

ΔΗΜΟΦΩΝ

ΕΤΟΣ 1ο

ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ-ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΣ
2001

Αρ. Τεύχους 5

ΔΙΜΗΝΗ ΕΚΔΟΣΗ
ΔΙΑΝΕΜΕΤΑΙ ΔΩΡΕΑΝ

ΙΔΙΟΚΤΗΤΗΣ - ΕΚΔΟΤΗΣ:

ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΠΟΙΟΤΙΚΗΣ & ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΗΣ ΑΝΑΒΑΘΜΙΣΗΣ ΔΥΤΙΚΗΣ ΑΤΤΙΚΗΣ
«Ο ΔΗΜΟΦΩΝ»

28^{NS} ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 3-5, 196 00 ΜΑΝΔΡΑ ΑΤΤΙΚΗΣ, ΤΗΛ. / FAX: (01) 55.56.507
e-mail: graph-ad@otenet.gr - Αρ. Λογ/σμού Τραπεζής: 56.000.393787.601.01.23 Eurobank
«Ο ΔΗΜΟΦΩΝ» ανταλλάσσεται με όλα τα έντυπα πολιτιστικού περιεχομένου





ΔΙΜΗΝΗ ΕΚΔΟΣΗ

ΙΔΙΟΚΤΗΤΗΣ - ΕΚΔΟΤΗΣ
ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΠΟΙΟΤΙΚΗΣ &
ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΗΣ ΑΝΑΒΑΘΜΙΣΗΣ
ΔΥΤΙΚΗΣ ΑΤΤΙΚΗΣ

Ταχυδρομική Διεύθυνση
28ης ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 3-5
196 00 ΜΑΝΔΡΑ ΑΤΤΙΚΗΣ
ΤΗΛ. / FAX: (01) 55.56.507
e-mail: graph-ad@otenet.gr

**ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ ΣΥΝΤΑΞΗΣ &
ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΣΥΜΦΩΝΑ ΜΕ ΤΟ ΝΟΜΟ**
ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ ΔΗΜΗΤΡΟΥΛΗΣ
(Πρόεδρος του Δ.Σ. - τηλ.: 0977.292388)

ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΕΓΓΡΑΦΗΣ
ΜΕΛΩΝ / ΣΥΝΔΡΟΜΩΝ
ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ ΠΑΠΑΪΩΑΝΝΟΥ
(τηλ.: 0932.260818)
ΣΥΝΔΡΟΜΕΣ
ΙΔΙΩΤΕΣ: 3.000 δρχ.
ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΙ/ΕΤΑΙΡΕΙΕΣ: 8.000 δρχ.

ΥΠΕΥΘΥΝΟΙ ΥΛΗΣ
Το Δ.Σ. του Συλλόγου

ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΔΗΜΟΣΙΩΝ ΣΧΕΣΕΩΝ
Αγγελική Χαραλαμποπούλου
(τηλ.: 0945-152221)

ΣΕΛΙΔΟΠΟΙΗΣΗ - ΕΚΤΥΠΩΣΗ
“graphic” - γραφικές τέχνες
τηλ.: (01) 53.12.202

Υπευθ. Τυπογραφείου:
Αγγελική Χαραλαμποπούλου

Τα επώνυμα άρθρα εκφράζουν τις
απόψεις εκείνων που τα υπογράφουν.
Απαγορεύεται η τμηματική ή ολική
αναδημοσίευση άρθρων, χωρίς την
έγγραφη άδεια του εκδότη.

(Η όλη για το τεύχος «έκλεισε» στις 1/3/2001)

Ανέτειλε ο 21ος αιώνας. . .

Φίλες και φίλοι,

Η προσπάθεια μας συνεχίζεται και φέτος με περισσότερο
κέφι και ζωντάνια, γιατί ακούσαμε πως μας ακούδατε!
και αυτό αποτελεί και την καλύτερη ανταμοιβή για μας.

Σε πείσμα όσων πιστεύουν και επιδιώκουν την πολιτιστική
και πνευματική μας υποβάθμιση θα προσφέρουμε και πάλι
τα μέγιστα, μέσα στην ατατολή ενός δυσοίωνου αιώνα.

Μέσα από τα φετινά δρώμενα θα θέλαμε να γίνετε όχι
μόνο αποδέκτες αλλά και συμμετοχοί.

Εμπλουτίζοντας το φάσμα της επικοινωνίας μας θα
προχωρήσουμε σε μια σειρά έντυπων εκδόσεων στοχεύοντας
στον υγιή προβληματισμό και στον εποικοδομητικό διάλογο
που ελπίζουμε πως θα προκύψει.

Η ομάδα σύνταξης θα παραμείνει ανοικτή σε κάθε θετική
πρόταση που θα συμβάλει στην επίτευξη των κοινών μας
στόχων.

Έχοντας την πεποίθηση πως θέτουμε έτσι όλοι μας από
ένα λιθαράκι στο δύσκολο έργο μας που συνεχίζεται,
παραμένουμε ένα αναπόσπαστο κομμάτι της τοπικής μας
κοινωνίας.

Η συντακτική ομάδα του Συλλόγου

Ποιός χρειάζεται προστασία ;

Συχνά ακούμε για συλλόγους και συνδέσμους που έχουν αναλάβει την ευθύνη για την προστασία του περιβάλλοντος. Και το ερώτημα που θέτω σήμερα είναι: ποιός χρειάζεται πραγματικά προστασία, **το περιβάλλον ή ο άνθρωπος;**

Νομίζω πως οι άνθρωποι με πολλή αλαζονεία ιδρύσαμε διάφορα ιδρύματα και βιαστήκαμε να τα αποκαλέσουμε ιδρύματα περιβάλλοντος, θεωρώντας ότι αυτό είναι μόνο που πληττείται από την ανορθολογική μας συμπεριφορά και όχι εμείς οι ίδιοι. Έτσι διακηρύξαμε ότι πρέπει να υπερασπιστούμε κάποια είδη της πανίδας και της χλωρίδας του πλανήτη μας, που απειλούνται με εξαφάνιση και ξορκίσαμε το κακό από πάνω μας, αφήνοντας αυτό το έργο σε κάποιους ιδεολόγους που είχαν την διάθεση να αγωνίζονται για αυτό το σκοπό, κάποτε και κάτω από τα σκωπτικά βλέμματα των πολλών. Βέβαια σωστά τέθηκε το θέμα αρχικά, αφού αυτά τα είδη κινδύνευαν από δικούς μας χειρισμούς και επομένως είχαμε και έχουμε την ηθική ευθύνη να τα προστατέψουμε από εμάς τους ίδιους. Υπήρξε και η άλλη λογική αυτής της προσπάθειας, που δεν αφορά τόσο στην περιβαλλοντική μας ευαισθησία, όσο στην ανθρώπινη μας υστεροβουλία, μιας και η εξαφάνιση ορισμένων ειδών κατέστρεψε την οικολογική μας ισορροπία και επομένως απειλούσε έμμεσα αλλά επικίνδυνα τον ίδιο τον θύτη, τον άνθρωπο.

Σήμερα όμως το θέμα τίθεται πιο δραστικά και βάνουσα. Ο άνθρωπος απειλείται με εξαφάνιση. Το φαγητό του είναι μολυσμένο, το νερό του λιγοστό, οι αρρώστιες караδοκούν στην γωνία και αυτός βρίσκεται σε απόγνωση.

Κάποιες προφητικές φωνές καλούσαν μέχρι σήμερα τον κόσμο να συνειδητοποιήσει το πρόβλημα πριν να είναι αργά, πριν να φτάσουμε στο σήμερα, αλλά οι άνθρωποι θεωρούσαν τη στιγμή αυτή μακριά και πότιζαν τη γη με χημικά λιπάσματα, τάζαν τα ζώα με ακατάλληλες τροφές, εξάντλησαν τα καύσιμα, μόλυναν το νερό και τον αέρα.

Αργήσαμε πολύ να αντιδράσουμε στην τεράστια οικολογική καταστροφή που συντελούνταν μπροστά στα μάτια μας και δυστυχώς τα πράγματα δείχνουν πως ακόμα δεν είμαστε έτοιμοι για μία αποτελεσματική αντίδραση. Περισσότερο οι κινήσεις μας προδίδουν τον πανικό παρά δηλώνουν μια συνειδητοποιημένη οργή που μπορεί να φέρει ριζικές αλλαγές στον πλανήτη μας και να μας τραβήξει, έστω και την τελευταία στιγμή, έξω από τον λάκκο των λεόντων.

Μόλις πληροφορούμαστε για παράδειγμα ότι το βοδινό κρέας είναι μολυσμένο, σταματάμε για ένα διάστημα την κατανάλωσή του, αρχίζουν μετά τα χοιρινά, μέχρι να διαβεβαιώσουν οι ειδικοί ότι δεν συντρέχει κίνδυνος για τα ελληνικά εγχώρια προϊόντα. Τι θα κάνουμε άραγε αν μια μέρα ανακοινωθεί πως τα ελληνικά κρέατα είναι μολυσμένα;

Άλλο παράδειγμα: πληροφορούμαστε πως το κλίμα του πλανήτη αλλάζει με σημαντικές συνέπειες στην οικολογική

του ισορροπία. Τα Μ.Μ.Ε. εκμεταλλεύονται την είδηση για να αυξήσουν την τηλεθέαση και την ακροαματικότητα, εμείς καθηλώνομαστε πανικόβλητοι στις τηλεοράσεις μας, για να παρακολουθήσουμε τις «επιστημονικές» ερμηνείες του φαινομένου και εδώ τελειώνουν όλα.

Θέλω να πιστεύω πως κανείς από τους ενεργούς πολίτες δεν αγνοεί τις πραγματικές αιτίες της καταστροφής του περιβάλλοντος. Ειπώθηκαν άλλωστε τόσες φορές. Όμως δεν μπορώ να καταλάβω γιατί ακόμα δεν υπάρχει μια σθεναρή κοινωνική αντίδραση.

Η μόνη εξήγηση που μπορώ να δώσω, μετά από επίπονη πραγματικά σκέψη, είναι πως ο σύγχρονος άνθρωπος δεν εννοεί να στερηθεί τίποτε από αυτά που η τεχνολογική πρόοδος τόσο απλόχερα του πρόσφερε. Έχει γίνει ναρκωμανής των απολαύσεων.

Για να απαλλαγεί η γη από τους εφιάλτες της, χρειάζεται ριζική αλλαγή στην νοοτροπία των κατοίκων της. Χρειάζεται να αμφισβητηθεί η έννοια της ανάπτυξης έτσι όπως ταυτίζεται με τα τεχνολογικά αγαθά και την οικονομική μας βελτίωση. Πρέπει να δώσουμε ως πολιτισμός σημασία επιτέλους στην ποιότητα, στον εσωτερικό άνθρωπο, στην ανάγκη του να συμβιώσει με τους άλλους και τη φύση. Ιδιαίτερα πρέπει να αλλάξει ο τρόπος που κατανοούμε την έννοια της προόδου.

Για παράδειγμα:

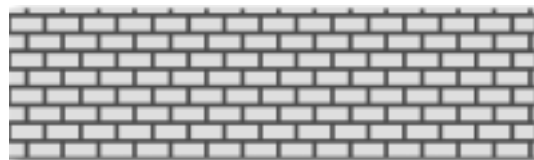
- Πρόοδος δεν είναι η διάνοιξη μεγάλων δρόμων μέσω των εθνικών δρυμών για την εύκολη μετακίνηση των καταναλωτικών αγαθών. **Πρόοδος είναι η βελτίωση της οικολογικής ισορροπίας στα δάση μας και η ανάπτυξη των περιαστικών δασών.**
- Πρόοδος δεν είναι η αύξηση και η βελτίωση των εξοπλισμών. **Πρόοδος είναι η σταδιακή μείωσή τους.**
- Πρόοδος δεν είναι να αποκτήσουν όλα τα μέλη της οικογένειας αυτοκίνητο. **Πρόοδος είναι η ανάπτυξη της συγκοινωνίας, έτσι ώστε να πετυχαίνει την γρήγορη και φιλική για το περιβάλλον μετακίνηση των κατοίκων μιας πόλης.**
- Πρόοδος δεν είναι να αποκτήσουμε όλα τα καταναλωτικά αγαθά που προσφέρει η σύγχρονη αγορά ξεπουλώντας όλο τον καθημερινό μας χρόνο στην εργασία. **Πρόοδος είναι η εξασφάλιση ελεύθερου χρόνου και η αφιέρωσή του στις συζητήσεις με τα παιδιά μας και με τους φίλους μας, στους περιπάτους και στις αγαπημένες μας ασχολίες.**

Όσοι είναι υποψιασμένοι ίσως να χαμογελούν ειρωνικά, γιατί ξέρουν καλά ότι **εκείνο που πιο δύσκολα αλλάζει σε μια κοινωνία είναι η νοοτροπία της.**

Αλλά πείτε μου, τι περιθώρια έχουμε πλέον; πριν ιδρύσουμε Συνδέσμους Προστασίας του Ανθρώπινου Είδους, **ας στηρίξουμε το ίδιο μας το σπίτι το περιβάλλον.**

Π.Δ.

ΕΝΤΟΣ ΤΩΝ ΤΕΙΧΩΝ



Η Κοπή της Πρωτοχρονιάτικης Πίττας

Ο Σύλλογός μας πραγματοποίησε την κοπή της Πρωτοχρονιάτικης πίττας στις 2 Φεβρουαρίου 2000 σε ταβέρνα της περιοχής μας, μαζί με τα μέλη του και πολλούς φίλους. Ο σύλλογος δώρησε στον τυχερό που κέρδισε το φλουρί της πίττας δύο βιβλία από την Ελληνική Λογοτεχνία.



ανακοίνωση

Πολλοί συμπολίτες μας, φίλοι του συλλόγου και αναγνώστες του περιοδικού, εξέφρασαν την επιθυμία να ενισχύσουν οικονομικά το σύλλογο.

Τους ενημερώνουμε λοιπόν ότι, πλέον, μπορούν να το κάνουν και με κατάθεση στον αριθμό **56.000.393787.601.01.23** λογαριασμού της **Eurobank**.

Στους καταθέτες, μαζί με το περιοδικό, θα σταλεί βεβαίωση του ποσού της δωρεάς για την φορολογική τους δήλωση.

Η κοπή της πρωτοχρονιάτικης πίττας του Συλλόγου Ποντίων Ασπροπύργου
“ΟΙ ΑΚΡΙΤΕΣ ΤΟΥ ΠΟΝΤΟΥ”

Η εκδήλωση για την κοπή της πρωτοχρονιάτικης πίττας πραγματοποιήθηκε στην αίθουσα του συλλόγου, θέση Γκορντσά Ασπροπύργου στις 28 Ιανουαρίου 2001. Το Δ.Σ. μοίρασε δώρα στα παιδιά του χορευτικού. Παρέστησαν βουλευτές, ο Νομάρχης, Δήμαρχοι και εκπρόσωποι της Τοπικής Αυτοδιοίκησης.

ΤΑ ΤΗΛΕΦΩΝΑ ΤΩΝ ΦΑΡΜΑΚΕΙΩΝ ΤΗΣ ΜΑΝΔΡΑΣ

ΑΘΑΝΑΣΟΠΟΥΛΟΥ ΧΡΥΣΟΥΛΑ

Εργατικές κατοικίες, Μάνδρα - Τηλ.: 5541.721

ΑΣΗΜΑΚΗΣ ΓΡΗΓΟΡΗΣ

Στρ. Ν. Ρόκκα 114, Μάνδρα - Τηλ.: 5550.323

ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ ΙΣΙΔΩΡΑ

Στρ. Ν. Ρόκκα 67, Μάνδρα - Τηλ.: 5555.236

ΓΙΑΝΝΟΥ ΓΕΩΡΓΙΟΣ

Δήμητρος 8, Μάνδρα - Τηλ.: 5555.844

ΙΓΝΑΤΙΑΔΟΥ ΕΙΡΗΝΗ

Γηλιάτη 2, Μάνδρα - Τηλ.: 5556.892

ΝΤΕΛΟΥΚΑ-ΣΥΜΠΑΡΔΗ ΣΤΕΦ.

Κοροπούλη & Δήλου, Μάνδρα - Τηλ. 5551.232

ΛΟΥΚΟΠΟΥΛΟΣ ΣΩΤΗΡΗΣ

Στρ. Ν. Ρόκκα 84, Μάνδρα - Τηλ.: 5556375

ΜΑΡΤΖΕΛΗΣ ΧΡΗΣΤΟΣ

Στρ. Ν. Ρόκκα 54, Μάνδρα - Τηλ.: 55.55.550

ΡΟΚΚΑΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ

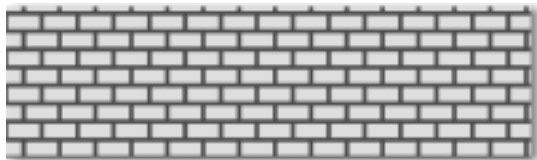
Εργατικές Κατοικίες, Μάνδρα - Τηλ.: 5541.344

ΡΟΥΤΗΣ ΚΩΝ/ΝΟΣ

Κοροπούλη 15, Μάνδρα - Τηλ.: 5551.954

ΣΥΜΠΑΡΔΗΣ ΚΩΝ/ΝΟΣ

Κοροπούλη & Δήλου, Μάνδρα - Τηλ.: 5551.232



ΕΝΤΟΣ ΤΩΝ ΤΕΙΧΩΝ

Ο Σύλλογος έλαβε μέρος σε 3ήμερο σεμινάριο στις 26-27-28 Ιανουαρίου 2001 που πραγματοποιήθηκε στο Ξενοδοχείο "Ξενία" του Πηλίου.

Αντικείμενο του σεμιναρίου

ΑΓΧΟΣ - ΒΙΩΣΙΜΟΤΗΤΑ - ΓΑΛΗΝΗ: ΤΟ ΑΛΦΑΒΗΤΟ ΤΗΣ ΖΩΗΣ

Η διοργάνωση του σεμιναρίου πραγματοποιήθηκε από την εταιρεία Οικονομικών Μελετών και Επενδύσεων "ΟΙΚΟΝΟΜΟΤΕΧΝΙΚΗ Α.Ε."

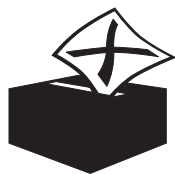
Η ευθύνη και η επιμέλεια της διεξαγωγής του σεμιναρίου ήταν της κας **Εύης Λεκκού**.

Εισηγητής του σεμιναρίου ήταν ο κος **Ι. Αναγνωστήλης**.

Στόχος του σεμιναρίου

Ένα εργαστηριακής μορφής σεμινάριο για την αποτελεσματικότερη κατανόηση του ευεργετικού άγχους, την καταπολέμηση του καταστροφικού άγχους (δυσάγχους) και την πρακτικότητα της συναισθηματικής νοημοσύνης, NLP (non linguistic programming) στην εργαστηριακή ζωή μας.

Αναπτύσσονται μέθοδοι κατανόησης του εαυτού μας με αυτεπίγνωση, αυτοκυριαρχία, αυτοέλεγχος και αυτοανάπτυξη. Την ικανότητα να βάζετε τον εαυτό σας στην θέση του άλλου κατανοώντας αυτά που μέχρι τούδε φαινότουσαν ακατανόητα.



Εκλογές του Συλλόγου "Ο ΔΗΜΟΦΩΝ" Το Νέο Δ.Σ.

Με αφορμή την εισδοχή μεγάλου αριθμού νέων μελών στους κόλπους του συλλόγου μας, το προηγούμενο Δ.Σ. έκρινε απαραίτητη την παραίτησή του, δίνοντας έτσι την ευκαιρία στα νέα μέλη να συμμετάσχουν στις διαδικασίες εκπροσώπησης του.

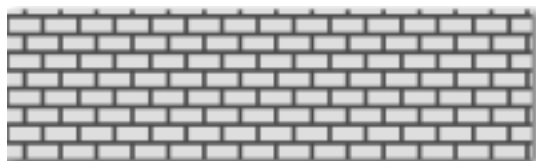
Το Νέο Διοικητικό Συμβούλιο του Συλλόγου "Ο ΔΗΜΟΦΩΝ" που προήλθε μετά από τις απαραίτητες διαδικασίες, όπως ορίζεται από το καταστατικό, έχει ως εξής:

ΠΡΟΕΔΡΟΣ	:	ΔΗΜΗΤΡΟΥΛΗΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ
ΑΝΤΙΠΡΟΕΔΡΟΣ	:	ΚΟΡΟΒΕΣΗ ΕΛΕΝΗ
Γ. ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ	:	ΠΑΠΑΪΩΑΝΝΟΥ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ
ΤΑΜΙΑΣ	:	ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΠΟΥΛΟΥ ΑΓΓΕΛΙΚΗ
ΕΦΟΡΟΣ	:	ΔΕΔΕΛΙΑΣ ΙΩΑΝΝΗΣ

Την Εξελεγκτική Επιτροπή αποτελούν οι:

Πρόεδρος	:	Παπακωνσταντίνου Δημήτρης
Μέλος	:	Μαρούγκα Αικατερίνη
Μέλος	:	Μελέτης Ηλίας

ΕΝΤΟΣ ΤΩΝ ΤΕΙΧΩΝ



ΔΗΜΟΤΙΚΗ ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ ΜΑΝΔΡΑΣ

Με αφορμή την από 28 Οκτωβρίου 2000 επιστολή - πρόταση του Συλλόγου αναφορικά με την λειτουργία της Βιβλιοθήκης του Δήμου μας, λάβαμε από τον Πρόεδρο του Δημοτικού Συμβουλίου κο Θεμ. Γιαννικάκη την απάντηση που παραθέτουμε.

Προς τον Σύλλογο
“Ο ΔΗΜΟΦΩΝ”

Δεκέμβριος 2000

Σε απάντηση της επιστολής σας σχετικά με την λειτουργία της δημοτικής βιβλιοθήκης καθώς και για το αίτημα της συμμετοχής σας ως δημότες στο ανθρώπινο δυναμικό της

σας γνωρίζω ότι:

- με την ψήφιση του προϋπολογισμού του οικονομικού έτους 2001, προβλέπεται κονδύλι λειτουργίας της
- υπάρχει πρόθεση εκχώρησης αρμοδιότητας του νομικού προσώπου σε δημοτικούς συμβούλους οι οποίοι θα εξετάσουν το αίτημά σας.

Ο Πρόεδρος του Δ.Σ.
Θεμιστ. Γιαννικάκης



Προς το
ΔΗΜΟ ΜΑΝΔΡΑΣ
Κο Πρόεδρο Δημοτικού Συμβουλίου
Γιαννικάκη Θεμιστ.Θέμ.

Μάνδρα 28-03-2000

ΘΕΜΑ: ΔΗΜΟΤΙΚΗ ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ ΔΗΜΟΥ ΜΑΝΔΡΑΣ

Αξιότιμε κύριε Πρόεδρε,

Με την παρούσα επιστολή ο Σύλλογός μας επιθυμεί να σας γνωστοποιήσει τις θέσεις του για ένα κοινό θέμα που απασχολεί την πόλη μας αλλά και αρκετό χρονικό διάστημα και είναι «η λειτουργία της Δημοτικής Βιβλιοθήκης».

Είναι λοιπόν το γεγονός ότι αρκετές φορές καταφεύγαμε σε άλλες γειτονικές πόλεις (όπως η Ελευσίνα), για το δανεισμό βιβλίων, γνωρίζοντας όλοι ότι η βιβλιοθήκη μας διαθέτει τεράστιο υλικό ανεξπληρωτό, αλλά, το οποίο, όχι μόνο παραμένει ανεκμεταλλεύσιμο αλλά αυτό και να καταστραφεί με το πέρασμα του χρόνου.

Στο σημερινό αυτό κατάλληλο μετό από έντονες προβλεπόμενες που έχουν εφαρμοστεί από μεγάλη ομάδα κατοίκων της πόλης (στην ολοκλήρωσή τους είδα).

Με περησι το παρόν, ως Πρόεδρος του Δημοτικού Συμβουλίου και ως υπεύθυνος, επιθυμώ να θέσω το θέμα προς συζήτηση στο Δημοτικό Συμβούλιο.

Τελευταίο σημείο που επιθυμώ να αναφερθεί

«ηλικία του Συλλόγου μας να αναλάβει την λειτουργία της βιβλιοθήκης ερωτώντας ημάς και όλη της εθελοντική συμμετεχούσα ομάδα του Συμβουλίου (μετά από συνεννόηση με το Δημοτικό Συμβούλιο και επιμέριση των πόρων για τις ημέρες και όλη λειτουργία της).

Θεωρούμε ότι ο αξιότιμος κος Δήμαρχος Αλιζάνδρος Μανδραϊός με την ιδιότητα του εκπαιδευτικού, θα συμφωνήσει μαζί μας και η πρόταση του Συλλόγου μας θα γίνει της άποψης ηρωτικής και αειδακής. Παράσταση επίσης, στη διεύθυνση οικονομικής της πρότασής μας και από τα υπόλοιπα μέλη του Δημοτικού Συμβουλίου.

Με στόχο τη λειτουργία της βιβλιοθήκης το αργότερο έως το τέλος Ιανουαρίου 2001, θα θέλαμε να λάβουμε τα απαραίτητα βήματα την απόφασή σας, ώστε να πραγματοποιηθεί η αναγκαία ενέργεια - διαδικασία για την ολοκλήρωση της. Αναμένουμε με τμή και υπόληψη.

Το Δ.Σ. του Συλλόγου «Ο ΔΗΜΟΦΩΝ»



Η επιστολή του συλλόγου
από 28/10/2000



Μεταξύ χρησμών, λοιμών και καταποντισμών



Εγώ τί να πω;

Αρκούμαι στα κακώς κείμενα και υπομένω . . .

Διότι χάρισμα η υπομονή και φύση δεύτερη, εκ του προκειμένου . . .

Ούτε τρομοκρατούνται οι αγέρωχοι άρχοντες, οι σκηνοθέτες τούτης της παραφροσύνης, ούτε και υποχωρούν . . .

Κερνάνε ουράνιο και πίνουμε . . . στην υγείά τους, μας λένε παραμύθια κόβοντάς τα σε μικρές μπουκιές, για να μην πνιγούμε κιόλας !!!



Εγώ τί να πω ;

Ευχαριστώ Θεέ μου που μ' έφερες σ' έναν άδικο - άδικο κόσμο ;

Περιττό, ευκόλως βαλμένο το υπονοούμενο και το άδικο επίσης !!! Όλα πλέον μοιάζουν φυσικά και απεμπλουτισμένα, άλλωστε μαθαίνουμε πλέον τα των χημικών και έτσι ολοκληρώνουμε την κατάρτισή μας τουλάχιστον . . .

Ύστερα, επιλέγουμε την τροφή μας, ιχνηλατούμε πάνω στη διατροφική μας αλυσίδα, ισορροπούμε ως ακροβάτες σε σχοινί . . .

Τί κι αν δεν έμεινε τίποτα, τί κι αν όλα δείχνουν άκρως απαγορευτικά, το "ζειν επικινδύνως" μπορεί να έχει και τα καλά του . . .

Ύστερα, λέει, δηλώσεις και συγκρίσεις και μετρήσεις στο Δημόκριτο και δόξα τω Θεώ να λάμε και το μη "χείρον βέλτιστον" !!!



Εγώ τί να πω ;

Πάλι καλά που βλέπω την αναγραφόμενη τιμή "ΕΥΡΩ" στα ραпанάκια, πασχίζω να την εμπεδώσω και ξεχνιέμαι !!!

Διότι πέραν της υπομονής και η λήθη ύψιστη φύση, πιστέψτε με !

Λέτε ο λωτός να έχει μείνει ανέπαφος, ή να ξέχασαν να μας τον μετρήσουν ; ; ;

Ντία Πανωλάσκου



Ἄνθεσθήρια - Ἀποκρίες

Ἡ Ἀνθεστηρίων ἦταν ὁ πρῶτος ἔαρινός μῆν τοῦ Ἀττικοῦ ἡμερολογίου.

Τόν μῆνα αὐτόν ἐόρταζαν τὰ Ἀνθεσθήρια (ἄνθος- ἔαρ) καί τήν ὑποδοχή τῆς Ἀνοιξeos.

Τὰ Ἀνθεσθήρια ἦταν τριήμερες ἐκδηλώσεις πρὸς τιμὴν τοῦ Διονύσου.

Ἡμέρα 1η:

<<Πυθοίγια>> ἡμέρα κατὰ τήν ὁποία ἀνοιγαν τὰ νέα κρασιά.

Ἡμέρα 2η:

<<Χόες>> ἱερός γάμος, συμπόσια καί ἀσκολιασμοί.

Ἡμέρα 3η:

<<Χύτροι>> ἀνάκλησι ψυχῶν καί προσφορές στοὺς νεκρούς.

**Γλέντι, χορός, μεταμφίσεις:
τά κύρια χαρακτηριστικά
αὐτῆς τῆς ἐορτῆς.**

Κατὰ τήν ρωμαιοκρατία ὁ Ἀνθεστηρίων ὀνομάστηκε Φεβρουάριος ἀπὸ τό Λατινικό februus: ἐξαγνισμένος, μῆν δηλ. τῶν καθαρῶν καί γιορτῇ ἐξαγνισμού.

Οἱ Ρωμαῖοι ὅμως δέχθηκαν καί διετήρησαν τήν ἐορτῇ τῶν Ἀνθεστηρίων καί τήν διέδωσαν σ' ὅλες τίς χῶρες τῆς ἀπέραντης αὐτοκρατορίας τους. Τίς ἡμέρες αὐτές οἱ δοῦλοι φοροῦσαν τὰ ροῦχα τῶν κυρίων τους καί ἀστειεύονταν μαζί τους.

Στά χριστιανικά χρόνια, πολλοί θρησκευτικοί ἡγέτες προσπάθησαν νά καταργήσουν τό ἔθιμο ἢ νά τό περιορίσουν ὅσο μπορούσαν. Ὅμως ἡ ἐορτῇ αὐτή, ἀπὸ τίς πιό ἀγαπημένες, εἶχε βαθιές ρίζες στὶς ἀνθρώπινες ψυχές, καί ἔτσι, μολονότι τὰ μέτρα πού ἐλήφθησαν ἦταν πολὺ αὐστηρά, διατηρήθηκε. Μὲ τὸν καιρὸ ἄλλαξαν τό ὄνομα τῆς ἐορτῆς καί τό περιεχόμενό της.

Ἀποκριά σημαίνει ἀποχή ἀπὸ τό κρέας (ἀπὸ - κρέας), τό ἴδιο σημαίνει καί τό καρναβάλι ἀπὸ τήν λέξι carna πού σημαίνει κρέας.

Τώρα λοιπὸν μετατράπηκε σέ μιά ἐορτῇ πού διατηρεῖ τήν ξενοιασιά, τό φαγοπότι καί τοὺς χορούς, ὅχι ὅμως γιὰ τὸν θεὸ Διόνυσο καί τήν Ἀνοιξί, ἀλλὰ γιὰ τήν Μεγάλη Τεσσαρακοστὴ καί τήν ἐπακόλουθη ἀποχή ἀπὸ τό κρέας ὡς τήν Ἀνάστασι τοῦ Χριστοῦ.

Οἱ Εὐρωπαῖοι μετανάστες διέδωσαν τό ἔθιμο καί στήν Ἀμερική, σ' ὅλο τὸν νέο κόσμο. Μεγάλα καρναβάλια γίνονται σέ πολλές πόλεις τοῦ

κόσμου. Ἄν θέλουμε ὅμως νά ἀνιχνεύσουμε τό περιεχόμενο τῆς ἐορτῆς αὐτῆς καί νά κατανοήσουμε τὰ ἔθιμα πού τήν συνοδεύουν, δέν ἔχουμε παρὰ νά ἀνατρέξουμε στήν ἐλληνικὴ ὑπαιθρο, ἐκεῖ πού διατηρεῖται ἀνόθευτη ἡ πανάρχαια ἐορτῇ. Οἱ Ἀποκρίες, ὡς λαϊκὴ ἐορταστικὴ ἐκδήλωσι, ἔλκουν τήν καταγωγὴ τους ἀπὸ τίς πανάρχαιες λατρευτικὲς διονυσιακὲς ἐορτές. Οἱ μεταμπίσεις, τὰ προσωπεῖα, οἱ ἄθυροστομίες, ὁ ἐνθουσιασμός ἀναβιώνουν τό ξέφρενο παραλήρημα τῶν τραγοντυμένων σατύρων, τῶν σειληνῶν καί τῶν μαινάδων.

Στό Σοχὸ τῆς Χαλκιδικῆς ἐπιβιώνει ὁ <<χορός τῶν τράγων>>. Οἱ ἄνδρες ντύνονται μὲ τραγίσια τομάρια, φοροῦν στό κεφάλι μάσκες καμωμένες μὲ χοντρά ὑφάσματα καί πολύχρωμες κορδέλες, κρεμοῦν κουδούνια καί ξεχύνονται στοὺς δρόμους. Χορεύουν ἀσταμάτητα χτυπώντας τὰ κουδούνια γιὰ νά ἀκούσῃ ἡ γῆ καί νά ξυπνήσῃ. Τῷ ἴδιον κάνουν καί στήν Σκύρο.

Τό ἔθιμο αὐτό ἔχει τίς ρίζες του στήν διονυσιακὴ λατρεία. Οἱ μιμικὲς παραστάσεις, τό μασκάρωμα, οἱ ἄσεμνες κινήσεις ἀποτελοῦν ἀναμνήσεις ἀπὸ τήν πανάρχαια λατρεία τοῦ Διονύσου. Οἱ ἄνθρωποι ὑποδέχονται τήν Ἀνοιξί καί μαζί ἀπελευθερώνουν τὰ ἀλυσσοδεμένα τους πάθη, ἡ λυτρωτικὴ ἐκστασι εἶναι τό κύριο χαρακτηριστικὸ τῆς ἐορτῆς.

Στὴν Νάουσα τὰ ἀποκριάτικα ἔθιμα καί πάλι συνδέονται μὲ τὸν ἐρχομὸ τῆς Ἀνοιξeos, ἀλλὰ ἐδῶ ἔλκουν τήν καταγωγὴ τους ἀπὸ πανάρχαιες ἐορτές γιὰ τήν θεὰ Δήμητρα καί τήν ἄρπαγὴ τῆς κόρης της, τῆς Περσεφόνης. Σύμφωνα μὲ τὸν μῦθο ἡ Περσεφόνη ζεῖ τό ἕνα τρίτο τοῦ χρόνου κοντὰ στὸν Ἄδη καί τότε ἔχουμε χειμῶνα καί τὰ δύο τρίτα κοντὰ στήν μητέρα της καί τότε ἔχουμε καλοκαίρι. Τώρα λοιπὸν ἡ Περσεφόνη ἔρχεται καί μαζί της ἔρχεται καί ἡ Ἀνοιξί. Οἱ ἄνθρωποι μὲ ἐορτές καί τραγούδια τρέχουν ἔξω στήν φύσι γιὰ νά τήν ὑποδεχθοῦν.

Στὴν Νάουσα σήμερα τό ἔθιμο ὀνομάζεται μποῦλες. <<Μποῦλα>> σημαίνει νύφη. Βλέπουμε δύο γυναῖκες μὲ ἄνθη στα μαλλιά □ ἡ Δήμητρα καί ἡ Περσεφόνη □ καί γύρω τους δώδεκα ἄνδρες μὲ σπαθιά, οἱ δώδεκα μῆνες τοῦ χρόνου. Χορεύουν καί ἀναπαριστοῦν τήν ἄρπαγὴ τῆς κόρης.

Μιά πανάρχαια λοιπὸν ἐορτῇ πού θυμίζει ἀκόμα πόσο δεμένος εἶναι ὁ ἄνθρωπος μὲ τήν φύσι, πόσο ἀνακουφίζεται κοντὰ τῆς ἀλλά καί τήν ἀδιάσπαστη συνέχεια τῆς ἐλληνικῆς παράδοσης στό πέρασμα τῶν αἰώνων.

τῆς Εἰρήνης Ι. Μαυροπούλου



η ιστορία της μουσικής

(μέρος 2^ο)



ΜΕΣΑΙΩΝΙΚΗ ΠΕΡΙΟΔΟΣ:

Συνεχίζοντας τη μουσική μας αναζήτηση μέσα στους αιώνες, μετά την Αρχαία περίοδο συναντάμε το Μεσαίωνα. Η Μεσαιωνική περίοδος, για τους λαούς της Δυτικής Ευρώπης, ξεκίνησε με την κατάρρευση της Ρωμαϊκής Αυτοκρατορίας. Με το γεγονός αυτό, πολλοί από εμάς θα μπορούσαν να φανταστούν ένα διαλυμένο, ειδωλολατρικό κόσμο, βυθισμένο στο σκοτάδι, όπου μέσα του ελάχιστοι Χριστιανοί διανοούμενοι ασχολούνται με τη διάσωση των φώτων του πολιτισμού. Αλλά τα ιστορικά γεγονότα της εποχής διαψεύδουν τέτοιους συλλογισμούς. Η ελληνική σκέψη επέδρασε γι' αρκετό χρόνο πάνω στους καλλιεργημένους εθνικούς, αλλά και χριστιανούς επίσης, ενώ οι γοτθικές ψυχές δέχτηκαν το μήνυμα του χριστιανισμού κατά τον Ε' αιώνα. Αυτή τη περίοδο σημαντικό ρόλο κατείχε η Εκκλησία, η οποία ασχολήθηκε με τη διατήρηση της κληρονομημένης παραδοσιακής γνώσης. Στις πρώην ρωμαϊκές επαρχίες, πολλοί χριστιανοί χρησιμοποιούσαν για μητρική γλώσσα τα λατινικά ή τα ελληνικά κι αρκετοί νέοι φοιτούσαν σε σχολές ρητορικής, που διατηρούσαν τις παλιές μεθόδους. Η μάθηση γενικά πήρε νέα ώθηση με την ίδρυση των πρώτων μοναστηριών τον ΣΤ' αιώνα. Οι μοναχοί, που η αρχική τους επιβίωση ήταν πραγματικά δύσκολη, έγιναν πιο πλούσιοι, με τη βοήθεια διαφόρων δωρεών που προέρχονταν από ευκατάστατους χριστιανούς. Αυτό είχε σαν αποτέλεσμα να αφοσιώνονται ολοένα και περισσότερο στη μελέτη χριστιανικών συγγραμμάτων, δίνοντας και μεγάλη βαρύτητα στη μουσική. Το 540 ιδρύθηκε ένα μοναστήρι στην Ιταλία από τον μοναχό Κασσιόδωρο, ο οποίος υπηρετώντας τον βασιλιά της χώρας, Θεοδώριχο, βοήθησε στο να διατηρηθεί ζωντανό το ενδιαφέρον για τη μουσική ως αυτόνομη τέχνη κι όχι μόνο για να υπηρετεί τη λατρεία.

ΓΡΗΓΟΡΙΟΣ-ΡΩΜΗ:

Ο θάνατος του Θεοδώριχου στα 526 άφησε την Ιταλία χωρίς ηγεσία. Τότε περίπου αναφαίνεται ένα νέο είδος ηγέτη, ο Μέγας Γρηγόριος, πού έγινε και Πάπας το 590. Ο Μέγας Γρηγόριος, με την πάροδο των χρόνων, αναδείχτηκε σε πνευματικό σύμβολο της

Δύσης και μεγάλη πολιτική προσωπικότητα. Ο Γρηγόριος, από τότε που ανέλαβε ως ηγέτης, έκανε τα πάντα για να διατηρηθεί ο παλιότερος πολιτισμός της πολιτείας και δυνάμωσε το θεσμό της εκκλησίας. Αυτό είχε σαν αποτέλεσμα την ανάπτυξη της εκκλησιαστικής μουσικής. Στη Ρώμη λειτουργούσαν ήδη ορισμένες σχολές για ψάλτες κι είχαν γίνει μάλιστα διορισμοί πολιτών σε δημόσιες θέσεις, μόνο και μόνο επειδή ήταν καλλίφωνοι. Ο Γρηγόριος αφιέρωσε πολλές ώρες της ζωής του στη μουσική. Διατηρούσε την εποπτεία δύο ψαλτικών σχολών και παρακολουθούσε, ανελλιπώς, τις πρόβες της χορωδίας ενός ορφανοτροφείου που ίδρυσε ο ίδιος με σκοπό να εκπαιδεύει τους μαθητές του στην ψαλτική.

Το μεγάλο επίτευγμα του Γρηγορίου όμως ήταν η οργάνωση της εκκλησιαστικής μουσικής, που της έδωσε σαφή ρόλο στη λειτουργία. Ανέσυρε, λοιπόν, από τον λήθαργο μερικών αιώνων το «ισόρρυθμο μέλος», το οποίο και καθιέρωσαν οι πρώτοι Χριστιανοί κατά την αρχαία περίοδο. Στο μέλος αυτό, που είχε ψαλμωδικό χαρακτήρα, μία μελωδία αποτελούμενη από δύο φράσεις ψάλλεται χωρίς οργανική συνοδεία, μονοφωνικά. Δηλαδή όλες οι φωνές μιας τετράφωνης, για παράδειγμα, χορωδίας τραγουδούν τους ίδιους στίχους στο χρωματικό ύψος μίας εκ των τεσσάρων φωνών. Και επειδή ακριβώς η προσφορά του Γρηγορίου στη χαρακτηριστική αυτή μορφή της χριστιανικής μουσικής ήταν πολύ μεγάλη, ονόμασαν το μέλος αυτό «γρηγοριανό μέλος». Το σύνολο των μελωδιών του γρηγοριανού μέλους φτάνει περίπου τις 3.000. Υπήρχαν διάφοροι τρόποι που ψάλλονταν τα μέλη: 1) η αντιφωνία, με δύο χορωδίες που ψέλνουν εκ περιτροπής, 2) η υποψαλμωδία, όπου το σόλο του ψάλτη ακολουθείται από τη χορωδία, 3) η ταυτοφωνία, στην οποία σε κάθε συλλαβή αναλογεί μια νότα.

ΣΕΚΟΥΕΝΤΣΕΣ ΚΑΙ ΤΡΟΠΑΡΙΣΜΑΤΑ

Στην Αγγλία, τη βόρεια Γαλλία και τη Γερμανία, οι εκκλησιαστικοί μουσικοί άρχισαν να νεωτερίζουν την τέχνη τους με αργό ρυθμό. Αποφάσισαν, λοιπόν,

η ιστορία της μουσικής (μέρος 2^ο)

συνέχεια από την προηγούμενη σελίδα



να κάνουν ορισμένες προσθήκες στα κείμενα του γρηγοριανού μέλους. Έτσι, αρχικά, επινόησαν ειδικά κείμενα για χωρίς κείμενο μουσική, τα οποία ονόμασαν «σεκουέντσες». Έπειτα αποφάσισαν να μη φτιάχνουν μόνο νέα κείμενα αλλά και μελωδίες. Στο νέο είδος που δημιούργησαν, υπήρχε ένας εισαγωγικός κι ένας καταλυτικός στίχος και μια σειρά από μεσαία δίστιχα. Σκοπός όλων αυτών των προσπαθειών ήταν η ανανέωση των μουσικών φράσεων, έτσι ώστε να ικανοποιεί την ανάγκη αναγέννησης διαφόρων ήχων του φιλόμουσου κοινού.

Ο Ιρλανδός Tutilo, μοναχός του ελβετικού μοναστηριού του Αγίου Γάλλου, έγραψε πολλές μελωδίες (σεκουέντσες) με σαφώς προσωπικό ύφος. Παρόλα αυτά θεωρήθηκε πρωτοστάτης, γιατί στην προσπάθεια «καλλωπισμού» της παραδοσιακής λειτουργίας, εισήγαγε σ' αυτή τα λεγόμενα «τροπαρίσματα» ή και «τρόπους». Με τον όρο αυτό εννοούμε την προσθήκη λέξεων και την κατασκευή νέων μελωδιών σαν επέκταση μιας ήδη υπάρχουσας μελωδίας. Χαρακτηριστικό παράδειγμα αποτελεί το γνωστό σε όλους 'Κύριε Ελέησον' το οποίο με τις προσθήκες επεκτείνεται κάπως έτσι: «Κύριε (παντοδύναμε πατέρα, φωτοδότη και ζωοδότη) Ελέησον (χάρισέ μας το έλεός σου)».

ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΟ ΔΡΑΜΑ:

Τα «τροπαρίσματα» έχουν ιδιαίτερη σημασία, γιατί ουσιαστικά απ' αυτά ξεκίνησε μια νέα μορφή τέχνης, το λειτουργικό δράμα. Το νέο αυτό είδος μουσικής έγινε δημοφιλές ανάμεσα στον 10^ο & 13^ο αιώνα. Τα θέματά του είχαν κυρίως σχέση με το Πάσχα, τα Χριστούγεννα και τον Άγιο Νικόλαο. Η μουσική των Λειτουργικών Δραμάτων ήταν ποικίλη και βασιζόταν τότε σε θρησκευτικές και τότε σε δημοφιλείς κοσμικές μελωδίες, ενώ αρκετά μέρη του κειμένου απαγγέλλονταν μιλητά, χωρίς νότες. Έτσι τα Λειτουργικά Δράματα μεταφέρθηκαν από την εκκλησία σε υπαίθριους χώρους κι ονομάστηκαν πια Μυστήρια ή Θαύματα. Στα έργα αυτά χρησιμοποιείται η τοπική δημοτική γλώσσα, αντί για τα λατινικά, ενώ η μουσική αντικαθίσταται απ' τον πεζό διάλογο.

Οι παραστάσεις αυτές οργανώνονταν από θιάσους περιπλανώμενων ηθοποιών ή σπουδαστών και συμμετείχαν σ' αυτές και χωρικοί.

MENEΣΤΡΕΛΟΙ ΓΟΛΙΑΡΔΟΙ ΖΟΓΚΛΕΡ ΤΡΟΒΑΔΟΥΡΟΙ ΤΡΟΥΒΕΡΟΙ:

Έτσι κατά τον 10^ο αιώνα εμφανίστηκαν οι πρώτοι πλανόδιοι μουσικοί, οι μενεστρέλοι, και η μουσική τους ήταν κυρίως ρυθμική. Το ρεπερτόριο τους περιελάμβανε μπαλάντες, τραγούδια αγάπης και δουλειάς. Οι μενεστρέλοι ήταν συνάμα ποιητές και τραγουδιστές. Την ίδια εποχή εμφανίστηκαν τα τραγούδια των γολιάρδων. Έφτασαν στην ακμή τους τον 12^ο αι. και γράφονταν στα λατινικά από περιπλανώμενους φοιτητές ή και νεαρούς εκκλησιαστικούς. Οι ζογκλέρ ήταν και αυτοί τραγουδιστές της υπαίθρου, μόνο που ήταν λιγότερο μορφωμένοι από τους γολιάρδους, και εξελίχθηκαν την ίδια χρονική περίοδο με τους τελευταίους. Οι τροβαδούροι (=εφευρέτες) εμφανίστηκαν στην Ν. Γαλλία, ήταν ιππότες και τα ποιήματά τους μιλούσαν σχεδόν πάντα για την ιπποτική αγάπη. Έχουν διασωθεί περί τα 300 τραγούδια και οι πιο γνωστοί τροβαδούροι της εποχής υπήρξαν οι: Γουλιέλμος, δούκας της Ακουτανίας, B. De Ventadour, M. De Gascogne και Jauffre Rudel. Οι τρουβέροι ήταν το αντίστοιχο των τροβαδούρων στην Β. Γαλλία. Η τέχνη τους χρονολογείται στα 1137, στο γάμο δηλ. του βασιλιά Λουδοβίκου Ζ'. Οι τρουβέροι ξεπέρασαν τους τροβαδούρους στη δημιουργικότητα, αφού έγραψαν περίπου 800 τραγούδια, παρόλα αυτά όμως είχαν πολλά κοινά σημεία αφού και οι δύο έγραφαν τραγούδια που υμνούσαν τον έρωτα και όλα τα άσματα ήταν γραμμένα στη σημειογραφία του γρηγοριανού μέλους.

Η αρχαία και η ανατολική μουσική, το ισόρρυθμο μέλος και το κοσμικό τραγούδι, το οποίο αναπτύχθηκε κατά τη μεσαιωνική περίοδο, εκπροσωπούν όλα την τέχνη της μονοφωνίας. Στην επόμενη περίοδο (Αναγέννηση) εμφανίζεται η πολυφωνία, δηλαδή η ταυτόχρονη χρήση δύο ή και περισσότερων μελωδιών, που οπωσδήποτε θα κεντρίσει το ενδιαφέρον των φιλόμουσων αναγνωστών...

(συνεχίζεται στο επόμενο τεύχος)


AIDS
(μέρος 2^ο)

“ Ενημερώσου και απόλαυσε τη ζωή”

Σε συνέχεια των όσων είχαν προαναφερθεί για την μετάδοση του ιού του AIDS θα πρέπει εξειδικεύοντας να πούμε ότι **η σεξουαλική επαφή και η αιματογενής μετάδοση είναι οι δύο κυριότεροι τρόποι μετάδοσης του ιού.**

Βέβαια υπάρχει και η ενδομήτρια και περιγεννητική μετάδοση η οποία όμως προκύπτει από γονείς που ήδη ανήκουν σε μία από τις προαναφερθείσες ομάδες υψηλού κινδύνου.

Έως σήμερα ο ιός του AIDS έχει απομονωθεί από αίμα, σάλιο, δάκρυα, σπέρμα, λεμφαδένες, μυελό των οστών και εγκέφαλο ασθενών με AIDS.

Οι μέχρι σήμερα έρευνες έδειξαν ότι αν και ο ιός έχει απομονωθεί στα προηγούμενα δείγματα μόνο, το σπέρμα και το αίμα είναι ικανά να προκαλέσουν λοίμωξη. (Μοναδική εξαίρεση αποτελεί η μόλυνση του νεογνού από την μητέρα).

Επιπλέον έχει αποδειχθεί ότι ο ιός είναι πολύ ευαίσθητος στο φυσικό περιβάλλον και η πιθανότητα να επιζεί και να διασπείρεται με τις καθημερινές συνήθειες του ανθρώπου (χειραψία, κοινά γεύματα, συγκεντρώσεις) είναι απίθανη. Την άποψη αυτή ενισχύει και η διαπίστωση ότι δεν έχουν αναφερθεί περιπτώσεις μεταδόσεως της νόσου με τις καθημερινές συνήθειες (συγκατοίκηση, επαγγελματικό περιβάλλον).

Όπως είχε προαναφερθεί οι χρήστες ναρκωτικών ανήκουν σε μια από τις ομάδες υψηλού κινδύνου για λοίμωξη από τον ιό του AIDS.

Η χρησιμοποίηση από αυτά τα άτομα της ίδιας βελόνας στις σύριγγες πολλές φορές, οδηγεί στη διασπορά του ιού σ' αυτή την ευαίσθητη πληθυσμιακή ομάδα.

Εάν βέβαια σε αυτή την ενέργεια συνυπολογίσουμε ότι οι οργανισμοί αυτοί είναι εξασθενημένοι (λόγω της χρήσεως των ναρκωτικών ουσιών και λόγω κακής διατροφής αλλά και λόγω μη ασφαλών μεθόδων ερωτικών πράξεων) τότε αντιλαμβανόμαστε ότι το πρόβλημα διογκώνεται επικίνδυνα.

Επίσης στις ομάδες υψηλού κινδύνου ανήκουν και οι πολυμεταγγιζόμενοι οι οποίοι είτε λόγω κάποιας πάθησης, είτε λόγω κάποιας σοβαρής χειρουργικής επέμβασης υφίστανται πολλές μεταγγίσεις αίματος. Βέβαια η επιστήμη εργαστηριακά συνεχώς βελτιώνεται και επιτυγχάνει με συνεχείς ελέγχους τη μείωση των λοιμώξεων από τις μεταγγίσεις αίματος.

Τέλος η σεξουαλική επαφή (ομοφυλοφιλική ή ετεροφυλική) είναι ο σημαντικότερος τρόπος μετάδοσης του ιού σε όλο τον κόσμο.

Έχει παρατηρηθεί ότι κατά τη διάρκεια κάθε σεξουαλικής πράξης κατά την οποία παρατηρείται ανταλλαγή μολυσμένου από τον ιό σπέρματος, κολπικών ή τραχηλικών εκκρίσεων ή αίματος είναι δυνατό να μεταδοθεί ο ιός.

Ειδικότερα όταν υπάρχουν επανειλημμένες σεξουαλικές επαφές με μολυσμένο άτομο αυξάνεται ο κίνδυνος μόλυνσης.

Συστάσεις που θα μπορούσαν να δοθούν σε όλα τα άτομα για

την πρόληψη της μετάδοσης του ιού είναι οι ακόλουθες :

- Να γνωρίζετε ότι εάν έχετε μια αμοιβαία πιστή σχέση με τον ερωτικό σας σύντροφο, αν και οι δύο είστε οροαρνητικοί για τον ιό και αν κανένας από εσάς δεν έχει εκτεθεί σε μολυσμένο αίμα, (π.χ. ενδοφλέβια χρήση ναρκωτικών) δεν υπάρχει κανένας κίνδυνος μετάδοσης του ιού.
- Θα πρέπει να αποφεύγετε την σύναψη ερωτικών σχέσεων
 - Με περιστασιακούς ή άγνωστους συντρόφους.
 - Με άτομα που μπορεί να κάνουν ή να έχουν κάνει ενδοφλέβια χρήση ναρκωτικών ουσιών.
 - Με άτομα που έχουν πολλούς διαφορετικούς ερωτικούς συντρόφους.
- Θα πρέπει ο αριθμός των ερωτικών συντρόφων να είναι ο μικρότερος δυνατός.
- Όσο αυξάνει ο αριθμός αυτός, τόσο αυξάνει η πιθανότητα να συναντήσετε σύντροφο με λοίμωξη από τον ιό.
- Τελικά, αν τίποτα από τα προαναφερόμενα δεν μπορεί να αποφευχθεί (έστω και αν υπάρχει η παραμικρή υποψία) **τότε ΕΠΙΒΑΛΛΕΤΑΙ η σωστή και συστηματική χρήση του ΠΡΟΦΥΛΑΚΤΙΚΟΥ.**

Το προφυλακτικό δεν πρέπει να αποτελεί απαγορευμένη λέξη στην προσωπική μας ζωή. Πρέπει να μάθουμε να το ζητάμε, πρέπει να μάθουμε να το χρησιμοποιούμε σωστά.

Πρέπει επιτέλους να μάθουμε να χαιρόμαστε τον έρωτα με ασφάλεια.

Πρέπει καθένας από εμάς να διαφυλάξει με τον καλύτερο τρόπο την υγεία του και να χαρεί με τον καλύτερο τρόπο τη ζωή.

Μιχαήλ Α. Μέρμηγκας
Επόπτης Δημόσιας Υγείας
Υγιεινολόγος Τ.Ε.

ΑΝ ΕΧΕΙΣ ΑΝΑΠΑΝΤΗΤΑ ΕΡΩΤΗΜΑΤΑ

ΤΗΛΕΦΩΝΙΚΗ ΓΡΑΜΜΗ ΓΙΑ ΤΟ AIDS

☎ **7.222.222**

**όλες τις εργάσιμες ημέρες
(7π.μ. - 11π.μ.)**

Η ΤΗΛΕΪΑΤΡΙΚΗ (ΤΗΛΕΚΑΡΔΙΟΓΡΑΦΙΑ) ΤΩΡΑ ΣΤΑ ΞΕΝΟΔΟΧΕΙΑ

Άμεση ιατρική παρακολούθηση των πελατών και του προσωπικού 24 ώρες το 24ωρο

Σκοπός μας είναι σήμερα να παρέχουμε στον κόσμο των Ξενοδοχειακών επιχειρήσεων μια μεγάλη είδηση και αναφερόμαστε στις σύγχρονες υπηρεσίες τηλεϊατρικής τηλεκαρδιογραφίας.

Η τηλεϊατρική αποτελεί μια αληθινή επανάσταση στη διάγνωση και διάσωση ασθενών, με τη χρήση υπερσύγχρονης τεχνολογίας. Αυτή η τεχνολογία αναβαθμίζει τις υπηρεσίες και την ανταγωνιστικότητα των ξενοδοχείων μας και του Ελληνικού Τουρισμού και κατακτά την εμπιστοσύνη των πελατών (ξένων και ελλήνων) με πολύ μικρό οικονομικό κόστος. Από την άλλη πλευρά τα ιατρικά συμβάντα υπάρχουν σε κάθε ξενοδοχείο και τούτο είναι φυσιολογικό φαινόμενο.

Επικοινωνήσαμε με τον καθηγητή καρδιολόγο κ. Γεώργιο Παπακωνσταντίνου, Πρόεδρο της Ελληνικής Εταιρείας Εφηρμοσμένης Τηλεϊατρικής και Διευθυντή του Ιατρικού Κέντρου TELEHEART, ο οποίος μας ανέλυσε τα πλεονεκτήματα της εφαρμογής της τηλεϊατρικής στα ξενοδοχεία.

Ερώτηση: Κύριε Παπακωνσταντίνου, πείτε μας τι είναι οι υπηρεσίες τηλεϊατρικής και πώς αυτές μπορούν να μεταφραστούν στην πράξη επ' ωφελεία των ξενοδοχειακών επιχειρήσεων ;

Απάντηση : Τηλεϊατρική είναι η προσφορά ιατρικών υπηρεσιών εξ αποστάσεως, μέσω τηλεφώνου με χρήση ειδικών συσκευών. Οι παρεχόμενες δυνατότητες της Τηλεϊατρικής είναι πολλές, γρήγορα όμως ξεχώρισαν οι υπηρεσίες της τηλεκαρδιογραφίας λόγω της συχνής εμφάνισης καρδιακών επεισοδίων, που είναι η πρώτη αιτία θανάτου. Στην πράξη, σε ετήσια βάση τα ιατρικά προβλήματα σε ένα ξενοδοχείο, καλύπτονται από τη νέα παρεχόμενη δυνατότητα της τηλεφωνικής μεταβίβασης πληροφοριών υγείας και τηλεκαρδιογραφημάτων ως ακολούθως:

1. Με την άμεση δυνατότητα αντιμετώπισης του καρδιακού περιστατικού. Η διάγνωση πρέπει να γίνεται ταχέως (σε σύντομο χρονικό διάστημα από την εμφάνιση του καρδιακού επεισοδίου) όχι μόνο λόγω του κινδύνου του άμεσου θανάτου αλλά και διότι σήμερα π.χ. με την «θρομβόλυση» έχουμε ανάγκη να διαγνώσουμε έγκαιρα τη νόσο διότι η «θρομβόλυση» μπορεί να προσφέρει άμεση ίαση ακόμη και σε οξύ έμφραγμα.

2. Ο χρόνια καρδιακά άρρωστος που έχει τα φάρμακα μαζί του, μπορεί τώρα εύκολα να συμβουλευθεί γιατρό μέσω του τηλεκαρδιογραφήματος.

3. Τον προληπτικό ιατρικό έλεγχο του προσωπικού και των διαμενόντων, ως υψίστης σημασίας κοινωνικό αγαθό υγείας.

Ερώτηση: Και φυσικά εμείς θα μπορούσαμε να

προβάλλουμε τα παραπάνω επιχειρήματα (για λόγους αναβάθμισης του Ελληνικού Τουρισμού). Αλλά πείτε μας τώρα πως υλοποιούνται αυτές οι παροχές υγείας στον ξενοδοχειακό πληθυσμό της χώρας ;

Απάντηση: Υπάρχει ο ειδικός καρδιοπομπός, με τον οποίο διαβιβάζεται το τηλεκαρδιογράφημα του εξεταζόμενου, δια απλής τεχνικής, προς το κεντρικό σταθμό εφημερίας καρδιολόγων 24ωρης βάσης. Εκεί το καρδιογράφημα θα διαγνωστεί και θα δοθούν άμεσα οδηγίες θεραπευτικής αγωγής στον χειριστή του περιστατικού, ώστε είτε θα αντιμετωπισθεί το περιστατικό αμέσως, είτε αυτό θα μεταφερθεί κατάλληλα προετοιμασμένο για περαιτέρω διερεύνηση. Έχουμε επεξεργασθεί ειδικού τύπου έντυπα ιατρικού ιστορικού, ενώ παράλληλα προσφέρουμε εκπαίδευση στον εύκολο χειρισμό του καρδιοπομπού και άλλων υπηρεσιών ιατρικής ενημέρωσης και νοσηλείας.

Ερώτηση: Υποθέτω πως υπάρχουν και τα αρνητικά περιστατικά π.χ. όταν κάποιος πονάει και το ηλεκτροκαρδιογράφημα είναι φυσιολογικό και δεν υπάρχει καρδιακό επεισόδιο ησυχάζει και δεν είναι αναγκαία η λήψη παραπέρα ιατρικών φροντίδων.

Απάντηση: Ασφαλώς και αυτά τα περιστατικά είναι τα περισσότερα και με το τηλεφωνικό καρδιογράφημα γίνεται η αυτόματη επιλογή για να ξέρουμε π.χ. ποιο άτομο έχει και ποιο όχι καρδιακό επεισόδιο την συγκεκριμένη στιγμή. Επίσης αποφεύγονται οι άσκοπες μετακινήσεις προς τα νοσοκομεία και πολλές φορές ακόμη και άσκοπες αερομεταφορές.

Ερώτηση: Πείτε μας όμως τι συμβαίνει στην Ευρώπη με το σύστημα της τηλεϊατρικής ;

Απάντηση: Στην Ευρώπη, αλλά και σε όλο τον κόσμο, οι υπηρεσίες της τηλεϊατρικής έχουν σημαντική ανάπτυξη.

Μάθηση - κίνητρα μάθησης

(Μέρος 2)

Επειδή όπως αναφέραμε στο α΄ μέρος το περιβάλλον του ατόμου αποτελεί έναν από τους αποτελεσματικότερους παράγοντες για τη μάθηση, ο γονέας ή ο δάσκαλος του παιδιού οφείλει να γνωρίζει ορισμένα πράγματα ώστε να κάνει ευκολότερη τη μάθηση, συγκεκριμένα:

Είναι καλό για το παιδί η απάντηση που πρόκειται να δώσει να συνοδεύεται με **εποπτικά μέσα** (εικόνες, βιντεοπροβολές κ.λ.π.) και πολλά **παραδείγματα**, έτσι ώστε αφενός να συμμετέχουν πολλές αισθήσεις του παιδιού και αφετέρου να αναπτύσσονται πολλές δραστηριότητες. Φυσικά τα παραδείγματα και τα εποπτικά μέσα δεν μπορούν από μόνα τους να προκαλέσουν μάθηση αφού πρέπει να πληρούνται ορισμένες προϋποθέσεις όπως ετοιμότητα για μάθηση, ωριμότητα κ. ά.).

Επιπλέον είναι καλό να γίνονται αρκετές **επαναλήψεις** στα προς μάθηση αντικείμενα έτσι ώστε να αφομοιωθούν ταχύτερα και καλύτερα. Συνήθως η πρώτη αντίδραση σε κάποιο ερέθισμα, στα περισσότερα άτομα δεν είναι αρκετή για να επιφέρει μάθηση και απαιτούνται πολλές αντιδράσεις ή πολλές απαντήσεις. Η παλαιά παιδαγωγική έδινε μεγάλη σημασία στην άσκηση σε συνδυασμό με την τιμωρία γι' αυτό κι ο δάσκαλος υποχρέωνε το μαθητή να γράφει π.χ. μία λέξη πενήντα ή εκατό φορές, γιατί η επαναληπτική γραφή αυτής της λέξης σε συνδυασμό με την υποχρέωση πίστευαν ότι μπορούσε να επιφέρει το επιθυμητό αποτέλεσμα. Αντιθέτως η νέα παιδαγωγική ενώ δίνει μεγάλη σημασία στη κατανόηση κατά τη διάρκεια της μάθησης, παραμέλησε θα λέγαμε την ωφελιμότητα της άσκησης. Είναι αλήθεια όμως ότι η άσκηση και η επανάληψη σε ορισμένες απλές μορφές μάθησης (εκμάθηση λεξιλογίου, ορθογραφία)

επιφέρει θετικά αποτελέσματα, χωρίς όμως να μπορούμε να πούμε το ίδιο για άλλες περιοχές μάθησης, όπως η απόκτηση εννοιών, η λύση προβλημάτων μαθηματικών κ.ά.

Τέλος, σημαντικό παράγοντα αποτελεί και η **ενίσχυση** του παιδιού. Με τον όρο ενίσχυση εννοούμε την αμοιβή που δίνεται στο παιδί-μαθητή κατά τη διαδικασία της μάθησης. Σύμφωνα με τον Thorndike, απαντήσεις που αμείβονται τείνουν να επαναληφθούν και αυτές που δεν αμείβονται τείνουν να εξαλειφθούν. Η αμοιβή (παροχή γλυκών, πραγματοποίηση μια ευχάριστης υπόσχεσης κ.ά.) ονομάζεται ενισχυτής κι αυτός παρέχεται πριν ή και μετά τη μάθηση.

Στη σχολική πράξη η ενίσχυση ρησιμοποιείται σε πολλές καταστάσεις, για την ορθή π.χ. συμπεριφορά ή ως κίνητρο για την επιτυχή εκτέλεση εργασίας, και διακρίνεται σε θετική και αρνητική. Θετική ενίσχυση είναι μια αμοιβή ή μια δραστηριότητα που έχει ως σκοπό τη συνέχιση μια αντίδρασης του παιδιού, π.χ. ο δάσκαλος κουνάει συγκαταβατικά το κεφάλι του κι ο μαθητής το δέχεται ως μήνυμα ότι μέχρι στιγμής λύνει σωστά το πρόβλημα κι έτσι συνεχίζει ευχαριστημένος. Στα μικρά παιδιά, οι ενισχυτές είναι απλοί και πολλοί, ένα χαμόγελο, η ανάθεση μιας εργασίας (να φέρει το μολύβι από την έδρα), η προσφώνηση με το χαϊδευτικό του όνομα, ενώ στα μεγαλύτερα που έχουν και σαφέστατη επίγνωση των συμφερόντων τους παίζουν σημαντικό ρόλο η βαθμολογία, η πραγματοποίηση υποσχέσεων, οι έπαινοι των φίλων κ.ά.

Μηλίτσης Πάρις
Καθηγητής Ιου Ε. Λ. Ελευσίνας
Ειδικευμένος στη Σχολική Ψυχολογία

Ποιά δίαιτα είναι επικίνδυνη και ποιά ασφαλής ;

Αν μια δίαιτα σκοπεύει σε άμεσα αποτελέσματα, μπορεί να γίνει επικίνδυνη. Μερικοί άνθρωποι είναι τόσο απελπισμένοι, ώστε δοκιμάζουν ακόμα και τη νηστεία. Αλλά, η παρατεταμένη νηστεία μπορεί να οδηγήσει σε έλλειψη βιταμινών και μεταλλικών στοιχείων, σε αναιμία, οξεία ουρική αρθρίτιδα, αφυδάτωση, σημαντική απώλεια αδύνατου ιστού του σώματος, ανωμαλίες ρυθμού καρδιάς και θάνατο. Η νηστεία χρησιμοποιείται σποραδικά σαν προσωρινή θεραπεία για νοσηρά παχύσαρκους ανθρώπους ή για ολοκληρωτικά ακινητοποιημένους, αλλά μόνο αν γίνεται σε νοσοκομείο, υπό αυστηρή ιατρική επίβλεψη.

Πολλά φυλλάδια ευρείας κυκλοφορίας διαφημίζουν δίαιτες που υπόσχονται αδυνάτισμα χωρίς προσπάθεια. Όμως πολλές δίαιτες δεν είναι τροφολογικά σωστές και δεν μπορούν να συνεχίσουν για περισσότερο από 2 εβδομάδες χωρίς τον κίνδυνο τροφολογικών ελλείψεων.

Ένα άλλο μειονέκτημα μιας τέτοιας δίαιτας είναι ότι δε διδάσκει λογικές συνήθειες φαγητού ή τροποποίηση συμπεριφοράς για να βοηθήσει το άτομο με το παραπάνω βάρος να υπερνικήσει μια τάση να παίρνει βάρος ή να τρώει υπερβολικά.

Ο καλύτερος τρόπος να πετύχετε μια ασφαλή και διαρκή μείωση βάρους είναι μέσω μιας αλλαγής τρόπου ζωής, που περιλαμβάνει μια δίαιτα με λίγες θερμίδες και τακτική άσκηση. Η δίαιτα πρέπει να αποφέρει ένα χάσιμο βάρους περίπου μισό με ένα κιλό την εβδομάδα.

Οι πιο πολλοί άνθρωποι θα χάσουν βάρος με μια δίαιτα 1200 με 1500 θερμίδων την ημέρα, όταν συνοδεύεται από ένα πρόγραμμα αυξημένης άσκησης. Άνθρωποι που είναι πιο κοντοί, πιο ηλικιωμένοι και ακίνητοι μπορεί να χρειάζεται να κατεβάσουν την ημερήσια κατανάλωση τους στις 1.000 θερμίδες την ημέρα.

Η διαίτά σας πρέπει ν' αποβλέπει στη μείωση του βάρους σας σ' ένα λογικό επίπεδο που να μπορείτε να το διατηρήσετε όλη σας τη ζωή, αντί να στοχεύετε ένα εξωπραγματικά χαμηλό βάρος που μπορείτε να διατηρήσετε μόνο με περιόδους ακραίου περιορισμού φαγητού. Η τακτική άσκηση είναι ένας βασικός παράγοντας.

Χριστίνα Μαρούγκα - Διαιτολόγος

Τηλ: 55.57.346, 0932-293352

συνέχεια από τη σελίδα 12

Η ΤΗΛΕΪΑΤΡΙΚΗ (ΤΗΛΕΚΑΡΔΙΟΓΡΑΦΙΑ) ΤΩΡΑ ΣΤΑ ΞΕΝΟΔΟΧΕΙΑ

Αξιο μνείας είναι το γεγονός ότι στη Σύνοδο της Κέρκυρας τον Ιούνιο του 1994, κυκλοφόρησε ειδική directiva (οδηγία) της Ευρωπαϊκής Ένωσης που θέτει ημερομηνία ως το τέλος του 1995 υλοποίησης των τηλεϊατρικών υπηρεσιών υγείας στα κράτη – μέλη. Τούτο εξηγεί και την αλματώδη εξέλιξη που παρουσιάζει η τηλεϊατρική στο χώρο μας μέσα σε αυτόν τον αναφερόμενο χρόνο.

Ερώτηση: Αντιλαμβάνομαι ότι το θέμα είναι τεράστιο εν πολλοίς και ανεξάντλητο, απαντήστε μας όμως στο τελευταίο μας ερώτημα για σήμερα. Μπορεί δηλαδή οποιοδήποτε ξενοδοχείο να αποκτήσει αυτές τις υπηρεσίες τηλεκαρδιογραφίας που προαναφέρατε ;

Απάντηση: Ο καρδιοπομπός διατίθεται για χρήση στα ξενοδοχεία με εγκόλπιο, με τεχνικές προδιαγραφές και οδηγίες χρήσης. Ο παραπάνω καρδιοπομπός μπορεί να μεταβιβάζει τηλεφωνικά καρδιογραφήματα και από την κλίνη του ενδιαφερόμενου μέσω εσωτερικού

τηλεφώνου. Ακόμη το ιατρικό κέντρο TELEHEART διαθέτει ειδικές συμβάσεις με το ΤΑΕΥ που άμεσα καλύπτουν το προσωπικό των ξενοδοχείων σε τηλεκαρδιογραφήματα και άλλες ιατρικές εξετάσεις. Τέλος το μηχάνημα διατίθεται την εποχή που λειτουργούν τα ξενοδοχεία, με πολύ χαμηλή ετήσια συνδρομή και δωρεάν απεριόριστα καρδιογραφήματα.

ΣΣ: Προσωπικά αισθάνομαι έντονα την επιθυμία να δούμε να επεκτείνεται γρήγορα στον ξενοδοχειακό τομέα η τηλεκαρδιογραφία, γιατί από όσα διαβάζω στη βιβλιογραφία πρόκειται περί αξιόλογης και αξιόπιστης τεχνολογίας της οποίας τα αποτελέσματα διάγνωσης και διάσωσης είναι τόσο εντυπωσιακά και τόσο «φθηνά» σε κόστος δαπάνης ως προς την απόκτηση αυτών των νέου τύπου ιατρικών υπηρεσιών, που πραγματικά αποτελεί μια πρόκληση για κάθε ξενοδοχειακή επιχείρηση. ■



ΤΕΧΝΙΚΟ ΓΡΑΦΕΙΟ

ΜΕΛΕΤΕΣ - ΚΑΤΑΣΚΕΥΕΣ
ΟΙΚΟΔΟΜΙΚΕΣ ΑΔΕΙΕΣ - ΤΟΠΟΓΡΑΦΙΚΑ - ΕΡΓΑ

ΕΛΕΝΗ ΚΟΡΟΒΕΣΗ

Μηχανικός

Βασ. Δούκα 14, Μάνδρα - Τηλ: 55.50160



ΣΩΤΗΡΙΑ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥ

Λεωνίδα Στάμου 28 • 196 00 Μαγούλα ☎ 55.57.647

**ΠΡΟΤΥΠΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ
ΕΛΕΥΘΕΡΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ**

InfoData

ΔΩΡΕΑΝ ΕΓΓΡΑΦΗ

ΔΙΝΟΥΜΕ
ΤΑ ΕΦΟΔΙΑ
ΤΗΣ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗΣ
ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ
ΚΑΙ ΤΗΣ ΕΥΚΟΛΟΤΕΡΗΣ
ΕΝΤΑΞΗΣ ΣΑΣ
ΣΤΗ ΝΕΑ ΑΓΟΡΑ
ΕΡΓΑΣΙΑΣ

ΛΕΙΤΟΥΡΓΟΥΝ ΤΑΧΥΡΥΘΜΑ
ΤΜΗΜΑΤΑ

ΕΘΝ. ΑΝΤΙΣΤΑΣΕΩΣ 88 - 19 200 ΕΛΕΥΣΙΝΑ
ΤΗΛ/ΦΑΧ : 55 41 388
www.scriptnet.gr/infodata

ΥΔΡΟ-ΜΕΤΑΦΟΡΑΙ

ΝΕΡΟ ΕΥΔΑΠ

πότισμα - κατάβρεγμα οδοποιΐας

Βιομηχανίες & Πισίνες

Εξυπηρέτηση καθ' όλο το 24ωρο

ΣΠΥΡΙΔΩΝ ΝΙΚΑΣ

Δήμητρος 20, Μάνδρα

Τηλ.: 55.55.485, 55.50.432, 093.2650531

Σ. ΣΚΑΦΙΔΑΣ - Κ. ΠΕΠΠΑΣ ΟΙΚΟΔΟΜΙΚΑ ΥΛΙΚΑ



★ ΑΝΤΙΠΡΟΣΩΠΟΙ ALFABLOK

★ ΤΟΥΒΛΑ ★ ΚΕΡΑΜΙΔΙΑ

★ ΜΟΝΩΣΕΙΣ ★ ΤΟΥΒΛΟΛΙΘΟΙ

27ο χλμ. Εθν. Οδού Αθηνών - Θηβών

Τηλ.: 55 55 518, 55 56 924, 55 57 223

Κρεοπωλείο “Ο ΚΕΛΕΜΕΝΤΡΟΣ”



Αθήναια • Τυροκομικά
Ντόπια κρέατα παραγωγής μας



ΜΕΛΕΤΗΣ Θ. ΗΛΙΑΣ

Κοροπούλη 23, Μάνδρα
Τηλ.: 55.51.552

Ι. ΧΟΥΜΑΣ Α.Ε.Β.Ε. ΣΥΣ/ΤΩΝ ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΑ

ΜΠΑΤΑΡΙΕΣ ΠΑΝΤΟΣ ΤΥΠΟΥ

Αυτοκινήτων - λεωφορείων - φορτηγών - σκαφών
ανωψ. μηχανημάτων - UPS

Εργοστάσιο: 19ο χλμ. Εθν. Αθηνών Κορίνθου Τ.κ. 19300
Τηλ. 5574131 5570627 - 628 Fax. 5574133
Υποκ./μα: Πειραιώς 51 Μοσχάτο (φανάρι λαχαναγοράς)
Τηλ. 4825070 - 4824489 4832638 - 639 Fax. 4819067



ΕΛΕΥΣΙΝΑ . . .

*Το χρονικό μιας πολιτείας.
Ματιές και απόπειρες πάνω
στα καθημερινά
ταπεινά και μεγαλειώδη.*



ΑΓΕΛΑΣΤΟΣ ΠΕΤΡΑ

41^ο Φεστιβάλ Κινηματογράφου Θεσσαλονίκης 2000

ΒΡΑΒΕΙΑ

Α' ΒΡΑΒΕΙΟ ΝΤΟΚΥΜΑΝΤΕΡ

Κοινού

Κριτικών Κινηματογράφου

Περιοδικού "ΣΙΝΕΜΑ"