

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



# ΜΟΓΕΝΕΙΑ HELLENIC LIFE

Change Service Requested

VOL. 26

NO. 7 MORTON

GROVE IL. ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ, 2015

## ΦΩΤΟ-ΓΕΓΟΝΟΤΑ



Από το επιτυχές Ρεβεγίον του Γυναικείου Συλλόγου Αχλαδοκαμπίτισσών που έγινε στο Empress Banquets. Από τα Αρ.: η παλαιόμαχος Πρόεδρος Βασιλική Κατσίκας, η τσαίρμαν Γεωργία Αράλη και η κοτσάίρμαν Βούλα Λιτσόγιαννη.



Από το Πρωτοχρονιάτικο Ρεβεγίον του οργανωτή μαέστρου Γιώργου Δήμα στο Chateau Ritz. Ο Γιώργος Δήμας, έδωσε μεγάλη έμφαση στην ποιότητα της μουσικής και στους καλλιτέχνες και έτσι κάλεσε μια πλειάδα από αυτούς. Στην φωτογραφία ο φακός της "Ο" συνέλαβε εκεί το ζεύγος του Βασίλη και της Σπυριδούλας Μέμος. Ο Βασίλης είναι ιδιοκτήτης της Εταιρίας Corfu Foods.



Ο...χαζοπαπούς εκδότης της "Ο" και η.... χαζογιαγιά Πόλα με την πριγκιπέσσα εγγονούλα την Έλλη.

## Πως φτάσαμε ως εδώ;



Μια εύκολη προσέγγιση της κρίσης αλλα ουσιαστικά νομίζω ότι κάπως έτσι είναι . Πως φτάσαμε ως εδώ;

Μερικές φορές, σε πολλούς τομείς, τα πράγματα είναι τόσο απλά και ξεκάθαρα, που καταντούν δυσνόητα. Γι αυτό θα προσπαθήσω εδώ να εξηγήσω το τι συνέβη και φτάσαμε εδώ που φτάσαμε, με βάση το πώς το αντιλαμβάνομαι εγώ.

Εδώ και μερικά χρόνια έχω διαπιστώσει ότι οι παλιοί διαχωρισμοί που ίσχουαν στη χώρα μας, μεταξύ δεξιάς και αριστεράς, έχουν καταργηθεί και στη πράξη. Η κρίση, που ήρθε «ξαφνικά», ξύπνησε απότομα, και αιφνιδίασε όλους τους ανυποψίαστους Έλληνες, δημιουργώντας ένα νέο διαχωριστικό τείχος, μεταξύ μηνυματικών και αντιμηνυματικών.

Μεταξύ δηλαδή αυτών που έχουν συνειδητοποιήσει το μεγάλο διακύβευμα, και των άλλων, που έμπλεοι αγαναχτισμού τα παίζουν όλα για όλα, ελπίζοντας πως θα τους βγουν άσσοι (κούνια που τους κούναγε).

Πως φτάσαμε όμως μέχρι εδώ; Πως φτάσαμε στο σημείο να παίζεται το μέλλον της χώρας και των παιδιών μας στα χέρια μιας φούχτας βουλευτών, μερικοί εκ των οποίων είναι για δέσιμο κυριολεκτικά; Τι αμαρτίες πληρώνουμε, για να εξαρτάται η ζωή μας από τον Στρατούλη, τη Ραχήλ, και τη Τζάκρη;

Ε λοιπόν, για μένα τα πράγματα είναι πολύ απλά, και θα προσπαθήσω να τα μεταφέρω στο (ηλεκτρονικό) χαρτί. Πρόλαβα τη δεκαετία του '60, όπου οι νοικοκυρές μαγείρευαν κρέας μια φορά την εβδομάδα, και το πήγαιναν με το ταψί στο φούρνο της γειτονιάς για να ψηθεί. Και αυτό όχι σε κάποιο ορεινό απομονωμένο χωριό, αλλά στο κέντρο της Θεσσαλονίκης, και πιο συγκεκριμένα στην οδό Κασσάνδρου.

Πρόλαβα την πραγματική χούντα, με φαντάρους σκοπούς σε κάθε τετράγωνο (πάλι της Κασσάνδρου), εμβατήρια, και απαγόρευση κυκλοφορίας μετά τη δύση του ηλίου. Η δεκαετία του '70 ήταν μια από τα ίδια, με μόνη διαφορά την «επαναστατική» διάθεση που επικρατούσε παντού.

Όλοι σχεδόν οι έφηβοι φορούσαμε στρατιωτικά τζάκετ, ακούγαμε αντάρτικα, και σχεδιάζαμε στα καφενεία και στις παμπ την επόμενη επανάσταση (που δεν ήρθε ποτέ). Αυτό που ήρθε ήταν το Πασόκ του Ανδρέα, που κυριάρχησε τη δεκαετία του '80, και που εκτός από την απαραίτητη νομοτελειακά κοινωνική ανακατανομή, δημιούργησε νέα πολιτικά και οικονομικά τζάκια, και μια νέα τάξη δυναστών, αυτήν των πρασινοφρουρών δημοσίων υπαλλήλων, με αιχμή του δόρατος τους συνδικαλιστές.

Οι εποχές όμως ήταν ανώδυνες οικονομικά (σε παγκόσμιο επίπεδο), ο ψυχρός πόλεμος κρατούσε υπό έλεγχο τη γειτονιά μας, και άρα το μόνο από το οποίο

(Συνέχεια σελ. 3)

## ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Πέτρος Φιλακούριδης.....	2	Γιώργος Σκλαβούνης.....	16, 17, 18 19
Δρ. Παντελής Βασδέκης.....	3	Οι πτειρατές της Αδριατικής.....	20
Στηβ Θεοφάνους.....	5	Το Παιχνίδι : σημαντικό στον σκύλο.....	20
Χρήσιμες Υπηρεσίες.....	6	Νέος χρόνος: πες αντί στο παρελθόν.....	21
Βρείτε την μαγεία της ζωής.....	7	Κάτω η δικτατορία της αισιόδοξιας.....	22
Φασολάδα με πατάτα και μανέστρα.....	8	Τελικά Τούρκος σημαίνει "γάιδαρος".....	23
Καιρός Δεκέμβρης, ποίμνα.....	8	Πετρέλαιο και γεωπολιτικά παιχνίδια.....	23
Ταξεδιωτικές απάτες στο διαδύκτιο.....	8	καραμελωμένα ψητά λαχανικά.....	24
Η αναδάσωση η μόνη λύση.....	9	5,000 Ευρωπαίοι στο Ισλαμικό κράτος.....	28
Υγεία και κοινωνικές Ομάδες.....	9	Πόσο ύπνο χρειάζεσαι;.....	28
Άσκηση και DNA.....	10	Κίνητα και εγκεφαλική δριαστηρίστη.....	29
Μολυσμένοι Ωκεανοί.....	10	"Καλλιτέρα Ελληνίδα Πόρνη".....	29
Ιπτάμενα οχήματα στο Μέλλον.....	12	Το κίνημα του Γ. Παπανδρέου.....	30
Το μυστικό στην σαλάτα.....	12	Χοιρινό με γλυκοπατάτες στον φούρνο.....	31
30 ωραία πράγματα στην Ελλάδα.....	13	Νικόλαος Γάβαρης.....	32

# 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](http://www.thechicagogreekhours.com)  
E-mail: [Sotiris07@comcast.net](mailto: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.**



Από το Πρωτοχρονιάτικο Ρεβεγιόν στο γνωστό εστιατόριο "Μύκονος" όπου πολύς εκλεκτός κόσμος διασκέδασε μέχρι τις πρωϊνές ώρες με το Ντουέτο των Τροβαδούρων του Σικάγου Βασίλη και Δήμητρα. Οι δύο καλλιτέχνες εμφανίζονται εκεί πλέον τακτικά κάθε άλλη Παρασκευή.



Για 33 χρόνια τώρα το "Μύκονος" προσφέρει σπιτίσια γεύση στις χιλιάδες των θαμώνων του. Στην φωτογραφία το ζεύγος Αθηνά και Δημήτρης Μιράγιας την βραδιά της Πρωτοχρονιάς.

# Για το καλό του χρόνου!

Τί να κάνουμε για το καλό του χρόνου; Να οργώσουμε τη βασιλόπιτα για να βρούμε το νόμισμα που έβαλε η γιαγιά; Να μπούμε πρωί στο σπίτι με το δεξιό πόδι; Να ξημερωθούμε στην πράσινη τούχα με καφέ και με τσιγάρο; Να αδειάσουμε το δίκανο στον αέρα τα μεσάνυχτα της πρωτοχρονιάς; Να καρφώσουμε ένα κεφάλι σκόρδο στο ανώφλι του σπιτιού; Να κρεμάσουμε μια θαλασσιά χάντρα ή να κρεμάσουμε ένα ρόδι; Τί και αν τα κάνουμε όλα αυτά, κατά βάθος γνωρίζουμε ότι είναι εντελώς ανώφελα και ανίκανα να μας προφυλάξουν τον καινούριο χρόνο. Όλα αυτά είναι πατροπαράδοτα, παραδοσιακά έθιμα, βασισμένα στην άγνοια της θεϊ-

κής αλήθειας για το μέλλον, και στον αδικαιολόγητο φόβο για τον απροσδόκητο κίνδυνο, που με αφελή συνήθεια συνεχίζουμε κι εμείς, όπως έκαναν και οι πρόγονοί μας και ας ανίκουμε στον 21<sup>ο</sup> αιώνα.

Δε βαριέσαι, δεν πειράζουμε κανέναν, ίσως λέμε. Δεν γνωρίζουμε όμως πως οι πράξεις μας πειράζουν το Θεό που θέλει να Τον εμπιστευτούμε για το μέλλον μας, έχοντας ζωντανή κοινωνία μαζί Του, ώστε να ενεργήσει και να μας δώσει ουρανίες ευλογίες τον καινούριο χρόνο. Ο Θεός είναι ο μόνος που ξέρει το μέλλον, διότι είναι ταυτόχρονα στο παρελθόν, στο παρόν και στο μέλλον. Αυτό είναι ασύλληπτο για μας τους ανθρώπους, με τον περιορισμένο νου. Ο Ιησούς Χριστός στην Καινή Διαθήκη απαντά στους Φαρισαίους όσον αφορά την προϋπαρξή Του: «Πριν γίνει ο Αβραάμ Εγώ Είμαι» (Ιωάννης 8:58), (Ο Αβραάμ έζησε περίπου το 1800 π.Χ.). Οι Φαρισαίοι κατεπλάγησαν γιατί τον έβλεπαν μόνο σαν σύγχρονο συνάνθρωπό τους, αλλά εμείς ξέρουμε πως είναι ο Υιός του Θεού του ζώντος και ο Δημιουργός του σύμπαντος. Επίσης, η Καινή Διαθήκη μας λέει για την προϋπαρξή του Ιησού Χριστού ότι: «είναι ο Αυτός χθες, σήμερα και εις τους αιώνες». Προσέξτε, είναι χθες, είναι σήμερα, είναι αύριο! Αυτός είναι ο λόγος που τον εμπιστεύμαστε. Η αγάπη Του για σένα και για μένα συνέχισε πέραν του σταυρού. Ο Χριστός σε αγαπάει προ καταβολής κόσμου και έχει σχέδιο για τη ζωή σου αυτό το χρόνο. Η Καινή Διαθήκη μας διδάσκει για την εγγύηση της μελλοντικής προμήθειας βασιμένη στην αγάπη Του: «Τί λοιπόν θέλομεν ειπεί προς ταύτα; Εάν ο Θεός είναι υπέρ ημών, τις θέλει είσθαι καθ' ημών; Επειδή όστις τον ίδιον εαυτού Υίον δεν εφείσθη, αλλά παρέδωκεν αυτόν υπέρ πάντων ημών, πώς και μετ' αυτού δεν θέλει χαρίσει εις ημάς τα πάντα;» (Ρωμαίους 8:31, 32). Η απάντηση είναι, ναι, θα μας χαρίσει τα πάντα. Επίσης, σε ένα άλλο σημείο στην Παλαιά Διαθήκη λέει: «Διότι εγώ γνωρίζω τας βουλάς τας οποίας βουλεύομαι περί υμών, λέγει Κύριος, βουλάς ειρήνης, και ουχί κακού, διά να δώσω εις υμάς το προσδοκώμενον τέλος» (Ιερεμίας 29:11).

Για όλους αυτούς τους λόγους λοιπόν, εμπιστεύμαστε τον Θεό για το μέλλον μας και όχι ρόδια, πέταλα, θαλασσιές χάντρες και σκόρδα. Σας στέλνουμε εντελώς δωρεάν μια Καινή Διαθήκη που περιέχει το Λόγο και τις υποσχέσεις του Ιησού Χριστού. Και όλα αυτά για το καλό του χρόνου!

**ΚΑΛΗ ΕΥΛΟΓΗΜΕΝΗ ΧΡΟΝΙΑ!!!**  
Πέτρος Φιλακουρίδης . Τηλεφωνήστε δωρεάν στο τηλ.: 866 960 2140



Από το Πρωτοχρονιάτικο Ρεβεγιόν στο Chatau Ritz, ο γνωστός στην περιοχή μας βετεράνος καλλιτέχνης Γιώργος Δήμας που έχει και δική του Ορχήστρα σε ένα ντουέτο με το ανερχόμενο αστέρι Έλενα Παλάγκα.

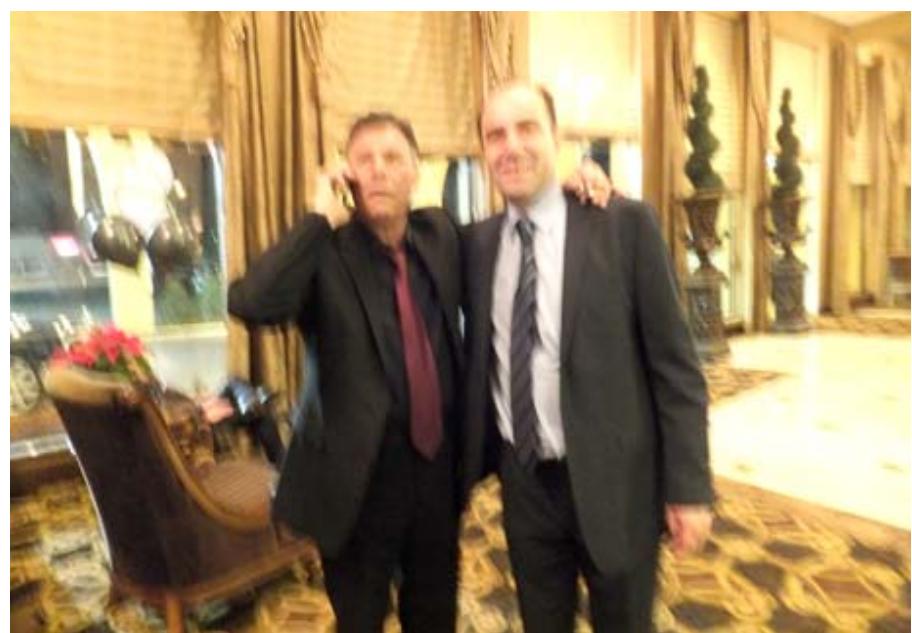
ΛΥΣΤΕ ΤΟ ΠΡΟΒΛΗΜΑ ΤΩΝ "ΠΑΡΑΣΙΤΩΝ" ΣΤΑ ΡΑΔΙΟΦΩΝΙΚΑ ΜΑΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ. ΑΚΟΥΣΤΕ ΜΑΣ ΑΠΟ ΤΟ ΚΟΜΠΙΟΥΤΕΡ ΣΑΣ ΠΕΝΤΑΚΑΘΑΡΑ ΚΑΙ ΜΑΛΙΣΤΑ 24 ΩΡΕΣ ΤΟ 24ΩΡΟ.  
[WWW.THECHICAGOGEKOURHOURS.COM](http://WWW.THECHICAGOGEKOURHOURS.COM)



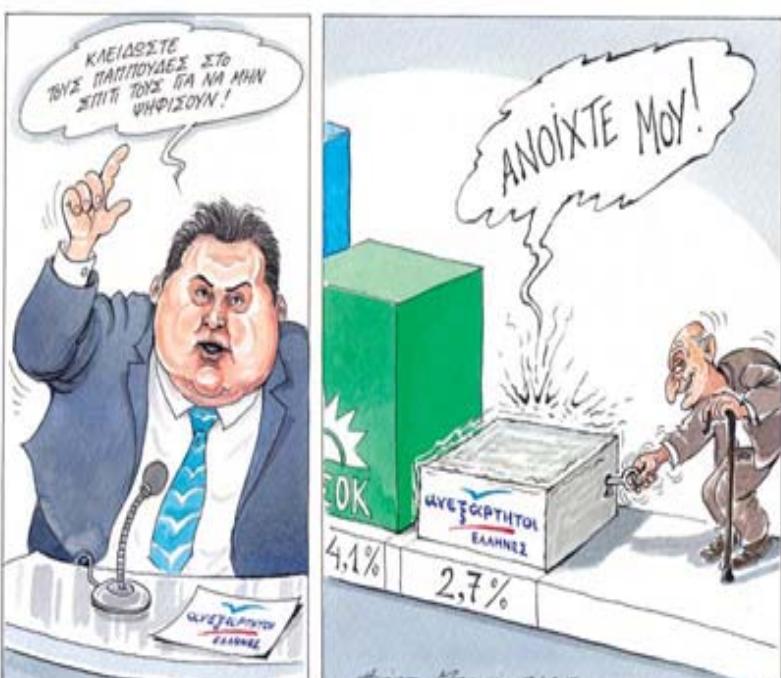
*Μία άλλη φωτογραφία από το Πρωτοχρονιάτικο Ρεβεγιόν στο Chateau Ritz όπου πολύς κόσμος χάρηκε ποιοτική μουσική και καλούς καλλιτέχνες.*



*Η παρέα του δικηγόρου-λογιστού Τομ Γκρέγκορι της φίρμας Gregory Law Offices διασκέδασε πάρα πολύ στον ίδιο Πρωτοχρονιάτικο Ρεβεγιόν του Γιώργου Δήμα.*



*Στην φωτογραφία ο γνωστός βετεράνος τραγουδιστής Μανόλης Οπαδός και ο πανταχού παρών Λάζαρος.*



## Πως φτάσαμε ως εδώ;

(από σελ. 1)

κινδυνεύαμε ήταν η πλέρια ισοπέδωση. Στη συνέχεια, με ένα μικρό διάλειμμα της κυβέρνησης Μητσοτάκη, που για την εποχή της ήταν πραγματικά εκτός τόπου και χρόνου, το Πασόκ επέστρεψε ανανεωμένο, απαλλαγμένο από τη Μιμή και την Τουρλουμπούση, και με τον «λογιστή» Σημίτη στο πηδάλιο ηγήθηκε της πλημμύρας των ευρωπαϊκών πακέτων, των επιδομάτων, των επιδοτήσεων, και των διάφορων κονδυλίων.

Και λίγο αυτό, λίγο το άλλο, λίγο δηλαδή η πλήρης ένταξή μας στην ΕΕ, λίγο η απόσυρση των ΙΧ, λίγο το ευρώ, λίγο τα ελεύθερα δάνεια, ξαφνικά οι περισσότεροι εξ ημών γίνονται μπρούκληδες, με ταξίδια το Σαββατοκύριακο στη Βιέννη, τον χειμώνα στο Μπαλί, και με χόμπι το καζίνο ή το χρηματιστήριο. Πως ήταν δηλαδή η δεκαετία του '60; Καμία σχέση.

Η δεκαετία του '90 έδωσε τη θέση της σε αυτήν του 2000, οπότε είχαμε μετρό (στην Αθήνα), σύγχρονο ιδιωτικό αεροδρόμιο (πάλι στην Αθήνα), δρόμους, κύπελλο Ευρώπης, Ολυμπιακούς Αγώνες, κλπ κλπ. Ζούσαμε το όνειρο! Κι όλα αυτά, χωρίς οι περισσότεροι να γνωρίζουμε ότι οφείλονται σε χρήμα δανεικό (και αγύριστο). Η Ελλάδα αναπτύσσονταν χωρίς όμως να διαθέτει καμιά υποδομή, και καμιά οικονομική βάση. Ζούσαμε χάρη στην ανεξέλεγκτη δανειοδότηση, ενώ σε εσωτερικό επίπεδο κυριαρχούσε η πατροπαράδοτη ελληνική φοροδιαφυγή, με τη βούλα του κράτους, που ενθάρρυνε την «επιχειρηματικότητα», και άρα έκανε τα στραβά μάτια στους φοροφυγάδες.

Και γιατί όχι, αφού η κάνουλα των ξένων δανείων ήταν ολάνοιχτη; Και σε εκείνη περίπου τη φάση είναι που κιοτέψαμε ως λαός. Και αυτό ήταν λογικό αφού είχαμε μια πολιτική γηγεσία που το μυαλό της ήταν στις μίζες, έναν υπουργό Άμυνας που ΔΕΝ είχε πάει φαντάρος, και μια κουλοτούρα (ειδικά των νέων) που διαμορφώνονταν από την Ρούλα Κορομηλά, τη Μιμή Ντενίση, και τον... Λάκη. Για τα μουσικά μας δρώμενα δεν θα μιλήσω καν, αφού μόνο που θυμάμαι τα πάμπολλα ελληνάδικα, αιδιάζω.

Και μετά ήρθε η κρίση! Και τα κεφάλια μέσα στα ξαφνικά. Στην ουσία, για την Ελλάδα, η κρίση μεταφράζονταν στο πολύ απλό: Ήρθε η ώρα του λογαριασμού. Διότι πίναμε και τρώγαμε με δανεικά, χωρίς σκοπό να τα ξοφλήσουμε ποτέ, και με μεγάλο μέρος του λαού μας να αγνοεί ότι η ξαφνική αυτή (ιστορικά) ευμάρεια οφείλονταν σε αυτό ακριβώς: Σε δανεικά!

Και ξαφνικά κλήθηκαν οι Έλληνες να πληρώσουν φόρους, τέλη, εισφορές, ταμεία, κλπ κλπ. Όλοι δηλαδή οι χάιδες, με καταστήματα, με τζπ, με εξοχικά, και με όλα τα παραφερνάλια του νεοπλουτισμού, κλήθηκαν για πρώτη φορά να πληρώσουν τα αναλογούντα. Και εκεί χάθηκε η μπάλα. Και ήρθαν τα πάνω κάτω. Και δημιουργήθηκε το νέο τείχος μεταξύ των ρεαλιστών, και των σαλεμένων, που νομίζουν ότι ο κόσμος μας χρωστάει (μιας και είμαστε Έλληνες αφού) και άρα θα πρέπει να μας έχει στα πούπουλα.

Αγνοώντας ότι ο κόσμος εδώ και χρόνια άγεται και φέρεται από τις απρόσωπες αγορές, που ποσώς ενδιαφέρονται τι ήταν οι αρχαίοι μας πρόγονοι, αρκεί εμείς να πληρώνουμε τα επιτόκια και τα χρέη μας.

Και μέσα σε αυτή τη κρίση που σαν σεισμός ανακάτωσε όλο το τοπίο, προέκυψε και ο Τσίπρας. Ένας πρώην καταληψίας λυκείων, χωρίς καν στοιχειώδεις γνώσεις, που ελέω συγκυριών (Αλαβάνος, κρίση, εξαφάνιση Πασόκ, κλπ) έφτασε να ηγείται ενός κόμματος του 3% που όμως πλημμύρισε από αιμετανότους αιθεροβάμυνες, και πράκτορες του χάους, με αποτέλεσμα να αγγίζει το 30%, και να φλερτάρει με την εξουσία. Παίζοντας εδώ και μέρες τη τύχη της χώρας κορώνα γράμματα.

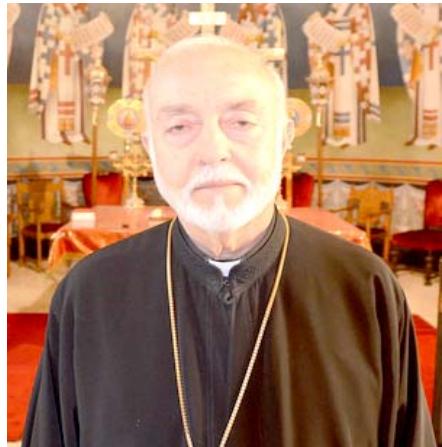
Για ένα εφηβικό γινάτι. Αδιαφορώντας για τη σκληρή πραγματικότητα. Ότι δηλαδή το 2012 οι Ευρωπαίοι μας έσωσαν, όχι επειδή μας φοβόντουσαν, μη τους χορέψουμε σαν αρκούδες, αλλά επειδή φοβόντουσαν (θεωρία ντόμινο) ότι μια έξοδός μας από το ευρώ θα πυροδοτούσε αλυσίδα εξόδων (Πορτογαλία, Ιρλανδία, Ιταλία, κ.ά) γενικώς. Διότι απειλούνταν η συνοχή της ΕΕ και της ευρωζώνης. Ούτως η άλλως η οικονομία μας ήταν και είναι ανυπόληπτη. Σήμερα όμως δεν φοβούνται ούτε κι αυτό. Και επειδή πλέον το χρέος μας είναι στα χέρια θεσμικών επενδυτών, μας έχουν γραμμένους κανονικά, και αν πούμε δεν πληρώνουμε, είτε με Σαμαρά είτε με Τσίπρα, αυτοί θα μας σουτάρουν κανονικά. Για να γίνουμε το κακό παράδειγμα, προς σωφρονισμό των υπολοίπων. Και ειδικά με Τσίπρα, ακόμη κι αν γίνει καλό παιδί, και βαράει προσοχές στον Σόμπτελ, πάλι θα μας τηγανίσουν το φάρι στα χείλη, αυτή τη φορά για πολιτικούς λόγους. Για να στείλουν το μήνυμα εκεί που χρειάζεται, ότι η αριστερά και τα γκρουπούσκουλά της τελείωσαν οριστικά για την Ευρώπη.

Και ας μιλάει ο Δραχμαζάνης για περήφανη δραχμή, κι ας λέει ο Στρατούλης για πείνα με επίκεντρο όμως τον άνθρωπο! Και εν πάσῃ περιπτώσει δείτε τι παθαίνει η Ρωσία στο έλεος των αδυσώπητων αγορών, παρόλο το πετρέλαιο της, παρόλα τα πυρηνικά της, και παρόλο το περήφανο ρούβλι της. Εκτός και αν νομίζουμε ότι ο Αλέξης είναι κάτι το διαφορετικό, και μαζί με τον Σκουρλέτη θα τα λύσουν όλα σε παγκόσμιο επίπεδο. Κούνια που μας κούναγε. Και όσο για κάποιους τρελαμένους που τους ακούων να λένε, «Ε και τι έγινε; Θα πάω στο χωριό μου και θα φυτέψω λάχανα, και θα ζω μια χαρά, αλλά στη Μέρκελ δεν προσκυνάω.», τους απαντώ κάτι που επίσης αγνοούν: Ότι ούτε λάχανα δεν μπορούν να φυτέψουν, διότι οι σπόροι πλέον είναι εισαγόμενοι αφενός, και στείροι (μεταλλαγμένοι) αφετέρου. Οπότε; Οπότε πάπαλα από παντού. Και όλα αυτά τα απλά τα ξεκάθαρα, που εγώ (η τελευταία τρύπα του ζουρνά) τα έχω αντιληφτεί, και γι αυτό τάσσομαι αναφανδόν με τον Σαμαρά, ΔΕΝ τα έχουν αντιληφτεί επαγγελματίες πολιτικοί, βουλευτές δηλαδή που πληρώνονται πλουσιοπάροχα για να έχουν και συμβούλους!!!!!!Για τέτοια κατάντια μιλάμε. Αυτά. Πηγή Διαδύκτιο. Strange Attractor.

# ΟΙ ΕΛΛΗΝΕΣ ΣΤΟ ΣΙΚΑΓΟ

Γράφει κι επιμελείται ο Δρ. Παντελής Βασδέκης

Αφορμή για το τωρινό άρθρο στάθηκε η, για εμένα απρόσμενη είδηση της συνταξιοδότησης του



πατρός Νικολάου Νικοκάβουρα, που για σαράντα-δυο χρόνια υπηρέτησε την εκκλησία αλλά κι άφησε ένα αξιόλογο συγγραφικό και ερευνητικό έργο που αφορά τους πρώτους Ελληνικής καταγωγής μετανάστες στην πόλη μας. Έχα την τύχη να συνομιλήσω από κοντά με τον πατέρα Νικόλαο και είχα θαυμάσει την προσπάθεια του. Έτσι, σαν ευχαριστώ για τη πολύχρονη προσφορά του, θα γράψω το δικό μου άρθρο που αφορά στη δημιουργία της πρώτης ενορίας/εκκλησίας στην πόλη μας.

Σε προηγούμενο γραπτό είχαμε αναφερθεί στην ιστορική πορεία των πρώτων εκείνων μεταναστών που διωγμένοι και κυνηγημένοι καθώς ήταν απ' τη σκληρή πραγματικότητα της εποχής είχαν καταφέρει να εγκατασταθούν στην πόλη μας και να προσπαθούν υπομονετικά να αποχτήσουν ρίζες στη φιλόξενη πόλη του Σικάγο. Οι δυσκολίες που είχαν συναντήσει και έπρεπε να τις αντιμετωπίσουν ήταν πολλές και ποικίλες. Εκείνοι οι πρώτοι ακολούθησαν τα βήματα του ναυτικού Νικόλαου Πέππα, ο οποίος και ήταν και, αποδεδειγμένα, ο πρώτος Ελληνικής καταγωγής μετανάστης που είχε εγκατασταθεί στην περιοχή του Kinzie and Union Streets. Μάλιστα δε ο τηλεφωνικός κατάλογος της πόλης του Σικάγο τον είχε καταχωριμένο, στα 1900, ως ιδιοκτήτη μπάρας που βρίσκονταν στο 179 Kinzie Street. Θα πρέπει να θυμίσω ότι οι δρόμοι είναι αριθμημένοι με την παλιά αρίθμηση.

Εκεί, γύρο στο δρόμο αυτόν είχε δημιουργηθεί μια Ελληνική γειτονιά ή καλύτερα η πρώτη Ελληνική γειτονιά αναπτύχτηκαν οι όποιες εξελίξεις που καθόρισαν όχι μονάχα τα πρώτα βήματα των Ελλήνων μεταναστών προς την κοινωνικοποίηση, άλλα πάρθηκαν αποφάσεις οι οποίες έγραψαν τη δικιά τους ιστορία.

Εκεί δημιουργήθηκε ο πρώτος Ελληνικός Σύλλογος που σκοπό του ήταν να βρει ιερέα που να τελεί τη θεία λειτουργία στα ΕΛΛΗΝΙΚΑ κι όχι στα Αγγλικά! Παράλληλα, επιθυμία τους αλλά και συλλογικός σκοπός ήταν και να λυθεί το θέμα της ταφής των νεκρών σύμφωνα με την παράδοση που επικρατούσε αλλά κι οι ίδιοι ήξεραν.

Βρισκόμαστε στα 1892, και ήδη είχε αποφασιστεί η πραγμάτωση από το δήμο του Σικάγο του Columbian Exposition. Αυτό ήταν ένα πολύ μεγάλο πανηγύρι και όχι μόνο. Είχαν κληθεί αντιπρόσωποι απ' όλες τις Ευρωπαϊκές χώρες

συμπεριλαμβανομένης και της Ελλάδας. Μια που η Ελληνική κυβέρνηση δεν είχε αποφασίσει για να συμμετέχει με επίσημη αποστολή, η Ελλαδική Εκκλησία αποφάσισε να στείλει έναν δεσπότη της Ζακύνθου τον Διονύσιο Λάττα. Αυτός ήρθε με το διάκο του και επισκέψτηκε τη Νέα Υόρκη καθώς επίσης την πόλη της Ατλάντα αλλά και την χερσόνησο της Φλόριδας. Τέλος, λίγες μέρες πριν την επίσημη έναρξη του μεγάλου αυτού πανηγυριού. Οι Έλληνες της εποχής είχαν φροντίσει να παρελάσουν με το δεσπότη και το διάκο του κατά την έναρξη της εκδήλωσης. Μάλιστα δε ήταν τότε που ο δεσπότης Λάττας έκαμε και την πρώτη αρχιερατική θεία λειτουργία στην πόλη μας και που στην οποία είχαν παρευρεθεί όλοι τους.

Με το που επέστρεψε ο Λάττας στη Ζάκυνθο, οι Έλληνες πίστεψαν ότι ήταν δυνατή η εξέύρεση κάποιου Ελληνικής καταγωγής ιερωμένου ο οποίος και θα κάλυπτε τις όποιες ανάγκες τους και είχαν τα βλέμματα τους προς αυτή την κατεύθυνση.

Αξίζει να σημειωθεί ότι, την εποχή αυτή που είχε αρχίσει να οργανώνεται η σιδηροδρομική γραμμή μπορούσαν οι άνθρωποι πολύ εύκολα από πριν να ταξιδέψουν και αυτό εκμεταλλεύθηκαν ορισμένοι ιερωμένοι της εποχής, άλλοι κανονικοί κι άλλοι όχι, κι έρχονταν στην πόλη μας και κάθονταν μέχρι που είχαν εργασία και κατόπιν πήγαιναν σε άλλη πόλη. Ο ιστοριογράφος της εποχής Σεραφείμ Κανούτας, του ονομάζει αυτούς τους πλανόδιους ιερωμένους ως χιτιεύη ποιητευτούς και που το έργο τους, όσο αμφίβολο κι αν ας φαίνεται σήμερα, για την εποχή υπήρξε σπουδαίο κι ορισμένοι από αυτούς συνέβαλαν ώστε να κρατηθούν χριστιανοί ορισμένοι εργάτες που επιζητούσαν το μεροκάματο σε απομακρυσμένες περιοχές όπως, για παράδειγμα ο αρχιμανδρίτης Καλλίνικος Κανελλάς.

Μια από εκείνες τις μέρες, ο Σύλλογος Λυκούργος ζήτησε από την Ελλαδική Εκκλησία να στείλει ιερέα στο Σικάγο κι εκείνη, με τη σειρά της την έστειλε την αίτηση στο Πατριαρχείο της Πόλης κι εκείνο τοποθέτησε τον παπα-Φιαμπόλη. Μια εβδομάδα πριν φτάσει στο Σικάγο ο ιερωμένος, βρέθηκε στην πόλη μας ο αρχιμανδρίτης Καλλίνικος Κανελλάς και το προεδρείο του Λυκούργου πήγε να τον καλωσορίσει και του ζήτησε να παραμένει στην πόλη μας μέχρι που θα έρχονταν ο ιερέας που ήδη είχε τοποθετηθεί.

Τα γεγονότα άρχισαν να κυλούν εμεγάλη ταχύτητα. Το προεδρείο βιαστικά ήνωσε ένα χώρο που βρίσκονταν στον επάνω όροφο όπου στεγάζονταν μια φρουτομαρκέτα όπως την αποκαλούσε ο Ιωάννης Βολικός βλαχομαρκέτα.

Σε λίγες μέρες θα έφτανε η Κυριακή όπου ο αρχιμανδρίτης Κανελλάς θα τελούσε τη θεία λειτουργία. Όλα βιαστικά ή καλύτερα Ελληνικά έγιναν και την Κυριακή ο χώρος γέμισε από πιστούς. Σύμφωνα με την Εκκλησιαστική Παραδοχή, η σύναξη αυτή αποτέλεσε την ενορία/εκκλησία η οποία και αργότερα ονομάστηκε ο Ευαγγελισμός της Θεοτόκου.

Η ενορία ακολούθησε τη δικιά της εξελικτική πορεία μια και στα 1898, χρονιά κατά την οποία ιδρύθηκε η Αγία Τριάδα, αφού έφυγε ο ψάλτης κι ύστερα ο παπάς, αναγκάστηκε για να αναστέλλει τη λειτουργία της. Η νέα εκκλησία μπορούσε να καλύψει τις λειτουργικές ανάγκες της γειτονιάς και για το λόγο αυτό δεν υπήρχε και τόση ανάγκη για την επαναλειτουργία της.

Βέβαια, οι πιστοί που επιθυμούσαν, μπορούσαν να καλέσουν ιερέα για να τελέσει τις όποιες ειρηνοπραξίες επιθυμούσαν και κατά την περίοδο που είχε γίνει η αναστολή της λειτουργίας της. προσωπικά συνάντησα μια ηλικιωμένη κυρία της οποίας οι γονείς είχαν παντρευτεί στον ευαγγελισμό στα 1904, χρονικό διάστημα που επίσημα δεν λειτουργούσε η ενορία/εκκλησία.

Ήταν μόλις στα 1910, όταν η εφημερίδα της παροικίας Ελληνικός Αστήρ δημοσίευσε την είδηση ότι είχε δημιουργηθεί μια επιτροπή η οποία είχε συγκεντρώσει ένα ορισμένο ποσό χρημάτων και προσπαθούσε να αγοράσει δύο οικόπεδα τα οποία και θα αποτελούσαν τη γη πάνω στην οποία θα κτίζονταν ο περικαλλής ναός του Ευαγγελισμού όπως αυτός είναι στις μέρες μας και στον οποίο για σαράντα-δυο χρόνια υπηρέτησε με πίστη κι αφοσίωση ο πατέρας Νικόλαος Νικοκάβουρας ο οποίος και αναγκάστηκε στη συνταξιοδότηση τη δεύτερη Κυριακή του Ιανουαρίου του 2015. Ο θεός να σέχει καλά πάτερ Νικόλαος και αν συνεχίσεις να μας εμπνέεις.

**Σημείωμα εκδότη.** Ο πατέρας Νικόλαος Νικοκάβουρας "αναγκάστηκε" στην συνταξιοδότηση, σύμφωνα με την σήλη του Δρ. Βασδέκη. Πολλά ακούγονται τις μέρες αυτές για την εξαναγκαστική αποχώρηση του Πατρός Νικοκάβουρα από την Μητρόπολη Σικάγου. Η "Ο" επιφύλαξσεται να κάνει ενδελεχή δημοσιογραφική έρευνα πάνω στο θέμα αυτό. Προς το παρόν, δεν ακούγεται καθόλο καλά μία εκ των άνω επιβληθείσα συνταξιοδότηση ενός λειπουργού του Υψίστου που κατά γενική ομολογία ήταν υπόδειγμα ιερέως και ιερατικού Προϊσταμένου. Παρακάτω παραθέτομε μια σύντομη βιογραφία του Πατρός Νικοκάβουρα.

Fr. Nicholas Nikokavouras was born to Fr. Iraklis and Erasmia Nikokavouras (née Kapodistrias) in 1937 in Sfakera, of the Corfu island of Greece.

His father Iraklis Nikokavouras was ordained priest in 1936 by His Eminence, Metropolitan Alexander of Corfu and a former Archbishop of America. On his ordination, his eminence changed his name from Iraklis to Sebastianos in honor of his uncle Sebastianos Nikokavouras, who served as Metropolitan of Corfu between the years of 1899 and 1920.

In 1943 during the Second World War Fr. Sebastianos was executed by the German occupation forces in Greece because of his active support of the underground Greek resistance movement fighting to liberate Greece from the axis military occupation.

Fr. Nicholas began his primary school education in his home village school of Sfakera, and in 1951 continued his studies at the Ecclesiastical School of Corinth finishing it in 1958.

In 1960, he was admitted to the Theological school of the Aristotle University of Thessaloniki. Four years later in 1964 he received his degree in Theology. During his studies at the University of Thessaloniki he had the chance to meet His Eminence, Archbishop Iakovos of Chicago, who was visiting

Thessaloniki and at that time. His Eminence asked him to consider serving as a priest in the United States. Fr. Nicholas joyfully accepted His Eminence's request.

In Thessaloniki, Fr. Nicholas met his wife, Kalliopi Frantzeskaki, they were married in 1962 and they had two children, Erasmia and Iraklis.

On December 25, 1964, On Christmas Day Fr. Nicholas was ordained a Deacon in the Cathedral church of Corfu. On January 1, 1965, a week later, he was ordained a priest by His Eminence, Metropolitan Methodios of Corfu, and he was assigned to the church of St. Eleftherios. In addition to his pastoral duties, of that time Fr. Nicholas initiated a Catechism program for the children and youth of Corfu. Furthermore he was appointed to serve the spiritual needs of the service men of the military units stationed in Corfu.

In 1970, Archbishop Iakovos officially invited Fr. Nicholas to come and serve as a priest in the United States of America. Fr. Nicholas accepted the invitation and on March 22 1973 arrived to the United States. His eminence appointed him as Proistamenos at the Annunciation Greek Orthodox Cathedral of the Metropolis of Chicago where he served under His Grace, the late Bishop Timotheos of Rodostolou.

In 1974, the Greek government appointed Fr. Nicholas a Teacher of the Greek Language and Culture at the Greek Schools of Chicago. He dutifully served the Greek schools of Chicago as a Teacher for over 25 years. For many years during this time, Fr. Nicholas presented a regular weekly religious radio program at Hellenic Radio of Chicago.

In 1979, he was admitted to Northeastern Illinois University and in 1984, Fr. Nicholas graduated with a Masters Degree of Arts in Sociology.

In 1979 and with the help, generosity and love of the Cathedral stewards and Hellenic community of Chicago, Fr. Nicholas started an extensive renovation and iconography

# ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ

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



**Αναχωρεί τώρα η πτήση 2015.  
Εξετάστε τις αποσκευές σας.**

Ας ρίξουμε μια ματιά στις αποσκευές μας – τις συναισθηματικές αποσκευές μας. Τι σκέφτεσαι να πάρεις μαζί σου τον Καινούργιο Χρόνο; Μήπως θέλεις να κουβαλήσεις όλες εκείνες τις παλιές μνησικακίες, τους φθόνους και τις ζήλιες; Προγραμμάτισε να απαλλαγείς από αυτές. Αν πρέπει να ξεδιαλύνεις κάποια παρεξήγηση με κάποιον – τη μητέρα σου, τον πατέρα σου, το γιο σου ή την κόρη σου – τηλεφώνησέ τους και τακτοποιήσε το θέμα σήμερα! Αν είναι αδύνατο, τότε γράψε ένα γράμμα ... και άσε την πικρία να φύγει. Ξεκίνησε τον Καινούργιο Χρόνο με καινούργια καθαρή καρδιά και άδειασε τις αποσκευές σου ώστε να έχεις πολύ χώρο για τα καλά πράγματα.

**Με τα μικρά παιδιά, είναι εύκολο να λες όλην την ώρα «μη» σα να έχει κολλήσει η βελόνα του γραμμοφόνου.**

Όταν τα παιδιά είναι μικρά, συνήθως το μόνο που λέμε είναι «μη, μη, μη» ή «όχι, όχι, όχι!» σαν το δίσκο που έχει κολλήσει η βελόνα στο ίδιο σημείο. Όταν τα παιδιά μας είναι μικρά, πολλές φορές χρειάζεται να πουμέ «όχι» για να τα προστατέψουμε. Άλλα μερικές φορές ολόκληρη η μέρα τους

μπορεί να είναι ένα ατέλειωτο «όχι ή μη». Θα μπορούσες, αντίθετα, να επινοείς κάτι θετικό όταν μπορείς. Για παράδειγμα, αν προσπαθούν να πάρουν το ποτήρι σου με το νερό, απομάκρυνέ το και πες, «Θα χυθεί το νερό και θα βραχείς.» Ή αν κάνουν κάποιο puzzle και βάζουν τα κομμάτια λάθος, δοκίμασε να πεις, «Πολύ ωραία προσπάθεια, αλλά για να δοκιμάσουμε αλλιώς.» Να λες όχι όταν χρειάζεται, αλλά προσπάθησε να βρεις μία πιο θετική προσέγγιση στην επικοινωνία.

**Έχω μία υπόδειξη να σου κάνω: αγόρασε και κράτα το**

Ίσως να σκεφτείς ότι μιλάω για μετοχές στο χρηματιστήριο – και, μ' αυτήν την κατάσταση που επικρατεί στην Wall Street, ίσως να μην είναι και άσχημη ιδέα. Άλλα να αγοράσεις και να κρατήσεις ισχύει και για το γάμο. Βλέπετε, όπως ακριβώς στο χρηματιστήριο, έχεις τη μεγαλύτερη απόδοση από το γάμο όταν αφοσιωθείς σ' αυτόν για πολύν καιρό. Αν μπορείς ν' αντέξεις και ν' αντιμετωπίσεις τις πτώσεις αντί να υποχωρήσεις, η επένδυσή σου σχεδόν πάντοτε θα αποδώσει και θα σε αποζημιώσει. Γιαυτό υιοθέτησε στο γάμο σου την τακτική «μείνε εκεί που είσαι» μην ξεκολλάς.

**Δεν έχω διάθεση! Δε θέλω να πάω!**

Σας έτυχε ποτέ να πείτε, «δεν έχω διάθεση, δε θέλω να πάω»; Όλοι μας το έχουμε πει κατά καιρούς. Και μερικές φορές μπορεί να υπάρχει σοβαρός λόγος. Άλλα πολλές φορές δε θέλουμε να κάνουμε κάτι γιατί απλούστατα σκεφτόμαστε τον εαυτούλη

μας και όχι τους άλλους – τον άντρα μας, τη γυναίκα μας, τον αδελφό μας, την αδελφή μας, τα παιδιά μας ή τους φίλους μας. Τα παιδιά μας πρέπει να μας δουν να κάνουμε πρόθυμα και με χαρά κάποια πράγματα γιατί το θέλουν οι άλλοι και μάλιστα να υιοθετήσουν κι εκείνα μια τέτοια στάση. Γιαυτό, την επόμενη φορά που θα σου ζητήσουν να κάνεις κάτι, αντί να γκρινιάσεις και να πεις, «Εντάξει, αφού το θέλεις», να πεις, «Σίγουρα, μετά χαρά!»

**Γιατί δεν είστε σαν εμένα;**

Πολλές φορές έκανα αυτήν τη σκέψη και την ερώτηση για τους συνεργάτες μου, για τους φίλους μου, ακόμα και για τη γυναίκα μου και για τα παιδιά μου. Γιατί δεν είσαι πιο ήρεμος, πιο ανεκτικός ή πιο πονετικός; Δυσκολεύομαι να το παραδεχτώ, γιατί όταν το σκέφτομαι, δε θα μου άρεσε πολύ αν όλοι είχαν το δικό μου χαρακτήρα ή η προσωπικότητά τους ήταν ίδια με τη δική μου. Τελικά, χάιρομαι που έμαθα να είμαι ευγνώμων για όλους εσάς που είστε λεπτόλογοι αλλά και για σας που είστε δυναμικοί και ίσως επιθετικοί. Ευχαριστώ το Θεό που δεν είστε σαν εμείνα!

**Πέντε λέξεις για έναν καλύτερο γάμο**

Αν θέλεις ο γάμος σου να γίνει καλύτερος, τότε να λες αυτήν τη μικρή φράση στον άντρα σου ή στη γυναίκα σου, «Πόσο χαίρομαι που σε παντρεύτηκα.» Αυτά τα απλά λόγια επιβεβαίωνται τα αισθήματά σου και ο άλλος που τα ακούει νιώθει ότι εξακολουθείς να τον εκτιμάς και να τον αγαπάς. Αν νιώθει ανασφάλεια ή ότι

είναι ανεπιθύμητος, αυτά τα λόγια θα του επιβεβαιώσουν την αγάπη σου. Αν περνάτε κάποια δύσκολη περίοδο στη συζυγική σας ζωή, προσπαθήστε και δοκιμάστε να πείτε αυτά τα λόγια. Μπορείτε να τα πείτε την ώρα που είστε στο τραπέζι κάτω από το φως των κεριών, ή ακόμα μέσα στο αυτοκίνητο την ώρα που πάτε το παιδί σας στο γήπεδο για προπόνηση. Δεν έχει σημασία ο χώρος αλλά τα λόγια.

**Πώς συμπεριφέρεσαι στα ενήλικα παιδιά σου;**

Πώς συμπεριφέρεσαι στα ενήλικα παιδιά σου; Κάποια γνωστή μου είναι σχεδόν σαράντα χρονών και μέχρι σήμερα η μαμά της λέει τι να κάνει. Όπως, «Αυτά τα λουλούδια δεν τα πότισες. Θέλουν πότισμα.» «Η επιδερμίδα σου είναι ξερή—βάλε κρέμα.» Ή, «το σπίτι θα ήταν πιο ωραίο με κουρτίνες.» Καθώς τα παιδιά σου αλλάζουν και γίνονται ενήλικα, πρέπει ν' αλλάξει και ο δικός σου ρόλος. Εκτός αν είναι θέμα ζωής ή θανάτου, να δώσεις τη συμβουλή σου όταν σου τη ζητήσουν. Φρόντισε να είσαι καλός ακροατής και να ενθαρρύνεις αντί να κριτικάρεις. Δείξε την αγάπη σου και αφήσε τους να γίνουν οι άνθρωποι που τους δίδαξες ότι πρέπει να είναι.

**Οταν 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

**Special Donations**

\$20 - 2 Trees (Minimum donation)  
\$50 - 5 Trees  
\$100 - 10 Trees  
\$1,000 - A “Grove” of 100 Trees  
\$5,000 - A “Glen” of 500 Trees

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)** \_\_\_\_\_

Στο Προεδρικό Μέγαρο. Ο Πρέδρος της Κυπριακής Δημόκρατης Τάσος Ανδριανίδης απάντησε σε έρωτή μας:

Δίπλα — “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  
Αιωνία η μνημη του**

# 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. JAMES DOKOS**  
**PHONE: (847) 729-2235**

**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 & Medicare

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.org](http://www.greekamericanicare.org)



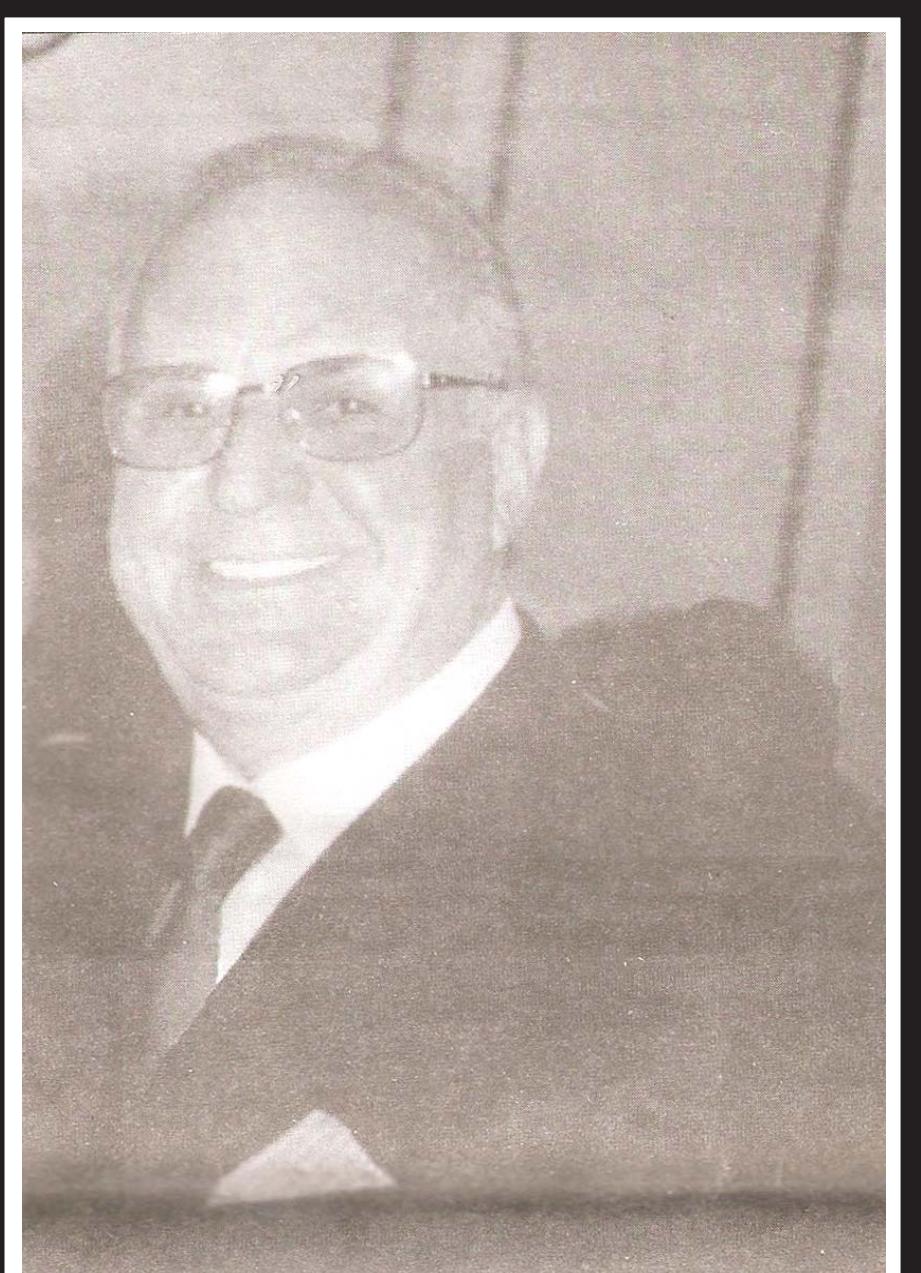
**Concorde Banquets...nestled in a beautifully private setting, our renowned banquet facility is designed to host grand weddings, anniversaries, conferences and other special events for up to 800 guests.**

**We are located just 20 minutes northwest of O'Hare in the quaint suburb of Kildeer, just adjacent to Arlington Heights, Barrington, Buffalo Grove, Deer Park, Hawthorne Woods, Inverness, Lake Zurich, Long Grove, Palatine, Rolling Meadows and Wheeling.**

**We look forward to making your special event a true Concorde experience.**

## CONCORD BANQUETS

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



Η Ελληνική Παροικία έχασε έναν συμπολίτη γνωστό σε όλους για τα πατριωτικά του αισθήματα, την αγάπη του για κάθε τι το Ελληνοχριστιανικό, για το ακαίρεο του χαρακτήρα του και τα φιλανθρωπικά του αισθήματα, τον αείμνηστο Στηβ Μπαλούρδο. Ας είναι αιωνία η μνήμη του και ελαφρύ το χώμα που τον σκεπάζει.



Μία όχι και τόσο καθαρή φωτογραφία, δυστυχώς, από τον επιτυχή πρωτοχρονιάτικο χορό του γυναικείου Συλλόγου των Αχλαδοκαμπιτισσών που έγινε στο Empress Banquets, εκεί όπου πάνω από 400 άτομα υποδέχτηκαν τον καιμνούργιο χρόνο διασκεδάζοντας κια χορεύοντας.



Στο "Μυκονος" την παραμονή της Πρωτοχρονιάς συναντήσαμε το γνωστό στην παροικία ζεύγος του συμπατριώτη Παναγιώτη και της Γιώτας Ευαγγέλου.

## Ανακαλύψτε τη μαγεία της ζωής

Το δαχτυλίδι του γάμου, κάποιο οικογενειακό κειμήλιο, ένα αξέχαστο αυτόγραφο. Η συμβουλή ενός φίλου, η επίσκεψη στο χωριό των παιδικών μας χρόνων... Όλα αποκτούν έξτρα αξία αν τα προσεγγίσουμε διαφορετικά.

"μαγική σκέψη" είναι το να αποδίδουμε ανθρώπινα χαρακτηριστικά στη φύση και φυσικά χαρακτηριστικά στους ανθρώπους. Είναι οιδήποτε ξεφεύγει από τη σφαίρα του ορθολογικού: από το T-shirt που για κάποιο λόγο είναι το γούρι μας

μέχρι τις προλήψεις, όπως το να χτυπάμε ξύλο για να ξορκίσουμε το κακό. Μικρές συνήθειες και πρακτικές στις οποίες έχουν υποκύψει -έστω και άθελά τους- ακόμη και οι πιο ρεαλιστές. Και δεν έχει σχέση με το πόσο έχυπνος ή λογικός μπορεί να είναι κανείς. Όλοι οι άνθρωποι έχουν δεκτικότητα απέναντι στη μαγική σκέψη.

### Για καλό και για κακό...

Ο Μάθιου Χάτσον στο βιβλίο του

"Οι 7 νόμοι της μαγικής σκέψης: Πώς οι παράλογες πεπτοιθήσεις μάς κρατούν ευτυχισμένους, σωματικά και ψυχικά υγιείς" επιχειρεί να την αποδομήσει, αλλά και να την εξατομικεύσει, να δώσει δηλαδή τα εργαλεία -τα κλειδιά- που θα επιτρέψουν στον καθένα να ξεκλειδώσει και να ερμηνεύσει τις δικές του μοναδικές μαγικές στιγμές. Ο ίδιος κάνει το μη ορθολογικό να μοιάζει πιο προσιτό, χωρίς ωστόσο να το απομυθοποιεί. Δείχνει επίσης ότι αυτός ο τρόπος σκέψης μπορεί να προσφέρει μια αίσθηση ελέγχου και κάποιο νόημα στη ζωή κάνοντάς την πιο πλούσια, πιο κατανοητή και λιγότερο τρομακτική.

Φτάνοντας στην τελευταία σελίδα νιώθουμε ότι θα εξακολουθήσουμε να λέμε «χτύπα ξύλο!», μόνο που πλέον θα έχουμε στο μυαλό μας δυο τρία πράγματα παραπάνω για να το εξηγήσουμε. Άλλωστε αυτό είναι για το συγγραφέα και το παράδοξο της μαγείας: ακόμα και αν την έχουμε εκλογικέυσει, καταλήγουμε να πιστεύουμε περισσότερο σε αυτή. ο γνωστός φυσικός Νίλς Μπορ, απαντώντας σε ερώτηση φίλου γιατί είχε κρεμασμένο ένα πέταλο στην πόρτα του σπιτιού του, είπε: «Δεν πιστεύω σε αυτό. Άλλα μου έχουν πει ότι δουλεύει ακόμα κι αν δεν πιστεύεις».

**Με αγγελιοφόρο το υποσυνείδητο** Σύμφωνα με το συγγραφέα, τα πάντα μπορούν να γίνουν φορείς μαγείας: ένα αντικείμενο, ένα σύμβολο αλλά και η υποσυνείδητη πεποιθήση πολλών ότι τίποτα δεν είναι τυχαίο και ότι υπάρχει κάποιος λόγος για καθετί που μας συμβαίνει, τον οποίο πρέπει να εντοπίσουμε για να δούμε προς τα πού θέλει να μας οδηγήσει το πεπτρωμένο μας. Δεν μπορεί κανείς να είναι απόλυτα ορθολογιστής γιατί απλώς δεν είναι εφικτό να ελέγξει το υποσυνείδητό του που είναι μια τεράστια δεξαμενή κρυφών δυνατοτήτων. Είναι αυτό που επιτρέπει στη μαγική σκέψη να βασιλεύει. Μας «μιλάει» με διάφορους τρόπους καθημερινά: με γλωσσικά ολισθήματα, πράξεις που παραλείπουμε ή τις αντικαθιστούμε με άλλες και φυσικά με τα όνειρα. Όταν το υποσυνείδητο προσπαθεί να χαράξει ένα δρόμο προς τη συνείδηση κι εμείς το αγνοούμε, τότε αυτό γίνεται μπούμερανγκ, χτύπημα της μοίρας.

**Οι προλήψεις στο μικροσκόπιο.** Η μαγική σκέψη μάς ωθεί να πιστεύουμε περισσότερο στον εαυτό μας. άτομα στα οποία έδωσαν ένα γούρι ή τους ευχήθηκαν «καλή τύχη» σημείωσαν πιο καλές επιδόσεις σε κάποια σωματική ή γνωστική δοκιμασία συγκριτικά με εκείνους στους οποίους δεν δόθηκε ένα αντικείμενο ή μια ευχή. Το να νιώθει κάποιος τυχερός επειδή του έδωσαν ένα γούρι ή του ευχήθηκαν «καλή τύχη» είναι ανορθολογικό, γιατί δεν έχει αποδειχτεί ότι κάτι τέτοιο μπορεί να φέρει τύχη. Από την άλλη όμως του δίνει μια αίσθηση ελέγχου που αυξάνει την αυτοπεποίθηση αλλά και την απόδοσή του όταν έρχεται αντιμέτωπος με διάφορες προκλήσεις.

**Κλείσε ραντεβού με το πεπτρωμένο** Εκεί όμως που απογειώνεται η μαγική σκέψη είναι όταν καλούμαστε να πιστέψουμε ότι όλα συμβαίνουν για κάποιο λόγο. Οι ψυχολόγοι παρατήρησαν ότι οι θετικές «ωθήσεις» του πεπτρωμένου πολλαπλασιάζονται όταν οι άνθρωποι εμφανίζουν τα εξής τρία χαρακτηριστικά:

1. Έχουν μια πρόθεση, ένα σχέδιο, μια ισχυρή επιθυμία. 2. Διατηρούν την αυτοπεποίθησή τους ακόμα και όταν όλα είναι εναντίον τους. 3. Ακολουθούν τη διαίσθησή τους.

Ο Γάλλος καθηγητής οργανωσιακής συμπεριφοράς Φιλίπ Γκαμπιγιέ μάς δίνει άλλα δύο tips για να εντοπίζουμε τις μαγικές στιγμές στη ζωή μας. **Πρώτον** να μάθουμε να διακρίνουμε την καλή συνάντηση, τη σωστή πληροφορία, αυτή που μας ανοίγει καινούριους δρόμους για την πραγματοποίηση των σχεδίων μας. Έτσι παρουσιάζονται μπροστά μας πιθανότητες που δεν υπήρχαν δέκα λεπτά πριν. **Δεύτερον** να βοηθάμε αυτούς που αγαπάμε ή εκτιμούμε ή απλώς εκείνους που μοιράζονται τον ίδιο στόχο με εμάς. Γιατί, για να δεχόμαστε τη μαγεία, πρέπει να είμαστε εμείς οι ίδιοι φορείς μαγείας για τους άλλους.

**Αναζητώντας την «ιερότητα»** Ο συγγραφέας Μάθιου Χάτσον μάς προτρέπει να βρούμε το νόημα της ζωής ανακαλύπτοντας τι είναι ιερό για εμάς. Κι αυτό γιατί η ζωή χωρίς μαγεία, δίχως πίστη σε κάτι ιερό, μας στερεί μια συνήθεια που θα μπορούσαμε να την παρομοίασουμε με «χυμό της ζωής»: το να συνδέουμε τη ζωή μας με κάτι μεγαλύτερο κι από τον ίδιο μας τον εαυτό. Ο κόσμος είναι γεμάτος πράγματα που θα μπορούσαμε να τα δούμε ως ιερά.

Κυνικός είναι κάποιος που ξέρει την τιμή των πάντων, αλλά την αξία κανενός. Τέτοιος, όμως, μόνο κάποιος που θεωρείται τέρας λογικής, όπως ο δόκτωρ Σποκ στο Τυασ Υσελ, θα μπορούσε να είναι. Κι αυτός ήταν εξωγήινος. Το να υπολογίζει, λοιπόν, κάποιος τη χρησιμότητα όλων γύρω του του στερεί δύο από τα βασικά χαρακτηριστικά της ανθρωπιάς: την ακεραιότητα και τη ζεστασιά. Βέβαια το να αποκαλούμε πράγματα ιερά μπορεί να έχει και ορισμένα οφέλη.

Η ανάδειξη του γάμου σε μυστήριο ή -κατά τα λεγόμενά τους- «αγιοποίησή» του είναι συνδεδεμένη με λιγότερες οικογενειακές διαμάχες και με καλύτερη από κοινού διαχείριση προβλημάτων. Παρομοίως η «αγιοποίησή» της πατρότητας σχετίζεται με λιγότερη φραστική επιθετικότητα εναντίον των παιδιών. Το ίδιο μπορεί να ισχύει, για το σώμα μας αλλά και το σεξ. Όταν κάποιος αποδίδει μια δόση ιερότητας -και επομένως μαγείας- στη ζωή, τότε αυτή με τη σειρά της το ανταποδίδει, προσεγγίζοντας περισσότερο τα όνειρά μας. Πηγή: Έθνος

# Φασολάδα με πατάτα και μανέστρα

Ξεπλένετε τα φασόλια, τα βάζετε σε κατσαρόλα με νερό και τα βράζετε για 2-3 λεπτά σε δυνατή φωτιά.

**5 μερίδες**



- ½ κιλό φασόλια άσπρα, μουλιασμένα σε νερό για 8-12 ώρες
  - 4 κλωναράκια σέλινο, κομμένα
  - 1 μέτριο κρεμμύδι, ψιλοκομμένο
  - 2 μέτρια καρότα, κομμένα σε κύβους
  - 1 φλιτζάνι ντοματάκια κονσέρβας, ψιλοκομμένα
  - ½ φλιτζάνι ελαιόλαδο
  - Άλατι
  - Πιπέρι
  - 2 μικρές πατάτες, κομμένες σε κύβους
  - ½ φλιτζάνι μανέστρα
  - 4-5 μπουκετάκια κουνουπίδι
1. Ξεπλένετε τα φασόλια, τα βάζετε σε κατσαρόλα με νερό και τα βράζετε για 2-3 λεπτά σε δυνατή φωτιά.
2. Αδειάζετε το νερό και προσθέτετε καινούργιο ζεστό νερό, τόσο ώστε να τα σκεπτάζει.
3. Προσθέτετε το σέλινο, τα κρεμμύδια και τα καρότα, χαμηλώνετε τη θερμοκρασία και τα βράζετε για περίπου 30 λεπτά, ανάλογα με το πόσο βραστερά είναι τα φασόλια.
4. Ρίχνετε τα ντοματάκια, το ελαιόλαδο, αλάτι και πιπέρι και συνεχίζετε το σιγοβράσιμο.
5. Τέλος, προσθέτετε τις πατάτες, τη μανέστρα και το κουνουπίδι και βράζετε για ακόμα 30 λεπτά.
- Πόσο κοστίζει συνολικά; Περίπου 3,25 ευρώ.



**Pandelis Banias, PhD.,M.D.**

[www.midwestmedicalmds.com](http://www.midwestmedicalmds.com)

800 Austin, Suite 369

Evanston, IL 60202

Tel: (847) 316-4455.

Fax: (847) 316-4456

**«Ο Ιατρικός Οργανισμός MIDWEST MEDICAL MDs υπό την ηγεσία του Δρ.Παντελή Μπάνια ανακοινοί ότι κάνει επισκέψεις στα Γηροκομεία της περιοχής Για να κλείστε ραντεβού για ένα από τα τρία γραφεία μας, στο Evanston, στο Palatine ή για οικιακές ιατρικές επισκέψεις, τηλεφωνείστε στο (847) 316-4455 και θα χαρούμε να σας εξυπηρετήσουμε. Το τηλέφωνο πάλι είναι (847) 316-4455.»**

## ΚΑΙΡΟΣ ΔΕΚΕΜΒΡΗΣ



**Καιρός Δεκέμβρης κι άπλωνε, τήν θάλασσα μπρός μας κι αυτή γλυκά ξανοίγονταν, στίς εσχατίες της γης μας κι ότι σέ λίγο έρχονταν, στήν Φάτνη ο Θεός μας, ελπίδα νέα φαίνονταν, μιάς νέας χαραυγής μας**

**κι η πόλη στολιζότανε κι έβαζε τά καλά της κι οι πελαγίσιοι άνεμοι, δροσίζαν τήν ψυχή της κι ο νέος χρόνος έρχονταν, σά μιά πνοή γεμάτης, μ' ελπίδες πού εισάκουγαν, αυτής τήν προσευχή της**

**καί έφερνε τό άγνωστο, μαζί του πούταν κάτι, σα ώς π' όλοι ελπίζαμε, καλύτερ' απ' τό τώρα κι οι Θρακικοί ορίζοντες, πού μοιάζανε κεφάτοι κι αυτοί μαζί υπόσχονταν, νέας ελπίδας δώρα**

**καί φέγγιζε στή θάλασσα, μολύβδινη γυαλάδα καί ήταν σάν νά φόραγε, επίσημο φουστάνι καθώς μαζί της χόρευαν, Ουράνια καί Ελλάδα καί η Αλεξανδρούπολη, κρατούσε τό γαϊτάνι.**

**Ioannis Maltezos**



## Ταξιδιωτικές απάτες με πολυτελή σαλέ

**Επτά συμβουλές για ασφαλείς κρατήσεις μέσω Διαδικτύου**

Τις τελευταίες ημέρες μάλιστα, παρατηρείται έξαρση αποστολής απατηλών μέιλ σε πολλούς χρήστες. Για τον λόγο αυτόν, οι αξιωματικοί της Δίωξης τους συμβουλεύουν να είναι ιδιαίτερα προσεκτικοί. Πιο συγκεκριμένα, συνιστάται:

1. Οι χρήστες του διαδικτύου να διασταυρώνουν τα στοιχεία κάθε αγγελιοδότη μέσω δεύτερης πηγής ή τηλεφωνικού καταλόγου. Συνήθως οι επιπήδειοι δεν προτιμούν την τηλεφωνική επικοινωνία, αλλά την ανωνυμία του διαδικτύου. Οταν το τηλέφωνο του «καταστήματος» δεν απαντά στις συνεχείς κλήσεις, ο αναγνώστης της αγγελίας θα πρέπει να προβληματιστεί και να επιβεβαιώσει την εγγυρότητα του διαφημιζόμενου.

2. Να αξιολογούνται προσεκτικά τα στοιχεία επαφής που δίνονται σε αγγελίες μέσω διαδικτύου και να δίνεται προσοχή όταν δεν αναφέρεται το όνομα της εν λόγω εταιρείας. Οι αξιωματικοί της Δίωξης Ηλεκτρονικού Εγκλήματος τονίζουν ότι η ανυπαρξία ονοματεπώνυμου είναι ένδειξη για ψεύτικη αγγελία.

3. Να πληκτρολογούνται οι διευθύνσεις των ιστοσελίδων στον περιηγητή, αντί να χρησιμοποιούνται υπερσύνδεσμοι (μιξλ) όταν ελέγχονται οι πηγές των αγγελιών.

4. Καλούνται οι χρήστες που λαμβάνουν μηνύματα ηλεκτρονικού ταχυδρομείου με δελεαστικές -έως και εξωπραγματικές- προσφορές σε πακέτα διακοπών να μην απαντούν και να μη στέλνουν προσωπικά δεδομένα καθότι δεν είναι αληθινά.

5. Θα ήταν χρήσιμο να δημιουργείται εναλλακτική διεύθυνση ηλεκτρονικού ταχυδρομείου, προκειμένου να μην είναι η ίδια που χρησιμοποιείται για τις προσωπικές επικοινωνίες.

6. Να επιβεβαιώνεται η φυσική ύπαρξη των προς ενοικίαση κατοικιών.

7. Επισημαίνεται, τέλος, ότι όποιος άγνωστος ή γνωστός φορέας ζητά πληροφορίες, όπως αριθμούς πιστωτικών καρτών, αριθμούς τραπεζικών λογαριασμών κ.λπ., μέσω ηλεκτρονικού ταχυδρομείου είναι ύποπτος. Πρόκειται για το λεγόμενο fishing, που αποσκοπεί σε απάτη.



**Στο "Μύκονος" την Παραμονή της Πρωτοχρονιάς μια μεγάλη παρέα από φίλους διασκέδασε όμορφα απολαμβάνοντας το γνωστό μουσικό ντουέτο τον Βασίλη Γαϊτάνο και την σύζυγό, του Δήμητρα, που με τις μελωδικές τους περιπλανήσεις στα τραγούδια του χτές, ενθουσίασαν όλους.**

**Από Αρ.: η Σωτηρία Σιάνη, η Ειρήνη Σιάνη, η Έντζυ Στέφενσον, η Τζένη Αναλυτή, ο γιατρός Σπύρος Αναλυτής, ο γιατρός Γιώργος Σιάνης, ο Γιάννης Δαλάπας, η Ευαγγελία Δαλάπα και ο περίφημος Σαμ Σιάνης, ο γνωστός σαν Μπίλλυ Γκόουτ, ιδιοκτήτης των ομόνυμων εστιατορίων.**

## Η αναδάσωση , μόνη λύση για το «Θερμοκήπιο»

**Αυστηρό κρατικό έλεγχο στην υλοτομία εφαρμόζει πλέον η Βολιβία.**

Μέσα σε μόλις λίγες δεκαετίες στα μέσα του 20ού αιώνα, η Κόστα Ρίκα κατέστρεψε το μεγαλύτερο μέρος των πανάρχαιων τροπικών της δασών. Υστερά όμως από μεγάλη εκστρατεία περιβαλλοντικής ευαισθητοποίησης και αναδάσωσης, το τροπικό δάσος καλύπτει και πάλι πάνω από το ήμισυ της χώρας.



Στον Νότο, η εντατική υλοτομία στη Βραζιλία, που απειλούσε την επιβίωση του δάσους του Αμαζονίου, έχει περιορισθεί σημαντικά, με τη χώρα να συμβάλλει πλέον όσο καμία άλλη στον περιορισμό των εκτομητών διοξειδίου του άνθρακα. Στην άλλη πλευρά του πλανήτη, στην Ινδονησία, οι τολμηρές προτάσεις των αρχών, με τη στήριξη μεγάλων επιχειρήσεων της χώρας, αναμένεται να οδηγήσουν στον περιορισμό του επικίνδυνου φαινομένου της καύσης των τροπικών δασών για τη δημιουργία εύφορων, καλλιεργήσιμων εκτάσεων.

Στην παγκόσμια μάχη για τον περιορισμό του φαινομένου του θερμοκηπίου, η διατήρηση των τροπικών δασών έχει αποδειχθεί ότι είναι η πιο αποτελεσματική μεσοπρόθεσμη στρατηγική. Στο συμπέρασμα αυτό κατέληξε ο επιστημονικός κόσμος, έχοντας διαπιστώσει τον κρίσιμο ρόλο που διαδραματίζουν τα δάση στον περιορισμό του διοξειδίου του άνθρακα.

Τα δέντρα των τροπικών δασών είναι έτσι ικανά να δεσμεύουν το διοξείδιο του άνθρακα από τον ατμοσφαιρικό αέρα, αποθηκεύοντάς το στον κορμό τους και στο έδαφος κάτω από τις ρίζες τους. Η καταστροφή των δασών, όμως, με την καύση τους, απελευθερώνει μεγάλες ποσότητες διοξειδίου πίσω στην ατμόσφαιρα, ενισχύοντας το φαινόμενο της υπερθέρμανσης του πλανήτη.

Ο άνθρωπος έχει ήδη καταστρέψει ποσοστό τριών τετάρτων από τα δάση της Γης. Η ενίσχυση της περιβαλλοντικής συνείδησης σε κράτη που μέχρι πρότινος κατέστρεφαν τα δάση τους ενισχύει τις ελπίδες αναγέννησής τους.

Την ίδια στιγμή, ακόμη και μεγάλοι βιομηχανικοί επενδυτές σε κράτη της Αφρικής, όπως οι κινεζικές εταιρείες, έχουν και αυτοί συνειδητοποίησει την ανάγκη διατήρησης του δασικού πλούτου, επιλέγοντας βιώσιμες λύσεις εκμετάλλευσης και αναδάσωσης.

Παρά ταύτα, περιβαλλοντικές οργανώσεις καλούν σε μεγαλύτερη κινητοποίηση, προειδοποιώντας ότι οι υπάρχουσες πρωτοβουλίες ίσως αποδειχθούν άκαρπες, αν δεν συνοδεύονται από αποφασιστική κρατική δράση σε κάθε χώρα του αναπτυσσόμενου κόσμου.

## Πιο υγιείς όσοι ανήκουν σε κοινωνικές ομάδες



Η μοναξιά βλάπτει σοβαρά στη σωματική και στην ψυχική υγεία υπογραμμίζουν οι επιστήμονες

«Ασπίδα» κατά της κατάθλιψης αποτελεί η ταύτισή μας με μια κοινωνική ομάδα σύμφωνα με τους επιστήμονες

Η μοναξιά κάνει κακό στη σωματική και ψυχική υγεία, ενώ αντίθετα η ένταξη σε κοινωνικές ομάδες, από έναν αθλητικό όμιλο έως μια χορωδία, λειτουργεί προστατευτικά. Αυτό είναι το συμπέρασμα μιας νέας βρετανικής επιστημονικής έρευνας, που έρχεται να επιβεβαιώσει αυτό που πολλοί άνθρωποι γνωρίζουν από προσωπική εμπειρία.

Οι ερευνητές, με επικεφαλής τον καθηγητή Φάμπτιο Σάνι του Πανεπιστημίου του Νταντί, που έκαναν τη σχετική ανακοίνωση σε συνέδριο της Βρετανικής Ψυχολογικής Εταιρείας στη Σκωτία, μελέτησαν δύο ομάδες ανθρώπων: ένα δείγμα 1.814 ενηλίκων και ένα δείγμα 1.111 μαθητών.

### Τα ενδιαφέροντα ευρήματα

Στην πρώτη περίπτωση μελετήθηκε ο βαθμός που κάποιος αισθανόταν ότι ανήκει σε μια ομάδα, είτε αυτή ήταν η οικογένειά του, είτε κάποια άλλη κοινωνική ομάδα. Οι ερευνητές συσχέτισαν τον βαθμό ένταξης και ταύτισης των εθελοντών, με το ιατρικό ιστορικό καθενός και συγκεκριμένα, το αν είχε λάβει αντικαταθλιπτικά φάρμακα μέσα στο τελευταίο εξάμηνο.

Στη δεύτερη περίπτωση αξιολογήθηκε κατά πόσο ένας μαθητής ταυτίζοταν επίσης με την οικογένειά του, με τους φίλους του και με τις παρέες ή το σχολείο του γενικότερα. Παράλληλα, έγινε ανάλογη συσχέτιση με την εκδήλωση τυχόν ψυχολογικών προβλημάτων.

Στην περίπτωση των ενηλίκων διαπιστώθηκε ότι όσοι ένιωθαν να μην ταυτίζονται με κάποια κοινωνική ομάδα, αντιμετώπιζαν 20 φορές μεγαλύτερο κίνδυνο εμφάνισης κατάθλιψης, ενώ είχαν τριπλάσια πιθανότητα να έχουν πάρει αντικαταθλιπτικά κατά το τελευταίο εξάμηνο, σε σχέση με όσους αισθάνονταν να εντάσσονται και να ταυτίζονται με την οικογένεια, την τοπική κοινότητα ή κάποια άλλη κοινωνική ομάδα.

Αλλά και στην περίπτωση των μαθητών, όσοι δεν ταυτίζονταν με κάποια παρέα ή άλλη ομάδα, εμφάνιζαν τετραπλάσια πιθανότητα εκδήλωσης ψυχολογικού στρες σε σχέση με τους συνομηλίκους τους, που δήλωναν εντεταγμένοι σε ομάδες και κοινωνικά δίκτυα.

Η διαπίστωση ότι όσο πιο εντεταγμένος είναι κανείς στις διάφορες κοινωνικές ομάδες, τόσο λιγότερα ψυχολογικά προβλήματα εμφανίζει, βρέθηκε να ισχύει ανεξάρτητα από το φύλο, την ηλικία ή το κοινωνικοοικονομικό υπόβαθρο κάποιου.

«Η ομαδική ζωή μπορεί να προσφέρει στους ανθρώπους προστασία από την κατάθλιψη. Αυτό όμως συμβαίνει μόνο όταν κάποιος υποκειμενικά νιώθει να ταυτίζεται με τις ομάδες. Επιπλέον, με όσες περισσότερες ομάδες ταυτίζεται κανείς, τόσο καλύτερη είναι πιθανό να είναι η ψυχική υγεία του» δήλωσε ο Φάμπτιο Σάνι.



Στο Μύκονος επίσης, την Παραμονή της Πρωτοχρονιάς, παρευρέθησαν και αρκετοί τροβαδούροι που συντραγούδησαν. Εδώ βλέπετε τον Γιώργο, τον Παύλο, την Ειρήνη και τον Πήτερ.

# Πώς η άσκηση αλλάζει τη λειτουργία του DNA



Επί τρεις μήνες, οι εθελοντές της μελέτης ασκούνταν στο στατικό ποδήλατο κάνοντας πεντάλ μόνο με το ένα πόδι.

Πώς ακριβώς μπορεί η γυμναστική να αλλάξει το σώμα μας; Η απάντηση είναι περίπλοκη και εν πολλοίς άγνωστη, ωστόσο μια πρώτη εικόνα έρχεται από μελέτη του διάσημου Ινστιτούτου Καρολίνσκα της Σουηδίας, η οποία δείχνει ότι η αερόβια άσκηση ανοιγοκλείνει τους διακόπτες χιλιάδων γονιδίων.

## Οι παράγοντες

Η μελέτη αφορά τους λεγόμενους επιγενετικούς παράγοντες, διαδικασίες που ενεργοποιούν ή απενεργοποιούν γονίδια χωρίς να επηρεάζουν την ίδια την αλληλουχία του DNA. Αυτό γίνεται κυρίως μέσω της «μεθυλίωσης», κατά την οποία ομάδες ατόμων που ονομάζονται μεθυλομάδες συνδέονται σε συγκεκριμένες θέσεις του DNA και αυξάνουν ή περιορίζουν τη λειτουργία, ή έκφραση, συγκεκριμένων γονιδίων.

Το πρόβλημα είναι ότι τα μοτίβα μεθυλίωσης του DNA επηρεάζονται από μια πληθώρα περιβαλλοντικών παραγόντων, όπως για παράδειγμα η διατροφή και η έκθεση σε ρύπους. Ως εκ τούτου, είναι δύσκολο να απομονώσει κανείς την επίδραση μεμονωμένων παραγόντων όπως η σωματική άσκηση.

## Το εμπόδιο

Οι ερευνητές του Καρολίνσκα ξεπέρασαν το εμπόδιο με έναν ευρηματικό τρόπο: ζήτησαν από τους εθελοντές του πειράματος να γυμνάζουν μόνο το ένα πόδι, ώστε να μπορούν να το συγκρίνουν άμεσα με το αγύμναστο άκρο. Κατά κάποιο τρόπο, οι εθελοντές έγιναν η ομάδα ελέγχου του εαυτού τους, σχολιάζει η εφημερίδα *New York Times*.

Συνολικά 23 υγιείς άνδρες και γυναίκες υποβλήθηκαν σε ένα μπαράζ ιατρικών εξετάσεων, συμπεριλαμβανομένης μιας βιοψίας στους μυς του ποδιού. Στη συνέχεια ακολούθησαν πρόγραμμα άσκησης στο οποίο έκαναν πεντάλ στο ποδήλατο μόνο με το ένα πόδι σε μέτριο ρυθμό για 45 λεπτά, τέσσερις φορές την εβδομάδα επί τρεις μήνες. Στο τέλος του προγράμματος, οι ιατρικές εξετάσεις και οι βιοψίες επαναλήφθηκαν.

## Τα μοτίβα

Χρησιμοποιώντας σύγχρονες γενετικές μεθόδους, οι ερευνητές διαπίστωσαν ότι τα μυϊκά κύτταρα του γυμνασμένου ποδιού παρουσίαζαν αλλαγές των μοτίβων μεθυλίωσης σε 5.000 θέσεις του γονιδιώματος. Σε άλλες θέσεις είχαν προστεθεί μεθυλομάδες και σε άλλες είχαν αφαιρεθεί, ωστόσο οι αλλαγές ήταν εκτεταμένες και στατιστικά σημαντικές. Επιπλέον, σημαντικές αλλαγές καταγράφηκαν στα μοτίβα έκφρασης χιλιάδων γονιδίων, πολλά από τα οποία είναι γνωστό ότι παίζουν ρόλο στο μεταβολισμό, την απόκριση στην ινσουλίνη και τη φλεγμονή των μυών. Τέτοιες αλλαγές δεν παρατηρήθηκαν στο αγύμναστο πόδι, αναφέρει η ερευνητική ομάδα στην επιθεώρηση «Epigenetics».

Το συμπέρασμα της μελέτης είναι προφανές. Όπως το θέτει η **Μαλίν Λίντχολμ**, πρώτη συγγραφέας της δημοσίευσης, «μέσω της άσκησης αντοχής, μια αλλαγή του τρόπου ζωής που μπορούν να υιοθετήσουν χωρίς κόστος οι περισσότεροι άνθρωποι, μπορούμε να φέρουμε αλλαγές που επηρεάζουν το πώς χρησιμοποιούμε τα γονίδιά μας και, μέσω αυτού, να αποκτήσουμε πιο υγιείς και λειτουργικούς μύες που τελικά βελτιώνουν την ποιότητα ζωής μας». Η ομάδα της Λίντχολμ σχεδιάζει τώρα περαιτέρω μελέτες για να εξακριβώσει το εάν οι αλλαγές στα μοτίβα μεθυλίωσης είναι μόνιμες, ημιμόνιμες ή παροδικές.

Πηγή: Το BHMA

**269.000 τόνοι πλαστικού**

**στους ωκεανούς**

THE NEW YORK TIMES



Πλαστικά απορρίμματα στον κόλπο Χαναούμα της Χαβάης. Νέα έρευνα κάνει λόγο για 5,25 τρισ. πλαστικά κομμάτια, που ζυγίζουν 269.000 τόνους, στους ωκεανούς του κόσμου.

Είναι γνωστό ότι στους ωκεανούς υπάρχουν πλαστικά απορρίμματα –οι πρώτες επιπλέουσες μάζες ανακαλύφθηκαν τη δεκαετία του '90– αλλά μόλις τώρα οι ερευνητές αρχίζουν να βλέπουν το μέγεθος του προβλήματος. Σύμφωνα με πρόσφατη έρευνα του ιδρύματος «5 Gyres» εκτιμάται ότι 5,25 τρισ. πλαστικά κομμάτια, που ζυγίζουν συνολικά 269.000 τόνους, βρίσκονται στους ωκεανούς του κόσμου.

Η έρευνα, δημοσιευμένη στο έντυπο PLOS One, αναφέρει ότι η ποσότητα μικρών πλαστικών απορριμμάτων στο μέγεθος κόκκων της άμμου μπορεί να είναι χαμηλότερη από την αναμενόμενη. Το γεγονός ότι αυτά τα μικρά κομμάτια μοιάζουν να εξαφανίζονται, ωστόσο, δεν ηχεί ως καλό νέο. Τα πλαστικά επικαλύπτονται με τοξίνες, όπως PCB και άλλες ρυπαντικές ουσίες.

Οι ερευνητές ανησυχούν ότι τα ψάρια και άλλοι οργανισμοί που καταναλώνουν τα μικρά κομμάτια θα μπορούσαν να απορροφήσουν τις τοξίνες και να τις μεταφέρουν στην τροφική αλυσίδα. «Τα πλαστικά είναι σαν ένα κοκτέιλ από μολυσματικές ουσίες που επιπλέουν γύρω από το υδρόβιο περιβάλλον», είπε ο Τσέλσι Μ. Ρόχμαν, θαλάσσιος περιβαλλοντολόγος στο Πανεπιστήμιο Ντέιβις της Καλιφόρνιας. Τα πλοία που διεξάγουν την πρόσφατη έρευνα, ταξίδεψαν στις θάλασσες συλλέγοντας μικρά κομμάτια πλαστικών και, χρησιμοποιώντας μαθηματικά πρότυπα, υπολόγισαν τις ποσότητες.

Μπουκάλια, οδοντόβουρτσες, τσάντες, παιχνίδια και άλλα κατάλοιπα που επιπλέουν συγκεντρώνονται σε «μικρούς κύκλους», συγκρούονται εξαιτίας των ρευμάτων και των κυμάτων, ενώ ο ήλιος τα κάνει εύθραυστα. Ο επιπλέων σκουπιδότοπος μετατρέπεται σε «τεμάχια», παράγοντας ακόμη πιο μικρά πλαστικά κομματάκια, που εξαπλώνονται σε μεγάλη έκταση, επισήμανε ο Μάρκους Ερικσεν, επικεφαλής της προσπάθειας και συνιδρυτής του ιδρύματος «5 Gyres», μιας μη κερδοσκοπικής οργάνωσης που συνδυάζει την επιστημονική έρευνα με τον ακτιβισμό.

Όταν η ερευνητική ομάδα έφαγε για πλαστικά, με μέγεθος κόκκων άμμου, να επιπλέουν στο νερό, εξεπλάγη με την ανακάλυψη λιγότερων δειγμάτων από όσα περίμενε να βρει – 100 φορές λιγότερα κομμάτια από όσα προέβλεπαν οι υπολογισμοί τους. Αυτό, είπε ο Ερικσεν, μπορεί να σημαίνει ότι τα μικρότερα κομμάτια πλαστικών παρασύρονται πιο βαθιά μέσα στη θάλασσα ή καταναλώνονται από θαλάσσιους οργανισμούς. Οι ερευνητές υπολόγισαν ότι 35.000 τόνοι μικρότερων καταλόπων ήταν εξαπλώμενοι στους ωκεανούς, αλλά περίμεναν να βρουν εκατομμύρια τόνους.

«Είναι εμφανές πως υπάρχει πολύ πλαστικό στον ωκεανό», έγραψε σε ναιμ ο Αντρές Κόζαρ, ερευνητής από το Πανεπιστήμιο του Κάντιζ και επικεφαλής της μελέτης, παρουσίαζοντας διαφορετικά συμπεράσματα για την ποσότητα του πλωτού πλαστικού. Η μελέτη «5 Gyres» ανακάλυψε ότι η μεγαλύτερη πηγή πλαστικού έρχεται από πεταμένα δίχτυα ψαρέματος και σημαδούρες. Ο δρ Ερικσεν πρότεινε ένα διεθνές πρόγραμμα για το «ψάρεμα» των πεταμένων δίχτυων.

Η Νάνσι Γουάλας, διευθύντρια του προγράμματος θαλάσσιων απορριμμάτων για την Εθνική Διαχείριση Ωκεανών και Ατμόσφαιρας, είπε ότι μια περαιτέρω έρευνα θα πρέπει να εξετάσει, πέρα από την επιφάνεια, για να βρει πού μπορεί να έχουν πάει τα μικρότερα πλαστικά κομμάτια.



Ο Δημήτρης Μιράγιας και ο Αλέκος Κοΐνης στο "Μύκονος"



Από την Συνεδρίαση του Οργανισμού United Hellenic Voters of America για τις εκλογές και για το καλοσώρισμα νέων φρέσκων μελών του Οργανισμού. Στην φωτογραφία τα μέλη του οργανισμού που τους προσεφέρθη και ένα χορταστικό γεύμα με ψητό αρνάκι από το παντοπωλείο του Γιάννη Μπερτάκη.



Στην φωτογραφία ο Εθνικός υπατος Πρόεδρος του Διοικητικού Συμβουλίου του Οργανισμού Δρ. Δημήτρης Κυριαζόπουλος με την σύζυγό του Μαίρη Κυριαζόπουλο και δύο ακόμη άγνωστα στην "Ο" Διοικητικά στελέχη.

## HarryL Photography

*Award winning Photographer*

*Weddings max to 300 guests*

*Commercial, and food photography*

*Personal attention Excellent work Great prices.*

*Please contact. ssimetrica@msn.com*

*Cell 847-312-2511*

## Ο ΔΙΚΗΓΟΡΟΣ ΤΗΣ ΠΑΡΟΙΚΙΑΣ ΜΑΣ Κ. ΛΟΥΗΣ (ΗΛΙΑΣ) ΠΑΛΙΒΟΣ

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

**PHONE: (773) 271-5300**



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

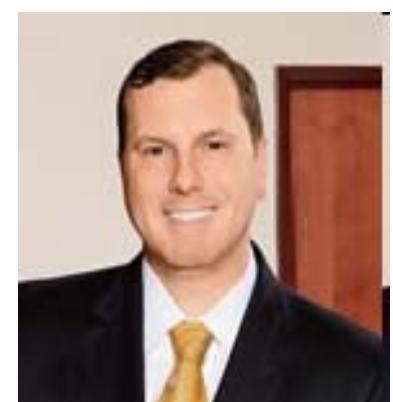
## University Dermatology



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.

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



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: ακμή, 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 οοΐ Skokie, IL. με τηλέφωνο (847) 679-5199 και στο 8110 S. Cass Ave., Darien, IL. με τηλέφωνο (630) 920-1900.

## Προς το αύριο: ιπτάμενα οχήματα



Πόσες φορές, εν μέσω μποτιλιαρίσματος, δεν έχουμε ευχηθεί να υπήρχε ενα μέσο εκτόξευσης και πλοήγησης στους αιθέρες που θα μπορούσε να μας μεταφέρει με ασφάλεια στον προορισμό μας; Επάνω σε ένα τέτοιο ιπτάμενο οχημα εργάζεται πυρετωδώς η αμερικανική εταιρεία Martin Aircraft Company σε συνεργασία με την Avwatch. Το λεγόμενο Martin Jetpack που ετοιμάζει μάλιστα θα μπορούσε να κυκλοφορήσει στην αγορά μέσα στο 2016. Σε πρώτη φάση, η MAC έχει υπογράψει συνεργασία με το υπουργείο Αμυνας των ΗΠΑ και άλλες ομοσπονδιακές υπηρεσίες προκειμένου το «διαστημικό» Jetpack να χρησιμοποιηθεί από διασώστες, νοσηλευτικό προσωπικό, αστυνομικούς και άλλους επαγγελματίες με στόχο την άμεση μετάβασή τους σε σημεία ατυχημάτων ή φυσικών καταστροφών. Κατασκευασμένο από ανθρακόνημα, το οχημα «όρθιας πτήσης» θα φιλοξενεί έναν κινητήρα ισχύος 200 ίππων, που θα προσφέρει ενέργεια σε δύο μεγάλους έλικες στα δεξιά και στα αριστερά του πιλότου ο οποίος θα στέκεται όρθιος στην ειδική θέση ελέγχου. Το Jetpack θα είναι σε θέση να μεταφέρει ως και 120 κιλά και να αναπτύσσει ταχύτητες ως 74 χλμ./ώρα σε ύψος ως 1.000 μέτρων. «Το Martin Jetpack αποτελεί μια καινοτόμο ιπτάμενη τεχνολογία, παρόμοια με εκείνη του ελικοπτέρου όταν είχε πρωτοδημιουργηθεί» αναφέρει η εταιρεία.

## BELMONT FUNERAL HOME

ΣΤΙΣ ΣΤΙΓΜΕΣ ΤΟΥ  
ΑΝΑΠΟΦΕΥΚΤΟΥ,  
ΚΑΛΟ ΕΙΝΑΙ ΝΑ  
ΒΑΣΙΖΕΣΑΙ  
ΣΤΟΥΣ  
ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΕΣ

7120 WEST BELMONT AVE.  
CHICAGO, IL. 60639

PHONE  
(773) 286-2500

## Μάθε το μυστικό για ντρέσινγκ σαλάτας όλο γεύση

Πώς θα φτιάξεις και θα πετυχαίνεις πάντα την τέλεια σου για τις σαλάτες σου;

Το μυστικό της νόστιμης σαλάτας δεν κρύβεται μόνο στα φρέσκα λαχανικά αλλά και στο ντρέσινγκ της! Πώς θα το κάνεις όσο πιο γευστικό



γίνεται; Υπάρχουν κολπάκια.

\* Κατ' αρχήν χρησιμοποίησε εξαιρετικά παρθένο ελαιόλαδο αντί για οποιοδήποτε άλλο λάδι (ηλιέλαιο, σπορέλαιο κτλ)

\* Λεμονάκι ή ξιδάκι (έστω και σε εξαιρετικά μικρή ποσότητα) θα δώσουν άρωμα και γεύση

\* Μη ξεχνάς το αλάτι, γιατί όχι και λίγο πιπεράκι

\* Και τέλος... το μυστικό που δε φανταζόσουν: παγάκι! Βάλε μέσα στο βάζο ή το σέικερ που θα αναμείξεις το ντρέσινγκ σου ένα παγάκι πριν το ανακινήσεις. Έτσι το ντρέσινγκ θα γίνει δροσερό και η σαλάτα σου θα αποκτήσει φρεσκάδα!

Τιπ: Πριν περιχύσεις το ντρέσινγκ μη ξεχάσεις να αφαιρέσεις από μέσα το παγάκι.



### VILLAGE MARKET PLACE

Family Owned  
& Operated  
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](http://www.villageMarketplace.net)

#### Village Market Place

Ο πανέμορφος αυτός εκθεσιακός χώρος στο 4034 W. Dempster, Skokie, με τα επιλεγμένα φρέσκα λαχανικά, φρούτα, είδη από Ντεΐλι, 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.

# Τα 30 πιο ωραία πράγματα στην Ελλάδα

Ένα ταξίδι στην όμορφη Ελλάδα... Σίγουρα θα σας ταξιδέψει νοητά στην ιστορία και τα μέρη της Ελλάδας...

## 1. Το πιο ωραίο γυμνό

Λυπτούμαστε, αλλά όχι, οι φωτογραφήσεις του Playboy δεν παίρνουν μέρος. Ψάχνουμε πράγματα με μεγαλύτερη διάρκεια στο χρόνο. Κι έτσι καταλήγουμε στο πιο διάσημη παρουσίαση του αντρικού σώματος που δημιουργήθηκε ποτέ: στον Ερμή του Πραξιτέλη.



Το άγαλμα χρονολογείται από το 343 π.Χ. και έχει κατασκευαστεί από μάρμαρο της Πάρου. Είναι το μόνο αυθεντικό έργο του Πραξιτέλη που έχει διασωθεί. Βρέθηκε στην Ολυμπία, απείραχτο στο βάθρο του, αρκετά μέτρα κάτω από την γη και έχει ύψος 2.10 μ. Ήταν αφιερωμένο από τους Ήλείους και Αρκάδες στο ιερό Άλτις, για να γιορτάσουν τη συνθήκη ειρήνης. Αργότερα είχε τοποθετηθεί στο ναό της Ήρας, όπου και βρέθηκε το 1877.

## 2. Το πιο ωραίο νησί

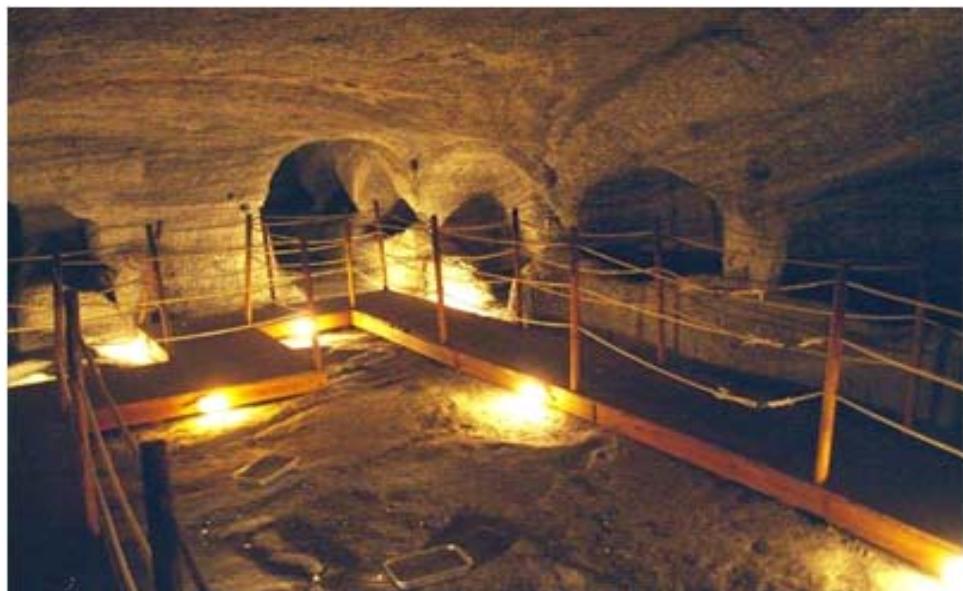
Υπάρχουν πολλά όμορφα νησιά στην Ελλάδα, όπως οι Βόρειες Σποράδες, τα νησιά του Ιονίου, μεταξύ των οποίων και η



αγαπημένη μου Λευκάδα. Όμως θα ξεχωρίσω τις Σπέτσες. Από τα τέλη του 19ου αιώνα, όταν οι Αθηναίοι ανακαλύπτουν τη γοητεία και τη νοσταλγική κομψότητα του νησιού μέχρι σήμερα, οι Σπέτσες παραμένουν ένα από τα πιο κοσμοπολίτικα ελληνικά νησιά. Από τότε που η καλή αθηναϊκή κοινωνία παραθέριζε στις Σπέτσες και η Βασιλική οικογένεια διοργάνωνε εδώ τα κυνήγια της έως τους περιλάλητους βασιλικούς γάμους τον Αύγουστο του 2010, οι Σπέτσες ακτινοβολούν. Και κάθε καλοκαίρι εφοπλιστές και επώνυμοι «παρελαύνουν» από τη Ντάπτια και το παλιό Λιμάνι. Το νησί είναι ένα από τα αληθινά διαμάντια του Αργοσαρωνικού, με καταπληκτικές θάλασσες και μια κομψότατη πόλη γεμάτη επιβλητικά νεοκλασικά με παραδεισένιες αυλές και σπάνιας αισθητικής βοτσαλωτά.

## 3. Το πιο ωραίο νεκροταφείο

Θάνατος, ταφή, αποσύνθεση. Λέξεις που δεν είναι ακριβώς συνώνυμες με την ομορφιά. Πολλά μπορούν να λεχθούν για τη μελαγχολική χάρη των κοιμητηρίων. Όμως η Μήλος δύσκολα μπορεί να βρει αντίπαλο στην κατηγορία αυτή. Οι κατακόμβες της είναι το πρώτο μεγάλο κοινωνικό νεκροταφείο των πρώτων χριστιανικών χρόνων στο νησί. Αρχικά ήταν τρεις μεγάλες ανεξάρτητες υπόγειες στοές λαξευμένες στο πορώδες ηφαιστειογενές πέτρωμα, που κάθε μια συνδεόταν με άλλες μικρότερες. Σήμερα αποτελούν σύμπλεγμα, καθώς οι τρεις κεντρικές στοές συγκοινωνούν μεταξύ τους με νεότερες διανοίξεις που έγιναν το 20ο αιώνα. Το σύμπλεγμα συμπληρώνει ένας ορθογώνιος νεκρικός θάλαμος στη μορφή των γφβιγφμα των κατακομβών της Ρώμης. Η κάθε στοά



έχει διαφορετικό πλάτος που ποικίλλει από 1-5 μέτρα και διαφορετικό ύψος, από 1,60-2,50 μέτρα. Στα τοιχώματα των στοών είναι χαραγμένες καμάρες μέσα στις οποίες έχουν διαμορφωθεί τα μνήματα, ενώ ένας μεγάλος αριθμός τάφων υπάρχει και στο δάπεδο όλων των στοών. Σώζονται λίγα αποσπάσματα επιγραφών που είναι σημαντικές για τις πληροφορίες που μας δίνουν σχετικά με τα ονόματα Χριστιανών, αξώματα του αρχαίου κλήρου και την πίστη των πρώτων Χριστιανών. Οι κατακόμβες, εκτός από κοιμητήριο, ήταν και τόπος λατρείας.

## 4. Το πιο ωραίο άγαλμα

Η Αφροδίτη της Μήλου είναι ένα πολύ γνωστό μαρμάρινο άγαλμα, της ελληνιστικής εποχής, που βρέθηκε την άνοιξη του 1820 σε αγροτική περιοχή της Μήλου. Το άγαλμα αυτού εκφράζει το περικαλλές γυναικείο σώμα στην υπέρτατη τελειότητά του, σύμφωνα πάντα με την κλασσική ιδέα περί γυνακείων αναλογιών. Κατέληξε ένα χρόνο αργότερα στο Μουσείο του Λούβρου, όπου και εκτίθεται μέχρι σήμερα. Στο μουσείο της Μήλου υπάρχει ένα πιστό αντίγραφό του, το οποίο έστειλε αργότερα ως δωρεά το Λούβρο. Το



άγαλμα, χρονολογείται γύρω στο 100 π.Χ. και παριστάνει την Αφροδίτη. Βρέθηκε ακρωτηριασμένο, είναι από Παριανό μάρμαρο, έχει ύψος 2,02 μ. και εικάζεται πως η θέα στην αριστερό της χέρι κρατούσε μήλο ή καθρέφτη ή ότι με τα δύο χέρια της κρατούσε την ασπίδα του Άρη. (Συνεχίζεται στο επόμενο)

**ΛΥΣΤΕ ΤΟ ΠΡΟΒΛΗΜΑ ΤΩΝ "ΠΑΡΑΣΙΤΩΝ" ΣΤΑ ΡΑΔΙΟΦΩΝΙΚΑ ΜΑΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ. ΑΚΟΥΣΤΕ ΜΑΣ ΑΠΟ ΤΟ ΚΟΜΠΙΟΥΤΕΡ ΣΑΣ ΠΤΑΚΑΘΑΡΑ ΚΑΙ ΜΑΛΙΣΤΑ 24 ΩΡΕΣ ΤΟ 24ΩΡΟ.**

[www.thechicagogreekhours.com](http://www.thechicagogreekhours.com)

# First Time EVER in North America



Proudly Presents



# THEMIS ADAMANTIDIS

NORTH AMERICAN TOUR 2015

SATURDAY, FEBRUARY 21, 2015

**Meridian Banquets**

1701 Algonquin Road  
Rolling Meadows, IL

For Tickets and more information call:

630-234-2183 or 630-205-1403

[www.greekpromotionslive.com](http://www.greekpromotionslive.com)



# ΤΟ ΓΕΛΙΟ ΜΑΚΡΑΙΝΕΙ ΤΗΝ ΖΩΗ

Πώς λέγεται ο μεθυσμένος Άι-Βασίλης; Βασιλόπιτα

Πώς λέγεται αυτός που έχει μια τρίχα στο κεφάλι; Παρά τρίχα φαλακρός!

Τι αρχίζει από Π, είναι καμιά δεκαπενταριά εκατοστά και ευχαριστεί όλες τις γυναίκες; Το πεντακοσάευρω...

Τι είπε η μούμια όταν συνάντησε το παιδί της; Μούμιασες!!!

Γιατί αυτοκτόνησε ο τελευταίος Έλληνας Κομμουνιστής; Δεν είχε με ποιόν να διασπαστεί!

Τι κάνει ένας σκαντζόχοιρος πάνω σ' έναν άλλο; - Βελονισμό!

- Γιατί ένας κόκορας φτάνει στην άκρη ενός γκρεμού και δεν πηδάει; - Γιατί κατά βάθος, είναι κότα.

Γιατί μια μικρή ξανθιά δεν πηγαίνει στο μαιευτήριο; Φοβάται μην κολλήσει εγκυμοσύνη!

**Ήταν ένας τυφλός** και μπήκε κατά λάθος σε ένα βασ σ για γυναίκες. Κάθεται και νομίζοντας ότι μιλάει στο barman λέει: "Φίλε, να σου πω το τελευταίο ανέκ-δοτο για ξανθιές;" Τον ακούει μια γυναίκα που καθόταν πιο δίπλα και του λέει: "Φίλε, πριν πεις το ανέκδοτο πρέπει να σου πω 5 πράγματα: 1) η barwoman είναι ξανθιά, 2) η σερβιτόρα είναι ξανθιά, 3) η κοπέλα που κάθεται αριστερά σου είναι 1.90, ξανθιά και έχει μαύρη ζώνη στο καράτε, 4) η κοπέλα που κάθεται δεξιά σου είναι ξανθιά και μόλις προχθές αποφυλακίστηκε για φόνο και... 5) ...κι εγώ είμαι ξανθιά... Λοιπόν, θέλεις να πεις ακόμη το ανέκδοτό σου;" Και τότε της απαντάει ο τυφλός: "Ε, άστο... άμα είναι να το εξηγώ 5 φορές..."

**Στο ισόγειο ενός πολυτελούς ξενοδοχείου** περιμένουν 2 μελαχροινές και μια ξανθιά κυρία για το ασανσέρ. Το ασαν-σέρ καταφτάνει, οι κυρίες επιβιβάζονται και ο υπάλληλος του ασανσέρ τους χαιρετά ευγενικά. - "Που πηγαίνετε εσείς?", ρωτάει την πρώτη κυρία

- "Στον τέταρτο", απαντάει αυτή
- "Εσείς;", ρωτάει την άλλη κυρία
- "Στον πέμπτο", απαντά αυτή
- "Εσείς;", ρωτάει την ξανθιά
- "Εεε... Στο 73ο", απαντάει.
- "Μα το ξενοδοχείο μας έχει 7 ορόφους μόνο κυρία μου", αποκρίνεται με απορία ο υπάλληλος. - "Αχ!", απαντάει χαζογελώντας με σκέρτσο η ξανθιά, "για ορόφους μιλάτε τόση ώρα;..."

**Είναι μία ξανθιά στο λεωφορείο** και θέλει να κατέβει.

Φωνάζει λοιπόν στον οδηγό: - Στάση! Στάση! Ο οδηγός συνεχίζει την πορεία του. Η ξανθιά συνεχίζει να φωνάζει:

- Στάση! Στάση!

Ένας κύριος δίπλα στην ξανθιά της λέει:- Για στάση πρέπει να πατήσετε το κουμπί Πατάει λοιπόν η ξανθιά και κουμπί και λέει: - Ναι τώρα μ' ακούτε;

**Δύο φίλοι συζητούν στο γραφείο:**

- Ρε Γιάννη, ακόμη εδώ είσαι; Δεν πήγες στην κηδεία της πεθεράς σου;
- Πρώτα η δουλειά και... ύστερα η διασκέδαση.

**Πάει ο μπαμπάς στο κρεβάτι** του παιδιού του, για να το καληνυχτίσει και το ακούει λέει:

"Θεούλη μου θέλω να έχεις καλά

μαμά μου, το μπαμπά μου, τη γιαγιά μου και δώσε χαιρετίσματα στον παππού μου!"

Το ακούει ο μπαμπάς αλλά δε δίνει σημασία! Την επόμενη μέρα χτυπάει το τηλέφωνο, είναι η γιαγιά και λέει; Πέθανε ο παππούς!!!

Το ίδιο βράδυ πάει πάλι ο μπαμπάς να καληνυχτίσει το παιδί και ακούει: "Θεούλη μου θέλω να έχεις καλά τη μαμά μου, το μπαμπά μου και δώσε χαιρετίσματα στη γιαγιά μου!"

Το ακούει ο πατέρας αλλά και πάλι δε δίνει σημασία! Την επόμενη μέρα πέθανε η γιαγιά!

Ο πατέρας τα είδε όλα!

Το βράδυ πήγε επίτηδες να κρυφακούσει: "Θεούλη μου θέλω να έχεις καλά τη μαμά μου και δώσε χαιρετίσματα στον μπαμπά μου!"

Με το που το ακούει αυτό ο μπαμπάς τρελαίνεται!

Την επόμενη μέρα φεύγει απ' το σπίτι νωρίς για τη δουλειά και γυρίζει αργά το βράδυ ευτυχισμένος που μέχρι στιγμής ήταν ζωντανός!

Μπαίνει στο σπίτι καλησπερίζει τη γυναίκα του και της λέει:

"Συγνώμη αγάπη μου που άργησα αλλά είχα μια πολύ άσχημη μέρα"...

και η γυναίκα:

"Μιλάς εσύ; Εγώ τι να πω που πέθανε ο κουμπάρος μπροστά στην πόρτα μας;"

**Λέει ο Διάβολος στο Θεό:**

- Πέθανε ο Κώστας.

Θεός:

- Α, στο διάολο!

Διάβολος:

- Μα τον Θεό!

**Ένα πλαστικό μπουκάλι**, αρσενικό στο γένος, κόβει αγχωμένες βόλτες στον διάδρομο ενός νοσοκομείου.

Ξαφνικά, μια νοσοκόμα, βγαίνοντας από την αίθουσα του μαιευτηρίου, του αναγγέλει ενθουσιωδώς: - "Συγχαρητήρια κύριε μου: Είναι Ζαγόρι!"

**Γιατρός:** "Δυστυχώς κύριε έχετε μόνο μια εβδομάδα ζωής...." Άνδρας: "Γιατρέ μου, τι είναι αυτά που λες;";, σοκαρισμένος, "Πες μου τι μπορώ να κάνω για να ζήσω έστω λίγο παραπάνω, σε παρακαλώ...."

Γ: "Τηγανιτά τρως,"

Α: "Ναι" Γ: "Θα τα κόψεις!"

Α: "Αν είναι να ζήσω παραπάνω...."

Γ: "Λιπαρά τρως," Α: "Ναι"

Γ: "Θα τα κόψεις!"

Α: "Αν είναι να ζήσω παραπάνω...." Γ: "Ξενυχτάς;" Α: "Ναι" Γ: "Θα το κόψεις!"

Α: "Αν είναι να ζήσω παραπάνω...." Γ: "Σεξ κάνεις συχνά;"

Α: "Ναι" Γ: "Θα το κόψεις!"

Α: "Αν είναι να ζήσω παραπάνω...."

Γ: "Καπνίζεις,"

Α: "Ναι" Γ: "Θα το κόψεις!"

Α: "Αν είναι να ζήσω παραπάνω...."

Γ: "Άλκοόλ πίνεις;"

Α: "Ναι"

Γ: "Θα το κόψεις!"

Α: "Εντάξει γιατρέ μου, αλλά δε μου είπες, αν κάνω όσα είπες πόσο παραπάνω θα ζήσω;"

Γ: "Πάλι μια βδομάδα θα ζήσεις... αλλά θα σου φανεί αιώνιας..."

**- Μπαμπά, εσύ είχες ερωτευθεί** ποτέ καμιά δασκάλα στο σχολείο;

- Τι μου θύμησες τώρα για μου!

Φυσικά! - Και τι έγινε;

- Τίποτα.... Το έμαθε η μάνα σου

και σου αλλάξαμε σχολείο...!!!

**Ο νεαρός σύζυγος ρωτάει την ακόμη πιο νέα γυναίκα του:**

- Πριν με γνώρισεις, με πόσους άνδρες είχες κάνει σχέση; Η γυναίκα δεν απαντάει. Η ώρα περνάει κι ο σύζυγος αρχίζει να φοβάται ότι η ερώτηση του την προσέβαλε.

- Γιατί δεν μιλάς; Μήπως σε έφερα σε δύσκολη θέση αγάπη μου;

Κι εκείνη του απαντά: - Όχι καλέ. Απλά μετραώ...

**Ένα αντρόγυνο μαλώνει** στο αυτο-κίνητο. Μετά από καυγά ο άντρας βλέπει δύο γαϊδούρια και λέει στη γυναίκα του:

- Συγγενείς σου είναι;

Και η γυναίκα του απαντάει:

- Ναι. Τα πεθερικά μου!

**Η πεθερά που είναι θεόκουφη**, πάει επίσκεψη στο σπίτι της κόρης της. Τη πόρτα της ανοίγει ο γαμπρός της, που έροντας το πρόβλημά της, αρχίζει να λέει μένα τηράστιο χαμόγελο στα χείλη:

- Καλώς το, το κουφάλογο! Από που έρχεσαι πάλι σκατόγρια, παλιομάγισσα;

- Από ένα μαγαζί με ακουστικά παλιο-μαλάκα !!!

**"Συναντούνται δύο φίλοι** μετά από πολλά χρόνια." - Τι κάνεις ρε Γιώργο; Πώς περνάς;

- Αστα ρε φίλε, πέθανε ο πατέρας μου.

- Ο πατέρας σου; Ένας τόσο υγιής άνθρωπος; Πώς μπορώ να το πιστέψω.

- Να μωρέ, είχε χαλάσει η λάμπα της κουζίνας και ανέβηκε στην καρέκλα να την αλλάξει ...Ξαφνικά όμως ήρθε το ρεύμα...

- Α, καλά, άσε μη μου πεις, κατάλαβα! Τον τίναξε το ρεύμα.

# ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΩΡΑ

**ΜΗΝΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ ΓΡΑΜΜΕΝΗ ΑΠΟ ΤΟΝ ΔΗΜΟΣΙΟΓΡΑΦΟ ΓΙΩΡΓΟ ΣΚΛΑΒΟΥΝΗ**

## ΔΙΚΑΙΟΛΟΓΗΜΕΝΑ ΦΤΑΣΑΜΕ ΣΤΙΣ ΕΚΛΟΓΕΣ...

Όσο η ελληνική κυβέρνηση ήταν τρικομματική, κρατούσε τα προσχήματα για να εμφανίζεται σα κυβέρνηση συνεργασίας.

Από τότε όμως που η τρικομματική κυβέρνηση «έγινε» δικομματική, άρχισε και η αντίστροφή της πορεία προς το επίπεδο του «ώριμου φρούτου»...

«Εικόνα», δηλαδή, που βλέπαμε εδώ και δυο χρόνια, «εικόνα» που έβλεπε και ο πρόεδρος του Σύριζα κ. Αλέξης Τσίπρας, αλλά και «εικόνα» που έβλεπαν και οι κ. Σαμαράς και Βενιζέλος και πρωτίστως ο πρόεδρος της Νέας Δημοκρατίας που βλέποντας ότι το κυβερνητικό «καράβι», θα πέσει στη ζέρα, άρχισε να γίνεται ... αντιμνημονιακός...

Και το έκανε αυτό ο κ. Σαμαράς για να «κρατήσει» το κόμμα του «όρθιο» και «δυνατό» εν όψει των πρώωρων εκλογών –που τελικά ήρθαν- έτσι ώστε να μπορέσει να το φέρει στην εξουσία την επομένη των πρώωρων εκλογών...

Και το έπραξε αυτό ο κ. Σαμαράς, επειδή δε μπορούσε να «κλείσει» τη τελευταία συμφωνία με τη τρόικα, επειδή κάτι τέτοιο δεν ήθελε ο πρόεδρος του Πασόκ κ. Βενιζέλος, που «διαισθανόταν» ότι αν συμφωνούσε στο «κλείσιμο» της συμφωνίας, τότε και το κόμμα του και ο ίδιος προσωπικά, θα είχαν πολιτικά ισοπεδωθεί, λαμβάνοντας υπόψη ότι το «κλείσιμο» της συμφωνίας θα είχε και ορισμένα αντιλαϊκά μέτρα...

Με δυο λόγια; Όταν η τρικομματική κυβέρνηση έγινε δικομματική, η πολιτική συμβίωση των αρχηγών των δυο κομμάτων έγινε αδύνατη, επειδή η λυκοφιλία μεταξύ των δυο κομμάτων δε μπορούσε να τραβήξει άλλο... Επειδή οι «απόψεις» τους για την οικονομία, ήταν, είναι και θα είναι διαφορετικές...

## Η ΠΟΛΙΤΙΚΗ «ΛΥΚΟΦΙΛΙΑ» ΤΩΝ ΔΥΟ ΚΟΜΜΑΤΩΝ ΔΕΝ ΑΝΤΕΞΕ...

Η τρικομματική λοιπόν ελληνική κυβέρνηση που έγινε δικομματική εκ των πραγμάτων οδηγούτων σε πρόωρες εκλογές, επειδή η πολιτική συνεργασιακή διαβίωση των κ. Σαμαρά και Βενιζέλου δεν μπορούσε να συνεργαστεί, εξαιτίας κυρίως του κ. Βενιζέλου ο οποίος έχοντας ένα κόμμα που ήδη έχει απολέσει το 80% της πολιτικής του δυναμικής, δε μπορούσε άλλο να συνεργαστεί με τον κ. Σαμαρά ο οποίος έντως επιθυμούσε να κάνει πράξη τη τελευταία συμφωνία με τη τρόικα, που είχε κι έχει όντως και μερικά μέτρα αντιλαϊκά...

-Κάτι τέτοιο άλλωστε δεν υποστήριξε πριν από λίγες ημέρες και η βουλευτής της Νέας Δημοκρατίας κ. Ντόρα Μπακογιάννη υποστηρίζοντας ότι το Πασόκ δεν μας άφησε να κυβερνήσουμε σωστά;

Όμως τα πράγματα και ως εκ τούτου η πρώην πτώση της δικομματικής κυβέρνησης δεν ήταν μόνο απόρροια ορισμένων πολιτικών χειρισμών του κ. Βενιζέλου, αλλά ήταν κι απόρροια ορισμένων κακών χειρισμών του κ. Σαμαρά, ο οποίος με την έμφυτη αυθορμητικότητα που τον διακρίνει μερικές φορές και άθελά του, θέλουμε να πιστεύουμε, «καπέλων» τον κ. Βενιζέλο λησμονώντας ότι ήταν πρωθυπουργός δικομματικής κυβέρνησης...

Κοντολογίς και για τη σύγχρονη ελληνική πολιτική ιστορία, η πολιτική συμβίωση των κ. Σαμαρά και Βενιζέλου είχε πρώην πολιτική λήξη, όπερ κι εγένετο...

## ΝΑΙ ΜΕ ΕΚΛΟΓΕΣ, ΆΛΛΑ Η «ΣΥΜΦΩΝΙΑ» ΠΑΡΑΜΕΝΕΙ...

Φτάσαμε λοιπόν στο πρώην πολιτικό «τέλος» της ελληνικής δικομματικής

κυβέρνησης, το οποίο και είχαμε εκτιμήσει εδώ κι αρκετό καιρό και η επόμενη ημέρα των εθνικών εκλογών. Θα «βρει» τη νέα ελληνική κυβέρνηση ενώπιον μιας γνωστής οικονομικής πραγματικότητας...

Μιας οικονομικής πραγματικότητας που έχει να κάνει με τη τρόικα που θα καλέσει τη «νέα» ελληνική κυβέρνηση να προσέλθει επί των διαπραγματευτικών επάλξεων, επειδή θα πρέπει πάση θυσία να κλείσει και ο τελευταίος κύκλος συνεννόησης για το ελληνικό μνημόνιο κι επιπλέον στη θέση του να συμφωνηθεί ένα νέο ειδικό προληπτικό χαρακτήρα «πακέτο» οικονομικής συμφωνίας μεταξύ Ελλάδας και τρόικας χρονικής διάρκειας 12 μηνών...

Ως εκ τούτου η «νέα» ελληνική κυβέρνηση, πρωτίστως θα πρέπει, μεταξύ άλλων, να προχωρήσει τις αλλαγές στο «φορολογικό μηχανισμό», τη μεταρρύθμιση του «ασφαλιστικού», τις αλλαγές στην «αγορά εργασίας» και τις αλλαγές στη «δημόσια διοίκηση»...

## ΚΙ ΑΥΤΗ Η «ΝΕΑ» ΚΥΒΕΡΝΗΣΗ ΤΙ ΘΑ ΚΑΝΕΙ;

Πρώτα- πρώτα θα πρέπει να εκλέξει νέο Πρόεδρο της Δημοκρατίας και ήδη γνωρίζουμε από τώρα μονάχα τον προτεινόμενο υποψήφιο της Νέας Δημοκρατίας που θα είναι αι πάλι ο κ. Σταύρος Δήμας, μη γνωρίζοντας όμως από την άλλη τον υποψήφιο Πρόεδρο που θα προτείνει ο Σύριζα και τα λοιπά κόμματα...

Από κει και πέρα η «νέα» κυβέρνηση κι αφού «κλειδώσει» την όποια «συμφωνία» με τη τρόικα, οφείλει να «ηρεμήσει» τον ελληνικό λαό...

Από την αρχή, δηλαδή, η «νέα» κυβέρνηση είτε είναι παλεοψηφική είτε είναι κυβέρνηση συνεργασίας, έχει υποχρέωση προς τον ελληνικό λαό να τον ενημερώσει επακριβώς αφενός για το βραχυπρόθεσμό της κυβερνητικό πρόγραμμα κι αφετέρου για το μακροπρόθεσμό της πρόγραμμα...

Μα πάνω από όλα έχει εθνική υποχρέωση η «νέα» ελληνική κυβέρνηση, να «σταματήσει» την επώδυνη οικονομική αφαίμαξη των Ελλήνων, «φτιάχνοντας» ένα δίκαιο σύστημα φορολόγησης κι από την άλλη να μεριμνήσει να δώσει «κατιτί» στους μη έχοντες Έλληνες...

## ΚΑΙ ΠΟΙΟ ΘΑ ΕΙΝΑΙ ΤΟ «ΜΥΣΤΙΚΟ» ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ ΤΗΣ «ΝΕΑΣ» ΚΥΒΕΡΝΗΣΗΣ;

Αν «επιθυμεί» η «νέα» ελληνική κυβέρνηση να έχει μακροχρευση, θα πρέπει να «αποδεχθεί» από την αρχή της διακυβέρνησής της. το λεγόμενο «εθνικό διάλογο» για αποφάσεις που θα έχουν να κάνουν για μεγάλα θέματα εξωτερικής, οικονομικής και κοινωνικής πολιτικής...

Το έως σήμερα «αποφασίζουμε κι διατάζουμε», θα πρέπει να πάψει να υπάρχει, να υφίσταται και να καλλιεργείται κι στη θέση του να υπάρχει το «αποφασίζουμε όσο το δυνατό περιστέροι»...

Είναι εθνικά αυτονότο, δηλαδή, οι από δω και πέρα ελληνικές κυβερνήσεις, αν θέλουν να μη πέφτουν στα «ώριμα φρούτα» από την εξουσία, να παράγουν κυβερνητικό έργο μέσω διαύλων πολιτικής συναίνεσης...

Τα 5 πολύ δύσκολα χρόνια που διανύουμε και που είναι αλήθεια ότι εξακολουθούμε να μη γνωρίζουμε προς τα που μας οδηγούν αυτά τα δύσκολα μας «βήματα», θα πρέπει η «νέα» κυβέρνηση να κάνει τα αδύνατα

δυνατά, προκειμένου μέσω ενός συνεχούς «εθνικού διαλόγου», να μας «πάρει όλους από το χέρι» και να μας οδηγήσει στην πρέπουσα «κατεύθυνση» που θα μας καταλήξει σε ευχάριστο τέλος...

Συμπερασματικά κι εκ των πραγμάτων οι περισσότεροι Έλληνες περιμένουν από τη «νέα» ελληνική κυβέρνηση να είναι απολύτως πολιτικά συναινετική...

## ΑΛΛΟ ΙΣΛΑΜΙΣΤΕΣ ΚΙ ΆΛΛΟ ΙΣΛΑΜΟΦΑΣΙΣΤΕΣ...

Τα όσα δραματικά συνέβησαν στη Γαλλία με τους φανατικούς ισλαμιστές- διολοφόνους, δείχνουν ότι οι ισλαμοφασίστες, έχουν ανοίξει πλέον «πόλεμο» εναντίον της Ευρώπης και των Ευρωπαίων Χριστιανών, χρησιμοποιώντας τρεις τρόπους τρομοκρατικών επιθέσεων...

Επιθέσεις από καμικάζι θρησκόληπτους Μουσουλμάνους.

Επιθέσεις από επαγγελματίες εκτελεστές.

Επιθέσεις από ευρωπαίους μισθοφόρους!!!

Το όλο θέμα έχει πάρει πλέον τεράστιες κοινωνικές, πολιτικές και κοινωνιολογικές διαστάσεις και ήδη στην Ελλάδα, η κοινή γνώμη έχει αρχίσει να ανησυχεί, έχοντας υπόψη ότι η χώρα μας είναι η πρώτη χώρα υποδοχής παράνομων μεταναστών σε όλη την Ευρώπη.

Με δυο λόγια η Ελλάδα είναι το «πέρασμα» χιλιάδων παράνομων μεταναστών, στην πλειοψηφία τους Μουσουλμάνοι, οι οποίοι είτε χρησιμοποιούν τη χώρα μας σα «παράθυρο» για να βρεθούν σε άλλες ευρωπαϊκές χώρες είτε απλά «παρκάρουν» μόνιμα στην Ελλάδα...

Βεβαίως οι Μουσουλμάνοι δεν είναι όλοι τους «ισλαμοφασίστες», αλλά αλλού έγκειται το πρόβλημα και καλά θα κάνει η Ευρώπη να το «δει» κατάματα και να το αντιμετωπίσει μια για πάντα...

Οχι, ανεξέλεγκτη εισροή στην Ευρώπη παράνομων μεταναστών...

Επιβάλλεται λοιπόν, νέο ευρωπαϊκό θεσμικό πλαίσιο για την παράνομη μετανάστευση, υπ

# ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΩΡΑ

**ΜΗΝΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ ΓΡΑΜΜΕΝΗ ΑΠΟ ΤΟΝ ΔΗΜΟΣΙΟΓΡΑΦΟ ΓΙΩΡΓΟ ΣΚΛΑΒΟΥΝΗ**

## ΛΕΤΕ ΝΑ ΓΕΛΑΣΕΙ ΣΤΙΣ ΕΚΛΟΓΕΣ Η «ΑΡΚΟΥΔΑ»;

Σε απόσταση αναπνοής πλέον οι εθνικές εκλογές, πολλά γράφονται και πολλά ακούγονται κι επιπλέον πολλές οι κάθε είδους δημοσκοπήσεις όπου η καθεμιά τους με διαφορετικό δημοσκοπικό εύρημα για την πρώτη και για τη τρίτη θέση τις οποίες διεκδικούν τα εξίσου υποψήφια κόμματα.

Έως σήμερα οι δημοσκόποι, οι καιροσκόποι, οι μάντεις, οι καφετζούδες, οι χαρτορίκτρες, οι αστρολόγοι, τα μέντιουμ και οι έχοντες «πνευματικό χάρισμα, μας «λένε» ότι για την πρώτη θέση συναγωνίζονται ο Σύριζα και η Νέα Δημοκρατία, ότι τη τρίτη θέση την έχει «καταρώσει» το Ποτάμι κι ότι το κόμμα του κ. Γιώργου Παπανδρέου δε θα μπει στο ελληνικό κοινοβούλιο...

Αυτές λοιπόν είναι οι προβλέψεις για τις εθνικές εκλογές, τις «κρατάμε» και την επομένη των εθνικών εκλογών θα κάνουμε ταμείο...

Και θα πρέπει να κάνουμε ταμείο για να τελειώνουμε μια και καλή με τις εταιρείες δημοσκοπήσεων, προκειμένου να επιλέξουμε τις σωστές και τις «μαϊμού»...Όσο για όλους του άλλους; Εντάξει, πλάκα κάναμε και τους αναφέραμε...

## ΕΥΡΩΠΗ-ΕΛΛΑΔΑ: ΧΘΕΣ, ΣΗΜΕΡΑ, ΑΥΡΙΟ...

\*Επιλεγμένη σειρά μέρους άρθρων σε μια διαμορφωμένη ενότητα, από το HOTDOC του Κώστα Βαξεβάνη.

«Η Ευρωπαϊκή Ένωση ζει σε μια μεγάλη αντίφαση. Ενώ αποτελεί ένα άθροισμα χωρών με πολιτισμό, δημοκρατικές παραδόσεις και θεωρητικές προϋποθέσεις για την ευζωία των πολιτών της, έχει καταλήξει εχθρός του εαυτού της. Όλο και περισσότεροι πολίτες ζουν κοντά στο όριο της φτώχειας, με επαγγελματική και συναισθηματική ανασφάλεια, με αβεβαιότητα και χωρίς να μπορούν να ακουμπήσουν έστω μέσω ενός ονείρου το μέλλον. Η Ευρωπαϊκή Ένωση επιπλέον προβάλλει την αναγκαιότητα της ενότητά της, ενώ αυτή η ενότητα παράγει μόνο ανισότητες και απώλειες.

Στην πραγματικότητα, ο ίδιος ο καπιταλισμός πάρουσιάζει μια εικόνα αντίφασης. Δυόμισι δεκαετίες μετά τη πτώση του αντίπαλου υπαρκτού σοσιαλισμού, με τις τεχνολογικές εξελίξεις να δίνουν διάσταση στον τομέα της εργασίας, θεωρητικά ο καπιταλισμός έπρεπε να έχει αποδείξει την ανωτερότητα που διαφέρει τα χρόνια του Ψυχρού Πολέμου με προμετωπίδα την ίδια τη Δημοκρατία. Τελικώς αυτό που κατάφερε να κάνει ο καπιταλισμός είναι μια μικρή πλούσια κάστα ανθρώπων, η οποία μπορεί να επιβάλλει όσα θέλει στο όλο και φτωχότερες μάζες. Η μεγάλη αντίφαση είναι όμως άλλη. Την εποχή που ο καπιταλισμός απαιτεί από τις μάζες να προσκυνήσουν τα εικονοστάσια των «αγορών», ο καπιταλισμός ζει μέσω του δημοσίου χρήματος. Η Ελλάδα ζει την επιβολή μέτρων λιτότητας, που οι μεταβολές που προκαλούν στην κοινωνία της συγκρίνονται μόνο με αυτές του πολέμου. Η λιτότητα επεκτάθηκε σε όλο το Νότο της Ευρώπης και καθιερώθηκε ως ευλαβική αρχή στην αντίληψη διακυβέρνησης της Ευρώπης. Παρά τη σκληρή λιτότητα, όμως, κανένα από τα στοιχεία που

επικαλέστηκαν για να επιβληθεί η λιτότητα, δεν βελτιώθηκε. Ο Νότος γέμισε ανέργους και ανασφαλείς ανθρώπους, που η σχέση τους με την εργασία είναι όλο και πιο αμφίβολη. Οι κοινωνικές δαπάνες ψαλιδίστηκαν, κάτω από τη λογική πως αυτές οι δαπάνες δημιούργησαν την κρίση. Κουλτούρα βαναυσανότητας και κυνισμού εκπορεύεται από την οικονομία και αγκαλίζει όλη την κοινωνία. Η ανάπτυξη όχι μόνο δεν έρχεται, αλλά αντιθέτως, οι χώρες στις οποίες επιβλήθηκε η λιτότητα πέφουν σε ύφεση.

Το δόγμα Πάγκαλου «μαζί τα φάγαμε» δεν ήταν μια ελληνική ανακάλυψη. Σε όλη την Ευρώπη δημιουργήθηκε κλίμα ότι οι πολίτες φταίνε για την κρίση, είναι ένοχοι γιατί κατανάλων περισσότερα από όσα παρήγαγαν και έζησαν όπως οι άσωτοι Έλληνες. Είναι μια κατασκευασμένη αιτία, χωρίς της οποίας τη δημοφιλία δεν θα μπορούσε να περάσει κανένα μέτρο. Μόνο η ενοχοποίηση θα μπορούσε να επιστρέψει να παρθούν μέτρα σαν αυτά, που καταστρέφουν τον κοινωνικό ιστό των χωρών στις οποίες επιβάλλονται. Οι αγορές εμφανίζονται να κινούνται με εγχειρίδιο χρήσης, το οποίο δεν είναι παρά η μέθοδος που εφαρμόζουν για να κερδίσουν αυτά που οι άλλοι χάνουν εξαπατημένοι από τους ίδιους. Οι αγορές, παρότι εμφανίζονται ασφαλείς και γνώστες, δεν γνωρίζουν που πάνε. Προσανατολίζονται απλώς προς το κέρδος σχεδόν δαρβινικά. Δεν πρόκειται να πάνε προς την κοινωνία. Στην Ευρώπη πρέπει να υπάρξει η πολιτική αποφασιστικότητα, που θα απεγκλωβίσει από τη θανατηφόρα ταύτιση με τα συμφέροντα μιας οικονομικής ελίτ. Πρέπει η κοινωνία να ορίσει τους κανόνες της οικονομίας και όχι η οικονομία τη ζωή των ανθρώπων. Πρέπει να υπάρξουν οι πολιτικές αποφάσεις και οι ηγέτες που θα σταματήσουν τη βάναυση αναδιανομή του πλούτου που εξαθλιώνει κοινωνίες φτιάχνοντας σύγχρονες γαλέρες με τη μορφή γυάλινων ουρανοξυστών. Ισως στην κατάσταση που είναι η Νότια Ευρώπη, η πιο σημαντική πολιτική πράξη να είναι η ελπίδα. Η ελπίδα πως μπορούσε κι αλλιώς» (Κώστας Βαξεβάνης, δημοσιογράφος, εκδότης)

«Αυτό που προτείνω για την Ελλάδα, πρώτα από όλα, είναι να εγκαταλείψετε αυτό το φόβο που έχετε για το θα συμβεί εάν αποχωρήσετε από το ευρώ. Το ευρώ έχει δηλητηριάσει την Ελλάδα. Θεέ μου, πόσο ακόμα πρέπει να τιμωρηθείτε, μόνο και μόνο για να παραμείνετε στο νόμισμα της Γερμανίας; Είναι τρελό! Ως οικονομολόγος είχα την ευκαιρία να γνωρίσω πρωσωπικά τον Ρόμπερτ Μαντέλ, τον άνθρωπο που δημιούργησε το ευρώ. Ήταν ένα ακροδεξιό θατσερικός, πρώην σύμβουλός του προέδρου Ρόναλντ Ρέγκαν και ήταν ο άνθρωπος που δημιούργησε τη θεωρία ή μάλλον τη φαντασία, της λεγόμενης οικονομίας της προσφοράς, που ισχυρίζεται ότι αν μειώσεις τους φόρους στους πλούσιους θα αναπτυχθεί η οικονομία. Όλα αυτά, βεβαίως, έχουν αποδειχθεί ότι ήταν ανοησίες. Το ευρώ είναι ένα κομμάτι αυτών των ανόητων οικονομικών ιδεών. Είναι ζουρλούμανδύας, που αναγκάζει στα κράτη μέλη να εγκαταλείψουν τον έλεγχο στη δημοσιονομική τους πολιτική, στα επιτόκια τους, στα χρηματικά αποθέματά τους και στις συναλλαγματικές τους ισοτιμίες. Ήταν εντελώς τρελό, η

Ελλάδα να εγκαταλείψει τον έλεγχο της οικονομικής μοίρας της. Η αποχώρηση από το ευρώ δε σημαίνει ότι δεν θα μπορείτε να έχετε εμπορικές συναλλαγές με την Ευρώπη, η ότι δεν θα έχετε τουρισμό. Νομίζω πως κάποια στιγμή πρέπει να εγκαταλείψετε την φαντασίαση, ότι το ευρώ σας προσφέρει κάποιο οικονομικό πλεονέκτημα. Όσο είστε δεσμευμένοι με το ευρώ, δεν έχετε καμία πιθανότητα οικονομικής ανάκαμψης» (Γκρεγκ Πάλαστ, δημοσιογράφος-συγγραφέας)

«Η πολιτική λιτότητας, που έχει εφαρμοστεί στις χώρες της Δυτικής Ευρώπης, της Βόρειας Αμερικής και στην Ιαπωνία, είναι αποτέλεσμα των μεγάλων τριγμών στο καπιταλιστικό σύστημα που ξεκίνησαν τη δεκαετία του 1970. Στη Δύση, οι δομές παραγωγής και διανομής του καπιταλισμού είχαν αναπτυχθεί, από το 1970 μέχρι τη δεκαετία του 1970, κατά κύριο λόγο σε συγκεκριμένες εκβιομηχανημένες περιοχές. Παράλληλα, οι επαρχιακές και αγροτικές περιοχές έγιναν η «ενδοχώρα» του καπιταλισμού, προσφέροντας στις βιομηχανικές περιοχές τρόφιμα, πρώτες ύλες, εργατικό δυναμικό και αγορές για τα προϊόντα που παράγονται. Όταν πια η παραγωγή της ενδοχώρας δεν επαρκούσε, το καθεστώς της αποικιοκρατίας μετάτρεψε τον υπόλοιπο κόσμο σε δική του «ενδοχώρα». Καθοδόν η εργατική τάξη στις καπιταλιστικές χώρες συσπειρώθηκε και κέρδισε καλύτερους μισθούς, μετά από σκληρό αγώνα. Αντιθέτως, τα εισοδήματα των εργαζόμενων στις αποικίες μειώθηκαν. Έως τη δεκαετία του 1970, το οικονομικό χάσμα ανάμεσα στο εκβιομηχανισμένο κέντρο και την ενδοχώρα είχε γιαντωθεί. Αυτό το χάσμα, μαζί με την ανάπτυξη των αερομεταφορών και του σύγχρονου συστήματος τηλεπικοινωνιών, πρόσφερε ιστορική ευκαιρία για τους καπιταλιστές: μπορούσαν πλέον να αυξήσουν τα κέρδη τους μετατοπίζοντας την παραγωγή. Οι αερομεταφορές και οι τηλεπικοινωνίες επέστρεψαν στους καπιταλιστές της Δύσης να μεταφέρουν την παραγωγή των προϊόντων τους στις χαμηλότερες χώρες, όπως η Κίνα και η Ινδία. Μόνο τα κέντρα διοίκησης, χρηματοδότησης και στρατού παραμένουν στο καπιταλιστικό κέντρο. Η μετατόπιση της παραγωγικής βάσης αποδύναμε τα συνδικάτα και τα αριστερά πολιτικά κόμματα στις καπιταλιστικές χώρες. Ταυτοχρόνως τα αυξανόμενα κέρδη των καπιταλιστών ενίσχυσαν την πολιτική επιρροή τους και την πρωθυπουργή της νεοφιλελεύθερης ιδεολογίας. Η αυξανόμενη ανισότητα του πλούτου και του εισοδήματος, που δημιούργησε η μετατόπιση της παραγωγής, οδήγησε σε μεγαλύτερη πολιτική ανισότητα ανάμεσα στους καπιταλιστές και τα εργατικά στρώματα. Ολοένα και περισσότεροι καπιταλιστές της Δύσης δεν ενδιαφέρονται πλέον για τις

# ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΩΡΑ

ΜΗΝΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ ΓΡΑΜΜΕΝΗ ΑΠΟ ΤΟΝ ΔΗΜΟΣΙΟΓΡΑΦΟ ΓΙΩΡΓΟ ΣΚΛΑΒΟΥΝΗ

πρόγραμμά του, ώστε να αποκτήσει εφικτές διαστάσεις και ρεαλιστικό χαρακτήρα. Για το καλό όλων μας. Αυτό σημαίνει αναγνώριση και των ανοχών του διεθνούς περίγυρου αλλά και των δυνατοτήτων του, ως κυβέρνηση, να κουμαντάρει το καράβι της χώρας με τρόπο που να βγει από τη φουρτούνα και να συναντήσει ήρεμα πελάγη. Ο πολιτικός δογματισμός είναι τραγικό σύμβουλος σε τέτοιες περιπτώσεις. Το ιδεολογικό οπλοστάσιο της Αριστεράς διεθνώς δεν είναι σε θέση να προσφέρει διεξόδους. Ούτε βέβαια και η εμμονή σε υποδειξίες των Ευρωπαίων εταίρων, που αποδειγμένα δεν είναι σε θέση να αντιμετωπίσουν ούτε τα δικά τους εθνικά αδιέξοδα. Η χώρα δεν αντέχει λίγα από τα ίδια. Από αυτό, δηλαδή, που την έφεραν στα χάλια της χρεοκοπίας. Άλλα κι από εκείνα που δεν μπόρεσαν, παρά τις τρομερές θυσίες, να τη σώσουν. Ακόμη και σε διαφορετικές δόσεις. Χρειάζεται καινούργιο πολιτικό-οικονομικό παράδειγμα, που ίσως να δείξει κάτι και στην Ευρώπη. Δίχως να πανικοβάλλει τις αγορές. Κάτι τέτοιο δεν μπορεί να είναι άλλο από μία δραστική της φορολογίας, κατάργηση δημοσίων φορέων και περικοπές δαπανών (δίχως να πειραχθούν μισθοί και συντάξεις), κατάργηση κανονισμών και γραφειοκρατικών παρεμβάσεων και συνακόλουθη απελευθέρωση επενδυτικών δραστηριοτήτων με εξαφάνιση νομοθετικών και δικαστικών εμποδίων. Με παράλληλα βέβαια βαθιά έμφαση στην προστασία των αδυνάτων, εξασφαλίζοντας τα έσοδα του Δημοσίου μοναχά για τη χαλύβδωση πολιτικών κοινωνικής προστασίας». (-Ανδρέας Ανδριανόπουλος, πανεπιστημιακός, πολιτικός και συγγραφέας)

## ΑΛΛΑΓΗ ΠΟΛΙΤΙΚΟΥ ΚΛΙΜΑΤΟΣ...

Με τα τρέχοντα του προεκλογικού αγώνα, ασχολούνται, όπως τον παλιό καρό, μόνο οι έχοντες ηλικία άνω των 60 ετών... Ισως ζουν στο δικό τους κόσμο...

Ισως επειδή δε θέλουν να παραδεχτούν ότι έρχονται νέα πολιτικά ρεύματα στην ελληνική πολιτική κοινότητα... λα αυτά προκύπτουν από τις κάθε είδους έρευνες και δημοσκοπήσεις... Υπάρχει σαφώς μια ολοένα μεταβαλλόμενη πολιτική «εικόνα»...

### -Ποια είναι;

Εκείνη που περνάει στο παρελθόν κι εκείνη που έρχεται να την αντικαταστήσει....

Βλέπουμε, δηλαδή, τη «νέα» πολιτική «εικόνα» να ξεπηδάει από τις ευρωπαϊκές πολιτικές κοινότητες...

### Το βλέπουμε αυτό στην Ελλάδα...

Η Ν.Δ δύσκολα θα ξαναγίνει το κόμμα του 45% κι αναζητά κάτι το «νέο», το Πασόκ λιώνει σα το κερί, η Δημοκρατική Αριστερά το ίδιο, ο Σύριζα ανεβαίνει λόγω του «νέου» κ. Τσίπρα, οι Ανεξάρτητοι Έλληνες αν θα κρατηθούν στο κοινοβούλιο, θα το οφείλουν στο νεανικό προφίλ του κ. Καμμένου, το Ποτάμι «αισιοδοξεί» λόγω του «νέου» κ. Θεοδωράκη, η Χρυσή Αυγή ανεβαίνει λόγω του καταγγελτικού της πολιτικού λόγου κόντρα στο πολιτικό κατεστημένο και ο κ. Παπανδρέου ίδρυσε κόμμα με «νέα» πολιτικά συνθήματα και «νέες» πολιτικές θέσεις...

### -Και στην Ευρώπη:

Ακροδεξιά και αριστερά κόμματα και κινήματα «φυτρώνουν» σα τα μανιτάρια σε όλη την Ευρωπαϊκή Ένωση.

Στην Ιταλία, στη Γαλλία, στη Βρετανία, στην Αυστρία, στην Ισπανία, στην Πορτογαλία...

Όντως αναμενόμενο το πολιτικό ενδιαφέρον για τη νύχτα των ελληνικών εθνικών εκλογών...

## ΑΝΑΖΗΤΟΥΜΕ, ΑΠΟΖΗΤΟΥΜΕ ΚΑΙ ΕΠΙΖΗΤΟΥΜΕ...

Οι «εποχές» έχουν αλλάξει πλέον στην Ελλάδα και οι πολίτες της είναι αποφασισμένοι από δω και πέρα να «ζυγίζουν» καλύτερα τη ψήφο τους...

Είναι αποφασισμένοι οι Έλληνες πολίτες-ψηφοφόροι να μην «μονοπλωούν» τη ψήφο τους...

Να την «επενδύουν» κάθε φορά θα εκτιμούν ότι ένα υποψήφιο κόμμα εξουσίας μπορεί να κάνει τα καλύτερα για την Ελλάδα... –Τι θέλουμε λοιπόν για ένα καλύτερο πολιτικό «αύριο»;

**1.Αναζητούμε μια καλύτερη πολιτική.**

**2.Αποζητούμε μια καλύτερη αύρα από τους πολιτικούς...**

**3.Επιζητούμε μια καλύτερη κυβέρνηση.**

### Πιο αναλυτικά.

Αναζητούμε μια καλύτερη πολιτική, όπου τα κόμματα θα μπορούν να έχουν εφαρμόσιμη πολιτική των όσων διακονεύουν ή ακόμα και να «παράγουν» δικές τους πολιτικοϊδεολογικές πολιτικές.

Αποζητούμε μια καλύτερη αύρα από τους πολιτικούς. Μια αύρα, φυσικά, πολιτική που θα παράγει πολιτικό λόγο ποιότητας, ακρίβειας και άμεσης προσέγγισης των όποιων τρεχόντων προβλημάτων καθώς επίσης και τη διαμόρφωση μιας συγκεκριμένης διορατικής πολιτικής, που θα είναι σε θέση να «προβλέπει», αλλά και να «αμύνεται» σε επίπεδο μελλοντικών γεγονότων, κυρίως οικονομικού και γεωπολιτικού ενδιαφέροντος...

Επιζητούμε μια καλύτερη κυβέρνηση που θα μας φέρει κάτι το καινούριο, κάτι το διαφορετικό και οπωσδήποτε κάτι το λιγότερο παλαιομοδίτικο...

Επιτέλους η ελληνική πολιτική κοινότητα θα πρέπει να αλλάξει άρδην... Πρέπει να απομακρυνθεί η πολιτική μούχλα... Πρέπει να απομακρυνθούν τα πολιτικά ζόμπι...

## Η ΜΕΓΑΛΗ «ΦΥΓΗ» ΤΩΝ ΨΗΦΟΦΟΡΩΝ...

Όντως έχει δίκιο ο δημοσιογράφος Παύλος Τσίμας σε πρόσφατο του δημοσίευμα για το γεγονός ότι οι Έλληνες ψηφοφόροι κάθε φορά που έχουμε εκλογές γίνονται ολοένα και λιγότεροι!!!

Από το 2004, λοιπόν έως σήμερα οι Έλληνες ψηφοφόροι ολοένα κι απομακρύνονται από τις εκλογές, επειδή προφανώς έχουν χάσει ή αν θέλετε επειδή χάνουν συνεχώς την εμπιστοσύνη τους απέναντι στο λεγόμενο πολιτικό σύστημα.

**Ιδού λοιπόν τα ατράνταχτα στοιχεία.**

Το 2004 ψήφισαν πάνω από 7,5 εκ. πολίτες.

Το 2009 ψήφισαν σχεδόν 7 εκ. πολίτες.

Το 2012 ψήφισαν 6,5 εκ. πολίτες.

Στις ευρωεκλογές ψήφισαν λιγότεροι από 6 εκ. πολίτες.

Με άλλα λόγια, σε 10 χρόνια έχουμε 1,5 εκ. Έλληνες πολίτες, που δε ψηφίζουν επειδή είναι απογοητευμένοι με τους Έλληνες πολιτικούς...

Βεβαίως δεν είναι καθόλου καλό ο Έλληνες πολίτες να απέχουν από τις εκλογές, παρόλο που είναι υποχρεωτικές, αλλά η αποχή τους αυτή δεν είναι καθόλου τυχαία...

### Απλά,

βαρέθηκαν τα ίδια και τα ίδια κόμματα,

βαρέθηκαν τα ίδια και τα ίδια πολιτικά πρόσωπα,

βαρέθηκαν τις κάθε είδους

«πολιτικές παράγκες»

κι επίσης βαρέθηκαν να παρακολουθούν πολιτικούς να υποκρίνονται και στην πραγματικότητα να κοιτάζουν αποκλειστικά και μόνο τα δικά τους συμφέροντα...

Ως εκ τούτου στις επικείμενες εθνικές εκλογές θα «δούμε» αν η «φυγή» των ψηφοφόρων θα συνεχιστεί ή θα αρχίσει να αυξάνεται και έως ποιο ποσοστό...

## Ο κ. ΓΙΩΡΓΟΣ ΠΑΠΑΝΔΡΕΟΥ «ΡΥΘΜΙΣΤΗΣ» ΤΩΝ ΠΟΛΙΤΙΚΩΝ ΠΡΑΓΜΑΤΩΝ;

Ασφαλώς το νέο κόμμα του πρώην πρωθυπουργού και πρώην προέδρου του Πασόκ κ. Γιώργου Παπανδρέου αποτελεί και το πολιτικό γεγονός των ημερών...

Ένα πολιτικό γεγονός που παράλληλα αποτελεί πρώτο θέμα και στο διεθνή πολιτικό Τύπο.

Ίσως επειδή ο ελληνικός λαός, άσχετα με τη θετική ή αρνητική άποψη που έχει για τον κ. Παπανδρέου, θα μπορέσει επιτέλους να μάθει τι έγινε και μέσα σε μια ημέρα κι αφού προηγήθηκε ψήφος εμπιστοσύνης προς την κυβέρνησή του, πήρε την απόφαση να παραδώσει την εξουσία σε κυβέρνηση εθνικής συνεργασίας!..

Γιατί το έκανε αυτό;

-Έκανε λάθος μεγάλο με τους τότε ένοντος συνομιλητές του;

-Γιατί δεν έκανε το δημοψήφισμα;

-Τον πρόδωσε ο κ. Βενιζέλος;

Απαντήσεις θα πάρουμε όχι για την πολιτική του, αφού αυτή την αρχική του πολιτική ή αν θέλετε τη «μνημονιακή πολιτική» του, την ακολουθούν από τότε όλες οι λεγόμενες «μνημονιακές κυβερνήσεις», αλλά θα πρέπει να μάθουμε «τι στο διάβολο» συνέβη το 2012 και εξαναγκάστηκε ο τότε πρωθυπ

# ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΩΡΑ

**ΜΗΝΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ ΓΡΑΜΜΕΝΗ ΑΠΟ ΤΟΝ ΔΗΜΟΣΙΟΓΡΑΦΟ ΓΙΩΡΓΟ ΣΚΛΑΒΟΥΝΗ**

εξελιχθούν σε άμεσους κινδύνους...

Όμως, ως Έλληνες που πάντα διακρίνομαστε από την «έμφυτή» μας αισιοδοξία, ας απενίζουμε όσο μπορούμε πιο πολύ τη νέα χρονιά με θετικό βλέμμα...

Καλή Χρονιά!

## Η ΤΡΟΪΚΑ ΘΕΛΕΙ ΑΞΙΟΠΙΣΤΗ ΚΥΒΕΡΝΗΣΗ...

Πολύς λόγος γίνεται για το αν μπορεί ή δε μπορεί η επικείμενη διαπραγμάτευση της νέας ελληνικής κυβέρνησης που θα προκύψει την επομένη των εκλογών με τη τρόικα αν και κατά πόσο αυτή η επικείμενη διαπραγμάτευση δυνατόν να είναι κατά κάποιο τρόπο και ευνοϊκή για τη χώρα μας κι όχι άκαμπτη όπως εμφανίζεται έως σήμερα...

Καταρχάς να δώσουμε μια πρώτη απάντηση...

Η τρόικα ουδέποτε ήταν άκαμπτη, αλλά πάντα ήταν διαλλακτική με τις εκάστοτε ελληνικές κυβερνήσεις ακόμα κι όταν οι ελληνικές κυβερνήσεις «έκαναν νερά» σε όσα αρχικά συμφωνούσαν με τη τρόικα...

Κάποτε όμως σταματάνε και οι κάθε είδους «υποχωρήσεις» της τρόικας...

Αυτή τη φορά η δικομματική κυβέρνηση αναγκάστηκε να πάει τη χώρα σε εκλογές γιατί δεν μπορούσε να έχει νέες «υποχωρήσεις» από τη τρόικα που η ίδια η δικομματική κυβέρνηση προηγουμένως τα είχε αποδεχτεί κι έμενε να τα αποδεχτεί κι επίσημα!!!

-Επομένως:

Δεν είναι η τρόικα που πάντα φταίει, αλλά είναι και οι ελληνικές κυβερνήσεις που φταίνε, αφού αρέσκονται να παίζουν με το πολιτικό παιχνίδι του «είπα ξείπα»...

Καλώς ή κακώς μπήκαμε στα μνημόνια, όμως αν η νέα κυβέρνηση επιδείξει την απαιτούμενη φερεγγυότητα απέναντι στη τρόικα, τότε και η τρόικα με τη σειρά της θα «ξεμουλαρώσει»...

## ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΑΝΕΡΓΙΑ

Σύμφωνα με τα στοιχεία της Ελληνικής Στατιστικής Ανεργίας για την ανεργία, τα πράγματα δεν είναι καθόλου καλά...

1.Το γενικό ποσοστό της ανεργίας βρίσκεται σήμερα στο 25,5%.

2.Από το σύνολο των ανέργων, που αναζητούν μισθωτή εργασία, το 18,7% αναζητεί αποκλειστικά πλήρη απασχόληση, ενώ το 75,1% αναζητεί πλήρη, αλλά στην ανάγκη είναι διατεθειμένο να εργαστεί και με μερική απασχόληση.

3.Το ποσοστό των μισθωτών, που είναι 64,4%, εξακολουθεί να είναι χαμηλότερο του μέσου όρου της Ευρωπαϊκής Ένωσης.

4.Η περισσότερη ανεργία πλήττει την Κεντρική Μακεδονία, τα Δυτικά Ελλάδα και την Αττική, όπου ο μέσος όρος της ανεργίας σε αυτές τις τρεις περιφέρειες είναι πάνω από το 27!!!

Στο σημείο όμως αυτό θα πρέπει να επισημάνουμε και τα εξής που δυστυχώς δε «λέγονται» και αφορούν την ανεργία που ναι μεν από το 27 και κάπι μειώθηκε σε ένα χρόνο στο 25,5%, αλλά αυτή η μείωση του ποσοστού, είναι πέρα για πέρα πλασματική για τους εξής λόγους: α. Η μείωση αυτή οφείλεται στους Έλληνες που αναζήτησαν εργασία στην αλλοδαπή και β. Η μείωση και πάλι του ποσοστού της ανεργίας οφείλεται και σε εργασίες μερικής απασχόλησης και μικρής χρονικής διάρκειας από δυο έως τρεις μήνες.

Επομένως καλά θα κάνουν οι αρμόδιοι να αναφέρουν και σε κάποιες

άλλες παραμέτρους σχετικές με την ουσία και την ποιότητα της ανεργίας...

-Πως είναι δυνατόν οι καταναλωτές και ιδιοκτήτες των τζακιών να μη τα λειτουργούν τη στιγμή που επένδυσαν κάποια χρήματα σε αυτά; Στερνή μου γνώση να σέχα πρώτα...

## ΕΥΧΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ...

Το 2015 είναι ήδη γεγονός κι όπως να το κάνουμε είναι και μια νέα χρονιά για τον καθένα μας, αλλά και για την κάθε δημοκρατική χώρα, να δρομολογήσει τις αναγκαίες προτεραιότητες...

Για τη χώρα μας αυτή η νέα χρονιά, αναμένεται να είναι η πλέον καθοριστική των τελευταίων πέντε ετών.

Από τότε, δηλαδή, που ξέσπασε η οικονομική κρίση και στη χώρα μας...

Και σημειώνω τη φράση «και στη χώρα μας», επειδή ξεχνάμε, τις περισσότερες φορές, ότι η κρίση ήταν γενικότερη...

Αρχικά «έσκασε» στην Αμερική, στη συνέχεια μεταδόθηκε σαν μολυσματική ασθένεια στην Ευρώπη και κατέστρεψε περισσότερο τις χώρες του Νότου, που είχαν πολλά κενά στη δημοσιονομική τους ευρωπαϊκές κεντρικές τράπεζες

-Τι προσδοκούμε αυτή τη χρονιά;

Τα καλύτερα!

Πρώτα- πρώτα μια καλύτερη κυβέρνηση.

Είτε αυτοδύναμη είτε κυβέρνηση σε επίπεδο συνεργασίας.

-Κι από και πέρα;

## ΚΑΙ ΠΑΛΙ ΕΥΧΕΣ...

Να ευχηθούμε μια καλύτερη διαπραγμάτευση με τη τρόικα...

-Και ξέρετε γιατί;

Επειδή μπορούμε να διαπραγματευτούμε με τη τρόικα, αρκεί να την πείσουμε ότι εμπνέουμε φερεγγυότητα κι όχι κουτοπονηριά...

Αν η νέα κυβέρνηση, όποια κι αν προκύψει, μπορέσει να βγάλει απέναντι στη τρόικα εμπιστοσύνη και φερεγγυότητα, τότε κι εκείνη με τη σειρά της, θα κάνει και ορισμένες υποχωρήσεις... Προέχει όμως να μη την κοριδεύουμε...

Πρέπει η νέα κυβέρνηση να βάλει ταφόπλακα στη γνωστή έως σήμερα συμπεριφορά του «λέω και ξελέω»...

Ακόμα να πάψουμε να παίζουμε με τις διάφορες «πολιτικές επικέτες»...

Ας αφήσουμε στην άκρη το «εσύ είσαι αριστερός» ή «εσύ είσαι δεξιός» κι όλα τα ανότα σε μια παγκόσμια πολιτική περίοδο που δεν υπάρχουν πλέον πολιτικές ιδεολογίες...

Βρισκόμαστε σε εκείνο που είχε «προφητέψει» το 1974 ο Κωνσταντίνος Καραμανλής, που το 1974 είχε πει ότι η πολιτική ενός κράτους, θα πρέπει να είναι σύμφωνη με εκείνο που θα εκφράζουν αυτή τη ζητούμενη πολιτική συμπεριφορά και κατ' επέκταση την ίδια την ελληνική πολιτική κοινότητα, προκειμένου να είναι όσο το δυνατόν πιο πολιτικά αξιόπιστα...

Η Ελλάδα του 2015 έχει τη γενικότερη ανάγκη από μια νέου είδους πολιτική συμπεριφορά, η οποία θα «παράγει» ικανούς κι όχι μέτριους βουλευτές, έτσι ώστε και τα κόμματα που θα εκφράζουν αυτή τη ζητούμενη πολιτική συμπεριφορά και κατ' επέκταση την ίδια την ελληνική πολιτική κοινότητα, προκειμένου να είναι όσο το δυνατόν πιο πολιτικά αξιόπιστα...

Η Ελλάδα του 2015 το μπορεί...  
Το μπορεί για κάθε καλό...

## ΩΣ ΤΟΝ ΜΑΡΤΙΟ ΕΧΟΥΜΕ ΕΥΡΩ ΣΤΟΝ ΚΡΑΤΙΚΟ «ΚΟΥΜΠΑΡΑ»...

Εκλογές- εκλογές, αλλά δε θα πρέπει να ξεχνάμε έως πότε θα είναι γεμάτος ο κρατικός μας «κουμπάρας»...

Θα έχουμε λοιπόν χρήματα ως το τέλος του Μαρτίου Από κει και πέρα χρειαζόμαστε τα 11 δις. ευρώ που δεν μας έχουν δώσει ακόμα οι δανειστές μας, επειδή η κυ-βέρνηση Σαμαρά άρχισε να κάνει νερά στα όσα είχε συμφωνήσει μαζί τους και συγκεκριμένα με τη τρόικα.

Ως εκ τούτου,

1.Το Διεθνές Νομισματικό Ταμείο δεν έχει δώσει τη δόση των 7 δις. ευρώ.

2.Η ευρωζώνη δεν έχει δώσει τη τελευταία δόση του 1,8 δις. ευρώ.

3.Η Ευρωπαϊκή Κεντρική Τράπεζα δεν μας έχει ακόμα επιστρέψει το ποσό του 1,9 δισ. ευρώ από επιστροφές κερδών από ελληνικά ομόλογα που έχουν στην κατοχή τους ευρωπαϊκές κεντρικές τράπεζες

Ως τα τέλη λοιπόν του Μαρτίου είτε με την έκδοση έντοκων γραμματίων είτε μέσω δανεισμών από δημόσιους φορείς, «κουτσά- στραβά» θα τα καταφέρουμε να μην υπάρξει ταμειακό πρόβλημα ως τα τέλη του Μαρτίου.

Από κει και πέρα όμως θα πρέπει να τα «βρούμε» με τη τρόικα για να λάβουμε τα 11 δις. ευρώ...

Εξυπακούεται ότι η όποια κυβέρνηση θα προκύψει την επομένη των εκλογών, θα πρέπει να τα «βρει» με τη τρόικα ούτως ή άλλως...Η «ώρα των «μεγάλων αποφάσεων» πλησιάζει...

## 25 ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΥ 2015

Ημερομηνία ορόσημο ασφαλώς η 25η Ιανουαρίου 2015 για την ελληνική πολιτική κοινότητα, αφού εκείνη την ημέρα ο ελληνικός λαός, έχοντας υπόψη όλα αυτά που του έχουν συμβεί από τότ

# Οι πειρατές της Αδριατικής



Η ναυτική τραγωδία στην Αδριατική με το μοιραίο πλοίο Norman Atlantic έφερε στο φως σκοτεινές πτυχές της ασύδοτης -πέραν πάσης αμφιβολίας- πραγματικότητας με τη δράση κυκλωμάτων στα πλοία της γραμμής Ελλάδας - Ιταλίας, και την παραβίαση κανονισμών ασφαλείας που θέτει σε κίνδυνο ανθρώπινες ζωές.

Οδηγοί φορτηγών που κατά παράβαση κάθε εθνικού νόμου και κοινοτικής οδηγίας, υπό την ανοχή ή ακόμα και υπό την πίεση των πληρωμάτων, κοιμούνται στις κουκέτες των αυτοκινήτων στα γκαράζ των πλοίων, «παραμάγαζα» που στήνονται με εμπόρευμα τις... καμπίνες οι οποίες διπλοχρεώνονται χωρίς κανείς να γνωρίζει ποιος καρπώνεται την επιπλέον χρέωση, πλοία υπό ξένες σημαίες με ελληπτή πληρώματα στο όνομα της εξοικονόμησης του λειτουργικού κόστους αλλά και διακίνηση μεταναστών από αδίστακτα κυκλώματα τα οποία δρουν στα λιμάνια από την Πάτρα μέχρι την Ηγουμενίτσα. Πρόκειται για τα βασικά κομμάτια της ζοφερής εικόνας που αναδύθηκε τις τελευταίες ημέρες στην επιφάνεια της... Αδριατικής

**Αναπάντητα ερωτήματα:** Από τη στιγμή που οι μεταφορικές εταιρείες πληρώνουν εισιτήριο ανά φορτηγό που περιλαμβάνει -πέραν των εμπορευμάτων τον ύπο του οδηγού, ποιος εισπράττει τα χρήματα από τις καμπίνες που χρεώνονται εις διπλούν, αφού εντέλει τις πληρώνουν και οι επιβάτες που τις χρησιμοποιούν; Παλιότερα τα γκαράζ «σφραγίζονταν» και δεν μπορούσε να κατεβεί κανείς. Επειδή όμως πλέον πολλοί οδηγοί διαμαρτύρονται για την κατάσταση που επικρατεί στις καμπίνες, τους επιτρέπεται η πρόσβαση στα γκαράζ με την ανοχή των υπαλλήλων των ναυτιλιακών εταιρειών. Στην περίπτωση του Norman Atlantic οι οδηγοί των φορτηγών ήταν εκείνοι που μοίρασαν στους επιβάτες σωσίβια, ο συναγερμός δεν ενεργοποιήθηκε όταν ξέσπασε η πυρκαγιά, ενώ το πλήρωμα ασχολήθηκε ουσιαστικά με την αντιμετώπισή της δύο ώρες αργότερα.

## Παιχνίδι! Γιατί είναι σημαντικό στη ζωή του σκύλου σου

Το παιχνίδι στην ζωή του σκύλου σας είναι κάτι πολύ σημαντικό. Βοηθάει στην ανάπτυξη του σώματος του, την ψυχολογία του, την συμπεριφορά και την σχέση του μαζί σας. Το σωστό παιχνίδι βελτιώνει όχι μόνο την ζωή του σκύλου αλλά και του ανθρώπου.

Έρευνες έχουν αποδείξει πως οι γονείς που αφέρωναν πολύ χρόνο για παιχνίδι με τα παιδιά τους ανέπτυξαν πολύ πιο δυνατές σχέσεις. Το ίδιο συμβαίνει και με τους σκύλους. Σε ένα βαθμό δεν είναι το παιχνίδι που κάνει την σχέση μεταξύ σας καλύτερη. Το παιχνίδι είναι αυτό που θα χτίσει και θα βάλει γερά θεμέλια στην σχέση σας.

Τα σκυλιά μαθαίνουν και εκπαιδεύονται πιο αποτελεσματικά όταν η εκπαίδευση γίνεται σε "παιχνιδιάρικο κλίμα" ή έχει προηγηθεί παιχνίδι. Οι σκύλοι και οι άνθρωποι κρατούν πολλά από τα χαρακτηριστικά της παιδικής τους ηλικίας ακόμα και όταν μεγαλώσουν. Ένα από αυτά είναι και το παιχνίδι.

Κάθε σκύλος είναι διαφορετικός και απολαμβάνει το παιχνίδι με τον ιδιοκτήτη του με διαφορετικούς τρόπους. Επίσης τα σκυλιά της ίδιας φυλής μπορεί να μην ενδιαφέρονται για τα ίδια πράγματα. Μπορεί για παράδειγμα να έχετε ένα Labrador Retriever που δεν του αρέσει να φέρνει πράγματα πίσω (retrieve). Υπάρχουν σκυλιά που τους αρέσουν παιχνίδια που περιέχουν πολύ σωματική άσκηση και άλλα περισσότερο πνευματική. Μπορεί και τα δύο. Πάρτε παράδειγμα από τον εαυτό σας. Επειδή σας αρέσει το mountain bike αυτό δεν πάει να πει πως δεν θα απολαμβάνετε και μία παρτίδα σκάκι.

Η πνευματική υγεία του σκύλου σου είναι το ίδιο σημαντική με την σωματική και συναισθηματική του υγεία. Ο σκύλος είναι έξυπνο ζώο, παρόλα αυτά χωρίς πνευματική άσκηση το μυαλό του "γίνεται τεμπέλικο". Είναι πολύ σημαντικό να αναπτύξεις την διανοητική ικανότητα του σκύλου σου. Όσο πιο έξυπνο είναι τόσο πιο εύκολα θα μπορεί να επικοινωνεί μαζί σου.

Το χειμώνα που λόγω καιρικών συνθηκών μπορεί να χάσεις μερικές βόλτες και ο σκύλος σου είναι κλεισμένος στο σπίτι, οι ασκήσεις (παιχνίδια) πνευματικής άσκησης βοηθούν πολύ για να μην βαριέται ο σκύλος σου. Μπορείς να αυτοσχεδιάσεις. Σημασία έχει να βρεις παιχνίδια που ο σκύλος σου θα πρέπει να χρησιμοποιήσει το μυαλό του.

Τα χέρια, το σώμα, τα προσωπικά σας αντικείμενα και τα έπιπλα του σπιτιού σας δεν αποτελούν μέρος του παιχνιδιού. Φροντίστε να μάθετε στο σκύλο από μικρή ηλικία να "παίζει" με τα δικά του παιχνίδια.

**ALEXIS | BAKERY MACHINES**

**ZΥΓΟΚΟΠΤΙΚΟ 4/5 ΤΕΜΑΧΙΟΝ**

Τεχνικά Χαρακτηριστικά	4/5 PIECES DOUGH DIVIDER ROUNDER
Κόπτης - πλάστης ής ζύμης	Specifications
Δυνατότητα κοπής τεμαχίου: 60-120 gr.	Dough cutter - moulder
Δυνατότητα παραγωγής έως: 11.000 τεμ./ώρα	Cutting piece capacity: 60-120 gr.
Διαστάσεις: 1,5(M) x 1,3(Π) x 2,0(W) [μέτρα]	Capacity of up to 11.000 pcs/hr.
	Dimensions: 1,5(L) x 1,3(W) x 2,0(H) [m]

**ΣΤΟΦΑ ΜΕΤΑΛΛΙΚΗ**

Τεχνικά Χαρακτηριστικά	METALLIC PROVER
Ηλεκτρονικός πίνακας με inverter	Specifications
Δυνατότητα παραγωγής: 5.000-11.000 τεμ./ώρα	Electronic control panel with inverter
Διαστάσεις: 10,0(M) x 1,2(Π) x 2,8(W) [μέτρα]	Production capacity: 5.000-11.000 pcs/hr.
	Dimensions: 10,0(L) x 1,2(W) x 2,8(H) [m]

**ΠΑΤΗΤΗΣ ΠΙΤΩΝ**

Τεχνικά Χαρακτηριστικά	PITA BREAD FLATTENER
Κατασκευή INOX	Specifications
Ηλεκτρονικός πίνακας με inverter	INOX construction
Δυνατότητα παραγωγής έως: 11.000 τεμ./ώρα	Electronic control panel with inverter
Διαστάσεις: 3,0(M) x 1,0(Π) x 1,0(W) [μέτρα]	Capacity of up to 11.000 pcs/hr.
	Dimensions: 3,0(L) x 1,0(W) x 1,0(H) [m]

**ALEXIS | BAKERY MACHINES**

**Κατασκευή Μηχανημάτων Ελληνικής Πίτας**

**ΣΥΡΜΑΤΙΝΟ ΤΑΙΝΙΑΚΙ**

Τεχνικά Χαρακτηριστικά	WIRE MESH CONVEYOR
Taiνία INOX	Specifications
Kίνηση inverter	INOX wire mesh
Δυνατότητα παραγωγής έως: 11.000 τεμ./ώρα	Inverter movement
Διαστάσεις: 2,0(M) x 1,0(Π) x 1,0(W) [μέτρα]	Capacity of up to 11.000 pcs/hr.
	Dimensions: 2,0(L) x 1,0(W) x 1,0(H) [m]

**ΦΟΥΡΝΟΣ ΤΟΥΝΕΛ ΚΥΚΛΩΘΕΡΜΙΚΟΣ**

Τεχνικά Χαρακτηριστικά	CONVECTION TUNNEL OVEN
Taiνία φούρνου INOX	Specifications
Ηλεκτρονικός πίνακας με inverter	INOX oven strip
Δυνατότητα παραγωγής έως: 11.000 τεμ./ώρα	Electronic control panel with inverter
Διαστάσεις: 10,0(M) x 1,8(Π) x 1,8(W) [μέτρα]	Capacity of up to 11.000 pcs/hr.
	Dimensions: 10,0(L) x 1,8(W) x 1,8(H) [m]

**ΜΕΤΑΦΟΡΙΚΕΣ ΤΑΙΝΙΕΣ**

Τεχνικά Χαρακτηριστικά	CHAIN DRIVEN COOLING CONVEYOR
Μεταλλική κατασκευή INOX	Specifications
Αθρούβης	INOX metal construction
	Noiseless

**Manufacture of Machinery for Greek Pita Bread**

# Η ευκαιρία του νέου χρόνου: Πες αντίο στο παρελθόν

Γέρε χρόνε φύγε τώρα, πάει η δικιά σου η σειρά...

Η νέα χρονιά είναι μια ευκαιρία για αλλαγές, για εξέλιξη αλλά και για να αφήσουμε πίσω μας σκέψεις, γεγονότα και ενοχές. Είναι μια καλή ευκαιρία για να αλλάξουμε τη ζωή μας και να αφήσουμε στη λήθη κάθε τι που μας βαλτώνει και μας στεναχωρεί.



## Νέος χρόνος: Ήρα γι' αυτοκριτική

Ένα από τα σημαντικότερα που έχεις να κάνεις για να αλλάξεις τη ζωή σου είναι να κάνεις μια ανασκόπηση και να διορθώσεις συμπεριφορές και πρακτικές. Γιατί οι σχέσεις σου έχουν άσχημη κατάληξη; Μήπως είσαι ιδιαίτερα νευρική; Είσαι ζηλιάρα με τις φίλες; Είσαι κτητική; Μήπως γκρινιάζεις χωρίς λόγο; Άδραξε την ευκαιρία και κάνε τις απαραίτητες αλλαγές που θα σε κάνουν ευτυχισμένη.

## Βγάλε την πλερέζα κι άσε την στη άκρη

Ότι δυσάρεστο κι αν έφερε ο παλιός ο χρόνος, τώρα είναι ώρα για μια νέα αρχή. Άσε τους "πρώην" - αγαπημένους, φίλους, εργασία κτλ - στο παρελθόν και ψάξε για τους "νυν". Μπορεί να αισθάνεσαι πληγωμένη, προδωμένη, θυμωμένη ή ακόμη και ενοχική. Σταμάτα την κλάψα και προχώρα. Κάποια

πράγματα απλά συμβαίνουν και δεν υπάρχει νόημα να θρηνείς για τις χαμένες σου "αγάπες", είτε σε επίπεδο αισθηματικό, φιλικό ή ακόμη κι εργασιακό. Βάλε πλώρη και ξεκίνα!

Ακόμη κι αν πρόκειται για απώλεια ζωής αγαπημένου προσώπου, πάρε θάρρος, κράτα τα καλά, αποδέξου το θάνατο και σήκω ξανά στα οπόδια σου. Μπορεί να είναι η μεγαλύτερη στεναχώρια που βιώνεις και η μεγαλύτερη που θα βιώσεις στη ζωή σου αλλά πρέπει να ζήσεις και να προχωρήσεις με τις αναμνήσεις κι όχι με το θρήνο.

## Μάθε από τα λάθη του παρελθόντος

Πόσο συχνά μπορείς να δεις την ευκαιρία πίσω από τα λάθη σου; Τις περισσότερες φορές αντιλαμβανόμαστε τα λάθη σαν αποτυχία ενώ στην πραγματικότητα μπορούμε να τα δούμε από μια πιο θετική πλευρά. Η φετινή χρονιά μπορεί να είναι η αφετηρία για αυτοβελτίωση σε όλους τους τομείς. Κάνε μια λίστα με τα λάθη και τις αποτυχίες της περσινής χρονιάς, σκέψου τι σου δίδαξαν και τι θα μπορούσες να έχεις αποφύγει. Σίγουρα δεν μπορείς να γυρίσεις το χρόνο πίσω αλλά μπορείς να διαχειριστείς αποτελεσματικά καταστάσεις και προκλήσεις που θα έρθουν.

## Βήμα - βήμα και... τα κατάφερες

Η ζωή δεν μπορεί να αλλάξει προς το καλύτερο αν δεν προσπαθήσεις κι εσύ γ' αυτό. Κανείς δεν πρόκειται να σε σώσει, ούτε να σε οδηγήσει στη σωστή κατεύθυνση. Κάνε μια ανασκόπηση, ανακάλυψε τα "θέλω" σου, βάλε στόχους και σχεδιάσε στρατηγική για να τους πετύχεις. Ξέχνα τα λάθη, τις αποτυχίες, το τι συνέβη, πώς κατέληξαν τα πράγματα και σκέψου πώς θα τα διορθώσεις. Ακόμη κι αν όλα φαίνονται μάταια, θα δεις πως λύσεις πάντα βρίσκονται όσα εμπόδια κι αν παρεμβάλονται, αρκεί να μην πελαγώνεις και απογοητεύεσαι. Ένα βήμα τη φορά και συν Αθηνά και χείρα κίνει!

## Μην ξοδεύεις χρόνο σε ανούσια: Κοίτα μπροστά!

Το μόνο σίγουρο είναι πως οι αρνητικές σκέψεις και η παθητικότητα δεν οηγούν πουθενά. Ξεκόλλα, λοιπόν, από κάθε τι ανούσιο και σταμάτα να ξοδεύεις χρόνο σκεπτόμενη τα παλιά. Μια νέα πολλά υποσχόμενη χρονιά ξεκινά. Είναι κρίμα να την υποδεχτείς μίζερα κι αρνητικά. Σκέψου το μέλλον, κάνε σκέψεις θετικές και δούλεψε για να πετύχεις τους στόχους σου από σήμερα κιόλας!

Από τη Δήμητρα Γκούντρα



MassMutual

***Investments, Annuities, Retirement Planning***

***Registered Representatives***

***2200 E. Devon Road Suite 266, Des Plaines, IL. 60018***

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

***www(gp-financial.com***

***GP Financial provides wealth protection services first and foremost with guarantees built into each and every solution. GP Financial is an independent wealth management firm based in Chicago with over 1,000 clients and approximately \$3.2 Billion in estate plans and assets under management. We're in the business of protecting and growing wealth for individuals, professionals and business owners. Everyone's needs are a little different and we design custom solutions to solve specific client challenges. We work with the largest and strongest financial institutions in the world to offer innovative solutions for Investments, Retirement Planning, Estate Planning and Annuities. To learn more about our wealth protection and growth solutions contact a member of our management team.***

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

# Κάτω η δικτατορία της αισιοδοξίας!

Μήπως νιώθετε ότι τα εγχειρίδια αυτοβοήθειας που έχετε διαβάσει σας έχουν μετατρέψει σε κφξλιες της θετικής σκέψης; Όρα να απεξαρτηθείτε και να ανακαλύψετε μια εναλλακτική προσέγγιση της ψυχολογίας.

Αν συμπαθείτε το φθινόπωρο για το χαμηλό προφίλ του -επειδή δεν κουβαλάει



τεράστιες υποσχέσεις, αλλά πάντα φέρνει ευχάριστες εκπλήξεις ακόμα κι αν είναι τόσο μικρές όσο μια ξαφνική βροχή-, τότε εφαρμόζετε την αρχή ότι, όταν περιμένουμε λιγότερα από τη ζωή, εκείνη τελικά μας δίνει περισσότερα. Σ' αυτή την περίπτωση έχετε ήδη ασπαστεί την άποψη του βιβλίου: "Το αντίδοτο: Η ευτυχία για όσους δεν μπορούν να αντέξουν τη θετική σκέψη"

**Κεντρική ιδέα:** Η αισιοδοξία δεν είναι ο μόνος δρόμος για να φτάσουμε στην ευτυχία ή σε οποιονδήποτε άλλο στόχο μας. Το συγκεκριμένο βιβλίο επιχειρεί να καταρρίψει διάφορες θεωρίες που διαδίδουν εδώ και χρόνια τα εγχειρίδια αυτοβοήθειας. Απευθύνεται, λοιπόν, στους αμφισβητίες τους, αλλά κυρίως σε όσους τις ακολουθούν κατά γράμμα.

**Η ευτυχία το παιζει δύσκολη.** Ο συγγραφέας του Όλιβερ Μπέρκμαν, αφού έφαγε την αυτοβοήθεια με το κουτάλι ως αρθρογράφος θεμάτων ψυχολογίας κατέληξε στο εξής συμπέρασμα: το επίμονο κυνήγι της ευτυχίας όχι μόνο δεν μας φέρνει πιο κοντά της, αλλά φαίνεται να μας απομακρύνει ακόμα περισσότερο απ' αυτή. Ο δημοσιογράφος άρχισε να αναρωτιέται πού βρίσκεται το λάθος. Αμφισβήτησε ακόμα και την ίδια την ευτυχία ως αυτοσκοπό, δεδομένου ότι στη διάρκεια της Ιστορίας ούτε η θρησκεία, ούτε η φιλοσοφία, ούτε η εξελικτική ψυχολογία τής έδωσαν ποτέ ιδιαίτερη βαρύτητα. Έτσι ο Μπέρκμαν σκέφτηκε: αραγε σπαταλάμε τη ζωή μας σε μια χίμαιρα; Μέχρι και οι λίγες στιγμές που ο καθένας μας αποκαλεί «ευτυχισμένες» μοιάζουν να μας ξεγλιστρούν από τα χέρια αφού, έως όπου τις συνειδητοποιήσουμε, αυτές ανήκουν ήδη στο παρελθόν.

Αναζητώντας απαντήσεις στα παραπάνω ερωτήματα, ο Μπέρκμαν ακολούθησε -κυριολεκτικά- μια μεγάλη διαδρομή: από ένα εμψυχωτικό σεμινάριο στο Τέξας με τίτλο «Βρες το κίνητρο!», όπου ανάμεσα σε εφέ καπνού και εμβατήρια παθιασμένοι ομιλητές κήρυξαν ότι η αισιοδοξία είναι πανάκεια, μέχρι σε μια παραγκούπολη στις παρυφές του Ναϊρόμπη στην Κένυα αλλά και σε ένα ησυχαστήριο για διαλογισμό στην καρδιά των δασών της Μασαχουσέτης. Σε ποια συμπεράσματα οδηγήθηκε;

**Το παιχνίδι της πολικής αρκούδας.** Ο Ντοστογιέφσκι προκαλούσε τον αδελφό του λέγοντάς του: «Μη φέρεις στο μυαλό σου την εικόνα μιας πολικής αρκούδας

για 1'». Το μυαλό σου θα πλημμυρίσει με περισσότερα μεγάλα λευκά ζώα από όσα κυκλοφορούν στον Αρκτικό Κύκλο. Το επιβεβαιώνει και η επιστήμη: όταν προσπαθούμε να απωθήσουμε μια σκέψη, αυτή ριζώνει. Όπως μερικά βράδια που λέμε συνέχεια από μέσα μας «πρέπει να κοιμηθώ τώρα γιατί αύριο έχω πρωινό ύπνον» και καταλήγουμε να στριφογυρνάμε οληνυχτίς αυτονομούσανται στο κρεβάτι.

Τα εγχειρίδια αυτοβοήθειας, τονίζει ο Μπέρκμαν, κακώς παρουσιάζουν τη θετική σκέψη ως αναγκαία συνθήκη. Γιατί αν προσπαθήσουμε να γίνουμε ευτυχισμένοι επαναλαμβάνοντας στον εαυτό μας ότι «όλα θα πάνε καλά», μπαίνουμε στη διαδικασία να «σκανάρουμε» το μυαλό μας για αρνητικές σκέψεις, να τις φέρνουμε στην επιφάνεια και να τους δίνουμε μεγαλύτερη διάσταση από την πραγματική. Όσο δηλαδή προσπαθούμε να δραπετεύσουμε από αυτές, τόσο περισσότερο τις αφήνουμε να μας κυριεύσουν. Ο συγκεκριμένος ψυχολογικός αυτός μηχανισμός μοιάζει με ένα παιχνίδι που ονομάζεται «κινέζικη παγίδα». Μόλις τοποθετήσουμε το δάχτυλό μας στο εσωτερικό του, αυτό εγκλωβίζεται κι ο μόνος τρόπος να το απελευθερώσουμε δεν είναι να το τραβήξουμε προς τα έξω αλλά να το σπρώξουμε λίγο πιο μέσα.

**Ζόρικη η κατάσταση για αιθεροβάμονες.** Λοιπόν Καλό θα ήταν να αποδεχτούμε και το γεγονός ότι συνήθως τα πράγματα δεν εξελίσσονται όπως θα θέλαμε. Μερικές φορές μάλιστα πηγαίνουν εντελώς στραβά, οπότε η αισιοδοξία δίνει τη σκυτάλη στην απόγνωση. Αυτό δεν σημαίνει να να περνάμε την ημέρα μας φτιάχνοντας σενάρια καταστροφολογίας, αλλά να κατεβούμε από το ροζ συννεφάκι μας και να συμφιλιωθούμε με τα αρνητικά ενδεχόμενα.

Εξάλλου, η πραγματικότητα μάλλον θα είναι λιγότερο τραγική από όσο είχαμε φανταστεί. Για παράδειγμα, ακόμα κι αν χάσουμε τη δουλειά μας, πιθανότατα δεν θα λιμοκτονήσουμε. Εμπειρίες τόσο τρομακτικές όσο ο αυτοεξευτελισμός δεν φέρνουν το τέλος του κόσμου. Αν να κάνετε μια άσκηση: να πάρετε το μετρό της Νέας Υόρκης και σε κάθε στάση να λέτε φωναχτά το όνομα του σταθμού. Την έκαναν πολλοί επιστήμονες, σίγουροι ότι θα γινόταν περίγελοι. Το πιο... εφιαλτικό πράγμα που τους συνέβη ήταν να εισπράξουν μερικά....περίεργα βλέμματα.

**Η αβεβαιότητα είναι φίλη μας.** Πώς θα μπορούσαμε να απολαύσουμε τη ζωή και πόσο μάλλον να κατακτήσουμε την ευτυχία, όταν πασχίζουμε συνεχώς να ελέγχουμε κάθε πτυχή της και αποτυγχάνουμε παταγωδώς; Εξάλλου, αν η ευτυχία ταυτίζοταν με την ασφάλεια, τότε όσοι προσπαθούν να επιβιώσουν σε συνήθηκες απόλυτης φτώχειας θα έπρεπε να είναι οι πιο δυστυχισμένοι άνθρωποι του κόσμου. Και όμως συμβαίνει το αντίθετο. Σχετικές έρευνες που έχουν γίνει παγκοσμίως δείχνουν ότι τα ποσοστά κατάθλιψης και άλλων ψυχικών διαταραχών είναι χαμηλότερα στις λεγόμενες αναπτυσσόμενες χώρες.

Ο συγγραφέας δεν επαναπαύτηκε στις στατιστικές. Αποφάσισε να δει από πρώτο χέρι πώς ζουν οι λιγότερο προνομιούχοι κάτοικοι του πλανήτη. Έτσι ταξίδεψε μέχρι την Κιμπέρα, μια παραγκούπολη στην Κένυα με πληθυσμό που υπολογίζεται κάπου ανάμεσα στις 170.000 και το 1 εκατ., χωρίς τρεχούμενο νερό, χωρίς ηλεκτρικό ρεύμα, χωρίς αποχετευτικό σύστημα, με υψηλά ποσοστά εγκληματικότητας και με το 20% των ανθρώπων να έχουν διαγνωστεί ως οροθετικοί. Παρ' όλα αυτά, η κυρίαρχη εντύπωση που αποκόμισε ο Μπέρκμαν από την Κιμπέρα ήταν ότι, αντί να έχει βυθιστεί στην απόγνωση, ξεχειλίζει από δραστηριότητα. Οι κάτοικοι της δεν φαίνονται δυστυχισμένοι, αλλά συμβιβασμένοι με την κατάσταση.

Ο Μπέρκμαν πιστεύει ότι η φτώχεια δεν φέρνει στους συγκεκριμένους ανθρώπους ευτυχία, αλλά ούτε τους φορτώνει με τις προσδοκίες που δημιουργεί ο δικός μας τρόπος ζωής, όπως η αγορά ενός σπιτιού και η επαγγελματική καταξίωση. Τέτοιες έγνοιες θα ήταν γι' αυτούς πολυτελεία μπροστά στις απειλές της δυσεντερίας, του τυφοειδούς πυρετού και του AIDS. Δεν έχουμε, λοιπόν, λόγο να τους ζηλεύουμε, αλλά κάτι μπορούμε να διδαχτούμε από αυτούς: αν αποδεχτούμε την αβεβαιότητα ως θεμελιώδες στοιχείο της ζωής, θα θωρακιστούμε καλύτερα απέναντι σε αντοχότητες.

**Η λιακάδα ενός καθαρού μυαλού.** Ο καημένος ο διαλογισμός. Συνήθως παρουσιάζεται στα εγχειρίδια αυτοβοήθειας με διαστρεβλωμένη τη φιλοσοφία του: ως μέθοδος κατάκτησης της ευτυχίας ή της ηρεμίας. Ο βουδισμός λέει ότι, αντί να απολαμβάνουμε τα πράγματα που αγαπάμε όσο διαρκούν, συνηθίζουμε να κολλάμε πάνω τους και να σπαταλάμε χρόνο και ενέργεια πασχίζοντας να απωθήσουμε τη σκέψη ότι είναι εφήμερα. Η εναλλακτική που προτείνει είναι να φτάσουμε μέσω του διαλογισμού στην αποστασιοποίηση: να καταφέρουμε να παρατηρήσουμε τη ζωή μας απαλλαγμένοι από σκέψεις για το πώς πρέπει ή δεν πρέπει να είναι ή θα έπρεπε να παραμείνει. Με αυτό τον τρόπο ίσως σταματήσουμε να αγωνιζόμαστε διαρκώς να αντικαταστήσουμε τις αρνητικές σκέψεις με θετικές.

Ο Μπέρκμαν είχε τις επιφυλάξεις του, οπότε αποφάσισε να περάσει μία εβδομάδα σε ένα απομονωμένο κέντρο διαλογισμού, όπου, σύμφωνα με τους κανονισμούς, δεν επιτρέποταν ούτε το σεξ, ούτε η κατανάλωση αλκοόλ, ούτε η χρήση ίντερνετ, ούτε η μουσική, ούτε το διάβασμα, ούτε καν η επικοινωνία μεταξύ των επισκεπτών. Το καθημερινό πρόγραμμα περιλάμβανε μόνο ύπνο, φαγητό, διαλογισμό και, στο αποκορύφωμα του κεφιού, μικροδουλειές, όπως πλύσιμο των πιάτων και σκούπισμα.

Μετά τις πρώτες ώρες της απόλυτης σιωπής ο συγγραφέας άρχισε να κυριεύεται από πανικό για το πώς θα τα έβγαζε πέρα εκεί μία ολόκληρη εβδομάδα. Αλλά, καθώς περνούσαν οι μέρες, άρχισε να του συμβαίνει κάτι περίεργο: η σκέψη του σταμάτησε να πηγαίνει όρχεται συνέχεια ανάμεσα σε δυσάρεστες αναμνήσεις και μελλοντικές ανησυχίες. Ο Μπέρκμαν άρχισε να ζει στιγμές στις οποίες παρατηρούσε το παρόν με μια πρωτόγνωρη γαλήνη. Αυτή η εμπειρία τον εφοδίασε με ένα χρήσιμο εργαλείο: κάποιες φορές πλέον κατορθώνει να αφήνει τις αρνητικές σκέψεις να περνούν από το μυαλό του χωρίς να αγωνίζεται να τις αλλάξει.

# ΤΟΥΡΚΟΙ “ΔΙΑΝΟΟΥΜΕΝΟΙ” ΛΕΝΕ ΠΩΣ ΤΟΥΡΚΙΚΟ ΕΘΝΟΣ ΔΕΝ ΥΠΑΡΧΕΙ ΚΑΙ ΠΩΣ “ΤΟΥΡΚΟΣ” ΣΗΜΑΙΝΕΙ ΓΑΪΔΑΡΟΣ...

Την πραγματικά εντυπωσιακή ιστορική ομολογία ότι ο χαρακτηρισμός «Τούρκος» σήμαινε γάιδαρος στην οθωμανική εποχή και ήταν ένας άκρως υποτιμητικός χαρακτηρισμός,

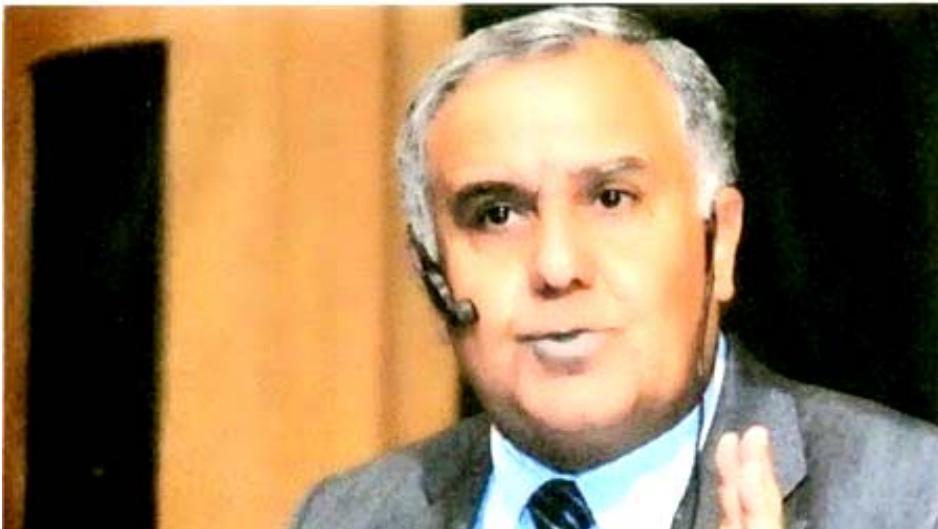
έκανε και μάλιστα σε δημόσια σύσκεψη, (1/12/2013), ο καθηγητής ιστορίας του πανεπιστήμου Ηα ι της Άγκυρας, Γεναμευιξ Υαίλύσαξ.

Ο γνωστός Τούρκος καθηγητής υποστήριξε με έμφαση ότι το να λένε οι σημερινοί κάτοικοι της Τουρκίας με υπηρηφάνεια ότι είναι Τούρκοι, είναι εκ των άνωθεν επιβολή μετά από την κατασκευή μιας τεχνητής τουρκικής εθνικής ταυτότητας από τον ίδιο τον ιδρυτή της σύγχρονης Τουρκίας, Μουσταφά Κεμάλ Ατατούρκ. Το εντυπωσιακό είναι ότι οι δηλώσεις αυτές του Τούρκου καθηγητή ήρθαν αμέσως μετά την επίσης πρωτοφανή δήλωση- ομολογία,

(29/11/2013), που έκανε σε ένα δημόσιο πάνελ στο πανεπιστήμιο της Βαστφου ο αρθρογράφος της τουρκικής εφημερίδας, εξι αζαλ και μέλος της κεντρικής επιπροπής του ισλαμικού κόμματος του Ταϊπ Ερντογάν, καθηγητής, απις Αλιας, ο οποίος δήλωσε ότι δεν υπάρχει και δεν υπήρξε ποτέ... τουρκική φυλή. Οι δυο αυτοί διανοούμενοι κυριολεκτικά «τάραξαν τα νερά» της τουρκικής επικαιρότητας. Συγκεκριμένα ο καθηγητής ιστορίας Γεναμευιξ Υαίλύσαξ μιλώντας σε μια

**Radikal**

Profesör Taşkıran: Osmanlı'da Türk'e 'Eşek Tür



δημόσια διάσκεψη που οργανώθηκε στην πόλη της Αττάλειας για τον Κεμάλ Ατατούρκ από τον δήμαρχο και με την συμμέτοχη της γνωστής τουρκικής εθνικιστικής οργάνωσης, Γκρίζοι Λύκοι, αποστόμωσε κυριολεκτικά το ακροατήριο του δηλώνοντας με έμφαση πως η ιστορική αλήθεια είναι ότι η λέξη Τούρκος ήταν ύβρις και σήμαινε με λίγα λόγια... γάιδαρος, ενώ ήταν μεγάλη ντροπή κάποιος να χαρακτηρίζονταν σαν Τούρκος.

Σύμφωνα με τις ιστορικές μελέτες και μετά από δεκαετίες αυστηρής λογοκρισίας αποκαλύπτεται η ιστορική πραγματικότητα για την έννοια Τούρκος και τι σήμαινε αυτή επί οθωμανικής εποχής. Όπως αναφέρεται, μέχρι το 1876 η λέξη Τούρκος δεν απαντούσε πουθενά στα επίσημα έγραφα της Οθωμανικής αυτοκρατορίας. Ο ίδιος ο Πορθητής αναφέρονταν σαν, «Ηγεμόνας των Ρωμιών», ενώ πολλοί ιστορικοί υποστηρίζουν ότι ήταν Έλληνας από μητέρα. Άλλα το πιο εκπληκτικό ήταν πως οι διανοούμενοι της Οθωμανική αυτοκρατορίας, οι πτοιητές και οι μορφωμένοι του παλατιού έδειχναν σε κάθε ευκαιρία τον αποτροπιασμό τους και την αποστροφή τους προς κάθε τι που εμφανίζονταν σαν τουρκικό. Ο μεγάλος Οθωμανός πτοιητής, Μπακί, της εποχής του Σουλεϊμάν του Μεγαλοπρεπή, στο αποκορύφωμα της αυτοκρατορίας, είχε γράψει ένα έκπληκτο ποίημα για τους Τούρκους και έλεγε τα εξής χαρακτηριστικά : «Κανένα στέμμα δεν μπορεί να στέψει τον κάτοχο ένδειας και πενίας. Όποιος ανήκει στην τουρκιά, έχει αγύριστο κεφάλι. Ο Τούρκος στερείτε ικανότητας να ηγεμονεύσει». Ένας άλλος γνωστός Οθωμανός πτοιητής, ο Νεφ, είχε πει, « Ο Θεός έχει στερήσει την πηγή της γνώσης από τους Τούρκους». Ο Οθωμανός λόγιος, Χαφίζ Αχμέτ Τσελεμπτί είχε γράψει το 1499 αυτές τις πράγματα πολύ χαρακτηριστικές φράσεις, «Μην τύχει και λογιάσεις τον Τούρκο ως άνθρωπο. Αν κατά τύχη βρεθεί ζάχαρη σε χέρι Τούρκου, αυτή μετατρέπεται σε δηλητήριο. Μην θλίβεσαι καθώς αποκεφαλίζεις Τούρκο. Και πατέρας να' ναι μην διστάσεις να σκοτώσεις τον Τούρκο». Οθωμανοί λόγιοι, όπως ο Ναϊμά ή ο Οθωμανός ιστορικός, Κεριμεντίν Μαχμούντ, από το Άκσαράι, χαρακτηρίζαν τους Τουρκογενείς σαν καθυστερημένους, πνευματικά βάρβαρους, θεομπάιχτες, αγύρτες, βρώμικους. Χαρακτηριστικό είναι τα όσα αναφέρει ο Κεριμεντίν Μαχμούτ, «Τούρκοι, σκυλιά, λύκοι, κάνουν τον άγριο, αλλά όταν έρθει η στιγμή να αντιμετωπίσουν τον αντίπαλο το βάζουν στα πόδια». Μετά από όλα αυτά όπως υποστήριξε και ο Γεναμευιξ Υαίλύσαξ το να επαναλαμβάνουμε σήμερα το ρητό του Κεμάλ, «Τι ευτυχής να λέω πως είμαι Τούρκος», είναι αν μη τι άλλο μια ιστορική ειρωνεία γιατί ο Τούρκος ήταν το πιο υποτιμητικό και βρώμικο στοιχείο στην οθωμανική αυτοκρατορία.

Αυτά για να μαθαίνουν και εδώ στην Ελλάδα όλοι αυτοί οι νεόκοποι τουρκολάγνοι, ραγιαδόφρωνες πολιτικοί και δήμαρχοι και οι όλοι οι αποβλακωμένοι εκστασιαζόμενοι από τις τουρκικές τηλεοπτικές ηλιθιότητες, ποια είναι η ιστορική αλήθεια για τους Τούρκους. Η ιστορία δεν διαστρεβλώνεται και όταν παραποιείται, έρχεται η ώρα της ιστορικής δικαίωσης και ιστορικής «εκδίκησης».

# Γεωπολιτικά παιχνίδια πίσω από τις τιμές του πετρελαίου

Η ΠΟΡΕΙΑ ΤΟΥ ΜΠΡΕΝΤ ΤΟ ΤΕΛΕΥΤΑΙΟ ΕΞΑΜΗΝΟ (δολ./βαρέλι)



Σε γεωπολιτικούς λόγους αποδίοτει από τους αναλυτες η καθετη πτώση των πετρελαϊκών τιμών τους τελευταίους μήνες, καθώς οι πετρελαιοπαραγωγές χώρες προσπαθούν να αποκτήσουν το... πάνω χέρι στην παγκόσμια αγορά του «μαύρου χρυσού». «Το φθηνό πετρέλαιο είναι η απάντηση του ΟΠΕΚ στον αμερικανικό ανταγωνισμό», δήλωσε πρόσφατα ο γενικός γραμματέας του Οργανισμού Ελ Μπαντρί.

Πρόκειται κυρίως για ένα «παιχνίδι» μεταξύ της Σαουδικής Αραβίας και των ΗΠΑ, καθώς οι Αραβες δεν επιθυμούν να επεκταθεί η χρήση σχιστολιθικού πετρελαίου (το λεγόμενο fracking) από τους Αμερικανούς και κάνουν ό,τι μπορούν προκειμένου να καταστήσουν τις επενδύσεις αυτές... ασύμφορες. Από την άλλη πλευρά πετυχαίνουν «πλήγμα» σε δύο κοινούς «εχθρούς» στην πετρελαϊκή «σκακιέρα», όπως είναι η Ρωσία και το Ιράν, χώρες οι οποίες ήδη «ταλαιπωρύνται» από τις κυρώσεις των... Διτικών.

Η πτώση της τιμής του μπρεντ κάτω ακόμη και από τα επίπεδα των 60 δολαρίων/βαρέλι, δηλαδή στα χαμηλότερα επίπεδα από τον Μάιο του 2009, μπορεί να μειώνει τα κέρδη των πετρελαιοπαραγωγών χωρών του ΟΠΕΚ, ωστόσο, όπως φάνηκε και από την τελευταία τους απόφαση για διατήρηση της παραγωγής τους, στη φάση αυτή προέχει η αύξηση των πωλήσεων και όχι των κερδών. Και κυρίως να μην επιτρέψουν σε μία σαφώς ακριβότερη διαδικασία παραγωγής πετρελαίου όπως είναι αυτή μέσω των σχιστολιθικών πετρωμάτων, να αποσπάσει σημαντικό μερίδιο στην παγκόσμια ενεργειακή αγορά.

Σημαντικό ρόλο στη διαμόρφωση του νέου ενεργειακού τοπίου στον πλανήτη «παιζεί» και η Ευρώπη, η οποία είναι πολύ πιθανόν από την επόμενη χρονιά να ξεκινήσει την εισαγωγή σχιστολιθικού αερίου (shale gas) από τις ΗΠΑ.

Μια τέτοια εξέλιξη στοχεύει στη σταδιακή απεξάρτηση της Ευρώπης από το ρωσικό φυσικό αέριο και στην ενίσχυση της βιομηχανίας από τη χρήση του φθηνότερου καυσίμου. Σε γενικές γραμμές, Ευρωπαϊκή Ενωση και ΗΠΑ θα μπορέσουν να ανταγωνιστούν καλύτερα τις αναδυόμενες οικονομίες (Κίνα, Ινδία, Ρωσία, Βραζιλία κ.λπ.) οι οποίες πιθανόν θα συνεχίσουν να χρησιμοποιούν τη συμβατική ενέργεια (πετρέλαιο, φυσικό αέριο).

Ορισμένα κράτη-μέλη του ΟΠΕΚ, όπως π.χ. το Ιράν, η Βενεζουέλα, η Αλγερία και ο Ισημερινός δεν έχουν τις ίδιες «αντοχές» με τους Σαουδάραβες (μαζί με τα Ηνωμένα Αραβικά Εμιράτα, το Κουβέιτ και το Κατάρ) και θα πιέσουν ακόμη περισσότερο για μείωση της παραγωγής ώστε να βάλουν ένα «φρένο» στην πτώση των πετρελαϊκών τιμών. Αυτός είναι και ο λόγος για τον οποίο όλοι οι αναλυτές αναμένουν άνοδο των πετρελαϊκών τιμών το 2015 σε σχέση με τα τρέχοντα επίπεδα, μολονότι οι εκτιμήσεις τους είναι αναθεωρημένες προς τα κάτω σε σχέση με το πρόσφατο παρελθόν.

## «Αφήσαμε τον Δούλη και πήραμε άλλον» είπαν οι διασώστες.



Τις δραματικές στιγμές της προσπάθειας διάσωσης των ανθρώπων που βρίσκονταν την φυσούντα στην οποία παγιδεύτηκε το ζεύγος Δούλη, περιέγραψαν οι ίδιοι οι Ιταλοί διασώστες στα ανίψια του ζευγαριού.

Έχοντας σαν όπλο την γνώση της γλώσσας, «βρήκαν τους διασώστες και είπαν κάποια πράγματα. «Οταν περισυνέλεγαν τη νύφη μου (σ.σ. τη σύζυγο του Γ.Δούλη), γύρισε και τους είπε ότι «είναι και ο άντρας μου μέσα». Ήταν χτυπημένος στο πρόσωπο, ματωμένος. Αυτός που διέσωσε τη νύφη μου π

SEASON'S GREETINGS FROM

# Central Society Tsipianiton of Chicago



**Η Νεστάνη Πανέμορφη με τα χιονισμένα αγέρωχα βουνά που  
την περιζώνουν στέκεται αγέραστη στο διάβα του χρόνου.**

Ο ΠΡΟΕΔΡΟΣ

**TOM DIAMOND**

**ΚΑΙ ΤΑ ΜΕΛΗ ΤΟΥ ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΟΥ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟΥ  
ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ**

**ΕΥΧΟΝΤΑΙ**

**ΣΤΟΥΣ ΑΠΑΝΤΑΧΟΥ ΤΣΙΠΙΑΝΙΤΕΣ  
ΚΑΙ ΤΟΥΣ ΟΜΟΓΕΝΕΙΣ**

**ΚΑΛΑ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ  
ΕΥΤΥΧΕΣ ΤΟ ΝΕΟΝ ΕΤΟΣ**

## Άψογα καραμελωμένα ψητά λαχανικά

Η αλήθεια είναι πως τα καραμελωμένα λαχανικά δίνουν άλλη γεύση σε σαλάτες ή γαρνιτούρες. Θέλεις να τα φτιάξεις και δεν ξέρεις τον τρόπο;

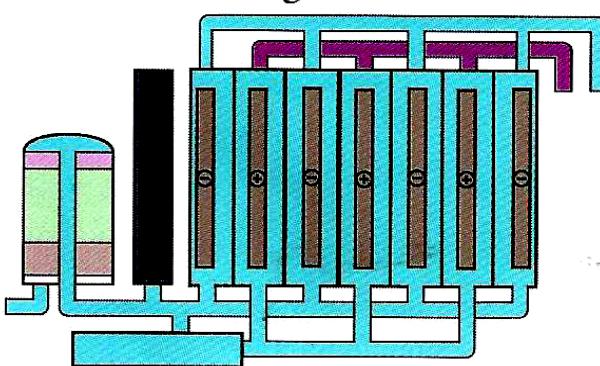
Η διαδικασία είναι εξαιρετικά απλή αρκεί να προσέξεις μερικά σημεία. Καταρχήν για να καραμελώσουν γρήγορα και σωστά τα λαχανικά ο φούρνος πρέπει να είναι προθρημασμένος και το ταψί καυτό!



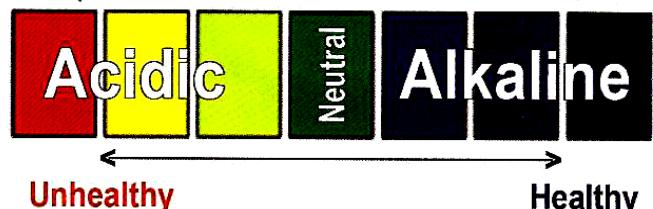
Ανάβεις το φούρνο σε δυνατή θερμοκρασία και βάζεις μέσα ένα άδειο ταψί. Το αφήνεις για τουλάχιστον 10 λεπτά έτσι ώστε να κάψει αρκετά. Στο μεσοδιάστημα έχεις ήδη κόψει τα λαχανικά που θέλεις να καραμελώσεις, τα έχεις βάλει σε μπολ και τα έχεις πασπαλίσει με λάδι και αλατοπίπερο ανακατεύοντάς τα καλά. Βγάζεις το ταψί από το φούρνο και ρίχνεις μέσα τα λαχανικά. Αφού τ' απλώσεις ξαναβάζεις το ταψί στο φούρνο σε πολύ δυνατή θερμοκρασία και στη μεσαία σχάρα κια τα αφήνεις για ένα τεταρτάκι.

Δοκίμασέ το και δε θα χάσεις! Με τον τρόπο αυτό θα έχεις τέλεια ψητά λαχανικά άψογα καραμελωμένα.

### A Look At The Enagic Ionization Process



Scientists have discovered that running water past magnetically charged plates makes it possible to separate water into two streams; one that is alkaline and one that is acidic.



To Learn More About The Benefits  
of Kangen Water® Contact:

*Jozefa  
J.k. healthy living 4 u, inc.  
902 Glenwood lane  
Glenview, IL 60025  
Phone: (224) 425-0101*

### Specializing in NON-SURGICAL Treatment of VARICOSE VEINS



Stamatis (Tom) Dimitropoulos, M.D.  
Board Certified

**FREE**  
Vein Screening

Mention Code VNUMC

Μιλαμε Ελληνικού

## VEIN CENTER

UNIVERSITY MEDICINE AND CARDIOLOGY\*

[WWW.UNIVERSITY-MED.COM](http://WWW.UNIVERSITY-MED.COM)

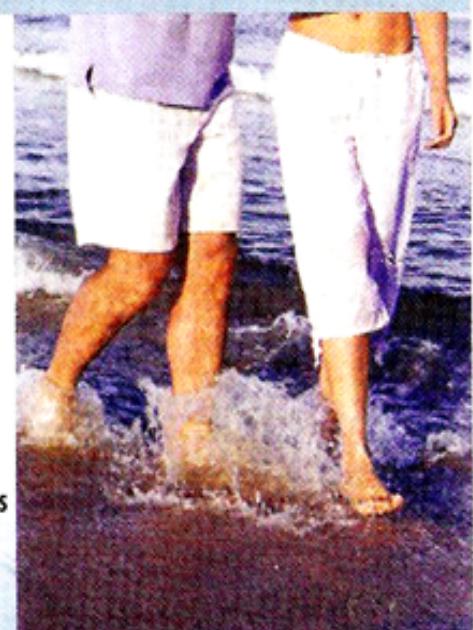
8110 S. Cass Ave. 4605 W. Golf Rd  
Darien, IL 60561 Skokie, IL 60076  
(630) 963-4000

- Varicose Veins:**
- Not always a cosmetic issue
  - Can lead to heavy, swollen, itching, painful legs, and possibly ulceration.

- Non-Surgical Treatment of Varicose Veins:**
- No painful vein stripping
  - No surgical scars
  - Fast and mild recovery

- Accepting:**
- Most Insurances
  - Medicare Assignments
  - Self-Pay Welcome
  - Financing Available

\*As Seen In Chicago Magazine • Se Habla Espanol



**Αν αισθάνεσθε πόνους στα πόδια, πρήξιμο, αν έχετε κιρσούς ή βάρος, κούραση, έλκη ή αλλαγές στο δέρμα των ποδιών σας, ο γιατρός Σταμάτης Δημητρόπουλος, ως εξειδικευμένος στα καρδιαγγειακά νοσήματα, θα αναλάβει στο γραφείο του, την θεραπεία των ποδιών σας. Η θεραπευτική αγωγή που εφαρμόζει, ανάλογα με την περίπτωση, είναι η πλέον ανώδυνη και χωρίς εγχείρηση.**

## ΔΕΚΤΕΣ ΟΙ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΕΣ ΑΣΦΑΛΕΙΕΣ

**Για ραντεβού τηλεφωνείστε στον αριθμό του γρφείου που σας εξυπηρετεί.**

# Creative Printing & smart ideas

flyers

φυλλάδια

menus

μενού

banners

μουσαμάς

embroidery

κέντημα

screen printing

μεταξοτυπία

jackets

μπουφάν

t-shirts

μπλούζες

printing

εκτύπωση

calendar

ημερολόγια

ταχύτητα, ποιότητα, οικονομικές τιμές

-Nikolaos Parnassos

3406 N.Cicero Ave, Chicago, IL 60641  
ph: (773) 481-6522 fax: (773) 481-6523  
cell: (773) 709-2517  
creativeprintingsi@att.net

PRINTING & DESIGN

## 50 Years and still going strong!

Invest in an insured CD at a great rate.

**2.00%** APY\*

**5-Year CD**  
\$1,000 Minimum



**PARKWAY BANK**

What a Community Bank Should Be.

Talk to a Personal Banker about opening your CD today!

\*Annual Percentage Yield (APY) is effective as of 2/18/14 and may be cancelled at any time without notice. Minimum investment to open the account and obtain the stated APY is \$1,000. Maximum of \$50,000 on transfers from existing CDs and other accounts. A penalty applies for early withdrawal. Interest is compounded daily and paid annually. If the CD is not redeemed at maturity it will automatically roll into a 5-year CD at the then current rate. IRAs and commercial accounts are not eligible. Please see a Personal Banker for details.



[www.ParkwayBank.com](http://www.ParkwayBank.com)

Η ΤΡΑΠΕΖΑ  
ΤΩΝ ΕΛΛΗΝΟΑΜΕΡΙΚΑΝΩΝ ΤΟΥ ΣΙΚΑΓΟΥ

## Η ΜΕΓΑΛΥΤΕΡΗ ΑΠΕΙΛΗ ΤΗΣ ΔΕΚΑΕΤΙΑΣ

# Καμπανάκι της Europol: 5.000 ευρωπαίοι στο Ισλαμικό Κράτος

Η Ευρώπη βρίσκεται αντιμέτωπη με τη μεγαλύτερη απειλή τουλάχιστον της τελευταίας δεκαετίας, προειδοποίησε ο επικεφαλής της Ευρωπαϊκής Αστυνομικής Υπηρεσίας (Europol), Ρομπ Γουάινραϊτ, αναφερόμενος στο γεγονός ότι έως και 5.000 Ευρωπαίοι έχουν ενταχθεί στις τάξεις του Ισλαμικού Κράτους και πολεμούν στη Συρία, θέτοντας σε κίνδυνο τις πατρίδες τους, όπως έκρινε.

Ο Γουάινραϊτ επανέλαβε τις προειδοποίησεις επικεφαλής των μυστικών υπηρεσιών και ορισμένων πολιτικών ηγετών ότι ευρωπαϊκές υπηρεσίες ασφαλείας έχουν «κενά» από επιχειρησιακή άποψη, κάπι που πιθανόν εκθέτει



τις χώρες αυτές σε κίνδυνο.

Πρόκειται «ασφαλώς για την πιο σοβαρή απειλή που έχει αντιμετωπίσει η Ευρώπη μετά την 11η Σεπτεμβρίου (2001)», είπε ο Γουάινραϊτ μιλώντας ενώπιον μιας επιτροπής του βρετανικού κοινοβουλίου.

Πολλές ευρωπαϊκές χώρες έχουν τεθεί σε κατάσταση επιφυλακής μετά τις επιθέσεις που πραγματοποίησαν την περασμένη εβδομάδα ένοπλοι ισλαμιστές στο Παρίσι, στις οποίες σκοτώθηκαν 17 άνθρωποι. Η Γαλλία ανέπτυξε 10.000 στρατιωτικούς.

Ευρωπαίοι αξιωματούχοι υπηρεσιών ασφαλείας προειδοποιούσαν εδώ και καιρό ότι οι ριζοσπαστικοποιημένοι μαχητές που έχουν ταξιδέψει στη Συρία και επιστρέφουν στις χώρες τους μπορεί να εγείρουν σοβαρή απειλή για αυτές. Ο Γουάινραϊτ επισήμανε περίπου 3.000-5.000 Ευρωπαίοι ίσως επιστρέψουν στις πατρίδες τους με σκοπό να διαπράξουν επιθέσεις παρόμοιες με αυτές στην πρωτεύουσα της Γαλλίας.

Ο ίδιος είπε στους Βρετανούς κοινοβουλευτικούς ότι η Europol έχει καταρτίσει μια βάση δεδομένων με τα ονόματα τουλάχιστον 2.500 υπόπτων.

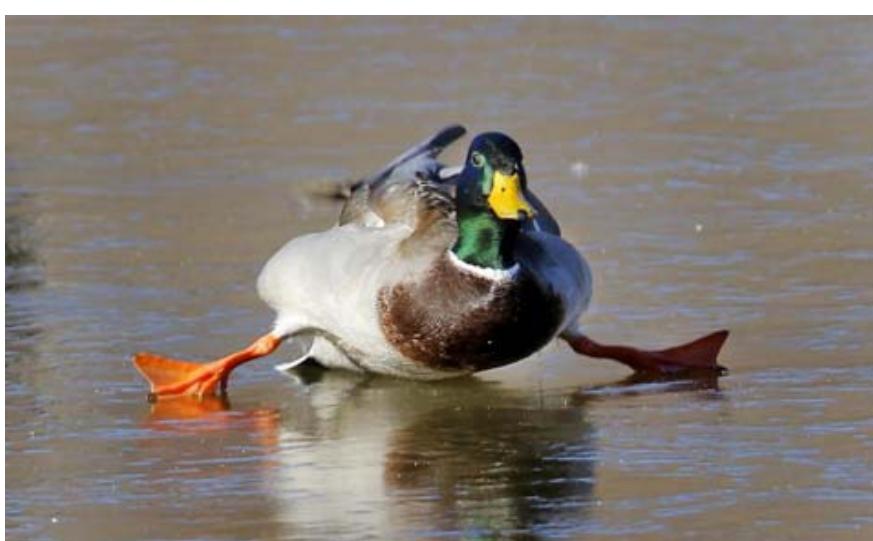
Ο Γουάινραϊτ προειδοποίησε επιπλέον για τον κίνδυνο που εγείρουν πυρήνες εν υπνώσει, τονίζοντας ότι οι δύο ένοπλοι που έφεραν εις πέρας την επίθεση στην εβδομαδιαία γαλλική σατιρική εφημερίδα Σαρλί Εμπντό, οι αδελφοί Σερίφ και Σαΐντ Κουασί είχαν ταξιδέψει το 2011 στην Υεμένη προκειμένου να εκπαιδευτούν από τζιχαντιστές.

«Το πρόβλημα που αντιμετωπίζουμε το τρέχον διάστημα δεν αφορά μόνο τη Συρία και το Ιράκ, αφορά και άλλα τρομοκρατικά δίκτυα σε όλον τον κόσμο, στην Αφρική, ή στην Αραβική Χερσόνησο για παράδειγμα παραδείγματος χάριν, όπου υπάρχουν βραχίονες της αλ Κάιντα», ανέφερε.

Ο ίδιος ανέφερε πως η υπηρεσία του έχει διαβιβάσει «60 επείγοντα σήματα» με πληροφορίες για υπόπτους μετά τις επιθέσεις.

Ο πρωθυπουργός της Βρετανίας Ντέιβιντ Κάμερον υποσχέθηκε να δώσει στις υπηρεσίες ασφαλείας και πληροφοριών περαιτέρω δυνατότητες για την παρακολούθηση των επικοινωνιών στο Διαδίκτυο, μετά τις σχετικές εκκλήσεις στελεχών των μυστικών υπηρεσιών.

Ο Γουάινραϊτ ωστόσο επισήμανε ότι οι υπηρεσίες επιβολής του νόμου δεν έχουν πρόσβαση στις κρυπτογραφημένες διαδικτυακές επικοινωνίες. «Η πραγματικότητα είναι ότι στην παρούσα φάση, οι αρχές δεν διαθέτουν τις δυνατότητες οι οποίες είναι απαραίτητες, κατά τη γνώμη μου, για να προστατεύουν πλήρως την κοινωνία από τέτοιου είδους απειλές», είπε.



Όταν ακόμα και οι γνώστες δεν τα καταφέρνουν. Άτιμο πράγμα ο πάγος. Προσοχή αυτές τις μέρες λοιπόν γιατί εκεί που δεν το περιμένεις, γλιστράει. Όσο για την πάπια της φωτογραφίας, την πάτησε σαν πρωτάρης σε παγωμένη λίμνη της Οκλαχόμα.

## Πόσο ύπνο χρειάζεσαι πραγματικά;



Ο αγαπημένος σου σε λέει “υπναρού” και συ μάταια προσπαθείς να του εξηγήσεις ότι δεν φταις εσύ, αλλά η γυναικεία φύση σου. Όσο παράξενο και αν ακούγεται, οι επιστήμονες συμφωνούν μαζί σου πλέον και σύμφωνα με μια νέα έρευνα, υποστηρίζουν πως τα θηλυκά χρειάζονται κάποια λεπτά ύπνου παραπάνω καθημερινά.

### Η έρευνα:

Υπεύθυνος για την επίμαχη έρευνα είναι ο βρετανός καθηγητής Τζιμ Χορν (Jim Horne), που εκτός από διευθυντής του Ερευνητικού Κέντρου Ύπνου στο Πανεπιστήμιο του Λούμπορου (Loughborough) είναι και συγγραφέας του βιβλίου ‘Sleepfaring: A Journey Through The Science Of Sleep’.

### Ο ύπνος σου ανήκει διακαιωματικά:

Ο Χορν δικαιώνει τα θηλυκά αυτού του κόσμου, υποστηρίζοντας ότι οι γυναίκες χρειάζονται 20 λεπτά περισσότερο ύπνου ημερησίως, σε σχέση με τα αρσενικά. Αυτό συμβαίνει κυρίως, επειδή οι γυναίκες φαίνεται πως διαθέτουν ένα πολύ πιο πολυάσχολο εγκέφαλο, ο οποίος καλείται να αντεπεξέλθει σε περισσότερα καθήκοντα και υποχρεώσεις. Αν σκεφτεί κανείς ότι μία από σημαντική λειτουργία του ύπνου είναι να επιτρέπει στον εγκέφαλο να ξεκουράζεται και να γεμίζει τις μπαταρίες του και να επιδιορθώνει τυχόν αστοχίες και προβλήματα, καταλαβαίνει κανείς ότι εμείς τα κορίτσια έχουμε ανάγκη για περισσότερη ξεκούραση!

“Κατά τη διάρκεια του ύπνου ο φλοιός του μυαλού, ο οποίος είναι υπεύθυνος μεταξύ άλλων για τη σκέψη, τη μνήμη και τη γλώσσα, αποδεσμεύεται από τις αισθήσεις και εισέρχεται σε διαδικασία αυτο-επιδιόρθωσης. Όσο μεγαλύτερο μέρος του εγκεφάλου του χρησιμοποιεί κάποιος κατά τη διάρκεια της ημέρας, τόσο περισσότερη ξεκούραση χρειάζεται κατά τη διάρκεια της νύχτας”.

### Και να είσαι και γυναίκα:

Σύμφωνα με τον καθηγητή, οι γυναίκες φύσει πολυάσχολες, γι' αυτό και χρησιμοποιούν μεγαλύτερο μέρος του εγκεφάλου τους σε σχέση με την πλειοψηφία των αδρών. Έτσι ευνόητο γίνεται ότι έχουν ανάγκη και από περισσότερο ύπνου.

Ταυτόχρονα, η έρευνα υποστηρίζει ότι ο εγκέφαλος των γυναικών έχει μια πιο πολύπλοκη δομή και δικτύωση σε σχέση με εκείνη των ανδρών, γεγονός που επιτάσσει και διαφορετικές ανάγκες σε ό,τι αφορά τον ύπνο.

Για παράδειγμα, ακόμα ένα άντρας με μια δύσκολη δουλειά, που απαιτεί την λήψη πολλών αποφάσεων και χρειάζεται να σκέφτεται τα πράγματα πιο πολύ, ίσως να χρειάζεται περισσότερο ύπνου από τα υπόλοιπα αρσενικά, αλλά και πάλι δεν θα φτάσει τις ανάγκες μιας γυναίκας για ύπνου.

### 20 λεπτάκια παραπάνω:

Ο μέσος χρόνος επιπλέον ύπνου που χρειάζονται οι γυναίκες φτάνει στα 20 λεπτά. Η εξήγηση του καθηγητή Χορν σχετικά με τις ανάγκες ύπνου των ανδρών όσο και γυναικών, μπορεί να δώσει απαντήσεις και στο γιατί ο εγκέφαλος των ανδρών γερνά πιο γρήγορα από τον γυναικείο.

“Μια γυναίκα στην ηλικία των 75 ετών έχει εγκεφαλική ηλικία παρόμοια με εκείνη ενός 70χρονου άνδρα. Το γιατί δεν το γνωρίζουμε επακριβώς”, τονίζει ο Χορν.

Αλαφροϊσκιωτή και άυπνη: αν ανήκεις στις γυναίκες που έχουν ευαίσθητα αυτιά, και χυπνούν εύκολα, τότε τα πράγματα είναι ακόμα πιο δύσκολα για εσένα και τον ύπνο που κάνεις. Ειδικά οι μητέρες, φαίνεται ότι είναι πιο ευαίσθητες στο κλάμα του μωρού τους, γι, αυτό και χυπνούν πιο εύκολα για να το φροντίσουν όταν κλαίει.

Ελαφριά και άυπνη: σύμφωνα με ειδικούς της Αμερικανικής Ακαδημίας Ιατρικής Ύπνου, όταν ένα ζευγάρι μοιράζεται το ίδιο κρεβάτι, ο πιο ελαφρύς (συνήθως η γυναίκα) κινείται περισσότερο και χυπνά ευκολότερα σε σχέση με το πιο βαρύ αρσενικό.

Κι αν υπνήσεις; Σύμφωνα με έρευνα του Πανεπιστημίου του Σάρει (Surrey), οι γυναίκες που χυπνούν στον ύπνο τους, δυσκολεύονται πιο πολύ περισσότερο να ξανακοιμηθούν στη μέση της νύχτας, γεγονός ου δυσκολεύει ακόμα περισσότερο την ανάγκη που αισθάνεσαι για έναν ώρεμο και ξέγνοιαστο ύπνο. Η εν λόγω έρευνα, υποστηρίζει ότι 18% των γυναικών που συμμετείχαν, υποστηρίζαν πως κακοκοιούνται τουλάχιστον 5 φορές την εβδομάδα, σε σχέση με το ποσοστό των ανδρών που φτάνει μόλις το 8%. Οι περισσότερες γυναίκες αντιμετωπίζουν δυσκολία στον ύπνο εξαιτίας του άγχους και των προβλημάτων που τους απασχολούν κατά τη διάρκεια της ημέρας.

Αν πάλι, κακοκοιούμεθείς, δεν χρειάζεται να αναπληρώσεις τον ύπνο οπου έχασες με το να κοιμηθείς την επόμενη ημέρα για 14 ώρες. Οι επιστήμονες επισημαίνουν ότι ο εγκέφαλός σου χρειάζεται περίπου το 1/3 του ύπνου που έχασες για να λειτουργήσει σωστά, ενώ και μια μεσημεριανή σιέστα (1-2 ώρες) είναι αρκετή για να ανακουφιστείς άμεσα από την κόπωση, σωματική ή πνευματική!

# Κινητά αυξάνουν την εγκεφαλική δραστηριότητα



Λίγη ώρα πριν από την επιβίβαση στο αεροπλάνο, μια γρήγορη ματιά στο «έξυπνο» κινητό. Και όμως, η συνήθειά μας αυτή μεταβάλλει τη λειτουργία του εγκεφάλου.

Ο ανθρώπινος εγκέφαλος μεταβάλλεται από τη σύγχρονη τεχνολογία. Ειδικότερα, όπως σημειώνουν Ελβετοί ερευνητές, ο ανθρώπινος εγκέφαλος προσαρμόζεται στην τεχνολογία της οιόνης αφής που διαθέτουν τα «έξυπνα» κινητά. Για να καταλήξουν στα συμπεράσματά τους, οι ερευνητές χρησιμοποίησαν τη μέθοδο του ηλεκτροεγκεφαλογράφηματος καταγράφοντας κατά τον τρόπο αυτό την εγκεφαλική δραστηριότητα των εθελοντών υπό διαφορετικές συνθήκες. Επι, διαπίστωσαν σαφείς ουσιώδεις διαφορές ανάμεσα στους χρήστες «έξυπνων» κινητών και σε αυτούς που διαθέτουν και χρησιμοποιούν παλαιότερα «συμβατικά» κινητά τηλέφωνα.

Οπως διαπιστώθηκε, οι χρήστες των «έξυπνων» κινητών έχουν περισσότερο συντονισμένα δάχτυλα και αντίχειρες. Οι επιστήμονες διαβάζοντας τα ηλεκτροεγκεφαλογράφηματα προσπάθησαν να «παρακολουθήσουν» τα μηνύματα ανάμεσα στον εγκέφαλο και στα χέρια μέσω των νεύρων. Επι, κατάφεραν να δημιουργήσουν ένα χάρτη του εγκεφάλου στον οποίο να μπορεί κάποιος να δει πόσος εγκεφαλικός ιστός χρησιμοποιείται από κάθε περιοχή του ανθρώπινου σώματος. Τα αποτελέσματα υποδεικνύουν σαφείς διαφορές ανάμεσα σε αυτούς που χρησιμοποιούν τηλέφωνα με οθόνες αφής και σε αυτούς που έχουν συμβατικά κινητά.

Οι χρήστες των «έξυπνων» κινητών φαίνεται να εμφανίσαν μεγαλύτερη εγκεφαλική δραστηριότητα ως απάντηση της μηχανικής επαφής με τον αντίχειρα, τον δείκτη και το μέσο δάχτυλο. Και η δραστηριότητα της εγκεφαλικής περιοχής είναι ανάλογη της συχνότητας με την οποία χρησιμοποιούσαν την οιόνη αφής. Οσο συχνότερα το έπρατταν τόσο μεγαλύτερη ήταν η εγκεφαλική δραστηριότητα.

Οπως λέει χαρακτηριστικά ο συντονιστής της ερευνητικής ομάδας, Αρκο Γκος, του Ινστιτούτου Νευροπληροφορικής του Πανεπιστημίου της Ζυρίχης, προκαλεί πραγματική κατάπληξη η κλίμακα των μεταβολών που επέφερε η χρήση «έξυπνων» κινητών και οι επιστημονικές διαπιστώσεις απλώς υποδεικνύουν κατά τον καλύτερο τρόπο πόσο πολύ τα κινητά τηλέφωνα και ιδιαίτερα τα «έξυπνα» έχουν μπει στη ζωή μας.



**Εκκολαπτόμενη καλλονή.** Απαστράπτουσες, εορταστικές και πανύψηλες οι γυναίκες της οικογένειας Obama συμμετείχαν μαζί με τον πρόεδρο στην φιλανθρωπική τηλεοπτική εκπομπή «Christmas in Washington» που σκοπό έχει να βοηθήσει το Children's National Medical Center. Δίπλα στον πρόεδρο Obama η μεγαλύτερη του κόρη Malia, έκλεψε τις εντυπώσεις με την μεταμόρφωσή της από κορίτσι σε νεαρή γοητευτική δεσποινίδα. REUTERS/Jonathan Ernst.

# Ντόροθι Κινγκ: Καλύτερα «Ελληνίδα πόρνη» παρά Skopjedonian



Οι Σκοπιανοί αποκάλεσαν «ελληνίδα πόρνη που κρύβει την αλήθεια» την Αμερικανίδα αρχαιολόγο ...Ντόροθι Κινγκ. Η γνωστή σε όλο τον κόσμο αρχαιολόγος είχε δηλώσει παλιότερα πως τα Σκόπια είχαν διάφορες ονομασίες κατά την αρχαιότητα, αλλά ποτέ μα ποτέ δεν είχαν το όνομα Μακεδονία, με αποτέλεσμα να προκαλέσει το μένος.

Μάλιστα, είχε διευκρινίσει τότε ότι την περιοχή των Σκοπίων την είχε κατακτήσει ο Μέγας Αλέξανδρος, όπως όμως είχε κατακτήσει και τις περιοχές του Ιράν και του Αφγανιστάν, αλλά καμία από αυτές τις χώρες δεν ισχυρίζεται ότι ονομάζεται Μακεδονία.

Αφοπλιστική ήταν για μια ακόμη φορά η Αμερικανίδα αρχαιολόγος Ντόροθι Κινγκ, όταν οι σκοπιανοί της επιτέθηκαν στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης για τις απόψεις της που εκφράζει δημόσια.

Μάλιστα τους ισχυρισμούς κάποιων σκοπιανών ότι η Αμφίπολη δεν είναι ελληνική, πριν λίγο καιρό, τους χαρακτήρισε γελοίους και δήλωσε πως «Η Αμφίπολη είναι στη Μακεδονία, η Βεργίνα είναι στη Μακεδονία και η Μακεδονία είναι στην Ελλάδα. Το να υποστηρίζει κανείς το αντίθετο είναι τόσο γελοίο όσο το να υποστηρίζεις ότι ο Ιησούς πήγε στην Αμερική».

Αυτές οι δηλώσεις της έγιναν αφορμή να της επιπεθούν οι Σλάβοι και οι γενίτσαροι με υβριστικούς χαρακτηρισμούς στο twitter αποκαλώντας τη «Ελληνίδα πόρνη που κρύβει την αλήθεια για τα Σκόπια « Και εκείνη τους επιπτέθηκε γράφοντας απάντησε «Θα προτιμούσα να είμαι μια Ελληνίδα πόρνη παρά Σκοπιανή... Νομίζω θα ήταν πιο διασκεδαστικό»

**Adinamis • Corliss • Balodimas**  
FUNERAL DIRECTORS, LTD.

Funeral Arrangement Facility and  
Administrative Office:  
2720 South River Road, Suite 154  
Des Plaines, IL 60018  
Tel: (847) 375-0095  
Fax: (847) 375-0097

John G. Adinamis  
Eileen B. Corliss  
Chris J. Balodimas  
Directors

Providing services from  
Smith-Corcoran Funeral Homes  
Chicago • Glenview • Palatine

24 Hour Service (847) 375-0095

Other chapel facilities available within Chicago and Suburbs for your convenience.

# Επίσημη πρώτη για το «Κίνημα-Δημοκρατών Σοσιαλιστών» του Γ. Παπανδρέου



Το νέο του κόμμα, «Κίνημα-Δημοκρατών Σοσιαλιστών», παρουσιάσεις πρόσφατα σε ειδική εκδήλωση στο Μουσείο Μπενάκη, ο Γιώργος Παπανδρέου, έμβλημα του οποίου είναι ένα ρόδο σε κόκκινο φόντο.

Στην αίθουσα της παρουσίασης ο Γιώργος Παπανδρέου μπήκε λίγο μετά τις 18.10, όπου έτυχε αποθεωτικής υποδοχής από περίπου 2.000 συγκεντρωμένους, οι οποίοι φώναζαν το σύνθημα «Παπανδρέου - Παπανδρέου», ενώ πολλοί κρατούν σημείες με τον Ανδρέα Παπανδρέου.

Ο πρώην πρωθυπουργός, ανακοινώνοντας την ίδρυση του «Κινήματος Δημοκρατών Σοσιαλιστών», άρχισε την ομιλία του με τη λέξη-σύνθημα ΠΑΜΕ Θα γράψουμε ιστορία, εν μέσω επευφημιών, από τους συγκεντρωμένους, οι οποίοι ξεπέρασαν, σε αριθμό, κάθε προσδοκία, όπως έλεγαν οι διοργανωτές.

Από την αρχή της ομιλίας του ο Γιώργος Παπανδρέου έδωσε το στίγμα του νέου κόμματος, τονίζοντας ότι στη βάση των αρχών του είναι ο ανθρωπισμός, η δέσμευση για ανθρώπινη αξιοπρέπεια. Μας εμπνέουν τόνισε οι αξίες του πολιτικού φιλελευθερισμού. Οι πολίτες πρέπει να ελέγχουν την εξουσία, να υπερισχύσει η ισχύς του δικαίου και όχι το δίκαιο του ισχυρού. Μας εμπνέουν, είπε, οι αρχές του σοσιαλισμού και η πίστη μας στη Δικαιοσύνη και οι αξίες της οικολογίας.

Θέλουμε να εκφράσουμε πολιτικά, τόνισε ο κ. Παπανδρέου, μια κοινωνική συμμαχία της δικαιοσύνης και της δημιουργίας. Αυτή τη συμμαχία πρέπει να σφυρηλατήσουμε, είπε. Ο Γ. Παπανδρέου ανέφερε, επίσης, στην ομιλία του ότι « όσοι δεν θέλουν να καταλάβουν, μιλάνε για διάσπαση. Εμείς μιλάμε για λύτρωση. Μιλάμε για δημιουργική ρήξη. Η απόφαση αυτή ήταν από τις δυσκολότερες στη ζωή μου».

Είπε δε πως τα πολιτικά του κίνητρα ήταν πάντα το συμφέρον της πατρίδας, το κοινό καλό το δίκαιο και το σωστό. «Αν σκεφτόμουν το προσωπικό μου όφελος, θα βολεύόμουν σε αυτά που μου πρότειναν. Τη σιγουριά της επανεκλογής, τη σίγουρη βουλευτική έδρα. Με αντάλλαγμα, τι; Τη σιωπή μου σε μια επίπλαστη ενότητα, που βυθίζει μία ολόκληρη παράταξη στην ανυποληφία και που οι περισσότεροι καταγγέλλουν στις μεταξύ τους συζητήσεις, αλλά “καταπίνουν” δημοσίως».

Για τις αποφάσεις και τις επιλογές του είπε «Όταν μαζί με πολλούς συντρόφους σηκώσαμε το βάρος μιας επαπειλούμενης χρεοκοπίας - αναλαμβάνοντας βάρος που δεν μας αναλογούσε - το έκανα για την πατρίδα, χωρίς να υπολογίζω το κεφάλι μου. Πόνεσα για τις αποφάσεις μου. Πολύ. Και περισσότερο βλέποντας ότι δεν είχαμε χρόνο να είναι ακριβοδίκαιες». Και κατέληξε «αλλά δεν φυγομάχησα, δεν κρύφτηκα, δεν πέταξα την καυτή πατάτα σε άλλον, δεν έπαιξα τη χώρα στα ζάρια».

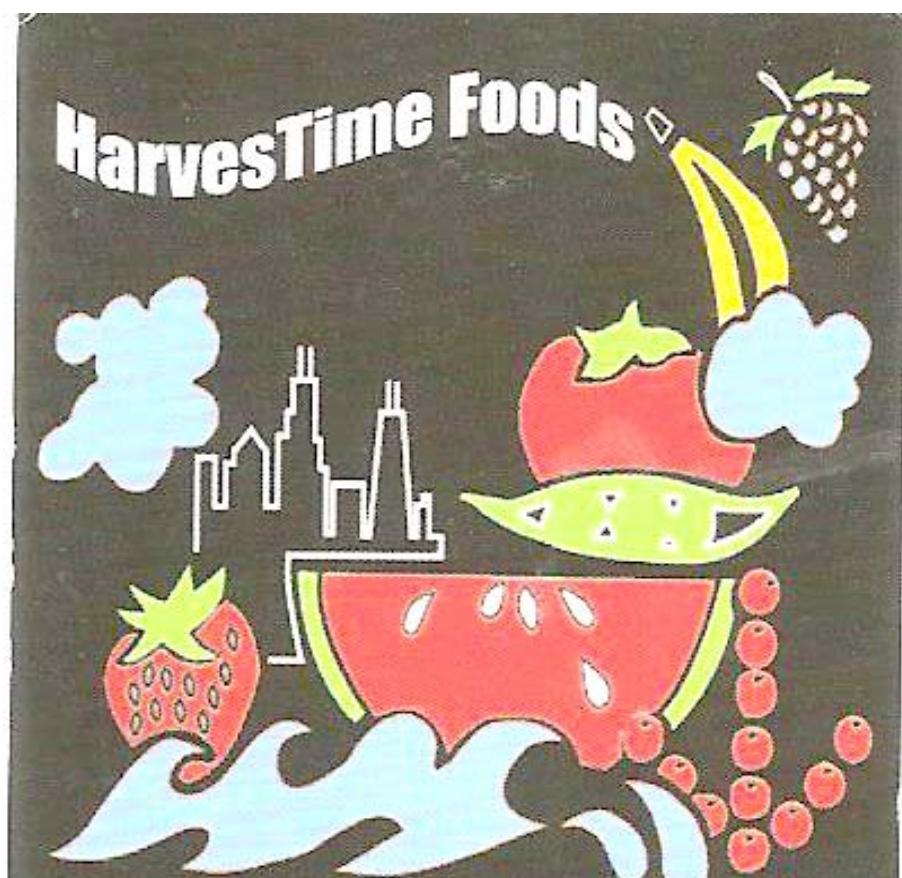


Ο Πάπας Φραγκίσκος, ένας Πάπας διαφορετικός από τους άλλους που προηγήθηκαν και που φημίζεται για την ανθρωπιά του, την ταπεινότητά του και τον διακαή πόθο του για παγκόσμια ειρήνη, δίνει την παραδοσιακή ευλογία του «Φσβι ει Οσβι» για την ημέρα Χριστουγέννων από το μπαλκόνι της Βασιλικής του Αγίου Πέτρου στο Βατικανό. EPA/OSSERVATORE ROMANO / HANDOUT

**16 GRAVES AVAILABLE IN THE FRONT ROW OF THE POND**



**SAVE THOUSANDS!**  
**CEMETERY BROKER**  
**\*OVER 90 GRAVES AVAILABLE**  
**AT ELMWOOD CEMETERY**  
**\*MANY LOCATIONS IN SOLD OUT SECTIONS**  
**\*LOCATIONS WITH MONUMENTS, CEMETERY**  
**OPENING/CLOSINGS AND VAULTS**  
*\*These graves are NOT available through the cemetery  
 They are offered exclusively through CMAS INC.  
 FOR MORE INFORMATION VISIT US AT  
 WWW.CMASINC.NET  
 CINDY M. SWERDON  
 708-702-8971*



2632 W. Lawrence Ave  
 Chicago, IL 60625

P. 773.989.4400  
 F. 773.989.4735

[www.harvestimefoods.com](http://www.harvestimefoods.com)

## Χοιρινό με γλυκοπατάτες στον φούρνο

### Υλικά

- 2-2 ½ κιλά χοιρινό κρέας (από λαιμό)
- 8 σκελίδες σκόρδο
- 1 ½ κιλό γλυκοπατάτες με πορτοκαλί ή λευκή σάρκα, καθαρισμένες
- 1 ματσάκι φασκόμηλο φρέσκο (ή μια χούφτα αποξηραμένο)
- 4 κουτ. σούπας ζάχαρη μαύρη
- 4 κουτ. σούπας μείγμα μπαχαρικών για βασβεγφε
- 3 κουτ. σούπας αλάτι
- 1 ποτήρι νερό

### Εκτέλεση

Προθερμαίνουμε τον φούρνο στους 250οΓ. Λόβουμε τις πατάτες σε κομμάτια ή σε ροδέλες και τις βάζουμε στο ταψί. Προσθέτουμε τη ζάχαρη, τα μπαχαρικά και το φασκόμηλο χοντροκομένο και ανακατεύουμε καλά με τα χέρια μας.



Υρυπάμε με ένα κοφτερό μαχαιράκι το κρέας σε διάφορα σημεία και βάζουμε μέσα από μία σκελίδα σκόρδο. Αλατίζουμε καλά το κρέας (τρίβοντάς το με τα χέρια μας για να πάει παντού το αλάτι) και το τοποθετούμε στο ταψί, πάνω στις γλυκοπατάτες. Προσθέτουμε ένα ποτήρι νερό και ψήνουμε για 15-20 λεπτά σε δυνατό φούρνο μέχρι να σφίξει το κρέας. Ωμηλώνουμε τη θερμοκρασία στους 170οΓ και συνεχίζουμε το ψήσιμο για 2 ½-3 ώρες. Ελέγχουμε κατά διαστήματα το φαγητό. Υπάρχει δεν πρέπει να έχει πολλά υγρά, γιατί θέλουμε οι πατάτες να ψηθούν μέσα στους χυμούς και το λίπος του χοιρινού και να πάρουν νοστιμιά από το αλάτι του.

Υπότιτλο: Υπότιτλο από τον λαιμό του χοιρινού είναι πολύ τρυφερό, όμως το φαγητό γίνεται εξίσου νόστιμο και με μπούτι από γουρουνάκι γάλακτος.



## 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.



Chicago Sweet Connection Bakery



**CHICAGO SWEET CONNECTION BAKERY**

5569 NORTHWEST HIGHWAY

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

*To ονομα που τα λέει όλα, σε ότι αφορά την ζαχαροπλαστική. Η εταιρία μας διασθέτει 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, γενέθλια και κάθε είδους κοινωνικές εκδηλώσεις ή χορούς συλλόγων τώρα γνωρίζετε πού θα βρείτε είδη ζαχαροπλαστικής ή είδη αρτοποιΐας και μάλιστα σε τιμές χαμηλότερες κατά 40% από οπουδήποτε αλλού. Chicago Sweet Connection Bakery: Η Νέα Εποχή στα γλυκά. (773) 283-4430.*

# ΥΠΑΡΧΕΙ ΖΩΗ ΠΡΟ ΤΟΥ ΘΑΝΑΤΟΥ;

Ένα από τα ζητήματα που μας μαστίζει ως κοινωνία γιά τουλάχιστον μία τριακονταετία είναι η έλειψις πνευματικής ηγεσίας και γενικά πνευματικών ανθρώπων. Ο υλισμός καί όλα τα επτακόλουθά του στερούν την πραγματική έννοια της ζωής από χιλιάδες ανθρώπους οι οποίοι ζούν, χωρίς να ξέρουν γιατί υπάρχουν στον κόσμο, χωρίς να έχουν έναν προορισμό με ένα απέραντο υπαρξιακό κενό μέσα τους που οδηγεί αναπόφευκτα σε άγχος, κατάθληψιν, φόβο κ.ο.κ.

Ο άνθρωπος που απαρτίζεται από ψυχή, σώμα καί πνεύμα (κατά τους αρχαίους Έλληνες) κατάντησε να θεωρή τον εαυτόν του ως σκέτο σώμα, ως σκέτη μάζα κρέατος και πουλάει τον εαυτόν του με το κιλό στην κάθε μόδα (όσο τρελλή καί να είναι) σαν να ήταν μοσχάρι σε κρεοπωλείο. Χρησιμοποιεί την τεχνολογία σαν να έχη δημιουργηθή ο άνθρωπος να υπηρετή την τεχνολογία καί όχι το αντίστροφο. Αισθάνεται τον εαυτόν του ως σύμπλεγμα διαφόρων χημικών ενώσεων, καί όχι πλασμένο εις εικόνα και ομοίωσιν Θεού.

Ο Ελληνικός τρόπος ζωής όπου ο άνθρωπος καλείται να εξυψώσῃ τον εαυτόν του από την ζωϊκή ύπαρξη στην ουρανία, θεωρείται ως μαζοχιστικός ενώ ακόμα καί ο τομέας της ψυχολογίας (όπου υποτίθεται θα έπρεπε να ασχολείται με την ψυχή καί την θεραπεία της) κατάντησε να λειτουργή με άκρως υλιστικά κριτήρια όπου ο άνθρωπος αντιμετωπίζεται όπως όλα τα υπόλοιπα ζώα λειτουργώντας μόνον βάσει ενστίκτων. Από ον ελεύθερον, πνευματικόν, ηρωϊκόν, αρμονικόν, δημιουργηκόν κ.ο.κ. έχει μετατραπεί σε ον δουλικόν, μίζερον, εγωκεντ-ρικόν με καμμία αίσθησιν του ωραίου, του μέτρου καί πάνω απ' όλα (δυστυχώς) χωρίς να τον ενδιαφέρῃ η αναζήτησις καί η εξεύρεσις της Αληθείας, της Δικαιοσύνης καί των λοιπών ΑΠΟΛΥΤΩΝ.

Έτσι καταλήγει κανείς να παρακολουθή μία κοινωνία ζωντανών νεκρών, δηλαδή στην ουσία πτωμάτων που απλώς έχουν ξεχάσει να τους ειδοποιήσουν ότι έχουν πρό πολλού πεθάνει.

Αξίζει λοιπόν να δούμε τον Ελληνικόν τρόπον ζωής, την ζωήν του πνεύματος, γιά να δούμε με ποιόν τρόπο μπορούμε ν' ανακτήσουμε την ελπίδα γιά μία Ανάστασιν.

## «ΕΡΩΣ ΑΙΤΙΑ ΠΑΝΤΩΝ Ε-ΝΕΚΕΝ»

Κατά την αρχαία Ελληνική κοσμολογία/θεογονία ο αρχαιότερος από όλους του θεούς ήταν ο Έρωτας ο οποίος υπήρξε η αιτία της δημιουργίας γιά όλα τα υπόλοιπα καί καλλείται ο αρχαιότερος καί πιο σεβαστός απ' όλους τους αθανάτους. Ο Έρως υπήρξε η αιτία όλης της δημιουργίας καί φυσικά όταν μιλάμε γιά τον Έρωτα δεν σημαίνει τίποτ' άλλο από την σφοδρή έλξη προς το ωραίον, το καλόν, το αγαθόν κ.ο.κ.

Όταν ο Πλάτων είχε γράψει το περίφημον έργον του Συμπόσιον (έργο το οποίον έχει υποφέρει στα χέρια των μοντέρνων ερμηνευτών του) έθετε τον Έρωτα ως κινούντα τις πράξεις των ανθρώπων διότι

«ο Έρως είναι ο παλαιότερος, ο πλέον τιμώμενος θεός, αφού αυτός περισσότερο από κάθε άλλον παρέχει στους ανθρώπους την αρετήν κατά τον βίον τους καί την Ευδαιμονίαν μετά θανάτου».



γοντάς του πως πρέπει να υπα-κούση στον Νόμο όπως κάνουν καί οι υπόλοιποι θεοί αλλοιώς όλοι θα έσωζαν τα παιδιά τους καί έτσι θα επικρατούσε το χάος.

Αυτός ο Νόμος γεννά στον άνθρωπο την αίσθησιν του καθή-κοντος καί η ζωή του αποκτά μέγιστο νόημα μόνον όταν το επιτελέσει αδιαφορώντας γιά το προσωπικό του συμφέρον. Ο Έκτωρ γνωρίζει πως οι Αχαιοί έχουν το δίκαιον με το μέρος τους, αλλά το καθήκον του τού επιβάλει να πολεμήσῃ γιά την πατρίδα του γνωρίζοντας πως στο τέλος θα πέση η Τροία:

«Το ξέρω καλά πως θάρη η μέρα που η ιερή Τροία θα χα-θή...ντρέπομαι αν φύγω σαν δειλός μακριά από τον πόλεμο, ούτε ο χαρακτήρας μου το επιτρέπει».

Είναι το ίδιο καθήκον που οδηγεί τον Αχιλλέα στο να εκδικηθή τον θάνατο του αδελφικού του φίλου Πατρόκλου έροντας (τον έχει προειδοποιήσει η μητέρα του Θέτιδα) πως εάν σκοτώσει τον Έκτορα σε λίγο θα ακολουθήσῃ καί ο δικός του θάνατος.

## ΔΙΑΓΕΙΝ ΗΡΩΪΚΩΣ

Αυτή η αίσθησις του καθήκοντος είναι που μέσω του αγώνος (δεν υπάρχει καθήκον χωρίς πόνο, μόχθο καί αγώνα λέξεις που σχετίζονται στενά μεταξύ τους) ελευθερώνει τον άνθρωπο από τα προσωπικά του όρια καί τον κάνει να «υπερβαίνει εαυτόν» όπως θα έγραφε ο Αριστοτέλης, καί να ξεπερνά επίσης τον υλικό καί εφήμερο κόσμο αγγίζοντας το αιώνιο.

Εάν αυτή η έννοια του Έρωτος σας θυμίζει κάτι, τότε βρίσκεστε σε σωστό δρόμο, διότι είναι με άλλα λόγια η, εν μέρει, διδασκαλία της Αγάπης του Χριστιανισμού, καί η Αγάπη του Θεού είναι η αιτία της δημιουργίας του κόσμου.

## ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ=ΔΙΚΑΙΟΣΥΝΗ=ΝΟΜΟΣ=ΚΑΘΗΚΟΝ

Αυτός ο Έρωτας είναι που δίδει ζωή στην Ελευθερία διότι αυτή είναι η αδέσμευτη ζήτησις της Αληθείας καί η εφαρμογή της προς το γενικόν καλόν το οποίον είναι ασυγκρίτως ανώτερον του προσωπικού, γι' αυτό καί δεν μπορεί να νοηθή ελευθερία χωρίς υπευθυνότητα (ο καθένας είναι υπευθυνός γιά τις πράξεις του), εξ ού καί ο θεσμός του πολίτου με τα στενά όρια της πόλεως ή με τα ευρύτερα, του ανθρώπου/πολίτου ανοίκοντος εις το ανθρώπινον γένος.

Εκεί βρίσκεται καί η έννοια της Δικαιοσύνης (το κατ' αναλογίαν ίσον) η οποία πολλές φορές τίθεται υπεράνω της Αγάπης διότι η αγάπη μεροληπτεί η Δικαιοσύνη όμως πτοτέ. Είναι όπως καί η Φύσις εναντίον πάσας ισότητας διότι αυτή παραβιάζει την ιδία την φύσιν καί φυσικά είναι απόλυτη, διότι όταν υπαχθή στην σχετικότητα παύει να είναι Δικαιοσύνη. Όπως γράφει ο Ευριπίδης:

«εν δικαιοσύνη συλλήβδην πάσα αρετή έστιν».

Η Δικαιοσύνη με την σειρά της δίνει ζωή στον Νόμο. Υπάρχει νόμος ανθρώπινος καί υπάρχει Νόμος θεϊκός, όπου πρέπει πάντοτε κάποιος να ακολουθή τον Θεϊκό όταν έρχεται σε σύγκρουση με τον ανθρώπινο (βλέπε την Αντιγόνη του Σοφοκλέους). Ο Νόμος διέπει τα πάντα. Στην Ιλιάδα του Ομήρου βλέπουμε πως ακόμα καί οι θεοί είναι δέσμοι του Νόμου. Χαρακτηριστική είναι η στιγμή όταν η Ήρα αποτρέπει τον Δία να σώση την ζωή του υιού του Σαρπιδώνος λέ-

Αριστοτέλη στην αυτοκονία. Παράδειγμα τρανταχτό ο David Shine στο έργο του «Ονομάζοντας τον Αχιλλέα» (Naming Achilles) όπου γράφει:

«Ενώ ο κλητικός Αχιλλέας μετά την βουκολική διαίρεση καταδεικνύει μάλλον σκόπιμη τέχνη παρά συστηματική σύνθεση, η μία καί μόνη έκφραση που ακολουθεί την εφθημιμερή τομή αντικρούει την ιδέα των στερεοτυπών συστημάτων με άλλο τρόπο!!!

Ή άλλο παράδειγμα κατάντιας, αλλά αυτή την φορά στην άρνηση της ψυχής καί του πνεύματος, ο Sam Harris στο βιβλίο του για την ελευθέρα βούλησιν των ανθρώπων (Free Will) όπου καταλήγη στο συμπέρασμα βάσει «επιστημονικών ερευνών» πως κανείς δεν είναι υπεύθυνος γιά τις πράξεις του, αλλά πως είμαστε προγραμματισμένοι έτσι με χημικό τρόπο στο να μην ελέγχουμε το τι πράττουμε. Ο ίδιος είχε υποστηρίξη σε παλαιότερο έργο του πως η ποίηση του Ομήρου, Δάντη και Σαιξπηρ είναι προϊόντα της τύχης καί πως μία μαϊμού με μία γραφομηχανή, θα μπορούσε να τα γράψη!

Τά αποτελέσματα όλου αυτού του προοδευτισμού τα βλέπουμε κάθε ημέρα. Αυτό το οποίον δεν είδαμε καθαρά ακόμα είναι πως λόγω της ελεύσεως αξιών, λόγω της καταστροφής του ανθρωπίνου όντος διά της αυταρνήσεως του επέρχεται καί η Νέμεσις η οποία ακολουθεί πάντοτε την Ύβριν.

Ο άνθρωπος έχει ξεχάσει ότι ζει. Βλέπει τον εαυτόν του να πνίγεται στον βούρκο της καθημερινότητας, της αστάθειας καί του υλισμού. Δημιουργεί ουρές καί περιμένει πολλές φορές καί μέρες στο κρύο γιά να είναι ο πρώτος που θα αγοράσῃ το τελευταίο μοντέλο ενός κινητού. Ποδοπατεί άλλους ανθρώπους γιά να είναι ο πρώτος ο οποίος θα φορέσῃ το καινούργιο ρούχο υψηλής μόδας. Εξευτελίζει τον εαυτόν του γιορτάζοντας την παγκόσμια ημέρα μπριζόλας, την παγκόσμια ημέρα πλυσίματος των χεριών καί την παγκόσμια ημέρα στοματικού σέξ!!!(θού Κύριε).

Αυτή είναι μία κουλτούρα θανάτου καί αυτός είναι ο πραγματικός θάνατος, ο τραγικότερος, ο θάνατος του νοός, αυτόν τον θάνατον που οι Έλληνες παντού καί πάντοτε τον θεωρούσαν το αισχρότερον πράγμα διότι πολύ απλούστατα όπου επέρχεται τον επιβάλλουν οι ίδιοι οι άνθρωποι στον εαυτόν τους. Όπως έγραψαν οι καθηγητές Victor Davis-Hanson και John Heath στο υπέροχο έργο τους «Ποιός Σκότωσε τον Όμηρο;»:

«Οι Έλληνες μας έδωσαν την πρόδο ο

## ΟΙΚΟΠΕΔΟ ΠΡΟΣ ΠΩΛΗΣΗ

Πωλείται ιοικόπεδο εντός σχεδίου μέ πρόσοψη 29 μ. στην Σαρωνίδα Αττικής, 45 χιλιόμετρα από το κέντρο των Αθηνών, πρίν την Ανάβυσσο, με ατέλειωτη πανοραματική θέα του Σαρωνικού μέχρι την Αίγινα, σε αναπτυσσόμενη περιοχή με μονοκατοικίες – βίλλες. Τιμή σημαντικά μειωμένη και διαπραγματεύσιμη. Γιά λεπτομερείς πληροφορίες επικοινωνήστε με τον κον Σπύρο Μαρούλη στο κινητό:

**011-30-698-142-2279**

## ΚΤΗΜΑ ΠΡΟΣ ΠΩΛΗΣΗ

Πωλείται κτήμα μεγέθους 85 στρεμμάτων στο Μεγανήσι Λευκάδος πολύ πλησίον στο περίφημο νησί Σκορπιό του Ωνάση, το οποίο, λόγου συμπεσόντος, υφίσταται ριζική μετατροπή με σκοπό να γίνει ένα από τα πλέον εκλεκτά σύγχρονα διεθνή τουριστικά κέντρα.

Η τιμή του κτήματος είναι ελκυστικά μειωμένη και διαπραγματεύσιμη. Η τοποθεσία είναι ιδανική για την κατασκευή τουριστικού συμπλέγματος με καμπίνες τύπου Σαντορίνης ή ξενοδοχείου δεδομένου ότι τα Επτάνησα προβλέπονται να γίνουν σύντομα ο νέος πράσινος τουριστικός παράδεισος της Ελλάδος. Για πληροφορίες Σπύρος Μαρούλης:

**011-30-698-142-2279**

## 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 2014, στην εξής διεύθυνση

(Συμπληρώστε τα στοιχεία σας με κεφαλαία γράμματα)

LAST NAME-----

FIRST NAME-----

ADDRESS-----

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

TELEPHONE: (.....) .....

**Δεν το γλιτώνουμε το Δαφνί.  
Οι Τούρκοι Κατασκεύασαν  
άγαλμα του Ιπποκράτη ο  
οποίος φυσικά είναι Τούρκος!**



Μαζί το μεγαλοαλεξανδρινό ντελίριο που έχει πιάσει τα γειτονικά Σκόπια, τώρα έχουμε και μια εντυπωσιακή τουρκική κίνηση προβολής του πατέρα της Ιατρικής, Ιπποκράτη, αλλά με...τουρκική ταυτότητα. Μάλιστα! Έτσι πριν από λίγο καιρό στην πόλη της Μούγλας, που βρίσκεται απέναντι από την Ρόδο, στην νοτιοδυτική Τουρκία, έγιναν παρουσία όλων των τοπικών αρχών με μια μεγαλοπρεπή τελετή τα αποκαλυπτήρια του ... «Τούρκου» φιλοσόφου και επιστήμονα, Ιπποκράτη... ο οποίος, σύμφωνα με τα τουρκικά δημοσιεύματα, ήταν «άνθρωπος του Αιγαίου», δηλαδή τουρκικής καταγωγής. Τα αποκαλυπτήρια του αγάλματος έγιναν στα πλαίσια των «έργων των θεματικών πάρκων» του δήμου Μούγλας. Μιλώντας κατά την τελετή των αποκαλυπτηρίων ο δήμαρχος της Μούγλας, Osman Gürün, τόνισε ότι ο Ιπποκράτης ως γιατρός, από το 460 π. Χ. έθεσε τα θεμέλια των ιατρικών κανόνων και επεσήμανε τη σημασία του επαγγέλματος της ιατρικής επιστήμης που εμπνέεται από την ευθύνη και την ηθική.

Ο Δήμαρχος υπογράμμισε ότι μετά το άγαλμα του Ηροδότου, (και αυτός... Τούρκος), που αναγέρθηκε σε άλλο πάρκο, σήμερα αποκαλύπτεται το άγαλμα του Ιπποκράτη, για να αναδειχθούν οι άνθρωποι του Αιγαίου που από την αρχαιότητα έδειξαν στον κόσμο τις οικουμενικές αξίες. Στη συνέχεια τον λόγο πήρε ο πρόεδρος του τοπικού Οικονομικού Επιμελητηρίου της Μούγλας, Naki Bradley, ο οποίος στην ομιλία του τόνισε ότι με την τιμή στον Ιπποκράτη τιμούμε έναν γιατρό που πριν από 2400 χρόνια έθεσε τις αξίες του ιατρικού επαγγέλματος και ότι ο όρκος του Ιπποκράτη τονίζει τις ηθικές αξίες του επαγγέλματος αυτού. Ο πατέρας της Ιατρικής Επιστήμης, «Τούρκος Ιπποκράτης», στο όνομα του οποίου έχει θεσπιστεί ο παγκόσμιος όρκος των γιατρών, που δίνουν πριν αρχίσουν να ασκούν το λειτούργημα τους, διδάχτηκε, σύμφωνα με τους Τούρκους, την ιατρική επιστήμη... από ονομαστούς Τούρκους δασκάλους.

Το θέμα της τουρκοποίησης του Ιπποκράτη δεν είναι καινούργιο. Για πρώτη φορά προβλήθηκε έντονα το 2000, όταν τότε με την ετήσια έκδοση του τουρκικού Υπουργείου Υγείας, «Υγεία 2000», αναφέρθηκε ότι ο Ιπποκράτης ήταν μαθητής του... μεγάλου Τούρκου Δασκάλου Ιατρού, Αναχαρσίς – Χότζα. Σύμφωνα με τις αναφορές της επίσημης τουρκικής έκδοσης, ο Αναχαρσίς ήταν Τούρκος και άνηκε σε μια τουρκική φυλή που ονομάζονταν Σακά, (νεροκουβαλητάδες), όπως ήταν οι Οσμανλήδες, οι Σελτζούκοι, οι Ουγιούροι, Καραχάνοι, Καρλούκοι και άλλες τουρκικές φυλές που κατά καιρούς, όπως υποστηρίζουν οι ιστορικές θεωρίες των Τούρκων, έχουν ζήσει στην περιοχή των Βαλκανίων και της Μικράς Ασίας.

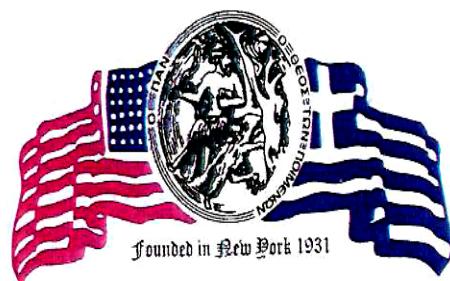
Η «ενδιαφέρουσα» αυτή έκδοση υποστήριζε επίσης ότι πριν από τον Ιπποκράτη υπήρξαν τρεις διάσημοι Τούρκοι γιατροί- δάσκαλοι της Ιατρικής, οι Αναχαρσίς, Αμπαρίς και Τοκσαρίς, (τα ονόματα δίνονται με την τουρκική προφορά). Από αυτούς, ο Αναχαρσίς ο οποίος ήταν η κορυφή της ιατρικής, σύμφωνα πάντα με τις πρωτοφανείς αυτές τουρκικές απόψεις, έζησε... στην Αθήνα και εκεί είχε διδάξει την ιατρική. Ένας από τους μαθητές του Αναχαρσίς- Χότζα, ήταν και ο γνωστός πατέρας της Ιατρικής, ο Ιπποκράτης.



Η ωραιότερη στον κόσμο. Ο διαγωνισμός ομορφιάς Miss World αποφάσισε, η ωραιότερη γυναίκα του κόσμου (ουσιαστικά ανάμεσα στις κυρίες που αποφάσισαν να συμμετάσχουν στον διαγωνισμό και μόνο για την φετινή χρονιά) είναι η Solene Strauss από την Νότιο Αφρική. Τα καλλιστεία Miss World έλαβαν χώρα στο Excel London Auditorium του Λονδίνου. AFP PHOTO / LEON NEAL



ΔΙΑΧΡΟΝΙΚΟΣ  
ΕΛΛΗΝΙΣΜΟΣ



ΟΙΚΟΥΜΕΝΙΚΟ  
ΑΡΚΑΔΙΚΟ ΧΡΕΟΣ



## Pan-Arcadian Federation of America

**NATIONAL HEADQUARTERS**  
**880 n. York Road, Elmhurst, IL 60126**  
**Phone: (630) 833-1900 Fax: (630) 833-1956**  
<http://www.panarcadian.org>. email [info@panarcadian.org](mailto:info@panarcadian.org)

# Η ΠΑΝΑΡΚΑΔΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΑΜΕΡΙΚΗΣ ΚΑΙ Η ΜΕΣΟΔΥΤΙΚΗ ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ

*Εύχεται*

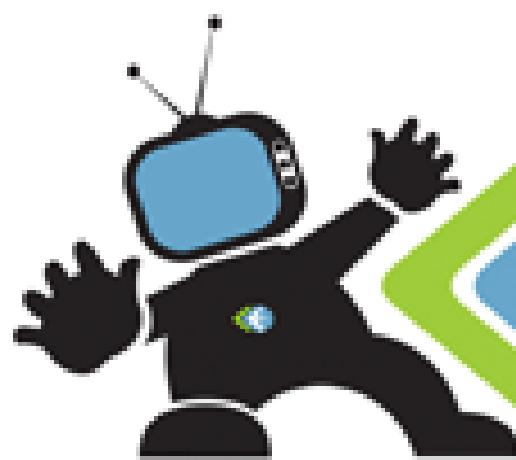
*στους Συλλόγους-Μέλη της  
στους απανταχού Αρκάδες  
και ολόλκηρο τον Ελληνισμό της Αμερικής*

**Καλά Χριστούγεννα  
Ευτυχισμένο και Δημιουργικό  
Το Νέον Έτος 2015**

Για την Ανώτατη Διοίκηση  
Κωνσταντίνος Καπογιάννης  
Υππατος Πρόεδρος

Για την Μεσοδυτική Περιφερεια  
Κωνσταντίνος Γ. Τζαμουράνης  
Κυβερνήτης Μεσοδυτικών Πολιτειών

**Best Wishes to  
Mr. Sotiris Rekoumis  
for 2015**



Περισσότερα από **60** Ελληνικά Κανάλια

1.877.355.2788 | [www.ellastv.gr](http://www.ellastv.gr)



Greek  
Packages  
starting at

**\$39<sup>99</sup>**

NO SATELLITE  
NO CABLE  
NO COMPUTER





## AUTOGYROS

FOR COOKING GYROS, SHAWARMA and TACOS AL PASTOR



## LAMB ROTISERRE GRILL



Model 400



Model LRG 200

54"x24"x24"



Model LRG 100

54"x24"x9 1/2"



XL Manufacturing, Inc.  
2717 West Lawrence Avenue  
Chicago IL 60625  
Phone: 773.271.8900  
Fax: 773.271.8903

e-mail: [xlmanufacturing@sbcglobal.net](mailto:xlmanufacturing@sbcglobal.net)  
[www.XLManufacturing.net](http://www.XLManufacturing.net)  
[www.Autogyrosonline.net](http://www.Autogyrosonline.net)



Hristos (Chris) Lalopoulos, a name that equals more than 30 years of Dependable Service and Dedication.