

PRSRT STD
U.S.POSTAGE
PAID
MORTON
GROVE, IL
PERMIT
NO. 14

ΟΜΟΓΕΝΕΙΑ

HELLENIC LIFE

Change Service Requested

VOL. 24

NO. 1 MORTON

GROVE,

IL.

MAY, 2012

ΦΩΤΟ-ΓΕΟΓΟΝΟΤΑ



Από την δεξίωση της Ελληνοαμερικανικής Ακαδημίας και του σχολείου "Σωκράτης." Το ζεύγος των μεγάλων φιλανθρώπων Δημήτρη και Ελένης Μπούση και ο Πρόεδρος του Ιδρύματος κ. Δημήτρης Λογοθέτης.



Η διακαής φιλοδοξία του Τάκη Θεοτοκάτου ικανοποιήθηκε: "χτύπησε" πρωτοσέλιδο στην... "Ο" και μαζί του ο φίλος καθηγητής κ. Βασίλης Γιαννέτος.



Στην καθ' όλα επιτυχή Δεξίωση της Ακαδημίας παρευρέθησαν, φυσικά, οι πανταχού παρόντες, η Πρόεδρος Σικάγου κ. Ιωάννα Ευθυμιάδου και ο Μητροπολίτης μας.

ΤΟ ΑΥΤΟΝΟΗΤΟ Ελλάς 2012: Δημοκρατία «a la carte»

Αγαπητοί αναγνώστες χαίρετε!

Με την ευγενική φιλοξενία του Σωτήρη Ρεκούμη, τον οποίο και ευχαριστώ θερμά, ξεκινώ στην εφημερίδα «Ομογένεια» αυτήν την νέα προσπάθεια επικοινωνίας μας με μία ευχή: Ο τίτλος της στήλης να εμπνέει κάθε στιγμή του βίου μας, όχι μόνο εδώ στην ελληνική ομογένεια του Σικάγο αλλά κυρίως εκεί, «πίσω», στην πατρίδα μας την Ελλάδα.

Γιατί όμως «Το Αυτονόητο» για τίτλο; Διότι απλούστατα αυτό είναι που έχει χαθεί στην εποχή μας, και όλοι το αναζητούμε! Ζητούμενο λοιπόν είναι να επιστρέψουμε στην «αυτονόητη σκέψη», και η οποία δεν είναι τίποτα άλλο από ένα συγκεκριμένο τρόπο του «σκέπτεσθαι» του οποίο για να τον αντιληφθούμε και να τον κατανοήσουμε δεν απαιτείται καμμία προσπάθεια ή επεξήγηση. Διότι απλούστατα είναι ευνόητος, ολοφάνερος και απολύτως σαφής.

Γιατί όμως το «αυτονόητο» έχει απαξιώθει στην σημερινή εποχή; Μάλιστα, στον πολιτικό βίο της Ελλάδος όχι μόνο απουσάζει παντελώς αλλά έχει αντικατασταθεί από την πλήρη παράνοια! Η απάντηση που εγώ δίνω είναι η εξής: Διότι η περίοδος από την αποκατάσταση της Δημοκρατίας το 1974 μέχρι σήμερα, αυτό δηλαδή που ονομάζεται μεταπολίτευση, πέρα από την καθ' όλα ευεργετική αποκατάσταση του δημοκρατικού πολιτεύματος, χαρακτηρίστηκε και από ένα νοστρό φαινόμενο. Αναφέρομαι σε αυτό το οποίο αντί ως όφειλε να δυναμώσει το πολιτικό μας σύστημα, αντιθέτως γέννησε ένα σαράκι που 38 χρόνια μετά, ξεκάθαρα, το έχει «φάει» από μέσα και απειλεί να το γκρεμίσει. Το φαινόμενο αυτό ονομάζεται «υπέρ το δέον κομματικοποίηση του πολιτικού βίου» ή απλά «απώλεια αίσθησης του μέτρου».

Αυτήν ακριβώς την «απώλεια» επιχειρεί να σχολίασει το σημερινό άρθρο και το εν έτει 2012 ελληνικό εφεύρημα της Δημοκρατίας «a la carte».

Προφανώς, τα πολιτικά κόμματα είναι η ραχοκοκαλία της αντιπροσωπευτικής Δημοκρατίας. Σαφώς και ο λαός, εκφράζει μέσω αυτών την πολιτική του βούληση. Αυτονόητο, λοιπόν είναι, ότι μέσω των κομμάτων, εξασφαλίζεται με δημοκρατικό τρόπο η κατεύθυνση την οποία οι πολίτες επιθυμούν να έχει η χώρα τους. Και όμως σήμερα αυτό πλέον δεν υφίσταται σχετικά με την λειτουργία των κομμάτων στην Ελλάδα. Αυτό φαίνεται καθαρά από δύο τουλάχιστον ενδείξεις: Πρώτον, η διαρκώς αυξανόμενη αποχή από τις εκλογές. Δεύτερον,

ο διαρκής και εντόνως καταγγελτικός λόγος που εκφράζεται από όλο και μεγαλύτερο τμήμα του ελληνικού λαού κατά του ισχύοντος πολιτικού συστήματος και των κυρίως εκφραστών του, δηλ. τα ίδια τα κόμματα.

Γιατί φτάσαμε όμως ως εδώ; Διότι ενώ τα κόμματα υπάρχουν για να υπηρετούν την δημοκρατία, δηλ. το συντεταγμένο κράτος και τον έλληνα πολίτη, στην πράξη αυτό δεν ισχύει. Αντιθέτως, τα κόμματα εκμεταλλεύμενα τις ιδεολογικές ευαισθησίες του Έλληνα στοχεύουν κυρίως στο να εγκλωβίσουν μέσα στα δικά τους ιδεοληπτικά «στεγανά» τον ανυποψίαστο πολίτη, να τον καταστήσουν όργανό τους, ώστε «χρησιμοποιώντας» την ψήφο του, να εξυπηρετούνται τα στενά κομματικά συμφέροντα τα οποία η πρόσφατη εμπειρία δείχνει ότι συνήθως δεν ταυτίζονται με αυτά της Ελλάδος ως κράτος αλλά και ως Έθνος.

Στις πρόσφατες εκλογές της 6^{ης} Μαΐου ο ελληνικός λαός ξεκάθαρα έστειλε ένα βροντερό μήνυμα στα πολιτικά κόμματα: «Δεν θέλουμε το μνημόνιο, δεν συμφωνούμε με την εκχώρηση εθνικής κυριαρχίας, δεν αναγνωρίζουμε το επταχθές χρέος αν δεν γίνει πρώτα λογιστικός έλεγχος, δεν επιθυμούμε παραμονή στην Ευρωπαϊκή Ένωση αν αυτό σημαίνει την απόλυτη οικονομική εξάρτηση σε συνδυασμό με αρνητική ανάπτυξη και κοινωνική εξαθλίωση».

Με απλά λόγια η πλειοψηφία του ελληνικού λαού προτιμά την «στενωπό» της Δραχμής και μια περιόδο φτώχειας και στερήσεων που όμως θα οδηγήσουν την χώρα στην οικονομική αυτάρκεια, την κοινωνική ανάπτυξη και πάνω απ' όλα πλήρη εθνική ανεξαρτησία. Επίσης έθεσε και ένα ξεκάθαρο αίτημα για πλήρη διαφάνεια και κάθαρση του πολιτικού κατεστήματος από αυτούς που καταχράστηκαν την εμπιστοσύνη του ελληνικού λαού.

Προφανώς κανείς δεν ισχυρίζεται ότι κάποιος δρόμος είναι ευκολότερος από τον άλλο. Η διαφορά έγκειται στο γεγονός ότι ο ελληνικός λαός με την επιμηγορία της 6^{ης} Μαΐου έδωσε ξεκάθαρη απάντηση: Προτιμά την αξιοπρέπεια της φτώχειας από την φενάκι της επιπλαστής ευμάρειας. Προκειμένου να ζούμε σαν (ψευδο)-Ευρωπαίοι καλύτερα να πεθάνουμε σαν

(συνέχεια σελ. 20)

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Οι γνώμες της Σύνταξης.....	3
Ιατρός Σοφοκλής Σακελλαρίου.....	3
Δρ. Παντελής Βασιλέκης.....	4
Στήβ Θεοφάνους.....	5
Χρήσιμες Υπηρεσίες.....	6
Σενάρια εξόδου της Ελλάδας από ΕΕ.....	7
Το Ελληνικό γεννετικό δικαίωμα, Χ. Τομαράς.....	9
Η Χρυσή Αυγή στην Βουλή.....	9
Αποτοξίνωση για άριστη υγεία.....	10
Τα προβλήματα της Ισπανίας.....	11
Θρόκοεις: η «κόλλα "της κοινωνίας.....	12
Σπίτια βγαλμένα από την πτήλα.....	13
Προς επιδόσους νεο-λογοκριτές.....	13
Τηνακός μετά 100 έτη.....	14
Κεφαλαλγία μια από τις 10 πληγές.....	15
Καμίνι η Ελλάδα στα επόμενα 90 χρόνια.....	15
Μόνο μια γλυκιά λιχουδιά την ημέρα.....	15
Γιώργος Σκλαβούνης.....	16, 17, 18, 19
Δημήτρης Παναγιωτίδης.....	20
Economist: η Ελληνική φυγή.....	21
Νίκολαος Π. Γάβαρης.....	22
Τι συμβαίνει στο σώμα όταν θυμώνεις.....	23
Λιγώτερο επικίνδυνος τώρα ο ήλιος.....	24
Κρυφοί εξοπλισμοί από την Κίνα.....	25
Νέα ανακάλυψη σε πίνακα Τισιανού.....	25
Μινωϊκές αποικίες στην Αμερική.....	27
Έδωσε ζωή στους ανεμόμυλους.....	28
Ικανότητα μνήμης και στα φυτά.....	28
Όπως τρως αυτός είσαι.....	29
Ανοιξη στην Λακωνική Μάνη.....	30
Τουρκία και Συρία.....	30
Πανάρχαια μικρόβια.....	31
ΣΥΡΙΖΑ: μια νέα πολιτική δύναμη.....	32
Σε αποσύνθεση ο ΛΑΟΣ.....	32
Ο Μεντρέντερ προειδοποιεί.....	33
Υγιεινή διατροφή με άδεια τσέπη.....	33
Απάντηση Κύπρου στην Αγκυρα.....	34
Το γέλιο μακράνει την ζωή.....	35

ΟΜΟΓΕΝΕΙΑ

THE HELLENIC LIFE
A monthly Community Newspaper

Sotiris Rekoumis, Publisher-Editor

7902 Maple St., Morton Grove, IL. 60053
Office: (847) 967-8798, Fax: (847) 966-6985
Studio: (847) 967-1830, Cell: (847) 361-1236
Website www.thechicagogreekhours.com
E-mail: Sotiris07@comcast.net

Denise Rekoumis, John Rekoumis
Associate Editors

Athens Bureau Chief: George Sklavounis
Filippou Litsa 21, Halandri, Athens 15234
Phone: (011-30-210-682-3995

Contributing Editors

George Sklavounis, Steve Theofanous, John Rekoumis, Kostas Rekoumis, Chris Merentitis, K. Konstantinidis, Mariyana Spyropoulos, Maria Pappas, Nikos Gavaris, Dr. Stavros Basseas, Dr. Pantelis Vasdekis, Louis Palivos, Legal advisor.

Bulk Rate permit:12 paid in Morton Grove, IL.
Annual Subscription: \$30.00

Τα χειρόγραφα δημοσιευμένα ή μη δεν επιστρέφονται. Οι επιαστολογράφοι και οι συνεργάτες μας εκφράζουν της προσωπικές τους γνώμες, απόψεις και ιδεολογίες που δεν ταυτίζονται πάντοτε με αυτές της εφημερίδας μας.



Ο Πρόεδρος της Ελληνοαμερικανικής Ένωσης στην Αθήνα κ. Κρις Σπύρου που ηγείται μιας προσπαθείας να παραδοθεί η Αγία Σοφία σαν τόπος λατρείας στους Ορθόδοξους Χριστιανούς.



Ο κ. Δημήτρης Λογοθέτης καταβάλλει τεράστιες προσπάθεις για να επιβιώσει οικονομικά η Ελληνοαμερικανική Ακαδημία.

DR. DEMETRIOS J. GIOKARIS

INTERNIST
4921 N. WESTERN AVE.
CHICAGO, IL. 60625-1921

PHONE:
(773) 784-9669

Ειδικός παθολόγος ιατρός Δημήτριος Γιόκαρης 4921 N Western Ave. στο Σικάγο και 1166 E. Dundee Rd. στο Παλαταϊν. Για πάνω από 35 χρόνια τώρα ο γνωστός στην παροικία μας ειδικός παθολόγος γιατρό Δημήτριος Γιόκαρης εξασκεί την ιατρική επιστήμη αθόρυβα, ευσυνείδητα και με γνώμονα τον ανθρωπισμό και έχει βοηθήσει χιλιάδες συμπατριώτες μας όχι μόνο ιατρικά αλλά και σε παρεμφερείς περιπτώσεις. Για αυτό και ο Διεθνής Οργανισμός Ειδικών Παθολόγων τον επέλεξε σαν ένα από τους κορυφαίους γιατρούς της περιοχής στην ειδικότητά του. Για μια επιστημονική γνωμάτευση τηλεφωνείστε του στο:

(773) 784-9669.



Το ζεύγος Πήτερ και Έστερ Παρθένη ο Δημήτρης Βαντεβούλης και η Μαρία Καραχάλιου.



Το ζεύγος Δημήτρη Μπούση, η κα. Κοτσάκη σύζυγος του αείμνηστου ευεργέτη του Ιδρύματος Δημήτρη Κωτσάκη η κ. Τζάκη και ο κ. Λογοθέτης.



Από την Δεξίωση της Ελληνοαμερικανικής Ακαδημίας: η προσφιλής στον εκδότη της "Ο" οικογένεια Λυμπέρη.



Το ζεύγος του "Ελληναρά" κ. Δημήτρη και Έφης Κουρκουβή.



Η "ψυχή" του Ιδρύματος εκπαιδευτικός κ. Βούλα Σελλούντου με φίλη της.



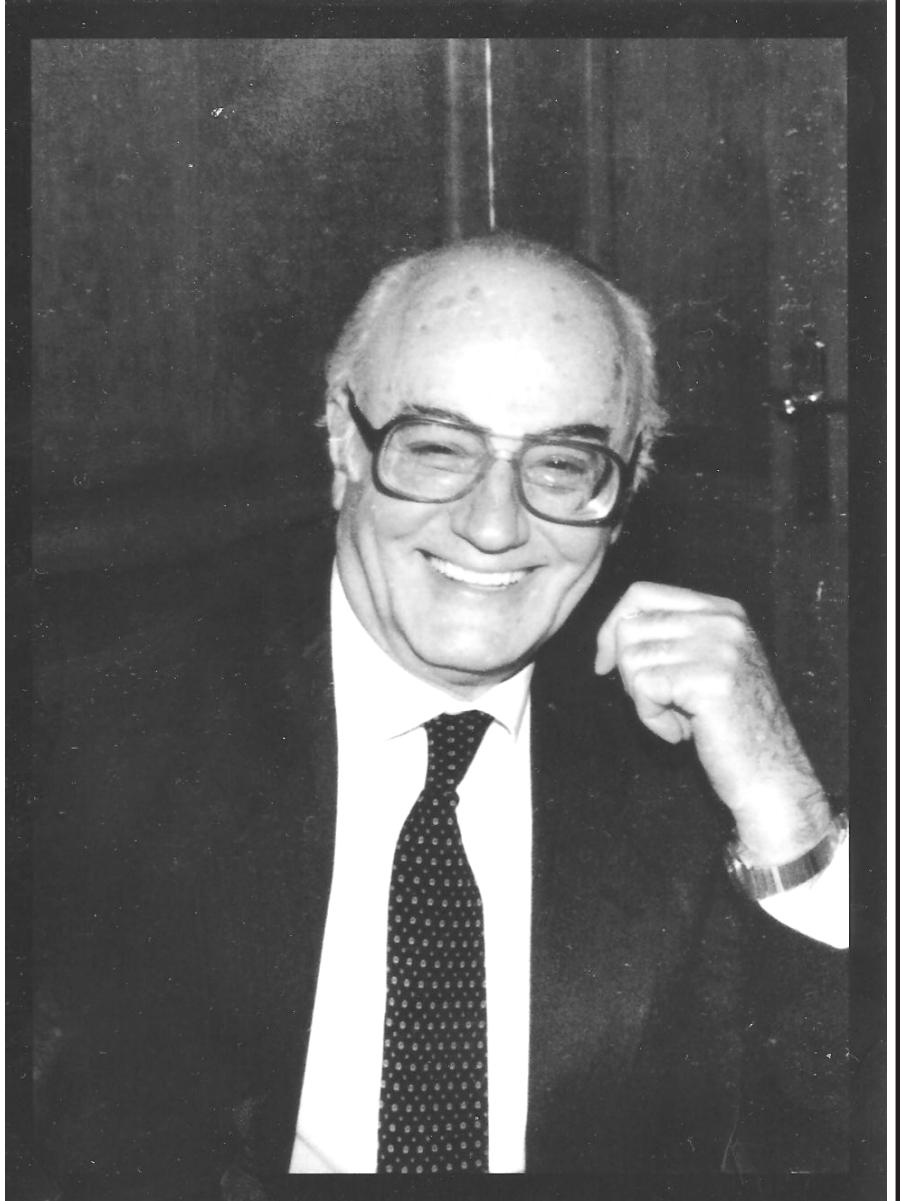
Το ζεύγος Κουρκουβή πλαισιούμενο από τον γαμπρό Λούη (αρ.) και τον "Πεθερό" τον γνωστό ιδιοκτήτη των Greek Islands κ. Κώστα Κουτσόγιωργα.

ΟΙ ΓΝΩΜΕΣ ΤΗΣ ΣΥΝΤΑΞΗΣ

ΤΙ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΜΗΝ ΚΑΝΕΙ Ο ΑΛΕΞΗΣ

Ο πρόεδρος του ΣΥΡΙΖΑ είναι υποχρεωμένος να μην προδώσει τη λαϊκή εντολή, αλλά και να μη μεθύσει από την επιτυχία του, εάν θέλει πράγματι να πάρει αύριο-μεθαύριο το τιμόνι και να οδηγήσει. Ο Ανδρέας Παπανδρέου από το 1974 έως το 1977 σχεδόν διπλασίασε τα εκλογικά του ποσοστά και τέσσερα χρόνια αργότερα τα εκτόξευσε στο μυθικό 48%, που έφερε «το ΠΑΣΟΚ στην κυβέρνηση» και «τον Λαό στην εξουσία». Το δαιμονικό του ταλέντο στους ευφημισμούς και μια ανεπανάληπτη ικανότητα να πιάνει τον παλμό του κόσμου τού εξασφάλισαν τρεις μακρόχρονες πρωθυπουργικές θητείες μ' ένα και μόνο σκοτεινό διάλειμμα ανάμεσα στη δεύτερη και την τρίτη. Το τίμημα όμως του λαϊκισμού του -ενός λαϊκισμού α λα Περόν- ήταν βαρύ κι ασήκωτο. Οικοδόμησε ένα διεφθαρμένο πελατειακό κράτος, με στελέχη εθισμένα στους διορισμούς και στις επιδοτήσεις. Αυτά τα στελέχη παραμύθιαζαν τους ψηφοφόρους με την υπόσχεση ότι κάποτε, με χρόνια-με καιρούς, μπορεί να βάλουν κι εκείνοι το χέρι στο βάζο με το μέλι, ενώ ταυτόχρονα το αντίπαλον δέος στη δικομματική τραμπάλα, η Νέα Δημοκρατία, έπαιζε στον ίδιο σκοπό, όταν δεν πλειοδοτούσε κιόλας. Το «κάποτε» δεν ήρθε δυστυχώς ποτέ - αλλά ήρθε ο λογαριασμός. Σήμερα, σχεδόν 31 χρόνια μετά την «Αλλαγή», ένας σχετικά νέος πολιτικός σχηματισμός, ο ΣΥΡΙΖΑ, με έναν σκανδαλωδώς νέο πολιτικό ηγέτη, τον 38χρονο Αλέξη Τσίπρα, δείχνει να επαναλαμβάνει τον άθλο του Παπανδρέου, σε συμπικνωμένο μάλιστα πολιτικό χρόνο, καθώς ο τετραπλασιασμός των δικών του δυνάμεων επιτυγχάνεται σε δυόμισι και όχι σε επτά έτη. Ο Αλέξης όμως, αν και νεότερος, έχει το πλεονέκτημα της στερνής γνώσης - ξέρει πού έκανε λάθος ο Ανδρέας και οφείλει να μην το επαναλάβει. Ο Αλέξης είναι υποχρεωμένος να μην προδώσει τη λαϊκή εντολή, αλλά και να μη μεθύσει από την επιτυχία του, εάν θέλει πράγματι να πάρει αύριο-μεθαύριο το τιμόνι και να οδηγήσει.

ΙΑΤΡΟΣ ΣΟΦΟΚΛΗΣ ΣΑΚΕΛΛΑΡΙΟΥ (1925-2012)



Έφυγε από την ζωή ο γιατρός Σοφοκλής Σακελλαρίου αφού για χρόνια πάλεψε γενναία και υπομονετικά με προβλήματα υγείας. Ο γιατρός ήταν ένας ωραίος, αρχοντικός άνθρωπος και σαν φυσική παρουσία και σαν ηθική οντότητα. Εμφορείτο από αρχές και αξέις που δεν τις βρίσκει κανείς εύκολα δύπως ήθος, αξιοπρέπεια, σεμνότητα, μετριοφροσύνη και αφοσίωση στο επάγγελμά του και την οικογένειά του.

Οι συνάδελφοί του θα τον θυμούνται για κείνο το λεπτό και διακριτικό χιούμορ που το χρησιμοποιούσε πάντα την κατάλληλη στιγμή σκορπίζοντας μια πολιτισμένη διάθεση στην παρέα. Μα πάνω απ' όλα θα τον θυμόμαστε για την απέραντη αγάπη και αμέριστη αφοσίωση προς την οικογένειά του κατά πρώτο, τους συγγενείς και τους φίλους του στην συνέχεια. Ήταν άνθρωπος με ακένωτη αίσθηση του καθήκοντος και της υπεθυνότητας στον χώρο της εργασίας και στην κοινωνία.

Επειδή ήταν γυναικολόγος, του άρεσε να δίνει τα ονόματα του γυιού του Άγγελου και της κόρης του Σοφίας, όταν τον ρωτούσαν τί όνομα να δώσουν στο νεογεννηθέν βρέφος.

Αξέχαστε θείει Σοφοκλή, είμαι τυχερός που σε γνώρισα σαν συγγενικό μέλος γιατί επηρέασες την ζωή μου με την ευγένεια της καρδιάς σου και οπωσδήποτε είναι τυχεροί όσους άγγιξες στο διάβα της ζωής σου. Γιατί η παρουσία σου απέπνεε το άρωμα μιας καλλιεργημένης ψυχής πάντα έτοιμης να βοηθήσει, να συνδράμει, να συμβουλέψει. Καλό σου ταξίδι, γιατρέ, και είμαστε βέβαιοι πως και το τελευταίο σου ταξίδι θά είναι και αυτό καλό γιατί εσύ παντού θα ξεχωρίζεις. Σωτήρης Ρεκούμης.

ΟΙ ΕΛΛΗΝΕΣ ΣΤΟ ΣΙΚΑΓΟ

Γράφει κι επιμελείται ο Δρ. Παντελής Βασδέκης

Για τους απανταχού Έλληνες, ο ερχομός της άνοιξης είναι συνυφασμένος με τον εορτασμό της διπλής γιορτής της 25^{ης} Μαρτίου.

Ήταν στα 1834, όταν με βασιλικό διάταγμα ο νεαρός τότε βασιλιάς της Ελλάδας Θωμάς I, καθιέρωσε τον εορτασμό της 25^{ης} Μαρτίου ως ημέρα της απαρχής της Ελληνικής επανάστασης η οποία κι εδώσε στους Έλληνες την ελεύθερη παί χωρα τους. Ο λόγος που διαλέχτηκε η ημερομηνία αυτή είναι γιατί οι υπεύθυνοι κρατικοί φορείς της εποχής ήθελαν να περάσουν το μόνημα της συνύπαρξης της θρησκείας με την πατρίδα και η 25^η Μαρτίου κάνει ακριβώς αυτό.

Η πρώτη γιορτή πραγματοποιήθηκε στην Αθήνα κι οι υπεύθυνοι της εποχής φρόντισαν ώστε να καλέσουν ορισμένους

ορισμένους πίνακες με θέματα παραμένα από την Ελληνική Επανάσταση. Έτσι, παράλληλα με ομιλίες, επεκράτησε να ντύνονται παιδιά της σχολικής ηλικίας με εθνικές στολές και να απαγγέλουν ποιήματα πατριωτικού περιεχομένου και τέλος να παρελαύνουν. Βέβαια, σε μεγάλες πόλεις όπου κατοικεί ένας σεβαστός αριθμός Ελλήνων, η παρέλαση είναι μια μεγάλη υπόθεση που για τον προγραμματισμό και την εκπερέωση τη χρειάζονται αρκετοί εθελοντές κι ακόμα κι ένα σχετικά μεγάλο χρηματικό ποσό το οποίο και καλύπτει μια σειρά από εκδηλώσεις.

Η παρέλαση, κι ιδιαίτερα ο τρόπος με τον οποίο αυτή γίνεται τα τελευταία χρόνια στη χώρα της καταγωγής μας και για μια σειρά από αιτίες, έχει γίνει σημείο αντιλεγόμενο κι αυτό γιατί μια ομάδα διαφωνούντων με την κρατούσα πολιτική/οικονομική κατάσταση προβαίνει



Η παρέλαση της μούντζας. Ο νεαρός μαθητής παρελαύνοντας μπροστά από την εξέδρα των επισήμων της Λάρισσας, τους μουντζώνει. Από το αρχείο της [www. http://anagogi.blogspot.com](http://anagogi.blogspot.com).

από τους πολεμιστές που μετείχαν στον απελευθερωτικό αγώνα και ζούσαν στην περιοχή, καθώς επίσης και ορισμένες χήρες και ορφανά όσων είχαν σκοτωθεί για τον ιερό αυτό σκοπό. Το πρόγραμμα της εορτής περιελάμβανε μοναχά χορό. Ανάμεσα στους πολεμιστές που είχαν πιαστεί για να σύρουν το χορό ήταν και μια γυναίκα, η οποία και το ζήτησε από μόνη της να σύρει αυτή το χορό, μια που όπως η ίδια είχε πει είχε άντρα και γιό που είχαν θυσιαστεί για την ελεύθερία της πατρίδας και δικαιωματικά πια αυτή την πιμή της άριζε. Η γυναίκα αυτή ήταν η χήρα του Λέκκα η οποία και καταχειροκροτήθηκε από τους παρευρισκομένους στην εκδήλωση.

Με το που επικράτησε κι άρχισε να μεταδίδεται ο εορτασμός και πέρα από την πρωτεύουσα, οι δάσκαλοι, σιωπηλά, ανέλαβαν να στολίσουν και να εμπλουτίσουν το πρόγ-

σε πράξεις ανώριμες που είναι ίσως πρωτόγνωρες για τα δεδομένα του τόπου. Μάλιστα δε, δυο χρόνια πριν, ο Πρόεδρος της Ελληνικής Δημοκρατίας, Κάρολος Παπούλιας, αναγκάστηκε να εγκαταλείψει την εξέδρα των επισήμων στη Θεσσαλονίκη μια που μια ομάδα διαδηλωτών καταφέρθηκαν εναντίον του και τον έλεγαν προδότη, αλλά η παρέλαση όμως συνεχίστηκε και χωρίς αυτόν. Ση Λάρισσα, όπως δείχνει κι η φωτογραφία, ένας νεαρός μαθητής περνώντας μπροστά από την εξέδρα των επισήμων αποδίδει φόρο τιμής σε αυτούς μουντζώνοντας τους.

Εμείς, οι Αμερικανοί Ελληνικής καταγωγής που ζούμε στο Σικάγο και μακριά από τα δρώμενα στην Ελλάδα, παρακολουθούμε την εκεί κατάσταση όπως αυτή διαμορφώνεται, κι είμαστε ενήμεροι με τα γεγονότα. Βέβαια, κι από την πόλη μας υπάρχουν προβλήματα.



μάρμα του εορτασμού. Στην προσπάθεια τους αυτή βρήκαν σύμμαχους ορισμένους λογοτέχνες, οι οποίοι ανήκαν στη Ρομαντική Σχολή, όπως για παράδειγμα ο Αριστοτέλης Βαλαωρίτης, ο Διονυσίος Σολωμός, ο ιστορικός Δημήτριος Παπαρηγόπουλος κι ακόμα, η νεούστατη Εθνική Τράπεζα η οποία και μίσθωσε το Γάλλο ζωγράφο Ευγένιο Ντελακρουά για να ζωγραφίσει

Μάλιστα δε η Αμερικανική εφημερίδα The Chicago Tribune, στις 6 Απριλίου 2012, δημοσίευσε ένα άρθρο γραμμένο από το δημοσιογράφο Abel Uribe με τίτλο: Chicago's Greek community has been witness to a public feud between officers in the group that organizes the parade, Enosis.

Πέρα από τα όποια προβλήματα και τις διχογνωμίες, για εμάς που ζούμε στο Σικάγο,

η διπλή γιορτή της 25^{ης} Μαρτίου έχει μια ακόμα σημασία. Αποτελεί την απαρχή της κοινονικοποίησης μας στην πόλη του Σικάγο.

Βέβαια, η κοινονικοποίηση κάποιας ομάδας δεν είναι ένα τυχαίο γεγονός κι ούτε μπορεί να προγραμματιστεί σε συγκεκριμένα χρονικά περιθώρια. Όμως η κίνηση αυτή δεν παύει να έχει μια αρχή και για εμάς η αρχή έγινε με την πραγματοποίηση της πρώτης θείας λειτουργίας στην πόλη μας στην Ελληνική γλώσσα.

Στο βιβλίο μου με τίτλο: Οι Έλληνες στο Σικάγο και η ίδρυση της Κοινότητας της Αγίας Τριάδας 1890-1927, υπάρχουν λεπτομέρειες για τα γεγονότα αυτά. Όμως, για το σκοπό του τωρινού άρθρου, θα αναφερθώ πολύ περιληπτικά σε όπι αφορά την επιπρόσθετη σημασία της γιορτής της 25^{ης} Μαρτίου.

Οι πρώτοι Ελληνικής καταγωγής εργάτες στο Σικάγο, που η αρχή τους αναγενται στα 1870, ανάμεσα στα άλλα προβλήματα που αντιμετώπιζαν ήταν κι αυτό του εκκλησιασμού. Με τον τρόπο



τους προσπαθούσαν να το λύσουν μια που κι έκαμναν μια σειρά από παραχωρήσεις, αφού χρησιμοποιούσαν Αμερικανικές κι ιδιαίτερα Προτεσταντικές εκκλησίες η ακόμα τα σπίτια τους, κι όσοι από αυτούς ήξεραν μια δυο προσευχές η κανένα τροπάριο το έψελναν.

Στα 1890, η Ρωσική εκκλησία έστειλε κάποιον αρχιμανδρίτη με την εντολή να ιδρύσει Ρωσική εκκλησία στο Σικάγο. Οι Ρωσοί εργάτες άρχισαν να έρχονται στην πόλη κι έπρεπε κι αυτοί να οργανωθούν κάτω από την Ελληνική Ορθόδοξη Εκκλησία (ακολουθούσε το όνομα του Αγίου στον οποίο κι ήταν αφιερέμένη) της Ρωσίας. Αυτός ήταν ο επίσημος τίτλος της Ρωσικής Εκκλησίας την εποχή αυτή κι οι αρχές του φτάνουν στη Βυζαντινή εποχή. Για το σκοπό αυτόν, ο Τσάρος του είχε δώσει κι ορισμένα χρήματα. Με τα χρήματα αυτά ο αρχιμανδρίτης, που διέδιδε ότι ήταν Ελληνικής καταγωγής από τη Μακεδονία και που άκουγε στο όνομα Αμβρόσιος Βρεττός η Βρεττάς, αγόρασε ένα σπίτι στην οδό 13 South Centre, που με τα σημερινά δεδομένα, η διεύθυνση αντιστοιχεί στο 20 S. Racine. Εκεί, το σαλόνι του σπιτιού του, κάθε άλλη Κυριακή χρησιμοποιούσε το χώρο για εκκλησία. Μάλιστα δε στο ενοριακό συμβούλιο υπήρχαν κι Έλληνες εργάτες!

Από τις γιορτές του εκκλησιαστικού ημερολογίου, η πασχαλιά ήταν αλλά κι εξακολουθεί να είναι η πιο δημοφιλής γιορτή για τους Έλληνες. Ορισμένοι μάλιστα ταξίδευαν κι από τριάντα μίλια μακριά για να εκκλησιαστούν κι να ανάψουν ένα κερί στην εκκλησία. Υστερά

από το τέλος της αναστάσιμης ακολουθίας, αγόραζαν ότι Ελληνικά προϊόντα μπορούσαν να βρούν στα παντοπωλεία της εποχής και έψηναν τον πατροπαράδοτο οιβελία. Η γειτονιά μοσχομύριζε από την τσίκνα του καμένου κρέατος... Βέβαια, οι ένοι που δεν ήξεραν από ωφελό αρνήσανται τη σούβλας, κοιτάζοντας με απορία κι προσπαθούσαν να καταλάβουν τη συγκεκριμένη αυτή Ελληνική συμπεριφορά.

Στα χρόνια που ακολούθησαν, και για μια σειρά από αιτίες, είχαν συγκεντρωθεί κοντά στους είκοσι κι η πλειοψηφία ήταν από το χωριό Τσίντσιν της Λακωνίας, οι Έλληνες εργάτες ενώθηκαν κι εδημούργησαν τον πρώτο σύλλογο που ήταν γνωστός ως Λυκούργος. Ο σκοπός του συλλόγου ήταν, κοντά στα άλλα, να βρουν ιερέα για να μπορεί να τελεί τη θεία λειτουργία στα Ελληνικά! Μια που οι ιερέις ήταν δυσεύρετοι για την εποχή, ζήτησαν από την Ιερά Σύνοδο της Εκκλησίας της Ελλάδας να στείλει έναν ιερωμένο κι εκείνη έστειλε την αίτηση στο πατριαρχείο

της Κωνσταντινούπολης. Το Πατριαρχείο απέσπασε τον ιερέα Παναγιώτη Φιαμπόλη. Συνεπεσε ώστε κοντά στις 20 Μαρτίου του 1892, να περάσει ένας άλλος ιερέας που άκουγε το όνομα Καλλίνικος Κανελάς. Αυτός είχε αποσπαστεί στο St. Francisco, CA.

Με το που έμαθαν οι υπεύθυνοι του Λυκούργου για τον ερχομό του ιερέα, τον συνάντησαν και τον πρότειναν να καθήσει στο Σικάγο μέχρι που θα έφτανε ο παπα-Φιαμπόλης κι αυτός δέχτηκε. Αμέσως νοίκιασαν μια αίθουσα στη γειτονιά και την Κυριακή 20 Μαρτίου 1892, ο παπάς Καλλίνικος Κανελάς η Κανέλλας ετέλεσε την πρώτη Κυριακάτικη θεία λειτουργία στα Ελληνικά κι από την επόμενη Κυριακή

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ

Ένα μηνιαίο άρθρο για την Ελληνική οικογένεια που δίνει πρακτικές συμβουλές για το γάμο, για τις οικογενειακές σχέσεις, και για την ανατροφή των παιδιών.



Πατέρες, πότε ήταν η τελευταία φορά που αγκαλιάσατε τα παιδιά σας;

Αν τα παιδιά σου είναι μικρά, ίσως να τα πάρνεις στην αγκαλιά σου αρκετά. Όταν όμως φτάσουν στην εφηβεία, ίσως να νομίζουμε ότι δεν τους κάνει εντύπωση μια αγκαλιά από τον μπαμπά. Μήν αφήνετε μια τέτοια σκέψη να σας επηρεάζει αρνητικά. Ίσως να μη θέλουν να τους αγκαλιάζετε μπροστά στους φίλους τους, αλλά υπάρχουν στιγμές και χώροι που ταιριάζει – όταν γυρνάς από τη δουλειά, ή πριν πάνε για ύπνο. Πιστέψτε με, ακόμη και τα μεγάλα παιδιά χρειάζονται την αναγώριση του πατέρα και το όγγιμα του. Αγνοήστε λοιπόν τα καμώματά τους και τις υπεκφυγές τους, και αγκαλιάστε τα.

Σύζυγοι, δείχνετε στη γυναίκα σας τη στοργή που χρειάζεται;

Φέρτε στο νου σας την εποχή που γνωρίσατε τη γυναίκα σας. Θυμηθείτε πόσο την προσέχατε, της κάνατε κομπλιμέντα, της κρατούσατε το χέρι, και της φερόσασταν σα βασίλισσα. Σήμερα όμως; Κατά κανόνα, οι άντρες είναι λιγότερο στοργικοί από τις γυναίκες. Κι από τη στιγμή που θα παντρευτούν, η στοργή που έχουν μπορεί να χαθεί μέσα στις καθημερινές πιέσεις της ζωής. Ακούστε όμως, οι περισσότερες γυναίκες νιώθουν ωραία

και τρυφερότητας. Γι αυτό απόψε, πείτε της ότι είναι όμορφη, φιλήστε την στο μάγουλο χωρίς να περιμένετε τίποτε σαν αντάλλαγμα, και συμπεριφερθείτε κάπως όπως της φερό-σασταν κάποτε και ήσασταν περιποιητικός και ευγενικός.

Μήπως το παιδί σου δε συμβαδίζει με τους συνομηλίκους του;

Μήπως το παιδί σου αργεί να κάνει αυτά που κάνουν οι συνομηλίκοι του; Αν μεγαλώνεις ένα τέτοιο παιδί χρειάζεται πολλή υπομονή και προσπάθεια. Ο πειρασμός που αντιμετωπίζει ο γονιός είναι να σπρώχνει το παιδί όταν μένει πίσω σε πράγματα που κάνουν τα άλλα παιδιά της ηλικίας του. Κάποια γνωστή μου λέει ότι, όταν δεν είχε φίλο και δεν έβγαινε ραντεβού, ενώ όλες οι φίλες της είχαν και έβγαιναν, η μητέρα της στενοχωριόταν γιατί πίστευε ότι ήταν καταδίκασμένη στην κοινωνική απομόνωση. Μερικά παιδιά, ξέρετε, ωριμάζουν λίγο αργότερα από τα άλλα παιδιά. Ίσως το χρονοδιάγραμμα της ωριμότητάς τους γίνεται με χρονική υστέρηση, ή μπορεί να προσπαθούν να υπερνικήσουν κάποιους φόβους ή ακόμα μπορεί να συστέλλονται. Γι αυτό μην τα πιέζετε και τα κάνετε να νιώθουν ότι είναι ιδιόρυθμα ή ανίκανα. Να τα δέχεστε όπως είναι και να καταλάβουν ότι ΤΟΥΣ ΕΜΠΙΟΣΤΕΥΣΤΕ.

Μήπως καταφεύγεις στο ποτό όταν τα πράγματα είναι δύσκολα;

Μήπως αναζητάς ένα ποτηράκι κρασί όταν αντιμετωπίζεις προβλήματα; Πολλοί άνθρωποι καταφέγγουν στο μπουκάλι όταν η μέρα τους είναι δύσκολη. Νομίζουν ότι ένα ποτό θα τους κάνει να νιώσουν καλύτερα. Ξέρεις όμως ότι το αλκοόλ θα σε κάνει να νιώσεις χειρότερα από πριν; Ξέρετε ότι το αλκοόλ λειτουργεί ως κατευναστικό στο

κεντρικό νευρικό σύστημα. Έτσι, ενώ εκείνο το ποτηράκι φαίνεται ότι σε κάνει να νιώθεις καλύτερα στην αρχή, στο τέλος θα σε φέρει σε κατάσταση πτώσης. Γι αυτό, την επόμενη φορά που θα έχεις την τάση να πιάσεις ένα ποτηράκι, δοκίμασε κάποιον άλλον τρόπο να σου περάσει η μελαγχολία. Τηλε-φώνησε κάποιον φίλο. Επισκέψου κάποιον σύμβουλο. Προσευχήσου. Αντιμετώπισε την κατάσταση σου αντί να πιεις κάτι.

Πότε ήταν η τελευταία φορά που καθήσατε όλοι μαζί σαν οικογένεια στο τραπέζι για φαγητό;

Σίγουρα, η ζωή όλων μας έχει γίνει αγχώδης και κατήντησε ένα μόνιμο τρέξιμο, αλλά όλοι μας πρέπει να φάμε κάποια στιγμή. Γι αυτό προσπαθήστε να το επιδιώξετε πάνω απ' όλα να τρώτε όλοι μαζί. Αν δεν μπορείτε να το πετύχετε κάθε μέρα, τουλάχιστον να βάλετε στόχο να τρώτε όλοι μαζί δυο φορές τη βδομάδα. Αν το πρωινό είναι πιο βολικό, ξεκινήστε με το πρωινό. Ξέρετε ότι όταν κάθεστε γύρω από το τραπέζι, πέρα από τους τύπους, δίνει στα παιδιά την ευκαρία να μιλήσουν για τον εαυτό τους χωρίς να νιώθουν ότι απολογούνται. Ακόμη δίνει στους γονείς την ευκαρία να ακούσουν τα παιδιά τους, να δεθούν μαζί τους, και ν' ακούσουν τι έχει το καθένα να πει.

Κάνε αυτό που σου λέω, όχι αυτό που κάνω.

Σαν γνωστό ακούγεται, ε; Είτε το θέλεις είτε όχι, αγαπητέ πατέρα, αποτελείς παράδειγμα και είσαι το μοντέλο των παιδιών σου. Όταν πέφτεις σε κίνηση και νευριάζεις – τα παιδιά σου σε βλέπουν. Όταν κατά λάθος σου δώσουν παραπάνω ρέστα στο super market – τα παιδιά σου σε παρακολουθούν

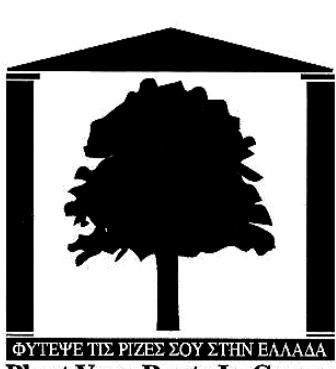
να δουν τι θα κάνεις. Όταν συμπεριφέρεσαι στη γυναίκα σου χωρίς σεβασμό, κι όταν προτιμάς να βγεις έξω με τους φίλους σου αντί με την οικογένειά σου... τα παιδιά σου το βλέπουν και το καταγράφουν. Με άλλα λόγια είσαι το μοντέλο τους ολόκληρο το εικοσιτετράρωμο. Βλέπετε, τα παιδιά σας μπορεί να μην ακούνε πάντα αυτά που τους λέτε, αλλά κάνουν σχέδον πάντοτε αυτά που κάνετε.

Μήπως δηλητηριάζεις τα παιδιά σου με το μικρόβιο της πικρίας;

Μήπως μολύνεις τα παιδιά σου με το μικρόβιο της πικρίας; Μήπως κρατάς κακία εναντίον κάποιων ανθρώπων και θέλεις να τους εκδικηθείς; Μήπως είσαι ευέξαπτος;/; Μήπως γκρινιάζεις συνέχεια γιατί το αφεντικό σου δεν είναι δίκαιος άνθρωπος; Ή τα έχεις με τον πρώην άντρα σου ή την πρώην γυναίκα σου ότι σου φέρθηκε άσχημα; Αν συμπεριφέρεσαι έτσι, τότε να περιμένεις και τα παιδιά σου να υιοθετήσουν τη δική σου μίζερη συμπεριφορά. Δε θ' αργήσουν να κατηγορούν τους πάντες και τα πάντα για ότι κακό τους συμβαίνει, αντί να αναλαμβάνουν τις ευθύνες τους. Τα παιδιά μας αντιγράφουν. Μιμούνται τη δική μας μέθοδο για την αντιμετώπιση της ζωής. Γι αυτό, φρόντισε να απαλλαγείς από την πικρία που καλλιεργείς μέσα σου, γιατί διαφορετικά να περιμένεις να δεις και τα παιδιά σου να έχουν πικρίες και παράπονα στη ζωή τους.

Όταν βάζεις την οικογένειά σου στην πρώτη θέση, τότε είσαι στο σωστό δρόμο, στο δρόμο που οδηγεί σ' έναν ακλόνητο γάμο και σε μια ευτυχισμένη οικογένεια.

ΣΤΗΒ ΘΕΟΦΑΝΟΥΣ



Plant Your Roots in Greece Foundation, Inc. is a non-profit tax exempt corporation, incorporated in D.C.

For More Information, please call
773-783-5555

Yes

I will join the "Plant Your Roots Program" to reforest the Greek mountains and countryside

Mr. Mrs. Ms.

Name _____

Address _____

Telephone _____

Enclosed is my check for \$ _____ for _____ trees.
Make Checks payable to: "Plant Your Roots in Greece Foundation, Inc."
 2155 West 80th Street, Chicago, IL 60620 U.S.A. or
Deposits in Greece: ALPHA BANK, Acct.#143-0021-1-037288

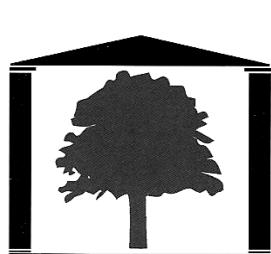
Mr. Mrs. Ms.

Send Certificate to: Name _____

Address _____

To Honor/In Memory (circle one) _____

"Plant Your Roots in Greece"



Plant Your Roots
In Greece Foundation
National Office
2155 West 80th Street
Chicago, Illinois 60620 U.S.A.
Phone 773-783-5555
Fax 773-994-5037



"Φυτεύοντας ένα δέντρο στην Ελλάδα είναι σαν να ανάβουμε ένα κερί στην Πατρίδα μας"

Θ.Γ. Σπυρόπουλος,
Πρόεδρος του Ιδρύματος

ΧΡΗΣΙΜΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ

GREEK AMERICAN REHABILITATION & NURSING CENTER
ΕΛΛΗΝΟΑΜΕΡΙΚΑΝΙΚΟ ΘΕΡΑΠΕΥΤΗΡΙΟ
220 N. FIRST AVE., WHEELING, IL. 60690. PHONE: (847) 459-8700

METROPOLIS OF CHICAGO
40 E. BURTON PL. CHICAGO, IL. 60610. PHONE: (312) -337-4130
FAX: (312) 337-9391

GREEK CONSULATE-EDUCATION OFFICE
151 N. MICHIGAN AVE. #1003, CHICAGO, IL. 60601
PHONE: (312) 228-9516-17 FAX: (312) 337-228-9518

GREEK CONSULATE
650 N. ST. CLAIR ST., CHICAGO, IL. 60611. PHONE: (312) 335-3915,
FAX: (312) 335-3958

HOLLYWOOD HOUSE
5700 N. SHERIDAN RD., CHICAGO, IL. 60660. PHONE: (773) 728-2600

ΕΛΛΗΝΟΡΘΟΔΟΞΕΣ ΕΚΚΛΗΣΙΕΣ

ANNUNCIATION CATHEDRAL
1017 N. LASALLE DRIVE , CHICAGO, IL. 60610
PHONE: (312) 664-5485. REV. NICHOLAS NIKOKAVOURAS.

ASSUMPTION CHURCH OF CHICAGO
601 S. CENTRAL AVE., CHICAGO, IL. 60644. PHONE: (773) 626-3114. REV. TIMOTHY BAKAKOS

HOLY APOSTLES
2501 S. WOLF RD., WESTCHESTER, IL. 60154
PHONE: (708) 562-2744. REV. WILLIAM CHIGANOS

HOLY CROSS
7560 S. ARCHER RD., JUSTICE, IL. 60458
PHONE: (708) 594- 2040. REV. MICHAEL CONSTANTINIDIS

HOLY TRINITY
6041 W. DIVERSEY, CHICAGO, IL. 60607
PHONE: (773) 622-5979. REV. GEORGE KALOUDIS

STS. ATHNASIOS & IOANNIS
4200 N. KEELER AVE. CHICAGO, IL. 60641. PHONE: (773) 286-3735
REV. EMANUEL HATZIDAKIS

ST. BASIL
733 S. ASHLAND AVE. CHICAGO IL. 60607. PHONE: (312) 243-3738
REV. PANTELEIΩΝ DALIANIS

STS CONSTANTINE & HELEN
11025-45 S. ROBERTS RD. PALOS HILLS, IL. 60464
PHONE: (708) 974-3400. NICHOLAS W. JONAS

ST. DEMETRIOS CHURCH-CHICAGO
2727 W. WINONA ST CHICAGO, IL. 60645. PHONE: (773) 561-5992
FR. APOSTOLOS N. GEORGIAFENTIS

ST. DEMETRIOS CHURCH-ELMHURST
893 CHURCH ST., ELMHURST IL. 60626. PHONE: (630)834-7256.
REV. PANAGIOTIS MALAMIS- REV. ANDREW G. GEORGANAS

ST. HARALAMBOS
7373 CALDWELL AVE., NILES, IL. 60714 PHONE: (847) 647-8880.
REV. CONSTANTINE BOTSIOS

ST. JOHN THE BAPTIST
2350 DEMPPSTER ST. DES PLAINES, IL. 60016
PHONE: (847) 827-5519. REV. JOHN RALLIS

ST. NECTARIOS
133 . S. ROSELLE RD., PALATINE, IL. 60067 PHONE: (847) 358-5170.
REV. PETER BAKAS

STS PETER AND PAUL
1401 WAGNER RD., GLENVIEW, IL. 60067. REV. ANGELO ARTEMAS

ST. SPYRIDON
12307 S. RIDGELAND AVE. PALOS HEIGHTS, IL. 60463
PHONE: (708) 385-2311 REV. TILEMAHOS ALIKAKOS

ΑΙΘΟΥΣΕΣ ΕΚΔΗΛΩΣΕΩΝ

CHATEAU RITZ
9100 N. MILWAUKEE AVE., NILES, IL. 60714. PHONE: (847) 298-0700

CONCORD BANQUETS
20922 N. RAND RD., KILDEER, IL. 6004. PHONE: (847) 438-0025

THE COTILLION BANQUETS
360 S. CREEK SIDE RD., PALATINE, IL. 60073 PHONE: (847) 934-5500

FOUNTAIN BLUE
2300 MANNHEIM RD., DES PLAINES, IL. 60018. PHONE: (847) 298-3636

ΕΛΛΗΝΟΑΜΕΡΙΚΑΝΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΑΠΟΚΑΣΤΑΣΤΑΣΗΣ ΚΑΙ ΠΕΡΙΘΑΛΨΗΣ

Βραχυχρόνιες και Μακροχρόνιες Υπηρεσίες Φροντίδας για Υπερήλικες

Οι Έλληνες από όλη την Αμερική το αποκαλούν «το σπίτι τους» Οταν θα επισκεφθείτε το Κέντρο Υγείας μας, θα σας εκπλήξει το υψηλό επίπεδο υπηρεσιών που προσφέρει και η ατμόσφαιρα της Ελληνικής φιλοξενίας..

- * 24ωρη περίθαλψη και εξειδικευμένο προσωπικό
- * Αποκατάσταση / Αποθεραπεία
- * Περίθαλψη ατόμων με απώλεια μνήμης ή τη νόσο Αλζαϊμερ

* Βραχυπρόθεσμες υπηρεσίες για υπερήλικες κατά την απουσία (διακοπές κλπ) συγγενών

- * Ελληνικό Ορθόδοξο Παρεκκλήσι και Λειτουργίες
- * Δεχόμαστε ιδιωτική εξόφληση, ασφάλεια για μακρόχρονη θεραπεία Medicaid & Íedicare

Για περισσότερες πληροφορίας για το Κέντρο και για μια επίσκεψη στο χώρο παρακαλούμε επικοινωνήστε στο τηλέφωνο:

(847) 459-8700.

Δωρεάν Βίντεο για ομαδική παρουσίαση. Βρισκόμαστε μόνο 30 μίλια βόρεια του Σικάγου.

220 N. First Street, Wheeling, IL.60090

www.greekamericanicare.com

phayes@greekamericanicare.com

ConcordBanquets.com

ConcordBanquets.com

Concord Banquets

20922 N. Rand Road • Kildeer IL 60047

(847) 438-0025



Η Ελλάδα του Μάη. Μια έπαυλη στην Κερατέα που πανηγυρίζει την Ανοιξη.



Η εκκλησία της "Ευαγγελιστρίας" στον γεννέθλιο τόπο του εκδότη πλαισιωμένη από τα μπουμπούκια των ανθέων των δέντρων και το πλούσιο καταπράσινο γρασίδι της Άνοιξης.

Κομισιόν: «Δεν υπάρχουν σενάρια εξόδου της Ελλάδας»

Την ίδια στιγμή, η EKT, διά στόματος του μέλους του διοικητικού της συμβουλίου Χοσέ Μανουέλ Γκονζάλεθ-Παράμο, επισημαίνει ότι «δεν είναι αρμοδιότητα της EKT να επεξεργάζεται» το σενάριο μιας ενδεχόμενης εξόδου της Ελλάδας από το ευρώ. Η Ευρωπαϊκή Επιτροπή διαψεύδει επίσημα και κατηγορηματικά, τα σενάρια σύμφωνα με τα οποία φέρεται να επεξεργάζεται - μαζί με την EKT - σχέδιο εξόδου της Ελλάδας από το ευρώ.

Αυτό δήλωσε, μέσω Twitter, ο εκπρόσωπος της Ευρωπαϊκής Επιτροπής Ολιβιέ Μπαγί ο οποίος υπογράμμισε ότι η Επιτροπή επιθυμεί την παραμονή της Ελλάδας στο ευρώ, κάτι που «επαναλαμβάνουν τα δύο τελευταία χρόνια οι κ.κ. Μπαρόζο και Ρεν».

Νωρίτερα, ο Ευρωπαίος επίτροπος Κάρελ ντε Χουχτ δήλωσε σε μια συνέντευξή του η οποία δημοσιεύεται σήμερα ότι η Ευρωπαϊκή Επιτροπή και η Ευρωπαϊκή Κεντρική Τράπεζα καταρτίζουν σχέδια έκτακτης ανάγκης για την αντιμετώπιση σεναρίων περί εξόδου της Ελλάδας από το ευρώ, προσθέτοντας ότι δεν θεωρεί ότι «μια ελληνική αποχώρηση [από την ευρωζώνη] θα σήμαινε το τέλος του ευρώ, όπως ισχυρίζονται κάποιοι».

Είδησεογραφικά πρακτορεία ερμηνεύουν τις δηλώσεις Ντε Χουχτ ως ακόμα μια ένδειξη της αλλαγής ρητορικής από την Ευρώπη σε ό,τι αφορά την ενδεχόμενη έξοδο -ή την εκδίωξη- της Ελλάδας από την ευρωζώνη. Οι δηλώσεις αυτές μοιάζουν να αποτελούν την πρώτη επιβεβαίωση από κορυφαίο αξιωματούχο της ΕΕ ότι καταρτίζονται σχέδια για την αντιμετώπιση της πιθανής εξόδου της Ελλάδας από το ενιαίο νόμισμα. «Πριν από ενάμιση χρόνο μπορεί να υπήρχε ο κίνδυνος να υπάρξουν συνέπειες- ντόμινο» δήλωσε ο Ντε Χουχτ στην φλαμανδόφωνη εφημερίδα Δε Τυαξδαασδ του Βελγίου. «Αλλά σήμερα υπάρχουν, τόσο εντός της Ευρωπαϊκής Κεντρικής Τράπεζας όσο και εντός της

Ευρωπαϊκής Επιτροπής, υπηρεσίες οι οποίες εργάζονται σε σενάρια αντιμετώπισης έκτακτης ανάγκης για την περίπτωση που η Ελλάδα δεν τα καταφέρει» πρόσθεσε. Ο επίτροπος, πρώην υπουργός Εξωτερικών του Βελγίου, επανέλαβε το σύνθετης μήνυμα της ΕΕ προς την Ελλάδα, ότι δηλαδή δεν έχει καλύτερη επιλογή από το να τηρήσει τα μέτρα λιτότητας και περικοπών των κρατικών δαπανών που προβλέπονται από τη δανειακή σύμβαση. «Η τελική φάση του παιγνιδιού έχει αρχίσει. . . δεν γνωρίζω πώς θα καταλήξει» είπε ο Ντε Χουχτ. «Σε περίπτωση εξόδου [από το ευρώ] η σύγχυση στην Ελλάδα θα είναι τεράστια».

Ο εκπρόσωπος της Ευρωπαϊκής Επιτροπής Ολιβιέ Μπαγί επιχείρησε να διασκεδάσει τις εντυπώσεις, δηλώνοντας μέσω του λογαριασμού του στο Twitter ότι διαιψεύδει πως η Επιτροπή «επεξεργάζεται σχέδιο εξόδου» της Ελλάδας από το ευρώ και ότι η ΕΕ θέλει ή χώρα να παραμείνει στο ενιαίο νόμισμα. Ωστόσο, τις δηλώσεις του Ντε Χουχτ επιβεβαίωσε και άλλο στέλεχος της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, μιλώντας στο ειδησεογραφικό πρακτορείο Ρόιτερς, εξηγώντας πως εννοεί ότι οι θεσμοί της ΕΕ δεν θα μπορούσαν να παραμείνουν αδρανείς τα τελευταία δύο χρόνια σε ό,τι αφορά την κατάρτιση σχεδίων για την αντιμετώπιση έκτακτων καταστάσεων και πλέον έχουν προετοιμαστεί.

Πάντως οι ειδικοί συμφωνούν ότι η ΕΕ εάν επέτρεπε στην (ή ανάγκαζε την) Ελλάδα να αποχωρήσει από το ενιαίο νόμισμα θα μετάνιωνε εξαιτίας των συνεπειών, καθώς πέραν της ίδιας της χώρας θα πλήγπονταν χώρες όπως η Ισπανία και η Ιταλία, ενώ θα αναζωπυρώνονταν οι κίνδυνοι για μια επάνοδο της ευρωπαϊκής οικονομίας σε ύφεση.» Η Ε.Ε. «παίζει με τη φωτιά» συζητώντας την ελληνική έξοδο από το ευρώ. Αναλυτές και παράγοντες λένε ότι η ΕΕ «παίζει με τη φωτιά» συνεχίζοντας τη συζήτηση περί εξόδου της Ελλάδας από το ενιαίο νόμισμα.



Greek Affairs Office

Stella Nidriotou
Counsel

236 Waukegan Rd
Glenview, IL 60025
Ph# 312-881-6940
Fax 847-998-4140
Cell# 847-343-1635

Former Consulate General of Chicago
officer, Ms Stella Nidriotou is now
providing the following services to the
Greek Community:

- Powers of Attorney
- Verification Documents
- Certifications
- Translations
- Inheritance Cases
- Last Wills and Testaments
- Greek Military Affairs
- Greek Citizenship
- Greek Tax Issues
- Vital Record Registrations
- Greek Real Estate info
- Tourist info
- Adoptions
- General Greek Affairs Advisory
- Πληρεξούσια
- Πιστοποιητικά
- Επικυρώσεις
- Μεταφράσεις
- Κληρονομικές Υποθέσεις
- Διαθήκες
- Στρατολογικά
- Ελληνική Υποκοότητα
- Φορολογικά
- Ληξιαρχικά
- Κτηματικές Υποθέσεις
- Τουριστικές Πληροφορίες
- Υιοθεσίες
- Γενικές Πληροφορίες

E-mail:gr.affairs@gmail.com cell:847-343-1635 ph:312-881-6940 fax:847-998-4140

Όλοι οι Έλληνες της περιοχής, ιδίως αυτοί της πρώτης γεννιάς, έχουμε συγγενικές, περιουσιακές και πάσης φύσεως νομικές υποθέσεις με την μητέρα πατρίδα, από κτηματομεσητικές εκκρεμότητες μέχρι διαθήκες και κληρονομικές υποθέσεις.

Η κυρία Στέλλα Νιδριώτου, για πολλά χρόνια, υπηρέτησε σαν διοικητικό στέλεχος στο Γενικό Προξενείο του Σικάγου και έχει τεράστεια πείρα στην σωστή διατύπωση και στους κατάλληλους γλωσσικούς όρους που πρέπει να εμπεριέχονται σε τέτοιου είδους επίσημα κρατικά έγγραφα.

Η κυρία Νιδριώτου τώρα σαν ιδιώτης πλέον ίδρυσε την εταιρία GREEKAFFAIRS OFFICE για να θέσει τις ακένωτες πηγές γνώσεων και εμπειριών που διαθέτει στην υπηρεσία σας, έτσι να τακτοποιήσετε την υπόθεση σας με την πρώτη σας προσπάθεια.

Τηλεφωνείστε λοιπόν στην Στέλλα στο κινητό της στο (847) 343-1635 και μιλείστε της στην γλώσσα μας για την υπόθεσή σας. Κάνατε έτσι το πρώτο γιγάντιο βήμα για να τακτοίσετε την υπόθεσή σας γρήγορα και παστρικά.

Papagalino

European Pastry Shop Specializing in the Finest European Cakes and Pastries.

9014 Milwaukee Ave. Niles , Ill. 60714

Phone: (847) 803-9260

Παπαγαλίνο

Γλυκαίνομε τις όμορφες στιγμές της ζωής σας και κανομε τους γάμους, τις βαφτίσεις, τα γενέθλια ή οποιαδήποτε κοινωνική ή οικογενειακή εκδήλωση μια ζωντανή ανάμνηση.



Κορυφαία στελέχη της Σικαγινής Παροικίας μας παρευρέθησαν στην Δεξιωση της Ελληνοαμερικανικής Ακαδημίας.



Η δεξιωση που έγινε στο Evanston Golf Club και που απέβλεπε στην συγκέντρωση χρημάτων για την λειτουργία του Σχολείου, εστέφθη με πλήρη επιτυχία. Εδώ η κατάμεστη αίθουσα του Club.

BELMONT FUNERAL HOME

ΣΤΙΣ ΣΤΙΓΜΕΣ ΤΟΥ
ΑΝΑΠΟΦΕΥΚΤΟΥ,
ΚΑΛΟ ΕΙΝΑΙ ΝΑ ΒΑΣΙΖΕΣΑΙ
ΣΤΟΥΣ
ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΕΣ

7120 WEST BELMONT AVE.
CHICAGO, IL. 60639

PHONE
(773) 286-2500

**Το Πανελλήνιο Ιδρυμα Υποτροφιών
προσφέρει
ΔΩΡΕΑΝ ΕΠΙΣΚΕΨΗ ΣΠΟΥΔΑΣΤΩΝ
ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ.
Ελληνικό Γενετικό Δικαίωμα –
Hellenic Birthright**

Το Ελληνικό Γενετικό Δικαίωμα, το λεγόμενο Hellenic Birthright, είναι το δικαίωμα που έχει ως προνόμιο και που οφείλει να ασκήσει ο κάθε νέος ή νέα, από τις ΗΠΑ, κάνοντας μια επίσκεψη στην Ελλάδα.

Με την επίσκεψη αυτή του δίνεται η ευκαιρία να γνωρίσει αυτοπροσώπως την Ελλάδα, να δει με τα δικά του μάτια και να αισθανθεί με τις δίκες του αισθήσεις την ουσία της Ελληνικής Κληρονομιάς. Να βρεθεί στους τόπους και τα σημεία που αγόρευσαν οι αρχαίοι φιλόσοφοι, και να θαυμάσει την τελειότητα της αρχαίας ελληνικής τέχνης απενίζοντας τον Παρθενώνα και εξετάζοντας τα εκθέματα στο Μουσείο της Ακρόπολης.



Να περπατήσει στους δρόμους της Αθήνας και της Θεσσαλονίκης και να χαιρετήσει τα σύμβολα της γνώσης που προσέφερε η Ελλάδα στην Οικουμένη. Να σταθεί σε στάση προσοχής μπροστά στον Άγνωστο Στρατιώτη και να αισθανθεί υπερφάνεια για την καταγωγή του, σκεπτόμενος τη γενναίδητη και τον πατριωτισμό του Έλληνα και τη συμπάρασταση του στον κάθε σύμμαχό του, από την αρχαιότητα μέχρι σήμερα.

Με μια τέτοια επίσκεψη, ο νέος μαθαίνει την ιστορία της Ελλάδας, τόσο το παρελθόν όσο και το παρόν. Η σύγχρονη Ελλάδα σε προκαλεί με τις όμορφες ακρογιαλίες της και τις επιβλητικές βουνοκορφές, τη βραδινή ζωή της κάθε μεγάλης πόλης, τις καφετέριες των φοιτητών που αδιάκοπα περιστρέφουν το καλαμάκι του φραπέ τους, βυθισμένοι στο ανεξήγητο συμπέρασμα μιας πολιτικής συζήτησης. Και τελικά, ο νέος επισκέπτης βρίσκει την ευκαιρία να γευθεί την πραγματική γεύση και άρωμα της ελληνικής κουζίνας, είτε αυτό λέγεται σουβλάκι από τον υπαίθριο σουβλατζή είτε μια ορφανή μακαρονάδα στο Μοναστηράκι.

**Το Πανελλήνιο
Ιδρυμα
Υποτροφιών**

Μια τέτοια επίσκεψη είναι προνομιακό δικαίωμα των νέων μας αλλά και υποχρέωση όλων μας να ασκήθει αυτό το δικαίωμα. Έτσι, αναγνωρίζοντας αυτή την υποχρέωση, αυτή τη χρονιά το

Πανελλήνιο Ιδρυμα Υποτροφιών στέλνει 15 παιδιά για 5 εβδομάδες στην Ελλάδα με όλα τα έξοδα πληρωμένα, εκτός από τα αεροπορικά εισιτήρια.

Το πρόγραμμα για το 2012 έκλεισε στις 14 Απριλίου και οι συμμετέχοντες έχουν ήδη επιλεγεί και ετοιμάζονται για το ταξίδι τους. Το ίδιο πρόγραμμα πρόκειται να διεξαχθεί και το 2013 και καλούμε τους ενδιαφερόμενους να παρακαλουθούν τις ανακοινώσεις μας για τις νέα ημερομηνίες.

Το Hellenic Birthright πραγματοποιείται σε συνεργασία με τη Σχολή Ανωτέρων Σπουδών του Κολλεγίου ΑΝΑΤΟΛΙΑ στη Θεσσαλονίκη, και περιλαμβάνει την εκτέλεση του προγράμματος, όλες τις εκδρομές σε διάφορες πόλεις της Ελλάδας και την επίβλεψη της διαμονής σε ξενοδοχείο της Θεσσαλονίκης. Επίσης περιλαμβάνει και δύο μαθήματα που προσφέρουν 6 σπουδαστικές μονάδες, που ισχύουν σε όλα τα Αμερικανικά Πανεπιστήμια.

Προϋ-ποθέσεις συμμετοχής είναι οι εξής:

- 1) Να είσαι σπουδαστής ή σπουδάστρια ηλικίας 18-25 ετών
- 2) Να είσαι ελληνικής καταγωγής
- 3) Να μην έχεις πάει ποτέ στην Ελλάδα
- 4) Να έχεις χαμηλούς οικονομικούς πόρους
- 5) Να υποβάλεις την αίτησή σου από την ιστοσελίδα μας
- 6)

www.panhellenicscholarships.org μέχρι και τις 14 Απριλίου 2012.

Η επιλογή γίνεται από μια ειδική επιτροπή μας η οποία εξετάζει τα παραπάνω στοιχεία, τα επιβεβαιώνει και αποφασίζει.

Τα πρόγραμμα αυτό, το Ελληνικό Γενετικό Δικαίωμα, όπως το ονομάζουμε, είναι μια μοναδική ευκαιρία για τα παιδιά μας να εκτιμήσουν την πατρογονική τους πατρίδα, την ιστορία της, τις παράδοσεις της και τον πολιτισμό της, με λίγα λόγια την Ελληνική μας Κληρονομιά, παίρνοντας έτσι μια ένεση Ελληνικότητας. Και όταν επιστρέψουν, είναι τόσο ευαισθητοποιημένοι που, άθελά τους, με τις πράξεις τους και το κήρυγμά τους, γίνονται ανεπίσημοι πρεσβευτές της Ελλάδας. Ας σκεφτούμε τι θα μπορούσε να σημαίνει αυτό για αυτά τα παιδιά και την κοινωνία τους, ακόμη και για την Ελλάδα.

Το ομώνυμο Εβραϊκό πρόγραμμα Birthright Israel έχει στείλει πάνω από 130.000 παιδιά αμερικανο-εβραίων στο Ισραήλ τα τελευταία 10 χρόνια. Η βοήθεια και η αναγνώριση του εκεί καθεστώτος από την αμερικανο-εβραϊκή κοινότητα οφείλεται εν μέρει στην πειστικότητα και τη δράση αυτών των παιδιών. Ας σκεφτούμε πως αυτοί οι πρεσβευτές θα μπορούσαν σήμερα να ωφελήσουν και την Ελλάδα.

Για περισσότερες πληροφορίες, οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να επικοινωνήσουν με το γραφείο μας, Vivian Haritos 312-357-6424.

**Πάγωσαν με τους βουλευτές
της Χρυσής Αυγής**

Από περιέργεια έως παγωμάρα προκάλεσε σε παλιούς και νέους βουλευτές, δημοσιογράφους και ευρισκόμενους στα θεωρεία, η είσοδος των νεοεκλεγέντων βουλευτών της Χρυσής Αυγής στο Κοινοβούλιο.

Οι βουλευτές της Χρυσής Αυγής μπήκαν όλοι μαζί στην αίθουσα της Ολομέλειας. Πρώτος έφτασε ο Νίκος Μιχαλολιάκος, μετά της συζύγου, ο οποίος περίμενε τους βουλευτές στο προαύλιο του Κοινοβουλίου.

Αφού συγκεντρώθηκαν όλοι, προχώρησαν προς την πλαϊνή είσοδο του Κοινοβουλίου, όπου ο εκπρόσωπος του κόμματος και εκλεγμένος βουλευτής κ. Κασιδιάρης άρχισε να διαβάζει από χαρτί τα ονόματά τους και ένας - ένας έμπαιναν στην αίθουσα, σχεδόν σε σχηματισμό.

Υστερα από έναν αρχικό δισταγμό για τις θέσεις στις οποίες θα κάθονταν, εγκαταστάθηκαν στα ορεινά έδρανα της δεξιάς πλευράς της Βουλής.

Κατά την είσοδό τους, ο γιο του κόμματος, Νίκος Μιχαλολιάκος, χαιρέτησε δια χειραψίας τον υπηρεσιακό υπουργό Εθνικής Άμυνας, Φραγκούλη Φράγκο.

Οι βουλευτές της Χρυσής Αυγής, παρέμειναν μάλλον απομονωμένοι, καθώς εκτός από τον Δημήτρη Αβραμόπουλο που χαιρέτισε τυπικά την κοινοβουλευτική τους ομάδα, επαφή με τον κομματικό επεδίωξε μονάχα ο Γεράσιμος Γιακουμάτος, ο οποίος υπήρχε εξάλλου διαχυτικότατος και με τον Μανώλη Γλέζο, τοιμπώντας του και το μάγουλο...

Τρίπλες της Αλέκας για να αποφύγει τον Μιχαλολιάκο

Την ώρα που ο κ. Μιχαλολιάκος περίμενε μπροστά στο περιστύλιο τους βουλευτές, στη Βουλή έφτασε η Αλέκα Παπαρήγα με τους συνεργάτες της, η οποία επέλεξε να κατευθυνθεί στο εσωτερικό του Κοινοβουλίου ανεβαίνοντας τη ράμπα και όχι τα σκαλιά, όπως κάνουν όλοι, σε μία εμφανή προσπάθεια να μην συμπέσει η είσοδός της με αυτή του κ. Μιχαλολιάκου.

Κατα την τελετή και καθώς όταν οι τρεις μουσουλμάνοι βουλευτές ορκίστηκαν στο Κοράνι, ο προεδρεύων Β. Πολύδωρας ζήτησε από τους βουλευτές να σηκωθούν όρθιοι, πράγμα το οποίο δεν έπραξαν οι βουλευτές της Χρυσής Αυγής.

Πάντως, η πιο καλ τι φυσιογνωμία που ίσως έχει καθήσει ποτέ στα ελληνικά κοινοβουλευτικά έδρανα είναι ο κ. Μπαρμπαρούσης.

Είναι λάτρης των μηχανών τοσόπερ, παντρεμένος με Μεξικάνα, και η εμφάνισή του ήταν το κυριότερο πλεονέκτημα για την εκλογή του αφού η πλούσια κόμη και ο παχύς μύστας περιβάλλονταν στα διαφημιστικά φυλλάδια του με δάφνινα στεφάνια ώστε να... παραπέμπει σε ήρωα του '21. Στα μέρη του άλλωστε τον φωνάζουν, υποστηρίζει, «Καραϊσκάκη».

Η εμφάνισή του αυτή, το νεαρό της ηλικίας του (είναι 32 χρόνων), η τοσόπερ μηχανή του με την οποία, όπως λέει, έχει γυρίσει όλη την Ελλάδα, πιστεύει ότι τον κατέστησαν τον περισσότερο δημοφιλή μεταξύ των συνυποψήφιων του πετυχαίνοντας να πάρει περίπου έξι χιλιάδες ψήφους.

«Η πατρίδα μας και η μοτοσικλέτα μου είναι από τις μεγάλες μου αγάπες», λέει ο -για 48 ώρες- βουλευτής της ΧΑ, ο οποίος διαμένει μόνιμα στο χωρίο του, την Μπαμπίνη.

Αυτή την εποχή είναι άνεργος και βοηθάει τον πατέρα του στις αγροτοκτηνοτροφικές δουλείες. «Παλιότερα έβαζα ηλεκτρολογικές εγκαταστάσεις, ενώ δούλεψα και ως οδηγός και σε ιχθυολογική μονάδα στον Αστακό».

Bill G. Assimakopoulos
7175 N. Lincoln Ave.
Lincolnwood, IL 60712

**LINCOLNWOOD
PRODUCE
&
GROCERY**

847-329-0600
847-329-0601 Fax

LINCOLNWOOD

PRODUCE

& GROCERY



Η Ελλάδα του Μάη. Μια γατούλα ερωτοτροπεί μιε μια τουλίπα.



Το "Στοιχειωμένο Γεφύρι" των παιδικών χρόνων του εκδότη που περνώντας το καβάλλα στο μουλάρι χτυπούσε η παιδική του καρδιά να μη παρουσιαστεί η "κακιά νεραϊδα" και τον "αφήσει μουγκό." Το νερό είναι του ποταμού Τάνου.



Ελληνικό Εστιατόριο ΩΠΑ!
950 Lakeview Pkwy. Vernor, Hills, IL. 60661
Phone: (847) 968-4300
www.opaestiatoria.com

ΣΤΟ Vernor Hills, στην γωνία των δρόμων Townline Rd. και Lakeview Prkwy δίπλα στην λίμνη Bears και μόνο 2 μίλια δυτικά από το 94 expressway. Απολάψτε το μοναδικό σε πατροπαράδοτη γεύση και πλούσιο σε ποικιλία Μενού μας που περιλαμβάνει σουβλάκια στα κάρβουνα, κοτόπουλο στην σούβλα και γιουβέτσι σε πήλινο.

Δοκιμάστε τα γευστικά σπιτίσια γλυκά μας ή το φρέσκο ψωμί μας που ψήνονται στους φούρνους μας κάθε μέρα.

Ελληνικό εστιατόριο ΟΠΑ! Καθιερωθήκαμε πλέον σαν το καλλίτερο! γιατί οι ιδιοκτήτες δεν φείδονται εξόδων για να προμηθετούν υλικά ποιότητας για μια αυθεντική παραδοσιακή γεύση ελληνικών φαγητών που μαζί με την τοποθεσία του δίπλα στην λίμνη Bears να σας θυμίζει οπωσδήποτε παρόμοιο σκηνικό στην Ελλάδα. Παραγγείλετε τα ψητά σας κρέατα για το Πάσχα τώρα και κρατείστε θέση για την Κυριακή της Ανάστασης.

Αποτοξίνωση μετά το Πάσχα για 'αριστη υγεία

Μια μικρή αποτοξίνωση μετά τις "κραπάλες" και τα πασχαλινά εδέσματα είναι άκρως ευεργετική για τον οργανισμό σου.



Μετά το αρνάκι, τα αβγά και τα τσουρέκια μάλλον ήρθε η ώρα μιας μίνι αποτοξίνωσης και "κάθαρσης" του οργανισμού από τις τοξίνες. Ειδικά αν δεν είχε προηγηθεί νηστεία, μια μίνη αποτοξίνωση είναι απαραίτητη προκειμένου να εξασφαλίσεις καλή υγεία και να επαναφέρεις την ισορροπία στον οργανισμό σου αφού τα λίππη και τα πλούσια σε θερμιδες εδέσματα που καταναλώνουμε στο πασχαλινό τραπέζι έχουν σαν αποτέλεσμα τη συσσώρευση τοξινών στο σώμα και την πρόκληση μικροενοχλήσεων.

Πονοκέφαλος και κόπωση οφείλονται στις τοξίνες

Πονοκέφαλοι, υπνηλία, πρήξιμο στα πόδια αλλά και το αίσθημα κόπωσης ή η θαμπάδα του δέρματος και των μαλλιών συχνά αποδίδονται στις τοξίνες που συσσωρεύονται στον οργανισμό, γι' αυτό και οι ειδικοί συστήνουν μικρά προγράμματα αποτοξίνωσης μετά από γιορτές και κατανάλωση λιπαρών και πλούσιων σε θερμιδες φαγητών.

Είναι απαραίτητο λοιπόν να βοηθήσουμε τον οργανισμό μας να απαλλαγεί και να «καθαρίσει» από τις τοξίνες, τόσο με άσκηση αλλά και σωστή διατροφή που θα βοηθήσουν σημαντικά στο να αποβάλει ο οργανισμός μας τις επιβλαβείς και περιπτές ουσίες.

Σε κάθε περίπτωση πάντως να θυμάσαι πως δε χρειάζεται να ακολουθήσεις κάποια

εξαντλητική δίαιτα που θα σου στερήσει πολύτιμα θρεπτικά συστατικά και βιταμίνες. Όπως κάταλαβαίνεις κάτι τέτοιο θα γύριζε μπούμερανγκ τα οφέλη της αποτοξίνωσης προκαλώντας περισσότερα και σοβαρότερα προβλήματα στον οργανισμό σου.

Αποτοξίνωση φυσικά και με μέτρο για καλή υγεία

Αντί να ψάχνεις για σκευάσματα και ελιξίρια προσπάθησε να τροποποιήσεις τη διατροφή σου και να εντάξεις στο καθημερινό σου διαιτολόγιο τροφές πλούσιες σε φυτικές ίνες και να καθαρίσεις με φυσικό τρόπο το σώμα σου από τα άχρηστα υλικά. Τα φρούτα και τα λαχανικά για παράδειγμα είναι πλούσια σε απαραίτητα θρεπτικά συστατικά και αντιοξειδωτικά, που έχουν ευεργετική επίδραση στην υγεία σου. Οι βιταμίνες, οι καροτίνες και τα βιοφλαβονοειδή τονώνουν το ανοσοποιητικό σου σύστημα με το να παρεμποδίζουν τη δράση των ελευθέρων ριζών καθώς έχουν πλούσια αντιοξειδωτική δράση ενώ η φύση έχει προνοήσει και με "ευεργετικά" φυτά που μπορούν να σε βοηθήσουν να ξεφουσκώσεις εύκολα και γρήγορα.

Η τουκνίδα, για παράδειγμα, καθαρίζει το συκώτι, τα νεφρά και τη χολή. Τρία φλυτζάνια την ημέρα θα σε βοηθήσουν να αποτοξίνωσεις τον οργανισμό σου και να νιώσεις πολύ πιο... ελαφριά. Εξαιρετικά αποτελεσματική είναι και η μολόχα, που καταπολεμά τις εντερικές ζημώσεις και τον τυμπανισμό απορροφώντας τα αέρια και επιτρέποντας την καλύτερη πέψη των τροφών ενώ άλλα διουρητικά βότανα είναι η αγριάδα και η λουίζα.

Προσοχή: Σε κάθε περίπτωση να θυμάσαι πως παν μέτρον άριστον και πως δεν πρέπει να το παρακάνεις. Τρία φλυτζάνια ροφημάτων είναι συνήθως αρκετά και αυτό γιατί, τα αφεψήματα, αν και αγνά, δεν παύουν να είναι δραστικά ενώ η κατάχρηση μπορεί να δημιουργήσει προβλήματα υγείας.

Ο ΔΙΚΗΓΟΡΟΣ ΤΗΣ ΠΑΡΟΙΚΙΑΣ ΜΑΣ κ. ΛΟΥΗΣ (ΗΛΙΑΣ) ΠΑΛΙΒΟΣ

- * Personal Injury
- * Workers Compensation
- * Real Estate

PHONE: (773) 271-5300

ZOUZIAS & ASSOCIATES

* Accounting * Payroll * Income Tax * Investments Analysts * Management Advisors

5684 N. Milwaukee Ave., Chicago, IL 60646-
PHONE : (773) 631 - 2990 FAX:(773) 631 - 4161

Income Tax: Personal & Business

Management Advisors

- | |
|---------------|
| * Πληρεξόδια |
| * Διαθήκες |
| * Συμφωνητικά |
| * Μεταφράσεις |

Ισπανία, η 'αδύνατη αποστολή'

Για πρώτη φορά από τον περασμένο Δεκέμβριο οι αποδόσεις του ισπανικού 10ετούς ομολόγου πέρασαν ξανά πάνω από το 6%. Το κρίσιμο ερώτημα όμως είναι σε τι οφείλεται ο πανικός των αγορών: στο ότι η Ισπανία δεν θα καταφέρει να πιάσει τους στόχους του ελλείμματος ή μήπως στο ότι ενδέχεται να καταφέρει να τους πάσει; Ίσως αυτό να είναι το πιο σημαντικό ερώτημα σήμερα για τους σχεδιαστές πολιτικής της Ευρωζώνης. Και η τελική έκβαση της κρίσης της Ευρωζώνης θα εξαρτηθεί εν πολλοίσι από την απάντηση που θα δοθεί σε αυτό το ερώτημα.

Ο Τύπος, τα πρακτορεία και τα τηλεοπτικά δελτία υποστηρίζουν ότι ο πανικός των αγορών οφείλεται στα ίδια τα ελλείμματα. Όμως αυτό είναι λάθος. Όπως επισημαίνουν οι ίδιοι οι παράγοντες των αγορών, η ανησυχία τους οφείλεται στο ότι η λιτότητα μπορεί να καταστρέψει την ισπανική οικονομία και να οδηγήσει την Ισπανία είτε εκτός ευρώ είτε στις αγκάλες του Ευρωπαϊκού Μηχανισμού Σταθερότητας.

Η ορθόδοξη άποψη που κυριαρχεί στο Βερολίνο, τις Βρυξέλλες και τις περισσότερες εθνικές πρωτεύουσες – δυστυχώς και στη Μαδρίτη – είναι πως η λιτότητα και το μεγέθος της δεν αποτελούν σε καμία περίπτωση πρόβλημα. Το πρόβλημα είναι η αξιοπιστία. Έτσι όταν χάνεις έναν στόχο, πρέπει να υπερβάλλεις σε λιτότητα ώστε να τον πιάσεις την επόμενη φορά. Ο στόχος είναι ο σκοπός – ο μοναδικός σκοπός.

Η άποψη αυτή όμως δεν συμφωνεί με την μέχρι στιγμής εμπειρία της κρίσης της Ευρωζώνης και ιδιαίτερα με ό,τι έχουμε δει στην Ελλάδα. Δεν συμφωνεί επίσης με ό,τι γνωρίζουμε από την οικονομική θεωρία και με ό,τι γνωρίζουμε από την οικονομική ιστορία. Δεν συμφωνεί ακόμη με την απλή αν και μη επιστημονική παραπήρηση ότι τα περιοδικά επεισόδια πανικού των αγορών έναντι της Ισπανίας και των κρατικών τίτλων της τείνουν πάντα να ακολουθούν ανακοινώσεις περί λιτότητας. Ο νέος κύκλος πανικού ξεκίνησε με τη συζήτηση που οδήγησε στο πρόσφατο σχέδιο προϋπολογισμού της Μαδρίτης που προβλέπει μείωση του ελλείμματος κατά 3.2% του ΑΕΠ μέσα στο 2012. Οταν την περασμένη βδομάδα ο Ισπανός πρωθυπουργός Μαριάνο Ραχόι άρχισε να εξειδικεύει τις δημοσιονομικές περιοπές και για το έτος 2013, νέα κύματα πανικού σάρωσαν τις αγορές με αποτέλεσμα την άνοδο των ισπανικών αποδόσεων άνω του 6%. Ο στόχος της ισπανικής δημοσιονομικής προσαρμογής φτάνει στο 5.5% του ΑΕΠ μέσα σε περίοδο δύο ετών. Πρόκειται για μια από τις μεγαλύτερες δημοσιονομικές προσαρμογές που επιχειρεί ποτέ μεγάλη βιομηχανική χώρα. Είναι εντελώς λογικό για τους επενδυτές να φοβούνται.

Οι Ευρωπαίοι σχεδιαστές πολιτικής τείνουν να διαχειρίζονται τη δημοσιονομική πολιτική σαν απλή λογιστική άσκηση, παραλείποντας όλες τις δυναμικές της επιπτώσεις. Σύμφωνα με πρόσφατο ρεπορτάριο της ισπανικής εφημερίδας Εμ Παιτ, ο Ισπανός οικονομολόγος Λουίς

Γκαρικάνο υπολόγισε ότι για να μειωθεί το 8.5% του ΑΕΠ στο 5.3%, δεν απαιτούνται μειώσεις δαπανών ύψους 32 δις ευρώ (όπως απαιτούνται ονομαστικά για τη μείωση του ελλείμματος κατά 3.2% σε μια χώρα με ΑΕΠ περί το 1 τρις ευρώ), αλλά μειώσεις δαπανών από 53 δις ευρώ έως 64 δις ευρώ. Επομένως για να επιτευχθεί μείωση του ελλείμματος κατά 3.2%, πρέπει να σχεδιαστούν δημοσιονομικές περικοπές τουλάχιστον διπλάσιου ύψους.

Η προσπάθεια της Ισπανίας να μειώσει το έλλειμμά της δεν είναι απλά κακά οικονομικά, είναι ένα εγχείρημα φυσικώς αδύνατο. Είτε η Ισπανία θα χάσει το στόχο είτε η ισπανική κυβέρνηση θα υποχρεωθεί να απολύσει τόσους πολλούς δασκάλους και νοσοκόμες που θα έρθει αντιμέτωπη με μια πολιτική εξέγερση.

Με την εξαίρεση της Ελλάδας, η ευρύτερη κρίση της Ευρωζώνης προκλήθηκε από τις χρηματοπιστωτικές ροές των τραπεζών των κρατών που χρηματοδότησαν φούσκες στην ευρωπαϊκή περιφέρεια. Η Ισπανία μπορεί να έχει και μια δυσλειτουργική αγορά εργασίας και οι πιθανές μεταρρυθμίσεις της να είναι άκρως επιθυμητές. Αν θεωρούμε πως αυτή είναι μια καλή συγκυρία από πολιτικής άποψης για να επιχειρηθούν αυτές οι αλλαγές, ας γίνουν. Άλλα δεν πρέπει να τρέφουμε την αυταπάτη ότι οι διαφραγμές μεταρρυθμίσεις θα κάνουν καμιά σημαντική διαφορά. Η λιτότητα και οι μεταρρυθμίσεις δεν αποτελούν το μαγικό συνδυασμό που θέλουν να πιστεύουν οι σχεδιαστές πολιτικής.

Η αντιμετώπιση της ισπανικής κρίσης θα έπρεπε να αρχίσει από τις τράπεζες – κι αυτό ούτε ο ιδιωτικός τομέας θέλει να το αναλάβει ούτε η ισπανική κυβέρνηση μπορεί. Η μόνη ευοϊκή αποστασιατική λύση θα μπορούσε να περιλαμβάνει ένα ευρωπαϊκό πρόγραμμα διάσωσης για την Ισπανία που θα εστίαζε συγκεκριμένα στην ανακεφαλαιοποίηση και τη μείωση του ισπανικού χρηματοπιστωτικού τομέα. Η Ισπανία πρέπει επίσης να συγκρατήσει τον πληθωρισμό της κάτω από το μέσο όρο της Ευρωζώνης για πολλά χρόνια προκειμένου να ανακτήσει μέρος της χαμένης της ανταγωνιστικότητας. Και πάραλλη λαχείται προσοχή και όχι υπερβολές σε ό,τι αφορά τη λιτότητα.

Ένας συνδιασμός τέτοιων πολιτικών ενδεχομένων να είχε αποτελέσματα, αν και πάλι θα ήταν δύσκολο. Αυτό που δεν πρόκειται να έχει κανένα αποτέλεσμα είναι ο συνδυασμός αποπληρωματισμού, λιτότητας και απομόλχευσης του ιδιωτικού τομέα, όλα αυτά μάζι και ταυτοχρόνως, και για μια 10ετία...

Κι όμως, αυτή ακριβώς είναι η πολιτική που θα εφαρμοστεί – κανένας δεν αμφιβάλλει πλέον. Η Ευρωπαϊκή Ένωση θα αντισταθεί σε ένα πρόγραμμα του Ευρωπαϊκού Μηχανισμού Σταθερότητας όσο πολύ μπορεί. Οι Υπουργοί Οικονομικών της Ευρωζώνης θεωρούν ότι ένα τέτοιο πρόγραμμα ενδέχεται να ξανανοίξει τη συζήτηση για το μέγεθος των κονδύλων του Ευρωπαϊκού Μηχανισμού, μια συζήτηση που θέλουν να αποφύγουν με κάθε κόστος. Άλλα καθώς ο ύφεσης θα βαθαίνει και η ανεργία στην Ισπανία θα αρχίσει να προσεγγίζει το 30%, οι πιέσεις στη Μαδρίτη προκειμένου να ζητήσει βοήθεια από τον Ευρωπαϊκό Μηχανισμό Σταθερότητας θα αυξάνουν. Στο τέλος θα γίνει κι αυτό. Άλλα ακόμη κι όταν γίνει, δεν θα φέρει το τέλος της κρίσης στην Ισπανία. Για να τερματιστεί η κρίση θα χρειαστεί κι ένα σύστημα αντιμετώπισης των προβλημάτων των τραπεζών σε επίπεδο Ευρωζώνης.

Πώς θα καταλήξει η Ισπανία: Δύο αποτελέσματα είναι πιθανά. Η κρίση θα καταλήξει είτε σε μια καταστροφική αποχώρηση της Ισπανίας από την Ευρωζώνη είτε σε μια παραλλαγή μιας δημοσιονομικής ένωσης που θα συμπεριλαμβάνει την από κοινού στήριξη της Ευρωζώνης προς το χρηματοπιστωτικό τομέα. Αν η ισπανική κυβέρνηση εφαρμόσει τη στρατηγική που ανακοίνωσε ως το πικρό τέλος της, το μακράν πιθανότερο αποτέλεσμα θα είναι η αποχώρηση της Ισπανίας από το ευρώ.



University Dermatology

8110 S. Cass Ave.
Darien IL. 60561
(630) 920-1900

4605 W. Golf Rd.
Skokie, IL. 60076
(847) 679- 5199



Dr. Bill Dimitropoulos received his medical degree from Rush University. He completed Dermatology residency in 2005 at the University of Michigan as well as additional training in the Melanoma multidisciplinary Clinic. Dr. Dimitropoulos followed his residency with a fellowship in Mohs Micrographic Surgery at Rush, completed in 2006. Dr. Dimitropoulos is board certified by the American Board of Dermatology and is a fellow of the American Academy of Dermatology.

Dr. Clarence Brown is a graduate of the University of Pittsburgh's School of Medicine. He completed his internship at the University of Chicago Hospitals and his Dermatology residency in 1999 at Rush University Medical Center. He completed a fellowship in Mohs Micrographic Surgery at Baptist Medical Center, Kansas City , Missouri, in 2000. Dr Brown is board certified by the American Board of Dermatology and is a Fellow of the American Academy of Dermatology.



Treating all disease of Skin, Hair and Nails
Children-Adults-Seniors
Surgical Dermatology—Mohs Surgery—Medical Dermatology
Accepting Most Insurances—Accepting Medicare Assignment
(630) 920-1900

Δερματολόγος ιατρός Δρ. Βασίλιος Δημητρόπουλος για κάθε ασθένεια του δέρματος των μαλλιών και των νυχιών για άτομα κάθε ηλικίας. Το υγιές δέρμα είναι ο καθρέπτης της υγείας και ευεξίας μας. Για κάθε λοιπόν πάθηση του δέρματος: αικμή, εκζέματα, μελανά στίγματα από τον ήλιο και λόγω ηλικίας, ψωρίαση, για κάθε είδους χειρουργική επέμβαση από καυτηρίαση εληών μέχρι μελανώματα και όλα τα είδη καρκίνου του δέρματος και για ασθένεις των νυχιών τηλεφωνείστε και μιλείστε Ελληνικά στον Ελληνοαμερικανό δερματολόγο Βασίλη Δημητρόπουλο. Ο άριστος επιστήμων Δρ. Βασίλης Δημητρόπουλος θα σας μιλήσει στην γλώσσα μας και θα σας δεχτεί στο 4605 W. Golf οδού Skokie, IL. με τηλέφωνο (847) 679-5199 και στο 8110 S. Cass Ave., Darien, IL. με τηλέφωνο (630) 920-1900.

Θρησκεία: Η «κόλλα» που οργάνωσε τις κοινωνίες

του καθηγητού Αρα Νορενζαγιάν

Η θρησκεία στην αρχή δεν είχε σχέση με την ηθική, αλλά με τη συνεργασία. Το «άγρυπνο μάτι» του Θεού ώθησε τους ανθρώπους να δείξουν τον καλύτερο εαυτό τους



Στην κορυφή ενός λόφου στη σημερινή Νοτιοανατολική Τουρκία βρίσκεται το αρχαιότερο ιερό λατρείας στον κόσμο. Με τους τεράστιους λίθινους στύλους του σε σχήμα Τ, σκαλισμένους με εικόνες ζώων, το Γκεμπεκλί Τεπέ αμφισβητεί μακροχρόνιες θεωρίες για τις ρίζες του πολιτισμού. Ενώ οι αρχαιολόγοι ανασκάπτουν στοιχεία και συζητούν το νόμημά τους, η σημασία του χώρου δεν διαφέύγει από κανέναν.

Καμία ένδειξη γεωργίας δεν έχει βρεθεί στον χώρο, κάτι το οποίο μπορεί να εξηγηθεί από το γενονός ότι το ιερό χρονολογείται στα περίπου 11.500 χρόνια και άρα είναι τόσο παλιό ώστε θα μπορούσε να έχει κατασκευαστεί από κυνηγούς-τροφοσυλλέκτες. Παρ' όλα αυτά η μνημειώδης αρχιτεκτονική του απαιτεί τη συμμετοχή εκατοντάδων, ενδεχομένως και χιλιάδων ατόμων. Επομένως μπορεί να κρύβει ενδείξεις σχετικές με δύο από τα μεγαλύτερα αινίγματα του ανθρώπινου πολιτισμού: πώς οι ανθρώπινες κοινωνίες πέρασαν από τις μικρές, μετακινούμενες ομάδες των κυνηγών-τροφοσυλλεκτών στις μεγάλες, εγκατεστημένες σε ένα μέρος, κοινωνίες; Και πώς οι οργανωμένες θρησκείες εξαπλώθηκαν για να εποκίσουν τα περισσότερα πνεύματα στον κόσμο;

Γιατί συνεργάζομαστε;

Το πρώτο αίνιγμα σχετίζεται με τη συνεργασία. Ως και περίπου 12.000 χρόνια πριν όλοι οι άνθρωποι ζούσαν σε σχετικά μικρές ομάδες. Σήμερα κυριολεκτικά όλοι ζουν σε τεράστιες, συνεργαζόμενες ομάδες ξένων που στον μεγαλύτερο βαθμό δεν σχετίζονται μεταξύ τους. Πώς συνέβη αυτό;

Στην εξελικτική βιολογία η συνεργασία εξηγείται συνήθως με δύο μορφές αλτρουισμού: ή μεταξύ συγγενών ή του τύπου «ξύσε την πλάτη μου και εγώ θα ξύσω τη δική σου». Ωστόσο η συνεργασία μεταξύ ξένων δεν εξηγείται εύκολα με καμία από αυτές.

Καθώς το μέγεθος της ομάδας μεγαλώνει, οι μορφές αλτρουισμού εξουδετερώνονται. Καθώς οι πιθανότητες της συναναστροφής με ξένους αυξάνονται, οι ευκαιρίες για συνεργασία μεταξύ συγγενών και γνωστών μειώνονται. Ο αμοιβαίος αλτρουισμός – χωρίς επιπλέον ασφαλιστικές δικλίδες όπως οι θεσμοί για την τιμωρία των τζαμπατζήδων – επίσης δεν είναι αποδοτικός.

Το δεύτερο αίνιγμα είναι πώς ορισμένες θρησκευτικές παραδόσεις εξαπλώθηκαν τόσο. Αν είστε χριστιανός, μουσουλμάνος, ιουδαϊστής, ινδουιστής, βουδιστής είτε αγγωναστικούς ή άθεος προερχόμενος από οποιοδήποτε από αυτά τα θρησκεύματα είστε στην κληρονόμος ενός εκπληκτικά επιτυχημένου θρησκευτικού κινήματος το οποίο ξεκίνησε σαν ένα σκοτεινό πολιτισμικό πείραμα.

Πόσες θρησκείες επιβιώνουν;

«Πολλοί γαρ εισί κλητοί, ολίγοι δ' εκλεκτοί» λέει το κατά Ματθαίον Ευαγγέλιο. Αυτό μπορεί επίσης να περιγράψει τον νόμο της «θρησκευτικής εξέλιξης», ο οποίος υπαγορεύει ότι αν και μιαρίδες θρησκευτικές οντότητες γεννιούνται, οι περισσότερες από αυτές εξαφανίζονται, μόνο λίγες ισχυρές επιβιώνουν και ανθούν.

Μακροπρόθεσμα σχεδόν όλα τα θρησκευτικά κινήματα αποτυγχάνουν. Σε μια

ανάλυση της σταθερότητας 200 ουτοπικών κοινοβίων, τόσο θρησκευτικών όσο και κοσμικών, στην Αμερική του 19^{ου} αιώνα ο Ρίτσαρντ Σόζις του Πανεπιστημίου του Κονέκτικατ στο Στορς εντόπισε ένα εκπληκτικό μοτίβο. Ο μέσος όρος ζωής των

την ηθική των ανθρώπων. Σε αυτές τις διαφανείς κοινωνίες, όπου η πρόσωπο με πρόσωπο αλληλεπίδραση αποτελεί τον κανόνα, είναι δύσκολο να ξεφύγει κανείς από τον κοινωνικό προβολέα. Ο αλτρουισμός και η αμοιβαιότητα μεταξύ συγγενών αρκούν για τη διατήρηση των κοινωνικών δεσμών.

Παρ' όλα αυτά, καθώς οι ομάδες μεγαλώνουν σε μέγεθος, η ανωνυμία εισβάλλει στις σχέσεις και η συνεργασία διακόπτεται. Μελέτες δείχνουν ότι το αίσθημα της ανωνυμίας – ακόμη και όταν είναι απατηλό, όπως όταν φοράει κανείς μαύρα γυαλιά – είναι ο φίλος του εγωισμού και της εξαπάτησης. Η κοινωνική επιτήρηση, όπως όταν είναι κανείς μπροστά σε μια κάμερα ή σε ένα ακροατήριο, έχει το αντίθετο αποτέλεσμα. Ακόμη και η ανεπάσθητη έκθεση σε σκίτσα που μοιάζουν με μάτια ενθαρρύνει την καλή συμπεριφορά προς τους ξένους.

Κάπτοις να σε κοιτάζει...

Είναι λοιπόν επόμενο το ότι οι άνθρωποι συμπεριφέρονται καλά όταν πιστεύουν ότι υπάρχει ένας θεός που παρακολουθεί τους ίδιους και τους γύρω τους. Τα ανθρωπολογικά στοιχεία υποστηρίζουν αυτή την ιδέα. Με το πέρασμα από τις μικρότερης κλίμακας ανθρώπινες κοινωνίες στις μεγαλύτερες και πιο σύνθετες οι Μεγάλοι Θεοί – ισχυροί, πανταχού παρόντες, παρεμβατικοί παρατηρητές – γίνονται όλοι και πιο διαδεδομένοι ενώ η ηθική και η θρησκεία συνδέονται όλοι και περισσότερο.

Ο Κουέντιν Ατκινσον του Πανεπιστημίου του Οκλαντ στη Νέα Ζηλανδία και ο Χάρβεϊ Γουάιτχαους του Πανεπιστημίου της Οξφόρδης ανακάλυψαν μια παρόμοια στροφή στις μορφές των τελετουργικών: καθώς οι κοινωνίες γίνονται μεγαλύτερες και πιο σύνθετες, τα τελετουργικά εξελίσσονται σε συνήθη διαδικασία και χρησιμοποιούνται για τη μετάδοση και την ενίσχυση των δογμάτων. Κατά τον ίδιο τρόπο οι έννοιες της υπερφυσικής τιμωρίας, το κάρμα, η καταδίκη και η σωτηρία, ο Παράδεισος και η Κόλαση είναι διαδεδομένες στις σύγχρονες κοινωνίες αλλά σχετικά λιγότερο συνηθισμένες στους πολιτισμούς των κυνηγών-τροφοσυλλεκτών.

Πολλά στοιχεία από διαφορετικά πειράματα δείχνουν προς την ίδια κατεύθυνση. Σε μια μελέτη επιστήμονες είπαν σε παιδιά να μην κοιτάζουν μέσα σε ένα κουτί και μετά τα άφησαν μόνα μαζί με αυτό. Εκείνα στα οποία είχαν πει ότι ένας υπερφυσικός παράγοντας ονόματι Πριγκίπισσα Αλίκη θα τα έβλεπε και είχαν πιστέψει στην ύπαρξή της, ήταν πολύ λιγότερο πιθανό να κρυφοκοιτάζουν το κουτί.

Οικονομικά παιχνίδια έχουν επίσης χρησιμοποιηθεί για τη διερεύνηση της φιλοκοινωνικής συμπεριφοράς.

Το παιχνίδι του δικτάτορα

Το παιχνίδι του δικτάτορα, για παράδειγμα, εμπλέκει δύο ανώνυμους παίκτες σε μια μεμονωμένη συναλλαγή. Ο παίκτης υπ' αριθμόν 1 παίρνει κάπτοια χρήματα και πρέπει να αποφασίσει πόσα από αυτά θα δώσει στον παίκτη υπ' αριθμόν 2. Ο παίκτης υπ' αριθμόν 2 παίρνει τα χρήματα που του δίνονται (ή και καθόλου) και το παιχνίδι τελειώνει. Πειράματα από τον Τζόζεφ Χάινριχ του Πανεπιστημίου της Βρετανικής Κολομβίας στο Βανκούβερ του Καναδά και τους συναδέλφους του διαπίστωσαν ότι, σε 15 διαφορετικές κοινωνίες από όλο τον κόσμο, όσοι πίστευαν στον Θεό του Αβραάμ έδιναν περισσότερα χρήματα από εκείνους που πίστευαν σε τοπικές θεότητες οι οποίες δεν είναι τόσο πανταχού παρούσες και δεν ασχολούνται με την ηθική. Ο συνάδελφός του Αζίμ Σαρίφ και εγώ υποβάλλαμε σκέψεις του Θεού σε εθελοντές προτού παίξουν το παιχνίδι του δικτάτορα εκθέτοντάς τους ανεπάσθητα σε λέξεις όπως θείκος, θεός και πνεύμα. Άλλοι εθελοντές έπαιξαν το παιχνίδι χωρίς θρησκευτικές υποβολές. Οι υπενθυμίσεις του Θεού είχαν ισχυρή επίδραση. Οι περισσότεροι εθελοντές στην ομάδα που δεν εκτέθηκε σε αυτές κράτησαν τα χρήματα, όμως εκείνοι που είχαν υποβληθεί στη σκέψη του Θεού ήταν πολύ πιο γενναίδωροι. Ο συνάδελφός μου Γουίλ Ζερβέ και εγώ διαπιστώσαμε ότι οι θρησκευτικές υπενθυμίσεις ενίσχυαν την αίσθηση των εθελοντών ότι βρίσκονταν υπό επιτήρηση.

Αν και οι άθεοι θεωρούν τη μη πίστη τους ένα διωτικό ζήτημα συνείδησης, οι πιστοί αντιμετωπίζουν την απουσία πίστης τους στην υπερφυσική επιτήρηση ως απειλή για τη συνεργασία και την εντημότητα.

Το σουηδικό μοντέλο

Η θρησκεία, με την πίστη της σε θεούς που παρακολουθούν και τα υπερβολικά τελετουργικά και τις πρακτικές της, αποτέλεσε μια κοινωνική κόλλα στο μεγαλύτερο μέρος της ανθρώπινης ιστορίας. Πρόσφατα όμως κάποιες κοινωνίες πέτυχαν να συντρίψουν τη συνεργασία μέσω κοινωνικών θεσμών όπως τα δικαστήρια, η αστυνομία και οι μηχανισμοί για την τήρηση των συμβάσεων. Σε ορισμένα μέρη του κόσμου, ιδιαίτερα στη Σκανδιναβία, οι θεσμοί αυτοί έχουν επιπτεύσει την παρακαμή της θρησκείας οικειοποιούμενοι τις λειτουργίες της που «χτίζουν» τις κοινωνίες. Αυτές οι κοινωνίες με τις πιο αθεϊστικές πλειονότητες – οι οποίες είναι από



Ο αθεράπευτα φυσιολάτρης Γυμανσιάρχης Κώστας Ρεκούμης με φόντο μια ανθισμένη αχλαδιά και στο βάθος τον κώνο του "Κάστρου της Οριάς".



Στο Ναύπλιο πρόκοψαν δυό Ρεκουμαίοι, τα αδέλφια ο Αποστόλης και ο Βαγγέλης που είναι τρίτα ξεδέλφια μας. Εδώ ο Βαγγέλης που επιδεικνύει υπερήφανα την βίλλα του.

Σπίτια βγαλμένα από πηλό...



Ο αρχιτέκτονας Γκέρνοτ Μίνκε με απλά, καθημερινά, ανακυκλώσιμα υλικά, όπως το ξύλο, ο πηλός και οι αχυρόμπαλες, δημιουργεί οικολογικά και αντισεισμικά κτίρια, ενώ ειδικεύεται και στους κρεμαστούς... κηπους. «Ο πηλός είναι δομικό υλικό προς τον άνθρωπο και το περιβάλλον, κρατά σταθερή θερμοκρασία και υγρασία και προσφέρει υγειεινή και ασφάλεια», τονίζει ο αρχιτέκτονας. Κρεμαστούς λαχανόκηπους, με φρέσκα κηπευτικά, στήνει στον αυλόγυρο του Γερμανικού Ινστιτούτου στη Θεσσαλονίκη και παράλληλα φτιάχνει κατασκευές με πηλό και αχυρόμπαλες. Ο διεθνούς φήμης Γερμανός αρχιτέκτονας Γκέρνοτ Μίνκε, που έχει γίνει παγκοσμίως γνωστός για τα οικολογικά σπίτια που κατασκευάζει από πηλό, έδωσε διάλεξη και δείγματα της δουλειάς του με απλά, καθημερινά και ανακυκλώσιμα υλικά. «Αναζητώ απλές λύσεις για το μπαλκόνι με κατακόρυφους κήπους για την καλλιέργεια λαχανικών, όπως και για την αναμόρφωση πράσινων, δημόσιων χώρων. Οι κατακόρυφοι κήποι αποτελούν μια μικρής κλίμακας λύση για μια οικογένεια που μπορεί να εξασφαλίσει τα λαχανικά της» δήλωσε ο καταζωμένος αρχιτέκτονας.

Η πορεία του Γκέρνοτ Μίνκε είναι γνωστή στην επιστημονική κοινότητα. Αγαπημένα του υλικά είναι ο πηλός, το ξύλο και οι αχυρόμπαλες. Με αυτά κατασκευάζει μεγάλα κτίρια, αντισεισμικά, οικολογικά, τα οποία επενδύει εξωτερικά με ειδικό σοβά. Ο πηλός είναι δομικό υλικό φιλικό προς τον άνθρωπο και το περιβάλλον, καθώς κρατά σταθερή θερμοκρασία και υγρασία, εγκλωβίζει τις τοξικές ουσίες άλλων οικοδομικών υλικών, που σε διαφορετική περίπτωση εισπνέουν οι ένοικοι του χώρου, και προσφέρει υγειεινή και ασφάλεια.

Αντώνης Καρακούσης

Προς επίδοξους νεο - λογοκριτές

Κόμματα και έντυπα, ηγέτες και εκπρόσωποι κατηγορούν συλλήβδην, με ευκολία περισσή δημοσιογράφους, εφημερίδες και ηλεκτρονικά μέσα ενημέρωσης ότι δήθεν τρομοκρατούν τον λαό, ότι δημιουργούν συνθήκες πανικού, ότι περιγράφουν σενάρια ανύπαρκτα και ότι εντέλει δεν δικαιούνται να γράφουν και να ομιλούν, εκτός και είναι υποτακτικοί και υπάκουοι.

Οστόσο, επειδή ακόμη δεν ζούμε σε καθεστώτα λογοκρισίας και ακρισίας, οφείλουμε να λέμε και να γράφουμε αυτά που αντιλαμβανόμαστε και όσα οι νοήμονες και οι έχοντες συναίσθηση των συνθηκών μεταφέρουν. Ο διεθνής Τύπος βρίθει σενάριων για την επόμενη ελληνική μέρα. Για τη μέρα που κάποια ελληνική κυβέρνηση θα αναιρέσει τα συμφωνηθέντα και θα επιτιχείρησει να ακολουθήσει αυτόνομη πορεία.

Τα ίδια τα αντιμνημονιακά κόμματα έχουν ενημέρωθει επίσης γι' αυτά, γνωρίζουν από πρώτο χέρι, με τον πιο επίσημο τρόπο, από το Γενικό Λογιστήριο του Κράτους και την Τράπεζα της Ελλάδος τι θα σημάνει για το κράτος και την ελληνική πολιτεία η τυχόν μονομερής ακύρωση της δανειακής σύμβασης και η παρεπόμενη διακοπή των χρηματοδοτήσεων από την Ευρωπαϊκή Ένωση.

Ξέρουν όλοι όσοι διεκδικούν την εξουσία τι θα συμβεί την επομένη τέτοιων επιλογών. Πόσες μέρες δηλαδή αντέχει το ελληνικό κράτος χωρίς λεφτά, πόσο οδυνηρή θα είναι για τον τόπο η διακοπή της χρηματοδότησης και ποιες θα είναι οι συνέπειες στην πληρωμή μισθών και στην απονομή των συντάξεων, τις οποίες εγγυήθηκε προσωπικώς ο ανερχόμενος ηγέτης.

Αλήθεια πως τις εγγυάται, όταν τα στελέχη του κόμματός του έμειναν και παραμένουν άφωνα τόσες ημέρες μετά την επίσημη ενημέρωση που έλαβαν από το Γενικό Λογιστήριο του Κράτους. Εκτός κι αν σκοπός τους είναι να πληρώσουν με "υποσχετικές", με χαρτάκια που θα φέρουν την ένδειξη "Η Ελληνική Δημοκρατία σας οφείλει" 500 ή 1000 ευρώ.

Οφείλουν όμως να γνωρίζουν πως αν εκδοθούν τέτοια χαρτάκια θα έχει αρχίσει η αντιστροφή μέτρηση, η συγκεκριμένη πράξη θα ισοδυναμεί με έκδοση νομίσματος και επιστροφή στη δραχμή. Και όταν θα συμβεί αυτό, ποιος είδε τον Θεό και δεν τον φοβήθηκε. Θα είναι η στιγμή που θα δραχμοποιηθούν οι καταθέσεις και τα δάνεια μπορεί να πει κάποιος. Θα περάσουμε λίγο καιρό δύσκολα και μετά θα ομαλοποιηθεί η κατάσταση. Έλα όμως που υπάρχουν λεπτομέρειες που δεν επιτρέπουν ούτε καν αυτή τη λογική σειρά των πραγμάτων.

Υπάρχουν στεγαστικά δάνεια ληφθέντα σε τρίτο νόμισμα, σε ελβετικό φράγκο για παράδειγμα, τα οποία δεν θα μπορούν να δραχμοποιηθούν και η υποχρέωση των δανειοληπτών θα συνεχίσει να τρέχει σε ξένο νόμισμα. Άλλα κι εκείνα που πιθανώς δραχμοποιηθούν είναι σε μεγάλο βαθμό εγκλωβισμένα από τις τιτλοποιήσεις που έχουν μεσολαβήσει. Το προιόν των περισσότερων δανείων, επιχειρήσεων και νοικοκυριών έχουν τιτλοποιηθεί, πράγμα που σημαίνει ότι η απαίτησή τους έχει μεταφερθεί σε τρίτους και είναι συμβολαιοποιημένη σε ξένο νόμισμα. Αυτή δεν θα πάψει να υφίσταται, θα καταστεί απαιτητή. Το ίδιο μπορεί να ισχύει για πλήθος μεγάλων ή μικρών ελληνικών επιχειρήσεων, οι οποίες είτε ευθέως, είτε μέσω του παραπάνω μηχανισμού οφείλουν σε τρίτους, σε ιδρύματα εκτός της χώρας, τα οποία θα διατηρήσουν την απαίτησή τους σε ξένο συνάλλαγμα.

Με όλα λόγια τέτοιες ανεύθυνες ακροβασίες που οι περισσότερες των αντιμνημονιακών δυνάμεων επιχειρούν μπορεί να έχουν ανυπολόγιστο κόστος και να οδηγήσουν σε προβληματικούς θέσης και στο απόλυτο χάος όλη τη χώρα.

Ως γνωστόν δεν υπάρχει πολιτική επιλογή χωρίς κόστος. χωρίς συνέπειες και επιδράσεις. Αντί λοιπόν να διεκδικείται η κατά το δυνατόν διαφανέστερη ενημέρωση ορισμένοι φαίνεται ότι υποτάχθηκαν στις σειρήνες της προπαγάνδας.

Όμως είπαμε στην πολιτική δεν υπάρχει επιλογή χωρίς κόστος.



VILLAGE MARKET PLACE

4034 W. DEMPSTER
SKOKIE, IL. 60676
PHONE: (847) 933-0900
FAX: (847) 933-9147

VILLAGE MARKET PLACE

891 E. GENEVA ST.
CAROL STREAM, IL. 60199
www.villageMarketplace.net

Village Market Place

Ο πανέμορφος αυτός εκθεσιακός χώρος στο 4034 W. Dempster, Skokie, με τα επιλεγμένα φρέσκα λαχανικά, φρούτα, είδη από Ντεϊλ, κάθε είδους κρέατα και τρόφιμα από όλα τα μέρη του κόσμου και με την τεράστια ποικιλία ελληνικών ειδών, απέκτησε πρόσφατα και ένα δίδυμο αδελφάκι, το Village Market Place στο 891 E. Geneva Rd. στο Carol Stream, IL. 601188. Phone: (630) 221-1355. Το νέο Village Market Place που εξυπηρετεί τον Ελληνισμό της Νοτιοδυτικής περιοχής του Σικάγου έχει σχεδόν τα ίδια τρόφιμα, με την ίδια ποιότητα, φρεσκάδα και ανταγωνιστικές τιμές αλλά σε χώρο ευρύτερο και πιο άνετο, έτσι ώστε με μια σας επίσκεψη αγοράζετε ό,τι χρειάζεται το σπίτι σας, όλα ποιοτικά προϊόντα και όλα σε ασυναγώνιστες τιμές. Παρακολουθείστε επίσης τα εβδομαδιαία σπέσιαλς των καταστημάτων από τα Προγράμματά μας.



Εδώ από Αρ. ο εγγονός Βαγγέλης, το ζεύγος Βαγγέλη Ρεκούμη και ο "Γυμνασιάρχης" Κώστας Ρεκούμης στον κήπο της Βίλας.



Μιά άλλη άποψη της αίθουσας όπου έλαβε χώρα η δεξίωση της Ελληνο-αμερικανικής Ακαδημίας



Στην δεξίωση ο φακός της "Ο" εντόπισε (από αρ.) το κ. Νίκο Νικολιδάκη, την "αιωνόβια" δασκάλα Τζούλια Πατριανάκου και τον Άλεξ Λάμπρου.



Η τετράδα των μαθητών του Ιδρύματος που απέδωσαν θαυμάσια ένα κωμικό σπιγμιότυπο από την "Οδύσεια" καλλιτεχνική δημιουργία του Τάκη Θεοτοκάτου.

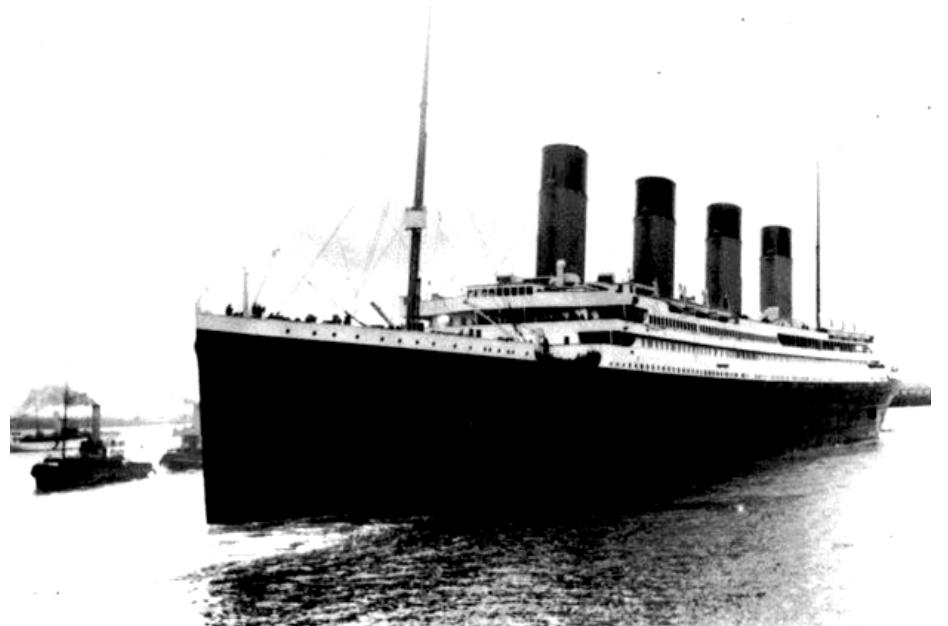
Τίτανικός, μετά 100 έτη: «Η αβύθιστη ιστορία»

Στις 15 Απριλίου, ανήμερα το Πάσχα, κλείνουν ακριβώς 100 χρόνια από τη βύθιση του θρυλικού υπερωκεάνιου.

«Ο Τίτανικός είναι η "αβύθιστη ιστορία". Κάθε γενιά την ερμηνεύει με τον τρόπο που έχει το μεγαλύτερο νόημα για εκείνη», λέει στο BHMA ο Χιού Μπρούστερ, αμερικανός συγγραφέας του «Χρυσές Ζωές, Μοιραίο Ταξίδι». Καθώς τα ξημερώματα της 15ης Απριλίου κλείνουν ακριβώς 100 χρόνια από τότε που βυθίστηκε το θρυλικό υπερωκεάνιο, παρασύροντας στο θάνατο 1.523 ανθρώπους, το ενδιαφέρον για τον Τίτανικό είναι πιο ζωηρό από ποτέ.

Γιατί συναρπάζει, τόσο πολύ ακόμη, η ιστορία του Τίτανικού;

«Αν δεν είχε γίνει το ναυάγιο του Τίτανικού θα έπρεπε να το εφεύρουμε. Ο Τίτανικός είναι η πιο δυνατή σύγχρονη παραβολή και η πιο συχνή μεταφορά για την καταστροφή.



Εκφράσεις όπως "αλλάζοντας θέση στις ξαπλώστρες του Τίτανικού" δεν χρειάζονται εξήγηση: συμβολίζουν το μάταιο εγχείρημα. Σε μια εποχή όπου έχουμε λίγες μεταφορές, οι οποίες γίνονται αμέσως κατανοητές - οι αναφορές σε κλασικά κείμενα και στη Βίβλο δεν είναι ευρέως γνωστές σήμερα - όλοι καταλαβαίνουν τί σημαίνει Τίτανικός.

Η ζωή και ο θάνατος των πλουσίων της πρώτης θέσης, αλλά και των φτωχών της τρίτης, που μετανάστευαν αναζητώντας μια νέα αρχή στις ΗΠΑ, το θάρρος και η αυτοθυσία - αξεσ που θαυμάζουμε - αλλά και η δειλία, η υπεροψία κάποιων άλλων, συναρπάζουν τον κόσμο περισσότερο από άλλες ιστορίες καταστροφής. Παραμονές της 100ής επετείου, ναυάγια όπως του Costa Concordia δείχνουν και σήμερα την ανθρώπινη αλαζονεία και την αποτυχία της τεχνολογίας.

Ακούγεται συχνά ότι το ναυάγιο του Τίτανικού σήμανε «το τέλος μιας εποχής».
Είναι;

Με τον Α' Παγκόσμιο Πόλεμο τελείωσε η εδουαρδιανή περίοδος στην Αγγλία, και η λεγόμενη Χρυσή Εποχή στην Αμερική. Μερικοί βλέπουν τον Τίτανικό σαν συμβολικό κώδωνα κινδύνου προς μια αυτάρεσκη κοινωνία, γεμάτη ταξικές διακρίσεις, που όδειπος ολοταχώς, χωρίς να το ξέρει, προς την καταστροφή, στα χαρακώματα του Δυτικού Μετώπου.

Θα ξεχαστεί, ο Τίτανικός μόλις τελειώσουν οι εκδηλώσεις για τα 100 χρόνια; Το αντίθετο. Ο Τίτανικός θα συνεχίζει να ταξιδεύει στη συλλογική μας μνήμη για πολλά χρόνια ακόμη, με τα διαχρονικά μαθήματα για τον ηρωισμό, την αυτοθυσία, αλλά και για τους κινδύνους της απληστίας και της τεχνολογικής ύβρεως που διδάσκει.

ERIC'S AUTOMOTIVE, INC.

815 E. RAND RD. ARLINGTON HEIGHTS,

IL. 60004

PHONE: (847) 590-9688

FAX: (847) 590-9689

Ο γνωστός στην παροικία μας μηχανικός αυτοκινήτων Πήτ Γιαννακάκος μαζί με τους γυιούς του, τον Σταύρο και τον Αργύρη μόλις άνοιξαν ένα καινούριο Συνεργείον Αυτοκινήτων το «ERIC'S AUTOMOTIVE, INC.» στο 815 W. RAND RD., ένα τετράγωνο Δυτικά από την διασταύρωση των δρόμων Arlington Κeights και Rand μαζί με το πρατήρια βενζίνης Mobil.

Τώρα οι ομογενείς των Βορειοδυτικών περιοχών μπορούν να τηλεφωνήσουν στο (847) 590-9688 και να κάνουν κάθε είδους επισκευή στο οποιασδήποτε μάρκας αυτοκίνητο οδηγούν στον μηχανικό με την 30χρονη πείρα, τον Πήτ Γιαννακάκο. Θα του εξηγήσουν στην γλώσσα μας το πρόβλημα και θα κοιμούνται με το κεφάλι τους ήσυχο γιατί το αυτοκίνητό τους επισκεύαστηκε σωστά, επαγγελ-ματικά, με χαμηλές τιμές και με εγγύηση της εργασίας του Πήτερ.

ERIC'S AUTOMOTIVE INC.: Διαθέτομε επίσης και TOWING SERVICE (Οδική Βοήθεια) 24 ώρες το 24ωρο. Τηλέφωνο (224) 623-4730.

Η ΕΠΙΣΤΗΜΗ ΣΤΗΝ ΖΩΗ ΜΑΣ

Κεφαλαλγία: μία από τις δέκα αναπηρίες



Τη συχνότερη αιτία των επισκέψεων των πασχόντων στα ιατρεία, στα Κέντρα Υγείας και στα Νοσοκομεία αποτελεί η κεφαλαλγία. Σύμφωνα με τη συντονίστρια διευθύντρια του Γενικού Νοσοκομείου Αθήνας «Γ. Γεννηματάς» και πρόεδρο της Ελληνικής Εταιρείας Κεφαλαλγίας κυρία Κλημεντίνη Ε. Καραγεωργίου, η κεφαλαλγία αποτελεί μία από τις δέκα αναπηρίες, σύμφωνα με την ταξινόμηση του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας (ΠΟΥ).

Η κεφαλαλγία εμφανίζεται σε όλες τις ηλικίες, κυρίως όμως αφορά τις νεότερες παραγωγικές ηλικίες, από 15-50 ετών, χωρίς να φείδεται της παιδικής και εφηβικής ηλικίας. Επηρεάζει άμεσα και έμμεσα την καθημερινή δραστηριότητα, ποιότητα ζωής, εργασία και παραγωγικότητα του πάσχοντος.

Έχει υπολογισθεί σε πρόσφατη μελέτη η τεράστια οικονομική επίδραση της, που συνδέεται με το άμεσο κόστος (επίσκεψη σε γιατρούς, φάρμακα, νοσηλεία, νοσηλευτική φροντίδα) καθώς και το έμμεσο (απώλεια ωρών εργασίας ή ακόμη και της ίδιας της εργασίας, μείωση παραγωγικότητας). Σύμφωνα με την πρόσφατη μελέτη Εφσομιθυ (2011), το συνολικό κόστος για την κεφαλαλγία στην Ευρώπη είναι 173 δισεκατομμύρια ευρώ και ειδικά για την ημικρανία 111 δισεκατομμύρια ευρώ.

«Καμίνι» η Ελλάδα στα επόμενα 90 χρόνια

Επιστημονικοί χάρτες του Ευρ. Οργανισμού Περιβάλλοντος δείχνουν αύξηση της θερμοκρασίας έως και 2,5 βαθμούς

Θερμότερη κατά 1,5° Κελσίου θα είναι η Ευρώπη την περίοδο 2021-2050 και κατά 3° Κελσίου την τριακτακονταετία 2071 - 2100, σε σύγκριση με τα χρόνια αναφοράς 1960-1990. Αυτό προκύπτει από τις προγνώσεις του ευρωπαϊκού προγράμματος «ΕΞΤΕΝΒΜΕΤ».

Μεγαλύτερη αύξηση αναμένεται ότι θα έχει η μέση θερμοκρασία στην Ανατολική Σκανδιναβία, στη Νότια και Νοτιοανατολική Ευρώπη, συμπεριλαμβανομένης και της Ελλάδας. Ωστόσο, τα κλιματικά μοντέλα δείχνουν άνοδο του υδραργύρου σε όλες τις περιοχές της ευρωπαϊκής ηπείρου με ελάχιστη αύξηση της μέσης θερμοκρασίας τους 0.4° Κελσίου και μέγιστη τους 2.5° Κελσίου στην Ανατολική Μεσόγειο.

Οι εμπειρογνώμονες στον Ευρωπαϊκό Οργανισμό Περιβάλλοντος (Εφσοπεαξ Εξισονεξ Αηεξγ - ΕΕΑ) παρήγαγαν μια σειρά διαδραστικών ευρωπαϊκών χαρτών οι οποίοι παρουσιάζουν τις αλλαγές στη θερμοκρασία και την βροχόπτωση για αυτόν τον αιώνα.

Ετήσια αλλαγή θερμοκρασίας κατά την περίοδο 2021 - 2050.

Για την περίοδο 2071-2100, τα επιστημονικά μοντέλα προβλέπουν ότι η Ευρώπη θα είναι κατά μέσον όρο 3° Κελσίου θερμότερη από ότι την περίοδο 1960-1990. Μάλιστα, στη Βορειοανατολική Σκανδιναβία η θερμοκρασία μπορεί να είναι έως και 6° Κελσίου υψηλότερη από την περίοδο αναφοράς, ενώ η λεκάνη της Μεσογείου και ορισμένες περιοχές της

Ανατολικής Ευρώπης θα δουν επίσης πολύ σημαντικές αλλαγές (έως 2,5° Κελ-σίου).

Η θερμοκρασία σε όλη την Ευρώπη αναμένεται ότι θα είναι τουλάχιστον 1,5° Κελσίου αυξημένη το διάστημα 2021 - 2050 σε σύγκριση με την περίοδο 1960-1990. Ιδιαίτερο ενδιαφέρον, σύφωνα με τους ειδικούς του Ευρωπαϊκού Οργανισμού Περιβάλλοντος, έχουν οι μεγάλες θερμοκρασιακές διαφορές που προκύπτουν μεταξύ θερινής και χειμερινής περιόδου. Οι

διαδραστικοί χάρτες παρουσιάζουν τις μεγαλύτερες αλλαγές κατά τη διάρκεια των χειμώνων σε Σκανδιναβία και Ανατολική Ευρώπη. Η μεγαλύτερη άνοδος θερμοκρασίας διαφαίνεται στα μεσογειακά καλοκαίρια.

Οι υψηλότερες θερμοκρασίες θα οδηγήσουν σε μια αύξηση των επεισοδίων καύσωνα και των ξηρασιών, φαινόμενα που θα επηρεάσουν τα υδάτινα αποθέματα, τη γεωργική παραγωγή και τη δημόσια υγεία.

Μείωση έως και 15% των βροχοπτώσεων στον ευρωπαϊκό νότο

Οι προβλέψεις για την ετήσια μείωση των βροχοπτώσεων στην Ευρώπη παρουσιάζουν διαφοροποιήσεις. Για τη μέση ετήσια βροχόπτωση στις βόρειες περιοχές τα μοντέλα προβλέπουν αύξηση έως και 15% ενώ στις νότιες περιοχές της Μεσογείου προβλέπεται μείωση έως και 15%. Για την περίοδο 2021-2050 αναμένεται αύξηση των χειμερινών βροχοπτώσεων και μείωση των θερινών βροχών σε όλη τη Γηραιά Ήπειρο.

Τι σημαίνει αυτό; Η αυξανόμενη βροχόπτωση στις βόρειες περιοχές μπορεί να οδηγήσει σε περισσότερες πλημμύρες. Η σαφής πρόβλεψη μειωμένων βροχοπτώσεων στον Νότο παράλληλα με την αύξηση της θερμοκρασίας, όπως εκτιμούν οι ειδικοί επιστήμονες, θα

Προσπαθήστε να μην ξεπερνάτε τη μία γλυκιά λιχουδιά την ημέρα

Η ζάχαρη μοιάζει, ίσως όσο καμία άλλη τροφή, με νόμισμα που έχει δυο πλευρές: αποτελεί καύσιμο για τον οργανισμό, χαρίζοντας ενέργεια, πολύτιμη για τη λειτουργία του, αλλά ταυτόχρονα είναι και ύπουλος εχθρός. Κρύβεται άλλωστε σε πλείστα όσα τρόφιμα, θεωρητικώς αθώα.

Οι κατηγορίες που έχουν διατυπωθεί για το προϊόν του ζαχαροκάλαμου επισκιάζουν συχνά τα οφέλη της. Η ζάχαρη περιέχει απλά σάκχαρα, απαραίτητα στην καθημερινή διατροφή, ιδιαίτερα όταν απαιτείται άμεση τόνωση και ενέργεια. Τα σάκχαρα αυτά έχουν την ιδιότητα να αυξάνουν γρήγορα τα επίπεδα της γλυκόζης στο αίμα, κατεξοχήν «τροφής» του εγκεφάλου και των μυών.

Απλά σάκχαρα δεν περιέχει ασφαλώς μόνον η ζάχαρη, αλλά και το μέλι και τα φρούτα. Σύμφωνα με τους διαιτολόγους, σε μια ισορροπημένη διατροφή οι θερμίδες από τη ζάχαρη, το μέλι και τα φρούτα καλό είναι να καλύπτουν το 10% των συνολικών ημερήσιων θερμίδων. Προσπαθήστε να μην υπερβαίνετε αυτό το ποσοστό: το πλεόνασμα των απλών σάκχαρων αποθηκεύεται στον οργανισμό ως λίπος. Φροντίστε, επίσης, να καταναλώνετε τρόφιμα που περιέχουν απλά σάκχαρα όταν χρειάζεστε να τονώσετε άμεσα την ενεργητικότητά σας.

Η αναγκαιότητα της ζάχαρης

Στο πρωινό: τα σάκχαρα θα δώσουν άμεσα ενέργεια στον οργανισμό σας. Βάλτε μέλι ή μαρμελάδα στις φρυγανίες και ζάχαρη στον καφέ σας.

Πριν τη γυμναστική: μία ώρα προτού αθληθείτε, τροφοδοτήστε τον οργανισμό σας με σάκχαρα, τα οποία παρέχουν στους μυς την απαραίτητη γλυκόζη που θα χρειαστούν κατά τη διάρκεια της άσκησης.

Όταν είστε κουρασμένοι: πολύ συχνά το αίσθημα κόπωσης οφείλεται στα χαμηλά επίπεδα της γλυκόζης στο αίμα.

Στο γραφείο: αν παραλείψατε το πρωινό γεύμα, επανορθώστε στο γραφείο, τρώγοντας για παράδειγμα ένα γιαούρτι με μία κουταλιά μέλι.

Όταν δεν μπορείτε να συγκεντρωθείτε: μία γλυκιά μπουκιά μπορεί να ενισχύσει την ικανότητα συγκέντρωσής σας.

Όταν έχετε στρες: οι ορμόνες του στρες μπορούν να επηρεάσουν τα επίπεδα της γλυκόζης στο αίμα. Υρώγοντας σάκχαρα,

αυξάνεται η γλυκόζη του αίματος.

Προσοχή στην κατανάλωση

Σύμφωνα με τη British Dietetic Association, η συνιστώμενη ημερήσια κατανάλωση πρόσθετων σακχάρων (π.χ. μέλι, γλυκά, μαρμελάδες, αναψυκτικά) και απλής ζάχαρης δεν πρέπει να ξεπερνά το 10% της συνολικής ημερήσιας ενεργειακής πρόσληψης. Ποσοστό που ισοδυναμεί με περίπου 50 γρ. απλών σακχάρων την ημέρα για μια διάτα 2.000 θερμίδων. Η κακή είδηση, που προέρχεται από το Τμήμα Περιβάλλοντος, Τροφίμων και Αγροτικών Υποθέσεων (DEFRA) της Βρετανίας, δείχνουν ότι το όριο αυτό υπάρχει για να καταστραγείται...

Το σημαντικό στην κατανάλωση είναι, αφενός μεν να υπάρχει αίσθηση των «μερίδων» (η μαρμελάδα είναι πλούσια σε ζάχαρη, αλλά συνήθως καταναλώνεται σε μικρές ποσότητες), αφετέρου δε να προτιμώνται τροφές που δεν θεωρούνται επιβαρυμένες, δηλαδή τροφές που εμπειρίζουν λιγότερο από 5 γρ. προϊόντος.

Ο καλύτερος τρόπος ελέγχου της ποσότητας ζάχαρης που προσλαμβάνεται καθημερινά, είναι ασφαλώς το σπιτικό φαγητό.

Υπάρχουν όμως και μικρές πρακτικές συμβουλές - τρυκ, που μπορούν να απεγκλωβίσουν από την υπέρμετρη κατανάλωσή της. Επιλέξτε δημητριακά ολικής άλεσης και βρόμη, αντί γι' αυτά που περιέχουν ζάχαρη.

Μειώστε την κατανάλωση αναψυκτικών.

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΩΡΑ

ΜΗΝΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ ΓΡΑΜΜΕΝΗ ΑΠΟ ΤΟΝ ΔΗΜΟΣΙΟΓΡΑΦΟ ΓΙΩΡΓΟ ΣΚΛΑΒΟΥΝΗ

«ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΟ ΦΑΚΕΛΩΜΑ»

Αρχίζει στις επόμενες ημέρες το μεγαλύτερο «ηλεκτρονικό φακέλωμα» όλων των εποχών για τους Έλληνες φορολογούμενους σε μια προσπάθεια του υπουργείου Οικονομικών να έχει από όλους τους φορείς τα στοιχεία κάθε φορολογούμενου, έτσι ώστε να μην κρίνεται αναγκαία ακόμα και η υποβολή της φορολογικής δήλωσης...

Ήδη με το «φακέλωμα» αυτό που θα ισχύει από τον προηγούμενο χρόνο, δηλαδή, από το 2011, το υπουργείο Οικονομικών θα έχει στα χέρια του όλες τις κινήσεις λογαριασμών, πιστωτικών καρτών, χορηγήθεντων δανείων, περιεχόμενα τραπεζικών θυρίδων, λογαριασμούς ρεύματος, νερού και τηλεφώνου, σταθερού και κινητού, χρηματιστηριακές συναλλαγές, αγορές χρυσών λιρών, ακόμα και δαπάνες ιδιωτικών και κρατικών νοσοκομείων.

-Αμεσος στόχος:

Ο εντοπισμός των φορολογούμενων που αποκρύπτουν τα πραγματικά τους εισοδήματα ή πραγματοποιούν υψηλές δαπάνες χωρίς αυτές να δικαιολογούνται από τα δηλωθέντα εισοδήματά τους.

Με τη διαδικασία αυτή ο κάθε φορολογούμενος, θα έχει «ηλεκτρονικό φάκελο», τα στοιχεία του οποίου θα διακρατούνται από τη Γενική Γραμματεία Πληροφοριακών Συστημάτων.

Με το ηλεκτρονικό αυτό «φακέλωμα» κάθε συναλλαγή-εμπορική ή τραπεζική-θα ελέγχεται από όλες τις μεριές, με αποτέλεσμα σιγά-σιγά να ξέρει το κράτος την ετήσια οικονομική και καταναλωτική διαχείριση του κάθε φορολογούμενου σε σχέση με εκείνα που εισπράττει από διάφορες «πηγές»...

Δυναμικές λοιπόν αλλαγές για να παταχθεί η φοροδιαφυγή με βάση τα αμερικάνικα πρότυπα...

ΜΠΡΑΒΟ ΣΤΟ ΙΔΡΥΜΑ «ΣΤΑΥΡΟΣ ΝΙΑΡΧΟΣ»

Μπράβο λοιπόν στο Ίδρυμα «Σταύρος Νιάρχος» που με το ποσό των 544.00 ευρώ, απόκτησε πριν από λίγες ημέρες σε δημοπρασία του Λονδίνου, το ασημένιο κύπελλο του Σπύρου Λούνη.

Το κύπελλο αυτό δημοπρατήθηκε για οικονομικούς λόγους από τον εγγονό του μεγάλου Έλληνα αθλητή κ. Σπύρο Λούη-που έχει το ίδιο ονοματεπώνυμο με τον παππού του- και σχεδιάστηκε από τον Μισέλ Μπρελ και απονεμήθηκε στον πρώτο μαραθωνίκη στους Ολυμπιακούς Αγώνες του 1896 στην Αθήνα.

Το κύπελλο αυτό θα εκτίθεται προσεχώς και μόνιμα στο Κέντρο Πολιτισμού του ιδρύματος «Σταύρος Νιάρχος» και έως ότου το εν λόγω έργο αποπερατωθεί, το ίδρυμα θα ανακοινώσει στις επόμενες ημέρες σε ποιόν χώρο προσωρινά θα εκτίθεται το κύπελλο του Σπύρου Λούνη...

Αξίζει να σημειώσουμε ότι στη δημοπρασία βρισκόταν και εκπρόσωπος του Δήμου Αμαρουσίου που είχε συγκεντρώσει από δωρεές το ποσό των 300.000 ευρώ για να αγοράσει το κύπελλο, μόνο που το τίμημα πώλησης ανέβηκε κι ευτυχώς που βρέθηκε το ίδρυμα «Σταύρος Νιάρχος»!

ΣΚΕΨΕΙΣ

Στη δημοσιότητα το πόρισμα για τη μεγάλη ληστεία της Εθνικής Πινακοθήκης, όπου σύμφωνα με τα όσα αναφέρει, οι μπαταρίες των «συστημάτων συναγερμού», ήταν άδειες και κανείς δε τις φόρτιζε (!!), αφήνοντάς τες έτσι ανενεργές και ως εκ τούτου ακινδυνες, ενώ ορισμένοι φύλακες ήταν αποσπασμένοι σε άλλες κρατικές υπηρεσίες... Τις σχετικές ευθύνες λοιπόν για αυτή την κλοπή ποιος ή ποιοι θα τις «χρεωθούν»;

ΠΑΜΕ ΣΕ ΝΕΕΣ ΕΚΛΟΓΕΣ

Δεν τα «βρήκαν» λοιπόν οι πολιτικοί αρχηγοί στην πρόσφατή τους συνδιάσκεψη υπό την προεδρία του Προέδρου της Δημοκρατίας και ξαναπάμε σε νέες εκλογές, σε μια ύστατη προσπάθεια, να δημιουργηθούν κατά τέτοιο τρόπο τα «πολιτικά δρώμενα», προκειμένου να εκλεγεί αυτοδύναμη κυβέρνηση ή να σχηματισθεί «σίγουρη» κυβέρνηση εθνικής ενότητας.

.Ο ΑΚΗΣ ΣΤΗ ΦΥΛΑΚΗ, Ο ΜΗΤΡΟΠΑΝΟΣ ΣΤΟΝ ΟΥΡΑΝΟ ΚΑΙ Η ΕΚΚΛΗΣΙΑ ΣΤΟ ΛΑΟΙ..

Την ώρα που ο δημοφιλής τραγουδιστής Δημήτρης Μητροπάνος άφηνε την τελευταία του πνοή, την ίδια περίπου ώρα έμπιπανε στις Φυλακές Κορυδαλλού ο πρώην υπουργός των κυβερνήσεων Άκης Τσοχατζόπουλος.

Και τα δυο αυτά γεγονότα σήμερα και που τα προλάβαμε λόγω μιας μικρής καθυστέρησης που είχαμε με το τυπογραφείο.

Στη φυλακή λοιπόν ο Άκης Τσοχατζόπουλος μετά την απόφαση του προέδρου Πρωτοδικών κ. Μαλλιά και του εισαγγελέα κ. Βούλγαρη να προφυλακιστεί με το αιτιολογικό ότι στο πρόσωπό του συγκεντρώνοντας όλες εκείνες οι «προϋποθέσεις» που ορίζει ο νόμος, θεωρώντας τον οποίο είναι ύποπτος που φυγή και επικίνδυνος για τη τέλεση νέων αδικημάτων.

Η βασική κατηγορία σε βάρος του πρώην πολιτικού είναι το «ξέπιμα χρήματος» που καλλιεργούταν με τη βοήθεια «οφ σορ» εταιρειών που δρούσαν στα «πλυντήρια» βρόμικου χρήματος και που στη συνέχεια αγοράζονταν ακίνητα για λογαριασμό του Ακη Τσοχατζόπουλου.

Από την άλλη μεριά «έχασε το τρένο» της ζωής ο δημοφιλής Δημήτρης Μητροπάνος και η κηδεία του θα γίνει την Πέμπτη στο Α Νεκροταφείο Αθηνών.

Ο Δημήτρης Μητροπάνος, γεννήθηκε πριν από 64 χρόνια στα Τρίκαλα και τα τελευταία χρόνια είχε προβλήματα υγείας και μάλιστα σχετικά πρόσφατα έκανε μεταμόσχευση νεφρού που δότρια ήταν η αιδερφή του. Σήμερα όμως, βρήκε τον θάνατο από έμφραγμα.

Δυο σημερινές ειδήσεις δημοσιογραφικά και κοινωνικά «κακές»...

Και επειδή δε πρέπει να έχουμε και τις «καλές» ειδήσεις να σημειώσουμε ότι σε αυτές τις δύσκολες ημέρες που διανύει η ελληνική κοινωνία και ειδικότερα ένα ικανό μέρος της που δεν έχει τα απαραίτητα χρήματα για να τα βγάλει πέρα, η ελληνική Εκκλησία με το φιλανθρωπικό της έργο στέκεται στο ύψος των περιστάσεων.

Ήταν παρόυσα και στην περίοδο των εορτών.

Και εξακολουθεί να στέκεται στο πλευρό όλων εκείνων που υποφέρουν από στέγη και από φαγητό...

Έτσι φτωχοί Έλληνες, αλλά κι αλλοδαποί, άποροι και ορφανά παιδιά βρήκαν έστω λίγη αγάπη και συντροφιά από την ελληνική Εκκλησία και με «μπροστάρη» τον ίδιο τον αρχηγό της τον Αρχιεπίσκοπο Αθηνών και Πάσας Ελλάδος κ. Ιερώνυμο.

Μακάρι η ελληνική Εκκλησία να καλλιεργήσει ακόμα πιο πολύ αυτό το θεάρεστο της φιλανθρωπικό έργο, έτσι ώστε να καλύπτει σε μόνιμη βάση τους «αποδεδειγμένα» μη έχοντες Έλληνες.

Η ΕΘΝΙΚΗ ΜΑΣ ΔΥΝΑΜΗ!

Η Ελλάδα έχει πνευματική δύναμη μεγάλη και γιαυτό, ποτέ δε θα πάψει να υπάρχει και πάντα θα πρωτοστατεί σε παγκόσμιο επίπεδο στο πεδίο των ανθρωπίνων εκδηλώσεων. Μπορεί στην οικονομία να ζοριζόμαστε, αλλά αυτό είναι κάτι που με την πάροδο του χρόνου θα ξεπεραστεί, αλλά η πραγματική μας «δύναμη», είναι για άλλη μια φορά η νεολαία μας, που είναι αλήθεια ότι κι αυτή δοκιμάζεται άγρια από την ανεργία.

Όμως η νεολαία μας αυτή, είναι και η μεγάλη μας αισιοδοξία και μιά της έκφανση θα τη διαπιστώσετε παρακάτω:

Οι Έλληνες φοιτητές της Νομικής Αθηνών, αναδείχθηκαν δεύτεροι σε εικονική δίκη Ρωμαϊκού Δικαίου, αφήνοντας πίσω τους ομάδες των πασίγνωστων και των περίφημων πανεπιστημάτων του Κέμπριτζ και της Οξφόρδης, ενώ θα πρέπει να σημειώσουμε ότι το 2010 το Πανεπιστήμιο Αθηνών κατέκτησε το πρώτο βραβείο και πέρσι έφτασε στο μεγάλο τελικό!

ΣΚΕΨΕΙΣ

Κι όμως οι τιμές στα περισσότερα εμπορικά καταστήματα έχουν πέσει ή αν θέλετε κατεβαίνουν συνεχώς, βλέποντας και παρατηρώντας αυτή την πρόσφατη εμπορική δίκη της ελληνικής αγοράς. Λόγου χάρη, με 50 ευρώ μπορείς κάλλιστα να αγοράσεις αρκετά ρούχα και να είσαι ενδυματολογικά κι εποχιακά αυτάρκης. Και μια που ο τομέας ένδυσης στην Ελλάδα δεν

πάει καθόλου καλά, καλά θα κάνουν οι Έλληνες επιχειρηματίες και καταστημάτριχες να τα πουλάνε σε λογικές τιμές...

ΠΡΟΧΩΡΑ ΑΚΑΘΕΚΤΟΣ Ο κ. ΜΙΤΡΟΠΝΕΙ!

Όχι μόνο είναι ανεπίσημα ο υποψήφιος του Ρεπουμπλικανικού κόμματος για την προεδρία τη Αμερικής, αλλά ήδη μεθόδευε τον προεκλογικό του αγώνα επενδύοντας στα λάθη του νυν Αμερικανού προέδρου κ. Μπαράκ Ομπάμα και τα οποία θα αρχίσει, σύμφωνα με το επικοινωνιακό του επιπλεόν, να τα δημοσιοποιεί ανά τημάτινη, έτσι ώστε ο Αμερικανός ψηφοφόρος να μπορεί

ΜΗΝΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ ΓΡΑΜΜΕΝΗ ΑΠΟ ΤΟΝ ΔΗΜΟΣΙΟΓΡΑΦΟ ΓΙΩΡΓΟ ΣΚΛΑΒΟΥΝΗ

στην περιφέρεια.

* Πάντως στην Αθήνα το αρνί έγινε ανάρπαστο!!!

* Δεν είναι αποδεκτό ο Ευρωπαίος ψηφοφόρος στην πραγματικότητα να πληρώνει για την επανακεφαλαιοποίηση των ελληνικών κομμάτων δηλώνει ο κοινοβουλευτικός ηγέτης των Ευρωπαίων Φιλελευθέρων κ. Γκι Φερκόφσταντ επανερχόμενος στο θέμα της χρηματοδότησης των ελληνικών πολιτικών κομμάτων και τονίζει, μεταξύ άλλων: « Ενώ πολλές ευρωπαϊκές χώρες αναθεωρούν το σύστημα χρηματοδότησης των κομμάτων τους για να προσαρμοστούν στις συνθήκες της κρίσης, η ελληνική πολιτική τάξη δεν δίνει το καλό παράδειγμα» και διερωτάται: «Για ποιο λόγο να προχωρήσουμε με το δεύτερο πακέτο διάσωσης, αν τα δυο μεγαλύτερα ελληνικά κόμματα δε δείχνουν να αλλάζουν; »

ΡΟΥΜΑΝΟΙ, ΒΟΥΛΓΑΡΟΙ ΚΑΙ ΓΕΩΡΓΙΑΝΟΙ ΣΤΗΝ ΚΛΕΨΙΑ...

Ρουμάνοι, λοιπόν, Βούλγαροι και Γεωργιανοί εξπέρι των διαρρήξεων στην Ελλάδα...

Πρώτοι και καλύτεροι οι Ρουμάνοι που από τη μια μεριά είναι κυριολεκτικά αίλουροι ανεβαίνοντας με σχετική ευκολία σε τοίχους και σε μπαλκόνια και από την άλλη ξεκλειδώνουν με τη μέθοδο του κεριού. Το χώνουν στο εσωτερικό της κλειδαριάς, το βγάζουν με το σχήμα του κλειδιού και στη συνέχεια φτιάχνουν αντικλείδι ...

Οι Βούλγαροι ξεκλειδώνουν τις πόρτες με τη βοήθεια του σπρέι. Ψεκάζουν, δηλαδή, με φρέον τις κλειδαριές και μέσα σε λίγα δευτερόλεπτα τις σπάνε με ευκολία...

Οι Γεωργιανοί είναι άκρως βίαιοι και μπαίνουν στα σπίτια με πιστόλια και με λοστούς...

Να τα «χαιρόμαστε» όλα αυτά τα καθάρματα...

ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΜΗΤΡΟΠΑΝΟΣ

Ένας κυριολεκτικά λατρεμένος λαϊκός τραγουδιστής σε ηλικία 64 χρόνων μας άφησε πριν από λίγες ημέρες χρόνους κι ασφαλώς ο Δημήτρης Μητροπάνος είναι ένας τραγουδιστής που δύσκολα θα αντικατασταθεί λόγω αυτής της ιδιαίτερης χροιάς που είχε η φωνή του.. Ένας τραγουδιστής που πρωτεμφανίστηκε στα 16του χρόνια, βοηθήθηκε στα πρώτα χρόνια από τον Γιώργο Ζαμπέτα και που στα 18του έβγαλε τον πρώτο του δίσκο με τίτλο «Θεσσαλονίκη». Ένας ορίτζιναλ λαϊκός τραγουδιστής δεν υπάρχει πλέον...

«ΤΕΣΣΕΡΑ» ΚΑΙ ΖΕΜΑΤΑΝΕ!..

Τέσσερα μεγάλα θέματα εξωτερικής πολιτικής θα κληθεί να αντιμετωπίσει η επόμενη ελληνική κυβέρνηση.

Στην πρώτη περίπτωση στις 20-21 Μαΐου, η Σύνοδος του ΝΑΤΟ στο Σικάγο, όπου οι Σκοπιανοί θα επιχειρήσουν να εντάξουν στην ατζέντα της είσοδό τους στη συμμαχία.

Στη δεύτερη περίπτωση την 1^η Ιουλίου η Κύπρος αναλαμβάνει την προεδρία της Ευρωπαϊκής Ένωσης και αναμένεται αντίδραση πολύπλευρη από την Τουρκία.

Στην τρίτη περίπτωση η Ελλάδα θα πρέπει να τελειώνει με τις ΑΟΖ με τις γειτονικές της χώρες. Θα πρέπει, δηλαδή, να ορίσει Αποκλειστικές Οικονομικές Ζώνες με Αλβανία, Λιβύη, Αίγυπτο και Κύπρο.

Στη τέταρτη περίπτωση κι εφόσον η Ελλάδα επιθυμεί να εκμεταλλευτεί τον φυσικό της πλούτο, σαφώς και θα πρέπει να τα «βρει» με την Τουρκία ως προς την οριοθέτηση της υφαλοκρηπίδας.

Κρατείστε λοιπόν αυτά τα τέσσερα θέματα επειδή ως το τέλος του χρόνου θα βρίσκονται με τον άλφα ή με τον βήτα τρόπο στο προσκήνιο.

Υπάρχει όμως και κάποιο άλλο θέμα που θα πρέπει να διερευνηθεί και να καταλήξει σε μια συγκεκριμένη εθνική διπλωματική τοποθέτηση.

Και το θέμα αυτό αφορά το ελληνικό ενεργειακό...

Η Μόσχα ήδη είναι «εκνευρισμένη» που η ελληνική κυβέρνηση δε τη λαμβάνει υπόψη για συνεργασία στο θέμα της ενέργειας, ενώ η Ουάσινγκτον αντιδρά στο

ενδεχόμενο να έχει η Ρωσία το «πάνω χέρι» στο ελληνικό ενεργειακό κάτι που από το 2011 το έχει θέσει ευθέως στον τότε πρωθυπουργό κ. Παπανδρέου, η Αμερικανίδα υπουργός Εξωτερικών κ. Χίλαρι Κλίντον...

«ΤΡΕΧΟΥΝ» ΤΑ ΓΕΡΟΝΤΑ...

Τόσο στην Ελλάδα όσο και στο εξωτερικό τα πολιτικά γεγονότα «τρέχουν» με μεγάλη ταχύτητα και σίγουρα εκεί στο τερματισμό τους θα μας φέρουν μεγάλες αλλαγές και μεγάλες εκπλήξεις.

Στη Ελλάδα άλλοι πολιτικοί φυλακίζονται, άλλοι δεν θα είναι υποψήφιοι μπροστά στο φόβο των ... γιασουριών και κάποιοι άλλοι που ονειρεύονται «μεγαλεία» θα πάθουν πολιτική πανωλεθρία...

Στη Γαλλία για πρώτη φορά ο Γάλλος πρόεδρος κ. Σαρκοζί διαβλέπει ότι ο βασικός του πολιτικός αντίπαλος είναι έτοιμος ή μάλλον «λίγο θέλει» για να τον διαδεχθεί στην εξουσία...

Στην Ισπανία με το ζόρι «κρατιέται» η χρεοκοπία...

Στην Ιταλία ο πρωθυπουργός της προσπαθεί να κρατήσει στον «ίσο» δρόμο την εθνική οικονομία που έχει αρχίσει και «φτύνει λάδια»...

Στην Αμερική διόλου απίθανο ο πρόεδρος της κ. Μπαράκ Ομπάμα να παραχωρήσει τον ερχόμενο Νοέμβριο το αξιώμα του στον κ. Μιτ Ρόμνεϊ...

Ένας, δηλαδή, πολιτικός κόσμος που «αγκομαχεί» στην περπατησία του και που κινδυνεύει να μείνει στο δρόμο από υπερκόπωση ή να «πεθάνει» από έμφραγμα...

ΤΟ ΔΕΥΤΕΡΟ ΑΥΤΟΚΙΝΗΤΟ

Σίγουρα ένα δεύτερο αυτοκίνητο το χρόνο κοστίζει πάνω 2.000 ευρώ και με βάση αυτό το δεδομένο είναι πολύ φρόνιμο σε εκείνους που επιθυμούν να έχουν λιγότερα έξδα τον χρόνο να απαλλαχθούν από την παρουσία του με κάθε τρόπο... Οι καιροί είναι δύσκολοι και μια οικογένεια με λίγους πόρους είναι αδύνατον να διατηρεί πάνω από ένα αυτοκίνητο ... Και η εκτίμηση αυτή δεν είναι εκτίμηση, αλλά γεγονός που κάλιστα μπορεί να σας το διαβεβαιώσει ο ποιοισδήποτε φοροτεχνικός! ..

ΤΙ ΕΙΝΑΙ Η «ΚΑΡΤΑ ΑΠΟΔΕΙΞΕΩΝ»;

Σήμερα θα αναφερθούμε στην περιγραφή λειτουργίας της κάρτας αποδίξεων: Για τη διευκόλυνση των φορολογικών εγκαταστάσεων την αποδείξεων δαπανών σύμφωνα με το αρ. 9 παρ. 1 Ν. 2238/1994, όπως ισχύει, καθορίζεται εναλλακτικός τρόπος καταγραφής στοιχείων μέσω της Κάρτας Αποδίξεων.

* Η Κάρτα Αποδίξεων αποτελεί προαιρετικό τρόπο καταγραφής των στοιχείων των αποδίξεων δαπανών που έχουν εκδοθεί για φορολογικό πρόσωπο.

* Ο χρήστης της Κάρτας Αποδίξεων υποχρεούται να δηλώσει στη Γενική Γραμματεία Πληροφοριακών Συστημάτων του Υπουργείου Οικονομικών τον αριθμό της μέσω δικτύου και με τη χρήση μηνυμάτων κινητής τηλεφωνίας. Για λόγους ορθής χρήσης, είναι δυνατό να δηλωθούν έως τρεις κάρτες για ένα ΑΦΜ εντός ημερολογιακού μήνα, είτε λόγω αντικατάστασής τους σε περίπτωση καταστροφής ή απώλειας, είτε λόγω διάθεσής τους σε προστατεύομενα μέλη του άρθρου 7 ΚΦΕ της οικογένειάς του.

* Κατά τη συναλλαγή με επιτηδευματία που διαθέτει τερματικό, ο φορολογικός πολίτης μπορεί να χρησιμοποιεί την Κάρτα Αποδίξεων για την καταγραφή του ποσού της απόδειξης. Η συναλλαγή αποστέλλεται στο κέντρο επεξεργασίας του φορέα εκκαθάρισης, που παρέχει το συγκεκριμένο ΠΟΤ. Στη συνέχεια οι συναλλαγές αυτές αποστέλλονται ηλεκτρονικά στη Γενική Γραμματεία Πληροφοριακών Συστημάτων του Υπουργείου Οικονομικών.

* Βάσει της ανωτέρω αποστολής καταγράφονται από τη Γενική Γραμματεία Πληροφοριακών Συστημάτων του Υπουργείου Οικονομικών μιας απόδειξης στην προσωπική μερίδα αποδίξεων φορολογικού.

* Τα αναλυτικά καταγεγραμμένα

στοιχεία διαγράφονται εντός ενός μηνός από την ολοκλήρωση της τελευταίας κεντρικής εκκαθάρισης του αντίστοιχου οικονομικού έτους.

* Δεν υπάρχει υποχρέωση προσκόμισης στη ΔΟ Υ των αποδίξεων λιανικής πώλησης και παροχής υπηρεσιών (αποδίξεις δαπανών) σύμφωνα με τις διατάξεις τη παρ. 1, του άρθρου 9 του Κώδικα Φορολογίας Εισοδήματος (Ν.2238/1994) όπως ισχύει, εφόσον ο φορολογούμενος για τις συναλλαγές του αυτές έχει χρησιμοποιήσει από 3/10/11 και εφεξής την κάρτα αποδίξεων.

Ο «ΜΕΓΑΛΟΣ ΝΙΚΗΤΗΣ» ΤΩΝ ΕΚΛΟΓΩΝ!

Αναμφίβολα ο πρόεδρος του ΣΥΡΙΖΑ κ. Αλέξης Τσίπρας ήταν ο «ουσιαστικός» νικητής των χθεσινών ελληνικών εθνικών εκλογών, αφού έφτασε το κόμμα του στη δεύτερη θέση και λίγο ακόμα να βρισκόταν και στην πρώτη θέση! Ο κ.

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΩΡΑ

ΜΗΝΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ ΓΡΑΜΜΕΝΗ ΑΠΟ ΤΟΝ ΔΗΜΟΣΙΟΓΡΑΦΟ ΓΙΩΡΓΟ ΣΚΛΑΒΟΥΝΗ

(Συνέχεια από σ. 17)

νερού ανήλθε στο 1.150.856 κυβικά μέτρα και συνολικά για το 2011 ανήλθε σε 420 εκατ. έναντι 429 εκατ. πρόπερος. *Δεν υποχρέωνται να καταβάλλουν την έκτακτη εσφάπτας εισφορά του ν. 3845/10 που κατέβαλαν τα περισσότερα νομικά πρόσωπα και επιχειρήσεις οι ναυτικές εταιρίες του ν.959/79 σύμφωνα με σχετική δικαστική απόφαση *Η συνολική παραγωγή ηλεκτρικής ενέργειας από ανανεώσιμες πηγές ενέργειας ανήλθε σε 3.934,1 χιλιάδες ΝΨΘ,εμφανίζοντας ετήσια αύξηση 18,9% την τριετία 2008-2010, ενώ στο ίδιο χρονικό διάστημα το ποσοστό των ΑΠΕ στο ισοζύγιο ηλεκτρικής ενέργειας ενισχύθηκε στο 5% από 3%. Τονίζεται ότι οι 10 μεγαλύτερες επιχειρήσεις κατέχουν το 40% της συγκεκριμένης αγοράς.

Η ΕΚΛΟΓΗ ΤΟΥ κ. ΟΛΑΝΤ ΦΕΡΝΕΙ ΑΛΛΑΓΕΣ ΣΤΗΝ ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΠΟΛΙΤΙΚΗ ...

Η πρόσφατη προεδρική νίκη του Γάλλου σοσιαλιστή κ. Φρανσουά Ολάντ κόντρα στον κ. Νικολά Σαρκοζί, αναμφίβολα δημιουργεί νέα δεδομένα στον ευρύτερο χώρο της ευρωπαϊκής οικονομικής πολιτικής κάτι που ενδέχομένως να έχει θετικά αποτελέσματα και για την Ελλάδα. Ο κ. Φρανσουά Ολάντ που υποστηρίζει τη θεωρία του «κοινωνικού μοντέλου» για την Ευρώπη, ήδη διαφαίνεται ότι λαμβάνεται σοβαρά υπόψη από το Βερολίνο όσο κι από την Ουάσινγκτον, αν λάβουμε υπόψη ότι την ίδια ημέρα της εκλογικής νίκης του κ. Ολάντ, έσπευσαν να τον καλέσουν στις χώρες τους, ο Αμερικανός πρόεδρος κ. Μπαράκ Ομπάμα και η Γερμανίδα καγκελάριος κ. Άγκελα Μέρκελ

ΟΙ ΔΗΘΕΝ ΔΗΜΟΣΙΟΓΡΑΦΟΙ...

Το είδαμε κι αυτό κατά την προεκλογική περίοδο, αλλά και κατά τη διάρκεια της τηλεοπτικής βραδιάς, όπου ορισμένο δημοσιογράφοι έβγαζαν από τη μια μεριά την πικρία τους για της ήπτες εκείνων των κομμάτων που υποστήριζαν κι από την άλλη δεν έδιναν βήμα σε κανένα εκπρόσωπο της «Χρυσής Αυγής»...

Στην πρώτη περίπτωση κυριολεκτικά επεδίωκαν να δικαιολογούν τα αδικαιολόγητα για το άλφα ή το βήτα «χαρένο» κόμμα κι από την άλλη προτίμησαν να μη αναφερθούν στις «αιτίες» ανόδου αυτού του όντως ακροδεξιού κόμματος κάτι όμως που δεν το έκαναν με το ακροαριστερό κόμμα του ΚΚΕ!!!

Λησμονούν οι κύριοι αυτοί ότι στη δημοκρατία ο διάλογος είναι το πρώτιστο αγαθό και ότι στη δημοκρατία είναι επιβεβλημένη η ελευθερία της έκφρασης για όλα τα νόμιμα πολιτικά κόμματα

Κι αν αυτοί οι δημοσιογράφοι ήταν «μάγκες» θα έπρεπε να ήξεραν ότι αν έδιναν λόγο και στους εκπροσώπους αυτού του ακροδεξιού κόμματος, ασφαλώς και θα έβγαζαν πολλές «ειδήσεις» εντελώς αρνητικές για αυτό το κόμμα, όπως, λόγου χάρη, ότι δε διαθέτει κανένα οικονομικό πρόγραμμα και κανένα πρόγραμμα «θέσεων» και «αρχών» παρά το μόνο που πράπτει είναι να ποντάρουν αποκλειστικά και μόνο στην έξαρση της εγκληματικότητας και της λαθρομετανάστευσης...

Και δυστυχώς αν κάποιοι δημοσιογράφοι έκαναν σωστά τη δουλειά τους σίγουρα θα «προλάβαιναν» να μην «μεγαλώσει» η «Χρυσή Αυγή»...

Τώρα πλέον θα εξαναγκάζονται να την καλούν στα τηλεοπτικά τους πάνελ εκ των πραγμάτων

ΠΟΙΟΣ ΤΟΥΣ ΕΔΩΣΕ ΤΟ ΔΙΚΑΙΩΜΑ;

Αναφερόμαστε σε μια αποκαλούμενη «Πρωτοβουλία Αντιρρησιών, Ορθόδοξης Συνείδησης» που με ενημερωτικά τους έντυπα που τα ρίχνουν στα γραμματοκιβώτια, καλούν τους πολίτες να υπογράφουν σχετική αίτηση προκειμένου να μην υλοποιηθεί η Κάρτα του Πολίτη που αποβλέπει στην καταπολέμηση της εγκληματικότητας και της τρομοκρατίας.

Και ρωτάμε: -Ποιος δίνει το δικαίωμα σε αυτή την οργάνωση (;) να αναλαμβάνει το ρόλο του «δημοκρατικού και εθνικού διαφωτιστή» που πιθανόν λόγω ελλιπούς ενημέρωσης να σπεύσει να υπογράψει αυτές τις αιτήσεις;

-Και ποιοι είναι αυτοί αυτόκλητοι «σωτήρες» που στην πραγματικότητα με τον τρόπο αυτόν «φακελώνουν» τους ανυποψίαστους Έλληνες πολίτες;

Για όλους αυτούς λοιπόν που κανείς δε

ξέρει από που «κρατά η σκούφια τους», αλλά και το ποια είναι τι βιογραφικά αυτών των «αυτοκλήτων», νομίζουμε ότι θα πρέπει να επιληφθεί επειγόντως η επίσημη Πολιτεία προκειμένου να τους πατάξει με νόμιμο τρόπο...

ΣΚΕΨΕΙΣ

Αν κρίνουμε και από τα πρόσφατα λεγόμενα του προέδρου του «Γιούρογκρουπ» κ. Ζαν Κλοντ Τρισέ, που τερματίζει τη θητεία του σε αυτό το ανώτατο ευρωπαϊκό θεσμικό όργανο, ότι η Ευρώπη και ειδικότερα οι χώρες-μέλη της Ευρωζώνης με ασθενείς εθνικές οικονομίες χρειάζονται «άπτια» δημιοւνομική πολιτική και ευρωμόλογο, τότε μάλλον όλα δείχνουν ότι η Γερμανίδα καγκελάριος κ. Άγκελα Μέρκελ θα εξαναγκαστεί για τη μεγάλη «αλλαγή», χωρίς όμως αυτό να σημαίνει ότι θα αλλάξει και η συγκεκριμένη «συνθήκη»... Αν θα γίνει όμως αυτή η «αλλαγή», αυτό θα είναι καλό και για μας...ΤΑ ΚΑΝΑΜΕ ΣΑΛΑΤΑ...

Κι εκεί λοιπόν που είχαμε την κυβέρνηση Παπαδήμου, βαθήκαμε να την αλλάξουμε και να προσπαθούμε αυτές τις ημέρες να φτιάξουμε καινούρια κυβέρνηση και μάλιστα συνεργασίας, σέρνοντας κυριολεκτικά την Ελλάδα στο χάος και με το ελληνικό χρηματιστήριο να βουλιάζει και χθες, φτάνοντας στα επίπεδα του 1992!!!

Η ελληνική αυτή ακυβερνησία, αλλά και η άνοδος στη γαλλική προεδρία του σοσιαλιστή κ. Ολάντ, οδήγησε τον πρόεδρο του Ευρωπαϊκού Συμβουλίου κ. Χέρμαν Βαν Ρομπέι να συγκαλέσει έκτακτη Σύνοδο Κορυφής στις 23 Μαΐου και με κεντρικό θέμα την ανάπτυξη.

Κι αν λάβουμε υπόψη ότι στις 16 Μαΐου θα υπάρξει συνάντηση της Γερμανίδας καγκελαρίου κ. Μέρκελ με τον Γάλλο πρόεδρο κ. Ολάντ, τότε σαφώς μπορούμε να υποθέσουμε ότι από πλευράς της Γερμανίας θα υπάρξει μια κάποια ηπιότερη ευρωπαϊκή δημιούνομη πολιτική, κάτι που ενδεχομένως να συμφέρει και την Ελλάδα.

Οστόσο, εκείνο που απασχολεί πλέον την Κομισιόν, αλλά και τις διεθνείς αγορές, είναι η τρέχουσα ελληνική ακυβερνησία που ενδυναμώνει και πάλι τα σενάρια για έξοδο της Ελλάδας από την Ευρωζώνη.

Ηδη οι ανησυχίες για την προοπτική σχηματισμού ελληνικής κυβέρνησης, προκαλούν πτώση στα ευρωπαϊκά χρηματιστήρια κι από την άλλη προκαλούν την άνοδο του δολαρίου απέναντι στο ευρώ...

Κι ενώ το «πολιτικό γαϊτανάκι» των διερευνητικών εντολών συνεχίζεται, ο κοσμάκης στην Ελλάδα δεν ξέρει τι να πει και τι να υποθέσει με όλα αυτά τα τρελά που συμβαίνουν στην Ελλάδα κι επιπλέον η ελληνική αγορά είναι ήδη «νεκρωμένη»...

Και ρωτάμε:

-Για ποιό λόγο κάναμε τις πρώτες εκλογές;

Για να αφήσουμε την κυβέρνηση Παπαδήμου και να πάμε σε μια άλλη παρόμοια;

ΤΑ ΦΩΤΟΒΟΛΤΑΪΚΑ...

Το πρώτο λοιπόν φωτοβολταϊκό σταθμό, ισχύος 500 kw και που βρίσκεται πλησίον των Βιομηχανικών Εγκαταστάσεων Ελευσίνας, τέθηκε σε λειτουργία πριν από λίγες ημέρες από τα ΕΛΠΕ και ο οποίος θα έχει ετήσια παραγωγή ηλεκτρικής ενέργειας 740.000 kwh.

Το γεγονός αυτό θα λέγαμε ότι είναι απολύτως αισιόδοξο και σαφέστατα εμπειρίζει μέσα του έντονη αισιοδοξία για μια καλύτερη και ουσιαστικότερη αναπτυξιακή προοπτική για την πορεία της ελληνικής οικονομίας ...

Στο σημείο όμως αυτό οφείλουμε να σημειώσουμε ότι το θέμα των φωτοβολταϊκών παρόλο που έχει «διαφημιστεί» μεγάλως, εντούτοις δεν έχει γίνει κατανοητό ακόμα του κατά πόσο μπορεί να φελεληθεί από αυτό ο Έλληνας καταναλωτής, δεδομένου ότι πλείστοι «αεριτζήδες» και μη έχουν βγει στη «γύρα» και αποπροσαντολίζουν την ελληνική καταναλωτική κοινή γνώμη...

Επιβάλλεται λοιπόν από το κράτος,

ουσιαστική και λεπτομερής ενημέρωση...

ΣΚΕΨΕΙΣ

Κάποτε θα πρέπει να σταματήσει η υποκρισία σε αυτόν τον τόπο. Να σταματήσει, δηλαδή, να υπάρχει χρονική δέσμευση στις πολιτικές δημοσιοποίησης, που από την άλλη όμως «καλλιεργούνται» μέσω του διαδικτύου, αλλά και μέσω των διεθνών μέσων ενημέρωσης!!! Το ίδιο θα πρέπει να γίνει και για όλους εκείνους τους ανώμαλους που παρόλο που συλλαμβάνονται, εντούτοις απαγορεύεται η δημοσίευση ονομάτων και φωτογραφιών... Στη Ελλάδα του 21ου αιώνα οι κάθε είδους υποκρισίες θα πρέπει να παταχθούν...

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΩΡΑ

ΜΗΝΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ ΓΡΑΜΜΕΝΗ ΑΠΟ ΤΟΝ ΔΗΜΟΣΙΟΓΡΑΦΟ ΓΙΩΡΓΟ ΣΚΛΑΒΟΥΝΗ

εκδοθούν καινούριες με εκδότες που θα αγαπούν και που θα πιστεύουν στην επιστήμη της Δημοσιογραφίας και που επιπλέον θα χρησιμοποιούν δημοσιογράφους που δεν θα είναι κομματικοί κλακαδόροι...

Περιμένουμε...

ΣΚΕΨΕΙΣ

Καμία ανάπτυξα των πολιτικών μετά τις εκλογές επειδή τα γεγονότα τρέχουν και δεν υπάρχει χρόνος για χάσιμο για το οπιδήποτε... Η χώρα μας εξακολουθεί να είναι «άρρωστη» και η θεραπεία της θα πρέπει να είναι συνεχής και λίαν προσεκτική... Οι Έλληνες πολίτες και ειδικότερα εκείνοι που «βράχηκαν» εξαιτίας ηλιθίων και μπαγμπότιδων, δεν αντέχουν άλλο και το μόνο που ελπίζουν να τελειώσει όσο το δυνατόν πιο γρήγορα η «θεραπεία»...

Ο Κ. ΜΥΤΙΛΗΝΑΙΟΣ ΜΑΣ «ΠΡΟΣΓΕΙΩΝΕΙ»...

Ο πρόεδρος του Ομίλου Μυτιληναίου κ. Ευάγγελος Μυτιληναίος στην πρόσφατη γενική συνέλευση των μετόχων, εξέφρασε την πλήρη του απαισιοδοξία για τα δρώμενα στην Ελλάδα, τάχθηκε υπέρ μιας κυβέρνησης συνεργασίας το ταχύτερο δυνατόν και μολονότι είχε καλά νέα για τον όμιλο το 2011, εντούτοις τόνισε ότι το 2012 θα είναι «μια χρονιά που θα κλάψουν μανούλες» στο ελληνικό επιχειρησιακό περιβάλλον και «εμείς, όπως σημείωσε, δε θέλουμε να φτάσουμε εκεί και για αυτό θα κινηθούμε όσο γίνεται πιο συντηρητικά», αφήνοντας επιπλέον να εννοηθεί ότι εξετάζει το ενδεχόμενο αλλαγής έδρας της εταιρείας ΜΕΤΚΑ, επειδή η ελληνική καταγωγή της δυσκολεύει τις προσπάθειες ενίσχυσης της ανταγωνιστικότητάς της στη διεθνή αγορά!!!

ΚΙ ΟΜΩΣ ΦΤΗΝΑΙΝΟΥΝ ΠΡΟΪΟΝΤΑ ΚΑΙ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ...

Να λοιπόν που η συνεχιζόμενη καταναλωτική δυσκολιότητα έχει πλέον εξαναγκάσει εκ των πραγμάτων αρκετούς επιχειρηματίες και μαγαζάτορες να «ρίχνουν» δυνατά τις τιμές των εμπορικών τους αγαθών σε μια προσπάθεια να ξαναφέρουν τους «χαμένους» καταναλωτές

...Το γεγονός αυτό που συνάμα είναι και ευχάριστο το βλέπει κανείς παντού...

Στα σούπερ μάρκετ που ανταγωνίζονται μεταξύ τους, στα εμπορικά καταστήματα που σαφώς οι τιμές τους είναι κατά πολύ χαμηλότερες από εκείνες που είχαμε ... συνηθίσει, ενώ οι ελεύθεροι επαγγελματίες, όπως λόγου χάρη οι δικηγόροι και οι φοροτεχνικοί έχουν χαμηλώσει σημαντικά το κόστος τους εξαιτίας της υπερπροσφοράς...

Εκείνοι μόνο που συνεχίζουν να «αρμέγουν» για τα καλά είναι οι ηλεκτρολόγοι, οι σιδηρουργοί, οι ψυκτικοί και οι μπογιατζήδες που και δεν κόβουν αποδείξεις, αλλά και δεν χαμηλώνουν τις τιμές τους...

Αλλά και για αυτούς δε θα αργήσει να έρθει και η σειρά τους, αφού κι εδώ επικρατεί υπερπροσφορά...

ΣΚΕΨΕΙΣ

Ολοένα και περισσότερο «αγαπιέται» το σπιτικό λόγω της κρίσης, αφού οι Έλληνες στην προσπάθειά τους να εξοικονομήσουν χρήματα προτιμούν να κάνουν «οπιτικές βεγγέρες» κι από την άλλη ψυχαγωγούνται με σύγχρονες τηλεοράσεις που σε κάνουν να «ξεχνάσ» την κινηματογραφική αίθουσα... Τις νέες αυτές καταναλωτικές συμπεριφορές τις βλέπεις σε βεράντες που έχουν βγάλει τις τηλεοράσεις και τις ... μυρίζεις και πάλι από τις ... βεράντες που έχουν σε ενεργοποίηση τις «θράκες»...

ΣΤΗΝ ΚΡΗΤΗ ΤΗΝ ΟΜΟΡΦΗ

Με πρωτοβουλία της Διεθνούς Εταιρίας Φίλων Νίκου Καζαντζάκη, το Μουσείο Καζαντζάκη θα αδερφοποιηθεί με το Μουσείο του Κινέζου «πατέρα» της σύγχρονης κινεζικής λογοτεχνίας Λου Σιούν. Η τελετή αδερφοποίησης θα γίνει σήμερα στο Μουσείο Λου Σιούν στην πόλη Σαοχίνκ που βρίσκεται στα περίχωρα της Σαγκάης.

* Όλα δείχνουν ότι θα διασωθεί τελικά το Ηρών που βρίσκεται στην Πλατεία Ελευθερίας στο Ηράκλειο Κρήτης, αφού ο δήμος Ηρακλείου υιοθέτησε τις προτάσεις των πολιτών που αγωνίζονται για τη διάσωσή του.

Λίγα λόγια, πολλή δουλειά ζήτησε ο πρωθυπουργός

Λίγα λόγια, πολλή δουλειά, ζήτησε από τους υπουργούς της υπηρεσιακής κυβέρνησης ο πρωθυπουργός Παναγιώτης Πικραμμένος, κατά την διάρκεια της πρώτης συνεδρίασης του Υπουργικού Συμβουλίου η οποία διήρκησε μία ώρα και 15 λεπτά.

Ο υπηρεσιακός πρωθυπουργός ανέφερε ότι τα προβλήματα δεν λύνονται μέσα σ' ένα μήνα και στόχος της κυβέρνησης θα πρέπει να είναι «να οδηγήσει την χώρα σε ασφαλές λιμάνι στις επόμενες εκλογές, ώστε να προκύψει πολιτική λύση».



Προέτρεψε, κατά τις ίδιες πηγές, τα μέλη της κυβέρνησης να μιλούν μόνο για τα θέματα της αρμοδιότητάς τους κι όχι για ευρύτερα ζητήματα, αποφεύγοντας τις δηλώσεις που μπορεί να παρεχηγηθούν ή να αποκτήσουν κομματική χροιά και να αποτελέσουν αντικείμενο εκμετάλλευσης.

Ο κ. Πικραμμένος πρότεινε και συμφώνησαν όλοι οι υπουργοί να μην λάβουν

την αμοιβή που προβλέπεται για τα καθήκοντά τους στον ένα μήνα που θα τα ασκούν, ενώ τους ζήτησε διακριτικότητα και να πραγματοποιήσουν μόνο τα απαραίτητα υπηρεσιακά ταξίδια.

Ο πρωθυπουργός επεσήμανε, αναφέρουν οι ίδιες κυβερνητικές πηγές, την ανάγκη να τηρηθούν οι διεθνείς υποχρεώσεις της χώρας αλλά αν κάποιες δεσμεύσεις μπορούν να συζητηθούν εκ νέου, κάτι τέτοιο να επιδιωχθεί.

Στο ΝΑΤΟ ο ΥΠΕΞ, στην ΕΕ ο πρωθυπουργός

Ακόμη έγινε γνωστό ότι στην Σύνοδο Κορυφής του ΝΑΤΟ δεν θα μεταβεί ο πρωθυπουργός και τη χώρα θα εκπροσωπήσει ο υπουργός Εξωτερικών Πέτρος Μολυβιάτης κι αν χρειαστεί και ο υπουργός Άμυνας Φράγκος Φραγκούλης.

Αντιθέτως, ο κ. Πικραμμένος θα εκπροσωπήσει την χώρα στην Σύνοδο Κορυφής της Ε.Ε., την επόμενη εβδομάδα.



Ο υπηρεσιακός υπουργός Οικονομικών Γιώργος Ζαννιάς επεσήμανε στη παρέμβαση του την ανάγκη να μην επικρατήσει χαλάρωση που μπορεί να ανατρέψουν τις προβλέψεις για τα έσοδα και τις δαπάνες του δημοσίου, καθώς και να αντιμετωπιστεί -συμβολικά και ουσιαστικά- η φοροδιαφυγή.

«Να αποπυρακτώσουμε την ένταση»

Στις σύντομες παρεμβάσεις τους, οι υπουργοί στάθηκαν στην ανάγκη να επικρατήσει κοινωνική ηρεμία. Χαρακτηριστικά ο υπηρεσιακός υπουργός Εργασίας και Κοινωνικής Αλληλεγγύης Αντώνης Ρουπακιώτης ανέφερε ότι «πρέπει να αποπυρακτώσουμε τη ένταση», ο υπουργός Εσωτερικών Αντώνης Μανιτάκης έκανε λόγο για την ανάγκη καλού συντονισμού των υπουργείων και η υπουργός Παιδείας Φρόσω Κιάου για να επικρατήσει κοινωνική ειρήνη.

Νωρίτερα, τα μέλη της υπηρεσιακής κυβέρνησης του ορκίστηκαν στο Προεδρικό Μέγαρο ενώπιον της Δημοκρατίας η οποία θα οδηγήσει τη χώρα στις νέες εκλογές και θα εκπροσωπήσει την Ελλάδα στις κρίσιμες Συνόδους του ΝΑΤΟ στις 20-21 Μαΐου και της Ε.Ε. για την ανάπτυξη στις 23 Μαΐου.

Ο έμπειρος δικαστικός λειτουργός ορκίστηκε χθες το βράδυ, ενώ ακολούθησε συνάντηση με τον προκάτοχό του, τον Λουκά Παπαδήμο. «Αναλαμβάνετε την ευθύνη για τη διακυβέρνηση της χώρας σε μια εξαιρετικά κρίσιμη στιγμή», τόνισε υποδεχόμενος τον Π. Πικραμμένο ο Λουκάς Παπαδήμος, επισημαίνοντας πως «είμα βέβαιος ότι και εσείς αλλά κι η κυβέρνηση που θα σχηματίσετε, θα αντιμετωπίσετε τα προβλήματα της χώρας αποτελεσματικά» και εμφανίστηκε αισιόδοξος ότι ο νέος πρωθυπουργός θα καταβάλει κάθε προσπάθεια για να διαμορφωθούν συνθήκες ηρεμίας και μετριοπάθειας κατά τη διάρκεια της προεκλογικής περιόδου.

Σημείωσε δε ότι «κατά την προεκλογική περίοδο έχει ιδιαίτερη σημασία να εκπληρώσουμε τις διεθνείς μας υποχρεώσεις και να εφαρμοστούν οι πολιτικές που θα διασφαλίσουν την εμπιστοσύνη και τη σταθερότητα». «Συμμερίζομαι πλήρως το γεγονός ότι η χώρα τελεί υπό ιδιαίτερες συνθήκες», απάντησε ο νέος πρωθυπουργός και υπενθύμισε ότι «η κυβέρνηση είναι υπηρεσιακή και έχει ως αποκλειστικό σκοπό τη διενέργεια των εκλογών, ώστε να εκφραστεί ο ελληνικός λαός και να δοθεί η ευκαιρία να σχηματιστεί κυβέρνηση».

Εξήρε τέλος τις προσπάθειες που κατέβαλε ο προκάτοχος του λέγοντας ότι συνέβαλε αποφασιστικά για να περάσει η χώρα τα δύσκολα εμπόδια τα οποί

ΤΟ ΑΥΤΟΝΟΗΤΟ Ελλάς

2012: Δημοκρατία «a la carte»



Μια καρφωμένη στα βράχια αετοφωλιά μοιάζει το μοναστήρι του Αγίου Ιωάννη του Προδρόμου στο Καστρί. Τουλάχιστο 900 χρόνων έχει μια ενδιαφέρουσα και σημαντική ιστορία.



Μια ανοιξιάτικη Καστρίτικη εικόνα πλουμισμένη με άνθη και αναμνήσεις.



Την υψηλώτερη κορυφή του Ταΰγετου, ακόμη χιονισμένη, μπορείτε να την θαυμάσετε απ' όπου και αν ευρίσκεστε στην Πελοπόννησο.



Χρόνια είχαμε να δούμε μια χελιδωνοφωλία. Αυτή εδώ χτίστηκε στο περιστήλιο μιας εκκλησιάς στην Πελοπόννησο.

αληθινοί Έλληνες!

Ο ελληνικός λαός απαιτεί λοιπόν από τα πολιτικά κόμματα να εγκαταλείψουν την μέχρι σήμερα πρακτική που έχει επιβάλλει μια επίφαση δημοκρατίας στην πολιτική ζωή του τόπου. Πρόκειται για ένα καθ' όλα παράδοξο και αντιδημοκρατικό κατεστόμενο. Ότι η κυβέρνηση πρέπει(;) να έχει την απόλυτη πλειοψηφία των εδρών του κοινοβουλίου ώστε να μπορεί να κυβερνήσει. Τότε ποίος ο λόγος για την ύπαρξη του κοινοβουλίου αφού, ουσιαστικώς, διάλογος δεν γίνεται; Στην πράξη, η απόλυτη πλειοψηφία των κυβερνώντων από την μία, σε συνδυασμό με την πλήρη αδυναμία παρέμβασης της αντιπολίτευσεως από την άλλη και τις μειωμένες εξουσίες και αρμοδιότητες του ΠτΔ σίγουρα δεν συνάδουν με την έννοια της Δημοκρατίας. Μάλλον περί «Κοινοβουλευτικής Απολυταρχίας» πρόκειται.

To μήνυμα για όσους έχουν ευήκοα ώτα είναι σαφές: Επιπέλους να κάτσουν όλοι στο ίδιο τραπέζι! Και να συν+ζητήσουν! Να αφήσουν στην άκρη τα λογής «δεξιά» και «αριστερά» ιδεολογήματα, να χαράζουν μία κοινή και για όλους τους Έλληνες πορεία! Όλοι, χωρίς εξαιρέσεις, χωρίς ρουσφέτια και «εξυπηρετήσεις» αλλά μόνον μέσα από πολλή, σκληρή και τίμια δουλειά να οδηγήσουμε με αξιοπρέπεια την πατρίδα μας εκεί που της αξίζει. Ανάμεσα στους πρώτους της υφηλίου.

Παρά όμως το σαφές εκλογικό μήνυμα, τι έπραξαν τα πολιτικά κόμματα; Ακριβώς το αντίθετο από αυτό που πέρα από φληγαφήματα, διασταλτικές ερμηνείες και ιδεολογικές αγκυλώσεις, τούς είπε να κάνουν ο ελληνικός λαός. Δηλαδή, δεν έβαλαν «πρώτο και καλύτερο» το συμφέρον της Ελλάδας αλλά πιστοί στον φαύλο κύκλο της μεταπολιτευτικής παρακμής κοίταζαν να υπερασπιστούν το στενό κομματικό τους συμφέρον.

Η Πατρίδα μας πλέον βαδίζει στο άγνωστο, μέσα σε μία βάρκα που μπάζει νερό από παντού. Το πλοίον «Η Ελλάς» βουλιάζει χωρίς ελπίδα και με τους μέχρι τώρα «συμμάχους» της να δείχνουν χωρίς περιστροφές ότι η υπομονή τους εξαντλεί-

ται. Ο Μάιος του 2012 θυμίζει πολύ εκείνη την στιγμή πριν 90 ακριβώς χρόνια όταν η Ελλάδα, οικονομικά εξαντλημένη, διπλωματικά απομονωμένη και (το χειρότερο) κοινωνικά διχασμένη, παρέμενε αδρανής με έναν εξαθλιωμένο στρατό σε παθητική άμυνα και ο οποίος ενώ μέχρι τώρα νικούσε, σε λίγους μήνες, τον Αύγουστο δηλαδή του 1922 θα αντιμετωπίσει την απόλυτη ήπτα της μικρασιατικής καταστροφής σχεδόν σαν λύτρωση.

Η ιστορική πραγματικότητα με υποχρέωνται να κάνω ένα τελευταίο σχόλιο. Η αποτυχία να σχηματιστεί κυβέρνηση βαρύνει όχι μόνο τα πολιτικά κόμματα με τον δεδομένο εγωκεντρισμό τους, αλλά και τον ίδιο τον Πρόεδρο της Δημοκρατίας ο οποίος ως όφειλε εκ του Συντάγματος δεν εξήντλησε όση πίεση του δίνει τόσο η θεσμική του θέση όσο και η προσωπικότητά του ως πολιτικός. Διότι στην κρίσιμη στιγμή και ενώ η Πατρίδα χάνεται, παραδόθηκε σχεδόν αμαχητί στις πιέσεις των κομματικών αρχηγών. Διότι όχι μόνο τους επέτρεψε να του επιβάλλουν τις μικροπολιτικές τους θελήσεις αλλά και υπέκυψε στην απαράδεκτη μεθόδευση η τελική προσπάθεια συνεννόησης να γίνει με πρόσκληση ορισμένων και όχι όλων των εκλεχθέντων από τον λαό κομμάτων.

Δυστυχώς όμως το Σύνταγμα που θεωρείται αναφέρει ότι το πολίτευμα είναι «Δημοκρατία a la carte». Αντιθέτως ομιλεί περί τελικής προσπάθειας σχηματισμού κυβέρνησης με την συμμετοχή όλων των πολιτικών αρχηγών. Αυτό θα ήταν και το αυτονότο όμως ούτε ο πολιτικοί αρχηγοί, ούτε ο ΠτΔ έδειξαν να το αντιλαμβάνονται αυτό. Με τις εξελίξεις διεθνώς να «τρέχουν» η Ελλάδα δεν έχει την πολυτέλεια σε κοινωνικό, οικονομικό και διεθνές επίπεδο να συνεχίσει να αγνοεί το «αυτονότο». Εύχομαι αυτή τη γεγενής απαξία του ελληνικού πολιτικού κατεστημένου να μην είναι η αιτία μίας νέας καταστροφής, χειρότερης ίσως από αυτήν του 1922.

(δια την αντιγραφήν)
Δημήτριος Γ. Παναγιωτίδης
Σικάγο, Μάιος 2012.



Κολλίνες: Από την επίσκεψη στην "Φάρμα" του ιδιοκτήτη του "Αστέρα Τρίπολης" κ. Μπάκου. Οι τεράστιες εκγαταστάσεις του αγελαδοτροφείου του.



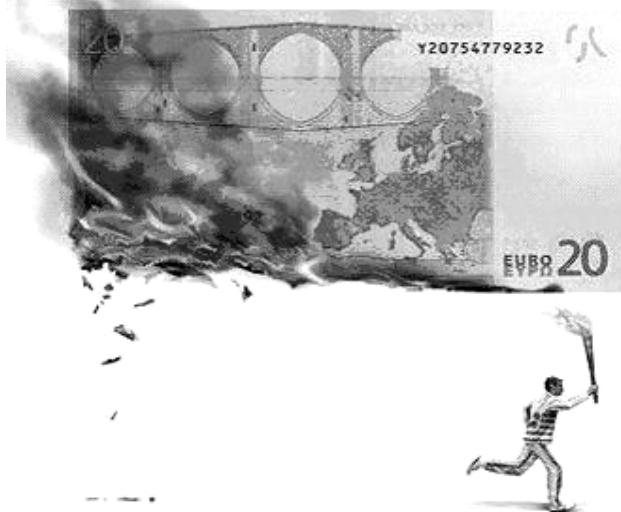
Κατσίκες ελεύθερης βοσκής στην φάρμα που το κρέας τους είναι περιζήτητο.

Economist: Η ελληνική φυγή

Άλλο ένα αιχμηρό εξώφυλλο για την κρίση στην ελληνική οικονομία

Με ένα ακόμα αιχμηρό εξώφυλλο για την Ελλάδα αλλά και μία εξίσου αιχμηρή ανάλυση για το δρόμο που φαίνεται να παίρνει- ή που θα πρέπει να πάρει- θέλοντας και μη τόσο η χώρα όσο και η ίδια η Ευρωπαϊκή Ένωση κυκλοφορεί αύριο ο Εγοζονιτύ.

The Greek run



Μετά τον Αχιλλέα που έβγαζε το (θανατόφορο) βέλος από τη φτέρνα του προσερχόμενος στην κάλπη και κοσμούσε το εξώφυλλο του περασμένου τεύχους του βρετανικού περιοδικού, σειρά έχει τώρα ο δρομέας, ο οποίος καίει με τη φλόγα της δάδας του ένα χαρτονόμισμα των 20 ευρώ.

Η εύγλωττη απεικόνιση της πιθανολογίας εξόδου της Ελλάδας από το ευρώ όμως συνοδεύεται και από μία εξίσου οξυδερκή ανάλυση, σύμφωνα με την οποία μία έξοδος της Ελλάδας από το ευρώ θα ήταν πολύ πιο επώδυνη για τη χώρα από την εσωτερική υποτίμηση που υφίσταται σήμερα, αλλά και «τραυματική εμπειρία»

το οποίο απαλλάχθηκε μόλις πρόσφατα από μία δικτατορία.

Κατά το βρετανικό συντηρητικό περιοδικό η λέξη «ησεωι» (όπως χαρακτηρίζεται μία ελληνική έξοδος από το ευρώ) είναι ένας άσχημος χαρακτηρισμός που μπορεί σύντομα να γίνει μία ακόμα πιο άσχημη πραγματικότητα».

Και αυτό το σύντομα μπορεί να επιταχυνθεί. «Άν οι ελληνικές τράπεζες υποστούν μαζικές εκροές, καθώς ο καθέτες σηκώνουν τα ευρώ τους υπό το φόβο ότι θα μετατραπούν σε νέες δραχμές, η τύχη της Ελλάδας θα καθοριστεί ακόμα πιο σύντομα», γράφει ο Εγοζονιτύ.

Το περιοδικό αναφέρεται στους «ανερχόμενους πολιτικούς της Ελλάδας και ειδικά στον Αλέξη Τσίπρα, επικεφαλής του ριζοσπαστικού αριστερού κόμματος Σύριζα», οι οποίοι επιθυμούν να καταγγείλουν τη συμφωνία της Ελλάδας με

την ΕΕ και το ΔΝΤ. «Άν στις εκλογές της 17^{ης} Ιουνίου λάβουν την πλειοψηφία, όπως δείχνουν οι δημοσκοπήσεις, και αν δεν τηρήσουν τα συμφωνηθέντα, τότε η βιοθέτια προς την Ελλάδα θα διακοπεί», εκτιμά ο Economist.

«Οι έλληνες πολιτικοί οφείλουν να είναι ειλικρινείς όσον αφορά την σημαίνει μία έξοδος», τονίζει το περιοδικό, υποστηρίζοντας ότι «ο κ. Τσίπρας και οι συνάδελφοί του υποδαυλίζουν την άποψη ότι οι Έλληνες μπορούν να αποφύγουν τη λιτότητα και να μείνουν και στο ευρώ».

«Για την ακρίβεια οι Έλληνες δεν

μπορούν να αποφύγουν τη λιτότητα είτε εντός είτε εκτός ευρώ», υπογραμμίζει ο Εγοζονιτύ. «Αποκομμένη από τα κονδύλια των ξένων, η χώρα θα αναγκαστεί να εισέλθει σε ακόμα πιο ασφυκτική λιτότητα», με δύσκολες αν όχι καταστροφικές συνέπειες.

«Αν οι έλληνες ψηφοφόροι ωστόσο δικαιούνται μεγαλύτερης ειλικρίνειας για την «grexit» το ίδιο και οι υπόλοιποι της ευρωζώνης». Τι θα πει αυτό; «Μπορεί η Ελλάδα να είναι μία μικρή οικονομία, αλλά μια ελληνική έξοδος από το ευρώ, υπό συνθήκες δραματικά ασφυκτικές, δεν θα είναι μικρό γεγονός». «Μία έξοδος θα κοστίσει στις ευρωπαϊκές τράπεζες, τις εταιρίες και τους φορολογούμενους πολλά λεφτά. Κι αυτό χωρίς να υπολογίζεται ο κίνδυνος μιας γενικότερης εξάπλωσης στις ασθενείς ευρωπαϊκές οικονομίες».

«Οι καταθέσεις αποσύρονται από τις ελληνικές τράπεζες με αυξανόμενο ρυθμό. Άν ο πανικός προκαλέσει μία ελληνική έξοδο πριν τις εκλογές, θα καταστρέψει την αξιοπιστία των δεσμεύσεων ότι οι τράπεζες της ευρωζώνης είναι ασφαλείς. Καθώς η ελληνική οικονομία συρρικνώνεται μέσα στο ευρώ, ...τα κεφάλαια θα έχουν φύγει και το βάρος του χρέους θα προβάλει μεγαλύτερο. Καθώς η πολιτική σκηνή της Ελλάδας θα έχει χρεοκοπήσει, οι σειρήνες του λαϊκισμού θα γίνουν ακαταμάχητες», προειδοποιεί το περιοδικό.

Και συνεχίζει: «αυτοί οι κίνδυνοι απαιτούν άμεση δράση. Πρώτον, η Ευρωπαϊκή Κεντρική Τράπεζα, προκειμένου να εμποδίσει μία μαζική εκροή, πρέπει να έτοιμη να παράσχει στις ελληνικές τράπεζες ρευστότητα- αυξάνοντας τις απώλειες για τον ευρωπαϊκό φορολογούμενον αν Ελλάδα τελικώς αποχωρήσει. Δεύτερον, για να εμποδίσει την έλλειψη εμπιστοσύνης που θα προκαλέσει μία ελληνική έξοδος σε όλες τις περιφερειακές οικονομίες, η ευρωζώνη πρέπει να προχωρήσει πολύ πιο γρήγορα σε οικονομική ενοποίηση από όση

θέλουν να παραδεχθούν οι ευρωπαίοι πολιτικοί».

«Για να προστατεύσουν τις τράπεζες της Πορτογαλίας και της Ισπανίας οι ευρωπαίοι πολιτικοί πρέπει να παράσχουν κάποιο είδος εγγυήσεων για τις καταθέσεις σε όλη την ευρωζώνη....», υποστηρίζει ο Εγοζονιτύ, σχολιάζοντας καυστικά: «οι ευρωπαίοι θα έπρεπε να έχουν αρχίσει να επεξεργάζονται αυτά τα πράγματα πιο νωρίς φέτος όταν η κρίση κοιμόταν, αλλά η Γερμανία δεν ήθελε και τώρα όλα πρέπει να γίνουν βιαστικά».

Μία ψήφος που θα ταρακουνήσει το λίκνο της Δημοκρατίας

«Οι ελληνικές εκλογές αποτελούν στην πραγματικότητα δημοψήφισμα για το αν η χώρα θα μείνει στο ευρώ», υπόθεση που κατά το περιοδικό έχει ακόμα ελπίδες. «Ένας νέος συνασπισμός κομμάτων ο οποίος έχει δεσμευτεί να τηρήσει τη συμφωνία, θα λάβει κάποιο είδους βοήθεια από την υπόλοιπη Ευρώπη. Και ταυτοχρόνως, με την υπόσχεση ενός κοινού τραπεζικού στηρίγματος και κάποιου είδους ευρωαμολόγου, θα αρχίσει επιτέλους να διαφαίνεται ότι το ευρώ μπορεί να επιβιώσει και ο κίνδυνος της μόλυνσης να απομακρυνθεί. Και αν η Ελλάδα είναι ένα απομονωμένο πρόβλημα, θα είναι πολύ πιο εύκολο να γίνει και πάλι υγίης».

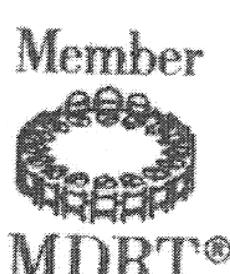
«Η Ελλάδα φέρνει στο προσκήνιο την ώρα της αλήθειας»

Καυστικός είναι και ο επίλογος, με αποδέκτη κυρίως τη Γερμανία. «Η οικονομική επανεκκίνηση της Ευρώπης είναι απαραίτητη για τη διάσωση του ευρώ. Η Ελλάδα φέρνει στο προσκήνιο την ώρα της αλήθειας. Και όμως οι πολιτικοί, ειδικά στη Γερμανία, ακόμα δεν μπορούν να αποδεχτούν αυτή τη λογική- πόσο μάλλον να την εξηγήσουν στους ψηφοφόρους τους. Η προοπτική μιας ελληνικής έξοδου σημαίνει ότι πρέπει να αρχίσουν να το κάνουν- και μάλιστα γρήγορα», τονίζει ο βρετανικός Economist.

GP FINANCIAL SERVICES



GEORGE PRASSAS, MBA
*Investments, Annuities,
 Retirement Planning*



Registered Representative

2200 E. Devont Road Suite 266, Des Plaines, IL. 60018

Business: (847)-544-5895, Cell: (773)909-1940, Fax: (847) 544-5896

gerorgeprassas@comcast.net

**Για σταθερές επενδύσεις των χρημάτων σας εμπιστευθείτε την πείρα,
 ειλικρίνεια και ευθυκρισία του οικονομολόγου Γιώργου Πρασσά,
 τηλεφωνείστε του και μιλείστε του στην γλώσσα μας.**

ΜΕΤΡΟΝ ΑΡΙΣΤΟΝ

Τον τελευταίο καιρό μου έχει δοθεί η ευκαιρία να μελετήσω εις βάθος κάποια θεολογικά καί εκκλησιαστικά ζητήματα τα οποία καί με ώθησαν γιά να γράψω αυτό το άρθρο. Πρέπει να εξημολογηθώ καί αρχάς πως είχα ετοιμάσει άλλο άρθρο γι' αυτό το φύλλο, αλλά ήλθαν στην αντίληψίν μου κάποια ζητήματα που έχουν προτεραιότητα.



Όταν έγραψα στα περασμένα φύλα γιά τις διαφορές μας με την Ρωμαιοκαθολική εκκλησία, οι αντιδράσεις που έλαβα ήταν ποικίλες καί αναμεταξύ των ήταν καί αυτή που έλεγε «είσαι πολύ επιεικής καί χαϊδεύεις τους Καθολικούς». Καί δυστυχώς απ' όσα έχω δει το τελευταίο καιρό, δεν είναι μία απλή εξαίρεσις. Ο ζηλωτισμός δυστυχώς (ή θρησκοληψία, η θρησκευτικός φανατισμός) υπήρξε πάντοτε ένα πρόβλημα στους κόλπους της Εκκλησίας που οδήγησε αρκετές φορές καί σε φρικτά λάθη. Αλλά πρωτού αρχίσουμε να μιλάμε γιά την ιστορία του ζηλωτισμού καλό θα ήταν να δούμε τι ακριβώς είναι ο ζηλωτισμός καί φυσικά να δώσουμε καί μερικά παραδείγματά του.

ΖΗΛΩΤΙΣΜΟΣ ΚΑΙ ΔΕΙΣΙΔΑΙΜΟΝΙΑ

Ο ζηλωτισμός όπως η θρησκοληψία είναι καί αυτός μία μορφή δεισιδαιμονίας, διότι η δεισιδαιμονία δεν είναι τίποτ' άλλο από μία διεστραμένη αντίληψην του θείου, αλλά καί μία νοοτρητή αντίληψην της δυνάμεως του Θεού καί της σχέσεως Αυτού με τους ανθρώπους. Ο αρχαίος φιλόσοφος Θεόφραστος (συνεχιστής του Αριστοτέλους) στο έργο του Χαρακτήρες (όπου μπορούμε να πούμε πως θέτονται οι βάσεις της επιστήμης της τυπολογίας [η ψυχολογία των διαφόρων τύπων]) ασχολείται καί με τον χαρακτήρα του δεισιδαιμονος. (Ο Θεόφραστος ο οποίος έζησε άνω των εκατό ετών έγραψε το έργο του αυτό προς τον φίλο του Πολυκλέα περιγράφοντας τις παρατηρήσεις του περί διαφόρων ειδούς χαρακτήρων). Είναι ένα όντως πολύ ενδιαφέρον έργο, αλλά η περίπτωσης του δεισιδαιμονος είναι ιδιαιτέρως ενδιαφέρουσα διότι εάν αλλάζουμε κάποιες συνήθειες καί αντικαταστήσουμε κάποιες περιστάσεις βλέπουμε μία καταπληκτική ομοιότητα με τους σημερινούς ζηλωτές, οι οποίοι ίντως θυμίζουν κάτι μεταξύ σταυροφόρων καί ιεροεξεταστών έτοιμοι να βγάλουν την πολεμική ιαχή Deus vult (θέλημα Θεού), καί να ριχτούν στην μάχη, αφού αυτοί είναι οι μόνοι που γνωρίζουν το θέλημα του Θεού καί επιθυμούν να το εφαρμόσουν άνευ κανενός ενδοιασμού. Ιδού όμως τί γράφει ο Θεόφραστος:

«Η δεισιδαιμονία φαίνεται ότι είναι φόβος πρός το θείον. Ιδού δε τι λογής άνθρωπος είναι ο δεισιδαιμόνιος. Κατά την εορτήν των Χοών, αφού νίψη καλά τας χείρας καί ραντίση όλον το σώμα, εξέρχεται από το ιερόν κρατώντας φύλλα δάφνης εις το στόμα του καί έτσι περιφέρεται όλην την ημέραν.-Άν γάτα διακόψῃ τον δρόμον του, δεν προχωρεί πριν διαβῇ άλλος κανείς ή ρίψει τρείς πέτρας υπεράνω του μέρους, όπου επέρασε η γάτα.-Άν εις το σπίτι του παρατηρήσῃ φίδι, εάν μεν τούτο είναι παρείας, επικαλείται τον Σαβάζιον, εάν δε είναι από τα λεγόμενα ιερά φίδια, κτίζει εις το μέρος εκείνο ναϊσκον.-Όταν περνά εμπρός από τας αλλειμένας πέτρας των τριόδων, χύνει επάνω λάδι με το ελαιοδοχείον του γονατίζει καί αφού προσκυνήστη αναχωρεί.-Άν ποντικός τρυπήσῃ σάκκον του αλεύρου, πηγαίνει εις τον εξηγητήν καί τον ερωτά τι πρέπει να κάμη καί αν εκείνος αποκριθή, ότι πρέπει να δώση τον σάκκον εις τον δερματορράφον να τον μπαλώσῃ, δεν δίδει προσοχήν εις τους λόγους του, αλλά τον αφήνει καί πηγαίνει να προσφέρῃ θυσίαν προς εξαγνισμόν.-Είναι δε ικανός να κάνη συχνά καθαρούς εις το σπίτι με την ιδέαν ότι εισώρμησεν εκεί η Εκάτη.-Άν εις τον δρόμον

του φωνάζουν γλαύκες [κουκουβάγιες], ταράσσεται καί δεν προχωρεί πριν να ψιθυρίσῃ 'η Αθηνά είναι ανωτέρα!'-Αποφεύγει να πατήσῃ τάφον ή να πλησιάσῃ νεκρόν ή λεχώ, διότι είναι, λέγει, συμφέρον να μην μολύνεται.-Κάθε τετάρτην καί εικοστήν τετάρτην του μηνός, αφού διατάξῃ εις το σπίτι του να θερμάνουν κρασί, εξέρχεται καί αγοράζει κλάδους μυρσίνης, λιβανώτων, πλακούντια [μικρές τίτες], έπειτα επιστρέφει καί περνά όλην την ημέραν στεφανώντας τους Ερμαφροδίτους [αγάλματα της Αφροδίτης καί του Ερμού].-Άν ίδη ονειρούν έρχεται εις τους ονειροκρίτας, τους μάντεις, τους οινωσκόπους, διά να ερωτήσῃ εις ποίον θεόν ή ποίαν θεάν πρέπει να προσευχηθή.-Κάθε μήνα πηγαίνει εις τους ιερείς του Ορφέως, διά να ανανεώσῃ την μύσην του μαζί με την γυναίκα του (αν δε αυτή δεν ευκαιρή, με την τροφόν) καί τα τέκνα του.-Φαίνεται δε ότι είναι καί ένας απ' εκείνους, που φροντίζουν να ραντίζονται συχνά προς καθαρμόν εις την όχθην της θαλάσσης.-Άν ίδη κάποιον στεφανώμενον με σκόρδα, από εκείνα που βλέπει κανείς εις τας τριόδους, επιστρέφει εις το σπίτι του, λούεται 'από την κορφή ως τα νύχια' καί αφού προσκαλέσει ιέρειας διατάξει να τον απολυμάνουν με σκυλοκρόμυμδο καί με το πτώμα σκυλακίου περιφέροντας αυτό τρείς φοράς γύρω του.-Όταν ίδη τρελλόν ή επιληπτικόν, ανατριχίαζει καί πτυει τρείς φοράς εις τον κόλπον του».

Το ως όνωρο χωρίο του Θεοφράστου (κάιτοι οιλίγον μεγάλο) είναι άκρως ενδιαφέρον διότι όπως αναφέρει ο Αριστοτέλης (του οποίου ο Θεόφραστος ήταν μαθητής) κάθε αρετή είναι ένα μέσον αναμεταξύ δύο άκρων (π.χ. η αρετή της συντηρήσεως του σώματος είναι το μέσον μεταξύ των ακροτήτων καί κακών της λαιμαργίας καί της αστιείας), έτσι καί η αρετή της ευσεβείας είναι το μέσον μεταξύ των κακών (άκρων) της αθεΐας καί της δεισιδαιμονίας. Καί ίντως η αθεΐα μπορεί να χαρακτηρίσθηκε ως έλλειψη παντός σεβασμού προς το θείον καί έλλειψην πίστεως, ενώ η δεισιδαιμονία ως πλήρης φόβος (δειλία όπως γράφει ο Θεόφραστος) καί ενός είδους αρρωστημένης καί φυσικά εσφαλμένης φύσεως πίστεως.

Το πιό ενδιαφέρον βέβαιως από την περιγραφή του Θεοφράστου είναι το γεγονός πως ο δεισιδαιμόνιος είναι καί στην ουσίαν του ζηλωτής. Τι γράφει ο Θεόφραστος; «Άν ποντικός τρυπήσῃ σάκκον του αλεύρου, πηγαίνει εις τον εξηγητήν καί τον ερωτά τι πρέπει να κάμη καί αν εκείνος αποκριθή, ότι πρέπει να δώση τον σάκκον εις τον δερματορράφον να τον μπαλώσῃ, δεν δίδει προσοχήν εις τους λόγους του, αλλά τον αφήνει καί πηγαίνει να προσφέρῃ θυσίαν προς εξαγνισμόν».

Από το κομμάτι αυτό μπορούμε να βγάλουμε μερικά διαφωτηστικά συμπεράσματα που θα μας φανούν πολύ χρήσιμα διότι μας παρουσιάζουν κάποια από τα μεγαλύτερα δηλωτικά σημεία της ψυχοσυνθέσεως καί της διανοητικότητος του δεισιδαιμονος/ζηλωτού.

α') το κάθε τι πρέπει να έχη μεταφυσική αιτία καί προέλευση.

β') ο άνθρωπος στην ουσία δεν είναι ελεύθερος αλλά «πιόνι» του Θεού.

γ') πρέπει να τρέμηση το θεόν καί όχι να το αγαπάται καί να το σέβεσε.

δ') ο δεισιδαιμόνιος είναι ο μόνος που έχει πραγματική γνώση περί του θείου.

Βλέπεται τα συμπεράσματα που βγάζουμε γιά τον δεισιδαιμόνα/ζηλωτή θα μπορούσαν να επεκταθούν ακόμη πολύ χρήσιμα διότι μας παρουσιάζουν κάποια από τα μεγαλύτερα δηλωτικά σημεία της ψυχοσυνθέσεως καί της διανοητικότητος του δεισιδαιμονος/ζηλωτού.

Διότι ο ευσεβής άνθρωπος δεν έχει τις ανώτερες δυνάμεις καί ότι επιρεάζεται εις κάποιον βαθμόν από αυτές, αλλά δεν τις χρησιμοποιεί σαν δικαιολογία γιά τις άσχημες πράξεις του, δεχόμενος πιώση στην τελικήν ανάλυσην ο ίδιος έχει την δύναμην να δεχθή αυτές τις επιδράσεις καί να τις απορρίψη.

δεισιδαιμόνων/ζηλωτής ως γνήσιον άκρον διαστρεβλώνει την αρετήν της ευσεβείας, αν καί μερικές φορές μπορεί να φαίνεται καί ως ευσεβής άνθρωπος.

ΑΡΕΤΗ ΚΑΙ ΑΚΡΑ

Όπως προαναφέραμε η αρετή κατά τον Αριστοτέλη (Ηθικά Νικομάχεια) είναι μία μεσότης αναμεταξύ δύο κακών καί αν καί αυτό δεν μπορεί ν' αποδειχθή ή δεν είναι αποδεικτέο γιά κάθε αρετή, είναι εκατό τοις εκατό σχετικό γιά την αρετήν της ευσεβείας καί της κακίαν της δεισιδαιμονίας. Καί φυσικά οι κακίες, όσο καί να φαίνονται ως δύο τελείως διαφορετικά πράγματα, στην ουσία φέρουν πολλά κοινά σημεία, αλλά με διαφορετική έμφασην. Έτσι η αθεΐα με την δεισιδαιμονία, χωρίς να το καταλαβαίνουμε, έχουν αρκετά κοινά σημεία. Παραδείγματος χάριν.

ΑΘΕΟΣ

Α) μόνον η λογική εξηγή τα πάντα

Β) δεν πιστεύει εάν δεν έχει λογική απόδειξην.

Γ) μονομέρια ύλης.

Δ) γιά τα πάντα ο επιστήμων.

Ε) γιά τίποτε δεν φταίει ο άνθρωπος (ειδικά ο ίδιος) αλλά οι χημικές ενώσεις καί την τύχη.

ΣΤ) υβριστής υπερόπτης, γνωρίζει τα πάντα διά της λογικής καί της επιστήμης.

Ζ) δεν αντέχει αντίλογο.

ΔΕΙΣΙΔΑΙΜΩΝ



Ο εξάδελφος από το σδί της Πόλας, Βαγγέλης Σακελλαρίου και η Μαρία ποζάρουν για την "Ο" στην πανέμορφη Σπάρτη όπου τους συναντήσαμε.



Ο Τράκας από του ελάχιστους ενπομείναντες κατοίκους της Ωριάς παλαιύει να δαμάσει την πλούσια ανοιξιάτικη βλάστηση και να κάνει μερικά τετραγωνικά μέτρα κήπο για τα λαχανικά του.



Ο φίλος του εκδότη, καθηγητής Πληροφορικής και Μέσων Ενημέρωσης του Πανεπιστημίου Αθηνών με τον φίλο του Δημήτρη στην Ελληνοαμερικανική Ένωση.



Κοντά στο Σύνταγμα, σε μια πόρτα κοιμάται μακαρίως (αρ.) μαζί με την φιλενάδα του ο περίφημος αδέσποτος σκύλος "λουκάνικο" που έχει λάβει μέρος σ' όλες τις διαδηλώσεις εκεί και όφοβα διαμαρτύρεται για την... μιζέρια του λαού.

Τι συμβαίνει στο σώμα σου όταν θυμώνεις;

Ο θυμός είναι μια απόλυτα φυσική αντίδραση και μικρές εκρήξεις ορισμένες φορές βοηθούν να εκτονώνεται η πίεση. Τι γίνεται όμως όταν οι εκρήξεις θυμού και τα ξεσπάσματα γίνονται καθημερινό φαινόμενο;

Νέα επιστημονικά στοιχεία δείχνουν πως τα συχνά ξεσπάσματα αυξάνουν τον μακροπρόθεσμο κίνδυνο για την εμφάνιση ασθενειών, την αποδυνάμωση του ανοσοποιητικού συστήματος αλλά και την ένταση του πόνου.



Θυμός και πόνος πάνε μαζί

Πρόσφατη έρευνα του Πανεπιστημίου της Γρανάδα στην Ισπανία έδειξε πως ο θυμός για παλαιότερα λάθη και περιστατικά έχει επίπτωση ακόμη και στο πώς βιώνουμε τον πόνο. Οι ερευνητές ρώτησαν 50 άνδρες και γυναίκες αναφορικά με λάθη και χαρένες ευκαιρίες του παρελθόντος.

Τα ευρήματα, που ανακοινώθηκαν στο ιατρικό περιοδικό «PLUS One» δείχνουν πως όσοι «προσκολλώνται» στις άσχημες αναμνήσεις νιώθοντας θυμό για τις λαθασμένες επιλογές τους, είναι πιο πιθανό να βιώνουν εντονότερα τον σωματικό πόνο σε σχέση με όσους υιοθετούν μια πιο θετική στάση ζωής του τύπου «περασμένα – ξεχασμένα».

Ο θυμός βλάπτει σοβαρά την υγεία

Οι επιβλαβείς συνέπειες του θυμού στο σώμα γίνονται ολοένα και περισσότερο τεκμηριωμένες. Όταν χάνουμε την ψυχραιμία μας, οι πταλοί της καρδιάς γίνονται ταχύτεροι και η αρτηριακή πίεση αγγίζει «κόκκινο». Ταυτόχρονα αυξάνονται και τα επίπεδα της γλυκόζης για να δώσουν στους μυς την απαραίτητη ενέργεια που απαιτείται ενώ τα επινεφρίδια αντλούν μεγαλύτερη ποσότητα αδρεναλίνης. Μαζί με τα παραπάνω διευρύνεται η κόρη του ματιού αλλά και οι πνεύμονες, στην προσπάθειά τους να πάρουν το απαιτούμενο οξυγόνο.

Όπως καταλαβαίνεις δηλαδή ο θυμός δεν έχει μόνο ψυχολογικό αντίκτυπο αλλά και σωματικό αφού η οργή σωματοποιείται και προκαλεί αλλαγές στην φυσιολογική λειτουργία του οργανισμού και των οργάνων. Δεν είναι τυχαίο άλλωστε, που οι περισσότεροι αισθανόμαστε ιδιαίτερα ενεργητικοί όταν θυμώνουμε με την άρση και την ακοή να γίνονται ιδιαίτερα ευαίσθητες. Κάτι τέτοιο είναι απόλυτα φυσιολογικό και μόλις η οργή περάσει και ηρεμήσουμε οι λειτουργίες επιστρέφουν σε κανονικά επίπεδα.

Ο κίνδυνος για την υγεία βέβαια εμφανίζεται όταν το σώμα εκτίθεται συχνά σε «κατάσταση έκτακτης ανάγκης» και όχι κάθε φορά που εξωτερικούμε τα συναισθήματα μας, κάτι που σε ένα βαθμό είναι απόλυτα υγιές και απαραίτητο.

Αν συγκρατείς τα νεύρα σου επιβαρύνεις την καρδιά;

Η καρδιά είναι το πρώτο όργανο που διατρέχει μεγαλύτερο κίνδυνο κάθε φορά που βρισκόμαστε εκτός εαυτού. Και το μεγαλύτερο πρόβλημα υπάρχει σε περιπτώσεις που κρατάμε το θυμό μας ή διατηρούμε την οργή ακόμη και μετά το ξέσπασμα.

Σουηδοί επιστήμονες εξέτασαν δείγμα 2.755 εργαζομένων στη Στοκχόλμη και

βρήκαν πως όσοι δεν εκφράζουν ανοιχτά το θυμό τους, ακόμη κι αν υπέστησαν άδικη μεταχείριση στη εργασία, διατρέχουν διπλάσιο κίνδυνο καρδιακής προσβολής. Όσοι απέφευγαν τη σύγκρουση και δεν εξωτερίκευαν τα συναισθήματά τους είχαν διπλάσιο κίνδυνο να υποστούν καρδιακή προσβολή σε σχέση με αυτούς που αντιπαρατέθηκαν ανοιχτά με τον διευθυντή.

Αυτό που συμβαίνει είναι ότι ο παρατεταμένος θυμός αυξάνει το άγχος και την αρτηριακή πίεση, βλάπτοντας το καρδιαγγειακό



σύστημα και αυξάνοντας τον κίνδυνο κολπικής μαρμαρυγής, σημαντικό παράγοντα κινδύνου για πρόκληση εγκεφαλικού.

Η κακή διάθεση βλάπτει και τους πνεύμονες

Αλλά δεν είναι μονάχα η καρδιά που επηρεάζεται από τον τρόπο που εκφράζουμε τον θυμό μας. Η κακή διάθεση και οι εκρήξεις θυμού κάνουν κακό και στους πνεύμονες μας.

Στο παραπάνω συμπέρασμα καταλήγουν επιστήμονες του πανεπιστημίου του Χάρβαρντ των Η.Π.Α. που χρησιμοποιώντας μια κλίμακα μέτρησης θυμού, την Cook - Medley κλίμακα που χρησιμοποιείται από τους ψυχολόγους, προσπάθησαν να εκτιμήσουν το κατά πόσο υπάρχει συνάφεια θυμού – βλάβης των πνευμόνων.

Τα αποτελέσματα έδειξαν πως όσοι είχαν υψηλότερη «βαθμολογία» θυμού παρουσίαζαν περισσότερα ή πιο έντονα αναπνευστικά προβλήματα, κάτι που όπως εκτιμούν οι ειδικοί ίσως και να οφείλεται στις ορμόνες του στρες που πιθανότατα αυξάνουν τη φλεγμονή στους αεραγωγούς.

Η οργή σε κάνει επιρρεπή και σε ιώσεις

Άλλες μελέτες έχουν δείξει επίσης πως ο θυμός μπορεί να καταστείται το ανοσοποιητικό σύστημα. Επιστήμονες του Χάρβαρντ ζήτησαν από υγιείς ανθρώπους να επικεντρωθούν σε δύο συναισθήματα βιώνοντας θυμό και συμπόνια. Στη συνέχεια υποβλήθηκαν σε μέτρηση ανοσοφαρίνης, την πρώτη γραμμή άμυνας, για να μετρηθεί ο βαθμός άμυνας του ορ-γανισμού.

Όπως αποδείχτηκε, υπάρχουν σαφείς ενδείξεις ότι ο στρες καταστέλλει τη λειτουργία του ανοσοποιητικού συστήματος σε μεγάλο βαθμό ενώ τα υψηλά επίπεδα στρεσογόνων ορμονών, όπως η κορτιζόλη, επηρεάζουν την ικανότητα αντίστασης σε μολύσεις.

Οι εκρήξεις θυμού αφήνουν πληγές ανοιχτές

Ομοίως, κάθε φορά που χάνουμε την ψυχραιμία μας, επιβραδύνουμε και τους μηχανισμούς του οργανισμού για επούλωση. Ακόμη και μικρά τραύματα μπορεί να αργήσουν να επουλωθούν αν έχουμε συχνές εκρήξεις θυμού.

Ερευνητές από το πανεπιστήμιο του Οχαίο ζήτησαν από 98 υγιείς εθελοντές να υποστούν μικρά εγκαύματα για να εξεταστεί ο χρόνος επούλωσής τους. Επί οκτώ ημέρες, το έγκαυμα ελεγχόταν καθη-μερινά και σημειωνόταν η εξέλιξη της επούλωσής του. Οπως αποδείχτηκε, όσοι δεν μπορούσαν να ελέγχουν το θυμό τους και είχαν συχνά αρνητικά συναισθήματα είδαν την πληγή να επουλώνεται πολύ πιο αργά:

Περασμένα - ξεχασμένα και καλή διάθεση για υγεία ψυχική και σωματική στο φουλ!

ΛΥΣΤΕ ΤΟ ΠΡΟΒΛΗΜΑ ΤΩΝ "ΠΑΡΑΣΙΤΩΝ" ΣΤΑ ΡΑΔΙΟΦΩΝΙΑ ΜΑΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ. ΑΚΟΥΣΤΕ ΜΑΣ ΑΠΟ ΤΟ ΚΟΜΠΙΟΥΤΕΡ ΣΑΣ ΠΕΝΤΑ-ΚΑΘΑΡΑ ΚΑΙ ΜΑΛΙΣΤΑ 24 ΩΡΕΣ ΤΟ 24ΩΡΟ. WWW.THECHICAGOGREEKHOURS.COM



Οι τεράστιες αίθουσες του Ζαπέιου που το βράδυ των εκλογών είχαμε εγκατασταθεί πάνω από 500 δημοσιογράφοι από όλον τον κόσμο για να μεταδώσουμε τα εκλογικά αποτελέσματα.



Στην φωτογραφία (από αρ.) η Πάτρα Λογοθέτη και ο γιος της Παναγιώτης που παρευρέθησαν στην δεξίωση της Ελληνοαμερικανικής ακαδημίας.



Στην φωτογραφία ο κύριος ομιλητής της Δεξίωσης ο κ. Πολύβιος Μαργκιάς που περιέγραψε με εναργά χρώματα τον ρόλο της μητέρας στην ανάπτυξη των παιδιών.



Σε προεκλογική περίοδο βρίσκεται και τυπικά πλέον η χώρα, καθώς το πρώτο Σαββάτου 19 Ιουνίου θυροκολήθηκε το Προεδρικό Διάταγμα για το κλείσιμο της Βουλής και την διενέργεια εκλογών στις 17 Ιουνίου. Η Βουλή θα συγκροτηθεί ξανά σε Σύμβαση στις 28 Ιουνίου.

Λιγότερο επικίνδυνος τώρα ο ήλιος

Ελληνική έρευνα έδειξε ότι η υπεριώδης ακτινοβολία Β αρχίζει να μειώνεται καθώς ανακάμπτει το στρώμα του όζοντος

Η έκθεση στον ήλιο είναι πάντα ευεργετική αλλά και επικίνδυνη, γι' αυτό

Θεαματική μείωση της ακτινοβολίας

Από το 2007 η ΦΧΒ έχει μειωθεί κατά 2%. «Αυτό είναι τεράστιο ποσοστό για τόσο μικρό χρονικό διάστημα. Το τεστάραμε με μετρήσεις ακριβείας στον Καναδά, στην Ευρώπη και στην Ιαπωνία» λέει ο ακαδημαϊκός. Αντίθετα,



και απαιτεί... μέτρο και προσοχή

Πριν από 25 χρόνια, με το Πρωτόκολλο του Μόντρεαλ το 1987, η διεθνής κοινότητα αποφάσισε για πρώτη φορά να αναλάβει κοινή δράση για την αντιμετώπιση ενός σοβαρού περιβαλλοντικού ζητήματος: της «τρύπας» του όζοντος που άφηνε την καρκινογόνο υπεριώδη ακτινοβολία του ήλιου να φθάνει σε μεγαλύτερες ποσότητες στη Γη, απειλώντας την ανθρώπινη υγεία.

Τώρα η προσπάθεια φαίνεται να αποδίδει πλήρως τους καρπούς της. Οχι μόνο το στρώμα του όζοντος φαίνεται πλέον να αποκαθίσταται σταθερά, αλλά επιπέλους η αποκατάσταση αυτή συνοδεύεται και από αισθητή μείωση της επικίνδυνης ακτινοβολίας.

Τα καλά νέα, τα οποία δείχνουν ότι όταν θέλουμε μπορούμε να κάνουμε κάτι για το περιβάλλον, έρχονται από έλληνες ερευνητές, οι οποίοι οώμως προεδρούονται: αν και πράγματι ο ήλιος γίνεται λιγότερο επικίνδυνος, αυτό δεν σημαίνει ότι θα πρέπει να πάψουμε να τον αντιμετωπίζουμε με προσοχή.

«Επιτέλους, ένα καλό νέο από την Ελλάδα!». Το σχόλιο, το οποίο προέρχεται από έναν διακεκριμένο γερμανό επιστήμονα, έχει πολλαπλή σημασία. Εκτός του ότι τα καλά νέα από τη χώρα μας σπανίζουν τελευταία, οι θετικές εξελίξεις που αφορούν την κατάσταση του πλανήτη μας είναι ακόμη σπανιότερες. Μια επιστημονική έρευνα ελληνικής προέλευσης διαπιστώνει οώμως ότι δεν είναι απιθανες. Και αποδεικνύει ότι, όταν αποφασίζουμε, συλλογικά και σε παγκόσμιο επίπεδο, να λάβουμε τα σωστά μέτρα και να τα τηρήσουμε, μπορούμε να κάνουμε τη διαφορά.

Οι έλληνες ερευνητές με επικεφαλής τον ακαδημαϊκό **Χρήστο Ζερεφό** έδειξαν, για πρώτη φορά ύστερα από δεκαετίες, ότι η αποκατάσταση του στρώματος του όζοντος στην ατμόσφαιρα η οποία παρατηρείται τα τελευταία χρόνια άρχισε επιπέλους να συνοδεύεται από το επιθυμητό αποτέλεσμα: τη μείωση της καρκινογόνου υπεριώδους ακτινοβολίας Β (ΦΧΒ).

Αυτό βεβαίως δεν σημαίνει ότι θα πρέπει να βγάλετε το βραχιολάκι του Μάρτη από το χέρι σας και να τρέξετε να «ψηφθείτε» στον ανοιξιάτικο ήλιο. Αφενός, αν και η μείωση είναι αισθητή και φαίνεται ότι θα συνεχιστεί τις επόμενες δεκαετίες, δεν έχει φθάσει ακόμη στα επιθυμητά επίπεδα. Αφετέρου, όπως προειδοποιεί ο κ. Ζερεφός μιλώντας στο «Βήμα», η ήλιακή ακτινοβολία πάντα κρύβει κινδύνους για την υγεία μας. «Αυτά τα καλά νέα δεν πρέπει να μας καθησυχάζουν» τονίζει. «Μπορούμε να χαιρόμαστε τον ήλιο αλλά με προσοχή. Να μην εξαντλούμε την «τράπεζα» υπεριώδους ακτινοβολίας με την οποία γεννηθήκαμε. Κάθε έγκαυμα από τον ήλιο, όσο μικρό και αν είναι, δημιουργεί ένα έλλειμμα σε αυτή την τράπεζα, ιδιαίτερα όταν συμβαίνει σε μικρές ηλικίες».

η υπεριώδης ακτινοβολία Α (UVΑ), η οποία δεν απορροφάται από το στρώμα του όζοντος, συνεχίζει να αυξάνεται επειδή ο ήλιος γίνεται φωτεινότερος. Η UVB προκαλεί εγκαύματα και διάφορες μορφές καρκίνου του δέρματος ενώ η UVΑ επιδρά στον υποδόριο ιστό και μπορεί να αλλάξει τη δομή του κολλαγόνου και των ινών ελαστίνης του δέρματος, επιταχύνοντας έτσι τη γήρανσή του.

Αν και πρέπει να είμαστε προσεκτικοί απέναντι σε αυτούς τους κινδύνους, ο κ. Ζερεφός επισημάνει ότι δεν θα πρέπει να χάνουμε το μέτρο. «Η υπερπροστασία και η... UVBφοβία που έχουν πάσσει τον κόσμο έχουν οδηγήσει σε υπερβολές. Δεν πρέπει να κρυβόμαστε από τις ευεργετικές ακτίνες του ήλιου, η έκθεση στις οποίες παράγει και τη βιταμίνη Δ» λέει. «Δυστυχώς, το έλλειμμα βιταμίνης Δ που παρατηρείται στους λαούς των βορείων χωρών της Ευρώπης άρχισε να διαφαίνεται και στην Ελλάδα. Είναι ένα σημαντικό πρόβλημα και οφείλεται στη χρήση αντηλιακών υπερβολικά μεγάλου δείκτη προστασίας».

Η επιτυχία της παγκόσμιας δράσης

Η αραίωση του στρώματος του όζοντος στη στρατόσφαιρα εξαιτίας της χρήσης των χλωροφθορανθράκων (CFC) στα σπρέι και στα ψυγεία έγινε αντιληπτή από τους επιστήμονες στη δεκαετία του 1970. Η επίσημη αντίδραση άργησε σχετικά να έρθει, κυρίως λόγω της αντίστασης των βιομηχανιών. Το Πρωτόκολλο του Μόντρεαλ, το οποίο απαγορεύει τη χρήση CFC και άλλων ουσιών που βλάπτουν το όζον, υιοθετήθηκε τελικά το 1987, αρχικά διειλά-δειλά. Γρήγορα οώμως εξασφάλισε αθρόα συμμετοχή (έχει υπογραφεί από όλα τα κράτη-μέλη του Οργανισμού Ηνωμένων Εθνών και όχι μόνο) και θεωρείται ιδιαίτερα επιτυχημένο.

«Αν δεν είχε εφαρμοστεί το Πρωτόκολλο του Μόντρεαλ θα έπρεπε να κάνουμε τις υπαίθριες εργασίες νύχτα και να κοιμόμαστε την ημέρα» σημειώνει ο κ. Ζερεφός. «Αυτό είχε συμβεί παροδικά στο Πούντα Αρένας της Χιλής. Εκεί παρατήρησαν ότι στα διαλείμματα των μαθημάτων το δέρμα των παιδιών κοκκίνιζε μέσα σε λίγα λεπτά. Τότε ο δήμαρχος έκλεισε τα σχολεία μέχρις ότου η «τρύπα» του όζοντος απομακρυνθεί από την περιοχή, ενώ οι πολίτες απέφευγαν να κυκλοφορούν στους δρόμους την ημέρα».

Ο ρόλος των σωματιδίων

Η εικόνα του όζοντος από δορυφόρο. Τα τελευταία χρόνια οι επιστήμονες διαπιστώνουν ότι η περίφημη «τρύπα» βαίνει προς αποκατάσταση

Τώρα, όπως φαίνεται, το Πρωτόκολλο αρχίζει να αποδίδει τους καρπούς του. Αυτό μέχρι πρότινος δεν ήταν ωστόσο απόλυτα σαφές. Αν και οι επιστήμονες διεπιστώνων κάποια αποκατάσταση στο στρώμα του όζοντος, αυτή δεν συνοδεύεται από θετικά αποτελέσματα στην υπεριώδη ακτινοβολία Β. Αντιθέτως, η UVB φαινόταν να αυξάνεται, γεγονός το οποίο τους προβληματίζε. Ο κ. Ζερεφός και οι συνεργάτες του κατόρθωσαν να εντοπίσουν την αιτία, εισάγοντας έναν παραμελημένο ως τώρα παράγοντα στο «παιχνίδι»: τα αιωρούμενα σωματιδία – ή αερολύματα – στην ατμόσφαιρα και το φαινόμενο της σκίασης του ήλιου που αυτά προκαλούν.

Κρυφοί εξοπλισμοί από την Κίνα

Αυξάνονται οι στρατιωτικές δαπάνες και η οικονομική κατασκοπεία εκ μέρους της Κίνας, προειδοποιεί το Πεντάγωνο. Το Πεντάγωνο εκτιμά ότι η Κίνα επένδυσε πέρσι έως και 180 δισεκατομμύρια δολάρια για την ενίσχυση και τον εκσυγχρονισμό των ενόπτ-λων δυνάμεών της, ένα ποσό πολύ υψηλό-τερο από αυτό που



παραδέχεται επισήμως το Πεκίνο.

Η ετήσια έκθεση που κατέθεσε το αμερικανικό υπουργείο Άμυνας στο Κογκρέσο και αφορά τις ένοπλες δυνάμεις της Κίνας κάνει λόγο για συνεχείς επενδύσεις σε προηγμένη πυραυλική τεχνολογία και σε δυναμικό κυβερνοπολέμου, προειδοποιώντας ότι η κινεζική οικονομική κατασκοπεία απειλεί την οικο-νομική ασφάλεια των ΗΠΑ. «Οι κινεζικές προσπάθειες για συλλογή τεχνολογικών και οικονομικών πληροφοριών από τις ΗΠΑ θα συνεχιστεί σε υψηλό επίπεδο και θα αποτελέσει μια αυξανόμενη και συνεχή απειλή για την οικονομική ασφάλεια των ΗΠΑ», τονίζεται στο κείμενο.

Η έκθεση αυτή είναι η πρώτη αφότου ο πρόεδρος Μπαράκ Ομπάμα έθεσε πέρσι σε εφαρμογή μια νέα πολιτική για την ενίσχυση της επιρροής των ΗΠΑ στην Ασία και τον Ειρηνικό, μολονότι η σχεδιαζόμενη λιτότητα περιορίζει την αμερικανική στρατιωτική παρουσία σε άλλες περιοχές του κόσμου. Η

Κίνα δεν κρύβει τις στρατιωτικές φιλοδοξίες της, αντιθέτως διαφημίζει τις επιτυχίες της, όπως έκανε στις αρχές του 2011, με τη δοκιμαστική πτήση ενός αεροσκάφους τύπου στελθ και τον Αύγουστο, με την παρουσίαση ενός πταλιού σοβιετικού αεροπλανοφόρου που ανακατασκευάστηκε και επανεξοπ-

Νέο «μυστικό» πορτρέτο εμφανίζεται σε πίνακα του Τισιανού

Εκτιμάται ότι είναι η αυτοπροσωπογραφία του καλλιτέχνη. Η συντήρηση του μνημειώδους έργου αποκάλυψε λεπτομέρεια στην οποία φαίνεται να απεικονίζεται ο ίδιος ο ζωγράφος του έργου.

Ενας από τους πιο μακάβριους, αλλά και τους πιο μελετημένους πίνακες του Τισιανού βρίσκεται και πάλι στο προσκήνιο. Το αριστούργημα του αναγεννησιακού ζωγράφου με τίτλο «Το μαρτύριο του Αγίου Λαυρεντίου» σκιαγραφεί τον άτυχο άγιο, ο οποίος έχει προκαλέσει την οργή της αυτοκρατορικής Ρώμης για τις χριστιανικές του πεποιθήσεις, να ψήνεται ζωντανός πάνω σε μια σχάρα κάτω από την οποία καίει μια δυνατή φωτιά.

Το έργο, η αξία του οποίου σήμερα εκτιμάται γύρω στα 50 εκατομμύρια ευρώ, είχε εντυπωσιάσει τόσο πολύ στην εποχή του, που ο Φίλιππος Β' της Ισπανίας παρήγγειλε ένα παρόμοιο έργο για ένα παρεκκλήσι του Εσκοριάλ δέκα περίπου χρόνια μετά την περάτωση του αρχικού έργου.

Ομως σχεδόν 500 χρόνια αφότου φιλοτεχνήθηκε, έγινε αντιληπτή μια νέα λεπτομέρεια του πίνακα, η οποία δεν είχε υποπέσει στην αντίληψη των μελετητών του:



στην κάτω αριστερή γωνία του ορθογώνιου σχεδόν 5 μέτρων ύψους έργου, βρίσκεται κρυμμένη μια αυτοπροσωπογραφία του καλλιτέχνη.

Η ενός έτους συντήρηση αποκάλυψε το κεφάλι ενός άντρα, τυλιγμένο με ένα τουρμπάνι, να κοιτάζει τον άγιο ενώ εκείνος υποφέρει πάνω στην πυρωμένη σχάρα και εκτείνει με αγωνία το χέρι του προς τους ουρανούς.

Το πρόσωπο του άντρα παρουσιάζει εντυπωσιακή ομοιότητα με γνωστά πορτρέτα του Τισιανού, ο οποίος γεννήθηκε το 1488 στην Βενετία. Ομοίως, η ηλικία του μυστηριώδους άντρα μοιάζει να ανταποκρίνεται σε εκείνη του Τισιανού, ο οποίος όταν φιλοτέχνησε τον επίμαχο πίνακα μεταξύ του 1546 και 1558, πρέπει να ήταν στην έκτη ή έβδομη δεκαετία της ζωής του.

«Η ομοιότητα με το προφίλ του και κυρίως με την μακριά, ελαφρώς στραβή του μύτη είναι πολύ χαρακτηριστική. Πιστεύουμε ότι μπορεί κάλλιστα να είναι ένα πορτρέτο του Τισιανού. Αυτό πρέπει βεβαίως να αποδειχθεί και μελετάμε τα αρχεία για να δούμε αν υπάρχουν και άλλα στοιχεία που να στηρίζουν κάτι τέτοιο. Το κυριότερο ερώτημα παραμένει βεβαίως γιατί συμπεριέλαβε τον εαυτό του στον πίνακα.», δήλωσε ο καθηγητής Λιονέλ Πούπι, ειδικός στον Τισιανό, ο οποίος μελέτησε τα αποτελέσματα της συντήρησης του μνημειώδους έργου, το οποίο βρίσκεται στην εκκλησία των Ισουΐτων, στην Βενετία.

Ο Τισιανός δεν θα είναι ο πρώτος από τους αναγεννησιακούς ζωγράφους που επέλεξαν να δώσουν το πρόσωπό τους σε ένα από τα έργα τους, «Δαβίδ με το κεφάλι του Γολιάθ», ο Καραβάτζιο δάνεισε το πρόσωπό του στον αποκεφαλισμένο γίγαντα.



University Medicine and Cardiology

8110 S. Cass Ave., Darien, IL 60561 Phone: (630) 963-4000

4605 W. Golf Rd, Skokie, IL 60076 Phone: (847) 679-5199



Dr. Stamatis (Tom) Dimitropoulos is a graduate of Rush Medical College. He completed his Internal Medicine residency, as well as his fellowship in Cardiovascular Disease at Rush University Medical Center. He completed his interventional Cardiology fellowship at William Beaumont Hospital, Royal Oak, Michigan in 2009. Dr. Dimitropoulos is board certified by the American Board of Internal Medicine

Treating all adult medical needs, specializing in cardiac imaging, coronary stenting, non-surgical treatment of varicose veins as well as preventive medicine.

- Same day and Walk-ins welcome
- Compassionate care
- Handicap Accessible
- Comprehensive services

Accepting Most Insurances-Accepting Medicare Assignment

(630) 963-4000

Ο αριστούχος και εγκεκριμένος καρδιολόγος-Παθολόγος Δρ. Σταμάτης Δημητρόπουλος, εξειδικευμένος στην επεμβατική Καρδιολογία, και στην θεραπεία καρδιαγγειακών νοσημάτων, τώρα δέχεται τους ασθενείς του στα γραφεία του στο North Side στην Διεύθυνση 4605 W. Golf Rd. και στα Western Suburbs στο Darien στην Διεύθυνση 8110 S. Cass Ave., όπου μπορείτε να τον επισκευθείτε για όλα σας τα καρδιακά προβλήματα, την χωρίς εγχείρηση θεραπεία των κιρσών (varicose veins) και για ό,τιδήποτε σας απασχολεί σχετικά με την γενική σας υγεία. Για ένα ραντεβού μαζί του τηλεφωνείστε στους αριθμούς: (847) 679 5199 ή (630) 920-1900.



Μια από τις πολλές Ανατολές της Ελλάδας του Μάη. Η χώρα μας μπορεί να υποφέρει οικονομικά, αλλά η φυσική της ομορφιά είναι όπως πάντα απαράμιλλη και αξεπέραστη.



Ο εκδότης στην δεξίωση είχε την ευκαρία να συνομιλήσει με μια φιλική του οικογένεια την οικογένεια του Νίκου Φλεβάρη και τον μαθητή του Κώστα.



Στην δεξίωση της Ελληνοαμερικανικής Ακαδημίας ο φακός της "Ο" συνέλαβε το ζεύγος του επιειρηματία Παύλου Βαντεβούλη.



Η δεξίωση έκλεισε με τον παραδοσιακό ελληνικό χορό. Η Ελληνοαμερικανική Ακαδημία διαθέτει ημερήσιο Δημοτικό σχολείο "Ο Σωκράτης", απογευματινό και σχολείο του Σαββάτου και έχει δυναμικό πάνω από 600 μαθητές.

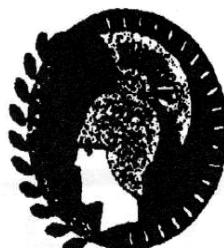
YANNI'S GREEK RESTAURANT

10 E. ALGONQUIN RD.
ARLINGTON HEIGHTS, IL. 60605
PHONE: (847) 952-1111



Ριζικές αλλαγές και καινοτομίες, έγιναν ήδη στο YANNI'S από την πρώτη Σεπτεμβρίου. Μερικές μόνο από τις πολλές αλλαγές: Καθαρίσαμε παστρικά όλους τους χώρους και τους ανακανίσαμε έστι ώστε το μοναδικό σε ομορφιά YANNI'S RESTAURANT να γίνει ομορφότερο. Ετοιμάσαμε ένα νέο μενού που αντανακλά μια νέα καθαρή κουζίνα με 80% νέο προσωπικό, με αυθεντικά υλικά παρασκευής φαγητών και με έμφαση στην Μεσογειακή κουζίνα, για να χαρείτε εσείς μια νέα πρωτόγνωρη εμπειρία γεύσης, χαμηλών τιμών και ξεχωριστής εξυπηρέτησης. και, το πιο σπουδαίο, τώρα έχετε κάπου να πάτε τις Κυριακές μετά την εκκλησία: ελάτε με την οικογένειάς σας στο YANNI'S BIG FAT GREEK BRUNCH από τις 10:00 π.μ. μέχρι τις 3:00 μ.μ. απολαύστε ό,τι ελληνικό πιάτο θέλετε και όσο θελετε με μόνο 19.95 το άτομο. YANNI'S GREEK RESTAURANT: Στην BA γωνία Algonquin και Arlington Heights Rd. στο Arlington Heights.

Τηλέφωνο: (847) 952-1111.



SPARTAN BROTHERS, INC.

Importers • Distributors • European Specialties
Fresh Meats • Seafood • Produce
Greek Pastries • Artoklasia • Mnemosina
Roast Lamb & Pork - Sat., Sun. & Holidays
Imported Cheese • Olives • Olive Oil
Retail • Wholesale

7140 N. Harlem Ave.
Chicago, IL 60631

Tel. (773) 631-0088
Fax (773) 631-7420
E-mail:spartanbros@aol.com

Mon. - Sat. 9 a.m. - 7 p.m.
Sun. 9 a.m. - 4 p.m.

Distributors of "OLGA GEORGATSOU" Olive Oil

Μινωικές αποικίες στην Αμερική;

Ακούγεται ότι οι Μινώτες ήταν δεινοί θαλασσοπόροι που πέρασαν τον Ατλαντικό, δημιούργησαν αποικίες ως και στον Καναδά και εκμεταλλεύτηκαν τα τοπικά ορυχεία χαλκού

Ενώ το παρόν της πατρίδας μας μαστίζει η απογοήτευση, το παρελθόν του δεν παύει να μας εκπλήσσει γοητευτικά. Και είναι τόσο πολλές οι εκπλήξεις ώστε να δυσπιστεί κανείς για οιδήπτο, ακόμη κι αν είναι σκαλισμένο σε γρανίτη. Κάτι τέτοιο, το ασύλληπτο, διηγούνται τα βράχια Σκανδιναβίας και Β. Αμερικής: ότι οι πρόγονοι των Κρητών «έκοβαν βόλτες» στον Ατλαντικό, αρμέγοντας τα πλούτη Βαλτικής και Αμερικής, 40 ολόκληρους αιώνες πριν από το Κολόμβος φιλήσει το χώμα των «Δυτικών Ινδιών!» Το πώς και υπό ποιους όρους θα μπορούσε να συμβεί αυτό είναι κάτι που η κοινή λογική εύκολα θα κατέτασσε στην παραεπιστημονική φιλολογία και στην εθνικιστική μυθοπλασία. Ομως, πριν από το παρόν περίπτερο στο εύκολο της απόρριψης, ρίξτε μια ματιά στα εξής συσσωρεύμενα αποδεικτικά στοιχεία.

Είχαμε ακούσει για το ενδεχόμενο αρχαίοι Ελληνες να είχαν φθάσει στην... Αμερική, φάγκοντας για νέες πηγές μετάλλων. Και θα κρατούσαμε στο απωθημένο αυτή τη θεωρία αν δεν μάθαινα για ένα πρόσφατο βίβλιο – το *The Lost Empire of Atlantis* του Gavin Menzies



– που επιπλέον παταγωδώς το θέμα και ανακίνησε σωρεία συζητήσεων στο Διαδίκτυο.

Στο βίβλιο του ο Menzies ακολουθεί αρχικά τα ίχνη των Μινωιτών στη Μικρά Ασία, την Αίγυπτο, την Υεμένη, την Ινδία και την Κεϊλάνη – όπου τα έπτη Sangam των Tamil μιλούν ακόμα για «τα υπέροχα πλοία των Ελλήνων που φέρνουν χρυσό και φεύγουν φορτωμένα πιπέρι...». Εκπληκτος από τα μουσειακά ευρήματα που δικαίωναν τον Στράβωνα και τον Πτολεμαίο, ο συγγραφέας αναλογίστηκε όχι μόνον τα μυστικά ναυπιπλοΐας που πρέπει να κατείχαν οι Μινώτες, αλλά και το πού έβρισκαν όλες εκείνες τις ποσότητες μετάλλων που εμπορεύονταν. Η Κύπρος με τα μεταλλεία χαλκού γνωρίζουμε ιστορικά ότι δεν μπορούσε να αντεπεξέλθει καν στις απαιτήσεις των Φαραώ. Κι ούμως, οι Μινώτες τους έδωσαν χάλκινα πριόνια ενισχυμένα με κασσίτερο για να κόψουν τους ογκόλιθους των πυραμίδων τους... Καταπώς βρέθηκε γραμμένο στα αρχεία του βασιλιά Σάργκον των Ακκαδίων, τα μινωικά πλοία έφερναν ήδη από το 2350 π.Χ. κασσίτερο, από την Ιστανάνια και τη Βρετανία. Κι έπειτα, εκείνο το απίθανο εύρημα του 1450 π.Χ. στο Ακρωτήρι της Σαντορίνης από πού ήρθε; Lasioderma serricorne, δηλαδή κάμπτια των φύλλων καπνού! Ναι, του καπνού που όλοι γνωρίζαμε ότι πρωτόφτασε στην Ευρώπη τον 16ο αι. μ.Χ. από την αμερικανική ήπειρο. Οπότε, ο Menzies στράφηκε τώρα δυτικά, φάγκοντας να βρει κατά πόσο – και πώς – εκείνοι οι ατρόμητοι ναυτικοί είχαν όχι μόνον διαβεί τις Ηράκλεις Πύλες, αλλά και είχαν φθάσει στον Νέο Κόσμο.

Μινώτες και Μυκηναίοι στις ακτές του Ατλαντικού

Το αρχαιότερο πλοίο των ακτών των Βίκινγκς, το Hjortspring, έχει τη μορφή των πετρόγλυφων μινωικών καραβιών.

Αναλυτικά, το σκεπτικό του ο κ. Μαριολάκος το παρέθεσε σε μία εργασία που θα βρείτε δημοσιευμένη στο Διαδίκτυο (ψψ.ελλε.ησ/εταια/Γοοπεσ/Νασιομαλοτ/Ξεψ_Νασιομαλοτ_ησεελ.πδζ). Εκεί, ενημερώνει αρχικά για το πώς και ασχολείται με τέτοιο θέμα ένας γεωλόγος: «Η γεωμυθολογία είναι ένας κλάδος των γεωεπιστημών που ασχολείται με τις φυσικογεωλογικές συνθήκες που επικρατούσαν κατά τη διάρκεια της μυθολογικής εποχής και, μέσω αυτής της ανάλυσης, βρίσκει την αμοιβαία σχέση μεταξύ γεωλογίας και μυθολογίας. Η δική μου εμπειρία, ως γεωλόγου ο οποίος έχει περάσει τη ζωή του μελετώντας τη γεωλογία της Ελλάδας, έδειξε ότι (...) στην ελληνική μυθολογία περιλαμβάνονται και φυσικογεωλογικές διεργασίες που εξελίσσονται σε πολύ μακρινές περιοχές, όπως στην περιοχή του Βόρειου Ατλαντικού και αλλού». Και αναλύει έπειτα διεξοδικά τις αρχαίες πηγές που εξέτασε, όπως το έργο του Πλουτάρχου «Περί του εμφαινομένου προσώπου των κύκλων της Σελήνης».

Τα «ύποπτα» ορυχεία

Υπήρχαν δύο κλειδιά που ξεκλείδωσαν την υπόθεση των «Ελλήνων στην Αμερική». Το ένα ήταν ένα μεταλλουργικό ανεξήγητο: οι αρχαιολόγοι των ΗΠΑ έχουν βρει 5.000 ανοιχτά ορυχεία χαλκού (σχεδόν απόλυτα καθαρού) στις ακτές της λίμνης Superior, μεταξύ Μίσιγκαν των ΗΠΑ και Καναδά, απ' όπου έχουν εξαχθεί κάπου 500.000 τόνοι μεταξύ 2470 - 1050 π.Χ., που... κανένας δεν γνωρίζει πού πήγαν! Συγκεκριμένα, οι τότε Ινδιάνοι των περιοχών αυτών ζούσαν στη Λίθινη Εποχή και μόνο μετά το 1500 π.Χ. αρχίζουν να χρησιμοποιούν περιορισμένες ποσότητες χαλκού – κι αυτές μόνο για κοσμήματα. Ποιος λοιπόν ήταν ο «κλέφτης» κι από πού και πώς ήρθε;

Δεδομένου ότι η Μεσόγειος και η Μεσοποταμία ήταν εκείνες που τότε διέρχονταν την Εποχή του Χαλκού (και ο χαλκός ήταν τότε ακριβότερος κι από το χρυσάφι), οι υποψίες στρέφονται προς τα εκεί. Κατά εντυπωσιακή μάλιστα συγκυρία, οι μυστηριώδεις μαζικές εξορύξεις χαλκού τόσο στη Βόρεια Αμερική όσο και στην Ιστανάνια και τη Βρετανία σταμάτησαν γύρω στο 1350 π.Χ. – την εποχή που το ηφαίστειο της Θήρας καθόρισε τη μοίρα των Μινωιτών. Και οι Ελληνες που παρέλαβαν τη σκυτάλη (Αχαιοί Μυκηναίοι αρχικά, Δωριείς και Ιωνείς στη συνέχεια) είναι οι μόνοι που διηγούνται ταξίδια από παλιά στην Ογγυά (Ισλανδία), το Κρόνιο Πέλαγος και τις δυτικότερες ακτές.

Για το πώς πήγαν, η απάντηση θα μπορούσε να δοθεί μόνο με το κλειδί που λέγεται γνώση των **ωκεάνιων ρευμάτων** – των ρευμάτων του ακεανού που ο Ομηρος περιέγραψε ως βαθύρροι και βαθυδινή. Το ρεύμα του Κόλπου του Μεξικού, το περιφέρμο Gulf Stream, στριφογυρνά στον Ατλαντικό και διακλαδίζεται σε βρόγχους που εισχωρούν στη Μεσόγειο και στη Βαλτική. Οποιος γνωρίζει αυτές τις υδροτοσουλήθρες και τοποθετεί κατάλληλα το σκαρί του επάνω τους «πτετάει». Για παράδειγμα ο Πλούταρχος αποφαίνεται πως ένα σκαρί σαν την «Αργώ» μπορούσε να διανύσει τα 900 χλμ. απόστασης Βρετανίας -Ισλανδίας

σε 5 ημέρες (4-5 μίλια/ ώρα).

Μινωικές κρουαζιέρες στο Κρόνιο Πέλαγος

Μινωικές λέξεις και σκίτσα πλοίων περιμένουν την εξήγησή τους στα βράχια των ακτών της Βαλτικής.

Το δυσθεώρητο όμως του επιπτεύματος δεν μπορούσε να ικανοποιηθεί παρά μόνο με αποδείξεις για το ότι αρχαικά πλοία σαν την «Αργώ» μπορούσαν να πάνε τόσο μακριά – πόσω μάλλον τα ακόμα αρχαιότερα μινωικά. Θυμήθηκα ένα δημοσίευμα του 2010, από νορβηγική εφημερίδα, σύμφωνα με το οποίο είχαν βρεθεί μυστηριώδη γράμματα της περιόδου 1800 - 1000 π.Χ. σκαλισμένα σε γρανίτη. Τα γράμματα αυτά αποκρυπογράφησε ως μινωικά ο νορβηγός γλωσσολόγος και ακαδημαϊκός Kjell Aartun και τιμήθηκε γι' αυτό με το χρυσό μετάλλιο του βασιλιά. Κατά τον Aartun, οι μινωικές λέξεις μεταφράζονταν «Μαλακός και καθαρός», αναφερόμενες στο μεγαλύτερο κοίτασμα αργύρου όλης της Ευρώπης που είχαν εντοπίσει στο Kongsberg του Οσλο αυτοί οι απίστευτοι κυνηγοί θησαυρών. Άλλα μήπως είχαν αφήσει και άλλα ίχνη πίσω τους;

Ο Πλούταρχος περί... Καναδά

Μία από τις παράλιες φλέβες χαλκού στη λίμνη Superior των ΗΠΑ, με τα πανάρχαια ίχνη εξόρυξης – Ο Πλούταρχος γράφει: «Οσο για τη μεγάλη ήπειρο, από την οποία η μεγάλη θάλασσα περιέχεται σε κύκλο, από τα άλλα νησιά απέχει λιγότερο, από την Ογγυά όμως γύρω στα πέντε χιλιάδες στάδια ταξιδεύοντας με πλοία με κουπιά. (...) Από την ηπειρωτική γη τα κοντινά μέρη κατοικούν Ελλήνες, γύρω από κόλπο όχι μικρότερο από την Μαιώτιδα (Λίμνη), του οποίου το στόμα βρίσκεται στην ίδια ευθεία με το στόμα της Κασπίας θάλασσας».

Το σημαντικό όμως στην περιγραφή αυτή είναι ότι μας παρέχει γεωγραφικές πληροφορίες οι οποίες είναι σωστές. Πράγματι, ο κόλπος του Αγ. Λαυρεντίου μοιάζει με τη Μαιώτιδα λίμνη (Αζοφική Θάλασσα, στον Εύξεινο Πόντο) και είναι λίγο μεγαλύτερος. Οσο για την πληροφορία ότι το στόμιο του κόλπου είναι στην ίδια ευθεία με το στόμιο της Κασπίας, κοιτώντας στο Google Earth εύκολα διακρίνουμε ότι τα δύο στόμια βρίσκονται σε βόρειο γεωγραφικό πλάτος 47°, άρα στην ίδια ευθεία. Αυτή η πληροφορία είναι και η μοναδική αναφορά στην αρχαία γραμματεία που μας δείχνει ότι μπορούσαν εκείνη την εποχή να προσδιορίζουν το γεωγραφικό πλάτος ενός τόπου. Άλλα μήπως είχαν αφήσει και άλλα ίχνη πίσω τους.

· Με κατάλληλο πρόγραμμα βρήκα ότι την εποχή του 1ου αι. π.Χ. στη Γροιλανδία (60° βόρεια) ο Ήλιος έδεινε μία ώρα μεταξύ 4-5 π.μ. και αυτό συνέβαινε για χρονικό διάστημα ενός μήνα, από 9/6 ως και 9/7. Η ταύτιση αυτή δηλώνει ότι αρχικά ταξίδευαν βόρεια, φθάνοντας κοντά στον Αρκτικό Κύκλο, όπου τη θάλασσα ονόμαζαν Κρόνιο Πέλαγος. Στη

Εδωσε ζωή στους “ιερούς” μύλους

Η αρχιτέκτων Δάφνη Μπέκετ ανεβάζει το έργο της ανασύστασης των τριών ανεμόμυλων που ανήκουν στη Μονή του Αγίου Ιωάννη του Θεολόγου στην Πάτμο, έργο που της ανέθεσε ένας Ελβετός τραπεζίτης και λάτρης της Ελλάδας, ο Σαρλ Πικτέ. Η ολοκλήρωσή του της χάρισε πρόσφατα ένα από τα βραβεία Εφσοπτα Ξοτυσα 2012, στην κατηγορία συντήρηση μνημείων πολιτιστικής κληρονομιάς.

Η αρχιτέκτων Δάφνη Μπέκετ γεννήθηκε κοντά στο Σαντιάγο της Χιλής, μεγάλωσε στην Ελβετία, δούλεψε στην Αγγλία, στις ΗΠΑ και τώρα στην Ελλάδα. Κοσμοπολίτισσα δηλαδή. Ο τελευταίος σταθμός, στη μέχρι τώρα πτοεία της, της χάρισε και τη μεγαλύτερη διάκριση. Το έργο της, η ανασύσταση επί της ουσίας, των τριών ανεμόμυλων της Μονής του Αγίου Ιωάννου του Θεολόγου στην Πάτμο διακρίθηκε τον Μάρτιο με το βραβείο Europa Nostra 2012 (πρόκειται για βραβεία που δίνονται σε έργα που συντελούν στη διατήρηση της πολιτιστικής κληρονομιάς).

Όλα ξεκίνησαν από μία επίσκεψη της στην Πάτμο πριν χρόνια. «Πηγαίνω στην Πάτμο από το 1981 για διακοπές και πάντα επισκεπτόμουν τους μύλους. Μου άρεσε να κάθομαι εκεί, να σχεδιάζω και να απολαμβάνω τη θέα». Το 2006 γνώρισε έναν Ελβετό τραπεζίτη με τον οποίο συνδέθηκε φιλικά, τον Σαρλ Πικτέ, ο οποίος ασχολείται εδώ και 40 χρόνια με την ιστοπολοΐα και κάνει ταξίδια στη χώρα μας, για την οποία τρέφει μεγάλη αγάπη. «Μου έλεγε, «έχω τάρει τόσα πολλά από την Ελλάδα που θα ήθελα να της κάνω και εγώ ένα δώρο. Άλλα θέλω να έχει να κάνει με τον άνεμο». Συζητώντας κάποια στιγμή μου πρότεινε να κάνουμε δώρο έναν μύλο, διότι; εδώ και 40 χρόνια βλέπω ότι ο μύλος είναι σύμβολο της Ελλάδας, όπως η εκκλησία και η θάλασσα?». Στο σημείο αυτό η κ. Μπέκετ μας επισήμανε πως στην Ελλάδα υπάρχουν καταγεγραμμένοι 33 χιλιάδες μύλοι και ανεμόμυλοι. «Τώρα όμως οι μύλοι καταστρέφονται. Οσοι δεν μετατρέπονται σε σπίτια, πέφτουν», αναφέρει με λύπη.



Ο Ελβετός τραπεζίτης, πήγε για γαμήλιο ταξίδι στο Λασίθι στην Κρήτη και από τότε του είχε μείνει αυτή η εικόνα. Ελεγε στην κατά το ήμισυ Ελληνίδα αρχιτέκτονα -η μητέρα της είναι Ελληνίδα και ο πατέρας της Αμερικανός- πως θα ήθελε να φτιάξει έναν μύλο που να επιπελεί όμως την παραδοσιακή του λειτουργία. Μια άποψη που συμμεριζόταν και η κ. Μπέκετ αφού υποστηρίζει ότι το να μετατρέψεις σε σπίτι έναν μύλο, είναι λίγο δύσκολο. «Έχω και μία άλλη οπτική που είναι η σημασία της διατήρησης των παραδοσιακών επαγγελμάτων. Κι επίσης θεωρώ ότι η ποιότητα του αλευριού που παράγεται σε έναν παραδοσιακό μύλο με πέτρα είναι καλύτερη από την ποιότητα του αλευριού που παράγεται από σύγχρονους μύλους από αλουμίνιο», σχολιάζει η ίδια.

Ξύλο. Για την κατασκευή του μύλου χρησιμοποιήθηκαν μερικά από τα πιο μοντέρνα υλικά, όπως το ξύλο του άζονα, που είναι Oregon Pine.

Τελικά, η διάθεση αγοράς ή δωρεάς μύλου τον οδήγησε στην ιδέα της ανασύστασης των τριών μύλων. Ο κ. Πικτέ επιθυμούσε σε αυτό το εγχείρημα να πάρουν μέρος και Ελληνες. Ετοι συγκέντρωσε φίλους, συνεταίρους και άλλους χρηματοδότες (μέσα σε αυτούς περιλαμβάνεται και το ίδρυμα Νιάρχος). Εξ Ελληνες πρόσφεραν το 60% και ο Ελβετός Πικτέ το 40%. Ευτυχώς, οι μύλοι οι οποίους στην ιδιοκτησία της Μονής του Αγίου Ιωάννη του Θεολόγου και έτσι η ανάμιξη του δημοσίου περιορίστηκε σε μια μικρή συμμετοχή της αρχαιολογίας και της πολεοδομίας. Σημειωτέον, η Χώρα της Πάτμου, στην οποία βρίσκονται και οι μύλοι, έχει ανακηρυχθεί σε μνημείο πολιτιστικής κληρονομιάς από την Ουνέσκο.



«Είναι γενικότερα πάρα πολύ προστατευμένος χώρος. Η αρχαιολογική υπηρεσία είναι η πρώτη που “συναντήσαμε” στο έργο και ήταν άψογη. Ήταν πολύ ενθουσιασμένοι και βοηθούσαν πάρα πολύ. Υπήρξαν βέβαια καθυστερήσεις, αλλά αυτό δεν έχει να κάνει με τους υπαλλήλους. Θυμάμαι, την πρώτη επαφή που είχα με τον προϊστάμενο για τα Βυζαντινά μνημεία -γιατί οι μύλοι είναι του 1574 και του 1588. Μπήκαμε στο γραφείο του, ήταν συμπαθέστατος. Ανοίγει το συρτάρι και βγάζει ένα ξύλο. “Αυτό τι είναι;” με ρώτησε. “Α, είναι δύντι από τη ρόδα του μύλου” είπα. “Εντάξει, ξέρεις τη δουλειά σου”, ανταπάντησε». Επίσης πολύ καλή ήταν η συνεργασία της κ. Μπέκετ με την πολεοδομία. «Ήταν ένα ποσοκέυτο εκπληκτικό γιατί ήταν “αμοιβαίσας κερδοφορίας” -κανείς δεν έχει να χάσει από αυτό». Επιπλέον, οι κάτοικοι του νησιού και ο δήμος ήταν ενθουσιασμένοι παρόλο που δεν είχαν κάποια επίσημη επαφή με τη κ. Μπέκετ και την ομάδα της.

Για να ολοκληρώσει το έργο η αρχιτέκτωνας χρειάστηκε να διαβάσει βιβλία χρονολογημένα μεταξύ 1750 και 1900 που περιείχαν «οδηγίες για μυλωνάδες». Επρεπε ακόμη να πάρει μέχρι και τη Γαλλία για να βρει μυλόπετρα. Να βάλει στέγη «που είναι σαν μια βάρκα ανάποδα» και «φτερωτή» για την οποία έπρεπε να βρει τον κατάλληλο μηχανισμό για να τη φρενάρει. Τις εργασίες της τελείωσε τον Ιούλιο του 2010. Για την κρίση που είχε ξεσπάσει ήδη στην Ελλάδα εκείνη την εποχή, η Δάφνη Μπέκετ θυμάται ότι «η προσδοκία του έργου έφερε αισιοδοξία, με την έννοια ότι κάναμε κάτι θετικό στιγμή που όλος ο κόσμος άρχισε να πέφτει σε κατάθλιψη».

Ικανότητα μνήμης για την επιβίωσή τους εμφανίζουν ορισμένα φυτά



Ευφυΐα εντόπισαν σε φυτά ερευνητές του Πανεπιστημίου της Νεμπράσκα, που αποκαλύπτουν ότι η ιδιότητα αυτή ικανότητα επιπρέπει στα φυτά να προσαρμόζονται και να επιβιώνουν σε περιόδους ξηρασίας. Στο μέλλον, η μελέτη αυτή μπορεί να βοηθήσει στην ανάπτυξη νέων σοδειών, ικανών να αντισταθούν σε περιόδους παρατελαμένης ξηρασίας. Ερευνες σε δύο σοδειές έδειξαν ήδη ότι τα φυτά εμφανίζουν ικανότητα βραχυπρόθεσμης μνήμης, που τους επιπρέπει να επιβιώνουν της ξηρασίας, όπως εξηγεί ο επικεφαλής της έρευνας δρ. Μάικλ Φρομ.

Το πόρισμα της πρωταρχικής έρευνας του δρ. Φρομ, που αφορά μέλος της οικογένειας της μουστάρδας, επιβεβαίωσε αυτό που έχουν παρατηρήσει πολλοί επαγγελματίες και ερασιτέχνες κηπουροί: η ταλαιπωρία των φυτών τα βοηθά να προσαρμοσθούν και να επιβιώσουν από τους κινδύνους της μεταφύευσης. Ο δρ. Φρομ αρνήθηκε να αποκαλύψει με ποια φυτά πειραματίζεται, εκτός της μουστάρδας (Arabidopsis). Στην έρευνα αυτή, ο δρ. Φρομ και η επιστημονική του ομάδα συνέκριναν τις αντιδράσεις φυτών που υπέφεραν από έλλειψη επαρκούς ύδατος, με εκείνες φυτών που εξασφάλιζαν ικανές ποσότητες νερού. Τα φυτά που στερούνταν ποτίσματος -τα λεγόμενα «εκπαιδευμένα» - επανήλθαν πιο γρήγορα στην κανονική τους κατάσταση, την επόμενη φορά που βρέθηκαν απότιστα. Οσα έλαβαν νερό -τα «μη εκπαιδευμένα» - μαράθηκαν ταχύτερα και τα φύλλα τους έχασαν περισσότερο νερό, από ότι τα εκπαιδευμένα. «Υπάρχει σαφής διασύνδεση μεταξύ της περιβαλλοντικής πίεσης, της ξηρασίας δηλαδή, και της απάντησης του φυτού.

Το φυτό πραγματοποιεί συνειδητή απόφαση διαχείρισης των ικανοτήτων του για να επιβιώσει, ενώ η πείρα αυτή αξιοποιείται και για κάθε επόμενη τέτοια κρίση», λέει ο δρ. Φρομ. Η έρευνα της ομάδας του Πανεπιστημίου της Νεμπράσκα μπορεί να αξιοποιηθεί και σε βιομηχανικές καλλιέργειες, όπως το καλαμπόκι, το βαμβάκι ή τα σιτηρά, αν και η καινοτομία αυτή θα απαιτήσει ακόμη τουλάχιστον άλλες δύο δεκαετίες επιστημονικών μελετών.

SunFresh
Market & Deli

Always fresh meat, produce, deli and much more,
also check our in-store specials.

SUN FRESH Market & Deli

**ΕΛΛΗΝΙΚΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ
ΦΡΟΥΤΑ, ΛΑΧΑΝΙΚΑ
ΦΡΕΣΚΑ ΚΡΕΑΤΑ-DELI**

Πρώτη ποιότητα-χαμηλές τιμές

**3640 N. Central Ave., Chicago, IL 60634
Phone: (773) 736-1860**

Πες μου πώς τρως να σου πω πώς είσαι

Ηρθε η στιγμή να μάθουμε το πώς και ποια ώρα πρέπει να τρώμε για να κρατήσουμε την καρδιά μας υγιή και να αποφύγουμε το... εγκεφαλικό!

(πώς είναι η καρδιά και ο εγκέφαλος σου, αλλά και πώς θα είναι στο μέλλον – αν συνεχίσουν να υπάρχουν και δεν καταστραφούν εξαιτίας της διατροφής σου).

Η ρήση αυτή αποτελεί πλέον μόνιμη επωδό των ειδικών που προσπαθούν να σώσουν τον σύγχρονο πληθυσμό από τη μάστιγα της δημόσιας υγείας, η οποία δεν είναι άλλη από τα καρδιαγγειακά νοσήματα αλλά και από τα εμφράγματα και τα εγκεφαλικά που αυτά συνεπάγονται. Μια νέα ελληνική μελέτη όμως, «γεννά» ένα νέο σλόγκαν στο πεδίο της καρδιαγγειακής υγείας, το οποίο συνοψίζεται ουσιαστικώς στην εξής φράση: «Πες μου πώς τρως να σου πω πώς είσαι».

Η νέα μελέτη

Η μελέτη αυτή, η οποία είναι η πρώτη που διερευνά, μεταξύ άλλων, τις διατροφικές συμπεριφορές, το «**savoir manger**» με άλλα λόγια, σε μεσογειακό πληθυσμό – και μια από τις λίγες που έχουν ως σήμερα ασχοληθεί παγκοσμίως με το συγκεκριμένο, άκρως σημαντικό όπως αποδεικνύεται, για την καρδιαγγειακή υγεία ζήτημα – μόλις δημοσιεύθηκε στο επιστημονικό περιοδικό «**lntertron, Metabolism & Cardiovascular Diseases**». Τα συμπεράσματα της συγκεκριμένης εργασίας είναι άκρως ενδιαφέροντα, αφού δείχνουν ότι πρέπει να είμαστε προ-σεκτικοί όχι μόνο ως προς το πότε το γεμίζουμε στο πιάτο μας αλλά και ως προς το πότε το γεμίζουμε και υπό ποιες (ψυχολογικές) συν-θήκες.

Προκειμένου να καταλήξουν στα συμπεράσματά τους οι ειδικοί μελέτησαν συνολικά 1.000 άτομα – 250 εξ αυτών είχαν εκδηλώσει για πρώτη φορά οξύ στεφανιαίο επεισόδιο (έμφραγμα του μυοκαρδίου, ασταθής στηθάγχη), 250 ισχαιμικό εγκεφαλικό επεισόδιο, ενώ οι υπόλοιποι 500 εθελοντές δεν εμφάνιζαν καρδιαγγειακά συμπτώματα και χρησιμοποιήθηκαν ως πληθυσμός αναφοράς. Οι ασθενείς συνελέγησαν από νοσοκομεία της Αθήνας και ο μέσος όρος ηλικίας τους ήταν τα 60 έτη σε ό,τι αφορούσε τα οξεία στεφανιαία επεισόδια και τα 77 έτη σε ό,τι αφορούσε τα ισχαιμικά εγκεφαλικά. Στη μελέτη, εκτός από τις διατροφικές συμπεριφορές αποτιμήθηκαν και οι διατροφικές συνήθειες, ενώ παράλληλα κατεγράφησαν κοινωνικο-δημογραφικά, κλινικά, ψυχολογικά και άλλα χαρακτηριστικά του τρόπου ζωής με βάση ειδικό, αναλυτικό ερωτηματολόγιο.

Οι «κόντιες» διατροφικές συμπεριφορές

Είναι πολύ σημαντικό ότι διερευνάται τώρα το μεσογειακό μοτίβο διατροφικών συμπεριφορών το οποίο διαφέρει από αυτό της Βόρειας Ευρώπης. Οι πληθυσμοί της Βόρειας και Δυτικής Ευρώπης ακολουθούν ένα μοτίβο διατροφικών συμπεριφορών που περιλαμβάνει συνήθως πλούσιο πρωινό, ελαφρύ μεσημεριανό γύρω στις 12, βραδινό γύρω στις 6-7 και ύπνο γύρω στις 10 με 11. Στη Νότια Ευρώπη ωστόσο το μοτίβο διατροφικών συμπεριφορών είναι πολύ διαφορετικό, ενώ παράλληλα έχει απομακρυνθεί από τις “πατροπαράδοτες” επιταγές της μεσογει-ακής διατροφής. Περιλαμβάνει συνήθως φτωχό πρωινό, το δεκατιανό απουσιάζει, ενώ περιλαμβάνει επίσης ένα μεγάλο μεσημεριανό γύρυμα – ιδιαίτερα για τους συμμετέχοντες στη μελέτη, που ήταν σχετικώς μεγάλοι σε ηλικία και στην πλειονότητά τους δεν ακολουθούσαν κατά τον εργασιακό βίο τους τα ωράρια των πολυεθνικών αλλά επέστρεφαν στο σπίτι το μεσημέρι. Και βέβαια να μην ξεχνούμε το ίδιον των Ελλήνων, που είναι η κατανάλωση του τελευταίου γεύματος αργά το βράδυ, ακόμη και στις 10 ή στις 11 τη νύχτα. Αυτές οι διατροφικές συμπεριφορές ήταν σημαντικό να διερευνηθούν σε ό,τι αφορά την επίδρασή τους στο καρδιαγγειακό σύστημα.

Οσο νωρίτερα τόσο καλύτερα

Ιδού λοιπόν τα αποτελέσματα – σας τα προσφέρουμε στο... πιάτο και ελπίζουμε να μη σας πέσουν βαριά: κατ’ αρχάς, ακόμη και όταν ελήφθησαν υπόψη άλλοι παράγοντες που μπορούν να επηρεάσουν το καρδιαγγειακό σύστημα, όπως το βάρος ή το κάπτινσμα, προέκυψε ότι το «όσο νωρίτερα (σ.σ.: καταναλώνεται το βραδινό) τόσο καλύτερα» ισχύει και με το παραπάνω ως ανεξάρτητος παράγοντας σε ό,τι αφορά τον κίνδυνο εγκεφαλικού. Συγκεκριμένα, οι ερευνητές είδαν ότι για κάθε 20λεπτη αύξηση της χρονικής απόστασης μεταξύ του βραδινού γεύματος και

του νυχτερινού ύπνου παρα-τηρήθηκε 10% μικρότερη πιθανότητα εμφάνισης εγκεφαλικού επεισοδίου, ανεξαρτήτως τού πόσο υγιεινές ήταν οι τροφές που καταναλώνονταν. Αυτό πιθανώς να οφείλεται στη μεταβολή της αιμοδυναμικής κατάστασης του σώματος κατά τη διάρκεια της πέψης, καθώς η αιματική ροή στον γαστρεντερικό σωλήνα αυξάνεται, επηρεάζοντας τον καρδιακό ρυθμό, τα επίπεδα αρτηριακής πίεσης και την καρδιακή παροχή.

Πρέπει να σημειωθεί ωστόσο ότι δεν πρόκειται τόσο σημαντικό σύνδεση μεταξύ της ώρας του βραδινού γεύματος και του οξείου στεφανιαίου συνδρόμου, αν και η τάση ήταν παρόμοια. Πιθανώς οι αιμοδυναμικές αλλαγές που συμβαίνουν να επηρεάζουν περισσότερο τα εγκεφαλικά αγγεία αλλά να μην είναι ικανές να “πυροδοτήσουν” έμφραγμα.

Φάτε με... την ησυχία σας!

Ενας άλλος παράγοντας που φάνηκε να επηρεάζει αρνητικά το καρδιαγγειακό σύστημα ήταν – τι άλλο; – το κύριο χαρακτηριστικό της εποχής μας, το στρες. Οι διατροφικές συμπεριφορές που μαρτυρούν στρες αποδείχθηκε ότι κοστίζουν ακριβά στην καρδιά αλλά και στον εγκέφαλο. Η ταχυφαγία, το να τρώμε δηλαδή... στο πόδι μέσα σε 15-20 λεπτά, η οποία έχει καταργήσει τα μεγάλα, χαλαρά, οικογε-νειακά γεύματα, στρεσάρει το καρδιαγγειακό σύστημα. Το ίδιο φάνηκε να ισχύει και για άλλες στρεσογόνες καταστάσεις, όπως το να καταναλώνουμε τροφή ενώ εργάζομαστε, κατά τι που πολλοί κάνουν συχνά, ή να παραλείπουμε κάποιο γεύμα λόγω φόρτου εργασίας. Ολοι αυτοί οι παράγοντες σχετίζονται μάλιστα πε-ρισσότερο με αύξηση του κινδύνου εμφ-ράγματος παρά αγγειακού εγκεφαλικού. Στη μελέτη αναφέρεται χαρακτηριστικά ότι το άγχος φάνεται να δρα επιβαρυντικά στην ανθρώπινη υγεία, όχι μόνο μέσω βιολογικών μηχανισμών αλλά και εμ-μέσως, μέσω ανθυγειεινών διατροφικών επιλογών και μεταβολών στην όρεξη, αυξάνοντας τον καρδιαγγειακό κίνδυνο.

Είναι βέβαια εύλογο το ερώτημα γιατί το στρες... στρεσάρει, όπως προκύπτει από τα στοιχεία, περισσότερο την καρδιά και όχι τόσο τον εγκέφαλο. Η εξήγηση δεν μπορεί να δοθεί αυτή τη στιγμή. Πάντως, από παλαιότερες μελέτες φάνηκε ότι ακόμη και ένα οξύ στρεσογόνο επεισόδιο, π.χ. ένα διαζύγιο ή μια απώλεια αγαπημένου προσώπου, αυξάνει τον κίνδυνο στεφανιαίου επεισοδίου την επόμενη ημέρα. Πρόκειται για το σύνδρομο “broken heart” – το στρες πράγματι “ραγίζει” την καρδιά.

Απενοχοποίηστε την τηλεόραση!

Και τώρα ένα εύρημα που μπορεί να φανεί παράδοξο αλλά απενοχοποίει – τουλάχιστον με βάση τα συγκεκριμένα στοιχεία – ένα κύριο «συστατικό» του σύγχρονου τρόπου ζωής μας. Πρόκειται για το φαγητό μπροστά στην τηλεόραση. Σύμφωνα με τα ευρήματα της μελέτης, η κατανάλωση τροφής μπροστά στην οθόνη της τηλεόρασης συσχετίστηκε με μικρότερη πιθανότητα εμφάνισης τόσο οξέος στεφανιαίου επεισοδίου όσο και εγκεφαλικού!

Πώς μπορεί να συμβαίνει αυτό; Ο επιστημονικός υπεύθυνος της μελέτης σημειώνει ότι πράγματι πολλές και διαφορετικές μελέτες που έχουν διεξαχθεί ως σήμερα δείχνουν ότι η κατανάλωση τροφής μπροστά στην τηλεόραση ανεξαρτήτως της περιεχομένου στην τηλεόραση, ανεξαρτήτως ώρας, πιθανότατα λειτουργεί χαλαρωτικά, μειώνει το στρες, ενώ παράλληλα το άτομο τρώει πιο αργά. Παράλληλα, η τηλεόραση, εκτός του άπομακρύνει τα στρεσογόνα ερεθίσματα, πιθανώς λειτουργεί και ως συντροφιά κατά τη διάρκεια του γεύματος, ιδιαίτερα

στα άτομα μεγάλης ηλικίας που είναι πιο επιρρεπή στο να εκδηλώσουν έμφραγμα ή εγκεφαλικό επει-σόδιο».

Πρέπει να υπογραμμιστεί ότι όλοι αυτοί οι παράγοντες φάνηκε σε γενικό πλαίσιο να επηρεάζουν το καρδιαγγειακό σύστημα ανεξάρτητα από τις διατροφικές συνήθειες των εθελοντών, από το αν έτρωγαν δηλαδή υγιεινά ή όχι. Αυτό σε καμία περίπτωση δεν μαρτυρεί ότι πρέπει να ακολουθούμε ανθυγειεινές διατροφικές επιλογές. Πλήθος ερευνητών μας έχει αναφέρει επανειλημένως τη σημασία της υγιεινής διατροφής για τον οργανισμό και συγκεκριμένα για το καρδιαγγειακό σύστημα. Μάλιστα δική μας μελέτη που δημοσιεύθηκε πριν από κάποιους μήνες στο επιστημονικό περιοδικό “American Heart Journal” έδειξε ότι η μεσογειακή διατροφή, που θεωρείται ως ερχόμενη λύση για την εγκεφαλική φράγμα, για την θεωρείται ως κατ’ εξοχήν υγιεινός τρόπος διατροφής, σώζει όχι μόνο την καρδιά αλλά και τον εγκέφαλο, μειώνοντας τον κίνδυνο εγκεφαλικού. Ήταν μια από τις πρώτες έρευν

Λακωνική Μάνη: Στα χρώματα της άνοιξης

Αν σου τύχει να γεννηθείς Μανιάτης, η καταγωγή σε υποχρεώνει να είσαι τρία πράγματα: γενναίος, ντόμπρος και έντιμος». Φράσεις σαν και αυτήν, που θα βρείτε ανατρέχοντας στη σχετική βιβλιογραφία, αντανακλούν την διοσυγκρασία και το φρόνημα μιας ολόκληρης ομάδας Ελλήνων που προέρχονται από τη χερσόνησο που σχηματίζει την απόληξη του Ταΰγετου, τη Μάνη, η οποία ανέκαθεν αποτελούσε σύμβολο της αντίστασης σε κάθε είδους κατακτητή.



ανέμους της περιοχής φώναζαν «Μάίνα τα πανιά». Μπορεί βέβαια «νονός» να είναι ο θεός Μάνης (Ουρανός), πατέρας του Κρόνου και παππούς του Δία, υπάρχει όμως και το ενδεχόμενο η ονομασία Μάνη να προήλθε από το «Brazzo di Maina» των Ενετών ναυτικών ΑΡΕΟΠΟΛΗ

Αν ρωτήσετε κάποιον ντόπιο, θα σας πει ότι μπαίνετε στη Μάνη τη στιγμή που θα δείτε θάλασσα, καθώς κατευθύνεστε από το Γύθειο στην Αρεόπολη, την πόλη του Αρη και πρωτεύουσα της ιστορικής αυτής περιοχής, την πόλη που σήκωσε από τις πρώτες το λάβαρο της ελληνικής Έπανάστασης περίπου μία εβδομάδα νωρίτερα από την επίσημη έναρξή της, δηλαδή στις 17 Μαρτίου του 1821. Είναι η στιγμή που λέτε αντί στο πράσινο της πυκνής βλάστησης, για να κινηθείτε στη σκιά των βράχων απολαμβάνοντας τη μαγευτική θέα στον Μεσσηνιακό κόλπο. Το γαλάζιο της θάλασσας είναι άλλωστε αυτό που σου κρατάει συντροφιά στο μεγαλύτερο μέρος της διάσχισης της Αποσκειρής Μάνης.

Στην Αρεόπολη, η παραδοσιακή αρχιτεκτονική της Μάνης δίνει βροντερό «παρών». Η πέτρα, αναντικατάστατο οικοδομικό υλικό, συναντάται στα καλντερίμια, στις εκκλησίες, στα σπίτια αλλά και στους πύργους που αντικρίζεις αν κατευθυνθείς προς τον «οχυρό οικισμό»..

ΛΙΜΕΝΙ, ΟΙΤΥΛΟ, ΣΠΗΛΑΙΟ ΔΙΡΟΥ

Εχοντας ολοκλήρωσει τον περίπατο μας στην Αρεόπολη, επιβάλλεται να κατηφορίσουμε, έστω και για λίγο, προς το Λιμένι, για να απολαύσουμε τις πανέμορφες εικόνες που προσφέρει ο παραλιακός αυτός οικισμός, ή ακόμα και να «πεταχτούμε» μέχρι το Οίτυλο. Παραδοσιακό μανιάτικο χωριό, το τελευταίο, είναι χτισμένο σε ένα πλάτωμα βρέσια από τη χαράδρα του Μυλολάγκαδου, εκεί όπου βρισκόταν η ομώνυμη αρχαία πόλη που ανήκε στο βασίλειο του Μενέλαιου. Σε μικρή απόσταση από το Οίτυλο, στα νότια, θα βρείτε και τα ερείπια του κάστρου της Κελεφάς, που έχισαν οι Τούρκοι τον 17ο αιώνα για να ελέγχουν τη Μάνη.

Επιστροφή στην Αρεόπολη και λογική συνέχεια τώρα η κάθοδος προς τα νότια, αρχικά προς τον Πύργο Διρού, όπου είναι αδύνατο να πεις όχι σε μια επίσκεψη στο διάσημο σπήλαιο. Πρόκειται για το σπήλαιο Βλυχάδα ή Γλυφάδα, την υπόγεια κοίτη του ποταμού Γλυφάδα, που εκβάλλει στη θάλασσα αφού προηγουμένως σχηματίζει μικρές λίμνες. Ανακαλύφθηκε το 1898, η συστηματική μελέτη του άρχισε το 1949, ενώ η αξιοποίησή του ξεκίνησε το 1958. Η διάρκειας 45 λεπτών ξενάγηση με βάρκα στο ημίφως των 3.100 επισκέψιμων τετραγωνικών μέτρων είναι μια φοβερή εμπειρία, καθώς μπροστά από τα μάτια μας περνούν εντυπωσιακοί σχηματισμοί από σταλακτίτες και σταλαγμίτες:

Η Τουρκία θα κρίνει την τύχη της Συρίας

Προσφατα στην Κωνσταντινούπολη ετελέστηκε η κηδεία της τελευταίας Οθωμανής. Η Αυτής Εξοχότης Φατμά Νεσλισάχ Σουλτάνα είχε γεννηθεί σε παλάτι στον Βόσπορο, όταν ακόμη ο παππούς της κυβερνούσε στα απομεινάρια μιας τεράστιας διηπειρωτικής αυτοκρατορίας. Την ημέρα που έφευγα, πυροβολισμοί στρατιωτών του σύρου προέδρου Μπασάρ αλ Ασαντ σκότωναν αρκετά άτομα εντός της Τουρκίας. Τα πυρά τους διέσχισαν ένα σύνορο που δεν υπήρχε πριν από τη διάλυση της Οθωμανικής Αυτοκρατορίας.

Εκ πρώτης όψεως, αυτά τα δύο γεγονότα μοιάζουν ασύνδετα: το πρώτο αποτελεί μια ιστορική σύμπτωση και το δεύτερο μία από τις πιο επείγουσες πολιτικές και ανθρωπιστικές προκλήσεις. Περισσότερα από 9.000 άτομα έχουν σκοτωθεί, δεκάδες χιλιάδες έχουν τραυματιστεί και 1 εκατομμύριο έχουν αναγκαστεί να εγκαταλείψουν τις εστίες τους.

Η εφαρμογή της εκεχειρίας που είχε προταθεί από τον ΟΗΕ έχει ξεκινήσει, όμως οι πιθανότητες αυτή να είναι αποτελεσματική και διαρκής είναι ελάχιστες. Αν μοναδικό κριτήριο μιας ανθρωπιστικής επέμβασης ήταν η κλίμακα των μαζικών σκοτωμών πολιτών, θα έπρεπε να την είχαμε πραγματοποιήσει εδώ και εβδομάδες. Σε σύγκριση με αυτές τις απώλειες, ποιος νοιάζεται για τον θάνατο μιας γριάς σουλτάνας;

Κι όμως, αυτά τα δύο συνδέονται πιο στενά από ότι μπορεί να νομίζει κανείς. Για την Τουρκία έχει μεγάλη σημασία το γεγονός ότι η περιοχή που τώρα αποκαλείται Συρία ως τον Α' Παγκόσμιο Πόλεμο αποτελούσε αναπόσταστο κομμάτι της Οθωμανικής Αυτοκρατορίας. Αυτή η ιστορική συνείδηση είναι ιδιαίτερα σημαντική για τη μετριοπαθή ισλαμιστική κυβέρνηση της Τουρκίας, ο αντιπρόδορος της οποίας παρέστη στην κηδεία της τελευταίας εγγονής του τελευταίου σουλτάνου. Το τουρκικό δόγμα του «στρατηγικού βάθους» βλέπει την Τουρκία ως τοπική δύναμη, με επιρροή στην Ευρώπη, στη Μέση Ανατολή και στην Κεντρική Ασία.

Ο υπουργός Εξωτερικών της, Αχμέτ Νταβούτογλου, έχει αρνηθεί επισήμως την κατηγορία ότι είναι «νεοοθωμανός», δηλώνει όμως και ότι «δεν είναι υπουργός ενός αποκλειστικά εθνικού κράτους». Πιο υλικά μιλώντας, η δυναμική τουρκική οικονομία έχει μεγάλα εμπορικά και επιχειρηματικά συμφέροντα στη Συρία, ενώ η εθνική κληρονομιά των κρατών που απάρτιζαν την Οθωμανική Αυτοκρατορία σημαίνει ότι Κούρδοι ζουν και στις δύο πλευρές των συροτουρκικών συνόρων.

Υπάρχει όμως ένα ευρύτερο ζήτημα εδώ. Οταν γράφω σε σχέση με την ανθρωπιστική επέμβαση ότι θα έπρεπε να την είχαμε πραγματοποιήσει εδώ και καιρό, η «αυτόματη» υπόθεση πολλών αναγνωστών θα είναι ότι «εμείς» αναφέρεται κυρίως στις δυτικές δυνάμεις, κατά προτίμηση δρώντας με κάποια Αρχή τον ΟΗΕ. Είναι αλήθεια ότι οι ηγετικές στρατιωτικές δυνάμεις της Δύσης, με προεξάρχουσες τις Ηνωμένες Πολιτείες και έπειτα τη Βρετανία και τη Γαλλία, εμπλέκονται στρατιωτικά - όπως έκαναν σε δύο άλλες γιανίες της Οθωμανικής Αυτοκρατορίας, τη Βοσνία και το Κοσσυφοπέδιο - με τρόπο που λειτουργεί μετασχηματιστικά. Καμία τους, και λιγότερο από όλες η Ουασίγκτον, δεν δείχνει τη διάθεση να το κάνει τώρα.

Υπά ταυτές τις συνθήκες, άλλα κράτη θα καθορίσουν τη μοίρα του συριακού λαού. Στο κοντινό μέλλον η Τουρκία θα είναι πιο σημαντική από τη Βρετανία, το Ιράν από τη Γερμανία, η Σαουδική Αραβία από τη Γαλλία και η Ρωσία από την Αμερική. Στη Συρία, όλες αυτές οι τοπικές δυνάμεις επιδιώκουν την επίτευξη των δικών τους εθνικών συμφερόντων, τα οποία ορίζονται όχι μόνο με οικονομικούς και στρατιωτικούς, αλλά και με πολιτισμικούς και ιδεολογικούς όρους. Η ισορροπία των δυνάμεων γύρω από τη Συρία θα ήταν διαφορετική αν το ιστορικά νέο μοντέλο μοιρασμένης κυριαρχίας της Ευρωπαϊκής Ενωσης είχε φτάσει να αγκαλιάσει την Τουρκία, όπως υποσχόταν επί 50 χρόνια να το κάνει. Δεν το έκανε όμως. Η Ευρώπη, ως Ευρώπη, δεν έχει φωνή στη Συρία, όπως και σε πολλά άλλα ζητήματα. Και συνεπώς η τύχη των γενναίων υπερασπιστών και των βασανιζόμενων πολιτών εξαρτάται από τον παλιομοδίτικο τοπικό ανταγωνισμό των διαφόρων κυριαρχών δυνάμεων.

ΠΗΓΗ: TO BHMA

Η ΕΤΑΙΡΙΑ OPTIMAL AUTOMATICS, ΓΙΑ ΤΗΝ ΚΑΛΛΙΤΕΡΗ ΕΞΥΠΗΡΕΤΗΣΗ ΤΗΣ ΠΕΛΑΤΕΙΑΣ ΤΗΣ, ΆΛΛΑΞΕ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΚΑΙ ΜΕΤΑΦΕΡΘΗΚΕ ΣΤΟ ELK GROVE VILLAGE ΣΤΟ 120 STANLEY ST. ΜΕ ΝΕΟ ΤΗΛΕΦΩΝΟ (847) 439-9110.

ΑΠΟ ΤΗΝ ΝΕΑ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ Η ΕΤΑΙΡΙΑ ΜΑΣ ΘΑ ΣΥΝΕΧΙΣΕΙ ΝΑ ΠΡΟΣΦΕΡΕΙ ΟΛΑ ΤΑ ΠΡΟΙΟΝΤΑ ΤΗΣ ΚΑΙ ΤΙΣ ΠΕΡΙΦΗΜΕΣ ΑΝΟΞΥΔΩΤΕΣ ΑΥΤΟΜΑΤΕΣ ΨΗΣΤΑΡΙΕΣ ΠΟΥ ΨΗΝΟΥΝ ΣΤΗΝ ΕΝΤΕΛΕΙΑ ΜΟΝΕΣ ΤΟΥΣ ΤΟ ΑΡΝΑΚΙ ΤΑ ΚΟΤΟΠΟΥΛΑ Η Ο,ΤΙ ΆΛΛΟ ΘΕΛΕΤΕ, ΕΝΩ ΣΕΙΣ ΘΑ ΕΧΕΤΕ ΤΟ ΧΡΟΝΟ ΝΑ ΠΕΡΙΠΟΙΕΙΣΤΕ ΤΟΥΣ ΚΑΛΕΣΜΕΝΟΥΣ ΣΑΣ.

OPTIMAL AUTOMATICS

ΨΗΣΤΑΡΙΕΣ ΓΙΑ ΜΙΑ ΥΓΙΕΣΤΕΡΗ ΚΑΙ ΓΕΜΑΤΗ ΜΕ ΚΑΛΛΙΤΕΡΕΣ ΓΕΥΣΤΙΚΕΣ ΕΜΠΕΙΡΙΕΣ ΖΩΗ.

**ΤΗΛΕΦΩΝΟ
(847) 439-9110.**

Λακωνική Μάνη: Στα χρώματα της άνοιξης

Αν σου τύχει να γεννηθείς Μανιάτης, η καταγωγή σε υποχρεώνει να είσαι τρία πράγματα: γενναίος, ντόμπρος και έντιμος». Φράσεις σαν και αυτήν, που θα βρείτε ανατρέχοντας στη σχετική βιβλιογραφία, αντανακλούν την διοσυγκρασία και το φρόνημα μιας ολόκληρης ομάδας Ελλήνων που προέρχονται από τη χερσόνησο που σχηματίζει την απόληξη του Ταΰγετου, τη Μ

Πανάρχαια μικρόβια θολώνουν τα όρια μεταξύ ζωής και θανάτου

Βαθιά θαμμένα αιωνόβια μικρόβια «ξαναγράφουν» τα όρια ανάμεσα στη ζωή και στο θάνατο. Οι επιστήμονες ανακάλυψαν μια αξιοσημείωτη κοινότητα πανάρχαιων μικροβίων, που ζουν θαμμένα 30 μέτρα κάτω από το βυθό του Ειρηνικού Ωκεανού, σε πετρώματα ηλικίας 86 εκατ. επών, δηλαδή πολύ πριν εξαφανιστούν οι δεινόσαυροι, και τα οποία χρησιμοποιούν τόσο μηδαμινό οξυγόνο και ζουν με τόσο αργό ρυθμό, ώστε στην περίπτωσή τους δεν είναι πλέον σαφές πού σταματά η ζωή και πού αρχίζει ο θάνατος.

Οι οργανισμοί αυτοί έχουν αναγάγει σε τέχνη -ή σε επιστήμη- τη ζωή σε αργή κίνηση (slow-motion), γι' αυτό άλλωστε πήραν την ονομασία μικρόβια «τμο-νο» (από τα αρχικά γράμματα των δύο αγγλικών λέξεων). Σύμφωνα με την εκτίμηση των επιστημόνων, τα εν λόγω μικρόβια καταναλώνουν 0,001 μικρομόρια οξυγόνου ανά λίτρο ίζηματος ανά έτος. Με αυτό το ρυθμό, τα μικρόβια που υπάρχουν σε ένα κυβικό μέτρο ίζηματογενούς πετρώματος κάτω από το βυθό, χρειάζονται περίπου δέκα χρόνια για να καταναλώσουν την ποσότητα οξυγόνου που ένας άνθρωπος καταναλώνει σε μία αναπνοή του! Και όσο πιο αργά αναπνέει και μεταβολίζει ένας οργανισμός, τόσο πιο πολύ ζει. Οι ερευνητές, με επικεφαλής τον Χανς Ρόι του Κέντρου Γεωμικροβιολογίας του πανεπιστημίου του Ααρχούς στη Δανία, που δημοσίευσαν τη σχετική μελέτη στο περιοδικό «Science», σύμφωνα με το «Nature» και το «New Scientist», ανακάλυψαν ότι τα ασκητικά μικρόβια διαθέτουν απίστευτα αργό μεταβολικό ρυθμό και οριακά μόνο θα μπορούσαν να θεωρηθούν ως μορφή ζωής. Η αντικατάσταση των συστατικών τους, των δομικών λίθων της ζωής, στο εσωτερικό τους λαμβάνει χώρα κάθε μερικές εκατοντάδες ή ακόμα και χιλιάδες χρόνια.

Τα μικρόβια χρειάζονται το οξυγόνο για να παράγουν ενέργεια, ώστε να διατηρήσουν το ηλεκτρικό δυναμικό στη μεμβράνη τους και επίσης να κρατήσουν σε λειτουργία τα ένζυμα και το ΔΞΑ τους. Έχουν όμως καταφέρει να επιβιώνουν κάτω από το βυθό χρησιμοποιώντας την ελάχιστη δυνατή ποσότητα ενέργειας και, κατά συνέπεια, το ελάχιστο δυνατό οξυγόνο και τις λιγότερες δυνατές θρεπτικές ουσίες. Το μεγάλο ερώτημα για τους επιστήμονες είναι με ποιο τρόπο τα εν λόγω υπερβολικά ολιγαρκή μικρόβια έχουν περιορίσει τόσο πολύ τις ενέργειακές ανάγκες τους, σε βαθμό που θα μπορούσε να τα παρεξηγήσει κανείς για... πεθαμένα. Η ικανότητα αυτή έχει κεντρίσει και το ενδιαφέρον των αστροβιολόγων και των γεωχημικών της ΞΑΤΑ που αναζητούν ιδέες για το που θα μπορούσαν να βρουν μορφές ζωής στο ηλιακό σύστημα, π.χ. στον αφιλόξενο Άρη, κάτω από την επιφάνεια του οποίου ίσως επιβιώνουν τέτοιοι μικροοργανισμοί. «Τα όρια της ζωής είναι πολύ πέρα από αυτό που είχαμε φανταστεί», δήλωσε ο ερευνητής Μπό Γιόργκενσεν. «Στην περίπτωση των συγκεκριμένων μικροβίων φαίνεται να βλέπουμε το κατώτερο ενεργειακό όριο για τη ζωή, το οποίο πηγαίνει πέρα από την έως τώρα κατανόησή μας. Όμως πρέπει να διευκρινίσουμε ότι δεν ξέρουμε πια πού στην πραγματικότητα βρίσκεται το κατώτερο δυνατό όριο». Τα μικρόβια, όπως τα βακτήρια, είναι οι πολυπληθέστεροι οργανισμοί στη Γη και η μεγάλη πλειονότητά τους (περίπου το 90%) ζουν κάτω από το βυθό των θαλασσών σε ίζηματογενή πετρώματα, τα οποία δημιουργούνται από διαδοχικά στρώματα διαφόρων ανόργανων και οργανικών υλών που πέφτουν στο βυθό και μετατρέπονται σε ίζηματα με πολύ αργό ρυθμό (λιγότερο από ένα εκατοστό ανά 1.000 χρόνια).



BACK & HEADACHE CLINIC

1326 B.NORTH ROSELLE RD.
SCHAUMBURG, IL. 60195
PHONES: (847) 884-0572 & (847)-884-0577



Σας απασχολούν παθήσιες στην λαιμό, στην πλάτη στους ώμους και τα γόνατα; Έχετε πόνους στην μέση δισκοπάθειες ή αυχενικά συνδρόματα; Έχετε τραυματιστεί σε αυτοκινητιστικό ατύχημα, σας συνέβη εργατικό ατύχημα, τραυματιστήκατε στην δουλειά σας ή σε δημόσιους χώρους. Η χειροπρακτική κλινική μας Back And Headache Clinic στο 1326 B Roselle Rd. στο Schaumburg, IL. διαθέτει τις τελευταίου τύπου εγκαταστάσεις και μηχανήματα και οι χειροπράκτορες γιατροί Angelo Vlachos, David Kavazos και Alan Butkowsky με την 60ετή συνδιασμένη πείρα τους θα διαγνώσουν αμέσως και θα αρχίσουν την θεραπεία σας στις αιτίες των συμπτωμάτων του πόνου που υποφέρετε για άμεση ανακούφιση. Στόχος μας δεν είναι απλά η μείωση του πόνου σας αλλά η τελειωτική καλλιτέρευση του ασθενή για να μην ξαναπιστρέψει στο μέλλον ο πόνος. Τηλεφωνείστε μας στο (847) 884-0572, και θα χαρούμε να σας απαντήσουμε σε κάθε σας ερώτημα. Δεχόμαστε σχεδόν όλες τις ασφάλειες.



Chicago Sweet Connection Bakery



CHICAGO SWEET CONNECTION BAKERY

5569 NORTHWEST HIGHWAY

CHICAGO, IL. 60630-PHONE: (773) 283-4430, FAX: (773) 283-9375

Το όνομα που τα λέει όλα, σε ότι αφορά την ζαχαροπλαστική. Η εταιρία μας διαστέλλει τα μέσα και μπορεί να τροφοδοτήσει Εστιατόρια, Ξενοδοχεία, αίθουσες συνεστιάσεων, υπεραγορές, παντοπωλεία και άλλες επιχειρήσεις σ' όλες τις Μεσοδυτικές πολιτείες, αλλά και όλα τα νοικοκυριά στην περιοχή του Σικάγου.

CHICAGO SWEET CONNECTION BAKERY: Μοναδικός και πρωτοποριακός τρόπος παραγωγής, συσκευασίας και διανομής. Μια επίσκεψη στις εγκαταστάσεις μας στο 5569 N. Northwest Hwy και Bryn Mawr θα σας πείσει αμέσως. Μια παραγγελία στην εταρία μας και θα διαπιστώσετε την ανωτερότητα στην ποιότητα, την γεύση και την παρουσίαση όλων των 300 προϊόντων μας. Στο εργοστάσιό μας διαθέτουμε και κατάστημα λιανικής πώλησης με 40% μόνιμες εκπτώσεις σ' όλα τα γλυκά μας. Για γάμους λοιπόν, βαφτίσεις, γεννέθλια και κάθε είδους κοινωνικές εκδηλώσεις ή χορούς συλλόγων τώρα γνωρίζετε πού θα βρείτε οποιαδήποτε είδη ζαχαροπλαστικής ή είδη αρτοποιίας και μάλιστα σε τιμές μονίμως χαμηλότερες κατά 40% από οποιουδήποτε άλλου.

Chicago Sweet Connection Bakery: Η Νέα Εποχή στα γλυκά. (773) 283-4430.

ΣΥΡΙΖΑ: Απέναντι σε ένα νέο ιστορικό διακύβευμα

Αντώνη Λιάκου, καθηγητή του Πανεπιστημίου Αθηνών

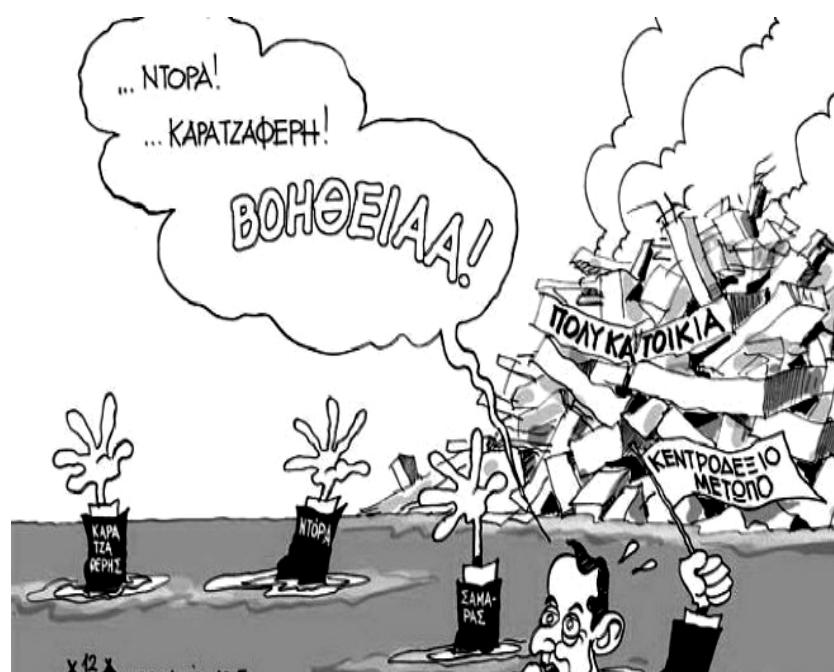
Το κόμμα διαμαρτυρίας πρέπει να μεταμορφωθεί σε κόμμα που προσπαθεί να ανασυντάξει την κοινωνία και να ορίσει ξανά τους κανόνες της πολιτικής αντιπροσώπευσης.

Το αποτέλεσμα των εκλογών λειτουργεί πρωτίστως ως ισχυρό μήνυμα προς την Ευρώπη και τον κόσμο. Δεν μπορείς να εφαρμόζεις πολιτικές που διαλύουν μια κοινωνία, αναμένοντας πως το πολιτικό της κατεστημένο θα μείνει άθικτο. Απορώ με την αφέλεια όσων νόμιζαν ότι τα δυο μεγάλα κόμματα θα ξαναπάρουν την εντολή να κυβερνήσουν. Ολοι όσοι μάλιστα κουνούσαν το χέρι πάνω από την κοινωνία υποστηρίζοντας νεοφιλελεύθερες μεταρρυθμίσεις και τεχνοκρατικές εκτροπές από το πολίτευμα, καταποντίστηκαν. Από τα χρόνια της δικτατορίας, ποτέ δεν υπήρχε τόσο μεγάλο χάσμα ανάμεσα σε αυτούς που γράφουν και ακούγονται στον δημόσιο χώρο και στα αισθήματα και στις σκέψεις που κυριάρχησαν στους ψηφοφόρους.

Αξίζει να δούμε την ανάλυση της ψηφοφορίας. Δείχνει ότι ο ΣΥΡΙΖΑ ήταν το πλειοψηφικό ρεύμα στις παραγωγικές ηλικίες των αστικών κέντρων. Τι σημαίνει αυτό: Οι με το κόμμα αυτό εκφράστηκε ο παραγωγικός κορμός της χώρας. Οι η πολιτική του Μνημονίου έρχεται σε σύγκρουση και δρα διαλυτικά απέναντι σ' αυτόν ακριβώς τον κεντρικό παραγωγικό ιστό της χώρας. Η διαπίστωση αυτή φέρνει τον ΣΥΡΙΖΑ από τις παρυφές της πολιτικής αντιπροσώπευσης στο κεντρικό πλατό της. Από τη γενεαλογική άποψη, πρόκειται για τις ηλικίες που γεννήθηκαν μετά το 1967, δηλαδή εκείνες που δεν έζησαν ούτε την ήττα του εμφυλίου ούτε τις απογοητεύσεις της Μεταπολίτευσης. Αν μάλιστα προσέξει κανείς τους ακτιβιστές του ΣΥΡΙΖΑ, εκφράζονται ακόμη νεότερες ηλικίες, άπειρες μεν από τα παθήματα, αλλά ακομπλεξάριστες από τα πάθη της Αριστεράς.

Το μήνυμα που αυτός ο κόσμος ανέλαβε να επιδώσει στην Ευρώπη, θέλει αποκρυπτογράφηση χωρίς προκαταλήψεις, έστω και αν περιέχει γραμματικά λάθη. Το σύνθημα «Αποφάσισαν χωρίς εμάς, προχωράμε χωρίς αυτούς!» αποδείχτηκε το πιο αποτελεσματικό και το έμβλημα αυτών των εκλογών. Εκτός από την απόρριψη των μνημονιακών πολιτικών, περιέχει και μια καθολική απόρριψη του δικομματισμού και του ελληνικού πολιτικού κατεστημένου χωρίς διακίσεις.

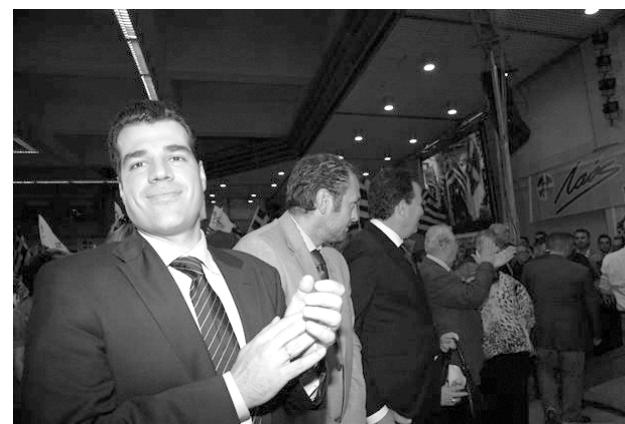
Τα προβλήματα που αντιμετωπίζει η Ελλάδα είναι τα προβλήματα που αντιμετωπίζουν οι δυτικές κοινωνίες τον 21ο αιώνα. Το τέλος της ανάπτυξης έφερε στην επιφάνεια τα προβλήματα της υπερχρέωσης και των ελλειμμάτων, και διαμέσου αυτών, του υπερβολικού κόστους της πολιτικής διαχείρισης, το οποίο περιλαμβάνει εξαγορά υποστήριξης,



Σε αποσύνθεση ο ΛΑΟΣ ενόψει των νέων εκλογών

Αλλα στελέχη βιάζονται να πάνε στη ΝΔ κι άλλα ζητούν αυτόνομη κάθοδο

Την πρόθεσή του να εξετάσει το ενδεχόμενο ένταξής του στη ΝΔ, αν ο πρόεδρος του ΛΑΟΣ Γιώργος Καρατζαφέρης δεν ανταποκριθεί στο κάλεσμα του Αντώνη Σαμαρά, εξέφρασε ο πρώην βουλευτής Αθανάσιος Πλεύρης



Μιλώντας στον Real FM εξέφρασε την άποψη ότι θα είναι καταστροφικό να γίνει ο ΣΥΡΙΖΑ κυβέρνηση και πρέπει να δημιουργήσουμε ανάχωμα.

Συμπλήρωσε ότι «πατριωτικό καθήκον σε όποιον ανήκει στον εθνικό χώρο δεν είναι να διατηρήσει την κομματική ταυτότητα, αλλά να γίνει ανάχωμα στον ΣΥΡΙΖΑ».

«Οι συσχετισμοί έχουν αλλάξει από τις προηγούμενες εκλογές και ο ΣΥΡΙΖΑ έχει κεντρικό ρόλο. Δεν είναι μόνο τα οικονομικά θέματα με τα οποία διαφωνών πλήρως με το ΣΥΡΙΖΑ και πρέπει ο ΛΑΟΣ να ανταποκριθεί στο κάλεσμα» κατέληξε.

Ο εκπρόσωπος του κόμματος, Γιώργος Κύρτσος μιλώντας στο ραδιόφωνο του ANT1 είπε ότι η τελική απόφαση του ΛΑΟΣ είναι να κατέβει αυτόνομα στις εκλογές.

«Τελική απόφαση, εκτός αν υπάρξει κάποια συγκλονιστική πολιτική, την οποία εμείς είμαστε σοβαροί άνθρωποι και θα λάβουμε υπόψη μας... Διαβάζουμε σενάρια περί ανασύνταξης της κεντροδεξιάς, χωρίς να υπάρχει πολιτική πρόταση για την ανασύνταξη. Εάν εμφανιστεί μια πολιτική πρόταση η οποία θα είναι ελκυστική, να δημιουργεί δυναμική, να αφήνει το παρελθόν πίσω της και όλα αυτά, προφανώς θα την λάβουμε σοβαρά υπόψη».

Ερωτηθείς εάν εκτιμά ότι θα υπάρξουν διαρροές στελεχών του ΛΑΟΣ προς τη ΝΔ, ο κ. Κύρτσος δεν το απέκλεισε.

Την Πέμπτη, ο Γ.Καρατζαφέρης από την εκπομπή του στο Τηλεάστυ άφησε να εννοηθεί ότι θα εξέταζε το ζήτημα εάν ο ΛΑΟΣ διατηρούσε την αυτοτέλεια του και αναλάμβανε άλλος επικεφαλής του κεντροδεξιού μετώπου, αναφέροντας τον Γιώργο Σουφλία.

Στελέχη της ΝΔ πάντως, διαβεβαίωνουν ότι βρίσκονται σε εξέλιξη παρασκηνιακές διαπραγματεύσεις και με τον Γιώργο Καρατζαφέρη, ο οποίος «προβάλλει προς το παρόν υπερβολικές απαιτήσεις», όπως έλεγαν. «Εγώ τους βουλευτές μου δεν τους πουλάω, ούτε τους προδίδω», ήταν το μήνυμα που έστελνε ο ίδιος από την εκπομπή του.

Πάντως, ο πρώην βουλευτής του ΛΑΟΣ Κ. Αϊβαλιώτης, είπε στο ραδιόφωνο του ANT1:

«Εμείς θα κατέβουμε στις εκλογές αυτόνομα. Έχουμε 200.000 ανθρώπους πίσω μας που μας ψήφισαν, οι οποίοι στάθηκαν όρθιοι στις απειλές, το πόλεμο της λάσπης, στα παραμύθια, στις ψεύτικες δημοσκοπήσεις Θυμίζω ότι μέχρι και μισό τοις εκατό μας δίνανε, για να διαμορφώσουν κλίμα.., Και αν 3.000 Έλληνες δεν ψήφιζαν Χρυσή Αυγή ή οποιοδήποτε άλλο κόμμα, αν 3000 χιλιάδες Έλληνες ψήφιζαν ΛΑΟΣ αντί να ψηφίσουν Χρυσή Αυγή, θα ήμασταν μέσα στη Βουλή. Για τόσο λίγο χάσαμε την είσοδο στη Βουλή, θα την πάρουμε αυτή τη φορά.»

P and S

RETAIL AND WHOLESALE

7544 N. MILWAUKEE AVE. CHICAGO, IL. 60631

PHONE: (773) 775-1503

FAX: (773) 775-1712



P and S Meats.: ένα κρεωπωλείο και grocery store στο 7544 N. Milwaukee Ave. Εκεί θα βρείτε φρέσκα οργανικά κρέατα παντός είδους και αλαντικά σε ασυναγώνιστες τιμές. Παρασκευάζουμε στο κατάστημα τα δικά μας σπιτισία Ελληνικά και Ιταλικά λουκάνικα, Hamburgers, Italian beef and Corn Beef. Ψητά αρνιά και γουρουνόπουλα τα Σαββατοκύριακα και κατά παραγγελία τις άλες ημέρες. Τυριά, ελιές, ελαιαστόλαδα, ελληνικά γλυκά και όλα προϊόντα που μια νοικοκυρά χρειάζεται για να παρακευάσει ελληνικά υγιεινά φαγητά για όλην την οικογένεια. Επίσης ειδικευόμαστε στα μνημόσυνα και τις αρτοκλασίες. P and S Meats and Deli, στο 7544 N. Milwaukee Ave. Τηλέφωνο (773) 775-1503.

Επίσης παρασκευάζουμε στα εργαστήριά μας σουβλάκια κάθε τύπου (από κότα, αρνί, χοιρινό, βοδινό). Διαθέτουμε το σπανιό είδους κρέατος που λέγεται prime meats και ετοιμάζουμε τα καλλιτέρα μνημόσυνα και αρτοκλασίες. Σε πολύ χαμηλές τιμές.

Ο Μεντβέντεφ προειδοποιεί για «τοπικούς πυρηνικούς πολέμους»



Αναλυτές θεωρούν ότι υπονοούσε την ανάμιξη δυτικών κρατών στις εξεγέρσεις σε Λιβύη και Συρία

Η Ρωσία προειδοποιεί τη Δύση να μην υποθάλπει «βιαστικούς και επιπόλαιους πολέμους»

Δια στόματος Ντμίτρι Μεντβέντεφ η Ρωσία προειδοποίησε τη Δύση να μην υποθάλπει «βιαστικούς και επιπόλαιους πολέμους» γιατί υπάρχει ο κίνδυνος «να εξελιχθούν σε τοπικούς πυρηνικούς πλέμους». Αν και δεν έδωσε παραδείγματα, αναλυτές θεωρούν ότι ο Ρώσος πρωθυπουργός υπονοούσε προφανώς την πρόσφατη (και συνεχιζόμενη) ανάμιξη δυτικών κρατών σε εξεγέρσεις και συγκρούσεις στη Λιβύη και στη Συρία.

«Οι συνέπειες επιπόλαιων στρατιωτικών επιχειρήσεων σε ξένα κράτη συνήθως φέρνουν τους σκληροπυρηνικούς στην εξουσία. Κάποιες φορές οι πράξεις αυτές - που υπονομεύουν την κρατική κυριαρχία - μπορούν να έχουν ως αποτέλεσμα την εξάπλωση ενός τοπικού πολέμου, ακόμη και την χρήση, χωρίς να θέλω να τρομάξω κανέναν, πυρηνικών όπλων» είπε ο Μεντβέντεφ σε εκδήλωση στην Αγία Πετρούπολη, λίγο πριν αναχωρήσει για τις ΗΠΑ, όπου θα λάβει μέρος στη σύνοδο κορυφής του Η8, στο Καμπ Ντειβίντ, εκπροσωπώντας τον πρόεδρο της Ρωσίας Βλαντίμιρ Πούτιν.

Υπενθυμίζεται ότι αξωματούχοι τόσο στη Μόσχα όσο και στην Ουάσιγκτον διαψεύδουν επισήμως τις φήμες που ήθελαν τον Πούτιν να «απέχει» από την εν λόγω σύνοδο σε ένδειχη διαμαρτυρία για τις επιθέσεις που δέχεται το καθεστώς του ως προς το έλλειμμα Δημοκρατίας της Ρωσίας.

ΔΕΛΤΙΟΝ ΕΓΓΡΑΦΗΣ ΣΥΝΔΡΟΜΗΤΩΝ

SOTIRIS REKOURMIS/ ΟΜΟΓΕΝΕΙΑ
7902 MAPLE ST. MORTON GROVE, IL 60053

Εσωκλείω έμβασμα \$30.00 και σας παρακαλώ να μου στείλετε τη "Ομογένεια" για το 2012, στην εξής διεύθυνση

(Συμπληρώστε τα στοιχεία σας με κεφαλαία γράμματα)

LAST NAME-----
--

FIRST NAME-----
--

ADDRESS-----
--

CITY-----STATE-----Z.C.-----
--

TELEPHONE: (.....)

Υγιεινή διατροφή με άδειο πορτοφόλι

Τι μπορείτε να κάνετε ώστε το στρες να μην επιφέρει υπερβολές και λανθασμένες διατροφικές επιλογές;

Εικόνες που σοκάρουν έρχονται κάθε τόσο να θέσουν προβληματισμούς και ερωτήματα σε επίπεδο δημόσιας συζήτησης: ηλικιωμένοι μαζεύουν πεταμένα φρούτα και λαχανικά στις λαϊκές αγορές, πολίτες κάθε ηλικίας



στέκονται στην ουρά για ένα κιλό πατάτες.

Με την κρίση να έχει επηρεάσει βαθιά τη δυνατότητα πολλών νοικοκυριών για πλήρη και ισορροπημένη σίτιση, το ερώτημα είναι μείζον: **πόσο εφικτή είναι η υγιεινή διατροφή, όταν το πορτοφόλι είναι άδειο;**

Η προσπάθεια μείωσης των εξόδων που σχετίζονται με τη διατροφή, θα περίμενε κανείς να οδηγήσει σε απώλεια βάρους. Στην πράξη, συμβαίνει ακριβώς το αντίθετο: υπάρχει στροφή σε φθηνά και ανθυγεινά τρόφιμα, τα οποία προσθέτουν κιλά. Πληθώρα μελετών έχουν δείξει ότι η παχυσαρκία και οι ανθυγεινές διατροφικές συνήθειες εμφανίζονται πιο συχνά σε κοινωνικές ομάδες χαμηλού εισοδήματος. Το στρες, άλλωστε, που προκαλεί η οικονομική αβεβαιότητα μπορεί να οδηγήσει τόσο σε υπερβολική κατανάλωση φαγητού, όσο και σε λανθασμένες διατροφικές επιλογές.

Σε γενικές γραμμές, το κόστος τροφίμων που χαρακτηρίζονται από υψηλή περιεκτικότητα σε λιπαρά, ζάχαρη, και είναι πλούσια σε θερμίδες, είναι μικρότερο σε σύγκριση με το κόστος φρούτων, λαχανικών και δημητριακών. Η υγιεινή διατροφή δεν είναι ωστόσο ανέφικτη. Υπάρχουν μικρές πρακτικές συμβουλές, για την επίτευξη του στόχου για ένα ισορροπημένο διαιτολόγιο.

Προτιμήστε φρέσκα προϊόντα. Όταν αγοράζετε ένα προϊόν επεξεργασμένο, συσκευασμένο, πλυμένο και κομμένο (π.χ., μια έτοιμη σαλάτα), μπορεί να στοιχίσει μέχρι και πέντε φορές περισσότερο.

Επιλέξτε φρούτα και λαχανικά της εποχής. Είναι, ασφαλώς, φθηνότερα.

Μειώστε με υγιεινά τρυκ τις ποσότητες κατανάλωσης. Υπάρχουν τρόφιμα που παρέχουν ευκολότερα αίσθημα κορεσμού. Φροντίστε για παράδειγμα η σαλάτα να καταλαμβάνει το μισό σας πάτο (καθώς περιέχει φυτικές ίνες, που χορταίνουν). Ενδεχομένως, με αυτόν τον τρόπο να μειώσετε τα ποσά που ξεδεύετε για άλλες κατηγορίες τροφίμων.

Αξιοποιήστε όλα τα τρόφιμα. Μην πετάτε αυτά που μένουν, στα σκουπίδια. Χρησιμοποιήστε λαχανικά και κοτόπουλο της προηγουμένης μέρας, σε σούπες, σαλάτες ή ζυμαρικά.

«Κόψτε» την πείνα σας με έξυπνα και οικονομικά σνακ. Αντί να επιλέξετε κάποιο πρόχειρο και έτοιμο σνακ, υψηλό σε λιπαρά και ζάχαρη, όπως κρακεράκια, πατατάκια, κρουασάν, μπορείτε να φτιάξετε τα δικά

σας μικρά, φθηνά σνακ. Ανακατέψετε σταφίδες και αποξηραμένα φρούτα με άλλους ξηρούς καρ-πούς, φάτε ένα κουλούρι Θεσσαλονίκης, ή ένα φρούτο.

Προγραμματίστε το διαιτολόγιο σας. Αν φερίστε σταφίδες και αποξηραμένα φρούτα με άλλους ξηρούς καρ-πούς, φάτε ένα κουλούρι Θεσσαλονίκης, ή ένα φρούτο.

Χρησιμοποιήστε την κατάψυξη. Πιάτα όπως κρέας και πίτες, μπορούν να μπουν στην κατάψυξη για 2 - 3 εβδομάδες, να ζεσταθούν και να αποτελέσουν ξανά πλήρες και γευστικότατο γεύμα.

Μην ψωνίζετε «στα τυφλά». Που θα πει, κάνετε έρευνα αγοράς. Συνδυάστε τρόφιμα της προτίμησής σας, στη δέουσα ποσότητα, με την καλύτερη δυνατή τιμή.

Αποφύγετε τις τροφές - «παγίδες». Πολλές επεξεργασμένες τροφές, όπως μπισκότα, έτοιμα κέικ, πατατάκια και αναψυκτικά, δεν είναι πάντα φθηνές.

Επιδείξτε πειθαρχία στις αγορές. Κάνετε εκ των προτέρων λίστα για τα ψώνια σας, και κυρίως μην ψωνίζετε... πεινασμένοι. Υπάρχει μεγαλύτερος κίνδυνος να παρασυρθείτε από ανθυγεινά, πλην όμως ελκυστικά στη γεύση, προϊόντα...

Σκεφθείτε μακροπρόθεσμα. Η κακή διατροφή μπορεί να επηρεάσει έμμεσα και μακροπρόθεσμα το πορτοφόλι μας. Υγιεινές επιλογές συμβάλλουν στην καλή υγεία, αλλά και την ομαλή λειτουργία του ανοσοποιητικού συστήματος. Γεγονός που σημαίνει ότι μικρές και μεγάλες αρρώστιες χτυπούν σπανιότερα την πόρτα...



Ομπάμα - Ολάντ: Η θέση της Ελλάδας είναι στην ευρωζώνη Ο Γάλλος πρόεδρος, Φρανσουά Ολάντ, δήλωσε ότι υπάρχει «σύγκλιση» στις απόψεις του ιδίου και αυτές του Αμερικανού προέδρου, Μπαράκ Ομπάμα, για την ανάπτυξη, ενώ οι δύο ηγέτες εξέφρασαν την πεποίθηση τους πως η θέση της Ελλάδας είναι στην ευρωζώνη. «Όσον αφορά την ανάπτυξη ο πρόεδρος Ομπάμα δήλωσε ότι οι απόψεις του συγκλίνουν» με αυτές της Γαλλίας, δήλωσε ο Ολάντ, ο οποίος υπογράμμισε ότι οι δύο άνδρες έχουν «την πεποίθηση ότι η Ελλάδα πρέπει να παραμείνει στην ευρωζώνη». Ο Μ. Ομπάμα επεσήμανε μετά την συνάντηση του στο Οβάλ Γραφείο με τον Ολάντ,, ότι η σύνοδος της Ομάδας των 8 (Η8), στο Καμπ Ντειβίντ, θα πρέπει να επικεντρωθεί στους τρόπους προαγωγής της ανάπτυξης παράλληλα με τις μειώσεις δαπανών στην Ευρώπη, ώστε να αντιμετωπιστεί η κρίση στην ευρωζώνη.



Η μαγεία και η αποθέωση του μπάσκετ. Ο Ολυμπιακός υποχρέωσε να υποκλιθεί η Ευρώπη μπροστά του και να αποσπάσει το χειροκρότημα ακόμη και από τους οπαδούς του Παναθηναϊκού. Στον συγκλονιστικότερο τελικό της Ευρωλίγκας, ο Ολυμπιακός επανέλαβε την επιτυχία του '97 στη Ρώμη με τρόπο που θα μείνει στην ιστορία για το φινάλε του. Με τη λήξη ο Γιώργος Πρίντεζης πέτυχε το καλάθι που έριξε νοκ άουτ στο καναβάτσο την ΤΣΚΚΑ με 62-61 (20-34). Ένα φινάλε που μόνο το μπάσκετ μπορεί να προσφέρει. Και η Κωνσταντινούπολη ξέρει να προσφέρει τέτοιες συγκινήσεις.

Το 1991 το τρίποντο του Τζόρτζεβιτς χάρισε τον τίτλο στην Παρτίζαν του «πρωτάρη» τότε Ομπράντοβιτς και τώρα το λέι από την Πρίντεζη το δεύτερο ευρωπαϊκό του Ντούσαν Ιβκοβιτς, και πάλι με τον Ολυμπιακό. Τα άστρα ανέφεραν ότι η χθεσινή μέρα ανήκε στους λέοντες. Και δικαιώθηκαν οι αστρολόγοι, αφού «λέων» είναι ο Βασίλης Σπανούλης, ο μεγάλος πρωταγωνιστής και ΝΧΠ του Ολυμπιακού. Ο ηγέτης που οδήγησε την ομάδα στην κορυφή της Ευρώπης και άρπαξε την μπουκιά από τον Αντρέι Κιριλένκο. Τον σούπερ σταρ της Ευρωλίγκας που τα σάρωσε όλα τα βραβεία το Σάββατο.



BLACK STEER CHARHOUSE

1180 W. DEVON AVE. ELK GROVE VILLAGE, IL. 60007
PHONE: (847) 923-5000

BLACK STEER CHARHOUSE στο 1180 W. Devon Ave., Northeast Corner of Devon Ave and Roohlwing Rd στο Elk Grove Village. Νέο όνομα, νέα διακόσμηση, νέοι ιδιοκτήτες, νέες ανταγωνιστικές τιμές και πρώτης ποιότητας ολικά για το πλούσιο μενού μας. Είμαστε το εστιατόριο με τα καλλιτερα πινέκια και παϊδάκια ψημένα στα κάρβουνα τα φρέσκα ψάρια και την υόστιμη κότα ψημένη στο φούρνο με ζύλα. Ζωντανή μουσική της Παρασκευές και τα Σάββατα, ιδιωτικός χώρος μέχρι 100 άτομα για τις κοινωνικές σας εκδηλώσεις και Κέτερινγ όταν χρειαστείτε. Και τώρα κάθε Κυριακή Πρωινό από τις 9:30 π.μ. μέχρι τις 2:30 μ.μ. Μη ξέχαστε να κλείστε θέσεις για την μιορτή του Πατέρα (17η Ιουνίου) και από την 1η Ιουνίου θα λειτουργήσει και ο κήπος μας. Επισκεφτείτε μας για να διαπιστώσετε μόνοι σας τις μεγάλες αλλαγές. Το Τηλεφωνό μας είναι (847) 923-5000. Μιλείστε με την Μαίρη ή τον Λούη.

ST. NICHOLAS GREEK FESTIVAL FATHER'S DAY WEEKEND

FRI JUNE 15
CARNIVAL ONLY
5 to 10 PM

SAT JUNE 16
Carnival & FESTIVAL
4 to 11 PM

SUN JUNE 17
Carnival & FESTIVAL
3 to 10 PM



**HOMEMADE GREEK
Food & Pastries...
Carnival Rides & Games...
Music by Grecian Formula,
DJ, Dancing... Greek Dance
Troupe Performances... FUN!**

GRAND
RAFFLE

PLEASE SUPPORT OUR MOST
IMPORTANT FUND-RAISER!
\$14,000 remaining in cash
prizes, many chances to win.
LIMITED TICKETS SOLD

1st PRIZE	\$10,000
2nd PRIZE	\$2,000
3rd PRIZE	\$1,000
4th PRIZE	\$500
5th PRIZE	\$500

Call 708/ 636-5460

ADMISSION \$ 2.00
children under 12 FREE

We are pleased to donate a portion of our
proceeds to ADVOCATE HOPE CHILDREN'S
HOSPITAL in Oak Lawn, IL

ST. NICHOLAS GREEK ORTHODOX CHURCH
CHURCH GROUNDS - 10301 S. KOLMAR • OAK LAWN

Απάντηση της Λευκωσίας στις νέες απειλές της Άγκυρας

«Ακόμη μία έκφανση της παράνομης και προκλητικής συμπεριφοράς της Τουρκίας», συνιστούν οι νέες τουρκικές απειλές, που εκτόξευσε το τουρκικό ΥΠΕΞ σχετικά με τη διαδικασία του β' γύρου αδειοδότησης για έρευνες στην κυπριακή ΑΟΖ.

Σε αποψινή ανακοίνωσή του, το κυπριακό υπουργείο Εξωτερικών τονίζει ότι οι τουρκικές απειλές «δεν πρόκειται να κάμψουν την αποφασιστικότητα της Κυπριακής Δημοκρατίας να προχωρήσει στον τομέα της ενέργειας».



Στην ανακοίνωσή του, το κυπριακό ΥΠΕΞ επισημαίνει ότι οι απειλές αυτές είναι χωρίς αντίκρισμα, διότι η Κυπριακή Δημοκρατία ενεργεί πάντοτε με βάση το Διεθνές Δίκαιο και ασκεί τα κυριαρχικά της δικαιώματα επί του εδάφους, της θάλασσας και της Αποκλειστικής Οικονομικής της Ζώνης/Υφαλοκρηπίδας, όπως αυτά διασφαλίζονται από το Διεθνές Δίκαιο και ιδιαίτερα από τη Σύμβαση των Ηνωμένων Εθνών για το Δίκαιο της Θάλασσας (1982).

Επιπρόσθετα, τονίζει ότι η Κυπριακή Δημοκρατία χαίρει της στήριξης της διεθνούς κοινότητας στην άσκηση των κυριαρχικών της δικαιωμάτων, όπως αυτή έχει εκφραστεί κατ' επανάληψη τόσο σε διμερές όσο και σε πολυμερές επίπεδο.

«Οι τουρκικές διεκδικήσεις είναι ανυπόστατες και αντίθετες προς το Διεθνές Δίκαιο. Μια κατοχική δύναμη δεν μπορεί να καθορίζει την πολιτική ενός ανεξάρτητου και κυρίαρχου κράτους ούτε να επιχειρεί να επιβάλει τα επεκτατικά της σχέδια με απειλές και εκφοβισμούς», επισημαίνεται στην ανακοίνωση.

Το υπουργείο Εξωτερικών καταγγέλλει διεθνώς την παράνομη και προκλητική συμπεριφορά της Τουρκίας, η οποία, όπως αναφέρει, «επιχειρεί με την πολιτική των κανονιοφόρων να προωθήσει τα επεκτατικά της σχέδια στην Κύπρο».

Επίσης, διαβεβαιώνει ότι η Κυπριακή Δημοκρατία είναι αποφασισμένη να προστατεύσει τα δικαιώματά της με όλα τα ειρηνικά μέσα που διαθέτει, στο πλαίσιο του Διεθνούς Δικαίου. Πηγή: ΑΜΠΕ

ΤΟ ΓΕΛΙΟ ΜΑΚΡΑΙΝΕΙ ΤΗΝ ΖΩΗ

Γάμος

Σ αγαπώ, σ αγαπώ, σ αγαπώ,...ψιθυρίζει ο νεαρός ερωτευμένος στην αγαπημένη του. Κριθαράρης: Γιατί το κοτόπουλο διέσχισε το δρόμο;

Γιατί διέσχισε το δρόμο;

Ένα κοτόπουλο διασχίζει ένα δρόμο. Ερώτηση: Γιατί το κοτόπουλο διέσχισε το δρόμο;

ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ:

ΠΛΑΤΩΝΑΣ: Για το καλό του. Στην άλλη πλευρά βρίσκεται η αλήθεια.

ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΗΣ: Είναι στη φύση του κοτόπουλου να διασχίζει τους δρόμους.

ΓΑΛΙΛΑΙΟΣ:

Κι όμως, τον διέσχισε...

ΚΑΡΤΕΣΙΟΣ: Για να πάει στην απέναντι πλευρά.

ΜΑΚΙΑΒΕΛΙ: Σκοπός, να περάσει το κοτόπουλο το δρόμο, αγιάζει τα Μέσα, όποια κινά είναι αυτά.

ΚΑΡΟΛΟΣ ΜΑΡΞ: Ήταν ιστορικά αναπόφευκτο.

ΔΑΡΒΙΝΟΣ: Τα κοτόπουλα, στο πέρασμα των αιώνων, επιλέχτηκαν από τη φύση με τέτοιο τρόπο ώστε να είναι σήμερα γενετικώς ικανά να διασχίζουν δρόμους.

ΦΡΟΪΝΤ: Το γεγονός ότι ασχολείστε με το εάν το κοτόπουλο διέσχισε το δρόμο αποδεικνύει ότι διακατέχεστε από σύνδρομα ανασφάλειας, τάση φυγής από την πραγματικότητα και ότι η σεξουαλικότητά σας είναι πιθανότατα καταπιεσμένη.

ΜΑΡΤΙΝ ΛΟΥΘΕΡ ΚΙΝΓΚ: Ονειρεύομαί έναν κόσμο όπου κάθε κοτόπουλο θα είναι ελεύθερο να διασχίζει το δρόμο χωρίς να δίνει λογαριασμό για την πρόξη του.

ΓΙΟΥΡΙ ΓΚΑΓΚΑΡΙΝ: Για να πάει εκεί που κανένα άλλο κοτόπουλο δεν είχε πάει πριν.

ΚΩΣΤΑΣ ΣΗΜΙΤΗΣ: Το κοτόπουλο δεν διέσχισε όλο το δρόμο, αλλά μετά τις εκλογές η κυβέρνηση μας θα κάνει ότι είναι δυνατό για να ολοκληρωθεί η διάσχιση.

ΜΠΙΛ ΚΛΙΝΤΟΝ: ΌΡΚΙΖΟΜΑΙ στο Σύνταγμα και στις Αρχές των Ηνωμένων Πολιτειών ότι δεν είχα καμία σχέση με το κοτόπουλο αυτό.

ΜΠΙΛ ΓΚΕΙΤΣ: Είμαστε στην ευχάριστη θέση να σας αναγγείλουμε ότι μόλις κυκλοφόρησε το νέο "Chicken Office 2000", που δεν διασχίζει μόνο το δρόμο, αλλά εκκόλαπτει, αρχειοθετεί, σχεδιάζει...

Γιατί μια ξανθιά δε μπορεί να φάει μια μπανάνα; Γιατί δε βρίσκει το φερμουάρ

Γιατί τα ψυγεία κουνιούνται;

Γιατί ο Μπαρμπαστάθης "βολεύει" τη μικρή Ολλανδέζα.

Γράμμα Ξανθιάς μητέρας:

Αγαπημένε μου γιε:-Σου γράφω λίγες γραμμές, για να δεις ότι ζω. -Συγχώρεσε με που δακτυλογραφώ την επιστολή, αλλά, όπως ξέρεις, δεν ξέρω σύντομα να διαβάζω σύντομα να γράφω. Επίσης δακτυλογραφώ αργά, γιατί κι εσύ διαβάζεις αργά. —Δεν θα βρεις το σπίτι, όταν επιστρέψεις, γιατί μετακομίσαμε. Δεν ξέρω να σου πω την νέα μας διεύθυνση, γιατί οι προηγούμενοι ένοικοι πήραν μαζί τους το οδόσημο και τον αριθμό, ώστε να μην αλλάξουν τη διεύθυνσή τους. -Ο πατέρας σου έχει μια νέα μοναχική δουλειά και από κάτω του βρίσκονται 500 άτομα. Κόβει το γκαζόν στο νεκροταφείο. Την προηγούμενη βδομάδα έβρεξε μόνο 2 φορές. Την πρώτη έβρεξε για 3 μέρες και την δεύτερη έβρεξε για 4 μέρες. Θυμάσαι τον φίλο σου τον Κωστά; Ε, πάει πέθανε. Πέθανε ο πατέρας του και ζήτησε να θαφτεί στην θάλασσα. Ο Κωστάς πνήγκε ενώ έσκαβε τον τάφο του. Στο ψυγείο έβαλα ένα άδειο κουτί γάλα για να πίνεις τον καφέ σου μέτριο χωρίς γάλα, όπως σου αρέσει.

Η αγαπημένη σου μητέρα. ΥΓ: Θα σου έστελνα και μερικά χρήματα, αλλά ήδη έκλεισα τον φάκελο.

Δύο ξανθές κουβεντιάζουν:

- "Τι ξέρεις για το νόμο της βαρύτητας," - "Είναι ο νόμος που αν δεν είχε ψηφιστεί θα μπορούσαμε να πετάμε σαν πουλιά!"

Δύο ξανθές πάνε το Σαββατοκύριακο για ψάρεμα σε μια λίμνη. Νοικιάζουν δωμάτιο σε ξενοδοχείο, νοικιάζουν βάρκα, αγόρασαν καλάμια, δολώματα και όλα τα σχετικά. Δεν έπιασαν όμως τίποτα παρά μόνο μια μικρή γόττα στο τέλος. Φεύγοντας, λέει η μία: "Αυτό το ψαράκι μας κόστισε 200 ευρώ. Και απαντά η άλλη:

"Ναι ρε, ευτυχώς που δεν πιάσαμε και άλλα!"

Sex - Θάνατος

Τρία κοινά έχουν... το σέξ και ο θάνατος : .1. Νπορεί να συμβούν οπουδήποτε .2. Προς το τέλος βογκάς 3. Μετά είσαι ππώμα!

Supermarket

Στο supermarket:- Βάλε μου μισό κιλό φέτα.- Είναι 650 να τη φέτα;- Αστο και βάλε μου μισό κιλό φέτα !

Το μυρμήγκι στο παγωτό

Ο πελάτης στο ζαχαροπλαστείο: "Γκαρσόν, έλα γρήγορα εδώ, απαιτώ εξηγήσεις. Βρήκα ένα μυρμήγκι στο παγωτό μου, γιατί; λέει φοβερά", ενοχλημένος. - "Α, το αφιλότιμο κάνει και χειμερινά σπορ!!", λέει το γκαρσόνι.

Το έμαθε και γέλασε...

Ένας τρελός γελάει μόνος του. Τον πλησιάζει ένας άλλος τρελός και τον ρωτάει:- "Τι σε έπιασε και γελάς;" - "Ξέρεις, λέω ανέκδοτα στον εαυτό μου και πριν από λίγο είπα ένα πολύ νόστιμο που δεν το ήξερα!"

VISA

Κάποιος έλεγε ότι του κλέψανε την VISA αλλά δεν το ανέφερε γιατί ο κλέφτης ξόδευε πιο λίγα από τη γυναίκα του.

Αγριόπαπιες

Διάλογος μεταξύ κυνηγών:- Ασε, είμαι απογοητευμένος από το καινούργιο μου κυνηγόσκυλο... - Γιατί; - Δεν μπορεί να πάσει αγριόπαπιες. - Δεν το πετάς αρκετά ψηλά.

Αθλητισμός

Παίκτης: Έχω μια ιδέα για να γίνει η ομάδα καλύτερη! Πρόεδρος: Μπράβο. Πότε φεύγεις;

Ακανθόχοιρος

Λάθος! Είπε ο σκαντζόχοιρος και κατέβηκε από την βούρτσα!

Αλήθεια

Ακόμη και αν είσαι στο σωστό δρόμο, δεν μπορείς να μείνεις πολλή ώρα εκεί γιατί μπορεί κάποιος να σε χτυπήσει...

Αλκοολικό

Δυο αλκοολικοί την ώρα που πίνουν αποφασίζουν να κόψουν το πιοτό. Λοιπόν λέει ο ένας στον άλλο, θα πάξουμε ένα παιχνίδι. Θα κρύψω το μπουκάλι με το κρασί πίσω από την πλάτη μου. Αν βρεις σε ποιο χέρι το έχω θα συνεχίσουμε να πίνουμε, αν δεν το βρεις θα κόψουμε το πιοτό. Κρύβει το μπουκάλι πίσω από την πλάτη του στο αριστερό του χέρι και ρωτάει τον άλλο. Σε πιο χέρι έχω το μπουκάλι; Σκέφτεται ο άλλος και του λέει στο αριστερό χέρι το έχεις. Όποτε ο άλλος πολύ σοβαρά του λέει: "ΣΥΓΚΕΝΤΩΣΟΥΟΥ".

Αλλαγή Ονόματος

Πάει κάποιος στον Ληξιαρχό και του ζητάει ν' αλλάξει το όνομά του. Ο Ληξιαρχός του λέει: "Κύριε η αλλαγή ονόματος γίνεται μόνο με εισαγγελική εντολή / άδεια εκτός αν συντρέχουν προφανείς και εύλογοι λόγοι. Τέλος πάντων πείτε μου πώς σας λένε και θα δούμε. "Ο ανθρωπάκος λέει: "Ονομάζομαι Γεώργιος Μαλαπέρδας" Ληξιαρχός: "Α τότε συντρέχουν προφανείς λόγοι και δεν χρειάζεται δικαστική άδεια. Πείτε μου το νέο όνομα που θέλετε. Ανθρωπάκος: "Γιάννης Μαλαπέρδας".

Αμερικάνος, Γερμανός και Έλληνας

Ένας Αμερικανός, ένας Γερμανός και ένας Έλληνας συζητούν:- "Παιδιά εγώ με τα χρήματα του καλοκαιριού θα αγοράσω κανά δυο επιχειρήσεις να τρώνε τα παιδιά μου," λέει ο Αμερικανός. - "Και τα υπόλοιπα;" - "Με τα υπόλοιπα θα πάρω κάπι και για τα εγγόνια μου," απαντάει. Γερμανός: "Εγώ θα αγοράσω κάπι για τα παιδιά μου." - "Και τα υπόλοιπα;" - "Με τα υπόλοιπα θα πάρω κάπι για τα εγγόνια μου." Έλληνας: "Εγώ θα αγοράσω υπερσύγχρονο CD player." - "Και τα υπόλοιπα;" - "Τα υπόλοιπα θα τα βάλει η μάνα μου!"

Άν δεν?

Αν δεν πηγαίνεις στις κηδείες των άλλων δεν θα έρθουν και αυτοί στη δική σου.

Ανεκπλήρωτος πόθος...

Είναι ένας τύπος που προσεύχεται κάθε μέρα στο Θεό και λέει: - Θεέ μου σε παρακαλώ, κάνε να κερδίσω το ΛΟΤΤΟ. Σε όλη τη ζωή κάνει την ίδια ευχή, ώσπου πεθαίνει και φτάνει στον παράδεισο. Εκεί συναντάει τον Αγιο Πέτρο και τον ρωτάει: - Γιατί δεν μου πραγματοποιήσατε τη μοναδική ευχή που σας έκανα κάθε μέρα και με τόση πίστη; - Αφού μετά από τις προσευχές σου έχειναγες να παίζεις ΛΟΤΤΟ τι φτάιμε εμείς;

Please Join Us

for the

10TH
ANNUAL

Gala Event

“Soaring with the Stars”

Saturday, June 16, 2012

Merle Reskin Theatre • Hilton Chicago • Chicago, Illinois

**Awarding \$250,000 in Scholarships to the
Best and Brightest Greek American College Students**



2012 PARADIGM
AWARD RECIPIENT

Alexander Payne

Writer, Director, Producer
and Two-Time Academy
Award Winner



MASTER OF
CEREMONIES

Dean Richards

Emmy Award Winning
TV Reporter & Critic



ENTERTAINMENT

Petros Gaitanos

World Renowned
Singer Coming
from Greece

For reservations or to become a sponsor please call (312) 357-6432
or visit our website www.panhellennicscholarships.org



PANHELLENIC SCHOLARSHIP FOUNDATION

17 North Wabash Avenue, Suite 600

Chicago, Illinois 60602

P 312.357.6432 • F 312.357.0527

E info@panhellennicscholarships.org

www.panhellennicscholarships.org



Like us on Facebook
facebook.com/panhellenic



Follow us on Twitter
twitter.com/hellenicawards



Watch us on YouTube
youtube.com/ThePanhellenic