

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



# ΜΟΓΕΝΕΙΑ HELLENIC LIFE

Change Service Requested

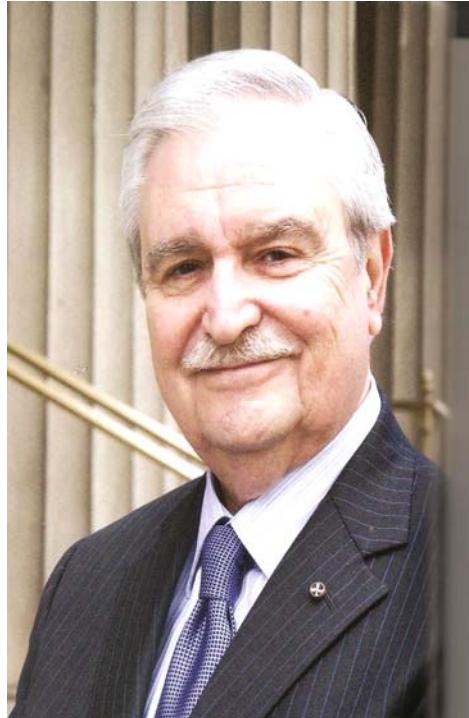
VOL. 28

NO. 1

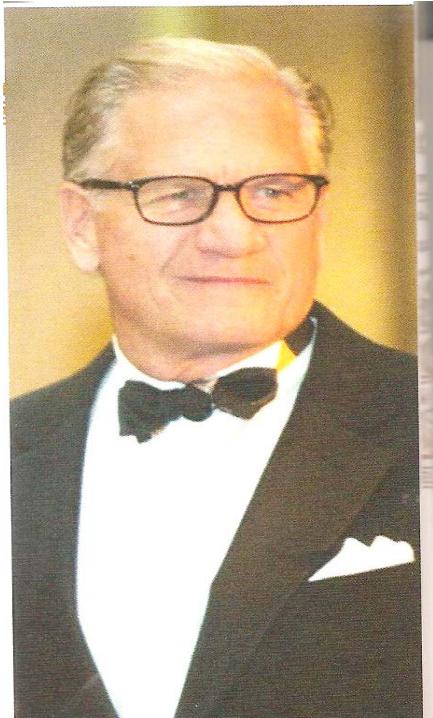
MORTON GROVE IL

ΑΥΓΟΥΣΤΟΣ, 2016

## ΦΩΤΟ - ΓΕΓΟΝΟΤΑ



Ο Ιδρυτής του Πανελλήνιου Ιδρύματος Υποτροφιών, ο αείμνηστος Χρήστος Τομαράς, επιχειρηματίας, φιλάνθρωπος, χαρισματικός ηγέτης, ακραιφνής Έλληνας.



Ο νέος Πρόεδρος του Ιδρύματος Robert Buhler αποκλειστική επιλογή του αείμνηστου Χρήστου, άξιος συνεχιστής μιάς γιγαντιαίας προσπάθειας.



Από την καθ' όλα επιτυχή απονομή των υποτροφιών στο Ritz-Carlton, Chicago, μόνο των φοιτητών-αποδεκτών των υποτροφιών και μέλη του διοικητικού προσωπικού του Ιδρύματος.



Δύο υποστηρικτές του ιδρύματος, Ο επιχειρηματίας Τάσσος Χρόνουπολος με την οικογένειά του και ο γνωστός σ' όλους Γιάννης Μάνος.

## Η «απάντηση» της Μισέλ Ομπάμα

Η Μισέλ Ομπάμα, στην ομιλία της στο συνέδριο των Δημοκρατικών στη Φιλαδέλφεια, έκανε ένα βήμα πέρα από το προφανές, για να στηρίξει τη Χίλαρι Κλίντον. Εδωσε χώρο στο μέλλον, στον πληθυσμό των παιδιών που μεγαλώνουν και κινδυνεύουν να πιστέψουν ότι «η γλώσσα του μίσους που ακούν από την τηλεόραση αντιπροσωπεύει το πνεύμα αυτής της χώρας». Δεν το διατύπωσε ακριβώς έτσι. Χρησιμοποίησε ως παράδειγμα τις δύο κόρες



της, οι οποίες όταν πρωτομ-πήκαν στον Λευκό Οίκο, πριν από 8 χρόνια, ήταν 7 και 10 χρόνων, την προσπάθεια που κατέβαλαν, ως γονείς με τον Μπαράκ Ομπάμα, για να τις διαπαιδαγωγήσουν. Μίλησε για το μότο ζωής τους, που είναι «ό-ταν αυτοί μας τραβάνε προς τα κάτω, εμείς ανοίγουμε τα φτερά μας για να ανέβουμε ψηλότερα».

Η σκιά του Ντόναλντ Τραμπ υπήρχε πίσω από κάθε κουβέν-τα της, έστω κι αν δεν κατονομάστηκε ποτέ.

Η ένταση και η συγκίνηση της Πρώτης Κυρίας των ΗΠΑ όταν μιλούσε για το παρελθόν της δουλείας, την πορεία και το μέλλον αυτής της «μεγαλύτερης χώρας στον κόσμο», ήταν παράλληλα και μια υπόμνηση: η Αμερική κινδυνεύει να πισωγυρίσει στις εκλογές του Νοεμβρίου.

Γι' αυτό και είπε ότι οι Δημοκ-ρατικοί «δεν έχουμε την πολυτελεία να είμαστε κουρασμένοι ή απογοητευμένοι ή κυνικοί», πρέπει να «εργαστούμε σκληρά τους ερχόμενους μήνες». Γι' αυτό και είπε ότι «θέλει έναν ηγέτη που να αξίζει στις κόρες της και σε όλα τα παιδιά. Έναν ηγέτη που θα καθοδηγείται κάθε μέρα από την αγάπη, την ελπίδα και τα μεγάλα όνειρα που έχουν όλοι οι γονείς για τα παιδιά τους». Ξέρει ότι ο ηγέτης «έιναι πρότυπο και ο λόγος του μετράει», διαμορφώνοντας αρχές και συνειδήσεις.

Μέσα από κάθε φράση της πρόβαλλε ο υπαρκτός κίνδυνος: πώς θα είναι η Αμερική με πρόεδρο τον Ντόναλντ Τραμπ του διχασμού, του ρατσισμού, της ξενοφοβίας; Σε τι κόσμο θα μεγαλώσουν τα παιδιά, οι νεότερες γενιές;

Η ρητορική της, προσαρμοσμένη ασφαλώς στις απαιτήσεις της κοινωνίας στην οποία απευθύνεται, δεν σημαίνει ότι δεν συναντάει την αγωνία του Ευρωπαίου πολίτη· ότι απέχει από τον προβληματισμό ενός γονιού από οποιαδήποτε χώρα του δυτικού κόσμου.

Δεν πρόκειται για πρωτότυπες σκέψεις και ερωτήματα. Αυτό, όμως, δεν σημαίνει πως δεν είναι αναγκαία. Μόνο με την αδιάκοπη επανάληψή τους, με το συνεχές σφυροκόπημα, μπορούν, ίσως, να φέρουν κάποιο αποτέλεσμα. Το εκπεμπόμενο μήνυμα είναι η εικόνα ενός, σχεδόν, ακατόκητου μέλλοντος. Οχι γιατί θα ερημώσουν οι τόποι. Αλίμονο. Θα αρχίσουν όμως να στεγνώνουν οι άνθρωποι, καθώς ο λαϊκισμός στην πιο αυταρχική εκδοχή του θα προϊσταται, με «όπλα» τον θυμό και το μίσος. Ο Ντόναλντ Τραμπ ξέρει πολύ καλά να ελέγχει τα εκατομμύρια των φτωχών και περιθωριοποιημένων σε μια χώρα με τεράστιες οικονομικές ανισότητες. Να οργανώνει τον στρατό των οπαδών του, με συνθήματα που εκτονώνουν το συναίσθημα και επιφυλάσσονται, χωρίς να

(Συνέχεια σελ. 3)

## ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Πέτρος Φιλακούριδης.....	2	Το γέλιο μακράνει την ζωή.....	15
Στήβ Χελιώπης: "Η άλλη όψη".....	3	Γιώργος Σκλαβούνης.....	16, 17, 18, 19
Δρ. Παντελής Βασδέκης.....	4	Νικόλαος Π. Γάβαρης.....	20
Στήβ Θεοφάνους.....	5	Τα αδιαπραγμάτευτα της μαράς.....	21
Χρήσιμες Υπηρεσίες.....	6	Σε ρυθμούς Καλαμάτας.....	22
Ο προυπολογισμός της Αρχιεπισκοπής.....	7	Πλακόσημα ενεργιακή στροφή.....	25
Διαιτολόγιος Ιωάννα Βασιλακοπούλου.....	9	Μαρμελάδες και γιλικά σε βαζάκια.....	26
Σε ποιές περιπτώσεις κλαίμε και γιατί.....	10	Φιάζετε υπέροχες τυλιχονοστιμίες.....	29
Ανανεώστε το χτεσινό φαγητό.....	11	Ελληνικά δάση και χαώδεις νόμοι.....	30
Πρίγκηπας Χάρος και Αθηνά Όντσατη.....	12	"Αγόραζα μόνη μου τις μπλούζες".....	31
Η απόλυτη καλοκαιρινή δίαιτα.....	12	4 αδικημένοι τύποι άντρα.....	32
Τα πικρά μυστικά μιάς σχέσης.....	13	Επίθεση Ομπάμα στην Τραμπ.....	33
Παράλιο Άστρος.....	14		

Ακούτε το ραδιόφωνό μας καθαρά από το

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

# 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, Dr.Louis Palivos,  
 Legal advisor.

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

Τα χειρόγραφα δημοσιευεμένα 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.



Δύο φίλοι, γνωστοί επιχειρηματίες και χορηγοί του Ιδρύματος, ο Δημήτρης Κοζώνης και ο Τάσσος Χρονόπουλος.



Η ψυχή του Ιδρύματος των Υποτροφιών από την σύλληψή του, Διευθυντής Γιάννης Βαλσαμάς που αθόρυβα αλλά τόσο αποτελεσματικά κατευθύνει τις καθημερινές διαδικασίες του μεγάλου Οργανισμού. Το ίδρυμα οφείλει πολλά στον Γιάννη Βαλσαμά.

## Οι κοσμικές οδύνες (2)

Οδύνες, είναι οι τρομεροί πόνοι της γέννας. Οι πόνοι αυτοί αυξάνονται σε ένταση και συχνότητα, έως ότου γεννηθεί η νέα ζωή. Ο Χριστός, στην Καινή Διαθήκη, προειδοποιεί και προετοιμάζει τους πιστούς πως λίγο πριν το δεύτερο ερχομό Του, όλη η γη θα υποφέρει με οδύνες και μαζί της όλη η ανθρωπότητα, έως ότου έρθει ο Χριστός να φέρει νέα ζωή. Τελευταία, βλέπουμε τις απρόσπτες και απροσδόκητες φυσικές καταστροφές που γίνονται τόσο συχνά και τόσο απότομα, χωρίς να δίνουν χρονική ευκαιρία στα ανθρώπινα θύματα να προφυλαχτούν. Σεισμοί, φωτιές, υπερφυσικά κύματα, κυκλώνες, ανεμοστρόβιλοι, πλημμύρες, υπερβολικό ψύχος και ανυπόφορη ζέστη, προκαλούν μαρτυρικό βίο σε εκατομμύρια ανθρώπους σε όλον τον κόσμο. Εκτός από τις φυσικές



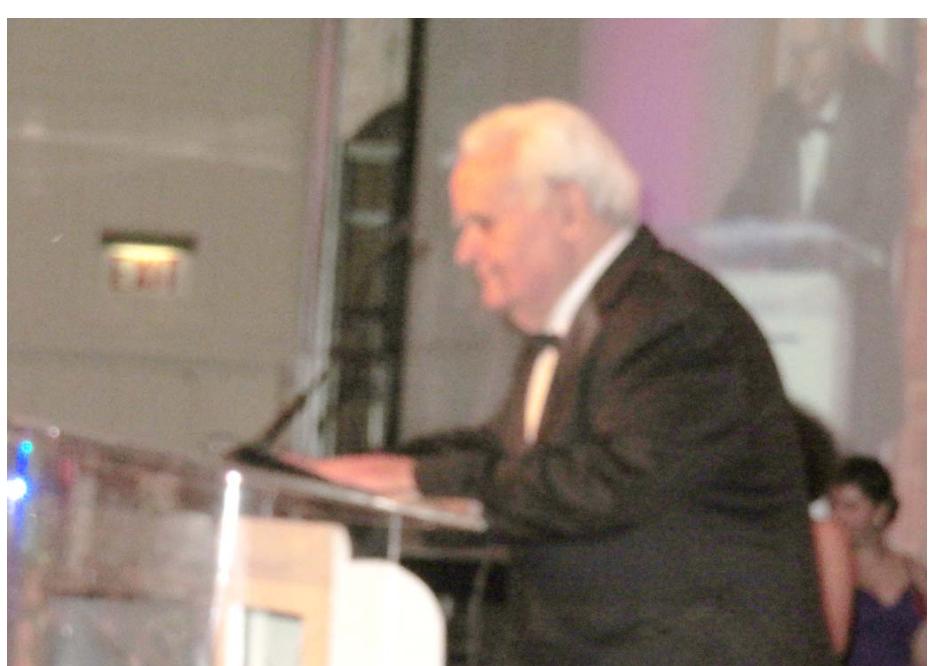
οδύνες, υποφέρουμε και πόνους που είναι η συνέπεια ανθρώπινης ασέβειας στον παντοδύναμο Θεό. Ανθρωποι αδιάφοροι στο θέλημα του καλού Θεού, και πλανημένοι απομακρύνθηκαν από κάθε όσιο και ιερό. Τυφλοί από θρησκευτικό φανατισμό, μισούν τη ζωή και αγαπούν το θάνατο και πιστεύουν ανένδοτα, ότι ο ουρανός θα τους δεχτεί, ακριβώς επειδή έβαψαν τα χέρια τους με αίμα αθώων ανθρώπων. Ανθρωποι δαιμονιώδεις και πονηροί, που αισθάνονται ικανοποίηση και χαρά, όταν προκαλούν πόνο σε άπολο και άμαχο πληθυσμό. Αγαπητοί μου, φτάσαμε σε μέρες που δεν φοβόμαστε τί θα φέρει το αύριο μόνο, αλλά το πώς θα τελειώσει το σήμερα. Ο Χριστός μας λέει, πως αυτά όλα είναι αρχές οδύνων. Όλα τα σημεία του ερχομού Του, είναι αρνητικής μορφής. Το μόνο θετικό, είναι η ελπίδα που έχουν αυτοί που περιμένουν προετοιμασμένοι, Εκείνον που έρχεται να δώσει νέα ζωή. Στο κατά Λουκάν ευαγγέλιο 21:28 λέει: «Όταν αυτά αρχίσουν να γίνονται σηκώστε τα κεφάλια σας και αναθαρρήστε, γιατί πλησιάζει η ώρα του λυτρωμού σας».

Αν και όλοι οι «μεγάλοι» προσπαθούν να εκπληρώσουν το μοναδικό σκοπό τους, την «πταγκόσμια ειρήνη», η Καινή Διαθήκη μας διδάσκει ότι αυτό δεν θα γίνει έως ότου έρθει ο «Άρχοντας της ειρήνης». Σχετικά με αυτό διαβάζουμε στην Α' επιστολή προς Θεσσαλονικείς 5:3-6 και 9-11: «Όταν λένε «έχουμε ειρήνη και ασφάλεια» τότε, όπως οι πόνοι στην έγκυο γυναίκα, έρχεται ξαφνικά πάνω τους η καταστροφή από την οποία δε θα γλιτώσουν. Εσείς όμως, αδερφοί, δε ζείτε στο σκοτάδι, για να σας αιφνιδιάσει σαν τον κλέφτη η ημέρα της παρουσίας του Κυρίου. Είστε όλοι σας άνθρωποι του φωτός και της ημέρας. Δεν ανήκουμε στη νύχτα ούτε στο σκοτάδι. Ας μην κοιμόμαστε, λοιπόν, όπως και οι άλλοι, αλλά ας είμαστε άγρυπνοι και νηφάλιοι». «Γιατί ο Θεός δεν μας προόρισε να δοκιμάσουμε την τελική οργή του, αλλά ν' αποκτήσουμε τη σωτηρία μέσω του Κυρίου μας Ιησού Χριστού. Αυτός πέθανε για μας, ώστε, όταν έρθει, είτε μας βρει ζωντανούς είτε νεκρούς, να ζήσουμε μαζί του. Γι' αυτό να ενισχύετε και να βοηθάτε ο ένας τον άλλο, όπως άλλωστε και κάνετε».

Αυτή είναι η σημερινή μας αξία. Στέλνουμε μια Καινή Διαθήκη δωρεάν σε όποιον το ζητήσει.

**Πέτρος Φιλακουρίδης**

**Τηλ. επικοινωνίας: 866 960 2140**



Ο Δρ. Κωνσταντίνος Γεωργάκης, πρέδρος της ακαδημαϊκής Επιτροπής που είναι υπεύθυνη για την σκληρή εργασία της αξιολόγησης των βιογραφικών εκανοντάδων υποψηφίων Ελληνοαμερικανόπουλων για τις υποτροφίες και τα άλλα μέλη είναι οι αφανείς εργάτες που ξοδεύουν πολλές ώρες για μια αντικειμενική, αδιάβλητη και διαφανή αξιολόγηση.

## Η «απάντηση» της Μισέλ Ομπάμα

(Από σελ. 1)

υπόσχονται κάτι χειροπιαστό για το μέλλον (εκτός από το θέμα των μεταναστών).

Η «απάντηση» της Μισέλ Ομπάμα εάν έχει κάποια σημασία, είναι γιατί επιλέγει τον ρόλο του γονιού για να περιγράψει την επόμενη μέρα, για να πει ότι μέσα σε μια έστω και θαυμή δημοκρατία υπάρχει η δυνατότητα ανασύνταξης και ελπίδας. «Όταν η κρίση χτυπά, δεν στρεφόμαστε ο ένας εναντίον του άλλου, ακούμε ο ένας τον άλλον, ακουμπάμε ο ένας στον άλλον», είπε.

Και αν μας κούρασαν αυτά τα λόγια, εάν τα βαρεθήκαμε, τα βρίσκουμε αφελή ή αδιάφορα, αρκεί να σκεφτούμε, για ένα κλάσμα του δευτερολέπτου, έναν κόσμο με ηγέτες που αμφισβητούν αυτές τις αρχές. Εναν κόσμο στον οποίο θα κυριαρχεί ένας διαφορετικός λόγος· διχαστικός, γεμάτος επιθετικές βεβαιότητες, χωρισμένος σε εχθρούς και ξένους. Εναν κόσμο με απόλυτους, αυταρχικούς ηγέτες, διώκτες κάθε ελευθερίας που δεν ελέγχουν. Ενα κλάσμα του δευτερολέπτου αρκεί. Οι εικόνες υπάρχουν ήδη....ΑΠΟ ΤΗΝ ΣΥΝΤΑΞΗ

## Η ΆΛΛΗ ΑΠΟΨΗ

### Στηβ Χελιώτης

"Συγχωρώ τους ανθρώπους όταν δεν συμφωνούν με την άποψή μου, αλλά δεν τους συγχωρώ όταν δεν συμφωνούν με τη δική τους"

~Ταλεϋράνδος

\* Χρειάστηκαν επτά χρονια άσκησης προσπάθειας από πέντε διαφορετικές κυβερνήσεις για να εμπεδώσουμε -αν εμπεδώσαμε- ότι τα μνημόνια ήταν ευλογία για τον τόπο, ο.τι άλλη λύση δεν υπήρχε, και πως, τέλος πάντων, όποιος είχε αντίθετη γνώμη, ήταν πολιτικός απατεώνας και επικίνδυνος για την Χώρα. Έρχεται τώρα το γραφείο αξιολόγησης του ΔΝΤ και με πολυσέλιδη έκθεση του ([http://www.ieo-imf.org/ieo/files/completedevaluations/EAC\\_REPORT%20v5.PDF](http://www.ieo-imf.org/ieo/files/completedevaluations/EAC_REPORT%20v5.PDF)) όχι μόνο αναγνωρίζει ότι το Ταμείο δεν εξέτασε εναλλακτικές διόδους αντί του μνημονίου που εφαρμόστηκε από το 2010, αλλά επιπρόσθετα θεωρεί ότι το μεγαλύτερο λάθος ήταν ότι δεν έγινε αναδιάρθρωση (κούρεμα) του Ελληνικού χρέους. Το θέμα όμως δεν είναι ποιός η ποιοί έκαναν λάθος, αλλά ποιός πλήρωσε, πληρώνει και θα εξακολουθεί να πληρώνει γι' αυτό το "λάθος". Όπως και να το δει κανείς, αυτό που τελικά μένει είναι πως το ΔΝΤ παρα το γεγονός ότι αφελήθηκε από τα μνημόνια έκανε τη δική του εξεταστική. Εμείς όμως που βλαφτήκαμε πότε;

\* Έχει απόλυτο δίκιο όποιος λοιδωρεί εκείνους που, ενώ πριν λίγα χρόνια εύρισκαν λίγο το τίμημα των 300 εκατομμυρίων για τον ΟΣΕ, τελικά συμβιβάστηκαν -και τον ξεπούλησαν - στα 45.

\* Το ότι όμως η προηγούμενη κυβέρνηση "εκτιμούσε" την αξία της εταιρείας στα 300 σε καμία περίπτωση δεν σημαίνει πως είχε και ανάλογη προσφορά από κάποιον ενδιαφερόμενο ούτε πολύ περισσότερο ότι η τότε αξιωματική αντιπολίτευση απέτρεψε η ήταν σε θέση να αποτρέψει το διαφαινόμενο "deal".

\* Ας χαλαρώσουν λίγο όσοι επενδύουν σε μισές αλήθειες γιατί το ότι η σημερινή κυβέρνηση αποδείχτηκε ανάξια των προσδοκιών όσων την ψήφισαν σε καμία περίπτωση δεν αμνηστεύει την απραξία, και την ευθυνοφοβία της προηγούμενης.

\* Και ξαφνικά μας πρόεκυψε και θέμα αναθεώρησης Συντάγματος. Κι όσο κι αν συμφωνεί κανείς πως η συζήτηση για το Σύνταγμα είναι ένας-ακόμη-αντιπεριστασμός από μέρους της κυβέρνησης, δεν μπορεί σε καμία περίπτωση να ταυτιστεί με τους ισχυρισμούς της αντιπολίτευσης που απαξιώνει όποιον τολμήσει να αμφισβητήσει την τελειότητα του. Για μένα προσωπικά σεβασμός προς το Σύνταγμα είναι η πιστή τήρηση των επιταγών του και όχι η επισήμανση των αδυναμιών του. Είναι αδιανότητο αυτό που δεν είχαν καμιά αναστολή να το παραβιάζουν η να το "ερμηνεύουν" κατά το δοκούν να'ρχονται σήμερα να το παίζουν όψιμοι υπερασπιστές του.

\* Και μπορεί ακόμα κι ένας άσχετος ν'αντιλαμβάνεται ότι βουλευτές που ψηφίζουν ένα νομο που ανατρέπει αναδρομικά δικαστική απόφαση παραβιάζουν την ανεξαρτησία της δικαστικής εξουσίας από την νομοθετική και συνεπώς το ίδιο το Σύνταγμα...

\* Μπορεί επίσης κι ένας ανίδεος ν'απορεί πως γίνεται η εκτελεστική εξουσία να'ναι ανεξάρτητη αφού οι εκπρόσωποι της εξαρτώνται από την φήμη των εκπροσωπων της νομοθετικής...

\* Αυτό όμως που κανένας δεν μπορεί ν'αντιληφθεί είναι πως είναι δυνατόν να έχουμε ισονομία -όπως εμφατικά προστάζει το Σύνταγμα μας - όταν προβλέπεται βουλευτική ασυλία και νόμος περί (μη) ευθύνης υπουργών;

\* Και πόσο πιο έντιμα μπορούν να "δικάσουν" -άσχετοι σε πολλές περιπτώσεις με το αντικείμενο- βουλευτές συναδέλφους τους, όταν ψηφίζουν ό,τι τους υπαγορεύει το κόμμα και με τις γνωστές ατελείς διαδικασίες, απ' ότι θα δίκαζαν έμπειροι και ανεξάρτητοι δικαστές;

\* Να θυμίσω ότι ο πρώτος πολιτικός που είχε θέσει θέμα κατάργησης της βουλευτικής ασυλίας ήταν ο Κωνσταντίνος Μητσοτάκης. Μάλιστα για να δείξει πόσο εννοούσε αυτό που υποστήριζε, δεν δίστασε να παραιτηθεί από την βουλευτική του ασυλία όταν κάποτε είχε κατηγορηθεί από πολιτικούς του αντιπαλούς και να πάει σε κανονική δίκη την οποία και κέρδισε. Τι άλλαξε από τότε μέχρι σήμερα ώστε το κόμμα του να μην συναινεί στην κατάργηση της.

\* Και μιας και μιλάμε για βουλευτές, διάβασα κάπου ότι στα κράτη της Ευρωπαϊκής ένωσης αντιστοιχούν κατά μέσον όρο 10 βουλευτές ανά εκατομμύριο κατοίκων (Η Γαλλία για παράδειγμα με 63 εκατομμύρια κατοίκους έχει 577 βουλευτές ενώ η Ισπανία με 47 εκατομμύρια έχει 350). Στην χρεωκοπημένη Ελλάδα μας η αντίστοιχη αναλογία είναι 28 ανά εκατομμύριο. Κατά τα αλλα προσπαθούν να εξοικονομήσουν λεφτά ψάχνοντας για ισοδύναμα μετρα.



Ο Θανάσης Σώτος, Γραμματέας του Διοικητικού Συμβουλίου, στην ομιλία του τίμησε επαξίως την μνήμη του Ιδρυτού του Ιδρύματος.



Ένα άλλο τμήμα φοιτητών και παρουσιαστών κατά την απονομή.



### Η Αννα Κορακάκη έγραψε ιστορία στο Río ντε Τζανέιρο.

Με απίστευτη αυτοπεποίθηση και ευστοχία, παρά τα 20 χρόνια της συν την απειρία της, η Ελληνίδα πρωταθλήτρια από τη Δράμα κατέκτησε το χρυσό μετάλλιο στο πιστόλι από απόσταση 25 μέτρων και έστειλε την Ελλάδα στα ουράνια. Μόλις τρεις ημέρες μετά το χάλκινο μετάλλιο που κέρδισε στο αεροβόλο πιστόλι, όπλισε και πάλι το δεξί χέρι της και σημάδεψε διάνα σε έναν συγκλονιστικό τελικό.

Εγινε λοιπόν η πρώτη Ελληνίδα πρωταθλήτρια της σκοποβολής που κατακτά ποτέ χρυσό Ολυμπιακό μετάλλιο και η δεύτερη πολίτης της χώρας που κερδίζει δύο μετάλλια στην ίδια διοργάνωση Ολυμπιακών Αγώνων.

Η τελευταία φορά που συνέβη κάτι ανάλογο ήταν το 1912 στη Στοκχόλμη όταν ο Κωστής Τσικλητήρας κέρδισε επίσης δύο μετάλλια, ακριβώς ίδιου χρώματος με την Αννα.

Λένε ότι η καλή ημέρα φαίνεται από το πρωί. Η Κορακάκη πήρε την πρώτη θέση στις βολές ακριβείας και τη δεύτερη στις ταχείες βολές των προκριματικών, που την έστειλαν στον μεγάλο τελικό ως δεύτερη στην κατάταξη. Μάλιστα στο τελευταίο σετ με πέντε βολές ακριβώς στον στόχο ανέβηκε από την 8η στη 2η θέση του τελικού. Εκεί σφάιρα σφάιρα η Ελληνίδα πρωταθλήτρια, που σπουδάζει αθλητική εκπαίδευση παιδιών με ειδικές ανάγκες στο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης και στηρίζεται από τη «Τυοιωνιαξ.ησ» πήρε την πρώτη θέση και έπαιξε μία εναντίον μίας για το χρυσό μετάλλιο, με το ασημένιο εξασφαλισμένο, κόντρα στην 33χρονη Γερμανίδα Μόνικα Καρς. Το χρυσό μας κορίτσι ήθελε πραγματικά το χρυσό, δεν της έφθανε ούτε το ασημένιο ούτε το χάλκινο της Κυριακής.

# ΟΙ ΕΛΛΗΝΕΣ ΣΤΟ ΣΙΚΑΓΟ

Γράφει κι επιμελείται ο Δρ. Παντελής Βασδέκης

## Η ΠΡΟΣΠΑΘΕΙΑ ΕΠΙΒΟΛΗΣ ΤΗΣ ΕΚΚΛΗΣΙΑΣ ΣΤΗΝ ΠΟΛΗ ΜΑΣ

Υστερα από την παρένθεση των δυο μηνών, συνεχίζουμε από εκεί που σταματήσαμε. Θα θυμάστε ότι τα πρώτα τέσσερα χρόνια ήταν πολύ δύσκολα για την πορεία της κοινότητας/ενορίας της Αγίας Τριάδας μια και που ήταν κι η μοναδική στην πόλη μας. Ακόμα, ίσως να θυμάστε για την περιπέτεια που οδήγησαν το διοκητικό συμβούλιο της κοινότητας οι πολιτικοί αντίπαλοι αφού χρησιμοποίησαν τον αρχιμανδρίτη Νεκτάριο Μαυροκορδάτο. Το αποτέλεσμα ήταν όπως λέει κι ο λαός: *Μια τρύπα στο νερό*. Όμως, η κοινότητα αναγκάστηκε



**Ο πρόεδρος της Αγίας τριάδος ιατρός Γρηγόριος Παπαηλιού, ο εμπνευστής και ο αρχιτέκτονας της ιστορικής πορείας των Ελλήνων στην πόλη μας. Οι ιδέες του και το όραμά του για την Αγία Τριάδα το μαρτυρούν αυτό.**

να χρησιμοποιήσει πολλά χρήματα για να αμυνθεί στο δικαστήριο μια που οι πολιτικοί αντίπαλοι και ο αρχιμανδρίτης κατέφυγαν στα δικαστήρια. Σύμφωνα όμως με την εφημερίδα της εποχής, το ποσό που δαπανήθηκε από το ταμείο της Αγίας Τριάδας ανέρχονταν στο ποσό των χιλίων πεντακοσίων δολαρίων, τη στιγμή κατά τη οποία η εκκλησία δεν είχε ούτε ένα δολάριο στις καταθέσεις της.

Με το που ανέτειλε το 1902, κι ενώ η απόφαση βρίσκονταν ακόμα στα δικαστήρια, ο αρχιμανδρίτης Νεκτάριος Μαυροκορδάτος έφυγε για τη Γερμανία και πιο συγκεκριμένα για την πόλη του Βερολίνου αφήνοντας πίσω την κοινότητα/ενορία της Αγίας Τριάδας διηρημένη σε φατρίες, ένα συμβούλιο δίχως δεκάρα στο ταμείο. Ευτυχώς η κοινότητα διοικούνταν από ένα θερμό πατριώτη της εποχής του ιατρό Γρηγόριο Παπαηλιού κι από τη άλλη μεριά, μετανάστες έφταναν καθημερινά στην πόλη και επόμενο ήταν να ενισχύουν με τον τρόπο τους το κοινοτικό ταμείο.

Ο βοηθός ιερέας που υπήρχε προήχθη σε ιερέα και κρατούσε την εκκλησία ανοιχτή. Το όνομα αυτού του ιερωμένου ήταν Θεόδωρος Προυσιάνος που πραγματικά φάνηκε αντάξιος των περιστάσεων. Θα πρέπει να ειπωθεί ότι οι Ελλήνες μετανάστες της εποχής ήταν πολύ διαφορετικοί από

εμάς σήμερα. Ήταν πολύ πιο πατριώτες και ενδιαφέρονταν περισσότερο για τα παροικιακά κοινά κι επειδή ήταν στην πλειοψηφία τους αμόρφωτοι αλλά κι αγράμματοι, ορισμένοι «μορφωμένοι» της εποχής που ο εφημερίδα *Literati*, εύκολα μπορούσαν να πείσουν ορισμένους από αυτούς ώστε να τους ακολουθούν την Κυριακή και να κάθονται έξω από την εκκλησία και την ώρα που τελούνταν η θεία λειτουργία αυτοί να βρίζουν τον ιερέα, το συμβούλιο και συγκεκριμένους πιστούς την ώρα που εκείνοι εισέρχονταν στην εκκλησία!

Δεν ήταν λίγες οι φορές ώστε ο ιερέας μη μπορώντας να συνεχίσει την τέλεση της θείας λειτουργίας να αναγκάζεται από τους «θερμόαιμους» απεργούς να σταματήσει τη θεία λειτουργία στη μέση. Άλλωστε πάλι, ορισμένοι θερμόαιμοι τσακώνονταν στις μπουνιές κι αναγκαστικά, αφού μάτωνα ορισμένες μύτες ή κι άλλες έσπαζαν, καλούνταν η αστυνομία για να επιβάλει την τάξη... Αυτό που χρειάζονταν την εποχή εκείνη ήταν ένας που θα έπαιζε το ρόλο του αρχηγού για να κατευθύνει την κατάσταση κι αυτός δεν υπήρχε.

Ο ιερωμένος Θεόδωρος Προυσιάνος ήταν άρρωστος αλλά και το συμβούλιο δεν του είχε δώσει αυτό το δικαίωμα, ο πρόεδρος του κοινοτικού συμβουλίου, ιατρός Γρηγόριος Παπαηλιού, ναι μεν οραματίζονταν μια κοινότητα σύγχρονη, πολιτισμένη που θα ένωνε όλους του Έλληνες μετανάστες και γύρω της θα αναπτύσσονταν η Ελληνική γειτονία, με βάση τα Οθωμανικά πρότυπα, αλλά έπεισε θύμα της αντιπολίτευσης που, όμως συνήθως συμβαίνει, σαν αντιπολίτευση υπόσχεται πολλά αλλά όταν έρθει στην εξουσία ξεχνάει αυτά που έλεγε πρωτύτερα...

Η ιερά Σύνοδος της Εκκλησίας της Ελλάδας ήταν μακριά κι εκείνη τα δικά τα προβλήματα τα οποία και δεν ήξερε να λύσει, αρκεί να θυμίσω τα Ευαγγελικά, που σκηνές βίας και τρομοκρατίας δημιουργούνταν σε καθημερινή βάση, η αγραμματοσύνη του κλήρου και τόσα άλλα και τέλος δεν είχε ξεκαθαριστεί με το πατριαρχείο της Κωνσταντινούπολης ακόμα ποιος θα είχε την αποκλειστική ευθύνη των εκκλησιών που άνοιγαν στην Αμερική. Όμως, παρ' όλα αυτά, στα 1903, απέσπασε τον αρχιμανδρίτη Κύριλλο Γεωργιάδη στην εκκλησία της Αγίας Τριάδας.

Ο νέος ιερωμένος έφτασε στην πόλη μας και οι ενορίτες, μαζί με το διοικητικό συμβούλιο τον υποδέχτηκαν με χαρά και εναπέθεσαν σε αυτόν όλες τους τις ελπίδες για καλύτερες μέρες... Παρ' όλη του τη διάθεση για να καλμάρει κάπτως τα πράγματα, ο ίδιος είχε μια σειρά από δικά του, προσωπικά προβλήματα που τον βασάνιζαν και που τα οποία είχαν φτάσει στην ιερά Σύνοδο. Την ίδια στιγμή, ο άνθρωπος αυτός δεν είχε εμπειρία με τα διοικητικά κοινοτήτων της διασποράς κι ιδιαίτερα της Αμερικής όπου η Αμερικανική πραγματικότητα ήταν κάτι το καινούργιο και οι Έλληνες κληρικοί δεν ήξεραν πώς να το χειρίστούν. Όμως, όλα έδειχναν ότι ο ιερωμένος είχε όρεξη για δουλειά και θα μπορούσε να ενώσει τις διάφορες ομάδες που ήδη υπήρχαν στην ενορία/κοινότητα και θα ήταν σε θέση να προσφέρει ουσιαστικό έργο, όμως κάπι δεν πήγε καλά.

Ο πρόεδρος της κοινότητας/ενορίας Γρηγόριος Παπαηλιού, έστειλε αναφορά στην ιερά Σύνοδο ζητώντας την αντικατάσταση του ιερώμενου. Για καριά ακόμα φορά, δεν υπάρχουν στοιχεία στα οποία και θα μπορούσαμε να σταθούμε για να καταλάβουμε το γιατί ο πρόεδρος έφτασε στο σημείο αυτό. Εκείνο που έχει σημασία ήταν το γεγονός ότι αυτός, κατά κοινή ομολογία, θεωρούνταν άνθρωπος με αξίες και πάνω απ' όλα πατριώτης που υποστήριζε τον Έλληνα βασιλιά και που κι εκείνος, με τη σειρά του, ανταποκρίνονταν στα αισθήματα του.

Αυτή ήταν, σε γενικές γραμμές η κατάσταση που επικρατούσε στην Αγία Τριάδα.

Με την ανατολή της νέας χρονιάς, είχαν προγραμματιστεί εκλογές του διοικητικού συμβουλίου για τις 28 Ιανουαρίου του 1904. Βέβαια, ο ομάδα του ιατρού Παπαηλιού κέρδισε τις εκλογές αλλά όχι και τη μάχη. Η αντιπολίτευση κατέφυγε στα δικαστήρια κατηγορώντας την νικήτρια ομάδα ότι χρησιμοποίησε νοθεία στις εκλογές με αποτέλεσμα το εκλογικό αποτέλεσμα να ήταν αυτό που ήταν. Κι ενώ γίνονταν αυτά, ο ιατρός Γρηγόριος Παπαηλιού συγκρότησε επιτροπή στην οποία και έδωσε αρμοδιότητα όπως συγκεντρώσει χρήματα τα οποία και θα στέλνοντας στην Τεγέα της Αρκαδίας για να ενισχυθεί η προσπάθεια ανέγερσης μουσείου στην πόλη. Αυτή ήταν κι η πρώτη προσπάθεια που στόχευε στην οικονομική βοήθεια της Ελλάδας από την ομογένεια της πόλης μας.

Η ιερά Σύνοδος της Εκκλησίας της Ελλάδας, παράλληλα με την αναφορά ανάκλησης του αρχιμανδρίτη Κύριλλου Γεωργιάδη που δέχτηκε από τον πρόεδρο της Α-γίας Τριάδας, πήρε και μια ακόμα από την αντιπολίτευση, η οποία στόχευε στο να παραμείνει ο αρχιμανδρίτης στην πόλη και ότι άδικα και δίχως λόγο ο πρόεδρος της κοινότητας καταφαίνονταν ενάντιων του κληρικού και καλούνταν η ιεραρχία να την απορρίψει και να εγκρίνει την παραμονή του ιερωμένου στην εκκλησία.

Η ιερά Σύνοδος αποφάσισε την ανάκληση του αρχιμανδρίτη στην ιστορική πορεία τόσο στον χώρο της εκκλησίας όσο και στον εκπαιδευτικό χώρο. Οι αποφάσεις του εξακολουθούν να είναι παρούσες και στον σημερινό τρόπο με τον οποίο λειτουργούν τα ελληνικά μας σχολεία στην πόλη του Σικάγου

- στην ομάδα του δυο πολύ γνωστά ονόματα Ελλήνων μεταναστών τον Ιωάννη Στεφάνου και τον Αθανάσιο Νασιάκο. Από τα πρώτα συνθήματα που χρησιμοποίησαν ήταν: Πατρίδα, Θρησκεία κι οικογένεια. Ακόμα και στις μέρες μας το σύνθημα αυτό δονεί το συναισθηματικό κόσμο του Έλληνα ο οποίος και αντιδρά ανάλογα.

Σκοπός του συλλόγου ήταν να ιδρύσουν μια εκκλησία στην οποία και θα ιερουργούσε ο αρχιμανδρίτης Κύριλλος Γεωργιάδης. Την



ιδια σπιγμή, ο αρχιμανδρίτης θα ίδρυε και Ελληνικό σχολείο. Ποτέ στο κοντινό παρελθόν δεν συζητήθηκε σοβαρά η ίδεα ίδρυσης Ελληνικού σχολείου για τον απλούστατο λόγο ότι δεν υπήρχε δάσκαλος που θα αναλάμβανε τη μόρφωση των Ελληνοπαίδων που ήδη βρίσκονταν στην πόλη μας.

Ο Σύλλογος βρήκε μια αίθουσα στο 127 South State, στην καρδιά της Ελληνικής γειτονίας. Η αίθουσα ενοικιάστηκε και η νέα προσπάθεια που ζεκίνησε ονομάστηκε Αγιος Νικόλαος! Μάλιστα δε, ήταν η Μεγάλη Εβδομάδα του 1905, όταν η εκκλησία άνοιξε τ

# ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ

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

**1. Ξέρεις το μυστικό για να προστατέψεις το γάμο σου από την απιστία;**



Η απιστία στο γάμο έχει σοβαρές συνέπειες. Μέσα σε μια στιγμή, εν ριπή οφθαλμού, όλη η εμπιστοσύνη και η σιγουρία μπορεί να χαθεί. Γιαυτό, αντί να ελπίζεις ότι αυτό δε θα συμβεί σε σένα, πάρε τα παρακάτω μέτρα και τις προφυλάξεις για να προστατέψεις το γάμο σου. Πρώτα, πρώτα, βάλε φυσικά όρια και περιορισμούς. Με άλλα λόγια να τραβήξεις μία γραμμή για τις πρέπουσες σχέσεις με το άλλο φύλο και μετά να είσαι σε απόσταση ασφάλειας πίσω από τη γραμμή. Δεύτερον, βρες κάποιον /α που θα σε παρακολουθεί με συνέπεια. Βρες κάποιο έμπιστο πρόσωπο στο οποίο μπορείς να εκφράζεις τις σκέψεις σου και τους πειρασμούς σου ... κάποιο πρόσωπο που θα σε βοηθήσει να πάρνεις σωστές αποφάσεις.

**2. Γονείς, μήπως συναντάτε κάποια εμπόδια για να περιορίσετε την ταχύτητα;**

Τα εμπόδια στο δρόμο για τον περιορισμό της ταχύτητας έχουν σκοπό να μας κάνουν να μειώσουμε την ταχύτητα. Κατά τον ίδιο τρόπο, καθώς τρέχουμε με ταχύτητα διανύοντας τη ζωή μας, υπάρχουν κάποια φυσικά εμπόδια που μας προειδοποιούν να κόψουμε ταχύτητα, να προσέξουμε, και να συγκεντρώσουμε την προσοχή μας στις σχέσεις μας με τους άλλους ... και ιδιαίτερα με τα παιδιά μας. Ας δούμε μερικά εμπόδια που πρέπει να προσέξουμε. Πρώτα, πρώτα, υπάρχει ένα τέτοιο εμπόδιο όταν τα παιδιά μας φτάσουν στην εφηβεία. Καθώς το σώμα τους και η σκέψη τους αλλάζουν, εμείς πρέπει να ρίξουμε τους ρυθμούς μας και να τα διαβεβαιώσουμε ότι η αγάπη μας γι αυτά είναι αναλλοίωτη και χωρίς όρους. Δεύτερον, ένα άλλο εμπόδιο που μας αναγκάζει να κόψουμε ταχύτητα είναι όταν τα παιδιά μας αρχίζουν να δημιουργούν σχέσεις με το άλλο φύλο. Με ησυχία και ηρεμία βεβαιώσου ότι ξέρουν πώς να έχουν υγείες και όχι επιπλαίες σχέσεις.

**3. Πώς μπορείς να πάρεις σοβαρές αποφάσεις που θα οικοδομήσουν το γάμο σου;**

Δεν είναι μόνο οι αποφάσεις αυτές καθαυτές που επηρεάζουν την οικογένειά σου αλλά κι ο τρόπος που τις παίρνεις. Σωστές αποφάσεις είναι εκείνες που παίρνεις όταν ακολουθείς τη σωστή διαδικασία. Να μην ξεχνάς τη βασική αρχή ότι καμία μεγάλη απόφαση δεν πρέπει να παίρνεις χωρίς την πλήρη συγκατάθεση του άντρα σου/της γυναίκας σου. Όταν παίρνεις αποφάσεις χωρίς τη γνώμη του άντρα σου/της γυναίκας σου είναι σα να λες, "Δεν υπολογίζω τη γνώμη σου ή δε χρειάζομαι την άποψή σου ... το αποφάσισα." Επίσης, να μελετάτε τα υπέρ και τα κατά μαζί πριν πάρεις την απόφασή σου.

**4. Η πειθαρχία που χρησιμοποιείς για το παιδί σου είναι αυτή που πρέπει;**

Όταν μιλάμε για πειθαρχία, οι γονείς πολλές φορές μπερδεύουν τη σταθε-

ρότητα με τη σκληρότητα. Αυτά όμως είναι τελείως διαφορετικά. Η σταθερότητα βάζει όρια ασφαλείας που όταν τα υπερβεί το παιδί θα έχει συνέπειες. Ενώ η σκληρότητα χρησιμοποιεί λόγια με εκνευρισμό και απειλές για να τρομοκρατήσει το παιδί και να το κάνει να υποταχθεί. Πώς λοιπόν μπορείς να επιβάλεις την πειθαρχία χωρίς να είσαι σκληρός/ή; Πρώτα, πρώτα, διατήρησε την ψυχραιμία σου. Αυτό θα βοηθήσει το παιδί σου να συγκεντρώσει την προσοχή του στο λάθος του, παρά στην τεταμένη αντίδρασή σου. Δεύτερον, φρόντισε πάντοτε να δείχνεις στο παιδί σου την αγάπη σου. Δεν μπορώ να το τονίσω επαρκώς πόσο σημαντικό είναι να υπενθυμίζεις στο παιδί σου ότι η αγάπη σου για κείνο είναι χωρίς όρους, και δε στηρίζεται στη συμπεριφορά του.

**5. Πώς θα δημιουργήσεις μια καλή σχέση με το κορίτσι που σχετίζεται ο γιος**

Η γυναίκα μου κι εγώ πιστεύουμε ότι είναι πολύ σημαντικό να αναπτύξουμε μία καλή σχέση με το κορίτσι που ο γιος μας σχετίζεται. Παρακάτω δίνουμε μερικές ιδέες που θα σας βοηθήσουν να αρχίσετε. Πρώτα, πρώτα, να την καλέσετε για φαγητό. Ο χρόνος γύρω από το τραπέζι είναι μία πολύ καλή ευκαιρία για την ανάπτυξη καλών σχέσεων. Δεύτερον, οργανώστε μια βραδιά για να παίξετε διάφορα παιχνίδια μαζί της και με το γιο σας. Ρωτήστε την ποια παιχνίδια της αρέσουν πολύ, ή ποια δεν της αρέσουν, για να παίξετε και θα μάθετε πολλά για το άτομο της. Τα παιχνίδια αποκαλύπτουν το χαρακτήρα του ανθρώπου, και τις ικανότητές του.

**6. Πώς καταλαβαίνεις αν το παιδί σου έπεσε θύμα σχολικού εκφοβισμού;**

Εχεις ενδιαφέρον αλλά και προβλήματα να βλέπεις το παιδί σου να μεγαλώνει. Και ένας από τους πιο επικίνδυνους παράγοντες που μπορούν να κάνουν δύσκολη την παιδική ηλικία είναι ο σχολικός εκφοβισμός. Είναι μια δυσκολία που δεν πρέπει να την απορρίψουμε είτε γιατί δεν είναι σημαντική είτε γιατί δεν μπορεί να συμβεί. Γιαυτό έχει μεγάλη σημασία να καταλάβεις τα σημεία του εκφοβισμού. Ένα σημείο ότι το παιδί σου μπορεί να είναι θύμα σχολικού εκφοβισμού είναι όταν αρχίσει να προφασίζεται ότι είναι άρρωστο και δε θέλει να πάει σχολείο. Ένα άλλο σημείο είναι όταν έρθει το παιδί από το σχολείο με τα βιβλία του, τα ρούχα του, ή άλλα πράγματα του κατεστραμένα. Να έχεις πάντοτε το νου σου και να παρακολουθείς τυχόν αλλαγές στη συμπεριφορά του παιδιού σου εξαιτίας του εκφοβισμού.

**7. Είστε μαζί με τον άντρα σου / τη γυναίκα σου στην ίδια ομάδα;**

Η ζωή είναι μια περιπέτεια. Στη διαδρομή αυτού του ταξιδίου της ζωής έρχεσαι συνέχεια αντιμέτωπος/ή με απαιτήσεις, κινδύνους, και απογοητεύσεις. Υπάρχει όμως ένας άνθρωπος που θάπτετε κάθε στιγμή να μπορείς να βασιστείς — κι αυτός είναι ο άντρας σου/η γυναίκα σου. Σου δίνουμε 3 τρόπους για να είσαι καλός συμπαίκτης του άντρα σου/της γυναίκας σου. Πρώτον, να είσαι προσηλωμένος /η και αφοσιωμένος/ή για να μείνετε μαζί — ό,τι κι αν συμβεί. Δεύτερον, να είσαι ευαίσθητος/ή και διακριτικός/ή στον άντρα σου /στη γυναίκα σου σε μεταβατικές περιόδους. Τέλος, μην επιπρέπεις τις δύσκολες στιγμές να σε απομακρύνουν από τον άντρα σου/τη γυναίκα σου.

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



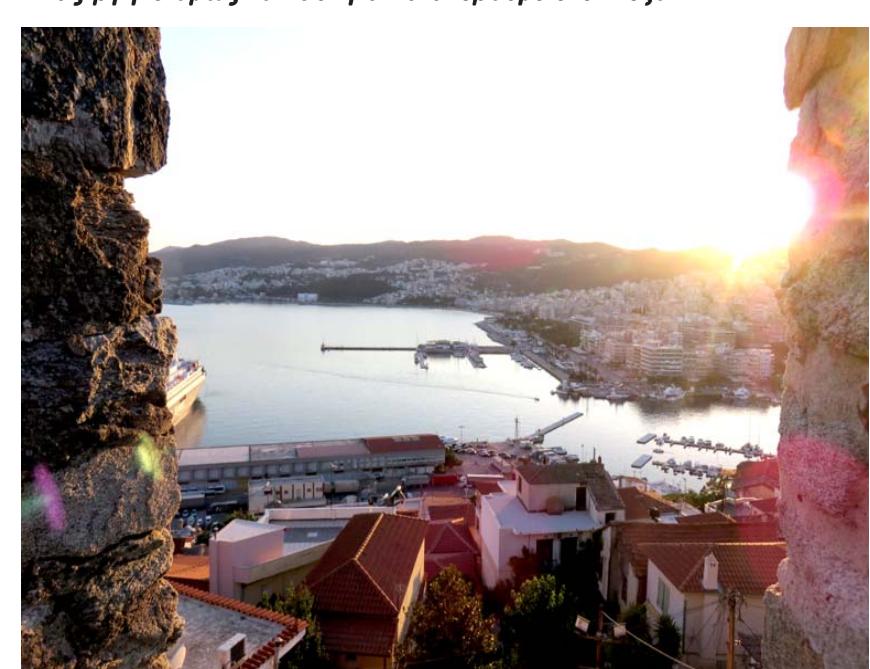
Από την εκδρομή του Ορειβατικού Συλλόγου Τριπόλεως στην Πειροχή του Παγγαίου κια το νησί Θάσο. Εδώ μερικά από τα μέλη της Ορειβατικής εξόρμησης, μεταξύ των οποίων και ο εκδότης.



Ο εκδότης με τον γνωστό Γυμνασιάρχη αδελφό του Κώστα, με φόντο της δυναμική πόλη της Καβάλας.



Το μεσαιωνικό κάστρο της Καβάλας που σώζεται αρκετά καλά με τους πύργους του που προσφέρουν μια καταπληκτική θέα. Μας βγήκε όμως το λάδι για να ανεβούμε εκεί πεζοί.



Η Καβάλα είναι ιστορική πόλη. Στην παλιά πόλη βλέπει κανές πολλά αρχαία και ρωμαϊκά κτίρια, μεταξύ των οποίων και το περίφημο υδραγωγείο. Εκεί υπάρχουν διατηρητέα τα παλιά εργοστάσια επεξεργασίας καπνού και εκεί ανεπτύχθη το πρώτο συνδικαλιστικό κίνημα. Εδώ η θέα του λιμανιού από το κάστρο.

# 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 STAMATIOS SFIKAS

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.NICHOLAS GEORGIOU.

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) 283-1997  
REV. GEORGIOS KOSTOPOULOS.

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 BOTSI

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 Αλζχαϊμερ

- \* 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.

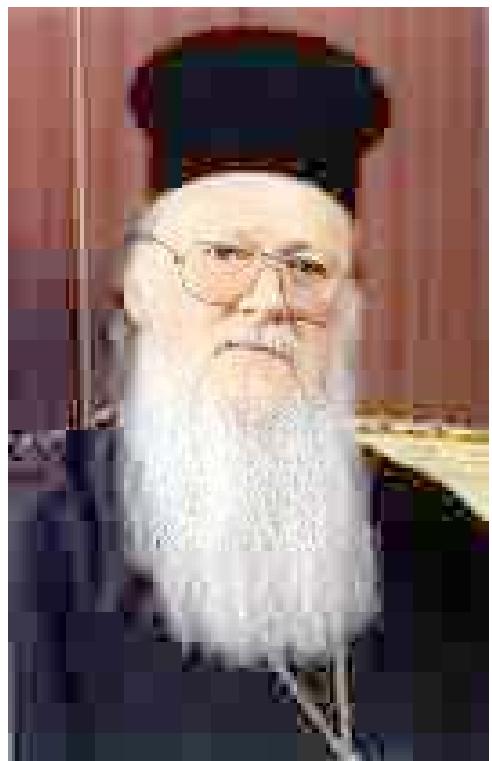
### CONCORDE BANQUETS

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

# Τριάντα εκατομμύρια δολάρια ο προϋπολογισμός της Αρχιεπισκοπής Αμερικής

**Tου Θεόδωρου Καλμούκου**

Ο οικονομικός προϋπολογισμός της Αρχιεπισκοπής Αμερικής εκτοξεύτηκε στα τριάντα εκατομμύρια δολάρια και συγκεκριμένα \$30.240.112 για τα επόμενα δύο έτη 2017 και 2018, όπως προκύπτει από τα επίσημα έγγραφα της 43ης Κληρικολαϊκής Συνέλευσης στο Νάσβιλ Τενεσί και τα οποία υπάρχουν στη διάθεση του «Εθνικού Κήρυκα».



Υπογραμμίζεται ότι κατά τα διαρρεύσαντα δεκαεπτά χρόνια της Αρχιεπισκοπίας του Αρχιεπισκόπου Γέροντος Αμερικής κ. Δημητρίου, ο προϋπολογισμός της Αρχιεπισκοπής έχει υπερδιπλασιαστεί, διότι από \$13 εκατομμύρια που ήταν 1999, έφτασε στα \$30.240.112 σήμερα.

Συγκεκριμένα, για το έτος 2017 ο προϋπολογισμός έχει οριστεί στα 27.816.483 δολάρια και για το έτος 2018 στα 30.240.112 δολάρια.

Ο προϋπολογισμός αναμένεται να ψηφιστεί στη συνεδρίαση της Ολομέλειας της Κληρικολαϊκής το βράδυ της Πέμπτης 7 Ιουλίου λίγο πριν από το επίσημο δείπνο.

Ο οικονομικός προϋπολογισμός αποτελεί βασικά και το κύριο μέλημα και στόχευση της Κληρικολαϊκής, όπως συνέβαινε και στο παρελθόν.

Στον προϋπολογισμό δεν συμπεριλαμβάνονται διόλου η Ακαδημία του Αγίου Βασιλείου, ούτε ο Οίκος Ευγηρίας του Αγίου Μιχαήλ, ενώ η Ελληνική Παιδεία εμφανίζεται

και πάλι ως ο φτωχός συγγενής σε σύγκριση με άλλους τομείς.

Συγκριτικά αναφέρουμε, ότι για το έτος 2013 ο προϋπολογισμός ήταν 25.532.390 δολάρια και για το 2014 ήταν 25.558.989.

Για το έτος 2009 ο προϋπολογισμός ήταν 20.792.871 δολάρια, ενώ για το 2010 στα 21.737.385 δολάρια. Το έτος 2009 ο προϋπολογισμός υπερέβη κατά 4.487.133 δολάρια, φτάνοντας σε πραγματικά έξοδα λειτουργίας 25.280.004 δολάρια.

Ο προϋπολογισμός για το έτος 2007 ήταν 18.263.500 δολάρια, ενώ για το 2008 ήταν 19.533.500 δολάρια. Για το 2005 ήταν 16.179.000 και για το έτος 2006 ήταν 16.378.000 δολάρια.

Πριν από δέκα χρόνια, και συγκεκριμένα τον Ιούλιο του 2006, στην Κληρικολαϊκή, η οποία είχε συγκληθεί και πάλι στο Νάσβιλ του Τενεσί, άλλαξε το σύστημα της οικονομικής συνεισφοράς των κοινοτήτων προς την Αρχιεπισκοπή.

Η αλλαγή έγινε χωρίς καμία εκ των προτέρων προειδοποίηση και προετοιμασία, αλλά προτάθηκε μάλλον αυτοστιγμένη.

Συγκεκριμένα, μέχρι το 2006 οι κοινότητες έδιναν στην Αρχιεπισκοπή το 15% του επήσιου εισοδήματός τους.

Από το 2006 και μετά δίνουν το 15% από τα έξοδά τους, ενώ υποχρεούνται να υποβάλλουν στην Αρχιεπισκοπή τα οικονομικά τους στοιχεία ελεγμένα από ορκωτό λογιστή.

Κατ' αυτόν τον τρόπο όπως εξηγήθηκε από αξιωματούχους της Αρχιεπισκοπής και ιδιάίτερα της Επιτροπής επί των Οικονομικών, ελέγχουμε τα οικονομικά των κοινοτήτων και παίρνουμε ανάλογα τις οικονομικές συνδρομές.

Αν η κοινότητα διατηρεί Ημερήσιο Σχολείο, η Αρχιεπισκοπή φορολογεί μόνο τα έξοδα της εκκλησίας.

Αναλυτικά η κατανομή του προϋπολογισμού για αρκετούς από τους Τομείς και τα Γραφεία για τα δύο προσεχή έτη 2017 και 2018 έχει οριστεί ως εξής:

Για την Ελληνική Παιδεία για το έτος 2017 το ποσό των 574.761 δολαρίων για δε το έτος 2018 το ποσό των 603.499 για το Τμήμα Κατηχητικής Παιδείας 792.600 και \$856.008 αντίστοιχα. Για τη Νεολαία 917.740 και 991.159 δολάρια.

Για τις Κατασκηνώσεις του Ιονικού Χωριού 2.038.664 και 2.059.050 δολάρια αντίστοιχα.

Για το Οικουμενικό Πατριαρχείο 1.500.000 δολάρια για το έτος 2017 και 2.000.000 για το έτος 2018 αντίστοιχα.

Για τη Θεολογική Σχολή 1.500.000 και 1.500.000.

Ο προϋπολογισμός προβλέπει για έξοδα λειτουργίας του Γραφείου του Αρχιεπισκόπου Δημητρίου ποσό ύψους 992.677 χιλιάδων για το έτος 2017 και ποσό ύψους 1.072.091 για το 2018.

Για το Γραφείο της Αρχιεπισκοπής της Συνόδου 354.675 και 383.049 αντίστοιχα. Για το Τμήμα Αλληλογραφίας του Αρχιεπισκοπικού Γραφείου 231.236 και 249.734.

Για το Γραφείο Διοίκησης 750.000 και 800.000. Για το Γραφείο του Πρωτοσύγκελου 448.830 και 484.736. Για το Τμήμα των Οικονομικών 745.000 και 765.000, αντίστοιχα.

Για το Τμήμα Τεχνολογίας 539.192 και 582.328. Για ασφαλιστικά και έξοδα δικηγορικά έξοδα 644.742 και 741.453 αντίστοιχα. Γενικές και Διοικητικές Υπηρεσίες 860.821 και 903.863 αντίστοιχα.

Για δικηγορικά έξοδα, Ασφαλιστικά μιαβιμιυς και διακανονισμούς υποθέσεων 500.000 και 750.000.

Για δημόσιες σχέσεις 235.685 και 54.539. Για Επικοινωνίες 633.693 και 684.388. Ιντερνετ 524.236 και 566.175. Ελληνορθόδοξες Τηλεπικοινωνίες 250.287 και 270.310.

Για τον «Ορθόδοξο Παρατηρητή» 934.436 και 1.009.191 αντίστοιχα. Γραφείο Αναπτύξεως 400.000 και 450.000. Γραφείο Ευαγγελισμού και Προσεγγίσεως 183.126 και 197.776 αντίστοιχα.

Τμήμα του Ληξιαρχείου 224.858 και 242.847. Κέντρο Αρχείων 206.487 και 223.006. Κέντρο Φροντίδας Οικογένειας 486.442 και 525.357. Ηλεκτρονικό Εμπόριο και Ηλεκτρονικό Βιβλιοπωλείο 170.611 και 179.141. Γραφείο Εσωτερικής Αξιολόγησης 288.788 και 311.891.

Έξοδα Συνεδριάσεων Συνόδου 216.000 και 226.800. Αρχιεπισκοπικές Συσκέψεις 119.962 και 129.559.

Σημειώνεται ότι το 25% του ποσού της ετήσιας οικονομικής συνδρομής που καταβάλλουν οι κοινότητες έκαστης Μητρόπολης επιστρέφεται από την Αρχιεπισκοπή προς την Μητρόπολη για τα λειτουργικά της έξοδα. Τα ποσά για τα έτη 2017 και 2018 για τις Μητροπόλεις σύμφωνα με τον οικονομικό προϋπολογισμό είναι τα εξής:

Αμεση Αρχιεπισκοπική Περιφέρεια 726.538 και 784.661 αντίστοιχα.

Νέας Ιερσέτης 588.509 και 635.590.

Σικάγου 670.270 και 723.892.

Βοστώνης 440.000 και 440.000.

Αγίου Φραγκίσκου 595.592 και 643.240.

Ατλάντας 540.917 και 584.190.

Πιτσούργου 440.000 και 440.000.

Ντιτρόιτ 440.000 και 440.000.

Ντένβερ 440.000 και 440.000.

Συνταξιούχοι Επίσκοποι 251.381 και 258.922.

Δώρο επιπλέον που θα δοθεί σε Μητροπόλεις οι κοινότητες των οποίων θα πληρώσουν στο ακέραιο το ποσό που τους έχει οριστεί 1.000.000 και 1.200.000. Έξοδα για τα συνταξιοδοτικά προγράμματα των Μητροπόλεων 350.000 και 350.000. Για το ταμείο συντάξεως για λογαριασμό των συνταξιούχων Επισκόπων 185.000 και 199.800. Γραφείο Οικουμενικών Υποθέσεων 675.000 και 708.750. Ανάπτυξη λογισμικού κοινοτήτων 250.000 και 270.000 αντίστοιχα.



**SPN LAW**



**SPILIOTI**

**PETZETAKI & NASTOU**

**Δικηγορικό Γραφείο στην Αθήνα για την Ελληνική Ομογένεια**

Η Εφερη Σπηλιώτη είναι δικηγόρος που γεννήθηκε και μεγάλωσε στο Σικάγο από Έλληνες ομογενείς πρώτης γενιάς και με σπουδές στην Νομική Σχολή Αθηνών. Μαζί με τις δικηγόρους Καλλιόπη Πετζετάκη και Ευδοξία Νάστου, δικηγόρους Αθηνών και Νέας Υόρκης, διατηρούν δικηγορικό γραφείο στην Αθήνα που παρέχει ολοκληρωμένη νομική υποστήριξη σε Έλληνες Ομογενείς Το δικηγορικό Γραφείο, "SPN LAW" παρέχει τις ακούλουθες υπηρεσίες:

**-Δικαστικές Υποθέσεις**

**-Εκροσώπηση ενώπιον Διοικητικών αρχών (Εφορία, Ταμεία, Πολεοδομίες, Κτηματολόγιο κ.α.)**

**Επίσημες μεταφράσεις**



Το πατρικό σπίτι του εκδότη στην Ωριά του Καστρίου, που πάντα επισκέπτεται. Η θέα από την ταράτσα. Τα σπίτια της Ωριάς είναι αναπαλαιωμένα, πνιγμένα μέσα στην βλάστηση και με το Ξεροκάμπι απέναντι αναδασωμένο. Η όλη περιοχή γεμάτη....αγριογούρουνα τώρα.



Η εξόρμηση του Ορειβατικού Συλλόγου Τρίπολης αρχίζει. Πρώτη φωτογραφία η Εθνική οδός προς την Νεστάνη.



### VILLAGE MARKET PLACE

4034 W. DEMPSTER SKOKIE, IL. 60676

PHONE: (847) 933-0900 FAX: (847) 933-9147

### VILLAGE MARKET PLACE

891 E. GENEVA ST. CAROL STREAM, IL. 60199

[www.villageMarketplace.net](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 Ντεϊλ, κάθε είδους κρέατα και τρόφιμα από όλα τα μέρη του κόσμου και με την τεράστια ποικιλία ελληνικών ειδών, απέκτησε πρόσφατα και ένα δίδυμο αδελφάκι, το Village Market Place στο 891 E. Geneva Rd. στο Carol Stream, IL. 601188. Phone: (630) 221-1355. Το νέο Village Market Place που εξυπηρετεί τον Ελληνισμό της Νοτιοδυτικής περιοχής του Σικάγου έχει σχεδόν τα ίδια τρόφιμα, με την ίδια ποιότητα, 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 σε ασυναγώνιστες τιμές. Παρακολουθείστε επίσης τα εβδομαδιαία σπέσιαλς των καταστημάτων από τα Προγράμματά μας.

Ο αείμνηστος Δημοσθένης Φωτόπουλος έφυγε από την ζωή στις 28/7/2001. Η γυναίκα του Μαρία Φωτοπούλου παραθέτει ένα δικό του ποίημα που έγραψε στις 12/1/86 στην μνήμη του την αιωνία.



## ΣΚΕΨΕΙΣ ΤΟΥ ΑΕΙΜΝΗΣΤΟΥ ΔΗΜΟΣΘΕΝΗ ΦΩΤΟΠΟΥΛΟΥ

Σαν της ζωής αφήνουμε  
τον δρόμο τον στενό  
αιώνια πούθε πάμε;

Μες του απείρου σβύνουμε  
Το χάος ή πετάμε  
Σε άλλες χώρες άγνωρες;

Να σβούμε δεν μπορεί  
Γιατί; αφού υπάρχει αρχή  
Κάπου θε νάναι το τέλος

Πού όμως; δω, εκεί;  
Η μή αρχή και τέλος  
Είναι του κόσμου η ζωή;

Το τέλος λεν στον ουρανό  
Πως είναι κι αρχή  
Σ' ορίζοντες δικούς μας!



## ΤΡΟΦΕΣ ΚΑΙ ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΓΙΑ ΝΑ ΜΕΙΩΣΕΙΣ ΤΗ ΚΥΤΤΑΡΙΤΙΔΑ

**Ιωάννα Βασιλακοπούλου**  
 Διαιτολόγος - Διαιτοροφολόγος, BSc  
 Επιστημονική Υπεύθυνη ΛΟΓΩ  
**ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ**, Πάτρα.  
 Ιδρυτικό Μέλος Ελληνικής Διαιτοροφολογικής Εταιρείας .  
*vasilakopoulou@logodiatrofis.gr*



Σήμερα οκτώ στις δέκα γυναίκες αντιμετωπίζουν το πρόβλημα της αντιασθητικής συσσώρευσης λίπους στους γλουτούς και τους μηρούς.

Η συμβουλή είναι συνδυασμός υγιεινής διαιτοφής και κατάλληλης άσκησης. Η κυτταρίτιδα ξεκινάει από διαταραχή της μικροκυκλοφορίας, κακή τοπική αιμάτωση αναγκάζει τον οργανισμό να παράγει διχτυωτές ίνες, τα δε λιποκύτταρα στην συγκεκριμένη περιοχή δεν τρέφονται σωστά και γι' αυτό ο οργανισμός, αντί να αναδομήσει το λίπος, το στέλνει να αποθηκευτεί στα λιποκύτταρα εκείνα που έχουννάγκη τροφής. Και επειδή ακριβώς

ξεκινά από προβλήματα μικροκυκλοφορίας, μπορούμε να πούμε ότι είναι κληρονομική ή ότι μπορεί να υπάρχει προδιάθεση.

Το stress παίζει και αυτό ρόλο στην δημιουργία κυτταρίτιδας. Η κυτταρίτιδα εμφανίζεται στην επιφάνεια του δέρματος και σε προχωρημένη μορφή το κάνει να μοιάζει με φλοιό πορτοκαλιού. Πλήττει το 90% των γυναικών και αυτό γιατί η αιτία της κυτταρίτιδας είναι άμεσα συνδεδεμένη με την γυναικεία βιολογική ζωή, που ρυθμίζεται με τους μηνιαίους κύκλους, από την εφηβεία ως την εμμηνόπαιδη.

Κάθε μήνα (σε κάθε κύκλο) το σώμα της γυναίκας «αποθηκεύει» ενέργεια για μια πιθανή εγκυμοσύνη. Αυτή η ενέργεια αποθηκεύεται σε διάφορα σημεία του σώματος, κυρίως στους μηρούς, στους γλουτούς και στην κοιλιά, υπό μορφή νερού και λίπους. Η ποσότητα του νερού και του λίπους που θα κατακρατείται από το γυναικείο σώμα κάθε μήνα δεν αποβάλλεται πάντα 100% με αποτέλεσμα οι μικρές ποσότητες που μένουν να μεταβάλλουν με τον καιρό την σιλουέτα.

Για να καταπολεμήσουμε την κυτταρίτιδα χρειαζόμαστε αρχικά άσκηση. Περπάτημα ή ποδήλατο, συστηματικά. Η καλύτερη γυμναστική είναι το βάδισμα. Και φυσικά, η υγιεινή διαιτοφή. Η διαιτοφή αυτή συνεισφέρει αποτελεσματικά στην μάχη κατά του λίπους και άρα στον έλεγχο της κυτταρίτιδας. Ο οργανισμός σας, ακολουθώντας ένα σωστό και ισορροπημένο πρόγραμμα πιστά, ενεργοποιείται η διαδικασία για την μειωμένη αποθήκευση λίπους

συνεπώς και την παρεμπόδιση της συσσώρευσης του σε διάφορα σημεία του σώματος.

Προτιμήστε τα άπαχα ψάρια, το άπαχο κρέας, τα φρέσκα φρούτα και λαχανικά, τα ημιαποβουτυρωμένα ή άπαχα γαλακτοκομικά προϊόντα τροφές που μειώνουν την αποθήκευση λίπους αλλά και τροφές πλούσιες σε φυτικές ίνες όπως είναι τα φρούτα και τα λαχανικά. Επίσης η αυξημένη κατανάλωση νερού είναι αυτή που δίνει ώθηση στο μεταβολισμό. Ενεργοποιεί τα νεφρά, τα οποία με τη σειρά τους αποβάλλουν τις τοξίνες που ελευθερώνονται με τη διάσπαση των λιπών. Και τέλος το νερό αποτοξίνωνει τον οργανισμό και χαρίζει σφριγγόλι νεανικό σώμα χωρίς κυτταρίτιδα.

Τα 5 τρόφιμα σύμμαχοι στην καταπολέμηση της κυτταρίτιδας:

1. **Εσπεριδοειδή** ακτινίδια: είναι πλούσια σε βιταμίνη Ε προλαμβάνει τη γήρανση του δέρματος την αφυδάτωση, την ξηρότητα και τη δημιουργία ραγάδων της επιδερμίδας, χάρη στην αντιοξειδωτική της δράση που εμποδίζει το σχηματισμό ελεύθερων ριζών. Ταυτόχρονα, οι ελιές και οι ξηροί καρποί διακρίνονται για την υψηλή περιεκτικότητά τους σε μονοακόρεστα και πολυακόρεστα λιπαρά οξέα τα οποία με την αντιφλεγμονώδη δράση τους, ενισχύουν την καύση λίπους.

2. **Μανιτάρια**: αποτελούν εξαιρετική τροφή χάρη στο υψηλό τους περιεχόμενο σε πρωτεΐνες, φυτικές ίνες, βιταμίνες και ανόργανα στοιχεία. Έχουν μικρή θερμιδική αξία (150γρ. μανιτάρια δίνουν μόνο 32 θερμιδες, λιγότερη και από ένα φρούτο). Αυτό τα κάνει κατάλληλα για δίαιτες αδυνατίσματος. Η χαμηλή θερμιδική τους αξία οφείλεται στο γεγονός ότι είναι φτωχά σε λίπος. Δεν περιέχουν καθόλου χοληστερόλη και καθόλου κορεσμένα (κακά) λιπαρά. Οι πρωτεΐνες που περιέχουν είναι υψηλής βιολογικής αξίας και βοηθούν στη μείωση υγρών, που είναι χαρακτηριστική στην περίπτωση της κυτταρίτιδας.

3. **Ωσπρια πράσινα λαχανικά** (μαρούλι, σπανάκι, μπρόκολο, ρόκα): είναι χαμηλής θερμιδικής αξίας και υψηλής περιεκτικότητας σε φυτικές ίνες.

Οι φυτικές ίνες όχι μόνο μειώνουν την απορρόφηση λίπους, αλλά αυξάνουν ταυτόχρονα και τον κορεσμό, με αποτέλεσμα να μειώνεται η ποσότητα φαγητού που καταναλώνεται. Επιπρόσθετα, δεν προκαλούν απότομες αλλαγές στα επίπεδα του σακχάρου στο αίμα και μειώνουν το ρυθμό της λιπογένεσης, χάρη στο ότι προκαλούν χαμηλή έκκριση ινσουλίνης

4. **Κάστανα**: διακρίνονται για το πλούσιο περιεχόμενό τους σε σύνθετους υδατάνθρακες και βιταμίνες του συμπλέγματος Β, που ενισχύουν το μεταβολισμό.

5. **Ελιές/ξηροί καρποί**: το αυξημένο περιεχόμενό τους σε βιταμίνη Ε προλαμβάνει τη γήρανση του δέρματος την αφυδάτωση, την ξηρότητα και τη δημιουργία ραγάδων της επιδερμίδας, χάρη στην αντιοξειδωτική της δράση που εμποδίζει το σχηματισμό ελεύθερων ριζών. Ταυτόχρονα, οι ελιές και οι ξηροί καρποί διακρίνονται για την υψηλή περιεκτικότητά τους σε μονοακόρεστα και πολυακόρεστα λιπαρά οξέα τα οποία με την αντιφλεγμονώδη δράση τους, ενισχύουν την καύση λίπους.

6. **Πράσινο τσάι**: Μελέτες δείχνουν ότι η καθημερινή κατανάλωση (2-3 ποτήρια) πράσινου τσαγιού με διπλάσια περιεκτικότητα σε κατεχίνες συμβάλλει στην αυξημένη καύση θερμιδών και συνεπώς στην απώλεια και τη διατήρηση του βάρους. Οι κατεχίνες παρουσιάζουν σημαντική δράση στο λιπώδη ιστό στην περιοχή της κοιλιάς, ενώ συμβάλλουν και στη βελτίωση της κατανομής του λίπους στο σώμα.

## Basement Waterproofing Forever

[basementdryforever.net](http://basementdryforever.net) [basementdryforlife.com](http://basementdryforlife.com)

- \* FOUNDATION CRACK REPAIR EXTERIOR OR INTERIOR
- \* DRAIN TILES INSTALATION
- \* SUMP PUMPS & FLOOD CONTROL INSTALATION

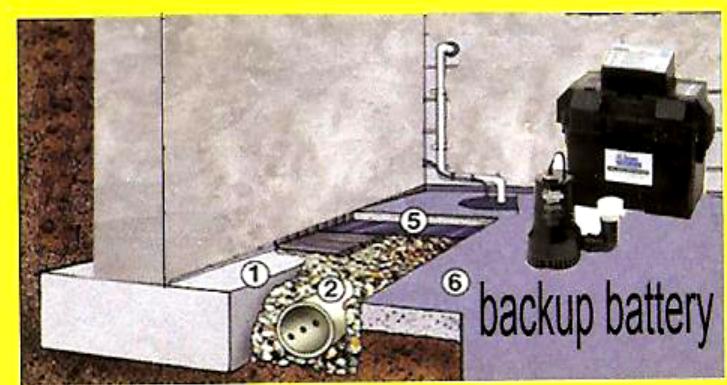
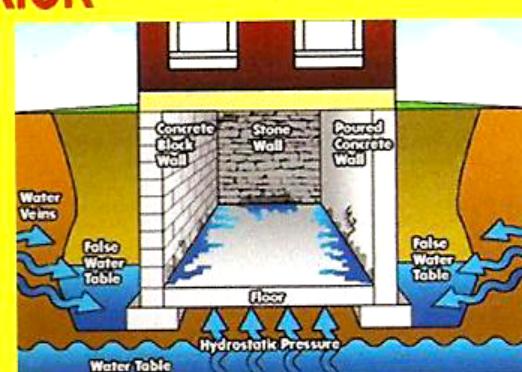
AVAILABLE MANY SATISFIED  
CUSTOMER FOR REFERENCES

40 YEARS  
EXPERIENCE

DRY QUICK  
773-878-5999



PUMPS, HUMIDEXS & BACK-UP  
BATTERY SYSTEMS



# Σε ποιές περιπτώσεις κλαίμε και γιατί;



Αν κάποιο σκουπιδάκι μπει στο μάτι ή είσαι αλλεργική, ο λόγος είναι προφανής. Σε αυτές τις περιπτώσεις πρόκειται για αντανακλαστικά δάκρυα που σκοπό έχουν να καθαρίσουν την ενοχλητική ουσία από μάτι. Τι γίνεται όμως στην περίπτωση που εμπλέκεται το συναισθήμα; Πώς γίνεται τόσο αντικρουόμενα συναισθήματα όπως η χαρά λύπη, ή αγάπη μίσος να φέρνουν δάκρυα στα μάτια;

Στην περίπτωση της συναισθηματικής φόρτισης, είτε πρόκειται για συναισθήματα χαράς ή λύπης, τα δάκρυα διαδραματίζουν ένα σημαντικότατο ρόλο που δεν είναι άλλος από την αποφόρτιση του οργανισμού. Ξεσπώντας σε κλάματα μειώνεται η ένταση και κάπως ηρεμούμε.

**Πότε κλαίμε; 7 συχνές αιτίες που φέρνουν δάκρυα**

**Μοναξιά:** Η μοναξιά ακόμη και η νοσταλγία είναι από τους κυριότερους λόγους που κλαίμε. Ποιός δεν έκλαψε μένοντας μόνος σε ένα άδειο σπίτι μακριά από συγγενείς και δίχως σύντροφο; Η μοναξιά είναι βαριά και η αναπόληση παλαιών όμορφων στιγμών φέρνει δάκρυα στα μάτια.

**Φόβος:** Κλαίμε από φόβο; Κι όμως... Θα δώσω ένα μικρό παράδειγμα από τα παιδικά μου χρόνια που ίσως κάπι θυμίσει σε πολλούς. Όταν ήμουν στο δημοτικό, την ώρα που περίμενα στην ουρά για το καθερωμένο εμβόλιο ξέσπασα σε κλάματα. Και μπορεί τότε να μην παραδέχτηκα την αληθινή αιτία αλλά πλέον ξέρω πως ο φόβος με είχε κυριέψει. Σίγουρα θα έχεις κι εσύ ένα παράδειγμα από την παιδική ηλικία ή ακόμη και την ενήλικη ζωή.

**Αγάπη:** Θυμήσου το πρώτο χτυποκάρδι. Τα συναισθήματα ήταν έντονα, το ίδιο και οι αντιδράσεις. Δεν είναι μόνο ο χωρισμός που φέρνει δάκρυα στα μάτια αλλά και οι μεγάλες αγάπες. Σωστά;

**Μίσος:** Όσο έντονα συναισθήματα κρύβονται πίσω από τη λέξη αγάπη, αντίστοιχα δυνατά είναι κι αυτά που βρίσκονται πίσω από το νόημα της λέξης μίσος. Τα δάκρυα οργής υπάρχουν κι είναι από τα πιο... καυτά.

**Παράπονο:** Το παράπονο, όσο ασήμαντο κι αστείο κι αν είναι μας κάνει πολλές φορές να κλαίμε. Πίσω κρύβονται συναισθήματα βαθύτερα όπως για παράδειγμα αυτά που απορρέουν από την πεποίθηση της απόρριψης με αποτέλεσμα να ξεσπάμε σε κλάμα.

**Χαρά:** Η απρόσμενη χαρά ή ένα σημαντικό γεγονός θα σε κάνει να κλαψείς. Ακόμη κι αν ξεκαρδιστείς στα γέλια ακούγοντας κάποιο ανέκδοτο, δάκρυα χαράς θα κυλήσουν στο πρόσωπό σου.

**Θάνατος:** Τα λόγια σε αυτή την περίπτωση είναι περιπτά. Η απώλεια αγαπημένων προσώπων είναι από τις πιο δύσκολα διαχειρίσιμες περιστάσεις στη ζωή, συνοδευόμενη από βαθύ πόνο και γοερά ή πνιχτά δάκρυα. Από τη Δήμητρα Γκούντρα



**Ρόμπερτ Μακέιμπ:** Αγάπησα μια άλλη Ελλάδα, που χάνεται

Η ζωή παίρνει μερικές αποφάσεις ερήμην μας. Και στην περίπτωση του τότε εικοσαετούς φωτογράφου Αμερικανού Ρόμπερτ Μακέιμπ, που ήρθε στην Ελλάδα στα μέσα της δεκαετίας του '50 με μια Σούμμειζμεω κρεμασμένη στον λαιμό, το ταξίδι δεν κράτησε δέκα ημέρες, όπως είχε προγραμματίσει. Ούτε διήρκεσε ολόκληρο εκείνο το καλοκαίρι, τελικά. Εξήντα συναπτά χρόνια μοιράζει τον χρόνο του ανάμεσα στη Νέα Υόρκη και τη χώρα που αγάπησε με πάθος. Μόνο που τώρα παραπονίζεται πως η Ελλάδα που γνώριζε έχει αλλάξει ριζικά προς το χειρώτερο.

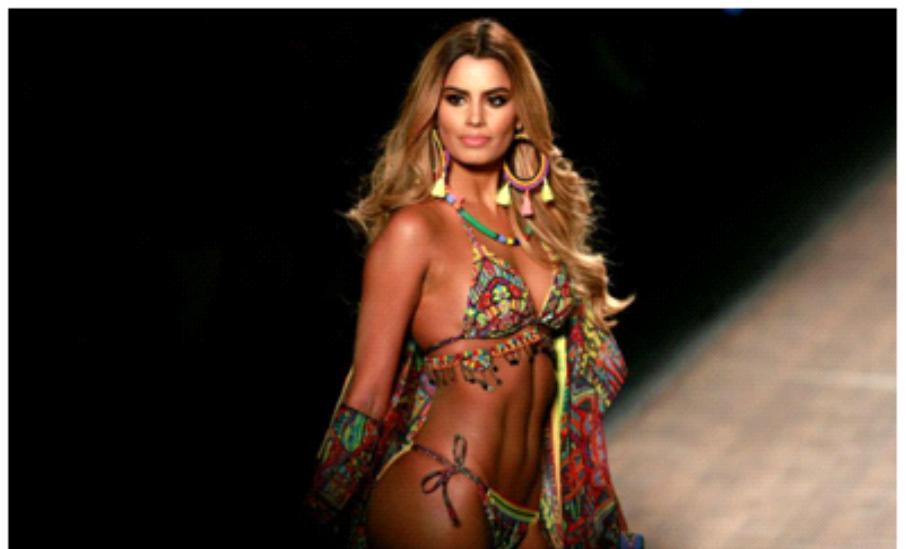
## ΕΙΚΟΝΕΣ ΤΟΥ ΚΟΣΜΟΥ



Κάνοντας τον πλανητάρχη, «πρώτη κυρία». Απειρες σελίδες εφημερίδων είχαν γεμίσει τότε με αναλύσεις για την απόφαση της Hillary Clinton να συγχωρήσει τον σύζυγό της για την απιστία του και να παραμείνει στο πλευρό του. Κάποιοι δε, δεν είχαν διστάσει να την κατηγορήσουν ευθέως για αυτή την απόφαση, χαρακτηρίζοντάς την μικροαστική και συμφεροντολογική, καθώς αρκετοί γνώριζαν τις πολιτικές της φιλοδοξίες. Τελικά όμως μια απατημένη γυναίκα έφερε να παίρνει την εκδίκησή της. Γιατί αν τελικά νικητής των εκλογών είναι η Hillary Clinton, ο σύζυγός της έχει να πιει χιλιάδες τσαγάκια σε φιλανθρωπικές εκδηλώσεις με άλλες κυρίες (αυτό είναι λίγο ρίσκο), να υποστηρίζει συλλόγους που αγαπούν τα ζώα και τα φυτά και να φτιάζει ένα δικό του ίδρυμα με σκοπό το γενικό καλό, όπως την καταπολέμηση της παχυσαρκίας ή την καλή διατροφή (και τα δυο αποτέλεσαν αντικείμενο υποστήριξης της Michelle Obama).



Εκτός υπηρεσίας. Σε πάρκο της Στοκχόλμης βρισκόταν η αστυνομικός Jenny Kitsune Adolfsson φορώντας μπικίνι και κάνοντας ηλιοθεραπεία με την παρέα της. Αυτό όμως δεν την εμπόδισε από το να ορμήξει στην κυριολεξία σε άνδρα που έκλεψε το κινητό φίλου και η φωτογραφία της εν δράσει αν και εκτός υπηρεσίας, να κάνει τον γύρο του κόσμου.



Χρώματα. Το διάσημο μοντέλο, παρουσιάστρια, ηθοποιός και βασίλισσα της ομορφιάς στην Λατινική Αμερική, Aissiaza Gutierrez, συμμετείχε στην Colompiamonda, για να παρουσιάσει πολύχρωμα μπικίνι της εταιρίας Aqua Bendita στην επίδειξη μόδας που έγινε στο Medelin.

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

**WWW.THECHICAGOGREEKHOURS.COM**

## Λίφτινγκ ανανέωσης στο χθεσινό φαγητό!

Αν έπεσες έξω στους υπόλογισμούς σου και αυτά που μαγείρεψες ήταν πολύ περισσότερα από όσα τελικά χρειάστηκες, μην πετάξεις τίποτα! Σου έχουμε δεκάδες δημιουργικές ιδέες για να φτιάξεις καινούρια νόστιμα πιάτα με όσα περίσσεψαν...

Κρύο φαγητό, απλώς ξαναζεσταμένο ή μήπως μεταμορφωμένο σε κάπι διαφορετικό; Η επιλογή απομική, ο παρανομαστής κοινός: Δεν πετάμε τί-πο-τα! Μην πετάς λεφτά στα σκουπίδια! Τα φαγητά που περισσεύουν από ένα γεύμα, δεν έχουν υποχρεωτική κατάληξη τον κάδο απορριμάτων. Τα περισσότερα από αυτά, με την προϋπόθεση ότι τα έχεις συντηρήσει σωστά, μπορούν να «ανακυκλωθούν» και να ξαναχρησιμοποιηθούν σε κάποιο επόμενο γεύμα, να αναμιχθούν με άλλα τρόφιμα, και να «μεταμορφωθούν» σε κάποιο νέο φαγητό, διαφορετικό από το αρχικό κι όχι απλώς ξαναζεσταμένο.

### Κεφτεδάκια και μπιφτέκια



1. Βάλε τα σε κόκκινη σάλτσα και συμπλήρωσε με ρύζι.

2. Γέμισε σάντουιτς ή ψήσε ψωμάκια και κάνε τα χάμπουργκερ με ντομάτα και μαρούλι.

3. Φτιάξε σπετζοφάι αντικαθιστώντας τα λουκάνικα με κεφτεδάκια.

### Αλαντικά

1. Χρησιμοποίησέ τα ως γέμιση σε ομελέτες και κρέπες.

2. Κάνε πίτσες με πίτα για σουβλάκι ή πίτσα με ζύμη (μπορείς να χρησιμοποιήσεις τη σάλτσα που έφτιαξες για τα μακαρόνια και έμεινε, κομμάτια λαχανικών, τυριά κ.ά.).

3. Για τα ήδη ψημένα λουκάνικα, φτιάξε σάλτσα ντομάτας και άφησέ τα να βράσουν μέσα στη σάλτσα.

4. Αν έκοψες μερικές φέτες από το σαλάμι, διατήρησε το υπόλοιπο στο ψυγείο σε αλουμινόχαρτο, αφού αλείψεις με βούτυρο το κομμένο μέρος του.

5. Εάν έχουν αρχίσει να ξεραίνονται: βγάζεις τα αλλαντικά (γαλοπούλα, ζαμπόν, σαλάμι κ.ά.) από το ψυγείο και τα αφήνεις για λίγα λεπτά σε μπολ με δροσερό νερό. Κατόπιν τα στραγγίζεις καλά, τα κλείνεις σε αεροστεγές μπολ και τα αποθηκεύεις ξανά στο ψυγείο.

### Κιμάς μαγειρεμένος

1. Φτιάξε σπρινγκ ρόλς, μπουρεκάκια με κιμά και τυρί, κιμαδοπιτάκια με λίγη μπεσαμέλ, πεϊνιρλί ή λαχματζούν (πρόσθεσε σκόρδο, καυτερό πιπέρι, κομμάτια ντομάτας και κουκουρανόσπορο).

2. Βάλε τον κιμά πάνω σε πίτες για σουβλάκι και ψήσε στο φούρνο.

3. Συνδύασέ τον με πιλάφι: σοτάρεις μέσα σε τηγάνι άσπρο λάχανο, ρίχνεις τον κιμά, το πιλάφι, 2 αβγά, αλάτι, πιπέρι και το γυρνάς ώσπου να ψηθούν τα αβγά.

### Ρεβίθια βρασμένα

1. Κάνε χούμους: πολτοποιείς τα βρασμένα ρεβίθια στο μπλέντερ μαζί με ταχίνι και σκόρδο.

2. Πρόσθεσέ τα σε σαλάτες μαζί με λαχανικά.

3. Ξαναβράσε τα λίγο και πρόσθεσέ τους λίγο σπανάκι.

4. Σούρωσε τα ρεβίθια, ανάμειξε τα με αβγό, αλεύρι και ρίγανη και φτιάξε ρεβίθοκεφτέδες.

5. Μισό κιλό τρόφιμα και αποφάγια πετάει ο καθένας μας καθημερινά, εκ των οποίων το μεγαλύτερο μέρος τους θα μπορούσε να καταναλωθεί με ασφάλεια.

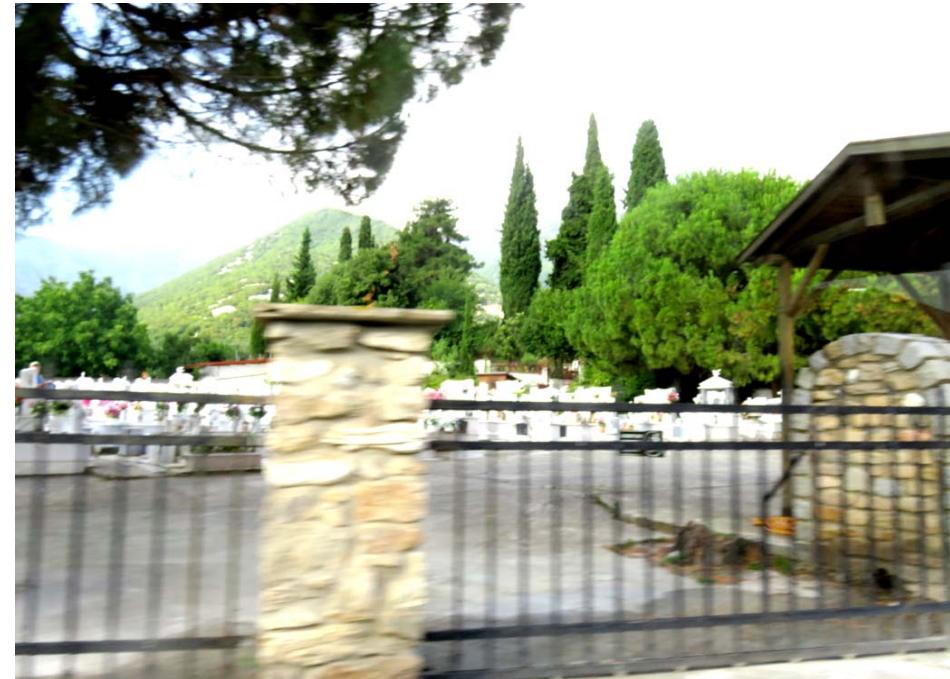
**Ο ΔΙΚΗΓΟΡΟΣ ΤΗΣ ΠΑΡΟΙΚΑΣ  
ΜΑΣ  
Κ. ΛΟΥΗΣ (ΗΛΙΑΣ) ΠΑΛΙΒΟΣ  
ΕΙΔΙΚΕΥΕΤΑΙ ΣΤΑ ΕΞΗΣ**

**PERSONAL INJURY  
WORKERS COMPENSATION  
REAL ESTATE  
PHONE (773) 271--5300**

**Ο Κ. ΠΑΛΙΒΟΣ ΕΙΝΑΙ ΕΠΙΣΗΣ  
ΓΝΩΣΤΟΣ ΓΙΑΤΗΝ ΠΛΟΥΣΙΑ  
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΤΟΥ ΠΡΟΣΦΟΡΑ  
ΣΤΗΝ ΠΑΡΟΙΚΙΑ**



Από την Τεχνιτή αυτή λίμνη υδρεύεται όλη η Αθήνα.



'Ενας ωραίος τόπος αναπαύσεως ένθα απέδρα... κάπου στην Βιωτία.



Το λεωφορείο της εκδρομής που ήταν το σπίτι μας για 10 ημέρες.



### VEIN CENTER AT UNIVERSITY MEDICINE & CARDIOLOGY

Dr. Stamatis (Tom) Dimitropoulos, M.D.  
4605 W. Golf Rd. Skokie, IL 60076  
Phone: (630) 963-4000

**Are your legs talking to you?**

Visual signs you may have varicose or spider veins include:

- \* Veins that are dark or blue in color
- \* Veins that appear twisted and bulging
- \* Thin, threadlike veins that lie close to the skin's surface

Other signs and symptoms may include:

- \* Dull aching, heaviness, or fatigue in the legs that may be more noticeable late in the day or after you have been sitting or standing for a long time
- \* Burning, tiredness, throbbing and muscle cramping in your lower legs
- \* Significant swelling and calf pain after sitting or standing for a long time
- \* Itching around one or more of the veins
- \* Restless feeling in the affected leg(s), especially when going to sleep

#### Our Services:

- \* Diagnostic Venous Ultrasound
- \* Compression Stocking Therapy
- \* Radiofrequency Ablation
- \* Sclerotherapy
- \* Micro-phlebectomy

If you would like to set up an appointment to meet with Dr. Tom, please call

**630-963-4000**

# Η Αθηνά Ωνάση βρήκε «παρηγοριά» στην αγκαλιά του πρίγκιπα Χάρι



**Άκουσον άκουσον!!! "Ατυχήσασα" εκείνη, "άτυχος" εκείνος, λέγεται ότι οι δυο διάσημοι "γαλαζοάιματοι" -στην κυριολεξία ο ένας, τρόπον τινά η άλλη- ένωσαν τους δρόμους τους!**

**Οιστότοπος Νεψ Ιδεα από την Αυστραλία υποστηρίζει ότι η εγγονή του έλληνα κροίσου Αριστοτέλη Ωνάση και ο βρετανός πρίγκιπας έχουν βρει ο ένας παρηγοριά στην αγκαλιά του άλλου.**

**"Η Αθηνά 'καταστράφηκε' όταν ένα μέλος της ομάδας ασφαλείας της έπιασε τον επί 10 χρόνια σύζυγό της Αλβάρο Nte Mirántha Νέτο, γνωστό ως "Ντόντα", στο κρεβάτι με μια γυναίκα που εκείνος ήξερε από τον επαγγελματικό χώρο της ιππασίας. Τώρα, η 31χρονη χρυσή κληρονόμος έχει βρει αποκούμπι στον αγαπημένο της φίλο Χάρι για υποστήριξη», αναφέρει χαρακτηριστικά το δημοσίευμα, ενώ σύμφωνα με την Τζέσικα Χέι, πρώην συμμαθήτρια της Κέιτ Μίντλετον, γνωστή για τις αποκαλύψεις της γύρω από μέλη της βασιλικής οικογένειας "Ο Χάρι γνωρίζει την Αθηνά εδώ και χρόνια. Είναι γνωστή στον διεθνή χώρο της ιππασίας και οι δυο τους έχουν πολλούς κοινούς φίλους"**

**Λες: Θα δείξει!!!**

## Η απόλυτη καλοκαιρινή δίαιτα!



Οι βασικές επιδιώξεις σε οποιαδήποτε προσπάθεια αδυνατίσματος είναι πρώτον να χάσεις πραγματικό πάχος κι όχι απλώς κιλά και δεύτερον να διατηρήσεις μακροπρόθεσμα το νέο σου βάρος. Για να αδυνατίσεις όμως κατά περίπου 5 κιλά μέσα στον επόμενο μήνα, πρέπει είτε να προσλαμβάνεις καθημερινά γύρω στις 1.100 θερμίδες λιγότερες, είτε να τις καις με περισσότερη σωματική άσκηση, είτε να πετύχεις το απαιτούμενο ενεργειακό έλειμμα με συνδυασμό δίαιτας και άσκησης, που είναι και το προτιμότερο. Βεβαίως, ούτως ή άλλως, όποιο τρόπο κι εάν επιλέξεις, θα υποβληθείς αναγκαστικά σε κάποιες θυσίες. Πώς όμως οι θυσίες αυτές θα έχουν το καλύτερο αλλά και μονιμότερο αποτέλεσμα, διατηρήσιμο σε βάθος χρόνου;

### Nέα έρευνα: Χάσε βάρος γρήγορα!

Αν και οι ειδικοί γνωρίζουν ότι το γρήγορο αδυνάτισμα λειτουργεί σε επίπεδο ατομικής ψυχολογίας καλύτερα συγκριτικά με το πιο αργό, είναι επιφυλακτικοί ως γιατί η απώλεια κιλών δεν διατηρείται εύκολα. Εντούτοις, μια νέα έρευνα σε γυναίκες μέσης ηλικίας διατυπώνει την υπόθεση ότι όχι μόνον δεν πρέπει να αποφεύγουμε το γρήγορο αδυνάτισμα αλλά, αντίθετα, πρέπει να το επιδιώκουμε! Μάλιστα, όπως επισημαίνουν η μεγαλύτερη ταχύτητα στην απώλεια βάρους συσχετίζεται θετικά με τη συνολική επιτυχία. Ως "συνολική επιτυχία" στο αδυνάτισμα ορίζεται η απώλεια 10% ή περισσότερο του αρχικού σωματικού βάρους σε διάστημα έξι μηνών, η οποία διατηρείται για τουλάχιστον ένα χρόνο.

### Γρήγορα μεν, σωστά δε

Για αρκετά άτομα, ίσως και για εσένα, ο καλύτερος τρόπος για να αδυνατίσουν είναι να κάνουν μια δυναμική αρχή με μεγάλες διατροφικές αλλαγές, ώστε να δουν άμεσα αποτελέσματα. Εντούτοις, από πλευράς φυσιολογίας και θερμοδυναμικής, η μέγιστη απώλεια λίπους είναι αδύνατον να υπερβεί το 1 έως 1,5% του σωματικού σου βάρους εβδομαδιαίως. Αν λοιπόν ακολουθήσεις μια ακραία δίαιτα και χάσεις ταχύτατα βάρος, π.χ. με ρυθμό που υπερβαίνει τα 2,5 κιλά εβδομαδιαίως, περίπου το 75% της απώλειας αυτής θα αφορά υγρά, μύες, μάζα οστών, κυτταρικό ιστό και γενικά χρήσιμα συστατικά του οργανισμού, ενώ μόνο το 25% θα προέρχεται από λίπος. Συνεπακόλουθα, αφενός δεν θα έχεις το αισθητικό αποτέλεσμα που επιθυμείς γιατί πλέον σε ένα μικρότερο βάρος θα έχεις μεγαλύτερο ποσοστό λίπους, αφετέρου το σώμα σου θα αποκτήσει την τάση να παχαίνει ευκολότερα στο μέλλον γιατί, λόγω της χαμένης μυϊκής μάζας, η ταχύτητα του μεταβολισμού σου θα βαίνει διαρκώς μειούμενη. Επομένως, αυτό που χρειάζεσαι δεν είναι μια ακόμα στερητική δίαιτα, αλλά ένα εξελιγμένο διατροφικό πρόγραμμα "ζαυ ζαυ βφσξη", δηλαδή γρήγορης κινητοποίησης, καύσης και απώλειας λίπους.

### Bikini Diet και "εύρηκα τη λύση"!

Η "Bikini Diet" αποτελεί ενδειγμένη εναλλακτική λύση για τις ελαφρώς υπέρβαρες γυναίκες που βιάζονται να χάσουν κιλά λίπους αλλά, για οποιαδήποτε λόγο, δεν έχουν εξατομικευμένη υποστήριξη από διαιτολόγο, κάπι που σίγουρα είναι πιο σωστό. Η δίαιτα αυτή δεν αποκλείει κανένα αφέλιμο τρόφιμο, σου επιτρέπει να απολαμβάνεις μια σχετικά μεγάλη ποικιλία φαγητών σε ελεγχόμενες όμως ποσότητες και σου παρέχει μια σχετική ευελιξία επιλογών. Έτσι, σε συνδυασμό με σχεδόν καθημερινή άσκηση μέτριας έντασης, δημιουργεί το απαιτούμενο ενεργειακό έλειμμα που σου επιτρέπει να χάσεις βάρος πιο γρήγορα.

### Ta 8 σημεία υπεροχής

#### H "Bikini Diet":

1. Αυξάνει τα αλκαλικά αποθέματα του σώματος, ενισχύει τα ενδογενή αντιοξειδωτικά συστήματα, υποβοηθά την αποτοξίνωση.
2. Διατηρεί το σάκχαρο του αίματος πιο σταθερό και δεν ευνοεί την υπερπαραγωγή ίνσουλίνης, επομένως εμποδίζει την περαιτέρω αποθήκευση σωματικού λίπους.
3. Μειώνει τη θερμιδική πρόσληψη, οπότε χάνεις βάρος σε βαθμό ανάλογο του ενεργειακού σας ελεύθερου.
4. Παρέχει επαρκείς ποσότητες θρεπτικών συστατικών και υγρών, έτσι ώστε ο οργανισμός να δουλεύει άφογα καθώς χάνει κιλά.
5. Χρονοκαταμερίζει την τροφή και δημιουργεί εντονότερο στομαχικό κορεσμό, άρα δεν πεινάς.
6. Ξεμπλοκάρει σταδιακά το μεταβολισμό, μετατρέπει σε αξιοποίηση ζωτική ενέργεια απόδηπτε τρως.
7. Επιταχύνει τις καύσεις ενεργοποιώντας φυσιολογικούς μηχανισμούς αποβολής θερμίδων λίπους, όπως η θερμογένεση και η θερμόλιση.
8. Εάν προσέξεις λίγο κατά το στάδιο της συντήρησης, δεν πρόκειται να ξαναπάρεις ούτε γραμμάριο από όσα έχασες στο στάδιο του αδυνατίσματος!

## BELMONT FUNERAL HOME

**ΣΤΙΣ ΣΤΙΓΜΕΣ ΤΟΥ  
ΑΝΑΠΟΦΕΥΚΤΟΥ,  
ΚΑΛΟ ΕΙΝΑΙ ΝΑ  
ΒΑΣΙΖΕΣΑΙ  
ΣΤΟΥΣ  
ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΕΣ**

**7120 WEST BELMONT AVE.  
CHICAGO, IL. 60639  
PHONE  
(773) 286-2500**

# Τα πικρά μυστικά της μακροχρόνιας σχέσης



Βλέπεις όλα τα ποσταρίσματα στο Facebook από ευτυχισμένα ζευγάρια που είτε παντρεύονται, είτε απολαμβάνουν τα μπάνια και την Πανσέληνο μαζί, πολύ μαζί. Και λες κι εσύ, το μπακούρι, να βρω κάποιον να είμαι τόσο ειδυλλιακά!

Υπάρχουν βέβαια και κάποια πράγματα που όλα τα ευτυχισμένα ζευγαράκια σε μακροχρόνια σχέση δεν θα σου παραδεχτούν για την σούπερ ζωή τους και καλό είναι να τα ξέρεις!

**Το να πλένεις και να σιδερώνεις για δύο άτομα είναι κάτι πολύ ενοχλητικό:**

Όσο εσύ εργένισσα μου κάνεις τη ζωάρα σου, βάζοντας πλυντήριο μια φορά το χρόνο και σιδερώνοντας σχεδόν ποτέ, η κολλητή σου στη μακροχρόνια σχέση πρέπει σε εβδομαδιαία βάση και να πλένει και να σιδερώνει και μάλιστα για δύο.

Αν μάλιστα τον κούκλο αγαπημένο της, η μαμά του τον σιδέρωνε με τσάκιση στα πουκάμισα, εκεί να δεις γλέντια. Στην καλύτερη περίπτωση, να έχει γυναίκα να της κάνει τις δουλειές αυτές αλλά στην χειρότερη πρέπει να τοποθετεί και η ίδια τα μποξεράκια του στο πλυντήριο- εκεί να δεις γλέντια.

## Η υπερβολική άνεση μπορεί να διώξει τον ερωτισμό

Σου αρέσει που βλέπεις τα αγαπημένα σου ζευγάρια να μην ντρέπονται να κάνουν τα πάντα ο ένας μπροστά στον άλλο και απορείς γιατί πρέπει να βασανίζεσαι να βάφεσαι σαν να πας στα Εννις κάθε φορά που πρέπει να τον δεις. Κι όμως, έχει υπόψη σου πως και η υπερβολική άνεση καλό δεν έκανε σε κανένα και τα ζευγαράκια που τόσο θαυμάζεις μπορεί να έχουν απελπιστεί να βλέπουν το μαρούλι κολλημένο στο δοντάκι του καλού τους.

Το να ξέρεις πότε ακριβώς πηγαίνει ο άλλος στην τουαλέτα και τι ακριβώς κάνει εκεί, δεν είναι και το πιο σούπερ πράγμα.

Εσύ αγανακτάς που πρέπει να ανοίξεις την βρύση του μπάνιου για να μην ακούσει ο νέος αγαπητικός τα τσισάκια σου αλλά ρώτα και τα αγαπημένα σου μακροχρόνια ερωτευμένα ζευγάρια που ξέρεις τις συνήθειες τουαλέτας του άλλου τους μισού. Η μαγεία χάνεται τη σπιγμή ακριβώς εκείνη που η πόρτα του μπάνιου θα μείνει σχεδόν ανοιχτή μια φορά.

**Στη μακροχρόνια σχέση, η επέτειος πάει περίπατο ή απλά γίνεται μάχη για την επέτειο:**

Όσο περισσότερο απομακρυνόμαστε από την ημερομηνία γνωριμίας, του πρώτου φιλιού, του γάμου, τόσο σταματάμε να γιορτάζουμε με πόρωση την επέτειο αυτή. Στο τέλος τέλος ούτε επέτειο θυμούνται τα ζευγάρια που τόσο θαυμάζεις, ούτε λουλούδια παίρνουν όπως εσύ που βιώνεις τους πρώτους μήνες του δεσμού, άσε για τους καυγάδες που δημιουργούνται σε εκείνους που θέλουν να θυμούνται επετείους αλλά το άλλο τους μισό δεν λέει να μην το ξεχάσει.

## Ο προσωπικός χρόνος πάει περίπατο:

Όσο μπορείς και διαθέτεις την πολυτέλεια αυτή, φτιάξε τα νύχια σου στο σαλόνι, κάνε μπάνιο με αιθέρια έλαια για 2 ώρες, βγάλε τα φρύδια σου σχολαστικά για κανά τρίωρο και απόλαυσε τον προσωπικό μοναδικό σου χρόνο με ένα ποτήρι κρασί στο χέρι. Γιατί τα ζευγαράκια της μακροχρόνιας σχέσης, σου κρύβουν πως το χαλαρωτικό μπάνιο πάει περίπατο επειδή τα ασιδέρωτα έγιναν βουνό!

## Το σεξ/φιλί/ κουτούπωμα μπαίνει στο πρόγραμμα:

Όσο κι αν δεν το θέλουμε να το σκεφτούμε, από τη σπιγμή που δέσεις το γαιδαράκο σου κι ακόμα κι αν είσαι κίνκι, το σεξ στη μακροχρόνια σχέση γίνεται σιγουράκι και ναι, μπαίνει στο πρόγραμμα. Ακόμα και το φιλί έρχεται με τη συνήθεια ενώ τα απρόσμενα κουτουπώματα φεύγουν μόλις φύγει η πρώτη κάψα. Γ' αυτό να τα χαίρεσαι τώρα που δεν είσαι και σίγουρη πως τα έχεις.

**Φυσικά, αυτό που μπορείς να ζηλεύεις είναι η πεποίθηση πως με αυτόν τον άλλον άνθρωπο θα γεράσεις μαζί!**



Πρώτος σταθμός η Μονή της εικοσιφοίνισσας. Το περίεργο όνομα από τους είκοσι...θαυματουργούς φοίνικες. Πανέμορφη Μονή με κρύα πηγή και με μγάλη ιστορία. Η Μονή ήταν και το σημείο εκκίνησης της ενιάωρης πορείας για την κορυφή του Παγγαίου.



Οι συνοδοιπόρους του εκδότη. Από Αρ., ο Κώστας, η Πίτσα, ο Γιάννης, η Βούλα και ο Σωτήρης.



Η πρώτη κορυφή...κατακτήθηκε. Τα δύο αδέλφια, συν τοις άλλοις μοιράζονται και αυτήν την....τρέλλα, την ορειβασία.



Στο καφενείο της Μονής ο αδελφός Κώστας και ο.... οδηγός Κώστας.

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

[WWW.THECHICAGOGREEKHOURS.COM](http://WWW.THECHICAGOGREEKHOURS.COM)

**VOTED #1 IN CUSTOMER TRUST !!!**



# WindowSmart



**ENERGY EFFICIENT WINDOWS  
AT A PRICE THAT YOU CAN AFFORT !**

**GT CONSTRUCTION**

REPLACEMENT WINDOWS - DOORS - SIDING  
SOFFIT/FASCIA - GUTTERS - DOWNSPOUTS  
PORCHES & DECKS.

LICENCED - FULLY INSURED AND BONDED !

Did you know that Energy Efficient "Star" Rating vinyl Replacement Windows are recognized as the best solution for your Home Energy Efficiency all year round ?

**GIVE US A CALL NOW**  
ORDER NOW AND SAVE \$\$\$

**312 428 8396**  
OVER 20 YEARS OF HAPPY CUSTOMERS

Xenophon Konsolakis

## Παράλιο Αστρος: Στην αγκαλιά του Αργολικού



Μπορεί το πάλαι ποτέ γραφικό ψαροχώρι ανάμεσα στον Αργολικό Κόλπο και τον Πάρνωνα να έχει πλέον μετατραπεί σε πολυσύχναστο θέρετρο, όμως αν το επισκεφθείτε την κατάλληλη εποχή, θα απολαύσετε τις πεντακάθαρες παραλίες και το νησιώτικο χρώμα σε... οικογενειακή ατμόσφαιρα!

Θέα στο λιμάνι από το κάστρο του Παραλίου Αστρους

Μπορεί το πάλαι ποτέ γραφικό ψαροχώρι ανάμεσα στον Αργολικό Κόλπο και τον Πάρνωνα να έχει πλέον μετατραπεί σε πολυσύχναστο θέρετρο, όμως αν το επισκεφθείτε την κατάλληλη εποχή, θα απολαύσετε τις πεντακάθαρες παραλίες και το νησιώτικο χρώμα σε... οικογενειακή ατμόσφαιρα!

Σκαλί σκαλί οι κόκκινες κεραμοσκεπές κατηφορίζουν τον λόφο και γλιστρούν προς τη θάλασσα. Το λιμανάκι του Παραλίου Αστρους με τα ασάλευτα σα γυαλί νερά προσφέρει ασφάλεια στα δεκάδες μικρά και μεγαλύτερα πλεούμενα.

Το βλέμμα χαλαρά ανιχνεύει τα σπίτια που απλώνονται κατά μήκος της παραλίας, την απλωτή αιμουδιά Πόρτες που διαγράφει το λαμπερό της τόξο σε μήκος 4-5 χιλιομέτρων και ακόμη νοτιότερα έως τη μικροσκοπική γαλάζια κηλίδα της λίμνης Μουστού που αγγίζει την ακτογραμμή.



## Monty's Elegant Banquets

703 S. York Road, Bensenville, IL 60106  
P: (630) 595-1780-F: (630) 595-9070  
[www.montysbanquets.com](http://www.montysbanquets.com)

## Bristol Palace Banquets

828 E. Rand Rd., Mt. Prospect, IL 60056  
P. : (847) 749-4518-F: (224) 735-2993  
[www.Bristol.Palace@yahoo.com](mailto:www.Bristol.Palace@yahoo.com)

Σας παρουσιάζομε δύο πολυτελέστατες αίθουσες συνεστιάσεων του ιδίου ιδιοκτήτη, σε στρατηγηκές τοποθεσίες, για όλων των ειδών τις εκδηλώσεις, οικογενειακές ή Συλλόγων και οργανισμών, γάμους, βαφτίσεις, γεννέθλια, χορούς δεξιώσεις, σε τιμές ασυναγώνιστες και με προσωπικό άψογο. Και το πιό σπουδαίο: τα κρέατα, οι κότες και τα λαχανικά είναι πάντοτε φρέσκα, ποτέ, μα ποτέ, από την κατάψυξη. Τηλεφωνείστε στους Έλληνες υπεύθυνους και κλείστε στην γλώσσα μας την επόμενή σας εκδήλωση. Για το Monty's καλέστε τον Γιώργο και για το Bristol μιλείστε με την Άννα.

# ΤΟ ΓΕΛΙΟ ΜΑΚΡΑΙΝΕΙ ΤΗΝ ΖΩΗ

**Πρόσφατα** ένας άντρας αναγκάστηκε να πάει σε νοσοκομείο να του αφαιρέσουν τη βέρα από το πουλί του. Του την πέρασε η ερωμένη του στον ύπνο, όταν τη βρήκε στην τσέπη του παντελονιού του.

Αναρωτιέμαι ποιο είναι το χειρότερο:

1) Να ανακαλύψει η ερωμένη σου ότι είσαι παντρεμένος, 2) να χρειάζεται να εξηγήσεις στη γυναίκα σου πως βρέθηκε η βέρα στο πουλί σου, 3) ή να ανακαλύψεις ότι το πουλί σου χωράει στη βέρα σου;

**Κάποιος** δοκιμάζει το καινούριο του αυτοκίνητο με έναν φίλο του στην εθνική οδό. - Κοίτα πάμε με 100. - Κοίτα πάμε με 150. - Κοίτα πάμε με 200. - Στοπ! Φτάσατε! απαντάει ο Αγιος Πέτρος.

**Μια μέρα** γυρνάει ο άντρας από τη δουλειά του και βρίσκει το σπίτι και τον κήπο άνω-κάτω. Πάει επάνω να δει τη γυναίκα του, πατώντας σε διάφορα σπασμένα παιχνίδια και σκουπίδια. Είχε ήδη αρχίσει να ανησυχεί ότι μπορεί να ήταν άρρωστη, ή ότι είχε πάθει ατύχημα. Τη βρήκε στην κρεβατοκάμαρα, στο κρεβάτι με το νυχτικό της ακόμη, να διαβάζει ένα βιβλίο. Τον κοίταξε, του χαμογέλασε και τον ρώτησε πώς ήταν η μέρα στη δουλειά. Αυτός την κοίταξε απορημένος και:- Μα τι συνέβη εδώ σήμερα; ρώτησε. Εκείνη του χαμογέλασε πάλι και απάντησε: - Ξέρεις, κάθε μέρα που έρχεσαι σπίτι από τη δουλειά, με ρωτάς τι έκανα όλη μέρα. - Ε και λοιπόν; - Ε λοιπόν σήμερα δεν το έκανα!

**Μια φορά** ήταν ένας που βρισκόταν σε μια ερημική περιοχή κάπου ανάμεσα σε Αθήνα και Λαμία. Ήταν χειμώνας, έκανε παγωνιά. Έκανε ώτο-στοπ για να πάει μέσα στην πόλη. Η ώρα ήταν περασμένες 2:00 τα μεσάνυχτα. Καταλάβαινε πως αν δεν σταματήσει κάποιος μέσα σε λίγη ώρα θα έφτανε το τέλος του. Ελπίδες δεν είχε. Σκέφτηκε και είπε ε! αφού θα πεθάνω που θα πεθάνω ας ξαπλώσω στη μέση του δρόμου για να με βρουν. Εκεί που ξάπλωσε, από μακριά βλέπει ένα αυτοκίνητο να έρχεται με μικρή ταχύτητα, σηκώνεται τρέχει, ανοίγει την πόρτα μπαίνει μέσα. Γυρίζει και βλέπει το κάθισμα του οδηγού άδειο. Αμάντα αμάξι είναι στοιχειωμένο! έκανε να ανοίξει την πόρτα να κατέβει αλλά ο τσουχτερός αέρας του άλλαξε το μυαλό. Μπριτς! που θα κατέβω! στοιχειωμένο, ξεστοιχειωμένο εγώ εδώ θα μείνω. Το αυτοκίνητο εν τω μεταξύ συνέχιζε την πορεία του κανονικά είχε μπει στην εθνική και κάπου αργότερα έστριψε σ' ένα βενζινάδικο πήρε βενζίνη, σε λίγο ανοίγει η πόρτα του οδηγού, και μπαίνει ένας μέσα.- "Αχ! μη! μη κύριε μπαίνετε σ' αυτό το αμάξι! είναι στοιχειωμένο!"- "Πιο στοιχειωμένο ρε χαζέ! απ' τα διόδια το σπρώχνω!"

**3 Ξανθίες** είναι μέσα σε ένα ασανσέρ το οποίο έχει σταματήσει. Φωνάζουν όλες για βοήθεια! Λέει η μία: Κορίσια, έτσι δεν βγαίνει τίποτα. Για να μας ακούσουν πρέπει να φωνάξουμε όλες μαζί ταυτόχρονα! Και φωνάζουν όλες μαζί: ΤΑΥΤΟΧΡΟΝΑ!

**Ρώτα** η μια αδερφή την άλλη :-Ο μπαμπάς είναι σπίτι; Και της άπαντα κοιτάζοντας την περίεργα... ο μπαμάς είναι άνθρωπος!!

**Είναι** μια έξυπνη ξανθιά, μια μελαχρινή και ο Αγιος Βασίλης. Βλέπουν στο δρόμο ένα νόμισμα. Ποιός θα το πάρει; α) έξυπνη ξανθιά, β) μελαχρινή; γ) ο Αγιος Βασίλης; Σωστή απάντηση: η μελαχρινή. Συμπέρασμα: δεν υπάρχει ούτε έξυπνη ξανθιά ούτε Αγιος Βασίλης!

**Η δασκάλα** ζητάει από τα παιδιά να της φέρουν ανεπτυγμένο το θέμα

"Θεωρία και Πράξη" την επόμενη μέρα. Ο Μπόμπος στο σπίτι ζητάει την βοήθεια του πατέρα του. Ο Πατέρας του λέει . - "Πήγαινε στην Μαμά σου και στη Αδελφή σου και ρώτησε της, αν θα πήγαιναν να κοιμηθούν μαζί με εκείνο το παλιόγερο που μένει απέναντι για 100,000 ευρώ η κάθε μία." Ο Μπόμπος πάει στην Μάνα του και αφού επακολουθεί ένας καβγάς και νουνεχίες τελικά παίρνει την απάντηση ότι για 100.000 ευρώ και για χάρη των σπουδών των παιδιών της θα το έκανε. Στην συνέχεια πάει στην 17χρονη αδελφή του και εκεί αφού γίνεται άλλος καβγάς, παίρνει την απάντηση ότι για 100.000 ευρώ θα πήγαινε αφού έτσι θα μπορούσε να γίνει μοντέλο. Ο Μπόμπος επιστρέφει στο πατέρα του και του λέει τις απαντήσεις. Και τότε ο πατέρας του λέει : " Πρόσεξε τώρα παιδί μου. Θεωρητικά έχουμε 200.000, πρακτικά όμως έχομε 2 πόρνες .

**Ένας άντρας** κοιμάται στο κρεβάτι με την γυναίκα του. Σε μια στιγμή γυρίζει, την σπρώχνει λίγο και την ρυπαντάει. Η γυναίκα τον βλέπει και του λέει: "Όχι απόψε, έχω ραντεβού με το γυναικόλογό άυριο και θέλω να είμαι φρέσκια και καθαρή". Απογοητευμένος ο άντρας γυρίζει στο κρεβάτι. Μετά από λίγη ώρα, την ξανασπρώχνει και την ρωτά: "Δεν νομίζω να έχεις και ραντεβού με τον οδοντίατρο αύριο έτσι!"

**Δυο φίλοι** συζητούν φιλοσοφικά... -Ρε Θανάση, εσύ πιστεύεις σ' αυτό που λένε ότι άμα πεθάνεις, ξαναγυρίζεις στη γη με άλλη μορφή, σαν ζώο ας πούμε ή σαν φυτό και κάτι τέτοια... -Δεν το ξέρω το θέμα... -Τότε, θα κάνουμε μια συμφωνία. Οποιος πεθάνει πρώτος, θα προσπαθήσει να επικοινωνήσει με τον άλλο και να του πει τι γίνεται εκεί πάνω, αν όλα αυτά είναι αλήθεια και αν ξαναγυρίζει κανείς εδώ κάτω με άλλη μορφή. -Εντάξει φίλε, έτσι θα γίνει! Μετά από χρόνια πεθαίνει ο Θανάσης πρώτος και ο φίλος του περιμένει να δει αν θα είναι συνεπής στη συμφωνία τους κι αν θα επιδιώξει να επικοινωνήσει μαζί του. Μήνες μετά από τη κηδεία, όπως κοιμόταν στο κρεβάτι του ακούει κάποιον να τον φωνάζει με τρομερή φωνή... -Ναι;

-Ελλα φιλάρα, ο Θανάσης είμαι. Δεν επικοινώνησα μαζί σου τόσο καιρό γιατί είχα πάθει υπερκόπωση.... Ο άλλος ενθουσιάζεται που ακούει το φίλο του μετά από τόσο καιρό και αρχίζει να τον ρωτάει: -Πώς περνάς ρε Θανασάρα, τι γίνεται εκεί πάνω; -Ζωή και κότα φίλε μου...Ξυπνάω το πρωί, τρώω, μετά κάνω έρωτα, μετά ξανά τρώω, ξανακάνω έρωτα...αυτό γίνεται από το πρωί μέχρι το βράδυ! Όλο φαί και πήδημα είναι η ζωή μου... -Πού είσαι βρε Θανάση; Στον Παράδεισο; -Ποιο Παράδεισο ρε φίλε; Κόκορας σε ορνιθοφροφεί στα Μέγαρα είμαι!

**Η πινακίδα** απ' έξω απ' την πολυκατοικία ήταν σαφέστατη: "ΣΧΟΛΗ ΜΑΓΕΙΑΣ-Γίνεστε μάγοι απ' το πρώτο κι όλας μάθημα!".... Η πιτσιρίκα που χτύπησε το κουδούνι, ήταν μεν δύσπιστη, αλλά και το να γίνεις μάγος από το πρώτο μάθημα ήταν αν μη τι άλλο, μια πολύ σοβαρή πρόκληση... Ο κύριος που άνοιξε την πόρτα ήταν ομολογουμένως πάρα πολύ σοβαρός, και με σταθερότητα πρόσταξε την πιτσιρίκα να ελαφρώσει από τα πολλά ρούχα... -Παρακαλώ βγάλτε το παλτό σας!.... Πράγματι η πιτσιρίκα συμμορφώνεται, οπότε ο κύριος ξαναπροστάζει: -Τώρα μπορείτε να βγάλετε

και το μπλουζάκι σας!... Συμμορφώνεται και αυτή τη φορά η πιτσιρίκα, ενώ ο κύριος συνεχίζει ακάθεκτος: -Παρακαλώ τώρα να βγάλετε και το σουτιέν σας!.... Δεν αντέχει τότε και η πιτσιρίκα και του λέει : -Για ακούτε να σας πω!.... Μήπως έχετε σκοπό να με πη\*\*\*\*τε; Τότε ο κύριος όλος χαρά ξεσπά: -Μπράβο!...Μπράβο!...το μαντέψατε!... Μάγος είστε!....

**Δύο φίλοι:**

- Δε μου λες, με την γυναίκα σου το κάνετε και από την άλλη μεριά; - Είσαι με τα καλά σου; Για να μείνει έγκυος;

**Ο καινούριος** καθηγητής παρουσιάζεται στον διευθυντή του σχολείου. - Καλημέρα σας είμαι ο καινούριος φιλόλογος.

- Α μάλιστα αύριο να έρθετε να σας συστήσω στα παιδιά. Το όνομα σας;- Κύριος Πρέσος.- Αμάν! σκέφτεται ο διευθυντής αύριο που θα τον συστήσω στα παιδιά να μην ξεχάσω το ρο!

Πάει σπίτι του καταγχωμένος "να μην ξεχάσω το ρο να μην ξεχάσω το ρο" Την άλλη μέρα, μετά από ένα ανήσυχο ύπνο, πάει στο σχολείο. Ωτυπάει το κουδούνι, μαζεύονται τα παιδιά λένε την προσευχή και ο διευθυντής από μέσα του !!!"να μην ξεχάσω το ρο να μην ξεχάσω το ρο" Υελειώνει η προσευχή βγαίνει ο διευθυντής. - Καλημέρα παιδιά έχω την χαρά να σας παρουσιάσω ένα καινούριο καθηγητή, από δω ο νέος σας φιλόλογος ο κύριος Προύτσος!

**Έγινε** ένα γκάλοπ για το τι κάνουν οι Έλληνες μετά την ερωτική πράξη. Το 20% ανάβει τσιγάρο, το 10% γυρνάει πλευρό και το 70% γυρνάει σπίτι.

**Ποιος είναι** ο καλύτερος τερματοφύλακας;-Το γυναικείο γεννητικό όργανο, γιατί αποκρούει δύο μπάλες ταυτόχρονα και κάνει τον μεσαίο επιθετικό να τα φτύνει!

**Ποιο είναι** το μικρότερο θέατρο του κόσμου; Το γυναικείο γεννητικό όργανο. Παίρνει μόνον ένα θεατή και αυτόν όρθιο. ...

**Τέσσερις** μητέρες συζητάνε πίνοντας το καφεδάκι τους. Η μία από αυτές όλο περηφάνια λέει για τον γιό της που είναι ιερέας.

- Ο γιός μου είναι τόσο αγαπητός στην ενορία του που όπου κι αν πηγαίνει όλοι τον καλούν Πάτερ μου και περάστε Πάτερ μου.

Η δεύτερη λέει. - Ο δικός μου είναι αρχιμανδρίτης. Όλοι

# ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΩΡΑ

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

## Ο ΕΝΦΙΑ ΚΑΙ Η ΠΑΡΑΠΛΗΡΟΦΟΡΗΣΗ...

Υψηλότερο ΕΝΦΙΑ, θα κληθούν να πληρώσουν φέτος σχεδόν ένας στους τρεις φορολογούμενους.

Οι επιβαρύνσεις ξεκινούν από το ένα λεπτό ανά εκκαθαριστικό και φτάνουν έως και εξήντα ευρώ ανά εκκαθαριστικό...

### Συγκεκριμένα,

Το 34% των φυσικών προσώπων, ήτοι 2,5 εκατομμύρια, θα πληρώσουν τον ίδιο ΕΝΦΙΑ που πλήρωσαν πέρσι.

Το 21% των φυσικών προσώπων, ήτοι 1,5 εκατομμύρια, θα πληρώσουν από ένα λεπτό έως δέκα ευρώ ψηλότερο ΕΝΦΙΑ από πέρσι.

Το 5,8% των φυσικών προσώπων, ήτοι 420.000, θα πληρώσουν από δέκα έως πενήντα ευρώ περίπου.

Το 3,8% των φυσικών προσώπων, ήτοι 270.000, θα πληρώσουν πάνω από πενήντα ευρώ.

Αυτά τα δεδομένα, επειδή δυστυχώς για λόγους κομματικής προπαγάνδας αμφισβητείται και η αλήθεια των πραγμάτων...

Ίσως τέτοιους είδους επικοινωνιακές τακτικές, ουδόλως ενισχύουν και βοηθούν την αισιοδοξία του μέσου Έλληνα πολίτη...

## ΣΤΑ «ΧΝΑΡΙΑ» ΤΗΣ ΠΑΛΑΙΟΜΟΔΙΤΙΚΗΣ ΠΟΛΙΤΙΚΗΣ;

Είναι αλήθεια ότι ο ελληνικός μετά τη λεγόμενη μεταπολίτευση έλπιζε ότι η χώρα θα εισερχόταν σε μία πολιτική χρονική περίοδο με την οποία θα τους εξασφαλιζόταν ένα πιο δίκαιο, ένα πιο ελεύθερο κι ένα και πιο σύγχρονο πολιτικό σύστημα, που θα του έδινε τη δυνατότητα και την προσποτική να ελπίζει σε ένα καλύτερο μέλλον από κάθε πλευρά.

Η πλήρωση ενσωμάτωση της Ελλάδας στην Ευρωπαϊκή Ένωση ήταν και η μεγάλη «αφετηρία» για την αναδημιουργία της χώρας, μόνο που «ο ζελιγωμένος παραμένει πάντα ζελιγωμένος» κι έτσι ουκ ολίγοι βρήκαν την ευκαιρία να «αρμέγουν» για τα καλά «κοινοτικά μέτρα» που εννοείται ότι προορίζονταν για το ευρύτερο καλά της χώρας ...

Από κει και πέρα η «βρόμική ιστορία» εξελισσόταν ολοένα και περισσότερο υπέρ των λίγων και σε βάρος των πολλών. Η χώρα έφτασε το 2010 σε τέτοιο σημείο οικονομικού ξεπεσμού, που δε ήταν λίγοι εκείνοι που αναπολούσαν το σχεδόν μηδενικό έλειμμα των χουντικών... Δυστυχώς ένα μέρος του «μεταπολιτευτικού ελληνικού συστήματος», που «ξεπήδησε» από την επομένη της μεταπολίτευσης άρχισε να μετατρέπεται σε «πολιτικό χαρακτήρα» εκμεταλλεύμενο διάφορες καταστάσεις...

### -Πάνω από όλα;

Το πως θα βγάζει περισσότερα σε βάρος των πολλών... Γνωστό το παραμύθι... Στο όνομα δήθεν της ελευθερίας, της ευνομίας και της δικαιοσύνης, αυτό το βρομερό κι ελεεινό «πολιτικό τέρας» άρχισε να αλλάζει «πολιτικά ρούχα» συνεχώς...

Πρώην φιλοχουντικό, στη συνέχεια αντιχουντικό κι ακολούθως φιλοκαραμανλικό, αντικαραμανλικό, φιλοπαπανδρεϊκό, αντιπαπανδρεϊκό, φιλομητσοτακικό, αντιμητσοτακικό, φιλοσημιτικό, αντισημιτικό, φιλοκαραμανλικό, αντικαραμανλικό και λίγο πριν την κρίση του 2010, είχε υποστηρίξει τον κ. Γιώργο Παπανδρέου που στη συνέχεια τον αποκαλούσε «Γιωργάκη!!!»

Πάντα λοιπόν ένα «μέρος» του ελληνικού πολιτικού συστήματος εκμεταλ-

λευόταν κάθε φορά τις όποιες πολιτικές περιστάσεις, κατορθώνοντας με αυτό το τρόπο να επιβιώνει για να «αρμέγει» τη χώρα σε βάρος των πολλών...

Μολονότι μικρό αυτό το «μέρος», εντούτοις είχε σε όλη τη διάρκεια της ελληνικής μεταπολίτευσης τη δυνατότητα και την ευκαιρία να «συμπεθεριάζει» και με κάποιους εκτός του πολιτικού συστήματος, έτσι ώστε και να «επιβιώνει» και να βγάζει ακόμα περισσότερα δημιουργώντας τα γνωστά «διαπλεκόμενα συμφέροντα»...

Αυτά ακριβώς τα «διαπλεκόμενα συμφέροντα» δε μπόρεσε κανένας πολιτικός αρχηγός της μεταπολίτευσης να τα «εξολοθρεύει», όσο κι αν προσπάθησε!!!

Όμως λίγο πριν την κρίση του 2010, άρχισε να «αφυπνίζεται» το «υγιές» ελληνικό πολιτικό σύστημα, σε «συνεργασία» με «σωστά» μέσα σενημέρωσης και να αρχίζει να βγάζει συνεχώς στον αέρα μεγάλα οικονομικά σκάνδαλα και να τιμωρεί τους υπαίτους...

Το 2010 έσπασε και η οικονομική κρίση στην Ελλάδα και τα πράγματα άρχισαν να δυσκολεύουν υπέρμετρα για τους «διαπλεκόμενους» («Διαπλεκόμενοι» = «Μέρος» του πολιτικού συστήματος μαζί με συνεργαζόμενους εκτός του πολιτικού συστήματος) ...

### -Αποτέλεσμα:

Αυτό το άρρωστο «μέρος» του ελληνικού μεταπολιτευτικού συστήματος, από το 2010 κι έπειτα δεν είχε πλέον «πέραση» και θα λέγαμε ότι «προτίμησε» να λουφάξει έως ότου απομακρυνθεί η «καταιγίδα»...

Και σε αυτό το χρονικό διάστημα από το 2010 έως σήμερα και λόγω της προσωρινής απομάκρυνσης των «διαπλεκόμενων», άλλαξε και το πολιτικό προφίλ της χώρας, όπου έχουμε πλέον μια «μεσαία» Νέα Δημοκρατία, ένα «μικρό» ΠΑΣΟΚ, ένα νέο «μεσαίο» κόμμα, τον ΣΥΡΙΖΑ κι άλλα καινούρια κόμματα όπως, Χρυσή Αυγή (... τείνει να γίνει μεσαίο κόμμα), Ανεξάρτητοι Έλληνες, Ένωση Κεντρώων και Ποτάμι...

Να όμως που οι «διαπλεκόμενοι» αποφάσισαν να «ξυπνήσουν»!..

Από το 2010 έως σήμερα οι «διαπλεκόμενοι» συνειδητά είχαν «λουφάξει», επειδή δεν τους έπαιρνε να βρίσκονται στο προσκήνιο...

Ήδη στην ελληνική πολιτική κοινότητα «της κρίσης» είχε αρχίσει η πλήρης αναδιάρθρωσή της, η οποία και συνεχίζεται, με αποτέλεσμα οι «διαπλεκόμενοι» να μη μπορούν να έχουν τις απαραίτητες «διασυνδέσεις» έως ότου το «τρίτο μνημόνιο» τους έδωσε την αφορμή, που ζητούσαν για να ξαναβγούν στο προσκήνιο...

### -Η «αφορμή»;

«Αφού και ο ΣΥΡΙΖΑ έγινε μνημονιακό κόμμα, άρα ναι, «μαζί τα φάγαμε» κι επομένως κανένας πριν από την κρίση δεν ευθύνεται παρά μονάχα ευθύνες έχουν όσοι έφεραν τους «δανειστές»!!!»

Αυτή λοιπόν τη «συλλογιστική» πρωθυΐαν εσχάτως οι «διαπλεκόμενοι», που επιχειρούν με κάθε τρόπο να «πιέσουν» πολιτικά πρόσωπα, για να «ασπαστούν» αυτή τη «συλλογιστική» τους με αντάλλαγμα μελλοντικούς ωήφους ή μελλοντική πολιτική στήριξη...

Σε αυτό ακριβώς το σημείο

οφείλουν οι πρωτοεμφανισθέντες πολιτικοί γιγέτες των «χρόνων της κρίσης» να μην ενδώσουν και κυρίως οι πολιτικοί αρχηγοί του ΣΥΡΙΖΑ και της Νέας Δημοκρατίας...

Σε αντίθετη περίπτωση θα πρέπει να γνωρίζουν ότι θα το «πληρώσουν» πολιτικά...

Αλίμονο αν αρχίσουμε να δίνουμε «άφεση αμαρτιών» σε εκείνους που μας οδήγησαν στην ελληνική οικονομική κρίση!..

Ο κ. Αλέξης Τσίπρας και ο κ. Κυριάκο Μητσοτάκης, οφείλουν να υπερασπίσουν με κάθε τρόπο ότι έχει να κάνει με το νέο, με το καινούριο και με το πολιτικά ελπιδοφόρο...

## ΜΕ ΤΕΤΟΙΑ ΧΑΜΗΛΗ ΤΗΛΕΘΕΑΣΗ ΠΩΣ ΘΑ «ΑΝΤΕΞΟΥΝ» ΟΙ ΝΕΟΙ ΣΤΑΘΜΟΙ;

Μερικές φορές σε αυτή τη χώρα είναι για να τρελαίνεσαι με όσα ακούς...

Αυτή τη φορά το «τρελό» αναφέρεται σε εκείνους που υποστηρίζουν, ότι στην ελληνική τηλεοπτική αγορά μπορούν να επιβιώνουν πολλοί περισσότεροι από τέσσερις τηλεοπτικούς σταθμούς πανελλήνιας εμβέλειας...

-Μα τη στιγμή, που οι υπάρχοντες ελληνικοί ιδιωτικοί τηλεοπτικοί σταθμοί απαρτίζουν σχεδόν δεκάδα και σχεδόν όλοι τους «μπαίνουν μέσα», πως είναι δυνατόν να έχουμε περισσότερους τηλεοπτικούς από τέσσερις;

-Μα αν η τηλεοπτική αγορά «σήκωνε» κι άλλους τηλεοπτικούς σταθμούς, δε θα υπήρχε σαφώς διαγωνισμός για περισσότερους από τέσσερις τηλεοπτικούς σταθμούς;

Τώρα λοιπόν θα πρέπει να θεωρείται σίγουρο, ότι οι τέσσερις τηλεοπτικοί σταθμοί, που θα προκύψουν από το σχετικό διεθνή διαγωνισμό και περισσότερα χρήματα θα πάρει το ελληνικό κράτος και σχετικά καλή διαφήμιση θα έχει, αφού για τέσσερις τηλεοπτικούς σταθμούς πανελλήνιας εμβέλειας, μάλλον «αντέχει» η συνολική τηλεοπτική διαφήμιστική δαπάνη των εταιρειών...

## ΑΛΛΑΖΟΥΝ ΤΑ ΠΑΝΤΑ ΣΤΗ ΔΙΕΘΝΗ ΠΟΛΙΤΙΚΗ!

Ήδη οι κάθε είδους πολιτικές αλλαγές είναι πλέον ορατές στην Ευρώπη, όπου αφενός έχουμε αύξηση των δεξιώ

# ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΩΡΑ

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

10<sup>η</sup> Πανελλήνια Αστροεξόρμηση, στην οποία είχαν την ευκαιρία μικροί ο και μεγάλοι να γνωρίσουν τον τρόπο χρήσης των αστρονομικών οργάνων και να φωτογραφίζουν ουράνια σώματα!

### ΟΛΑ ΆΛΛΑΖΟΥΝ...

Να μη έχετε καμία αμφιβολία φίλες και φίλοι!

Η οικονομική λιτότητα, το προσφυγικό και η διεθνής τρομοκρατία, αλλάζουν πολλά πράγματα στην Ευρώπη...

Ακόμα ίσως έχουμε αλλαγές και στην πολιτική ζωή της Αμερικής τον ερχόμενο Νοέμβριο...

### Προσέξτε λοιπόν!

Αν θυμάστε, επειδή η Ισπανία και η Πορτογαλία δεν «έπιασαν» τους οικονομικούς τους στόχους, απειλούνταν από το ευρωπαϊκό «ιερατείο» με μεγάλα πρόστιμα, σύμφωνα με τους υπάρχοντες κανόνες δημοσιονομικού εκτροχιασμού...

### Κι όμως!

Για πρώτη φορά το ευρωπαϊκό «ιερατείο», έκανε πίσω καθώς η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, αποφάσισε αντί των προβλεπόμενων προστίμων, να δώσει χρόνο στην Ισπανία και στην Πορτογαλία, για να μειώσουν κάτω από το 3% τα ελλείμματα τους...

### Κι έτσι είναι...

Εδώ ο κόσμος «καίγεται», τα οικονομικά πράγματα στο μεγαλύτερο μέρος της Ευρώπης πάνε κατά διαλόου, η τρομοκρατία αυξάνεται συνεχώς και το προσφυγικό παραμένει πάντα ωρολογιακή βόμβα.

-Θα ζητάμε συνεχώς λιτότητα από τις χώρες-μέλη της Ευρωπαϊκής Ένωσης κι αν δεν το πετυχαίνουν θα τους ρίχνουμε και πρόστιμα;

Εδώ μετά τη Μεγάλη Βρετανία, «ψάχνονται» κι άλλες ευρωπαϊκές χώρες να την κάνουμε με ελαφρά πηδηματάκια από την Ευρωπαϊκή Ένωση...

Αφήστε και τα όσα συμβαίνουν στη Τουρκία...

-Φαντάζεστε τι θα γινόταν αν επικρατούσαν οι πραξικοπηματίες;

Σας τα αναφέρω όλα αυτά, επειδή σιγά-σιγά η ευρωπαϊκή δημοσιονομική πολιτική, θα αρχίσει να μειώνεται κάτι που θα έχει θετικό αντίκτυπο και για τη χώρα μας.

### ΝΑ ΤΕΛΕΙΩΝΟΥΜΕ ΜΕ ΤΟΥΣ ΑΝΤΙΕΞΟΥΣΙΑΣΤΕΣ...

Η ελληνική κυβέρνηση κι άπαντα τα κόμματα θα πρέπει να συνεργαστούν άμεσα κι ολοκληρωμένα, προκειμένου να καλλιεργήσουν μια ενιαία πολιτική άμυνας κι επίθεσης σε όλους αυτούς που αυτοαποκλούνται αντιεξουσιαστές και κάνουν ότι θέλουν σε δημόσιες και ιδιωτικές περιουσίες...

Το ποτήρι «έχεχείλισε» τη τελευταία ημέρα του Ιουλίου, ημέρα Κυριακή, όταν αντιεξουσιούς μπήκαν στη Μητρόπολη Θεσσαλονίκης, διέκοψαν τη θεία λειτουργία κι άρχισαν να φωνάζουν διάφορα συνθήματα !!!

Σε μια χρονική περίοδο που επιδιώκουμε με σκληρές θυσίες και προσπάθειες να «στηκώσουμε» την εθνική μας οικονομία, έρχονται κι αυτοί οι «τύποι», που με τις αντιδημοκρατικές τους συμπεριφορές, δημιουργούν μεγάλα προβλήματα στον ελληνικό τουρισμό...

Επιπλέον το ότι εισβάλλουν

κυριολεκτικά σε χώρους προσευχής είναι κι άλλη μια «απόδειξη» το πόσο θα πρέπει να «κυνηγηθούν» από τις αρμόδιες κρατικές αρχές...

Η Ελλάδα δε «σηκώνει» τέτοιες απαράδεκτες συμπεριφορές. Είναι καιρός πλέον να τελεώνουμε μια για πάντα με τους αντιεξουσιαστές...

### ΣΤΗΝ ΚΟΨΗ ΤΟΥ ΞΥΡΑΦΙΟΥ Ο κ.ΜΗΤΣΟΤΑΚΗΣ

Ναι με μπορεί ο πρόεδρος της Νέας Δημοκρατίας κ. Κυριάκος Μητσοτάκης να συνεχίζει να «τσιμεντώνει» το κόμμα στο βαθμό που ο ίδιος θα ήθελε, το «τσιμέντωμα» αυτό δείχνει να έχει καλύψει ένα 27% με 28% των Ελλήνων ψηφοφόρων, αλλά από την άλλη μεριά ολοένα και περισσότερο «σκέπτεται» δυο επόμενες πολιτικές «κινήσεις», που μάλλον θα πρέπει να τις κάνει προκειμένου να έχει μεγαλύτερη πρόσβαση το κόμμα στους Έλληνες ψηφοφόρους.

Η πρώτη «κίνηση» είναι το ότι θα πρέπει να επιλέξει νέους συνεργάτες κι ακόμα να μοιράσει εκ νέου «υπουργεία» στη «σκιώδη» του κυβέρνηση...

Η δεύτερη «κίνηση» είναι το ότι θα πρέπει να αλλάξει πλήρως η επικοινωνιακή πολιτική του κόμματος, όπου δε θα ακολουθεί παλαιού τύπου επικοινωνιακές τακτικές, αλλά αντίθετα θα επικεντρώνεται σε δυο-τρία βασικά θέματα στα οποία η κυβέρνηση εμφανίζει φανερή «δυστοκία»...

Εξυπακούεται, ότι αμφότερες οι «κινήσεις» κάθε άλλο εξασφαλίζουν την «είσοδο» της Νέας Δημοκρατίας στην εξουσία, αλλά όπως και να το κάνουμε είναι «κινήσεις» που θα πρέπει να γίνουν, αφού αρκετά στελέχη του κόμματος δεν κάνουν τίποτα για να εμφανίσουν το κάτι το «νέο», που επιθυμεί και επιδιώκει ο κ. Μητσοτάκης.

Πρωτίστως ο πρόεδρος της Νέας Δημοκρατίας, θα πρέπει να προχωρήσει σε μια ουσιαστική αναδιάρθρωση του κόμματος, δεδομένου ότι πάντα καραδοκούν οι εσωκομματικοί του αντίπαλοι για να τον «εξολοθρεύσουν»...

### ΤΙ ΝΑ ΤΗΝ ΚΑΝΟΥΜΕ ΤΗΝ «ΟΜΟΛΟΓΙΑ» ΤΟΥ ΔΝΤ;

Σίγουρα κάτι συμβαίνει στους κόλπους του Διεθνούς Νομισματικού Ταμείου καθώς κι στην ίδια τη διευθύντριά του κ. Κριστίν Λαγκάρντ, που λίγο πολύ όλοι μέσα σε αυτό το διεθνή οργανισμό παραδέχονται, ότι είχαν λάθος δημοσιονομική «συνταγή» για την Ελλάδα, τότε εκεί στο 2010 που αναζητούσε εναγωνίως «σανίδα σωτηρίας» από το διεθνή αυτόν οργανισμό.

-Αλλά, αλήθεια ποιος ο λόγος σήμερα να βγαίνουν στη δημοσιότητα όλες αυτές οι «ομολογίες», που στην ουσία «επαληθεύουν» την Ελλάδα, όταν εδώ και καιρό ζητάει αλλαγή πολιτικής «δανεισμού» από τους «δανειστές» της;

Ενδεχομένως δυο τινά θα πρέπει να συμβαίνουν:

Η ότι η Αμερική που είναι και ο μεγαλύτερος μέτοχος στο διεθνές αυτό οργανισμό βασιζόμενη σε όντως υπάρχοντα «λάθη», επιδιώκει να ανασυγκροτηθεί εκ βάθρων η όλη λειτουργικότητά του, προκειμένου αυτή να έχει πάντα τον πρώτο λόγο φανερό και δικαιοδοτικό...

Η ότι μπορεί να συμβαίνει κάτι

το ανάλογο, αλλά με τη Γερμανία να επιδιώκει να έχει έναν ιδιαίτερο ρόλο.

-Όσο για μας; -Τι να τις κάνουμε τις «ομολογίες», όταν δεν ακολουθούνται κι από τις ανάλογες «συγνώμες» σε πρακτικό επίπεδο;

### ΔΙΑΥΛΟΙ ΠΑΡΑΠΛΗ-ΡΟΦΟΡΗΣΗΣ...

Όλα αυτά τα χρόνια της ελληνικής οικονομικής κρίσης, δυστυχώς υπάρχουν «βαλτοί» «δίσιλοι παραπληροφόρησης», οι οποίοι «σώνει και καλά» και για διάφορους «δικούς» τους λόγους, αρέσκονται στο να δυναμιτίζουν συνεχώς την επικοινωνιακή ατμόσφαιρα ρίχνοντας φόβο και τρόμο, όσον αφορά την πορεία της χώρας...

Αυτή τη φορά, έτσι για να έχετε μια ιδέα, αυτών που σας επισημαίνων, αναφέρομαι σε τρέχουσα κινδυνολογία που «κλαίει» από τώρα και πριν «δούμε» το υποτιθέμενο αρνητικό οικονομικό γεγονός, που προς το παρόν βρίσκεται κι ενυπάρχει μονάχα στην αρρωστημένη φαντασία των κινδυνολόγων.

-Τι μας λένε πάνω- κάτω;

Ελληνες, ετοιμαστείτε να γονατίσετε και να κάνετε βάδην με τα γόνατα πάνω σε χαλίκι... Έρχεται «κόφτης» 2 δις. ευρώ, επειδή ως το τέλος του χρόνου, θα πρέπει να βρεθούν 25 δις. ευρώ από φόρους, πουσό που δε θα μπορεί να μαζευτεί... Είναι αυτό που «λέει» ο θυμόσοφος λαός: «Ακόμα δεν τον είδαμε, Γιάννη τον βγάλαμε»...

Αυτή η κινδυνολογία πάντα στηρίζεται στη «θεωρία του Αν»!!!

Προφανώς, η ελληνική οικονομία δεν «πτετάει» σε υψόμετρο χιλιάδων ποδών, όμως «πτετάει», έστω και σε χαμηλό υψόμετρο...

### ΜΗ «ΜΙΛΑΜΕ» ΚΑΙ ΠΑΛΙ ΓΙΑ ΕΚΛΟΓΕΣ...

Τη λαϊκή ελληνική παροιμία «ο διάβολος δεν έχει τι να κάνει και...», μα θυμίζουν όλα αυτά τα δημοσιεύματα που αναφέρονται σε διάφορες «διεργασίες» και «πρετοιμασίες» για την πραγματοποίηση πρόωρων εκλογών...

Λοιπόν αυτό το «παραμύθι», θα πρέπει να σταματήσει από όλες τις πλευρές, επειδή μόνο κακό κάνει και βεβαίως θα κάνει αν καταστεί πραγματικότητα...

Κακό μεγάλο, δηλαδή, θα κάνει στην ελληνική οικονομία που επιχειρεί για άλλη μια φορά να ξεφύγει προς τα μπροστά και που σε καμία περίπτωση, δε θα της βγει σε καλό εφόσον διακοπεί αυτός ο βηματισμός της...

# ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΩΡΑ

ΜΗΝΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ ΓΡΑΜΜΕΝΗ ΑΠΟ ΤΟΝ ΔΗΜΟΣΙΟΓΡΑΦΟ ΓΙΩΡΓΟ ΣΚΛΑΒΟΥΝΗ

## Η ΤΡΟΜΟΚΡΑΤΙΑ ΕΠΗΡΕΑΖΕΙ ΤΗΝ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑ...

Κάθε φορά κι από ένα νέο εμπόδιο στην πορεία της ελληνικής δημοσιονομικής ανάκαμψης, που μετρά σχεδόν εφτά χρόνια!!!

Αυτή τη φορά η τρομοκρατία κάθε μορφής που πλήγτει την Ευρώπη, λογικό είναι να επηρεάζει και τους ευρωπαϊκούς οικονομικούς δείκτες και βέβαια και τους ελληνικούς οικονομικούς δείκτες...

Το οικονομικό επιπτελείο της κυβέρνησης βρίσκεται ήδη σε κατάσταση έντονου προβληματισμού, δεδομένου ότι μία δέσμη οικονομικών προβλέψεων εκ των πραγμάτων δε θα μπορούν να επαληθευτούν, αφού ήδη έχουμε σταδιακή μείωση των τουριστικών ροών, αποστάσεις των επενδυτών από το χρηματιστήριο κι επιπλέον έχουμε έλλειψη ενδιαφέροντος για αγορά ή συμμετοχή στα μετοχολόγια μεγάλων ελληνικών επιχειρήσεων...

Αν αυτή λοιπόν η «κατάσταση» συνεχίζει να πορεύεται με την αυτή ταχύτητα, τότε τα οικονομικά πράγματα για τη χώρα μας θα βρεθούν για άλλη μια φορά σε αδιέξοδο...

Πραγματικά η ελληνική οικονομία έχει βρεθεί σε μια περίεργη οικονομική δίνη, που είναι προς το παρόν δύσκολο να ανακοπεί...

Ο Θεός λοιπόν να βάλει το χέρι του μην πάθουμε νέα «πλάκα» και τρέχουμε και δε φτάνουμε...

## ΜΕΡΕΣ ΕΠΙΚΙΝΔΥΝΕΣ

Κόπασε ελαφρά το αεράκι, μεγαλώνει η θερμοκρασία και ολοένα και αδειάζει η Αθήνα από εκδρομείς που σπεύδουν για διακοπές κι όπως κάθε τέτοια χρονική περίοδο, το να σοφάρεις στην πρωτεύουσα είναι κάτι το εντελώς απολαυστικό!

Αυτά όμως τα «ήρεμα», ίσως κι ευχάριστα, δε συμβαίνουν στη γειτονική μας χώρα τη Τουρκία, που συνεχίζει να βρίσκεται σε άκρως εύθραυστη κατάσταση εξαιτίας της πρόσφατης απόπειρας πραξικοπήματος, που έχει στοιχίσει τη ζωή σε περισσότερους από 300 Τούρκους, ενώ πάνω από 50.000 Τούρκοι βρίσκονται ήδη σε παροπλισμό από τη τουρκική κυβέρνηση.

-Κι εδώ και λίγες ημέρες;

Η Τουρκία σε τρίμηνη κατάσταση έκτακτης ανάγκης, σύμφωνα με απόφαση του υπουργικού συμβουλίου που στηρίχθηκε στο άρθρο 120 του τουρκικού συντάγματος και με πρώτητη ενέργεια τη σύσταση έκτακτου Στρατοδικείου για την εκδίκαση των πραξικοπηματών.

Έτσι μέσα σε αυτούς τους τρεις μήνες, ο Τούρκος πρόεδρος κ. Ταγίπ Ερντογάν, θα προσπαθήσει να συστήσει ένα εντελώς καινούριο «κρατικό μηχανισμό», που θα είναι ασφαλώς απόλυτα ελεγχόμενος από τον ίδιο...

Μολονότι δε ξέρουμε επακριβώς ποιες θα είναι οι σχετικές ρυθμίσεις, που θα λάβουν χώρα σε αυτό το χρονικό διάστημα, εντούτοις έχουμε μια εικόνα από τον ίδιο τον κ. Ερντογάν.

Θα συνεχίζουμε...

Έχουμε λοιπόν μια βασική «εικόνα» - κατεύθυνση, για το τι θα υπάρχει από δω και πέρα στη γειτονική μας Τουρκία, από τον ίδιο το Τούρκο πρόεδρο κ. Ερντογάν, που σε συνέντευξή του στο CNN, είπε, μεταξύ άλλων, ότι δεν πρόκειται να μειωθούν οι αρμοδιότητες των

νομαρχών, διευκρίνισε ότι οι ένοπλες δυνάμεις θα τελούν υπό τις εντολές και τη διοίκηση των νομαρχών, σημείωσε ότι στην πρόσφατη απόπειρα πραξικοπήματος δυνατόν να εμπλέκονται και ξένες χώρες, εξέφρασε την άποψη ότι η φίλη Αμερική, θα πρέπει να εκδώσει τον αυτοεξόριστο Τουρκο θρησκευτικό γηέτε κ. Γκιουλέν, που διαμένει στην Πενσυλβανία, τόνισε ότι τον θεωρεί τρομοκράτη και για πρώτη φορά μίλησε με σκληρά λόγια για τον Αιγύπτιο πρόεδρο κ. Αλ Σίση, χαρακτηρίζοντάς τον πραξικοπηματία.

Σε κατάσταση λοιπόν έκτακτης ανάγκης η Τουρκία, που σημαίνει περιορισμένη κυκλοφορία, απαγόρευση συγκεντρώσεων, συνεχής έλεγχος στα οχήματα, επιβολή στους πολίτες να έχουν πάνω τους την αστυνομική ταυτότητα, απαγόρευση εκτύπωσης και διανομής εφημερίδων και συνεχής έλεγχος στα κάθε είδους οπτικοακουστικά μέσα

Κι ενώ για τρείς μήνες η Τουρκία, θα είναι στο «γύψο», η Ελλάδα συνεχίζει εκ των πραγμάτων να ανησυχεί, επειδή φοβάται ενδεχόμενη πραγματοποίηση ορισμένων εξελίξεων...

Κι ένα τέτοιο ενδεχόμενο σίγουρα δε «συμφέρει» από κάθε πλευρά την Ελλάδα, που προσπαθεί να βγει ολοκληρωτικά από τα «δεσμά του μνημονίου» ...

Θα συνεχίσουμε...

-Τι φοβάται λοιπόν η Ελλάδα από τη τρέχουσα πολιτική κατάσταση στη γειτονική μας Τουρκία;

Την ενδεχόμενη πραγματοποίηση ορισμένων εξελίξεων...

-Λόγου χάρη;

-Τι θα γίνει, αν «μεθαύριο» μας έρχονται Τούρκοι αντικαθεστωτικοί;

-Τι θα γίνει, αν «μεθαύριο» του «τη δώσει» του Τούρκου προέδρου κ. Ερντογάν και «σπάσει» τη συμφωνία που έχει κάνει με την Ευρωπαϊκή Ένωση για την επαναπροώθηση των μεταναστών που βρίσκονται στη χώρα μας, στη Τουρκία;

Στο μεταξύ οι οκτώ Τούρκοι στρατιωτικοί που έχουν βρεθεί παράνομα στην Ελλάδα και δικάζονται στην Αθήνα, η κατάστασή τους επιβαρύνεται με ορισμένες περίεργες τους ενέργειες...

Σύμφωνα με δηλώσεις τους, πέταξαν το «μαύρο κουτί» του ελικόπτερου, τα στρατιωτικά τους διακριτικά και τα όπλα, όπερ σημαίνει ότι εφόσον δεν υπάρχει το «μαύρο κουτί», δε μπορεί να αποδειχθεί ο ισχυρισμός τους, ότι είχαν εντολή να βοηθήσουν τραυματίες κι ότι μόλις πληροφορήθηκαν το τι είχε γίνει, αποφάσισαν να έρθουν στην Ελλάδα.

Ένα άλλο ερωτηματικό, είναι ότι είναι ασυνήθιστο σε ένα ελικόπτερο που είναι επιφορτισμένο για ιατρική βοήθεια να συνοδεύεται από ταγματάρχες!!! Αυτά προς το παρόν.

**ΤΟ «ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑ» ΤΗΣ ΔΕΗ!!**

Ασφαλώς πρωτόγνωρη κι άκρως ευχάριστη η απόφαση της ΔΕΗ, να κάνει εκπτώσεις της τάξης του 15% στους συνεπείς καταναλωτές, που πάντα πληρώνουν τους λογαριασμούς τους στην ώρα τους...

Ηδη η έκπτωση αυτή έχει αρχίσει να «τρέχει» και να υλοποιεί στην πράξη μια απόφαση που είχε ανακοινώσει προς καιρού τη ΔΕΗ.

Βεβαίως τίποτα δε γίνεται χωρίς να υπάρχει πίσω και κάποια άλλη «συλλογιστική» και η «συλλογιστική» αυτή που δεν είναι ορατή, αλλά που εύκολα «διακρίνεται», έχει να κάνει με την ίδια πολιτική μάρκετινγκ της ΔΕΗ, που θα πρέπει προσεχώς να αφήσει ένα μερίδιο της αγοράς υπέρ κι άλλων εταιρειών εμπορία ηλεκτρικής ενέργειας με βάση το μνημόνιο.

Ως εκ τούτου από τώρα επιδιώκει η ΔΕΗ να δημιουργήσει ένα δικό καταναλωτικό κοινό, που θα μπορεί να το έχει δικό της και χωρίς τον κίνδυνο να το χάσει από άλλους ανταγωνιστές.

Όμως δεν παύει το ευνοϊκό αυτό μέτρο της ΔΕΗ προς τους καταναλωτές, να είναι μια απόφαση καθόλα σημαντικά καλή και κοινωνικά αποδεκτή, αφού Έλληνας καταναλωτής συνεχίζει να «δοκιμάζεται» από τη δύσκολη οικονομική «ζωή» της χώρας...

Ισως το παράδειγμα της ΔΕΗ θα πρέπει να το μιμηθούν κι άλλοι οργανισμοί καθώς και το υπουργείο Οικονομικών, προκειμένου να επιβραβεύουν τους συνεπείς και νομοταγείς Έλληνες πολίτες...

Το τελευταίο καιρό ακούγονται πολλά για τις προσεχείς πολιτικές κινήσεις του πρωθυπουργού κ. Αλέξη Τσίπρα...

Ένα από τα «σενενάρια» που ακούγονται, είναι ότι ο 42χρονος πολιτικός έχει στο μυαλό του «μεθαύριο» να συμμαχήσει με πολιτικές «παλιοσειρές», στην προσπάθειά του να συνεχίσει να είναι να «καθοδηγεί» τα ελληνικά πολιτικά πράγματα κι από την άλλη να κάνει πέρα τον αρχηγό της Νέας Δημοκρατίας.

Αν όντως αυτά τα έχει υπόψη του ο κ. Τσίπρας, θα υποπέσει σε μεγάλο πολιτικό σφάλμα, που είναι σίγουρο ότι θα το «πληρώσει» πολιτικά κι αναλόγως.

Ο ελληνικός λαός δε θέλει ούτε καν να ακούει για «ξοφλημένους» πολιτικούς, που στην ουσία ευθύνονται για την ελληνική οικονομική και κοινωνική κρίση και σίγουρα θα τιμωρήσει σκληρά εκείνους που θα επιχειρήσουν αυτούς τους «ξοφλημένους» να τους ξαναφέρουν στο προσκήνιο...

Αν λοιπόν οπ. κ. Τσίπρας θεωρεί ότι έχει χάσει την εμπιστοσύνη του ελληνικού λαού, τότε ας αποχωρήσει από την ενεργή πολιτική, διαφορετικά ας το «παλέψει» κι ενδεχομένως στο τέλος να τα καταφέρει για άλλη μια φορά...

Όχι όμως «παιχνίδια» με τους «ξοφλημένους»...

</div

# ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΩΡΑ

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

των πραγμάτων να βρει ένα νέο «κώδικα ανίχνευσης» της τρομοκρατίας...

Άλλη η τρομοκρατία που «γεννιέται» από το παρακράτος, άλλη η τρομοκρατία που γεννιέται από το θρησκευτικό φανατισμό κι άλλη η τρομοκρατία που «γεννιέται» από «άρρωστα» γονίδια...

Όλες όμως αυτές οι μορφές τρομοκρατίας, συνιστούν τρομοκρατία και προκειμένου να αντιμετωπιστεί χρειάζεται καλύτερο αμυντικό σύστημα, καλύτερο εκπαιδευτικό σύστημα και καλύτερο ιατρικό σύστημα...

Διανύουμε ήδη το δρόμο ενός νέου αιώνα και καιρός είναι να να αναθεωρήσουμε πολλά πράγματα...

**ΟΛΟ ΚΑΙ ΠΙΟ ΚΟΝΤΑ ΣΤΗ ΔΙΕΥΘΕΤΗΣΗ ΤΟΥ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΧΡΕΟΥΣ...**

Η πρόσφατη επίσκεψη του Αμερικανού υπουργού Οικονομικών κ. Τζακ Λιού στην Αθήνα καθώς και τα όσα είπε μετά τις συναντήσεις του με τον πρωθυπουργό κ. Αλέξη Τσίπρα και τον υπουργό Οικονομικών κ. Τσακαλώτο, αφενός αποδεικνύουν με τον καλύτερο τρόπο την επιμονή της αμερικανικής κυβέρνησης να βοηθήσει έτσι ώστε πριν από το τέλος της προεδρίας του Αμερικανού προέδρου κ. Ομπάμα, να έχει τεθεί το ελληνικό χρέος σε διευθέτηση κι αφετέρου ότι όντως μεγεθύνονται οι πιθανότητες να συμβεί αυτό στο τέλος του τρέχοντος χρόνου.

Οι πιθανότητες αυτές, είναι όντως επαυξημένες κι εξαιτίας των όσων συμβαίνουν στη γειτονική μας Τουρκία λόγω της γνωστής της έκρυθμης κατάστασης που βρίσκεται μετά την πρόσφατη απόπειρα στρατιωτικού πραξικοπήματος.

Ως εκ τούτου και με δεδομένο ότι η Ελλάδα σε όλη αυτή την περιοχή της Μεσογείου είναι ο μοναδικός πυλώνας πολιτικής σταθερότητας στην περιοχή της Μεσογείου, παρόλο που οι πολίτες της «δεινοπαθούν» από τα μέτρα λιτότητας που επιβάλλονται από τους «δανειστές, λογικό είναι κι απολύτως «συναδερφικό», μεταξύ των άλλων δυτικών κρατών, η χώρα μας να έχει μια καλύτερη οικονομική αντιμετώπιση...

Και κάτι τέτοιο μπορεί να γίνει μονάχα με μια καλύτερη διευθέτηση του χρέους.

**ΝΑ ΤΕΛΕΙΩΝΟΥΜΕ ΜΕ ΤΟΥΣ «ΔΑΝΕΙΣΤΕΣ»...**

Από τότε που μπήκαμε σε «καθεστώς δανειοδότησης», ανέκαθεν θεωρούσα κι εξακολουθώ να θεωρώ, ότι θα πρέπει να κάνουμε τα πάντα, προκειμένου να εφαρμόζουμε τα «συμφωνηθέντα» με τους «δανειστές»...

Κι αυτό το υποστηρίζω, επειδή οι δανειστές μας, είναι εκμεταλλευτές για να μπορούν να μας έχουν σαν αγελάδα και συνεχώς να μας «αρμέγουν»...

Άλλο ο «άρμεγμα», λόγου χάρη, της Ιρλανδίας που ήταν κι αυτή στο μνημόνιο κι άλλο η Ελλάδα που διαθέτει μεγάλα πλεονεκτήματα σε επίπεδο γεωστρατιωτικό, ενεργειακό και τουριστικό...

-Κι επιπλέον;

Μας δουλεύουν κι από πάνω οι «δανειστές» μας...

Έρχεται λοιπόν για άλλη μια φορά

η επικεφαλής του Διεθνούς Νομισματικού Ταμείου κ. Κριστίν Λαγκάρντ που ομολογεί, ότι το ελληνικό πρόγραμμα δημοσιονομικής αναδιάρθρωσης ήταν αποτυχημένο κι από την άλλη με προκλητικότητα υποστηρίζει ότι παρά το κακό πρόγραμμα που τέθηκε στην Ελλάδα, θα πρέπει να συνεχιστεί με αυστηρή πειθαρχία...

Να τελείωνουμε λοιπόν με το τελευταίο μνημόνιο, ήτοι με το «τρίχρονο δανειακό» μας πρόγραμμα, που τελειώνει τέλος του 2018 κι από κει και πέρα να τους «διώξουμε» μια για πάντα...

Αξίζει όμως για του λόγου το αληθές, να μεταφέρω μερικά από αυτά που είπε πριν από λίγες ημέρες η επικεφαλής του Διεθνούς Νομισματικού Ταμείου:

«Η Ελλάδα όντως δεν ήταν μια πετυχημένη εμπειρία για κανέναν και ιδιαίτερα για του ίδιους τους Έλληνες πολίτες» και υπογραμμίζει, ότι « πρέπει να συνεχίσουμε να είμαστε αυστηροί και πειθαρχημένοι και κατά περίπτωση, θα πρέπει να συνεχίζουμε να κάνουμε συστάσεις που δεν είναι ευχάριστες για τους πολίτες»...-Τι να πει κανείς;

**ΝΑ ΕΙΜΑΣΤΕ ΜΟΝΙΑΣΜΕΝΟΙ, ΓΙΑΤΙ ΧΑΘΗΚΑΜΕ...**

Πάντα πιστεύαμε και βεβαίως θα εξακολουθούμε να πιστεύουμε, ότι από τότε που η χώρα μας «μπήκε» στην κρίση και κατέκταση στα «δεσμά των μνημονίων», το πρώτιστο της μέλημα, θα πρέπει να είναι η συνεχής προσπάθεια των πολιτών της να είναι όσο το δυνατόν περισσότερο «αδελφωμένοι»...

Κι αυτό το ζητούμενο, έως σήμερα το έχουν καταφέρει οι Έλληνες να το κάνουν πράξη, αφού μπόρεσαν κι αντεξαν -κι εξακολουθούν να αντέχουν, τις αρνητικές επιπτώσεις που είχαν -κι έχουν- από τα γνωστά «μνημόνια»...

Όμως αυτό από μόνο του δε φτάνει...

Για να μπορεί να μεγαλώνει αυτή η «ένωση» των Ελλήνων, θα πρέπει να έρχεται αρωγός σε αυτή την προσπάθεια και το ίδιο το κράτος...

Επειδή αυτός είναι και θα πρέπει να είναι ο ρόλος του κράτους σε ευρύτερη εννοιολογική απόδοση...

Ος εκ τούτου κυβέρνηση κι αντιπολίτευση έχουν υποχρέωση να καλλιεργούν συνεχώς προς τα μέλη της ελληνικής κοινωνίας την αναγκαιότητα αυτής της «ένωσης», έτσι ώστε άπαντες οι Έλληνες πολίτες σε αυτή την πραγματικά δύσκολη χρονική περίοδο που διανύουν, να είναι όσο ποτέ άλλοτε τόσο πολύ «ατσαλωμένοι» μεταξύ τους...

Δυστυχώς όμως η ελληνική πολιτική κοινότητα με τη συμπεριφορά της δε βοηθά αυτή την αναγκαιότητα, αφού το τελευταίο καιρό έχουν αρχίσει τα μέλη της να «τσακώνονται» όλο και περισσότερο μεταξύ τους με αποτέλεσμα να μην υπάρχει αυτή η απαιτούμενη «βοήθεια» προς τους Έλληνες πολίτες.

Όταν οι πολίτες μιας χώρας «βλέπουν» τους πολιτικούς τους να «τσακώνονται» άγρια μεταξύ τους, τότε αυτή η συμπεριφορά επιδρά αρνητικά και στους πολίτες...

Μερικές φορές τα πράγματα δυσκολεύονται εκεί που δεν θα έπρεπε...

**ΟΧΙ ΝΑ ΠΡΟΣΕΥΧΟΜΑΣΤΕ ΚΑΙ ΣΤΙΣ ... ΠΑΝΤΟΦΛΕΣ!!!**

Κάτι θα πρέπει να κάνουν οι «ηγέτες» της ελληνικής Εκκλησίας, προκειμένου να μην «εκτίθεται» το κύρος της πρέπουσας πίστης και της πρέπουσας προσευχής...

Πρόσφατα στην Κύπρο κάποιοι καλούσαν τους πιστούς να προσκυνήσουν ζεύγος γυαλιών Αγίου (!!!) και κάποιοι εδώ στην Ελλάδα παρακινούν τους πιστούς να προσκυνούν τις ... «παντόφλες» Ελληνα Αγίου!!!

Πάνω από όλα θα πρέπει να καταστεί γεγονός και φυσικά κατανοητό και σαφές από τους «ταγούς» της ελληνικής Εκκλησίας, ότι «εκπροσωπεί» την καλύτερη Χριστιανική Ορθοδοξία, ότι η ελληνική Εκκλησία «κουβαλά» πάνω της ένα μεγάλο εθνικό και πνευματικό έργο κι ότι οι έννοιες της πίστης και της προσευχής, διέπονται από έννοιες υψηλής διανόσης, που σε καμία περίπτωση, δε θα πρέπει αυτές οι έννοιες να υποβαθμίζονται από κάθε είδους απαράδεκτες θρησκευτικές συμπεριφορές, που αν μη τι άλλο, θυμίζουν υπανάπτυκτες θρησκείες...

Ο Αρχιεπίσκοπος Αθηνών και Πάσης Ελλάδος κ. Ιερώνυμος, έχει αποδείξει με το βίο του, ότι είναι ένας θρησκευτικός ηγέτης που μιλά στη γλώσσα του «σήμερα» με ένα λόγο απολύτως κατανοητό, ιδιαίτερα στους νέους σε ηλικία Έλληνες πιστούς κι επομένως θα πρέπει να «βοηθήσει» όλους εκείνους που ασκούν το έργο του ιερέα με τον οποιοδήποτε «βαθμό», να είναι όσο το δυνατόν προσεκτικότεροι σε θέματα πίστης και λατρείας...

Το να προσευχόμαστε σε κάθε είδους αντικείμενα που έχουν χρησιμοποιηθεί από διαφόρους Αγίους, δεν είναι κι ότι το καλύτερο κι ότι το χριστιανό...

**ΖΗΤΕΙΤΑΙ ΚΑΛΥΤΕΡΗ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ ΣΤΑ ΣΥΝΤΑΞΙΟΔΟΤΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ...**

Κάπου το θέμα της ελληνικής συνταξιοδότησης έχει πάρει λάθος δρόμο, με αποτέλεσμα η πραγματικότητα με την παραπληροφόρηση να «διαγωνίζονται» σε καθημερινή βάση και βεβαίως να δημιουργούν μεγάλα προβλήματα στα μέλη της ελληνικής συνταξιοδοτικής κοινότητας, που δε γνωρίζουν τι συμβαίνει με τις συντάξεις τους...

Βασικά θα πρέπει ο υπουργός Εργασίας κ. Γιώργος Κατρούγκαλος να δώσει στη δημοσιότητα πλήρη κατάσταση των Ελλήνων των περίπου 2,7 εκ. συνταξιούχων, ανακοινώνοντας ποιοι και πόσα χάνουν από κύριες συντάξεις πάνω από 1.300 μικτά (μείωση και αύξησης φόρου αλληλεγγύης), πόσοι και πόσα χάνουν από 1.300 μικτά και κάτω λόγω αύξησης του φόρου αλληλεγγύης, πόσοι και πόσα χάνουν εκείνοι που ανήκουν στο 20% που υφίστανται σε καθεστώς μείωσης των επικουρικών συντάξεων και πόσοι είναι εκείνοι από τους 240.000

# ΘΕΜΕΛΙΩΔΗ ΖΗΤΗΜΑΤΑ

περί πολιτικής και πάλι η συζήτησις, μιά με τις Αμερικανικές εκλογές οι οποίες είναι ίσως οι χειρότερες σ' όλη την ιστορία της χώρας, μιά με την έξοδον της Μεγάλης Βρετανίας από την Ευρωπαϊκή Ένωση, από την οποίαν δεν έχουν ξεκαθαρίσει πλήρως ακόμα τα πράγματα, μιά με τα τρομοκρατικά κτυπήματα σε Γαλλία και Γερμανία και ξαφνικά παρουσιάζονται διάφοροι «σύμβουλοι» στην τηλοψήφια γιά να προσφέρουν λύσεις από τις πιό ιλαροτραγικές έως τις πιό εξωφρενικές (δεν θα ξεχάσω πως μία σύμβουλος του Λευκού Οίκου, προσωποποίησης όλων των ανεκδότων με ξανθίες, δήλωσε στο CNN πως ο τρόπος γιά να αντιμετωπίση κανείς το Ισλαμικό Κράτος είναι να προσφέρη στους ανθρώπους αυτούς δουλειές και αυτοκίνητα!) μα με κοινό γνώμονα πως αποφεύγουν όλοι να μιλήσουν γιά θεμελιώδη ζητήματα.

Γιά να γίνω πιό σαφής. Παρά τις διαφορές μεταξύ τους τα δύο κυριότερα πολιτικά συστήματα του φιλελευθερισμού και του σοσιαλισμού και τα διάφορα παρακλάδια του έχουν κοινό θεμέλιο, την πίστη τους πως η οικονομία κάι η οικονομική σφαίρα είναι το κέντρο της ζωής, με την μόνη διαφορά

τον δρόμο προς μία αδυσώπητη δουλεία. Όπως γράφει ο Πλάτων στην Πολιτεία του «Γατί η αχαλίνωτη ελευθερία δεν κάνει τίποτε άλλο παρά να μεταβάλη σε υπερβολική δουλεία και τους πολίτες και τα κράτη».

Ο Χριστός είχε προειδοποιήσει

γιά να αποφανθώ με ακρίβεια πως ο ήλιος θα φανή το επόμενο πρωινό, θα πρέπη να είμαι σε θέσιν να γνωρίζω το πώς λειπουργεί το Σύμπαν, από τι αποτελείται κ.ο.κ., γι' αυτό και δεν είμαι σε θέσιν να μιλήσω με βεβαιότητα. Βάσει όμως τις εμπειρίας μου πως κάθε πρωΐ που σηκώνομαι βλέπω τον ήλιο μπορώ να συμπεράνω πως και αύριο είναι πάρα πολύ πιθανό πως θα βγή ο ήλιος, αλλά όχι βέβαιον.

Δυστυχώς όμως όλοι οι προαναφερόμενοι πράττουν αυτό ακριβώς το σφάλμα. Θέτουν τον εαυτόν τους ως κύριον της Ιστορίας ενώ αυτή γελάει μαζί τους και την ανοησία τους, και ως συνήθως, τους

αφήνει και βγάζουν από μόνοι τους τα μάτια τους! Καί αυτό διότι καταπιάνονται με κάτι το οποίον δεν ξέρουν, και όντως δεν γνωρίζουν ιστορίαν διότι τότε θα έβλεπαν πως κάθε φορά που έχουν επιβληθεί κάποιοι (είτε αυτοί είναι ένοιη ηγεμόνες, ή ένεις κυβερνήσεις ή ακόμα και οι γραφειοκράτες των Βρυξελλών) σε λαούς που δεν έχει σβήσει η ιστορική τους μνήμη και προσπαθούν να τους επιβάλλουν το τι θα γίνη στην χώρα τους με το έτοι θέλω καταργώντας την αυτοκυριαρχία τους και στην ουσία καταστώντάς τους υποχείρια των προαναφερομένων, αντί να τους κάμψουν τους πληγώνουν, και τότε όχι απλώς δεν υπάρχει διάθεσις συνεργασίας, αλλά ξυπνάει τόσο πολύ η εθνική συνείδησης σε σημείον να θυμάται προσβολές οι οποίες συνέβησαν προ αιώνων.

Καί αυτό διότι το έθνος δεν είναι τίποτα άλλο από την πρόεκτασιν της οικογενείας, διότι όταν υπάρχουν αμιγή έθνη τότε ισχύει αυτό που έλεγαν οι αρχαίοι Αθηναίοι γιά την φατρία, δηλαδή ο δήμος των αδελφών, διότι όλοι είχαν την κοινή τους καταγωγή στον γιό του Δευκαλίωνος, τον Έλληνα. Το ίδιο βεβαίως ισχύει σε όλα τα έθνη, γι' αυτό και βλέπουμε σ' ολόκληρη την ιστορία να μην διαρκούν πολύ χρόνο οι αυτοκρατορίες (με εξαίρεση την υπερχιλιετή Ελληνική Αυτοκρατορία των Μέσω Χρόνων-Βυζαντίου, γιά λόγους που δεν μπορούν να αναλυθούν σ' αυτό το άρθρο) και όλα τα λεγόμενα πολυεθνικά κράτη.

Καί η Ευρώπη είναι ήπειρος με ιστορία, με μνήμη, με παράδοσιν και πάνω απ' όλα βασισμένη σε Έθνη-Κράτη όπου κάθε φορά που προσπάθησαν να τα καταστρέψουν ή να τα υποδουλώσουν, τους ξέρασαν σαν ξένα σώματα (βλέπε Ναπολέων, Αυστρο-Ουγγρική Αυτοκρατορία, Μεγάλη Βρετανία, Ναζί, κ.ο.κ.).

Ακριβώς σ' ένα παρόμοιο στάδιο βρισκόμαστε και τώρα, από την μία με αυτούς που θέλουν να «Ενώσουν» την

Ευρώπη με πρότυπο τις Η.Π.Α. (συνομοσπονδία πολιτειών ή στην περίπτωση της Ευρώπης κρατών) και εκ της άλλης τον ακήρυκτο (τουλάχιστον ακόμα) πόλεμο με το Ισλάμ και την αθρόα εισβολή Μουσουλμάνων που ότι δεν μπόρεσαν να καταφέρουν στην Γαλλία επί Καρόλου Μαρτέλ των 734 μ.Χ. (βλέπε την μάχη του Τούρς) και με την μάχη της Βιέννης των 1683 μ.Χ. το καταφέρουν σιγά-σιγά τώρα, με τις απαιτήσεις για επιβολή του ισλαμικού νόμου (βλέπε περιπτώσεις Αγγλίας, Νορβηγίας κ.ο.κ.) ισλαμικών εθίμων (δημόσιος εορτασμός ραμαζανού στον Πειραιά με αυτομασ-τιγώματα και άλλα πολλά φρικαλέα) και πάει λέγοντας. Υπάρχει όμως και μία διαφορά. Η Δύσης πλέον έχει χάσει το όραμά της και μαζί με αυτό και το φως της.

## ΘΕΜΕΛΙΑ

Κανένα κτίριο δεν μπορεί να στερεωθή χωρίς θεμέλια, αλλά στην εποχή μας ζητούμε να κάνουμε αυτό ακριβώς, να καταλάβουμε το όλον χωρίς να καταλάβουμε πρώτα το μέρος ή γιά να το κάνω πιό κατανοητό, να γίνουμε αμέσως διδάκτορες πανεπιστημίου πρό του να λάβουμε το απλό πυχίο.

Ακούμε πολλές υποσχέσεις, πολλά συνθήματα, αλλά κανένα αποτέλεσμα. Ακούμε γιά ανθρωπισμό, αλλά αυτός είναι μονομερής (προσφέρεται μόνον προ ένους και όχι προς τους δικούς μας). Ακούμε γιά κοινωνικές πολιτικές χωρίς να έχουμε προσδιορήσει τι ακριβώς ενοούμε με



«από των καρπών αυτών επιγνωσθεί αυτούς». Ποτέ ξανά στον κόσμο δεν είχε υπάρξει τόση απελπισία, τόση απόγνωση. Οι δε κυβερνώντες και οι «θεωρητικοί», αντί να κοιτάζουν πού πήγαν στραβά τα πράγματα και τον λόγο, και να διορθώσουν ότι, τι έγινε λάθος συνεχίζουν ακάθεκτοι την πορεία τους ανθρώπους που περνούν τις συνέπειες των δικών των αποφάσεων όταν φτάνουν στο αμήν και λέγουν «φτάνει πιά». Είναι σαν την γνωστή ιστορία με τον γιατρό που κατηγορεί τον ασθενή του επειδή δεν θεραπεύθηκε με το φάρμακο που του συνταγογράφησε.

## ΠΑΓΚΟΣΜΙΟΠΟΙΗΣΗΣ ΚΑΙ ΕΥΡΩΠΗ

Εδώ και αρκετά χρόνια οι υπερασπιστές και θεωρητικοί της Παγκοσμιοποίησεως ή Διεθνισμού (της ιδέας της μίας κοινωνίας, της καταργήσεως των συνόρων και των κρατών, των εθνοτήτων, της αχαλίνωτης οικονομίας κ.ο.κ.) διακηρύπτουν πως έφτασε το τέλος της Ιστορίας. Πριν από αυτούς οι Μαρξιστές είχαν διακηρύξει πως με την δημιουργία της Σοβιετικής Ενώσεως η ανθρωπότητα εγκατέλειπε την προϊστορία και έμπαινε στην ιστορία και με την τελικήν νίκη του προλεταριά-του θα τελείωνε η Ιστορία. Λίγο αργότερα οι Ναζιστές διακήρυπταν πως με την νίκη του Γ' Ράιχ και την κυριαρχίαν του επί γῆς γιά χίλια χρόνια θα τελείωνε η Ιστορία.

Γιά τους μεν Μαρξιστές και Ναζιστές η Ιστορία αποφάνθηκε όπως ο Θεός στο γνωστό ανέκδοτο με τον Νίτσε. Βροντοφώναξε ο Νίτσε «ο Θεός πέθανε» και απάντησε ο Θεός «ο Νίτσε πέθανε!» Τώρα διακυβεύεται η μοίρα της Παγκοσμιοποίησεως, διότι όπως και τα προαναφερθέντα συστήματα, έτσι κι αυτό θέτει τον εαυτόν του σ' έναν ρόλο που είναι άκρως προκλητικός και άκρως υβριστικός...του Θεού! Καί να επεξηγήσω τι ακριβώς εννοώ.

Γιά να μπορέσῃ κάποιος να αποφανθή με ακρίβεια γιά κάτι (όπως ακριβώς έκαναν οι Μαρξιστές και Ναζιστές και όπως κάνουν οι Παγκοσμιοποιητές/Διεθνιστές) πρέπει να είναι σε θέσι να γνωρίζει κάτι καθ' ολοκληρίαν. Παραδείγματος χάριν



την λέξιν κοινωνία πολλώ δε μάλλον τι είναι μία υγίης καί τι μία νοσηρή κοινωνία. Ακούμε γιά περισσότερα «δικαιώματα» χωρίς να ακούμε τίποτα γιά υποχρεώσεις. Ακούμε συναισθηματισμούς ξεχνώντας πως τα πραγματικά συναισθήματα σιχαίνονται καν την ιδέαν του συναισθηματισμού. Μιλάμε γιά το πώς θα διακυβερνώνται ξένες χώρες χωρίς να έχουμε λύση τα προβλήματα της δικής μας. Κοινώς ζούμε το θέατρο του παραλόγου! Καί θα συνεχίσουμε να το ζούμε (καί ίσως και πολύ χειρότερα πράγματα ακόμα) έως ότου καταλάβουμε πως το πρόβλημα υπάρχει στα ίδια τα θεμέλια!

**Νικόλαος Π. Γάβαρης**  
nikolaosgavaris@yahoo.com



Η Θάσος βρίθει από μοναστήρια. Ξέχασα το όνομα του μοναστηριού αλλά θυμάμαι που μας υπεχρέωσαν να φορέσουμε μακριές...παντελόνες.



'Όλη η Ελληνική ύπαιθρος είναι γεμάτη από...σπιταρόνες σαν αυτή που κτίστηκα από...φτωχούς αγρότες με εισόδημα κάτω από...10,000 ευρώ!

## Αυστηρή μαμά; 5 πράγματα που δεν διαπραγματεύονται

Μπορεί να είσαι η πιο ελαστική μαμά του κόσμου, να θέλεις το παιδί σου να μεγαλώσει με επιλογές και την δυνατότητα διαμόρφωσης προσωπικής άποψης, ωστόσο, υπάρχουν μερικά πράγματα που δε χωρούν διαπραγμάτευσης. Ποιά είναι αυτά και γιατί;

### 1. Ύπνος - Πολύτιμος ουσιαστικός



### 2. Καλοί τρόποι - Και δε μιλάμε για savoir vivre

Το πώς συμπεριφερόμαστε δείχνει την παιδεία και το σεβασμό μας ενώ η ηλικία δεν είναι πανάκεια. Μάθε το παιδί να λέει ερυχαριστώ και να ζητάει ευγενικά ότι θέλει και χειάζεται για να μη βρεθείς αντιμέτωπη με δυσάρεστες εκπλήξεις.

### 3. Υπευθυνότητα - Είναι μάθημα ζωής

Είναι σημαντικό τα παιδιά να μάθουν να σέβονται κανινισμούς και οδηγίες, μέσα στο σπίτι αλλά και στο σχολείο. Με αυτό τον τρόπο θα μάθουν την έννοια της υπευθυνότητας. Καθένας είναι υπεύθυνος των πράξεών του και κάθε πράξη έχει συνέπειες, θετικές ή αρνητικές. Η ευθύνη είναι ένα από τα μεγαλύτερα μαθήματα ζωής.

### 4. Καλοσύνη - Από τις μεγαλύτερες αρετές

Η καλοσύνη - αντίθετα με όσα πολλοί πιστεύουν - δεν είναι χαρακτηριστικό αδυναμίας αλλά ΔΥΝΑΜΗΣ. Από μικρά τα παιδιά πρέπει να μάθουν να σέβονται και να φροντίζουν τους αδύναμους, είτε αυτό είναι το μικρό τους αδελφάκι ή αν απλά ένας συμμαθητής τους "διαφορετικός". Η ταπεινότητα και η ευγένεια είναι αρετές.

### 5. Υγεία - Αυτή κι αν δε διαπραγματεύεται

Η υγεία δεν διαπραγματεύεται. Το παιδί θα κάνει εμβόλια και θα φάει υγιεινά παρά τις όποιες αντιδράσεις. Κι ως προς την άσκηση; Σίγουρα δε θα το πιέσεις ν' ασχοληθεί με κάτι που δεν του αρέσει αλλά σίγουρα θα υπάρχει κάποιο άθλημα που θα του ταιριάζει. Σε άλλη περίπτωση, ένας περίπατος ή το παιχνίδι δίνουν λύση.



National Life  
Group®

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.***

# Σε ρυθμούς Καλαμάτας

Με τη θάλασσα να την κυκλώνει και τον Ταῦγετο να της... χαιδεύει την πλάτη, η πρωτεύουσα της Μεσσηνίας είναι μια συναρπαστική πόλη - από το Κάστρο και το ιστορικό της κέντρο μέχρι το λιμάνι και τις κοντινές παραλίες.

«Καλαμανέτα ή Καλαματανέτα, ποιο ακούγεται καλύτερα;» Θέλοντας να περιγράψουμε το κομμάτι της παραλίας μέσα στην πόλη που προσφέρεται για μπάνιο και θυμίζει την Μπαρτσελονέτα της Βαρκελώνης. Εντάξει, η Καλαμάτα δεν έχει γίνει Βαρκελώνη, αλλά η μεταμόρφωσή της -των τελευταίων χρόνων- μόνο θετικά αποτιμάται.

Η λειτουργία της Costa Navarino σε απόσταση 45 χιλιομέτρων, η αύξηση των πτήσεων από και προς το αεροδρόμιό της και, φυσικά, η νέα εθνική οδός που σε περίπου δύο ώρες συνδέει τη μεσσηνιακή πρωτεύουσα με την Αθήνα έχουν δώσει τεράστια ώθηση στην τουριστική κίνηση.

Η Καλαμάτα είναι πλέον προορισμός που έχει να προσφέρει πολλά. Το Διεθνές Φεστιβάλ Χορού - η ανάδειξη των ιστορικών μνημείων και της ενδιαφέρουσας γαστρονομικής της παράδοσης, η διαμόρφωση πλατειών και πάρκων και οι δεκάδες παραλίες, μέσα και δίπλα ακριβώς στην πόλη, προσελκύουν ταξιδιώτες από την Ελλάδα και όλο τον κόσμο. Οι πληγές από το σεισμό του 1986 που κόστισε ανθρώπινες ζωές έχουν πια επουλωθεί, η πόλη μεγαλώνει και ενώνεται με τα πρόστια της, ενώ η πλούσια πολιτιστική της ζωή την κάνουν να είναι το φαβορί στις ελληνικές υποψηφιότητες για Πολιτιστική Πρωτεύουσα της Ευρώπης το 2021.

Μη σας κάνει εντύπωση. Ο όρος τον οποίο αρκετοί ντόπιοι χρησιμοποιούν για να περιγράψουν την ακτογραμμή που ξεκινάει από την Καλαμάτα και εκτείνεται 15 χιλιόμετρα δυτικά μέχρι τις Κιτριές της Δυτικής Μάνης είναι «Καλαματιανή Ριβιέρα». Ο δρόμος στενός και με στροφές, ακολουθεί το δαντελωτό ανάγλυφο και διασταυρώνεται συχνά με δρομάκια που οδηγούν σε μικρές παραλίες ή άλλες φορές ευθυγραμμίζεται για λίγο με κάποια αρμουδιά, περνώντας ακριβώς από δίπλα της. Ξενοδοχεία, ψαροταβέρνες και βεαγθ βαστ γίνονται το επίκεντρο της καλοκαιρινής ζωής. Προφανώς απουσιάζει ο κοσμοπολίτικος αέρας του Μονακό ή των Καννών, αλλά οι θάλασσες είναι πεντακάθαρες και οι τιμές προσιτές.

Από το γραφικό ταβερνάκι Γαϊτανάρος στις Κιτριές, του οποίου οι ιδιοκτήτες είναι οι ίδιοι οι ψαράδες, μέχρι το γαλλικής εμπνεύσεως Bains Mixtes πάνω στο κύμα στην Παλιοχώρα Αβίας, που σερβίρει ταρτάρ τόνου και ελληνικό σεβίτσε, η Καλαματιανή Ριβιέρα έχει κάτι για τον καθένα. Και βεαγθ βαστ που δυναμώνουν την ηλεκτρονική μουσική όταν πέφτει ο ήλιος, και ατμοσφαιρικούς χώρους χτισμένους πάνω σε χερσόνησο με 360 μοίρες

θέα θάλασσα.

Οι διαδρομές μέσα στην πόλη είναι δύσκολες τους καλοκαιρινούς μήνες, αλλά αξίζει να ξυπνήσετε νωρίς το πρωί, όταν έχει ακόμα λίγη δροσιά, για να περπατήσετε στο ιστορικό κέντρο της. Από το φράγκικο Κάστρο, που απενίζει από ψηλά την Καλαμάτα, μέχρι και την κεντρική πλατεία, η παλιά πόλη ξεδιπλώνει τη γοητεία της. Ο μητροπολιτικός ναός της Υπαπαντής υψώνεται μεγαλοπρεπής και από κάτω του, στην ομώνυμη οδό, νέα και παραδοσιακά μαγαζά ανοίγουν από νωρίς τις πόρτες τους. Για ψητή γουρνοπούλα θα πάτε στον Θίασο, για γαλακτομπούρεκο στον Σκιαδά. Από εκεί θα φτάσετε στον ιστορικό ναό των Αγίων Αποστόλων στην πλατεία 23ης Μαρτίου. Εδώ έδωσαν όρκο πίστης στην Επανάσταση οι αγωνιστές του 1821, εδώ γιορτάστηκε η απελευθέρωση της πόλης από τους Τούρκους.

Λίγο πιο δυτικά και κοντά στον Νέδοντα ποταμό, που πηγάζει από τον Ταῦγετο, διασχίζει την Καλαμάτα και χύνεται στη θάλασσα, βρίσκεται η κεντρική αγορά. Κάθε Τετάρτη και Σάββατο, οι Καλαματιανοί δίνουν ραντεβού εδώ για ψώνια και... κουβέντα. Γιαγιάδες από τα παλιά με μαντίλα στο κεφάλι, παραγωγοί από όλη τη Μεσσηνία, ιχθυοπώλες, τυροκόμοι και κρεοπώλες ξεκινούν νωρίς-νωρίς να πουλάνε την πραμάτεια τους. Τα μανάβικα στην πόλη είναι εξάλλου λιγοστά: τόσο οι ιδιώτες όσο και οι επαγγελματίες της εστίασης ψωνίζουν από την αγορά - και σ' το λένε με καμάρι.

Καθώς ο ήλιος βασιλεύει, η ζέστη και η υγρασία δίνουν τη θέση τους σε ένα δροσερό αεράκι. Είναι η ώρα που όλοι κατηφορίζουν στο λιμάνι. Η Καλαμάτα είναι από τις λίγες πόλεις, ίσως η μοναδική σε όλη την Ελλάδα, που προσφέρεται για μπάνιο σε οποιοδήποτε σημείο της. Το λιμάνι, και στο φόντο το «χιλιόμετρο» (έτσι ονομάζουν οι ντόπιοι το νότιο πρόβολο που μπαίνει μέσα στη θάλασσα λόγω του μήκους του) είναι το σημείο από όπου θα περάσουν όλοι. Μουσικοί του δρόμου, ποδηλάτες, ζευγάρια αγκαζέ και πολυμελείς οικογένειες βολτάρουν πάνω-κάτω, μπροστά από τον μόλι με τα παγκάκια, σημείο που συγκίνησε τόσο πολύ τον Κωνσταντίνο Παρθένη το 1911, ώστε να το αποτυπώσει στον πίνακά του με το όνομα «Το λιμάνι της Καλαμάτας».

Πιο δίπλα, στις ξαπλώστρες και στην άμμο, παρέες συζητούν χαμηλόφωνα και ούτε που διακρίνεις στο σκοτάδι πόσοι άνθρωποι κάθονται ακόμα και τη νύχτα δίπλα στο κύμα. Ετσι διακριτική, κρυμμένη, σε κομμάτια μοιρασμένη, είναι και η ομορφιά αυτής της πόλης: στη θάλασσα, στο Κάστρο, στους καλλιτέχνες και στον ουρανό της.



TAKING PRIDE IN BUILDING

Winnetka, Illinois



ATHENS CONSTRUCTION CO., INC.

WEB [www.athensconstruction.com](http://www.athensconstruction.com)

PHONE 312 243 2727

# TASSOS ENTERPRISES

17 WEST 220 22<sup>ND</sup> STREET, STE. 505  
OAK BROOK TERRACE, IL. 60181

**TASSOS CHRONOPOULOS, PRESIDENT/CEO**

PHONE: (630) 993-1023  
CELL: (630) 272-2924  
FAX: (630) 993-1026



Olive Oil and Lemon Biscotti



Olive Oil Recipes



Olive Recipes



Bruschetta Recipes



Spread Recipes



Honey Recipes



Pepper & Tomato Recipes



Tassos® Bruschetta Twists



Tassos® Greek Salad

**TASSOS ENTERPRISES:** Ενα όνομα με εμπορική παράδοση αιώνων. Αγνά προϊόντα της Ελληνικής γης, λουσμένα στον Μεσογειακό ήλιο, στη διάθεσή σας σε παγκόσμιο επίπεδο. Αγνό παρθένο ελαιόλαδο με μηδεν σχεδό οξέα σε διάφορες ποικιλίες βραβευμένο με χρυσά μετάλλια στην Νέα Υόρκη, Σαν Φρανσίσκο και Μανδρίτη, εληές επιλεγμένες με το χέρι, βουνίσιο μέλι από Θυμάρι και μια σειρά από εκλεκτά προϊόντα διατηρημένα σε γυάλινα δοχεία. Ζητείστε τα σε όλα τα μεγάλα Αμερικανικά καταστήματα στις Η.Π.Α., Καναδά και Μεξικό και στα καταστήματα γκουρμέ όπως η αλυσσίδα "Ψθομε Ζοοδτ" ΓΟΤΓΟ, σχεδόν σ' όλες τις χώρες της Βορείου και Νοτίου Αμερικής καθώς και στις Αμερικανικές βάσεις σ' όλον τον κόσμο. Ή Τηλεφωνείστε στο (630) 993-1023.



Εδώ και χρόνια μια νέα εποχή ξεκίνησε στην γνωστή "Ψησταριά". Οι νέοι ιδιοκτήτες, οι οικογένειες του Γιώργου και του Θανάση Μπουρνά, την άλλαξαν ριζικά. Νέο Μενού, νέο ντεκόρ, νέο προσωπικό και 100 τοις 100 υγιής Μεσογειακή κουζίνα με τα καλύτερα συστατικά της αγοράς για την Παρασκευή των σπιτίσιων φαγητών μας. Τα Ψάρια μας, το έξτρα παρθένο ελαιόλαδο, τα τυριά τα κρασιά, η ρίγανη, τα μυρωδικά και τα μπαχαρικά, όλα εισάγονται από την Ελλάδα. Προσφέρομε πάνω από τριάντα ορεκτικά, πανω από πενήντα κύρια πιάτα δο διαφορετικά κρασιά σπιτίσια γλυκά. Τα δυο αδέλφια, ο Γιώργος και ο Θανάσης με την 35ετή Πείρα τους, έχουν ένα όνειρο: να προσφέρουν τις καλύτερες σπιτίσιες γεύσεις, τις καλύτερες τιμές σ' ένα ζεστό φιλικό και οικογενειακό περιβάλλον, όπου το φιλότιμο και η ελληνική φιλοξενία βασιλεύουν.



Μερικά από τα σπιτικά φαγητά

Κατσικάκι κοκκινιστό  
Αρνί φούρνου  
Χοιρινό με σέλινο  
Μοσχαράκι κοκκινιστό  
Φρικασέ  
Γιουβαρλάκια  
Γεμιστά  
Στιφάδο  
Μπακαλιαράκια  
Αρνί Ραγκού  
Κότα χυλόπιτες  
Γιουβέτσι



Επίσης

φημιζόμαστε  
για τα σπιτικά μας  
γλυκά από τα χέρια  
της Κωσταντίνας

Εκμέκ-Καταΐφι  
Μπουγάτσα  
Σοκολατίνα  
Γαλακτομπούρεκο  
Μπακλαβά  
Ρυζόγαλο  
Καραμελέ  
Γιαούρτι με φρούτα

## PSISTARIA RESTAURANT

4711 W. TOUHY AVE. • LINCOLNWOOD, IL 60712

847.676.9400 • [WWW.PSISTARIA.COM](http://WWW.PSISTARIA.COM)



## Παγκόσμια ενεργειακή στροφή

**Βιομηχανικές χώρες και αναδυόμενες οικονομίες γυρίζουν την πλάτη στον άνθρακα και στρέφονται στις ΑΠΕ**

Ηέκθεση της γερμανικής περιβαλλοντικής οργάνωσης Germanwatch είναι αναμφίβολα ελπιδοφόρα. Υπάρχουν βάσιμες ενδείξεις ότι πολλές σημαντικές βιομηχανικές χώρες, αλλά και αναδυόμενες οικονομίες γυρίζουν την πλάτη στον άνθρακα και στρέφονται στις ανανεώσιμες πηγές ενέργειας, ανακοίνωσε η οργάνωση σήμερα σε Βόννη και Βερολίνο.

Ενδιαφέρον έχει ότι η Germanwatch θεωρεί εφικτή την επίτευξη του στόχου για τον περιορισμό της αύξησης της παγκόσμιας θερμοκρασίας στους δύο βαθμούς Κελσίου. «Οι έρευνές μας αποδεικνύουν ότι υπάρχουν σημαντικές ενδείξεις σύμφωνα με τις οποίες οι εκπομπές άνθρακα έχουν σταθεροποιηθεί» δήλωσε ο Γιαν Μπουρκ, κύριος συντάκτης της έκθεσης προσθέτοντας: «Πρόκειται για πρωτοφανή εξέλιξη αν αναλογιστούμε ότι η παγκόσμια οικονομία αναπτύσσεται παράλληλα με σταθερούς ρυθμούς».

### Κίνα και Ινδία

Σύμφωνα πάντα με την έκθεση, το 2013 κατασκευάστηκαν περισσότερες μονάδες παραγωγής πράσινης ενέργειας απ' ό,τι εργοστάσια που λειτουργούν με άνθρακα, πετρέλαιο, αέριο ή πυρηνική ενέργεια. «Η τάση αυτή πρέπει να ενισχυθεί στη Σύνοδο Κορυφής για το Κλίμα στο Παρίσι, τέλη Νοεμβρίου. Είναι μια ρεαλιστική πιθανότητα, υπό την προϋπόθεση βέβαια ότι υπάρχει πολιτική βούληση, αλλά και το κατάλληλο πλαίσιο» τόνισε ο Γιαν Μπουρκ. Η εξάπλωση των εναλλακτικών πηγών οφείλεται, σύμφωνα με την έκθεση της περιβαλλοντικής οργάνωσης, και στις πλέον χαμηλότερες τιμές πράσινης ενέργειας. 18 χώρες καλύπτουν ήδη περισσότερο από το 10% των αναγκών με ηλιακή και αιολική ενέργεια. Ας σημειωθεί ότι η Κίνα κατασκεύασε το 2014 περισσότερες μονάδες παραγωγής ενέργειας για εναλλακτικές πηγές παρά για άνθρακα. Την ίδια στιγμή η Ινδία δεκαπλασίασε τις πράσινες μονάδες σε σύγκριση με την περασμένη δεκαετία και στο Ντουμπάι η κατασκευή μονάδας ηλιακής ενέργειας έχει πλέον χαμηλότερο κόστος από μια συμβατική.

### Πρόγραμμα «Απόλλων»

Το ενδιαφέρον των μεγαλύτερων οικονομιών του κόσμου φαίνεται να τραβά ένα νέο ερευνητικό πρόγραμμα, που στοχεύει στη δραστική μείωση του κόστους των ΑΠΕ.

Το πρόγραμμα, με το κωδικό όνομα «Απόλλων», αποτελεί μια διεθνώς



συντονισμένη έρευνα και ανάπτυξη τεχνικής με έμφαση στην τεχνολογία αποθήκευσης ενέργειας, στα έξυπνα δίκτυα και στις ΑΠΕ, αναφέρει έκθεση που εκπόνησαν πληθώρα επιστημόνων, οικονομολόγων, πρώην διευθύνοντες σύμβουλοι και ακαδημαϊκούς.

«Την εποχή του Ψυχρού Πολέμου, το πρόγραμμα "Απόλλων" πήγε τον άνθρωπο στο φεγγάρι. Σήμερα, χρειαζόμαστε έναν ακόμη "Απόλλωνα" για την αντιμετώπιση της κλιματικής αλλαγής, ωστόσο αυτή τη φορά η προσπάθεια πρέπει να είναι οικουμενική» τονίζεται στην έκθεση. Παρά το γεγονός ότι οι ΑΠΕ - και δη τα φωτοβολταϊκά - τα τελευταία χρόνια έχουν συντελέσει στη μείωση του ενεργειακού κόστους, η πτωτική αυτή τάση πρέπει να επιταχυνθεί περαιτέρω λόγω της αύξησης των εκπομπών ρύπων και της ρύπανσης που προκαλούν τα εργοστάσια άνθρακα και ντίζελ.

«Υπάρχει μεγάλο ενδιαφέρον από ένα ευρύ φάσμα χωρών» σχολιάζει ο Ντέιβιντ Κινγκ, ένας εκ των συγγραφέων της έκθεσης και πρώην επιστημονικός σύμβουλος της βρετανικής

κυβέρνησης.

Μεταξύ των χωρών συμπεριλαμβάνονται ορισμένα κράτη-μέλη της ΕΕ, οι ΗΠΑ, η Ιαπωνία, η Κορέα, το Μεξικό, τα Ην. Αραβικά Εμιράτα, η Ινδία και η Κίνα.

Ο Κινγκ υπογραμμίζει ότι ως τον προσεχή Νοέμβριο θα υπάρξουν επίσημες δεσμεύσεις από τις χώρες αυτές.

Ο «Απόλλων» θα πρέπει να συσταθεί με σκοπό να καταστήσει τις ΑΠΕ φθηνότερες, από τα νέα εργοστάσια λιθάνθρακα, μέσα σε ορίζοντα 10ετίας και ως το 2025 σε ολόκληρο τον κόσμο, συμπληρώνοντας οι υπεύθυνοι του προγράμματος. «Τα 6 δισ. δολ. που δαπανούν οι κυβερνήσεις στον τομέα των ΑΠΕ είναι πολύ λίγα» τονίζουν. Το πρόγραμμα «Απόλλων» θα ξεκινήσει με 15 δισ. δολ. τουλάχιστον, ενώ θα απαιτηθεί από τις χώρες που θα συμμετάσχουν να δεσμεύουν κάθε χρόνο το 0,02% του ΑΕΠ τους για το κομμάτι της έρευνας στις ΑΠΕ, τα αποτελέσματα της οποίας εν συνεχεία θα διαχέονται και στα υπόλοιπα μέλη του προγράμματος.

## 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

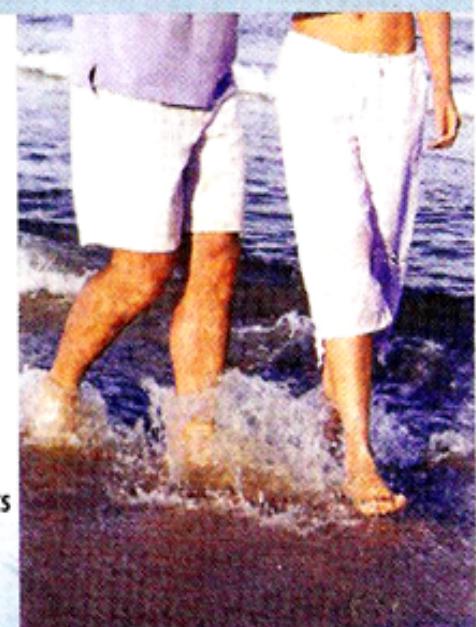
8110 S. Cass Ave.  
Darien, IL 60561  
(630) 963-4000

Non-Surgical Treatment  
of Varicose Veins:  
• Not always a cosmetic issue  
• Can lead to heavy, swollen,  
itching, painful legs, and  
possibly ulceration.

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.**

## Μαρμελάδες και γλυκά κλεισμένα σε βαζάκια!

Η εποχή προστάζει κεράσια και φράουλες! Και επειδή για λίγο μόνο κρατάνε, μετάπρεψε τα σε μαρμελάδες ή γλυκά του κουταλιού, ώστε να γεύεσαι τη γλύκα τους όλο το χρόνο! Γεύση στο κόκκινο, γλύκα στο κατακόκκινο. Και από δυσκολία; Μηδέν! Συνταγή για μαρμελάδα φράουλα. ΥΛΙΚΑ 1 κιλό ώριμες φράουλες, κατά προτίμηση βιολογικές, 1 κιλό ζάχαρη χυμό,  $\frac{1}{2}$  λεμονιού.

### ΕΚΤΕΛΕΣΗ

1. Πλένεις καλά τις φράουλες κάτω από τρεχούμενο νερό και αφαιρείς τα κοτσανάκια και τα φύλλα τους. Τις κόβεις στη μέση και τις ζυμώνεις για λίγο με το χέρι μέχρι να γίνουν πολτός.

2. Βάζεις τον πολτό φράουλας στην κατσαρόλα και σκεπτάζεις με τη ζάχαρη ή ακόμη καλύτερα τις τοποθετείς σε μπολ στο ψυγείο και τις αφήνεις για αρκετή ώρα μέχρι να βγάλουν το χυμό τους και μαζί με τη ζάχαρη να δώσουν ένα κόκκινο σιρόπι.

3. Τις μεταφέρεις σε κατσαρόλα, ρίχνεις το χυμό λεμονιού και βράζεις σε δυνατή φωτιά έως ότου διαλυθεί εντελώς η ζάχαρη. Σ' αυτό το διάστημα ανακατεύεις συνεχώς με ξύλινη κουτάλα και αφαιρείς τον αφρό, ώστε η μαρμελάδα ένα έχει πιο ωραίο και διαυγές χρώμα.

4. Χαμηλώνεις τη θερμοκρασία στο μέτριο και συνεχίζεις να ανακατεύεις για να μην κολλήσει. Η μαρμελάδα θέλει περίπου 10-20' για να δέσει. Η όψη της έχει συνοχή και η κουτάλα όταν τη βγάζεις καλύπτεται από τη χαρακτηριστική γυαλάδα της μαρμελάδας.

5. Για να τη διατηρήσεις, αποστειρώνεις τα βάζα πλένοντάς τα με καυτό νερό και σαπούνι. Στη συνέχεια τα βάζεις σε μεγάλη κατσαρόλα, που στον πάτο της θα βάλεις μικρή σχάρα, το ένα δίπλα στο άλλο για να μη σπάσουν, αλλιώς τύλιξε τα με βαμβακερή πετσέτα. Κάλυψε τα με ζεστό νερό και βράσε για 10'. Βγάλε με λαβίδα, άφησε να στεγνώσουν ανάποδα στην πετσέτα και γέμισέ τα με την καυτή μαρμελάδα.

6. Γεμίζεις τα βάζα μέχρι πάνω ξέχειλα και σφραγίζεις με τα καπάκια. Τα γυρίζεις ανάποδα στην πετσέτα και περιμένεις μέχρι να κρυώσουν. Τα φυλάς στο ντουλάπι – αν όμως ανοιχτούν, πρέπει να μπουν στο ψυγείο. Μπορείς να στολίσεις τα βάζα με τη μαρμελάδα επιστρατεύοντας τη φαντασία σου και στη συνέχεια να τις χαρίσεις ή να τις γευτείς κλασικά με ψωμί ή φρυγανιές ή ελαφρώς «πειραγμένες» όπως προστάζει η φαντασία σου!



Στο θαλάσσιο ταξίδι προς την Θάσο ο αδελφός...ταγίζει τους γλάρους

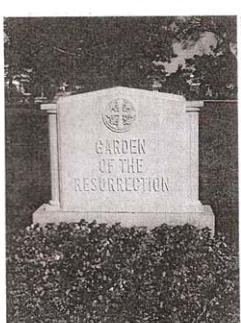


Μια αξιοσημείωτη αρχιτεκτονική μοναστική εκκλησία στην Θάσο.



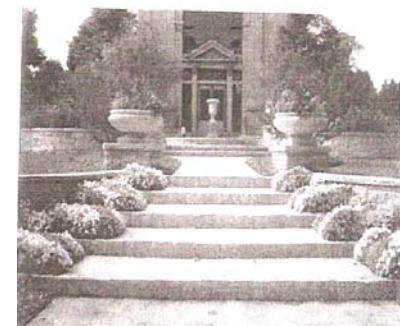
## MEMORIAL PARK CEMETERY

9900 Gross Point Road  
Skokie, IL 60076. Phone: (847) 677- 4401



Memorial Park Cemetery  
9900 Gross Point Road  
Skokie, IL 60076  
847-677-4401

Ask for Lynne Petrakos Reyes



Ιφιγένεια (Λυνν) Πετράκου

Πολλές οικογένειες δεν νοιώθουν άνετα να συζητούν για θάνατο, αλλα δυστυχώς αργά ή γρήγορα όλοι μας θα πρέπει να αντιμετωπίσουμε αυτή την σκληρή πραγματικότητα στην ζωή μας. Άλλα, ο θάνατος δεν έρχεται πάντοτε στην προχωρήμενη ηλικία. Μερικές φορές έρχεται νωρίτερα λόγω διαφόρων ασθενειών.

Πολλοί άνθρωποι κατακτούν τον φυσικό φόβο του θανάτου με το να προσχεδιάζουν για τις ανάγκες ταφής τους. Ο προσχεδιασμός αυτός όχι μόνο απαλύνει στα παιδιά μας το ψυχικό τραύμα της απώλειας αγαπημένων προσώπων, αλλά και παγώνει το κόστος των εξόδων ταφής εξοικονομώντας πολλά χρήματα...

Η Ελληνοαμερικανίδα Ιφιγένεια (Λυνν) Πετράκου, εργάζεται για 15 χρόνια τώρα στο Memorial Park Cemetery, συμμετέχει ενεργά στην ζωή της Ελληνικής Κοινότητας και έχει βοηθήσει 100δες Ελληνικές οικογένειες να προσχεδιάσουν για το αναπόφευκτο, γλυτώνοντάς τες χιλιάδες δολλάρια. Γνωρίζει πολύ καλά τις ταφικές σας ανάγκες και εργάζεται με σας να σας προσφέρει τις καλλίτερες τιμές και στο Memorial Park Cemetery και σε όλα τα νεκροταφεία του Σικάγου.

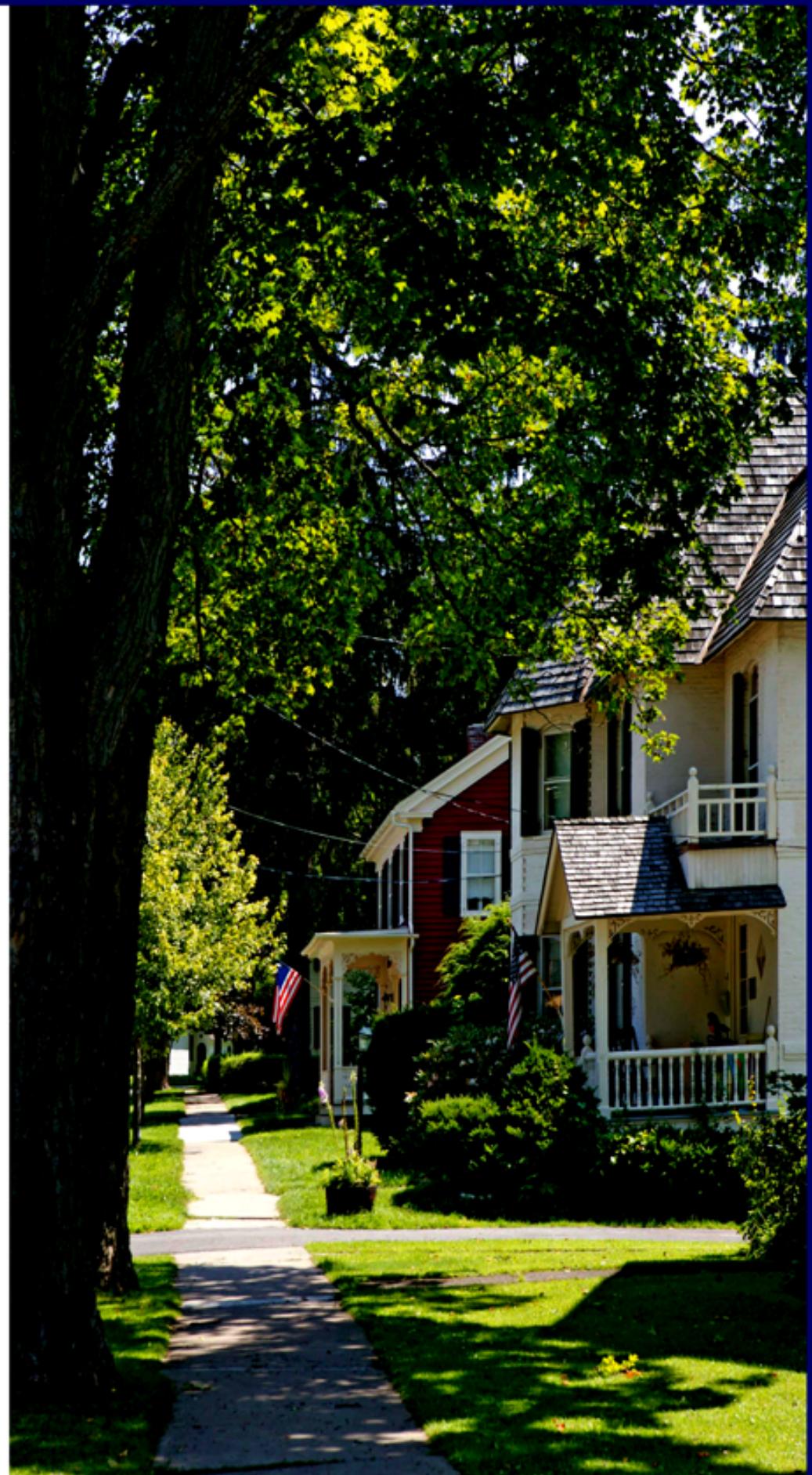
Τηλεφωνείστε λοιπόν στη Ιφιγένεια στο (847) 209-3241 για ένα ραντεβού στο Memorial Park, 9900 Gross Point Road, Skokie ή τηλεφωνείστε απ' ευθείας στην Λυνν στο (847) 677-4401.

## Building stronger communities since 1964.

At Parkway Bank, our solid reputation for active involvement in our communities is one of our core strengths. From donations to local charities, to programs that teach schoolchildren the fundamentals of financial responsibility, we firmly commit our energy and enthusiasm to making our communities better places to live.

Another of our strongest assets: our employees. Many have been a part of the Parkway team for over 25 years, using their substantial experience and financial expertise to serve our neighborhoods.

Visit us today and experience the Parkway difference for yourself!




---

**24 convenient Chicagoland locations!**  
**[www.ParkwayBank.com](http://www.ParkwayBank.com) • 888-498-9800**

---

**Locally Owned**



**PARKWAY BANK**

**What a Community Bank Should Be.**



Member  
**FDIC**

**Η ΤΡΑΠΕΖΑ  
ΤΩΝ ΕΛΛΗΝΟΑΜΕΡΙΚΑΝΩΝ ΤΟΥ ΣΙΚΑΓΟΥ**



# **Ridgewood Memorial Park**

**Georgia Kostopoulou-Mermigis,  
Family Service Counselor**

**9900 N. Milwaukee Ave. Des Plaines, IL. 60016  
Phone: (847) 903-2630 Direct (847) 375-8230**



**Georgia Kostopoulou-Mermigis**

**Οι δυσκολίες της Τρίτης Ηλικίας είναι πολλές και οι επιβαρύνσεις της υγείας πιο μεγάλες. Στο Νεκροταφείο Ridgewood Memorial Park, η Georgia Mermigis, που μιλάει απταίστως Ελληνικά, μπορεί να σας βοηθήσει να προσχεδιάσετε όλα τα σχετικά με το αναπόφευκτο σε όλα τα 42 Dignity Νεκροταφεία του Ιλλινόις έτσι ώστε τα παιδιά σας να μην χρειαστεί να επιβαρυνθούν περαιτέρω, όταν το μοιραίο συμβεί. Τηλεφωνείστε της Τζώρζιας λοιπόν στο (847) 375-8230 ή σταματείστε να την δείτε στο 9900 North Milwaukee Ave. Στο Des Plains.**

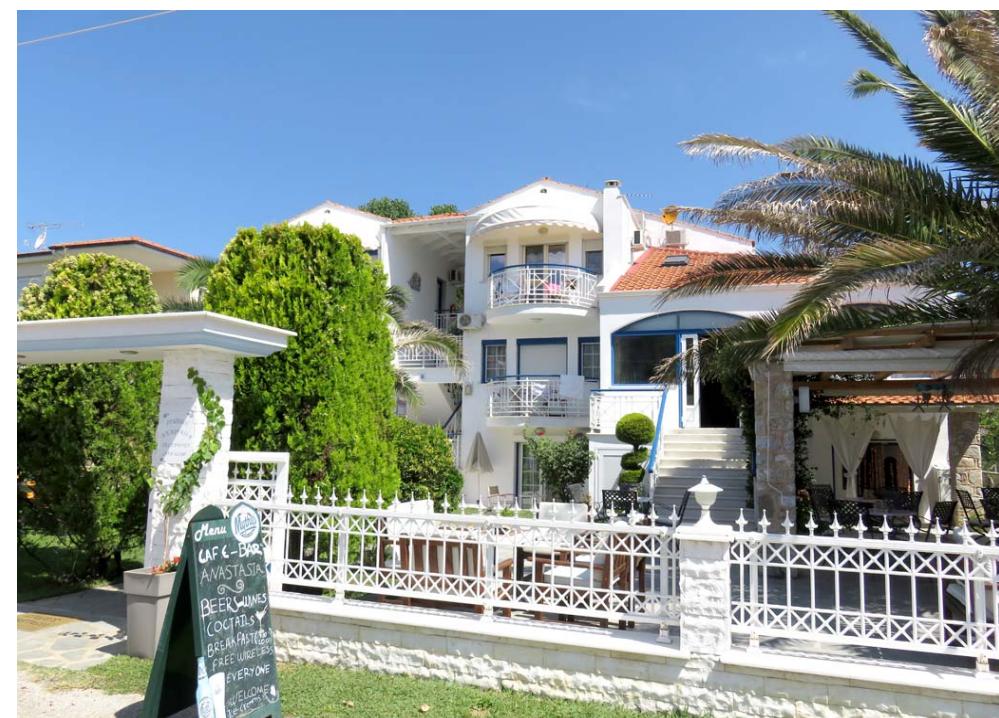




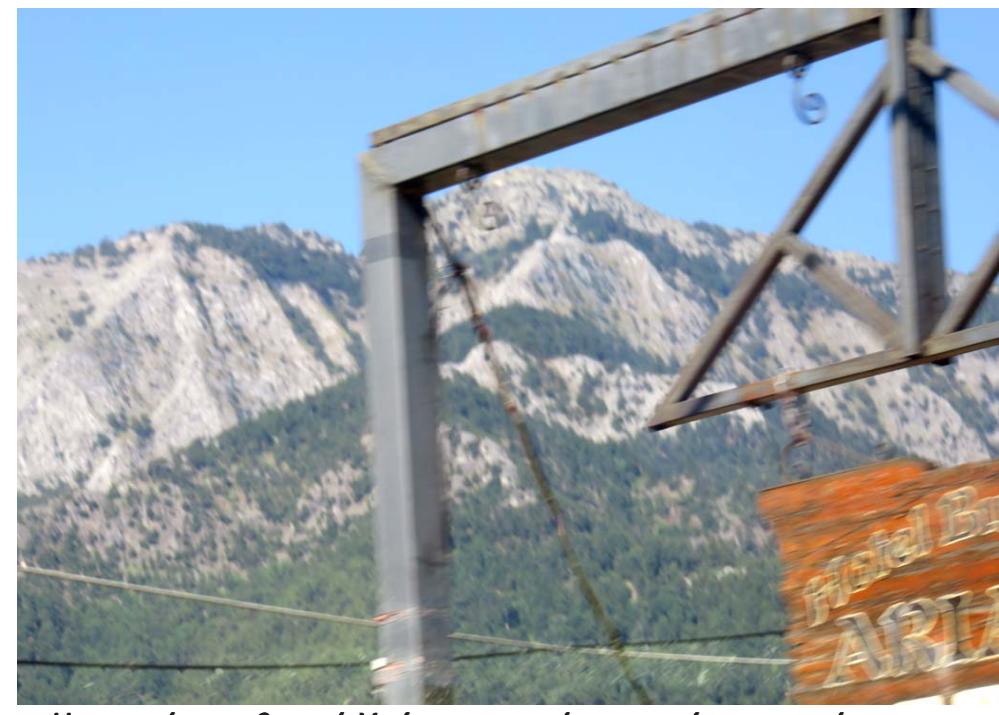
Πρωτότυπος σκουπιδοτενεκές στην υποτιθέμενη..., τουριστική Θάσο.



Η πανέμορφη και τουριστική όψη της Θάσου με τους 20,000 τουρίστες της.



Πανέμορφο τουριστικό ξενοδοχείο κατακλυσμένο από Τούρκους κυρίως τουρίστες που, μετά το ραμαζάνι είχαν... καταλάβει ειρηνικά το νησί..



Η κορυφή του βουνού Υψάρη που κατέκτησαν μόνο οι... νεώτεροι και πιό έμπειροι ορειβάτες του ομίλου, ενώ οι υπόλοιποι κάναμε τρίωρη πορεία.

## Φτιάξε υπέροχες τυλίχτονοστιμιές!



Με την επιλογή των κατάλληλων υλικών ακόμα και ένα φαινομενικά απλό ψωστή μπορεί να ικανοποιήσει πληρέστατα τις θρεπτικές και γευστικές σου ανάγκες.

Με αραβική πίτα και αβγό. Νόστιμο και χορταστικό.

Διατροφικές πληροφορίες

Θερμίδες: 182

Πρωτεΐνες (g): 11,6

Υδατάνθρακες (g): 13,4

Λιπαρά (g) 9,0

Αλείφεις 1 μικρή αραβική πίτα με 2 κουταλάκια πάστα ελιάς. Απλώνεις από πάνω 1 φέτα καπνιστή γαλοπούλα χαμηλών λιπαρών,  $\frac{1}{2}$  μικρή ντομάτα κομμένη σε ροδέλες και 1 μικρό αβγό βραστό, κομμένο επίσης σε ροδέλες. Άλατοπιπερώνεις αν θέλεις και τυλίγεις την πίτα σε ρολό σφιχτό.

Με αραβική πίτα και κοτόπουλο. Κλασικό και αγαπημένο

Διατροφικές πληροφορίες

Θερμίδες: 140

Πρωτεΐνες (g) 13,7

Υδατάνθρακες (g) 16,1

Λιπαρά (g) 2,2

Ψιλοκόβεις ψημένο κοτόπουλο, περίπου  $\frac{1}{2}$  φλιτζάνι, και το βάζεις μέσα σε 1 μικρή αραβική πίτα, κρύα ή αφού τη ζεστάνεις για λίγο. Προσθέτεις λίγο κρεμμύδι, ντομάτα, αλατοπίπερο και 2 κουταλάκια μουστάρδα. Τυλίγεις την πίτα χρησιμοποιώντας κομμάτι λαδόκολλας ή αλουμινόχαρτο και κόβεις λοξά το τελείωμά του.

*Compliments of*

*Adinamis & Corliss  
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

Providing services from  
Smith-Corcoran Funeral Homes

6150 N. Cicero Ave.  
Chicago, IL 60646

1104 Waukegan Rd.  
Glenview, IL 60025

185 E. Northwest Hwy.  
Palatine, IL 60067

24 Hour Service (847) 375-0095

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

## Δάση στο χάος των νόμων δύο αιώνων

Σύγχυση, κενά και ευτράπελα στη δασική νομοθεσία που βαίνει προς κωδικοποίηση

Η ελληνική δασική νομοθεσία αποτελεί ένα συνονθύλευμα από αποσπασματικές, δυσεφάρμοστες και συχνά αντιφατικές διατάξεις, οι οποίες - προκαλούν σύγχυση και οδηγούν στην καταστροφή και καταπάτηση μεγάλων εκτάσεων.

Θυσία στον λαβύρινθο της δασικής πολυνομίας γίνονται οι φυσικές εκτάσεις της χώρας. Σήμερα, κοντά δύο αιώνες μετά τις πρώτες ρυθμίσεις που αφορούσαν τα ελληνικά δάση, η δασική νομοθεσία αποτελεί ένα συνονθύλευμα από αποσπασματικές, δυσεφάρμοστες, φωτογραφικές και συχνά αντιφατικές διατάξεις, οι οποίες προκαλούν

σύγχυση, υποθάλπουν την παρανομία και οδηγούν στην καταστροφή πολύτιμων εκτάσεων και στην καταπάτηση εκατομμυρίων στρεμμάτων δημόσιας δασικής γης. Στον κυκεώνα των νομικών ασφειών, κενών, επαναλήψεων, πλεονασμών έχουν ξεχαστεί και βρίσκονται ακόμη σε ισχύ διατάξεις που παραπέμπουν σε άλλες εποχές. Για παράδειγμα, όσον αφορά τη λειτουργία των δασικών υπηρεσιών, παράλληλα προς τις νεότερες διατάξεις (Ν. 3852/2010), εξακολουθούν να ισχύουν, συχνά αυτούσιες, όπως αρχικά ψηφίστηκαν, διατάξεις του παλαιού Δασικού Κώδικα του 1929 και του μεταγενέστερου του 1969.

### Νομικά... φαινόμενα

Ετσι ουδέποτε καταργήθηκε η διάταξη που ορίζει ότι «δασικός υπάλληλος επανελθών εκ της αιχμαλωσίας προβιβάζεται αναδρομικώς! Αφορούσε εκείνους που επέστρεφαν στην υπηρεσία από τη Μικρασιατική Εκστρατεία. Σε αδράνεια έχει περιέλθει, αν και ουδέποτε καταργήθηκε, και η ρύθμιση για την εντοπιότητα των δασικών υπαλλήλων. «Οι (δασοφύλακες) δασοκόμοι, δασονόμοι και δασάρχαι δεν δύνανται να υπηρετώσιν εις την επαρχίαν εξ ης κατάγονται ούτοι, ή αι σύζυγοι αυτών, ή εις ας εξασκούν ή εξήσκησαν κατά την τελευταίαν τριετίαν τα πολιτικά αυτών δικαιώματα». Το ίδιο και η διάταξη που όριζε ότι «δασικοί υπάλληλοι, παραιτηθέντες ή απολυθέντες της υπηρεσίας, δεν δύνανται να αναλάβουν εκμεταλλεύσεις δασών» στην περιφέρεια που υπηρέτησαν για μία διετία.

Αυτά και ποικίλα άλλα νομικά... φαινόμενα (αποσπασματικότητα, έντονη περιπτωσιολογία, παράλληλη ισχύς διατάξεων με επικαλυπτόμενο περιεχόμενο, ή με ταυτόσημο περιεχόμενο, επαναλήψεις, ασάφειες και κενά) καταγράφονται για πρώτη φορά στο έργο του υπουργείου Περιβάλλοντος για την «Κωδικοποίηση της Δασικής Νομοθεσίας», το οποίο ετέθη σε δημόσια διαβούλευση που ολοκληρώθηκε στις 6 Ιουλίου.

## ΔΕΛΤΙΟ ΕΓΓΡΑΦΗΣ ΣΥΝΔΡΟΜΗΤΩΝ

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

Εσωκλείω έμβασμα \$30.00 και σας παρακαλώ να μου στείλετε τη "Ομογένεια" για το 2016 στην εξής διεύθυνση

(Συμπληρώστε τα στοιχεία σας με κεφαλαία γράμματα)

LAST NAME-----

FIRST NAME-----

ADDRESS-----

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

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



Το αρχαιολογικό Μουσείο της Θάσου με πλούσια ευρύματα της κλασικής και της Ρωμαϊκής εποχής.



Στην Καβάλα που ήταν το κέντρο του καπνεμπορίου τις δεκαετίες του 30 και 40, αυτό το διατηρητέο κτίριο με πηγάδι μέσα για την φρεσκάδα των καπνών, θυμίζει τους αγώνες των καπνεργατών για το οκτώρο!

### CMAS Inc. Cemeteries, Memorials And Services

We are an independent cemetery broker representing lot owners who have moved out of the area or who've made other arrangements and now wish to sell their cemetery property.

#### RIDGEWOOD CEMETERY

SECTION 18 A  
FULL PACKAGE FOR 2

2 GRAVES  
2 VAULTS  
2 VAULT HANDLING FEE'S  
2 OPENING/CLOSINGS M-F  
COMPANION MONUMENT  
*SAVE THOUSANDS!!!*



These locations are NOT available through the cemetery offices.  
Please contact us for more information.

Cindy M. Swerdon, President  
P.O. Box 2243  
Northlake, IL 60164  
Phone: (708) 702-8971  
E-mail: cswerdon@cmasinc.net  
Visit our website at www.cmasinc.net



# «Αγόραζα μόνη μου τις μπλούζες και τύπωνα την ελληνική σημαία!»



Η «χρυσή» Αννα Κορακάκη αφού αρχίζει να συνειδητοποιεί πως είναι στην κορυφή του Ολύμπου, αρχίζει, ταυτόχρονα, σιγά-σιγά να ξετυλίγει το κουβάρι των δυσκολιών τα τελευταία χρόνια στην προετοιμασία της. Η νεαρή πρωταθλήτρια, σε δηλώσεις της στην εφημερίδα «Καθημερινή», αποκάλυψε πως πριν μερικά χρόνια η Ελληνική Ολυμπιακή Επιπροπή δεν της πρόσφερε ούτε τα ρούχα για να αγωνιστεί σε αγώνες, με αποτέλεσμα να αγοράζει εκείνη δικό της εξοπλισμό και να τυπώνει πάνω την ελληνική σημαία!

«Μέχρι να πάρω την πρόκριση για τους Ολυμπιακούς Νέων (2014) και να μας δώσει ρούχα η Ελληνική Ολυμπιακή Επιπροπή, αγόραζα μπλούζες και τύπωνα την ελληνική σημαία, ώστε να φοράω τα χρώματα της χώρας μου στον αγώνα», δήλωσε και σίγουρα θα προκαλέσει αίσθηση η αδιαφορία των υπευθύνων.

Στο μεταξύ, ο πατέρας και προπονητής της Άννας αποκάλυψε στην εφημερίδα την ιστορία που παραλίγο να της στερήσει τη συμμετοχή της στους Ολυμπιακούς Αγώνες: «Ήταν 16 Ιουλίου και είχαμε πάει για προπόνηση. Η Άννα μού ζήτησε να οδηγήσει το μηχανάκι και της είπα να μην το κάνει γιατί σε μία βδομάδα φεύγαμε. Είναι όμως ατίθαση. Μέχρι να μαζέψω τα πράγματα, και πριν προλάβω να τη σταματήσω, ανέβηκε επάνω. Άνοιξε απότομα το γκάζι και η μηχανή την πήρε από κάτω. Πάγωσα. Μου φώναζε να σηκώσω τη μηχανή κι εγώ έβλεπα τα αίματα να κυλάνε από τα πόδια της. Δεν μπορούσα να κουνηθώ. Όταν τη βοήθησα να σηκωθεί πόναγε παντού. Το αριστερό χέρι δεν κινείτο. Μόνο το δεξιό, αυτό που ρίχνει, δεν είχε πάθει ούτε γρατζουνιά. Πήγαμε στο νοσοκομείο και, ευτυχώς, δεν είχε σπάσει τίποτα. Ακόμη όλο το σώμα της είναι γεμάτο μώλωπες».



## Papagalino

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

9014 Milwaukee Ave. Niles , Ill. 60714

Phone: (847) 803-9260

### Παπαγαλίνο

Γλυκαίνουμε 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

5569 NORTHWEST HIGHWAY

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

Το όνομα που τα λέει όλα, σε ότι αφορά την ζαχαροπλαστική. Η εταιρία μας 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 διαθέτομε και κατάστημα λιανικής πώλησης με 40% μόνιμες εκπτώσεις σ' όλα τα γλυκά μας. Για γάμους λοιπόν, βαφτίσεις, γεννέθλια και κάθε είδους κοινωνικές εκδηλώσεις ή χορούς συλλόγων τώρα γνωρίζετε πού θα βρείτε 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.

# 4 αδικημένοι τύποι άντρα: δώσε μία ευκαιρία!

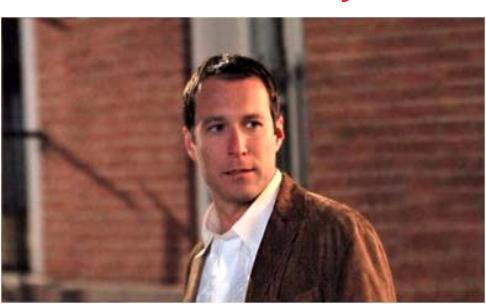
Γιατί να είμαστε αισθηματίες, γιατί να μπλέκουμε σε πάλιοιστορίες! Γιατί δεν υπάρχει περίπτωση να μην βλέπεις ούτε ένα άξιο κελεπούρι στον κύκλο, τον δρόμο η τη δουλειά. Απλά, έχεις εκπαιδευτεί να πιάνεις στο ραντάρ σου μόνο τις παλιοκαταστάσεις. Το θέμα έχει ως εξής: υπάρχουν και αγόρια σωστά και ιδανικά στα οποία δεν λες να δώσεις ευκαιρία. Να ποια είναι!

Κατερίνα Πατούλια



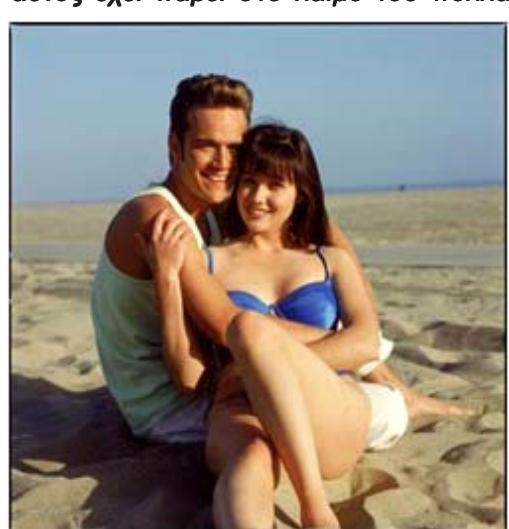
ελπίδες να χτίσετε ένα σπιτάκι με τρεις κι εξήντα. Το ππωχό το παλικάρι, ξέρει κι άλλο μονοπάτι άλλωστε. Γιατί σκέψου πως από μικρός έχει μάθει να την ψάχνει τη δουλειά, να το κερδίζει το μεροκάματο, να φέρνει έστω και 5 δραχμές στο σπίτι. Άσε που τη βολτούλα με το τραμ θα μάθεις και δεν θα την αλλάξεις με τίποτα ενώ με το ποδήλατο χτίζεις και κορμί, οπότε τι τα θες τα δίπορτα τα κάμπτριο.

**Το καλό παιδί και άξιο παλικάρι:** Την αλήθεια να την πούμε: τους ιδανικούς, τους αψεγάδιαστους άντρες, τους φοβόμαστε. Έχουμε μάθει μια ζωή να μπλέκουμε με παλιοιστορίες και φυσικά δεν πιστεύουμε στα είδωλα. Οπότε, όταν εμφανιστεί στη ζωή μας ένας άντρας σωστός, μετρη-μένος και τυπικός, το βάζουμε στα πόδια. Γιατί το



άξιο παλι-κάρι θα σε πάρει τηλέφωνο να δει τι κάνεις, προτού ξεροσταλιάσεις πάνω από το ακουστικό. Θα σου ζητήσει να βγείτε, προτού φτάσει το Σαββατόβραδο. Θα σε πάει διακοπές χωρίς να χρειαστεί να τον παρακαλέσεις ή να πρέπει να οργανώσεις τα πάντα μόνη σου. Κι αν σε φοβίζει αυτή η τελειότητα, ξεπέρασέ το! Κάποιο ελάττωμα θα έχει και το παλικάρι αυτό αλλά τουλάχιστον στην περίπτωσή του, ψάχνουμε ένα στραβό σε ίσιο γιαλό κι όχι ένα καλό σημάδι σε τρικυμία!

**Πολύ παλιόπαιδο ο Κυριακός:** Είτε είναι άτομο του περιβάλλοντός σου, είτε γνωστός μιας φίλης είτε συνάδελφος, ο τύπος αυτός έχει πάρει στο λαιμό του πολλά κοριτσό-πουλά. Για σένα όμως, δείχνει ενδιαφέρον ξεχωριστό και την αλήθεια να την πούμε, σου έχει δηλώσει εκατό χιλιάδες φορές πως σε βλέπει σοβαρά, άλλος άνθρωπος θα είναι μαζί σου, έχει αλλάξει και τα λοιπά και τα λοιπά. Θα πεις, με τι αντοχή, με ποιό κουράγιο να πάρεις το δύσκολο το δρόμο με το αγόρι αυτό που από πρώτο χέρι ξέρεις πως έχει (εξ)απατήσει τόσες και τόσες. Να σου πούμε πως στη ζωή τούτη, υπάρχει και η συγ-κυρία, το σωστό timing που δύο άνθρωποι συναντιούνται έτοιμοι να ζήσουν μια ζωή μαζί. Άσε



που και το κακό παιδί τον βρίσκει πάντα το δάσκαλό του!

**Ο χαροκαμένος:** Το αγόρι αυτό δεν το λες και κελεπούρι. Η ιστορία του δεν φτάνει τις περιπέτειες του Βασιλάκη Καΐλα, του Τεν Τεν και του Νίκου Ξανθόπουλου μαζί. Του έκλεψαν το σπίτι; Τον παράτησε η πρώην αφού τον απάτησε; Του έκλεψαν το αυτόκινητο, του κάγκε το σπίτι; Ο άντρας αυτός μοιάζει με κινούμενο ναυάγιο και φοβάσαι πως θα σε πάρει στο βυθό μαζί του, άπαξ και μπλέξεις. Την αλήθεια να την πούμε. Εύκολα δεν προβλέπεται να περάσεις μαζί του αλλά υπάρχει πιθανότητα να γίνεις το γούρι του και να του αλλάξεις την τύχη. Στην τελική, για να συνεχίζει να επιπλέει μετά από τόσα ναυάγια είτε 7ψυχη γάτα είναι, είτε ξέρει να αντέχει, τφσχιχος! Άλλωστε, θα ξέρεις πως ό,τι κι αν συμβεί, έχεις στο πλευρό σου έναν άντρα που μπορεί να ξεπεράσει τα πάντα.

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

[WWW.THECHICAGOGREEKHOURS.COM](http://WWW.THECHICAGOGREEKHOURS.COM)



Το εντυπωσιακό κτίριο του Δημαρχείου της Καβάλας.



Αποχαιρετώντας την Θάσο από την απέναντι πλευρά. Μας άφησε ανεξίτηλες αναμνήσεις.



Η καταπληκτική θέα της Καβάλας από το κάστρο της. Όποιος νομίζει πως η ορειβασία είναι εύκολο πράγμα, ας δει την βρεγμένη από τον ιδρώτα πλάτη του ορειβάτη.



Το σύγχρονο μέρος της Καβάλας με την καινούργια ρυμοτομία.

**ΡΕΠΟΥΜΠΛΙΚΑΝΟΣ ΒΟΥΛΕΥΤΗΣ ΠΟΥ ΘΑ ΨΗΦΙΣΕΙ ΧΙΛΑΡΙ**

## **«Επίθεση» του Ομπάμα στον Τραμπ και οι πρώτες απώλειες...**

Συμάχους ακόμα και από το δικό του στρατόπεδο έχει αρχίσει να χάνει ο υποψήφιος των Ρεπουμπλικανών Ντόναλντ Τραμπ, μετά από την ηχηρή αποκήρυξή του από τον πρόεδρο των ΗΠΑ.

Η αντιπαράθεση του εκκεντρικού δισεκατομμυριούχου με οικογένεια μουσουλμάνου στρατιώτη Χουμαγιούν Καν που σκοτώθηκε στο Ιράκ



υπηρετώντας την πατρίδα του, φαίνεται ότι έχει εξοργίσει τον Μπαράκ Ομπάμα που χαρακτήρισε σήμερα τον Τραμπ «ακατάλληλο για πρόεδρο».

Μάλιστα, ο κ. Ομπάμα κατηγόρησε το Ρεπουμπλικανικό κόμμα που γαλούχησε τον Ντόναλντ Τραμπ, προβλέποντας παράλληλα ότι το πολιτικό αυτό «θηρίο» θα καταστρέψει σύντομα τον δημιουργό του. Αναφερόμενος για άλλη μια φορά στο περιστατικό με την οικογένεια του μουσουλμάνου στρατιώτη, ο κ. Ομπάμα τόνισε ότι το Ρεπουμπλικανικό κόμμα δεν μπορεί πλέον να παρακολουθεί σιωπηλά τον Τραμπ. «Πρέπει να υπάρχει ένα σημείο που θα πείτε ότι αυτός δεν είναι ένας άνθρωπος που μπορώ να υποστηρίξω να γίνει πρόεδρος των ΗΠΑ, ακόμα και αν προσποιείται ότι είναι μέλος του κόμματός μου» είπε ο κ. Ομπάμα.

«Ο Ρεπουμπλικανός υποψήφιος δεν έχει τα προσόντα για να γίνει πρόεδρος... Το είπα και την περασμένη εβδομάδα. Δεν σταματά να το αποδεικνύει» δήλωσε ο κ. Ομπάμα κατά τη διάρκεια συνέντευξης Τύπου. «Έχουν υπάρξει Ρεπουμπλικάνοι πρόεδροι με τους οποίους έχω διαφωνήσει αλλά δεν αμφέβαλα ποτέ ότι μπορούν να γίνουν πρόεδροι... Νομίζω ότι είχα δίκιο ότι ο Μιτ Ρόμνεϊ και ο Τζον Μακένι είχαν άδικο σε ορισμένες πολιτικές τους θέσεις αλλά ποτέ δεν σκέφτηκα ότι δεν θα μπορέσουν να φέρουν εις πέρας την αποστολή τους... Θα γνώριζα ότι συμμορφώνονταν με ορισμένους κανόνες, αυτά που θεωρούμε φυσιολογικά, θα είχαν κοινή λογική, στοιχειώδη ευγένεια και αρκετές γνώσεις για της οικονομικής και εξωτερικής μας πολιτικής... Η κυβέρνησή μας θα ήταν λειτουργική. Άλλα δεν συζητάμε για κάτι τέτοιο σε αυτή την περίπτωση». Άμεση απάντηση από τον Τραμπ Ο Ντόναλντ Τραμπ δεν άφησε τα λόγια το πρόεδρου των ΗΠΑ να... πέσουν κάτω και αμέσως απάντησε με μια ιδιαίτερα καυστική ανακοίνωση. «Η Χίλαρι Κλίντον έχει αποδείξει ότι είναι ανίκανη να υπηρετήσει σε οποιοδήποτε υπουργικό γραφείο. Η κυβέρνηση Ομπάμα-Κλίντον έχουν από μόνοι τους αποσταθεροποιήσει τη Μέση Ανατολή παρέδωσαν το Ιράκ, τη Λιβύη και τη Συρία στα χέρια του Ισλαμικού Κράτους και επέτρεψαν στο προσωπικό μας να σφαγιαστεί στη Βεγγάζη» έγραψε σε ανακοίνωση.

Ο Ρεπουμπλικανός βουλευτής που θα ψηφίσει Κλίντον... Παρότι ο αρκετοί Ρεπουμπλικανοί έχουν κρατήσει αποστάσεις από τις τελευταίες δηλώσεις του Τραμπ –κάτι που έχει συμβεί και άλλες φορές στο παρελθόν– ο βουλευτής **Ρίτσαρντ Χάνα** έγινε το πρώτο στέλεχος που δήλωσε ανοιχτά ότι δεν θα ψηφίσει τον Τραμπ αλλά την αντίπαλό του Χίλαρι Κλίντον.

Σε άρθρο γνώμης, ο αντιπρόσωπος της Νέας Υόρκης Χάνα, αναφέρθηκε στις επιθέσεις του Τραμπ στους γονείς του Χουμαγιούν Καν, χαρακτηρίζοντας τον υποψήφιο «ιδιαίτερα προβληματικό με ατελείωτους τρόπους», «αμετανόητο» και «εγωπαθή».

«Για μένα, δεν αρκεί απλά να αποδοκιμάσω τις δηλώσεις του: Είναι ακατάλληλος για να υπηρετήσει το κόμμα μας και δεν μπορεί να ηγηθεί αυτής της χώρας», έγραψε ο Χάνα σε επιστολή του που αναρτήθηκε στο tσαγαφτε.γον, τον ιστότοπο της εφημερίδας Ποτυ-Τυαξδασδ στην Νέα Υόρκη.

Ενώ κάποιοι βουλευτές δεν έχουν στηρίξει έμπρακτα τον Τραμπ, ο Χάνα έγινε ο πρώτος που δήλωσε πως θα ψηφίσει την Κλίντον στις εκλογές της 8ης Νοεμβρίου. Ο Χάνα αποσύρεται από την Γερουσία και δεν αναζητεί την επανεκλογή του, δίνοντας του έτσι μεγαλύτερη ελευθερία για να διακινδυνεύσει την ενόχληση συναδέρφων του και ψηφοφόρων, σχετικά με την ρήξη του με τον Τραμπ. «Ενώ διαφωνώ μαζί της σε πολλά ζητήματα, θα ψηφίσω την κα Κλίντον. Θα είμαι αισιόδοξος και ανένδοτος στην πεποίθηση μου ότι το να είσαι ένας καλός Αμερικανός που αγαπά την χώρα του είναι πολύ πιο σημαντικό από τα κόμματα είτε την νίκη ή την ήττα. Έχω εμπιστοσύνη ότι μπορεί να ηγηθεί», συμπλήρωσε ο Χάνα. Στον απόχρο της διένεξης του Τραμπ με τους Καν, ο επικεφαλής της ομάδας των Ρεπουμπλικανών στη Γερουσία, Μακ Κόνελ και ο πρόεδρος της Βουλής των Αντιπροσώπων Πολ Ράιαν εξέφρασαν επίσης την υποστήριξη τους στην οικογένεια του Αμερικανού μουσουλμάνου στρατιώτη. Ακόμη όμως, οι υψηλόβαθμοι Ρεπουμπλικάνοι βουλευτές δεν έχουν αποσύρει την υποστήριξη τους στον Τραμπ, ως τον εκλεκτό του κόμματος για τις εκλογές του Λευκού Οίκου. Το γραφείο του Ράιαν αρνήθηκε να σχολιάσει την άρνηση του Χάνα.

**ΜΕΓΑΛΩΝΟΜΕ!  
ΤΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΜΑΣ  
ΞΑΝΑΓΥΡΙΣΑΝ ΣΤΟ ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΟ  
ΠΕΝΤΑΩΡΟ. ΘΑ ΕΙΜΑΣΤΕ ΣΤΟΝ  
ΑΕΡΑ ΑΠΟ ΤΙΣ 6:00 πμ ΜΕΧΡΙ  
ΤΙΣ 11:00 πμ. ΕΛΠΙΖΟΜΕ ΝΑ ΤΑ  
ΚΑΤΑΦΕΡΟΜΕ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΑ!**



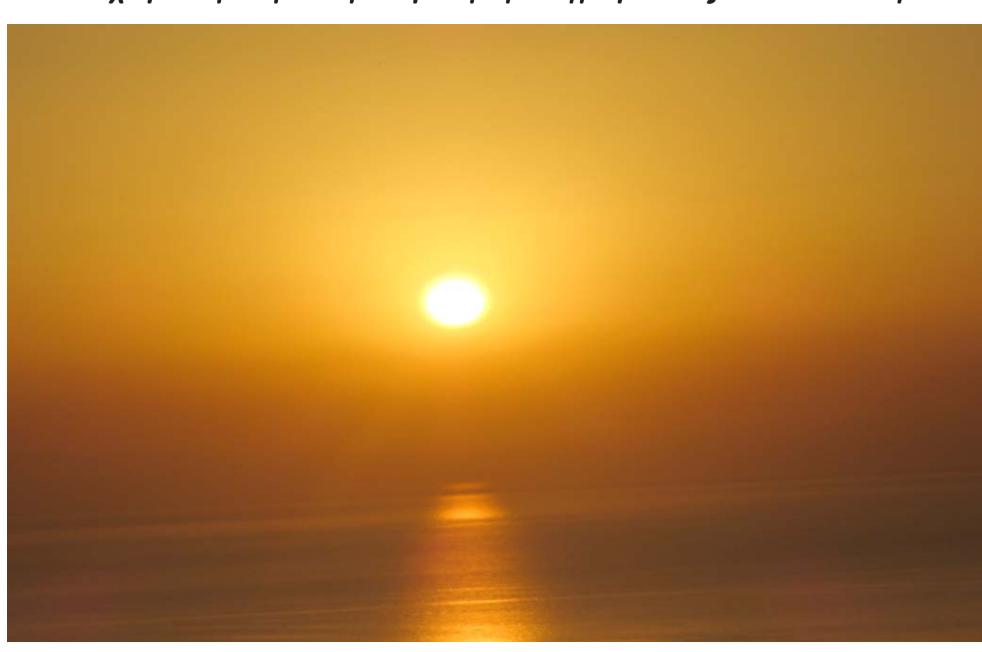
Η Καβάλλα οφείλει πολλά σ' έναν Αιγύπτιο αξιωματούχο της Οθωμανικής Αυτοκρατορίας τον Μεχμέτ Αλί του οποίου υπάρχει ένα περικαλλές άγαλμα.



Η πολυμορφία αρχιτεκτονικών μορφών και η ποικιλία οικοδομικών υλικών κάνουν την Ελληνική ύπαιθρο ένα μουσείο ποικίλων κτισμάτων.



Αποχαιρετούμε την πατρίδα με την φωτογραφία ενός άθικτου κάστρου



και μια χρυσαφένια ανατολή με τον ήλιο να αντανακλάται στα χρυσαφένια νερά του Αιγαίου. Στο επανειδείν.

# Creative Printing & smart ideas

flyers

menus

banners

embroidery

screen printing

jackets

t-shirts

printing

calendar

web design

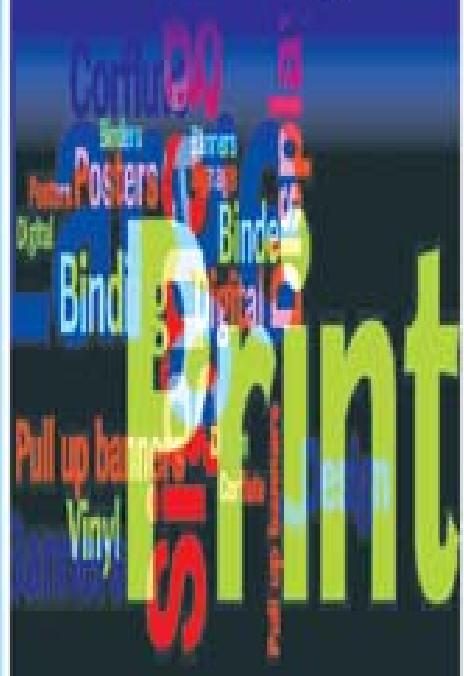
digital menuboards

signs

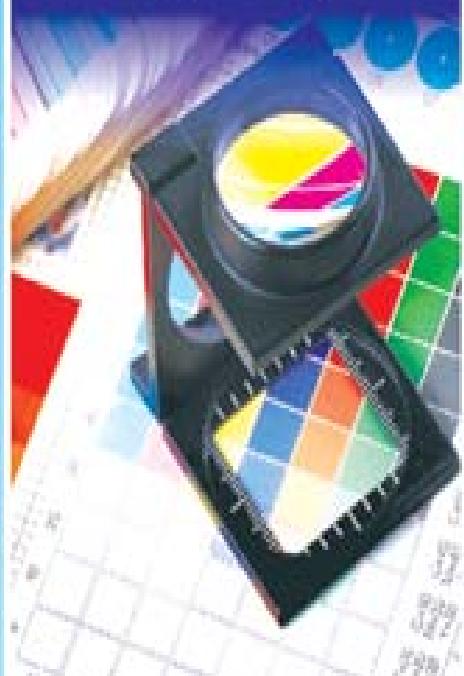
promotional gifts

take away boxes

Creativity



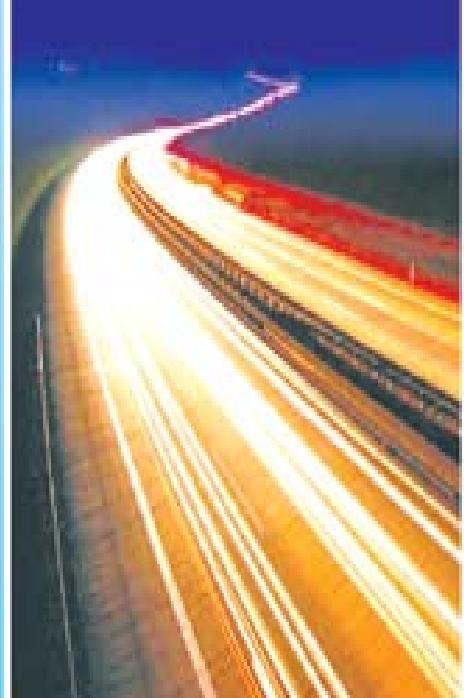
Quality



Low Prices



Fast Services

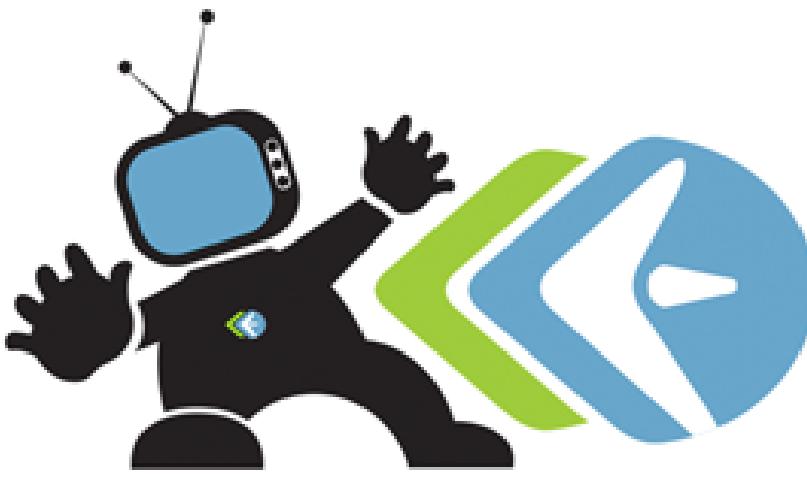


www.creativeprintingsi.net

3406 N.Cicero Ave, Chicago, IL 60641

ph: (773) 481-6522 fax: (773) 481-6523 cell: (773) 709-2517

e-mail:creativeprintingsi@att.net



**ellastv**  
ΒΛΕΠΟΥΧΕ ΕΛΛΑΔΑ

Παραγγελίες | 1 877 355 278

Όλα τα κανάλια από την Ελλάδα

μόνο με \$39,99 το μήνα

Νέα | Αγαπημένες σειρές  
Ελληνικός κινηματογράφος  
Παιδικά προγράμματα

Ελληνική μουσική  
Ραδιοφωνικοί Σταθμοί

**NO SATELLITE  
NO CABLE  
NO COMPUTER  
Internet Required**



# **XL MANUFACTURING INC.**



41G



## **EASY SLICER GYROS KNIFE**

4LE

# AUTOGYROS



**FOR COOKING GYROS, SHAWARMA and TACOS AL PASTOR**

# LAMB ROTISERRE GRILL



## **Model 400**



**Model LRG 200**



**Model LRG 100**



XI Manufacturing, Inc.

**RE Manufacturing, Inc.**  
2717 West Lawrence Avenue

2717 West Lawler  
Chicago IL 60625

Chicago IL 60629  
Phone: 773.271.8900

Fax: 773.271.8903

E-mail: xinjian@zjhu.edu.cn

[www.XLManufacturing.net](http://www.XLManufacturing.net)



**Bristos (Chris) Lalopoulos**, a name that emails more than 30 years of Dependable Service and Dedication.