέρος της τα κοφτερά αθκιατζια, κατατεμαχίζει τα στάχυα. Έτσι γινόταν το αλώνισμα. Ύστερα από δυο ή τρεις μέρες «αλώνισμα», το μάλωμα κοβόταν σε μικρά κομμάτια, η ποκαλάμη γινόταν άχυρο και κόντυλα (χοντρό άχυρο) κι οι «κουτσούλες», τα στάχυα, άνοιγαν κι έβγαιναν οι σπόροι – σιτάρι ή κριθάρι.

Συνήθως περί το τέλος της πρώτης μέρας ή και στα μισά της δεύτερης μέρας, ανάλογα με το πόσο είχαν κατατεμαχιστεί τα στάχυα, σταματούσαν το αλώνισμα και «γύριζαν τ' αλώνι», δηλαδή γύριζαν το μάλωμα έτσι που το κατατεμαχισμένο να πάει προς τα κάτω και το άκοφτο να έρθει προς τα πάνω. Μέχρι που ν' αλωνιστεί καλά έπρεπε να «γυρίσουν» 3-4 φορές το μάλωμα, δουλειά που, ιδιαίτερα στην αρχή, δεν ήταν και τόσο εύκολη.

Αργότερα, όταν ο γεωργός έβλεπε ότι το μάλωμά του είχε «αλωνιστεί καλά», είχε γίνει μικρά-μικρά κομμάτια μεγέθους αχύρου, με τη βοήθεια της «τσιβέρας» (στενόμακρο ξύλο, σανίδα που έσερναν τα ζώα και σκοπό είχε να μαζέψει το μάλαμα σε σωρό, έτοιμο για ν' ανεμιστεί) το μάζευαν σ' ένα στενόμακρο σωρό και περίμεναν μέχρι να φυσήξει ο ούριος, ο κατάλληλος άνεμος. Ας σημειωθεί εδώ ότι οι γεωργοί της Αθηναίου τοποθετούσαν «το σωρό» έτσι που να βλέπει ανατολή και δύση, γιατί περίμεναν «τον νότο», να φυσήξει, σε αντίθεση με τους Πυρογιάτες που περίμεναν «το λίβαν», το δυτικό άνεμο. Όταν φυσούσε ο νότιος άνεμος αργά το απόγευμα, τότε το «ανεμίζαν», «το θερνάτιζαν», το λίκνιζαν, δηλαδή με το «φερνάτιζι»

ή «θερνάτιζι», το ειδικό οδοντωτό ξύλινο φτυάρι, το έριχναν ψηλά προς τα πάνω, για να χωρίσει το άχυρο από τον καρπό, το σιτάρι ή το κριθάρι. Επειδή το άχυρο ήταν ελαφρύ παρουσιάζονταν πιο πέρα, ενώ το σιτάρι ή κριθάρι, που ήταν βαρύτερο, έπεφτε σχεδόν στο ίδιο μέρος. Έτσι μετά από αρκετή ώρα ανεμίσματος, μια εργασία που ήταν πολύ κουραστική κι απαιτούσε ειδική τέχνη, χώριζε ο καρπός από το άχυρο. Πολλές φορές μέσα στον καρπό, έμεναν και κόντυλα, οπότε ο γεωργός ήταν υποχρεωμένος να το ανεμίσει ξανά και μετά να το αρβαλίσει, δηλαδή να το περάσει από ειδικό κόσκινο, το αρβάλι. Οι τρύπες του κόσκινου ήταν τέτοιες που επέτρεπαν στον καρπό να περάσει, όχι όμως και στα κόντυλα που έμεναν μέσα στο κόσκινο. Για τούτο και για κάθε είδος σπόρου είχαν και το κατάλληλο αρβάλι, με το οποίο καθάριζαν τον σιτάρι ή το κριθάρι από τα κόντυλα.

Έτσι το άχυρο έμενε σε ένα μακρόστενο σωρό μέχρι να μεταφερθεί στον αχυρώνα, ενώ το σιτάρι ή κριθάρι, αφού το αρβαλίζαν, το μάζευαν σ' ένα βουνάρι κωνικού σχήματος, μέχρι να το αποθηκεύσουν.

Με την εμφάνιση πρώτα των απλών αλωνιστικών, αργότερα των αλωνιστικών που χώριζαν το μάλωμα από το άχυρο, οι λεγόμενες «πατόζες» και στη συνέχεια με την εμφάνιση των θεριστικοαλωνιστικών μηχανών, των «κομπάινς», οι δουκάνες έπαψαν να χρησιμοποιούνται. Έτσι ένα ακόμα επάγγελμα, αυτό του δουκανοποιού, χάθηκε στο βωμό της μηχανικής προόδου.

ΕΛΑΙΟΤΡΙΒΕΣ

Στα πολύ παλιά χρόνια, την εποχή του τρύγου της ελιάς, στην Αθηναίου λειτουργούσαν εποχικοί ελινόμυλοι ή ελιόμυλοι, ώστε οι αθηναίτες ελαιοπαραγωγοί δεν ήταν υποχρεωμένοι να κουβαλούν τις ελιές στα ελαιοτριβεία, λιοτριβεία, άλλων χωριών. Αντιλαμβάνεται κανείς πόσο χρήσιμος ήταν ο ντόπιος ελιόμυλος σε μια εποχή, που τα μέσα συγκοινωνίας και μεταφοράς – συνήθως γαϊδούρια φορτωμένα με δυο-τρεις σακούλες ή και αμάξια συρόμενα από ζώα – δεν είχαν την ταχύτητα, αλλά ούτε και την ικανότητα να μεταφέρουν μεγάλες ποσότητες ελιών. Βέβαια σήμερα τα πράγματα έχουν αλλάξει

προς το καλύτερο και ταχύτερο. Μ' ένα τηλεφώνημα ο ελαιοπαραγωγός μπορεί να κλείσει ραντεβού πότε να πάρει τις ελιές του στον ελιόμυλο, για να βγάλει το λάδι. Με τ' αυτοκίνητό του ή τ' αυτοκίνητο κάποιου άλλου ελαιοπαραγωγού πηγαίνει το πρωί στον ελιόμυλο και μέχρι το απόγευμα επιστρέφει στο σπίτι του με το φρέσκο ελιόλαδο στα δοχεία του.

Άλλωστε ο παλιός ελιόμυλος δεν υπάρχει πια, αφού σήμερα υπάρχουν τα υπεραυτόματα ελαιοτριβεία, όπου ρίχνει κανείς τις ελιές σε ειδικά δεξαμενή, πλένονται κι απ' εκεί μεταφέρονται αυτομάτως στα ταχυπεσστήρια όπου λειώνουν οι ελιές και τρέχει ολοκάθαρο το λάδι στους τενεκέδες. Γρήγορη κι όχι τόσο κουραστική δουλειά για τον ιδιοκτήτη του ελιόμυλου ή για τον ελαιοπαραγωγό.

Στην Αθηναίου υπήρχαν, γιατί τώρα δεν υπάρχουν πια, οι παραδοσιακοί ελιόμυλοι με τις μυλόπετρες «που τις γύριζαν» τα ζώα μέσα σε μια μεγάλη πέτρινη γούρνα και κάτω από το βάρος της μυλόπετρας οι ελιές έλειωναν και το λάδι έτρεχε από ειδική τρύπα στα δοχεία.

Αργότερα χρησιμοποιήθηκαν τα ειδικά ζερμπύλια, μέσα στα οποία έβαζαν τις ελιές, στοίβαζαν μερικά ζερμπύλια το ένα πάνω απ' τ' άλλο και με την πίεση από ειδική μηχανή έλειωναν οι ελιές κι έτρεχε από μια «καννούρα», μια κάνουλα το λάδι στους τενεκέδες ή τα ειδικά δοχεία. Φυσικά περνούσε από ειδικά φίλτρα, για να καθαρίσει «από τις ζούρες», τις «ακαθαρσίες» του λαδιού. Αν τα ζερμπύλια δεν ήταν καινούργια ή πολύ καθαρά, τότε το λάδι αντί «να μυρίζει ελιά τσακκιστή» ... είχε «μια ταγγάδα».

Γνωστοί ελιόμυλοι στην Αθηναίου ήταν της Ελένης Χατζηχριστόφου, του Γιαννακουτά, του Γιακουμπετή και του Γιάννη Χατζηπάρου στην περιοχή της Γάστρας. Ας σημειωθεί ότι ο τελευταίος ελιόμυλος είχε δημιουργηθεί από τον Αθανάση Μιχαηλίδη.

Επιμέλεια
Μάρω Παπουή
Δημοτικός Σύμβουλος
Πρόεδρος Επιτροπής Αποδήμων
και Ετεροδημοτών

ΔΗΜΟΤΙΚΗ ΣΤΕΓΗ ΕΝΗΛΙΚΩΝ

ΚΛΕΑΝΘΕΙΟΣ ΚΟΙΝΟΤΙΚΗ ΣΤΕΓΗ ΗΛΙΚΙΩΜΕΝΩΝ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟΥ ΚΟΙΝΟΤΙΚΟΥ ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΥ

ΞΕΔΙΠΛΩΝΟΝΤΑΣ ΜΝΗΜΕΣ ΚΑΙ ΒΙΩΜΑΤΑ ΗΛΙΚΙΩΜΕΝΩΝ

Όταν οι παλαιότεροι θυμούνται, οι νεότεροι καταγράφουν και μαθαίνουν...

Οι μνήμες και τα βιώματα πλούσια. Ημέρα αγκαλιάς η 22 Δεκέμβρη κι εμείς ανοίξαμε την αγκαλιά και την καρδιά μας για να χωρέσει όσο πιο πολλά μπορούσε. Στις παγωμένες μέρες του Γενάρη, τρεις μαθήτριες του Γυμνασίου Αθηνών «απόδρασαν» για λίγο από το σχολείο και βρέθηκαν με την καθηγήτριά τους κ. Άννα Χριστοδούλου στην Κλεάνθειο Στέγη Ηλικιωμένων. Εκεί πήραν συνεντεύξεις από ηλικιωμένους – επικοινωνήσαν καλύτερα μαζί τους, ξύπνησαν μνήμες και βιώματα τα οποία κατέγραψαν, δακτυλογράφησαν με προθυμία και σας τα παραθέτουν όπως τα άκουσαν.

Ανοίξαμε το χρονοντούλαπο και τι δεν βρήκαμε!...

Η κ. Πολυδώρα Κίτα μάς ανέφερε τα εξής: «Παλιά ήταν πολύ δύσκολα, γιατί έπρεπε να δουλεύουμε αρκετές ώρες ώστε να συντηρούμε την οικογένειά μας. Ο πατέρας μου σκοτώθηκε στον Β΄ Παγκόσμιο πόλεμο και η μητέρα μου έφτιαχνε χαλιά. Όταν ήμουν μικρή, τα παιχνίδια που παίζαμε ήταν το κουτσό, το κρυφτό και το κυνηγητό, όπου μαζευόμασταν κάθε απόγευμα σε μια γειτονιά μέχρι να μας φωνάξουν οι γονείς μας. Ήμουν το μεγαλύτερο κορίτσι της οικογένειας γι' αυτό, όταν γεννήθηκε η μικρότερη αδελφή μου με σταμάτησαν από το Δημοτικό σχολείο. Στη συνέχεια άρχισα να εργάζομαι ως κομψώτρια, έφτιαχνα τραπεζομάντιλα και διάφορα γλυκά και τα πουλούσα, αφού τα λεφτά της οικογένειας δεν ήταν αρκετά και δεν έφταναν για όλους. Μεταξύ εμένα και των αδελφιών μου υπήρχε αλληλοβοήθεια και το μεγαλύτερο μέλος βοηθούσε το μικρότερο. Η διαβίωση ήταν πολύ δύσκολη για μια πολύτεκνη οικογένεια, όπως ήταν και η δική μου. Οι συνθήκες ζωής ήταν δύσκολες, αλλά ζούσαμε με ό,τι είχαμε, χωρίς το άγχος της σημερινής κοινωνίας. Έχω πέντε παιδιά. Διαμένω στο Γηροκομείο λόγω πολλών προβλημάτων υγείας. Περνώ πολύ ωραία εδώ. Μου αρέσει πολύ το περιβάλλον και η ψυχαγωγία. Νιώθω σαν να βρίσκομαι στο σπίτι μου, αλλά με περισσότερες ανέσεις. Με φροντίζουν πολύ καλά».

Μνήμες της κ. Δήμητρας Κουταλιανού: «Παλιά υπήρχε πολλή φτώχεια, τώρα οι άνθρωποι ζουν πιο όμορφη ζωή. Τέλειωσα το Δημοτικό σχολείο, αλλά έκανα

συντάξεις, για να βοηθώ τους γονείς μου στις γεωργικές τους δουλειές. Είχαμε κτήματα, αγελάδες και αλογα. Είχα τρεις αδελφές και ένα αδελφό, αλλά πέθαναν όλοι. Εγώ ήμουν η μικρότερη της οικογένειας. Θυμάμαι όταν ήμουν μικρή παίζαμε «χωστό» και κύκλο με την πέτρα - σπρώχναμε την πέτρα με το ένα πόδι και το άλλο ήταν σπκωμένο ψηλά και όποιος κατάφερνε να σπρώξει την πέτρα με δυο βήματα «κοτοαντήρι», αλλά να μη βγει έξω από τον κύκλο, ήταν ο νικητής. Ράβαμε επίσης κούκλες από ύφασμα και τις γεμίσαμε με βαμβάκι. Οι μπάλες της εποχής ήταν από τη «φούσκα» του χοίρου.

Όταν γίναμε πρόσφυγες είχαμε πολλές δυσκολίες, γιατί ο πατέρας μου ήταν ανάπηρος και δε βρίσκαμε κανένα να μας βοηθήσει. Αργότερα πέθανε ο πατέρας μου και μέيناμε με τη μητέρα μου και τα τέσσερα αδέρφια μου. Στη συνέχεια παντρεύτηκα στην Αθηνών και εργαζόμουν ως καθαρίστρια στο Δημοτικό Σχολείο. Όταν δούλευα στο σχολείο πρόσεχα πολύ τα παιδιά σαν να ήταν δικά μου. Μου λείπουν πολύ οι δικοί μου. Αγαπώ πολύ τα παιδιά της αδελφής μου. Εδώ στο Γηροκομείο περνούμε πολύ ωραία. Η Διευθύντρια είναι πολύ καλή και μας φροντίζουν πολύ όλοι. Μαθαίνουμε διάφορα - ζωγραφίζουμε, φτιάχνουμε κουλουράκια και μουσικοθεραπεία. Μου αρέσει πολύ που έρχεται συχνά και ο πάτερ και μας μιλά».

Η κ. Βασιλική Κώστα θυμάται... «Πέρασαμε καλά τη ζωή μας και με φτώχειες, αλλά και με χαρές. Παίζαμε στις σούσες (κούνιες) και με κούκλες που μας έφερναν δώρο. Δε γνώρισα τον πατέρα μου, γιατί πέθανε όταν ήμουν μικρή. Η μητέρα μου δούλευε στα χωράφια. Έχω τρεις αδελφές και ήμουν η μικρή της οικογένειας. Πήγα σχολείο μόνο στην πρώτη τάξη του Δημοτικού. Πριν το 1974 δούλεψα για δώδεκα χρόνια καμαριέρα στο ξενοδοχείο Κωνσταντία στο Βαρώσι. Επίσης, βοηθούσα και την αδελφή μου που είχε καφετέρια. Τώρα παίρνω τη σύνταξή μου και είμαι μια χαρά. Εδώ στο Γηροκομείο μου αρέσει πολύ. Με ντύνουν, με ταίζουν και μου φέρονται πολύ καλά». Σε αυτή τη διαδρομή των αναμνήσεων παρατηρήσαμε ότι οι παλαιότεροι, παρά την φτώχεια και τις αντιξοότητες στη ζωή τους, κατάφεραν να κρατηθούν και να επιβιώσουν. Μπορεί να ήταν ολιγογράμ-

ματοι, αλλά εφαρμόζαν στην πράξη την ολιγάρκεια, την ταπεινότητα, την πραότητα, την αγάπη και την υπομονή. Τελικά οι δυσκολίες δυναμώνουν τους ανθρώπους και τους κάνουν σοφότερους. Δώσαμε υπόσχεση πως θα συνεχίσουμε την επικοινωνία μας με τους ηλικιωμένους μαζί με άλλους συμμαθητές μας, γιατί έτσι θα ανακαλύψουμε τις ρίζες μας και τις αξίες της ζωής.

Συγγραφή - επιμέλεια : Σταυριάνα Κάουτονη, Μαλεβή Ιωάννου και Ελισάβετ Κουφοπαύλου, μαθήτριες του τμήματος Β3, υπό την καθοδήγηση της κ. Άννας Χριστοδούλου.

Το να προσφέρει ό,τι μπορείς στους άλλους είναι ο μόνος λόγος για τον οποίο αξίζει να υπάρχουν στον κόσμο.

Ποίημα της αγάπης από τον αγαπημένο μας εθελοντή κ. Γιώργο Κουφοπαύλου (Μπάτας)

Η αγάπη είναι δώρο
του προσάτη μας Χριστού
το δε μίσος είναι δώρο
του σατανά του πονηρού.

Όσοι αγαπούν έχουν γαλήνη
πάντοτε μες την ψυχή
μα τζι αν έν κακά τα χρόνια
τζιαι σκληρή η εποχή.

Κοιτάζει κάποιο που αγαπά
όπου βρεθεί, πάντοτε γελά
εν καθαρή η καρδιά του
αυτός περνά τον βίο του
με όλη την χαρά του.

Όμως κάποιος άλλος που μισά
τα μούτρα του εν κρεμασιά
αυτόν σπανίως τον βλέπεις να γελά.

Αγάπα τον πλησίον σου
ως σαν τον εαυτό σου
σκόρπα αγάπη και στοργή
προς τον συνάνθρωπό σου.

Η αγάπη είναι που δίνει
την χαρά, την ευτυχία
και χαρίζει στους ανθρώπους
υγεία και μακροζωία.

Για τους μήνες Δεκέμβριο 2019 και Ιανουάριο 2020 σας παραθέτουμε κάποιες από τις δράσεις που έχουν πραγματοποιηθεί στην Κλεάνθειο Στέγη Ηλικιωμένων: Εβδομάδα Εθελοντισμού: 1η Δεκεμβρίου

μέχρι τις 8 Δεκεμβρίου 2019 πραγματοποιήθηκαν δραστηριότητες, όπως μουσικοθεραπεία, χειροτεχνία, χορός, τραγούδια, μαγειρική και προσωπική περιποίηση προς τους ηλικιωμένους. Στις δραστηριότητες συμμετείχαν παιδιά κάθε ηλικίας.

Καθιερωμένη κοπή της βασιλόπιτας προς τους ένοικους και το προσωπικό της Στέγης.

Ο Δήμος Αθηνών και η Κλεάνθειος Κοινοτική Στέγη Ηλικιωμένων τέλεσαν στις 12 Ιανουαρίου 2020 το ετήσιο μνημόσυνο των αιμνιστών και μεγάλων ευεργετών της Αθηνών, Μοναχού Καλλίνικου Σταυροβουνιώτη και Νίκου Μουγιάρη στον ιερό ναό της Παναγίας Χρυσελεύσης στην Αθηνών. Με τον τρόπο αυτό, στείλαμε τις ικεσίες μας στον Ύψιστο για τη Σωτηρία των ψυχών τους. Αιωνία τους η μνήμη. Μετά το μνημόσυνο προσκλήθηκαν γνωστοί και συγγενείς των ευεργετών μας, σε πρόγευμα στο Κωνσταντινελένειο Κέντρον Ενηλίκων. Νιώθουμε την υποχρέωση να ευχαριστήσουμε τους προσφοροδότες: ανθοπωλείο Africa, Κουζίνομαγεία, Α/φοί Πάντζιανου, Φούρνοι Πύριλλος, κ. Νεόφυτος Νεοκλέους, κ. Γαβριήλ Καζάνας, κ. Μαρία Μαλέκου, κ. Μαρία Μηνά, κ. Ιωάννα Χαραλάμπους, οι οποίοι στήριξαν την εκδήλωσή μας, καθώς και άλλοι εθελοντές.

Στις 22 Ιανουαρίου χάσαμε τον αιμνιστο και πολύ αγαπητό μας Δρ. Ελευθέριο Ελευθερίου, ο οποίος πρωτοστάτησε στην έναρξη των εργασιών της λειτουργίας της Κλεάνθειος Στέγης. Βοήθησε στην εκπαίδευση του προσωπικού της Στέγης με την παροχή μαθημάτων Πρώτων Βοηθειών και την περιποίηση πληγών. Ήταν για χρόνια ο προσωπικός ιατρός της Στέγης, η ευαισθησία του προς τον πάσχοντα άνθρωπο έδειχνε το μεγαλείο της ψυχής του. Με την παρουσία του νιώθαμε ασφάλεια. Το έξυπνο του χιούμορ, καθώς και το αίσθημα ευθύνης που διέθετε ήταν δυνατοί παράγοντες, ειδικά τα πρώτα στάδια της λειτουργίας της Στέγης. Δεν χαρακτηριζόταν μόνο ως ένας καλοσυνάτος άνθρωπος, αλλά και ως λαμπρός επιστήμονας. Αιωνία του η μνήμη.

Συγγραφή : Δήμητρα Κουμίδου
Κοινωνική Λειτουργός Κλεάνθειος Κοινοτικής
Στέγης Ενηλίκων Αθηνών
Επιμέλεια : Βάσος Χ' Γιαννακού
Πρόεδρος Διαχ. Επιτροπής Δημοτικών Στέγης
Ενηλίκων Αθηνών



ΔΗΜΟΤΙΚΗ ΣΤΕΓΗ ΕΝΗΛΙΚΩΝ

ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΕΛΕΝΕΙΟ ΚΕΝΤΡΟ ΕΝΗΛΙΚΩΝ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟΥ ΚΟΙΝΟΤΙΚΟΥ ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΥ

Το τάπλετ της γιαγιάς μου

Αλήθεια, είναι όμορφη και συγκινητική εικόνα να βλέπεις γιαγιάδες ή παππούδες με το τάπλετ στο χέρι. Είτε να μιλάνε με τα εγγόνια τους που βρίσκονται σε άλλη χώρα, είτε να διαβάζουν ή ακόμα και να παίζουν παιχνίδια...

Πολλά άτομα μεγαλύτερης ηλικίας, πιστεύουν ότι οι ραγδαίες εξελίξεις στην τεχνολογία δεν θα έχουν θετικά αποτελέσματα. Βλέπουν πίσω στη ζωή χωρίς κινητά, τάπλετ, υπολογιστές και υποστηρίζουν ότι ζούσαν πιο ήρεμα. Είναι αλήθεια ότι έχουν αλλάξει πολύ οι ζωές μας και οι σχέσεις μεταξύ των ανθρώπων εξαιτίας των τεχνολογικών ευρημάτων. Ευθύνη όμως για αυτό φέρουν οι χρήστες λόγω της αλόγιστης χρήσης των συσκευών αυτών.

Αυτό το άρθρο προτείνει στους παππούδες και στις γιαγιάδες να μάθουν πώς μπορούν να χρησιμοποιήσουν το τάπλετ γιατί έχει πολλά να τους προσφέρει. Μπορεί να πιστεύετε ότι δεν έχετε τις ικανότητες να μάθετε, όμως είστε πλήρως ικανοί, φτάνει να το θελήσετε!

Μερικά από τα οφέλη του τάπλετ για την Τρίτη ηλικία.

1. Χωρίς αμφιβολία, μία πολύ σημαντική υπηρεσία που προσφέρει η τεχνολογία των τάπλετ είναι η επικοινωνία με φίλους και συγγενείς σας και η ικανότητα να βλέπει ο ένας τον άλλο, μειώνοντας έτσι πιθανή απομόνωση των ανθρώπων. Άρα, αν και κατηγορούνται ότι μειώνουν την κοινωνικότητα, στις περιπτώσεις ανθρώπων που δεν μπορούν εύκολα να μετακινηθούν από το σπίτι τους, αυξάνουν την κοινωνικότητα.

2. Μπορείτε να βρείτε ομάδες στις οποίες συμμετέχουν άτομα με κοινά ενδιαφέροντα μαζί σας και να δημιουργήσετε διαδικτυακές σχέσεις που θα σας ανανεώσουν και θα σας προσφέρουν νέες εμπειρίες.

3. Έχετε τη δυνατότητα να δείτε ταινίες ή τηλεοπτικές σειρές και ψυχαγωγικά προγράμματα δικής σας επιλογής.

4. Μπορείτε να παρακολουθήσετε προγράμματα όπως μαγειρική, φροντίδα κήπου, βό-



τανα, μόδα κ.ά.

5. Μπορείτε να ακούσετε όποια μουσική σας αρέσει, να διαβάσετε βιβλία-εφημερίδες και έτσι να αξιοποιήσετε τον ελεύθερό σας χρόνο ευχάριστα.

6. Μπορείτε να παίξετε παιχνίδια ξεκούρασης, παιχνίδια γνώσεων, ή μνήμης, παιχνίδια αναγνώρισης χώρου, προσοχής και συγκέντρωσης κ.ά. Με αυτό τον τρόπο το μυαλό μένει σε εγρήγορση. Πολλά από αυτά τα παιχνίδια παίζονται με δύο ή περισσότερους παίκτες. Φανταστείτε να παίζετε μαζί με τα εγγόνια σας ή με φίλους σας που μπορεί να είναι δίπλα σας ή να βρίσκονται χιλιάδες μίλια μακριά.

7. Μπορείτε μέσα από τα τάπλετ να μάθετε πληροφορίες για εταιρείες, τράπεζες και άλλα καταστήματα χωρίς ταλαιπωρία και χωρίς να πρέπει να μετακινηθείτε, αν αυτό είναι ταλαιπωρία για εσάς.

8. Μπορείτε ακόμη να πραγματοποιήσετε αγορές βιβλίων, ενδυμάτων και υποδημάτων κ.ά. από το σπίτι σας και να σας τα στείλουν ταχυδρομικώς μέσα σε λίγες μέρες.

9. Μπορείτε να μάθετε νέες δεξιότητες, διατηρώντας έτσι το μυαλό σε εγρήγορση όπως π.χ. την εκμάθηση νέας γλώσσας.

10. Μπορείτε να ασκήσετε ακόμα και αμειβόμενη εργασία ή εθελοντική εργασία μέσα από το διαδίκτυο.

11. Μπορείτε να κατεβάσετε εφαρμογές οι οποίες να σας υπενθυμίζουν για διάφορες εκδηλώσεις ή και για τη λήψη φαρμάκων.

12. Υπάρχουν και εφαρμογές εξεύρεσης της τοποθεσίας σας σε περίπτωση επείγοντος περιστατικού, που είναι χρήσιμες για όλους.



Οι οθόνες αφής που διαθέτουν τα τάπλετ επιτρέπουν την ευκολότερη χρήση τους σε σύγκριση με τους υπολογιστές. Τα βήματα που πρέπει να ακολουθήσει κάποιος για να βρει τη σελίδα που ψάχνει είναι πιο άμεσα από αυτά των υπολογιστών. Επιπρόσθετα, υπάρχει η επιλογή μεγένθυσης των γραμμάτων και των εικόνων για καλύτερη ανάγνωση.

Αρχίζουν πραγματικά αρκετά άτομα άνω των 70 χρόνων να μπαίνουν στη διαδικασία να μάθουν να χρησιμοποιούν τα τάπλετ, θέλοντας να εκμεταλλευτούν τα πλεονεκτήματα που παρέχουν. Ζητήστε και εσείς από κάποιο άτομο που γνωρίζετε να σας καθοδηγήσει στον κόσμο του διαδικτύου. Θα βγείτε κερδισμένοι!

Εκδηλώσεις Δημοτικής Στέγης

Στις 19 Ιανουαρίου 2020, πραγματοποιήθηκε με επιτυχία η καθιερωμένη Πρωτοχρονιάτικη Εκδήλωση της Δημοτικής Στέγης Ενηλίκων Αθηναίων, στην οποία παρευρέθηκαν οι βουλευτές του ΑΚΕΛ Αντρέας Πασιουριτίδης και Ευανθία Σάββα, ο Πρόεδρος του Παγκύπριου Συντονιστικού Συμβουλίου Εθελοντισμού Ηλίας Δημητρίου, ο Δήμαρχος Αθηναίων κ. Κυριάκος Καρεκλάς, ιερείς και άλλοι επίσημοι του Δήμου μας. Ακολούθησε ψυχαγωγικό πρόγραμμα από τη Σχολή Βυζαντινής Μουσικής «Το Τάλαντο», Τσιατιστό από τον κ. Κύρο Αυτρίδη και απαγγελία ποιήματος από την κ. Άννα Χριστοδούλου και τη μαθήτρια Βασούλα Χριστοφή. Η ομάδα των ενοίκων της Στέγης με τη δασκάλα της Μουσικοθεραπείας κ. Χρύσω Αντρέου, μας συγκίνησε και μας ψυχα-

γώγησε με υπέροχα αγαπημένα τραγούδια. Ευχαριστούμε όλους όσοι συμμετείχαν στο πρόγραμμα της εκδήλωσης, τους χορηγούς S.STYLIANOU MEDISUPPLIES LTD και ΜΙΧΑΛΗ Χ. ΤΡΑΚΟΣΙΗ, τους δωροθέτες, όλους τους παρευρισκομένους που μας τίμησαν με την παρουσία τους, όπως επίσης και τους ξεχωριστούς εθελοντές μας που συνέβαλαν όπως κάθε φορά στην επιτυχία της εκδήλωσης. Θερμές ευχαριστίες και στον Δήμο Αθηναίων για τη σταθερή στήριξη που μας παρέχει σε κάθε εκδήλωση. Ιδιαίτερες ευχαριστίες επιθυμούμε να εκφράσουμε και σε όλους εσάς που με την αγορά των λαχνών συμβάλλετε στην επίτευξη του στόχου μας για ποιοτική παροχή υπηρεσιών.

Στις 29 Ιανουαρίου 2020, στην παρουσία του Δημάρχου, του Κοινοτάρχη και του προέδρου της Διαχειριστικής Επιτροπής της Δημοτικής Στέγης, η ομάδα χωριάτικων μακαρονιών του Κωνσταντινελένειου γιόρτασε την έναρξη του νέου έτους με την κοπή της βασιλόπιτας. Ευχαριστούμε τα μέλη της ομάδας για τα 19 συνεχόμενα χρόνια προσφοράς.

ΕΝΟΙΚΙΑΣΗ ΑΙΘΟΥΣΑΣ ΓΙΑ ΣΕΜΙΝΑΡΙΑ ΕΠΙΧΟΡΗΓΗΜΕΝΑ ΑΠΟ ΤΗΝ ΑΝΑΔ

Θέλετε να πραγματοποιήσετε ένα σεμινάριο με επιχορήγηση από την ΑΝΑΔ, και δεν έχετε τον ανάλογο χώρο στην Αθήνα; Τώρα στο Κωνσταντινελένειο έχετε τη δυνατότητα να πραγματοποιήσετε το σεμινάριό σας και δικαιούστε την ανάλογη επιχορήγηση, αφού είναι πιστοποιημένο από την ΑΝΑΔ ως Δομή Επαγγελματικής Κατάρτισης (ΔΕΚ).

Η αίθουσα του Κωνσταντινελένειου προσφέρεται και για μνημόσυνα, κηδείες ή άλλες εκδηλώσεις.

Επικοινωνήστε μαζί μας για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τα πιο πάνω θέματα στο 24522742.

*Σταυρούλα Τσιμούρη Ίλινς
Διευθύντρια Κωνσταντινελένειου
Κέντρου Ενηλίκων Αθηναίων*

*Επιμέλεια
Βάσος Χ" Γιαννακού
Πρόεδρος Διαχ. Επιτροπής*

Ποίημα για την Κλεάνθειο Στέγη Ηλικιωμένων

Στην Κύπρον η καλύτερη
πολύς κόσμος το λέγει
είναι στην Αθηνών μας
Κλεάνθειος η Στέγη.

Τους ηλικιωμένους μας
χαρούμενους κρατεί τους
καλύτερα που σπίν τους
ούλλους υπηρετεί τους.

Μ' αγάπην σ' όλους, έχουν
ιζαι με πολλήν φροντίδα
νοσηλεύτριες, νοσηλεύτές
πώς ενεργούν τους είδα.

Με φαγιτόν υπέροχον
καλήν ψυχαγωγείαν
παπάδες, ψάλτες ψάλλουσιν
Χριστόν ιζαι Παναΐαν.

Κάθε βδομάδα έχουν
μουσικοθεραπείαν
χορόν τραούθκια γύμνασιν
ότι ιζαιαν πω ελλεία.

Με Χρύσω μας που σπούδασε
πολλά πράματα ξέρει
χορεύκουσιν ιζαι τραουδούν
όσοι μπορούσιν γέροι.

Τζαι άμα έρχονται ιζαι συγγενείς
παιδικιά τους ιζαι αγρόνια
προσθέτουν τους εις τη ζωήν
ακόμα ιζι' άλλα γρόνια.

Με κτήρια υπέροχα
μ' ούλλες ιες ευκολίες
τα καλοτιζέρκα παίρνουν τους
ιζαι εις ιες παραλίες.

Δουλεύκουσιν ακούραστα
Δήμητρα - Θεοδώρα
για την Κλεάνθειον ιζι οι θκυο
εν του Θεού τα δώρα.

Βάσος ιζαι η Επιτροπή
δουλεύκουν με αγάπην
π' όνας μικρός παράδεισος
δαμέσα μετειράπην.

Θα πω ιζαι για την Άννα μας
που ο κόσμος την συχαίρει
ιζαι για τη Θεοδώρα μας
εν το δεξι της σιέρι.

Φροντίστριες καθαρίστριες
που ήβρασιν τον τρόπον
ναν ούλλα πεντακάθαρα
ιζαι αψηφούσιν κόπον

Συχαίρω τους εθελοντές
που η βοήθειά τους
πολλά εν ανεχίμητη
παρά πολλά τιμά τους,
ιζαι σιέρεται συνέχεια
ψυσιή μα ιζι καρκιά τους.

Γίνε ιζαι σου εθελοντής
ιζι' έσιε το για αρχή σου
γνώρισε τούτην την χαρά
π' όχουσιν ούλλα τα μωρά
να αγάλλετε η ψυσιή σου.

Τους χορηγούς ιζαι δωρητές
εν να τους σιερετήσω
τα τόσα που προσφέρουσιν
να τους ευχαριστήσω.

Για τη διαχειρίστριαν
συχαίρω την Σταυρούλλαν,
του Κωνσταντινελένειου
που προσπαθεί για ούλλα.

Γρόνια ενενηντατέσσερα είναι,
κόμα ιζαι προσφέρει,
Γιώργος ο Μπάτας μα εν θελει
κανένας να το ξέρει.

Τι να πω για τον Δήμαρχον
εγιώνει τον θαυμάζω
πώς είναι ο καλύτερος
παντού θα το φωνάζω.

Θα ρτω κοντά σου Δήμαρχε,
να ταππουρήσω ώμους
προσπάθησε όσο μπορείς,
να σάσουσιν τους δρόμους
πίεστους, παίζουσιν πελλόν
ιζαι κρύψαν σας τις γάτες
τα συνεργεία νάρτουσιν
το πρέμιξ για να βάλουσιν
ναν όμορφες οι στράτες.

Κύρος Αυτρίδης

ΔΗ.ΣΥ. ΑΘΗΝΟΥ

Η Τοπική Επιτροπή ΔΗ.ΣΥ Αθηνών και ο Γ.Σ Ρέα καλωσόρισαν το 2020, σε μια κοινή εκδήλωση, στις 3 Ιανουαρίου 2020. Η εκδήλωση πραγματοποιήθηκε με μεγάλη επιτυχία, αφού μικροί και μεγάλοι παρευρέθηκαν για να απολαύσουν το εορταστικό πρόγραμμα και την κοπή της βασιλόπιτας από τους επίσημους καλεσμένους της βραδιάς. Την εκδήλωση κόσμησαν πλούσια δώρα, τόμπολα, τραγούδια και χοροί. Ευχαριστούμε θερμά όλους όσους μας τιμούν κάθε χρόνο με την παρουσία τους και παράλληλα όλους αυτούς που βοηθούν με τον δικό τους τρόπο, για την πραγματοποίηση της εκδήλωσης.

Με μεγάλη μας χαρά παρευρεθήκαμε στην ετήσια χοροεσπερίδα της επαρχιακής Γραμματείας του Δημοκρατικού Συναγερμού Λάρνακας στην οποία τιμήθηκαν οι τέως πρόεδροι της τοπικής επιτροπής του Δημοκρατικού Συναγερμού Αθηνών. Ήταν μεγάλη μας χαρά αλλά και συγκίνηση να βρισκόμαστε αντιμέτωποι με το τόσο μεγάλο έργο που επιτέλεσε ο κάθε ένας από εσάς ξεχωριστά, τόσο στην τοπική μας επιτροπή όσο και στην κωμόπολή μας. Σας ευχαριστούμε.

Παναγιώτης Χωματένος (Απεβίωσε)

Ανδρέας Ζανεττίδης (Απεβίωσε)

Ανδρέας Καρακίτης (Απεβίωσε)

Κώστας Χατζηκώστας (Απεβίωσε)

Αλκιβιάδης Τρακοσίης

Γαβριήλ Καζάζης

Δημητράκης Παπαπέτρον

Γεωργία Χατζηθεοχάρους



1^ο ΕΤΗΣΙΟ ΜΝΗΜΟΣΥΝΟ ΤΟΥ ΑΕΙΜΝΗΣΤΟΥ ΝΙΚΟΥ ΜΟΥΓΙΑΡΗ ΚΑΙ 9^ο ΕΤΗΣΙΟ ΜΝΗΜΟΣΥΝΟ ΤΟΥ ΜΟΝΑΧΟΥ ΚΑΛΛΙΝΙΚΟΥ ΣΤΑΥΡΟΒΟΥΝΙΩΤΗ

Ο Δήμος Αθηνών και η Κλεάνθιος Δημοτική Στέγη Ενηλίκων τέλεσαν στις 12 Ιανουαρίου 2020 στην Εκκλησία της Παναγίας Χρυσελεύσας στην Αθηνών, με σεβασμό στη μνήμη των μεγάλων ευεργετών της Αθηνών, το 1ο ετήσιο μνημόσυνο του αείμνηστου Νίκου Μουγιάρη και το 9ο μνημόσυνο του αείμνηστου Μοναχού Καλλίνικου Σταυροβουνιώτη. Ακολούθησε επιμνημόσυνη δέηση στους τάφους και των δύο στο Κοιμητήριο Αθηνών και πρόγευμα για όλους όσους τίμησαν με την παρουσία τους τη μνήμη τους, στο Κωνσταντινελάνειον Κέντρο Ενηλίκων.

Το κενό από την απώλεια των μεγάλων αυτών ευεργετών της Αθηνών παραμένει για όλους δυσαναπλήρωτο. Η Αθηνών θυμάται τον Νίκο Μουγιάρη και τον Μοναχό Καλλίνικο Σταυροβουνιώτη και θα συνεχίσει να τους θυμάται και να τους τιμά μετά θάνατον, αφού είναι οι άνθρωποι που στάθηκαν δίπλα της και στους ανθρώπους της, που στάθηκαν δίπλα στους αγώνες της και στις προσπάθειές της για πρόοδο και ανάπτυξη.

Αιωνία σας η μνήμη αείμνηστε Νίκο Μουγιάρη και Πατέρα Καλλίνικε.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΟΜΙΛΟΥ ΜΑΛΛΟΥΡΑ

1. Χριστουγεννιάτικη γιορτή 17/12/2019

Ο Πολιτιστικός Όμιλος «ΜΑΛΛΟΥΡΑ» την Τρίτη στις 17 Δεκεμβρίου 2019 πραγματοποίησε με επιτυχία τη χριστουγεννιάτικη του εκδήλωση με χορούς και τραγούδια.

Η εκδήλωση πραγματοποιήθηκε με την εμφάνιση του Άη Βασίλη, που χάρισε δώρα στα παιδιά. Επίσης είχαμε Χριστουγεννιάτικο παζαράκι με διάφορες κατσακεύες, καθώς και εδέσματα τα οποία είχαν φτιάξει με μεγάλη χαρά μέλη του Ομίλου μας.

2. Τελετή βράβευσης του ΘΟΚ 17/12/2019

Η Καλλιτεχνική Επιτροπή του Φεστιβάλ του ΘΟΚ, παρακολουθώντας 37 θεατρικές παραστάσεις από το κυπριακό, το ελληνικό και το ξένο ρεπερτόριο του διαγωνισμού που διοργάνωσε ο Θεατρικός Οργανισμός Κύπρου, απένειμ διακρίσεις και ειδικά βραβεία.

Είμαστε στην ευχάριστη θέση να σας ενημερώσουμε, ότι η ηθοποιός μας, Ραφαέλλα Παυλή έχει εξασφαλίσει έπαινο γυναικείου ρόλου.

«Έπαινοι ερμηνείας γυναικείων ρόλων:

• Ραφαέλλα Παυλή στον ρόλο της Αντρονίκης στην παράσταση Ο Σώγαμπρος του Φάνου Ναθαναήλ (Πολιτιστικός Όμιλος ΜΑΛΛΟΥΡΑ Αθηνών).

Επί ευκαιρίας του αποτελέσματος του διαγωνισμού του 32ου φεστιβάλ ερασιτεχνικού θεάτρου του ΘΟΚ που λάβαμε μέρος με το θεατρικό έργο ο «Σώγαμπρος» σε σκηνοθεσία-διασκευή της Έλενας Παπαμιχαήλ.

Θέλουμε να ευχαριστήσουμε μέσα από την καρδιά μας τη Ραφαέλλα Παυλή που εξασφάλισε τον έπαινο. Κατ' επέκταση, θα θέλαμε να ευχαριστήσουμε όλους

τους ηθοποιούς που έλαβαν μέρος και που μας εντυπωσίασαν με το αστείρευτο ταλέντο τους στη θεατρική παράσταση: Νικόλας Ιωαννίδης, Μαρία Κακουλλή, Αρτεμούλλα Αναστάση, Ηλίας Εξαδάκτυλος, Δημήτρης Κουζάπας, Παναγιώτης Ψιντρός και Γιώργος Κεπόλας.

Επίσης ευχαριστούμε θερμά την σκηνοθέτη μας Έλενα Παπαμιχαήλ για τη γενική επιμέλεια του έργου.

Το αποτέλεσμα ήταν πραγματικά καταπληκτικό.

ΠΟΛΛΑ ΣΥΓΧΑΡΗΤΗΡΙΑ ΣΕ ΟΛΟΥΣ!

3. Πώληση Λουκουμάδων 06/01/2020

Μια χαρακτηριστική συνήθεια των Φώτων, η οποία επιζεί ακόμα και στις μέρες μας, είναι η παρασκευή λουκουμάδων για τους "καλικάντζαρους".

Όπως και κάθε χρόνο την ημέρα των Φώτων στον Όμιλο μας, αναβίωσε αυτό το έθιμο και ετοιμάστηκαν λουκουμάδες τους οποίους μπορούσαν να αγοράσουν όλοι οι συνδημότες μας που δεν κατάφεραν να ετοιμάσουν στο σπίτι τους.

Θα θέλαμε να ευχαριστήσουμε θερμά όλα τα μέλη και τους φίλους του Ομίλου για την πολύτιμη βοήθεια και συνεργασία τους. Επίσης όλους τους συνδημότες μας που στηρίζουν τον Όμιλο σε κάθε του προσπάθεια.

4. Κοπή Βασιλόπιτας 02/02/2020

Στη συγκεκριμένη εκδήλωση κόψαμε τη βασιλόπιτα και παίξαμε τόμπολα με πολλά κέρδη και πλούσια δώρα που χάρισαν στους φίλους και στα μέλη του Ομίλου μας. Πέρασαμε το απόγευμα της Κυριακής όλοι μαζί παρέα πίνοντας καφέ ή τσάι, συντροφιά με χορούς από παιδιά του ομίλου μας.

Αντώνης Αντωνίου

Πρόεδρος Πολιτιστικού Ομίλου Μάλλουρα



Ερμιόνη Μιχαήλ
Μέλος Τ.Ε.ΕΔΟΝ
Λαϊκές Οργανώσεις Αθηνών

«ΤΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ ΠΑΝΩ ΑΠΟ ΤΑ ΚΕΡΔΗ»

Στις μέρες μας ο πλανήτης είναι ολοένα και περισσότερο αντιμέτωπος με την απειλή της κλιματικής κρίσης και με ό,τι αυτό συνεπάγεται. Το φυσικό περιβάλλον βρίσκεται συνεχώς σε κίνδυνο, γιατί όλα αυτά που είναι σημαντικά για την ποιότητά του -ο αέρας, το νερό, η φυσική ομορφιά κ.ά.- θυσιάζονται στον βωμό του εύκολου κέρδους.

Οι Τοπικές Επιτροπές του ΑΚΕΛ και της ΕΔΟΝ Αθηνών συμμετείχαν στην εκδήλωση που διοργάνωσε η Επαρχιακή Επιτροπή ΑΚΕΛ Λάρνακας προς τιμή του 23ου Παγκύπριου Συνεδρίου του ΑΚΕΛ. Η εκδήλωση πραγματοποιήθηκε το Σάββατο, 25 Ιανουαρίου 2020.

Με κεντρικό σύνθημα της εκδήλωσης: «ΤΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ ΠΑΝΩ ΑΠΟ ΤΑ ΚΕΡΔΗ», φυτεύτηκαν 1700 δέντρα σε ολόκληρη την επαρχία της Λάρνακας. Πολίτες από 23 Δήμους και Κοινότητες ανταποκρίθηκαν στο κάλεσμά και συμμετείχαν μαζικά σε αυτή τη δράση.

Τέτοιες δράσεις στόχο έχουν να συμβάλουν στην προσπάθεια προστασίας του περιβάλλοντος, αλλά και της ποιότητας ζωής των ανθρώπων του τόπου μας. Η Τοπική Αυτοδιοίκηση, ως βασικός φορέας που ασχολείται με την καθημερινότητα των ανθρώπων, έχει τον δικό της σημαντικό ρόλο στα ζητήματα που αφορούν το περιβάλλον.

Δράσεις και πρωτοβουλίες όπως αυτή έχουν μεγάλη σημασία. Προστατεύουν το περιβάλλον και ενισχύουν τα δάση, που κατέχουν ξεχωριστή θέση και σημασία μέσα στη φύση, συνεισφέροντας ουσιαστικά στην οικονομική και κοινωνική ανάπτυξη.

ΕΝΩΣΗ ΝΕΟΛΑΙΑΣ ΑΘΗΝΟΥΥ HANDBALL

Σε πορεία διακρίσεων

Οδεύοντας προς το τέλος των αγωνιστικών υποχρεώσεων στα πρωταθλήματα που διεξάγονται από την Κυπριακή Ομοσπονδία Χειροσφαίρισης, τόσο στην κατηγορία Γυναικών όσο και στις αναπτυξιακές κατηγορίες, η ομάδα μας βρίσκεται εντός των στόχων της για διάκριση, διεκδικώντας πρωταθλήματα σε όλα τα τμήματά της.

Κατηγορία Γυναικών

Στο Πρωτάθλημα, στην κατηγορία Γυναικών η ομάδα μας βρίσκεται στη 2η θέση μέχρι στιγμής, διεκδικώντας με αξιώσεις το πρωτάθλημα μαζί με την ομάδα των Λαταίων που είναι οι κυριότεροι διεκδικητές. Ο τίτλος του πρωταθλήτη θα κριθεί σε αγώνες κατάταξης μετά το πέρας της πρώτης φάσης του πρωταθλήματος. Υπό την καθοδήγηση του προπονητή μας κ. Γιάννου Ιωάννου η ομάδα Γυναικών δίνει όλες της τις δυνάμεις με στόχο την κατάκτηση του πρωταθλήματος.

Νεανίδες U19

Στην κατηγορία Νεανίδων U19 τα κορίτσια μας πανηγύρισαν την κατάκτηση του Πρωταθλήματος σε εντός έδρας αγώνα που διεξήχθη την 1η Φεβρουαρίου 2020 με αντίπαλο την ομάδα του Πανελληνίου Λευκωσίας, τερματίζοντας στην 1η θέση απίστευτες, υπό τις οδηγίες του κ. Γιάννου Ιωάννου, με τον τελευταίο αγώνα να είναι διαδικαστικού χαρακτήρα. Συγχαρητήρια στις παίκτριες μας και στον προπονητή μας για την επιτυχία και ευχόμαστε ανάλογη επιτυχία και στον θεσμό του Κυπέλλου.

Κορασίδες U15 & U17

Στο πλαίσιο του Αναπτυξιακού πρωταθλήματος στις κατηγορίες U15 και U17, που ολοκληρώνεται τέλη Μαρτίου και έχοντας μπει στην τελική ευθεία, τα κορίτσια μας οδηγούν την κούρσα του πρωταθλήματος απίστευτες τόσο στην κατηγορία U15, όσο και στην κατηγορία U17. Συγχαίρουμε τις παίκτριες μας και την προπονήτριά μας κ. Μάγδα Παπά για την προσπάθεια που καταβάλλουν και για την επιτυχή πορεία τους και ευχόμαστε να πανηγυρίσουμε την κατάκτηση του πρωταθλήματος, αλλά και μια επιτυχή πορεία στον θεσμό του Κυπέλλου.

Αναπτυξιακά Τουρνουά U11-U13

Τα κορίτσια μας στις ηλικιακές κατηγορίες U11 και U13 συμμετέχουν με επιτυχία στα Τουρνουά Ανάπτυξης που διοργανώνει η Κ.Ο.Χ. υπό την καθοδήγηση της προπονήτριάς τους κ. Γεωργίας Τρύφωνος. Στο 1ο τουρνουά που διεξήχθη στην Αθήνα στην κατηγορία U13 τα κορίτσια μας έφεραν νίκη στον αγώνα που έδωσαν, ενώ στο 2ο τουρνουά είχαν μια νίκη και μια ήττα. Στην κατηγορία U11 τα κορίτσια μας κέρδισαν και στους δύο αγώνες σε τουρνουά που διεξήχθη στην Πάφο. Ευχόμαστε κάθε επιτυχία στην προπονήτριά μας και στις αθλήτριές μας.

Προπονητικό καμπ Προεθνικής U15

Σε προπονητικό καμπ προεθνικής κορπιαίων που διοργάνωσε η Κ.Ο.Χ. από τις 27 μέχρι τις 29 Δεκεμβρίου 2019 στη Λάρνακα, συμμετείχαν αθλήτριες από όλες τις ομάδες που συμμετέχουν στα αναπτυξιακά πρωταθλήματα. Από το Σωματείο μας κλήθηκαν και συμμετείχαν οι αθλήτριες Άννα Καρακίτη, Αντιγόνη Πεδουλίδου, Κατερίνα Καδή και Μύρια Καδή, μαζί με την προπονήτριά μας κ. Μάγδα Παπά η οποία και είχε την ευθύνη των προπονήσεων.



Κοπή Βασιλόπιτας

Πραγματοποιήθηκε την Κυριακή 5 Ιανουαρίου 2020 σε εορταστική ατμόσφαιρα στο καφεστιατόριο ΑΘΗΑΙΝΟ η καθιερωμένη κοπή Βασιλόπιτας του Σωματείου μας. Την εκδήλωση τίμησε με την παρουσία του ο Δήμαρχος Αθηένου κ. Κυριάκος Καρεκλάς και εκλεκτοί προσκεκλημένοι, χορηγοί του Σωματείου μας και οικογένειες των αθλητριών μας, τους οποίους ευχαριστούμε θερμά που μας τίμησαν με την παρουσία τους. Μετά το χαιρετισμό εκ μέρους του Δ.Σ. του Σωματείου, τον οποίο εκφώνησε η Αντιπρόεδρος κ. Μαρία Παστού Καρακίτη, ακολούθησε χαιρετισμός από τον Δήμαρχο και στη συνέχεια έγινε η κοπή της Βασιλόπιτας. Τυχερή του φλουριού ήταν η αθλήτρια μας Ειρήνη Κακούλλη. Στη συνέχεια διεξήχθη παιχνίδι τόμπλας και κλήρωση δώρων. Ευχαριστούμε θερμά όλους όσους στήριξαν την εκδήλωσή μας με προσφορά δώρων ή διαφορετικά.

Ετήσιες Βραβεύσεις Κ.Ο.Χ.

Την Τετάρτη 5/02/2020 στο Ολυμπιακό Μέγαρο στη Λευκωσία, η Κυπριακή Ομοσπονδία Χειροσφαίρισης πραγματοποίησε τελετή βραβεύσεων για τους αρίστους του αθλήματος, για την αγωνιστική περίοδο 2018-2019. Το Σωματείο μας βραβεύτηκε

για τις κάτωθι διακρίσεις:

1η θέση στην κατηγορία U13 στα Τουρνουά Ανάπτυξης.

Πρωταθλήτρια στην κατηγορία U15.

Double στην κατηγορία U17.

Double στην κατηγορία U19.

2η θέση στην κατηγορία Γυναικών.

Καλύτερη νεανίδα παίκτρια Beach Handball η Γεωργία Κκαϊλά.

Τα έπαθλα παρέλαβαν οι αθλήτριες των ακαδημιών του Σωματείου μας και παίκτριες της ομάδας Γυναικών, παρουσία μελών του Δ.Σ. και του Δημάρχου Αθηένου κ. Κυριάκου Καρεκλά. Τον αξιότιμο Δήμαρχό μας ευχαριστούμε θερμά τόσο που μας τίμησε με την παρουσία του, όσο και για τη διαχρονική του στήριξη στο Σωματείο μας. Θερμά συγχαρητήρια στις ομάδες μας που βραβεύτηκαν και συνεχίζουμε τη δυναμική μας πορεία για ακόμη μεγαλύτερες διακρίσεις και επιτυχίες.

Σταυρούλα Πεδουλίδου
Μέλος Δ.Σ.

ΟΘΕΛΛΟΣ ΑΘΗΝΟΥ

Με την ολοκλήρωση της πρώτης φάσης του Παγκύπριου πρωταθλήματος Β' Κατηγορίας, η ομάδα μας τερμάτισε στην 3η θέση με 20 βαθμούς. Συνεπεία αυτού, στη Β' φάση του πρωταθλήματος συνεχίζουμε στον όμιλο Premier, όπου αγωνιζόμαστε με άλλες επτά ομάδες για την άνοδο στην Α Κα-

τηγορία όπως ήταν και ο αρχικός μας στόχος. Από τις 22/12/2020 η ομάδα μας προχώρησε σε αλλαγή προπονητή, αφού έλυσε κοινή συναινέσει τη συνεργασία της με τον Απόστολο Μακρίδη και το επιτελείο του. Νέος προπονητής ανέλαβε ο παλιός γνώριμος στην ομάδα μας Νεντίμ Τούπιτς, ο

ο οποίος θα έχει ως βοηθό προπονητή και προπονητή τερματοφυλάκων τον Jovan Savic και γυμναστή τον Χρίστο Μιχαήλ. Επίσης, στις 23/01/2020 έγινε η καθιερωμένη κοπή της βασιλόπιτας τόσο της πρώτης ομάδας όσο και των Ακαδημιών. Το φλουρί στις ακαδημίες κέρδισε ο Χριστόφορος Πέπης και

στην Α' ομάδα ο Σωτήρης Φιάκκας. Καλούμε τους φίλους της ομάδας μας όπως σταθούν στο πλευρό της και βοηθήσουν ο κάθε ένας με τον τρόπο του στην ολοκλήρωση των στόχων μας.

Από το Δ.Σ.



ΠΑΛΑΙΜΑΧΟΙ

Αγαπητοί συνδημότες και συνδημτίσες, ο Ποδοσφαιρικός Όμιλος Παλαιμάχων Αθηένου σας εύχεται Καλή Χρονιά 2020, γεμάτη αθλητισμό και υγεία! Θα θέλαμε να σας ενημερώσουμε ότι η ομάδα μας θα συμμετέχει και φέτος στο Παγκύπριο Κύπελλο Βετεράνων Ποδοσφαιριστών το οποίο γίνεται προς τιμή όλων των αποθανόντων Βετεράνων Κυπρίων ποδοσφαιριστών και είναι πλέον για δεύτερη χρονιά υπό την αιγίδα της ΚΟΠ. Στο κύπελλο συμμετέχουν 25 ομάδες, χωρισμένες σε 4 ομίλους. Στον όμιλο μας συμμετέχουν οι ομάδες της Ένωσης Νέων Παραλινίου, Παλαιμάχων Λειβαδιών, Θεί Αυγόρου, Δάφνης Τρούλλων και Αχυρώνα Λιοπετρίου. Οι πρώτοι 4 θα προκριθούν στην επόμενη φάση του κυπέλλου που θα διεξαχθεί μετά τις 15 Μαρτίου. Η ομάδα μας έδωσε ήδη τον πρώτον

της αγώνα με την Ένωση Νέων Παραλινίου, από την οποία έχασε με 1-0. Το παιχνίδι διεξήχθη στο γήπεδο Τάσος Μάρκου. Το κύπελλο θα διαρκέσει μέχρι και το τέλος Μαρτίου.

Σας ενημερώνουμε ότι στις 22/01/2020 έγινε η καθιερωμένη κοπή της βασιλόπιτας, με τυχερό τον βετεράνο ποδοσφαιριστή μας Σπύρο Χ' Βασιλη. Τη βασιλόπιτα έκοψαν ο από Αθηένου αξιότιμος πρόεδρος του ΟΠΑΠ Κύπρου κ. Δημήτρης Αλετράρης, ο αξιότιμος Δήμαρχος μας κ. Κυριάκος Καρεκλάς και ο Πρόεδρος του Ομίλου μας Κωνσταντίνος Δεσπότης. Σας ευχόμαστε και πάλι Καλό Νέο Έτος!!

Κωνσταντίνος Δεσπότης



68^ο ΣΥΣΤΗΜΑ ΠΡΟΣΚΟΠΩΝ

Από τον Σεπτέμβριο του 2019 ξεκίνησε ακόμη μια προσκοπική χρονιά για προσκόπους και βαθμοφόρους. Το πρόγραμμα μέχρι και σήμερα, περιελάμβανε διάφορες εκπαιδευτικές δραστηριότητες, τόσο εντός όσο και εκτός συστήματος, με κύριο στόχο την επίτευξη των απαιτήσεων για την απόκτηση γνώσεων αλλά και πτυχίων, τα οποία είναι απαραίτητα για την μετέπειτα πορεία των προσκόπων. Η πρώτη δράση της Ομάδας Προσκόπων ήταν στις 14-15 Δεκεμβρίου 2019 με εκπαιδευτικά θέματα και παιχνίδια, όσον αφορά την καλή συνεργασία των μελών και την ομα-

δικότητα, με σκοπό να εγκλιματιστούν καλύτερα τα νέα μέλη που ήρθαν από την Αγέλη Λυκοπούλων.

Με την ολοκλήρωση των βασικών απαιτήσεων για τους αρχάριους προσκόπους, στις 11 Ιανουαρίου 2020, όλα τα μέλη της ομάδας, νέα και υφιστάμενα, έδωσαν και ανανέωσαν την προσκοπική τους υπόσχεση, μαθαίνοντας και υπενθυμίζοντας στον εαυτό τους ότι «Υπόσχομαι στην τιμή μου, να εκτελώ το καθήκον μου προς το Θεό και την πατρίδα, να βοηθώ κάθε άνθρωπο σε κάθε περίπτωση και να τηρώ το Νόμο των Προσκόπων».

Επίσης, στις 25 Ιανουαρίου 2020 οι πρόσκοποι του συστήματός μας συμμετείχαν σε μεγάλη κινητοποίηση του Δήμου Αθηένου για δενδροφύτευση 1.500 δέντρων, σε συνεργασία με άλλους φορείς του Δήμου.

Η δεύτερη δράση εκτός συστήματος πραγματοποιήθηκε στις 1-2 Φεβρουαρίου 2020 στον κατασκηνωτικό χώρο στα Πλατάνια. Η δράση περιλάμβανε επίσκεψη στα χιόνια από όλα τα μέλη του συστήματος. Ωστόσο, η διανυκτέρευση προγραμματίστηκε μόνο από τους προσκόπους και τους ανιχνευτές.

Αντρία Σακαλλή, Αρχηγός Ομάδας Προσκόπων



Διήμερο Αγέλης Λυκοπούλων

Στις 23-24 Νοεμβρίου 2019 πραγματοποιήθηκε διανυκτέρευση των Λυκοπούλων μας στο Δημοτικό Σχολείο των Πυργών, μαζί με την Αγέλη Λυκοπούλων του 279ου Συστήματος Αεροπροσκόπων Λάρνακας. Το διήμερο βοήθησε τα νέα μας Λυκόπουλα να μπουν για λίγο στον κόσμο του προσκοπισμού, αλλά και για να γεμίσουν ενθουσιασμό και όρεξη τα παλαιότερά μας Λυκόπουλα.

Στα πλαίσια της δράσης μας επισκεφτήκαμε το Μοναστήρι των αγνοουμένων στα Πυργά και πραγματοποιήσαμε τις απαιτήσεις για το πτυχίο του μάγειρα. Επιπλέον, δημιουργήσαμε και στολίσαμε τις δικές μας ξύλινες φωτογραφοθήκες. Το πρόγραμμα περιλάμβανε πολλά προσκοπικά παι-



χνίδια και εκπαίδευση για την ετοιμασία της προσκοπικής πυράς. Μετά το βραδινό μας δείπνο ακολούθησε το πρόγραμμά μας γύρω από την προσκοπική πυρά, ή campfire όπως συνήθιζουμε να λέμε, όπου τραγουδήσαμε σε κύκλο και παρουσιάσαμε σκετσάκια από τα Λυκόπουλά μας. Την Κυριακή έγινε η λήξη του διημέρου μας και απονεμήθηκαν τα βραβεία στα καλύτερα Λυκόπουλα του διημέρου. Μας περιμένουν ακόμα πιο πολλές περιπέτειες και εκπαιδεύσεις μέχρι το τέλος της προσκοπικής μας χρονιάς!

*Αιμιλία Σάββα
Αρχηγός Αγέλης Λυκοπούλων*

Πρόσκοποι Δημοκρατίας

Στις 19 Δεκεμβρίου 2019 στο Προεδρικό, στην παρουσία του Υψηλού Προσώπου των Προσκόπων Προέδρου κύριου Νίκου Αναστασιάδη, πραγματοποιήθηκε η απονομή των πτυχίων Προσκόπων Δημοκρατίας για τις χρονιές 2018-2019. Οι δύο πτυχιούχοι από το Σύστημά μας, ο Αντώνης Θεοδώρου και ο Αντρέας Σκούρου, παρευρέθηκαν σε μία ομολογουμένως άρτια διοργάνωση και παρέλαβαν γεμάτοι συγκίνηση και ενθουσιασμό τα πτυχία τους που με τόσο κόπο και προσπάθεια απέκτησαν.

Το Πτυχίο Δημοκρατίας είναι η ανώτατη προσκοπική διάκριση με την οποία μπορεί να ανταμειφθεί ένας ανιχνευτής. Αποτελεί το επιστέγασμα της δουλειάς των ανιχνευτών μας, την αναγνώριση των προσπαθειών τους στη διαδρομή που διάνυσαν όλα αυτά τα χρόνια, αποκτώντας πολύτιμες γνώσεις, μοναδικές εμπειρίες και βιώματα που συνέβαλαν στην ανάπτυξή τους, ώστε να αξιοποιήσουν πλήρως τις σωματικές, διανοητικές, κοινωνικές και πνευματικές τους ικανότητες. Απώτερος σκοπός είναι να βγουν στην κοινωνία ως άξιοι,

χρήσιμοι, ηθικοί, υπεύθυνοι και ενεργοί πολίτες που θα προσπαθήσουν να συμβάλουν στην οικοδόμηση ενός καλύτερου κόσμου. Αντίστοιχος θεσμός λειτουργεί σχεδόν σε όλες τις χώρες όπου υπάρχει Προσκοπισμός. Ανάλογα με το πολίτευμα της χώρας, τις παραδόσεις και τους κανονισμούς του κάθε Σώματος, το συναντάμε με διάφορα ονόματα.

*Μισιέλ Ιωάννου
Αρχηγός Κοινότητας Ανιχνευτών*

Η πολύτιμη σχέση μας με το χρώμα!

Αναρωτηθήκατε ποτέ, πώς θα ήταν ο κόσμος μας αλλά και εμείς οι ίδιοι χωρίς χρώμα; Πώς θα ζούσαμε αλήθεια; Τι θα αντικρίζαμε κάθε μέρα, πώς θα εμπνεόμασταν, πώς θα εκφράζαμε τόσα συναισθήματα, και τόσες σκέψεις. Τι γεύση θα είχε η τροφή μας, τι εικόνα θα μας έδιναν τα τόσα ηλιοβασιλέματα, τι αίσθηση θα μας δημιουργούσε η φλόγα ενός κεριού; Μαζί με τόσα άλλα πώς και τι θα ήταν ο κόσμος μας χωρίς χρώμα και χωρίς φως.

Το χρώμα είναι τόσο συνυφασμένο, τόσο αλληλένδετο με την ανθρώπινη φύση, που το θεωρούμε δεδομένο, ξεχνώντας την τεράστια αξία και δύναμή του. Ξεχνώντας φράσεις όπως «Έγινε κίτρινος από τον φόβο του» ή «Έγινε πράσινος από ζήλια» ή ακόμη «Κόκκινος από θυμό», που μόνο τυχαίες δεν είναι. Ξεχνώντας τις έντονες αντιδράσεις μας μπροστά στη θέα κάποιου χρώματος που δεν μας αρέσει, αποκαλύπτονται έτσι τη σημαντική επίδραση που έχει σε μας. Ξεχνώντας ακόμη την ίδια την προέλευση των χρωμάτων που δεν είναι άλλη από το φως. Αυτό το φως του ήλιου, που εμπεριέχει τα χρώματα του ουράνιου τόξου, αφού αποτελούν το 40% της ακτινοβολίας του.

Χωρίς χρώμα λοιπόν ο κόσμος μας δεν θα ήταν μαυροάσπρος, αλλά μαύρος, σκοτεινός και χωρίς ζωή. Γιατί η αιτία της ύπαρξης της ζωής στον πλανήτη Γη είναι το φως, αυτή η ενέργεια ζωτικής σημασίας που ποτίζει τα πάντα γύρω μας. Ενώ η σημαντική σχέση των ανθρώπων με το ορατό φάσμα, με τα χρώματα δηλαδή του ουράνιου τόξου, φαίνεται από αρχαιοτάτων χρόνων, αλλά και μέσα από πιο σύγχρονες έρευνες, γίνεται κατανοητή και αξιοποιείται σε κάθε πτυχή της ζωής. Όπως για παράδειγμα στις θερμοκοιτίδες, όπου αξιοποιείται συχνότητα μπλε φωτός για να θεραπεύσει τον ίκτερο σε νεογνά. Ή στη διατροφή, όπου έρευνες δείχνουν ότι πρέπει να τρεφόμαστε με όλα τα χρώματα φρέσκων τροφών κάθε μέρα, γιατί μόνο τότε παίρνουμε όλα τα θρεπτικά συστατικά που χρειαζόμαστε, αφού μέσα στο χρώμα και



το φως που παγιδεύουν μέσα από τη φωτοσύνθεση, που βρίσκεται η ενέργεια που χρειάζεται ο άνθρωπος.

Βλέπετε ολόκληρη η ενέργεια του ανθρώπου εκπέμπει σε αυτές τις συχνότητες το ορατού φάσματος, σαν ένα ουράνιο τόξο, ενώ υπάρχει μια συνεχής αλληλεπίδραση με τα χρώματα μέσα μας και γύρω μας. Με το κάθε χρώμα να επιδρά διαφορετικά στο σώμα, στα συναισθήματα και στις σκέψεις μας.

Διαφορετικά επιδρά το κόκκινο που επηρεάζει την παραγωγή αδρεναλίνης αλλά και ερυθρών αιμοσφαιρίων, που μας βοηθά να έχουμε τη δύναμη να ηγηθούμε της ζωής μας, από το μπλε που είναι το κέντρο έκφρασης, επηρεάζει τον θυροειδή και μας βοηθά να εμπιστευτούμε τον εαυτό μας και το σύμπαν. Αλήθεια, εσάς ποιο είναι το αγαπημένο σας χρώμα και γιατί;

Η ολοκληρωμένη γνωριμία σας λοιπόν με τον κώδικα χρώμα και η καθημερινή αξιοποίησή του, βοηθά εσάς τους σύγχρονους ανθρώπους να βρείτε και να διατηρήσετε τις ισορροπίες σας σε κάθε πτυχή της ζωής σας και σε κάθε επίπεδο της ύπαρξής σας, αφού ακουμπά την ουσία σας.

Αυτό τον πλούτο των χρωμάτων και της πρακτικής και καθημερινής αξιοποίησής του, που θα σας φέρει κοντά στον ίδιο σας τον εαυτό, σας δίνει ένα βιβλίο καινοτόμο, που έχει άμεση σχέση με την Αθηνά. Το βιβλίο αυτό δεν είναι άλλο από το «Χρώματα και Δαντελωτά Μαντάλα - Colours & Lace Mandala» με συγγραφέα την Έλενα Χατζηγεωργίου και επιστημονική συνεργάτη την Ειρήνη Κλοκκαρή, από την Αθηνά. Ένα βιβλίο γεννημένο μέσα από την καρδιά, το φως και τα χρώματα του νησιού, εμπλουτισμένο με κυκλικά σχήματα (μαντάλα), τα οποία ο αναγνώστης μπορεί να χρωματίσει βάσει των θεραπευτικών ασκήσεων του βιβλίου. Τα κυκλικά αυτά σχήματα έχουν δημιουργηθεί με έμπνευση τις κυπριακές δαντέλες με ειδική αναφορά στην Αθηνίτικη Δαντέλα.

Έλενα Χατζηγεωργίου, Συγγραφέας