

Κι όμως, καλοκαιράκι



ANTISEIZMIKH
ΘΕΜΕΛΙΟΔΟΜΗ

ΧΑΤΖΗΠΑΡΑΣΚΕΥΑΪΔΗΣ Χ. ΓΕΩΡΓΙΟΣ
Τοπογράφος Μηχανικός Ε.Μ.Π.
Κεαφ. Κορανητή 102 - ΑΝΑΒΥΤΤΟΣ Τηλ.: 22910 78068, 6944 329586

ΧΑΤΖΗΠΑΡΑΣΚΕΥΑΪΔΗΣ Χ. ΠΡΟΔΡΟΜΟΣ
Πολιτικός Μηχανικός
Τοπογράφος Μηχανικός
Βασ. Γεωργίου Β' 21-190-13 ΑΝΑΒΥΤΤΟΣ
Κιν. 6945 512311
Τ. 22910 37000 κ. 6945 512311
e. makxatzh@gmail.com

Μελέτη-επιβλέψη-κατασκευή-τοπογραφικά

ΤΑΚΤΟΠΟΙΗΣΕΙΣ
ΑΥΘΑΙΡΕΤΩΝ

ΑΝΑΚΑΙΝΙΣΕΙΣ ΚΤΙΡΙΩΝ

QR code and **Scan Me** text.

kostasmoisidis

kmoisidis@gmail.com
2292069509

ΕΝΤΥΠΑ **ΕΠΙΓΡΑΦΕΣ** **ΣΟΡΑΝΙΔΕΣ**

FIREWORKS

ΝΙΚΟΣ Β. ΧΑΤΖΗΚΩΣΤΗΣ - ΑΔΕΙΟΥΧΟΣ ΠΥΡΟΤΕΧΝΟΥΡΓΟΣ

ΓΑΜΟΣ | ΒΑΠΤΙΣΗ | ΠΑΡΤΥ | ΔΕΞΙΩΣΕΙΣ | ΣΥΝΑΥΛΙΕΣ | SPECIAL EFFECTS

T. 210 300 66 62 - Κ. 6944 58 58 00

Η κρίση της ενημέρωσης στην ψηφιακή εποχή

Η τεχνολογική επανάσταση των τελευταίων δεκαετιών άλλαξε ριζικά τον τρόπο με τον οποίο ενημερωνόμαστε.

Σήμερα, η πληροφορία ταξιδεύει με ταχύτητα πρωτόγνωρη, όμως η ταχύτητα αυτή δεν συνοδεύεται πάντα από αξιοπιστία. Δίπλα στους επαγγελματίες δημοσιογράφους, που λειτουργούν με κανόνες δεοντολογίας και λογοδοσίας, εμφανίζονται συχνά πρόσωπα ή ιστοσελίδες που αυτοπαρουσιάζονται ως πηγές ενημέρωσης χωρίς να τηρούν αντίστοιχες υποχρεώσεις.

Παράλληλα, τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης έχουν δώσει σε κάθε πολίτη τη δυνατότητα να εκφράζεται δημόσια. Η δυνατότητα αυτή αποτελεί σημαντική δημοκρατική κατάκτηση. Όταν όμως συνοδεύεται από ανωνυμία, ψεύτικα προφίλ και έλλειψη ευθύνης για όσα δημοσιεύονται, μπορεί να μετατραπεί σε εργαλείο παραπληροφόρησης, συκοφαντίας ή ακόμη και οργανωμένης προπαγάνδας.

Το πρόβλημα δεν είναι η ελεύθερη έκφραση, αλλά η δυσκολία διάκρισης ανάμεσα στην τεκμηριωμένη ενημέρωση και στον ισχυρισμό που παρουσιάζεται ως γεγονός χωρίς αποδεί-

ξεις. Όταν οι πολίτες βομβαρδίζονται καθημερινά από αντικρουόμενες πληροφορίες, η εμπιστοσύνη προς τους θεσμούς, τα μέσα ενημέρωσης και τελικά προς τη δημοκρατική διαδικασία φθείρεται.

Η αντιμετώπιση του φαινομένου δεν μπορεί να βασιστεί στη λογοκρισία. Αντίθετα, απαιτείται ενίσχυση της δημοσιογραφικής δεοντολογίας, διαφάνεια στις πηγές ενημέρωσης, μεγαλύτερη υπευθυνότητα από τις ψηφιακές πλατφόρμες και, κυρίως, ανάπτυξη της κριτικής σκέψης των πολιτών. **Μια υγιής δημοκρατία χρειάζεται ελεύθερη πληροφόρηση, αλλά και πολίτες ικανούς να αξιολογούν όσα διαβάζουν και ακούν.**

Έτσι, η πρόκληση της εποχής μας δεν είναι μόνο η ελευθερία του λόγου, αλλά και η διασφάλιση ότι η αλήθεια δεν θα χαθεί μέσα στον θόρυβο της ψηφιακής πληροφορίας.

Του Κώστα Γ. Μωυσίδη



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

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

Τα άρθρα που δημοσιεύονται εκφράζουν προσωπικές απόψεις των αρθρογράφων

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

ΧΑΤΖΗΠΑΡΑΣΚΕΥΑΪΔΗΣ Χ. ΓΕΩΡΓΙΟΣ

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



**ΑΝΤΙΣΕΙΣΜΙΚΗ
ΘΕΜΕΛΙΟΔΟΜΗ**

ΧΑΤΖΗΠΑΡΑΣΚΕΥΑΪΔΗΣ Χ. ΠΡΟΔΡΟΜΟΣ

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

**ΕΝΕΡΓΕΙΑΚΑ
ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΤΙΚΑ**

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

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

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

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

δημος λαυρεωτική σαρωνικός



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

33, ΜΑΙΟΣ.-ΙΟΥΝΙΟΣ 2026

Η ΑΛΗΘΕΙΑ ΣΤΗΝ ΕΠΟΧΗ ΤΗΣ ΠΑΡΑΠΛΗΡΟΦΟΡΗΣΗΣ

Όταν η ενημέρωση
γίνεται όπλο,
η δημοκρατία
απειλείται.

Ανώνυμα προφίλ, ψεύδη, προπαγάνδα.
Ποιος ελέγχει την πληροφορία;

ΜΕΣΙΤΙΚΟ
ΓΡΑΦΕΙΟ

SOUTHUP
Εταιρία διαχείρισης ακινήτων

**ΖΗΤΟΥΝΤΑΙ
ΑΚΙΝΗΤΑ
ΠΡΟΣ ΠΩΛΗΣΗ
ΕΝΟΙΚΙΑΣΗ**

ΑΓΟΡΕΣ-ΠΩΛΗΣΕΙΣ-ΕΝΟΙΚΙΑΣΕΙΣ

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

Η γωνιά της Μαρούς

Φρέσκο ψωμί κάθε μέρα

Ψωμί €1,00
Μπαγκέτα €1,50
Αλεύρι

Β' Γεωργίου Β' 30 & Αριστοτέλους 15 -
ΑΝΑΒΥΣΣΟΣ
τηλ. 22910 41140

ΠΛΥΝΤΗΡΙΟ ΧΑΛΙΩΝ

6,20

από Φύλαξη 8,20€ +φπα

693 6969244

τηλ 22910 80230

www.sevendayswash.gr

SoundSAS

Audio & Lighting Systems

EVENTS - LIVE - INSTALLATION - SERVICE - SALE

www.soundsas.gr SoundSas @sound_sas

2291037066 - 6979256202 - 6974520994

ΚΩΝ/ΝΟΥ ΚΑΡΙΩΤΑΚΗ 12 ΑΝΑΒΥΣΣΟΣ, ΑΓ. ΝΙΚΟΛΑΟΣ

Λαγονήσι: Η πορεία της υπόθεσης για τις παραλίες Πεύκο, Γλύστρα και το παραλιακό μέτωπο



Η συζήτηση γύρω από το μέλλον των παραλιών Πεύκο, Γλύστρα και τμημάτων του παραλιακού μετώπου στο Λαγονήσι παραμένει ένα από τα σημαντικότερα ζητήματα που απασχολούν τα τελευταία χρόνια την τοπική κοινωνία του Δήμου Σαρωνικού.

Η υπόθεση συνδέεται με παλαιότερες συμβάσεις παραχώρησης και αξιοποίησης εκτάσεων που γειτνιάζουν με το ξενοδοχειακό συγκρότημα του Λαγονησίου και έχει οδηγήσει σε σειρά δικαστικών, διοικητικών και πολιτικών εξελίξεων.

Πώς ξεκίνησε η διαμάχη

Η βάση της υπόθεσης βρίσκεται σε συμφωνίες και συμβατικές υποχρεώσεις που έχουν συναφθεί εδώ και αρκετά χρόνια μεταξύ του Ελληνικού Δημοσίου, μέσω της ΕΤΑΔ, και της εταιρείας που διαχειρίζεται το ξενοδοχειακό συγκρότημα της περιοχής.

Η εφαρμογή αυτών των συμφωνιών έχει προκαλέσει αντιδράσεις, καθώς μέρος των κατοίκων και φορέων του Δήμου εκφράζουν την ανησυχία ότι ενδέχεται να περιοριστεί η πρόσβαση πολιτών σε παραλίες που επί δεκαετίες χρησιμοποιούνται ως χώροι αναψυχής και ελεύθερης πρόσβασης. Από την άλλη πλευρά, η ΕΤΑΔ και οι εμπλεκόμενοι επενδυτικοί φορείς επικαλούνται δικαιώματα που απορρέουν από τις σχετικές συμβάσεις και διοικητικές πράξεις.

Οι εξελίξεις του τελευταίου διαστήματος

Κατά τη διάρκεια του 2024 και του 2025, η υπόθεση εισήλθε σε νέα φάση, όταν ξεκίνησαν ενέργειες που αφορούσαν κατεδαφίσεις κατασκευών και παρεμβάσεις στις επίμαχες περιοχές.

Ο Δήμος Σαρωνικού προχώρησε σε δικαστικές ενέργειες ζητώντας την παύση των εργασιών και την προστασία του παραλιακού μετώπου, ενώ

παράλληλα οργανώθηκαν κινητοποιήσεις κατοίκων και συλλογικοτήτων που ζητούν να διατηρηθεί η ελεύθερη πρόσβαση στις παραλίες.

Η υπόθεση συζητήθηκε στα δικαστήρια, με τον Δήμο να συνεχίζει τις νομικές του πρωτοβουλίες ακόμη και μετά την απόρριψη αιτημάτων προσωρινής αναστολής ορισμένων εργασιών.

Τι συμβαίνει σήμερα

Μέχρι σήμερα, το ζήτημα δεν έχει πάψει να απασχολεί την τοπική κοινωνία. Δημοτικές αρχές, κάτοικοι και συλλογικότητες παρακολουθούν στενά τις εξελίξεις και δηλώνουν ότι θα συνεχίσουν να διεκδικούν τη διατήρηση της πρόσβασης στις ακτές. Παράλληλα, η διαδικασία αξιοποίησης των εκτάσεων εξακολουθεί να αποτελεί αντικείμενο νομικών και διοικητικών ενεργειών.

Το 2025 και το 2026 συνεχίστηκαν δημόσιες παρεμβάσεις και συνελεύσεις πολιτών σχετικά με το μέλλον των παραλιών, γεγονός που δείχνει ότι το θέμα παραμένει ανοιχτό και ενεργό στη δημόσια συζήτηση της περιοχής.

Ένα ζήτημα με ευρύτερη σημασία

Ανεξάρτητα από τις διαφορετικές προσεγγίσεις των εμπλεκόμενων πλευρών, η υπόθεση του Λαγονησίου αναδεικνύει ένα ευρύτερο ζήτημα που απασχολεί πολλές παράκτιες περιοχές της χώρας: τη σχέση ανάμεσα στην τουριστική και επενδυτική αξιοποίηση της δημόσιας περιουσίας και στο δικαίωμα των πολιτών για ελεύθερη πρόσβαση στις ακτές.

Το επόμενο διάστημα αναμένεται να είναι κρίσιμο για την εξέλιξη της υπόθεσης, καθώς οι σχετικές διαδικασίες συνεχίζονται και οι αποφάσεις που θα ληφθούν θα επηρεάσουν το μέλλον ενός σημαντικού τμήματος του παραλιακού μετώπου του Δήμου Σαρωνικού.

“ “

Οι παραλίες Πεύκο και Γλύστρα στο Λαγονήσι βρίσκονται στο επίκεντρο μιας πολυετούς διαμάχης που συνδυάζει ζητήματα αξιοποίησης δημόσιας περιουσίας, τοπικής ανάπτυξης και πρόσβασης των πολιτών στον αιγιαλό.

” ”



ΚΑΤΑΣΚΕΥΑΣΤΙΚΗ

Ιωάννης Δαμ. Κυριακόπουλος
πολιτικός μηχανικός

ΤΕΧΝΙΚΟ ΓΡΑΦΕΙΟ

- μελέτες ■ επιβλέψεις ■ κατασκευές
- ενεργειακά πιστοποιητικά (ΠΕΑ)
- σύνταξη φακέλου ταυτότητας κτιρίου

Μελέτη-Εγκατάσταση Φωτοβολταϊκών

ΤΑΚΤΟΠΟΙΗΣΕΙΣ ΑΥΘΑΙΡΕΤΩΝ

ΑΓΟΡΕΣ - ΠΩΛΗΣΕΙΣ

- διαμερισμάτων ■ ακινήτων

ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΑΚΙΝΗΤΩΝ

Λ. Καραμανλή & Κυριακοπούλου Τ. 22910 39411, f. 22910 37328
ΑΝΑΒΥΣΣΟΣ κ. 6944 749579



Ονειρου Τεύσεις

Η γεύση γίνεται στιγμή

Σπιτικό φαγητό

☎ 22920 26718

☎ 697 6652191

📍 Ποσειδώνος 5, Λαύριο

Ελληνική θνησιγένεια.

Του Κώστα Πετούρη



Μέσα σε ένα κλίμα επίπλαστης εφορίας που καλλιεργείται από ενός από κυβερνητικούς κύκλους με τα αφηγήματα περί ανάπτυξης, προόδου, ευημερίας και από ετέρου τις διακηρύξεις από τους πολλά υποσχόμενους νέους κομματικούς σχηματισμούς (24ωρα μετά την ίδρυση του κόμματος Καρυστιανού και 24ωρα πριν την ίδρυση του κόμματος Τσίπρα), καλούμαστε να αποτιμήσουμε με ρεαλιστικούς όρους την τρέχουσα κατάσταση.

Και ενώ ο δημόσιος διάλογος εξαντλείται σε θέματα της επικαιρότητας και προεξοφλείται η ατζέντα της προεκλογικής αντιπαράθεσης σε ζητήματα όπως, η ακρίβεια, το κράτος δικαίου, οι Ελληνοτουρκικές σχέσεις, μερίζονα ζητήματα «κρύβονται κάτω απ το χαλί» και λειτουργούν ως βραδυφλεγείς εστίες που απειλούν την ίδια την εθνική μας υπόσταση.

Το Δημογραφικό, η στεγαστική κρίση, η έλλειψη εργατικού δυνα-



μικού, η υπερχρέωση των νοικοκυριών προδιαγράφουν την θνησιγένεια της Ελληνικής οικογένειας και εν συνόλω της Ελληνικής κοινωνίας χωρίς να αφήνουν περιθώρια αισιοδοξίας.

Οι γεννήσεις φθίνουν, η ιδιοκατοίκηση συρρικνώνεται, το κόστος ενοικίασης στέγης αυξάνεται δραματικά, το διαθέσιμο εργατικό δυναμικό -ιδιαίτερα στα χειρωνακτικά και τεχνικά επαγγέλματα είναι ανεπαρκές- και τα υπερχρεωμένα νοικοκυριά που χρωστούν σε τράπεζες και δημόσιο αδυνατούν να καλύψουν το κόστος καθημερινής διαβίωσης.

Καμία επίσημη στατιστική κατα-

γραφή που αφορά τις προαναφερθείσες τάσεις δεν επιτρέπει εφησυχασμό. Τα στοιχεία που ακολουθούν είναι ιδιαίτερως ανησυχητικά.

Συγκεκριμένα από 107 χιλ. γεννήσεις και 105 χιλ. θανάτους το 2005, το 2025 δηλαδή μόλις 20 χρόνια αργότερα σημειώθηκε, κατακόρυφη αύξηση των θανάτων σε 126 χιλ. και σημειώθηκαν μόλις 68 χιλ. γεννήσεις όπως κατεγράφησαν από την ΕΛΣΤΑΤ.

Από το 85% ιδιοκατοίκησης του 2005, καταλήξαμε στο 69% του 2025 και δη με διαρκώς πτωτική τάση. Είναι χαρακτηριστικό ότι από το 2010 έως το 2026 ο ένας στους τρεις συμπολίτες μας δεν έχει ιδιόκτητη στέγη.

Στο κόστος ενοικίου στέγησης ως ποσοστού επί του εισοδήματος, η Ελλάδα βρίσκεται στη δυσχερέστερη θέση από τους 27 της Ευρωπαϊκής Ένωσης μιας και ενώ στην Ευρώπη το κόστος του ενοικίου δεν υπερβαίνει το 19% του εισοδήματος, την ίδια στιγμή (μέτρηση 2024) στην Ελλάδα αντιστοιχεί στο 35% του διαθέσιμου εισοδήματος με αυξανόμενη τάση. Σύμφωνα με έκθεση της Commission το 31% του πληθυσμού αδυνατεί να ανταποκριθεί επαρκώς στην κάλυψη του στεγαστικού κόστους.

Τα διαθέσιμα «εργατικά χέρια» ως ο κρίσιμότερος παράγοντας στη συντήρηση και αναπαραγωγή του παραγωγικού ιστού, αποτελούν είδος υπό εξαφάνιση. Σύμφωνα με το Εμπορικό και Βιομηχανικό Επιμελητήριο το 63% των επιχειρήσεων αναζητούν εναγωνίως καταρτισμένους εργαζόμενους σε τεχνικές ειδικότητες.

Ο πρωτογενής τομέας (βλ. γεωργική παραγωγή) αναζητά 168 χιλ. εργαζόμενους, ο τομέας της εστίασης 80 χιλ., ο βιομηχανικός 18 χιλ. και ο κατασκευαστικός 13 χιλιάδες.

Με υφιστάμενο έλλειμμα περίπου 300 χιλ. θέσεων εργασίας, είναι προφανές ότι η ανεύρεση εργατικού δυναμικού δυσχεραίνει την παραγωγική διαδικασία, αυξάνοντας κατακόρυφα το κόστος παραγωγής, αναζητώντας απεγνωσμένα λύση στην αθρόα εισαγωγή μεταναστών παρά το αυστηρό γραφειοκρατικό καθεστώς παροχής αδειών παραμονής και εργασίας. Το κοινωνικό κόστος για την ενσωμάτωση των μεταναστών, είναι επίσης κρίσιμη και μη μετρήσιμη παράμετρος που όφειλε εν τούτοις να απασχολεί μια σύγχρονη ευρωπαϊκή κοινωνία.

Σε ότι αφορά το κόστος διαβίωσης και το διαθέσιμο εισόδημα από τα οποία εξαρτάται η κατά κεφαλήν αγοραστική δύναμη η κατάσταση είναι απελπιστική μιας και η Ελλάδα είναι ουραγός στην κατάταξη των χωρών της Ευρωπαϊκής Ένωσης, καλύπτοντας μόλις το 68% του μέσου όρου των κρατών μελών της ΕΕ.

Ακόμη και αν δεχτούμε τον ισχυρισμό, ότι στην Ελλάδα εξακολουθεί η έκταση της φοροδιαφυγής να καλύπτει πόρους που προέρχονται από την παραοικονομία, -σύμφωνα με υπηρεσιακούς παράγοντες- οι επιδόσεις των φοροεισπρακτικών μηχανισμών έχουν κατορθώσει να πατάξουν αποτελεσματικά τα αδήλωτα εισοδήματα, συγκλίνοντας στον Ευρωπαϊκό μέσο όρο. Συνεπώς η ζοφερή εικόνα που αποτυπώνεται στους αριθμούς ανταποκρίνεται στην πραγματικότητα.

Ολοκληρώνοντας σε αντίθεση με το κλίμα εφορίας που τεχνηέντως καλλιεργούν οι κυβερνήτες και την ακατάσχετη υποσχესιολογία που θα επιχειρήσουν οι επίδοξοι πλειοδότες, η κατάσταση της Ελληνικής κοινωνίας προϋποθέτει ανάδειξη των κρίσιμων πτυχών της έτσι όπως ακροθιγώς αναφέρθηκαν. Η αντιπαράθεση με όρους ήσσονος σημασίας διακινδυνεύει την προοπτική και θέτει υπαρκτά ζητήματα για το μέλλον της.

Η μοιρολατρική αντιμετώπιση δεν είναι καλός σύμβουλος στην διαχείριση των κοινωνιών. Η Εθνική θνησιγένεια προ των πυλών...

*τα στοιχεία που παρατίθενται προέρχονται από την ΕΛΣΤΑΤ, τον ΙΟΒΕ, το Εμπορικό και Βιομηχανικό Επιμελητήριο καθώς και από έκθεση της Commission.

petouris service

Since 1970

ΕΞΑΤΜΙΣΕΙΣ-ΚΑΤΑΛΥΤΕΣ



**Συνεργείο
Καταλύτες
Εξατμίσεις
ΚΤΕΟ**

ΛΕΩΦ. ΠΟΡΤΟ ΡΑΦΤΗ 70

ΜΑΡΚΟΠΟΥΛΟ

(Δίπλα στην Αστυνομία Μαρκοπούλου)

22990-40808

petouris@otenet.gr

petouris-service.gr

- **Μια νέα εμπειρία shopping** ξεκινά για όλη την οικογένεια.
- Ανακαλύψτε επιλεγμένα αξεσουάρ ένδυσης.
- Καφτάνια, πουτζάμες και ιδιαίτερα είδη δώρου που συνδυάζουν στυλ, άνεση και όμορφες λεπτομέρειες για κάθε στιγμή της καθημερινότητας.
- Για γυναίκες, άνδρες και παιδιά, με επιλογές που ξεχωρίζουν και δίνουν χρώμα σε κάθε εμφάνιση.
- Σας περιμένουμε να γνωρίσετε το νέο μας κατάστημα!



Banvasta Banyl

είδη δώρων




Κάθε καφτάνι δημιουργείται χειροποίητα από εμάς και μπορεί να προσαρμοστεί στις διαστάσεις που επιθυμείτε.

Γίτσα Ανδρίκου

Πλ. Ηρώων Πολυτεχνείου 54, Λαύριο

τ. 2290 22596, 6949 079 199



ΜΥΘΟΣ

Οι εξορμήσεις σας έχουν όνομα

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

50 χλμ. Αθηνών - Σουνίου | 2291037665 | 6944207256



SECURITY

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

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

ΔΩΡΕΑΝ ΜΕΛΕΤΗ ΤΟΥ ΧΩΡΟΥ ΣΑΣ

50 χρόνια επενδύουμε στην ασφάλεια σας

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

Νίκη Θ. Σωτηροπούλου
 Συμβολαιογράφος



Δευτέρα έως Παρασκευή 09:00 έως 17:00

📍 Αριστοτέλους 13 - 190 13 Ανάβυσσος

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



ΑΠΟΘΗΚΗ ΣΙΔΗΡΟΥ

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

ΗΛΙΑΣ ΓΡ. ΤΖΕΛΕΠΗΣ
 Λ. ΚΑΡΑΜΑΝΛΗ 100 - ΑΝΑΒΥΣΣΟΣ
 📧 hliastz31@gmail.com ☎ 22910 41232

«Όταν η Πόλη Ξεχνά να Κοιτάξει Ψηλά»

Τα παλιά κτίρια δεν είναι απλώς κατασκευές μιας άλλης εποχής. Είναι οι φορείς της μνήμης, της αισθητικής και της ταυτότητας ενός τόπου που αξίζει να διασωθεί.



Η πόλη μας κρύβει παντού μικρές και μεγάλες ιστορίες: μέσα στους δρόμους της, στα στενά σοκάκια, πίσω από παντζούρια και ξεθωριασμένους σοβάδες, υπάρχουν κτίρια που αφηγούνται την εποχή τους. Αριστουργήματα της αρχιτεκτονικής, που φέρουν τη σφραγίδα της ιστορίας, στέκουν σιωπηλά και παρατηρούν την πόλη να αλλάζει γύρω τους.

Η αξία τους

Κάθε παλιό κτίριο είναι κάτι περισσότερο από τούβλα και σοβάς. Είναι ζωντανή ιστορία, μνήμη, και ταυτότητα της γειτονιάς. Αποτελούν πηγή έμπνευσης για τους αρχιτέκτονες, τους καλλιτέχνες και όσους αγαπούν την πόλη τους. Χάνοντας αυτά τα κτίρια, χάνουμε κομμάτια της συλλογικής μνήμης μας.

Η φθορά και οι προκλήσεις

Ο χρόνος και η αδυναμία υποστήριξης οδηγούν σε αργή φθορά. Οι σοβάδες πέφτουν, οι ξύλινες κατασκευές σαπίζουν, τα παράθυρα κλείνουν. Η εγκατάλειψη δεν είναι απλώς αισθητικό πρόβλημα: είναι απώλεια ιστορικής αξίας.

Γιατί μας αφορά όλους

Δεν είναι μόνο θέμα πολιτισμού ή αισθητικής: τα διατηρητέα κτίρια επηρεάζουν την ποιότητα ζωής, τον τουρισμό, την ταυτότητα της πόλης. Η κοινότητα, οι ιδιοκτήτες και οι φορείς μπορούν να ενώσουν δυνάμεις για να προστατεύσουν αυτά τα μνημεία. Η κάθε μικρή προσπάθεια-ένα έργο συντήρησης, ένα αφιέρωμα, μια δημοσιογραφική ιστορία-Η φθορά δεν χρειάζεται να είναι το τέλος. Αν κοιτάξουμε προσεκτικά γύρω μας, θα δούμε την ομορφιά που παραμένει και θα αναγνωρίσουμε την αξία της. Η ιστορία μας, η ταυτότητά μας, βρίσκονται εκεί, σιωπηλά αλλά έτοιμη να αφηγηθεί ξανά τις ιστορίες της.

Ας μην την αφήσουμε να χαθεί.



ΑΦΟΙ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΙ

ΣΥΣΤΗΜΑΤΑ ΑΛΟΥΜΙΝΙΟΥ

📧 info@afoi-p.gr 🏠 Λεωφ. Καραμανλή - Ανάβυσσος ☎ 22910.38228 | 6947.152025 🌐 www.afoi-p.gr

“

Παλιά κτίρια, αριστουργήματα της αρχιτεκτονικής μας κληρονομιάς, που αργά χάνουν τη λάμψη τους. Η αφύπνιση μας μπορεί να τα σώσει.

”



ΛΟΓΙΣΤΙΚΟ ΦΟΡΟΤΕΧΝΙΚΟ ΓΡΑΦΕΙΟ

Βάκη Χρυσήλια
Κουλέτση Βούλα
Πτυχιούχοι ΑΣΟΕΕ

📍 Αγ. Ειρήνης 8
190 13 Π. ΦΩΚΑΙΑ
☎ 22910 42218
📞 693 652 4460
📞 693 228 8800
✉ logistiko.info@gmail.com

ΓΕΩΠΟΝΙΚΗ ΛΥΣΗ



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

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

Μ. Ασίας 6 Π.Φωκαία
Τηλ. 22910 41641

N & K ΜΠΟΥΚΗΣ Ο.Ε.

ΑΣΒΕΣΤΟΠΟΪΑ ΔΟΜΙΚΑ ΥΛΙΚΑ

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

Επανεκδόσεις

- Πινακίδων
- Αδειών
- Διπλωμάτων
- Οριστικές
- Διαγραφές
- Ακινήσιες
- Άρσεις

ΑΥΤΟΚΙΝΗΣΗ

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





ELECTRONET
ΜΠΕΗΣ

ΜΟΝΑΔΙΚΕΣ ΠΡΟΣΦΟΡΕΣ ΚΛΙΜΑΤΙΣΜΟΥ

9000 btu

TCL

399 €

9000 btu

 **ESKIMO**

428 €

12000 btu

ΤΟΥΟΤΟΜΙ

548 €

ΔΩΡΕΑΝ ΤΟΠΟΘΕΤΗΣΗ

Η δωρεάν τοποθέτηση αφορά τα είδη της προσφοράς

ΤΟΥΟΤΟΜΙ

 **ESKIMO**

TCL

www.electronet.gr

- Οικιακές συσκευές
- Εικόνα & Ήχος
- Κλιματισμός
- Εξοπλισμός Σπιτιού
- Πληροφορική & Τηλεφωνία
- Gadgets & Gaming

ΓΙΑ ΞΜΑΣ
ΜΕΤΡΑΣ

ELECTRO NET
ΜΠΕΗΣ

Λ. Μαρκόπουλου - Πόρτο Ράφτη,
θέση Καμάριζα, 19 003
Τηλ.: 22990 25404

ΝΤΕΛΛΑΗΣ

με χαμηλά και υψηλά με τη
 να περιουσιάζονται στην υδότη,
 ντεκουπαριστός, -ή
 πακότω]] (πιπόγγ) ή λ.
 χει παρχαριθεί, με τρα
ντελάλης (ο) ουσ. [**<τουρκ. tellâli**] διαλαλητής, δημό-
 σιος ή ιδιωτικός κήρυκας.
 ΝΤΕΛΑΛΩ, -ας, -ειρ. | <ντελα
 ΝΤΕΛΑΡΕΣ
 ντελής (ο)
 πος α' εντα

delalispress@gmail.com

www.delalis.gr

περιοδική διαδικτυακή & έντυπη έκδοση ΣΑΡΩΝΙΚΟΥ - ΛΑΥΡΕΩΤΙΚΗΣ

messolonghi.gov.gr



Μεσολόγγι 1826–2026

Από τη Θυσία στη Μνήμη

Κάθε εποχή έχει τις δικές της πολιορκίες

Κώστας Μωυσίδης



www.kmoisidis.gr

...ΟΛΟΚΛΗΡΩΜΕΝΕΣ ΛΥΣΕΙΣ

...ΕΝΤΥΠΗΣ - ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗΣ...

kostasmoisidis
 one step ahead

kmoisidis@gmail.com 2292069509

ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ...

ΕΠΙΓΡΑΦΟΠΟΙΪΑΣ...

ΚΑΤΑΣΚΕΥΕΣ ΔΙΑΚΟΣΜΗΣΗΣ...

ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΒΙΒΛΙΩΝ • ΠΕΡΙΟΔΙΚΩΝ
 ΔΙΑΦΗΜΙΣΤΙΚΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ

Μεσολόγγι 1826–2026

Διακόσια χρόνια από την Έξοδο που συγκλόνισε τον κόσμο

Διακόσια χρόνια συμπληρώνονται το 2026 από την Έξοδο του Μεσολογγίου, ένα από τα πιο δραματικά και ηρωικά γεγονότα της Ελληνικής Επανάστασης. Δύο αιώνες μετά, το Μεσολόγγι εξακολουθεί να **συμβολίζει κάτι πολύ μεγαλύτερο από μία πολιορκία ή μία μάχη: την απόφαση ενός λαού να υπερασπιστεί την ελευθερία του ακόμη και μπροστά στη βεβαιότητα της καταστροφής.**

Η Ιερή Πόλη του Μεσολογγίου δεν αποτελεί μόνο ιστορικό τόπο μνήμης για την Ελλάδα. Η θυσία των πολιορκημένων συγκίνησε ολόκληρη την Ευρώπη και μετατράπηκε σε παγκόσμιο σύμβολο αντίστασης, αυτοθυσίας και αξιοπρέπειας. Το 2026, με αφορμή την επέτειο των 200 χρόνων, η πόλη τιμά την ιστορία της με σειρά μεγάλων πολιτιστικών και επετειακών εκδηλώσεων, επαναφέροντας στο προσκήνιο ένα γεγονός που διαμόρφωσε τη συλλογική συνείδηση του νεότερου ελληνισμού.

Η δεύτερη πολιορκία του Μεσολογγίου ξεκίνησε τον Απρίλιο του 1825. Οι οθωμανικές δυνάμεις του Κιουταχί, ενισχυμένες αργότερα από τα στρατεύματα του Ιμπραήμ, περικύκλωσαν την πόλη από στεριά και θάλασσα. Στο εσωτερικό της βρίσκονταν λίγες χιλιάδες υπερασπιστές μαζί με γυναίκοπαιδα και άμαχο πληθυσμό, αποφασισμένοι να μην παραδοθούν.

Για σχεδόν έναν χρόνο, οι πολιορκημένοι άντεξαν βομβαρδισμούς, στερήσεις και ακραία πείνα. Οι μαρτυρίες της εποχής περιγράφουν ανθρώπους εξαντλημένους, χωρίς τρόφιμα, χωρίς φάρμακα, χωρίς ελπίδα ενίσχυσης. Κι όμως, η πόλη συνέχισε να αντιστέκεται. Το Μεσολόγγι δεν πολεμούσε πλέον μόνο για τη στρατιωτική επιβίωση- είχε μετατραπεί σε σύμβολο ενός ολόκληρου αγώνα.

Μπροστά στην απόλυτη εξάντληση, οι πολιορκημένοι πήραν τη μεγάλη απόφαση. Τη νύχτα της 10ης προς 11ης Απριλίου 1826 οργανώθηκε η Έξοδος. Το σχέδιο προέβλεπε τη μαζική διάσπαση του κλοιού των Οθωμανών, ώστε όσοι μπορούσαν να σωθούν να καταφύγουν στα γύρω βουνά.

Η επιχείρηση όμως προδόθηκε. Μέσα στο σκοτάδι, στον πανικό και στις συγκρούσεις που ακολούθησαν, χιλιάδες άνθρωποι σκοτώθηκαν. Πολλοί επέλεξαν να πέσουν μαχόμενοι, ενώ άλλοι ανατινάχθηκαν μαζί με τις πυριτιδαποθήκες για να μη συλληφθούν. Παρά την τραγική της κατάληξη, η Έξοδος καταγράφηκε ως μία από τις κορυφαίες στιγμές ηρωισμού της νεότερης ιστορίας.

Το γεγονός συγκλόνισε βαθιά την ευρωπαϊκή κοινή γνώμη. Εφημερίδες, καλλιτέχνες και διανοούμενοι σε ολόκληρη την Ευρώπη μίλησαν για τη θυσία του Μεσολογγίου, ενισχύοντας το φιλελληνικό κίνημα που ήδη είχε αναπτυχθεί τα προηγούμενα χρόνια. Η Ελλάδα έπαψε να θεωρείται μια μακρινή επαναστατημένη περιοχή της Οθωμανικής Αυτοκρατορίας και άρχισε να αντιμετωπίζεται ως υπόθεση ελευθερίας που αφορούσε ολόκληρη την Ευρώπη.

Ιδιαίτερο συμβολισμό είχε και ο θάνατος του Λόρδου Βύρωνα στο Μεσολόγγι το 1824. Ο μεγάλος Άγγλος ποιητής είχε φτάσει στην πόλη για να στηρίξει ενεργά την Ελληνική Επανάσταση και ο θάνατός του συγκίνησε βαθιά τον δυτικό κόσμο. Το όνομά του συνδέθηκε για πάντα με το Μεσολόγγι και τον αγώνα των Ελλήνων.

Η Έξοδος επηρέασε βαθιά και την ελληνική τέχνη και λογοτεχνία. Ο Διονύσιος Σολωμός εμπνεύστηκε από το γεγονός για να δημιουργήσει τους «**Ελεύθερους Πολιορκημένους**», ένα από τα σημαντικότερα έργα



της νεοελληνικής ποίησης. Μέσα από τους στίχους του, η πολιορκία του Μεσολογγίου μετατρέπεται σε διαχρονικό σύμβολο εσωτερικής δύναμης και ανθρωπίνης αξιοπρέπειας.

Δύο αιώνες αργότερα, το Μεσολόγγι εξακολουθεί να ζει με τη μνήμη εκείνων των ημερών. Ο Κήπος των Ηρώων, τα ιστορικά μνημεία και οι ετήσιες εκδηλώσεις μνήμης κρατούν ζωντανή τη σύνδεση της πόλης με το παρελθόν της. Η επέτειος των 200 χρόνων συνοδεύεται από εκθέσεις, συνέδρια, μουσικές και θεατρικές εκδηλώσεις, αλλά και εκπαιδευτικές δράσεις που απευθύνονται στη νέα γενιά.

Στόχος των εκδηλώσεων δεν είναι μόνο η ιστορική αναδρομή. **Το Μεσολόγγι του 2026 καλεί σε έναν ευρύτερο προβληματισμό γύρω από την έννοια της ελευθερίας, της αντίστασης και της συλλογικής μνήμης.** Σε μια εποχή γεμάτη αβεβαιότητες και διεθνείς κρίσεις, η ιστορία της πόλης αποκτά ξανά ιδιαίτερη επικαιρότητα.

Γιατί το Μεσολόγγι δεν είναι απλώς ένα κεφάλαιο της ελληνικής ιστορίας. Είναι η υπενθύμιση ότι **ακόμη και στις πιο σκοτεινές στιγμές, η ανθρώπινη αξιοπρέπεια μπορεί να σταθεί όρθια απέναντι στην ήττα.** Και ίσως γι' αυτό, διακόσια χρόνια μετά, η Έξοδος εξακολουθεί να συγκινεί τόσο βαθιά.

Το Μεσολόγγι συγκινεί επειδή δεν αφορά αποκλειστικά το παρελθόν. Κάθε γενιά διαβάζει μέσα του κάτι από τη δική της εποχή. Οι πολιορκημένοι του 1826 είχαν απέναντί τους την πείνα, την εγκατάλειψη, την αβεβαιότητα και την αίσθηση ότι ο κόσμος γύρω τους ίσως δεν θα προλάβει να τους σώσει. Κι όμως, **κράτησαν μια συλλογική αξιοπρέπεια και μια αίσθηση κοινού σκοπού.**

Σήμερα, φυσικά, οι συνθήκες είναι εντελώς διαφορετικές. Δεν υπάρχουν πολιορκίες με την κυριολεκτική έννοια. Υπάρχει όμως μια άλλη μορφή κόπωσης: **οικονομική πίεση, κοινωνική απογοήτευση, μοναξιά, δυσπιστία απέναντι στους θεσμούς, αίσθηση ότι η καθημερινότητα στενεύει συνεχώς.** Πολλοί Έλληνες νιώθουν ότι ζουν εδώ και χρόνια σε μια παρατεταμένη κατάσταση άγχους και αναμονής - χωρίς την αισιοδοξία ή τη συλλογικότητα που χαρακτήριζε πα-

λαιότερες εποχές.

Και ίσως εκεί να βρίσκεται η μεγάλη διαφορά με το Μεσολόγγι: **τότε, μέσα στην απόγνωση, υπήρχε ακόμη ένα ισχυρό «εμείς».** Σήμερα, συχνά κυριαρχεί το αίσθημα της ατομικής επιβίωσης. Η κοινωνία μοιάζει περισσότερο κουρασμένη παρά εξεγερμένη· περισσότερο απομονωμένη παρά ενωμένη.

Αυτό δεν σημαίνει ότι οι σύγχρονοι Έλληνες έχουν χάσει την αντοχή ή την ανθρωπιά τους. Αντίθετα, σε **κάθε κρίση** - από τις φωτιές και τις πλημμύρες μέχρι τις δύσκολες κοινωνικές περιόδους - **εμφανίζονται ξανά αντανakλαστικά αλληλεγγύης που θυμίζουν ότι κάτω από την κούραση υπάρχει ακόμη ένα βαθύ συλλογικό ένστικτο.**

Τι μας λέει σήμερα το Μεσολόγγι

Διακόσια χρόνια μετά, η Έξοδος του Μεσολογγίου δεν συγκινεί μόνο ως ιστορικό γεγονός. Συγκινεί γιατί, με έναν παράξενο τρόπο, συνομιλεί ακόμη με το παρόν.

Οι άνθρωποι του Μεσολογγίου **έζησαν την πείνα, την αγωνία και την αβεβαιότητα.** Έζησαν την αίσθηση της εγκατάλειψης και της εξάντλησης. Κι όμως, μέσα στις πιο σκοτεινές συνθήκες, διατήρησαν κάτι πολύτιμο: **το αίσθημα ότι ανήκουν σε ένα κοινό «εμείς».**

Στη σύγχρονη Ελλάδα οι δυσκολίες είναι διαφορετικές, αλλά όχι ανύπαρκτες. Η οικονομική πίεση, η ανασφάλεια, η κοινωνική κόπωση και η αίσθηση μοναξιάς έχουν αφήσει το αποτύπωμά τους σε μια κοινωνία που συχνά μοιάζει κουρασμένη και απογοητευμένη.

Ίσως γι' αυτό το Μεσολόγγι εξακολουθεί να μας αγγίζει τόσο βαθιά. Όχι επειδή αναζητούμε ήρωες του παρελθόντος, αλλά επειδή μας θυμίζει τη δύναμη της συλλογικότητας, της αξιοπρέπειας και της ανθρωπίνης αντοχής.

Κάθε εποχή έχει τις δικές της πολιορκίες. Και κάθε κοινωνία κρίνεται τελικά από το αν μπορεί να σταθεί ενωμένη απέναντί τους.

Το πρόβλημα αρχίζει όταν η μνήμη γίνεται υποκατάστατο ευθύνης. Όταν το παρελθόν χρησιμοποιείται περισσότερο για αυτοεπιβεβαίωση παρά για αυτογνωσία. Τότε η ιστορία μετατρέπεται σε τελετουργία: **συγκίνηση χωρίς συνέχεια, υπερηφάνεια χωρίς σχέδιο, δημόσια δαπάνη χωρίς δημόσιο αποτέλεσμα.**

Και πράγματι υπάρχει αυτή η αντίφαση που υπαινίσσεται: μπορούμε να τιμούμε ηρωικές στιγμές συλλογικότητας, ενώ την ίδια στιγμή δυσκολευόμαστε να λειτουργήσουμε συλλογικά στο παρόν - στους θεσμούς, στην παιδεία, στον δημόσιο χώρο, στην καθημερινή ευθύνη.

Αυτό όμως μπορεί να γίνει εξαιρετικό θέμα γραφής όταν το δεις ψύχραιμα. **Όχι ως «οι Έλληνες δεν αξίζουμε το παρελθόν μας», γιατί αυτό καταλήγει εύκολα σε κυνισμό. Αλλά ως ερώτημα:**

Τι σημαίνει πραγματικά να τιμάς την ιστορία σου; Είναι οι παρελάσεις και οι εκδηλώσεις αρκετές; Ή η ουσιαστική τιμή προς το παρελθόν είναι να φτιάχνεις ένα σοβαρότερο παρόν;

Το ενδιαφέρον είναι ότι το ίδιο το Μεσολόγγι ίσως προσφέρει και την απάντηση. Οι άνθρωποι εκεί δεν θυσιάστηκαν για να γίνουν απλώς επέτειος. Πολέμησαν επειδή ήθελαν ένα διαφορετικό μέλλον. Άρα η μνήμη χωρίς προοπτική χάνει ένα κομμάτι της αλήθειας της.



γράφει Η Κατερίνα Μερκούρη

Ξεκινήσαμε βαδίζοντας αργά. Ο ήλιος της μέρας στοργικός, δειλός στην αρχή χάιδευε τα πυκνά μας κατάμαυρα μαλλιά. Οι λευκές παρουσίες θα αργούσαν ακόμα να φανούν στα μικρά μας κεφάλια. Αχ και να μπορούσαμε να κρατήσουμε το χρόνο! Μα τα παιδιά είναι πάντα βιαστικά να αναμετρηθούν μαζί του, ξεροκέφαλα, κυκλοθυμικά, ανέμελα, κουβαλώντας τη σιγουριά της ψευδαίσθησης.

Η σάκα βαραίνει, το λουράκι ξέφτισε, το χρώμα ξεθωριάζει. Κάνω να την βάλω στην μικρή μου πλάτη που ακόμα δεν σηκώνει βάρη ζωής. Μου έρχονται στο νου μυρωδιές από υπογραμμισμένες σελίδες, μολύβια φρέσκο ξυσμένα και μια έκθεση με θέμα «μεγαλώνοντας»...

Το σχολείο μας υποδέχεται ζεστά, μας κερνά σοκολατάκι και κρασί, λες και βιάζεται να μας γλυκάνει πριν χαθούμε σε επικίνδυνες νοσταλγίες. Κοιτάζω τις μορφές... δωρικές, άγιες σχεδόν, διανύουν με το δάσκαλο μέρες γνώσης και προόδου.

Το παλιό πλακάκι λάμπει ακόμα, σηκώνοντας το βάρος βιαστικών βημάτων.

Μνήμες ανακατεμένες με χαρούμενες φωνές και ραστώνη διαλείμματος προσδοκούν ανάταση ψυχής και ώριμη συμφιλίωση με τον χρόνο που πέρασε και κράτησε λάφυρο την παιδική μας αθωότητα.



Φεύγουμε ψιθυρίζοντας «ευχαριστώ» σε όσους ήρθαν κι έφυγαν πλάθοντας ανθρώπους και ήθος. Ευχαριστούμε!!!!

Το καφενείο

Ένα παλιό, μικρό καφενείο σε μια μεριά της πλατείας ήταν. Ένα "ρηνάδι" με μια σκεπή ετοιμόρροπη, που πάνω της κρέμονταν κάτι κουρασμένα κεραμίδια. Ούτε οι γάτες δεν άραζαν εκεί. Πού και πού μερικά περιστέρια άφηναν το πέρασμα τους, έκαναν μια στάση κρύβοντας το κεφάλι μέσα στα φτερά τους, κάνοντας αυτό τον παράξενο ήχο.

Το εσωτερικό του καφενείου ήταν μια θλίψη που ταίριαζε σε μοναχικούς αντικοφορμιστές, ή σε φανατικούς οπαδούς του βαρύ γλυκού, της πρέφας και του τσιγάρου.

Δύο μεγάλοι καθρέφτες από τη μία μεριά και από την άλλη συνέθεταν την εικόνα μιας ιδιότυπης φυλακής που έκλεινε μέσα της σκαμμένα πρόσωπα, ακαθόριστες διαθέσεις, τακτικούς αφηγητές καθημερινών πεπραγμένων.

Το παλιό πλακάκι γεμάτο ουλές και ραγίσματα έλιωνε κάτω από το βάρος των φωνών, το χτύπημα των χεριών πάνω στο τραπέζι, ρουφούσε τον καπνό από τα τσιγάρα που έκανε πως ανέβαινε ψηλά για να βουτήξει μεμιάς και να χαθεί στην αιωνιότητα του πληγωμένου μοτιβου.

Όταν η μάνα της έλεγε "πήγαινε να του μιλήσεις να ανέβει σιγά σιγά γιατί έχουν έρθει επισκέπτες", η μικρή στεκόταν έξω από το καφενείο

και προσπαθούσε να διακρίνει την πατρική φιγούρα ανάμεσα στους θαμώνες. Τότε κι εκείνος την έβλεπε και της έκανε νόημα χαμογελώντας.

"Πήγαινε κι έρχομαι" της έλεγε κι εκείνη έπαιρνε το δρόμο για το σπίτι χοροπηδώντας.

Πόσο λυπήθηκε όταν είδε στη θέση του παλιού καφενείου την καινούργια καφετέρια! Τίποτα δεν

μπόρεσε να την παρηγορήσει, μόνο η θέα του προσώπου της σε έναν από τους καθρέφτες... σα να πέρασαν τα χρόνια, βουβά και ήσυχα, ακολουθώντας την πορεία τους. Μεγάλωσε κι αυτή, άλλαξε, όπως και όλα γύρω της.

2025 ©



Μυστράς: Εκεί όπου ξαναστήθηκε ο θρόνος της τελευταίας αυτοκρατορίας. Το αναστηλωμένο Παλάτι των Δεσποτών επαναφέρει τη μνήμη της βυζαντινής αυλής και μετατρέπει τον Μυστρά σε μια ζωντανή εμπειρία ιστορίας, τελετουργίας και εξουσίας.



«Τὴν πόλιν σοι διδόναι οὐτ’
ἐμὸν ἐστὶν οὐτ’ ἄλλου τῶν ἐν τῇ
πόλει· κοινῇ γὰρ γνώμη πάντες
ἀποθανοῦμεν καὶ οὐ φεισόμεθα τῆς
ζωῆς ἡμῶν.»

Σε πιο απλή απόδοση:

«Το να σου παραδώσω την πόλη
δεν είναι στο χέρι μου ούτε κανενός
άλλου· όλοι μαζί αποφασίσαμε να
πεθάνουμε και δεν θα λυπηθούμε τη
ζωή μας.»

Στον λόφο του Μυστρά, εκεί όπου ο χρόνος μοιάζει να κυλά διαφορετικά, η βυζαντινή ιστορία απέκτησε ξανά σώμα και φωνή. Η πρόσφατη παρουσίαση του αποκατεστημένου Παλατιού των Δεσποτών δεν αποτέλεσε απλώς ένα ακόμη έργο πολιτιστικής διαχείρισης- υπήρξε μια συμβολική επιστροφή στον τελευταίο μεγάλο σταθμό της βυζαντινής αυτοκρατορικής μνήμης.

Για πρώτη φορά μετά από δεκαετίες εργασιών, το ανακτορικό συγκρότημα του Μυστρά παρουσιάστηκε στο κοινό ως ένας οργανωμένος τόπος εμπειρίας και αφήγησης. Ανάμεσα στις αίθουσες, τα πέτρινα ανοίγματα και τις αναστηλωμένες επιφάνειες, το βλέμμα οδηγείται αναπόφευκτα στο σημείο που κυριαρχεί στη συλλογική φαντασία: τον χώρο του θρόνου. Εκεί όπου κάποτε η εξουσία αποκτούσε τελετουργική μορφή και η πολιτική γινόταν θέαμα.

Ο Μυστράς δεν υπήρξε μια απλή επαρχιακή καστροπολιτεία. Από τον 14ο αιώνα εξελίχθηκε σε πνευματικό και διοικητικό κέντρο του Δεσποτάτου του Μορέως, αλλά και σε μία από τις τελευταίες εστίες του ελληνικού και βυζαντινού κόσμου πριν από την Άλωση. Στο Παλάτι των Δεσποτών διαμορφώθηκαν συμμαχίες, λήφθηκαν αποφάσεις και οργανώθηκαν τελετουργίες που έφεραν ακόμη την αίγλη της Κωνσταντινούπολης.

Δεν είναι τυχαίο ότι το όνομα του Κωνσταντίνου Ι' Παλαιολόγου πλανάται δι-
αρκώς πάνω από τον χώρο. Ο τελευταίος αυτοκράτορας του Βυζαντίου στέ-
φθηκε στον Μυστρά το 1449, λίγο πριν αναχωρήσει για την Κωνσταντινούπολη
και τη μοιραία τελευταία πράξη της αυτοκρατορίας. Έτσι, κάθε αναφορά στον
θρόνο του Μυστρά δεν αφορά μόνο ένα αρχιτεκτονικό στοιχείο- αφορά το τέ-
λος μιας εποχής.

Η νέα παρουσίαση του μνημείου επιχειρεί να ανασυστήσει αυτήν ακριβώς τη
βιωματική διάσταση της ιστορίας. Με διακριτικές μουσειολογικές παρεμβά-
σεις, φωτισμούς και ψηφιακά μέσα, οι επισκέπτες δεν περιηγούνται πλέον
μόνο σε ερείπια. Καλούνται να φανταστούν τη λειτουργία του παλατιού ως
ζωντανού οργανισμού: τις επίσημες υποδοχές, τα αυτοκρατορικά ενδύματα,
τους ήχους της αυλής, την αυστηρή γεωμετρία της εξουσίας.

Ιδιαίτερο ενδιαφέρον παρουσιάζει η ανάδειξη της αίθουσας που συνδέεται με
την επίσημη τελετουργία της αυλής. Παρότι τα ιστορικά τεκμήρια για την ακρι-
βή μορφή του θρόνου είναι περιορισμένα, η νέα σκηνογραφική προσέγγιση
επιχειρεί να μεταφέρει το συμβολικό βάρος του χώρου: τη θέση από την οποία
ο δεσπότης ή ο αυτοκράτορας γινόταν το κέντρο ενός ολόκληρου πολιτικού
σύμπαντος.

Η εμπειρία αυτή αποκτά ακόμη μεγαλύτερη δύναμη μέσα στο φυσικό τοπίο του
Μυστρά. Η πέτρα, το φως της Λακωνίας και η θέα προς τον κάμπο δημιουρ-
γούν μια αίσθηση σχεδόν μεταφυσική. Εδώ η ιστορία δεν περιορίζεται σε προ-
θήκες και επιγραφές-επιβιώνει μέσα στη σιωπή των τειχών και στην αίσθηση
μιας αυτοκρατορίας που χάνεται αργά αλλά δεν σβήνει ποτέ ολοκληρωτικά.

Η αποκατάσταση του Παλατιού των Δεσποτών έχει επίσης μια βαθύτερη πολι-
τιστική σημασία. Σε μια εποχή όπου τα μνημεία συχνά μετατρέπονται σε γρή-
γορα τουριστικά θεάματα, ο Μυστράς δείχνει πως η ανάδειξη της πολιτιστικής
κληρονομιάς μπορεί να λειτουργήσει ως εργαλείο ιστορικής συνείδησης. Όχι
μόνο για να θυμηθούμε το Βυζάντιο ως παρελθόν, αλλά για να κατανοήσουμε
πώς η μνήμη, η ταυτότητα και η εξουσία συνεχίζουν να συνομιλούν με το πα-
ρόν.

Ίσως γι' αυτό η εικόνα του «θρόνου» συγκινεί τόσο έντονα. Επειδή δεν συμ-
βολίζει μόνο τη δύναμη ενός ηγεμόνα, αλλά και την τελευταία προσπάθεια
ενός κόσμου να διατηρήσει την αξιοπρέπειά του απέναντι στην ιστορική κα-
τάρρευση.

Στον Μυστρά, η αυτοκρατορία δεν επιστρέφει ως νοσταλγία. Επιστρέφει ως
εμπειρία μνήμης. Και μέσα από την αναγέννηση του παλατιού της, μας υπεν-
θυμίζει ότι ο πολιτισμός αποκτά πραγματική αξία μόνο όταν μπορεί ακόμη να
αφηγείται ιστορίες που μας αφορούν.



Κείμενα & φωτογραφίες
από το αρχείο Μάκη Αγκούτογλου

ΜΟΥΣΕΙΟ
ΜΙΚΡΑΣΙΑΤΙΚΟΥ
ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ
ΜΑΚΗΣ ΑΓΚΟΥΤΟΓΛΟΥ



ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ | ΞΕΝΑΓΗΣΕΙΣ | ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ ΚΕΙΜΕΝΩΝ

Μαρία & Όλγα Αγκούτογλου
Χιονία Μαυρομμάτη

Η χώρα των θρύλων και των μυστηρίων.
Το γέννημα των ηφαιστειών και των άγριων βουνών.
Η γη των σκληροτράχηλων ανθρώπων και των γενναίων παλικαριών.
Το Σταυροδρόμι των Εθνών.
Το μεγάλο αλώνι της ώσμωσης πολιτισμών και θρησκειών.
Ο κοινός τόπος του Χριστιανικού και του Μουσουλμανικού Ασκητισμού.

<< ΙΕΡΟ
ΠΡΟ
ΣΚΥΝΗΜΑ
στην
Αγιοτόκο
Καππαδοκία >>

Οι Άγιοι
Πατέρες &
η Αρχιτεκτονική
Κληρονομιά

Έτος

20
26

Κ
Α
Π
Π
Α



Ο Ταπεινός
Άγιος Ιωάννης ο Ρώσος

Δ
Ο
Κ
Ι
Α

Ο αιχμάλωτος που αγίασε στα βάθη της Ανατολής μέσα από το αρχείο του Μάκη Αγκούτογλου

Στο οδοιπορικό μας στην αγιασμένη γη της Καππαδοκίας, η μνήμη μάς οδηγεί σε μια από τις πιο συγκλονιστικές και λαοφιλείς μορφές της Ορθοδοξίας: τον Άγιο Ιωάννη τον Ρώσο.

Γεννημένος γύρω στο 1690 στη Μικρά Ρωσία, βρέθηκε στρατιώτης στον τσαρικό στρατό κατά τον Ρωσοτουρκικό Πόλεμο. Κατά τη διάρκεια των μαχών αιχμαλωτίστηκε από τους Τατάρους, οι οποίοι τον πούλησαν ως σκλάβο σε έναν Τούρκο αξιωματικό του ιππικού, τον Αγά του Προκοπίου της Καππαδοκίας και σφυρηλατήθηκε το δόγμα και το ήθος της Ορθόδοξης Εκκλησίας.

Η ΚΑΠΠΑΔΟΚΙΑ αποτέλεσε και αποτελεί μέσω διατήρησης και ανάδειξης της Ιστορίας του Ελληνισμού & της Μικράς Ασίας. Με άλλα λόγια ένας σταθερός πυλώνας της Ορθοδοξίας και του Παγκόσμιου Πολιτισμού.



ΦΩΤΟ_ ΠΡΟΚΟΠΙ (σημερινό Urgup)

Φτάνοντας στο Προκόπι (Ουρκούπι), ο Ιωάννης αντιμετώπισε τις πιέσεις, τις ύβρεις και τα βασανιστήρια των Οθωμανών που ζητούσαν επίμονα τον εξισλαμισμό του. Η απάντησή του, διασωσμένη από τη ζωντανή παράδοση, έμεινε ακλόνητη: «Σκλάβο με κάνατε στο σώμα, αλλά όχι και στην πίστη». Ο Αγάς, βλέποντας την πρωτόγνωρη σταθερότητα, την ειλικρίνεια και την εργατικότητα του, σταμάτησε να τον βασανίζει και του όρισε ως τόπο διαμονής και εργασίας τον στάβλο του αρχοντικού του.

Μέσα σε εκείνο το σκοτεινό παχνί, ο ταπεινός Ιωάννης προσευχόταν αδιάλειπτα, νυχθημερόν, μετατρέποντας τον στάβλο σε ένα πνευματικό ησυχαστήριο. Εκεί κοιμήθηκε οσιακά σε ηλικία μόλις 40 ετών, στις 27 Μαΐου του 1730. Η αγιότητά του φανερώθηκε σύντομα, όταν το σκηκωμά του βρέθηκε άφθαρτο και ευωδιάζον, αποτελώντας πηγή αμέτρητων θαυμάτων όχι μόνο για τους χριστιανούς, αλλά και για τους μουσουλμάνους της περιοχής που τον σέβονταν ως «Βελή» (Άγιο).

Μετά την Ανταλλαγή Πληθυσμών του 1924, οι πρόσφυγες του Προκοπίου, με χίλιες προφυλάξεις και δάκρυα στα μάτια, μετέφεραν το ιερό λείψανο στη νέα τους πατρίδα, στο Νέο Προκόπι Ευβοίας. Όπως σημειώνει στο αρχείο του ο πατέρας μας, Μάκης Αγκούτογλου, **ο Άγιος Ιωάννης ο Ρώσος υπήρξε το στήριγμα και η παρηγοριά των ξεριζωμένων, η ζωντανή απόδειξη πως η πίστη μπορεί να νικήσει τα δεσμά της σκλαβιάς και της προσφυγιάς.**

Στη δήλωση του Αγίου Ιωάννου «Χριστιανός εγεννήθην και Χριστιανός θέλω αποθάνη...» έχουν εφαρμογή και οι λόγοι του Μεγάλου Βασιλείου, στο εγκώμιο του προς τους Αγίους Τεσσαράκοντα Μάρτυρες: «Ω μακάριαι γλώσσαι, όσαι την ιεράν εκείνην αφήκαν φωνήν (χριστιανός είμι) ην ο αήρ μεν δεξάμενος ηγιάσθη, άγγελοι δε ακούσαντες επεκρότησαν, ο διάβολος μετά των δαιμόνων ετραυματίσθη, ο Κύριος δε εν ουρανοίς απεγράφετο».

Ο Περικαλλής Ναός του Αγίου ΠΡΟΚΟΠΙ (σημερινό Urgur)

Το αρχιτεκτονικό κόσμημα της Καππαδοκίας που στέκει βουβό, μέσα από το αρχείο του Μάκη Αγκούτογλου

Περνώντας στη δεξιά σελίδα του οδοιπορικού μας, μεταφερόμαστε στο ίδιο το Προκόπι (Ουρκούπ), μια από τις πιο επιβλητικές κωμοπόλεις της επαρχίας Νεαπόλεως. Εκεί, στο ψηλότερο σημείο του χριστιανικού μαχαλά, οι ελληνορθόδοξοι Καππαδόκες ύψωσαν έναν μνημειώδη, μεγαλοπρεπή **Ιερό Ναό αφιερωμένο στον Άγιο Ιωάννη τον Ρώσο, ο οποίος ολοκληρώθηκε στα τέλη του 19ου αιώνα για να στεγάσει το άφθαρτο σκήνωμά του.**

Η αρχιτεκτονική του ναού αποτυπώνει το υψηλό οικονομικό και πνευματικό επίπεδο των Καππαδοκών. Χτισμένος με την χαρακτηριστική, λαξευμένη ροδόχρωμη και λευκή πέτρα της ηφαιστειογενούς καππαδοκικής γης, ο ναός συνδύαζε τον βυζαντινό ρυθμό με τις τοπικές παραδόσεις. Διέθετε ένα εντυπωσιακό, πολυόροφο καμπαναριό που ακουγόταν σε ολόκληρη την κοιλάδα, ενώ το εσωτερικό του ήταν διακοσμημένο με περίτεχνα ξυλόγλυπτα, χρυσά ταμπλό και σπάνιας τέχνης καντήλια, αφιερώματα των πιστών για τα θαύματα του Αγίου.

Όπως διασώζεται στο αρχείο του Μουσείου μας, ο ναός αυτός δεν ήταν απλώς ένας τόπος λατρείας, αλλά το κέντρο της κοινωνικής και εμπορικής ζωής των Ελλήνων του Προκοπίου. Εκεί μαζεύονταν οι εύποροι έμποροι, οι ταπητουργοί και οι αγρότες, δημιουργώντας μια αδιάσπαστη κοινότητα που κρατούσε ψηλά την ελληνική σημαία στην καρδιά της Ανατολίας.

Με τον ξεριζωμό του 1924, ο ναός ερημώθηκε. Οι Τούρκοι, μετά την αναχώρηση των Ελλήνων, αφαίρεσαν τα ιερά κειμήλια και κατέστρεψαν το μεγαλύτερο μέρος του κτιρίου, αφήνοντας σήμερα μόνο μερικά πέτρινα ερείπια και τη σιωπή των βράχων να θυμίζουν το παλαιό του μεγαλείο.

Όλα αυτά και άλλα πολλά η ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΜΑΣ ΜΝΗΜΗ μας υπενθυμίζει το χρέος να κρατήσουμε τη ΘΥΜΙΣΗ των Χαμένων Πατρίδων ζωντανή και αμόλυντη από το πέρασμα του χρόνου.



ΦΩΤΟ_ Η ΣΠΗΛΙΑ του Αγίου Ιωάννη του Ρώσου στο ΠΡΟΚΟΠΙ (σημερινό Urgur)



ΦΩΤΟ_ Η οικία του Αγίου Ιωάννη του Ρώσου στο ΠΡΟΚΟΠΙ (σημερινό Urgur)



ΑΠΟ ΤΟ 1924 στο ΠΡΟΚΟΠΙ ΤΗΣ ΕΥΒΟΙΑΣ

Κατά την ανταλλαγή των πληθυσμών το 1924, το λείψανο του Οσίου μεταφέρθηκε στο Νέο Προκόπι της Εύβοιας. Η μεταφορά του με το πλοίο «Βασίλειος Δεστούνης» επιτεύχθηκε χάρη στους κόπους και τη μέριμνα του Παναγιώτη Παπαδόπουλου. Το ίδιο πλοίο μετέφερε στην Ελλάδα και 800 πατριώτες. Στην λαϊκή αειγραφία, ο Όσιος παρουσιάζεται ως μία ταπεινή μορφή νέου άντρα, που συχνά πλαισιώνεται από μία εικονογραφική εξίστρωση της ζωής και του έργου του, με δέκα σημαντικούς σταθμούς.

Οι ναοί αυτοί δεν είναι μόνο καλλιτεχνικά αριστουργήματα, αλλά και σιωπηλοί μάρτυρες της βαθιάς πίστης των χριστιανικών κοινοτήτων που έζησαν στην περιοχή για αιώνες



Η Ανάβυσσος αποχαιρετά τον «Πρόεδρο» Νίκο Χατζηρουσέα



Βαρύ είναι το πένθος στην Ανάβυσσος για την απώλεια του Νίκου Χατζηρουσέα, του **ανθρώπου που για δεκαέξι ολόκληρα χρόνια στάθηκε μπροστάρης της τοπικής κοινωνίας** και ταύτισε το όνομά του με την πορεία του τόπου.

Γόνος μικρασιατικής οικογένειας, ο Νίκος Χατζηρουσέας υπήρξε ένας άνθρωπος με οξυδέρκεια, διορατικότητα και βαθιά αγάπη για τον τόπο του. **Πανέξυπνος και πρακτικός**, είχε το σπάνιο χάρισμα να αντιλαμβάνεται τις ανάγκες της κοινωνίας πριν αυτές γίνουν προβλήματα και να προσεγγίζει τους ανθρώπους με άμεσο και ουσιαστικό τρόπο.

Ο Νίκος Χατζηρουσέας δεν ήταν απλώς ένας Πρόεδρος. Ήταν ο **«Πρόεδρος» όλων**. Ένας αυθεντικός, παραδοσιακός κοινοτάρχης, εργατικός και προσιτός, που κέρδιζε την εμπιστοσύνη των συμπολιτών του όχι με λόγια, αλλά με πράξεις. Τέσσερις εκλογικές αναμετρήσεις, τέσσερις νίκες - μια σπάνια σχέση

εμπιστοσύνης που χτίστηκε μέσα στον χρόνο.

Με **ήθος και αξιοπρέπεια**, στάθηκε δίπλα σε κάθε κάτοικο, σε κάθε μικρό ή μεγάλο πρόβλημα. Δεν διοικούσε από απόσταση· ήταν παρών στην καθημερινότητα, στους δρόμους, στις γειτονιές, στα σωματεία, στους ανθρώπους. Πριν από κάθε εκλογική αναμέτρηση, είχε αναπτύξει έναν δικό του, άμεσο τρόπο επικοινωνίας με την κοινωνία, «**βάζοντας κάτω**» -όπως χαρακτηριστικά έλεγαν όσοι τον γνώριζαν- **κάθε μορφή τυπικής πολιτικής προσέγγισης, επιλέγοντας την προσωπική επαφή και τον διάλογο**.

Κατά τη διάρκεια της θητείας του, η Ανάβυσσος άλλαξε πρόσωπο. Από μια μικρή κοινότητα, εξελίχθηκε σε έναν σύγχρονο τόπο με υποδομές, δρόμους, ύδρευση και σχολεία. Ένα έργο που δεν γράφτηκε σε χαρτιά, αλλά χαραχτηκε στην καθημερινή ζωή των κατοίκων.

Πάνω απ' όλα, όμως, υπήρξε ενωτικός. Σε εποχές δύσκολες, με

έντονες πολιτικές διαχωριστικές γραμμές, κράτησε την πόρτα του ανοιχτή για όλους. **Δεν ρωτούσε «πού ανήκεις», αλλά «τι χρειάζεσαι»**. Και αυτό δεν ξεχάστηκε ποτέ. Ίσως γι' αυτό, μέχρι το τέλος της ζωής του, στην αγαπημένη του Ανάβυσσο δεν τον φώναζαν με το μικρό του όνομα. Ήταν απλά **«ο Πρόεδρος»**.

Η απουσία της θεσμικής παρουσίας του Δήμου από το τελευταίο του αντίο άφησε μια πικρή αίσθηση. Γιατί για όσους τον γνώρισαν, δεν έφυγε απλώς ένας άνθρωπος - έφυγε ένα κομμάτι της ιστορίας του τόπου.

“ Ο Νίκος Χατζηρουσέας φεύγει, αλλά αφήνει πίσω του κάτι πολύ μεγαλύτερο από ένα αξίωμα: αφήνει μια Ανάβυσσο που προχώρησε μπροστά και ανθρώπους που θα τον θυμούνται με σεβασμό, συγκίνηση και ευγνωμοσύνη. ”



ΟΙ ΡΑΠΤΟΜΗΧΑΝΕΣ ΣΤΟ ΛΑΥΡΙΟ (ΛΑΥΡΙΟ 1928-1929)



Της Αντωνίας Γκίνη

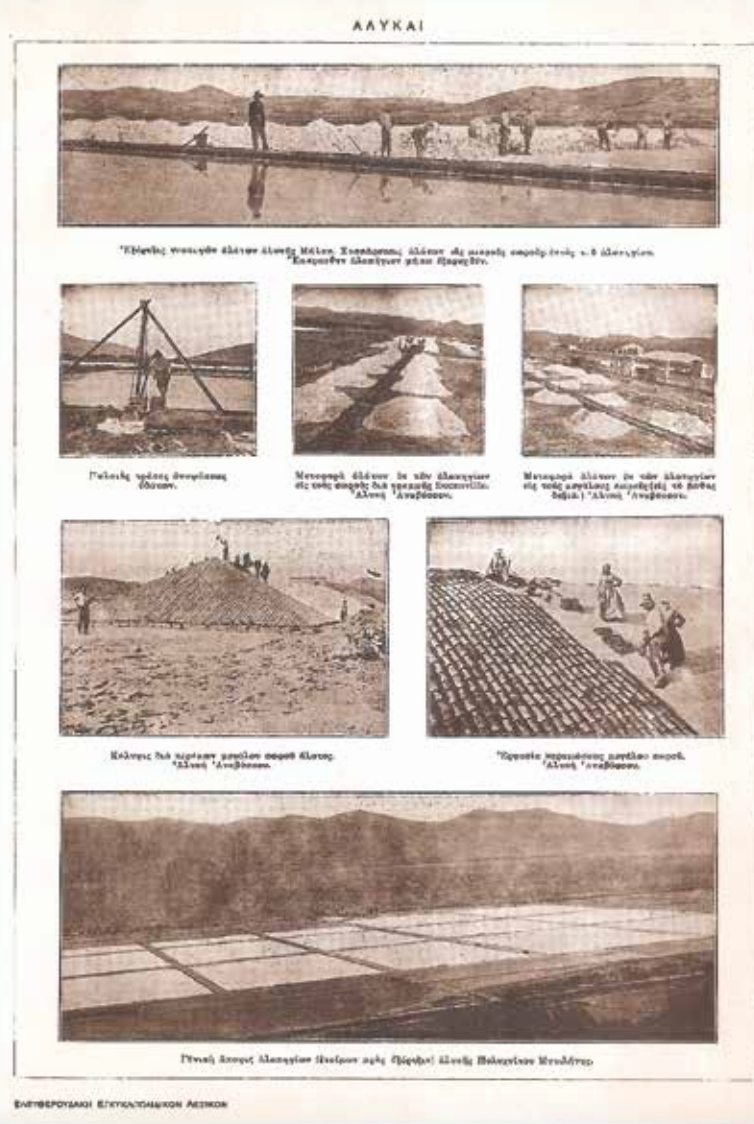
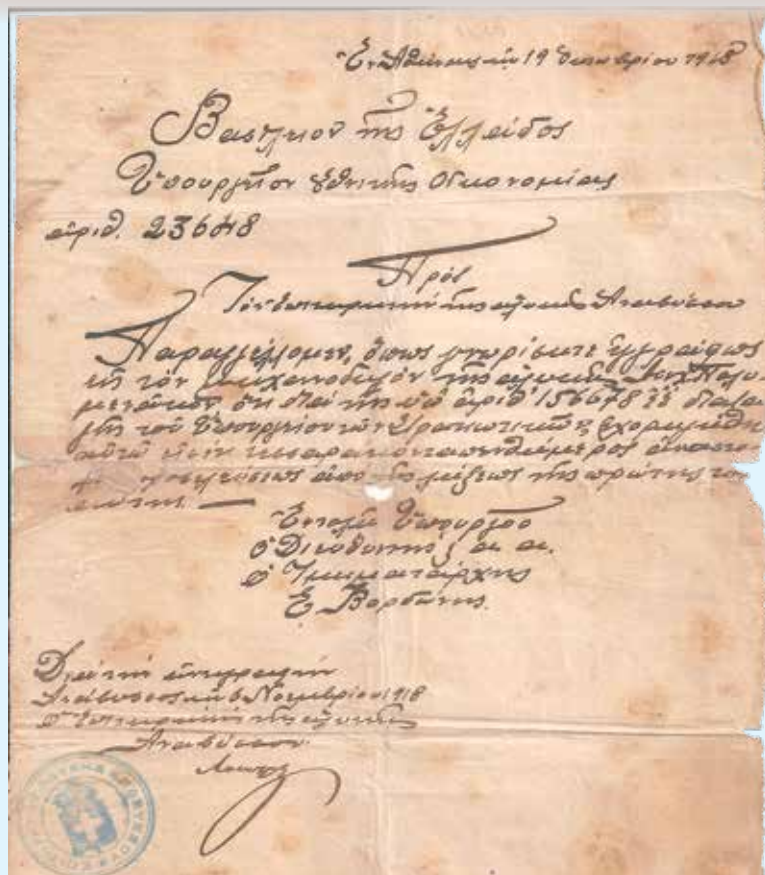
«...Μόλις κλείσανε τα σχολεία το καλοκαίρι του '28, ήρθε στο Λαύριο η SINGER (ΣΙΝΓΓΕΡ) με τις ραπτομηχανές της και με δασκάλες ραπτικής και κεντήματος. Είχαν συνεννοηθεί με τον Δήμο, για να μπουν στο σχολείο μας το Α' Δημοτικό, στην μεγάλη αίθουσα, εκεί που κάναμε τις γιορτές μας . Στήσανε τις μεγάλες ραπτομηχανές ,με την κίνηση στα πόδια, που ήταν για ράψιμο και για κέντημα ...Πολλές κοπέλες πήγαν να γραφτούν για δωρεάν μαθήματα και φτιαχτήκαν γρήγορα μεγάλες λίστες με ονόματα. Η σχολή χώριζε σε ομάδες τα κορίτσια, ανάλογα με το αν θα μαθαίνανε γάζωμα, κέντημα ή και τα δύο. Η αδελφή μου

η Χρυσή, ήταν από τις πρώτες, που γράφτηκαν για να παρακολουθήσουν και τα δύο...Στην σχολή της ΣΙΝΓΓΕΡ , τους δείξαν «κεντήματα της μηχανής»: κοφτό, ανεβατό, φιλιτρέ, πισωβελονιά, φεστόνι, πλακέ, αζούρ, βυζαντινή βελονιά, ψαροκόκαλο... Έγινε τότε νέα μόδα να κεντάνε τα προικιά και με κεντήματα «της μηχανής». Όταν ήρθε ο Σεπτέμβρης και άρχισε και πάλι το σχολείο, η σχολή της SINGER (ΣΙΝΓΓΕΡ), μεταφέρθηκε σε άλλο κτίριο της πλατείας, εκεί κοντά . Η ζήτηση για τα μαθήματα ήταν πολύ μεγάλη και έπρεπε να είχαν πολύ χώρο, που να χωράει πολλές μηχανές . «Άτεκνη η γνώση, χωρίς πράξη...» είπε ο πατέρας και καταχρεώθηκε...για να αγοράσει την ραπτομηχανή της Χρυσής. Μετά από λίγο έγινε η μεγάλη απεργία το '29. Εκεί πάνω κι οι δόσεις της ΣΙΝΓΓΕΡ. Ετοιμαζόταν για γάμο η Μάρθα Τσακουμάκη. Την είχε ξεχωρίσει την Χρυσή μας, απ' όλες τις μαθητεύμενες της, για την καλή δουλειά της, καθώς «λεπτολογούσε» πάντα, στο ράψιμο και στο κέντημα. Της ζήτησε να κεντήσει τα προικιά της: σεντόνια και μαξιλάρια της φιγούρας, στεφανοθήκες, τραπεζομάντλια ... Δεν ήθελε να την χρεώσει η αδελφή μου. Αισθανόταν μεγάλη ευγνωμοσύνη και εκτίμηση. Εκείνη την έμαθε να ράβει... Η Μάρθα όμως επέμενε : «Οι καλές δουλειές πληρώνονται.» και δεν τσιγκουνεύτηκε καθόλου τα χρήματα . Ξεχρέωσε την ραπτομηχανή της, η Χρυσή και περίσσεψαν και λεφτά! Τα έδινε στον πατέρα κι εκείνος της τα γύρναγε πίσω . « Κράτα τα για σένα, παιδί μου. Για τα προικιά σου , τα ρούχα σου ...» την έλεγε . Η Μάρθα παντρεύτηκε και σταμάτησε να ράβει. Σύστησε, όμως την Χρυσή σε όλη την καλή της πελατεία της, από τον Κυπριανό. Έτσι, με την ραπτομηχανή της SINGER (ΣΙΝΓΓΕΡ) και την μεγάλη στήριξη της Μάρθας , ξεκίνησε να δουλεύει, η αδελφή μου, έχοντας την Ελένη της κυρά Δέσποινας, κοντά της για μαθητεύομενη . Αυτή η ραπτομηχανή μας έσωσε πολλές φορές στο Λαύριο αλλά κι αργότερα στην Εύβοια . Από δεκαεσάδρων χρονών ανέλαβα εγώ το ράψιμο. Και έζησα την οικογένεια μου την κατοχή ζητώντας για μία ρόμπα , μια οκά λάδι, η αλεύρι... Και πιο μετά έραβα τα φορέματα σας και γυρνάγατε έξω σαν φιγουρίνια κι οι δύο σας...» είπε η μητέρα μου.

(Απόσπασμα από το βιβλίο μου «Με τα μάτια της μάνας μου Λαύριο 1922 – 1934»)
φωτο 1: Χάρης Συρίγος (η Λαυρεωτική στα παλιά τα χρόνια) η σχολή singer στο Λαύριο
φωτο 2 :Η ΧΡΥΣΗ ΚΑΠΕΤΑΝΤΩΝΗ
φωτο 3: η ραπτομηχανή της μητέρας



Σημαντικά τεκμήρια της τοπικής ιστορίας έρχονται συχνά στο φως μέσα από προσωπικά αρχεία και ιδιωτικές συλλογές, διατηρώντας ζωντανή τη μνήμη του τόπου μας. Θερμές ευχαριστίες στον κύριο Νίκο Γκούβερη, για την ευγενική παραχώρηση ιστορικού υλικού που αφορά τις Αλυκές Αναβύσσου. Ανάμεσα σε αυτό περιλαμβάνονται φωτογραφικό κολάζ εποχής από το λεξικό Ελευθεροδάκη καθώς και πρωτότυπο ιστορικό έγγραφο των αρχών του 20ού αιώνα, πολύτιμα ως αυθεντικά στοιχεία της ιστορικής διαδρομής της περιοχής.



Ο ΑΗ ΣΤΡΑΤΗΣ ΠΟΥ ΑΓΑΠΗΣΑ



Ένα αυθεντικά όμορφο νησί ανάμεσα στη Λήμνο και τη Λέσβο, με έκταση 43,3 τ.χλμ. και σχεδόν 200 μόνιμους κατοίκους. Ένα νησί που, ακόμη κι αν το επισκεφθείς για λίγες μόνο ημέρες, ριζώνει βαθιά μέσα στην καρδιά σου.



Ο Άη Στράτης δεν σε κερδίζει με κοσμοπολίτικες εικόνες και θορυβώδη καλοκαίρια. Σε κερδίζει αθόρυβα. Με τη γαλήνη του τοπίου, το απέραντο γαλάζιο του Αιγαίου, τα καθαρά νερά, τα ήσυχα σοκάκια και τους ανθρώπους που εξακολουθούν να χαμογελούν αυθεντικά. Εδώ ο χρόνος μοιάζει να κυλά διαφορετικά.



Το νησί πιστεύεται ότι πήρε το όνομά του από τον μοναχό Άγιο Ευστράτιο (8ος αιώνας μ.Χ.), ο οποίος έζησε εκεί ως εξόριστος, επειδή αντιτάχθηκε στην εικονομαχική πολιτική του Βυζαντινού αυτοκράτορα Λέοντα Γ'.

Η αυθεντικότητα του Αγίου Ευστρατίου δεν βρίσκεται μόνο στη φυσική του ομορφιά, αλλά και στους ανθρώ-

πους του. Μια ομορφιά που πηγάζει από την ειλικρίνεια, την απλότητα και τη φιλοξενία των κατοίκων του νησιού, οι περισσότεροι από τους οποίους ασχολούνται με την αλιεία, την κτηνοτροφία και, σε μικρότερο βαθμό, με τη γεωργία. Η σχέση των κατοίκων με τη θάλασσα παραμένει βαθιά και ουσιαστική, όπως ακριβώς συμβαίνει εδώ και δεκαετίες.



Ο παλιός οικισμός του Άη Στράτη ήταν χτισμένος στην πλαγιά του λόφου πάνω από το λιμάνι. Τα σπίτια ήταν πέτρινα, διώροφα ή τριώροφα, με ιδιαίτερη αρχιτεκτονική και μοναδική αισθητική. Τα περισσότερα καταστράφηκαν ή κατεδαφίστηκαν σχεδόν ολοσχερώς μετά τον καταστροφικό σεισμό του 1968 και αντικαταστάθηκαν από νεότερες κατασκευές. Παρ' όλα αυτά, το νησί διατηρεί ακόμη την αυθεντικότητά και τη γνήσια αιγαιοπελαγίτικη ταυτότητά του.

Οι παραλίες του νησιού, μικρές και ανεπιτήδευτες, προσφέρουν στιγμές απόλυτης ηρεμίας. Το ηλιοβασιλέμα στον Άη Στράτη έχει μια ξεχωριστή γοητεία- το φως απλώνεται πάνω στη θάλασσα και το βλέμμα χάνεται στο απέραντο γαλάζιο του βόρειου Αιγαίου.



Το πρώτο 100% ενεργειακά αυτόνομο νησί

Ο Άγιος Ευστράτιος είναι το πρώτο ενεργειακά αυτόνομο νησί στην Ελλάδα, καλύπτοντας το 100% των αναγκών του σε ηλεκτρική ενέργεια αποκλειστικά από Ανανεώσιμες Πηγές Ενέργειας (ΑΠΕ). Το υβριδικό ενεργειακό έργο περιλαμβάνει ανεμογεννήτρια, φωτοβολταϊκά συστήματα, αποθήκευση ενέργειας και σταθμό τηλεθέρμανσης που αξιοποιεί την περίσσεια ενέργειας από τις ΑΠΕ.

Ο μικρός αυτός τόπος αποδεικνύει πως ακόμη και ένα απομακρυσμένο νησί μπορεί να αποτελέσει παράδειγμα βιώσιμης ανάπτυξης και σεβασμού προς το περιβάλλον.

Ο Άγιος Ευστράτιος και η Εξορία



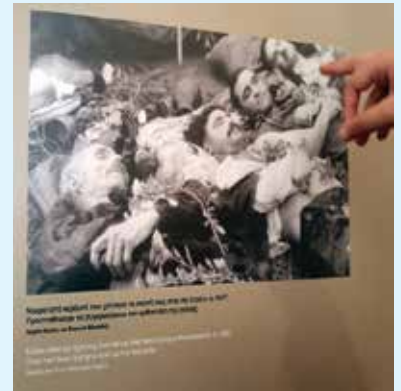
Από το 1928 έως και το 1960, ο Άγιος Ευστράτιος χρησιμοποιήθηκε ως τόπος πολιτικής εξορίας για πολλούς επώνυμους αλλά και ανώνυμους εξόριστους, οι οποίοι ζούσαν σε σκηνές και πλίνθινα κτίρια κάτω από ιδιαίτερα δύσκολες συνθήκες.



Το Μουσείο Δημοκρατίας αποτελεί



το πρώτο δημόσιο ελληνικό μουσείο αφιερωμένο σε αυτή τη σημαντική πολιτική και κοινωνική περίοδο της νεότερης ιστορίας μας. Δεν είναι τυχαίο ότι επιλέχθηκε ως έδρα του ο Άη Στράτης. Η έκθεση περιλαμβάνει σπάνια ντοκουμέντα, φωτογραφίες, προσωπικά αντικείμενα και υλικό από την καθημερινή ζωή των εξόριστων.



Ο Κώστας Βάρναλης, εξαιτίας των αριστερών του φρονημάτων, υπέστη διώξεις, παύθηκε από το λειτούργημα του εκπαιδευτικού και εξορίστηκε. Τις εμπειρίες του από τη δίμηνη εξορία του στον Άη Στράτη (20 Οκτωβρίου



1935 έως 25 Δεκεμβρίου 1935) κατέγραψε αρχικά στην εφημερίδα «Ανεξάρτητος» και αργότερα στον «Ριζοσπάστη». Με τον Άη Στράτη συνδέεται και το ποίημά του «Εξορία», απόσπασμα του οποίου περιλαμβάνεται στο Μνημείο Εξοριστών.

Στον Άγιο Ευστράτιο πέθανε εξόριστος το 1952 και ο Κώστας Γαβριηλίδης, εκπαιδευτικός, συνδικαλιστής και



Ξεχωριστή θέση στη μνήμη και την ιστορία του νησιού κατέχει και το Μνημείο των Πεσόντων Αεροπόρων, αφιερωμένο στους αεροπόρους που έχασαν τη ζωή τους υπηρετώντας την πατρίδα. Το μνημείο, λιτό αλλά ιδιαίτερα συγκινητικό, στέκει ως σύμβολο τιμής, θυσίας και εθνικής μνήμης, υπενθυμίζοντας σε κάθε επισκέπτη ότι ο Άη Στράτης δεν είναι μόνο τόπος φυσικής ομορφιάς και ιστορικής μνήμης, αλλά και τόπος βαθιάς συγκίνησης και σεβασμού.

Η πρόσβαση στον Άγιο Ευστράτιο

Η απόσταση του νησιού από το λιμάνι του Λαυρίου, που το συνδέει συγκοινωνιακά με την Αθήνα, είναι περίπου 117 ναυτικά μίλια. Η σύνδεση τόσο με τη Νότια όσο και με τη Βόρεια Ελλάδα είναι συχνή και πραγματοποιείται είτε απευθείας είτε με ενδιάμεσο σταθμό τη Λήμνο.

Σύνδεση με το λιμάνι του Λαυρίου (Αθήνα)

Η πρόσβαση στο νησί ακτοπλοϊκώς από την Αθήνα γίνεται με το πλοίο της γραμμής Λαύριο – Άγιος Ευστράτιος – Λήμνος και το ταξίδι διαρκεί περίπου 7 ώρες και 30 λεπτά. Η συχνότητα των δρομολογίων είναι τρεις φορές την εβδομάδα κατά τη χειμερινή περίοδο και τέσσερις φορές την εβδομάδα το καλοκαίρι.

Σύνδεση με τη Βόρεια Ελλάδα (μέσω Καβάλας)

Από τη Βόρεια Ελλάδα, το πλοίο αναχωρεί από το λιμάνι της Καβάλας με ενδιάμεσο σταθμό το λιμάνι της Μύρινας στη Λήμνο.

Σύνδεση με τη Λήμνο

Από τη Λήμνο, οι επισκέπτες μπορούν να ταξιδέψουν με το πλοίο «ΑΙΟΛΙΣ», που εκτελεί καθημερινά τη γραμμή Άγιος Ευστράτιος – Λήμνος, ή με το πλοίο της γραμμής Λήμνος – Άγιος Ευστράτιος – Λαύριο.

“Ο Άη Στράτης δεν είναι ένα νησί που απλώς επισκέπτεσαι. Είναι ένας τόπος που σε ηρεμεί, σε κάνει να αφουγκραστείς τη σιωπή του Αιγαίου και να θυμηθείς τις απλές αξίες της ζωής. Ίσως γιατί εδώ ο χρόνος κυλά διαφορετικά. Ίσως γιατί οι άνθρωποι παραμένουν αληθινοί. Κι όταν φύγεις, παίρνεις μαζί σου κάτι από τη γαλήνη και τη μνήμη αυτού του μικρού, αυθεντικού τόπου του βορειοανατολικού Αιγαίου.”



ηγετική μορφή του ελληνικού αγροτικού κινήματος. Διετέλεσε βουλευτής του Αγροτικού Κόμματος Ελλάδος και δήμαρχος Κιλκίς, ενώ στα χρόνια της Κατοχής εντάχθηκε στην Εθνική Αντίσταση και στο ΕΑΜ.

Ανάμεσα στους εξόριστους του Άη Στράτη ήταν επίσης ο Γιάννης Ρίτσος, ο Μάνος Κατράκης, ο Μενέλαος Λουντέμης και ο Τάσος Λειβαδίτης.

Η ιστορία της εξορίας παραμένει ζωντανή στο νησί και συνυπάρχει με τη σημερινή ήρεμη καθημερινότητα, δημιουργώντας μια ιδιαίτερη αίσθηση μνήμης και περιουσιολογής.

Το Μνημείο των Πεσόντων Αεροπόρων



ΥΠΕΓΟΣ ΜΠΙΣΜΠΙΓΙΑΝΝΗΣ ΜΙΛΤ.	6/6/1981
ΑΝΘΕΓΟΣ ΜΕΡΤΖΑΝΙΔΗΣ ΝΙΚ.	22/12/1977
ΑΝΘΕΓΟΣ ΠΕΤΡΟΥΤΣΟΣ ΠΑΝ.	3/10/1977
ΕΓΟΣ ΓΙΑΝΝΙΚΑΚΗΣ ΣΤΑΥΡ.	3/10/1977
ΑΝΘΕΓΟΣ ΜΠΑΡΤΖΗΣ ΑΝΔΡ.	21/3/1977
ΥΠΕΓΟΣ ΓΙΟΛΔΑΣΗΣ ΝΙΚ.	22/12/1976
ΑΝΘΕΓΟΣ ΚΛΑΠΑΚΗΣ ΣΤΥΛ.	1/8/1975
ΑΝΘΕΓΟΣ ΣΚΟΥΡΑΣ ΒΑΣ.	22/4/1975
ΥΠΕΓΟΣ ΝΤΑΒΑΡΙΝΟΣ ΒΑΣ.	3/10/1974
ΑΝΘΕΓΟΣ ΜΠΕΚΙΑΡΑΚΗΣ ΙΩΑΝ.	2/4/1974
ΑΝΘΕΤΗΣ ΚΑΠΟΤΑΣ ΠΑΝ.	29/5/1973
ΕΓΟΣ ΜΟΥΜΟΥΡΗΣ ΓΕΩΡ.	7/8/1970
ΕΓΟΣ ΣΤΑΥΡΟΠΟΥΛΟΣ ΒΑΣ.	16/6/1970
ΕΠΓΟΣ ΠΑΠΑΜΙΧΟΣ ΝΙΚ.	11/3/1968
ΕΠΓΟΣ ΜΠΟΥΡΛΙΔΗΣ ΠΑΝ.	11/3/1968
ΙΚΑΡΟΣ ΣΤΕΦΑΝΟΠΟΥΛΟΣ ΓΕΩΡ.	17/1/1967
ΥΠΕΓΟΣ ΠΑΝΟΥΣΗΣ ΠΑΥΛ.	4/7/1963
ΥΠΕΓΟΣ ΣΟΥΡΑΣ ΙΩΑΝ.	4/7/1963
ΑΝΘΕΓΟΣ ΚΑΡΙΩΤΗΣ ΘΕΜ.	8/2/1962
ΑΝΘΕΓΟΣ ΚΟΡΜΑΖΟΣ ΓΕΩΡ.	10/11/1961
ΑΝΘΕΓΟΣ ΣΤΑΜΑΤΟΓΙΑΝΝΗΣ ΓΕΩΡ.	
ΥΠΕΓΟΣ ΠΑΠΑΓΕΩΡΓΙΟΥ	

| m+o αγκούτογλου |

Established by Makis Agkoutoglou in 1964

αγκούτογλου

ARCHITECTURE DEVELOPMENT REAL ESTATE

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

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

Διαθέτουμε ολοκληρωμένη σειρά υπηρεσιών που αφορούν το ακίνητο:

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

60⁺ ΧΡΟΝΙΑ
ΕΜΠΕΙΡΙΑΣ

Ι ΜΕΛΟΣ Ι

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



ΟΔΟΣ ΧΛΟΗΣ 3, ΣΑΡΩΝΙΔΑ, ΑΤΤΙΚΗ, 19013
ΤΗΛ. +30 22910 52443 ΚΙΝ. +30 6945803384

www.agkoutoglou.gr

agkoutoglou@agkoutoglou.gr

ΑΡΧΙΤΕΚΤΟΝΙΚΟ ΓΡΑΦΕΙΟ
ΜΕΛΕΤΩΝ - ΚΑΤΑΣΚΕΥΩΝ
ΚΤΗΜΑΤΟΜΕΣΙΤΙΚΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ



ΑΚΙΝΗΤΑ ΣΤΗΝ
ΑΘΗΝΑΪΚΗ ΡΙΒΙΕΡΑ

ΣΤΕΦΑΝΙΑΙΑ ΝΟΣΟΣ– ΔΟΜΙΚΕΣ ΠΑΘΗΣΕΙΣ ΤΗΣ ΚΑΡΔΙΑΣ

ΕΞΕΛΙΞΕΙΣ ΣΤΗΝ ΕΠΕΜΒΑΤΙΚΗ ΚΑΡΔΙΟΛΟΓΙΑ



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

Σύνδρομο της «Ραγισμένης» Καρδιάς

Το Σύνδρομο της «Ραγισμένης» Καρδιάς, ή αλλιώς Μυοκαρδιοπάθεια από Stress αποτελεί μια αναγνωρισμένη καρδιακή πάθηση που «μμεείται» που εκδηλώνεται με έντονη πίεση στο στήθος, δύσπνοια και ξαφνική αδυναμία, συμπτώματα που ομοιάζουν σε μια καρδιακή προσβολή. Το σύνδρομο επισημάνθηκε ως ξεχωριστή παθολογική οντότητα στις αρχές της

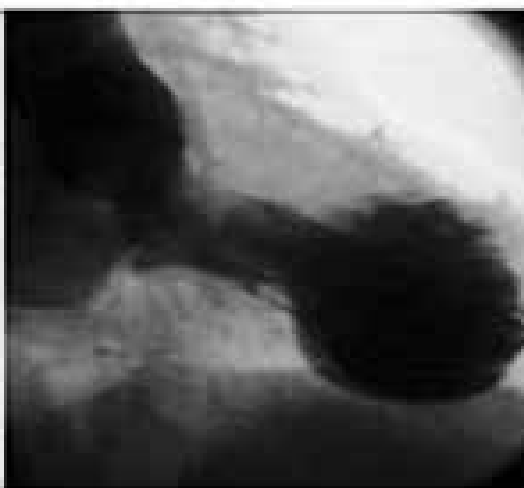
άζεται σημαντικά η φυσιολογική λειτουργία των μυοκαρδιακών κυττάρων.

Συχνότητα του Συνδρόμου της «Ραγισμένης» Καρδιάς

Περίπου το 1-2% των περιστατικών που εισέρχονται στα νοσοκομεία με οξύ στεφανιαίο σύνδρομο στην πραγματικότητα πάσχουν από το Σύνδρομο της «Ραγισμένης» Καρδιάς. Το 70%

Stress το μυοκάρδιο πάσχει από την “τοξική” δράση των ορμονών του Stress. Συνήθως, η βλάβη είναι αναστρέψιμη και αποκαθίσταται εντός ολίγων ημερών ή εβδομάδων ενώ ο κίνδυνος επανεμφάνισης είναι γενικά μικρός.

Πρόγνωση



δεκαετίας του '90 από Ιάπωνες ιατρούς και αρχικά έγινε γνωστό ως «Νόσος Takotsubo» λόγω ομοιότητας του σχήματος της πάσχουσας καρδιάς με το ομώνυμο εργαλείο των Ιαπώνων για το ψάρεμα χταποδιών.

Πώς προκαλείται το Σύνδρομο της «Ραγισμένης» Καρδιάς ;

Η παθοφυσιολογία της Μυοκαρδιοπάθεια από Stress ενέχει ποικίλους νευρο-ορμονικούς μηχανισμούς. Ο οργανισμός για την αντιμετώπιση αιφνίδιων έντονων καταστάσεων παράγει τις λεγόμενες ορμόνες του Stress (τις κατεχολαμίνες: αδρεναλίνη και νοραδρεναλίνη). Στο Σύνδρομο της «Ραγισμένης» Καρδιάς τα επίπεδα των ορμονών αυτών βρίσκονται πολύ υψηλά και συχνά υψηλότερα σε σχέση με άλλες σοβαρές καταστάσεις όπως είναι το έμφραγμα του μυοκαρδίου. Δεν είναι γνωστό για ποιον λόγο σε ορισμένα άτομα σε συνθήκες Stress το μυοκάρδιο κατακλύζεται απότομα από υπέρμετρη ποσότητα κατεχολαμινών και σε άλλα όχι. Οι κατεχολαμίνες προκαλούν σύσπαση των μικρών αρτηριδίων με αποτέλεσμα την απότομη αλλά προσωρινή μείωση της αιμάτωσης του μυοκαρδίου ενώ παράλληλα επηρε-

αυτών των περιστατικών είναι γυναίκες μέσης ηλικίας. Κατά κανόνα η κατάσταση αυτή πυροδοτείται από ένα έντονο αιφνίδιο Stress που συνήθως είναι ψυχολογικό, όπως είναι ο θάνατος αγαπημένου προσώπου, ένας χωρισμός, κ.ο.κ. Είναι όμως δυνατό να είναι οφειλεται και σε σωματικό Stress. Έτσι, η μυοκαρδιοπάθεια από Stress μπορεί να ακολουθήσει μια βαριά ασθματική ή επιληπτική κρίση, ένα αιμορραγικό εγκεφαλικό επεισόδιο, ένα εργώδες και παρατεταμένο χειρουργείο ή ακόμα και ένας παρατεταμένος υψηλός πυρετός.

Ομοιότητες και διαφορές με το έμφραγμα Όπως επισημάνθηκε τα συμπτώματα είναι όμοια με αυτά της καρδιακής προσβολής. Το ηλεκτροκαρδιογράφημα και οι βιοχημικές εξετάσεις αίματος δε βοηθούν για τη διάκριση μεταξύ των δύο αυτών νοσημάτων. Την υποψία για την ύπαρξη του Συνδρόμου της «Ραγισμένης» Καρδιάς ενισχύει η συσχέτιση με πρόσφατο έντονο Stress σε συνδυασμό με τα ευρήματα του υπερηχοκαρδιογραφήματος. Η διάγνωση όμως τεκμηριώνεται με τη στεφανιογραφία που αποδεικνύει τη βατότητα των στεφανιαίων αρτηριών. Στο έμφραγμα το μυοκάρδιο νεκρώνεται λόγω διακοπής της αιμάτωσης εξαιτίας απόφραξης στεφανιαίας αρτηρίας. Αντίθετα στην περίπτωση της Μυοκαρδιοπάθειας από

Αρχικά υπήρχε η εντύπωση ότι πρόκειται για αθώα κατάσταση λόγω της απουσίας στεφανιαίας νόσου και του γεγονότος ότι στις περισσότερες περιπτώσεις με επιθετική υποστηρικτική αγωγή η λειτουργία της καρδιάς αποκαθίσταται. Όμως χαρακτηρίζεται από ενδονοσοκομειακή θνητότητα που δε διαφέρει πολύ από αυτή του οξέος στεφανιαίου συνδρόμου και οφειλεται σε μία σειρά σοβαρών επιπλοκών όπως: κοιλιακές αρρυθμίες, θρομβοεμβολικά επεισόδια και καρδιογενές shock. Ο κίνδυνος είναι μεγαλύτερος όταν το αίτιο είναι σωματικό Stress, όπου προστίθενται οι κίνδυνοι και της υποκείμενης νόσου.

Συμπερασματικά

Το Σύνδρομο της «Ραγισμένης» Καρδιάς είναι μια δυνητικά σοβαρή πάθηση που καταδεικνύει την περίπλοκη σύνδεση μεταξύ του συναισθηματικού Stress (Νευρο-ορμονικού συστήματος) και της καρδιάς (Καρδιαγγειακού συστήματος). Η κατανόηση των αιτιών, των συμπτωμάτων και των επιλογών θεραπείας είναι απαραίτητη για την αποτελεσματική διαχείριση και πρόληψη. Σε περίπτωση υποψίας συμπτωμάτων είναι σημαντικό να αναζητήσετε άμεσα ιατρική βοήθεια.

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

Εξ. Συνεργάτης  Δέχεται κατόπιν ραντεβού
Επισκέψεις κατ' οίκον

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

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

Πρόληψη των καρδιοπαθειών

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

Η Ιπποκρατική ρήση «**το προλαμβάνειν κάλλιον του θεραπεύειν**» στις καρδιαγγειακές παθήσεις προσλαμβάνει ιδιαίτερη σημασία, βρίσκοντας την πλήρη δικαίωσή της. Το έμφραγμα θα πρέπει να προληφθεί με κάθε δυνατό τρόπο δεδομένου ότι εάν επέλθει, η εξέλιξή του μπορεί να αποβεί μοιραία. Γιατί το έμφραγμα είναι αιφνίδια και καταστροφική νόσος που δεν αφήνει πάντα περιθώρια για επιτυχή αντιμετώπιση, για τους ακόλουθους λόγους:

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

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

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

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

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

- **πρώτον: Πρόληψη**
- **δεύτερον: Πρόληψη**
- **τρίτον: Πρόληψη**

Ποιοι παράγοντες «βουλώνουν» τις αρτηρίες;

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

- **το κάπνισμα**
- **η υψηλή χοληστερίνη**
- **η υπέρταση.**

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

Δευτερεύοντες προδιαθεσικοί παράγοντες κινδύνου θεωρούνται:

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

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

Διορθώσιμοι παράγοντες είναι:

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

Μη διορθώσιμοι παράγοντες:

- η κληρονομικότητα
- η ηλικία

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

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

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

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



... Ο ΚΟΣΜΟΣ ΤΗΣ ΔΙΑΦΗΜΙΣΗΣ ...

...ΟΛΟΚΛΗΡΩΜΕΝΕΣ ΛΥΣΕΙΣ ...
 ...ΕΝΤΥΠΗΣ - ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗΣ...
 ...ΚΑΙ ΟΧΙ ΜΟΝΟ !!!

ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ...
 ΕΠΙΓΡΑΦΟΠΟΙΪΑΣ...
 ΚΑΤΑΣΚΕΥΕΣ ΔΙΑΚΟΣΜΗΣΗΣ...

22 92069509

ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΒΙΒΛΙΩΝ • ΠΕΡΙΟΔΙΚΩΝ
 ΔΙΑΦΗΜΙΣΤΙΚΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ

www.kmoisidis.gr  Κώστας Μωυσίδης

+ ΟΛΓΑ Γ. ΚΗΛΥΠΟΥΡΗ

ΕΙΔΙΚΟΣ ΠΑΘΟΛΟΓΟΣ-ΔΙΑΒΗΤΟΛΟΓΟΣ
 INTERNIST - DIABETES SPECIALIST
ΣΥΜΒΕΒΛΗΜΕΝΟΣ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΣ ΙΑΤΡΟΣ ΕΟΠΥΥ

ΔΕΥΤΕΡΑ έως ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 8.00 - 16.00
 για **ΡΑΝΤΕΒΟΥ 22920 60758-6972802863-6945226492**
 ή e-iv **ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΣ ΙΑΤΡΟΣ** ή στο 14900

ΙΔΙΩΤΙΚΟ ΙΑΤΡΕΙΟ & με ΡΑΝΤΕΒΟΥ ΕΠΙΣΚΕΨΕΙΣ ΚΑΤ' ΟΙΚΟΝ
 ΙΑΤΡΕΙΟ: ΕΥΣΤΑΘΙΟΥ ΒΟΓΙΑΤΖΗ 15 & ΑΓ. ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ 29
 (Εναντι Αστυνομίας Λαυρίου) - **ΛΑΥΡΙΟ**

τηλ. 6972802863 - 6945226492
 email: olga.kilipouri@gmail.com

- το φύλο
- η φυλή.

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

Σαν τέτοιοι παράγοντες θεωρούνται:

- το ινωδογόνο
 - το Lp(a) - κλάσμα της χοληστερίνης
 - οι στεροειδείς ορμόνες (αντιουλληπτικά)
 - η πρώιμη εμμηνοπαυση
 - παράγοντες φλεγμονής, όπως: η C-αντιδρώσα πρωτεΐνη (CRP) η ιντερλευκίνη
- η ομοκυστεΐνη
μικρόβια (χλαμύδια, κυτταρομεγαλοϊός κ.ά.)

Είναι η πρόληψη δύσκολη; Απαιτεί μεγάλες θυσίες;

Στην πρόληψη των καρδιοπαθειών έχει πλήρη εφαρμογή το «μέτρο άριστο» που δίδαξαν οι Αρχαίοι. Δίχως ακρότητες ή στερήσεις τύπου κατοχής, μπορούμε να απολαμβάνουμε τις μικροχαρές της ζωής με σύνεση τόσο στο φαγητό όσο και στη σωματική δραστηριότητα. Δεν χρειάζεται να ζούμε σε συνθήκες στερήσεως και αυστηρής απαγόρευσης των πάντων και ούτε να γίνουμε πρωταθλητές στην άσκηση. Η σωματική άσκηση θα πρέπει να εξατομικεύεται και να είναι ανάλογη με τη φυσική κατάσταση, την ηλικία και την ευχαρίστηση που προσφέρει στο κάθε άτομο.

Το διαιτολόγιο πάλι θα πρέπει να περιέχει τα βασικά στοιχεία της μεσογειακής δίαιτας. Ο σύγχρονος τρόπος ζωής διαφοροποιήθηκε τα μέγιστα και έχει διαμορφώσει νέα κατάσταση τόσο όσον αφορά στο φυσικό περιβάλλον όσο και στην ποιότητα των φυσικών και βιομηχανοποιημένων τροφών. Θα πρέπει να προστατεύσουμε τον εαυτό μας από τις νέες αντίξοες διαμορφωμένες συνθήκες και να προτιμάμε περισσότερο αυτούσια προϊόντα της φύσης και όχι βιομηχανοποιημένα. Πάντα όμως με μέτρο, δίχως ακρότητες.

Μερικοί απλοί κανόνες για να κρατηθεί γερή η καρδιά θεωρούνται:

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

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

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

- 1) Η διατροφή: Οι ακρότητες στη διατροφή με ολοσχερή στέρηση πολλών τροφών δεν είναι σωστές. Πρέπει να τηρείται το «μέτρον άριστο». Καλό είναι γενικά να περιοριζονται τα ζωικά λίπη, το πολύ αλάτι, η ζάχαρη και το αλκοόλ. Συνιστώνται όσπρια, δημητριακά, λαχανικά, φρούτα, ψάρι, κοτόπουλο, άπαχο κρέας και γαλακτοκομικά με χαμηλά λιπαρά.
- 2) Η σωματική άσκηση πρέπει να εξατομικεύεται. Δεν χρειάζεται να γίνει κανείς αθλητής. Για τους περισσότερους, ένα γρήγορο βάδισμα μισής ώρας κάθε μέρα ή μέρα παρά μέρα αρκεί να διατηρήσει σε φόρμα την καρδιά και το σώμα.
- 3) Το κάπνισμα είναι ολέθριο για την καρδιά, τα αγγεία και τους πνεύμονες. Σημειώτεον ότι σχεδόν μόνο οι καπνιστές παθαίνουν έμφραγμα σε μικρές ηλικίες. Προσοχή και στο παθητικό κάπνισμα.
- 4) Η υπέρταση, ο σακχαρώδης διαβήτης, η παχυσαρκία, το υπερβολικό άγχος, εάν μείνουν χωρίς την κατάλληλη ρύθμιση προσβάλλουν την καρδιά και τα αγγεία σε μεγάλο βαθμό.
- 5) Η κληρονομικότητα ενέχει σημασία και θεωρείται παράγοντας κινδύνου όταν άτομα στην οικογένεια πρώτου βαθμού συγγενείας νόσησαν από Στεφανιαία νόσο σε ηλικίες κάτω από 50-55 έτη. Δεν θεωρείται δηλαδή κληρονομική επιβάρυνση για ένα άτομο που έχασε τους γονείς του από Στεφανιαία νόσο σε ηλικία άνω των 80 ετών.

η τεχνολογία
MEDI ACCESS
στη διάθεση της επιστήμης

Το Πέλματογράμμα θέλει Γνώση και Κατασκευή Πέλματων Τένισ!

ΠΕΛΜΑΤΟΓΡΑΦΟΣ

ΠΕΛΜΑΤΟΓΡΑΦΟΣ

Το Πέλματογράμμα είναι η διαδικασία συλλογής και ανάλυσης ποσοτικών δεδομένων που διευκολύνουν στην κατανόηση της αποστολής παθολογικών καταστάσεων της βόλεως. Ο συνδυασμός των δεδομένων που ελέγχονται προσδίδει μία εμπειροπαραγμένη αξιολόγηση της καθορισμένης της κούρας. Η κούρα των αθλητών είναι ο στατιστικός της απόδοσης από το πρότυπο βόλεως και η ακριβής διάγνωση των προβλημάτων είναι **πέλματα ειδικού τύπου**.

Στα εργαστήρια της MEDI ACCESS τα υπό κατασκευή πέλματα αναλύονται και κατασκευάζονται από **ειδικούς μηχανικούς ορθοπεδικών κατασκευών** που χρησιμοποιούν μόνο διεθνώς πιστοποιημένα υλικά.

Στα **χρησιμοποιούμενα πέλματα** ακολουθεί η μέθοδος απόλυτης των ποδών σε φυσικό από το γνήσιο τοπίο.




ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑ MEDI ACCESS



Κατασκευή ειδικού ορθοπεδικών υποδημάτων με ειδικά διαμορφωμένα λίγη ακριβήσαστραύ δακτύλου

Λ. ΑΘΗΝΩΝ ΣΟΥΝΙΟΥ 10 (ΕΜΠ. ΚΕΝΤΡΟ) • 195 00 ΛΑΥΡΙΟ

f www.mediaccess.gr
ΤΗΛ.: 22920 27620

CAC

📍 6 Dimosthenous str. 19013 Anavissos Greece

☎ + 30 2113332618, + 30 22910 36763

☎ + 30 698 3399608 📧

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



Διακεκριμένος
Πιστοποιημένος
Συνεργάτης του Δικτύου

iatrica

www.iatrica.gr

ΤΟ ΙΑΤΡΕΙΟ ΕΙΝΑΙ
ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΜΕΝΟ
ΚΑΤΑ ISO 9001.2008

ΑΚΤΙΝΟΔΙΑΓΝΩΣΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΚΕΡΑΤΕΑΣ

ΦΩΤΙΟΣ Ε. ΤΑΚΗΣ

ΙΑΤΡΟΣ ΑΚΤΙΝΟΛΟΓΟΣ

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

Λ. Αθηνών - Σουνίου 108 - β

19001 ΚΕΡΑΤΕΑ ΑΤΤΙΚΗΣ

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

e-mail: ftakis@otenet.gr

Χαρίλαος Φλωράκης: Η γλώσσα της αυθεντικότητας και η σοφία του λαϊκού ανθρώπου



Ένας άνθρωπος που μιλούσε όπως ζούσε

Όταν γίνεται λόγος για τον Χαρίλαο Φλωράκη, η συζήτηση συνήθως επικεντρώνεται στην πολιτική του διαδρομή. Ωστόσο, πέρα από τις ιδεολογικές και ιστορικές προσεγγίσεις, υπάρχει μια άλλη διάσταση της προσωπικότητάς του που αξίζει να μελετηθεί: **ο τρόπος με τον οποίο μιλούσε, επικοινωνούσε και στεκόταν απέναντι στους ανθρώπους.**

Ο Φλωράκης ανήκε σε μια γενιά που δεν διαμορφώθηκε στα αμφιθέατρα ή στα επικοινωνιακά επιτελεία. Διαμορφώθηκε μέσα από την εμπειρία της ζωής, της υπαίθρου, της εργασίας και των μεγάλων ιστορικών περιπετειών του ελληνικού 20ού αιώνα. Αυτό αποτυπωνόταν σε κάθε του φράση.

Η γλώσσα του δεν ήταν επιτηδευμένη. Δεν επεδίδε να εντυπωσιάσει. Επεδίωκε να γίνει κατανοητός.

Η δύναμη της απλής κουβέντας

Ένα από τα πιο χαρακτηριστικά στοιχεία του λόγου του ήταν η απλότητα. Δεν χρησιμοποιούσε σύνθετες θεωρητικές διατυπώσεις όταν μπορούσε να πει το ίδιο πράγμα με μια εικόνα από την καθημερινότητα.

Εκεί όπου άλλοι θα κατέφευγαν σε πολιτικούς όρους, εκείνος συχνά μιλούσε για χωράφια, δέντρα, βροχές, πέτρες, μονοπάτια και σπορές.

Η επικοινωνία του στηριζόταν σε μια βαθιά λαϊκή παράδοση, όπου η σοφία μεταδίδεται μέσα από παραδείγματα και παραβολές και όχι μέσα από αφηρημένες έννοιες.

Γι' αυτό και πολλοί άνθρωποι που δεν συμμερίζονταν τις πολιτικές του απόψεις δήλωναν ότι τον άκουγαν με ενδιαφέρον. Αναγνώριζαν σε αυτόν έναν αυθεντικό τρόπο έκφρασης, σπάνιο ακόμη και για την εποχή του.

Η «σπορά»: μια λέξη που έγινε σύμβολο

Αν έπρεπε να επιλεγεί μία μόνο λέξη που να συνοψίζει τον τρόπο σκέψης του, αυτή θα ήταν πιθανότατα η λέξη:

«σπορά»

Για τον Φλωράκη, η σπορά δεν ήταν απλώς μια αγροτική εικόνα. **Ήταν μια φιλοσοφία ζωής.**

Σήμαινε ότι τίποτα ουσιαστικό δεν γεννιέται αμέσως. Ότι η προσπάθεια προηγείται του αποτελέσματος. Ότι ο άνθρωπος οφείλει να εργάζεται ακόμη κι όταν δεν γνωρίζει αν θα δει ο ίδιος τους καρπούς.

Η περίφημη φράση του:

«Κούνια που σε κούναγε... Είναι η σπορά, σου λέω.»

συμπυκνώνει ακριβώς αυτή τη νοοτροπία.

Πίσω από τα λόγια αυτά κρύβεται η υπομονή του

ανθρώπου της γης, ο οποίος γνωρίζει ότι ο χρόνος είναι συχνά ο μεγαλύτερος σύμμαχος των μεγάλων προσπαθειών.

Το χιούμορ ως τρόπος επικοινωνίας

Όσοι συνεργάστηκαν ή συνομήλησαν μαζί του αναφέρουν συχνά ένα χαρακτηριστικό που δεν καταγράφεται εύκολα στα επίσημα βιογραφικά: το χιούμορ.

Ο Φλωράκης διέθετε την ικανότητα να αποφορτίζει δύσκολες συζητήσεις με μια σύντομη ατάκα ή ένα πείραγμα.

Δεν επρόκειτο για σαρκασμό ούτε για ειρωνεία. Ήταν περισσότερο το χιούμορ του ανθρώπου που έχει γνωρίσει πολλές δυσκολίες και έχει μάθει να αντιμετωπίζει τη ζωή χωρίς δραματισμούς. Συχνά ο αυτοσαρκασμός του ήταν εξίσου έντονος με τα σχολία του για τους άλλους.

Η γλώσσα των Αγράφων

Η καταγωγή του από τα Άγραφα δεν ήταν απλώς ένα βιογραφικό στοιχείο. Ήταν κομμάτι της ταυτότητάς του.

Στον λόγο του επιβίωσαν στοιχεία της τοπικής ντοπιολαλιάς, εκφράσεις της ελληνικής υπαίθρου και ένας ιδιαίτερος ρυθμός αφήγησης που θύμιζε περισσότερο προφορική παράδοση παρά πολιτική ρητορεία.

Όταν αφηγούνταν περιστατικά, έδινε συχνά την εντύπωση ανθρώπου που κάθεται σε ένα τραπέζι με φίλους και διηγείται ιστορίες.

Αυτός ο αφηγηματικός τρόπος επικοινωνίας τον έκανε προσίτο σε ανθρώπους διαφορετικών ηλικιών και κοινωνικών στρωμάτων.

Ένας άνθρωπος χωρίς «ξύλινο» λόγο

Στην ελληνική πολιτική ζωή, ο όρος «ξύλινη

γλώσσα» χρησιμοποιείται συχνά για να περιγράψει έναν λόγο γεμάτο στερεότυπα και προκατασκευασμένες φράσεις.

Ο Φλωράκης, ανεξάρτητα από το αν συμφωνούσε ή διαφωνούσε κανείς μαζί του, σπάνια έδινε αυτή την εντύπωση.

Οι απαντήσεις του συνήθως **δεν έμοιαζαν προϊόν επικοινωνιακής επεξεργασίας. Έμοιαζαν αυθόρμητες.**

Ίσως γι' αυτό αρκετές φράσεις του έμειναν στη μνήμη των ανθρώπων. Δεν ακούγονταν σαν συνθήματα. Ακούγονταν σαν κουβέντες ενός γνώριμου προσώπου.

Η αξιοπρέπεια της απλότητας

Ένα ακόμη χαρακτηριστικό που συχνά αναγνωριζόταν στον Φλωράκη ήταν η απουσία επιτηδεύσης.

Δεν καλλιέργησε ποτέ την εικόνα του απρόσιτου ηγέτη. Δεν επιδίωξε να εμφανίζεται ως κάποιος ανώτερος από τους συνομιλητές του.

Αντίθετα, έδινε την εντύπωση ανθρώπου που **αισθανόταν άνετα τόσο σε μια επίσημη συνάντηση όσο και σε ένα καφενείο χωριού.**

Αυτή η στάση συνδέθηκε με μια ευρύτερη αίσθηση προσωπικής συνέπειας. Οι άνθρωποι συχνά διέκριναν μια συμφωνία ανάμεσα στον δημόσιο και τον ιδιωτικό του λόγο.

Μερικές χαρακτηριστικές εκφράσεις

Ανάμεσα στις φράσεις που έχουν συνδεθεί με το ύφος και τη φιλοσοφία του ξεχωρίζουν:

«Κούνια που σε κούναγε...»

«Είναι η σπορά, σου λέω.»

«Τα εύκολα πράγματα δεν κρατάνε πολύ.»

«Θέλει υπομονή.»

«Ο χρόνος δείχνει.»



«Ο Χαρίλαος Φλωράκης δεν άφησε πίσω του μόνο μια πολιτική διαδρομή. Άφησε και έναν τρόπο να μιλάς στους ανθρώπους: χωρίς επιτήδευση, χωρίς στόμφο, χωρίς να ξεχνάς από πού ξεκίνησες. Σε μια εποχή όπου οι λέξεις συχνά περισσεύουν, εκείνος υπενθυμίζει τη δύναμη της απλής κουβέντας. Και ίσως γι' αυτό η πιο χαρακτηριστική λέξη που τον συνοδεύει παραμένει η ίδια: η σπορά. Γιατί η σπορά είναι πάντα μια πράξη πίστης στο μέλλον.»

«Σωτηρία, εσύ δεν είσαι άνθρωπος. Είσαι σημαία.»

Περισσότερο όμως από τις ίδιες τις λέξεις, οι άνθρωποι θυμούνται τον τρόπο που τις έλεγε: με χαμηλούς τόνους, με ένα διακριτικό χαμόγελο και με τη βεβαιότητα του ανθρώπου που μιλά από προσωπική εμπειρία.

Η παρακαταθήκη του λόγου του

Σήμερα, σχεδόν δύο δεκαετίες μετά τον θάνατό του, ο Χαρίλαος Φλωράκης εξακολουθεί να προκαλεί ενδιαφέρον όχι μόνο ως ιστορικό πρόσωπο αλλά και ως χαρακτηριστικός εκπρόσωπος μιας γενιάς που εξέφραζε τη σκέψη της με λιγότερα λόγια και περισσότερες εικόνες.

Η γοητεία του λόγου του δεν βρισκόταν στη ρητορική δεξιότητά ούτε στην επιδίωξη εντυπωσιασμού. Βρισκόταν στην αίσθηση ότι πίσω από κάθε φράση υπήρχε βίωμα.

Και ίσως γι' αυτό μία λέξη εξακολουθεί να συνοδεύει το όνομά του περισσότερο από κάθε άλλη: Η σπορά.

Μια λέξη απλή, γήινη και βαθιά ανθρώπινη - όπως ήταν και ο ίδιος ο τρόπος με τον οποίο επέλεξε να μιλά στους ανθρώπους.

«Θα το συζητήσω με το μαξιλάρι μου»

Όταν πιεζόταν να δώσει άμεσες απαντήσεις για σημαντικές αποφάσεις, συνήθιζε να απαντά:

«Θα το συζητήσω με το μαξιλάρι μου.»

Μια φράση που έμεινε παροιμιώδης, γιατί έδειχνε την απέχθειά του στη βιασύνη και την προτίμησή του στη σκέψη πριν από την απόφαση.

«Να φοβάσαι τους υπερεπαναστάτες και τους πουριτανούς»

Σύμφωνα με μαρτυρία της Αλέκα Παπαρήγα, ο Φλωράκης συνήθιζε να λέει:

«Να φοβάσαι τους υπερεπαναστάτες και τους πουριτανούς.»

Η φράση δεν αφορά μόνο την πολιτική. Φανερώνει μια βαθιά δυσπιστία απέναντι στους ανθρώπους που εμφανίζονται υπερβολικά βέβαιοι για

την ηθική ή την αλήθεια τους.

«Τα κονσερβοκούτια δεν τα πετάμε»

Σε μια συντροφιά φίλων, με το γνωστό του χιούμορ, φέρεται να είπε:

«Τα κονσερβοκούτια δεν τα πετάμε. Τα φυλάμε για ώρα ανάγκης!»

Η ατάκα ήταν μισή αστείο και μισή ανάμνηση μιας γενιάς που έζησε στερήσεις και έμαθε να μη σπαταλά τίποτα.

Η «λεβεντιά» ως μέτρο του ανθρώπου

Σε αφηγήσεις του για ανθρώπους που εκτιμούσε, χρησιμοποιούσε συχνά τη λέξη:

«Λεβεντιά»

Όχι με τη στενή έννοια της ανδρείας, αλλά ως συνδυασμό αξιοπρέπειας, γενναιοδωρίας, αυθορμητισμού και ψυχικού μεγαλείου. Το χιούμορ του δεν ήταν σατιρικό· ήταν χωριάτικο. Αυτό ίσως είναι το πιο ενδιαφέρον στοιχείο.

Δεν είχε το χιούμορ του επαγγελματία ρήτορα. Είχε το χιούμορ του ανθρώπου που μεγάλωσε ακούγοντας ιστορίες σε καφενεία και πανηγύρια. Συχνά μια φράση του ξεκινούσε σοβαρά και κατέληγε σε πείραγμα.

Άλλοτε έδινε την εντύπωση ότι μιλούσε σαν παλιός θεός που έχει δει πολλά και δεν εντυπωσιάζεται εύκολα από τίποτα.

Μια φράση που τον περιγράφει

Αν έπρεπε να διαλέξω μία φράση που αποτυπώνει το πνεύμα του, δεν θα ήταν κάποια πολιτική δήλωση.

Θα ήταν μάλλον η περιφρονητική:

«Είναι η σπορά, σου λέω.»

Γιατί μέσα σε τρεις λέξεις χωράει ολόκληρη η κοσμοθεωρία του: υπομονή, συνέχεια, εμπιστοσύνη στον χρόνο και πίστη ότι τα σημαντικά πράγματα δεν κρίνονται από το σήμερα αλλά από το αύριο.

Και ίσως αυτός είναι ο λόγος που, τόσα χρόνια μετά τον θάνατό του, πολλοί άνθρωποι όταν μιλούν για τον Χαρίλαο δεν θυμούνται πρώτα τον πολιτικό. Θυμούνται τον αφηγητή, τον χωρατατζή, τον άνθρωπο που μπορούσε να συμπυκνώσει μια ολόκληρη ζωή σε μια κουβέντα του καφενειού

«Δεν το ονοματίζω τούτο το χαρτί διαθέκη για το λόγο ότι δεν έχω τίποτα να διαθέσω...».



ΔΙΑΝΟΜΗ ? ΔΟΣΤΑΒΚΑ

€

GAS Delivery

6937 322493

www.gas-delivery.gr

ΚΑΘΑΡΙΣΤΗΡΙΟ
ΤΗΣ ΠΕΡΙΟΧΗΣ ΣΑΣ

www.sevendayswash.gr
Με ένα τηλέφωνο παίρνουμε τα ρούχα σας

ειδικές τιμές για **airbnb**

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

2,00€ μόνο σίδερο

5kgr ΜΠΟΥΓΑΔΑ
ΠΛύσιμο-Σίδερο **24€**

ΠΑΝΤΕΛΟΝΙ ΠΟΥΚΑΜΙΣΟ ΣΕΝΤΟΝΙ
& σας τα φέρνουμε στο ΧΩΡΟ σας ΔΩΡΕΑΝ

ΑΝΟΙΧΤΑ 10:00 - 20:00 **ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΑ**

ΜΠΟΥΦΑΝ ΚΟΥΣΤΟΥΜΙΑ ΠΑΛΤΑ 12€
ΠΑΝΤΕΛΟΝΙΑ ΦΟΥΣΤΕΣ 5€
ΠΑΠΛΩΜΑΤΑ ΚΟΥΒΕΡΤΕΣ 9€

ΓΡΑΦΕΙΟ ΤΕΛΕΤΩΝ & ΜΝΗΜΟΣΥΝΩΝ

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

Στολισμοί
Αποτεφρώσεις

Υπεύθυνα & οικονομικά

Με επιτυχία πραγματοποιήθηκε μία ακόμη παρουσίαση βιβλίου από την ΕΜΕΛ, το Τεχνολογικό Πάρκο Λαυρίου και τον Εκδρομικό Όμιλο Λαυρίου, το Σάββατο 30 Μαΐου 2026.



Το Σάββατο 30 Μαΐου πραγματοποιήθηκε με μεγάλη επιτυχία, στην αίθουσα «Αποθήκη Επίπλευσης» του Τεχνολογικού Πολιτιστικού Πάρκου Λαυρίου (ΤΠΠΛ), η εκδήλωση παρουσίασης του βιβλίου του Βάσου Δασκαλάκη «Οι Ξεριζωμένοι», που συνδιοργάνωσαν η Εταιρεία Μελετών Λαυρεωτικής (ΕΜΕΛ), το ΤΠΠΛ και οι εκδόσεις «ΤΟΠΟΣ». Ήταν μια ξεχωριστή βραδιά αφιερωμένη σε ένα ιδιαίτερο λογοτεχνικό έργο, τη μοναδική βιωματική μαρτυρία που αποτυπώνει τη σκληρή ζωή των εργατών στο μεταλλευτικό και μεταλλουργικό Λαύριο των αρχών του 20ού αιώνα. Μέσα από τα μάτια του δωδεκάχρονου Βάσου Δασκαλάκη, τον οποίο η μοίρα έφερε παιδί ακόμη στο Λαύριο για να εργαστεί για 2,5 χρόνια στο Χυτήριο της Εταιρείας των Μεταλλουργιών του Λαυρίου (Ελληνική Εταιρεία), ξεδιπλώνεται ένας κόσμος μόχθου, στερήσεων και αγώνα για επιβίωση.



Το βιβλίο Οι Ξεριζωμένοι αποτελεί ένα σημαντικό έργο της ελληνικής κοινωνικής λογοτεχνίας. Περιγράφει τη δύσκολη ζωή των ανθρώπων που αναγκάζονται να εγκαταλείψουν τον τόπο τους αναζητώντας εργασία και καλύτερες συνθήκες διαβίωσης. Μέσα από την καθημερινότητα των εργατών στα μεταλλεία και τις μεταλλουργικές εγκαταστάσεις του Λαυρίου, ο συγγραφέας αναδεικνύει τη φτώχεια, την εκμετάλλευση και τους αγώνες της εργατικής τάξης. Παράλληλα, προβάλλει τις αξίες της αλληλεγγύης, της αξιοπρέπειας και της ελπίδας. Το έργο διακρίνεται για τον έντονο κοινωνικό και ανθρωπιστικό του χαρακτήρα και παραμένει επίκαιρο, καθώς θίγει ζητήματα που εξακολουθούν να απασχολούν τις σύγχρονες κοινωνίες.

Την εκδήλωση τίμησαν με την παρουσία



τους η κόρη του συγγραφέα, Ζωή, καθώς και τα εγγόνια και τα δισέγγονά του.

Σύντομο χαιρετισμό απηύθυναν ο πρόεδρος της ΕΜΕΛ, Τάσος Βλάδος, και ο εκδότης Βαγγέλης Γεωργακάκης.

Για το βιβλίο και τον δημιουργό του μίλησαν ο Δημήτρης Καλιαμπάκος, καθηγητής του Εθνικού Μετσόβιου Πολυτεχνείου, η Ήβη Δασκαλάκη, καθηγήτρια Ανθρωπολογίας και εγγονή του συγγραφέα, ο Γιώργος Ν. Δερμάτης, διδάκτωρ Ιστορίας, και ο Χρήστος Προμοίφας, στιχουργός. Οι ομιλητές αναφέρθηκαν στο έργο του Βάσου Δασκαλάκη, σκιαγράφησαν την προσωπικότητα και τη διαδρομή του ως ανθρώπου και λογοτέχνη, ενώ φωτίστηκαν πτυχές της ζωής του στη βαριά μεταλλουργική βιομηχανία και της κοινωνίας των ανθρώπων που ξεριζώθηκαν αναζητώντας ένα καλύτερο μέλλον, όπως ο ίδιος την κατέγραψε μέσα από τα νεανικά του βιώματα.

Στην έναρξη της εκδήλωσης προβλήθηκε ολιγόλεπτο βίντεο, δημιουργία των Κ. Γ. Μάνθου και Γ. Ν. Δερμάτη, με σπάνιες ιστορικές φωτογραφίες του Λαυρίου και υποβλητική μουσική επένδυση, το οποίο μετέφερε τους παρευρισκόμενους στο κλίμα και τη χρονική ατμόσφαιρα της εποχής.

Το βιβλίο πρωτοεκδόθηκε το 1930. Ακολούθησε η δεύτερη έκδοσή του το 1980 από τις εκδόσεις Καστανιώτη, ενώ σήμερα κυκλοφορεί η τρίτη έκδοσή του από τις εκδόσεις «ΤΟΠΟΣ».

Αξίζει, τέλος, να υπενθυμίσουμε ότι η πόλη του Λαυρίου τίμησε τον Βάσο Δασκαλάκη δίνοντας το όνομά του σε οδό της εργατικής συνοικίας Κυπριανού, επί δημορχίας Κώστα Πόγκα. Παράλληλα, το 2ο Δημοτικό Σχολείο Λαυρίου προσέθεσε στον τίτλο του το όνομα του συγγραφέα, μετά από πρόταση του υποδιοευθυντή Δημήτρη Δράκου και με διευθύντρια την Ελ. Κανελλοπούλου.

Ευχαριστούμε θερμά όλους όσοι μοιράστηκαν μαζί μας αυτή τη συγκινητική και ουσιαστική βραδιά μνήμης, ιστορίας και λογοτεχνίας.



Από αριστερά Κώστας Μάνθος, Ήβη Δασκαλάκη εγγονή, Ζωή Δασκαλάκη κόρη, Τάσος Βλάδος, Γιώργος Δερμάτης και ο εγγονός του Δασκαλάκη

Κύπελλο στον Σαρωνικό, μεγάλος κερδισμένος ο αθλητισμός και το ποδόσφαιρο της Ανατολικής Αττικής



Το δεύτερο Κύπελλο της ΕΠΣ Ανατολικής Αττικής στην ιστορία του πανηγυρίζει ο Σαρωνικός Αναβύσσου, επιβεβαιώνοντας με τον πλέον εμφατικό τρόπο την εξαιρετική αγωνιστική του κατάσταση τη φετινή σεζόν. Λίγες μόλις εβδομάδες μετά την ολοκλήρωση μιας ιδιαίτερα επιτυχημένης πορείας στη Γα Εθνική, όπου κατέλαβε την 5η θέση απέναντι σε ισχυρούς αντιπάλους, η ομάδα του Δημήτρης Τερεζόπουλος πρόσθεσε έναν ακόμη τίτλο στη συλλογή της, δείχνοντας συνέπεια και αγωνιστική ωριμότητα.

Στον τελικό που διεξήχθη στο Δημοτικό Στάδιο Σπάτων «Δημήτρης Δημητρίου», ο Σαρωνικός επικράτησε με χαρακτηριστική άνεση του Παλλαυρεωτικός με 3-0, επιβεβαιώνοντας τον τίτλο του φαβορί, κάτι που αποτυπώθηκε ξεκάθαρα και στον αγωνιστικό χώρο, δεδομένης και της διαφορής κατηγορίας μεταξύ των δύο ομάδων.

Η ομάδα της Αναβύσσου μπήκε δυναμικά στον αγώνα και κατάφερε να «καθαρίσει» σε μεγάλο βαθμό την υπόθεση νίκη ήδη από το πρώτο ημίχρονο. Στο 23ο λεπτό, ο Σπάρταλης άνοιξε το σκορ, δίνοντας το προβάδισμα, ενώ έξι λεπτά αργότερα ο Αρναρέλλης διπλασίασε τα τέρματα από την άσπρη βούλα (πέναλτι που κέρδισε ο δραστήριος Μαγγανάς), βάζοντας γερές βάσεις για την κατάκτηση του τροπαιού.

Στο δεύτερο μέρος, ο ρυθμός του αγώνα έπεσε, με τον Σαρωνικό να διαχειρίζεται με ψυχραιμία το υπέρ του αποτέλεσμα και τον Παλλαυρεωτικό να προσπαθεί να αντιδράσει χωρίς όμως να βρίσκει τις λύσεις. Το τελικό «χτύπημα» ήρθε στο 88ο λεπτό, όταν ο Βλαχομήτρος διαμόρφωσε το 3-0, βάζοντας το... κερασάκι στην τούρτα και σφραγίζοντας έναν απόλυτα δίκαιο θρίαμβο.

Με το τελευταίο σφύριγμα, οι παίκτες του Σαρωνικού ξέσπασαν σε πανηγυρισμούς, σηκώνοντας το κύπελλο μέσα σε αποθέωση από τους φιλάθλους τους, επισφραγίζοντας μια χρονιά που συνδυάστηκε με αγωνιστική σταθερότητα, αποτελεσματικότητα και τίτλους.

Από την άλλη πλευρά, ο Παλλαυρεωτικός μπορεί να μην κατάφερε να φτάσει στην κατάκτηση, ωστόσο η παρουσία του στον τελικό αποτελεί επιβράβευση της προσπάθειας και της πορείας του στη διοργάνωση, αφήνοντας θετικές εντυπώσεις για το μέλλον.



ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΒΙΒΛΙΩΝ • ΠΕΡΙΟΔΙΚΩΝ • ΔΙΑΦΗΜΙΣΤΙΚΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ
ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ Γ. ΜΩΥΣΙΔΗΣ

Η αβάσταχτη ελαφρότητα των επιλογών μας

Υπάρχουν βιβλία που αφηγούνται μια ιστορία και βιβλία που, διαβάζοντάς τα, νιώθεις ότι αφηγούνται τη δική σου. Το μυθιστόρημα **Η Αβάσταχτη Ελαφρότητα του Είναι** ανήκει στη δεύτερη κατηγορία. Παρότι γράφτηκε σε μια διαφορετική εποχή, σε μια Ευρώπη διαιρεμένη από ιδεολογίες και πολιτικές εντάσεις, συνεχίζει να συνομιλεί με τους αναγνώστες σαν να γράφτηκε χθες.

Ίσως γιατί στον πυρήνα του δεν βρίσκεται η πολιτική ούτε ο έρωτας, αλλά ένα διαχρονικό ερώτημα: τι δίνει βάρος στη ζωή μας;

Ο συγγραφέας Μίλαν Κούντερα προσεγγίζει το ερώτημα με έναν τρόπο ταυτόχρονα φιλοσοφικό και βαθιά ανθρώπινο. Αν η ζωή μάς δίνεται μόνο μία φορά, χωρίς επανάληψη, χωρίς δεύτερη ευκαιρία, πώς μπορούμε να γνωρίζουμε αν οι επιλογές μας είναι σωστές; Δεν υπάρχει ένα παράλληλο μονοπάτι για να συγκρίνουμε τα αποτελέσματα. Υπάρχει μόνο η ζωή που ζούμε και οι αποφάσεις που παίρνουμε μέσα σε αυτήν.

Μία ζωή χωρίς πρόβα

Συχνά αντιμετωπίζουμε τη ζωή σαν ένα έργο που θα μπορέσουμε κάποτε να ξαναπαίξουμε καλύτερα. Υποσχόμαστε στον εαυτό μας ότι στο μέλλον θα είμαστε πιο τολμηροί, πιο σοφοί, πιο έτοιμοι. Όμως η πραγματικότητα είναι διαφορετική. Η ζωή δεν διαθέτει πρόβα γενικής δοκιμής. Κάθε απόφαση λαμβάνεται μέσα στην αβεβαιότητα. Η επιλογή ενός συντρόφου, ενός επαγγέλματος, μιας πόλης ή ενός ονείρου γίνεται χωρίς να γνωρίζουμε τι θα συνέβαινε αν είχαμε επιλέξει αλλιώς. Κι ίσως γι' αυτό οι αποφάσεις αποκτούν τόσο μεγάλο βάρος. Όχι επειδή είναι τέλειες, αλλά επειδή είναι μοναδικές.

Στην εποχή μας, όπου οι δυνατότητες μοιάζουν ατελείωτες, αυτή η σκέψη γίνεται ακόμη πιο επίκαιρη. Οι άνθρωποι έχουν περισσότερες επιλογές από ποτέ και ταυτόχρονα περισσότερες αμφιβολίες. Η ελευθερία που κάποτε θεωρούνταν η απόλυτη κατάκτηση συχνά μετατρέπεται σε πηγή ανασφάλειας.

Η γοητεία της ελαφρότητας

Η ελαφρότητα είναι μια δελεαστική υπόσχεση. Είναι η ιδέα ότι μπορούμε να ζήσουμε χωρίς δεσμεύσεις, χωρίς βάρη, χωρίς υποχρεώσεις που περιορίζουν την ανεξαρτησία μας.

Στη σύγχρονη κουλτούρα, η ελαφρότητα εμφανίζεται παντού. Στην ταχύτητα με την οποία αλλάζουμε δουλειές, σχέσεις, τόπους κατοικίας. Στην ανάγκη να αφήνουμε πάντα ανοιχτή μια εναλλακτική διαδρομή. Στην επιθυμία να μη νιώθουμε εγκλωβισμένοι σε τίποτα.

Κι όμως, όσο ελκυστική κι αν μοιάζει, η απόλυτη ελαφρότητα κρύβει μια παράδοξη μοναξιά. Αν τίποτα δεν έχει διάρκεια, αν τίποτα δεν μας συνδέει ουσιαστικά με τους άλλους, τότε τι είναι αυτό που τελικά δίνει νόημα στις εμπειρίες μας;

Το ερώτημα παραμένει ανοιχτό και γι' αυτό εξακολουθεί να μας αφορά.

Το βάρος που μας καθορίζει

Απέναντι στην ελαφρότητα βρίσκεται το βάρος. Όχι ως τιμωρία, αλλά ως συνθήκη της ανθρώπινης ύπαρξης.

Το βάρος είναι η ευθύνη που αναλαμβάνουμε για τους ανθρώπους που αγαπάμε. Είναι οι δεσμοί που επιλέγουμε να διατηρήσουμε ακόμη και όταν γίνονται δύσκολοι. Είναι η μνήμη, η αφοσίωση, η συνέπεια.

Συχνά αντιμετωπίζουμε αυτές τις έννοιες σαν περιορισμούς. Ωστόσο, ίσως αποτελούν και τη βαθύτερη πηγή νοήματος. **Οι πιο σημαντικές στιγμές της ζωής μας είναι συνήθως εκείνες που μας δένουν με κάτι μεγαλύτερο από τον εαυτό μας: έναν άνθρωπο, μια οικογένεια, μια ιδέα, έναν σκοπό.**

Το βάρος δεν αφαιρεί την ελευθερία. Της δίνει περιεχόμενο.

Ο έρωτας ως τυχαίο θαύμα

Ένα από τα πιο γοητευτικά στοιχεία του μυθιστορήματος είναι ο τρόπος με τον οποίο αντιμετωπίζει τον έρωτα. Όχι ως μια ιδανική κατάσταση, αλλά ως μια εύθραυστη συνάντηση της τύχης με την επιθυμία.

Πόσα γεγονότα χρειάζεται να συμπέσουν ώστε δύο άνθρωποι να συναντηθούν; Μια αλλαγή σχεδίου, ένα ταξίδι που δεν αναβλήθηκε, μια απόφαση της τελευταίας στιγμής. **Η ζωή διαμορφώνεται συχνά από συμπτώσεις που, εκ των υστέρων, μοιάζουν αναπόφευκτες.**

Ο Κούντερα μάς υπενθυμίζει ότι οι μεγάλες ανθρώπινες ιστορίες δεν χτίζονται μόνο πάνω σε βεβαιότητες. Χτίζονται και πάνω σε απρόβλεπτες στιγμές που αποκτούν σημασία επειδή εμείς αποφασίζουμε να τους δώσουμε σημασία.

Η εποχή της αβεβαιότητας

Ίσως αυτός να είναι ο λόγος που το βιβλίο διατηρεί τη δύναμή του μέχρι σήμερα. Ζούμε σε μια εποχή όπου η αβεβαιότητα δεν αποτελεί εξαίρεση αλλά καθημερινότητα. **Οι κοινωνίες αλλάζουν γρήγορα, οι τεχνολογίες μεταμορφώνουν τον τρόπο που εργαζόμαστε και επικοινωνούμε, ενώ οι προσωπικές μας ταυτότητες μοιάζουν πιο ρευστές από ποτέ.**

Μέσα σε αυτό το περιβάλλον, η αναζήτηση βεβαιότητων γίνεται ολοένα πιο δύσκολη. Ίσως όμως η απάντηση να μην βρίσκεται στην απόλυτη βεβαιότητα. Ίσως βρίσκεται στην αποδοχή ότι η ανθρώπινη ζωή είναι, από τη φύση της, ανοιχτή, ατελής και απρόβλεπτη.

Η αξία της δεν προκύπτει επειδή γνωρίζουμε το τέλος της διαδρομής, αλλά επειδή συνεχίζουμε να προχωρούμε χωρίς να το γνωρίζουμε.

Τι μένει τελικά;

Όταν κλείνει κανείς το βιβλίο, δεν φεύγει με μια ξεκάθαρη απάντηση. Και ίσως αυτό να είναι το μεγαλύτερο επίτευγμά του. Τα σπουδαία έργα δεν λύνουν τα μεγάλα ερωτήματα· μας βοηθούν να τα σκεφτούμε βαθύτερα.

Η ζωή είναι άραγε ελαφριά ή βαριά; Είναι ευλογία η ελευθερία ή η δεσμευση; Βρίσκεται η ευτυχία στην ανεξαρτησία ή στη σύνδεση με τους άλλους;

Πιθανόν η αλήθεια να βρίσκεται κάπου ανάμεσα. Στην εύθραυστη ισορροπία ανάμεσα στην ανάγκη να παραμείνουμε ελεύθεροι και στην εξίσου ανθρώπινη ανάγκη να ανήκουμε κάπου. Ανάμεσα στην επιθυμία να πετάξουμε και στην ανάγκη να ριζώσουμε. Και ίσως εκεί, σε αυτή τη διαρκή ταλάντευση, να κρύβεται όχι μόνο η αβάσταχτη ελαφρότητα του Είναι, αλλά και η ομορφιά του.



ΠΩΛΕΙΤΑΙ

Κρεβάτι νοσοκομειακού τύπου. Ανύψωση πλάτης, τροχήλατο, μαζί με στρώμα, σε άριστη κατάσταση, δυνατότητα μεταφοράς εντός

Αττικής

693 12 45 922



Γελάμε Μαζί: Αστεία και Ιστορίες

Κατά τη διάρκεια της πτήσης από Αθήνα προς Λονδίνο ο πιλότος καλωσορίζει τους επιβάτες:

«Αγαπητοί επιβάτες, σας μιλάει ο πιλότος βρίσκεστε στην πτήση

220 για Λονδίνο.

Ο καιρός είναι θαυμάσιος και ... πρόσεχε, πρόσεχε θα πέσει! Ω Θεέ μου!!!!»

Σιωπή.....

Μετά από πέντε λεπτά ακούγεται και πάλι ο πιλότος να ανακοινώνει:

«Συγγνώμη που σας τρόμαξα πριν, αλλά μια απρόσεκτη αεροσυνοδός έριξε καφέ πάνω μου.

Δεν μπορείτε να φανταστείτε πως έγινε το παντελόνι μου μπροστά».

Και τότε ακούγεται ένας επιβάτης να λέει:

«Που να δεις πως έγινε το δικό μου από πίσω»

Ήταν ένας κύριος άνεργος & τεμπέλης και έβαζε στην τράπεζα κάθε μέρα 6-9.000 ευρώ. Ο ταμίας που τον ήξερε απορούσε που τα βρίσκει και τα καταθέτει. Πάει στον διευθυντή του, τον ενημερώνει και ο διευθυντής απορημένος του λέει ότι αν έρθει πάλι να του τον πάει στο γραφείο του.

Πράγματι την επόμενη μέρα ο κύριος πάει και καταθέτει 6.000 ευρώ. Ο ταμίας του λέει ότι το θέλει ο διευθυντής να του μιλήσει. – Γιατί; απορεί ο κύριος – Τους καλούς πελάτες θέλει να τους βλέπει. – Αν είναι έτσι πάμε. Πράγματι πάνε στον διευθυντή.

– Κύριε διευθυντά, είναι ο κύριος που σας είπα χτες. – Κύριε Τσοκ συγγνώμη που σας απασχολώ αλλά έχω κοιτάξει την καρτέλα σας και βλέπω ότι είστε άνεργος κι ότι δεν έχετε πόρους. Πού βρίσκετε κάθε μέρα τόσα λεφτά και μας τα καταθέτετε; – Απλώς βάζω στοίχημα, το κερδίζω και τα καταθέτω. – Αφήστε το αυτό αποκλείεται! – Αν δεν το πιστεύεις βάζεις ένα στοίχημα χιλίων ευρώ ότι αύριο που θα έρθω θα έχω τρεις όρχεις; Μετά από πολλή σκέψη δέχεται ο διευθυντής. Τον ελέγχει και δίνουν ραντεβού για την επόμενη μέρα.

Πράγματι την επόμενη μέρα ο κύριος πάει στην τράπεζα και καταθέτει 10.000 ευρώ. Τον βλέπει ο διευθυντής, πάει κοντά του, και τον ρωτάει: – Τι γίνεται; – Όλα εντάξει, πιάσα για να δεις ότι έχω 3. Τα πιάνει ο διευθυντής... – 2 έχεις – Πιάσε καλά κάπου κρύβεται Προσπαθεί ο διευθυντής να βρει το τρίτο αλλά τίποτα. – Έχασες!! – Εντάξει κέρδισες ... και του δίνει τα 1.000 ευρώ Με χαρά ο διευθυντής πανηγυρίζει και πάει προς το γραφείο του. Ακούει όμως τον κύριο να του λέει: – Μη χαιρέσαι μαλ... έχω βάλει στοίχημα με δέκα άτομα από έξω ότι θα μου τα πιάσεις !!!!

Σε ένα εστιατόριο ο πελάτης λέει στο γκαρσόν:

– Σας παρακαλώ, μήπως μπορείτε να πάρετε το κοτόπουλο να το ψήσετε λιγάκι ακόμα;

– Γιατί, τι έχει;

– Μου τρώει τις πατάτες!

Γιατί οι ξανθιές κρατούν το κινητό ανάποδα;

Για να μην πέφτουν οι μονάδες!!!

Ήταν μια ξανθιά μέσα σε ένα λεωφορείο και ήρθε η ώρα να κατέβει στη στάση της. Οπότε

φωνάζει στον οδηγό:

–Στάση, καλέ στάση, στάση

Φώναζε όλο και πιο δυνατά.

Και ο οδηγός της λέει:

–Πατήστε το κουμπί.

Πατάει η ξανθιά το κουμπί και λέει:

–Τώρα ακούγομαι?

Διάλογος δύο ξανθιών :

– Άσε χρυσή μου, σήμερα πήγα και έκανα τεστ εγκυμοσύνης...

– Και τι σε ρώτησαν καλή μου, εύκολα ή δύσκολα?

Μια ξανθιά πάει στον πάγκο δανεισμού της Βιβλιοθήκης και λέει :

– Δανείστηκα ένα βιβλίο την προηγούμενη βδομάδα, αλλά ήταν το πιο βαρετό βιβλίο που έχω διαβάσει ποτέ. Δεν είχε καθόλου υπόθεση, αλλά είχε υπερβολικά πολλούς χαρακτήρες.

– Όστε εσείς λοιπόν μας πήρατε τον τηλεφωνικό κατάλογο!!!

Καθόταν ένας παππούς στην αυλή και κοιτάζε τον μικρό του εγγονό να παίζει.

Βλέπει τον εγγονό να βγάζει ένα σκουλήκι από την τρύπα, οπότε πηγαίνει στον εγγονό και του λέει:

– Θα σου δώσω πέντε ευρώ αν μπορέσεις να ξαναβάλεις το σκουλήκι μέσα στην τρύπα από όπου το έβγαλες.

Το αγοράκι σκέφτηκε ότι είναι πολύ εύκολο, και έτσι προσπάθησε. Μετά από λίγο κατάλαβε ότι δεν γινόταν τίποτα έτσι. Έτρεξε μέσα πήρε την λακ της γιαγιάς και ψέκασε το σκουλήκι. Το άφησε να στεγνώσει και μετά χωρίς δυσκολία το έχωσε πάλι στην τρύπα.

– Αυτό ήταν πολύ έξυπνο κόλπο, είπε ο παππούς. Πάρε τα 5 σου ευρώ.

Την επόμενη μέρα το αγόρι έπαιζε πάλι, και ο παππούς το πλησιάζει και του δίνει άλλα 5 ευρώ.

– Γιατί είναι αυτά; ρωτάει το αγόρι.

– Και η γιαγιά σου πιστεύει ότι ήταν έξυπνο κόλπο!!!!!!!

Ένα ζευγάρι φοιτητών, με 100.000 δρχ. Στην τσέπη τους και σε περίοδο εξετάσεων πήγαν κάπου να περάσουν καλά και να διαβάσουν.

Βρίσκουν ένα ξενοδοχείο και πιάνουν ένα δωμάτιο, πιστεύοντας ότι με τις 100.000 για πέντε μέρες θα περνούσαν καλά. Τελειώνουν οι μέρες και πάει το αγόρι να πληρώσει και ακολουθεί ο παρακάτω διάλογος:

– “Τι οφείλουμε κύριε;”

– “150.000 δρχ”, απαντάει ο υπάλληλος.

– “Τι λέτε κύριε, γιατί τόσα;”

– “Γιατί το ξενοδοχείο είναι με πισίνα.”

– “Μα εμείς δεν πήγαμε στην πισίνα.”

– “Ας πηγαίνατε, η πισίνα εδώ ήταν και έχει και τένις.”

– “Μα εμείς δεν παίξαμε.”

– “Έχει και disco.”

– “Μα δεν πήγαμε ούτε στην disco.”

– “Ας πηγαίνατε, εδώ ήταν όλα.”

– “Ωραία”, λέει το αγόρι, “πάρε τις 100.000.”

– “Και άλλες πενήντα”, λέει ο υπάλληλος.

– “50.000 δρχ είναι που πήγες εσύ με την κοπέλα μου.”

– “Τι λέτε κύριε, εγώ δεν πήγα.”

– “Ας πηγαίνατε, η κοπέλα μου στο δωμάτιο που μας δώσατε ήταν.”



Βιβλιοθήκη Σαρωνίδας «Αντώνιος Ιωαννίδης»

Αρμονίας 25 Σαρωνίδα
(Στο δημοτικό Σχολείο)

Ανοιχτά Τρίτη και Παρασκευή 6:00μμ-7:30μμ

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

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

ΚΛΕΙΔΑΡΑΣ
ΝΙΚΟΣ Β. ΧΑΤΖΗΚΩΣΤΗΣ 6944 58 58 00
ΔΗΜΟΣ ΣΑΡΩΝΙΚΟΥ

TILAVERIDIS

LECTRONICS

Technology & Security Systems

Since 1968

- Alarm Systems
- CCTV
- Access Control
- Fire Detection
- Smart Home
- Internet Wi-Fi
- Κεραίες Επίγειες
- Δορυφορικά Συστήματα
- Θυροτηλεοράσεις
- Ηλεκτρονικά Είδη
- Pc-Mobile Αναλώσιμα
- Τηλεχειριστήρια



www.e-tilaveridis.gr



Χαραλάμπου Ψαρρού 21 - Λαύριο Αττικής



22920 60203 - 22920 23109 - 210 300 0623



6945 1199 00 - 6940 63 82 84