



Η ΑΘΗΝΕΝΟΥ

ΤΡΙΜΗΝΙΑΙΑ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ ΤΟΥ ΔΗΜΟΥ ΑΘΗΝΩΝ | ΤΕΥΧΟΣ 76 | ΑΥΓΟΥΣΤΟΣ - ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ 2023



Η ΑΘΗΝΟΥ ΔΙΕΚΔΙΚΕΙ ΕΛΕΥΘΕΡΗ ΔΙΑΚΙΝΗΣΗ ΑΘΗΝΟΥ - ΠΥΡΟΪ - ΛΕΥΚΩΣΙΑ

Διαβάστε



ΕΒΔΟΜΑΔΑ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ
«#BEACTIVE» ➤ σελ. 6



Εκπαιδευτικά Δρώμενα
➤ σελ. 8



Ευρωπαϊκό Πρόγραμμα
UPARTICIPATE
➤ σελ. 14



Αθλητικά Νέα
➤ σελ. 26

5^ο ΠΑΓΚΥΠΡΙΟ ΦΕΣΤΙΒΑΛ ΑΘΗΝΙΤΙΚΩΝ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ: ΚΑΤΑΚΛΥΣΜΟΣ ΚΥΡΙΟΥ ΑΛΛΑ ΚΑΙ ΚΟΣΜΟΥ!



Το 5ο Παγκύπριο Φεστιβάλ Αθηνίτικων Προϊόντων πραγματοποιήθηκε την Κυριακή 15 Οκτωβρίου 2023 στο Κωνσταντίνειο Δημοτικό Πάρκο. Το Φεστιβάλ, που είχε ως σκοπό την ανάδειξη και την προώθηση όλων των ντόπιων παραγωγών, αλλά και των προϊόντων για τα οποία φημίζεται η Αθηνού σε όλη την Κύπρο, σημείωσε τεράστια επιτυχία, παρά τις αντίξοες καιρικές συνθήκες κατά τις μεσημβρινές ώρες.

Άνθρωποι όλων των ηλικιών, από όλη την Κύπρο, αλλά και από το εξωτερικό, συμπεριλαμβανομένων και αποδήμων, ήρθαν στην Αθηνού για να γνωρίσουν και να δοκιμάσουν τις δικές μας γεύσεις, τα αυθεντικά αθηνίτικα προϊόντα, φτιαγμένα με τα πιο αγνά υλικά. Διότι η Αθηνού δεν είναι μόνο ξακουστή για το ψωμί της. Χαλλούμι, κεφαλοτύρι,

πουργούρι, τραχανάς, λοκούμια του γάμου, ελαιόλαδο, ξηροί καρποί, γλυκό αμυγδάλου, μακαρόνια χωριάτικα, ήταν μόνο μερικά προϊόντα που φιλοξένησαν τα τριάντα και πλέον περίπτερα.

Το Φεστιβάλ ξεκίνησε στις 11:00 το πρωί με δωρεάν πρόγευμα σε πάνω από 300 παιδιά, βασισμένο στα ντόπια προϊόντα. Σε συνεργασία με τη Μαρία Καντλάφτη Σεργίου, Κλινική Διατολόγο, ετοιμάστηκε ένα ισορροπημένο πρωινό, κατά τη διάρκεια του οποίου οι γονείς, αλλά και άλλοι παρευρισκόμενοι, είχαν την ευκαιρία να ρωτήσουν την ειδική για θέματα υγιεινής και ισορροπημένης διατροφής. Στη συνέχεια τα παιδιά συμμετείχαν σε ένα διαδραστικό παιχνίδι μαθαίνοντας τη σημασία του προγεύματος, έβαλαν τις ποδιές τους και ζύμωσαν ψωμάκια και κουλουράκια.

Παράλληλα, η ταλαντούχα ηθοποιός και σεναριογράφος Χριστιάνα Αρτεμίου και η Σίλια Ιωαννίδου από τον Love FM εξέπεμπαν ζωντανά από το Κωνσταντίνειο Δημοτικό Πάρκο και μας κράτησαν για δύο ώρες μουσική συντροφιά.

Στη συνέχεια ο γνωστός σεφ Γιώργος Κυπριανού και ο βοηθός του ετοίμασαν δύο πεντανόστιμες συνταγές από το βιβλίο «Τα Αθηνίτικα της διατροφής μας». Η μια συνταγή είχε ως βάση τα χωριάτικα μακαρόνια και η άλλη το αθηνίτικο χαλλούμι. Οι επισκέπτες, εκτός του ότι δοκίμασαν επί τόπου τις δημιουργίες τους, πήραν τις συνταγές σε έντυπη μορφή, ενώ μπορούσαν να σκανάρουν ένα κωδικό και να βρουν όλες τις συνταγές του βιβλίου.

➤ σελ. 4

ΕΥΧΕΣ ΤΟΥ ΔΗΜΑΡΧΟΥ ΓΙΑ ΤΙΣ ΓΙΟΡΤΕΣ

Αγαπητοί συνδημότες και αγαπτιές συνδημώτισσες, στην Κύπρο και στο εξωτερικό.

Το χαρμόσυνο άγγελμα της γέννησης του Χριστού μας καλεί σε λίγες μέρες να ανοίξουμε τις καρδιές μας και να γίνουμε όλοι αποδέκτες του μηνύματος αγάπης και ελπίδας, της ειρήνης, της αλληλεγγύης και της συμπάσης, της ισότητας και της κοινωνικής δικαιοσύνης, του σεβασμού της ανθρωπίνης αξιοπρέπειας και της ενότητας και ομόνοιας που πρέπει να έχουμε μεταξύ μας.

Ας κάνουμε, λοιπόν, τον προσωπικό μας απολογισμό και ας προετοιμαστούμε πνευματικά και ψυχικά ενόψει των Χριστουγέννων και της νέας χρονιάς, θέτοντας νέους στόχους, αναθεωρώντας τις επιλογές μας, διορθώνοντας τα λάθη μας και απενθίζοντας το μέλλον με θετικότητα.

Οι Άγιες ημέρες των Χριστουγέννων και της Πρωτοχρονιάς αποτελούν μια ευκαιρία να αναλογιστούμε όσα μας επιφύλαξε η χρονιά που φεύγει, αλλά και όσα πετύχαμε με πολλή δουλειά και μεγάλη προσπάθεια. Εύχομαι και πάλι μέσα από την καρδιά μου στον καθένα σας ξεχωριστά



και στις οικογένειές σας, οι άγιες μέρες των Χριστουγέννων να είναι για όλους το ξεκίνημα μιας νέας δημιουργικής περιόδου, γεμάτης αγάπης, υγείας και ευημερίας.

Εμείς δεν σταματήσαμε και αυτό τον χρόνο να προσπαθούμε για την καλύτερη ποιότητα ζωής των συνδημοτών μας, με διάφορες ενέργειες και έργα που υλοποιήσαμε ή υλοποιούμε. Και αυτό θα συνεχίσουμε να κάνουμε και τη νέα χρονιά,

ώστε ο ακριτικός Δήμος μας, παίρνοντας αυτά που δικαιούται, να μετατρέπεται σε μια μικρή σύγχρονη πόλη.

Και αυτές τις γιορτινές μέρες σας καλώ να μην ξεχάσουμε τα άτομα στον Δήμο μας που έχουν πραγματικές ανάγκες και χρειάζονται βοήθεια για να περάσουν κι αυτά τις γιορτές και τα Χριστούγεννα όπως όλοι μας. Δυστυχώς, τα άτομα αυτά συνεχίζουν να είναι πολλά και χρειάζονται την

αγάπη και την αλληλεγγύη μας. Σας καλώ όλους να προσφέρετε για αυτούς όποια βοήθεια μπορείτε. Ο Δήμος και το ΣΚΕ Αθηνού, μαζί με την Επιτροπή Κοινωνικής Πρόνοιας, κάνουν ό,τι μπορούν για να τους βοηθούν, αλλά χρειάζονται και τη δική σας στήριξη, ώστε να δίνουν τη χαρά σ' αυτούς που πραγματικά χρειάζονται βοήθεια.

Εύχομαι ολόθερμα σε όλους σας προσωπική και οικογενειακή υγεία και ευτυχία στα σπίτια σας, όπου κι αν βρισκόσαστε, και το νέο έτος 2024 να φέρει μαζί του νέες προοπτικές και επιτυχίες για τον καθένα ξεχωριστά, για τη νεολαία μας, για το νησί μας και για τον μεταρρυθμιζόμενο δήμο μας. Και επί τέλους να ανοίξει και η δίοδος Πυροΐου, που για την Αθηνού θα είναι πραγματική Ανάσταση. Οι ευχές μου πάνε όπως πάντα και στα παιδιά της Κένυας και στον πάτερ Τίτο που τα βοηθά όσο μπορεί.

**ΚΑΛΑ ΚΙ ΕΥΛΟΓΗΜΕΝΑ
ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ!
ΧΑΡΟΥΜΕΝΟ, ΕΥΤΥΧΙΣΜΕΝΟ
ΚΑΙ ΜΕ ΥΓΕΙΑ ΤΟ ΝΕΟ ΕΤΟΣ!**

Κυριάκος Καρεκλής, Δήμαρχος

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

«Τα Αθηνίτικα της Διατροφής μας»	3
Υπογραφή Μνημονίου Συνεργασίας "LET'S CLEAN ΑΘΗΝΟΥ"	5
Καλοκαιρινές Θεατρικές Παραστάσεις	7
Δημοτικός Πολιτιστικός Όμιλος Αθηνού	15
Η Σελίδα του Μουσείου	20
Θρησκευτικά-Εκκλησιαστικά	22
Ταξίδι στην Πολύχρωμη Κένυα	23
Δημοική Στέγη Ενηλίκων	24
Μια πολύ Ιδιαίτερη Επίσκεψη	26

ΓΡΑΨΤΕ ΜΑΣ!

Ο Δήμος δέχεται κείμενα δημοτών, σωματείων, οργανώσεων, επιστολές, άρθρα και εισηγήσεις, τα οποία αφού αξιολογηθούν θα τύχουν δημοσίευσης στην εφημερίδα. Παρακαλούνται οι δημότες να τα αποστέλλουν σε ηλεκτρονική μορφή στη διεύθυνση της Εφημερίδας του Δήμου Αθηνού, 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 Αθηνού να αποστέλλει επιστημονικά άρθρα για δημοσίευση σε θέματα ποικίλου ενδιαφέροντος π.χ. υγείας, ενέργειας, εκπαίδευσης, και άλλων ειδικού περιεχομένου.

Τιμολογιακή Πολιτική Διαφημίσεων

Ο Δήμος Αθηνού 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 Αθηνού, κ. Σταυρούλα Πεδουλίδου, στο τηλ.: 97897408 ή στο email stavroulapedoulidou@gmail.com

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

Χρήσιμα ☎

Υπηρεσίες του Δήμου

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

Η ΑΘΗΝΟΥ

Τριμηνιαία Έκδοση
από τον Δήμο Αθηνού

ΣΥΝΤΑΚΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ:

Δρ. Δέσποινα Ζαννετίδου-Πουγεράση
Συντονίστρια

Χρυστάλλα Κίτα, Δέσποινα Μαγγανή,
Κατερίνα Χαλλούμα-Ηρακλέους,
Σταυρούλα Πεδουλίδου
Μέλη

ΚΑΤΑ ΝΟΜΟ ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ:

Κυριάκος Καρεκλάς, Δήμαρχος Αθηνού

ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ - ΕΚΤΥΠΩΣΗ

Μαρία Καδή - Τυπογραφείο Κώνος

Φωτογραφία εξωφύλλου:

Πήδηνο ομοίωμα άρματος,

Κυπροαρχαϊκή περίοδος Μάδδουρα

Τι είναι η Χειροπρακτική;

Η Χειροπρακτική είναι ένα κατοχυρωμένο επάγγελμα υγείας που επικεντρώνεται στη διάγνωση, τη θεραπεία και την πρόληψη μυοσκελετικών, αλλά και μερικών νευρικών διαταραχών.

Η κατάρτιση του χειροπράκτη απαιτεί ανώτατη εκπαίδευση σε πανεπιστήμια του εξωτερικού που προσφέρουν τον συγκεκριμένο κλάδο, όπως είναι το Ηνωμένο Βασίλειο, οι Η.Π.Α., η Δανία κ.α. Το σύνολο των σπουδών ανέρχεται στα 4-5 χρόνια, αλλά ορισμένοι επιλέγουν και επιπλέον μεταπτυχιακή εκπαίδευση σε τομείς εξειδίκευσης όπως η αθλητιατρική, η νευρολογία κ.α.

Ο χειροπράκτης είναι καταρτισμένος να λάβει λεπτομερές ιστορικό από τους ασθενείς του και να πραγματοποιήσει διάφορα ορθοπαιδικά, νευρολογικά και άλλα τεστ που θα τον οδηγήσουν στη σωστή διάγνωση. Σε ορισμένες περιπτώσεις μπορεί να χρειάζονται πιο εξειδικευμένες εξετάσεις, όπως διαγνωστικής απεικόνισης (x-rays, MRI) ή αίματος, καθώς επίσης και γνωμάτευση από άλλο επαγγελματία υγείας, περίπτωση κατά την οποία ο χειροπράκτης είναι καταρτισμένος να γνωρίζει και να παραπέμπει τους ασθενείς του ανάλογα.

Αφού αποφασιστεί ότι η περίπτωση μπορεί να τύχει διαχείρισης από τον χειροπράκτη, τότε παρουσιάζονται τα ευρήματα στον ασθενή και ο χειροπράκτης εισηγείται το κατάλληλο πλάνο που πρέπει να ακολουθηθεί για πλήρη αποκατάσταση.

Ο χειροπράκτης χρησιμοποιεί διάφορα μέσα για θεραπεία, όπως ενημέρωση και εκπαίδευση του ασθενούς, αλλά και άλλους χειρωνακτικούς χειρισμούς, όπως ανατάξεις της σπονδυλικής στήλης αλλά και των περιφερικών αρθρώσεων. Επίσης, μπορούν να χρησιμοποιηθούν τεχνικές κινητοποίησης των αρθρώσεων, αλλά και των μαλακών ιστών (μυς, δέρμα, τένοντες, σύνδεσμοι) με τη βοήθεια των χεριών ή άλλων μέσων, όπως ξηρής βελόνας ή άλλων εργαλείων ανάλογα με την πάθηση, τη βιβλιογραφία, αλλά και τις προτιμήσεις του ασθενούς. Σημαντική και απαραίτητη είναι η ενεργητική συμμετοχή του ασθενούς στη θεραπεία του μέσω θεραπευτικής άσκησης, για

τιν οποία θα τον καθοδηγήσει και θα τον συμβουλευσει κατάλληλα ο χειροπράκτης.

Επιπλέον, βασισμένοι στο ιστορικό και τον γενικότερο τρόπο ζωής του ασθενούς, που ενδεχομένως να συνδέονται με τον τραυματισμό, δίνονται ανάλογες συμβουλές έτσι ώστε να ενισχυθεί η αντιμετώπιση, αλλά και η πρόληψη παρόμοιου προβλήματος στο μέλλον.

Τα συνθέστερα προβλήματα που μπορεί να διαχειριστεί ένας χειροπράκτης περιλαμβάνουν παθήσεις της σπονδυλικής στήλης όπως οξύ και χρόνιο πόνο στη μέση, αυχένα, και πλάτη. Παρόλα αυτά, δεν περιορίζεται μόνο σε προβλήματα της σπονδυλικής στήλης, αλλά αντιμετωπίζει και παθήσεις των άνω και κάτω άκρων (ισχίο, γόνατο, αστράγαλο, πέλμα, ώμο, αγκώνα, καρπό), όπως για παράδειγμα πόνο που οφείλεται σε οστεοαρθρίτιδα, διάστρεμμα, μυϊκές θλάσεις, άλλους αθλητικούς τραυματισμούς και κάποια ήδη πονοκεφάλων. Είναι αξιοσημείωτο το γεγονός ότι στη βιβλιογραφία και σε διάφορες κατευθυντήριες οδηγίες συστήνεται η χειροπρακτική ως θεραπεία πρώτης γραμμής, κυρίως για οσφυαλγία.

Στην Κύπρο όλοι οι χειροπράκτες είναι εγγεγραμμένοι στον Σύνδεσμο Χειροπρακτών Κύπρου, στην ηλεκτρονική διεύθυνση του οποίου οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να αποταθούν για να βρουν χειροπράκτη στην περιοχή τους ή να διαπιστώσουν αν κάποιο άτομο που τους συστήθηκε ως χειροπράκτης είναι όντως εγγεγραμμένο μέλος.

Σταύρος Σταύρου
Χειροπράκτης



ΕΙΔΗ ΕΝΔΥΣΗΣ ΚΑΙ ΥΠΟΔΗΣΗΣ



ΚΑΛΑΠΟΔΑΣ

ο φιλικότερος

Αντρικά - Γυναικεία - Παιδικά - Είδη Προίκας

ΓΙΩΡΓΟΣ ΚΑΛΑΠΟΔΑΣ ΛΤΔ

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

Εκέψου καθαρά, κάνε την διαφορά

Είσαι και εσύ Υπεύθυνος για την Καθαριότητα του Δήμου μας. Μη ρυπαίνεις το περιβάλλον.

ΤΟ ΕΡΓΟ «ΤΑ ΑΘΗΝΙΤΙΚΑ ΤΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ ΜΑΣ»



Η Αθηνού ήταν διαχρονικά και παραμένει στο επίκεντρο της κυπριακής γαστρονομίας. Ως Δήμος θεωρούμε προτεραιότητα τη διαφύλαξη, αλλά και την ενίσχυση της φήμης των αθηνίτικων προϊόντων τόσο σε παγκύπριο επίπεδο, όσο και εκτός συνόρων. Το Έργο «Τα Αθηνίτικα της Διατροφής μας» συμβάλλει ακριβώς στην ενίσχυση και στην προβολή αυτής της μοναδικότητας των αθηνίτικων προϊόντων, αφού στοχεύει στη διαμόρφωση ενός ισχυρού δικτύου ανάδειξης και προβολής της τοπικής γαστρονομίας μέσα από μια σειρά στενευμένων δράσεων.

Πρόκειται για ένα Έργο το οποίο χρηματοδοτείται από την Αναπτυξιακή Εταιρεία Λάρνακας & Αμμοχώστου, στο πλαίσιο του Μέρους 19-LEADER «Δράσεις Συνεργασίας» του Προγράμματος Αγροτικής Ανάπτυξης 2014-2020, με συνολικό προϋπολογισμό €31.167. Επικεφαλής εταιρός είναι ο Δήμος Αθηνού, ο οποίος συνεργάζεται με την Εταιρεία Τουριστικής Ανάπτυξης και Προβολής Λάρνακας και Αθηνίτες παραγωγούς.

Οι βασικότεροι στόχοι του εν λόγω έργου θα συμβάλουν:

α. Στη διοχέτευση των αθηνίτικων προϊόντων στην τουριστική βιομηχανία μέσω της αξιοποίησής τους στο πρόγραμμα των ξενοδοχείων. Σε αυτό το πλαίσιο έχουν πραγματοποιηθεί με πολύ μεγάλη επιτυχία εργαστήρια εκπαίδευσης για τους σεφ ξενοδοχείων στην επαρχία Λάρνακας και συγκεκριμένα στα ξενοδοχεία Lordos Beach Hotel & Spa, Radisson Beach Resort Larnaca, Golden Bay Beach Hotel, Sentido Sandy Beach και Lebay Beach Hotel. Η εκ-

παίδευση έγινε από τον γνωστό σεφ Γώργο Κυπριανού και η δράση άφνησε πολύ καλά αποτελέσματα και εντυπώσεις.

β. Στην αναβάθμιση των συσκευασιών και της παρουσίας των αθηνίτικων προϊόντων, ώστε να καταστούν ελκυστικά δώρα. Για την υλοποίηση του στόχου αυτού έχει διαμορφωθεί κοινό σήμα (brand name) για τα αθηνίτικα προϊόντα, με τη συνεργασία του Ιδρύματος Αντζουλή, που επιλέγηκε μετά από σχετικό διαγωνισμό. «Χειρών Έργα» η ενιαία μάρκα-επωνυμία που επιλέγηκε για τα αθηνίτικα προϊόντα και η οποία αναμένεται να συμβάλει στην περαιτέρω ανάδειξη και προβολή των προϊόντων με αμοιβαίο όφελος τόσο για τους παραγωγούς του ίδιου όσο και για την Αθηνού γενικότερα.

γ. Στην αξιοποίηση των Ευρωπαϊκών Συστημάτων Ποιότητας ώστε να πετύχουν την κατοχύρωση στο ψωμί και στο λουκουμί ως προϊόντων με προστατευόμενη γεωγραφική ένδειξη (ΠΓΕ) και στο αθηνίτικο λάδι ως προϊόντος ονομαστικής προέλευσης (ΠΟΠ). Για αυτό τον στόχο, έχει ξεκινήσει η ετοιμασία δύο φακέλων για προώθηση κατοχύρωσης ως προϊόντων με Προστατευόμενη Γεωγραφική Ένδειξη (ΠΓΕ) του αθηνίτικου ψωμιού και του λουκουμιού από την Εταιρεία «Α.Μ. Φιλαγροική Συμβουλευτική Λτδ», που επιλέγηκε μετά από σχετικό διαγωνισμό, ενώ θα προωθηθεί ανάλογα και η διαδικασία για το ελαιόλαδο.

δ. Στη μετάδοση της γνώσης και του σεβασμού για την παράδοση στα παιδιά και στις μέλλουσες γενεές της Αθηνού και της Κύπρου γενικότερα, μέσα από δράσεις γνωριμίας των παιδιών με τα αθηνίτικα προϊόντα. Σε αυτό το

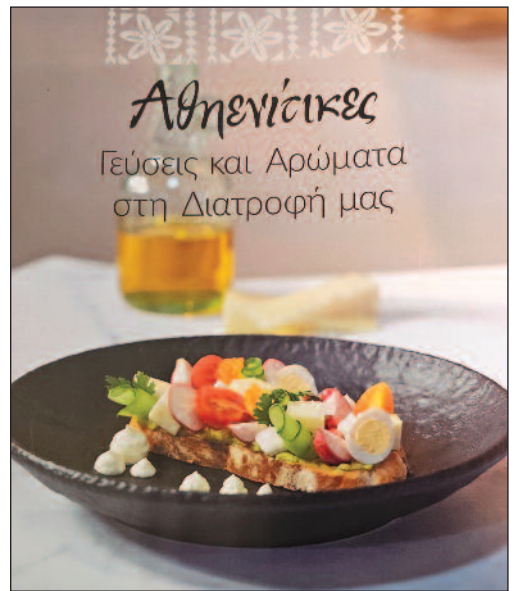
πλαίσιο διοργανώθηκαν αρκετές επιμέρους δραστηριότητες κατά το 5ο Φεστιβάλ Αθηνίτικων Προϊόντων, όπως η προσφορά του παιδικού υγιεινού προγεύματος, το επίπλου ζύμωμα ψωμιού και η πραγματοποίηση εκπαιδευτικού παιχνιδιού υπό την καθοδήγηση της Κλινικής Διαιτολόγου-Διατροφολόγου κ. Μαρίας Καντιλάφτη – Σεργίου. Επίσης, διαμορφώθηκε ειδικό σημείο αναφοράς και φωτογράφησες στην είσοδο του Κωνσταντίνειου Δημοτικού Πάρκου κατά το Φεστιβάλ, στο οποίο παρουσιάζονταν τα αθηνίτικα προϊόντα.

Μια άλλη σημαντική δράση που ολοκληρώθηκε μέσα από το έργο αυτό είναι και η έκδοση του Οδηγού «Αθηνίτικες Γεύσεις και Αρώματα στη Διατροφή μας», το οποίο έγινε με τη γενική επιμέλεια του σεφ Γιώργου Κυπριανού. Στον Οδηγό αυτό παρουσιάζονται ευφάνταστες συνταγές με αποκλειστικά αθηνίτικα προϊόντα. Ο Οδηγός είναι δωρεάν διαθέσιμος στην ιστοσελίδα του Δήμου www.athienou.org.cy και ο κάθε ενδιαφερόμενος μπορεί να τον αποκτήσει σε ηλεκτρονική μορφή.

Απευθύνουμε θερμές ευχαριστίες σε όλους τους εταίρους στο Έργο αυτό, καθώς και σε όλους τους συνεργάτες μας που συνέβαλαν και συμβάλλουν στα εξαιρετικά αποτελέσματά του. Θερμές ευχαριστίες βεβαίως απευθύνονται και σε όλους τους παραγωγούς και τους χορηγούς μας που συνέσφεραν δωρεάν προϊόντα είτε για την ετοιμασία και τη φωτογράφιση των συνταγών είτε για την παρουσίαση – έκθεσή τους στο 5ο Φεστιβάλ Αθηνίτικων Προϊόντων. Όλων ανεξάρτητα η βοήθεια ήταν καθοριστική. Λαμβάνοντας υπόψη τα πιο πάνω, είναι παραδεκτό ότι ο Δήμος Αθηνού πρωτοστατεί με

αξιοσημείωτες δράσεις και πρακτικές εφαρμογές, με σκοπό την υποστήριξη της τοπικής οικονομίας και την περαιτέρω ανάπτυξη της.

*Νατάσα Γεωργίου
Δημοτικός Γραμματέας*



ΔΩΡΕΑ ΝΕΩΝ ΤΗΣ ΑΘΗΝΟΥ ΠΡΟΣ ΤΗΝ ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΠΡΟΝΟΙΑΣ ΑΘΗΝΟΥ

Την Πέμπτη 13 Ιουλίου 2023, ομάδα νέων της Αθηνού διοργάνωσε, με τη στήριξη και την αιγίδα του Δήμου Αθηνού, εκδήλωση φιλανθρωπικής τόμπολας στο Κωνσταντίνειο Δημοτικό Πάρκο Αθηνού, η οποία στέφθηκε με απόλυτη επιτυχία.

Μια ομολογουμένως άξια συγχαρητηρίων πρωτοβουλία νέων του δήμου μας, που έχοντας ως στόχο τη βοήθεια συνανθρώπων μας, προώθησαν τη συγκεκριμένη εκδήλωση.

Εκπρόσωποι της ομάδας νέων επισκέ-



φθηκαν στο γραφείο του τον Δήμαρχο Αθηνού και Πρόεδρο της Επιτροπής Κοινωνικής Πρόνοιας Αθηνού κ. Κυριάκο Καρεκλά και του παρέδωσαν το ποσό των €1.750, που ήταν το καθαρό ποσό των εισπράξεων από τη φιλανθρωπική εκδήλωση. Το ποσό δόθηκε στην Επιτροπή Κοινωνικής Πρόνοιας Αθηνού, για να καλυφθούν οι αυξημένες ανάγκες της Επιτροπής για βοήθεια σε άτομα και οικογένειες που έχουν ανάγκη.

Ο Δήμαρχος Αθηνού εξέφρασε τις θερ-

μές ευχαριστίες του για την εισφορά του ποσού, συνεχάρη την ομάδα νέων της Αθηνού για την εξαιρετική πρωτοβουλία τους για διοργάνωση της εκδήλωσης και την παραχώρηση ποσού στην Επιτροπή Κοινωνικής Πρόνοιας Αθηνού και τόνισε ότι η φιλανθρωπία των Αθηνιτών, που υπάρχει από πολύ παλιά, συναντάται σε όλες τις ηλικίες και είναι μεγάλη η χαρά του που νέοι του δήμου ακολουθούν αυτό που οι Αθηνίτες κάνουν για πολλά χρόνια, δείχνοντας τη μεγάλη τους αγάπη προς τον συνάνθρωπό τους.

Οικονομικό Όφελος από την Ανακύκλωση Χαρτιού, Γρασσικού ΡΜΔ και Ξυδιού

Μην Εσαθμείετε σε μη Εμπρησόμενους Χώρους. Εσαθμείετε σε Καθορισμένους Χώρους Εσαθμείσεως.

5^ο ΠΑΓΚΥΠΡΙΟ ΦΕΣΤΙΒΑΛ ΑΘΗΝΙΤΙΚΩΝ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ: ΚΑΤΑΚΛΥΣΜΟΣ ΚΥΡΙΟΥ ΑΛΛΑ ΚΑΙ ΚΟΣΜΟΥ!

συνέχεια από τη σελ. 1

Τα βιωματικά εργαστήρια λειτούργησαν από το πρωί, δείχνοντας τον τρόπο παρασκευής διάφορων προϊόντων. Η Γεωργία Χατζηθεοχάρους μαζί με άλλες εθελόντριες έδειξαν τον παραδοσιακό τρόπο παρασκευής καλλουμιού και αναρής, ο Φίλιππος Κεπόλας αναβίωσε τον παραδοσιακό τρόπο παρασκευής αθηνίτικου ψωμιού με προζύμι, η κα. Χρυστάλλα Πάντζιανου και η Φλώρα Κκαϊλά ετοίμαζαν και έκοβαν τραχανά. Επιπλέον, η Γιαννούλα Χαραλάμπους ετοίμαζε ζεστό και λαχταριστό γλυκό αμυγδαλού. Παράλληλα όλη μέρα λειτουργούσαν εργαστήρια παρασκευής χειροποίητων μακαρονιών και παραδοσιακού αθηνίτικου κεντίματος από εθελόντριες της Δημοτικής Στέγης Ενηλίκων και παιδική γωνιά με χειροτεχνίες και κατασκευές. Ο δημιουργός περιεχομένου Αντρέας Χαρής έδωσε μια άλλη νότια παρουσιάζοντας τους παραγωγούς και τα προϊόντα τους, ενώ παρέδωσε τη σκυτάλη στην αγαπημένη ηθοποιό Χριστιάνα Αρτεμίου για την παρουσίαση του καλλιτεχνικού

μέρους. Με το γνωστό της χιούμορ και τις γρήγορες ατάκες της ενθουσίασε το κοινό που την χειροκρότησε θερμά. Το καλλιτεχνικό πρόγραμμα ξεκίνησε με χορούς από τους Χορευτικούς Ομίλους της ΡΕ-ΑΣ, από τον Δημοτικό Πολιτιστικό Όμιλο Αθηνών, τον Πολιτιστικό Όμιλο Μάλλουρα και το Χορευτικό τμήμα της Κεντρικής Τράπεζας.

Ο Δήμαρχος Αθηνών, κ. Κυριάκος Καρεκλάς, στον χαιρετισμό του, ανάμεσα σε άλλα, εξέφρασε τις θερμές του ευχαριστίες προς τους εθελοντές, τους χορηγούς και όλους τους παραγωγούς. Στην εκδήλωση απύθνη χαιρετισμό και ο Γενικός Διευθυντής Περιβάλλοντος του Υπουργείου Γεωργίας, Αγροτικής Ανάπτυξης

και Περιβάλλοντος κ. Κώστας Χατζηπαναγιώτου, εκ μέρους του Υπουργού, λόγω απουσίας του Υπουργού κ. Πέτρου Ξενοφώντος στο εξωτερικό.

Η βραδιά έκλεισε με μουσικό σόημα The Louis Night Show Band που διασκεδάσε το κοινό με διαχρονικές επιτυχίες των δεκαετιών '80 και '90.

Αξίζει να σημειωθεί πως το παρόν τους στο φεστιβάλ έδωσαν, ανάμεσα σε άλλους, ο πρέσβης της Σλοβακίας στην Κύπρο, κ. Bezak Martin, βουλευτές της επαρχίας Λάρνακας, ο Δήμαρχος Αραδίππου, η Αθηνίτισσα πρώην Υπουργός Δικαιοσύνης και Δημοσίας Τάξης κ. Στέφη Δράκου και πολλοί άλλοι επίσημοι.

Για άλλη μια χρονιά αποδείχθηκε περίτρανα

πως πολλά πράγματα μπορούν να γίνουν φτάνει να υπάρχει θέληση, σύμπνοια και συνέργεια. Κατανοώντας τις δυσκολίες οργάνωσης του Φεστιβάλ και τις αντιξοότητες λόγω της παρατεταμένης βροχής, εντούτοις, το πρόσημο παραμένει θετικό μιας και η προσέλευση του κόσμου αυξάνεται χρόνο με τον χρόνο. Η Αθηνού έχει επιτύχει με τα πολλά και διαφορετικά προϊόντα της να συγκεντρώνει επισκέπτες από όλη την Κύπρο. Θερμές ευχαριστίες σε όλους τους εθελοντές που είτε προσέφεραν μια ώρα από τον χρόνο τους είτε μέρες ολόκληρες, η προσφορά τους ήταν και είναι ανεκτίμητη! Στις 14 Νοεμβρίου πραγματοποιήθηκε εκδήλωση παρουσίασης του έργου και του βιβλίου «Τα Αθηνίτικα της Διατροφής μας», κατά τη διάρκεια της οποίας επιβραβεύτηκαν όλοι οι εθελοντές και οι χορηγοί στο Χάνι του Μεστίνα!

Δέσποινα Πασιού Μαγγανιά
Δημοτική Σύμβουλος

Πρόεδρος Πολιτιστικής Επιτροπής



Διάλεξη με θέμα «Την νεότητα παιδαγωγήσον»: Μια εκκλησιαστική πρόταση στην αγωγή των νέων

Η Πολιτιστική Επιτροπή του Δήμου Αθηνών, σε συνεργασία με τη Σχολή Γονέων της Ιεράς Μητροπόλεως Τριφυθούντος, οργάνωσαν ομιλία με θέμα την αγωγή των νέων. Η εκδήλωση πραγματοποιήθηκε στις 20 Οκτωβρίου, στις 7 μ.μ. στο Καλλινίκειο Δημοτικό Μέγαρο. Ομιλητής ήταν ο Πανοσιολογιώτατος Αρχιμανδρίτης Γρηγόριος Ιωαννίδης, Πρωτοσύγκελ-

λος της Ιεράς Μητροπόλεως Τριφυθούντος.

Εσιάζοντας στο νόημα της ζωής, στον τρόπο ζωής, αλλά και στην ελληνορθόδοξη αγωγή, ο πατέρας Γρηγόριος υπογράμμισε τη σημασία της σιωπής και αθόρυβης διδασχίας των παιδιών μέσω του παραδείγματος. Σεβόμενοι τον πλούτο της διαφορετικότητάς τους και με διακριτικότητα



και σεβασμό μπορούμε να βοηθήσουμε τα παιδιά να δημιουργήσουν τον εαυτό τους. Επίσης, υπογράμμισε τα ευρήματα μιας μικρής έρευνας που έγινε φέτος στις κατασκηνώσεις της Μητρόπολης, όπου στην ερώτηση «Τι σε κάνει ευτυχισμένο;» οι περισσότεροι απάντησαν την ανθρώπινη επαφή, τη θαλπωρή της αγκαλιάς και την αποδοχή των φίλων. Ανάμεσα σε άλλα, ο Αρχιμανδρίτης Γρηγόριος,

ανέφερε ότι η αγάπη είναι η έκφραση του προσώπου του «μορφωμένου» ανθρώπου. «Ο Δημιουργός μας, σημειώνει ο άγιος Γρηγόριος ο Νύσσης, μας έδωσε την αγάπη σαν έκφραση του ανθρωπίνου μας προσώπου». Μόνο ο άνθρωπος που νέκρωσε τα πάθη του μπορεί ν' αγαπήσει κάποιον άλλον έξω από τον εαυτό του.

Δέσποινα Πασιού Μαγγανιά

ΥΠΟΓΡΑΦΗ ΜΝΗΜΟΝΙΟΥ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑΣ ΜΕ ΤΗΝ ΕΤΑΙΡΕΙΑ «ABLEBOOK», ΜΕ ΣΤΟΧΟ ΤΗ ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΤΗΣ ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ ΖΩΗΣ ΤΩΝ ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ ΑΝΑΠΗΡΙΕΣ

Ο Δήμος Αθηνών συνεχίζει να είναι προσλωμένος στην ικανοποίηση των αναγκών όλων ανεξάρτητα των πολιτών του και αναπτύσσει πολιτικές και εφαρμόζει εργαλεία για τη βελτίωση της ποιότητας ζωής τους. Σε αυτό το πλαίσιο εντάσσεται η προσπάθεια για τη βελτίωση της ποιότητας ζωής των ατόμων με αναπηρία, αλλά και άλλων ευάλωτων ομάδων του πληθυσμού γενικότερα, με την υπογραφή Μνημονίου Συνεργασίας με την Εταιρεία Ablebook.

Η Εταιρεία Ablebook είναι μια κοινωνική επιχείρηση μη κερδοσκοπικού χαρακτήρα, η οποία προήλθε από την καινοτόμο ιδέα του κ. Αντρέα Βασιλείου, ιδρυτή και διευθυντή της Ablebook, για την ανάπτυξη της διαδικτυακής πλατφόρμας Ablebook, η οποία έχει αναπτυχθεί με στόχο την εύκολη πρόσβαση και την παροχή πληροφοριών και υπηρεσιών γύρω από την προσβασιμότητα των ΑΜΕΑ στην Κύπρο.

Η πλατφόρμα θεωρείται πρωτοποριακή, αφού είναι η πρώτη που αναπτύχθηκε για Άτομα με Αναπηρίες στην Κύπρο και αναμένεται να συμβάλει στη δημιουργία καλύτερων συνθηκών στην καθημερινότητα των συνανθρώπων μας που αντιμετωπίζουν δυσκολίες, μέσα από τις δυνατότητες που παρέχει η τεχνολογία για ισότιμη πρόσβαση σε αγαθά και υπηρεσίες. Την πλατφόρμα εμπνεύστηκε και δημιούργησε ο ιδρυτής της, μέσα από τα προσωπικά βιώματα και δυσκολίες που αντιμετωπίζει στην καθημερινότητά του, ως άτομο με εκ γενετής αναπηρία.

Η εφαρμογή Ablebook προσφέρει:

1. Ένα διαδραστικό χάρτη που επιτρέπει στους χρήστες να επιλέγουν την τοποθεσία που θέλουν να κατευθυνθούν, έχοντας πληροφορίες



για τις διαθέσιμες διευκολύνσεις προσβασιμότητας σε κάθε τοποθεσία, μέσω φωτογραφιών και άλλων πληροφοριών. Στην εφαρμογή μέχρι σήμερα υπάρχουν πάνω από 1.000 τοποθεσίες που δείχνουν τις διευκολύνσεις τους προς τα άτομα ΑΜΕΑ, καθώς και τους δημόσιους χώρους στάθμευσης για ΑΜΕΑ στην Κύπρο.

2. Παρέχει αποκλειστικά για άτομα με αναπηρίες την κάρτα Ablecard, με τη χρήση της οποίας επιχειρήσεις που βρίσκονται μέσα

στην εφαρμογή παρέχουν προνόμια στα άτομα με αναπηρίες, π.χ. εκπτώσεις.

3. Παρέχει το «Kids section», το οποίο δίνει πληροφορίες για τους προσβάσιμους χώρους όπου τα παιδιά με αναπηρίες μπορούν να ασχοληθούν με τον αθλητισμό, όπως πάρκα, γυμναστήρια, ομάδες / ακαδημίες αθλητισμού, μονοπάτια στη φύση και άλλα.

4. Παρέχει τη δυνατότητα του «Ablebook Portal», μέσα από το οποίο οι επιχειρήσεις αλλά και οι δημοτικοί φορείς έχουν την δυνατότητα

να χειρίζονται τις τοποθεσίες τους στην εφαρμογή, να αλλάζουν το περιεχόμενο, τις ώρες λειτουργίας, φωτογραφίες κλπ.

Η υπογραφή του Μνημονίου Συνεργασίας έγινε στο Καλλινίκειο Δημοτικό Μέγαρο στις 3 Οκτωβρίου 2023 από τον Δήμαρχο Αθηνών κ. Κυριάκο Καρεκλά και τον Διευθυντή και ιδρυτή της Ablebook κ. Αντρέα Βασιλείου, στην παρουσία της Δημοτικού Γραμματέας κ. Νατάσας Γεωργίου και του συνεργάτη της Ablebook κ. Συμεών Στυλιανού.

Ο Δήμος Αθηνών συγχαίρει την εταιρεία Ablebook για την εντυπωσιακή αλλά και τόσο χρήσιμη εφαρμογή που ανέπτυξε και η οποία συμβάλλει στη δημιουργία καλύτερων συνθηκών στην καθημερινότητα ΑΜΕΑ στην Αθήνα, αλλά και σε όλη την Κύπρο, καλώντας την ίδια στιγμή όλους τους συμπολίτες μας που την έχουν ανάγκη να την κατεβάσουν στο κινητό τους και να την χρησιμοποιήσουν εντελώς δωρεάν.

Είναι ανάγκη, αλλά και υποχρέωση, η με κάθε τρόπο δημιουργία καλύτερων συνθηκών διαβίωσης των συνανθρώπων μας που αντιμετωπίζουν προβλήματα και δυσκολίες λόγω αναπηρίας. Επιπρόσθετα, ο Δήμος Αθηνών αναγνωρίζει ότι αποτελεί υποχρέωση της κοινωνίας, αλλά και των τοπικών αρχών, η παροχή ίσων ευκαιριών, υπηρεσιών και διευκολύνσεων σε όλους ανεξάρτητα τους πολίτες για ανεξάρτητη και ανεμπόδιστη διακίνηση χωρίς διακρίσεις, χωρίς αποκλεισμούς και σε αυτό το πλαίσιο υπέγραψε το Μνημόνιο Συνεργασίας με την Ablebook.

Νατάσα Γεωργίου
Δημοτικός Γραμματέας

Πρωτοβουλία καθαριότητας «Let's Clean Αθηνών»

Η καθαριότητα μιας περιοχής είναι βασικός άξονας του επιπέδου της ποιότητας ζωής του! Η προσπάθεια πρέπει να είναι κοινή και να γίνεται απ' όλους, γιατί απλά αφορά όλους. Όλους μαζί, αλλά και τον καθένα ξεχωριστά! Μην πετάτε τα άχρηστα στους δημόσιους χώρους, αλλά τοποθετείστε τα σε κατάλληλα δοχεία, καλάθους κλπ! Φυλάξτε τα σε σακούλι στο αυτοκίνητό σας ή μαζί σας, με όποιο μέσο κι αν διακινείστε, και τοποθετείστε τα στη συνέχεια σε κατάλληλα δοχεία.

Με πρωτοβουλία νέων της Αθηνών, τη συμμετοχή προσκόπων, του Δημοτικού Συμβουλίου Νεολαίας, συλλόγων, οργανώσεων κλπ και πολλών φορέων και κατοίκων της Αθηνών, την υποστήριξη της Δημοτικής Επιτροπής Δημόσιας Υγείας, Καθαριότητας και Περιβάλλοντος και κάτω από την αιγίδα του Δήμου Αθηνών, πραγματοποιήθηκε η Εκστρατεία Καθαριότητας «As Καθαρίσουμε την Αθηνών»-«Let's Clean Αθηνών!». Καθαρίστηκαν δημόσιοι δρόμοι και άλλοι δημόσιοι

χώροι μέσα στην οικιστική περιοχή την εβδομάδα 2 ως 7 Οκτωβρίου 2023. Στόχος ήταν ένα πιο καθαρό και υγιεινό περιβάλλον για τους κατοίκους και τους επισκέπτες του Δήμου Αθηνών.

Ο Δήμος Αθηνών διέθεσε τα απαραίτητα σακούλια σε κάθε φορέα που προέβηκε σε καθαριότητα και διευθέτισε το μάζεμά τους από το συνεργείο του.

Η Αθηνών φημίζεται για την καθαριότητά

της και τις εθελοντικές πρωτοβουλίες της. Η συμμετοχή όλων ήταν αθρόα και η επιτυχία της δράσης σημαντική, που φάνηκε από τα πολλά σκουπίδια που μαζεύτηκαν.

As γίνει συνήθεια όλων να μην πετάμε ανεξέλεγκτα τα σκουπίδια μας, αλλά να τα τοποθετούμε σε κατάλληλους χώρους, για μια Αθηνών πιο καθαρή, που όλοι θα χαιρόμαστε, ντόπιοι και επισκέπτες. Όλοι μαζί μπορούμε να το πετύχουμε!



Ο ΔΗΜΟΣ ΑΘΗΝΟΥ ΣΥΜΜΕΤΕΙΧΕ ΜΕ 23 ΔΡΑΣΕΙΣ ΣΤΗΝ 9^Η ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΕΒΔΟΜΑΔΑ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ «#BEACTIVE»

Η συμμετοχή του Δήμου Αθηνών στην Ευρωπαϊκή Εβδομάδα Αθλητισμού «#BeActive», η οποία διοργανώνεται κάθε χρόνο με Συντονιστικό Φορέα τον Κυπριακό Οργανισμό Αθλητισμού, έχει πλέον καθιερωθεί. Φέτος, ο Δήμος Αθηνών συμμετείχε με 23 διαφορετικές δράσεις στην 9η Ευρωπαϊκή Εβδομάδα Αθλητισμού «#BeActive» και η Αθηνού ήταν πραγματικά «ενεργή» για όλη αυτή την περίοδο.

Υπήρξε συνεργασία με το Πρόγραμμα Αθλητισμός για Όλους (ΑΓΟ), τα σχολεία του Δήμου, τους τοπικούς αθλητικούς φορείς, με το 68ο Σύστημα Προσκόπων Αθηνών, με ειδικό διατροφολόγο, με σχολές χορού, τη Δημοική Στέγη Ενγλίκων και άλλους. Λαμπαδηδρομία, ποδηλασία, πεζοπορία και αγώνας ανώμαλου

δρόμου για μικρούς και μεγάλους, πιλάτες, χοροί, αγώνες επιτραπέζιας αντισφαίρισης, καλαθοσφαίρα 3Χ3 και χειροσφαίριση, ήταν μερικές από τις δράσεις που πραγματοποιήθηκαν.

Αξιοσημείωτη και σημαντική από κάθε άποψη ήταν η πραγματοποίηση της τελευταίας χρονικά δράσης, η οποία είχε καθαρά διαπολιτισμικό χαρακτήρα με σκοπό την αλληλεπίδραση δημοτών με άτομα από άλλες χώρες που ζουν και εργάζονται στην Αθηνού, τονίζοντας με αυτό τον τρόπο την αποδοχή της διαφορετικότητας και της σημασίας των ίσων ευκαιριών για τους πολίτες μας.

Συγκεκριμένα, η δράση έγινε στις 30 Σεπτεμβρίου στο Κωνσταντίνειο Δημοτικό Πάρκο,

υπό την καθοδήγηση ειδικής εκπαιδευτριας σε θέματα YOGA, η οποία ήταν απεσταλμένη της Ινδικής Πρεσβείας και η οποία για μια και πλέον ώρα καθοδηγούσε τους συμμετέχοντες σε ασκήσεις Yoga, εξηγώντας τους παράλληλα τα οφέλη από τη συγκεκριμένη άσκηση. Η δράση αυτή προσέλκυσε μεγάλο αριθμό ενδιαφερομένων, γεγονός που καταδεικνύει ότι η προσφορά τέτοιων δράσεων προς την τοπική μας κοινωνία είναι αναγκαία, τόσο για την αποδοχή της διαφορετικότητας όσο και για την αλληλογνωριμία των πολιτών και την αλληλεπίδραση μαζί με νέες κουλτούρες, με σκοπό την αποδοχή της διαφορετικότητας και της διαπολιτισμικότητας. Η συγκεκριμένη δράση έχει προταθεί για βράβευση στα Τοπικά Βραβεία #BeActive που διοργανώνει ο ΚΟΑ, τα

αποτελέσματα των οποίων αναμένονται το επόμενο διάστημα.

Ο Δήμος Αθηνών ευχαριστεί τον Κυπριακό Οργανισμό Αθλητισμού για τον προγραμματισμό και τη βοήθεια που παρείχε για την επιτυχή έκβαση της εβδομάδας αθλητισμού #BeActive, καθώς και όλους όσους συμμετείχαν, μικρούς και μεγάλους, στις διάφορες δράσεις που πραγματοποιήθηκαν.

Αδιαμφισβήτητα, τα οφέλη της συμμετοχής μας στη φυσική δραστηριότητα και στον αθλητισμό είναι ανεκτίμητα. Ας κάνουμε βιώμα μας το σύνθημα #Beactive για μια καλύτερη, υγιή και όμορφη ζωή.

*Νατάσα Γεωργίου
Δημοτικός Γραμματέας*



Ο Αθηναίτης εν Αθηνίτης

Αν ήταν να σκέφτομ' εγώ, όπως κάθε πολίτης Αθηναίτης δεν θα 'μουν, θα 'μουν ξενοχωρήτης.

Η Αθηνού εν χωρκόν, με αιώνων ιστορία οι Γόλγοι τζιαι η Μάλλουρα, είναι μια μαρτυρία.

Το Όρος εν εις τον βορκάν, τζιαι Δκυόβουνοι στον νότο τζιαι μέσ' την μέσην το Χωρκόν, σαν ζωγραφικά χαρώ το Αγωγιάτες ρεσπέριες, πολλά είχαν να ρίζζουν τζιαι έρχουνταν π' άλλα χωρκά, το θέρος να θερίζζουν.

Ο Αθηνίτης εν έμπορος, τζιαι πλασιέ γυρίζει τζιαι με ψουμιά, χαλλούμι, αβκά, μισήν Κύπρον ταίζει. Η Αθηνού ήταν σταθμός, Βαρωσιού - Χώρα - Σκάλα γι' αυτόν τζιαι Κκιρατζίν - Κκιογιού, οι Τούρτζιοι την εφκάλα.

Ο Αθηνίτης δεν αρκείται, με το αρκατιλλίκι θα γίνει μάστρος στην δουλειάν, με δίκως κουμπαρλίκι.

Μαθαίνουσιν από μπισοί, το πάρε μα τζιαι δώσε Τζιαι δεν τους έχουν οι γοννιοί, μάνα μου τζιαι χαρώ σε.

Στην μουσικήν παράδοση, δεν πιάνναμεν επαίνους δεν είχαμεν δκιολάριες, τζιαι φέρναμεντε ξένους.

Είχαμεν χορευτές καλούς, τζιαι τσιαπτιστές με μάλια Όμως εν ετσιαπτιζασιν, για να πιάσουν ριάλια.

Γιατ' είχασιν ούλλοι δουλειές, λλίον πολλά εβαστιούνταν η ποίηση ήταν δκιακονιόν, εν εκαταδεχούνταν.

Το εξήντα, τρεις να μάθουσιν, βιολίν προσπαθήσαν ο ένας τα κατάφερον, οι δκυο επαρετήσαν.

Δεν ήταν τζιαι δουλειά καλή, να τραουδάς του άλλου τζιαι μ' έναν πιάτον δκιακονιάν, μπακκίρες να σου βάλλουν.

Της Αθηνού ούλλη γη, είναι τζιαι Νεκρή Ζώνη τζιαι ο Ατπίλας στον βορκάν, σαν καλλίτζιν την ζώννει.

Μα εν Ακρίτες άνθρωποι, στέκουν στους σκούντρος φάτσα στην γην αλλάσσουν οι τζιαιοί, τζιαι ννάρτει τζιαι πονάτσα.

Έχω τζι' άλλα πολλά να πω, μα ο χώρος δεν μας φκάλλει να σταματήσω ως δαμέ, να γράψουν λλία τζι' άλλοι.

*Μιχαλάκης Κοιλιάρης (Λάκης),
Παραδοσιακός μουσικός τζιαι ποιητής
Βιολί - Ποίηση - Πιδκιαύλι*

ΚΑΛΟΚΑΙΡΙΝΕΣ ΘΕΑΤΡΙΚΕΣ ΠΑΡΑΣΤΑΣΕΙΣ ΣΤΗΝ ΑΘΗΝΟΥ

Τρεις ενδιαφέρουσες θεατρικές παραστάσεις πρόσφερε στο κοινό της Αθηνών ο Δήμος το καλοκαίρι που μας πέρασε. Συγκεκριμένα πραγματοποιήθηκαν οι παραστάσεις που αναφέρονται κατωτέρω.

ΠΑΙΔΙΚΗ και όχι μόνον ΠΑΡΑΣΤΑΣΗ «ΜΕΣΑΙΩΝΙΚΑ ΠΑΡΑΜΥΘΙΑ ΤΗΣ ΚΥΠΡΟΥ». Ιδιαίτερα ενδιαφέρουσα ήταν η παράσταση που πραγματοποιήθηκε στην εσωτερική αυλή του αρχαίου μνημείου «Χάνι του Μεσάνα», υπό τη γενική επιμέλεια της θεατροπαιδαγωγού και αφηγήτριας Μαρίας Κατοαρή.

Η «παράσταση των παραμυθιών» έδωσε την ευκαιρία σε μικρούς και μεγάλους να ταυτιστούν με τους ήρωες και να απολαύσουν ένα πρωτοποριακό τρόπο παρουσίασης των μεσαιωνικών παραμυθιών της Κύπρου. Οι θρύλοι και οι παραδόσεις της Κύπρου ξαναζωντάνεψαν μέσα από τη θεατρική αφήγηση στην κυπριακή διάλεκτο, με τη συνοδεία παραδοσιακής μουσικής, και άφισαν χρήσιμα διδάγματα και μηνύματα.

ΠΑΡΑΣΤΑΣΗ «ΤΟ ΜΝΗΜΟΣΥΝΟ ΤΖΙ' ΟΙ... ΜΑΚΑΡΙΤΕΣ» από τη θεατρική ομάδα του ΑΠΟΛΛΩΝΑ ΛΥΜΠΙΩΝ



Η θεατρική Ομάδα του Απόλλωνα Λυμπιών παρουσίασε στις 5 Σεπτεμβρίου, στο υπαίθριο αμφιθέατρο του Γυμνασίου Αθηνών, την ευχάριστη, αλλά με νόημα για την καθημερινότητά μας, παράσταση «Το Μνημόσυνο τζι' οι ...μακαρίτες».



Η παράσταση ήταν δωρεάν για το κοινό και ο Δήμος Αθηνών ευχαριστεί όλους τους συντελεστές της παράστασης που με χαρά αποδέχτηκαν

την πρόσκληση του Δήμου να παρουσιάσουν το έργο τους, προσφέροντας λίγες νότες χαλάρωσης και γέλιου μέσα στην έντονη και πιεστική μας καθημερινότητα.

ΠΑΡΑΣΤΑΣΗ «ΕΜΕΙΝΑΜΕΝ ΧΑΣΚΟΝΤΑ» από τη θεατρική ομάδα ΠΑΡΩΔΙΑ

Άφθονο γέλιο με πολλά μηνύματα για μια σωστή στάση ζωής άφησε η θεατρική παράσταση «Εμείναμεν Χάσκοντα», από τη θεατρική ομάδα ΠΑΡΩΔΙΑ, η οποία πραγματοποιήθηκε με μεγάλη επιτυχία στις 11 Σεπτεμβρίου στο υπαίθριο αμφιθέατρο του Γυμνασίου Αθηνών. Η παράσταση ήταν δωρεάν για το κοινό, με την ευγενική δωρεάν παρουσία όλων των μελών της θεατρικής ομάδας, υπό τον γενικό συντονισμό, σκηνοθεσία και επιμέλεια του Δωρόθεου Δωροθέου, τον οποίο και ο Δήμος ευχαριστεί πολύ για τη συνεργασία και την προθυμία όλης της ομάδας για την πραγματοποίηση της παράστασης.

Ιδιαίτερες ευχαριστίες απευθύνονται προς τον κ. Κυριάκο Κυριάκου, υπεύθυνο της θεατρικής ομάδας του Δημοτικού Πολιτιστικού Ομίλου Αθηνών, που βοήθησε τον Δήμο στην προσπάθεια παρουσίασης των καλοκαιρινών θεατρικών παραστάσεων.



Στιγμιότυπο από την παράσταση «Το μνημόσυνο τζι' οι... οι μακαρίτες»



Στιγμιότυπα από την παράσταση «Εμείναμεν Χάσκοντα»

ΠΡΟ ΤΩΝ ΠΥΛΩΝ Η ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΤΟΥ ΣΥΣΤΗΜΑΤΟΣ «ΠΛΗΡΩΝΩ ΟΣΟ ΠΕΤΩ» (ΠΟΠ) ΣΤΟΝ ΔΗΜΟ ΑΘΗΝΟΥ

Ο Δήμος Αθηνών είναι ο πρώτος δήμος σε παγκόσμιο επίπεδο, που μαζί με το Κοινοτικό συμβούλιο Αβδελλερού προχώρησαν σε κατακύρωση διαγωνισμού και σε προώθηση της διαδικασίας εκπόνησης εξειδικευμένης μελέτης με θέμα την εγκαθίδρυση συστήματος διαλογής στην πηγή και χωριστής συλλογής ανακυκλώσιμων και οργανικών υλικών και κατ' επέκταση εφαρμογή του συστήματος Πληρώνω όσο Πετώ (ΠΟΠ) με προπληρωμένη σακούλα.

Η πιο πάνω διαδικασία προωθείται από τον Δήμο Αθηνών σε συνεργασία με το Τμήμα Περιβάλλοντος του Υπουργείου Γεωργίας, Αγροτικής Ανάπτυξης και Περιβάλλοντος, μέσω του ιδιωτικού μελετητικού γραφείου «Π. Νικολαΐδης και



Συνεργάτες Ε.Π.Ε.» που ανέλαβε την εκπόνηση της μελέτης, σκοπός της οποίας είναι η τεκμηρίωση της βιωσιμότητας της εγκαθίδρυσης συστήματος διαλογής στην πηγή και χωριστής συλλογής ανακυκλώσιμων και οργανικών αποβλήτων στην περιοχή μας και περαιτέρω της εφαρμογής του συστήματος ΠΛΗΡΩΝΩ ΟΣΟ ΠΕΤΩ



με προπληρωμένη σακούλα. Με την ολοκλήρωση της μελέτης αυτής και στη βάση των εισηγήσεων αλλά και των συμπερασμάτων που θα έχουμε, στη βάση των προνοιών της νομοθεσίας που θα καλεστούμε ως τοπικές αρχές να εφαρμόσουμε το 2024, θα αποφασιστεί ο νέος τρόπος πιο δίκαιης χρέωσης της φορο-

λογίας οκυβάλων με βάση την αρχή «ο ρυπαίνων πληρώνει», η εφαρμογή διαδικασιών και η λήψη μέτρων για προώθηση της κομποστοποίησης στο σπίτι, η ανάπτυξη της κουλτούρας της ανακύκλωσης και της χωριστής διαλογής στην πηγή κ.ά.

Η προσπάθεια παραμένει η εξοικονόμηση πόρων, φυσικών και οικονομικών, και η διασφάλιση της βιωσιμότητας στον τομέα της δημοτικής διαχείρισης αποβλήτων, λαμβάνοντας υπόψη την αυξανόμενη οικονομική και περιβαλλοντική πίεση. Λεπτομέρειες και περισσότερες πληροφορίες για την εφαρμογή του συστήματος ΠΟΠ θα ακολουθήσουν με την ολοκλήρωση και έγκριση της μελέτης.

Νατάσα Γεωργίου
Δημοτικός Γραμματέας

Παιδοκομμικός & Βρεφοκομμικός Έραθμός Γεωργίου και Ελένης Αγγελή Τσαντή



Μια νέα σχολική χρονιά αρχίζει!



Μια νέα σχολική χρονιά 2023-2024 αρχίζει με διάφορες δραστηριότητες και εκδηλώσεις στον Σταθμό. Και για να έχουμε μια ευλογημένη σχολική χρονιά, αρχή κάνουμε πάντα με τον καθιερωμένο αγιασμό των παιδιών και του σχολείου από τον πατέρα Δημήτριο.

Εν συντομία, οι πιο σημαντικές εκδηλώσεις και δραστηριότητες που έγιναν αυτή την περίοδο είναι οι ακόλουθες:

- Επίσκεψη στην εκκλησία Αγίου Φωκά για προσκύνημα την παραμονή της εορτής του Αγίου,
- Κινησιολογία από τη δασκάλα χορού κ. Κυριακή Κυριακού, με αφορμή την Ευρωπαϊκή Εβδομάδα Αθλητισμού #Beactive,
- Επίσκεψη στην Κλεάνθειο Κοινοτική Στέγη Ηλικιωμένων Αθηνών με αφορμή την Παγκόσμια

Μέρα Ηλικιωμένων και το #Beactive. Τα παιδιά εκεί χόρεψαν και τραγούδησαν παρέα με τους αγαπημένους σε όλους μας παππούδες και γιαγιάδες,

- Παρουσία ζώων (σκύλου, χελώνας, καναρινιών, ψαριού) στο σχολείο μας με αφορμή την Παγκόσμια Μέρα Ζώων,
- Εκπαιδευτική και διασκεδαστική παρουσίαση από την κ. Ροδούλλα Κωνσταντίνου, οδοντίατρο, στο πλαίσιο της ενότητας Καθαριότητα – Υγιεινή δοντιών,
- Εξόρμηση στο Πάρκο για καθαρισμό του στο πλαίσιο της εκστρατείας καθαρισμού Let's Do It! Cyprus.

Νίκη Λοιζίδη Σασιά Νηπιαγωγός
Λένια Καρούσιου Βαρνάβα Διευθύντρια

Δημόσιο και Κοινωνικό Νηπιαγωγείο Αθηνών Χαρούμενη και δημιουργική νέα σχολική χρονιά

Μια νέα σχολική χρονιά έχει ξεκινήσει με την ευχή να 'ναι χαρούμενη και δημιουργική για όλους μας! Η περίοδος της φοίτησης των παιδιών στο νηπιαγωγείο έχει ιδιαίτερη σημασία, γιατί σε αυτή την ηλικία είναι που δομείται ουσιαστικά η προσωπικότητά τους.

Στο νηπιαγωγείο νοηματοδοτούμε αυτό το νέο ξεκίνημα και μέσω της παιδαγωγικής διαδικασίας στηρίζουμε, ενισχύουμε και βοηθούμε το κάθε παιδί ξεχωριστά, να ξεδιπλώσει τις ικανότητες και τις αρετές του και να κληρονομήσει αξιωματικά τον ήρωά του.

Σκοπός μας είναι, το κάθε παιδί, μοναδικό και ξεχωριστό, να βιώνει τη μάθηση μέσα από παιχνίδια και χαρούμενες δραστηριότητες. Με τους στόχους που έχουμε θέσει, επιδιώκουμε κάθε παιδί να γνωρίσει και να αποδεχτεί τον εαυτό του και τους άλλους. Να μάθει ότι δεν είναι «το κέντρο του κόσμου» αλλά ένα μέρος του, ότι έχει δικαιώματα και υποχρεώσεις, να «παιρνει» και να «δίνει». Να μάθει τι σημαίνει φιλία, αλληλοβοήθεια και ενσυναίσθηση.

Να σέβεται τη διαφορετικότητα κάθε ανθρώπου. Να σέβεται το περιβάλλον και τη φύση και να το προστατεύει.

Για να επιτύχουμε την υλοποίηση αυτών των στόχων, οργανώνουμε πολλές δράσεις και συμμετέχουμε σε πολλά προγράμματα.

Στο πλαίσιο της περιβαλλοντικής εκπαίδευσης προγραμματίσαμε δράσεις αλλαγής, βελτίωσης και ποιοτικής αναβάθμισης του περιβάλλοντος γύρω μας. Μια τέτοια δράση ήταν η εκστρατεία καθαριότητας στον χώρο του σχολείου και της γύρω περιοχής με τη βοήθεια των οικογενειών μας,

που έγινε στις 23/10/2023 στο πλαίσιο της εθελοντικής δράσης «Let's do it Cyprus».

Επίσης, ενθαρρύνουμε την ανάπτυξη θετικών στάσεων παράλληλα με την προσφορά γνώσεων, αφού κρίνεται ιδιαίτερα σημαντική. Επιδιώκουμε την καλλιέργεια της αγάπης και της ενσώχλησης με τη φυσική αγωγή. Προγραμματίσαμε στο πλαίσιο του «Be active» μέρες αθλητισμού. Έτσι, στις 26 και 28 Σεπτεμβρίου γυμναστήκαμε και μάθαμε πώς παίζουμε χειροσφαίριση. Επίσης, συνεχίζουμε την εφαρμογή του προγράμματος διδασκαλίας των Αγγλικών στο πλαίσιο των Ν.Α.Π. (προσέγγιση CLIL) με νέες δραστηριότητες και θέματα.

Θα έχουμε πολλές επιμορφώσεις των εκπαιδευτικών, για τα θέματα που θα διδάχτούν τα παιδιά (Μαθηματικά, Γλώσσα, Περιβαλλοντική αγωγή).

Θα οργανώσουμε επιμορφώσεις των γονιών για στήριξη και βοήθειά τους για να συμμετέχουν στη διαδικασία της μάθησης από τη δική τους πλευρά.

Δράσεις θα γίνουν και για να τονωθεί το εθνικό και θρησκευτικό συναίσθημα των παιδιών.

Θα προσπαθήσουμε να ενδυναμώσουμε τα παιδιά όσον αφορά την ικανότητά τους να προσαρμόζονται, να συνεργάζονται και να κοινωνικοποιούνται για να προετοιμαστούν για ομαλή μετάβαση στο επόμενο βήμα (Δημοτικό Σχολείο).

Συνεχίζουμε τη σχολική χρονιά, με τη βοήθεια και των οικογενειών μας, προσπαθώντας να επιτύχουμε την ολόπλευρη ανάπτυξη των παιδιών μας μέσα από τις διάφορες δραστηριότητες.



Να καταφέρουμε μέσα σ' ένα ανθρώπινο και δημοκρατικό σχολείο, να ενισχύσουμε το κάθε παιδί, ώστε να διαμορφώσει το μέλλον του και την κοινωνία!

Δέσπω Τοφαρίδου (Διευθύντρια)
Έλενα Χατζηδημητρίου



Οικολογικό Ιδιωτικό Νηπιαγωγείο ΠΑΙΔΙΚΗ ΠΟΛΙΤΕΙΑ ΜΑΓΙΑ



Γεμάτη με δράσεις και δραστηριότητες θα είναι και φέτος η χρονιά μας και ήδη ξεκίνησε πιο δυναμικά από ποτέ!

Με μεγάλη επιτυχία πραγματοποιήσαμε στις εγκαταστάσεις του σχολείου μας, διάλεξη με θέμα "Άγχος αποχωρισμού- Πρόγραμμα και Ρουτίνα", με τη Σχολική Ψυχολόγο, κ. Βλάσια Χ" Ιωάννου.

Τονίστηκε ότι βάζοντας όρια στα παιδιά μας τους διδάσκουμε την αξία της πειθαρχίας, του σεβασμού, της οργάνωσης του προγράμματός τους, της ενσυναίσθησης, να μπαίνουν δηλαδή και στη θέση των άλλων, της ξεκάθαρης συνεννόησης του τι περιμένουμε από εκείνα και ποιες συμπεριφορές είναι κατάλληλες και αποδεκτές σε κάθε συνθήκη. Χωρίς αυτά τα παιδιά αισθάνονται χαμένα και αποδιοργανωμένα.

Με μέγιστη προτεραιότητα την υγεία και άθληση των παιδιών, το σχολείο μας συμμετείχε στην καμπάνια Be active, με ποικιλία δράσεων. Ποδηλασία σε συνεργασία με την Κοινοτική Αστυνομία. Ποδόσφαιρο υπό την καθοδήγηση του προπονητή, Μηνά Μηνά. Ασκήσεις ενδυνάμωσης μυών με την καθοδήγηση του γυμναστή μας, Ανδρέα Πιερή.

Πιλάτες για παιδιά με υπεύθυνη την pilates instructor, Νικολέτα Λουκά.

Canicross for kids, καθώς και τρέξιμο απόστασης 1km.

Στο πολυδύναμο κέντρο στη Λάρνακα μαζί με άλλα Νηπιαγωγεία της Λάρνακας αντιπροσωπεύσαμε με υπερηφάνεια το ΑΓΟ.

Επίσης συμμετείχαμε ως φορείς, στον διαγωνισμό για τα Εθνικά Βραβεία #BEACTIVE 2023.

Ακόμα μια χρονιά το σχολείο μας στήριξε και συμμετείχε ενεργά, στο 5ο Παγκύπριο Φεστιβάλ Αθηνιτικών Προϊόντων.

Οι κοινοί στόχοι με άλλα σχολεία δε σταματούν ποτέ. Το Οικολογικό μας Νηπιαγωγείο και το Pascal primary school σε κοινές δράσεις! Το σχολείο μας άνοιξε τις πόρτες του και υποδέχθηκε το Pascal Primary School Larnacas! Τα παιδιά ταξίδεψαν σε όμορφους, αθώους, παραμυθένιους κόσμους!

Παιδί είσαι όσο νιώθεις παιδί...

Έτσι και εμείς συνεχίσαμε τις κοινές δράσεις με τους φίλους μας της τρίτης ηλικίας. επίσκεψη στο Κωνσταντινελένιο κέντρο ηλικιωμένων.

Η χαρά κι η αληθινή αγάπη που πήραμε από τους ηλικιωμένους μας δεν περιγράφεται!

«ΜΟΝΟ ΑΝ ΓΙΝΟΥΜΕ ΣΑΝ ΤΑ ΜΙΚΡΑ ΠΑΙΔΙΑ ΤΟΤΕ ΘΑ ΕΧΟΥΜΕ ΑΓΑΠΗ ΣΤΗΝ ΚΑΡΔΙΑ»

Κάπως έτσι συνεχίζουμε την κοινή πορεία με το αδελφοποιημένο 11ο Νηπιαγωγείο Νέας Ιωνίας σε κοινές δράσεις.

Η χρονιά προβλέπεται γεμάτη και τα καλύτερα έρχονται!

Το φρόνιμα της αδούλωτης ελευθερίας έδειξαν οι μικροί μας φίλοι σε ακόμα μια Εθνική Επέτειο.

Το σχολείο μας, όπως πάντα, συμμετείχε και παρέλασε στους λαμπρούς εορτασμούς για το Έπος του "ΟΧΙ".

Ακόμα περισσότερα ετοιμάζονται και θα τα παρουσιάσουμε σύντομα μαζί με τους μικρούς μας συνοδοιπόρους!

Χρήστος Φουρλής, Συνεργάτης Σχολείου

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ Κ.Α'

Ευρωπαϊκή Εβδομάδα Κινητικότητας



Στο πλαίσιο της Ευρωπαϊκής Εβδομάδας Κινητικότητας 2023 πραγματοποιήθηκε στο Σχολείο μας Αθλητική Ημερίδα την Παρασκευή 6 Οκτωβρίου 2023. Το κυκλικό πρόγραμμα δραστηριοτήτων περιλάμβανε επτά σταθμούς: επιτραπέζια αντισφαίριση, ρίξεις με αφρώδεις δίσκους, στόχους με μαξιλαράκια και στεφάνες, juba, badminton, ασκήσεις με σκουτεράκια σε συνδυασμό με κρεβατάκια και surfinο. Αξιοποιήθηκαν τόσο οι εξωτερικοί χώροι του Σχολείου όσο και η κλειστή Αίθουσα Αθλοπαιδιών "Τάσος Παπαδόπουλος". Την ευθύνη για επεξεργασία και επιτήρηση κάθε δραστηριότητας είχε ο/η εκπαιδευτικός που συνόδευε τα παιδιά, εκτός από τη juba, την οποία ανέλαβε να κατευθύνει η συνάδελφος Έλενα Τράχηλου και να επιτηρεί ο/η εκάστοτε συνοδός. Τα παιδιά κάθε τμήματος μετακινούνταν ανά δεκαπεντάλεπτο στον επόμενο σταθμό, καλύπτοντας συνολικά

τέσσερις σταθμούς. Η επιτυχία της εκδήλωσης ήταν εμφανής στα πρόσωπα των παιδιών. Με χαμόγελο και ζωντάνια προσπαθούσαν να ανταποκριθούν στις απαιτήσεις του κάθε σταθμού. Ολοκληρώνοντας το πρόγραμμά τους, ζητούσαν να συνεχιστεί και οπωσδήποτε να επαναληφθεί.

Εορτασμοί για την εθνική επέτειο της 28ης Οκτωβρίου 1940

Πρωί πρωί την παραμονή της εθνικής επετείου του ΟΧΙ πραγματοποιήθηκε στην κεντρική αυλή του σχολείου εκδήλωση για τη Γιορτή της Σημαίας και για να τιμηθούν όλοι όσοι αγωνίστηκαν στον ένδοξο Αγώνα του Σαραντά. Η εκδήλωση άρχισε με έπαρση των σημαίων, που έγινε από κοινού με τον Κ.Β'. Αφού διαβάστηκε το μήνυμα της Υπουργού Παιδείας, Αθλητισμού και Νεολαίας, τα παιδιά της Β' 1, υπό την καθοδήγηση της υπεύθυνης εκπαιδευτικού Κυριακής Χριστοφόρου, παρουσίασαν το αφιέρωμά τους στη σημαία και τα ηρωικά κατορθώματα στο ελληνοαβανικό μέτωπο. Ακολούθως τα παιδιά της Γ' 1, υπό την καθοδήγηση της υπεύθυνης εκπαιδευτικού Χριστίνας Θουκί, ζωντάνεψαν μπροστά μας τις στιγμές της παράδοσης του τηλεσίγγραφου ξημερώματα της 28ης Οκτωβρίου 1940, το δίλημμα και την ηρωική απόφαση του ελληνικού λαού να πολεμήσει για να κρατήσει την πατρίδα του ελεύθερη. Ολοκλήρωσαν με αναφορά στην ευλογημένη στιγμή της 12ης Οκτωβρίου 1944, που επιτέλους η γερμανική σημαία υποστάθηκε και υψώθηκε η γαλανόλευκη στον ιερό



βράχο της Ακρόπολης. Στο τέλος παιδιά, γονείς και εκπαιδευτικοί χόρεψαν τον ελληνικό χορό "ποδαράκι". Ανήμερα της εθνικής επετείου τα παιδιά συμμετείχαν στους εορτασμούς του δήμου. Αρχικά συγκεντρώθηκαν στο προαύλιο του σχολείου, παρατάχτηκαν σε σειρές και με τη συνοδεία μελών του Συνδέσμου Γονέων πορεύτηκαν στον Ιερό ναό Παναγίας Χρυσελευσας, όπου εψάλη η δοξολογία. Ακολούθησε μεγαλειώδης παρέλαση που κατέληξε στο Μνημείο Πεσόντων και Αγνοουμένων Αθηνών, όπου εψάλη τρισάγιο και έγινε κατάθεση στεφάνων.

Εκστρατεία καθαριότητας "Let's do it Cyprus"

Το Δημοτικό Σχολείο Αθηνών Κ.Α' έλαβε μέρος στην εκστρατεία "Let's do it Cyprus 2023". Κάθε τμήμα ανέλαβε να καθαρίσει έναν χώρο που χρησιμοποιείται από παιδιά του Κ.Α'. Η προσπάθεια στέφθηκε με επιτυχία. Όλα τα παιδιά στρώθηκαν με ζήλο στη δουλειά και μέσα σε 15 λεπτά η αυλή, οι βεράντες, οι διάδρο-

μοι, οι σκάλες ήταν πεντακάθαρα. Το πιο σημαντικό... Τα παιδιά έδωσαν την υπόσχεση να είναι πιο προσεκτικά, ώστε τα σκουπίδια τους να μπαίνουν απευθείας σε καλάθους και να μη χρειάζονται εκστρατείες καθαριότητας.



Μαρία Κουμίδου-Βοηθός Διευθύντρια

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ Κ.Β'

ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΤΗΝ ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΕΒΔΟΜΑΔΑ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ

Η Ευρωπαϊκή Εβδομάδα Αθλητισμού είναι ένα πρόγραμμα της Ευρωπαϊκής Επιτροπής για την προαγωγή του αθλητισμού και της φυσικής δραστηριότητας σε όλη την Ευρώπη, η οποία στοχεύει στην ευαισθητοποίηση σχετικά με τα πολλαπλά οφέλη της άσκησης. Υπολογίζεται ότι κινητοποιήθηκαν την εβδομάδα αυτή πέραν των ενενήντα χιλιάδων μαθητών/τριών όλων των βαθμίδων εκπαίδευσης.

Μέσα στο πλαίσιο της 8ης Ευρωπαϊκής εβδομάδας αθλητισμού, που πραγματοποιήθηκε μεταξύ 23-30 Σεπτεμβρίου, το σχολείο μας συμμετείχε σε αθλητικές δράσεις που οργανώθηκαν στην Αίθουσα του Δήμου. Ευχαριστούμε τον κ. Αντρέα Πιερή για την οργάνωση παιχνιδιού βόλεϊ και την κ. Κυριακή Κυριάκου για τη διοργάνωση μαθήματος Zumba for kids. Επιπρόσθετα τα παιδιά του τμήματος ΣΤ1, στο πλαίσιο

της εβδομάδας Αθλητισμού, συμμετείχαν σε μια αλιωτική δράση. Συνοδευόμενα από τους εκπαιδευτικούς κ. Θεόδωρο Αυξεντίου και την κ. Ελπίδα Ζαννετίδου, επισκέφτηκαν την Κλεάνθιο Κοινοτική Στέγη στις 26 Σεπτεμβρίου 2023 και συμμετείχαν σε ένα διαδραστικό παιχνίδι με θέμα τη σωστή διατροφή και άσκηση. Ήταν ένα ευχάριστο ψυχαγωγικό και συνάμα παιδαγωγικό παιχνίδι που το απόλαυσαν παιδιά

και ηλικιωμένοι. Τα παιδιά ζέσταναν τον χώρο με το χαμόγελό τους προσφέροντας χαρά. Οι ηλικιωμένοι το ανταπέδωσαν με τραγούδι. Ευχαριστούμε την κ. Μαρία Καντηλάφτη για τη διοργάνωση του παιχνιδιού και την κ. Μαρία Δημητρίου για τη φιλοξενία.

Ελπίδα Ζαννετίδου Ηλία Βοηθός Διευθύντρια



ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗΣ ΣΧΟΛΕΙΩΝ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗΣ ΜΑΘΗΣΗΣ

Με στόχο την ενδυνάμωση της συνεχούς κι αδιάκοπης πορείας της επαγγελματικής μάθησης των εκπαιδευτικών της σχολικής μας μονάδας, καθώς και της ποιότητας βελτίωσης της παρεχόμενης εκπαίδευσης των μαθητών/μαθητριών, της ανάπτυξης των κοινωνικών τους δεξιοτήτων, σε συνάρτηση πάντα με τη μεγιστοποίηση των μαθησιακών τους αποτελεσμάτων, το σχολείο μας αποφάσισε να συμμετέχει στο Πρόγραμμα Υποστήριξης Επαγγελματικής Μάθησης με θέμα: «Διαχείριση συγκρούσεων: Καλλιέργεια δεξιοτήτων Επικοινωνίας και Ενσυναίσθησης».

Το θέμα που θα μας απασχολήσει τη φετινή σχολική χρονιά επιλέχθηκε μετά από διερεύνηση και καταγραφή των ιδιαίτερων ζητημάτων, που αφορούσαν το σχολείο. Καθορίστηκε στη βάση των αναγκών του συγκεκριμένου του σχολείου και των τάξεων. Για να συγκεκριμενοποιηθεί το θέμα, οι εκπαιδευτικοί καλέστηκαν να απαντήσουν σε μερικά ερωτήματα, όπως: Σε τι είδους συγκρούσεις αναφερόμαστε; Πού συμ-

βαίνουν; Πόσο συχνά; Ποια άτομα αφορούν; Τι είναι αυτό που δυσκολεύει τη διαχείριση συγκρούσεων στο σχολείο; Ποιες κοινωνικές δεξιότητες θεωρούνται σημαντικές να καλλιεργηθούν, ώστε να υπάρχει καλύτερη διαχείριση των συγκρούσεων στον σχολικό χώρο; Με ποιους τρόπους θα θέλαμε να εμπλακούν οι γονείς; Το σχολείο μας καλείται να ετοιμάσει και να εφαρμόσει με την καθοδήγηση της υποστηρίκτριας Λειτουργού του Παιδαγωγικού Ινστιτούτου ένα Σχέδιο Δράσης με σκοπό την επίλυση του πιο πάνω θέματος και παράλληλα την Επαγγελματική Μάθηση των εκπαιδευτικών, δηλαδή την επιμόρφωση και την επαγγελματική τους ανάπτυξη στο συγκεκριμένο θέμα. Το Σχέδιο Δράσης της Επαγγελματικής Μάθησης αποτελεί μέρος του ευρύτερου Ενιαίου Σχεδίου Βελτίωσης της Σχολικής Μονάδας, όπου συμπεριλαμβάνει επιπρόσθετους στόχους υπό έμφαση για τη σχολική χρονιά που διανύουμε. Οι εκπαιδευτικοί μέσα από μια συστηματική και στοχευμένη πορεία δραστηριο-

τήτων και δράσεων, που θα εφαρμόσουν στις τάξεις τους κατά τη διάρκεια όλης της σχολικής χρονιάς, θα προσπαθήσουν να επιφέρουν μια αλλαγή στη συμπεριφορά των μαθητών τους, καλλιεργώντας κοινωνικές δεξιότητες, ώστε να διαχειρίζονται ορθά τα συναισθήματά τους. Για ενίσχυση και υποστήριξη της προσπάθειας των εκπαιδευτικών θα οργανωθούν σεμινάρια σε σχολικό χρόνο από Λειτουργούς του Παιδαγωγικού Ινστιτούτου, καθώς και από εξωτερικούς συνεργάτες και συνεργάτιδες. Η ανταλλαγή απόψεων και εμπειριών, η συνεργασία, οι κοινοί σχεδιασμοί, οι συν-διδασκαλίες και οι αλληλοπαρακολούθησεις μαθημάτων, καθώς και ο αναστοχασμός σε σχέση με τους κοινούς στόχους, την πορεία του προγράμματος και τις δράσεις, δύναται να οδηγήσουν στην ανάπτυξη συναδελφικότητας και συνεργασίας, αλλά και γενικότερα σε αλλαγές στο κλίμα και στην κουλτούρα του σχολείου. Ανάλογα πάντα με το θέμα και τους στό-

χους, καθώς και τις ιδιαιτερότητες του συγκεκριμένου του σχολείου, οι δράσεις που επιλέγονται κάθε φορά είναι ποικίλες, αλλά αφορούν συντονισμένα τόσο ατομικές πρωτοβουλίες, όσο και πρωτοβουλίες ομάδων εκπαιδευτικών ή και δράσεις της ολομέλειας του συλλόγου των εκπαιδευτικών. Ανεξάρτητα από το είδος των δράσεων που επιλέγονται και εφαρμόζονται π.χ. σχεδιασμός και διδασκαλία ή συν-διδασκαλία μαθημάτων, βιωματικά εργαστήρια για μαθητές/μαθήτριες ή/και με γονείς/κηδεμόνες, συμμετοχή των μαθητών/μαθητριών στη λήψη αποφάσεων, δράσεις προώθησης θετικών συμπεριφορών κ.ά., απαραίτητο στοιχείο είναι η συστηματική αξιοποίησή τους για ατομικό και συλλογικό αναστοχασμό και ανατροφοδότηση. Η επαγγελματική μάθηση των εκπαιδευτικών είναι μια συνεχής δυναμική διαδικασία που αποσκοπεί στην αξιοποίηση των ενδιαφερόντων, των ερωτημάτων, των δυσκολιών και των αναγκών που ο/η

εκπαιδευτικός βιώνει στο καθημερινό έργο και στο συγκεκριμένο εργασιακό περιβάλλον, ώστε να μετατρέψει αυτές τις ανοιχτές καταστάσεις σε ευκαιρίες μάθησης. Κέντρο της επιμόρφωσης γίνεται το σχολείο και φορέας επιμόρφωσης το Παιδαγωγικό Ινστιτούτο. Η Επαγγελματική Μάθηση αποτελεί από το 2015 μία από τις βασικές πολιτικές του Υπουργείου Παιδείας, Αθλητισμού και Νεολαίας για τον εκσυγχρονισμό του εκπαιδευτικού μας συστήματος και την αναβάθμιση του ρόλου του/της εκπαιδευτικού ως ενεργού επαγγελματία. Επιδίωξη της πολιτικής για την Επαγγελματική Μάθηση των εκπαιδευτικών είναι η δημιουργία επαγγελματικών κοινοτήτων μάθησης εντός του σχολείου, στοχεύοντας θεσμικά στην αποκέντρωση της Επαγγελματικής Μάθησης των εκπαιδευτικών στην κυπριακή εκπαίδευση.

Ελπίδα Ζαννετίδου, Βοηθός Διευθύντρια Συντονίστρια του Προγράμματος Επαγγελματικής Μάθησης



ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ Κ.Β' - Ενδοσχολικός Εορτασμός 28ης Οκτωβρίου 1940

Το σχολείο μας τίμησε την επέτειο της 28ης Οκτωβρίου 1940 με ενδοσχολικό εορτασμό, την παραμονή της επετείου. Στον εορτασμό παρευρέθηκαν ο Δήμαρχος, ο Πρόεδρος της Σχολικής Εφορείας, ιερείς, μέλη του Συνδέσμου Γονέων και πολλοί γονείς και κηδεμόνες. Η εκδήλωση ξεκίνησε με την είσοδο των σημαίων. Ακολούθησε διαβάστηκε το μήνυμα της Υπουργού Παιδείας, Αθλητισμού και Νεολαίας, κ. Αθηνάς Μιχαηλίδου, από τον ΒΔ του σχολείου μας, Θεόδωρο Αυξεντίου. Στο καλλιτεχνικό πρόγραμμα συμμετείχαν

τα παιδιά της Ε1, Ε2 και Στ3, τα οποία μέσα από τραγούδια, απαγγελίες, θεατρικά δρώμενα και χορευτικά ζωντάνεψαν τις ηρωικές μέρες της έναρξης του ελληνοϊταλικού πολέμου, της επιστράτευσης, των μαχών στο μέτωπο, της θυσίας του έφεδρου ανθυπολοχαγού, τις μαύρες μέρες της γερμανικής κατοχής και τις όμορφες μέρες της Απελευθέρωσης. Η εκδήλωση ολοκληρώθηκε με τον Εθνικό Ύμνο.

Let's Do It Cyprus

Το σχολείο μας συμμετείχε στην ετήσια παγκύπρια εκστρατεία καθαρισμού «Let's

Do It! Cyprus 2023», που διοργάνωσε το περιβαλλοντικό και εθελοντικό δίκτυο Together Cyprus, με τη στήριξη του Γραφείου της Επιτρόπου Περιβάλλοντος, από τις 23 - 29 Οκτωβρίου. Συγκεκριμένα, την Τετάρτη 25 Οκτωβρίου όλα τα παιδιά του σχολείου μας, αφού ενημερώθηκαν πρώτα από τον διευθυντή, κ. Παναγιώτη Παπαμιχαήλ, για τον σκοπό και τη σημασία της εκστρατείας, φόρεσαν τα γάντια τους, πήραν τις σακούλες σκουπιδιών και καθάρισαν τον περιβάλλοντα χώρο του σχολείου, τόσο εντός όσο και εκτός.

Τα παιδιά συνέλεξαν αρκετά σκουπίδια και συνέβαλαν και αυτά στην προσπάθεια απαλλαγής της Κύπρου από τόνους σκουπιδιών, που βρίσκονται στους δρόμους και στο φυσικό περιβάλλον του τόπου μας. Τα ίδια τα παιδιά διαπίστωσαν ότι στον χώρο στάθμευσης της Κλειστής Αίθουσας το σκουπίδι που κυριαρχούσε ήταν τα αποτίγαρα (γόπες), κάτι που σίγουρα πρέπει να μας προβληματίσει όλους. Τα παιδιά μάζωσαν δεκάδες ίσως και εκατοντάδες αποτίγαρα! Λαμβάνοντας υπόψη ότι η Κύπρος τα τε-

λευταία χρόνια είναι από τις πρώτες χώρες στην παραγωγή σκουπιδιών στην Ευρώπη, η συγκεκριμένη δράση βοήθησε τα παιδιά να ευαισθητοποιηθούν αλλά και να συμμετέχουν ενεργά και εθελοντικά στην προστασία και διατήρηση του φυσικού περιβάλλοντος μέσα στο οποίο μεγαλώνουν. Τέτοιες δράσεις σίγουρα μπορούν να πραγματοποιούνται ολόχρονα και στο πλαίσιο οικογενειακών εξορμήσεων! Τα παιδιά έκαναν την αρχή, ας τα ακολουθήσουμε!

Νίκη Κίτα
Εκπαιδευτικός



ΓΥΜΝΑΣΙΟ Με το δεξί στη νέα σχολική χρονιά

Δράσεις Σεπτεμβρίου-Οκτωβρίου 2023:

1. Ευρωπαϊκή Εβδομάδα Αθλητισμού - Be Active:

Στο πλαίσιο της Ευρωπαϊκής Εβδομάδας Αθλητισμού διοργανώθηκαν στο Σχολείο μας διάφορες δράσεις. Συγκεκριμένα, τη Δευτέρα 25 Σεπτεμβρίου, οι μαθητές/τριες της Α' τάξης παρακολούθησαν επίδειξη τεχνικών χειροσφαίρισης που πραγματοποιήθηκε από τον προπονητή Χειροσφαίρισης, κ. Κυριάκο Κυριάκου. Την Τετάρτη 27 Σεπτεμβρίου, μαθητές/τριες και καθηγητές/τριες συμμετείχαν σε ποδηλατική διαδρομή, που πραγματοποιήθηκε στους χώρους του Σχολείου. Τέλος, την Παρασκευή 29 Σεπτεμβρίου, στο πλαίσιο της Ευρωπαϊκής Ημέρας Σχολικού Αθλητισμού, το Γυμνάσιό μας είχε την τιμή να φιλοξενήσει την Παγκόσμια Πρωταθλήτρια Σφυροβολίας, κ. Βαλεντίνα Σάββα, καθώς επίσης και τον προπονητή της, πρωταθλητή Σφυροβολίας, κ. Γιώργο Αρέστη, οι οποίοι μίλησαν στους/στις μαθητές/τριες για τις προσωπικές τους εμπειρίες, καθώς και για τα οφέλη του αθλητισμού. Η μέρα έκλεισε με τη διοργάνωση διαγωνιστικών ασκήσεων με εμπόδια, στις οποίες συμμετείχαν μαθητές/τριες του Σχολείου.

2. Εκδήλωση για την επέτειο της ανακήρυξης της Κυπριακής Δημοκρατίας

Στις 29 Σεπτεμβρίου 2023 το Σχολείο μας τίμησε με ενδοσχολικό εορτασμό την εξηκοστή τρίτη επέ-

τειο της Ανακήρυξης της Κυπριακής Δημοκρατίας. Ένα αφιέρωμα με τίτλο, «Χρυσοπράσινο φύλλο ριγμένο στο πέλαγο», σκιαγράφησε την πορεία του πολύπαθου νησιού μας μέχρι την Ανεξαρτησία του. Μέσα από δραματοποίηση, τραγούδι, χορούς, εικόνα, κείμενα και ποιήματα, μαθητές και καθηγητές είχαν την ευκαιρία να αντιληφθούν τη σημασία της επετείου, η οποία σφράγισε το τέλος της αποικιακής περιόδου στον τόπο μας.

3. Συνάντηση γονέων/κηδεμόνων μαθητών/τριών Α' Γυμνασίου με διδακτικό προσωπικό του Σχολείου

Με ιδιαίτερη χαρά η Διεύθυνση του Γυμνασίου Αθηνού υποδέχθηκε την Πέμπτη 19/10/2023 τους γονείς/κηδεμόνες των μαθητών της Α' τάξης. Η αθρόα προσέλευση των γονέων/κηδεμόνων αποδεικνύει την ανάγκη συνεργασίας του σχολείου και της οικογένειας. Η συνάντηση, που εντάσσεται μέσα στο σχέδιο δράσης για την «Ομαλή μετάβαση από το Δημοτικό στο Γυμνάσιο», είχε ως στόχο την ενημέρωση των γονέων/κηδεμόνων για θέματα που αφορούν στη λειτουργία του Γυμνασίου. Η Διεύθυνση τόνισε την ανάγκη καλλιέργειας θετικού κλίματος, που θα στηρίζεται στον αλληλοσεβασμό και τη συνεργασία με κοινό στόχο την ομαλή μετάβαση των παιδιών.



4. Εορτασμός της Επετείου της 28ης Οκτωβρίου 1940

Στις 27 Οκτωβρίου 2023 τιμήθηκε στο Γυμνάσιο Αθηνού η επέτειος της 28ης Οκτωβρίου 1940. Το Ιστορικό Χρονικό του Ελληνοϊταλικού πολέμου και της Κατοχής στην Ελλάδα αποδόθηκε παραστατικά από τους μαθητές του σχολείου μας, οι οποίοι με την καθοδήγηση των υπεύθυνων καθηγητών, εργάστηκαν με κόπο και όρεξη για τη διεκπεραίωση μιας άρτιας εκδήλωσης.

Σκηνές από το αλβανικό μέτωπο, το βιβλίο "Ο Μεγάλος Περίπατος του Πέτρου", το στρατόπεδο της Καισαριανής, μελωδίες από τραγούδια και χορούς, αλλά και περηφάνια από την τιμητική περιφορά του αγήματος κατέκλυσαν την αίθουσα εκδηλώσεων του σχολείου μας. Η εκδήλωση έκλεισε με το μήνυμα της ειρήνης, η ανάγκη της οποίας καθίσταται ακόμα πιο επιτακτική, σε μια εποχή όπου η τρομοκρατία και οι αιματηροί πόλεμοι συνεχίζονται.

Παράλληλα, στο πλαίσιο των εκδηλώσεων για τον εορτασμό της 28ης Οκτωβρίου 1940, μαθητές και μαθήτριες του σχολείου μας παρέστησαν στη δοξολογία και έλαβαν μέρος στην παρέλαση με τη συνοδεία και καθοδήγηση της κ. Γεωργίας Καλλή, Καθηγήτριας Μουσικής και του κ. Χάρη Αντωνιάδη, Καθηγητή Φυσικής Αγωγής. Τον πανηγυρικό της ημέρας εκφώνησε η Φιλόλογος του σχολείου μας, κ. Χρυστάλλα Κίτα.

Αναστασία Γιάγκου, Φιλόλογος
Δέσπω Λιάση, Φιλόλογος



Νηπιαγωγείο & Βρεφοπαιδοκομικός Σταθμός Ηλιαχτίδες Μάθησης

Καινούργια σχολική χρονιά!

Ανοίγουν οι πόρτες της Προδημοτικής μας τάξης! Η έγκαιρη ένταξη των παιδιών στην Προδημοτική Εκπαίδευση συνεισφέρει τα μέγιστα στην εξε-

λικτική ανάπτυξή τους σε όλους τους τομείς. Γνωστικό, συναισθηματικό, κοινωνικό, ηθικοθρησκευτικό, ψυχοκινητικό και αισθητικό, καθώς και στην απόκτηση δεξιοτήτων ζωής, ορθών στάσεων, αρχών και αξιών.

«Το μυαλό δεν είναι ένα δοχείο που πρέπει να γεμίσει, αλλά μια φωτιά που πρέπει ν' ανάψει». (Πλούταρχος, αρχαίος Έλληνας ιστορικός και φιλόσοφος)
Μέσα από τις παιδοκεντρικές μεθόδους διδασκαλίας που υιο-

θετούμε, το παιδί ως επίκεντρο μαθαίνει μέσα από τα βιώματα και τις εμπειρίες που του προσφέρονται.

Χρυστάλλα Κεπόλα
Διευθύντρια



ΑΘΗΝΟΥ και ΠΟΙΗΣΗ

Γράφει ο Δρ. Λώρης Μεστάνας

Η Αθηνού είναι μια εξαιρετική πόλη που περιλαμβάνει σημαντική συμμετοχή σε οργανισμούς και εγκαταστάσεις που βοηθούν όλους τους πολίτες της, μικρούς και μεγάλους. Διαθέτει θετικά δραστήριο Δήμο, εξαιρετικές εκπαιδευτικές και πολιτιστικές εγκαταστάσεις και πολλαπλές καλλιτεχνικές προσπάθειες. Οι καλλιτεχνικές εκφράσεις αντικατοπτρίζουν τον βαθμό στον οποίο ο δήμος είναι πολιτισμένος. Ένα από αυτά είναι η ποίηση και η λογοτεχνία. Σ' αυτό το άρθρο παρουσιάζω τρεις από τους Αθηναίτες με τους οποίους μεγάλωσα: τον Φειδία Μεστάνα, τον αδερφό μου, που δημοσίευσε ένα βιβλίο με βαθύ φιλοσοφικό ύφος, τον Αντώνη Λυτρίδη, που γράφει για γεγονότα με θετική διάθεση και με στυλ συνέτο και τον Κύρο Λυτρίδη, που επικεντρώνεται στα τσιτιστά με χαρούμενο και αστείο τόνο.

Η Πόλις του Καθενός

Όποιος ψάχνει την πόλη θα την βρει
Ανότος είναι αυτός που πιστεύει
ότι όλα εδώ τελειώνουν
Γιατί όλα δείχνουν πως υπάρχει μια πόλις
Ανύπαρκτη μεν υπαρκτή δε

Όποιος πιστέψει σ' αυτή την πόλη θα την βρει.
Όποιος όχι, τότε για πάντα θα σβήσει
στο ίδιο του το κρανίο η πόλις
Την ίδια πόλη που έζησες εδώ
του Καβάφη η πόλις, πόλις του καθενός
μες το κρανίο θα σ' ακολουθεί

Φειδίας Μεστάνας

Ο Παλιός ο Χρόνος

Ο παλιός μας φεύγει τώρα ο χρόνος
Και ο καινούργιος όλος πια μεράκι
Σαν καθάριο και άδολο ρυάκι
Διώχνει απ' την ψυχή τον κάθε πόνο.

Σβήνει ο ήλιος τώρα επιμόνωσ
Και με βουρκωμένο το ένα μάτι
Την ημέρα ετούτη πού είναι φευγάτη
Μας την παίρνει ομαλά από τον ώμο.

Έρχεται με φως πολύ και ατλάζι
Του Καινούργιου χρόνου τώρα η μέρα
Και όλα τα κακά τα κάνει πέρα.

Με αστράφτουσα χρυσή στο χέρι βέρα
Ο καινούργιος χρόνος μας ομοιάζει
Και χαρές πολλές και γέλια τάζει.

Αντώνης Λυτρίδης

ΤΣΙΑΤΤΙΣΤΑ ΤΗΣ ΚΥΠΡΟΥ

1 Εψές επήα έσσω της
τζιήμουνα μοναχός μου
τζιαγγάλιασα τον γάδαρον
που τον σιασαρισμό μου.

Αρκίνεψεν πορτόκλωτσους
χαζιρην να με σπάσει
που ν' άδωσεν ο Πλάστης μου
οι σιύλλοι να τον φάσιν.

2 Τούντα τραούδκια που λαλείς
λαλούντα τα μαντούδκια
που κάμνουν παλιοτήανα
τζαι παλιοταμπουκκούδκια.

3 Έλα τζαι πέμου κόρη μου
ίντα που σου εκάμαν
τζιαπισάστα πρωί πρωί
τζαι πής στον Ακάμα.

Κύρος & Αντώνης Λυτρίδης

ΤΟ 5^{ΟΝ} ΦΕΣΤΙΒΑΛ ΑΘΗΝΙΤΙΚΩΝ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ

Ω Παναΐα Δέσποινα
με τον Μονογενή σου
έλα τζαι σου βοήθαμε
δώσμου τη φώτισή σου.

Για να συντάξω τσιτιστό
πον της παράδοσης πιστό
ωραίων τζαι ζωγραφιστό
να το διαλαλήσω,

Σ' ούλλους τους εβρισκόμενους
τζαι 'πίσημους τζι' εκώμενους
να σας καλησπερίσω.

Τα πέντε μας τα Φεστιβάλ
σε χώρον που είναι οβάλ
πάρκον στην Αθηνού
της Τζιύπρου το καλλύπτερον
χέμα τζαι το μιαλλύπτερον
που τ' άλλα εν που ένουν.

Της Γεωργίας Υπουργός
π' ο τζιύρης του 'τον γεωργός
ο Πέτρος Ξενοφώντος,
λύει πολλά προβλήματα
έτσι τον βλέπω, όντως.

Ο Δήμαρχος ο Καρεκλάς
πάνω του πρέπει να δεικλάς
που πάντα σε χουμίζει
βοήθειαν άμα ζητά

γιατί μπροστά πάντα κοιτά
δώστου την τζαι τ' αξίζει.

Πολλά 'ναι τα εδέσματα
ελάτε δοκιμάστε
αν σας αρέσουν, ύστερις
ξοθκιάστε τζαι 'γοράστε.

Εδέσματα διάφορα
μέσα σε τούντον χώρο
τζαι φάε φάε γέμωσα
τζαι άλλα εν ιμπόρω.

Γοράστ' Αθηνίτικα
με τέχνη καμωμένα
τζαι θα τ' απολαμβάνετε
ακούστε με τζαι μέναν.

Ο μήνας εν Οκτώβριος
τζαι έσει δεκαπέντε
σε λίον αποχώρησα
σχεδόν σαρανταπέντε.

Αλόπως ένα ρύσα
τα σιέρκα μου εν κρύα
τούντη γρονιά που έχουμε
θκυό σιπλλιές κοστρία.

Την ώραν που ννα φύτετε
τον χώρον σιαφρετάτε
εύχουμε με ασφάλεια
στα σπίθκια σας να πάτε.
Τζαι πόψε η Χριστιάνα μας
έθθα σας ιξιάσει
θα 'ναι συνέχεια δαμαί
να σας διασκεδάσει.

Κύρος Λυτρίδης

Θεατρικόν Έργον (Μανταλένα)

Καλησπερίζω ούλλους σας
ξένους τζαι χωρκανούς μας
τους εκλεκτούς επίσημους
του Θ.Θ.Κ. τους κριτικούς μας.

Απόψε τούντο θέατρον
δεν μοιάζει με κανένα
πρέπει ναν' το καλλύπτερο έργον,
η Μανταλένα.

Ούλλοι δαμαί θα νοιώσετε
χαράν αμμά τζαι λύπην
έσει τζαι χιούμορ κάμποσον
τίποτε εν του λείπει.

Στο έργον τούτον έπαιξεν
Αλίκη Βουγιουκλάκη
Δημήτρης Παπαμιχαήλ
με τέχνην τζαι μεράκι.

Τα σκηνικά που βλέπετε
με θάλασσαν, λαλώ σας
ελάτε να μπλέξουμεν
τζαι βάρτε τα μαγιό σας.

Του Κυριάκου σκηνικά
Πού' νε ταλέντο μιάλο
τζι' είναι τζιο σκηνοθέτης μας
εφτζές εννά του βάλω.

Εν να τελειώσω ως δαμαί
άλλον εν σας κουράζω
πάντως ένα να ξέρετε
εγιώνι τον θαυμάζω.

Στον Δήμαρχον τον Καρεκλάν
κάτι πρέπει να πούμεν
που πάντοτε μας βοηθά
πολλά ευκαριστούμεν.

Το κινητό σας κλείστε το
έν πρέπει να δουλεύκει
γιατί τωρά το θέατρο
με σεβασμόν αρκέφκει.

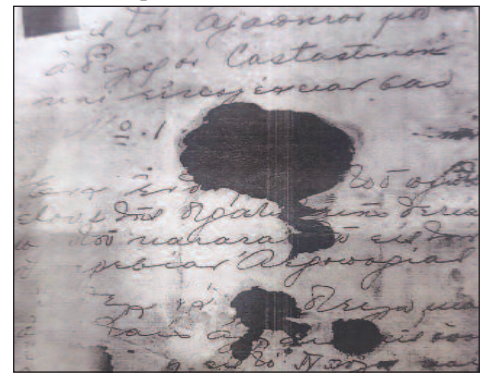
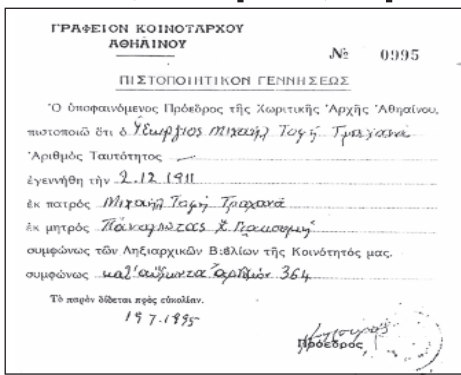
Κύρος Λυτρίδης



Γεώργιος Μιχαήλ Καφατάρης, Κορυφαίο Στέλεχος της Αμερικανικής Πολεμικής Αεροπορίας στα μέσα του 20^{ου} αιώνα

Ας αφύσσουμε το νήμα της βιογραφίας του Γεωργίου Μιχαήλ Καφατάρη, μιας εμβληματικής, ηγετικής, χαρισματικής, ξεχωριστής φυσιογνωμίας, να ξετυλιχτεί με τη σημαντική συνεισφορά του αδελφότεχνου του, (ανιψιού του) Λούκα Μιχαηλίδη, γιου του αδελφού του, Κώστα Μιχαηλίδη Καφατάρη. Μέσα από τη συνέντευξη, την οποία ευγενώς παρέιχε ο Λούκας Μιχαηλίδης, ήρθαν στο φως στοιχεία από την πολυτάραχη ζωή του Γεωργίου Μιχαήλ Καφατάρη, του σημαντικού ανθρώπου, στον οποίο απευθύνεται το παρόν αφιέρωμα. Στόχος μας είναι να αποκτήσουμε μια σφαιρική, συνολική αντίληψη για τη ζωή και το έργο του.

Ο Λούκας (συννευξιαζόμενος) από το 1980 διαμένει στην Αδελαΐδα στην Αυστραλία, αλλά επισκέπτεται συχνά την Κύπρο, την οποία λατρεύει κι επιθυμεί να την δει απελευθερωμένη και με νοσταλγία περνάει αρκετό από τον χρόνο του στην Αθηνά και στην Αραδίππου, όπου διαμένουν προσφιλή και οικεία του πρόσωπα. Είναι γιος του Κώστα Μιχαηλίδη Καφατάρη (Ράφτη) από την Αθηνά και της Ευανθίας, το γένος Στυλλή Παναή Ερμιλίκκη από το Αβδελλέρο και το γένος Ελένης Νεοκλέους από την Αθηνά, της οποίας αδελφία ήταν ο Γεώργιος, ο Σπύρος, ο Γρηγόρης και η Παρασκευή Νεοκλέους. Οι γονείς του κατοίκησαν στην Αραδίππου και έτσι, ο Λούκας γεννήθηκε το 1952 στην Αραδίππου και έζησε μέχρι τις σπουδές του στην Ελλάδα. Εξασφάλισε στην Πάτρα πτυχίο εκτελωνιστή κι εργάστηκε στο δημόσιο ως τελωνειακός. Με πρόσκληση ενός θείου του, αδελφού της μητέρας του, μετανάστευσε σε ηλικία 28 ετών στην Αυστραλία, όπου αρχικά, δίδαξε την ελληνική γλώσσα στα ελληνικά απογευματινά σχολεία της παροικίας. Στη συνέχεια, δημιούργησε δική του επιχείρηση στον τομέα της εστίασης και ακολούθως, δραστηριοποιήθηκε με επιτυχία στον τομέα της ηλεκτρονικής τεχνολογίας. Είναι ντυφευμένος με την ελλαδική καταγωγή Θεοδώρα Ζάχου κι έχουν αποκτήσει δύο δίδυμες κόρες και έξι εγγόνια. Στην Αδελαΐδα, σήμερα, διαβιούν τρεις χιλιάδες Αραδιπιώτες και μερικές δεκάδες Αθηνίτες, ενώ άλλοι χίλιοι Αραδιπιώτες διαμένουν σε άλλες πόλεις της Αυστραλίας. Ο Λούκας έχει να επιδείξει πολύ σημαντική δραστηριοποίηση στα κοινά, έντονη αποτελεσματική δράση και σπουδαίο έργο, που αφορά την Ελληνική και Κυπριακή παροικία στη μακρινή Αυστραλία. Το αφιέρωμα στον Γεώργιο Μιχαήλ Καφατάρη στην παρούσα έκδοση της τοπικής εφημερίδας καταβάλλει κάθε δυνατή προσπάθεια, να ρίξει φως στον πολυτάραχο βίο, τη σημαντική συμβολή και την πολύτιμη προσφορά του στον στρατό της



χώρας υποδοχής, στην Αμερική. Μια ζωή που μοιάζει με κινηματογραφική ταινία, μια ζωή γεμάτη μυστήριο στην αχανή ήπειρο. Ένας απόδημος Αθηνίτης που έγραψε ιστορία τον 20ο αιώνα με τη ζωή του, μια ισχυρή, ηγετική, κορυφαία φυσιογνωμία της CIA, ένα ξεχωριστό πρόσωπο του αμερικανικού στρατού, του οποίου ένα δίχτυ μυστηρίου καλύπτει τα βήματά του στην πανίσχυρη Αμερική.

Ο Γεώργιος Μιχαήλ προέρχεται από το γένος Καφατάρη Τραχανά και γεννήθηκε το 1911. Γονείς του ήταν η Παναγιώτα και ο Μιχαήλ Καφατάρης και τα αδελφία του ο Γεωργίου Μιχαήλ Καφατάρης, ο Παύλος Μιχαήλ Καφατάρης και ο Κώστας Μιχαήλ Καφατάρης. Ο Γεώργιος Μιχαήλ ήταν ο δεύτερος γιος στη σειρά. Σε ηλικία μόλις δεκαεξί χρονών μετανάστευσε στην Αμερική με προορισμό τη Νέα Υόρκη, προσδοκώντας μια καλύτερη ζωή.

Σύμφωνα με μαρτυρίες Αθηνιτών, οι οποίοι έζησαν στη Νέα Υόρκη, από στοιχεία που ανέφερε ο αδελφός του και πατέρας του Λούκα Μιχαήλ, καθώς κι από πληροφορίες που συνέλεγε η Ρίτα Καφατάρη από επαναπαρισθέντες συνδημιότες μας, ο Γεώργιος Μιχαήλ πήγε στρατό στην Αμερική και ακολούθως μεταπήδησε στην Αμερικανική Πολεμική Αεροπορία.

Αξιοσημείωτο είναι το γεγονός ότι το 1944, στον Β' Παγκόσμιο Πόλεμο, κατέφτασε με πολεμικό αεροπλάνο στη Λάρνακα για τρεις μόνο ημέρες. Στο σύντομο αυτό διάστημα συνάντησε με συγκίνηση και νοσταλγία τα αδελφία του, τους οικίες όπου διέμεναν. Στη Λάρνακα φιλοξενήθηκε από την οικογένεια Λευκαρίτη. Από δύο μαρτυρίες, μία μαρτυρία από την οικιακή βοηθό που εργαζόταν στην οικία Λευκαρίτη, καθώς και από μια δεύτερη μαρτυρία, του πατέρα του Λούκα, στο σπίτι όπου φιλοξενήτο ο Γεώργιος πραγματοποιήθηκαν συζητήσεις με θέματα στρατιωτικής φύσεως. Έφυγε στη Νέα Υόρκη κι από τότε δεν είχε καμιά άλλη επαφή κι επικοινωνία με τα αδελφία του. Δε έκανε καμία προσπάθεια να κρατήσει επαφή με τα συγγενικά, οικεία και προ-

σφιλή του άτομα. Το σημαντικό που έμαθαν είναι ότι στη συνέχεια έγινε μεγαλόσχημος και υψηλόβαθμος στη CIA και απέκτησε πολλά γαλόνια και περγαμινές στην πολεμική αμερικανική αεροπορία. Στα αδελφία του παρέμεινε μονάχα το φωτογραφικό υλικό, το οποίο εμπλουτίζει και διανθίζει το κείμενο.

Ένας Αθηνίτης που ζούσε στην Αμερική ανέφερε ότι ο Γεώργιος είχε ως κόμπι του να τρέχει με υπερβολική ταχύτητα με το αυτοκίνητο και μια φορά που ήταν μαζί του στο αυτοκίνητο, τούς σταμάτησε ένας σερίφης. Ενώ ο συνοδηγός φοβισμένος ψιθύρισε «και τώρα τη βιάσαμε» ο Γεώργιος κατέβασε ατάραχος το τζαμί του αυτοκινήτου και έδειξε στον σερίφη μια κάρτα. Τότε, ο σερίφης χαίρετοσε κι έφυγε αμέσως.

Αδιαμφισβήτητα, ο Γεώργιος Μιχαήλ αποτελεί ένα γιγαντιαίο φαινόμενο, κατάφερε να σπουδάσει πιλότος, φεύγοντας σε πολύ νεαρή ηλικία από την Κύπρο. Επίσης, ήταν πολυμαθής και πολύγλωσσος, μιλούσε άπαιστα έξι γλώσσες και διέθετε έναν τέλειο καλλιγραφικό χαρακτήρα τόσο στην ελληνική όσο και στις άλλες γλώσσες. Επιπρόσθετα, ο λόγος του ήταν συγκροτημένος και η σύνταξη της γραπτής έκφρασής του σε πολύ υψηλό επίπεδο.

Ο αδελφός του Γεωργίου Μιχαήλ Καφατάρη, ο Κώστας, στα τελευταία χρόνια της ζωής του επιθυμούσε διακαώς να ξαναδεί τον αδελφό του πριν να κλείσει για πάντα τα μάτια του. Δεν μπορούσε να αποδεχθεί πως μόνο το 1944 είδε για λίγο τον αδελφό του. Έτσι, ο γιος του, Λούκας Μιχαηλίδης αποφάσισε να οκαλίσει τη ζωή του θείου του και να περισυλλέξει πληροφορίες, στοιχεία και μαρτυρίες. Στην προσπάθειά του αυτή, επιχείρησε αρκετές φορές να δει τα αρχεία των αξιωματικών του Αμερικανικού στρατού, αλλά δεν του επέτρεψαν να μάθει περισσότερα. Το 2015 αποστάθηκε στην Αμερικανική Πρεσβεία, αλλά και πάλι αρνήθηκαν προτρέποντάς τον να μεταβεί στη Νέα Υόρκη και να αναθέσει σε κάποιο ειδικό ερευνητή να ξετυλίξει το νήμα της μυστηριώδους και άγνωστης ζωής του Γεωργίου Μιχαήλ. Μέχρι

και σήμερα, κανείς δεν γνωρίζει ποτέ απεβίωσε και πού θάφτηκε. Το μόνο που γνωρίζουν τα συγγενικά του πρόσωπα, είναι ότι ντυφεύθηκε την Κίζελα, γαλλικής καταγωγής.

Τα λιγοστά στοιχεία, οι ελάχιστες πληροφορίες για τη ζωή, την εργασία, τις αρμοδιότητες, τα καθήκοντα, το έργο και τον ρόλο που διαδραμάτισε ο Γεώργιος στην ατέρμονη ήπειρο της Αμερικής κάνει να φαντάζει στη σκέψη και στη φαντασία μας σαν ένας πρωταγωνιστής μιας πολεμικής ταινίας, σαν ένας ήρωας ενός δραματικού μυθιστορήματος. Πώς κατάφερε να σπουδάσει, να γίνει όχι μόνο δεκτός αλλά και υψηλόβαθμος ένας Ελληνοκύπριος στην Πολεμική Αεροπορία; Πώς κατάφερε να τον εμπιστευτεί η Αμερικανική κυβέρνηση σε ένα τόσο καίριο πόστο; Πώς κατάφερε να διακριθεί στην τεράστια απεραντισμένη της Αμερικής, ανάμεσα σε ένα πληθυσμό εκατομμυρίων ανθρώπων;

Καταληκτικά, το ακατόρθωτο με τον Γεώργιο Μιχαήλ Καφατάρη έγινε κατορθωτό και μάλιστα σε μια δύσκολη για την ανθρωπότητα περίοδο, στα μέσα του 20ου αιώνα όπου κοσμογονικές αλλαγές πραγματοποιήθηκαν στα πεδία των μαχών του Β' παγκόσμιου πολέμου, που ταρακούνησαν συθέμελα σχεδόν όλα τα κράτη της υψηλίου. Ανανύρρητα, ο Γεώργιος Μιχαήλ Καφατάρη είχε όραμα και ικανότητες και η όλη πορεία του τον οδήγησε στην επιτυχία και στα υψηλά δώματα της στρατιωτικής ιεραρχίας στις ΗΠΑ.

Θερμές ευχαριστίες στον κ. Δημήτρη Φιάκκου και στη σύζυγό του κ. Γεωργία Καφατάρη Φιάκκου, οι οποίοι έφεραν σε επαφή τον κ. Λούκα Μιχαηλίδη με τη δημοτική σύμβουλο, υπεύθυνη των αποδήμων, κ. Μάρω Παπούλη, καθώς και με την υποφαινόμενη. Μέσω του παρόντος άρθρου, παρακαλούμε οποιοσδήποτε γνωρίζει περαιτέρω πληροφορίες για τον Γεώργιο Μιχαήλ Καφατάρη να επικοινωνήσει με τον απόδημο ανιψιό του, Λούκα Μιχαηλίδη, στο τηλέφωνο επικοινωνίας 00 61 423 765 227.

Δρ. Δέσποινα Ζαννιτίδου-Πουγεράση
Επιθεωρήτρια Δημοτικής Εκπαίδευσης

ΔΗΚΟ - ΓΟΔΗΚ - ΝΕΔΗΚ

Εκλογές στην Κομματική Πυραμίδα του Δημοκρατικού Κόμματος

Μέσα σε κλίμα δημοκρατικότητας και ατομικής και συλλογικής ευθύνης διεξήχθησαν στις 9 Ιουλίου 2023 οι εκλογές στην κομματική πυραμίδα του Δημοκρατικού Κόμματος. Μια μεγάλη καινοτομία στην εσωκομματική αυτή αναμέτρηση, ήταν το δικαίωμα ψήφου που ασκήθηκε στο ιδιόκτητο κτήριο του Δημοκρατικού Κόμματος στην Αθηνά. Επομένως, υπήρξε αποφυγή ταλαιπωρίας και μετακίνησης των μελών προς τα μεγάλα εκλογικά κέντρα των πόλεων.

Ειλικρινή συγχαρητήρια σε όλους όσους συμμετείχαν στα ψηφοδέλτια για τις εσωκομματικές αναμετρήσεις, ασχέτως αν εξασφάλισαν τη θέση την οποία διεκδικούσαν. Κανένας δεν περισσεύει, όλοι είναι απαραίτητοι και χρήσιμοι για την κοινή προσπάθεια, που στοχεύει στην ποιότητα ζωής των πολιτών και ταυτόχρονα, στη δημιουργία μιας καλύτερης σύγχρονης κοινωνίας.

Ζητήματα που προτάσσονται επιτακτικά προς



επίλυση είναι πρωτίστως, το εθνικό ζήτημα με την απελευθέρωση και επανένωση του νησιού μας, η σταθερότητα και η ασφάλεια στη Μέση Ανατολή, η μείωση της ανεργίας, η ενδυνάμωση της οικονομίας, η μείωση του πληθωρισμού, η επίλυση περιβαλλοντικών προβλημάτων, όπως η ρύπανση και η κλιματική αλλαγή, η απάμβλυνση του μεταναστευτικού, η αναβάθμιση του γενικού συστήματος υγείας, το κυκλοφοριακό και ο υποσκελισμός των διαχρονικών αξιών και ιδανικών, ώστε να



δώσουμε ξανά την ελπίδα στη νέα γενιά. Θερμές ευχαριστίες στους προέδρους και στα μέλη των τοπικών επιτροπών ΔΗΚΟ, ΓΟΔΗΚ, ΝΕΔΗΚ, στα μέλη της επιτροπής ΔΗΚΟ Τρούλων για την εποικοδομητική και αποτελεσματική συμβολή τους, ώστε να υλοποιηθούν με άψογο, δημοκρατικό τρόπο οι εκλογές, καθώς και στους νέους και τις νέες για την τεχνολογική υποστήριξη που παρείχαν.

Γενική Εκλογική Συνέλευση

Στο κατάμεστο οίκημα του ΔΗΚΟ πραγματο-

ποιήθηκε την Παρασκευή 20 Οκτωβρίου 2023 η Γενική Εκλογική Συνέλευση για την εκλογή νέας Τοπικής Επιτροπής, με θητεία, που διαρκεί 5 χρόνια. Η Επιτροπή καταρτίστηκε σε σώμα με Πρόεδρο τον κ. Γιαννάκη Μιχαηλίδη και Αντιπρόεδρο τον κ. Μιχάλη Χαράκτα, Γραμματέα, Οργανωτικό Γραμματέα, Ταμία και μέλη. Στη Γενική Εκλογική Συνέλευση παρευρέθηκε ο Δήμαρχος Αθηνών, κ. Κυριάκος Καρεκλάς, ο Πρόεδρος του ΔΗΚΟ Λάρνακας, κ. Νίκος Σκεπαρνίδης, ο Εκπρόσωπος Τύπου του ΔΗΚΟ, κ. Θεόδωρος Μανιταράς και μέλη της Επαρχιακής Επιτροπής Λάρνακας. Χαιρετισμούς απύθηναν ο Πρόεδρος του ΔΗΚΟ Λάρνακας, ο Πρόεδρος του ΔΗΚΟ Αθηνών και την ταμειακή έκθεση ανέλυσε ο Ταμίας, κ. Πέτρος Σάμμιους. Η νέα Επιτροπή με υπευθυνότητα θα καταβάλει κάθε δυνατή προσπάθεια για τη συνεχή πρόοδο του δήμου και για την ευημερία των πολιτών.

Τοπική Επιτροπή ΔΗΚΟ

ΖΩΡΠΑΣ

ΧΡΟΝΙΑ
ΠΟΛΛΑ!

@zorbascy
zorbascy.com.cy



Συμμετοχή του Δήμου Αθηνών στην 6η συνάντηση του Ευρωπαϊκού Προγράμματος LocalEUCharter στο Αμαράντε



Οι Δημοτικοί Σύμβουλοι Δέσποινα Παστού και Δρ. Αντρέας Χατζηκυπριανού, μαζί με την εθελόντρια του Δήμου Αθηνών Χρύσω Παπαϊωάννου, εκπροσώπησαν τον Δήμο Αθηνών στην 6η συνάντηση του Ευρωπαϊκού Προγράμματος Local EU Charter, στο πλαίσιο του CERV-2021-CITIZENS-TOWN για τα Δίκτυα Πόλεων. Οι εργασίες έλαβαν χώρα στο Αμαράντε της Πορτογαλίας από τις 26 μέχρι τις 29 Σεπτεμβρίου.

Στόχος του προγράμματος είναι η βελτίωση της τοπικής διακυβέρνησης των συμμετεχόντων

ευρωπαϊκών φορέων, καθώς και η ενίσχυση του ρόλου των τοπικών δημόσιων διοικήσεων στην ενοποίηση της σύγχρονης Ευρώπης και στον ρόλο τους να είναι κοντά στους πολίτες τους.

Στο πλαίσιο του έργου θα υλοποιηθούν συνολικά 8 ευρωπαϊκές συναντήσεις (μία για κάθε εταίρο του έργου) που στοχεύουν να περιλάβουν άμεσα περισσότερους από 400 συμμετέχοντες και έμμεσα περισσότερους από 25.000 ανθρώπους.

Κύρια ομάδα-στόχος του LocalEUCharter είναι οι συμμετέχοντες φορείς να αναπτύξουν πολιτικές και δράσεις που να ενισχύουν τη δημοκρατικότητα, την ισότητα, την εξάλειψη των διακρίσεων και τη σφαιρική ενημέρωση.

Ο Δήμος Αθηνών επιδιώκει μέσα από την ενεργή συμμετοχή του σε αυτά τα προγράμματα να υιοθετήσει καλές πρακτικές που ενισχύουν τη δημοκρατία, τη διαφάνεια και τη χρηστή διοίκηση.

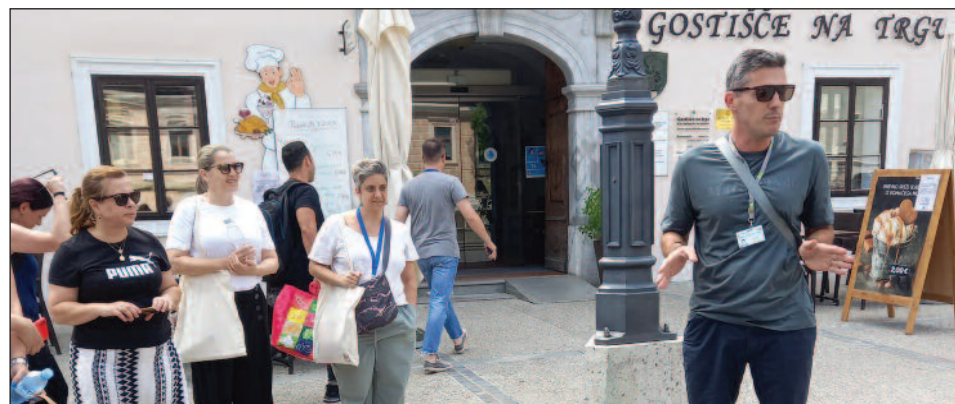
Δέσποινα Παστού Μαγγανή



Funded by the European Union



Ευρωπαϊκό Πρόγραμμα UPARTICIPATE: Civic Participation for non-EU immigrants



Στις 12 - 15 Ιουλίου 2023 πραγματοποιήθηκε η 5η συνάντηση του Ευρωπαϊκού Προγράμματος UPARTICIPATE: Civic Participation for non-EU immigrants, στην πόλη Novo Mesto της Σλοβενίας. Το Νόβο Μέστο είναι μια καταπράσινη, πανέμορφη πόλη κτισμένη στις όχθες του ποταμού Κόρκα με πληθυσμό 37.000 κατοίκων στη νότια Σλοβενία. Ο Δήμος μας, ο οποίος συμμετέχει ως εταίρος, εκπροσωπήθηκε από τις Ελπίδα Ζαννετίδου-Ηλία, Αντρούλα Σάββα και Μαρία Χατζηχάρου.

Στο Ευρωπαϊκό αυτό Πρόγραμμα, εκτός από τον Δήμο Αθηνών, συμμετέχουν ο Δήμος MANISES της Ισπανίας, ο Δήμος OPCINA KALNIK της Κροατίας, ο οργανισμός Balkan Agency for Sustainable Development, που αντιπροσωπεύει τον Δήμο Tran της Βουλγαρίας, ο οργανισμός Voluntary Association for Developing Voluntary Work Novo Mesto της Σλοβενίας, ο οργανισμός Asociatia scout society της πόλης Targu jiu της Ρουμανίας και η Mozaika platform for the promotion of Jewish culture του Δήμου Barcelona της Ισπανίας. Επικεφαλής του Προγράμματος είναι ο Δήμος Manises της Ισπανίας.

Το θέμα της συνάντησης καταπιανόταν με τα προβλήματα που αντιμετωπίζουν οι πρόσφυγες, φτάνοντας σε μια ξένη χώρα και την υποστήριξη των εθελοντών/εθελοντριών στην αντιμετώπιση αυτών των προβλημάτων. Κατά τη διάρκεια της πρώτης μέρας καλωσόρισαν τους Εταίρους η πρόεδρος του Οργανισμού DRPD Novo Mesto, κ. Branka Bukovec και στη συνέχεια, ο αναπληρωτής Δήμαρχος του Novo Mesto, κ. Sara Tomšic. Οι συναντήσεις πραγματοποιήθηκαν στο Μουσείο Ντολέντζοκα.

Ο καθηγητής του Nova Gorica University, Dr June Gombac, παρου-

σίασε τα αποτελέσματα μιας έρευνας στην κοινωνική αγορά εργασίας και στην ενσωμάτωση των αιτιών ασύλου και των προσφύγων σε τοπικό επίπεδο στη Σλοβενία. Συμπεριληπτικά, ανέφερε, ότι η μετανάστευση είναι ένα φαινόμενο που έχει πάρει τεράστιες διαστάσεις στις μέρες μας, καθώς άνθρωποι, οι οποίοι κατοικούν σε φτωχές και υπό ανάπτυξη χώρες προσδοκώντας μια ποιοτικότερη ζωή, κατευθύνονται προς τις εξελιγμένες χώρες της Δύσης. Η Σλοβενία που συνορεύει με την Κροατία, την Ουγγαρία, την Αυστρία και την Ιταλία βρίσκεται στην πορεία που ακολουθούν πολλοί μετανάστες, προκειμένου να φτάσουν στη Βόρεια και Δυτική Ευρώπη. Η Σλοβενία δέχεται επίσης πολλούς μετανάστες από τη Βοσνία, την Ερζεγοβίνη και την Ουκρανία.

Ασφαλώς, η κοινωνική ένταξη και η ενσωμάτωση των προσφύγων στην αγορά εργασίας του κράτους υποδοχής συμβάλλει στην αποκατάσταση της ανθρώπινης αξιοπρέπειάς τους. Πρωταρχικό όμως βήμα για την ενσωμάτωσή τους είναι η εκμάθηση της γλώσσας υποδοχής. Οι γλωσσικές δεξιότητες είναι ο βασικός παράγοντας που θέτει τις βάσεις, για να ξεκινήσει μια ζωή, όπως η φοίτηση των παιδιών στο σχολείο, η αναζήτηση εργασίας, η αλληλεπίδραση με τα μέλη των κοινοτήτων υποδοχής και η πρόσβαση στις δημόσιες υπηρεσίες.

Αναμφίβολα, οι πρόσφυγες έχουν να αντιμετωπίσουν ένα αβέβαιο νομικό πλαίσιο και εργασιακό καθεστώς, τη φτώχεια, τη στέγαση κ.ά. Γίνονται θύματα άδικων ρατσιστικών συμπεριφορών, λόγω των διακρίσεων και των προκαταλήψεων, που αποτελούν μέρος μιας κοινωνίας, που έχει ως βάση τον τοπικό πολιτισμό και τη θρησκεία. Αυτό το βιώνουν έντονα τα παιδιά στα σχολεία, με αποτέλεσμα να μπλέ-

κονται σε συγκρούσεις. Μεγάλο πρόβλημα που αντιμετωπίζουν τα παιδιά μεταναστών είναι οι πολλές ώρες εκμάθησης της Σλοβενικής γλώσσας εκτός των ωρών του σχολείου, γεγονός που τα κουράζει και τα κάνει αντιδραστικά. Οι γυναίκες πρόσφυγες έχουν να αντιμετωπίσουν πιο έντονα την ανεργία, γιατί δεν μπορούν να βρουν εργασία, λόγω έλλειψης γνώσεων και δεξιοτήτων και επίσης, οι περισσότερες γυναίκες πρόσφυγες είναι μουσουλμάνες. Το μέλλον των αιτιών ασύλου είναι αβέβαιο, περιμένοντας μια θετική απάντηση από τις Αρχές, φοβούμενοι ακόμη και την απέλασή τους. Δεν τους επιτρέπεται η εργασία για τρεις μήνες και επειδή είναι αδύνατο να ζήσουν με επίδομα δεκαοκτώ ευρώ τον μήνα, εργάζονται παράνομα, με κίνδυνο να τιμωρηθούν από τις Αρχές ή να απελαθούν. Δουλεύουν πολλές ώρες εργασίας, χωρίς να αμείβονται ικανοποιητικά. Ενώ είναι υποχρεωμένοι να πληρώνουν τις κοινωνικές τους εισφορές προς το κράτος υποδοχής, δεν το πράττουν και έτσι δεν είναι ασφαλισμένοι για την περίθαλψή τους. Επιπρόσθετα, το συμφωνητικό έγγραφο για την εργασία τους είναι αβέβαιο και μπορούν να απολυθούν ανά πάσα στιγμή, με τις οποιεσδήποτε αρνητικές συνέπειες. Επίσης, οι αιτητές ασύλου παραπονιούνται για χαμηλούς μισθούς, συγκρίνοντας τους με αυτούς της Γερμανίας, της Σουηδίας και της Αγγλίας. Υπάρχουν πολλές διαφορετικές περιπτώσεις μεταναστών στη Σλοβενία, όπως μετανάστες με διαφορετικές ηλικίες, άνθρωποι που έρχονται από ασφαλείς χώρες, μετανάστες με σοβαρά ιατρικά προβλήματα, με ανεπάρκεια στη γλώσσα, ναρκομανείς και εθισμένοι στις ουσίες κτλ. Στη συνέχεια, εκπρόσωπος της κυβέρνησης παρέθεσε τα μέτρα που λαμβάνει η κυβέρνηση της Σλοβενίας σε κρατικό επίπεδο για την αντιμετώπιση του μεταναστευτικού προβλήματος.

Μετά το γεύμα συνεχίστηκαν και το απόγευμα οι προγραμματισμένες διαλέξεις. Φοιτητές εθελοντές παρουσίασαν την έρευνά του και ανέλυσε με ποιο τρόπο η τεχνολογία λειτουργήσει αποτελεσματικά, ώστε να βοηθήσει τους μετανάστες να ενσωματωθούν στη Σλοβενία πριν και κατά τη διάρκεια της πανδημίας του Κορωνοϊού.

Κατόπιν, οι επικεφαλής του Προγράμματος του Δήμου Manises της Ισπανίας παρουσίασαν την πρόοδο του Προγράμματος και τις υποχρεώσεις που έχει κάθε Δήμος και Οργανισμός που συμμετέχει. Ορίστηκε η επόμενη συνάντηση στη Ρουμανία στις 23 - 26 Οκτωβρίου 2023.

Την επόμενη μέρα, 14 Ιουλίου 2023, εθελόντριες μετανάστριες αφηγήθηκαν τις δυσκολίες που αντιμετώπισαν, φτάνοντας σε μια ξένη χώρα, και τις προσπάθειες που κατέβαλαν, για να γίνουν αποδεκτές από τον ντόπιο πληθυσμό. Μια μετανάστρια απήγγειλε και ένα ποίημα, που έγραψε η ίδια. Ακολούθως, παρουσίασαν μια θεραπευτική μέθοδο, ένα θεατρικό εργαστήριο, που λειτουργούσε θεραπευτικά στο Νόβο Μέστο. Μετανάστες/τριες έγραφαν κάποια τραγικά γεγονότα της ζωής τους, που τους σημάδεψαν και τα παρουσίαζαν με θεατρικό τρόπο σε θεατές, οι οποίοι ήταν συγγενείς, φίλοι, συναδέλφοί τους. Οι συμμετέχοντες διαπραγματεύονταν τις προσωπικές τους ιστορίες και δυσκολίες και με αυτό τον τρόπο κατάφεραν να δημιουργήσουν μια κοινότητα δράματος, που υποστήριζε αποτελεσματικά το άτομο, στην προσπάθειά του να κάνει ένα νέο ξεκίνημα στη ζωή του.

Το επιμορφωτικό μέρος της συνάντησης ολοκληρώθηκε με επίσκεψη στο Κέντρο Απασχόλησης και στο Κέντρο εκμάθησης της Σλοβενικής γλώσσας παιδιών μεταναστών από ενήλικες, που βοηθούν σε εθελον-



Funded by the
European Union

τική βάση. Οι σύνεδροι έμειναν εκπληκτικοί όταν στην αυλή του κυρίου, που στεγάζεται το Κέντρο Απασχόλησης, δεκάδες παιδιά μεταναστών απασχολούνταν δημιουργικά με χειροτεχνίες από εθελόντριες. Όπως εξήγησε η υπεύθυνη, το Κέντρο φιλοξενεί εκατό τριάντα παιδιά, τα οποία απασχολούνται με δημιουργικές δραστηριότητες, όπως χορό, τραγούδι, και ούκον εργασία χειροτεχνίας κτλ. και εκατό περίπου ενήλικες εποίκους συμβάλλουν έμπρακτα, ώστε να τα βοηθήσουν να ενταχθούν στην κοινότητα, μαθαίνοντας τους τη Σλοβενική γλώσσα, η οποία είναι μια πολύ δύσκολη γλώσσα.

Στο υπόλοιπο της μέρας έγινε ξενάγηση στον ιστορικό πυρήνα της παλιάς πόλης, ο οποίος ήταν μαγευτικός με την αριστοκρατική πλατεία, τα σπίτια των πλουσίων και το χαρακτηριστικό κτίριο του Δημαρχείου. Μια πόλη με εκπληκτική αρχιτεκτονική, με το εντυπωσιακό κάστρο, τις παλιές γέφυρες, μια καλοδιατηρημένη, μεσαιωνική πόλη. Πραγματοποιήθηκε και επίσκεψη στην κύρια εκκλησία της πόλης που είναι αφιερωμένη στον Άγιο Νικόλαο και είναι κτισμένη σε σιλ μπαρόκ και στον καθεδρικό ναό, που ήταν μεγαλοπρεπής και εντυπωσιακός.

Όλοι οι εταίροι αποχώρησαν, αποκομίζοντας τις καλύτερες εντυπώσεις. Οι εκπρόσωποι του Δήμου Αθηνών ευχαριστούν θερμά τον Δήμο Νόβο Μέστο για τη φιλοξενία και τον Δήμο Αθηνών για την εποικοδομητική συμμετοχή τους σε αυτό το Ευρωπαϊκό πρόγραμμα.

Ελπίδα Ζαννετίδου-Ηλία,
Εκπαιδευτικός

min!bee
HONEY MOMENTS

gifts and baby essentials

www.minibeecy.com

59 Theokritou Str, Athienou 7600
Email: info@minibeecy.com - Tel.: +357 99857111



ΟΙ ΔΡΑΣΕΙΣ ΤΟΥ ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟΥ ΟΜΙΛΟΥ ΑΘΗΝΟΥ

Μια ακόμα δημιουργική χρονιά με τον Πολιτιστικό Όμιλο Αθηνών και τα μέλη των ομάδων της χορωδίας, του χορευτικού και του θεατρικού να δίνουν μια δυναμική παρουσία με τη συμμετοχή τους σε ποικίλες εκδηλώσεις. Προμήνυμα για μια υπέροχη χρονιά, γεμάτη εκπλήξεις και εκδηλώσεις, που θα προσφέρουν στους θεατές ευχάριστη και όμορφη διάθεση.

Τα μέλη της χορωδίας του Πολιτιστικού Ομίλου πλαισίωσαν μια όμορφη εκδήλωση αφιερωμένη στο

πολυσήμαντο και ογδονταετές έργο των αριστοποιών της Αθηνών, που χάρις σε αυτούς η φήμη του Δήμου μας εξαπλώθηκε σε όλο το νησί. Η εκδήλωση πραγματοποιήθηκε στις 12 Οκτωβρίου από τον Δήμο και τον Σύνδεσμο Αριστοποιών Αθηνών. Με το σύνθημα «ο χορός μας ενώνει», η χορευτική ομάδα του Ομίλου συμμετείχε στις καθιερωμένες δράσεις που γίνονται με αφορμή την Ευρωπαϊκή Εβδομάδα Αθλητισμού κάθε Σεπτέμβριο. Επιπρόσθετα, η παρουσία της χορευτικής ομάδας στο 5ο Παγκύπριο Φεστιβάλ Αθνε-

νίκων Προϊόντων αποτύπωσε για άλλη μια φορά το μεράκι και την αγάπη των μελών της ομάδας για τον χορό. Ταξίδεψαν τους επισκέπτες του Φεστιβάλ στον πολιτισμό, τα ήθη και τα έθιμα της Κρήτης. Ταυτόχρονα, η θεατρική ομάδα του Πολιτιστικού Ομίλου, μέσα από εντατική δουλειά ετοίμασε και παρουσίασε στις 18 Οκτωβρίου την 20η τους θεατρική παράσταση, το έργο «Μανταλένα», σε θεατρική απόδοση του Κυριάκου Κυριάκου, στο πλαίσιο του 3βου Φεστιβάλ Ερασιτεχνικού Θεάτρου του ΘΟΚ. Σε μια κα-

τάμεστη αίθουσα με τη βάρκα της «Μανταλένας» και με φόντο τον γαλάζιο ουρανό και την πλατιά θάλασσα, οι θεατές απόλαυσαν μια δυναμική βαρκάρισσα που κόντρα σε αναχρονιστικές αντιλήψεις της εποχής της τολμά. Η βραδιά έκλεισε με ένα μικρό αφιέρωμα στον ηθοποιό της ομάδας Κύρο Λυτρίδη για τη συμμετοχή του και στις είκοσι παραστάσεις που έχει ανεβάσει ο Όμιλος από το 2003.

Η χρονιά προβλέπεται να είναι ξεχωριστή αφού όλα τα μέλη του Πολιτιστικού Ομίλου είναι γεμάτα όρε-

ξη και ενθουσιασμό για χορό, τραγούδι και θέατρο, και σίγουρα θα χαρίσουν σε όσους τους παρακολουθήσουν ένα υπέροχο θέαμα. Τέλος, ο Πολιτιστικός Όμιλος, θέλει με τη σειρά του να αποχαιρετήσει ένα αγαπημένο μέλος της οικογένειάς του. Με λύπη αποχαιρετά έναν ξεχωριστό άνθρωπο, τον Χρίστο Χατζηγιαννακού, που «έφυγε» για το αιώνιο ταξίδι. Καλό ταξίδι στο φως.

*Επιμέλεια
Θεοδώρα Κλοκκαρί*



Επικήδειος λόγος στον φίλο Χρίστο Χατζηγιαννακού που τόσο νωρίς μας έφυγε...

Χρίστο μου καλέ μου φίλε, Έμεινα πραγματικά εμβρόντητος, όταν χτες η μαέστρος μας με ενημέρωσε τηλεφωνικώς μέσα από λυγμούς ότι έφυγες τόσο ξαφνικά και πρόωρα για το μεγάλο ταξίδι. Μαζί μ' εμένα, εμβρόντητη και ΟΛΗ η χορωδία μας που τόσο πολύ αγαπούσες.

Αλήθεια, σ αυτό το προσωρινό αντίο, τι να πρωτοθυμηθώ από σένα; Να θυμηθώ το πόσο περήφανος ένιωθες από το γεγονός ότι ανήκες σ' εκείνη τη δράκα των Αθηνεϊτών που έδωσαν το παρόν τους για τη δημιουργία της χορωδίας του Πολιτιστικού Ομίλου του Δήμου μας; Να θυμηθώ την ενεργή συμμετοχή σου στο Διοικητικό Συμβούλιο του Ομί-

λου, όπου αθόρυβα, χωρίς τυμπανοκρουσίες και βερμπαλισμούς, πρόσφερες τόσα και τόσα; Να θυμηθώ την αγαπημένη σου λακωνική φράση «εν τελειωμένον», που ασυναίσθητα, στην πρόβα, ακολουθούσε κάθε τραγούδι που ένιωθες ότι είχε τελειοποιηθεί στον μεγαλύτερο δυνατό βαθμό;

Αθόρυβος, αλλά ουσιαστικός! Ήπιος, αλλά δυναμικός στην ετοιμασία των εκδηλώσεων! Νηφάλιος, αλλά και αγχώδης ώστε να είμαστε μια «χορωδία επιπέδου» όπως έλεγες συχνά πυκνά, χαμογελώντας σε κάθε καλλιτεχνική μας συμμετοχή στην Κύπρο, αλλά και στο εξωτερικό όπου κάναμε την Αθηνών γνωστή!

Πραγματικά, πόσο υπέροχες αναμνήσεις έχω απ' αυτές τις παραστάσεις μας στο εξωτερικό. Πάντα παρών σ' αυτές! Πάντα τόσο ζωντανός! Να χορέψεις ένα βαλσάκι ή ένα ταγκό, αλλά και τον αγαπημένο σου ταυρομάχο. Να τραγουδήσουμε από εκείνα τα υπέροχα τραγούδια μιας άλλης εποχής για τα πλακιάτικα στενά της Αθήνας που συχνά πυκνά επισκεπτόσουν με την Ευαγγελία σου!

Πραγματικά αξέχαστες στιγμές διασκέδασης... Αξέχαστες όμως και οι στιγμές της έγνοιας σου για τη χορωδία. Να με παίρνεις τηλεφώνω για να με ρωτήσεις αν χρειαζόταν η δική σου βοήθεια για την οποιαδήποτε

δράση του ομίλου, αλλά και ως «ομαδάρχης» μου, όπως σε έλεγα χωρατεύοντας, για να μου υπενθυμίσεις με τον μοναδικό μελιχίο σου τρόπο ότι απουσιάζω συχνά από τις πρόβες. Να με καλείς, σε κάθε ευκαιρία που με συναντούσες, για να με κεράσεις καφέ ώστε να σου δοθεί η ευκαιρία να κάνεις εισηγήσεις που θα μας βελτίωναν ως φωνητικό σύνολο.

Ακόμα και τώρα στο τελευταίο κομμάτι της επίγειας παρουσίας σου, με την περιπέτεια της υγείας σου να ταλανίζει την καθημερινότητά σου, έδινες όσο καλύτερα μπορούσες το παρόν σου στις πρόβες και τις παρουσιάσεις μας, ΔΕΝ τα παράτησες. Συμμετείχες μετά

την πρόβα πάντα σε κανένα μικρό «ζαφέτιν» που τόσο αγαπούσες για να κουβεντιάσουμε, να σιγοτραγουδήσουμε, για να απολαύσουμε το αυγουσιτιάτικο ολόγιομο φεγγάρι...

Χρίστο μου, θέλω να ξέρεις ότι ΟΛΕΣ αυτές οι θύμισες μένον έστω και αν εσύ έφυγες νωρίς. Όταν γυρνώ στα δεξιά εκεί στη χορωδία που είναι η θέση σου, η θέση αυτή δεν θα ναι αδειανή! Θα ναι παντοτινά γεμάτη!

Καλή αντάμωση καλέ μου φίλε μέχρι την κοινή μας Ανάσταση!

*Λευτέρης Λάμπρου
Εκ μέρους της Χορωδίας του
Δημοτικού Πολιτιστικού Ομίλου Αθηνών*



ΝΕΔΗΣΥ Αθηνών

Ο μήνας Οκτώβριος ήταν ένας μήνας έντονης παραγωγικότητας για τη ΝΕΔΗΣΥ Αθηνών. Στις 3 Οκτωβρίου, σε συνεργασία με το νηπιαγωγείο Παιδική Πολιτεία Νάγια, δώρισε διάφορα είδη σχολικών και είδη ρουχισμού σε οικογένεια που το έχει ανάγκη. Ευχαριστούμε πολύ τη διευθύντρια και το προσωπικό που μας υποδέχτηκαν στον χώρο τους, για την αγάπη που μας έδειξαν και τα δωράκια που μας προσέφεραν.

Αργότερα, στις 7 Οκτωβρίου 2023 η Νεολαία Δημοκρατικού Συναγερμού Αθηνών, σε συνεργασία με την κεντρική Νεολαία Δημοκρατικού Συναγερμού, έλαβαν μέρος στον έρανο οικονομικής ενίσχυσης του ΠΑΣΥΚΑΦ, «Μαζί στη ζωή». Κάθε εισφορά δίνει συμπαράσταση, δύναμη και αισιοδοξία στους συνανθρώπους μας που το χρειάζονται. Ο έρανος έλαβε χώρα κατά τη διάρκεια του ποδοσφαιρικού αγώνα Οθέλλος-ΑΠΟΕΛ, όπου τους ευχαριστούμε πολύ που μας δέχτηκαν έξω από το γήπεδο, αλλά και για την ευκαιρία που μας έδωσαν να βοηθήσουμε με τον τρόπο μας, σ' αυτό τον ιερό σκοπό.

Κάθε χρόνο η ΝΕΔΗΣΥ Αθηνών διοργανώνει αιμοδοσία εις μνήμην Κυριάκου Πάντζαρου, Βασιλείας Μαλλουρή, Κωνσταντίνου Τσιγαρίδη και Χαράλαμπου Θεοφάνους. Η φετινή αιμοδοσία, που πραγματοποιήθηκε στις 24 Οκτωβρίου 2023 στο Γυμνάσιο Αθηνών, είχε τεράστια επιτυχία και γι' αυτό θα θέλαμε να ευχαριστήσουμε όλο τον κόσμο που παρευρέθηκε εκεί στο κάλεσμα μας και έδωσε λίγο από το αίμα του για να σωθούν ανθρώπινες ζωές. Μαζεύτηκαν 100 φιάλες αίμα, οι οποίες δόθηκαν στην τράπεζα αίματος για τις διάφορες ανάγκες που υπάρχουν. Πραγματικά είναι συγκινητικό να βλέπεις τον κόσμο να αγκαλιάζει αυτή τη πρωτοβουλία και να προσφέρει έμπρακτα και ουσιαστικά στην κοινωνία με αυτό τον όμορφο τρόπο. Η κοινωνία μας έχει ανάγκη από τέτοιες ενέργειες και εμείς σαν αντιπρόσωποι σ' αυτό το κάλεσμα υποσχόμαστε να συνεχίσουμε να διοργανώνουμε τέτοιου είδους εκδηλώσεις.

Στις 28 Οκτωβρίου, δεν θα μπορούσαμε να μην παραστήσουμε στην παρέλαση για τον εορτασμό της 28ης Οκτωβρίου 1940, τη

μέρα του μεγάλου 'ΟΧΙ' των Ελλήνων, με το οποίο απαγόρευσε στα ιταλικά στρατεύματα από τα ελληνοαλβανικά σύνορα να εισέλθουν στη χώρα. Αυτή η ημέρα είναι μια μέρα γεμάτη δόξα και περηφάνεια, όπου ο ελληνικός λαός αντιστάθηκε στον εχθρό και πολέμησε με σθένος για τα ιδανικά της πατρίδας και βγήκε νικητής. Το έπος του 1940 μας υπενθυμίζει πόσα μπορούμε να πετύχουμε όταν είμαστε ενωμένοι. Τιμή μας που είμαστε μέρος αυτής της παρέλασης και αποτίναμε φόρο τιμής στους ήρωες μας που έδωσαν τη ζωή τους για την ελευθερία της πατρίδας. Εκτός από την καθιερωμένη πρωινή παρέλαση στην Αθηνών, το βράδυ μπάντες της ΝΕΔΗΣΥ παρατάχθηκαν και παρέλασαν κατά μήκος των Φοινικούδων στη Λάρνακα για να τιμήσουν την εθνική επέτειο με λαμπαδηφορία. Η δική μας μπάντα ήταν εκεί για να τιμήσει και πάλι τους ήρωες μας.

Χρίστια Κλεόπα
Πρόεδρος ΝΕ.ΔΗ.ΣΥ. Αθηνών



ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟΥ ΟΜΙΛΟΥ ΜΑΛΛΟΥΡΑΣ

• 16ο Μεσογειακό Φεστιβάλ Παραδοσιακού Χορού

Ο Όμιλος μας συμμετείχε στο 16ο ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΟ ΦΕΣΤΙΒΑΛ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΥ ΧΟΡΟΥ που πραγματοποιήθηκε στη Λάρνακα από τις 15 μέχρι τις 18 Σεπτεμβρίου 2023. Στο Φεστιβάλ έλαβαν μέρος επιλεγμένα συγκροτήματα από χώρες της Μεσογείου και από την Κύπρο.

Τετρακόσιοι χορευτές από όλο τον κόσμο παρουσίασαν για τέσσερις μέρες και νύχτες ένα υπέροχο καλλιτεχνικό πρόγραμμα.

Όλοι οι χορευτές βγήκαμε στους δρόμους της Λάρνακας και χορέψαμε σε ρυθμούς παράδοσης και πάθους.

Τη Δευτέρα 18 Σεπτεμβρίου ο όμιλός μας, μαζί με τα υπόλοιπα συγκροτήματα όλων

των χωρών, παρουσιάσαμε ένα πλούσιο χορευτικό πρόγραμμα στην εξέδρα των Φοινικούδων στη Λάρνακα.

• 5ο Παγκύπριο Φεστιβάλ Αθηνένιων Προϊόντων

Την Κυριακή 15 Οκτωβρίου ο όμιλος μας συμμετείχε στο 5ο Παγκύπριο Φεστιβάλ Αθηνένιων Προϊόντων.

Η εκδήλωση έγινε στο Κωνσταντίνειο Δημοτικό Πάρκο.

Αρκετός κόσμος από όλη την Κύπρο ήρθε να δοκιμάσει τα Αθηνένικα προϊόντα.

Μέσω της μεγάλης και σημαντικής αυτής διοργάνωσης, στην ανάδειξη όλων των παραδοσιακών προϊόντων της Αθηνών και στη διατήρηση της παράδοσης του τύπου

μας, ο όμιλός μας παρουσίασε ένα πλούσιο καλλιτεχνικό πρόγραμμα, με παραδοσιακούς κυπριακούς χορούς.

• Συμμετοχή στο 36ο Παγκύπριο Φεστιβάλ Ερασιτεχνικού Θεάτρου του ΘΟΚ

Η θεατρική ομάδα του Π.Ο ΜΑΛΛΟΥΡΑ, την Παρασκευή 3 Νοεμβρίου, πραγματοποίησε με επιτυχία το θεατρικό έργο «ΜΕΛΩΜΕΝΟΙ ΛΟΥΚΟΥΜΑΔΕΣ», συμμετέχοντας στο 36ο Παγκύπριο Φεστιβάλ Ερασιτεχνικού Θεάτρου του ΘΟΚ.

Το θεατρικό έργο που επιλέξαμε είναι μια διασκευή στην κυπριακή διάλεκτο από τον Χάρη Πισία, της κωμωδίας των Ρέππα και

Παπαθανασίου «Μπαμπάδες με ρούμι».

Ιδιαίτερες ευχαριστίες στη σκηνοθετίδα μας και επαγγελματία ηθοποιό Έλενα Παπαμιχαήλ, για τη σκηνοθεσία του έργου.

Ευχαριστούμε τους ηθοποιούς που συνεργάστηκαν άψογα για την προετοιμασία της παράστασης:

Παναγιώτη Γεωργίου, Ραφαέλλα Παυλή, Γιώργο Κεπόλα, Μαρία Κακουλλή, Άλκηστη Τράχηλου, Νικόλα Ιωαννίδη, Έλενα Τράχηλου.

Για τον σχεδιασμό και τη διαμόρφωση των σκηνικών ευχαριστούμε τον Αντρέα Καδή, διακοσμητή εσωτερικού χώρου.

Εκ μέρους του Δ.Σ
Αντώνης Αντωνίου
Πρόεδρος Π.Ο ΜΑΛΛΟΥΡΑ



68^ο ΣΥΣΤΗΜΑ ΠΡΟΣΚΟΠΩΝ ΑΘΗΝΟΥ

Μονοήμερη Δράση Ομάδας Προσκόπων JOTA – JOTI 2023

Το JOTA - Τζάμπορι των Αιθέρων (Jamboree On The Air) και το JOTI - Τζάμπορι στο Διαδίκτυο (Jamboree On The Internet) είναι μια παγκόσμια επίσημη δράση, στην οποία λαμβάνουν μέρος περισσότεροι από 2 εκατομμύρια Πρόσκοποι από 172 χώρες από κάθε γωνιά του πλανήτη και επικοινωνούν μεταξύ τους μέσω ραδιοερασιτεχνικών σταθμών ή με τη χρήση του Internet. Για φέτος η Ομάδα Προσκόπων του Συστήματός μας έλαβε μέρος σε μια

ξεχωριστή δράση, η οποία πραγματοποιήθηκε στο οίκημα του 66ου Συστήματος Προσκόπων Αραδίππου στις 21 Οκτωβρίου 2023. Η δράση διοργανώθηκε από κοινού με το 66ον Σύστημα Προσκόπων Αραδίππου, το 123ον Σύστημα Προσκόπων Λύσης και το 280ον Σύστημα Προσκόπων Επισκοπής, ενώ συμμετείχε και η Ομάδα Προσκόπων του 23ου Συστήματος Ναυτοπροσκόπων Λάρνακας. Οι πρόσκοποί μας είχαν την ευκαιρία και φέτος να συμμετάσχουν τόσο στο JOTA όσο και στο JOTI. Με τη βοήθεια του ραδιοερασιτέχνη Εφόρου Μάριου Πογιατζή και της ομάδας του, στήθηκαν τρεις διαφο-

ρετικοί σταθμοί στον χώρο και οι Πρόσκοποι είχαν την ευκαιρία να μιλήσουν με άλλους Πρόσκοπους εντός και εκτός Ευρώπης. Επίσης, διοργανώθηκε το παιχνίδι NAYMAXIA, με σκοπό την εξοικείωση των συμμετεχόντων στη χρήση των ασυρμάτων. Στο πλαίσιο της δράσης οργανώσαμε ένα μεγάλο παιχνίδι πόλεως στην Αραδίππου, που κατέληξε στην εκκλήση του Αποστόλου Λουκά, όπου έγινε μια εκδήλωση με αφορμή τους εορτασμούς 110 χρόνων Κυπριακού Προσκοπισμού. Ενώσαμε όλοι μαζί τα μαντίλια μας με στόχο τη δημιουργία μαντιλιού 110 μέτρων και τα καταφέραμε!

Να ευχαριστήσουμε για άλλη μία φορά το 66ον Σύστημα Προσκόπων Αραδίππου για την υπέροχη φιλοξενία, τα υπόλοιπα Συστήματα για όλη τη συνεργασία, καθώς και όλους που συμμετείχαν και συνέβαλαν για τη διοργάνωση αυτής της όμορφης ΔΡΑΣΗΣ ΚΑΙ ΕΜΠΕΙΡΙΑΣ. Ήταν μια ξεχωριστή και δημιουργική Δράση, όπου οι Πρόσκοποί μας για άλλη μια φορά πέρασαν αξέχαστα και πλέον είναι με νέες γνώριμες, με άλλους Πρόσκοπους εντός και εκτός Κύπρου και Ευρώπης.

Μισιέλ Ιωάννου
Αρχηγός Ομάδας Προσκόπων



ΕΔΟΝ ΑΘΗΝΟΥ

ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΤΗΝ ΕΚΣΤΡΑΤΕΙΑ ΚΑΘΑΡΙΟΤΗΤΑΣ ΤΟΥ ΔΗΜΟΥ

Η ΕΔΟΝ Αθηνών συμμετείχε στην εκστρατεία καθαριότητας 'Let's Clean Αθηνών' που διοργάνωσε ο Δήμος με σκοπό την καθαριότητα του Δήμου για να υπάρχει ένα πιο υγιές και καθαρό περιβάλλον τόσο για τους κατοίκους όσο και για τους επισκέπτες του.

Η ΕΔΟΝ ΤΙΜΑ ΤΗΝ 28Η ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 1940

Η 28η Οκτωβρίου 1940 είναι ορόσημο

τιμής και δόξας στην Ιστορία της Ελλάδας αλλά και του κόσμου. Ως ΕΔΟΝ τιμούμε την 28η Οκτωβρίου ως την ημέρα αντίστασης του Ελληνικού λαού κατά του ιταλογερμανικού φασισμού, όπου ο ελληνικός λαός απάντησε με το ηρωικό «ΟΧΙ» στην ιταμή αξίωση της φασιστικής Ιταλίας για παράδοση και στη συνέχεια αναμετρήθηκε με το «χαμόγελο στα χείλη» με τον υπέρτερο ιταλικό στρατό, αναγκάζοντάς τον σε υποχώρηση. Στις μάχες και στις θυσίες

των ηρώων ανταρτών για ελευθερία και εθνική αυτοδιάθεση, συμπυκνώνεται ακριβώς το πατριωτικό και αντιφασιστικό μήνυμα που στέλνει η 28η Οκτωβρίου. Ο Ελληνικός λαός αγωνίστηκε περήφανα, στα βουνά της Πίνδου και της Αλβανίας, με τους Ιταλούς φασίστες να χρειάζονται τελικώς τη βοήθεια των γερμανικών ναζιστικών στρατευμάτων για να επικρατήσουν στην Ελλάδα. Ο Ελληνικός λαός αντιστά-

θηκε ηρωικά στην κατοχή του χιτλεροφασισμού και των ντόπιων συνεργατών του. Μετά από 3 χρόνια Εθνικής Αντίστασης, αποτίναξε τον γερμανικό ζυγό και απελευθέρωσε την Ελλάδα το 1944.

Τιμούμε επίσης και όλους τους Κύπριους, Ελληνοκύπριους και Τουρκοκύπριους, που αγωνίστηκαν στα πεδία των μαχών του Β' Παγκοσμίου Πολέμου και θυσιάστηκαν για την κατατρόπωση του χιτλεροφασιστικού τέρατος.

Ως ΕΔΟΝ τιμούμε όλους τους λαούς του κόσμου που σήκωσαν ανίστημα στον χιτλερο-φασισμό.

Η ΕΔΟΝ Αθηνών, μαζί με την μπάντα, συμμετείχαν στην εκδήλωση που διοργανώθηκε στον Δήμο προς τιμή της επετείου της 28ης Οκτωβρίου και στη λαμπαδηφορία στις 27 Οκτωβρίου.

Ερμιόνη Μιχαήλ
Τ. Γ. ΕΔΟΝ Αθηνών



Παχυσαρκία - Η μάστιγα της εποχής

Η παχυσαρκία είναι μια πολύπλοκη και πολυ-παραγοντική ασθένεια που χαρακτηρίζεται από υπερβολικό σωματικό λίπος. Μπορεί να οδηγήσει σε αρνητικές επιπτώσεις στην υγεία, όπως αυξημένο κίνδυνο χρόνιων ασθενειών (διαβήτη, καρδιακές παθήσεις και ορισμένους τύπους καρκίνου). Τα τελευταία 30 χρόνια ο επιπολασμός της παχυσαρκίας σε πολλές χώρες διπλασιάστηκε ή ακόμη και τετραπλασιάστηκε. Αυτό μπορεί να οφείλεται στην οικονομική ανάπτυξη, στη μετακίνηση πολλών ατόμων από τις επαρχίες στις πόλεις, τη σωματική αδράνεια και την αλλαγή των διατροφικών συνηθειών, που συνεπάγεται με μια διατροφή πλούσια σε θερμίδες και αποτελεί-

ται από επεξεργασμένες τροφές.

Πλέον στον κόσμο μας περισσότεροι άνθρωποι πεθαίνουν από αίτια που σχετίζονται με το αυξημένο σωματικό βάρος, από ότι από αίτια που σχετίζονται με την ασιτία.

Πώς μπορώ να μάθω αν είμαι παχύσαρκος/η; Ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας (ΠΟΥ) κατηγοριοποιεί την Παχυσαρκία με βάση το Δείκτη Μάζας Σώματος (ΔΜΣ). Ο ΔΜΣ είναι μια μέθοδος εκτίμησης της κατάστασης βάρους και συσχετίζεται με τον κίνδυνο νόσησης και θανάτου λόγω αιτίων που συνδέονται με την παχυσαρκία.



Ο ΔΜΣ υπολογίζεται ως εξής: ΔΜΣ = βάρος (Kg)/ύψος (m²)

Ο ΠΟΥ θεωρεί ότι ο δείκτης από 18,5 έως 25 είναι ο βέλτιστος.

Αντιμετώπιση Παχυσαρκίας
Ο διατολόγος διατροφολόγος είναι ο μόνος ειδικευμένος και κατοχυρωμένος επαγγελματίας υγείας από το Συμβούλιο Επιστημόνων Τροφίμων Κύπρου που μπορεί να αξιολογήσει, διαγνώσει και αντιμετωπίσει προβλήματα διατροφής τόσο για τα άτομα, όσο και για το

Τιμές Αναφοράς ΔΜΣ* (kg/m ²)	Κατηγοριοποίηση σωματικού βάρους	Κίνδυνος νοσηρότητας από χρόνια νοσήματα
<18,5	Ελλιποβαρές	Χαμηλός (αλλά αυξημένος κίνδυνος άλλων κλινικών προβλημάτων)
18,5-24,9	Φυσιολογικό	Φυσιολογικός
25-29,9	Υπέρβαρο	Αυξημένος
30-34,9	Παχυσαρκία 1ου βαθμού	Μέτριος
35-39,9	Παχυσαρκία 2ου βαθμού	Σοβαρός
≥40	Παχυσαρκία 3ου βαθμού	Πολύ σοβαρός

ευρύτερο κοινό. Ο πρωταρχικός του στόχος είναι να διασφαλίσει ότι το άτομο με το οποίο συνεργάζεται καταναλώνει τη σωστή ποσότητα και είδος θρεπτικών συστατικών, χρησιμοποιώντας προσεγγίσεις που βασίζονται σε τεκμήρια. Ο διατολόγος εργάζεται αυτόνομα για να ενδυναμώσει ή να υποστηρίξει άτομα, οικογένειες, ομάδες και πληθυσμούς να επι-

λέγουν τροφές που είναι διατροφικά επαρκείς, ασφαλείς, νόστιμες και βιώσιμες.

Ελένη Ταππή
Κλινική
Διατολόγος
Διατροφολόγος
BSc, MSc



ΑΠΟΔΗΜΟΙ ΚΑΙ ΕΤΕΡΟΔΗΜΟΤΕΣ

ΕΡΧΟΜΟΣ ΑΠΟΔΗΜΩΝ ΣΤΗΝ ΑΘΗΝΟΥ

Αυτό το καλοκαίρι είχαμε τη χαρά να έχουμε μαζί μας πολλούς απόδημους, κυρίως από την Αυστραλία. Γιورتάσαμε μαζί τον Πολιούχο μας Άγιο Φωκά και χαρήκαμε το φεστιβάλ με τα Αθηνίτικα προϊόντα. Πρώτη συνάντηση έγινε με οικοδεσπότη τον πρόεδρο της Αθηνίτικης κοινότητας του Sydney κ. Άλκη Καδή και καλεσμένο το προσωπικό της Κλεάνθειας Στέγης Ενηλίκων και του Κωνσταντινέλειου Κέντρου Ενηλίκων. Στις 29 Αυγούστου η Επιτροπή Αποδήμων φιλοξένησε μια μεγάλη ομάδα στην οικία του π. Καλλίνικου, όπου παρακολούθησαν την παρασκευή καλλουμιού από την κ. Γεωργία Χατζηθεοχάρους και απόλαυσαν τη ζεστή αναρή και το φρέσκο καλλούμι. Ακολούθως επισκέφτηκαν το Μουσείο μας και έφυγαν με τις καλύτερες εντυπώσεις. Δεύτερη ομάδα φιλοξενήθηκε στον ίδιο χώρο στις 13 Σεπτεμβρίου.

Στις 15 Οκτωβρίου, το βράδυ του Παγκύπριου Φεστιβάλ Αθηνίτικων Προϊόντων, ο Δήμος και η Δημοτική Επιτροπή Αποδήμων και Ετεροδημοτών, παρέθεσε δείπνο σε όσους απόδημους βρίσκονταν στην Αθήναι. Είχαμε την ευκαιρία να γνωριστούμε καλύτερα και οι ίδιοι χάρηκαν που

αντάμωσαν όλοι στην κοινή τους πατρίδα. Προσβλέπουμε σε νέες συναντήσεις με τον νέο χρόνο. **ΜΙΚΡΟΒΙΟΤΕΧΝΙΕΣ ΚΑΙ ΜΙΚΡΟΒΙΟΜΗΧΑΝΙΕΣ ΠΟΥ ΑΛΛΑΞΑΝ ΜΟΡΦΗ** - Από το βιβλίο του κ. Ανδρέα Μπότσαρη. Στην Αθηνάινου υπήρχαν πολλοί μανάβηδες (λαχανοπώλες, φθαρτοπώλες, φρουτοπώλες), οι οποίοι ήταν πλανόδιοι, με την έννοια ότι δεν είχαν κατάστημα απ' όπου ο κόσμος ν' αγοράζει τα φρούτα και τα λαχανικά του. Μπορεί να υπήρχαν και τέτοια καταστήματα, αλλά ήταν ελάχιστα, γιατί ο Αθηνάινος τον μανάβη του τον θέλει να έρχεται «στα πόδια του», δηλαδή «να περνά έξω απ' το σπίτι του» και να ψωνίζει ό,τι χρειάζεται για το νοικοκυριό του. Γι' αυτό και η Δημοτική Αγορά Αθηνάινου, αυτό το αρχιτεκτονικό κόσμημα, δεν μπόρεσε να ελκύσει όσο έπρεπε τον κόσμο και αναγκαστικά έκλεισε τις πόρτες της.

Ο μανάβης απ' τα ξημερώματα πήγαινε στην Κεντρική Λαχαναγορά-Φρουταγορά της Λευκωσίας κι αγόραζε είτε απ' ευθείας από τους παραγωγούς είτε από τους φθαρτέμπορους, φρέσκα φρέσκα τα λαχανικά και τα φρούτα, για να τα φέρει πρωί-πρωί στην Αθηνάινου και ν' αρχίσει την πούλση. Τα παλιά χρόνια τα φόρτωνε στο ειδικό αμαξάκι, που έσπρωχνε ο ίδιος ή στ' αμάξι του που το 'σερνε ζώο και γύριζε στις γειτονιές διαλα-

λώντας το εμπόρεμά του. Με την πάροδο του χρόνου, οι μανάβηδες εξελίχθηκαν και χρησιμοποιούσαν αυτοκίνητα φορτηγάκια για την περιδεία τους στο χωριό. Οι πελάτες ακούοντας ότι έρχεται ο μανάβης έβγαιναν έξω στον δρόμο, αυτός σταματούσε κι άρχιζε η αγοραπωλησία. Οι πελάτες, πιο σωστά οι πελάτισσες, ρωτούσαν τι διέθετε σήμερα, τι είχε φρέσκο, ποια ήταν η τιμή του κι αφού διάλεγαν αυτά που ήθελαν τα έδιναν στον μανάβη, για να τα ζυγίσει. Πλήρωναν κι έφευγαν. Πολλές φορές έδιναν και ειδικές παραγγελίες για τις επόμενες μέρες, ο μανάβης έπαιρνε σημειώσεις και προσπαθούσε να ικανοποιήσει τις απαιτήσεις των πελατών-πελατισσών του.

Γνωστοί μανάβηδες της δεκαετίας του 1950 κι 1960 ήταν ο Κωστής Πατσάλης, η οικογένεια Καρούσιου, ο Ανδρέας Άσπρου, χωρίς αυτό να σημαίνει ότι δεν υπήρχαν κι άλλοι, είτε τακτικοί είτε έκτακτοι (για ένα μικρό χρονικό διάστημα).

Σε μερικές περιπτώσεις οι νοικοκυρές πήγαιναν οι ίδιες στα σπίτια των **περιβολάρηδων** κι αγόραζαν τα λαχανικά τους, τις ντομάτες, τα αγγούρια, τα κολοκύθια και τις μελιτζάνες τους. Ο Τραχανάς-Πουρκουράς, που ζούσε με την αδερφή του Ελένη στην οδό Αρτέμιου Φραντζέσκου, είχε στο σπίτι του δυο λάκκους με αρκετό νερό κι είχε μετατρέψει την αυλή του σε περιβόλι, όπου φύτευε

μόνο λάχανα. Έτσι όποιος ήθελε φρέσκα λάχανα πήγαινε στο «περιβόλι» του Τραχανά κι αυτός τα έκοβε εκείνη τη στιγμή, μπροστά στον πελάτη και του τα πουλούσε.

Εκτός από τους γνωστούς μανάβηδες υπήρχαν κι οι «ειδικοί πλανοδιοπώλες», αυτοί που γύριζαν το χωριό πουλώντας συνήθως ένα είδος, μόνο πατάτες, πορτοκάλια ή είδη μπουτανιού - καρπούζια και πεπόνια. Ένας αθηνάινος απ' αυτούς ήταν ο Πούρεκκος. Τους καλοκαιρινούς μήνες επισκέπτονταν την Αθηνάινου και ξενομερίτες, κυρίως παραγωγικοί πατάτας, καρπουζιού ή πεπονιού. Αυτοί συνήθως πήγαιναν στα διάφορα καφενεία, για να πουλήσουν το εμπόρεμά τους.

Κι αυτή η δουλειά έχει περιοριστεί πολύ και οδεύει προς εξαφάνιση, δεδομένου ότι οι υπεραγορές της Αθηνάινου, έχουν στη διάθεση των πελατών τους φρέσκα φρούτα και λαχανικά, κάθε πρωί.

Έτσι ο πελάτης μπορεί σήμερα να προμηθευτεί σχεδόν τα πάντα, από την υπεραγορά, χωρίς να περιμένει τον ερχομό του μανάβη στη γειτονιά του. Ένα ακόμα γραφικό επάγγελμα οδεύει προς εξαφάνιση...

Επιμέλεια Μάρω Παπουή
Δημοτική Σύμβουλος

Πρόεδρος Επιτροπής Αποδήμων και Ετεροδημοτών



ΕΚΘΕΣΗ ΖΩΓΡΑΦΙΚΗΣ ISPIRAZIONE CREATIVITY CENTRE ΚΑΙ ΦΙΛΑΝΘΡΩΠΙΚΗ ΕΚΔΗΛΩΣΗ ΓΙΑ ΣΤΗΡΙΞΗ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ ΤΗΣ ΚΕΝΥΑΣ



Την 1η Μαΐου 2023, πραγματοποιήθηκε με τεράστια επιτυχία η ετήσια έκθεση ζωγραφικής του Ispirazione Creativity Centre στον χώρο του Εργαστηρίου στην Αθηνού, όπου παρουσιάστηκε η δουλειά που έχει γίνει, τόσο από τα παιδιά του Εργαστηρίου, όσο και από τις ομάδες ενηλίκων.

Γονείς, φίλοι, λάτρεις της τέχνης και πολύς κόσμος από Αθηνού και εκτός επισκέφθηκαν την έκθεση και θαύμασαν από κοντά τα έργα, καθώς επίσης απόλαυσαν μια όμορφη και χαρούμενη εκδήλωση που πλαισίωσε την έκθεση. Η επέ-

κταση της έκθεσης ζωγραφικής σε φιλανθρωπική εκδήλωση γεννήθηκε αρχικά από μαθήτριά του Εργαστηρίου μας, την κα Δώρα Τουμάζου, ενεργό μέλος της «Ομάδας Εθελοντών των Παιδιών της Κένυας». Η ιδέα της αγκαλιάστηκε από εμάς αμέσως και συμφωνήσαμε στην όλη διοργάνωση της εκδήλωσης. Σίγουρα όμως θα πρέπει να αναφέρουμε ότι αν δεν υπήρχαν οι άνθρωποι-φίλοι εθελοντές που ήθελαν να μοιραστούν μαζί μας τα συναισθήματα φιλανθρωπίας δεν θα μπορούσε να υλοποιηθεί η εκδήλωση με τόσο επιτυχία. Οι συγκεκριμένοι πρόσφεραν αφιλοκε-

δώς προσωπικό χρόνο, υλικά και προϊόντα προς διάθεση, με απώτερο στόχο την πώλησή τους και εξασφάλιση χρηματικού ποσού για τον φιλανθρωπικό σκοπό.

Εδώ αξίζει να δώσουμε θερμές ευχαριστίες στον κ. Δημήτρη Ιεροδιακόνου (Dj BEATLE) που πλαισίωσε την εκδήλωση με την υπέροχη μουσική σε Jazz ρυθμούς, τον κ. Μάριο Δράκο που ανέλαβε το κόστος, ψήσιμο και πώληση κρεπών, καθώς επίσης για τη διάθεση του αυτοκινήτου του αντίκα για photobooth. Επίσης, ευχαριστίες θα πρέπει να δώσουμε στη φίλη κ. Μαρία Αυγεντίου, κάτοικο Λεμεσού, που ανέλαβε

το κόστος, ψήσιμο και πώληση popcorn. Σημαντικό είναι να αναφέρουμε και να δώσουμε ευχαριστίες στη βοήθο του Εργαστηρίου κ. Αντρία Καδή και την εικαστικό κ. Δανάη Πάτσαλου για την προσφορά τους στη διοργάνωση δραστηριοτήτων με ζωγραφική για παιδιά καθ' όλη τη διάρκεια της εκδήλωσης και καθοδήγηση των παιδιών στο να ζωγραφίζουν πίνακες με θεματολόγιο την Αφρική.

Αξιοσημείωτο είναι το γεγονός ότι μαθήτριάς της Σχολής από τις ομάδες ενηλίκων φιλοτέχνησαν αφιλοκερδώς πίνακες ζωγραφικής, οι οποίοι πωλήθηκαν κατά τη διάρκεια της

εκδήλωσης και συμπλήρωσαν το ενδιαφέρον ποσό που συγκεντρώθηκε. Όλα τα έσοδα της εκδήλωσης παραδόθηκαν στην «Ομάδα Εθελοντών των Παιδιών της Κένυας».

Η όλη εκδήλωση είχε ένα πολύ όμορφο και χαρούμενο ύφος επειδή όλοι οι συμμετέχοντες, οργανωτές, εθελοντές δούλεψαν με την ψυχή τους για τον ιερό αυτό σκοπό και οι καλεσμένοι τον ενίσχυσαν με τον δικό τους τρόπο, προσφέροντας όλοι μαζί σε αυτό το αξιόλογο και θεαρεστο έργο της ιεραποστολής.

Επιμέλεια κειμένου
Ρένα Αρτεμίου



Το «Δέντρο της Ζωής» δίνει χρώμα στο Νέο Κέντρο Υγείας Αθηνού

Η κ. Αντρούλλα Έλληνα, που πάντα μας συγκινεί και εκπλήσσει όμορφα με τις πρωτοποριακές της ιδέες, είναι η γυναίκα που κρύβεται πίσω από τη δημιουργία του «Δέντρου της Ζωής» που κοσμεί σήμερα τους χώρους του νέου Νοσοκομείου Αθηνού. Το «Δέντρο της Ζωής» λειτουργεί ως ένας συμβολισμός νέας ζωής, υγείας, ευεξίας, καθαρότητας, οξυγόνου και ισορροπίας. Το όλο σκεπτικό ήταν να δημιουργηθεί ένας πίνακας σε ομαδικό πνεύμα και με ομαδική συνεισφορά από όλες τις κοπέλες της ομάδας ενηλίκων του εργαστηρίου

Ispirazione Creativity Centre. Η ιδέα ήταν η κάθε κοπέλα στο τέλος του κάθε μαθήματος, με τις μπογιές που της περίσσευαν, να πρόσθετει τη δική της πινελιά στον πίνακα του «Δέντρου της Ζωής». Συγκεκριμένα για τον πίνακα δούλεψαν οι: Αντρούλλα Έλληνα, Νίκη Πετράκη, Ειρούλλα Μαγκλή, Μαρία Παστού, Χρυστάλλα Καζαμιά, Ελένη Ευθυμίου, Χριστίνα Ευθυμίου, Carol Sivvattian, Άννα Καρβούνη, Δώρα Τουμάζου, Θέκλα Χρυσοφίτη και Μαρία Γαϊτάνου.

Η παράδοση και τοποθέτηση του πίνακα έγινε στις 14 Ιουνίου



του 2023 από την ομάδα ενηλίκων παρουσία του αξιότιμου κύριου Δημάρχου Αθηνού. Εκεί διαβάστηκε από την Μαρία Παστού ένα όμορφο «τοιατίστο» που έγραψε ειδικά για την εκδήλωση η Ρωζάνη Πασιτού, το οποίο ακολουθεί:

Η Αθηνού μας τώρα
Μετά τα χρόνια τα πολλά
Έσκει νοσοκομείο!
Μα οι τοίχοι κάτι θέλουν
Σαν να τζαι αναγγέλλουν
«Στολίστε μας τζαι λίο!»
Είδαν το οι ζωγράφισες
Τζαι του πινέλου οι μάγισσες
Τζι είπασιν εν δουλειά μας!
Ευτύς σιρωθήκαν στη δουλειά
Τζαι δεν εδίτασε καμιά
Τζι εμάς πάνω χαρά μας!
Με την Ανδρούλλα αρχηγό
Εβλάστησε τούντο δεντρό
Τζαι έφκαλε τζαι χρώμα!
Να το θωρούν οι άρρωστοι

Να νιώθουν μιν ανάρρωση
Να φαίνουν που το κόμα!
Κρατούν σε άραγε τζιενγκιές;
Νιώθεις στα πόδικια βάρος;
Άρρωστε παίρνε θάρρος!
Ένεση θα σου βάλουν;
Δόντι εν να σου φκάλουν;
Θώρε τούντο δεντρό μας!
Που μας που ζωγραφίζουμε
Τούτο είναι που λλόου μας
Το δώρο το δικό μας!

Επιμέλεια κειμένου:
Ρένα Αρτεμίου



Έκθεση Ασιατών καλλιτεχνών στο Καλλινίκειο Δημοτικό Μουσείο Αθένου, στο πλαίσιο της συμμετοχής του Δήμου Αθένου στη Larnaca Biennale 2023

Επιμέλεια: Νόνη Παπού Παπασιάντη,
Έφορος Μουσείου

Φωτογραφίες: Ομάδα καλλιτεχνών
της Έκθεσης

Οι τόποι, εκεί που συγχέονται η ατομική με τη συλλογική μνήμη, η πραγματικότητα με τη φαντασία, η ενότιη με τη διχόνοια, το τοπικό με το παγκόσμιο, εξετάζονται σε βάθος από τους καλλιτέχνες, σε μια προσπάθεια εσωτερικής κατανόησης και αντικατοπτρισμού τους μέσα από την τέχνη.

Έξι καλλιτέχνες από διάφορα υπόβαθρα, με καταγωγή τα μακρινά μέρη Ιαπωνία και Ταϊβάν, εγκαταστάθηκαν για ένα μήνα στην Αθηνού, όπου είχαν την ευκαιρία να γνωρίσουν τον κόσμο και τις παραδόσεις της, να ταξιδέψουν σε άλλα μέρη της Κύπρου και να εντάξουν βιώματά τους στα έργα τους.

Ο Δήμος Αθένου συμμετέχοντας για ακόμη μια χρονιά μαζί με τον Δήμο Λάρνακας στη διεθνή εκδήλωση τέχνης και πολιτισμού "Larnaca Biennale" (Λάρνακα Μπιενάλε), εγκαινίασε στις 13 Οκτωβρίου 2023 στο Καλλινίκειο Δημοτικό Μουσείο Αθένου την έκθεση "To the Sea with Her Names" (Στη θάλασσα μαζί με τα Ονόματά της), οι δράσεις της οποίας φέτος σχεδιάστηκαν

με θέμα το "Home Away from Home" (Σπίτι Μακριά από το Σπίτι).

Την Έκθεση χαιρέτισαν ο Δήμαρχος Αθένου, κ. Κυριάκος Καρεκλάς, ο οποίος συγχάρηκε τους συμμετέχοντες και ευχαρίστησε όσους συμμετείχαν σε αυτή τη διοργάνωση, η Επιμελήτρια της Larnaca Biennale, Yev Kravt, η οποία εξέφρασε τη χαρά της για το αποτέλεσμα της έρευνας και της δημιουργικότητας των καλλιτεχνών που έλαβαν μέρος, καθώς και η Επιμελήτρια της Έκθεσης Shaoan Huang και ο εμπνευστής της και καλλιτέχνης Jun'ichiro ISHII, οι οποίοι και παρουσίασαν όλα τα έργα. Ακολούθως, οι παρευρισκόμενοι είχαν την ευκαιρία να συζητήσουν με τους καλλιτέχνες σε κοκτέιλ που παρέθεσε ο Δήμος.

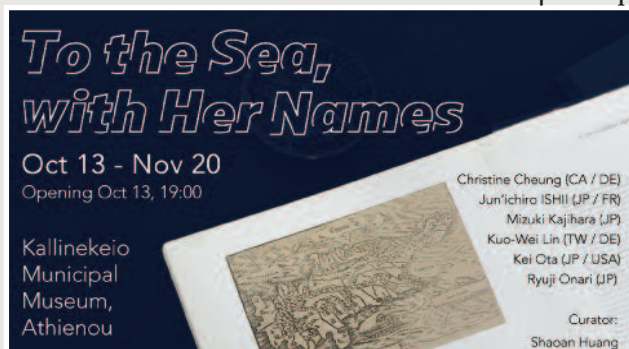
Οι καλλιτέχνες δούλεψαν με διάφορα υλικά, όπως υφάσματα, κεραμικά θραύσματα, χαλκό, αλάτι, καθώς και οπτικοακουστικό υλικό. Συγκεκριμένα, ο Jun'ichiro ISHII ασχολήθηκε με την ένωση ενός χειροποίητου παραδοσιακού υφαντού με βιομηχανικά ρούχα, θέλοντας να

τονώσει την έντονη αντίθεση μεταξύ τους και τη δυσκολία της εκπλήρωσης της επιθυμίας για ενότιη στη σύγχρονη παγκόσμια κατάσταση. Ο Ryuji Onari συνέλεξε κεραμικά θραύσματα που παράγονται σε διάφορα μέρη της Κύπρου, όπου εφαρμόζοντας τη μέθοδο συγκόλλησης Kintsugi, κατάφερε να συναρμολογήσει αταίριαστα μεταξύ τους κομμάτια.

Τα νέα έργα που δημιουργήθηκαν δεν αποτελούν συνέχεια των πρωτότυπων, αλλά ξεδιπλώνουν νέα νοήματα με την πάροδο του χρόνου. Ο Kuo-Wei Lin, σε μια προσπάθεια κατανόησης της ιστορίας της χειρωνακτικής εξόρυξης του χαλκού στην αρχαία Κύπρο, ασχολήθηκε με διάφορες τεχνικές γυαλισματος χάλκινων πλακών που μοιάζουν με νομίσματα, τοποθετώντας πλάνα από τον αρχαιολογικό χώρο του Κουρίου με θέμα τη γαλάζια θάλασσα, δημιουργώντας ένα βίντεο με τίτλο "thiatron", σε μια προσπάθεια μελέτης των εντάσεων που υπάρχουν μεταξύ της ατομικής, της εθνικής και της συλλο-

γικής μνήμης. Το έργο της Mizuki Kajihara βασίζεται σε ένα προσωπικό της ημερολόγιο κατά τη διάρκεια της διαμονής της στην Κύπρο, σχετικά με ιστορίες που άκουσε και πώς αυτές συνδέθηκαν με τη μουσική και με προσωπικές της αναμνήσεις. Το έργο της συνοδεύτηκε με ένα βίντεο που η ίδια δημιούργησε από τον χώρο διαμονής της στην Αθηνού, μέχρι το Πετροφάνι. Τελευταίο έργο, αλλά καθόλου ευκαταφρόνητο, είναι η δημιουργία της Christine Cheung. Με μία μικρή ποσότητα χοντρώδων κόκκων αλατιού από την Αλυκή Λάρνακας δημιούργησε ένα μεγάλο γεωμετρικό μοτίβο με πηγή έμπνευσης την αθηνάικη δαντέλα. Κατά τη διαμονή της στην Αθηνού η Christine φρόντισε τις Τετάρτες να ενσωματώνεται στις απογευματινές συναντήσεις κεντίματος στο Χάνι του Μεσιάνου. Το έργο της συνοδεύει ένα οικείο γράμμα, στο οποίο ξεδιπλώνει πολλές πτυχές του φυσικού τοπίου της Κύπρου και πώς αυτές συνδυάζονται με τα προσωπικά της συναισθήματα και αναμνήσεις.

Η έκθεση παρέμεινε ανοικτή για το κοινό μέχρι τις 20 Νοεμβρίου 2023. Οι επισκέπτες είχαν την ευκαιρία να την επισκεφτούν, καθώς επίσης και τις μόνιμες συλλογές του Μουσείου, φεύγοντας με τις καλύτερες εντυπώσεις.



Η Γλώσσα σήμερα

1. Η γλώσσα σήμερα είναι μέσο επικοινωνίας και δράσης, το οποίο προσαρμόζεται με ένα επικοινωνιακό πλαίσιο και επιτελεί συγκεκριμένους στόχους.

2. Η γλώσσα διέπεται από κανόνες. – Η Γλώσσα παρουσιάζεται ως δομή.

3. Η γλώσσα λειτουργεί ως σύστημα ιδεών και αξιών (κοινωνική πραγματικότητα).

Για διευκόλυνση των προσπαθειών που αφορούν τη συνοχή και τη σαφή στόχευση της γλωσσικής διδασκαλίας (εντός τάξεων, μεταξύ τάξεων, αλλά και βαθμίδων της εκπαίδευσης) αναπτύχθηκαν δείκτες επιτυχίας (στόχοι) και δείκτες επάρκειας (μέσα).

Η γλωσσική διδασκαλία βάσει του Αναλυτικού Προγράμματος περιστρέφεται γύρω από τρεις άξονες:

- Τοποθέτηση σε πλαίσιο θεματικό, επικοινωνιακό, κοινωνιοπολιτισμικό.

- Οργάνωση του λόγου σε επίπεδο κειμένου, πρότασης, λέξης.

- Αξιολόγηση και κριτική κειμένων ως προς το περιεχόμενο και την αποτελεσματικότητά τους. Η επικοινωνιακή προσέγγιση στη γλωσσική διδασκαλία αποτελεί μια επιστημολογική βάση, πάνω στην οποία μπορούν να στηριχθούν μια σειρά από διδακτικές μεθοδολογίες και πρακτικές. Οι παραδοσιακές γραμματοκεντρικές προσεγγίσεις δίνουν χώρο στην επικοινωνιακή προσέγγιση, που έχει ως στόχο την κατανόηση της γλώσσας. Η κατανόηση της γλώσσας επιτυγχάνεται μέσα

από την καλλιέργεια της ικανότητας αναγνώρισης και κατάλληλης χρήσης ενός μεγάλου εύρους γλωσσικών ποικιλιών και κειμενικών ειδών (χρηστικών και λογοτεχνικών), που τελικά θα οδηγήσει στον κριτικό γραμματισμό.

Κατά τη διδασκαλία του γλωσσικού μαθήματος δίνεται προτεραιότητα στον προφορικό λόγο των παιδιών. Η καλλιέργεια τόσο του προφορικού όσο και του γραπτού λόγου επιτυγχάνεται μέσω πρακτικής εξάσκησης κι όχι μέσω κανόνων. Η γλώσσα είναι ένα ενιαίο σύνολο και η διδασκαλία αυτό πρέπει να καταδεικνύει. Ο ικανός χρήστης της γλώσσας πρέπει να είναι σε θέση να χρησιμοποιεί την κατάλληλη γλώσσα ανάλογα με την περίπτωση επικοινωνίας.

Τα βασικότερα είδη λόγου είναι δύο, ο αναφορικός λόγος, που εσωκλείει την περιγραφή και την αφήγηση και ο κατευθυντικός λόγος, ο οποίος πραγματώνεται ως επιχειρηματολογία (π.χ. διαφήμιση), ως πρόσκληση, οδηγία, συνταγή κτλ. ή ως πραγματολογία με πραγματολογικά κείμενα (π.χ. επιστημονικού, ιατρικού, θρησκευτικού περιεχομένου, εγκυκλοπαίδειες). Οι σημαντικότεροι κειμενικοί τύποι είναι τέσσερις και αφορούν την αφήγηση, περιγραφή, επιχειρηματολογία και οδηγία, οι οποίοι περιλαμβάνουν μεγάλο αριθμό κειμενικών ειδών. Οι γλωσσικές ικανότητες αφορούν τις πιο κάτω τέσσερις δεξιότητες. Πρόκειται για έναν συνολικό πίνακα ικανοτήτων που πρέπει να έχει ο χρήστης της Ελληνικής γλώσσας.

- Ακρόαση και Κατανόηση Προφορικού Λόγου.

- Παραγωγή Προφορικού Λόγου.

- Ανάγνωση και Κατανόηση Γραπτού Λόγου.

- Παραγωγή Γραπτού Λόγου.

Στο δημοτικό σχολείο θεσμοθετείται επίσημα η κειμενοκεντρική προσέγγιση, ενώ εγκαταλείπεται η παραδοσιακή γραμματοκεντρική προσέγγιση. Κάθε είδος λόγου «κάνει» διαφορετικά πράγματα, επιτελεί διαφορετική λειτουργία με διαφορετικά γραμματικοσυντακτικά στοιχεία. Γι' αυτό η γραμματική με την έννοια αυτή ονομάζεται Λειτουργική γραμματική.

Σήμερα, η κειμενογλωσσολογία μιλά για τη «γραμματική» κάθε κειμενικού είδους, η οποία αναφέρεται στην εσωτερική διάρθρωση με την οποία κάθε κειμενικό είδος διευθετεί τα δομικά κειμενικά στοιχεία που το απαρτίζουν. Σημείο διδακτικής εκκίνησης αποτελεί η συνολική δομή του κειμένου, εντός της οποίας εξετάζονται οι λειτουργίες των λέξεων, των προτάσεων και των παραγράφων. Υπάρχει αντιστοιχία λειτουργίας, δομής, γραμματικών και υφολογικών χαρακτηριστικών και νοήματος.

Έτσι όσον αφορά το γλωσσικό σύστημα, τα παιδιά θα πρέπει όχι μόνο να μπορούν να αναγνωρίζουν τα διάφορα μορφολογικά και συντακτικά φαινόμενα, αλλά κυρίως να κατανοούν με ποιό τρόπο αυτά συμβάλλουν για να υπάρχει επικοινωνιακό αποτέλεσμα, ώστε να μπορούν να τα αξιοποιούν για να παράγουν οι ίδιοι αποτελεσματικό λόγο.

Κύματα της δογοτεχνίας

Κύματα

Κύματα οργισμένα να κουβαλούν ανθρώπους
Να κουβαλούν τους μπόγους με τα βρεγμένα ρούχα
Να κουβαλούν λίγο ξινισμένο γάλα και παξιμάδια
Να κουβαλούν την ελπίδα για ένα αμφίβολο αύριο
Να κουβαλούν το μίσος των μικρών ανθρώπων που θα συναντήσουν
Να κουβαλούν την ελπίδα για ένα δύσκολο αύριο.
Μια μέρα στη θάλασσα, μετράνε...
Μια νύχτα στη θάλασσα, υπολογίζουν...
Ακούνε τους γλάρους, προσεύχονται.
Δεύτερη μέρα στη θάλασσα...
Δεύτερη νύχτα στη θάλασσα ...
Κύματα οργισμένα να κουβαλούν ανθρώπους.
Παγώνουν, τρέμουν...
Σκοτάδι, σιωπή...
Το φεγγάρι κρύφτηκε, τα αστέρια χάθηκαν.
Θέλουν να σώσουν τα παιδιά, θέλουν να σωθούν
με τα κύματα που σώζουν ανθρώπους.

Ξημερώνει...

Ένα χέρι απλώνεται, αγκαλιάζει το παιδί
Φωνές, φασαρία, κουβέρτες, νερό, φαγητό, ασυναρτησίες
Ακόμη έχουν στα αυτιά τους τις βόμβες να σκάνε
Δεν μιλούν, δεν γελάνε, δεν εμπιστεύονται
Αναπνέουν, αγγίζουν, γεύονται, ονειρεύονται, υπάρχουν.
Φιλούν το χώμα, τους οδηγούν σε ένα καλύτερο άγνωστο.
Θα ξανακτίσουν τη ζωή, θα πάρουν τη ζωή απ' την αρχή, θα ξαναγεννηθούν;

Το ποίημα διακρίθηκε σε σχετικό Διαγωνισμό Ποίησης.

Δρ. Δέσποινα Ζαννεντίδου-Πουγεράση
Επιθεωρήτρια Δημοτικής Εκπαίδευσης

ΠΑΝΔΗΜΟΣ ΕΟΡΤΑΣΜΟΣ ΤΗΣ ΕΠΕΤΕΙΟΥ ΤΗΣ 28^{ΗΣ} ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 1940

Με αθρόα συμμετοχή και με αισθήματα υπερηφάνειας πραγματοποιήθηκε ο πάνδημος εορτασμός της Εθνικής Επετείου της 28ης Οκτωβρίου 1940, τιμώντας με κάθε λαμπρότητα την Ελευθερία, την Αξιοπρέπεια και τον Ηρωισμό που υπέδειξε ο ελληνικός λαός στο Έπος του '40. Η επέτειος εορτάστηκε με παν-

ηγυρική Δοξολογία στην Εκκλησία Παναγίας Χρυσελευσας το Σάββατο, 28 Οκτωβρίου 2023 στις 10:00 π.μ., στην παρουσία του Δημάρχου κ. Κυριάκου Καρεκλά, μελών του Δημοτικού Συμβουλίου, εκπροσώπων κομμάτων, οργανωμένων συνόλων, επίσημων προσκεκλημένων και πλήθος δημοτών. Τον πανηγυρικό της ημέρας εκφώνησε

η φιλόλογος του Γυμνασίου Αθηνών κ. Χρυστάλλα Κίτα. Ακολούθησε Παρέλαση με τη συμμετοχή όλων των εκπαιδευτηρίων της Αθηνών, του 68ου Συστήματος Προσκόπων Αθηνών και άλλων οργανωμένων συνόλων, η οποία κατευθύνθηκε εν πομπή στο Μνημείο Πεσόντων και Αγνοουμένων Αθηνών, όπου εκεί έγινε τρισάγιο

από το ιερατείο του Δήμου και ακολούθησε κατάθεση στεφάνων στους ήρωες και αγνοούμενους της Αθηνών. Η επέτειος του ΟΧΙ μας υπενθυμίζει την πλούσια ελληνική ιστορία σε αγώνες και θυσίες για την απόκτηση και τη διατήρηση του υπέρτατου αγαθού της ελευθερίας. Το αγαθό αυτό, το βγαλμένο από τα

κόκκαλα των Ελλήνων τα ιερά, που υπηρέτησαν από τα βάθη των αιώνων μέχρι σήμερα οι πρόγονοί μας και που τόλμησαν να αντιτάξουν περήφανα το ΟΧΙ και να αγωνιστούν με τόλμη και ηρωισμό.

*Νατάσα Γεωργίου
Δημοτικός Γραμματέας*



ΑΓΙΑΣΜΟΣ ΚΥΝΗΓΩΝ ΣΤΟΝ ΕΚΔΡΟΜΙΚΟ ΧΩΡΟ ΑΡΧΑΓΓΕΛΟΥ

Το Σάββατο 4 Νοεμβρίου 2023, την παραμονή της έναρξης της νέας κυνηγετικής περιόδου, τελέσθηκε στις 11 π.μ. στον εκδρομικό χώρο Αρχαγγέλου, δίπλα από την εκκλησία του Αρχαγγέλου Μιχαήλ στην Αθηνών, αγιασμός κυνηγών, για ευλογία για καλύτερη κυνηγετική επιτυχία. Στον αγιασμό προσκλήθηκε και παρευρέθηκε και ο Δήμαρχος Αθηνών κ. Κυριάκος Καρεκλάς. Τον αγιασμό τέλεσε ο πρωτοπρεσβύτερος της Αθηνών πάτερ Θεόδουλος Ροκόπου, παρουσία αρκετών κυνηγών. Μετά τον αγιασμό, ο πάτερ Θεόδουλος ευχήθηκε στους κυνηγούς «καλό κυνήγι», πάντα στο πλαίσιο της νομιμότητας και της ορθής ενασχόλησης με το σπορ του κυνηγιού. Παρόμοιες ήταν και οι ευχές του Δημάρχου Αθηνών, ενώ μεταξύ των κυνηγών επικράτησε ευφορία για επιτυχίες και συζήτηση για τα «στάματα», το θήραμα κλπ. ενόψει της νέας κυνηγετικής περιόδου.



Δεύτερος παγκύπρια σε πρωτάθλημα σκακιού ο Γιώργος Αρτεμίου!



Ακόμη μια σημαντική διάκριση πέτυχε ο νεαρός μας σκακιστής Γιώργος Αρτεμίου, κατακτώντας τη δεύτερη θέση στο παγκύπριο νεανικό πρωτάθλημα 2023 στην κατηγορία U18 (κάτω των δεκαοχτώ). Η μεγάλη του αγάπη για το άθλημα, με το οποίο ασχολείται από τα παιδικά του χρόνια, αφιερώνοντας πολλές ώρες προπόνησης και μελέτης, επιβραβεύεται με αυτή τη μεγάλη επιτυχία. Ο Γιώργος, που ξεκίνησε και τη στρατιωτική του θητεία τον Ιούλιο, θα εκπροσωπήσει την Κύπρο ως μέλος της εθνικής μας ομάδας στο παγκόσμιο νεανικό πρωτάθλημα σκακιού τον Νοέμβριο στην Ιταλία. Του ευχόμαστε καλή επιτυχία. Είμαστε σίγουροι ότι θα συνεχίσει να μας κάνει περήφανους.

Γράφει ο π. Διομήδης Παπούλης

Χαρούμενα Χριστούγεννα και ευτυχισμένο το Νέο Έτος.

Ο Δήμαρχος, το Δημοτικό Συμβούλιο, το προσωπικό του Δήμου Αθηνών και η Συντακτική Επιτροπή της Εφημερίδας εύχονται καλές γιορτές σε όλες και όλους!

Τα φετινά Χριστούγεννα ας αναστήσουν το χαμόγελο στα χείλη των ανθρώπων, ας ζεστάνουν τις παγωμένες καρδιές τους και ας χαρίσουν ελπίδα και φως σ' αυτούς που αγωνίζονται για καλύτερες μέρες ζωής.

Ευχή να γεμίζουν οι μέρες μας με αγάπη, χαρά και ειρήνη.

Τα Χριστούγεννα και η Πρωτοχρονιά του 2024 να φέρουν υγεία, επιτυχίες και αξέχαστες στιγμές με τα αγαπημένα μας πρόσωπα.



ΠΑΝΗΓΥΡΙΣ ΑΓΙΟΥ ΙΕΡΟΜΑΡΤΥΡΑ ΦΩΚΑ

Όπως κάθε χρόνο, έτσι και φέτος, εορτάσαμε τη μνήμη του πολιούχου μας Αγίου Φωκά, ιδιαίτερα φέτος με λαμπρότητα και θρησκευτική συγκίνηση, αφού είχαμε τη χαρά να φιλοξενήσουμε την Αυτού Μακαριότητα τον Αρχιεπίσκοπο κ.κ. Γεώργιο, ο οποίος σαν γνήσιος Αθηνίτης που αγαπά ιδιαίτερα τον τόπο του, έφερε δύο μεγάλα πνευματικά δώρα στην Εκκλησία της Αθηνών, ένα μέρος του λειψάνου του Αγίου Φωκά και ένα μέρος του λειψάνου του Αγίου Μεγαλομάρτυρος Γεωργίου του Τροπαιοφόρου για να μείνουν μόνιμα στον ναό και να φυλάνε την πόλη μας.

Η υποδοχή των λειψάνων έγινε στην πλατεία του ναού του Αγίου Γεωργίου. Τα λείψανα υποδέχθηκε και παρέλαβε ο Πανιερώτατος Μητροπολίτης Τριμυθού κ.κ. Βαρνάβας, υπό τους ήχους της φιλαρμονικής κωδωνοκρουσίας των ναών μας.

Στη συνέχεια με τη συνοδεία της φιλαρμονικής κατευθυνθήκαμε στον ναό του πανηγυρίζοντος Αγίου Φωκά, προπορευόμενων των εξαπτέρυγων, των εικόνων των Αγίων, των ιερέων και Αρχιερέων, πλαισιωμένων από τους έφεδρους καταδρομείς, των Προσκόπων του 68ου Συστήματος και πλήθος κόσμου.

Στον ναό του Αγίου Φωκά έγινε μέγας αρχιερατικός εσπερινός χοροστατούντος του Αρχιεπισκόπου Γεωργίου. Στο «Νυν Απολύεις...» ο προϊστάμενος του ναού Πατήρ Δημήτριος προσφώνησε τον Μακαριώτατο, ευχαριστώντας τον για την παρουσία του και για τα μεγάλα πνευματικά δώρα, αλλά και την εισφορά των 100.000 ευρώ για το υπό ανέγερση πνευματικό κέντρο. Ο Μακαριώτατος αντιφώνησε ευχαριστώντας για τη θερμή υποδοχή που έγινε στον ίδιο



και τα λείψανα των Αγίων, τονίζοντας την αξία της παρουσίας των λειψάνων των Αγίων μας στην πόλη μας, αλλά και ότι πάντοτε θα ενδιαφέρεται και θα φροντίζει για την πνευματική πρόοδο της γενέτειράς του.

Μετά το πέρας των προσφωνήσεων οι ιερείς και η Εκκλησιαστική Επιτροπή πρόσφεραν στον Μακαριώτατο αγιογραφημένη εικόνα του Αγίου Φωκά εις ένδειξη τιμής και εκτίμησης για το ενδιαφέρον του για την Εκκλησία, με την ευχή ο Άγιος να τον

φωτίζει και να τον δυναμώνει στο δύσκολο έργο της διαποίμανσης του Χριστεπώνυμου πληρώματος της Εκκλησίας.

Την επομένη τελέστηκε Αρχιερατική Θεία Λειτουργία χοροστατούντος του Πανιερωτάτου Μητροπολίτου Τριμυθού κ.κ. Βαρνάβα και την παρακολούθησε πλήθος πιστών Αθηνιτών, αλλά και ξένων. Κατά τη Θεία Λειτουργία κήρυξε ο Πανοσιολογιώτατος Αρχιμανδρίτης και Πρωτοσύγκελος της Ιεράς Μητροπόλεως Τριμυθού πατήρ Γρηγόριος Ιωαννίδης.

Το απόγευμα έγινε πανηγυρικός εσπερινός χοροστατούντος του Θεοφιλέστατου επισκόπου Αμαθού κ.κ. Νικολάου. Μετά το πέρας του εσπερινού έγινε η καθιερωμένη περιφορά της εικόνας και των λειψάνων των Αγίων Φωκά και Γεωργίου σε δρόμους του Δήμου μας, υπό τους ήχους της φιλαρμονικής

της αστυνομίας και με την παρουσία βουλευτών, στρατιωτικών και άλλων επισήμων.

Η προσέλευση του κόσμου της Αθηνών, αλλά και ξένων, ήταν άνευ προηγουμένου, αφού πλέον η πανηγυρίς του Αγίου Φωκά έγινε γνωστή σε όλο τον κόσμο, όπου υπάρχουν ορθόδοξοι χριστιανοί αφού από το 2017 έχει εγγραφεί στον εθνικό κατάλογο άυλης πολιτιστικής κληρονομιάς της ΟΥΝΕΣΚΟ.

Ευχόμαστε η χάρις και η ευλογία των πολιούχων Αγίων μας Φωκά και Γεωργίου και της μεγάλης προστάτιδας μας Παναγίας να σκέπουν και να φυλάττουν την Κύπρο μας και ιδιαίτερα την Αθηνών από επιβουλές απίστων εχθρών.

Πρωτοπρεσβύτερος
Δημήτριος Παπαϊωάννου

Κατηχητικές Συνάξεις: Δράσεις και Πρόγραμμα Συναντήσεων

Όπως κάθε χρόνο, έτσι και φέτος, το Ευαγγέλιο του Καλού Σπορέως σηματοδοτεί την έναρξη των κατηχητικών συνάξεων, όλων των επιπέδων. Έτσι από τις 16 Οκτωβρίου οι κατηχητικές αίθουσες της ενορίας μας άνοιξαν για να υποδεχθούν τόσο τα παιδιά και τους εφήβους, όσο και τους ενήλικες. Διότι όλοι έχουμε ανάγκη από λόγια ειλικρινή, λόγια παρηγοριάς, λόγια ενθαρρυντικά που πλημμυρίζουν την καρδιά μας με πίστη και αγά-

πη για τον Δημιουργό και Κύριό μας.

Θερμή μας παράκληση προς τους γονείς να προτρέπουν τα παιδιά τους να έρχονται στις κατηχητικές συγκεντρώσεις, να τα παροτρύνουν και να τα υπενθυμίζουν. Μέσα από τη μουσική, το παιχνίδι και τη συζήτηση θα μάθουν πολλά και ενδιαφέροντα πράγματα για τον Χριστό και την εκκλησιαστική μας παράδοση.

Την Κυριακή 29 Οκτωβρίου, μετά το τέλος της Θείας Λειτουργίας, πραγματοποιήθηκε ο καθιερωμένος αγιασμός. Είναι γεγονός ότι δεν μπορούμε να αλλάξουμε τη πραγματικότητα μέσα στην οποία ζούμε. Μπορούμε όμως με τη χάρη του Θεού να μεταμορφώσουμε τον τρόπο που τη βλέπουμε και ερμηνεύουμε. Και αυτό είναι από μόνο του ένα θαύμα.

Δέσποινα Παστού - Μαγγανή
Δημοτική Σύμβουλος
Πρόεδρος Πολιτιστικής Επιτροπής



ΤΟ ΘΕΑΡΕΣΤΟ
ΒΙΒΛΙΟΠΩΛΕΙΟ
ΙΕΡΑΣ ΜΗΤΡΟΠΟΛΙΣ ΤΡΙΜΥΘΟΥΝΤΟΣ

ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΕΣ ΑΓΟΡΕΣ
www.theareston.cy

ΑΓΙΑ ΓΡΑΦΗ	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΑ	ΜΟΥΣΙΚΑ
ΕΠΙΧΟΛΟΜΗΤΙΚΑ	ΠΑΤΕΡΙΚΑ	ΕΡΜΗΝΕΥΤΙΚΑ
ΠΕΝΘΟΣ ΑΣΘΕΝΕΙΑ	ΜΥΣΤΗΡΙΑ ΤΗΣ ΕΚΚΛΗΣΙΑΣ	ΑΓΙΟΓΡΑΦΙΚΑ
ΔΙΑΦΟΡΑ	ΞΕΝΟΓΛΩΣΣΑ	ΕΙΚΟΝΕΣ
ΒΙΟΙ ΑΓΙΩΝ	ΓΟΝΕΙΣ-ΣΥΖΥΓΙΑ	ΠΑΙΔΙΚΑ
ΕΚΚΛΗΣΙΑΣΤΙΚΑ ΕΙΔΗ		

Ευαγγελιστριάς 2, 2540 18άλιον, τηλ. 22527058
bookshop@imtrimythountos.org.cy

ΙΕΡΟΣ ΝΑΟΣ ΠΑΝΑΓΙΑΣ ΧΡΥΣΕΛΕΟΥΣΗΣ ΑΘΗΝΩΝ ΚΑΤΗΧΗΤΙΚΗ ΚΙΝΗΣΗ 2023-2024

Η Εκκλησία ανακοινώνει ότι από τις 16 Οκτωβρίου άρχισαν οι κατηχητικές της συγκεντρώσεις. Για αυτό προτρέπει και παρακαλεί τους γονείς να σταθούν βοηθοί και συμπαραστάτες στο θεάρεστο τούτο έργο της κατά Χριστό μόρφωσης των παιδιών μας.

Είσαι και εσύ καλεσμένος Του...

Και εσείς αγαπητά μας παιδιά ελάτε στους χώρους των κατηχητικών συγκεντρώσεων, για να γνωρίσετε τον Χριστό και την εκκλησιαστική μας παράδοση μέσα από τη μουσική, το παιχνίδι και τη συζήτηση θεμάτων που σας ενδιαφέρουν.

	ΔΗΜΟΤΙΚΟ	ΓΥΜΝΑΣΙΟ	ΛΥΚΕΙΟ
ΑΓΟΡΙΑ	ΣΑΒΒΑΤΟ 12:00 – 1:00 μ.μ.	ΠΕΜΠΤΗ 6:30 – 7:30 μ.μ.	ΠΕΜΠΤΗ 6:00 – 7:00 μ.μ.
ΚΟΡΙΤΣΙΑ	ΣΑΒΒΑΤΟ 10:00 – 11:00 π.μ.	ΤΕΤΑΡΤΗ 6:00 – 7:00 μ.μ.	ΤΕΤΑΡΤΗ 6:00 – 7:00 μ.μ.
ΧΡΙΣΤΙΑΝΙΚΟΣ ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ		ΠΑΡΑΚΛΗΣΗ - ΟΜΙΛΙΑ	ΣΧΟΛΗ ΒΥΖΑΝΤΙΝΗΣ ΜΟΥΣΙΚΗΣ
	ΔΕΥΤΕΡΑ 6 μ.μ.	ΤΡΙΤΗ 6 μ.μ.	Συνεχίζονται και φέτος τα μαθήματα βυζαντινής μουσικής από τον πρωτοψάλτη Ευάγγελο Γεωργίου. Για περισσότερες πληροφορίες αποστείλετε στο τηλ. 99095047.



ΤΑΞΙΔΙ ΣΤΗΝ ΠΟΛΥΧΡΩΜΗ ΚΕΝΥΑ ΤΩΝ ΑΝΤΙΘΕΣΕΩΝ

Βασικοί σκοποί του ταξιδιού

Ένα αλλιώτικο ταξίδι πραγματοποιήθηκε από 17 ως 29 Αυγούστου 2023 από 26 εθελοντές από την Αθηνού και αλλού, με ανθρώπους ιδιαίτερα ευαισθητοποιημένους σε θέματα ιεραποστολής.

Η ομάδα μετέφερε και διένειμε αξιόλογη ανθρωπιστική βοήθεια και παρευρέθηκε στα θυρανοξία και στον καθαγιασμό του Ιερού Ναού των Αγίων Ιωάννη Χρυσοστόμου, Νεκταρίου και Θέκλης, στο Loitokitok, στις 27 Αυγούστου 2023.

«Εν Εκκλησίαις ευλογείτε τον Θεόν»

Τον καθαγιασμό του Ναού τέλεσε ο Σεβασμιώτατος Μητροπολίτης Ναϊρόμπι, Υπέρυμος και Έξαρχος Κένυας, κ. Μακάριος, πλαισιούμενος από δέκα ιερείς, δύο εκ των οποίων Κύπριοι. Ιδιαίτερη τιμή για εμάς ήταν και η παρουσία του Πρέσβη της Κύπρου στην Κένυα, κ. Σάββα Βλαδιμήρου, καθώς και άλλων Κυπρίων που διαμένουν στη χώρα.

Ο συγκεκριμένος Ναός είναι πραγματικό στολίδι για την περιοχή. Η Ομάδα Εθελοντών Αθηνού για την Κένυα ανέλαβε την πρωτοβουλία για την ανέγερση και αποπεράτωση του Ναού. Χάρης στην άδεια και στις ευλογίες των Μητροπολιτών Κένυας και Τριμυθούντος προηγήθηκαν έρανοι εντός της μητροπολιτικής περιφέρειας Τριμυθούντος για την ολοκλήρωση του πιο πάνω έργου. Η ομάδα μετέφερε άμφια, ιερά σκεύη, ιερατικά άμφια, κάλυμμα της Αγίας Τράπεζας, κουρίνα για την Ωραία Πύλη, εικόνες, και αρώματα για τον καθαγιασμό της Αγίας Τράπεζας. Για την προσφορά των πιο πάνω, αλλά και άλλων σημαντικών ειδών, συ-

Αρχικά, ξεκινάς να αλλάξεις τη ζωή των άλλων, αλλά στο τέλος αλλάζεις τη δική σου!

νέβαλαν ο Αρχιεπίσκοπος Κύπρου κ.κ. Γεώργιος, οι Μητροπολίτες Ναϊρόμπι κ. Μακάριος και Τριμυθούντος κ. Βαρνάβας, καθώς και πολλοί συμπατριώτες μας, τους οποίους και ευχαριστούμε από καρδιάς.

Η χαρά όλων, ιθαγενών και Κυπρίων, δεν μπορεί να εκφραστεί με λόγια. Αξίζει να σημειωθεί ότι το γεγονός παρουσίασαν πέντε κανάλια της Κένυας. Άνθρωποι χαριτωμένοι οι κάτοικοι της περιοχής, με βαθιά πίστη και καρτερικότητα, διανύουν χιλιόμετρα, για να εκκλησιαστούν και να μεταλάβουν των Αχράντων Μυστηρίων.

Παροχή βοήθειας

Με πολύ γεμάτες τις αποσκευές μας με χρήσιμα είδη ένδυσης και υπόδησης, τρόφιμα, είδη ιατροφαρμακευτικής περιθαλψής, σχολικά είδη, παιχνίδια, δώρα από νονούς, ξεκινήσαμε για το μεγάλο ταξίδι... Νιώσαμε ακόμα μια φορά να ισχύει η ρήση πως όταν παίρνεις γεμίζουν τα χέρια σου, όταν δίνεις γεμίζει η καρδιά σου.

Οι ταξιδιώτες είδαν τον αγώνα και τις αγωνίες του π. Τίτο, ιθαγενούς ιερέα στο Loitokitok, καθώς και των κατοίκων της περιοχής του, με τους περισσότερους να ζουν σε άθλιες συνθήκες διαβίωσης.

Δώσαμε δώρα και εισπράξαμε αγκαλιές και

χαμόγελα. Μαγειρέψαμε, φτιάξαμε γλυκά, διδάξαμε πώς να φτιάχνουν χαλούμια, ψωμί, πρόσοφο και άλλα εδέσματα.

Βαφτίσεις

Συμμετείχαμε στη βάφτιση πολλών παιδιών και ενήλικων, που ανήκουν πλέον στη μεγάλη οικογένεια, που λέγεται Ορθόδοξη Εκκλησία. Έκδηλη η χαρά στο πρόσωπο όλων των παρευρισκομένων. Ακολούθησαν χοροί και τραγούδια μέσα στην εκκλησία, όπως συνήθίζεται στην κουλτούρα του λαού και γίναμε κι εμείς κοινωνοί αυτής της χαράς.

Rescue Home, το καταφύγιο της αγάπης

Η δράση μας επικεντρώθηκε στο Rescue Home -Young Innocent Souls of God (YISOG), ένα καταφύγιο διάσωσης ορφανών, εγκαταλειμμένων και άπορων παιδιών του Loitokitok. Το κύριο οικοδομήθηκε από Γερμανικό Πανεπιστήμιο, συντηρείται δε και εξοπλίζεται σταδιακά από την Ομάδα Εθελοντών Αθηνού για την Κένυα και τελεί υπό τη διεύθυνση του π. Τίτο. Παιδιά πονεμένα καθώς είναι αποζητούν μια ζεστή αγκαλιά, ένα λόγο παρηγορητικό.

Η ομάδα μοιράστηκε με τα παιδιά του Rescue Home οπτικοακουστικό υλικό και παρουσίασε ενδιαφέρουσες πτυχές της ζωής. Επίσης χάρισε δέκα laptop, τα οποία δόθηκαν από αυστραλέζικη εταιρεία μέσω ενός συνταξιδιώτη μας. Σε ένα από τα laptop εγκαταστάθηκε Πρόγραμμα για να χρησιμοποιείται από τυφλά παιδιά.

Ένα θερμό ευχαριστώ

Κάτοικοι της Αθηνού και άλλοι συμπατριώτες μας στηρίζουν το πολύπλευρο κοινωνικό και

ποιμαντικό έργο του πατρός Τίτο από το 2009 μέχρι σήμερα, τους οποίους θερμά ευχαριστούμε. Τις ευχαριστίες για τη συνεχή στήριξη δεχθήκαμε από τον Μητροπολίτη Μακάριο, τον π. Τίτο και τους εκεί κατοίκους, τις οποίες μεταφέρουμε σε όλους όσους στηρίζουν το πολυδιάστατο έργο του π. Τίτο.

Αγωγή ψυχής ή ταξίδι αναψυχής;

Ταξίδι στην Κένυα, αγωγή ψυχής ή ταξίδι αναψυχής;... Αδιαμφισβήτητα και τα δύο, αφού είχαμε την ευκαιρία να επισκεφθούμε το πάρκο με καμπλοπαράδους στη Ναϊρόμπι και να απολαύσουμε το Safari στο πάρκο Amboseli στο Loitokitok. Εννοείται ότι περπατήσαμε στους δρόμους της πολύβουνης Ναϊρόμπι, μιας αφρικανικής πρωτεύουσας που εκ πρώτης όψεως θυμίζει ευρωπαϊκή χώρα με όλες τις ανέσεις, αν εξαιρέσεις την παραγκούπολη που βρίσκεται πολύ κοντά στη Μητρόπολη. Η αβραμιαία φιλοξενία που δεχθήκαμε από τον Μητροπολίτη Μακάριο και οι πατρικές του συμβουλές μας έδωσαν κουράγιο για να συνεχίσουμε.

Ένα μεγάλο εύγε στην ομάδα που ταξίδεψε μαζί μας, που δέσαμε μεταξύ μας και επιτελέσαμε αυτό το θεάρεστο έργο.

Ζήσαμε μοναδικές συγκινητικές στιγμές. Άλλος κόσμος, μιας άλλης εποχής...

Αρχικά, ξεκινάς να αλλάξεις τη ζωή των άλλων, αλλά στο τέλος αλλάζεις τη δική σου!

Αννα Χριστοδούλου,
Εκπαιδευτικός



Κάνει κρύο στο νότιο ημισφαίριο, είναι χειμώνας στη γη των Μασάι. Πολύ πριν φέξει, ο αρχηγός της περιοχής μαζεύει κούτσουρα κι ανάβει φωτιά. Μαζευόμαστε όλοι γύρω και εντοκτωδώς τρίβουμε τις παλάμες να ζεσταθούμε. Δεν υπάρχουν φώτα όπως στις πόλεις, έτσι μπορώ να δω καθαρά τη γαλακτική οδό να σχηματίζεται πάνω και πέρα από το χιονισμένο Κιλιμάντζαρο.

Καθώς τοιρίζουν τα πρώτα ξύλα κι ανεβαίνει ο καπνός, ο αρχηγός ξεκινάει τις ιστορίες του

για την κραιπάλη που πολλοί στη δύση θεωρούμε δυσβάστακτα. Όμως γι' αυτούς η μείρα είναι κοινή και η δυσχέρεια κοιμημένη ραμμένη στο μαύρο πετόι τους.

Μόλις σφίξει καλά ο ήλιος, ο Ντάνιελ ξεκινά περπάτημα πολλών χιλιομέτρων. Σήμερα έχει να πάει στο παζάρι των ζώων για να ανταλλάξει τη γέρικη γελάδα του με κατσίκια. Έτσι θα πάρει μαζί του τα μεγάλα παιδιά. Στα δύο μικρότερα των 5 και 4 ετών θα δώσει μεγάλα μπιτόνια να τα γεμίσουν νερό από

το πηγάδι. Η γυναίκα του θα δέσει στην πλάτη το μωρό και θα πάει στη μεγάλη αγορά Kibera να πουλήσει όσα λαχανικά τους απέμειναν στο μπιστάκι γιατί το προηγούμενο βράδυ τα μυρίστηκαν οι ελέφαντες και τα έφαγαν σχεδόν όλα.

Κουβέντα στην κουβέντα ξημέρωσε. Το Κιλιμάντζαρο πρόβαλε αρχοντικό με τα λευκά σύννεφα υποπόδιο των ποδών του.

Έφεξε καλά ο ήλιος και ο Ντάνιελ πρέπει να φύγει. Απομακρύνεται λίγο μα επιστρέφει,

για να μας καλέσει στη γιορτή που θα κάνει η κοινότητα τ' απόγεμα. Μας προσκαλεί με ειλικρίνεια και το γέλιο του είναι ζεστό, φιλόξενο.

Αυτή η ιστορία είναι αληθινή και οι άνθρωποι είναι ευτυχείς με αυθεντικά χαμόγελα. Όσα και να προσφέρει η Κύπρος, οι Μασάι ξέρουν να ανταποδίδουν εκατονταπλάσια.

Λουκία Σταυρινού,
Λογοτέχνης, Ποιήτρια

Μια αφιέρωση για έναν ξεχωριστό άνθρωπο με σπάνια χαρίσματα

«Δεν κρύβω πως ξαφνιάστηκα κάπως, όταν ένα πρωινό κτύπησε το κουδούνι του σπιτιού μου και αντίκρισα μια ομάδα παιδιών διαφόρων ηλικιών, που με γνώριζαν όταν εργαζόμουν ως συνοδός στο Δημοτικό Σχολείο. Μου ζήτησαν να γράψω ένα σχόλιο για τη φιλόλογό τους κ. Χρυστάλλα Κίτα Όσιοντιν, για να το δημοσιεύσουμε στην εφημερίδα του Δήμου Αθηνού. Η συγκίνησή μου μεγάλη. Η απάντησή μου άμεση και θετική. Πώς μπορούσα άλλωστε να αρνηθώ σ' αυτή την επιθυμία των παιδιών, αφού ήξεραν ότι γνώριζα αυτόν τον χαρακτηριστικό άνθρωπο.

Ζητώντας λοιπόν τις γνώμες και τις απόψεις των παιδιών όλοι είχαν κι' από έναν καλό λόγο να πουν για την καθηγήτριά τους φιλική, απλή, καλοσυνάτη, καταδεκτική, κερδίζει την αγάπη και την εκτίμηση όλων μας. Άνθρωπος πολύπλευρος καθώς είναι, καταφέρνει με την εργατικότητα της να συνδυάζει τις οικογενειακές της υποχρεώσεις με την κοινωνική προσφορά. Εγώ σαν Δήμητρα τη θαυμάζω πολύ, γιατί βλέπω ότι

παρ' όλα τα προβλήματα υγείας που αντιμετωπίζει, εντούτοις βρίσκεται εκεί που πρέπει να βρίσκεται κάθε άνθρωπος και επιστρατεύει τις ψυχικές και πνευματικές της δυνάμεις, για να ανασηκώσει τον πονεμένο, τον αδύνατο μαθητή και να απαντήσει σ' όλες τις ερωτήσεις και απορίες, γιατί πιστεύει πραγματικά πως είναι ωραίο πράγμα να είναι κανείς άνθρωπος.

Ποτέ της δε μεταφέρει τα εν οίκω προβλήματά της, στο σχολικό περιβάλλον. Αμπαρώνει πίσω από την πόρτα του σπιτιού της, ό,τι αφορά τη φαμίλια της και πηγαινει στον τόπο εργασίας της με φρέσκο μυαλό να υπηρετήσει την κατά πνεύμα δεύτερη φαμίλια της. Όπως μου είπαν οι μαθητές της τους αντιμετωπίζει όλους ως δικά της παιδιά και μέλη της οικογένειάς της. Μιλά με όλους στα διαλείμματα με πραότητα, γλυκύτητα και περισσή αγάπη.

Ακούγοντας όλα αυτά τα όμορφα λόγια των παιδιών, βγαίνει το συμπέρασμα ότι όντως είναι ένας ξεχωριστός άνθρωπος.

Εγώ πιστεύω ότι εκτός των άλλων είναι ένας άνθρωπος θεοσεβής, όχι όμως θρησκόληπτος. Είναι ο άνθρωπος της γνήσιας εκκλησιαστικής παράδοσης, όχι όμως του συντηρητισμού και της οπισθοδρόμησης.

Για μένα είναι ένα σπάνιο πλάσμα που όλοι οφείλουμε να την αγαπούμε, να την θαυμάζουμε και να την μιμούμαστε (και όχι να την ζηλεύουμε και να συκοφαντούμε την υπόλοιπη οικογένειά της).

Αγαπητή μου Χρυστάλλα, σαν άνθρωπος μεγάλης ηλικίας που είμαι και ζώντας αρκετά χρόνια στο εξωτερικό θέλω να σου δώσω μια συμβουλή.

«Μη σε επηρεάζουν και σε πηληγώνουν οι κακές γλώσσες. Συνέχισε να είσαι ο εαυτός σου. Εγώ είμαι βέβαιη ότι μπορείς να κάνεις τον κόσμο ψυχικά ομορφότερο με τα προσόντα που έχεις».

Καλή μου Χρυστάλλα, εγώ η Δήμητρα Κιρκιλάρη και όλα ανεξαιρέτως τα παιδιά που σε γνωρίζουν σε ευχαριστούμε για όλα και ευχόμαστε ο Θεός να σου χαρίσει χρόνια, για να χαρείς πολλές ευτυχισμένες οικογενειακές

στιγμές και μέρες δημιουργικές, γεμάτες με όλα όσα σε ενδιαφέρουν και σε ευχαριστούν.

Θερμές ευχαριστίες και ένα μεγάλο μπράβο θέλω να απευθύνω και στον Δήμαρχο μας κ. Κυριάκο Καρεκλά για το δύσκολο έργο που επιτελεί και του εύχομαι υγεία, πολλή δύναμη, υπομονή και κάθε καλό γιατί το αξίζει. Θεωρώ επίσης καθήκον να πω ένα μεγάλο εύγε, σ' όλη τη Συντακτική Επιτροπή που δουλεύει αφιλοκερδώς, για να αξιολογεί τα πάντα και να ενημερώνει σωστά δημότες και αποδήμους.

Θα ήταν παράλειψή μου να μην ευχαριστήσω και τους κάτωθι εκπαιδευτικούς, που είχα την τύχη να τους γνωρίσω από κοντά και τους θεωρώ ξεχωριστούς και μάχιμους, την Δρ. Δέσποινα Πουγεράση-Ζαννετίδου, την κ. Χριστίνα Ροκόπου, την κ. Μαρία Κουμίδου, την κ. Ελένη Κωνσταντίνου, την κ. Ορθοδοξία Ζανέττου, τον κ. Πέτρο Κολιά και τον κ. Θεόδωρο Αυζεντίου.

Σας ευχαριστώ,
Δήμητρα Κιρκιλάρη,
Εκ μέλους των παιδιών



ΔΗΜΟΤΙΚΗ ΣΤΕΓΗ ΕΝΗΛΙΚΩΝ

ΚΛΕΑΝΘΕΙΟΣ ΚΟΙΝΟΤΙΚΗ ΣΤΕΓΗ ΗΛΙΚΙΩΜΕΝΩΝ

Η Δημοτική Στέγη Ενηλίκων Αθηνών, στις 25 Ιουλίου 2023, πραγματοποίησε εκδήλωση προς τιμή του αποχωρήσαντα κύριου Βάσου Χ' Γιαννακού, ο οποίος για 22 χρόνια επιτέλεσε το έργο του ως Πρόεδρος της Δημοτικής Στέγης Ενηλίκων Αθηνών, με σθένος και αγάπη για το καλό των ηλικιωμένων συνανθρώπων μας. Φόρος τιμής δόθηκε και στην αφυπηρετούσα Διευθύντρια της Κλεανθείου Στέγης κυρία Θεοδώρα Κουμίδου, αλλά και στην Διευθύντρια του Κωνσταντινελένειου Κέντρου Ενηλίκων κυρία Σταυρούλλα Τσιμούρη Ίλιτς, για την πολύτιμη και πολύπλευρη προσφορά τους στη Δημοτική Στέγη Ενηλίκων Αθηνών. Την εκδήλωση χαιρέτησαν οι τιμώμενοι, οι οποίοι εξέφρασαν τις ευχαριστίες τους σε όλους τους συνεργάτες, τους χορηγούς, τους εθελοντές, το προσωπικό και όλα τα εμπλεκόμενα οργανωμένα σύνολα που συνέβαλαν πολυδιάστατα στο έργο της Δημοτικής Στέγης. Στην εκδήλωση παρευρέθηκαν και βράβευσαν τους τιμώμενους ο πρόεδρος του ΠΣΣΕ, κύριος Ηλίας Δημητρίου και ο Δήμαρχος Αθηνών κ. Κυριάκος Καρεκλάς. Η εκδήλωση πλαισιωνόταν με ζωντανή μουσική και φαγοπότι, τα οποία χορηγήθηκαν από τον Σύνδεσμο Αγελαδοτρόφων Αθηνών, τον Δήμο Αθηνών και τον κύριο Κυριάκο Πάντζιανο. Προσφοροδότες της εκδήλωσής μας ήταν οι ξηροί καρποί Ηρακλέους και ο κύριος Άλκης Τράχλης.

ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ ΑΠΟ ΤΟΥΣ ΤΙΜΩΜΕΝΟΥΣ:

Εκ μέρους του πρώην Προέδρου κυρίου Βάσου Χ' Γιαννακού, ευχαριστίες στον Δήμο Αθηνών, στο Σ.Κ.Ε Αθηνών, τη Διαχειριστική Επιτροπή της Δημοτικής Στέγης, καθώς και στο προσωπικό που συνέβαλαν στην πραγματοποίηση της εκδήλωσης προς τιμή μου".



"Για την πολύ συγκινητική και πετυχημένη εκδήλωση προς τιμή μας, εκφράζω από καρδιάς τις θερμές ευχαριστίες και ευγνωμοσύνη μου σε όλους τους διοργανωτές και χορηγούς της εκδήλωσης. Στην πορεία των 40 χρόνων εργασίας μου, επιγραμματικά παραθέτω τις θερμές ευχαριστίες μου στον Δήμαρχο, τον Πρόεδρο του ΠΣΣΕ, στη Διοικούσα Επιτροπή του Σ.Κ.Ε, στη Διαχειριστική Επιτροπή της Κλεανθείου Στέγης, στους ιερείς, στα οργανωμένα σύνολα του Δήμου, στους εθελοντές, σε όλους τους συνεργάτες, χορηγούς, προσφοροδότες, ευεργέτες και αποδήμους, οι οποίοι εμπλούτιζαν και στήριζαν ποικίλως το έργο της Κλεανθείου Στέγης. Επίσης ευχαριστώ και τον κύριο Βάσο Χ' Γιαννακού για τη στήριξη, τη μακρόχρονη και φιλόδοξη ανιδιοτελή προσφορά του. Τελειώνοντας, εύχομαι οι Άγιοι Απόστολοι που κοσμούν και ευλογούν τη Στέγη μας, να την προστατεύουν και να ενισχύσουν το πολύπλευρο έργο του προσωπικού, των ενοίκων, των συγγενών, της Προέδρου και των μελών της Διαχειριστικής Επιτροπής (Θεοδώρα Κουμίδου)".



"ΕΥΧΑΡΙΣΤΩ ΑΠΟ ΚΑΡΔΙΑΣ: Τον Δεκέμβριο του 2022, μετά από 16 χρόνια εργασίας ως Διευθύντρια στο

Κωνσταντινελένειο Κέντρο Ενηλίκων Αθηνών, πήρα τη μεγάλη απόφαση να αποχωρήσω. Ήταν μια εξαιρετικά δύσκολη απόφαση, γιατί άφησα πίσω πολύ αγαπητούς συναδέλφους-ισσες/συνεργάτες-τριες/εθελοντές-τριες. Στις 25 Ιουλίου η Δημοτική Στέγη διοργάνωσε μία υπέροχη, λιτή εκδήλωση, όπου απονεμήθηκε τιμή και στο πρόσωπό μου επί της ευκαιρίας της αποχώρησής μου. Θα ήθελα να ευχαριστήσω θερμά για τη διοργάνωση όσους είχαν εμπλακεί, όπως επίσης και τον Δήμαρχο Αθηνών κ. Κυριάκο Καρεκλά για τη δική του συμβολή, αλλά και για την ιδιαίτερα συγκινητική ομιλία του, όπου περιέγραψε με πολύ παραστατικό τρόπο την 16χρονη πορεία μου και με κατέκλυσε με συναισθήματα, αφού έφερε στη μνήμη μου γεγονότα, πολύχρονους αγώνες που στέφθηκαν με επιτυχία, συνεργασίες, εκδηλώσεις και άλλες στιγμές και εμπειρίες ζωής που θα κρατώ πάντα μαζί μου ως φυλακτό. Ευχαριστώ (Σταυρούλλα Τσιμούρη Ίλιτς)".



Επιπρόσθετα, στις 22 Αυγούστου 2023, ο απόδημος μας κύριος Άλκης Καδής οργάνωσε πάρτι με ζωντανή μουσική για το προσωπικό της Στέγης, ως ένδειξη αγάπης προς τα άτομα που εργάζονται με τόση αφοσίωση και αγάπη προς τον συνάνθρωπό τους. Τον ευχαριστούμε μέσα από τα βήθη της καρδιάς μας για τη διαχρονική του προσφορά στη Δημοτική Στέγη Ενηλίκων.



Η Ζωή της Στέγης: Ημερολόγιο:

Στις 8 Αυγούστου 2023 πραγματοποιήθηκε Άγιο Ευχέλαιο, όπου παρευρέθηκαν τόσο οι ενοίκιοι όσο και το προσωπικό της Στέγης. Ευχαριστούμε τους ευσεβείς ιερείς που είναι πάντοτε στο πλευρό μας και με τις ευλογίες και τις προσευχές τους μας ενδυναμώνουν στον καθημερινό μας αγώνα.

Όπως κάθε χρόνο, γιορτάσαμε και φέτος πανηγυρικά τη μνήμη του Πολιούχου Αγίου Φωκά στις 22 Σεπτεμβρίου. Οι ηλικιωμένοι μας, με τη βοήθεια των εθελοντών, πορεύθηκαν στην εκκλησία διαμέσου του πανηγυριού και προσκύνησαν τα άγια λείψανα αντλώντας δύναμη και ευλογία. Επ' ευκαιρίας της πανηγυρικής υλοποιήθηκε παζαράκι αγάπης έξω από την εκκλησία του Αγίου Φωκά, όπου πωλούνταν διάφορα εδέσματα που έφτιαξαν εθελοντρίες μας για οικονομική ενίσχυση του ταμείου της Στέγης μας. Οι ενοίκιοι μας είχαν την ευκαιρία να συμμετέχουν στην Ευρωπαϊκή Εβδομάδα Αθλητισμού #BeActive, με διοργανωτή τον Δήμο Αθηνών. Οι ηλικιωμένοι της Στέγης μας συμμετείχαν στη δράση με θέμα: Διατροφή και Άσκηση μέσα από τα μάτια των παιδιών, των γιαγιάδων και των παππούδων μας, που πραγματοποιήθηκε στις 26 Σεπτεμβρίου 2023. Μέσα από τη δράση αυτή μας δόθηκε η ευκαιρία να συνεργαστούμε με την κ. Μαρία Ι. Καντηλάφτη, Κλινική Διατροφολόγο, και το Δημοτικό Σχολείο Αθηνών. Σκοπός

της δράσης ήταν να περάσουν τόσο οι ενοίκιοι μας όσο και τα παιδιά ένα ευχάριστο πρωινό, καθώς επίσης να ενημερωθούν για τη διατροφή και την άσκηση των ηλικιωμένων. Η δεύτερη δράση υλοποιήθηκε στις 29 Σεπτεμβρίου 2023, με θέμα: Γυμναστική για άτομα τρίτης ηλικίας, που στόχο είχε την ευαισθητοποίηση των ατόμων της τρίτης ηλικίας για την υγιή απασχόλησή τους. Θερμές ευχαριστίες απευθύνουμε στον κύριο Ανδρέα Πιερίη, γυμναστή του Α.Γ.Ο. για την παρουσία του. Ευχαριστούμε πολύ τους διοργανωτές και τους συμμετέχοντες, καθώς και τα θεραπευτικά μέσα εκγύμνασης που μας δώρισαν.



Με αφορμή την παγκόσμια μέρα ηλικιωμένων που εορτάζεται την 1^η Οκτωβρίου, σε συνεργασία με το Υφυπουργείο Κοινωνικής Πρόνοιας διοργανώσαμε και αφιερώσαμε μια ολόκληρη εβδομάδα με διάφορες δράσεις για τους ηλικιωμένους ενοίκους μας, ως ελάχιστο δείγμα ευγνωμοσύνης και αγάπης.

Οι δράσεις που πραγματοποιήθηκαν ήταν οι ακόλουθες: **Δευτέρα 2 Οκτωβρίου 2023:** Διαδραστικό Παιχνίδι «Τροφή για Σκέψη», με την Κλινική Διαιτολόγο – Διατροφολόγο, Msc, PhD (C) Μαρία Ι. Καντηλάφτη. **Τρίτη 3 Οκτωβρίου 2023:** Κουκλοθέατρο με τους μικρούς μας φίλους από το Οικολογικό Νηπιαγωγείο **Παιδική Πολιτεία ΝΑΓΙΑ** με θέμα: Κύπρος - Ταξίδι στην παράδοσή μας.

Τετάρτη 4 Οκτωβρίου 2023: Μουσικοθεραπεία μαζί με τους μικρούς μας φίλους του Παιδοκομικού Βρεφολογικού Σταθμού Αθηνών.

Πέμπτη 5 Οκτωβρίου 2023: Εξόρμηση στον Δήμο Αθηνών, όπου παρακολούθησα την παρασκευή χαλουμιών στην οικία του Πατρός Καλλινίκου Σταυροβουνιώτη.

Παρασκευή 6 Οκτωβρίου 2023: Γυμναστική με τους μικρούς μας φίλους από τον Βρεφολογικό Σταθμό «Ηλιαχτίδες Μάθησης».



Στις εν λόγω δράσεις εντάξαμε όλα τα νηπιαγωγεία του Δήμου μας. Σκοπός μας ήταν η αλληλεπίδραση μεταξύ των γενεών.

Οι παππούδες και γιαγιάδες μας πέρασαν μια όμορφη εβδομάδα περπιγυρισμένοι από τους μικρούς μας φίλους, οι οποίοι σκόρπισαν πολλά χαμόγελα στους παρευρισκόμενους προσφέροντάς τους απλόχερα την αγάπη τους. Η εβδομάδα πέρασε γρήγορα και οι ηλικιωμένοι μας κατενθουσιάστηκαν! Ας επιδιώξουμε λοιπόν η τρίτη ηλικία να αποτελέσει πυλώνα της ζωής μας

και ευκαιρία για προσφορά, δοτικότητα και αγάπη... όχι μόνο τις εορταστικές μέρες, αλλά κάθε μέρα του χρόνου!

Σας περιμένουμε να μας ξαναεπισκεφτείτε σύντομα, για να γεμίσει ξανά η στέγη μας με τις παιδικές φωνούλες σας που αγαλλιάζουν την ψυχή τους.

Τα προγράμματα ψυχαγωγίας και απασχόλησης στόχο έχουν να συμβάλλουν στη βελτίωση της ποιότητας ζωής, μέσα από ένα σύνολο δράσεων και δραστηριοτήτων συμμετοχής και απασχόλησης. Μέσα από τα προγράμματα ψυχαγωγίας και απασχόλησης, οι ηλικιωμένοι αξιοποιούν τον χρόνο τους δημιουργικά. Όλα αυτά δεν θα μπορούσαν να είναι εφικτά χωρίς τους πολύτιμους εθελοντές μας, που είναι η ψυχή και κινητήριος δύναμη της Στέγης μας. Ευχαριστούμε θερμά όλους τους εθελοντές που συνεχίζουν να μας αγαλλιάζουν με την αγάπη τους, με τα τραγούδια, τον χορό, τις θρησκευτικές συναντήσεις και τα εβδομαδιαία Προγράμματα Ψυχαγωγίας και Απασχόλησης. Όλα αυτά μας ενδυναμώνουν ψυχικά και σωματικά και κάνουν ακόμα πιο δυνατό το έργο της Στέγης μας.

Από τα μέσα Οκτωβρίου ξεκίνησε το εβδομαδιαίο πρόγραμμα ψυχαγωγίας και απασχόλησης.

Δευτέρα: 9:30 - 10:30 10:30 - 11:30
ΘΡΗΣΚΕΥΤΙΚΗ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗΜΟΥΣΙΚΗ

Τρίτη: 10:30 - 11:30 ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ

Τετάρτη: 10:30 - 11:30 ΜΟΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ

Πέμπτη: 10:00 - 11:00 11:30 - 12:30

ΧΕΙΡΟΤΕΧΝΙΑΝΟΗΤΙΚΗ ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ

Παρασκευή: 10:30 - 11:30 ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ

Σάββατο: Διάφορες δραστηριότητες από εθελοντές και επισκέψεις από καθηγητικά σχολεία.

Κυριακή: Επισκέψεις από συγγενείς και φίλους.

Στα προγράμματα μας μπορούν να συμμετέχουν και άτομα που δεν είναι ενοίκιοι της Στέγης μας. Σας περιμένουμε!

Επ' ευκαιρία της συνεργασίας μας με το Τμήμα Διαιτολογίας - Διατροφής του Ευρωπαϊκού Πανεπιστημίου Κύπρου ακολουθεί άρθρο με θέμα: Διατροφή για την πρόληψη της νόσου Alzheimer

Η νόσος του Alzheimer είναι μια εγκεφαλική διαταραχή, η οποία εντοπίστηκε το 1906 από τον Δρ Alzheimer ο οποίος παρατήρησε αλλαγές στον εγκεφαλικό ιστό μιας γυναίκας η οποία είχε πεθάνει από μια ασυνήθιστη ψυχική ασθένεια. Τα συμπτώματά της περιελάμβαναν απώλεια μνήμης, γλωσσικά προβλήματα και απρόβλεπτη συμπεριφορά.

Οι αλλαγές στον εγκεφαλικό ιστό που συμβαίνουν στη νόσο Alzheimer μπορεί να επηρεάσουν τη διάθεση και τη συμπεριφορά του ατόμου. Τα προβλήματα μπορεί να περιλαμβάνουν κατάθλιψη, απώλεια ενδιαφέροντος για δραστηριότητες, κοινωνική απόσυρση, εναλλαγές της διάθεσης, δυσπιστία προς τους άλλους, θυμό ή επιθετικότητα, αλλαγές στις συνήθειες ύπνου και παραληρητικές ιδέες, όπως η πεποίθηση ότι κάτι έχει κλαπεί. Σήμερα, περίπου 6,5 εκατομμύρια άνθρωποι στις ΗΠΑ ηλικίας 65 ετών και άνω ζουν με τη νόσο αυτή. Μεταξύ αυτών, πάνω από το 70% των ασθενών έχουν ηλικία 75 ετών και άνω.

Οι παράγοντες κινδύνου οι οποίοι φαίνεται να σχετίζονται με τη νόσο Alzheimer είναι μεταξύ άλλων η προχωρημένη ηλικία, το οικογενειακό ιστορικό της πάθησης, το γυναικείο φύλο, η έλλειψη άσκησης, η υψηλή αρτηριακή πίεση, η υψηλή χοληστερόλη ορού και η παρουσία του Σακχαρώδους Διαβήτη II.

Στα τελικά στάδια της νόσου, οι αλλαγές στον εγκεφαλο μπορεί να επηρεάσουν τις σωματικές λειτουργίες του ατόμου. Πιο συγκεκριμένα, μπορεί να επηρεάσουν την ικανότητα κατάποσης, την κινητικότητα του εντέρου προκαλώντας δυσκοιλιότητα ή διάρροια και της ουροδόχου κύστεως. Τα πιο πάνω είναι πιθανόν να οδηγήσουν

στην κατανάλωση μη ισορροπημένης διατροφής, στη δυσαρπορρόφηση θρεπτικών στοιχείων και στον αυξημένο κίνδυνο υποσιτισμού.

Η διατροφή αποτελεί τον σημαντικότερο σύμμαχο για την πρόληψη της νόσου του Alzheimer. Μια σωστή και ισορροπημένη διατροφή μπορεί να μειώσει τον κίνδυνο εμφάνισης της νόσου και να καθυστερήσει την εξέλιξή της, ακόμα και σε άτομα με προδιάθεση. Η πρόληψη μπορεί να επιτευχθεί μέσα από απλές και εύκολες προσαρμογές της καθημερινής διατροφής και του τρόπου ζωής.

Πρωταρχικός στόχος πρέπει να αποτελεί η μείωση της κατανάλωσης κορεσμένων και trans λιπαρών οξέων, τα οποία περιέχονται κυρίως από τρόφιμα ζωικής προέλευσης όπως κρέας, γαλακτοκομικά προϊόντα, λάδι καρύδας και φοινικέλαιο. Τα trans λιπαρά δημιουργούνται μετά από ισχυρή επεξεργασία τροφίμων, γι' αυτό καλύτερα να αποφεύγεται η συχνή κατανάλωση προϊόντων ζαχαροπλαστικής, αρτοποιημάτων και τηγανητές τροφές. Η αυξημένη κατανάλωση κορεσμένων λιπαρών έχει συσχετιστεί με μεγαλύτερο κίνδυνο εμφάνισης της νόσου, ενώ πολλές έρευνες έχουν δείξει ότι άτομα που καταναλώνουν μεγάλες ποσότητες κορεσμένων λιπαρών είχαν χαμηλότερη γνωστική ικανότητα.

Επιπρόσθετα, οι πηγές βιταμίνης B12 δεν πρέπει να λείπουν από το καθημερινό διαιτολόγιο του ατόμου. Η βιταμίνη B12 είναι απαραίτητη για την καλή υγεία του εγκεφάλου και του νευρικού συστήματος. Πηγές βιταμίνης B12 είναι τα εμπλουτισμένα τρόφιμα όπως δημητριακά πρωινού και φυτικά γάλατα, καθώς και το κρέας, το γάλα και τα γαλακτοκομικά προϊόντα. Είναι πολύ σημαντικό η κατανάλωση των ζωικών τροφίμων να γίνεται με μέτρο, ώστε να έχουμε τα βέλτιστα ωφέ-

λήματα για την υγεία. Επιπρόσθετα, συστήνεται στα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας, λόγω μειωμένης απορρόφησης να γίνεται πιο συχνά έλεγχος των επιπέδων της και σε περίπτωση ανεπάρκειας να λαμβάνονται συμπληρώματα της βιταμίνης αυτής.

Παράλληλα, τη βάση της διατροφής πρέπει να αποτελούν τα φρούτα, τα λαχανικά, τα όσπρια και τα δημητριακά ολικής αλέσεως, γι' αυτό και η συμμετοχή τους σε κάθε γεύμα κρίνεται απαραίτητη. Η υψηλή περιεκτικότητά τους σε θρεπτικά συστατικά και αντιοξειδωτικά στοιχεία βοηθά στη γνωστική λειτουργία και αυτά μπορούν να μειώσουν την εγκεφαλική ατροφία. Τα σημαντικότερα από αυτά θεωρούνται το φολικό οξύ και η βιταμίνη B6, τα οποία περιέχονται στα πράσινα φυλλώδη λαχανικά όπως μπρόκολο, λάχανο και σπανάκι, φασόλια, μπιζέλι, εσπεριδοειδή, μπανάνα, ξηροί καρποί και σπόροι και γλυκοπατάτες.

Η Κύπρος, ως μεσογειακός λαός, είναι άρρηκτα συνδεδεμένη με την παραγωγή και κατανάλωση ελαιόλαδου. Το ελαιόλαδο είναι πλούσια πηγή βιταμίνης E, η οποία έχει συσχετιστεί με μειωμένο κίνδυνο ανάπτυξης της άνοιας και της νόσου Alzheimer. Είναι προτιμότερο να λαμβάνεται από τη διατροφή, παρά από συμπληρώματα. Άλλες πηγές βιταμίνης E αποτελούν οι ξηροί καρποί, οι σπόροι, το μανγκο, το αβοκάντο, η ντομάτα, η κόκκινη πιπεριά και το σπανάκι.

Ένας υγιεινός τρόπος ζωής, εκτός από μια ισορροπημένη διατροφή, περιλαμβάνει και τη φυσική δραστηριότητα. Προτείνεται η αερόβια άσκηση, για παράδειγμα γρήγορο περπάτημα, 30 λεπτά 4 - 5 φορές την εβδομάδα. Η άσκηση, εκτός από εκγύμναση του σώματος, ταυτόχρονα προσφέρει και νοητική εξάσκηση, κρατώντας τον ε-

κέφαλο ενεργό, μειώνοντας τις πιθανότητες για γνωστική έκπτωση μετέπειτα στη ζωή.

Είναι φανερό λοιπόν ότι η σωστή διατροφή, σε συνδυασμό με φυσική άσκηση, μπορεί να μειώσει τον κίνδυνο για εμφάνιση της νόσου του Alzheimer. Η διατροφή πρέπει να είναι ισορροπημένη και πλούσια σε θρεπτικά συστατικά και να περιέχει τρόφιμα από όλες τις ομάδες τροφίμων στις σωστές ποσότητες. Ακολουθώντας αυτές τις απλές συμβουλές εξασφαλίζεται η καλή νοητική κατάσταση.

Τμήμα Διαιτολογίας - Διατροφής
Μέντορας: Μαρία Ι. Καντηλάφτη
Ευρωπαϊκό Πανεπιστήμιο Κύπρου
Τελειώνοντας και αυτή η χρονιά, θα θέλαμε να πούμε ένα τεράστιο ευχαριστώ σε όλους τους διαχρονικούς μας χορηγούς, τους προσφοροδότες, αλλά και σε όλους τους εθελοντές, οι οποίοι με τη δική τους συμβολή στηρίζουν τις προσπάθειές μας, ενσαρκώνοντας το όραμά μας. Είμαστε ευγνώμονες για την τόσο αγάπη που δέχόμαστε από όλο αυτό τον ακούραστο κόσμο κάθε ηλικίας. Γίνονται με τις δράσεις τους φωτεινό παράδειγμα για όλους μας, δίνοντας την ψυχή τους στο έπακρο.

ΔΙΑΧΡΟΝΙΚΟΙ ΧΟΡΗΓΟΙ :

- ΤΗΣ ΔΗΜΟΤΙΚΗΣ ΣΤΕΓΗΣ ΕΝΗΛΙΚΩΝ ΑΘΗΝΟΥ:
- ΔΗΜΟΣ ΑΘΗΝΟΥ
- ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΑΓΕΛΑΔΟΤΡΟΦΩΝ ΑΘΗΝΟΥ ΛΤΔ
- ΦΟΥΡΝΟΙ Α. ΖΟΡΠΑ & ΥΙΟΙ ΛΤΔ
- ΠΑΓΚΥΠΡΙΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΑΓΕΛΑΔΟΤΡΟΦΩΝ
- (ΠΟΑ) ΔΗΜΟΣΙΑ ΛΤΔ
- Α/ΦΟΙ ΠΑΝΤΖΙΑΡΟΥ ΛΤΔ
- ΟΠΑΠ ΚΥΠΡΟΥ ΛΤΔ
- S. STYLIANOU MEDISUPPLIES LTD
- PETROLINA (HOLDINGS) PUBLIC LTD

- G.H. MY GAS LTD
- EN.A.K (ΕΝΩΣΗ ΑΓΕΛΑΔΟΤΡΟΦΩΝ ΚΥΠΡΟΥ) ΛΤΔ.
- Ι ΔΡΥΜΑ ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ Γ. ΛΕΒΕΝΤΗΣ
- Α/ΦΟΙ ΚΕΠΟΛΑ ΛΤΔ
- ΦΑΡΜΑ ΤΖΙΩΝΗΣ ΛΤΔ
- Α/ΦΟΙ ΣΟΥΜΑΚΗ ΛΤΔ
- Κ.Θ. ΝΙΚΟΛΑΟΥ & ΣΙΑ ΛΤΔ
- ΟΜΑΔΑ ΠΑΡΑΓΩΓΩΝ ΑΙΓΟΠΡΟΒΑΤΟΤΡΟΦΩΝ ΛΤΔ
- Α/ΦΟΙ ΚΑΖΑΖΗ ΛΤΔ
- ΑΙΘΟΥΣΑ ΔΕΞΙΩΣΕΩΝ ΑΝΑΜΝΗΣΗΣ
- ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΠΡΟΝΟΙΑΣ
- ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ, ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ, ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΝΕΟΛΑΙΑΣ
- ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ ΓΙΑ ΟΛΟΥΣ (ΑΓΟ)

Επιπλέον, θα ήταν παράληψή μας να μην ευχαριστήσουμε τον θεράποντα ιατρό Δρ. Φίλιο Φυλακτού, τον Νευρολόγο Δρ. Ιβάν Βερεσιέ, τον φυσιοθεραπευτή μακ. Σωτήρη Χαλαλάμπους, καθώς και όλο το προσωπικό της Στέγης μας, οι οποίοι ως μία δυνατή ομάδα προσφέρουν στους ένοικους μας, υψηλής ποιότητας περιθαλψη και ιατροφαρμακευτική αγωγή και φροντίδα. Επίσης, ιδιαίτερες ευχαριστίες και στην αγαπητή μας δικηγόρο κυρία Ελένη Τζιωνή, η οποία βρίσκεται πάντα στο πλάι μας.

Με τον ερχομό των Χριστουγέννων, Ευχόμαστε Καλά Χριστούγεννα στις οικογένειές σας και των αγγέλων οι ψαλμοί τραγουδία στις καρδιές σας. Ο νέος χρόνος που έρχεται να σας χαρίσει υγεία, αγάπη και χαρά.

Συγγραφή : Μαρία Δημητρίου
Διευθύντρια Κλεάνθιου Κοινωνικής
Στέγης Ηλικιωμένων

Επιμέλεια : Γιόλα Ροκόπου Πάντζιανου

Πρόεδρος Διαχ. Επιτροπής Δημ. Στέγης Ενηλίκων

ΔΗΜΟΤΙΚΗ ΣΤΕΓΗ ΕΝΗΛΙΚΩΝ

ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΕΛΕΝΕΙΟΝ ΚΕΝΤΡΟΝ ΕΝΗΛΙΚΩΝ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟΥ ΚΟΙΝΟΤΙΚΟΥ ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΥ

Το Κωνσταντινελένειο Κέντρον Ενηλίκων Αθηνών είναι ένας χώρος που μπορεί να προσφέρει στον καθένα σας μια ευκαιρία να ξεφύγετε από τα προβλήματα της καθημερινότητας και να αφιερώσετε ποιοτικό χρόνο για μια διαφορετική απασχόληση με ηρεμία, γαλήνη και προσωπική ανάπτυξη.

Σας προσκαλούμε στο Κωνσταντινελένειο Κέντρον Ενηλίκων Αθηνών, όπου είναι ένα σημείο συνάντησης για δημιουργικότητα, για κοινωνικοποίηση και πολλών άλλων εμπειριών.

ΝΕΕΣ ΟΜΑΔΕΣ ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗΣ

Κάθε Σεπτέμβρη, το Κέντρο Ημέρας ανανεώνει τη δέσμευσή του να προσφέρει στα μέλη του νέες, συναρπαστικές εμπειρίες μέσω των προγραμμάτων ψυχαγωγίας και απασχόλησης. Είναι εκείνη η εποχή του χρόνου, όπου με ανυπομονησία και ενθουσιασμό ανακοινώνουμε την έναρξη των σταθερών ομάδων, όπως τα χωριάτικα χειροποίητα μακαρόνια και το αθηνίτικο κέντημα, καθώς και των νέων ομάδων δημιουργικής απασχόλησης των οποίων είναι: Γνωρίστε την Κύπρο και Διατροφολογία και Κηπουρική. Επιπρόσθετα η δωρεάν ομάδα Χειροτεχνίας για Άτομα με Αναπηρία.

Η ύπαρξη μιας ξεχωριστής ομάδας για Άτομα με Αναπηρία δείχνει την αφοσίωση του Κέντρου στην προώθηση της ισότητας και της κοινωνικής ενσωμάτωσης. Επίσης, η υποστήριξη του Υπουργείου Παιδείας, Αθλητισμού και Νεολαίας επιβεβαιώνει τον κεντρικό ρόλο του Κέντρου για την κοινωνική ένταξη, στην απασχόληση και ψυχαγωγία των κωνιακών και την εκπαίδευση των ατόμων αυτών. Επί της ευκαιρίας, απευθύνουμε έκκληση προς ενήλικα άτομα με αναπηρία όπως συμπληρώσουν το ερωτηματολόγιο που βρίσκεται στη διεύθυνση <https://forms.gle/ezVeCKHcyJgTEFW9> ή να επικοινωνήσουν μαζί μας τηλεφωνικά (24522742), εάν ενδιαφέρονται να λάβουν μέρος σε ομάδα απασχόλησης ΑμεΑ ή εάν χρειάζονται κάποια άλλη στήριξη. Εάν υπάρχει ενδιαφέρον για δημιουργική απασχόληση ή δηλωθούν



συγκεκριμένες ανάγκες, τότε θα μπορούμε να προχωρήσουμε στην υλοποίηση των ανάλογων δράσεων.

Επιπλέον, για όλους εκείνους που αναζητούν μια ευχάριστη, δημιουργική και διαφορετική απασχόληση καθώς και μια εποικοδομητική συνάντηση για συζήτηση για θέματα που τους απασχολούν, το Κωνσταντινελένειο Κέντρον μπορεί να τους το παρέχει. Σας προσκαλούμε να μας επισκεφτείτε για να γίνετε μέρος αυτής της υπέροχης διαδρομής εμπειριών.

ΠΑΝΗΓΥΡΙ ΑΓΙΟΥ ΦΩΚΑ ΚΑΙ ΦΕΣΤΙΒΑΛ ΑΘΗΝΙΤΙΚΩΝ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ

Όπως κάθε χρόνο, ο Δήμος Αθηνών πλημμυρίζει από εορταστική διάθεση γιορτάζοντας τον προστάτη και Πολιούχο Αγίο Φωκά. Εκφράζουμε ιδιαίτερες ευχαριστίες για την πρωτοβουλία και την ουσιαστική στήριξη στους αγαπημένους μας κ. Παντελίτσα, κ. Άλκη Τράχηλο, αλλά και μέλη της οικογένειάς τους οι οποίοι ετοιμάζαν και φέτος λοκμάδες και σιάμιση. Έσοδα από τις πωλήσεις ενίσχυσαν το ταμείο του Κέντρου Ενηλίκων του Δήμου μας. Ξεχωριστές ευχαριστίες στην Κατερίνα Πλούρου και την Ανδρομάχη Σέα - Μιχαήλ που στάθηκαν και φέτος στο πλευρό τους. Επίσης, ευχαριστίες και στους εθελοντές και το προσωπικό της Κλεάνθιου Στέγης για τη συμβολή τους, πλώνοντας κουλουράκια και γλυκό του αμυγδαλού. Το γλυκό του αμυγδαλού είναι προσφορά

της εθελόντριάς μας κυρίας Γιαννούλας Χαλαλάμπους, την οποία ευχαριστούμε θερμά. Ευχαριστούμε και όλο τον κόσμο που επέλεξε να αγοράσει σιάμιση και λοκμάδες με σκοπό τη στήριξη του κοινωνικού μας προγράμματος.

Μετά από τις ευλογίες του προστάτη του Δήμου μας, Αγίου Φωκά, ακολούθησε το Φεστιβάλ Αθηνίτικων Προϊόντων, όπου στις 15 Οκτωβρίου προσωπικό και εθελοντές του Κωνσταντινελένειο Κέντρου συμμετείχαν στο Φεστιβάλ, παρουσιάζοντας παραδοσιακά προϊόντα όπως το χωριάτικο μακαρόνι και το αθηνίτικο κέντημα. Οι επισκέπτες είχαν την ευκαιρία να αγοράσουν χωριάτικα μακαρόνια, να μάθουν τη διαδικασία ετοιμασίας της ζύμης και τον τρόπο κοπής τους, μικροί και μεγάλοι δοκίμασαν να φτιάξουν μακαρόνια μένοντας ενθουσιασμένοι και θέλοντας να συμμετέχουν σε αυτή την ομάδα. Το ενδιαφέρον του κόσμου ήταν προφανές και για το αθηνίτικο κέντημα, με πολλούς να ρωτούν λεπτομέρειες και να παρακολουθούν τις κεντήτριες με θαυμασμό. Ένα μεγάλο ευχαριστώ σε όλες τις εθελόντριες για τη συμμετοχή τους.

ΕΝΟΙΚΙΑΣΕΙΣ ΑΙΘΟΥΣΑΣ - ΔΙΑΝΟΜΗ ΦΑΓΗΤΟΥ ΚΑΤ' ΟΙΚΟΝ - ΚΑΤ' ΟΙΚΟΝ ΦΡΟΝΤΙΔΑ

Το Κωνσταντινελένειο Κέντρον μπορεί να προσφέρει πολλαπλές υπηρεσίες στους δημότες, καθώς και σε

οποιαδήποτε άλλα άτομα ενδιαφέρονται να ενοικιάσουν την αίθουσα για διαλέξεις, σεμινάρια, εκδηλώσεις, για τον «καφέ της παρτηγορίας» μετά από κηδεία ή μνημόσυνο κ.α. Οι υπηρεσίες του Κέντρου δεν τελειώνουν εκεί. Με την κουζίνα να παρέχει ζεστό φαγητό καθημερινά και τη φροντίδα κατ' οίκον για όσους τη χρειάζονται, το Κέντρο Ημέρας αποδεικνύει πόσο σημαντική είναι η φροντίδα, η αγάπη και η στήριξη για όλα τα μέλη του Δήμου. Αν γνωρίζετε κάποιον που θα επωφεληθεί από αυτές τις υπηρεσίες, επικοινωνήστε με το Κέντρο για περισσότερες πληροφορίες στο τηλέφωνο 24522742.

Σε αυτό το σημείο νιώθουμε την υποχρέωση να ευχαριστήσουμε την Πρόεδρο κυρία Γιόλα Ροκόπου Πάντζιανου και τα μέλη της Διαχειριστικής Επιτροπής της Δημοτικής Στέγης Ενηλίκων Αθηνών, τον Δήμαρχο Αθηνών και Πρόεδρο του ΣΚΕ κύριο Κυριάκο Καρεκλά, τα μέλη του ΣΚΕ, τη Δημοτικό Γραμματέα, τους χορηγούς, προσφοροδότες, συνεργάτες, τους ιερείς του Δήμου μας, το αγαπημένο μας προσωπικό και τους εθελοντές για την πολύτιμη και πολύπλευρη στήριξη τους. Αγαπητοί μας, ο καθένας από σας αντιπροσωπεύει τον κρίκο της αλυσίδας που ενώνεται για ένα κοινό σκοπό, την ευμερία των συνανθρώπων μας.

Ευχόμαστε τα φετινά Χριστούγεννα να χαρίσουν ειρήνη και χαμόγελο σε όλο τον κόσμο. Η πραγματική πίστη προς τον Θεό να μας ενδυναμώνει στον καθημερινό μας αγώνα για επιβίωση και να γιατρέψει τις πληγωμένες καρδιές όλων, χαρίζοντας μας εσωτερική ισορροπία και γαλήνη. Με τη νέα χρονιά που πλησιάζει ευχόμαστε υγεία, αγάπη, δημιουργικότητα, επιτυχίες και ό, τι καλό προσδοκάτε.

Δήμητρα Κουμίδου
Διευθύντρια Κωνσταντινελένειο
Κέντρου Ενηλίκων
Επιμέλεια Γιόλα Πάντζιανου
Πρόεδρος Διαχ. Επιτροπής
Δημοτικής Στέγης Ενηλίκων



ΜΙΑ ΠΟΛΥ ΙΔΙΑΙΤΕΡΗ ΕΠΙΣΚΕΨΗ

Του Αντρέα Μπίτσαρη

Ο κάθε Ιούλιος είναι μια πληγή που αιμορραγεί μέσα στην καρδιά μας. Γυροφέρνουν στις σκέψεις μας μνήμες από τις αποφράδες εκείνες μέρες της τουρκικής εισβολής στην Κύπρο μας. Είναι οι μνήμες που επαναφέρει μνήμες 49 χρόνων μετά και δεν μας αφήνει ασυγκίνητους όπου κι αν βρισκόμαστε. Είναι το άβυσσο καντίλι που πρέπει να καίει στη συλλογική συνείδηση. Όταν θυμάσαι, δεν δικαιούσαι να ξεχνάς τα παρελθόν. Ιδιαίτερα όταν είναι κατάμεστο με αίματα, θυσίες, θλίψη και καταστροφή.

Όπως δεν αφήνει και εμάς στη μακρινή Αδελαΐδα, την πρωτεύουσα της Νότιας Αυστραλίας, που μας ευαισθητοποιεί και κάθε χρόνο οργανώνουμε διάφορες εκδηλώσεις μνήμης και διαμαρτυρίας κατά της τουρκικής εισβολής και της συνεχιζόμενης μαύρης κατοχής.

Όπως κάθε χρόνο, έτσι και φέτος, την Κυριακή 16 Ιουλίου 2023, τελέστηκε εθνικό μνημόσυνο, έγινε τρισάγιο, κατήθεση στεφάνων στο κενοτάφιο στο χώρο της Κυπριακής μας Κοινότητας και σύντομες ομιλίες.

Φέτος είχαμε ιδιαίτερη χαρά εμείς οι Αθηναίτες που βρισκόμαστε στην Αδελαΐδα και μια συγκινητική ιδιαιτερότητα, γιατί η απειταλμένη της Κυπριακής Δημοκρατίας ήταν η Αθηνίτισσα

κυρία Δόξα Κωμοδρόμου, Αναπληρώτρια Κυβερνητική Εκπρόσωπος.

Την κ. Κωμοδρόμου συνόδευαν στην Αδελαΐδα ο Υπάτος Αρμοστής της Κύπρου στην Αυστραλία, κύριος Αντώνης Σαμμούτης και οι μουσικοί Μάριος Χαλαλμπους και Γιώργος Τιμοθέου.

Το βράδυ της Δευτέρας (17/7/2023), προς τιμήν των υψηλών μας επισκεπτών, και σε μια πολύ ζεστή ατμόσφαιρα, είχε διοργανωθεί συνεισίαση των μελών του Διοικητικού Συμβουλίου και όλων των υποεπιτροπών της Κυπριακής Κοινότητας Νότιας Αυστραλίας, με σκοπό τη γνωριμία και την ενημέρωσή μας. Η επίσημη επισκέπτρια μιά είχε ενημερώσει για τις άοκνες προσπάθειες της Κυπριακής Κυβέρνησης για επανένωση των νομιμιών, καθώς και για τις τελευταίες εξελίξεις του Κυπριακού. Στο τέλος είχε προσφερθεί στους/ες παρευρισκόμενους/ες πλούσιο δείπνο από τον Σύλλογο Κυριών της Κοινότητάς μας.

Η ανοιχτή συγκέντρωση είχε πραγματοποιηθεί την Τρίτη, 18 Ιουλίου, και πάλιν στο σίκμα της Κυπριακής μας Κοινότητας. Την ομιλία της Αναπληρώτριας Κυβερνητικής Εκπρόσωπου είχαν τιμήσει με την παρουσία τους ο επίσκοπος Σινώπης Σιλουανός, η κυπριακή καταγωγής (καταγόμενη από την κατεχόμενη Εφρακώμη) Υπουργός στην Κυβέρνηση της Νότιας Αυστρα-

λίας Άντρια Μάικολ, ο Πρόεδρος της ΣΕΚΑ, αξιωματούχοι της παροικίας και αρκετοί συμπατριώτες. Η κυρία Κωμοδρόμου είχε αναφερθεί, όπως και τη Δευτέρα, στις άοκνες προσπάθειες του Προέδρου της Κυπριακής Δημοκρατίας για την επανένωση των νομιμιών με σκοπό την επίλυση του χρόνιου κυπριακού προβλήματος. Στο τέλος, η κυρία Κωμοδρόμου είχε δεχτεί ερωτήσεις από το ακροατήριο, τις οποίες και απάντησε καταλλήλως.

Μετά το πέρας του σύντομου καλλιτεχνικού προγράμματος, αφού είχαν προσφερθεί συμβολικά δώρα, ο Πολιτιστικός Όμιλος της Κυπριακής Κοινότητας είχε ετοιμάσει πλούσιο δείπνο για όλο το ακροατήριο. Κατά τη διάρκεια της βραδιάς είχαν παρθεί, ως ενθύμια, δεκάδες φωτογραφίες.

Ιδιαίτερη περηφάνεια είχαν νιώσει τα άτομα «Αθηνίτικης καταγωγής». Με ενθουσιασμό την προσέγγισαν και εκτός από όσα μεταξύ τους επώθησαν για την κοινόπολή τους και τις εξελίξεις στο εθνικό μας θέμα, ήταν κι οι αναμνηστικές φωτογραφίες που αποθανάτιζαν την εύστοχη παρουσία της στην πόλη μας.

Εξοπλισμό αξίας €50.000 για το Μακάριο Νοσοκομείο

Με προσπάθεια της κας Κωμοδρόμου επιτεύχθηκε δωρεά σε εξοπλισμό από την Αδελαΐδα προς τα παιδιά του Μα-

κάριου Νοσοκομείου

Εξοπλισμό αξίας €50.000 για τις ανάγκες της παιδιατρικής κλινικής του Μακάριου Νοσοκομείου δώρισε ο οργανισμός The Australian Hellenic Medical Charity και η κυπριακή κοινότητα Αδελαΐδας, σε τελετή που πραγματοποιήθηκε τη Δευτέρα στο Προεδρικό Μέγαρο. Η Υπουργός Υγείας, Πόπη Κανάρη, ευχαρίστησε τον Δρα Ανδρέα Ευδοκίου, Πρόεδρο της κυπριακής κοινότητας Αδελαΐδας και εκπρόσωπο του Australian Hellenic Medical Charity.

Η κα Κανάρη ανέφερε ότι η συνεργασία έγινε μέσω της τότε Αναπληρώτριας Κυβερνητικής Εκπρόσωπου, Δόξας Κωμοδρόμου, η οποία επισκέφθηκε τον Ιούλιο την Αυστραλία, με αφορμή την επέτειο του πραξικοπήματος και της εισβολής.

«Αυτά τα λεφτά θα χρησιμοποιηθούν για εξοπλισμό της παιδιατρικής κλινικής για να προσθέσουμε ακόμα περισσότερο ποιότητα στις υπηρεσίες μας», σημείωσε η Υπουργός.

Από την πλευρά του, ο Δρ Ανδρέας Ευδοκίου, Πρόεδρος της κυπριακής κοινότητας Αδελαΐδας είπε ότι νιώθει «πραγματικά υπερήφανος που μας δίνεται η ευκαιρία να συνεισφέρει ο απόδημος ελληνισμός και οι Κύπριοι της Αδελαΐδας σε ιδρύματα, σε νοσοκομεία που χρειάζονται τη βοήθειά μας». Σημείωσε ότι ο φιλανθρωπικός οργανι-

σμός The Australian Hellenic Medical Charity ιδρύθηκε από καταξιωμένους ανθρώπους ελληνικής και κυπριακής καταγωγής, που η προσπάθειά τους είναι να βοηθούν ιδρύματα και νοσοκομεία στην πατρίδα, «γιατί έχουν την ελληνικότητά τους μέσα στα στήθια τους, μέσα στην καρδιά τους και θέλουν να την προβάλλουν, έτσι και με αυτό τον τρόπο», ανέφερε.

Πρόσθεσε, επίσης, ότι ως Πρόεδρος της κυπριακής κοινότητας Αδελαΐδας, που επίσης συνεισφέρει σε αυτή τη δωρεά, «είμαι πραγματικά υπερήφανος για τη δική μου παροικία, για τη δική μου κοινότητα, που είναι κι αυτοί δίπλα στον φιλανθρωπικό οργανισμό αυτό, να βοηθήσουν και να υπάρχει αυτή η βοήθεια για το Μακάριο Νοσοκομείο».

Η Δόξα Κωμοδρόμου ανέφερε ότι μόνο τιμή περιποιεί αυτή η πρωτοβουλία από την Αδελαΐδα στην Αυστραλία και γενικότερα των αποδήμων που βρίσκονται εκεί. «Ο κ. Ευδοκίου είχε αυτή την ιδέα και σήμερα ανοίγεται ένα νέο παράθυρο μιας αγαστής συνεργασίας από 'δω και στο εξής», ανέφερε. Απευθυνόμενη προς τον κ. Ευδοκίου είπε ότι η πράξη αυτή είναι παράδειγμα προς μίμηση «και είμαι σίγουρη ότι θα βρεθούν κι άλλοι απόδημοι να βοηθήσουν τον τόπο τους αλλά και τη νέα ελπίδα που δεν είναι άλλη από τα παιδιά μας».



Η κα Κωμοδρόμου πλαισιωμένη από τον Πρόεδρο και μέλη των διαφόρων υποεπιτροπών της Κυπριακής Κοινότητας Νότιας Αυστραλίας



Ανταλλαγή δώρων μεταξύ της κας Κωμοδρόμου και του Προέδρου της Κυπριακής μας Κοινότητας, Δρα. Ανδρέα Ευδοκίου

Ποδοσφαιρικός Όμιλος Παλαιμάχων Αθηνένου



Ο Όμιλός μας ξεκίνησε τις προπονήσεις του αρχές Σεπτεμβρίου και συνεχίζει επί εβδομαδιαίας βάσης. Παράλληλα διεξάγει και φιλικά εντός και εκτός του Δήμου μας. Σε φιλικό που διεξήχθη με τους Παλαίμαχους ΑΠΟΕΛ στις 17/10 η ομάδα μας έχασε με 3-1. Τον αγώνα διατήτησε ο παλαίμαχος διαιτητής Άντρος Μέσσιος. Στον αγώνα συμμετείχαν 21 Αθηναίτες παλαίμαχοι. Ακολούθησε και τρίτο ημίχρονο, όπου οι ποδοσφαιριστές και άλλα μέλη των 2 ομίλων συνέφεραν και διασκέδασαν, αναπολώντας παλιές όμορφες εποχές του Κυπριακού ποδοσφαίρου.



Επ' ευκαιρίας, ευχόμαστε σε όλους Καλά Χριστούγεννα και Καλό Νέο Έτος 2024!

Κωνσταντίνος Δεσποίνης

Επικήδειος Χρίστου Χατζηγιαννακού

Χρίστο αγαπημένε μας
καλό να 'χεις ταξίδι,
τζιαι οι γονιοί σου εκεί ψηλά
σε περιμένουν ήδη.

Τον κύκλο σου τελείωσες
στα εβδομήντα ξι
τζιαι ο Θεός το ταίρι σου
να βοηθά ν' αντέξει.

Έφες μας απότομα
τζι' η θλίψη εν μεγάλη
τζι' έθθα το ξεπεράσουμε
ούτε στο γιάλει άλει.

Ο πιο καλός σύζυγος
τζιαι οικογενειάρχης
μες τες καρκιές μας συνεχώς
Χρίστο μου θα υπάρξεις.

Δίπλα σου πάντα στέκεται
ταίριν σου η Ευαγγελία
έξυπνη, γλήορη, καλή
ό, τι τζι' αν πω ε λλία.

Μαζί εζήσατε τζιαι οι θκυό
όπως τα σιελιόνια
τζιαι εχαρήκατε μαζί
πολλά παιθκια τζι' αγγόνια.

Ήσουν πολλά πονόψυχος
τι σκέψη σου κλουθούσες
μα τζιαι κρυφά τζιαι φανερά
πολλούς εβοηθούσες.

Ο πιο καλός, ο Χρίστος μας
μέσα στην χορωδιαν
πολλά καλές παραντιελιές
σε ούλλους μας εδιαν

Στα γλέντια που εκάμναμεν
περνούσαμεν ωραία
τραγουδία όμορφα παλιά
η πιο καλή παρέα.

Χρίστο σε μνημονεύουμεν
με θλίψην τζι' αγωνιαν
τζι' ούλλοι σε μακαρίζουμεν
εις μνήμην Αιωείαν.

Κύρος Αυριδής

ΕΝΩΣΗ ΝΕΟΛΑΙΑΣ ΑΘΗΝΑΙΝΟΥ HANDBALL ΚΑΤΑΚΤΗΣΗ SUPER CUP- Ο 1^{ος} ΤΙΤΛΟΣ ΓΙΑ ΤΗ ΝΕΑ ΧΡΟΝΙΑ

ΑΣΠΙΔΑ Κ.Ο.Χ.

Με τον πιο ιδανικό τρόπο άρχισε η νέα αγωνιστική χρονιά για την ομάδα Handball Γυναικών του Σωματείου Ε.Ν.ΑΘΗΝΑΙΝΟΥ. Σε αγώνα για την ασπίδα της Κ.Ο.Χ. που διεξήχθη στις 29 Οκτωβρίου 2023 στην Αίθουσα Αθλοπαιδιών Πανασσού Στροβόλου, η ομάδα μας κέρδισε την Φιναλίστ του Κυπέλλου για την περίοδο 2022-23 ομάδα του Πανελληνίου Λευκωσίας με 40-33 και κατέκτησε το Super Cup Γυναικών. Σε ένα συναρπαστικό αγώνα, διαφήμιση του αθλήματος, η ομάδα μας επέβαλε το ρυθμό της από τα πρώτα στάδια του αγώνα και πήρε το προβάδισμα, παρόλο που η ομάδα του Πανελληνίου μείωσε την μεταξύ μας διαφορά σε πολλά διαστήματα, όμως η ομάδα μας διατήρησε το προβάδισμα μέχρι το τέλος του ημιχρόνου που έληξε 23-15. Στην επανάληψη η ομάδα μας διατήρησε το προβάδισμά της, τελειώνοντας τον αγώνα με σκορ 40-33 και πανηγύρισε την κατάκτηση του Super Cup, ένα ακόμα τίτλο που θα της δώσει δυναμική για τον μαραθώνιο του πρωταθλήματος που αρχίζει στις 4 Νοεμβρίου 2023.

Στο πλαίσιο των Ευρωπαϊκών υποχρεώσεων της στο EHF Women Cup 2023-2024 ως πρωταθλήτρια της αγωνιστικής περιόδου 2022-23, η ομάδα μας ταξίδεψε στη Σλοβενία από



τις 29 Σεπτεμβρίου μέχρι 2 Οκτωβρίου όπου αγωνίστηκε σε διπλούς αγώνες με την ομάδα της ZRK IZOLA, στην πόλη Ιζολα της Σλοβενίας. Ήταν μια σπουδαία εμπειρία για τις αθλήτριες του Σωματείου μας μετά από 5 χρόνια αποχής από Ευρωπαϊκές διοργανώσεις. Οι αθλήτριες μας, υπό την καθοδήγηση της προπονητικής μας ομάδας, έδωσαν τον καλύτερο

τους εαυτό απέναντι σε μια πολύ δυνατή ομάδα, όμως δεν κατάφεραν να περάσουν στην επόμενη φάση. Συγχαίρουμε την ομάδα για την προσπάθεια που κατέβαλε για μια επάξια εκπροσώπηση και ευελπιστούμε να έχουμε ξανά την ευκαιρία για συμμετοχή σε Ευρωπαϊκές διοργανώσεις στο μέλλον, γεγονός που θα βοηθήσει τις αθλήτριές μας να αποκομίσουν

εμπειρίες σημαντικές για το μέλλον τους.

Αγιασμός Σωματείου

Στις 18 Οκτωβρίου 2023, παρουσία του Δημάρχου κ. Κυριάκου Καρεκλά, τελέστηκε ο καθιερωμένος αγιασμός του Σωματείου μας από τον Αιδεσιμότατο Πάτερ Πέτρο Χατζηκώστα. Μετά το πέρας του αγιασμού τόσο ο Δήμαρχος Κ. Καρεκλάς, όσο και ο Πάτερ Πέτρος, ευχήθηκαν στην ομάδα μας καλή αρχή στη νέα αγωνιστική περίοδο στις εγχώριες διοργανώσεις που συμμετέχει το Σωματείο μας και κάθε ευλογία για πρόοδο και ευημερία στις αθλήτριες μας, προπονητές και μέλη του Δ.Σ. του Σωματείου μας με την αρωγή και την ευλογία του Κυρίου μας.

Ευχές Σωματείου Ε.Ν.Α.

Επ' ευκαιρία των επερχόμενων εορτών των Χριστουγέννων και της έλευσης του νέου έτους 2024, το Σωματείο Ε.Ν.ΑΘΗΝΑΙΝΟΥ σας εύχεται «ΚΑΛΑ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ ΚΑΙ ΕΥΤΥΧΕΣ ΤΟ ΝΕΟ ΕΤΟΣ 2024» με υγεία, αγάπη, ευλογία και κάθε καλό στη νέα χρονιά!!!

Σταυρούλα Πεδουλίδου
Γραμματέας Σωματείου Ε.Ν.ΑΘΗΝΑΙΝΟΥ



75ΧΡΟΝΑ ΟΡΦΕΑ ΑΘΗΝΟΥ

Πραγματοποιήθηκε την Τετάρτη 25 Οκτωβρίου, με μεγάλη επιτυχία, η εκδήλωση προς τιμή των 75χρονων της ΑΟΝ ΕΔΟΝ Α.Σ. ΟΡΦΕΑ ΑΘΗΝΑΙΝΟΥ. Την εκδήλωση τίμησαν με την παρουσία τους ο Γ.Γ. του ΑΚΕΛ Στέφανος Στεφάνου, ο Δήμαρχος Αθηνών, ο πρόεδρος του ΚΟΑ, εκπρόσωπος του ΟΠΑΠ, οι πρόεδροι της ΕΠΕΛ και της ΠΟΕΛ, εκπρόσωποι οργανισμών και εταιρειών και πολλοί άλλοι προσκεκλημένοι. Παρόντες ήταν και οι δύο εν

ζωή ιδρυτές της ΑΟΝ Ανδρέας Κυρίτσης και Κυριάκος Παστού. Η εκδήλωση άρχισε με μονόλεπτη σιγή εις μνήμη όλων των μελών και φίλων του Σωματείου που απεβίωσαν τα τελευταία 5 χρόνια. Ειδική αναφορά έγινε στους Χρίστο Εξαδάκτυλο και Χαράλαμπο Καλαποδά που απεβίωσαν πρόσφατα. Στη συνέχεια, παρουσιάστηκε μια ιστορική αναδρομή από τον πρόεδρο του Σωματείου

κ. Μιχάλη Μιχαήλ. Χαιρετισμούς απηύθυναν ακόμη ο δήμαρχος Αθηνών Κυριάκος Καρεκλάς, ο πρόεδρος της ΕΠΕΛ Στέλιος Στυλιανού και ο πρόεδρος του ΚΟΑ Ανδρέας Μιχαηλίδης. Κύριος ομιλητής της εκδήλωσης ήταν ο Γ.Γ. του ΑΚΕΛ Στέφανος Στεφάνου. Απονεμήθηκαν τιμητικές πλακέτες στους διαχρονικούς χορηγούς του Σωματείου, σε οικογένειες που έκαναν εισφορές προς το σωματείο και σε εταιρείες που ήταν

χορηγοί των εκδηλώσεων προς τιμή των 75χρονων του Σωματείου. Τιμήθηκαν οι πιο κάτω: ΚΟΑ, Δήμος Αθηνών, ΟΠΑΠ Κύπρου, Κ. ΑΘΙΕΝΙΤΙΣ CONSTRUCTION, οι οικογένειες Ανδρέα Φωκά, Νίκου Χατζηπετρή, Καδή Κώστα και ο Βάσος Καφατάρης. Οι χορηγοί 75χρονων, Α. Ζορπάς & Υιοί, ΑΡS ΑΘΙΕΝΙΤΕS, Υπεραγορά ΜΑS, Υπεραγορά Α. Καρούσιος, Α/Φοι Α. Κεπόλα, ΕΥΡΗΟΡΙΑ, G.H ΜΥ GAS, Petros Savva development και Κέντρο ΤΑΜΠΛΙΟΣ.



Διατηρείτε τον Δίμο Καθαρό. Η Καθαριότητα είναι Μισή Αρχονεία.

Ανακυκλώστε. Προσσεύψτε το Περιβάλλον.

Φροντίζουμε για τη Φύση - Φροντίζουμε τον Δίμο μας.

6^η Διακρατική Συνάντηση στη Σλοβενία στο πλαίσιο του Ευρωπαϊκού Προγράμματος GREENEU



Citizens, Equality, Rights and Values programme

Τριμελής αντιπροσωπεία από τον Δήμο Αθηνών βρέθηκε στο Novo Mesto της Σλοβενίας, μεταξύ 11- 14 Σεπτεμβρίου 2023, και συμμετείχε στην 6^η Διακρατική Συνάντηση στο πλαίσιο του Ευρωπαϊκού Προγράμματος GREENEU.

Τον Δήμο Αθηνών εκπροσώπησαν ο Δημοτικός Σύμβουλος κ. Λευτέρης Κόλοκος, η κ. Ελένη Φραντζέσκου και η κ. Άννα Χριστοδούλου. Στη Συνάντηση συμμετείχαν εταίροι από Σλοβενία, Πορτογαλία, Ισπανία, Ουγγαρία και Ιταλία.

Στην καταπράσινη και γραφική πόλη του Novo Mesto, που πλαισιώνεται από λίμνες, γεμάτες με λογής ψάρια και πουλιά, τύχαμε αβραμιάς φιλοξενίας από τους διοργανωτές και

νιώσαμε σαν στο σπίτι μας.

Το γενικό θέμα της συνάντησης ήταν "The Europe we want", με ειδικότερο θέμα το «Zero waste». Όντως συναντήσαμε μια πόλη ανεπτυγμένη και καθαρή, χωρίς απόβλητα σε δρόμους ή κοινόχρηστους χώρους.

Στη συνάντηση είχαμε την ευκαιρία να γνωρίσουμε τη στρατηγική που εφαρμόζεται στον τομέα της βιώσιμης ανάπτυξης και των ανανεώσιμων πηγών ενέργειας μέσω της ανακύκλωσης και επαναχρησιμοποίησης.

Στην πόλη αυτή προωθείται επίσης η χρήση ηλεκτρικών αυτοκινήτων και μοτοποδηλάτων με φορτιστές σε διάφορα σημεία της πόλης. Το κυκλοφοριακό σύστημα είναι πολύ φιλικό προς το κοινό με συγκοινωνίες συχνές, που διευκολύνουν τον κόσμο

και ιδιαίτερα τα άτομα με αναπηρίες, καθώς και τους ηλικιωμένους. Μια πεντακάθαρη πόλη με καθαρό αέρα, πανέμορφο υδροβιότοπο και ελάχιστο καυσαέριο.

Στις 13 Σεπτεμβρίου είχαμε την ευκαιρία να επισκεφθούμε το Δημαρχείο και να παραστούμε σε συνέδριο, όπου παρουσιάστηκε η προσπάθεια αξιοποίησης των ανανεώσιμων πηγών ενέργειας με σεβασμό στις ανάγκες των κατοίκων σε σχέση με τις μεταβαλλόμενες κλιματικές, οικονομικές, κοινωνικές και περιβαλλοντικές αλλαγές. Στο πλαίσιο αυτό η Τεχνολογία και η Βιομηχανία σέβονται τις ιδιαιτερότητες της πόλης. Επόμενος σταθμός η Γεωργική Σχολή έξω από την πόλη, που λειτουργεί με πολλούς μαθητές Μέσης Εκπαί-

δευσης, καθώς και φοιτητές. Είδαμε οικόσιτα ζώα, κήπους με λαχανικά και καλλωπιστικά φυτά, τα οποία φροντίζουν οι σπουδαστές υπό την καθοδήγηση των καθηγητών τους. Τα βιολογικά προϊόντα που παράγονται, είτε καταλώνονται από τους σπουδαστές, είτε πωλούνται. Γευθήκαμε κι εμείς το εύγεστο γεύμα με προϊόντα αποκλειστικά από την πιο πάνω Σχολή.

Η μέρα κύλισε με όμορφη ξενάγηση στην πολλά υποσχόμενη πόλη του Novo Mesto. Θαυμάσαμε τις εκκλησίες, το επιβλητικό κάστρο, τα γραφικά δρομάκια με τους περιποιημένους κήπους, καθώς και την καθαριότητα και την ευγένεια των κατοίκων της πόλης.

Την επόμενη μέρα επισκεφθήκαμε εργοστάσιο που παράγει τοπικά προ-

ϊόντα και παράλληλα τα διαφημίζει, στην προσπάθεια να προωθηθεί η ντόπια παραγωγή. Έγινε παρουσίαση από στελέχη της Εταιρίας και ξενάγηση στους χώρους με τα προηγμένα τεχνολογικά μηχανήματα, όπου θαυμάσαμε την εφευρετικότητα και την τεχνολογία των εκεί ανθρώπων. Αδιαμφισβήτητα, με τέτοιου είδους ταξίδια αποκομίζεις πολλές εμπειρίες, εμπλουτίζεις τις γνώσεις σου και ευαισθητοποιείσαι σε θέματα περιβαλλοντικά.

Ευχαριστούμε θερμά τον Δήμαρχό μας, τη Μαρία Τουλούπη και τους Σλοβένους διοργανωτές για την άψογη οργάνωση της Συνάντησης.

Άννα Χριστοδούλου,
Εκπαιδευτικός



Δημοτικό Συμβούλιο Νεολαίας Αθηνών

Η φετινή ακαδημαϊκή χρονιά ξεκίνησε με κέφι στο "Street Party" που διοργάνωσε το Δημοτικό Συμβούλιο Νεολαίας Αθηνών στο σπίτι της νεολαίας, στο Youth House of Art and Culture στην Αθήνα, στις 15 Σεπτεμβρίου 2023. Με την μουσική συνοδεία του Δημήτρη Ιεροδιακόνου (DJ. Mr. Beatle) περάσαμε ένα βράδι γεμάτο

χορό και διασκέδαση. Ευχαριστούμε όλους όσους παρευρέθηκαν και υποσχόμαστε ότι θα προσπαθήσουμε να διοργανώνουμε πιο συχνά τέτοιες ενέργειες για τη νεολαία μας, αλλά και για όλους τους δημότες της κωμόπολής μας.

Για ακόμη μια χρονιά το Δημοτικό Συμβούλιο Νεολαίας ανάλαβε τη διεξαγωγή του

αγώνα καλαθόσφαιρας στο πλαίσιο της Ευρωπαϊκής Εβδομάδας Αθλητισμού, #beat-tive, που διοργάνωσε ο Δήμος Αθηνών. Ο αγώνας πραγματοποιήθηκε στις 29 Σεπτεμβρίου 2023 στην κλειστή αίθουσα Γυμνασίου Αθηνών με συμμετοχή ομάδων νέων.

Το πρωινό της 28ης Οκτωβρίου καταθέσαμε στεφάνι στο μνημείο Πεσόντων και

Αγνοουμένων Αθηνών, στο πλαίσιο της καθιερωμένης παρέλασης, για την εθνική επέτειο της 28ης Οκτωβρίου, τη μέρα του μεγάλου «ΟΧΙ» των Ελλήνων να παραδοθούν στον Ιταλικό στρατό. Τιμή και δόξα στους ήρωες μας.

Μαρία Κ. Πάντζιανου
Πρόεδρος Δημ. Συμβ. Νεολαίας Αθηνών



ΓΝΩΡΙΖΑΤΕ ΟΤΙ...

❖ Οι μαθητές και οι μαθήτριες στο «Οκτατάξιο Δημοτικών Σχολείων Αθηνών» είχαν περίοδο με πρακτική εργασία, όπου υπήρχε χρόνος για την κατασκευή «models», τα οποία θεωρούνται πολύ δημιουργικό είδος εργασίας (13^η συνεδρία προσωπικού Οκτατάξιου ημερομηνίας 14 Ιανουαρίου 1963).

❖ Το «Οκτατάξιο Δημοτικών Σχολείων Αθηνών» εξέδιδε σε μηνιαία βάση το περιοδικό «Ηχώ», μετά τη συνεδρία στις 14/01/1963 (13^η συνεδρία προσωπικού Οκτατάξιου ημερομηνίας 14 Ιανουαρίου 1963).

❖ Την πρώτη εβδομάδα του Μάρτη 1963 πραγματοποιήθηκε συγκέντρωση γονέων, στην οποία ομιλητής ήταν ο αείμνηστος δάσκαλος Παναγιώτης Σιμιλλής, με ένα παιδαγωγικό θέμα. Στη συγκέντρωση προβλήθηκε και ταινία εκπαιδευτικού περιεχομένου

(14^η κοινή συνεδρία προσωπικού Οκτατάξιου και Κατώτερου Μεικτού, ημερομηνίας 21 Ιανουαρίου 1963, για προγραμματισμό δραστηριοτήτων του τριμήνου).

❖ Ο Διευθυντής κ. Σάββας Σαράντης, αφού παρακολούθησε μαθήματα ομιλίας στην Ε' και ΣΤ' τάξη, εισηγήθηκε στο διδακτικό προσωπικό τη χρήση όλων των μέσων για φυσική ομιλία των μαθητών και μαθητριών, όπως τα αινίγματα, τα μαντέματα, τις ομιλίες κατόπιν προπαρασκευής, την οργάνωση συζητήσεων, τις ανακοινώσεις των νέων της ημέρας μετά από ανάγνωση της εφημερίδας κ.ά. (18^η συνεδρία προσωπικού Οκτατάξιου ημερομηνίας 18 Φεβρουαρίου 1963).

❖ Ο διευθυντής του Οκτατάξιου Δημοτικού Σχολείου ενημέρωσε το διδακτικό προσωπικό σε συνεδρία για τη Μέθοδο Cuis-

enaire στο μάθημα της Αριθμητικής. Πρόκειται για ξυλάκια/ράβδους δέκα διαφορετικών χρωμάτων. Ο George Cuisenaire ήταν Βέλγος δάσκαλος δημοτικού σχολείου, ο οποίος εφεύρε τα ξυλάκια Cuisenaire, για να διδάξει μαθηματικά μέσα από το πρακτικό επίπεδο αρχικά, ώστε το παιδί να αποκτήσει την απαιτούμενη αυτοπεποίθηση στα μαθηματικά. Η Μέθοδος του Cuisenaire προκάλεσε ενδιαφέρον και ενθουσιασμό, καθώς επιβεβαιώθηκε από χιλιάδες δασκάλους σε περισσότερες από 60 χώρες, ανάμεσά τους και η Κύπρος (19^η συνεδρία προσωπικού Οκτατάξιου ημερομηνίας 4 Μαρτίου 1963).

❖ Στις 10 Μαρτίου 1963 πραγματοποιήθηκε το επίσημο ποδοσφαιρικό πρωτάθλημα στο γήπεδο του Οκτατάξιου Δημοτικού Σχολείου στη μνήμη των πεσόντων της Αθηνών, Αρτέμου Φραντζέσκου και Τουμάζου Του-

μάζου (19^η συνεδρία προσωπικού Οκτατάξιου ημερομηνίας 4 Μαρτίου 1963).

❖ Ο ιδανικός τρόπος διόρθωσης της ορθογραφίας ήταν η αυτοδιόρθωση. Μετά την υπαγόρευση, ρωτούσε ο δάσκαλος τα παιδιά πώς έγραψαν τις βασικές λέξεις και γιατί, όπου χρειαζόταν. Κατόπιν, τα παιδιά έκαναν σύγκριση του κειμένου τους με εκείνο που ήταν γραμμένο στον πίνακα από τον δάσκαλο, το οποίο αποκαλυπτόταν, όταν έφευγε η κουρτίνα. Σε ανομοίωτες τάξεις μερικές φορές δίδονταν κείμενα αναλόγως της δυναμικότητας κάθε ομάδας. (Εισηγήση δασκάλου Αντρέα Πολυδώρου, στην 20^η συνεδρία Οκτατάξιου ημερομηνίας 18 Μαρτίου 1963).

Δρ. Δέσποινα Ζαννετίδου-Πουγεράση
Εκπαιδευτικός