

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



# ΜΟΓΕΝΕΙΑ

## HELLENIC LIFE

Change Service Requested

VOL. 28 NO. 7 MORTON GROVE IL ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ, 2018

## ΦΩΤΟ-ΓΕΓΟΝΟΤΑ

## Οι μεγαλύτερες ανακαλύψεις το 2017



Από το μεγαλύτερο Πάρτυ της Παραμονής της Πρωτοχρονιάς στο Concorde. Η παρέα του εκδότη. Παρευρέθησαν: Η Πόλα, η Λόρη, η Αλεξάνδρα, η Ντίνα, η Φλόρα, η Παναγούλα, ο Γιώργος Φουντάλας, ο Γιώργος Κορδοπάτης, Ο Νίκος Λέτσος και ο Θεόδωρος Κουτρέτσος.



Το τέλος κάθε έτους είναι μια ευκαιρία για έναν απολογισμό σε όλους τους τομείς της ζωής μας, και η επιστήμη και η τεχνολογία δεν αποτελούν εξαίρεση. Παρουσιάζουμε αυτές που φέτος αναγνωρίστηκαν ως οι πιο σημαντικές ανακαλύψεις σε διαφορετικούς τομείς έρευνας: από τη Φυσική μέχρι την Αρχαιολογία και από τη Βιολογική Ανθρωπολογία μέχρι τη Βιοϊατρική. Σπουδαιότερη επιστημονικά ανακάλυψη της χρονιάς πρέπει να θεωρηθεί η ανίχνευση και η καταγραφή από τη Γη των βαρυτικών κυμάτων και της ηλεκτρομαγνητικής ακτινοβολίας που σχηματίστηκαν από τη σύγκρουση και τη συγχώνευση δύο αστεριών «Πάλαρ», δηλαδή από δύο αστέρες νετρονίων.

### Βαρυτικά κύματα από αστέρες νετρονίων

Η είδηση ότι, πρώτη φορά, ανιχνεύτηκαν βαρυτικά κύματα που προέκυψαν όχι από τη συμπεριφορά των μαύρων τρυπών αλλά από τη συγχώνευση δύο μακρινών αστεριών νετρονίων έκανε αμέσως τον γύρο του κόσμου. Τα αστέρια νετρονίων είναι, μετά τις μαύρες τρύπες, τα πυκνότερα σε ύλη αντικείμενα του Σύμπαντος, που προέκυψαν από μεγάλα άστρα τα οποία εξερράγησαν ως σουπερνόβα.

Πρώτη φορά στις 17 Αυγούστου, τα συμβολόμετρα δύο ανιχνευτών βαρυτικών κυμάτων κατέγραψαν κάποια πολύ παράξενα και ισχυρά βαρυτικά κύματα που έφταναν έως τη Γη από απόσταση περίπου 130 εκατομμυρίων ετών φωτός. Τα αποτελέσματα των εντατικών ερευνών ανακοινώθηκαν επίσημα στις 16 Οκτωβρίου και όπως διαπίστωσαν οι αστροφυσικοί παντού πρόκειται για ένα σπάνιο φαινόμενο που έλαβε χώρα στην περιφέρεια του γαλαξία NGC 4993 και όπου δύο πυκνά σε ύλη αστέρια νετρονίων συγκρούστηκαν και συγχωνεύτηκαν μεταξύ τους παράγοντας αρχικά μια σύντομη αλλά ισχυρή έκρηξη φωτός (υπό τη μορφή ακτίνων γάμμα) που συνοδεύτηκε από τα βαρυτικά κύματα.

Οι σχετικές μετρήσεις και η λεπτομερής ανάλυση αυτού του σχετικά σπάνιου φαινομένου επιβεβαιώνουν, ύστερα από εκατό χρόνια, την πρόβλεψη

(Συνέχεια σελ. 3)



Στο πάρτυ αυτό που το παρακολούθησαν γύρω στα 800 άτομα, η "Ο" εντόπισε τον γνωστό φιλόσοφο θαυμαστή της Ελληνικής παιδείας, Πρόεδρο της Ελληνοαμερικανικής Ακαδημίας και βασικό υποστηρικτή της Δημήτρη Λογοθέτη και την σύζυγό του Έφφη.



Η ορχήστρα της βραδιάς της Πρωτοχρονιάς στο Concorde απαρτιζόταν από το σύνολο σχεδόν του κορυφαίου ντόπιου μουσικού ταλέντου, με γενικό υπεύθυνο τον διευθυντή της ορχήστρας Hellenic five, Κώστα Σωτηρόπουλο, που εδώ έγιναν περισσότεροι για να συμπεριληφθούν ο γνωστός Κλαρινίστας Στάϊνοφ, ο τραγουδιστής Τριανάφυλλος και η υπέροχη τραγουδίστρια Ευτυχία από την Κύπρο.

### ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

|                                         |                |                                          |    |
|-----------------------------------------|----------------|------------------------------------------|----|
| Πέτρος Φιλακουρίδης.....                | 2              | Μοσχάρι Γιομβέτσι με χυλοπίτες.....      | 22 |
| Στηβ Θεοφάνους.....                     | 5              | Ανοιχτοί οι διάλογοι επικοινωνίας.....   | 22 |
| Χρήσιμες Υπηρεσίες.....                 | 6              | Χοιρινό μαγειρευτό με καρότα.....        | 25 |
| Οι θαυματουργές ντομάτες.....           | 7              | Μια τούρτα απειλεί την Αμερική.....      | 25 |
| Μόνο 2 στις δέκα κάνουν το τεστ ΠΑΠ...8 |                | Άφεση αμαρτιών σε φοροφυγάδες.....       | 29 |
| Ιωάννα Βασιλακοπούλου, διαπολόγος...8   |                | Το κυνήγι μαγισσών στην Αμερική.....     | 29 |
| Βιομηχανικά απόβλητα στον Ασωπό.....    | 12             | Για το περιβάλλον κακές ειδήσεις.....    | 30 |
| Εικόνες του κόσμου.....                 | 12             | Η τελειομανία πλήττει τους νέους.....    | 32 |
| Ομιλία του Σεφέρη στο Νομπέλ του.....   | 14             | Ορεινή Ναυπακτία.....                    | 32 |
| Ζωντανεύοντας την Ιστορία.....          | 14             | Περί Ανομίας.....                        | 33 |
| Το γέλιο μακραίνει την ζωή.....         | 15             | Λαχανοντολμάδες με ρύζι και κιμά.....    | 33 |
| Γιώργος Σκλαβούνης.....                 | 16, 17, 18, 19 | Τηρείστε αποφάσεις της νέας χρονιάς...34 |    |
| Νικόλαος Γάβαρης.....                   | 20             | Το πιάτο της καλής διατροφής.....        | 35 |
| Τα ψέμματα των παιδιών ίσον ευφύια...21 |                | Βαλκάνια και δυτικά στερεότυπα.....      | 35 |

Ακούτε το ραδιόφωνό μας καθαρά από την ιστοσελίδα

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

Επίσης δοκιμάστε και την συχνότητα 99.1 FM



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



Στο Ρεβεγιόν στο Concorde για το νέον Έτος η "Ο" συνάντησε τον παλιό μαθητή του εκδότη οδοντογιατρό Τόνυ Αντωνάκο, απόφοιτο του Ελληνοαμερικανικού Λυκείου και την σύζυγό του επίσης οδοντογιατρό Αντωνία.



Στην φωτογραφία δυο παλιοί καλοί φίλοι του εκδότη ο μεγαλοεπιχειρηματίας Γιάννης Τζωρτζής, συνétairos στις επιχειρήσεις με τον αδελφό του τον Χρήστο και ο "μέγας γκολφαδόρος" και ευκαιριακά συμπαίκτης του εκδότη στο γκόλφ Σταύρος Φράγκος, επιτυχής εστιάτορας μετά των χαριτωμένων συζύγων τους.

## ΣΗΜΕΡΙΝΕΣ ΑΞΙΕΣ

# Για το καλό του χρόνου!



Τί να κάνουμε για το καλό του χρόνου; Να οργώσουμε τη βασιλόπιτα για να βρούμε το νόμισμα που έβαλε η γιαγιά; Να μπούμε πρωί πρωί στο σπíti με το δεξί πόδι; Να ξημεροβραδιαστούμε στο γλέντι; Να ξημερωθούμε στην πράσινη τσόχα με καφέ και με τσιγάρο; Να αδειάσουμε το δίκανο στον αέρα τα μεσάνυχτα της πρωτοχρονιάς; Να καρφώσουμε ένα κεφάλι σκόρδο στο ανώφλι του σπιτιού; Να κρεμάσουμε

μια θαλασσιά χάντρα ή να κρεμάσουμε ένα ρόδι; Τί και αν τα κάνουμε όλα αυτά, κατά βάθος γνωρίζουμε ότι είναι εντελώς ανώφελα και ανίκανα να μας προφυλάξουν τον καινούριο χρόνο. Όλα αυτά είναι πατροπαράδοτα, παραδοσιακά έθιμα, βασισμένα στην άγνοια της θεϊκής αλήθειας για το μέλλον, και στον αδικαιολόγητο φόβο για τον απροσδόκητο κίνδυνο, που με αφελή συνήθεια συνεχίζουμε κι εμείς, όπως έκαναν και οι πρόγονοί μας και ας ανήκουμε στον 21° αιώνα.

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

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

**ΚΑΛΗ ΕΥΛΟΓΗΜΕΝΗ ΧΡΟΝΙΑ!!!**

**Πέτρος Φιλακουρίδης**

**Τηλεφωνήστε δωρεάν στο τηλ.: 866 960 2140**



Ένας υπερενθουσιασμένος Σπίρος Σκλάβος με την σύζυγό του υποδέχεται τον καινούριο χρόνο με αισιοδοξία και ελπίδες για υγεία και μακροζωία. Ο Σπίρος ακόμα εργάζεται στην Εταιρία ΚΡΟΝΟΣ FOODS. Θα πρέπει να έχει πολλά χρόνια υπηρεσίας εφ' όσον εξακολουθεί να εργάζεται από τα χρόνια του αείμνηστου Χρήστου Τομαρά που και αυτός μόλις την είχε αγοράσει και την μεγάλωνε. Η εταιρία ΚΡΟΝΟΣ τώρα έγινε η ηγετική πλέον Εταιρία Μεσογειακών προϊόντων και η εφευρέτης της "αυτόματης ψήσης" του γύρου για να μη χρειάζονται οι εστιάτορες ψηστικό μηχάνημα στο εστιατόριό σας.



# Οι μεγαλύτερες ανακαλύψεις το 2017

(Από σελ. 1)

της θεωρίας της Γενικής Σχετικότητας του Αϊνστάιν, ότι δηλαδή τα βαρυτικά κύματα ταξιδεύουν με την ταχύτητα του φωτός. Το 2017 θα μείνει στην Ιστορία ως η απαρχή ενός νέου τύπου «αστρονομίας πολλαπλών μηνυμάτων» η οποία, πρώτη φορά, είναι σε θέση να μελετά τις βαθύτερες πτυχές κάθε ουράνιου φαινομένου, π.χ. μέσω της ταυτόχρονης ανάλυσης βαρυτικών κυμάτων, ακτίνων γάμμα, ακτίνων Χ, ηλεκτρομαγνητικής ακτινοβολίας, κ.ά.). Ωστόσο, εκτός από την Αστροφυσική, αξιόλογες πρόοδοι έγιναν αυτό τον χρόνο και στον χώρο της ελεγχόμενης «πυρηνικής σύντηξης». Ενας τομέας έρευνας που υπόσχεται να προσφέρει, στο μέλλον, μία ανεξάντλητη και, όπως ελπίζουν, «καθαρή» πηγή ενέργειας για την ανθρωπότητα.

**Οι νέες κατακτήσεις στη Βιοϊατρική και τη Βιοτεχνολογία**



Τους τελευταίους 12 μήνες γίναμε μάρτυρες μιας πρωτοφανούς ανάπτυξης και εφαρμογής στη Βιοϊατρική των πιο πρόσφατων τεχνικών της γενετικής μηχανικής που επιτρέπουν στους γιατρούς να επεμβαίνουν επιλεκτικά και να αλλάζουν μικροχειρουργικά το γενετικό υλικό των ανθρωπινων οργανισμών. Η πιο διάσημη και επαναστατική

τεχνική είναι η «CRISPR-Cas9», η οποία χρησιμοποιείται πλέον για την επιλεκτική τροποποίηση της έκφρασης των γονιδίων μας. Σήμερα είναι σαφές ότι πρόκειται για μια μικροχειρουργική τεχνική που επιτρέπει στους ειδικούς να «ψαλιδίζουν και να συγκολλούν» κατά βούληση σε συγκεκριμένα σημεία το γενετικό υλικό (DNA και RNA) όλων των οργανισμών, του ανθρώπου μη εξαιρουμένου.

**Μοριακή μικροχειρουργική**

Τον τελευταίο χρόνο έγινε μία πρωτοφανής διεύρυνση των δυνατών εφαρμογών της γενετικής μηχανικής στην ανθρώπινη ιατρική και ειδικότερα της τεχνικής «CRISPR-Cas9» για τη «χειρουργική» αντικατάσταση των αλλοιωμένων μορίων του DNA ή του RNA που εμπλέκονται άμεσα σε μια σειρά από πολύ σοβαρές ανθρώπινες ασθένειες. Με άλλα λόγια, είναι πλέον ορατή η δυνατότητα άμεσης εφαρμογής της CRISPR-Cas9 για τη θεραπεία των αιτιών ή των συμπτωμάτων μιας σειράς σοβαρών ασθενειών, από τις αμιγώς γενετικές μέχρι τον καρκίνο.

Τέλος, στις 9 Μαρτίου, στο περιοδικό «Science» δημοσιεύτηκαν εννέα άρθρα που ανακοίνωναν την κατασκευή στο εργαστήριο πέντε συνθετικών χρωμοσωμάτων του ζυμομύκητα της μπίρας (*Saccharomyces cerevisiae*), ενώ στις 9 Μαΐου ερευνητές από το Πανεπιστήμιο της Οξφόρδης ανακοίνωσαν ότι πρώτη φορά κατάφεραν να δημιουργήσουν στο εργαστήριο τον πρώτο «συνθετικό αμφιβληστροειδή» οφθαλμού!

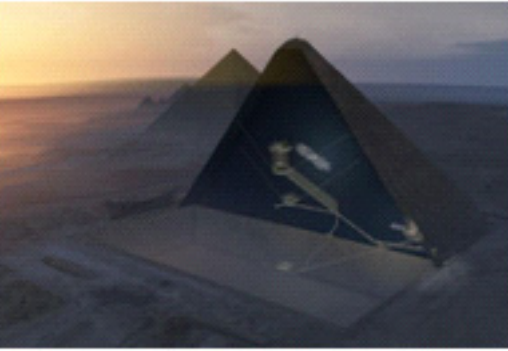
Πάντως, για τις πιθανές μελλοντικές εφαρμογές του στο βιοϊατρικό πεδίο δεν θα πρέπει να υποτιμηθεί και η φετινή επιτυχής κατασκευή ενός από τα πρώτα συστήματα «τεχνητής μήτρας», η οποία έφερε στη ζωή κάποια πρόωρα γεννημένα έμβρυα προβάτων, τα οποία αναπτύχθηκαν στο εσωτερικό της για τέσσερις εβδομάδες, επιβιώνοντας χωρίς ιδιαίτερα προβλήματα. Επιστημονικές επιτυχίες που δεν γεννούν μόνο ελπίδες για το μέλλον αλλά και πολύ σοβαρό προβληματισμό για τα πιθανά βιοηθικά προβλήματα που θα γεννήσει η μαζική εφαρμογή τους σε ανθρώπους.

**Γίναμε μεγαλύτεροι κατά 100 χιλιάδες χρόνια**

Από φέτος, απρόσμενα, οφείλουμε να αλλάξουμε την ημερομηνία εμφάνισης του ανθρώπινου είδους (*Homo sapiens*) μεταθέτοντάς την πίσω κατά 100 χιλιάδες χρόνια. Αυτό προκύπτει από τη φετινή ανακάλυψη στο Μαρόκο τουλάχιστον πέντε οστών από ανθρωπίδες που ζούσαν εκεί πριν από 350 με 300 χιλιάδες χρόνια, αυτοί οι σκελετοί είναι δηλαδή κατά 100 χιλιάδες χρόνια μεγαλύτεροι από τα πρώτα μέλη του είδους μας που είχαν βρεθεί κατά το παρελθόν στην Αιθιοπία και χρονολογούνται στα 200 χιλιάδες χρόνια πριν. Η φετινή ανακάλυψη στο Μαρόκο ενισχύεται όχι μόνο από τους σκελετούς (κρανία, οστά και δόντια) αλλά και από τη χρονολόγηση των άλλων υλικών που βρέθηκαν γύρω από τα οστά.

«Τώρα είναι σαφές ότι η ιστορία της ανθρωπότητας είναι πιο μπερδεμένη και εμπλέκει το σύνολο της Αφρικής», υποστηρίζει ο Σαιξες Ησφξ, διευθυντής του Αυστραλιανού Κέντρου Ερευνών για την Ανθρώπινη Εξέλιξη και ένας από του πρωταγωνιστές αυτής της έρευνας.

**μυστηριώδης αίθουσα στην πυραμίδα του Χέοπα**



Οι περισσότεροι αρχαιολόγοι ήταν πεπεισμένοι ότι η πολυμελητημένη πυραμίδα του Χέοπα, γνωστή διεθνώς και ως η «Μεγάλη Πυραμίδα» της Αιγύπτου, δεν έκρυβε πια μυστικά, τουλάχιστον ως κτίριο. Κι όμως έκαναν λάθος, όπως έδειξε φέτος μια πολύ ενδιαφέρουσα γαλλο-ιαπωνική έρευνα που δημοσιεύτηκε στις 2 Νοεμβρίου, στο περιοδικό «Nature».

Αυτή η μελέτη, βασιζόμενη σε νέα τεχνολογικά όργανα ραδιογραφίας, αποκάλυψε ότι η πυραμίδα αυτή έκρυβε μια εντελώς άγνωστη αίθουσα μήκους 30 μέτρων. Η πρωτοτυπία αυτών των δύο ερευνητών ήταν ότι κατέφυγαν σε προχωρημένες τεχνικές σωματιδιακής Φυσικής για να εισβάλουν στο σάρατο εσωτερικό της πυραμίδας. Έτσι αποκάλυψαν, φέτος, την ύπαρξη μιας εντελώς άγνωστης αίθουσας μήκους 30 μέτρων.



Ο εκδότης και η Πόλα επιπνεύθηκαν τα Χριστούγεννα το Σύμπλεγμα Ξενοδοχείων KOHLER στο Wisconsin και θαύμασαν την ομορφιά του χιονισμένου τοπίου και την πολυτέλεια των ξενοδοχείων. Εδώ η Πόλα με τον Αϊ Βασίλη.



Από τις αρχές του προηγούμενου αιώνα χρονολογείται η μεγάλη εταιρία ΚΟΛΕΡ που φημίζεται για τα προϊόντα της παγκοσμίως. Εκεί είναι το εργοστάσιό της και μια ολόκληρη πόλη που οι ιδιοκτήτες της εταιρίας ίδρυσαν.



Την πλούτησαν με διάφορα πολιτιστικά ιδρύματα, μουσεία, βιβλιοθήκες και πάρκα που έλκουν χιλιάδες τουρίστες ολοχρονίς. Στις φωτογραφίες βλέπετε ένα μέρος από το τεράστιο "Χριστουγεννιάτικο" Πάρκο EVERGREEN.



Το Πάρκ παρουσιάζει κάθε χρόνο τα γεγονότα της Γέννησης του Χριστού με θαυμαστή παραστατικότητα και ρεαλισμό και 100δες χιλιάδες το επισκέπτονται



κάθε χρόνο και απολαμβάνουν τι μπορεί να κάνει ο άνθρωπος με... γλομπάκια.!



## ΕΙΚΟΝΕΣ ΤΟΥ ΚΟΣΜΟΥ



Ευτυχώς που υπάρχει και η αίθουσα συνεστιάσεων Concorde που κάθε Παραμονή Πρωτοχρονιάς οργανώνει το μόνο αξιοσημείωτο Ρεβεγιόν για τον Ελληνισμό της Περιοχής. Εδώ η παρέα της Irene Gritsonis-Herr.



Στην φωτογραφία δिकρίνεται και η παρέα των συμπατριωτών και φίλων του εκδότη από το Καράτουλα του Καστρίου αδελφών Λογοθέτη που φαίνεται πως διασκάδασαν εξαιρετικά την βραδιά αυτή.



Αβγοαλευρώματα. Ή αλλιώς το φεστιβάλ Εμτ Εξζασίζαυτ στο Ιβι της επαρχίας Αμιγαζυε στην Ισπανία. Για την γιορτή οι συμμετέχοντες φορούν ότι παλιό ρούχο έχουν, κράνη (κάποια από τον πόλεμο), μάσκες και γυαλιά, προμηθεύονται καρτέλες με αβγά, σακιά με αλεύρι και ξεκινούν την μάχη. REUTERS/Heino Kalis.



Ο καλύτερος. Υπάρχουν ζωόφιλοι που προτιμούν τις γάτες άλλοι που προτιμούν τους σκύλους. Η φωτογραφία από το Oberstdorf της Γερμανίας απευθύνεται στους δεύτερους, αυτούς που ξέρουν ότι ο καλύτερος φίλος του ανθρώπου είναι ένας καλός σκύλος. Τόσο που φτάνει να σου κουβαλάει και τα ψώνια όταν χρειάζεται. EPA/CHRISTIAN BRUNA



Βιαστικό ξωτικό. Στην άκρη του παγωμένου δρόμου και μέσα στο αυτοκίνητο γεννήθηκε η εικονιζόμενη Porpy. Οι γονείς της Hannah και Taylor Lindeman έτρεξαν μέσα στον χιονιά στο United Hospital in St. Paul της Μινεσότα, αλλά η μικρή είχε άλλα σχέδια για τα Χριστούγεννα.



Μαγκνόλια. Φυτεύτηκε από τον Πρόεδρο Andrew Jackson το 1835 και κάθε χρόνο την άνοιξη στόλιζε τον Λευκό Οίκο με τα τεράστια λουλούδια της. Οχι πια, καθώς οι ειδικοί που την εξέτασαν αποφάνθηκαν ότι οι ρίζες της είναι αδύναμες και πρέπει να κοπεί.

**GREEK PROMOTIONS LIVE**

**Katerina Stanisi**  
**LIVE**  
March 9th & 10th  
Miraj Layalena  
8801 N. Milwaukee Ave  
Niles IL  
60714

**ΣΤΑΝΙΣΗ**  
**KATERINA**

630 234 2183  
630 205 1403

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

Η ΠΑΝΕΜΟΡΦΗ ΚΑΤΕΡΙΝΑ ΣΤΑΝΙΣΗ ΜΕ ΤΗΝ ΧΡΥΣΗ ΦΩΝΗ ΤΗΣ, ΣΤΟ NILES, IL. (ΓΩΝΙΑ DEMPSTER AND MILWAUKEE). ΤΗΛΕΦΩΝΕΙΣΤΕ ΣΤΟΝ ΝΙΚΟ ΑΝΔΡΙΟΠΟΥΛΟ ΣΤΟ (630) 234-2183.



# ΑΚΛΟΝΗΤΗ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ

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

## Πώς να Επιβάλεις Λογικούς Περιορισμούς στους Εφήβους που Επαναστατούν



Όταν είσαι αντιμέτωπος με εφηβική ανταρσία, είναι σημαντικό να καταλάβεις πρώτα ποιος είναι ο λόγος που ο/η έφηβός σου επαναστατεί. Τότε θα μπορέσεις συγκεκριμένα να δεις τι μπορείς να κάνεις.

Σε κάθε άθλημα υπάρχουν κανόνες με τους οποίους πρέπει να συμμορφώνονται οι παίκτες. Ξέρουν καλά ότι κάθε φορά που παραβιάζουν κάποιον κανόνα ο διαιτητής επεμβαίνει και κάνει αυτό που πρέπει για να συνεχιστεί το παιχνίδι ομαλά.

Οι κανόνες και οι περιορισμοί ισχύουν σε κάθε γήπεδο της ζωής, συμπεριλαμβανομένου και του σχολείου ή της δουλειάς. Και ο λόγος που υπάρχουν οι κανόνες είναι για να υπάρχει διαφάνεια ως προς το ποιος είναι υπεύθυνος για κάτι, τι επιτρέπεται να κάνει κανείς και τι όχι, πού μπορεί να πάει κανείς και πού



όχι, και ούτω καθεξής. Οι κανόνες και οι περιορισμοί υπάρχουν για να προστατεύουν το άτομο και τους άλλους, να τους καθιστούν υπεύθυνους, και να τους δίνουν ένα πλαίσιο μέσα στο οποίο μπορούν να κινούνται και να είναι παραγωγικοί.

Όπως οι περιορισμοί στο γήπεδο του αθλήματος συνιστούν το πλαίσιο μέσα στο οποίο ο κάθε παίκτης πρέπει να παίξει, έτσι κι οι περιορισμοί που θέτουν οι γονείς συνιστούν το πλαίσιο μέσα στο οποίο το παιδί πρέπει να παίξει στην καθημερινή του ζωή. Ας δούμε τον καθένα απ' αυτούς τους περιορισμούς που πρέπει να επιβάλουμε για να μεγαλώσουμε σωστά τα παιδιά μας, και ιδιαίτερα τα ατίθασα και επαναστατικά.

### Το γενικό πλαίσιο των κανόνων

Πρέπει να μπουν ξεκάθαροι κανονισμοί που θα αφορούν τη στάση και τη συμπεριφορά τους. Οι κανόνες αυτοί μπορεί να είναι: να δείχνουν σεβασμό, να λένε την αλήθεια, να παίρνουν καλούς βαθμούς, να κάνουν δουλειές στο σπίτι, να έχουν συγκεκριμένο χρόνο για κομπιούτερ, για τηλεόραση, για ταινίες, να μη χρησιμοποιούν ναρκωτικά, και να ελέγχουν τη σεξουαλική τους συμπεριφορά. Για να διασαφηνίσεις τις προσδοκίες σου και για να είσαι σίγουρος/η ότι ο/η έφηβός σου ξέρει τους κανόνες και τις συνέπειες, είναι καλό και σημαντικό να τα καταγράφεις.

### Το γενικό πλαίσιο των συνεπειών

Στο βιβλίο του "Περιορισμοί για τους

Εφήβους", ο Δρ John Townsend λέει, "Οι έφηβοι χρειάζονται συνέπειες, γιατί έτσι καταλαβαίνουν έναν βασικό νόμο της ζωής: ότι η καλή συμπεριφορά έχει καλά αποτελέσματα ενώ η κακή συμπεριφορά έχει ανεπιθύμητα αποτελέσματα που τους επιβάλλονται όταν παραβιάζουν τον κανόνα". Ακόμα, η συνέπεια θα πρέπει να συσχετίζεται με την προσβολή του κανόνα όσο γίνεται περισσότερο. Για παράδειγμα, αν ο/η έφηβός σου δε σου μιλάει με σεβασμό, χάνει το προνόμιο να μιλάει στους φίλους του/της στο κινητό.

Τα γενικά πλαίσια των κανόνων και των συνεπειών αλλάζουν ανάλογα με την ηλικία, την εμπιστοσύνη, την ωριμότητα και την υπευθυνότητα. Όταν τα παιδιά μας δείχνουν υπευθυνότητα μένοντας μέσα στα όρια με συνέπεια, όταν μεγαλώνοντας ωριμάζουν και κερδίζουν την εμπιστοσύνη μας, οι κανόνες και οι συνέπειες θα γίνονται λιγότεροι και τα παιδιά μας θα έχουν περισσότερη ελευθερία καθώς θα ευρύνεται το κενό ανάμεσα στο πλαίσιο των κανόνων και στο πλαίσιο των συνεπειών.

**Να εκπαιδεύεις τα παιδιά σου με αλήθεια και αγάπη** Είναι σημαντικό να σημειώσουμε ότι, ως γονείς, δεν είμαστε μόνο οι "διαιτητές" που βάζουν τους κανόνες του παιχνιδιού και σφυρίζουν όταν τα παιδιά μας βγουν έξω από τις γραμμές, αλλά είμαστε και ο "προπονητής" τους. Κι είναι ιδιαίτερα αξιοσημείωτο ότι πρέπει να εκπαιδεύουμε τα παιδιά μας με αλήθεια και αγάπη. Αν δε λέμε πάντα την αλήθεια και δε δείχνουμε αγάπη στα παιδιά μας, τότε δε θα υπολογίσουν τους κανόνες και τις συνέπειες που θέσαμε και η ανταρσία μπορεί να γίνει ακόμη χειρότερη.

Το να λες την αλήθεια έχει ζωτική σημασία όταν έχεις να κάνεις με ένα παιδί που έχει ισχυρή θέληση και ξεπερνάει τα όρια ή που συμπεριφέρεται σα να μην υπάρχουν περιορισμοί. Μπορώ να κερδίσω την εμπιστοσύνη των παιδιών μου μόνο όταν ξέρουν ότι τους λέω πάντα την αλήθεια και είμαι άνθρωπος που κρατάει το λόγο του. Έτσι, όταν λέω στα παιδιά μου ότι έβαλα αυτούς τους περιορισμούς και τους κανόνες για το καλό τους, το πιστεύουν χωρίς να αμφιβάλουν. Τότε, μπορώ να τους πω ότι θέλω κι αυτοί να λένε πάντα την αλήθεια.

Αλλά και η αγάπη είναι εξίσου σημαντική. Αγάπη σημαίνει να υπηρέτεις και να προσφέρεις με ανιδιοτέλεια και με θυσία στο παιδί σου. Να κάνεις το καλύτερο γι αυτό ό,τι κι αν σου στοιχίσει. Η αγάπη λέει, "Θέλω το καλό σου! Γιαυτό το έκανα αυτό, και γιαυτό πήρα αυτήν την απόφαση." Κι όταν ειλικρινά αγαπάμε τα παιδιά μας, όταν καταλάβουν ότι θέλουμε το καλό τους, τότε θα μας ακολουθήσουν. Θα πουν μέσα τους: "Με αγαπάς. Έχεις το δικαίωμα να με οδηγείς εκεί που θέλεις. Θα σε ακολουθήσω. Θα ζήσω σύμφωνα με τους κανόνες που έβαλες και θα υποστώ τις συνέπειες όταν τους παραβώ."

Γιαυτό, καθώς επιβάλλεις αυτούς τους περιορισμούς στα παιδιά σου, βεβαιώσου ότι τους εκπαιδεύεις με αλήθεια και αγάπη.

**Όταν η πρώτη σου προτεραιότητα είναι η οικογένειά σου, τότε είσαι στο σωστό δρόμο, στο δρόμο που οδηγεί σ' έναν ακλόνητο γάμο και σε μια ευτυχισμένη οικογένεια.**

**ΣΤΗΒ ΘΕΟΦΑΝΟΥΣ**

## ΦΩΤΟΡΕΠΟΡΤΑΖ



Από το Ρεβεγιόν του Concorde. Στην φωτογραφία δύο απόφοιτοι του πάλαι ποτέ Ελληνοαμερικανικού Λυκείου του Ελληνικού Σχολείου του εκδότη, (1970-1985), ο οδοντίατρος Στήβ Μπαλής και ο καρδιολόγος Μιχάλης Φόρτσας. Η μόνη πολύτιμη αμοιβή κάθε δασκάλου είναι να βλέπει τους μαθητές του νάναι κοινωνικά καταξιωμένοι.



Η Κωνσταντινοπολίτισσα Αγγελική Στήβενσον η κόρη της Τζένυ και οι παρέες τους διασκεδάζουν στην εορτή της Πρωτοχρονιάς.



Όταν εκπνέει ο χρόνος που στην ουσία είναι ένα συμφωνημένο από τους ανθρώπους χρονικό διάστημα, όλοι αισθανόμαστε πως κάτι έλειψε από την ζωή μας στο πέρασμά του και, την βραδιά της εισόδου στο νέον έτος, θέλομε να κάνομε μια αυτοανάλυση της συμπεριφοράς μας να διακριβώσουμε πού αποτύχαμε και με ποιό τρόπο να διορθώσουμε τα λάθη μας και να αρχίσουμε ένα νέο τρόπο ζωής. Έρευνες έχουν αποδείξει πως δύσκολα αλλάζει η νοοτροπία των ανθρώπων και πως οι υποσχέσεις που δίνομε στον εαυτό μας



πραγματοποιούνται μόνο στο 9% και για λίγο χρονικό διάστημα. Παρά ταύτα την βραδιά εκείνη είμαστε υπερασισιόδοχοι και με εμπιστοσύνη απενίζομε το μέλλον που, κατα γενική ομολογία, δεν θα είναι πολύ πιο καλλίτερο από το πρόσφατο παρελθόν.



# 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  
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 GEORGIUO.

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

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

ST. ANDREWS  
5649 N. SHERIDAN RD., CHICAGO, IL. PHONE: (773) 334-4515  
REV. IOANNIS KALOMAS

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. PANTELEÏON DALIANIS

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

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 GEORGE  
2701 N. SHEFFIELD, CHICAGO, IL 60614 PHONE: (773) 525-1793  
REV. CHRYSANTHOS KERKERES

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

ST. JOHN THE BAPTIST  
2350 DEMPSTER 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. PANAGIOTS BOZNOS  
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

EMPRESS BANQUETS  
200 E. LAKE ST., ADDISON, IL. 60101 PHONE: (630) 279-5900

BRISTOL PALACE BANQUETS  
828 E. RAND RD. MT. PROSPECT, IL. 60056 PHONE: 847) 749-5832

# ΕΛΛΗΝΟΑΜΕΡΙΚΑΝΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΑΠΟΚΑΣΤΑΣΤΑΣΗΣ ΚΑΙ ΠΕΡΙΘΑΛΨΗΣ

## Βραχυχρόνιες και Μακροχρόνιες Υπηρεσίες Φροντίδας για Υπερήλικες

Οι Έλληνες απ’ όλη την Αμερική το αποκαλούν «το σπίτι τους» Όταν 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 Αλζχάιμερ
- \* 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 πληροφορίες για το Κέντρο και για μια επίσκεψη στο χώρο παρακαλούμε επικοινωνήσετε 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.greekamericancare.org



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

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

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

## CONCORD BANQUETS

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



## Λίγες... ντομάτες την ημέρα



**Μία νέα έρευνα προσφέρει ενδείξεις ότι η κατάλληλη διαίτα μπορεί να συντελέσει στην αποκατάσταση των πνευμονικών βλαβών σε πρώην καπνιστές. Ταυτόχρονα, μία διαίτα πλούσια σε φρούτα μπορεί να επιβραδύνει τη διαδικασία φυσικής γήρανσης του πνεύμονα ακόμα και σε άτομα που δεν έχουν βάλει ποτέ στο στόμα τους το τσιγάρο.**

Ερευνες έχουν προσφέρει ενδείξεις ότι μία δίαιτα πλούσια σε ντομάτες και φρούτα προσδίδει σημαντικά και πολύπλευρα οφέλη στην υγεία του ανθρώπου.

Σύμφωνα με τα Κέντρα Ελέγχου και Πρόληψης Νοσημάτων (CDC), μονάχα στις ΗΠΑ το κάπνισμα προκαλεί περίπου 480.000 θανάτους ετησίως, ενώ σχεδόν το 55,4% όλων των ενήλικων καπνιστών προσπαθεί να σταματήσει αυτή την ανθυγιεινή συνήθεια. Η διακοπή του καπνίσματος μειώνει δραματικά τον κίνδυνο ασθενειών, συμπεριλαμβανομένων των πνευμονικών παθήσεων όπως η χρόνια αποφρακτική πνευμονοπάθεια (ΧΑΠ), ο καρκίνος του πνεύμονα, καθώς και ο πρόωπος θάνατος.

Εάν κάποιος σταματήσει το κάπνισμα, οι πνεύμονές του αρχίζουν να θεραπεύονται. Ωστόσο, ενώ στην αρχή η ανταπόκριση του οργανισμού είναι ταχεία, εντούτοις η αποκατάσταση των πνευμόνων γίνεται βαθμιαία και μπορεί να διαρκέσει πολλά χρόνια. Επιπλέον, μονάχα η διακοπή του καπνισματος δεν εξαλείφει πλήρως τον κίνδυνο εκδήλωσης πνευμονικής νόσου που σχετίζεται με το κάπνισμα.

Προηγούμενη έρευνα που δημοσίευσε το επιστημονικό περιοδικό **BNK** έδειξε ότι μια δίαιτα πλούσια σε φρούτα και λαχανικά μπορεί να μειώσει τον κίνδυνο για ΧΑΠ σε νυν και πρώην καπνιστές (κάθε επιπλέον ημερήσια μερίδα συνδέθηκε με 4-8% χαμηλότερο κίνδυνο).

Η νέα μελέτη προχωρά περαιτέρω και δείχνει ότι η κατανάλωση μιας δίαιτας με υψηλή περιεκτικότητα σε φρούτα και λαχανικά -ιδιαίτερα σε ντομάτες και μήλα- επιβραδύνει τη μείωση της λειτουργίας των πνευμόνων μεταξύ των πρώην καπνιστών. Σύμφωνα με την έρευνα, όσοι κατανάλωναν περισσότερες από τρεις μερίδες φρούτων ή περισσότερες από δύο ντομάτες την ημέρα, εμφάνισαν βραδύτερη μείωση των πνευμονικών τους λειτουργιών σε σύγκριση με τους ενήλικες που κατανάλωσαν λιγότερες από μία μερίδες φρούτων ή μία ντομάτα την ημέρα.

Το προστατευτικό αποτέλεσμα ήταν εμφανές μόνο σε όσους κατανάλωναν φρέσκα φρούτα και λαχανικά κι όχι σε όλους χρησιμοποίησαν άλλα προϊόντα που περιείχαν επεξεργασμένα φρούτα και λαχανικά, όπως π.χ. σάλτσα ντομάτας. Αυτό το εύρημα δείχνει ότι μπορεί να υπάρχουν συγκεκριμένα συστατικά στις φρέσκες ντομάτες και τα μήλα που βοηθούν στην αποκατάσταση της πνευμονικής βλάβης που προκαλείται από το κάπνισμα.

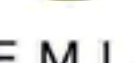
Επιπλέον, καταγράφηκε βραδύτερη μείωση της λειτουργίας των πνευμόνων σε όλους τους ενήλικες της μελέτης, οι οποίοι ακολούθησαν μια πλούσια σε ντομάτα δίαιτα -συμπεριλαμβανομένων κι εκείνων που δεν είχαν καπνίσει ποτέ στη ζωή τους.

Η εν λόγω έρευνα λοιπόν, προσφέρει ενδείξεις ότι συγκεκριμένα θρεπτικά συστατικά θα μπορούσαν να διαδραματίσουν σημαντικό ρόλο στην επούλωση των ζημιών που προκαλούνται από το κάπνισμα.



*Dena Colie* μία αθλήτρια του  
Τριάθλου με Ελληνικές ρίζες

**Dena Colie, ιδιοκτήτρια του εστιατορίου Baron e's Family Restaurant and Pizzeria στο Glen Ellyn, Illinlos, όταν δεν εργάζεται στο εστιατόριο βρίσκεται στα πάρκα τρέχοντας ή στην πισίνα κολυμβώντας, γιατί είναι αθλήτρια στο Τρίαθлон και μάλιστα μια πολύ καλή αθλήτρια, αφού σαν μέλος της ομάδας των Ηνωμένων Πολιτειών στους Παγκόσμιους Αγώνες στο Rotterdam, Netherlands, September 17, 2017, ήρθε 16η στο γκρουπ των 50 με 54 ετών παγκοσμίως. Ήρθε, δηλαδή, σε πολύ καλή σειρά, αν ληφθεί υπ όψη πως αυτή ήταν η δεύτερη φορά που επίσημα έλαβε μέρος στο παγκόσιο αγώνισμα. Αρχισε να διαγωνίζεται στο αγώνισμα πριν 12 χρόνια. Από τότε η Ντίνα κέρδισε 5 παναμερικανικανικά πρωτεία και είναι πιστοποιημένη προπονήτρια. Η Κωνσταντίνα (Ντίνα) είν η κόρη του Scot-Φώτη και της Κανέλλας Willzey, με ρίζα από το ιστορικό Λεοντάριο Αρκαδίας, κόρη του αείμνηστου Νικολάου και Νικολλέτας Νικήτα Σαχλά και ανεψιά της κας Μαρίας Δημοσθένους Φωτοπούλου η οποία εκφράζει με θαυμασμό θερμά συγχαρητήρια και σε ανώτερα.**



# THEMIDA

A COLLABORATION OF



REVELIOTIS LAW, P. C.

Διεθνές γραφείο  
Φιλίππου α. Κοτέα  
κοσμά Φ. Κοτέα  
& συνεργατών

## YOUR BRIDGE TO THE GREEK LEGAL SYSTEM

- Inheritance Law
- Real Estate Law
- International Law

- Taxation Law
- Immigration Law
- Notary Services

- Business Law
- Insurance Law
- Family Law

**Allow THEMIDA to be Your Guide for All Greek Legal Matters**

**A** 1030 West Higgins Rd. Suite #101, Park Ridge IL 60068

**E** [info@themidalaw.com](mailto:info@themidalaw.com)

**T** 847-653-3369 | **F** 312-230-0161

**W** [www.ThemidaLaw.com](http://www.ThemidaLaw.com)

**FB** @ThemidaLaw



# Μόνο δύο στις δέκα Ελληνίδες κάνουν τακτικά τεστ ΠΑΠ



«Όχι» στο Τεστ Παπανικολάου λέει η πλειονότητα των γυναικών στην Ελλάδα, αν και η εξέταση τεκμηριωμένα συντελεί στην πρώιμη διάγνωση και πρόληψη του καρκίνου του τραχήλου της μήτρας. Σύμφωνα με την Αρχοντία Πασχάλη, Κυτταρολόγο, στη χώρα μας μόνο το 20% των γυναικών υποβάλλεται τακτικά σε τεστ Παπανικολάου.

Όπως ανέφερε η κ. Πασχάλη κατά τη διάρκεια ημερίδας που διοργάνωσε το Ινστιτούτο Γεώργιος Ν. Παπανικολάου, ο Δήμος Κύμης-Αλιβερίου, η Περιφέρεια Στερεάς Ελλάδας και η Ένωση Καθηγητών Ιατρικής του Πανεπιστημίου Αθηνών (ΕΚΙΠΑ), ο καρκίνος του τραχήλου της μήτρας καλύπτει το 10% όλων των κακοηθειών και αποτελεί την δεύτερη σε συχνότητα αιτία θανάτου από καρκίνο στο γυναικείο πληθυσμό.

«Υπολογίζεται ότι κάθε μέρα χάνονται 40 γυναίκες στην Ευρώπη από τη νόσο. Το 95% των καρκίνων του τραχήλου της μήτρας, οφείλεται στη μόλυνση από ογκογόνους τύπους του ιού ΘΠΧ.

Άλλοι παράγοντες μπορούν, επίσης, να επιδράσουν δευτερευόντως στην καρκινογένεση. Αυτοί είναι ο τρόπος ζωής της γυναίκας, η έναρξη της σεξουαλικής ζωής σε μικρή ηλικία, η πολλαπλότητα των ερωτικών συντρόφων, η προσβολή από άλλα σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα, ενώ τελευταία ενοχοποιούνται ακόμα και διατροφικοί παράγοντες, όπως είναι η ανεπάρκεια των βιταμινών Α και Ε», εξήγησε η κ. Πασχάλη.

Η Αναστασία Πουλημένου, γυναικολόγος στο Γενικό Νοσοκομείο-Κέντρο Υγείας Κύμης, εξήγησε ότι το συμβατικό τεστ ΠΑΠ αποτελεί μέχρι σήμερα την σημαντικότερη ασπίδα σωτηρίας από τη μάστιγα του καρκίνου του τραχήλου της μήτρας, ωστόσο, 60 χρόνια μετά την ανακάλυψή του ήρθε η μετεξέλιξή του, το HPV dna test και το mRNA HPV test, τα οποία συμβάλλουν ακόμα περισσότερο στον έλεγχο της νόσου, αυξάνοντας δραστικά την ευαισθησία και την ειδικότητα της μεθόδου και περιορίζοντας τα ψευδώς αρνητικά αποτελέσματα σε ποσοστό κάτω του 10%.

Σύμφωνα με την κ. Πασχάλη, «ο συνδυασμός των τεστ ΠΑΠ και HPV dna τεστ αυξάνει τη διαγνωστική ακρίβεια των εξετάσεων και παίζει σημαντικό ρόλο στην παρακολούθηση των ενδοεπιθηλιακών νεοπλασιών, ξεχωρίζοντας τις γυναίκες που διατρέχουν μεγαλύτερο κίνδυνο να αναπτύξουν καρκίνο του τραχήλου της μήτρας. Τα τελευταία χρόνια, συνιστάται στις γυναίκες άνω των 30 ετών να υποβάλλονται σε ΘΠΧ δξα υετυ, ανεξάρτητα από το αν έχουν προσβληθεί από τον ιό με το συνδυασμό των εμβολίων για προστασία από τον ιό ΘΠΧ, τη χρήση του τεστ ΠΑΠ και του HPV dna test, πιστεύουμε ότι πλησιάζουμε στο τέλος του καρκίνου του τραχήλου της μήτρας».

Ο πρόεδρος της ΕΚΙΠΑ, Παναγιώτης Σκανδαλάκης, συμπλήρωσε ότι «το κόστος της εξέτασης αντιστοιχεί στο 1/10 του κόστους θεραπείας. Το ποσό που αντιστοιχεί στο κόστος της χημειοθεραπείας ενός ασθενούς, θα μπορούσε να διατεθεί για την προληπτική εξέταση (τεστ ΠΑΠ) αρκετών εκατοντάδων γυναικών».

Ιωάννα Βασιλακοπούλου  
Διαιτολόγος - Διατροφολόγος, ΒΤγ  
Επιστημονική Υπεύθυνη ΛΟΓΩ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ, Πάτρα  
Ιδρυτικό Μέλος Ελληνικής Διατροφολογικής Εταιρείας  
Μιλήστε μαζί μου [www.gaiasdiet.gr](http://www.gaiasdiet.gr)

## «Της Κρήτης την παράδοση με ευλάβεια στηρίζω και όπου σταθώ και όπου διαβώ μια Κρήτη ζωγραφίζω»



Ξεκινώ όπως αρμόζει στην ιστορία και στην παράδοση αυτού του νησιού, με τί άλλο φυσικά, με μαντινάδα. Είναι ο τόπος που "στεγάζει" τη Μεσόγειο, σα να μη θέλει να την αποχωριστεί ποτέ. Πώς γίνεται άλλωστε να χωρίσεις τα παιδιά από τη μάνα έτσι και η Κρήτη μας σα πρωτοπαϊδί στέκεται αγέρωχη στο χάρτη της Ελλάδος να θυμίζει και να εξυμνεί σε όλους μας τα αγαθά της.

Στο σταυροδρόμι των τριών ηπείρων, της Ευρώπης, της Ασίας και της Αφρικής ξεπροβάλλει σαν από μηχανής θεά, η Κρήτη. Η γεωμορφολογία του νησιού σε συνδυασμό με τις ιδανικότερες κλιματολογικές συνθήκες έπαιξαν καθοριστικό ρόλο στη δημιουργία της κρητικής κουζίνας σαν απόγειο της μεσογειακής διατροφής. Όλη η ιστορία της λεγόμενης «κρητικής δίαιτας» οφείλεται στον αμερικανό Ancel Keys και στους συνεργάτες του, οι οποίοι έφεραν στο προσκήνιο τη «μελέτη των Επτά χωρών». Το αποτέλεσμα ένα, οι Κρήτες ξέρουν να ζουν και η διατροφή τους ξεκινάει να γίνεται πρότυπο διατροφής που οδηγεί στην υγεία και την μακροβιότητα.

Αγαθά πάμπολλα και ποικίλα. Η Κρητική διατροφή είναι σαν μια ατέρμονη ευθεία γραμμή υγείας και ευεξίας, όμως εν όψει καλοκαιριού ας επιστήσουμε λίγο παραπάνω την προσοχή μας στον κύριο του τραπέζιού τον «διπυρίτη άρτο». Το γνωστό σε όλους μας κρητικό παξιμάδι ή ντάκος. Αυτό το παξιμάδι είναι «πολύτιμο»... Μοιάζει ταπεινό, αλλά για αιώνες έχει «σώσει» τους αγρότες και τους ναυτικούς σε πολλά νησιά της Ελλάδας, ικανοποιώντας την πείνα τους. Παξιμάδι το κριθαρένιο... Το κριθάρι, βασικό στοιχείο της διατροφής στον ελλαδικό χώρο από τη μινωική εποχή, υπάρχει ακόμη και σήμερα στο τραπέζι μας. Παξιμάδι. Η Κρήτη έχει κυριαρχήσει στη φαντασία μας στον τομέα των ελληνικών παξιμαδιών και έχει κατοχυρώσει την πατρότητά τους. Χωρίς καμία αμφιβολία αφού κάνοντας μια βόλτα στους φούρνους του νησιού συναντάμε πολλά σχήματα και μεγέθη, με καρυκεύματα ή μη, με σουσάμι και σκέτα.

Παξιμάδι, λοιπόν, δυο φορές ψωμί! Από διατροφικής απόψεως τα οφέλη του παξιμαδιού είναι πολλά αφού εκτός του ότι δεν περιέχει συντηρητικά, το παξιμάδι είναι σκληρό και πρέπει να το μασήσουμε καλά για να το φάμε. Άρα χρησιμοποιούμε περισσότερο σάλιο, το οποίο περιέχει το ένζυμο αμυλάση, που διασπά το άμυλο σε απλούστερους υδατάνθρακες. Έτσι, το παξιμάδι είναι πιο εύπεπτο, αφού η πέψη ξεκινάει από τη μάσηση. Το κριθαρένιο παξιμάδι περιέχει αυξημένο ποσοστό β-γλυκάνης, η οποία συμβάλλει στη μείωση της χοληστερίνης. Τα παξιμάδια ολικής άλεσης περιέχουν αυξημένα ποσοστά βιταμινών του συμπλέγματος Β οι οποίες συμβάλλουν στην ομαλή λειτουργία του νευρικού συστήματος. Είναι καλή πηγή βιταμίνης Ε και ιχνοστοιχείων. Το παξιμάδι είναι πιο χορταστικό από το ψωμί χωρίς να δίνει αναλογικά περισσότερες θερμίδες. Ένα μέτριο παξιμάδι (15γρ) δίνει 80 θερμίδες. Τις ίδιες θερμίδες δίνει και μία φέτα λευκό ψωμί (30γρ) αλλά και δύο φρυγανιές. Δεν μπορεί κανείς να μιλήσει με ακρίβεια για τη διαφορά στις θερμίδες γιατί πρόκειται για παραδοσιακά ελληνικά προϊόντα των οποίων η ενεργειακή αξία δεν περιλαμβάνεται στους διεθνείς πίνακες μετρήσεων.

Κανείς δεν αμφισβητεί σήμερα τα άπειρα σφάλματα στη σύγχρονη διατροφή μας. Οι ρυθμοί της καθημερινότητας είναι τόσο γρήγοροι που δεν υπάρχει η πολυτέλεια να φάει κανείς υγιεινά – νόστιμα- γρήγορα- σωστά. Αυτό μοιραία μας οδηγεί στην κατανάλωση βιομηχανοποιημένων τροφών που είναι πλούσια μόνο σε θερμίδες και συντηρητικές. Δεν μπορούν τα αποτελέσματα είναι εμφανή αφενός όσον αφορά τις θερμίδες άμεσα, αφετέρου όσον αφορά την υγεία μακροπρόθεσμα, αλλά το ίδιο οδυνηρά. Αντίθετα στην όλη κουλούρα είναι τα παξιμάδια. Φαίνεται να κρατούν το σθένος και την αρχοντιά των Κρητών θέλοντας να διασφαλίσουν ότι αγνό και ελληνικό υπάρχει ακόμα στη κοινωνία. Έχουν τεράστια θρεπτική αξία. Ανάλογα με την πρώτη ύλη από την οποία παρασκευάζονται, μας προσφέρουν πλήθος θρεπτικών συστατικών. Κρίθινα, ολικής ή σταρένια, κουλούρες ή παξιμάδια όποια και να είναι η επιλογή μας σίγουρα θα είναι μη λανθασμένη.

Είναι εκεί για εμάς όλες τις ώρες της ημέρας όπως ακριβώς και οι άνθρωποι που το δημιούργησαν. Έτσι είναι στην Κρήτη, σε ορεινά και μη μέρη, μια κουλούρα με λίγη φέτα και ντομάτα καθώς και ένα ποτήρι ρακί συνοδεύουν πάντα τα γεύματα των Κρητικών και όσοι από εμάς είχαν την τύχη να βρεθούν στην Κρήτη θα έχουν τύχει σίγουρα να βρεθούν σε τέτοιο τσιμπούσι. Έτσι και τα παξιμάδια είναι εκεί για εσάς πάντα. Είτε για ένα δυναμωτικό πρωινό, πλούσιο σε υδατάνθρακες και φυτικές ίνες, είτε ως σνακ είτε ως ένα πλήρες μεσημεριανό ή ως ένα υγιεινό και ελαφρύ βραδινό.

Ντάκος Μπορεί σήμερα το πρόγευμα στην Κρήτη να μην είναι κριθαρένιο παξιμάδι βουτηγμένο στο κρασί, όπως ήταν πριν από δύο γενιές, συνεχίζει όμως να κατέχει ξεχωριστή θέση στην ελληνική κουζίνα. Σήμερα όμως βρέχουμε τα παξιμάδια, περνώντας τα γρήγορα από το νερό της βρύσης, για να μαλακώσουν λίγο. Τα ραντίζουμε μια κουταλιά ελαιόλαδο και στρώνουμε από πάνω τριμμένη ντομάτα. Πασπαλίζουμε αλάτι, ρίγανη, προσθέτουμε λίγο ακόμη ελαιόλαδο και είναι έτοιμο.

Δεν είναι τυχαίο το γεγονός ότι η σύγχρονη επιστήμη αναγνωρίζει την σημασία της Κρητικής διατροφής στην πρόληψη πολλών χρόνιων παθήσεων, όπως π.χ. καρδιαγγειακές νόσους, καρκίνο, διαβήτη, υπέρταση, γαστρεντερικές διαταραχές (έλκος, δυσκοιλιότητα), οστεοπόρωση, ρευματοειδή αρθρίτιδα καθώς και στον έλεγχο της επανομαζόμενης κακής χοληστερίνης, των τριγλυκεριδίων και του σακχάρου στο αίμα.

**Για την απλή αλλά υγιεινή κρητική διατροφή λέω**

**“ Με μια ντομάτα δυο ελιές, τρία  
παξιμαδάκια πίνουν στην Κρήτη τσικουδιά  
και λεν’ μαντιναδάκια ”**



The Law Firm of

# Tony S. Kalogerakos & Associates

Personal Injury & Wrongful Death Attorneys

## INJURED?

Aggressive, Experienced  
and Compassionate  
**Representation You Can Count On**

**INJURY LAWYERS**  
OF ILLINOIS®



Chicago (312) 929-3807    Suburbs (847) 982-9516

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

**ΟΜΙΛΟΥΜΕ ΕΛΛΗΝΙΚΑ**





**FEBRUARY 17TH  
SATURDAY**

**ΓΙΩΡΓΟΣ  
ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ**



**Doors open at 8pm**

**Meadows Club Banquet | 2950 W Golf Rd, Rolling Meadows, IL 60008**

**FOR TICKETS & INFO: 630 234 2183 • 630 205 1403**  
**[www.greekpromotionslive.com](http://www.greekpromotionslive.com)**



# UNIVERSITY DERMATOLOGY AND VEIN CLINIC

**8110 S. CASS AVE.  
DARIEN, IL 60561  
PHONE: (630) 920-1900  
FAX: (630) 920-1901**

**4605 W. GOLF RD.  
SKOKIE, IL 60076  
PHONE: (847) 679-5199  
FAX: (847) 679-5490**

## MEET OUR PHYSICIANS



**Vassilios (Bill) Dimitropoulos, MD** is a board certified Dermatologist who completed medical training at Rush University Medical Center, residency at the University of Michigan, and a Mohs Micrographic Surgery fellowship at Rush University. Dr. Dimitropoulos is an Assistant Professor and the Medical Director of the Dermatologic and Mohs Micrographic Surgery Program at the University of Illinois in Chicago. Dr. Dimitropoulos is also the Medical Director of the Clinical Research Study Center at University Dermatology and Vein Clinic. Clinical Interests include: Mohs Micrographic Surgery, Skin Cancer, Pigmented lesions, Skin tumors, Moles, Cysts, Geriatric skin care and aging, and skin care of immunosuppressant patients.



**Valerie Laniosz, MD, PhD** is a board certified Dermatologist who completed a combined medical and doctoral degree in Microbiology and Immunology at Rosalind Franklin University of Medicine and Science. After an internship in Internal Medicine at Loyola Medical Center, she completed a dermatology residency at Mayo Clinic in Rochester, Minnesota. Dr. Laniosz spent an additional year at Mayo Clinic doing Epidemiological and Clinical research. Dr. Laniosz enjoys seeing patients of all ages and all skin types with clinical interests in Acne, Hair Loss, Skin Cancer, Infectious disease of the skin, and complex medical dermatology.



**Stamatis (Tom) Dimitropoulos, MD** is a board certified Cardiologist who completed his medical training, Internal Medicine residency, and Cardiovascular disease fellowship at Rush University Medical Center. Dr. Dimitropoulos also completed a fellowship in Interventional Cardiology at William Beaumont Hospital in Royal Oak, Michigan. As director of the Vein Centers in the Skokie, Darien, and St. Joseph Offices, Dr. Dimitropoulos specializes in the diagnosis and treatment of chronic venous diseases and offers non-surgical treatment of varicose veins. All procedures are performed in the office, downtime is minimal, and most procedures are covered by insurance.

**ΟΙ ΚΟΡΥΦΑΙΟΙ ΓΙΑΤΡΟΙ ΤΗΣ  
ΠΑΡΟΙΚΙΑΣ ΜΑΣ ΠΟΥ ΜΙΛΟΥΝ  
ΤΕΛΕΙΑ ΕΛΛΗΝΙΚΑ**



# Στις όχθες του Ασωπού εντοπίστηκαν θαμμένα βιομηχανικά απόβλητα



Ερευνα επιθεωρητών έπειτα από καταγγελία πολιτών

Τα απόβλητα, θαμμένα σε βάθος περίπου 8 μέτρων, εντοπίστηκαν στο Συκάμινο Ωρωπού, στη θέση Φυτό, από τους επιθεωρητές Περιβάλλοντος έπειτα από καταγγελία πολιτών. Από την εκσκαφή σε ιδιόκτητο χώρο, 200 έως 300 μέτρα μακριά από την κεντρική πλατεία του χωριού, σε απόσταση μόλις 20 μέτρων από την όχθη του Ασωπού και στα δίπλα σε κατοικίες, οι επιθεωρητές εντόπισαν λάσπες βιομηχανικών αποβλήτων και τέφρα από επεξεργασία μετάλλων.

Τα δείγματα στάλθηκαν για ανάλυση στο Ινστιτούτο Γεωλογικών και Μεταλλευτικών Ερευνών (ΙΓΜΕ), ωστόσο, οι αναλύσεις δεν αναμένεται να ολοκληρωθούν σύντομα.

Όπως αναφέρουν Τα Νέα της Τετάρτης, οι έρευνες των επιθεωρητών θα συνεχιστούν μετά τα αποτελέσματα, ενώ οι πολίτες που έκαναν τις καταγγελίες επιμένουν ότι στην περιοχή βρίσκονται θαμμένα και βαρέλια με τοξικά υγρά.

Οι επιθεωρητές -πριν ακόμη βγουν τα αποτελέσματα του ΙΓΜΕ- είναι βέβαιοι ότι τα απόβλητα που εντοπίστηκαν είναι ιδιαίτερος επικίνδυνα για την ανθρώπινη υγεία και μπορούν να ρυπάνουν το έδαφος, το νερό και να καταλήξουν στη διατροφική αλυσίδα. Η μαύρη σκόνη είναι τέφρα από μονάδες επεξεργασίας μετάλλων, η λάσπη από μονάδες επεξεργασίας αποβλήτων και το χαλκογαλάζιο χρώμα είναι κατά πάσα πιθανότητα οξείδια του χαλκού. Και βέβαια, το ερώτημα που απασχολεί όλους είναι πώς κανείς δεν αντιλήφθηκε τίποτα. Οι επιθεωρητές εντόπισαν στον χώρο ορύγματα, γεγονός που τους κάνει να πιστεύουν ότι λειτουργούσε ως παράνομη χωματερή αποβλήτων.

## BELMONT FUNERAL HOME

ΣΤΙΣ ΣΤΙΓΜΕΣ ΤΟΥ  
ΑΝΑΠΟΦΕΥΚΤΟΥ,  
ΚΑΛΟ ΕΙΝΑΙ ΝΑ  
ΒΑΣΙΖΕΣΑΙ  
ΣΤΟΥΣ  
ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΕΣ

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

# ΕΙΚΟΝΕΣ ΤΟΥ ΚΟΣΜΟΥ



Στην κυπριακή αποκλειστική οικονομική ζώνη μπήκε απόψε το γεωτρύπανο «Σάιπερ 12.000», το οποίο θα διενεργήσει γεώτρηση για λογαριασμό της Ιταλικής ENI



Αποσύρονται οι αστυνομικές δυνάμεις που είχαν αναπτυχθεί με αφορμή το απαγορευμένο δημοψήφισμα στην Καταλονία.



Μπορεί να είναι η βασίλισσα του Ηνωμένου Βασιλείου, ωστόσο οι επιλογές που κάνει στα πράγματα που κουβαλά στην τσάντα της δείχνουν ότι δεν διαφέρει πολύ από τους... κοινούς θνητούς.



Η «επίθεση αγάπης» που δέχτηκε από κάποιον ένθερμο υποστηρικτή του φαίνεται ότι αναστάτωσε τον Ρετζέπ Ταγίπ Ερντογάν κατά τη διάρκεια ομιλίας του.Τη στιγμή που ο Τούρκος πρόεδρος χαιρετούσε τα πλήθη, ένας άνδρας πέρασε από τον έλεγχο της ασφάλειας και χωρίς κανείς να τον εμποδίσει, ανέβηκε στη σκηνή και αγκάλιασε τον Ερντογάν.Εμφανώς ενοχλημένος και λίγο... φοβισμένος ο «σουλτάνος» προσπάθησε να απεμπλακεί από την αγκαλιά που προσπάθησε να του κάνει ο... φανατικός θαυμαστής του.





Breakthrough Technology From The Leading Gyros Supplier



FLAME COOKED. CONE CARVED. AUTHENTIC GYROS SLICES FROM KRONOS.

Kronos' revolutionary manufacturing process flame cooks and carves layer upon layer of savory gyros cones to perfection delivering the *first authentic gyros slices*.



Festival Planning Made Easy >>>

Call 1(800)621-0099 for samples. Visit our website for more information.

Kronos Foods Corp. • [www.KronosFoodsCorp.com](http://www.KronosFoodsCorp.com) • 800.621.0099

FREE  
POS Kit  
with Your  
Festival Order!



Visit The Festival Page On Our Website For Details.



## Ομιλία του Γιώργου Σεφέρη κατά την τελετή παραλαβής του Βραβείου Νόμπελ Λογοτεχνίας, 11 Δεκεμβρίου 1963

( Ομιλία του Γιώργου Σεφέρη) "Ανήκω σσ μία χώρα μικρή Εδώ και μήνες η Ελλάδα είναι στο πραιτώριο. Χλευάζεται και κατασυκοφαντείται. Αναίσχυντοι αργυραμοιβοί την παίζουν στα ζάρια. Προσβάλλουν τους ανθρώπους της, αμφισβητούν την ιστορία της και τον πολιτισμό της. Όποια εφημερίδα και να ανοίξεις, μας έχουν κατατάξει στα «σκουπίδια». Μας θεωρούν ένα περιττό βάρος, από το οποίο όλοι θέλουν να απαλλαγούν, αλλά δεν ξέρουν ακόμα πώς.

Ε, λοιπόν, η Ελλάδα δεν είναι για τα σκουπίδια! Δεν είμαστε οι Έλληνες διεφθαρμένοι και τεμπέληδες. Χαβαλέδες ήμασταν για πολύ καιρό. Βάλαμε τον αυτόματο πιλότο. Ένας φτωχός λαός, που γνώρισε την αφθονία και παρασύρθηκε γιατί νόμισε πως θα κρατήσει για πάντα. Πίστεψε και στα «ψεύτικα τα λόγια τα μεγάλα» κάποιων αδίστακτων πολιτικάντηδων. Για την ακρίβεια ίσως στην Ελλάδα υπάρχουν λιγότεροι διεφθαρμένοι και τεμπέληδες απ' ότι σε πολλές άλλες χώρες.

Και τώρα ήρθε η ώρα του λογαριασμού. Είναι μια δύσκολη ώρα, αλλά δεν ήρθε το τέλος. Όμως, ευτυχώς ακόμα στην Ελλάδα το 15% του πληθυσμού της δεν ζει με κουπόνια. Ευτυχώς ακόμα στην Ελλάδα, κάθε ελληνόπουλο έχει δωρεάν πρόσβαση στο Πανεπιστήμιο. Ευτυχώς ακόμα στην Ελλάδα έχουμε ένα, έστω ημιτελές, αλλά έχουμε σύστημα υγείας. Ευτυχώς ακόμα στην Ελλάδα έχουμε ένα κράτος που έχει μια μεγάλη περιουσία. Άλλα κράτη δεν έχουν τίποτα. Αυτήν βλέπουν και ξερογλύφονται.

Ευτυχώς ακόμα στην Ελλάδα οι γονείς βοηθάνε τα παιδιά τους και εκείνα τους γονείς τους. Ευτυχώς, η μικρή και φτωχή Ελλάδα δεν ήταν απούσα από καμιά μεγάλη μάχη για την ελευθερία. Και έδινε το είναι της, όταν οι άλλοι είχαν ήδη παραδώσει και την ψυχή και το πνεύμα. Ευτυχώς ακόμα, η Ελλάδα έχει μέλλον. Έβλεπα εκείνα τα κορίτσια της Εθνικής Ομάδος Πόλο, να ανεβαίνουν στον Όλυμπο, μες τη «φωλιά του Δράκου», και είπα πως δεν χάθηκε η ελπίδα. Υπάρχει ακόμα το μέταλλο του νικητή.

Η Ελλάδα έχει μέλλον, γιατί στη μακραίωνα ιστορία της κάθε μεγάλη ήττα και καταστροφή, αντί να την αφανίσει, την ανάσταινε! Γιατί τα γράφω αυτά; Μου τηλεφώνησαν κάποιοι «φίλοι» απ' το εξωτερικό και μας ....νεκρολογούσαν! Είναι απ' τα κοράκια που έχουν στοιχηματίσει στην πτώχευσή μας και ανησυχούν μήπως και χάσουν τα λεφτά τους! Και βιάζονται! Τόσο πολύ θύμωσα που έκλεισα το τηλέφωνο. Ύστερα τους έστειλα το κείμενο που ακολουθεί....

"Ανήκω σσ μία χώρα μικρή. Ένα πέτρινο κρωτήρι στου Μεσόγειο, πο δεν έχει άλλο αγαθό παρά τον αγώνα τού λαού, τη θάλασσα, και το φως του ήλιου. Είναι μικρός ο τόπος μας, αλλά η παράδοσή του είναι τεράστια και το πράγμα πού τον χαρακτηρίζει είναι ότι της παραδόθηκε χωρίς διακοπή. Η Ελληνική γλώσσα δέν —έπαψε ποτέ της να μιλιέται. Δέχτηκε τις αλλοιώσεις πού δέχεται καθε τι ζωντανό, αλλά δέν παρουσιάζει κανένα χάσμα. άλλο χαρακτηριστικό από την την παράδοσή της είναι η αγάπη της γιπ την ανθρωπιά, κανόνας της είναι η δικαιοσύνη.

Στήν αρχαία τραγωδία, τυν οργανωμένη μέ τόση ακρίβεια, Ανθρωπος πού ξεπερνά το μέτρο, πρέπει να τιμωρηθεί από τις Ερρινύες. Όσο για μένα συγκινούμαι παρατηρώντας την Η συνείδηση της δικαιοσύνης είχε τόσο πολύ διαποτίσει την Ελληνική ψυχή, ώστε νπ γίνει κανόνας του φυσικού κόσμου. Και ένας από τούς διδασκάλους μου, των αρχών του περασμένου αιώνα, γράφει: «... θα χαθούμε γιατί αδικήσαμε ...».> Αυτός Α νθρωπος ήταν γράμματος. Είχε μάθει νά γράφει σtip τριάντα πέντε χρόνια της ηλικίας του. Αλλά στην Έλλάδα των ημερών μας, η προφορική παράδοση πηγαίνει μακριά στά περασμένα

Ετσι η Σουηδία θέλησε να τιμήσει καί τούτη την ποίηση και όλη την ποίηση γενικά, ακόμη και όταν αναβρύζει ανάμεσα σ' ένα λαό περιορισμένο. Γιατί πιστεύω πως τούτος ο σύγχρονος κόσμος όπου ζούμε, τυρρανισμένος από τον φόβο και την ανησυχία, την χρειάζεται τήν ποίηση. Η ποίηση έχει τις ρίζες της στην ανθρωπινή ανάσα — και τί θα γινόμασταν αν η αναπνοή μας λιγόστευε; Είναι μία πράξη εμπιστοσύνης κι ένας Θεός το ξέρει αν τα δεινά μας δεν τα χρωστάμε στη στέρηση εμπιστοσύνης.

Παρατήρησαν, των περασμένο χρόνο γύρω από τούτο το τραπέζι, τήν πολύ μεγάλη διαφορά ανάμεσα στις ανακαλύψεις της σύγχρονης επιστήμης και στην λογοτεχνία. Παρατήρησαν πως ανάμεσα σ' ένα αρχαίο Ελληνικό δράμα και ένα σημερινό, η διαφορά είναι λίγη. Ναί, η συμπεριφορά τού ανθρώπου δεν μοιάζει να έχει αλλάξει βασικά. Καί πρέπει να προσθέσω πως νιώθει πάντα την ανάγκη ν' ακούσει τούτη τήν ανθρωπινή φωνή που ονομάζουμε ποίηση. Αυτή η φωνή πού κινδυνεύει να σβήσει κάθε στιγμή από στέρηση αγάπης και ολοένα ξαναγεννιέται. Κυνηγημένη, ξέρει πού να βρει καταφύγιο, απαρνημένη, έχει τω ένστικτο να πάει να ριζώσει στους πιο απροσδόκητους τόπους.

Γι' αυτή δεν υπάρχουν μεγάλα και μικρά μέρη του κόσμου. Το βασίλειό της είναι στις καρδιές όλων των ανθρώπων της γης. Έχει τη χάρη ν' ποφεύγει πάντα τη συνήθεια, από τη βιομηχανία. Χρωστώ την ευγνωμοσύνη μου στή Σουηδική Ακαδημία πού ένιωσε από τα πράγματα, πως ο γλώσσες, οι λεγόμενες περιορισμένης χρήσης, δεν πρέπει να καταντούν φράχτες όπου πνίγεται ο παλμός της ανθρωπίνης καρδιάς, πού έγινε ένας Αρειος Πάγος ικανός να κρίνει με αλήθεια επίσημη την μοίρα της ζωής, για να θυμηθώ των Σέλλεϋ, τον μπνευστή, καθώς μας λένε, του Αλφρέδου Νομπέλ, του ανθρώπου που μπόρεσε να ξαγοράσει τήν αναπόφευκτη βία μέ την μεγαλοσύνη της> καρδιάς του.

Σ' αυτό των κόσμο, που ολοένα στενεύει, ο καθένας μας χρειάζεται όλους τούς άλλους. Πρέπει ν' αναζητήσουμε τόν άνθρωπο, όπου και αν βρίσκεται. όταν στο δρόμο της Θήβας, Α Οιδίπους συνάντησε τη Σφίγγα, κι αυtu του —έθεσε το αίνιγμά της, η απόκρισή του ήταν: άνθρωπος. Τούτη η απλή λέξη χάλασε το τέρας. έχουμε πολλά τέρατα να καταστρέψουμε. Ας συλλογιστούμε την πόκριση τοζ Οοδίποδα.» . Σαν να το είπε χθές!

## ΖΩΝΤΑΝΕΥΟΝΤΑΣ ΤΗΝ ΙΣΤΟΡΙΑ



Ο εκδιωχθείς Ρώσος επανάστατης Λέον Τρότσκι και η σύντροφος του Νάταλι Σεντόφ φθάνουν στην πόλη Τάμπικο του Μεξικό, αφού αναγκάστηκαν να εγκαταλείψουν τη Νορβηγία, το 1937. Η χώρα της κεντρικής Αμερικής υπήρξε ο τελευταίος σταθμός της δωδεκαετής εξορίας του Σοβιετικού πολιτικού, η οποία έληξε με τη δολοφονία του, τον Αύγουστο του 1940.



Ο θρυλικός Έλληνας μεγιστάνας της ναυτιλίας, Σταύρος Νιάρχος, δίνει το χέρι του στον βασιλιά Παύλο, στο περιθώριο του γάμου του ανιψιού του εφοπλιστή, Κωνσταντίνου Δρακόπουλου, με την Ελένη Μερκάτη, σε κάποια εκκλησία της Αθήνας, το 1957.



Με τον αέρα της νίκης να φαίνεται στα πρόσωπα τους, βετεράνοι στρατιώτες και αξιωματικοί της Πρώτης, της Τρίτης και της Ένατης αμερικανικής στρατιάς επιδεικνύουν κοροϊδευτικά μία ναζιστική σημαία, κατά τη διάρκεια της μεταφοράς τους στο στρατόπεδο Γανπ Ταζι της Νέας Υόρκης, το 1945. Οι στρατιώτες έχουν μόλις επιστρέψει από το ευρωπαϊκό μέτωπο του πολέμου, έχοντας λάβει τιμητική άδεια για τις επιδόσεις τους στο πεδίο της μάχης.



Ο πρώην Βρετανός πρωθυπουργός Σερ Ουίνστον Τσόρτσιλ επιθεωρεί ένα τιμητικό άγημα της βασιλικής φρουράς του Μαρόκου, κατά την άφιξη του στην πόλη Μαρακές του Μαρόκου από το Λονδίνο, το 1959.



# ΤΟ ΓΕΛΙΟ ΜΑΚΡΑΙΝΕΙ ΤΗΝ ΖΩΗ

**Ο γιατρός και το πιστόλι**  
Πάει ένας τύπος στο γιατρό...- Γιατρέ κάνε κάτι, δε μπορώ να ευχαριστηθώ το σεξ, εκσπερματώνω πολύ γρήγορα.- Χμ...Πάρε αυτό το πιστόλι... - Πιστόλι;- Πιστόλι κρότου είναι, κάθε φορά που θα βλέπεις ότι φτάνεις στο τέλος, θα ρίχνεις μια και απ' τον κρότο θα φοβάσαι και θα... μαγκώνεσαι.- Ολ, του λέει, θα το δοκιμάσω.Την άλλη μέρα...- Γιατρέ χάλια η θεραπεία!- Γιατί;- Να, χτές έκανα το 69 με τη δικιά μου, πάνωω λοιπόν που κόντευα, τραβάω μια πιστολιά...- Και τι έγινε, δεν πέτυχε;- Πρώτον, η γκόμενα τα κανε πάνω της απ' τον φόβο... δεύτερον, μου τράβηξε μια γερή δαγκωνιά και μ' άφησε χωρίς εργαλείο και τρίτον... πετάχτηκε κι ένας τύπος απ' τη ντουλάπα με τα χέρια ψηλά».

**Συνάντηση με τον Άγιο Πέτρο**  
«Ένας τύπος πεθαίνει και πάει στον παράδεισο. Φτάνοντας εκεί, βλέπει μπροστά του τον Άγιο Πέτρο, ο οποίος τον σταματάει και του λέει:- Ωπα! Για μισό, πού πας εσύ έτσι φουριόζος;- Μέσα, του απαντάει δείχνοντάς του την πόρτα.- Μέσα ε; Για κάτσε να τσεκάρω τα βιβλία μου...Περνούν δυο λεπτά και τελικά τον βρίσκει.- Α, μάλιστα! Εδώ λέει πως δεν έχεις κάνει τίποτα πολύ κακό στη ζωή σου, αλλά και τίποτα πολύ καλό. Για να σε αφήσω να μπεις θα πρέπει οπωσδήποτε να μου πεις μια καλή σου πράξη.- Εντάξει λοιπόν Άγιε, θα σου πω μια ιστορία: Οδηγούσα σε έναν σκοτεινό δρόμο το βράδυ και τι βλέπω στο πεζοδρόμιο; Δέκα αλήτες έχουν περικυκλώσει μια κοπελίτσα και ετοιμάζονται να τη βιάσουν. Κατεβαίνω κι εγώ, πιάνω ότι βαρύ βρήκα μπροστά μου και τραβάω μια γερή στον αρχηγό τους, του ανοίγω το κεφάλι και φωνάζω στους υπόλοιπους: «Ρε μπάσταρδοι! Ή θα την αφήσετε ήσυχη ή θα σας πιν...!»

Ο Άγιος Πέτρος έχει μείνει με το στόμα ανοιχτό.- Καλά ρε θηρίο τους κατάφερες όλους αυτούς μόνος σου; Πότε έγινε αυτό και το χάσαμε;- Ε, θα 'ναι κανα πεντάλεπτο...

**Το θαυματουργό μηχανήμα**  
Κάποιος τύπος βλέπει έναν φίλο του στο δρόμο και του λέει: Έχω φοβερούς πόνους στο δεξί μου αγκώνα. Πρέπει επειγόντως να δω έναν γιατρό.

- Φίλε μου έχω νέα για σένα. Στο φαρμακείο στη γωνία έχει ένα μηχανήμα τρομερό. Με ένα μικρό δείγμα ούρων, μπορεί να σου διαγνώσει οτιδήποτε. Αλλωστε τι έχεις να χάσεις, 10 ευρώ στοιχίζει όλο κι όλο.-Θα πάω.- Πάει στο φαρμακείο με το θαυματουργό μηχανήμα. Ρίχνει στην υποδοχή τα ούρα του, βάζει και δέκα ευρώ στην υποδοχή και περιμένει. Σε ένα λεπτό το μηχανήμα αρχίζει να κάνει θορύβους, λαμπάκια αρχίζουν να αναβοσβήνουν και τελικά βγαίνει ένα χαρτάκι που λέει: «Πάσχεις από tennis elbow, ασθένεια των τενιστών. Θα πρέπει να ξεκουράσεις το χέρι σου, να αποφύγεις το σήκωμα βαριών αντικειμένων. Σε δύο εβδομάδες θα είσαι καλύτερα». Το ίδιο βράδυ, ο φίλος μας δε μπορούσε να χωνέψει τις δυνατότητες αυτού του μηχανήματος και πως είναι δυνατόν να κάνει τόσο ακριβή διάγνωση. Σκεπτόταν πόσο προχωράει η επιστήμη και αν είναι δυνατόν να κοροϊδέψει το μηχανήμα. Παίρνει λοιπόν λίγο νερό βρύσης, λίγο αίμα από το σκύλο του, ούρα από τη γυναίκα του και την κόρη του και τέλος αυνανίζεται, τα ανακατεύει καλά και πάει στο μηχανήμα. Βάζει το δείγμα στην υποδοχή, πετάει και το δεκάευρω και περιμένει. Σε ένα λεπτό το μηχανήμα αρχίζει να κάνει θορύβους, λαμπάκια αναβοσβήνουν και τελικά βγαίνει ένα χαρτάκι που του λέει:

«Το νερό της βρύσης σου είναι πολύ σκληρό. Πάρε αποσκληρυντικό. Ο σκύλος σου πάσχει από αβιταμίνωση. Δώσε του βιταμίνες. Η κόρη σου παίρνει ναρκωτικά. Βρες κλινική αποτοξίνωσης. Η γυναίκα σου είναι έγκυος. Δίδυμα κορίτσια. Δεν είναι δικά σου. Βρες δικηγόρο. Και συ αν δε σταματήσεις να αυνανίζεσαι συνεχώς με το δεξί χέρι, ο αγκώνας σου δε θα γίνει ποτέ καλά».

**Η ψυχολόγος στο μπαρ**  
Ένας πολύ ντροπαλός τύπος πάει σε ένα μπαρ. Εκεί, βλέπει μια πάρα πολύ όμορφη κοπέλα. Μετά από καμιά ώρα,

βρίσκει το θάρρος να την πλησιάσει και την ρωτά.- Μήπως... Μήπως... θα ήθελες να συζητήσουμε λιγάκι;Αυτή, απαντά φωνάζοντας με όλη της τη δύναμη:- Φυσικά και όχι!!! Αποκλείεται να κοιμηθώ μαζί σου απόψε!!! Όλοι στο μπαρ τους κοιτούν επίμονα. Ο τύπος τα έχει χάσει, νιώθει πολύ άσχημα και γυρνά σιγά-σιγά στη θέση του. Μετά από λίγο, η κοπέλα τον πλησιάζει και του ζητά συγγνώμη. Του χαμογελά και του λέει:- Με συγχωρείς για νωρίτερα... Βλέπεις, είμαι φοιτήτρια ψυχολογίας στο τελευταίο έτος και μελετώ πως συμπεριφέρονται οι άνθρωποι όταν νιώθουν αμήχανα. Και εκείνος φωνάζοντας:- Τι εννοείς με 500 ευρώ;;;

**Η ΕΘΝΙΚΟΤΗΤΑ ΤΟΥ ΑΔΑΜ ΚΑΙ ΤΗΣ ΕΥΑΣ**  
Ένας Γερμανός, ένας Γάλλος, ένας Άγγλος και ένας Έλληνας σχολιάζουν έναν πίνακα του Αδάμ και της Εύας στον Παράδεισο.Ο Γερμανός λέει:-Κοιτάξτε την τελειότητα στα σώματα: εκείνη ψηλή και ευκίνητη, εκείνος μ' αυτό το αθλητικό κορμί, τους καλογυμνασμένους μύες... Πρέπει να είναι Γερμασό!Αμέσως, ο Γάλλος αντέδρασε:- Δεν το πιστεύω, είναι ξεκάθαρη η ερωτική έλξη και από τις δυο φιγούρες...Εκείνη τόσο θηλυκή... Αυτός τόσο ανδροπρεπής...Πρέπει να είναι Γάλλοι.Κουνώντας αρνητικά το κεφάλι ο Άγγλος σχολιάζει: Παρατηρείστε ρείστε... Την ηρεμία στα πρόσωπά τους, την λεπτότητα στη στάση τους, την νηφαλιότητα της κίνησης.Μόνο Άγγλοι μπορεί να είναι.Μετά από μερικές στιγμές συγκέντρωσης, ο Έλληνας φώναξε: Δεν συμφωνώ. Κοιτάξτε καλά: Και οι δυο είναι γυμνοί, ξυπόλητοι, κοιμούνται κάτω από ένα δένδρο, έχουν μόνο ένα μήλο για να φάνε, δεν διαμαρτύρονται και επιπλέον πιστεύουν ότι είναι στον Παράδεισο. Αυτή είναι η νοοτροπία αρκετών Ελλήνων...

**ΤΡΕΙΣ ΜΠΟΓΙΑΤΖΗΔΕΣ ΣΤΟΝ ΠΑΡΑΔΕΙΣΟ**  
Τρεις μπογιατζήδες - ένας Αλβανός, ένας Γερμανός και ένας Έλληνας πέθαναν και πήγαν στον Παράδεισο.- Καλώς τα παιδιά. Επιτέλους ήρθαν και τρεις χρήσιμοι άνθρωποι.Ρε παιδιά θέλω να βάψω την πόρτα του Παράδεισου.- Για πες μου, λέει του Αλβανού, πόσα θέλεις για να ....τη βάψεις;- 600 ευρώ, λέει ο Αλβανός.- 600; Πώς τα λογάριασες; - Ξα: 400 για μένα και 200 τα υλικά. - Εσύ, λέει του Γερμανού, πόσα θέλεις; - 900 ευρώ: 300 για μένα, 300 στην εφορία και 300 τα υλικά. - Και εσύ, λέει του Έλληνα, πόσα θέλεις; - 3.000 ευρώ Άγιε Πέτρο - 3.000; Τρελός είσαι; Πώς τα λογάριασες; - Άγιε Πέτρο, έλα πιο κοντά να μην μας ακούν. Ο Άγιος Πέτρος πήγε κοντά του και ο Έλληνας του ψιθυρίζει:Ακουσε : 1.000 για σένα, 1.000 για μένα, 400 στον Γερμανό για να το βουλώσεικαι 600 θα δώσουμε στον Αλβανό για να βάψει την πόρτα...

**ΤΟ ΣΩΣΤΟ CREDIT!**  
Ένας Έλληνας μπαίνει σε μια τράπεζα της Νέας Υόρκης και ζητάει πληροφορίες για ένα δάνειο. Λέει στον υπάλληλο των δανείων ότι θέλει να ταξιδέψει στην Ελλάδα λόγω των εορτών των Χριστουγέννων για 2 εβδομάδες και χρειάζεται οπωσδήποτε να πάρει ένα δάνειο των \$5.000. Ο υπάλληλος του εξηγεί ότι η τράπεζα θα χρειαστεί ένα είδος εξασφάλισης για να του χορηγήσει το δάνειο, έτσι ο Έλληνας βγάζει από την τσέπη του και αφήνει πάνω στο γραφείο τα κλειδιά από μία ολοκαίνουρια Ζεσσασι , που είναι παρκαρισμένη στην είσοδο της Τράπεζας. Αφού πραγματοποιείται ο έλεγχος από την Τράπεζα ότι το αυτοκίνητο είναι όντως στο όνομά του, μέσα σε 20 λεπτά εγκρίνεται το δάνειο, ο Έλληνας παίρνει τα χρήματα και φεύγει. Μόλις φεύγει, ο διευθυντής της Τράπεζας και οι υπάλληλοί του ξεκαρδίζονται στα γέλια που ο Έλληνας έβαλε υποθήκη μία Ζεσσασι των \$200.000 για να πάρει δάνειο \$5000!!!!!!!! Ένας υπάλληλος παίρνει το αυτοκίνητο και το αφήνει στο υπόγειο γκαραζ της τράπεζας. Δύο βδομάδες αργότερα, ο Έλληνας επιστρέφει, πληρώνει \$5000 και τον τσέφει, που ανέρχεται στα \$15.41. Ο υπάλληλος

του λέει: Κύριε, είμαστε ευτυχείς που συνεργαστήκατε με την τράπεζά μας, όλα έγιναν σωστά μόνο που έχουμε μία απορία. Όσο εσείς λείπατε, ελέγξαμε στον υπολογιστή και βρήκαμε ότι είσαστε δισεκατομμυριούχος!!!! Το περίεργο είναι ποιος ήταν ο λόγος που πήρατε το δάνειο!» Και ο Έλληνας απαντά: Πες μου ένα άλλο σημείο στη Νέα Υόρκη που θα μπορούσε να αφήσει κανείς μια Ζεσσασι με ασφάλεια για δύο εβδομάδες, πληρώνοντας για πάρκινγκ μόνο \$15.41 Κ ό κ κ α λ ο ο υπάλληλος!!!

**Ασπρίνες και προφυλακτικά!**  
Είναι ένας τύπος που είχε τικ στο μάτι του. Πάει να πιάσει μια δουλειά σαν διευθυντής πωλήσεων σε μία πολυεθνική εταιρία και εκεί ο γενικός διευθυντής του έκανε πρώτα μία συνέντευξη για να δει αν ήταν καλός για τη δουλειά. Μετά από μία ικανοποιητική συνέντευξη του λέει:— Ξέρετε κύριε Παπαδόπουλε, αν και έχετε όλα τα προσόντα για το πόστο, δεν μπορώ να σαςβάλω διευθυντή πωλήσεων γιατί αυτή η θέση έχει να κάνει με πολύ κόσμο που θα σας βλέπει και αυτό το τικ στο μάτι σας είναι πολύ ενοχλητικό και κάποιοι μπορεί να προσβληθούν κιόλας.

— Α αυτό δεν είναι πρόβλημα, με δύο ασπρίνες σταματάει. Μισό λεπτό να σας δείξω. Αρχίζει λοιπόν να ψάχνει στις τσέπες του για το κουτάκι με τις ασπρίνες. Αρχίζει και αδειάζει τις τσέπες του, όλες γεμάτες με προφυλακτικά: Έγχρωμα,με ραβδώσεις, με γεύσεις, με περίεργα σχήματα κλπ.Ο διευθυντής εξαργιώνεται:

— ΚΥΡΙΕ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΕ! Τι αίσχη είναι αυτά; Δεν μπορώ να δώσω μια τέτοια θέση σε κάποιον που είναι τόσο εξαρτημένος από τις γυναίκες.— Εξαρτημένος από τις γυναίκες; Μα τι λέτε; Εγώ είμαι οικογενειάρχης άνθρωπος!

— Τότε τι είναι όλα αυτά τα προφυλακτικά;— Έχετε πάει ποτέ σε φαρμακείο για να πάρετε ασπρίνες και να κλείνετε συνεχώς το μάτι σας στη φαρμακοποιό;

**20 απορίες που θα παραμείνουν για πάντα άλυτες!**  
Στο άρθρο αυτό θα σας παρουσιάσουμε 20 απορίες που ακούμε σε όλη μας τη ζωή, αλλά δεν μπορούσαμε ποτέ να τις εξηγήσουμε!

1. Τα περδίκια δεν αρρωσταινουν ποτέ;
2. Πού είναι ο Βρόντος;
3. Γιατί λέγονται πολυ-θρόνες, αφού κάθεται μόνο ένας;
4. Γιατί λέμε «κοιμάται σαν μωρό», όταν τα μωρά ξυπνούν κάθε δύο ώρες;
5. Τα αμπελοφάσουλα παράγουν κρασί ή φασολάδα;
6. Τι σημαίνει κάθομαι όρθιος;
7. Τι μέγεθος πρέπει να αποκτήσει το σαγανάκι για να πάψει να αναφέρεται με υποκοριστικό;
8. Για ποιο λόγο σιδερώνουν τις πυτζάμες;
9. Πώς λέγεται η φέτα πριν κοπεί;
10. Πόσο καλή φρούρηση έχουν πια αυτά τα πράσα και τους πιάνουν όλους εκεί;
11. Πώς λύνει το πρόβλημα με τα οδοντικά σύμφωνα όποιος μιλάει έξω από τα δόντια;
12. Γιατί το λένε λευκό κρασί, αφού είναι κίτρινο;
13. Υπάρχει επιστημονική εξήγηση γιατί το παρδαλό κατσίκι έχει μεγαλύτερη αίσθηση του χιούμορ από τα υπόλοιπα μονόχρωμα;
14. Υπάρχει λογική απάντηση στην ερώτηση «Γύρισες»;
15. Πόσοι κούκοι φέρνουν την άνοιξη;
16. Γιατί όταν οι τράπεζες στέλνουν τελευταία ειδοποίηση για μια δόση, στη συνέχεια αθετούν την υπόσχεσή τους και ασχολούνται ξανά μαζί μας;
17. Το @ σε τι ακριβώς μοιάζει με το παπάκι;
18. Από τι υλικό είναι φτιαγμένο

το πελεκουδι και είναι ΤΟΣΟ εύλεκτο

19. Αυτός που έγραψε τον στίχο «Σαν την παπαρούνα μοιάζεις, όλο χρώματα αλλάζεις» τι ακριβώς είχε πάρει;

Πάει ένας πατέρας στο κρεβάτι του παιδιού του, για να το καληνυχτίσει και το ακούει να λέει:

— Θεούλη μου, θέλω να έχεις καλά τη μαμά μου, το μπαμπά μου, τη γιαγιά μου και δώσε χαιρετίσματα στον παππού μου!

Το ακούει ο μπαμπάς αλλά δε δίνει σημασία... Την επόμενη μέρα χτυπάει το τηλέφωνο και είναι η γιαγιά. Πέθανε ο παππούς!!! Το ίδιο βράδυ πάει πάλι ο μπαμπάς να καληνυχτίσει το παιδί και ακούει:— Θεούλη μου, θέλω να έχεις καλά τη μαμά μου, το μπαμπά μου και δώσε χαιρετίσματα στη γιαγιά μου!

Το ακούει ο πατέρας αλλά και πάλι δε δίνει σημασία! Την επόμενη μέρα πέθανε η γιαγιά! Ο πατέρας τα είδε όλα! Το βράδυ πήγε επίτιδες να κρυφακούσει:

— Θεούλη μου, θέλω να έχεις καλά τη μαμά μου και δώσε χαιρετίσματα στον μπαμπά μου!Με το που το ακούει αυτό ο μπαμπάς τρελαίνεται! Την επόμενη μέρα φεύγει απ' το σπίτι νωρίς για τη δουλειά και γυρίζει αργά το βράδυ ευτυχισμένος που μέχρι στιγμής ήταν ζωντανός! Μπαίνει στο σπίτι καλησπερίζει τη γυναίκα του και της λέει:— Συγγνώμη αγάπη μου, που άργησα αλλά είχα μια πολύ άσχημη μέρα...Και η γυναίκα του λέει:

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

**Το τεστ του φιλότιμου (Αστείο Τεστ) 4 Αυγούστου 2016 Γιώργος Παπανδρέου**  
Το τεστ του φιλότιμου έχει μόνο 1 ερώτηση, αλλά είναι πολύ σημαντική! Δίνοντας μια ειλικρινή απάντηση θα καθορίσει το φιλότιμο σου!

Το τεστ περιέχει μια τυχαία, εντελώς φανταστική κατάσταση όπου ΕΣΥ καλείσαι να πάρεις μια απόφαση! Θυμήσου ότι η απάντηση σου πρέπει να είναι ειλικρινής.

Διάβασε τα παρακάτω και δώσε ιδιαίτερη σημασία σε κάθε γραμμή!

**Η ΠΕΡΙΣΤΑΣΗ**  
Είσαι στην προβλήτα του Πειραιά. Γύρω σου κυριαρχεί το χάος, που προκάλεσαν ακραία καιρικά φαινόμενα, ένας τρομακτικός άνεμος και πολλαπλές πλημμύρες. Είναι μια καταστροφή βιβλικών διαστάσεων. Είσαι δημοσιογράφος – φωτογράφος, που δουλεύει για μία πολύ μεγάλη εφημερίδα, και είσαι παγιδευμένος μέσα στην μέση αυτής της καταστροφής!!

Η κατάσταση είναι φοβερή! Προσπαθείς να τραβήξεις φωτογραφίες που θα καθορίσουν την καριέρα σου. Σπίτια καταστρέφονται, άνθρωποι ουρλιάζουν, άλλοι εξαφανίζονται κάτω από τα νερά! Η φύση τα καταστρέφει όλα!

**ΤΟ ΤΕΣΤ**  
Ξαφνικά βλέπεις έναν άνθρωπο μέσα στο νερό! Παλεύει για τη ζωή του προσπαθώντας να μη τον καταπιούν τα κύματα! Πλησιάζεις... και σου μοιάζει οικείος! Ξαφνικά καταλαβαίνεις ποιος είναι!

Είναι ο Γιώργος Παπανδρέου!!! Την ίδια στιγμή βλέπεις τεράστια κύματα να κατευθύνονται καταπάνω του έτοιμα να τον πνίξουν! Έχεις 2 επιλογές στο τεστ του φιλότιμου:

- 1) Μπορείς να σώσεις τη ζωή του Γιώργου Παπανδρέου, ή
- 2) Να τραβήξεις μια δραματική φωτογραφία που αναπαριστά τον θάνατο ενός από τους πιο αμφιλεγόμενους πρωθυπουργούς της Ελλάδος και γνωστό στην Ευρώπη, για το «δόσιμο-εκχώρηση» της πατρίδας του στο ΔΝΤ !

**Η ΕΡΩΤΗΣΗ:**  
Εδώ είναι η ερώτηση και παρακαλώ απάντησε ειλικρινά:

- α) Θα επιλέξεις έγχρωμο φιλμ με υψηλή αντίθεση, ή
- β) Θα πας για την κλασική απλότητα του ασπρόμαυρου;



# ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΩΡΑ

ΜΗΝΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ ΓΡΑΜΜΕΝΗ ΑΠΟ ΤΟΝ ΔΗΜΟΣΙΟΓΡΑΦΟ ΓΙΩΡΓΟ ΣΚΛΑΒΟΥΝΗ

## ΟΛΟΙ ΟΙ ΠΟΛΙΤΙΚΟΙ ΜΑΣ «ΕΝΑ» ΑΠΕΝΑΝΤΙ ΣΤΟ «ΣΚΟΠΙΑΝΟ»!..

Λοιπόν, όλα δείχνουν ότι οι διάφορες συγκυρίες «οδηγούν» στην πορεία για την οριστική επίλυση του «ονοματολογικού» της Φίρομ, μετά από 25 περίπου χρόνια από τότε που το όλο θέμα έγινε αρχικά «μπαλάκι» πολιτικών σκοπιμοτήτων στο κόμμα της Νέας Δημοκρατίας κι ακολούθως έγινε το ίδιο και στα υπόλοιπα κόμματα...

Σήμερα δεν είναι η «ώρα» για ν'αρχίσουμε να «ξαναλέμε» από την αρχή για ποιος είναι ο «υπεύθυνος» γι'αυτό το πολύχρονο «πρόβλημα», που «έδωσε» την απαραίτητη «τροφή» σε πολιτικούς δημαγωγούς της γειτονικής μας χώρας να δημιουργήσουν με την πάροδο του χρόνου ένα νέο «γόρδιο δεσμό» και φυσικά δεν είναι ανάγκη «σήμερα», όπως προαναφέραμε ή «αύριο» να καθίσουμε να βρούμε την «αίτία του κακού» επειδή αφενός ένα μέρος του δικαίου μας έχει ήδη «χαθεί» κι αφετέρου κινδυνεύουμε να τα «χάσουμε όλα», αν δε βοηθήσουμε κι εμείς στο μέτρο του εθνικά εφικτού...

Κατά τη γνώμη μας, θα πρέπει και συνάμα οφείλουν όλοι οι βουλευτές-κι όχι τα κόμματα- να τοποθετηθούν από τότε που θα καταστεί γνωστή η προτεινόμενη «ονομασία» από τον διαμεσολαβητή του ΟΗΕ κ. Μάθιους Νίμιτς.

Αυτό θα πρέπει να γίνει, ο καθένας βουλευτής να πάρει την ευθύνη που του αναλογεί και μακάρι όλοι οι βουλευτές να έχουν ενιαία θέση απέναντι στο «ονοματολογικό»...

Κάποτε θα πρέπει να καταλάβουν οι πολιτικοί μας, ότι δεν είναι δυνατό κάθε τόσο και λιγάκι να «παιδιάζουν» απέναντι σε τόσο σοβαρά θέματα...

## ΑΝΑΜΟΝΗ ΚΑΙ ΠΡΟΣΜΟΝΗ ΓΙΑ ΤΟ ΚΑΛΥΤΕΡΟ!

Η καλή δημοσιονομική και οικονομική «σοδειά» του 2017, αναμένεται να καλυτερέψει τα πράγματα σε 8 περίπου μήνες κι από και και πέρα να μπορούμε μόνοι μας να κανονίζουμε τα του οίκου μας.

2018 εδώ και λίγες ημέρες και η «αντίστροφη μέτρηση» άρχισε...

Μια «αντίστροφη μέτρηση» την οποία τη «βλέπουν» όλοι σχεδόν...

Να επισημάνουμε διάφορες «διαπιστώσεις» και «θέσεις», που «βλέπουν» θετική αυτή την «αντίστροφη μέτρηση»...

1.Το «ανέβασμα» όλων των οικονομικών δεικτών.

2.Οι κοινοτικοί μας εταίροι, όπως, λόγου χάρη, ο οικονομικός επίτροπος κ. Πιέρ Μοσχοβισί, εκτιμά, ότι στα τέλη του χρόνου η Ελλάδα δεν θα είναι σε κανένα δανειακό πρόγραμμα

3.Ο έγκυρος διεθνής Τύπος, όπως το αμερικάνικο ειδησεογραφικό πρακτορείο ειδήσεων «Μπλούμπεργκ», που στην ετήσια του έκθεση, αναφέρει ότι στην απόδοση των ομολόγων, η Ελλάδα ήταν «πρωταθλήτρια» το 2017, σε αντίθεση με τα «ισχυρά» ομόλογα της Αμερικής και της Ιαπωνίας, που είχαν πέρσι μείωση 2,4% και 2,7% αντίστοιχα.

4.Ο πρόεδρος της Νέας Δημοκρατίας κι αρχηγός της

αξιωματικής αντιπολίτευσης κ. Κυριάκος Μητσοτάκης, υποσ-τηρίζει, ότι «αυτή τη χρονιά θ'αφή-σουμε πίσω τα σκοτεινά χρόνια της κρίσης και θα κάνουμε ενωμένοι το μεγάλο άλμα στο μέλλον και γιαυτό είμαι αισιόδοξος και δεν έχω καμία αμφιβολία, ότι το 2018 θα είναι μια καλή χρονιά.

5.Ο «πμονιέρης» της χώρας πρωθυπουργός κ. Αλέξης Τσίπρας, δηλώνει και υποστηρίζει, ότι «αφήνουμε το σκοτάδι και την εποχή της επιτροπείας και των ταπεινώσεων και θα οδηγήσουμε τη χώρα στην ανάπτυξη με κοινωνική δικαιοσύνη»...

Και μόνο το ότι ο αρχηγός της αξιωματικής αντιπολίτευσης «μιλά» για έξοδο μας από την κρίση, σημαίνει ότι όντως τα «δύσκολα» οδηγούνται στο ... παρελθόν κι ότι για αυτή τη χρονιά δεν έχουμε κανένα λόγο να μην είμαστε αισιόδοξοι για το μέλλον της ελληνικής οικονομίας...

Αυτή τη χρονιά όλα θα πάνε καλύτερα!..

## ΤΑ ΛΕΓΑΝΕ «ΠΡΟΧΘΕΣ», ΤΑ ΛΕΓΑΝΕ «ΧΘΕΣ» ΚΑΙ ΤΑ ΞΑΝΑΛΕΝΕ ΚΑΙ «ΤΩΡΑ»;

Με αφορμή τη δημοσίευση, από την εφημερίδα «Καθημερινή», μιας κάποιας «μυστικής» έκθεσης της Τράπεζας της Ελλάδος το 2009, που σύμφωνα με το περιεχόμενό της «προειδοποιούσε», κατά κάποιο τρόπο τη τότε ελληνική ηγεσία, ότι υπήρχε διπλασιασμός του ελλείμματος σε σχέση με το 2008, τέθηκε στο «τραπέζι» για άλλη μια φορά το γνωστό πολιτικό και οικονομικό ερώτημα «ποιος έφερε την κρίση στη χώρα μας»...

Δυο λοιπόν οι επικρατούσες απόψεις:

Στην πρώτη περίπτωση, «αναφέρεται», ότι φτάσαμε στα «μνημόνια», επειδή υπήρχε διπλασιασμός του τότε ελλείμματος...

Στη δεύτερη περίπτωση, «αναφέρεται», ότι φτάσαμε στα «μνημόνια» από κακούς όσο και ύποπτους υπολογισμούς της κυβέρνησης Γιώργου Παπανδρέου.

Εξυπακούεται ότι την πρώτη περίπτωση 100% δεν την αποδέχονται οι «καραμανλικοί» της Νέας Δημοκρατίας και μερικώς, αλλά με «μισόλογα» και ο ΣΥΡΙΖΑ, ενώ τη δεύτερη περίπτωση δεν την αποδέχεται 100% το ΠΑΣΟΚ...

Επειδή λοιπόν αυτό το «ερώτημα» εδώ και οκτώ χρόνια «έρχεται και φεύγει» ανάλογα με τα εκάστοτε πολιτικά «παιχνίδια» και τις εξίσου διάφορες πολιτικές σκοπιμότητες...

Λυπούμαστε!

Το όλο «θέμα» το μόνο που κάνει είναι να ευτελίζει την ίδια την ελληνική πολιτική κοινότητα και μάλιστα σε βάρος του ελληνικού λαού που στα χρόνια της κρίσης έχει υποστεί οικονομική και κοινωνική καθίζηση...

## ΕΤΟΣ ΜΕΓΑΛΩΝ ΑΝΑΤΡΟΠΩΝ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΚΩΝ ΕΚΠΛΗΞΕΩΝ!

Αν το 2017 ήταν για την πορεία της ελληνικής οικονομίας μια καλή δημοσιονομική «σοδειά», το 2018 αναμένεται να είναι γενικότερα για την Ελλάδα κι ένα έτος μεγάλων ανατροπών και πολιτικών εκπλήξεων, με βασικούς «πρωταγωνιστές» το «δημοσιονομικό», το «σκοπιανό», το «ελληνοτουρκικό» και το

«πολιτικό».

Στο «δημοσιονομικό» περιμένουμε να δούμε πως θα είναι η επόμενη μεταμνημονιακή περίοδος που θ' ακολουθήσει την έξοδό μας τον Αύγουστο από το «μνημονιακό καθεστώς».

—Θα έχουμε ελεύθερα τα χέρια ή για κάποιους λίγους μήνες, θα μας εξαναγκάσουν οι κοινοτικοί μας εταίροι να φοράμε «γάντια»;

Στο «σκοπιανό», όλα δείχνουν ότι έχει δρομολογηθεί η επίλυση του «ονοματολογικού». Μόνο τυχαίο δεν είναι ότι πάνω από το 40% των κατοίκων των Σκοπίων μιλά τη σερβική γλώσσα. Μόνο τυχαία δεν ήταν η πρόσφατη πρόσκληση του Σέρβου προέδρου να καλέσει τον Έλληνα πρωθυπουργό να κάνουν μαζί Χριστούγεννα στη Σερβία. Μόνο τυχαία δεν ήταν η πρόσκληση του δημάρχου Θεσσαλονίκης, προς τον σκοπιανό πρωθυπουργό να κάνουν μαζί πρωτοχρονιά στη Θεσσαλονίκη και φυσικά μόνο τυχαίο δεν ήταν το γεγονός, ότι για την πρόσκληση αυτή δεν υπήρξε καμία διαμαρτυρία από τους Θεσσαλονικείς.

Στο «ελληνοτουρκικό» ναι μεν οι σχέσεις μας με τη Τουρκία, περνάνε μια κάποια κρίση, αλλά κάτι θετικό θα πρέπει να «κινείται». Κι αυτό το «κάτι» φάνηκε ξαφνικά από την «αίτηση ακύρωσης» της κυβέρνησης, σχετικά με την απόφαση της 3ης Ανεξάρτητης Δευτεροβάθμιας Επιτροπής Ασύλου να χορηγήσει πολιτικό άσυλο σε έναν εκ των οκτώ Τούρκων αξιωματικών, που αυτομόλησαν εδώ κι ενάμισι χρόνο στη χώρα μας.

—Αλήθεια, για ποιο λόγο έκανε αυτή την «αίτηση ακύρωσης» η κυβέρνηση;

Το πρώτο που διαφαίνεται ξεκάθαρα από τις διάφορες κυβερνητικές ανακοινώσεις, είναι ότι ο Έλληνας πρωθυπουργός δε θέλει με τίποτα να δημιουργηθεί «δεδικασμένο» ως προς τη χορήγηση του πολιτικού ασύλου προς του Τούρκους αξιωματικούς, επειδή φοβάται ότι από δω και πέρα όσοι Τούρκοι στρατιωτικοί θα έρχονται «μεθαύριο» από τη Τουρκία, προφανώς θα έχουν πολιτικό άσυλο κάτι που σαφώς θα δημιουργήσει έντονα εσωτερικά προβλήματα στον Τούρκο πρόεδρο και βεβαίως θα «κοκκινίσει» τις σχέσεις των δυο κρατών.

Το δεύτερο αφορά τη «σκέψη» του ευφυούς βουλευτή της Δημοκρατικής Συμπαράταξης κ. Ανδρέα Λοβέρδου, ο οποίος «βλέπει», πίσω από την «αίτηση ακύρωσης» προσπάθεια του κ. Τσίπρα να απελάσει «μεθαύριο» τους Τούρκους αξιωματικούς σε άλλη χώρα, αφού από τη μια θα είναι αδύνατη η έκδοσή τους στη Τουρκία με βάση σχετική απόφαση του Αρείου Πάγου κι αφετέρου δε θα έχουν πολιτικό άσυλο...

Εξυπακούεται, ότι σε περίπτωση απέλασής τους δεν αποκλείεται το ενδεχόμενο η χώρα «υποδοχής» τους, να τους εκδώσει κάποια στιγμή στη Τουρκία.

Στο «πολιτικό» και με βάση συνέντευξη του κ. Τσίπρα διαφαίνεται ότι μπορεί να κερδίσει την αναστολή της μείωσης των συντάξεων από το 2019, ότι μάλλον έχει εξασφαλίσει από τους

κοινοτικούς εταίρους «καθαρή» έξοδο από το «μνημονιακό καθεστώς», με τα χέρια χωρίς «γάντια», ότι έχει «βρεθεί» μάλλον και πάλι ονομασία της Φίρομ, που θα γίνει αποδεκτή από την πλειοψηφία των μελών του κοινοβουλίου κι ότι τέλος ίσως τα «βρει» με τη Τουρκία...

Αν τώρα του «πάνε όλα» του κ. Τσίπρα, τότε θα έχουμε μια «σκληρή» μονομαχία στήθος με στήθος, μεταξύ των αρχηγών των δυο μεγάλων πολιτικών κομμάτων.

Όλα αυτά αποτελούν «σκέψεις» που βασίζονται σε «ενδείξεις» και μόνο, αλλά που μπορούν να αποτελέσουν «αφορμή» για περαιτέρω πολιτικές αναλύσεις και προσεγγίσεις για αυτό το διαφανόμενο πολλαπλού επιπέδου πεδίο εξέλιξης...

## Η «ΚΑΛΗ ΕΙΔΗΣΗ»!..

Πριν αναφερθώ για την «καλή είδηση», θα πρέπει να σας θυμίσω, ότι η οικονομική κρίση στην Ελλάδα, δεν προέκυψε από τους υψηλούς μισθούς κι από τις υψηλές συντάξεις, όπως υποστήριζαν το 2011 ορισμένοι αχρείοι αξιωματικοί των Βρυξελλών.

Η ελληνική κρίση προέκυψε από μια διεφθαρμένη κρατική διοίκηση που «γεννοβολούσε» συνεχώς οργανισμούς, «μοίραζε» μίζες από δω κι από εκεί, «καρποφόρησε» συνεχώς διάφορα οικονομικά σκάνδαλα, «σκορπούσε» κοινοτικά χρήματα σε «μαϊμού» αγρότες, «συντηρούσε» πλήθος «κλειστών» επαγγελματιών που φρέναραν τη «μηχανή» της πραγματικής οικονομίας, «έκλεινε τα μάτια» τόσο στη φοροδιαφυγή, όσο και στην φοροαποφυγή, επέτρεπε να μεταφέρονται χρήματα σε ύποπτες οφσώρ εταιρείες κι άφηνε την αυθαίρετη δόμηση να «κλέβει» συνεχώς το κράτος...

Μη ξεχνάμε ακόμα, ότι όταν η ποιότητα του βιοτικού επιπέδου δε συμβαδίζει σωστά και δίκαια με την ανάλογη ποιότητα των μισθών, τότε τίθενται σοβαρά εμπόδια στη γενικότερη λειτουργία της κρατικής και της ιδιωτικής μηχανής...

—Με δυο λόγια;

Δούλεψε σωστά και θα πληρωθεί σωστά, ιδιαίτερα στον ιδιωτικό χώρο...

Σήμερα λοιπόν, όταν το ελληνικό βιοτικό επίπεδο είναι αυξημένο κι από την άλλη έχουμε χαμηλούς μισθούς, τότε ο εργαζόμενος εκ των πραγμάτων δεν έχει το απαιτούμενο ψυχικό και ψυχολογικό «κίνητρο» για να δουλέψει...

Να λοιπόν γιατί η από δω και πέρα οικονομική πολιτική, θα πρέπει να έχει κοινωνικό πρόσημο και μόνο...

Να λοιπόν και «καλή είδηση»!

Μετά από διαπραγματεύσεις της ηγεσίας του Οργανισμού Λιμένος Πειραιώς με τους εργαζόμενους αποφασίστηκε να ισχύει για 2 χρόνια ο νέος εργασιακός χάρτης του εν λόγω οργανισμού, που παράλληλα «ανοίγει» την πόρτα για την προσηχή αναβάθμιση των μισθών.

Έτσι, ο ανειδίκευτος εργάτης στον Οργανισμό Λιμένος Πειραιώς, θα έχει πρώτο μισθό 1.100 ευρώ, ενώ ένας εργαζόμενος με 33 χρόνια προϋπηρεσίας, θα έχει μισθό 2.700 ευρώ!

Επίσης άπαντες οι εργαζόμενοι θα παίρνουν τον 13<sup>ο</sup> και τον 14<sup>ο</sup>



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΩΡΑ

ΜΗΝΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ ΓΡΑΜΜΕΝΗ ΑΠΟ ΤΟΝ ΔΗΜΟΣΙΟΓΡΑΦΟ ΓΙΩΡΓΟ ΣΚΛΑΒΟΥΝΗ

μισθό, που είχαν κοπεί από το 2011 κι επιπλέον επανέρχονται τα επιδόματα βρεφονηπιακής προστασίας, κατασκήνωσης και πρόσθετης νοσοκομειακής περίθαλψης.

ΤΙ ΕΝΝΟΕΙ Ο κ. ΖΑΕΦ ΜΕ ΤΟΝ ΜΕΓΑ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟ;

Είναι αλήθεια ότι ο σκοπιανός πρωθυπουργός κ. Ζόραν Ζάεφ εδώ και τρεις περίπου μήνες συνεχίζει να μας «φλομώνει» με «καλά», «συναινετικά» κι ενίοτε και με «απολογητικά» λόγια, θέλοντας προφανώς να μας κάνει να τον θεωρήσουμε ρεαλιστή πολιτικό, που όντως επιθυμεί να δοθεί μια οριστική λύση στο «ονοματολογικό» της χώρας του...

Αρχικά αν ο 43χρονος πολιτικός θέλει να είναι πολιτικά ρεαλιστής και πολιτικά ειλικρινής, ήδη θα έπρεπε να είχε κάνει και τις σχετικές όσο κι ανάλογες ενέργειες, αντί κάθε τόσο και λιγάκι να μας ζαλίζει με το ότι θ'αλλάξει την ονομασία του εθνικού αεροδρομίου της χώρας του ή ότι θα αλλάξει τις ονομασίες διαφόρων δρόμων που σήμερα φέρουν ελληνικά ονόματα...

Ήδη αρχή-αρχή, μας υποσχόταν ότι θα «γκρέμιζε» τα διάφορα «γελοία» αγάλματα, αλλά στη συνέχεια το έκανε «γαργάρα»...

-Και πρόσφατα;  
Ανάφερε το εξής «κουλό»: «Ο Μέγας Αλέξανδρος είναι το στοιχείο που θα μας ενώσει κι όχι θα μας διαιρέσει»!..

-Τι λες ρε μεγάλε! Βάζεις, δηλαδή, τον Μακεδόνα στρατηλάτη να «ακουμπά» και στις δυο χώρες;

Επειδή λοιπόν ο κ. Ζάεφ μάλλον μας «είδε άσπρους και μας πέρασε για μυλωνάδες», καλό είναι κυβέρνηση κι αντιπολίτευση να συμφωνήσουν σε μια «ονομασία, που όμως θα συνοδεύεται από μια σειρά αυστηρών «προϋποθέσεων»...

Σε διαφορετική περίπτωση θα «τρέχουμε και δε θα φτάνουμε», αν λόγου χάρη, δεν κατοχυρωθούν ελληνικά προϊόντα που έχουν μακεδονική ονομασία...

ΣΚΕΨΕΙΣ ΓΙΑ ΜΙΑ «ΑΠΟΦΑΣΗ»..

Στο Διοικητικό Εφετείο βρίσκεται ήδη η «αίτηση ακύρωσης» της κυβέρνησης, κόντρα στην απόφαση της 3<sup>ης</sup> Ανεξάρτητης Δευτεροβάθμιας Επιτροπής Ασύλου με την οποία αποδόθηκε άσυλο σ'έναν εκ των οκτώ Τούρκων αξιωματικών που αυτομόλησαν από τη γειτονική μας χώρα, ζητώντας πολιτικό άσυλο...

Θυμίζω ότι με πρόσφατη απόφαση του Αρείου Πάγου έχει κριθεί απαγορεύσιμη η έκδοση και των οκτώ Τούρκων αξιωματικών κάτι με το οποίο συμφωνεί η κυβέρνηση, αλλά δε συμφωνεί με την απονομή πολιτικού ασύλου, όπως έπραξε η 3<sup>η</sup> Ανεξάρτητη Δευτεροβάθμια Επιτροπή Ασύλου, επειδή εκτιμά και θεωρεί, ότι η απονομή πολιτικού ασύλου, θα δημιουργήσει πρόβλημα στις σχέσεις .

Σήμερα αναφέρω και τα εξής:  
1.Το Διοικητικό Εφετείο έκανε ήδη προσωρινά δεκτό το «αίτημα ακύρωσης» της ελληνικής κυβέρνησης για τη μη χορήγηση

πολιτικού ασύλου στο Τούρκο αξιωματικό.

2.Το Διοικητικό Εφετείο, το Φεβρουάριο θα αιτιολογήσει την εν λόγω απόφαση.

3. Η αναμενόμενη αυτή απόφαση δίνει το έννομο δικαίωμα στον εν λόγω Τούρκο αξιω-ματικό να προσφύγει Συμβούλιο της Επικρατείας.

Για το θέμα αυτό, πρώην πρόεδροι δικηγορικών συλλόγων, θεωρούν λάθος την «κίνηση» της κυβέρνησης, να προβεί σε «αίτηση ακύρωσης» επειδή, όπως αναφέρουν, η απόφαση τη 3<sup>ης</sup> Ανεξάρτητης Δευτεροβάθμιας Επιτροπής Ασύλου, θεμελιώνει απόλυτα τους λόγους για τους οποίους χορήγησε πολιτικό άσυλο, θεμελιώνει απόλυτα του λόγους για τους οποίους χορήγησε πολιτικό άσυλο στο Τούρκο αξιωματικό.

Ναι μεν πάγια μου τακτική είναι να μη σχολιάζω ποτέ αποφάσεις των τριών ανώτατων δικαστηρίων της χώρας, εντούτοις για τη 3η Ανεξάρτητη Δευτε-ροβάθμια Επιτροπή που είναι ΝΠΔΔ, μπορώ να έχω άποψη, σημειώνοντας και υποστη-ρίζοντας ότι στην απόφασή της, θα έπρεπε να λάβει υπόψη και την τρέχουσα πορεία της ελληνικής εξωτερικής πολιτικής κάτι βεβαίως που έπραξε το Διοικητικό Εφετείο που επικα-λέστηκε λόγους δημοσίου συμ-φέροντος στην απόφασή του να κάνει αποδεκτή την κυβερνητική «αίτηση ακύρωσης» ...

ΔΕ ΘΕΛΕΙ ΜΕ ΤΙΠΟΤΑ Ο κ. ΤΣΙΠΡΑΣ ΝΑ ΜΕΙΝΕΙ ΣΤΗΝ ΙΣΤΟΡΙΑ ΩΣ Ο ΚΑΛΥΤΕΡΟΣ «ΜΝΗΜΟΝΙΑΚΟΣ ΠΡΩΘΥΠΟΥΡΓΟΣ»!..

Αν λοιπόν ο πρωθυπουργός κ. Αλέξης Τσίπρας χάσει τις επόμενες εκλογές είναι βέβαιο, ότι θα μείνει στη σύγχρονη ελληνική πολιτική ιστορία ως ο καλύτερος «μνημονιακός πρωθυπουργός»!..

Ένας, δηλαδή, πολιτικός «τίτλος» που δε θα τον ήθελε με τίποτα, αφού θα λογίζεται πλέον σαν ο πολιτικός εκείνος που πρόδωσε την ιδεολογία του για να γίνει πρωθυπουργός, μολονότι δεν είναι έτσι τα πράγματα...

Αυτό το «τίτλο» ο κ. Τσίπρας θα κάνει τα πάντα προκειμένου να μην του αποδοθεί κι επομένως θα επιδιώξει όχι μόνο να είναι και πάλι πρωθυπουργός, αλλά και να καταφέρει να γίνει και ο πρώτος πετυχημένος «μεταμνημονιακός πρωθυπουργός»...

Ήδη προς την «κατεύθυνση» αυτή οδεύει ο κ. Αλέξης Τσίπρας, ήδη και πάλι έχει αρχίσει να μειώνεται η διαφορά της Νέας Δημοκρατίας με τον ΣΥΡΙΖΑ και πολλά περισσότερα ασφαλώς, θα έχει να κερδίσει στην περίπτωση που καταφέρει να μη ισχύουν οι μειώσεις των συντάξεων από το 2019.

ΟΛΟΚΛΗΡΟ ΤΟ ΕΛΛΗΝΙΚΟ «ΤΟΠΙΟ» ΑΠΕΝΑΝΤΙ ΣΤΟ «ΣΚΟΠΙΑΝΟ»...

Για το «ονοματολογικό» λοιπόν της γειτονικής μας χώρας, σας δίνω στη συνέχεια μια πλήρη «εικόνα» μέσω ερωτημάτων:

-Ποιοί δε θέλουν σύνθετη ονομασία που θα εμπεριέχει τον όρο «Μακεδονία»;

Ο αντιπρόεδρος της Νέας Δημοκρατίας κ. Γεωργιάδης και ο πρώην πρωθυπουργός και πρόεδρος της Νέας Δημοκρατίας κ. Σαμαράς, ο πρόεδρος των Ανεξάρτητων Ελλήνων κ. Καμμένος, ο πρόεδρος της Ένωσης Κεντρώων κ. Λεβέντης, η Χρυσή Αυγή, ο περιφερειάρχης Κεντρικής Μακεδονίας κ. Τζιτζικώστας και η Ομοσπονδία Μακεδονικών Ενώσεων.

Η θέση όλων αυτών παρόμοια μ'εκείνη που είχε διατυπωθεί από τη τότε Σύσκεψη Πολιτικών Αρχηγών υπό την προεδρία του τότε Προέδρου της Δημοκρατίας Κωνσταντίνου Καραμανλή το 1992, που είχε αποφασίσει ότι σε καμία περίπτωση δε θα πρέπει να υπάρξει ονομασία που θα εμπεριέχει τον όρο «Μακεδονία».

Να προσθέσω, ότι στις 21 Ιανουαρίου η Ομοσπονδία Μακεδονικών Ενώσεων, θα πραγματοποιήσει συλλαλητήριο στη Θεσσαλονίκη, υποστηρίζοντας ονομασία χωρίς τον όρο «Μακεδονία».

-Ποιοι θέλουν σύνθετη ονομασία με γεωγραφικό προσδιορισμό και με ονομασία για όλες τις χρήσεις;

Ο ΣΥΡΙΖΑ, οι «μητσοτακικοί» και «καραμανλικοί» (...που πρόσκεινται στην πολιτική του κ. Κώστα Καραμανλή), η Δημοκρατική Συμπράταξη, το ΚΚΕ και το Ποτάμι.

Όλοι αυτοί επιμένουν στη συμφωνία της Συνόδου Κορυφής του Βουκουρεστίου του 2008, όπου ο τότε πρωθυπουργός κ. Καραμανλής, μαζί με τη τότε υπουργό Εξωτερικών κ. Ντόρα Μπακογιάννη, κατόρθωσαν να γίνει αποδεκτή από την Ευρωπαϊκή Ένωση κι από την Αμερική και φυσικά και το ΝΑΤΟ η πρότασή τους, για σύνθετη ονομασία, με γεωγραφικό προσδιορισμό και για όλες τις χρήσεις.

Σύνθετη ονομασία, όπου θα εμπεριέχει τον όρο «Μακεδονία» είχε υποστηρίξει και ο πρώην πρωθυπουργός Κωνσταντίνος Μητσοτάκης.

Όταν αναφερόμαστε σε ονομασία για όλες τις χρήσεις, εννοούμε ότι η ονομασία της γειτονικής μας χώρας, θα είναι ενιαία στο εσωτερικό και στο εξωτερικό της χώρας.

-Εφόσον η πλειοψηφία των μελών της Βουλής, συμφωνεί σε σύνθετη ονομασία, που είναι το πρόβλημα μεταξύ κυβέρνησης και Νέας Δημοκρατίας;

Πριν «απαντήσω», ξεκινώ από τα δύο «προβλήματα» που έχουν οι κ. Τσίπρας και Μητσοτάκης.

Ο μεν κ. Τσίπρας είναι πρωθυπουργός, με τη στήριξη του κ. Καμμένου, ο δε κ. Μητσοτάκης έγινε πρόεδρος της Νέας Δημοκρατίας με τις ψήφους των «σαμαρικών» και βεβαίως με τις ψήφους του κ. Γεωργιάδη, που έχει και «δικούς» τους βουλευτές...

Έχουν, δηλαδή, οι δυο πολιτικοί αρχηγοί δυο πολιτικούς, τους κ. Καμμένο και Γεωργιάδη, που εκφράζουν τη λεγόμενη «λαϊκή δεξιά» και γι'αυτό «τρώγονται» μεταξύ τους...

-Αποτέλεσμα και συνάμα και η απάντηση;

Η μεν κυβέρνηση εμφανίζεται στο θέμα της ονομασίας με δυο όψεις: Ο μεν κ. Τσίπρας να δέχεται το αποτέλεσμα της Συνόδου Κορυφής του Βουκουρεστίου (το είχε υποστηρίξει το 2015), ο δε κ. Καμμένος να δέχεται το αποτέλεσμα

της Σύσκεψης των Πολιτικών Αρχηγών του 1992./

Η δε Νέα Δημοκρατία και συγκεκριμένα ο κ. Μητσοτάκης, να χρησιμοποιεί προς το παρόν τη «διάσταση απόψεων» των δυο κυβερνητικών εταίρων, για να καλύπτει το δικό του πρόβλημα που ονομάζεται «Γεωργιάδης – Σαμαράς»...

-Για πόσο καιρό όμως ο κ. Μητσοτάκης, θα το «καλύπτει», αν λάβουμε υπόψη, ότι ο κ. Καμμένος έχει αφήσει κάποιο «παράθυρο» πλήρους ταύτισής του με την κυβέρνηση για το «ονοματολογικό» της Φίρομ κάτι που ήδη και ο κ. Μητσοτάκης το έχει εκτιμήσει;

Η ΕΛΛΑΔΑ ΤΗΣ ΤΕΧΝΗΣ ΚΑΙ ΤΟΥ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ!

Αν λοιπόν όλα δείχνουν, ότι θα έχουμε μια καλή χρονιά για την εθνική μας οικονομία, έχουμε αρκετές αποδείξεις, ότι το ελληνικό 2018 θα είναι και μια δημιουργική και φεγγοβολούσα χρονιά τέχνης και πολιτισμού!

Να και μερικές από τις πολλές αποδείξεις που ήδη υπάρχουν:

Η Αθήνα θα είναι αυτή τη χρονιά Παγκόσμια Πρωτεύουσα Βιβλίου!

Έπειτα από διάφορες καθυστερήσεις θα εγκαινιάσουμε αυτή τη χρονιά το Αθηναϊκό Μουσείο Σύγχρονης Τέχνης του Ιδρύματος Βασίλη και Ελίζας Γουλανδρή, που περιλαμβάνει 12 ορόφους, μόνιμες και παροδικές εκθέσεις, βιβλιο-θήκη, αμφιθέατρο, καφέ μπαρ και βεβαίως έργα κορυφαίων καλ-λιτεχνών.

Στις 25 του μήνα, θα προβληθεί στις ελληνικές κινηματογραφικές αίθουσες η νέα ταινία του Τάσου Μπουλμέτη «1968», που αναφέρεται στην επέτειο 50 χρόνων από την κατάκτηση του κυπέλλου μπάσκετ κυπελλούχων της Ευρώπης από την ΑΕΚ, η οποία είχε νικήσει τη τότε πανίσχυρη Σλάβια Πράγας στο Καλλιμάρμαρο με την παρουσία 80.000 θεατών!

Ήταν μια μεγάλη αθλητική νίκη που συνάμα «μπόλιασε» εκείνη την εποχή και με νέες εθνικές «δυναμικές» σ'επίπεδο ιστορικό, κοινωνικό και πολιτικό, αν σκεφτούμε ότι ο αγώνας εκείνος είχε γίνει σε χρονική περίοδο, που η ελληνική εξουσία ήταν στρατιωτική

Στο πλαίσιο του Φεστιβάλ Αθηνών και Επιδαύρου, θα έχουμε αρκετούς Έλληνες και ξένους καλλιτέχνες μεταξύ των οποίων και ο διάσημος Βρετανός τραγου-διστής Στιγκ!

Όντως το 2018, αναμένεται να είναι μια πολύ καλή χρονιά για την ελληνική Τέχνη και τον ελληνικό Πολιτισμό, που θα «ανεβάσει» ακόμα πιό πολύ τη «εικόνα» της χώρας σε ολόκληρο τον κόσμο!

2018: ΧΡΟΝΙΑ ΕΝΤΟΝΗΣ ΠΑΡΑΠΛΗΡΟΦΟΡΗΣΗΣ!

Δυστυχώς η ελληνική κοινή γνώμη στη διάρκεια αυτού του χρόνου, θα γίνει μάρτυρας μιας υπέρμετρης παραπληροφόρησης με βασικούς «καθοδηγητές» ορισμένα μέσα έντυπης κι ηλεκτρονικής ενημέρωσης, που θα «διαγωνίζονται» μεταξύ τους για το ποιός θα «λέει» τα περισσότερα δημο-σιογραφικά ψέματα, προκειμένου να



# ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΩΡΑ

ΜΗΝΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ ΓΡΑΜΜΕΝΗ ΑΠΟ ΤΟΝ ΔΗΜΟΣΙΟΓΡΑΦΟ ΓΙΩΡΓΟ ΣΚΛΑΒΟΥΝΗ

**2018: ΧΡΟΝΙΑ ΕΝΤΟΝΗΣ ΠΑΡΑΠΛΗΡΟΦΟΡΗΣΗΣ!**

Δυστυχώς η ελληνική κοινή γνώμη στη διάρκεια αυτού του χρόνου, θα γίνει μάρτυρας μιας υπέρμετρης παραπληροφόρησης με βασικούς «καθοδηγητές» ορισμένα μέσα έντυπης κι ηλεκτρονικής ενημέρωσης, που θα «διαγωνίζονται» μεταξύ τους για το ποιός θα «λέει» τα περισσότερα δημοσιογραφικά ψέματα, προκειμένου να «πείσει» τον ελληνικό λαό για το αν πρέπει ή δεν πρέπει να πέσει η ελληνική κυβέρνηση ή για το αν πρέπει ή δεν πρέπει να γίνει κυβέρνηση η Νέα Δημοκρατία...

Δυστυχώς και πάλι η ελληνική κομματική αντιπαλότητα στην προσπάθειά της να κερδίσει το πολιτικό της «ποθούμενο», αποφάσισε ήδη να χρησιμοποιήσει παλαιομοδίτικες επικοινωνιακούς μεθόδους που παραπέμπουν στη χρονική περίοδο του 1960 και να έχει στο «πλευρό» της «καλοθελητές» ιδιοκτήτες μέσων ενημέρωσης που στο κάτω- κάτω ουδώς φταίνει, αφού οι πολιτικοί είναι εκείνοι που τους ζητάνε την ενημερωτική τους εύνοια...

Ως εκ τούτου σε καθημερινή βάση το οποιοδήποτε γεγονός αποδίνεται πάντα με δυο αποδόσεις...

Η πρώτη το βρίσκει θετικό και η άλλη το βρίσκει αρνητικό...

«Πάρε το αβγό και κούρευτο», όπως «λέει» και η ελληνική παροιμία...

Επομένως η ελληνική κοινή γνώμη όντως βρίσκεται ήδη σε μια πολύ δύσκολη χρονιά όσον αφορά την καθημερινή της ενημέρωση και πληροφόρηση και με αυτή την έννοια δεν έχει παρά από μόνη της να «ψάχνει» να βρίσκει την «αλήθεια» της κάθε είδησης ή αν θέλετε να «αφήνει» -κυρίως-να λειτουργεί το ένστικτό της που τις περισσότερες φορές την οδηγεί στην «αλήθεια» των ειδήσεων...

**ΓΙΑ ΤΟ «ΣΚΟΠΙΑΝΟ»**

«Δεν είμαστε μοναδικοί κληρονόμοι του Μεγάλου Αλεξάνδρου», δηλώνει ο σκοπιανός πρωθυπουργός κ. Ζόραν Ζάεφ και συμπληρώνει τα εξής: «Πιστεύω, ότι θα βρεθεί μια λύση για το όνομα της χώρας μου, που θα διασφαλίσει πλήρως την αξιοπρέπειά μας. Μόνο μέσω αμοιβαίας προσπάθειας, θα μπορέσουμε να προχωρήσουμε στην εξεύρεση λύσης. Ο Έλληνας πρωθυπουργός κ. Τσίπρας, είχε πει, ότι αν η κυβέρνηση των Σκοπίων παραιτηθεί από το δικαίωμα να είναι ο μόνος κληρονόμος του Μεγάλου Αλεξάνδρου, τότε υπάρχει πιθανότητα να λυθεί το θέμα της ονομασίας. Ε, λοιπόν, σήμερα παραιτούμαι από το να θεωρώ τη Μακεδονία το μοναδικό κληρονόμο του Μεγάλου Αλέξανδρου. Η ιστορία ανήκει επίσης σε μας, πιθανό ένα κομμάτι αυτής της ιστορίας ανήκει στην Ελλάδα, μέρος της στη Βουλγαρία και σε άλλες πολλές χώρες. Ότι θα κάνουμε, θα διέπεται από διαφάνεια. Κι αυτό ελπίζω στο τέλος να το επιβεβαιώσει το δημοψήφισμα που θα κάνουμε»

Όπως διαπιστώνεται, ναι μεν ο σκοπιανός πρωθυπουργός δείχνει για άλλη μια φορά «σημάδια» διπλωματικής υποχωρητικότητας, αλλά παράλληλα «μας τα μασάει», επειδή ενδεχομένως δεν επιθυμούν ονομασία που να μην εμπεριέχει τη

λέξη «Μακεδονία».

Ήδη το «σκοπιανό» και η εξέλιξή του, για άλλη μια φορά γίνεται αφορμή πολιτικής αντιπαλότητας μεταξύ κυβέρνησης και Νέας Δημοκρατίας, όπου η Νέα Δημοκρατία κατηγορεί την κυβέρνηση, ότι αποφεύγει να πάρει θέση συγκεκριμένη ως προς το θέμα της ονομασίας και η δε κυβέρνηση κατηγορεί τη Νέα Δημοκρατία, ότι θέλει να αποκαλύψει η κυβέρνηση δημόσια τη διαπραγματευτική της στρατηγικής.

Μάλιστα ο υπουργός Εξωτερικών κ. Κοτζιάς υποστηρίζει, ότι το «ονοματολογικό» είναι άλυτο από τότε που ο Κωνσταντίνος Μητσοτάκης συγκρουόταν με τους εσωκομματικούς του αντιπάλους, ενώ ο υπεύθυνος εξωτερικών κ. Κουμουτσάκος, υποστηρίζει με τη σειρά του, ότι το «ονοματολογικό» είναι υπόθεση της κυβέρνησης που το διαπραγματεύεται.

Σίγουρα τις επόμενες ημέρες το «σκοπιανό» θα ανεβάσει υπέρμετρα την πολιτική θερμοκρασία.

**ΕΚΕΙΝΟΙ ΠΟΥ ΤΑ «ΜΟΥΣΚΕΨΑΝ» ΣΤΟ «ΟΝΟΜΑΤΟΛΟΓΙΚΟ» ΝΑ ΒΟΗΘΗΣΟΥΝ ΝΑ «ΣΤΕΓΝΩΣΟΥΝ»...**

Προφανώς δεν υπάρχει Έλληνας από ηλικίας 50 ετών και πάνω που να μη γνωρίζει σήμερα, ότι το «σκοπιανό» πήρε απρόσμενες καταστάσεις και στη συνέχεια «μπερδεύτηκε» από τη Νέα Δημοκρατία του 1990, όπου τα στελέχη της διαφώνησαν μεταξύ τους για το ποιο όνομα θα έπρεπε να είχε η σημερινή ΦΙΡΟΜ, φτάνοντας μάλιστα και στην ανατροπή της τότε κυβέρνησης του αείμνηστου Κωνσταντίνου Μητσοτάκη, ενώ λίγα χρόνια αργότερα και με κυβέρνηση και πάλι τη Νέα Δημοκρατία με πρωθυπουργό τον κ. Κώστα Καραμανλή είχε «επανατοποθετηθεί» σχετικά με το θέμα της ονομασίας της γειτονικής μας χώρα

Δεν αναφέρουμε όλα αυτά επειδή επιζητούμε ευθύνες από τις δυο πρώην κυβερνήσεις της Νέας Δημοκρατίας, αλλά απλά θυμίζουμε παλαιότερες χρονικές περιόδους, επειδή θέλουμε τη σημερινή Νέα Δημοκρατία, που βρίσκεται στον πολιτικό χώρο της αξιωματικής αντιπολίτευσης, αντί να προσπαθεί να ρίξει το «ανάθεμα» για το «ονοματολογικό» της γειτονικής μας χώρας στην ελληνική κυβέρνηση, το καλύτερο που έχει να κάνει είναι να καθίσει να συνεργαστεί μαζί της μήπως και στο τέλος βρεθεί μια ονομασία για τη Φίρομ, που θα καλύπτει πλήρως τα εθνικά μας συμφέροντα.

Και πολύ σωστά ο πρώην πρωθυπουργός κ. Γιώργος Παπανδρέου, υποστηρίζει ότι είναι απαράδεκτο και ανεύθυνο να κάνει η Νέα Δημοκρατία τον κ. Καμμένο ρυθμιστή αυτής της εθνικής υπόθεσης, σε ένα τόσο σοβαρό εθνικό θέμα καλώντας την ν' αναλάβει τις ευθύνες της κι όχι να υπεκφεύγει βάζοντας ως όρο τη συμφωνία των κυβερνητικών εταίρων.

**ΚΑΤΙ «ΕΤΟΙΜΑΖΕΙ» Ο ΠΡΩΘΥΠΟΥΡΓΟΣ...**

Ακούγεται λοιπόν, ότι ο πρωθυπουργός κ. Τσίπρας που βλέπει στις δημοσκοπήσεις, να μειώνεται η διαφορά της Νέας Δημοκρατίας με τον ΣΥΡΙΖΑ, φέρεται αποφασισμένος μέσω ενός «έξυπνου» οικονομικού

σχεδίου, που επεξεργάζεται το οικονομικό του επιτελείο να οδηγήσει σε «ανάκαμψη» την κυβέρνησησή του.

Αυτό το «έξυπνο» οικονομικό σχέδιο, σύμφωνα με δημοσιογραφικές πληροφορίες, αλλά και σύμφωνα με ρεπορτάζ της εφημερίδας «Νέα Σελίδα», συνίσταται σ'έναν συνδυασμό αντίμετρων, που θα δώσουν το δικαίωμα στην κυβέρνηση μετά τον Αύγουστο του 2018, να κάνει πράξη από το 2019, πέντε πράγματα:

- 1.Ν'αυξήσει τον κατώτατο μισθό στα 751 ευρώ.
- 2.Να επαναφέρει τις συλλογικές διαπραγματεύσεις.
- 3.Να έχει στοχευμένες φοροελαφρύνσεις.
- 4.Να υπάρχει μόνιμη 13<sup>η</sup> σύνταξη και
4. Να ακυρωθούν οι περικοπές των συντάξεων που έχουν δρομολογηθεί για το 2019.

Από την άλλη μεριά «κάτι» πάλι έχει στη σκέψη του ο πρωθυπουργός με την χριστουγεννιάτικη πρόσφατή του ιδιωτική επίσκεψη με την οικογένειά στη Σερβία, μετά από πρόσκληση του Σέρβου προέδρου κ. Βούσιτς για να περάσουν μαζί τις γιορτές.

Φυσικά και ήταν μια ιδιωτική επίσκεψη, αλλά δε μπορείς να μη σκέφτεσαι ότι στο Βουκουρέστι βρήκαν την ευκαιρία οι δυο πολιτικοί άνδρες να μίλησαν για συγκεκριμένα θέματα, μεταξύ των οποίων προφανώς το «σκοπιανό», αλλά και η ένταξη της Σερβίας στην Ευρωπαϊκή Ένωση...

Εκτιμούμε λοιπόν, ότι ο Έλληνας πρωθυπουργός έχει συγκεκριμένη πολιτική τόσο για θέματα που έχουν να κάνουν με την καλύτερη διαβίωση των «αδύναμων» οικονομικά Ελλήνων, όσον κι ανάλογη πολιτική για την επίλυση ορισμένων εθνικών θεμάτων, που εκ των πραγμάτων, θα πρέπει να έχουν και την «υποστήριξη» ξένων κρατών...

Σε αμφότερες περιπτώσεις κι εφόσον επαληθευτούν στην πράξη, τότε σαφώς ωφελημένοι θα είναι οι Έλληνες χαμηλόμισθοι και συνταξιούχοι και βέβαια η ίδια η χώρα!..

**ΕΚΛΟΓΕΣ; Η ΕΞΟΔΟΣ ΤΗΣ ΕΛΛΑΔΑΣ ΣΤΙΣ ΔΙΕΘΝΕΙΣ ΑΓΟΡΕΣ, ΘΑ ΔΩΣΕΙ ΤΗΝ ΑΠΑΝΤΗΣΗ...**

Πάγια μας θέση είναι οι εκάστοτε ελληνικές κυβερνήσεις είναι να κάνουν εκλογές κάθε τέσσερα χρόνια... Το ίδιο πάγια μας θέση είναι να νομοθετηθεί για πάντα αυτή η πολιτική θέση μέσω του Συντάγματος...

Σήμερα λοιπόν, η χώρα μας καλώς εχόντων των πραγμάτων στις 22 Αυγούστου θα πάρει στα χέρια της από τους «δανειστές» της, το «διαβατήριο» της για την οριστική της έξοδο από το «μνημονιακό καθεστώς»...

Πρόκειται αναμφίβολα για μια επικείμενη «απόδραση» της εθνικής μας οικονομίας από τη μέγγενη των εκάστοτε μνημονίων, όπου και μεν μας έχουν βοηθήσει να μη χρεοκοπήσουμε, αλλά από την άλλη με τα αυστηρά τους ανταλλάγματα-μέτρα, έχουν οδηγήσει τους περισσότερους Έλληνες σε μια πραγματικά δύσκολη οικονομική και κοινωνική κατάσταση...

Σε αυτή λοιπόν τη τρέχουσα

χρονική περίοδο, όπου η ελληνική οικονομία έχει αρχίσει ν'ανακάμπτει, τίθεται το ερώτημα αν και κατά πόσο μετά την έξοδό μας από το «μνημονιακό καθεστώς», θα μπορεί η χώρα μας να αυτοχρηματοδοτείται από τις διεθνείς αγορές με χαμηλά επιτόκια δανεισμού...

Αν λοιπόν έως τον Αύγουστο το οικονομικό επιτελείο της κυβέρνησης προβεί σε δανεισμό από τις διεθνείς αγορές τουλάχιστον δύο φορές και με επιτόκιο δανεισμού σε συνεχή μείωση και κάτω από το 3,5%, τότε το γεγονός αυτό θα το εκλάβει ως «καλό οιωνό» κι ως εκ τούτου θα εκμεταλλευτεί το ήδη υπάρχον οικονομικό απόθεμα που διαθέτει (... ίσως είναι και στα 10 δις. ευρώ!) και θα «πάει» τη χώρα σε εκλογές το 2019...

Σε αντίθετη περίπτωση, τα πάντα θα εξακολουθούν να είναι ρευστά, ως προς το χρόνο των εκλογών και διόλου απίθανο οι εκλογές να γίνουν το φθινόπωρο του τρέχοντος έτους...

Μακάρι οι εκλογές να γίνουν το 2019...

**ΓΙΑ ΤΟ «ΣΚΟΠΙΑΝΟ» ΚΑΙ ΠΑΛΙ... (NO 1)**

Στον πρόσφατο βρετανικό «Independent» δημοσιεύτηκαν οι πιο έξυπνες «απαντήσεις» που έχουν καταγραφεί στην παγκόσμια ιστορία και στην πρώτη θέση βρίσκεται μια ελληνική «απάντηση», που είχε δοθεί πριν από χιλιάδες χρόνια σε ελληνική «τοποθέτηση»...

Από μια άποψη, αυτή η σύντομη στιχομυθία, που θ'αναφέρω λίγο παρακάτω, επιβεβαιώνει και το αιώνιο «σαράκι» που για χρόνια «κατατρώνει» τη συνεχή μας ή αν θέλετε τη σωστή συνοχή που θα πρέπει να έχουμε σε ορισμένα εθνικά θέματα.

Όπως λόγου χάρη, στο «σκοπιανό», που κρατά σχεδόν 30 χρόνια, που αρκετές φορές έγινε «σημείο» συγκρούσεων όχι μόνο μεταξύ των ελληνικών κομμάτων, αλλά και μεταξύ των στελεχών ενός κόμματος. Της Νέας Δημοκρατίας του 1990 και που σήμερα βρίσκεται αυτό το εθνικό θέμα στην επικαιρότητα για άλλη μια φορά.

Θ'άρθω όμως και στο «σκοπιανό», αφού προηγουμένως αναφερθώ στη νούμερο ένα πιο έξυπνη «απάντηση» που έχει καταγραφεί παγκοσμίως!

Είχε πει λοιπόν ο Βασιλιάς Φίλιππος ο Β, προς τους Σπαρτιάτες:

«Αν κερδίσω τον πόλεμο, θα είστε σκλάβοι για πάντα»...

Και η «απάντηση» των Σπαρτιατών:

«Αν»...

Έρχομαι τώρα στο «σκοπιανό»...

Η ονομασία Δημοκρατία της Μακεδονίας στις 20 Νοεμβρίου του 1991 και μετά από δημοψήφισμα που είχε γίνει στην πρώην Σοσιαλιστική Δημοκρατία της Μακεδονίας, κατοχυρώθηκε στο Σύνταγμα της γειτονικής μας χώρας.

-Κι ένα χρόνο αργότερα;

Αρχιζε στην Ελλάδα ο «πόλεμος» εναντίον αυτής της ονομασίας με δυο βασικούς «πρωταγωνιστές».

Τον τότε πρωθυπουργό Κωνσταντίνο Μητσοτάκη και τον τότε υπουργό Εξωτερικών κ. Αντώνη Σαμαρά



# ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΩΡΑ

ΜΗΝΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ ΓΡΑΜΜΕΝΗ ΑΠΟ ΤΟΝ ΔΗΜΟΣΙΟΓΡΑΦΟ ΓΙΩΡΓΟ ΣΚΛΑΒΟΥΝΗ

Ο αείμνηστος Κωνσταντίνος Μητσοτάκης ήταν 72 ετών και ο κ. Σαμαράς 40 ετών... Όπως θυμάστε, για το θέμα της «ονομασίας», που εκείνη τη χρονική περίοδο Πρόεδρος της Δημοκρατίας ήταν ο Κωνσταντίνος Καραμανλής, υπήρξε μεγάλη κόντρα μεταξύ Μητσοτάκη - Σαμαρά, με αποτέλεσμα να εκδιωχθεί από την κυβέρνηση κι από τη Νέα Δημοκρατία ο κ. Σαμαράς με απόφαση του τότε πρωθυπουργού...

Το ποιος είχε δίκιο αναφορικά με το «σκοπιανό», είναι έργο του ιστορικού μελετητή να το απαντήσει, εκείνο, όμως, που σήμερα, θέλω να επισημάνω, είναι ότι το «σκοπιανό» έγινε «άλυτος κόμπος», που επιπλέον;

Η Νέα Δημοκρατία και το ΠΑΣΟΚ, όλα αυτά τα χρόνια με τον άλφα ή με το βήτα τρόπο το μόνο που έκαναν, ήταν να διαφωνούν συνεχώς σχετικά με την πολιτική που θα έπρεπε να υπήρχε απέναντι στο θέμα της «ονομασίας», αν και στο τέλος είχαν συμφωνήσει ατύπως σε σύνθετη ονομασία σε σύνθετη ονομασία, με γεωγραφικό προσδιορισμό, η οποία θα είναι για όλες τις χρήσεις...

-Επομένως;

Για το «σκοπιανό» ο μόνος που δε μπορεί να «κατηγορηθεί» για το οτιδήποτε, επειδή ο σημερινός πρωθυπουργός κ. Τσίπρας, που το 1992, που άρχιζαν τα μεγάλα ελληνικά πολιτικά «μπερδέματα» γύρω από το «σκοπιανό» ήταν μόλις 15 ετών!!!

Αρα από δω και πέρα και με βάση τα όσα σας θύμισα, πολύ πιο εύκολα θα μπορούμε να ερμηνεύουμε τα όσα συμβαίνουν και θα συμβαίνουν γύρω απ' αυτό το θέμα.

Να θυμίσω όμως και τα εξής:

Το 1929, υπήρχε το Βασίλειο των Σέρβων, όπου το 40,2% των κατοίκων μιλούσε σερβικά, το 30,3% μιλούσε κροατικά και σε πολύ μικρότερα ποσοστά υπήρχαν κι άλλες γλώσσες. -Όμως; Δεν υπήρχε σλαβομακεδονική γλώσσα.

Το 1944 το «κόκκινο δίδυμο» Στάλιν-Τίτο, ονομάζει μια μικρή περιοχή, τη Βαρντάσκα Μπονοβίνα, με την ονομασία Σοσιαλιστική Δημοκρατία της Μακεδονίας.

Το 1989 διαλύεται η Γιουγκοσλαβία και οι ηγέτες της Σοσιαλιστικής Δημοκρατίας της Μακεδονίας, την ονομάζουν Δημοκρατία της Μακεδονίας.

Την 1<sup>η</sup> Απριλίου 1992 είχαμε το «πακέτο Πινέρο» που είχε προτείνει ο τότε υπουργός Εξωτερικών της Πορτογαλίας Πιρέϊρο, πρόταση όμως που δεν έγινε αποδεκτή από την ελληνική κυβέρνηση και με τη σκοπιανή κυβέρνηση να κρατά αμφιλεγόμενη στάση.

Στις 13 Σεπτεμβρίου 1992 το Συμβούλιο Πολιτικών Αρχηγών, απορρίπτει κάθε ονομασία που θα εμπεριέχει τον όρο «Μακεδονία».

Στη Σύνοδο Κορυφής του Απριλίου 2008 γίνεται αποδεκτή η πρόταση της κυβέρνησης Καραμανλή, η λύση του προβλήματος της ονομασίας να γίνει «νατοϊκός όρος». «Πρώτα τα βρίσκεις με την Ελλάδα Φίρομ και μετά θα σε βάλω στο ΝΑΤΟ»...

Από κει και πέρα, η Φίρομ που προσωρινά ονομάζεται με αυτό το όνομα, δηλαδή, Πρώην

Γιουγκοσλαβική Δημοκρατία της Μακεδονίας, φέρνει συνεχή εμπόδια και «θέλει» σύνθετη ονομασία με τον όρο «Μακεδονία».

Η τότε υπουργός Εξωτερικών κ. Μπακογιάννη προτείνει την ονομασία Νέα Μακεδονία, αλλά απορρίπτεται από το ΠΑΣΟΚ.

Έκτοτε ισχύει σύνθετη ονομασία, για την Ελλάδα, με γεωγραφικό προσδιορισμό, η οποία θα είναι εση ονζετ, δηλαδή για όλες τις χρήσεις.

## ΑΥΤΑ ΘΕΛΟΥΜΕ ΑΠΟ ΤΗΝ ΚΥΒΕΡΝΗΣΗ!

Σε αυτή λοιπόν τη νέα χρονιά η κάθε ελληνική οικογένεια αναμένει μέσω αυτής της κυβέρνησης που βρίσκεται στην εξουσία, να εφαρμόζει και να καλλιεργεί την καλύτερη δυνατή κυβερνητική πολιτική, από την οποία θα μπορεί να βγει στο τέλος κερδισμένη και η ίδια η χώρα και ο ίδιος ο ελληνικός.

Ωε εκ τούτου αναμένουμε και προσδοκούμε από την ελληνική κυβέρνηση να πράξει τα παρακάτω:

1. Να ολοκληρώσει το «τρίτο μνημόνιο» του ελληνικού δανειακού προγράμματος επιτυχώς και οπωσδήποτε χρονικά έγκαιρα, έτσι ώστε τον Αύγουστο, ήτοι σε 8 μήνες, να βγει οριστικά και τελεσίδικα η ελληνική μας οικονομία από το «μνημονιακό καθεστώς».

2. Να «εξαναγκάσει» ολόκληρη την ελληνική κοινοβουλευτική κοινότητα, να πάρει θέση στο θέμα της ονομασίας της Φίρομ, έτσι ώστε τον Ιούλιο, η μικρή αυτή γειτονική χώρα να γίνει μέλος του ΝΑΤΟ.

3. Να ενεργοποιήσει σχέδιο-πρόταση προς τους κοινωνικούς μας εταίρους για την άρση ή την προσωρινή παράταση του μέτρου που αφορά τη μείωση των συντάξεων από την 1<sup>η</sup> Ιανουαρίου του 2019.

4. Να «πείσει» τις διοικήσεις των ελληνικών τραπεζών να μειώσουν κατά 50% τα επιτόκια των διαφόρων τραπεζικών δανείων που έχουν πάρει πριν από την κρίση καταναλωτές και οι οποίοι συνεχίζουν να πληρώνουν τις δόσεις τους με πολύ δυσκολία και φυσικά σε βάρος του νοικοκυριού τους, βλέποντας από την άλλη οι «ασυνεπείς» πελάτες των τραπεζών να βοηθούνται με διάφορους ευεργετικούς νόμους.

## ΕΛΛΗΝΙΚΕΣ ΠΡΟΟΠΤΙΚΕΣ

Όσο πλησιάζει η οριστική έξοδος της ελληνικής οικονομίας από το «μνημονιακό καθεστώς», τόσο θα αυξάνεται η πολιτική αντιπαλότητα. Ειδικά στη τρέχουσα περίοδο, που οι περισσότερες δημοσκοπήσεις δείχνουν να κλείνει η «ψηλίδα» μεταξύ της Νέας Δημοκρατίας και του ΣΥΡΙΖΑ. Το γεγονός αυτό έχει θέσει σε επικοινωνιακό συναγερμό και τα επιτελεία των δυο κομμάτων. Η Νέα Δημοκρατία, είναι πλέον αποφασισμένη να καταλογίζει στην κυβέρνηση ότι κακό συμβαίνει στη χώρα, ακόμα και το γιατί κατούρησε στο χωράφι ο σκύλος του γείτονα. Από την άλλη μεριά η κυβέρνηση από τη μια βγάζει από το συρτάρι υποθέσεις που «μυρίζουν» σκάνδαλο και στα οποία φέρονται να εμπλέκονται ονόματα της Νέας Δημοκρατίας.

Αυτή θα είναι λοιπόν η επικοινωνιακή συμπεριφορά αυτών των δυο κομμάτων που ολοένα και περισσότερο θα γίνεται «άγρια»...

Απέναντί τους όμως έχουν ένα

ελληνικό λαό που αποδεδειγμένα έχει κουραστεί για τα καλά από τις γνωστές αυτές πολιτικές κόντρες που δε λένε να τελειώσουν... Αυτό το γεγονός ή μάλλον αυτή η «αίσθηση» διαφαίνεται σε όλες τις δημοσκοπήσεις όπου ένα ποσοστό γύρω στο 20%, δείχνει προς το παρόν έχει αποστάσεις από αυτό που ονομάζουμε «πρόθεση ψήφου»...

Όσον αφορά τη προσπάθεια της κ. Φώφης Γεννηματά να καταστεί πρόεδρος της μεγάλης κεντροαριστεράς αυτό είναι κάτι που «μυρίζει» ... ανέκδοτο, σε αντίθεση με τα κόμματα της Χρυσής Αυγής και του ΚΚΕ που θεωρείται κάτι παραπάνω από βέβαιο, ότι στις επόμενες εκλογές θα ανεβάσουν τα ποσοστά τους, ίσως επειδή είναι τα μόνα ελληνικά κόμματα που κρατάνε μια συγκεκριμένη πολιτική, που δεν αλλάζει κάθε τόσο και λιγάκι, αν και η πολιτική τους αυτή είναι καθαρά εσωστρεφής...

Έως ότου όμως η ελληνική οικονομία βγει από το «μνημονιακό καθεστώς» υπάρχει ακόμα αρκετός δρόμος και σε κάποια του σημεία, έχει φώτα κλειστά, κάτι που θα πρέπει να το προσέξει η ελληνική κυβέρνηση, για να μη βρεθεί προ δυσάρεστων εκπλήξεων. Λόγου χάρη, η οριστική επίλυση του «σκοπιανού» είναι ένα θέμα που θα πρέπει εκ των πραγμάτων να λυθεί, επειδή κυρίως το θέλει η Ουάσινγκτον που τον προσεχή Ιούλιο «θέλει» οπωσδήποτε να ενταχθεί η γειτονική μας χώρα στο ΝΑΤΟ. Έως τότε λοιπόν η κυβέρνηση, θα πρέπει να είναι έτοιμη από κάθε πλευρά προκειμένου να «αντιμετωπίσει» αυτό το θέμα, επειδή υπάρχουν βουλευτές του ΣΥΡΙΖΑ αλλά και των Ανεξάρτητων Ελλήνων που επιμένουν ότι η λέξη «Μακεδονία» δε θα πρέπει να υπάρχει σε μια προτεινόμενη ονομασία του κράτους της Φίρομ.

Κατά τα λοιπά η ελληνική ζωή είναι αλήθεια ότι έχει αρχίσει κάπως να καλυτερεύει, παρά τις αρνητικές απόψεις ορισμένων «στρατευμένων» μέσων ενημέρωσης... Εκείνο που χρειάζεται είναι η αναπτυξιακή δυναμική, που δυστυχώς εξακολουθεί να παραμένει ασθενής και φυσικά όσο παραμένει ασθενής δε θα τραβάνε οι «τροχαλίες» της πραγματικής οικονομίας...

Δεν απομένει λοιπόν να γίνουν λίαν προσεχώς δυο πράγματα. Το πρώτο να αποδεσμευτεί η ελληνική οικονομία από τη αυστηρή επιτήρηση των «δανειστών» και το δεύτερο να καταστεί το ελληνικό φορολογικό σύστημα «μόνιμο». Μια νέα χρονιά είναι μπροστά μας και πάνω από όλα να τη χαρούμε, όσο ζούμε...

## Ο Κ. ΣΤΟΥΡΝΑΡΑΣ ΕΙΝΑΙ ΠΛΕΟΝ ΔΙΟΙΚΗΤΗΣ ΤΗΣ ΤΡΑΠΕΖΑΣ ΤΗΣ ΕΛΛΑΔΟΣ...

Τον κ. Γιάννη Στουρνάρα ανέκαθεν τον θεωρούσαμε κι εξακολουθούμε να τον θεωρούμε ως έναν από τους πλέον αξιόλογους οικονομικούς επιστήμονες και παράλληλα κι έναν πολιτικό που κάλλιστα θα μπορούσε να ηγούταν κι ενός σύγχρονου κεντροαριστερού πολιτικού κόμματος, με βάση το πολιτικό του προφίλ.

Όλα αυτά όμως ανήκουν στο «χθες» ή θα μπορούσαν να ανήκουν

στο «χθες», αφού «σήμερα» ο κ. Γιάννης Στουρνάρας είναι ο διοικητής της Τράπεζας της Ελλάδος που κατά την άποψή μας είναι και μια «θέση» που είναι υψηλότερη από πλευράς κύρους από το τίτλο ενός υπουργού ή από το τίτλο του αρχηγού ενός κόμματος...

Ως εκ τούτου από τη στιγμή που ο κ. Γιάννης Στουρνάρας που είναι διοικητής της Τράπεζας της Ελλάδος και μάλιστα σε μια χρονική περίοδο, που η ελληνική οικονομία «οδεύει» αισίως σε οριστική έξοδο από το «μνημονιακό καθεστώς» τον προσεχή Αύγουστο και με δεδομένο, ότι αφενός συνεργάζεται με τον ομόλογό του της Ευρωπαϊκής Κεντρικής Τράπεζας κ. Μάριο Ντράγκι κι αφετέρου γνωρίζει όχι μόνο τις θέσεις του κ. Ντράγκι, αλλά και τις θέσεις των επικεφαλής της Κομισιόν, του Ευρωπαϊκού Μηχανισμού Σταθερότητας, του Γιούρογκρουπ, αλλά και τις απόψεις των επικεφαλής διεθνών οίκων αξιολόγησης, καθώς και τις θέσεις των υπουργών Οικονομικών της Ευρωπαϊκής Ένωσης και της Αμερικής, ότι, δηλαδή, η Ελλάδα τον Αύγουστο θα έχει «καθαρή» έξοδο από το «μνημονιακό καθεστώς», έτσι όπως είχε συμβεί και με τις χώρες της Πορτογαλίας, της Κύπρου και της Ιρλανδίας, όταν έβγαιναν από τα δικά τους «μνημονιακά καθεστώτα», είναι όντως περίεργο να μην παραδέχεται αυτή την «καθαρή» έξοδο και να προτείνει μετά τον Αύγουστο του 2018, ένα «προληπτικό μνημόνιο»...

Πόσο μάλλον, όταν γνωρίζει, ότι σε ερώτηση που είχε κάνει προ καιρού και χαμογελώντας ο πρόεδρος της Ευρωπαϊκής Κεντρικής Τράπεζας κ. Ντράγκι προς τον πρωθυπουργό κ. Τσίπρα αν χρειάζεται κι ένα «τέταρτο μνημόνιο», του είχε απαντήσει επίσης χαμογελώντας ο κ. Τσίπρας με τη γνωστή φράση «Ευχαριστώ, να λείπει το βύσσινο»

Ο αγαπητός κ. Στουρνάρας είναι σήμερα πάνω από την «πολιτική σκηνή», επειδή είναι διοικητής του ιστορικού ιδρύματος της Τράπεζας της Ελλάδος, που λογικό είναι να ενισχύει με κάθε τρόπο την υπάρχουσα θετική πορεία της ελληνικής πορείας, που μετά από 8 χρόνια έντονης οικονομικής και κοινωνικής κρίσης, έχει πλέον όλα τα «εχέγγραφα» να βγει τον Αύγουστο από το «μνημονιακό καθεστ

## Ο ΤΕΛΕΥΤΑΙΟΣ «ΜΝΗΜΟΝΙΑΚΟΣ» ΠΡΟΫΠΟΛΟΓΙΣΜΟΣ

Ο τελευταίος «μνημονιακός» προϋπολογισμός, εγκρίθηκε στο ελληνικό κοινοβούλιο και «καλά πολιτικά μυαλά» από δω και πέρα στους μεν και στους δε, για να έχουν πιο ρεαλιστική πολιτική, πιο συγκεκριμένους οικονομικούς στόχους, πιο προσδιορισμένους αναπτυξιακούς στόχους, πιο υπεύθυνη κοινοβουλευτική πολιτική και κυρίως πιο καλύτερη κοινωνική πολιτική.

Οι επόμενοι προϋπολογισμοί δε θα «φτιάχνονται» παρέα με τους «δανειστές», αλλά θα «φτιάχνονται», θα «εκπονούνται», θα «ρομολογούνται», θα καλλιεργούνται και θα εφαρμόζονται αποκλειστικά και μόνο με βάση το οικονομικό μοντέλο της εκάστοτε ελληνικής κυβέρνησης...



# «ΤΟ ΚΑΘΗΚΟΝ ΜΟΥ ΕΚΑΜΑ»



«Τον σταυρό να τον δώσης στην γυναίκα μου»

καί το τουφέκι του Μίκητς καί να τους πής το καθήκον μου έκαμα».

Πάυλος Μελάς, 13 Οκτωβρίου 1904 λίγο πριν ξεψυχήσει.

Έχουν περάσει σχεδόν 115 χρόνια από τον θάνατο του «ηρωϊκού παλληκαριού» όπως επαξίως είχε αποκαλέσει ο εθνικός μας ποιητής Κωστής Παλαμάς τον Παύλο Μελά, τον ήρωα της Μακεδονίας, καί ακόμα δεν μπορούμε να πούμε πως λυτρώθηκε η Μακεδονία μας από τους λύκους που επιβουλεύονται την ελευθερία της καί την ύπαρξίν της. 115 χρόνια που ο θάνατος αυτού του παλληκαριού δεν δικαιώθηκε πλήρως, καί όχι απλώς δεν δικαιώθηκε, αλλά όπως φαίνονται τα πράγματα μάλλον οι χαρτογιακάδες καί γραφειοκράτες που τότε αποκαλούσαν την ηρωϊκήν δράσιν του «επιζήμια προς το κράτος καί το εθνικό συμφέρον».

Αυτό σχεδόν έχει γίνει καί η επίσημη θέσις της τωρινής Ελληνικής κυβερνήσεως (καί άλλων που πέρασαν), που είτε με τον αποπροσανατολισμό καί κωλοτούμπα (παλιά μου τέχνη κόσκινο) της Κυβερνήσεως του τύπου «δηλαδή τώρα που μας δίνεται η ευκαιρία να μην λύσουμε ένα πρόβλημα τόσων χρόνων», την επαίσχυντη στάσιν του δημάρχου Θεσσαλονίκης γιά το συλλαλητήριο γιά το Μακεδονικό, την υπογραφείσα από 200 στελέχη του Σύριζα το 2008 διακήρυξιν/άρθρο στο οποίο έλεγαν ρητώς «Οι υπογράφουσες καί υπογράφοντες υπενθυμίζουμε τα αυτονόητα: δεν υπάρχει κανένα “εθνικό συμφέρον” που να διακυβεύεται αν δοθεί η δυνατότητα στη γειτονική χώρα να διατηρήσει τη συνταγματική της ονομασία», την βουλευτή Α΄ Θεσσαλονίκης του Σύριζα που δηλώνει ευθαρσώς πως τα Σκόπια πρέπει να ονομάζονται «Μακεδονία», κ.λ.π.

Βεβαίως καί το γεγονός πως ο νυν πρωθυπουργός των Σκοπίων Γνάεφ συμπεριφέρεται άκρως πονηρά καί στήνει μπόλικες παγίδες, ειδικά με το άκρως αντισυνητικό του άνοιγμα προς την Βουλγαρία, είναι ανάγκη να ξανακοιτάζουμε το ζήτημα της Μακεδονίας, διότι παρά τις διάφορες δηλώσεις «υπευθύνων» προσώπων, ο Μακεδονικός αγώνας δεν έχει τελειώσει, καί δεν πρόκειται να τελειώσει έως ότου πάσουν να υπάρχουν λύκοι που θα ορέγονται Ελληνικά εδάφη καί θα καπηλεύονται την Ελληνική ιστορία.

Ας δούμε λοιπόν μερικές λιγότερο γνωστές μορφές του Μακεδονικού αγώνος, διότι αυτοί ελευθέρωσαν την Μακεδονία ποτίζοντας τα άγια χώματά της με το ευλογημένο αίμα τους.

ΛΙΛΗ ΒΛΑΧΟΥ, ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ ΧΑΤΖΗ-ΓΕΩΡΓΙΟΥ, ΒΕΛΙΚΑ ΤΡΑΪΚΟΥ, ΑΓΓΕΛΙΚΗ ΦΙΛΙΠΠΙΔΟΥ

Όσο βοήθησαν, αγωνίστηκαν καί προσέφεραν στην πατρίδα οι μαχητές στα αντάρτικα σώματα των Μακεδονομάχων εναντίον των κομιτατζήδων καί λοιπων κατασπλιάδων, ο αγώνας που έδωσαν οι άνθρωποι του πνεύματος απέτρεψε τα βρώμικα σχέδια των Βουλγάρων γιά τον εκσλαβισμό των Ελλήνων με βασανισμούς, δολοφονίες, βιασμούς, κάψιμο χωριών,

απαγχωνισμούς κ.ο.κ. Οι απλοί δάσκαλοι, αυτοί που αγωνίστηκαν ακούραστα γιά να κρατήσουν ζωντανό τον Ελληνισμό καί που οι περισσότεροι το πλήρωσαν με την ίδια τους την ζωή.

Σ΄ αυτήν την κατηγορία ανήκουν καί οι τέσσερις ηρωίδες δασκάλες Λιλή Βλάχου, Αικατερίνη Χατζηγεωργίου, Βελίκα Τράϊκου καί η Αγγελική Φιλιππίδου, οι οποίες βρίσκονται θαμμένες δίπλα-δίπλα στο νεκροταφείο της Ευαγγελιστρίας στην Θεσσαλονίκη. Νεαρές κοπέλες καί οι τέσσερις τους που πέθαναν με μαρτυρικό τρόπο αφοσιωμένες στο υψηλό καθήκον που είχαν αναλάβει, ζυμώνοντας τις ψυχές των νεαρών Ελληνόπουλων στα σχολεία, αλλά ταυτόχρονα δρώντας καί ως σύνδεσμοι γιά τους μαχητές καί ως εμψυχωτρίες των Ελλήνων.

Η Λιλή Βλάχου είχε γεννηθεί στην Έδεσσα της Μακεδονίας το 1886 καί λόγω της μεγάλης της εφέσεως προς τα γράμματα εστάλει στις Αθήνες όπου σπούδασε με υποτροφία στο Αρσάκειο. Το 1904 λόγω των μεγάλων πνευματικών της προσόντων διορίσθηκε ως διευθύντρια του παρθεναγωγείου της Εδέσσης, όπου ήταν ένας κύριος παράγων γιά την δημιουργία του συλλόγου «Αγαθοεργός Αδελφότης Δεσποινίδων Εδέσσης» του οποίου συλλόγου ανέλαβε καί την γραμματεία, μωύνας πολλές μαθήτριάς της στον αγώνα καί βοηθώντας με όποιον τρόπο μπορούσε.

Μετά από λίγο καιρό διορίσθηκε δασκάλα στην Στρώμνιτσα όπου συνέχισε την εθνική της δράσιν εμψυχώνοντας τον κόσμο καί αυθυπνώντας τον Ελληνισμό της περιοχής με αποτέλεσμα να απειληθεί η ζωή της πολλές φορές από τους βουλγάρους. Το 1907 μετά τον θάνατο του Μακεδονομάχου αδελφού της Ιωάννου Βλάχου ή Τσικα σε μάχη έξω από το Μοναστήρι, η Λιλή ενέτεινε ακόμα πίο πολύ τις προσπάθειές της, ειδικά αφού λόγω του χαρακτήρος, της δραστηριότητας καί των ικανοτήτων της, την ζήτησε ως συνεργάτιδα ο πρόξενος της Ελλάδος στην Θεσσαλονίκη Λάμπρος Κορομηλάς καί έτσι διορίστηκε ως διευθύντρια του υποδιδασκαλείου Θεσσαλονίκης όπου οι βούλγαροι στην κυριολεξία λύσσαξαν εναντίον της με την εμψύχωση που έδινε στους σκλαβωμένους Έλληνες. Έτσι το 1909 πλήρωσαν έναν Τουρκαλβανό ο οποίος την δολοφόνησε μέσα στην τάξιν της την 30η Οκτωβρίου του 1909.

Η Αγγελική Φιλιππίδου, καί αυτή νεαρή δασκάλα από την Θεσσαλονίκη, άρχισε την εθνική της δράσιν στην σημερινή Αριδαία, όπου οι Βούλγαροι είχαν προσπαθήσει να ιδρύσουν βουλγαρικό σχολείο καί με διάφορες μεθόδους κυρίως με την βία, όμως η εικοσάχρονη καί λεπτεπίλεπτη Αγγελική έγινε μεγάλο εμπόδιό τους αφού, μη περιοριζόμενη στα εκπαιδευτικά της καθήκοντα όπου μιλάει στα παιδιά γιά Έλληνες ήρωες από τους οποίους κατάγονται καί πρέπει να είναι υπερήφανοι γι΄ αυτό, δουλεύει ακάματα δίνοντας συμβουλές στις μητέρες γιά την ανατροφή των παιδιών τους ενώ συνεργαζόμενη με έναν γνωστό της ιατρό εξασφαλίζει γιά τους μαθητές της καί του υπόλοιπους χωρικούς δωρεάν ιατρικές εξετάσεις καί ιατρική περίθαλψη. Οι κομιτατζήδες σχεδιάζουν την δολοφονία της αφού τους αποτρέπει τα σχέδιά τους, όμως επεμβαίνει εγκαίρως το Ελληνικό Προξενείο καί επιτυγχάνει την μετάθεσίν της στο χωριό της Κλεπούσνας (νυν Αγριανής) το οποίον κινδυνεύει να εκβουλαριστή αφού οι μισές οικογένειες είχαν αναγκαστεί διά της βίας να προσχωρήσουν προς την βουλγαρική εξарχία.

Η Αγγελική έλαβε αμέσως δράσιν με τον ακούραστο συμπαραστάτη καί συνάδελφό της, τον σύζυγό της Δημήτριο Φιλιππίδη. Στις 12 Δεκεμβρίου του 1906 οι Βούλγαροι κομιτατζήδες επιτίθενται στο χωριό καί επακολουθεί η γνωστή σφαγή της Κλεπούσνας. Στόχος της φαίνεται οι πρόκριτοι του χωριού καί όσοι ενδυνάμυναν τους Έλληνες στην προσπάθειά τους. Καίνε ζωντανούς τον ιερέα του χωριού παπα-Φίλιππο καί την πρεσβυτέρα του

Φωτεινή, σκοτώνουν όσους πρόκριτους βρίσκουν καί βάζουν φωτιά στα σπίτια τους, με επόμενο στόχο τους το σπίτι της δασκάλας.

Η Αγγελική καί ο Δημήτριος όμως δεν το βάζουν στα πόδια. Από το παράθυρο του σπιτιού τους βάλουν συνεχώς κατά των Βουλγάρων, δεν σταματούν ούτε καν όταν συντρίβεται από σφαίρα το γόνατο της Αγγελικής, φεύγουν μόνο όταν οι Βούλγαροι βάζουν φωτιά στο σπίτι τους. Την επομένη ημέρα καταφθάνει ο πρόξενος Αντώνης Σαχτούρης, το οποίον προσφωνεί ένας χωριανός που την προηγούμενη ημέρα έχασε όλους τους συγγενείς τουτς «Δεν ήλθομεν να δεχθώμεν συλλυπητήρια αλλά συγχαρητήρια. Μας ηξίωσεν ο Θεός να προσφέρωμεν τους οικείους μας καί τας περιουσίας μας εις τον βωμόν της πατρίδος καί να καταστήσωμεν το χωρίον μας αθάνατον. Οι οικείοι μας δεν απέθανον, αφού υπέρ της πατρίδος εθυσιάσθησαν».

Επιβιβάζουν την Αγγελική σε φορείο, αλλά αυτή αρνείται να πάη κατευθείαν στο νοσοκομείο Σερρών, τουναντίον ζητά να σταματήσουν σε κάθε χωριό που περνούν καί σε κάθε πλατεία παροτρύνει καί ξεσηκώνει τον κόσμο, ανάβει της καρδιές τους, τούς ξεσηκώνει καί τους ενδυναμώνει ενατίον των κομιτατζήδων. Μεταφέρεται στις Σέρρες όπου πλήθως κόσμου την υποδέχεται φιλώντάς της τα χέρια. Η κατάστασις της όμως είναι σοβαρή, καί μεταφέρεται στην Θεσσαλονίκη όπου παρέδωσε το πνεύμα της από εμβολή τον Ιανουάριο του 1907.

Η Βελίκα Τράϊκου γεννήθηκε στο Γραδεμπόριο το 1883, ορφανή από γονείς αλλά με οξυδέρκεια καί με ασάλινη θέλησιν, έτσι με την βοήθεια ορισμένων φιланθρώπων αποφοίτησε από το Ανώτατο Παρθεναγωγείο Θεσσαλονίκης καί το 1900 διορίστηκε στο κέντρο των κομιτατζήδων, στην Καράτζοβα βόρεια της Εδέσσης. Η Βελίκα δέχεται με χαρά τον διορισμό μιάς καί έτσι της δίνεται η ευκαιρία να βοηθήσει πίο ενεργά στον αγώνα. Διδάσκει καί αναζωπυρώνει τον Ελληνισμό στα παιδιά καί όσους ενήλικες μπορεί, αλλά δεν περιορίζεται εκεί. Συχνά μεταμφιέζεται καί γίνεται τα μάτια καί τα αυτιά του αγώνος στην περιοχή.

Τον Αύγουστο του 1901 οργανώνεται συνέδριο Μακεδονομάχων από την Μητρόπολη Θεσσαλονίκης όπου λαμβάνει ενεργό μέρος καί η Βελίκα που τους είπετς «Οπλίστε τους χωρικούς, κι όταν εμείς προετοιμάσουμε το έδαφος από παντού θ΄ ανάψη ο αγώνας»!

Το φθινόπωρο του ιδίου έτους, ο Ίων Δραγούμης ζήτησε από το Κέντρο Θεσσαλονίκης έναν έμπιστο, γενναίο καί ικανό άτομο γιά να αναλάβη επικίνδυνες αποστολές γιά το έργο του συνδέσμου Μοναστηρίου – Καστοριάς – Θεσσαλονίκης. Η έκπληξις του μόλις είδε την δεκαοκτάχρονη Βελίκα ήταν απερίγραπτη, αλλά εξελίχθηκε σε ανεκτίμητη βοηθό του. Η Βελίκα μεταμφιεσμένη πότε σε μιούδρελλη τουρκάλα, πότε σε βουλγάρα που πουλούσε ραδίκια καί γάλα, γύριζε στις ερμηίες καί κατάφερνε να περνάει απαρατήρητη καί να μεταφέρει πληροφορίες ραμένες στα ρούχα της στα διάφορα προξενεία.

Όταν το 1903 η Βουλγαρική θηριωδία είχε φτάσει σε απερίγραπτα όρια, η Βελίκα αύξησε ακόμα πίο πολύ τις ενέργειές της, ειδικά με την άφηξη του Παύλου Μελά η Βελίκα έγινε ο μεγάλος σύνδεσμος μεταξύ των προξενείων.

Σε μία αποστολή της όμως στα Γιαννιτσά η Βελίκα έπεσε σε χέρια Βουλγάρων οι οποίοι καί την βασάνισαν οικτρά προσπαθώντας να μαρτυρίση όσα γνώριζε. Παρά τα φρικτά βασανιστήρια όμως η Βελίκα δεν πρόδωσε κανένα μυστικό παίζοντας τον ρόλο της τρελλής μέχρι το τέλος, ως που την σκότωσαν την 28η Αυγούστου 1904. Η σωρός της έφτασε στην Θεσσαλονίκη όπου την υποδέχτηκε λαοθάλασσα γιά να τιμήσουν την ηρωίδα με τα σχισμένα στήθη καί το χυλιοπληγμένο σώμα.

Η Αικατερίνη Χατζηγεωργίου είχε γεννηθεί το 1885 στην Γευγελή (κετεχόμενη πόλις στα Σκόπια) καί μετά από σχετικές σπουδές διορίστηκε ως

δασκάλα στο Κιλκίς. Εκεί λόγω της έντονης δράσεώς της στην στήριξιν των Ελλήνων καί στην τόνωσιν της Ελληνικής συνειδήσεως. Οι Βούλγαροι επανειλημμένως προσπάθησαν να την σταματήσουν, στην αρχή με δωροδοκίες, έπειτα με απειλές καί στο τέλος την επικήρυξαν με χρηματικό ποσό γιά όποιον την σκότωνε.

Το Ελληνικό Προξενείο πληροφορούμενο γιά τις ενέργειες των Βουλγάρων την φυγαδεύουν στο χωριό Γκρίτσια (Ελληνικό) κοντά στην γεννέτειρά της Γευγελή όπου δρούσε ο Κρής Μακεδονομάχος Καπετάνιος Μανώλης Κασιόγαρας.

Οι Βούλγαροι όμως την ανακάλυψαν καί χαρούμενοι από τον θάνατο του ήρωος Παύλου Μελά, αποφασίζουν να ξεκαθαρίσουν μιά καί καλή με ό,τι Ελληνικό, καί έτσι την ακριβώς επομένη ημέρα, στις 14 Οκτωβρίου του 1904, μία ομάδα κομιτατζήδων έφτασε στο χωριό καί κατευθύνθηκε στο σπίτι της Αικατερίνης, όπου βρισκόταν αυτή καί άλλοι έξι Μακεδονομάχοι.

Της ζητούν να παραδωθεί αλλά αυτή απαντώντας «Μία Ελληνίδα ποτέ δεν παραδίνεται» άνοιξε πυρ εναντίον τους σκοτώνοντας μερικούς. Επί τρεις με τέσσερεις ώρες οι Βούλγαροι προσπαθούσαν να καταλάβουν το σπίτι, αλλά ματαιώς, μέχρι που κάποιος από αυτούς πρότεινε να βάλουν φωτιά στο ξύλινο σπίτι, όπως καί έγινε. Η Αικατερίνη καί οι συμπολεμιστές της συνέχισαν να πολεμούν παρά την φωτιά. Η ίδια πολεμούσε με το μισό της σώμα έξω από το παράθυρο ώστε να μπορή να συνεχίση να ρίχνη εναντίον των Βουλγάρων τους οποίους αρκετούς μπόρεσε καί σκότωσε. Κανείς τους όμως δεν παραδώθηκε προτιμώντας να καούν ζωντανοί μέσα στο σπίτι, παρά να παραδωθούν στους Βουλγάρους όπως καί έγινε. Ο λαϊκός βάρδος γραψε γι΄ αυτήντς

- Παιδιά μου , γιατί χύνετε δάκρυα με τόση λαύρα

κι όλα φοράτε μαύρα στο έρμο αυτό σχολειό;

- Έκαψαν τη δασκάλα μας Βούλγαροι δολοφόνοι

κι έχουμε μέινει μόνοι, χωρίς μανούλα πλειό.

Γιατί από μάνα πιο πολύ μας αγαπούσε εκείνη,

η δόλια Αικατερίνη από τη Γευγελή.

Της είπαν να παραδοθεί τα τέρατα εκείνα.

Μ΄ αυτή σαν Μπουμπουλίνα, ενώ πυροβολεί, τους λέει

“ Δεν παραδίνεται ποτέ της μια Ελληνίδα”.

Κι ως λύκαινα ηρωίδα τρεις ώρες τους κρατεί.

Μα τέλος την εκάψανε κι επέταξε στα ουράνια

κι εμάς σε μαύρη ορφάνια μας άφησε στη γη.

## ΕΠΙΛΟΓΟΣ

Όπως έγραψα στην αρχή του άρθρου ο Μακεδονικός αγώνας δεν τελείωσε, απλώς πέρασε σε μία καινούργια φάση του. Αυτά που δεν μπορούσε (καί μερικούς δεν ήθελε) να κάνει το κράτος τότε, ανάλαβαν να τα κάνουν οι Έλληνες προσφέροντας την ζωή τους. Με τις τελευταίες εξελίξεις καί την επί χρόνια νοσηρή (γιά να μην χρησιμοποιήσω κάποια βαρύτερη έκφραση) στάσιν της Ελληνικής πολιτείας επί του Μακεδονικού ζητήματος το Έθνος καλεί γιά καινούργιους Μακεδονομάχους, όχι πλέον να σηκώσουν τουφέκια, αλλά κάτι πίο δυνατό, κοντυλοφόρους καί την φωνή τους εναντίον του ξεπουλήματος της Πατρίδος μας, της Ιστορίας μας, της υπέρβιξ της μας.

Ο Ίων Δραγούμης είχε πεί «Όταν το κράτος βοηθάει το Έθνος θα φωνάξω ζήτω το κράτος καί ζήτω το Έθνος. Όταν το κράτος είναι αντεθνικό, τότε κάτω το κράτος, Ζήτω το Έθνος». Καί είναι όντως χρέος κάθε ανθρώπου που αισθάνεται έστω καί λίγο τον Ελληνισμό μέσα του να προσπάσιση με κάθε τρόπο αυτό που οι πρόγονοί του ελευθέρωσαν καί πότισαν με το αίμα τους καί που προσπαθούν μερικοί να ξεπουλήσουν με λίγο μελάνι. Ή γιά



## «ΤΟ ΚΑΘΗΚΟΝ ΜΟΥ ΕΚΑΜΑ»



να θυμήσω καί λίγο τον Γεώργιο Σουρή  
όταν έγραφε γιά τον Άγιον Χρυσόστομο  
Σμύρνης (θυμίζω πως ήταν δεσπότης  
της Δράμας ένθερμος υποστηρικτής του  
Μακεδονικού Αγώνος που το Ελληνικό  
κράτος ζήτησε την απομάκρυνσίν του  
διότι τους...ζημίωνε την διπλωματία,  
θου Κύριε)‡

Έμαθα πως ανεκλήθη  
μέσω τόσης καταιγίδος  
καί της Δράμας ο Δεσπότης.  
Κι ιδού, φώναζαν τα πλήθη,  
του Χριστού καί της Πατρίδος  
λειτουργός καί στρατιώτης.  
Νάτος ο Μητροπολίτης  
με τα χέρια σηκωμένα  
τους αγώνες ευλογεί  
και με μάτια βουρκωμένα

Χαίρε, λέγει, ηρώων γή.

Καί με τούτον τον Παπά  
κάθε φρόνημα ψηλώνει  
κι εγώ βλέπω κάποιο χέρι  
με σταυρό καί με μαχαίρι  
καί το Γένος ευλογεί  
καί το κράτος φασκελώνει!

**Νικόλαος Π. Γάβαρης**  
[nikolaosgavaris@yahoo.com](mailto:nikolaosgavaris@yahoo.com)

## Τα ψέματα των παιδιών είναι ενδεικτικά της ευφυΐας τους



Ναι, τα ψέματα αποτελούν μια κακή συνήθεια των παιδιών, ωστόσο σύμφωνα με τις έρευνες αποτελούν ένδειξη ότι το παιδί έχει τα προσόντα να τα καταφέρει στη ζωή του!

Σύμφωνα με επιστημονική έρευνα, όσα παιδιά λένε ψέματα από την τρυφερή ηλικία των 2 ετών, είναι πιο ευφυή και έχουν περισσότερες πιθανότητες να επιτύχουν στο μέλλον. Όσο πιο αληθοφανή είναι μάλιστα τα ψέματα, τόσο πιο έξυπνο είναι το παιδί. Μια πρόσφατη μελέτη του Πανεπιστημίου του Τορόντο στον Καναδά έδειξε πως η ικανότητα να λέει ένα παιδί ψέματα σε νηπιακή ηλικία είναι σημάδι ότι ο εγκέφαλός του αναπτύσσεται με γοργούς ρυθμούς, γεγονός που με τη σειρά του μπορεί να το οδηγήσει σε ένα πολύ επιτυχημένο μέλλον.

Όπως χαρακτηριστικά λέει ο επικεφαλής της έρευνας, διευθυντής του Ινστιτούτου Έρευνας για το Παιδί του Πανεπιστημίου του Τορόντο, «όσο πιο ευφάνταστο είναι το ψέμα που θα πουν, τόσο το καλύτερο γι' αυτά, μιας που όλη αυτή η διαδικασία στην οποία μπαίνουν τα νήπια για να πουν ένα ψέμα είναι σημάδι ενός εγκεφάλου που αναπτύσσεται πιο γρήγορα από το αναμενόμενο. Αυτό αποτελεί ένδειξη πως μελλοντικά το παιδί θα σταθεί στα πόδια του πιο σύντομα από τα υπόλοιπα συνομήλικα παιδιά και ότι έχει αρκετές πιθανότητες να γίνει πολύ επιτυχημένο στην ενήλικη ζωή του».

## Σημείωμα Εκδότη

Η επίσημη θέση της "Ομογένειας" είναι: θα ήταν ευχής έργο να συμφωνηθεί στις διαπραγματεύσεις που γίνονται να μην χρησιμοποιηθεί καθόλου το όνομα "Μακεδονία" γιατί θάνατι ένα μέγα ιστορικό λάθος εφ' όσον οι λεγόμενοι "Μακεδόνες" είναι στην ουσία Σλαύοι που κατέβηκαν από τις στέππες της Ρωσσίας το 600 μ.Χ. αιώνα. Αν όμως αυτό δει είναι εφικτό τουλάχιστον να κατοχυρωθεί συνταγματικώς απο το κρατίδιο πως δεν θα έχουν ποτέ αλυτρωτικές βλέψεις εναντίον της Μακεδονίας μας, και αυτό να είναι "casus belli" δηλαδή αιτία πολέμου"



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.

## 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](http://www.gp-financial.com)

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.



## ΓΙΟΡΤΕΣ ΚΑΙ ΚΑΛΕΣΜΑΤΑ Μοσχάρι γιουβέτσι με χυλοπίτες



**Μερίδες: 4 - 5**

**Προετοιμασία: 20'**

**Χρόνος: περίπου 2 ώρες + 30'**

**Βαθμός Δυσκολίας: Μέτριας Δυσκολίας**

Για το Κυριακάτικο τραπέζι προτείνουμε παραδοσιακό μοσχαρακι γιουβέτσι με μετσοβίτικες χυλοπίτες.

### Υλικά

- 1 κιλό κρέας μοσχарίσιο (κατά προτίμηση «σπαλομίτα», που είναι ένα πολύ ζουμερό και νόστιμο κομμάτι της μοσχарίσιας σπάλας), κομμένο σε μέτριους κύβους
- 150 νμ ελαιόλαδο
- 1 μεγάλο ξερό κρεμμύδι, κομμένο σε ψιλά καρέ
- 1 σκελίδα σκόρδου, λιωμένη
- 250 νμ κόκκινο ξηρό κρασί (κατά προτίμηση Μετσόβου, π.χ. Κατώγι Αβέρωφ ή Ζίτσας)
- 1½ κονσέρβα ολόκληρα ντοματάκια, τα οποία θα κόψουμε κονκασέ (κρατάμε και το χυμό τους)
- 2 λίτρα ζεστό νερό ή ζεστός ζωμός λαχανικών
- 1 δαφνόφυλλο
- 2 κουτ. σούπας ρίγανη του βουνού, τριμμένη σε λεπτό σουρωτήρι-σήτα ώστε να γίνει λεπτή σκόνη
- 500 γρ. μικρές τετράγωνες χυλοπίτες, κατά προτίμηση μετσοβίτικες
- τα φύλλα από 1/2 ματσάκι μαϊντανό, ψιλοκομμένα
- 130 γρ. κεφαλοτύρι πικάντικο (κατά προτίμηση Μετσόβου), τριμμένο
- αλάτι, φρεσκοτριμμένο πιπέρι
- λίγο ωμό ελαιόλαδο (κατά προτίμηση αγουρέλαιο) για το σερβίρισμα

### Διαδικασία

Αλατίζουμε τους κύβους του κρέατος. Βάζουμε μια μεγάλη κατσαρόλα σε μέτρια προς δυνατή φωτιά και την αφήνουμε να κάψει πολύ καλά. Ρίχνουμε το λάδι και μόλις κάψει καλά, τσιγαρίζουμε το κρέας, μέχρι να ροδίσει ομοιόμορφα από όλες τις πλευρές. Είναι σημαντικό να ροδίσει καλά το κρέας για να νοστιμίσει. Βγάζουμε το κρέας σε μια πιατέλα, ρίχνουμε στην κατσαρόλα το κρεμμύδι και το σοτάρουμε για 3 - 4 λεπτά, ανακατεύοντας τακτικά, μέχρι να μαραθεί. Προσθέτουμε και το σκόρδο και συνεχίζουμε το σοτάρισμα για 30 δευτερόλεπτα, προσέχοντας να μη μαυρίσει, γιατί πικρίζει. Βάζουμε ξανά το κρέας στην κατσαρόλα και σβήνουμε με το κρασί. Το αφήνουμε να κοχλάσει για 2 - 3 λεπτά για να εξατμιστεί το αλκοόλ και ρίχνουμε τα ντοματάκια με το χυμό τους. Προσθέτουμε 1 λίτρο από τον μετρημένο ζωμό ή το νερό και τη δάφνη. Όταν το υγρό κοχλάσει καλά, χαμηλώνουμε τη φωτιά, αλατοπιπερώνουμε, σκεπάζουμε την κατσαρόλα και σιγομαγειρεύουμε (το υγρό πρέπει να κοχλάζει απαλά) για περίπου 2 ώρες ή μέχρι να μαλακώσει καλά το κρέας.

### Προθερμαίνουμε το φούρνο στους 200° Γ.

Ρίχνουμε στην κατσαρόλα τον υπόλοιπο ζωμό ή το νερό (1 λίτρο) και το αφήνουμε να πάρει μια καλή βράση. Τότε, αδειάζουμε προσεκτικά όλο το περιεχόμενο της κατσαρόλας σε ένα βαθύ ταψί (ή σε ένα φαρδύ πυρίμαχο σκεύος ή σε ένα πήλινο σκεύος για γιουβέτσι). Πασπαλίζουμε με τη ρίγανη και ανακατεύουμε απαλά. Προσθέτουμε τις χυλοπίτες και τις απλώνουμε προσεκτικά στο υγρό του ταψιού. Βάζουμε το ταψί στο μεσαίο ράφι του φούρνου και ψήνουμε το γιουβέτσι για περίπου 20 λεπτά. Βγάζουμε το ταψί από το φούρνο και αφήνουμε το φαγητό να «ξεκουραστεί» για περίπου 20 λεπτά. Δοκιμάζουμε και διορθώνουμε το αλατοπίπερο (προσοχή στο αλάτι, γιατί το τυρί που θα βάλουμε είναι αλμυρό). Περιχύνουμε κάθε μερίδα με λίγο ωμό ελαιόλαδο, πασπαλίζουμε με το τριμμένο τυρί και τον ψιλοκομμένο μαϊντανό και σερβίρουμε.

Στο ποτήρι μας: Φυσιικά, τα υπέροχα κρασιά του τοπικού οινοποιείου Κατώγι. Είτε από την «κλασική» σειρά ερυθρών κρασιών Κτήμα, Φλογερό, Κατώγι Αβέρωφ, είτε από τη νέα σειρά των Κόκκινων του βουνού (Rossiu di Munte).

## Να μείνουν ανοιχτοί οι δίαυλοι επικοινωνίας

Η εικόνα της κοινής συνέντευξης Τύπου Τσίπρα - Ερντογάν συνόψισε ίσως με τον καλύτερο τρόπο το περιεχόμενο της επίσκεψης του Τούρκου προέδρου στην Αθήνα, αφού θύμιζε περισσότερο ντιμπέιτ παρά μια τυπική ενημέρωση για τις συζητήσεις που προηγήθηκαν.



Ακούστηκαν καθαρά, χωρίς πολλές διπλωματικές φιοριτούρες, οι θέσεις των δύο χωρών, τόσο οι τουρκικές αμφισβητήσεις και αιτιάσεις όσο και τα ελληνικά επιχειρήματα επ' αυτών. Ίσως τα γεγονότα να μη δικαιολογούν τον πρωθύστερο τίτλο «ιστορική»

για την επίσ-κεψη του κ. Ερντογάν, αλλά σίγουρα το «χρήσιμη» ταιριάζει πολύ καλύτερα.

Εάν ο Τούρκος πρόεδρος επεδίωκε κάποιο επικοινωνιακό σόου, με φόντο και την επίσκεψη στη Θράκη, αυτό προφανώς ματαιώθηκε εκ των πραγμάτων, καθώς ακόμα και τα τουρκικά μέσα ενημέρωσης ήταν χθες αρκετά συγκρατημένα σε σχέση με προηγούμενες επισκέψεις Τούρκων αξιωματούχων στην περιοχή.

Η Αγκυρα ακροβατεί σε τεντωμένο σκοινί τόσο σε διεθνές όσο και σε εσωτερικό επίπεδο, παρότι ο κ. Ερντογάν δείχνει ο ηγέτης για το προβλέψιμο μέλλον. Ωστόσο η χώρα του βρίσκεται σε διαρκή αντιπαράθεση με όλους τους της συμμάχους και μπλεγμένη σε πολλά -ακόμα και θερμά- μέτωπα. Η απομόνωσή της από την Ευρώπη, η κόντρα με τις ΗΠΑ και οι ευκαιριακές συμμαχίες που συνάπτει ο κ. Ερντογάν μπορεί να πυροδοτούν την εριστική του ρητορική, αλλά δεν έχουν απτά αποτελέσματα.

Πέραν των γνωστών τουρκικών θέσεων, τις οποίες επανέλαβε στην Αθήνα ο ίδιος, ο Τούρκος πρόεδρος αναγκάστηκε και σε ορισμένες δηλώσεις με προφανή διπλωματική και πολιτική αξία: ότι δεν αμφισβητεί την εδαφική κυριαρχία της Ελλάδας και ότι το θέμα της μουσουλμανικής μειονότητας είναι εσωτερικό θέμα της χώρας μας.

Όσο για την ελληνική πλευρά, θα πρέπει να επεξεργαστεί μιαν εναλλακτική στρατηγική, με δεδομένο πλέον ότι η ευρωπαϊκή πορεία της γείτονος έχει μπλοκάρει για τα καλά, τουλάχιστον για το ορατό μέλλον. Σ' αυτό το πλαίσιο οι διάυλοι πρέπει να παραμείνουν ανοιχτοί, έστω και εάν -προς το παρόν- δεν οδηγούν σε συναντίληψη και συναινέσεις για επίλυση των προβλημάτων στη βάση του αμοιβαίου οφέλους και του διεθνούς δικαίου.

### LINCOLN WILSON AUTO CENTER

COMPLETE AUTO SERVICE  
BODY WORK AVAILABLE

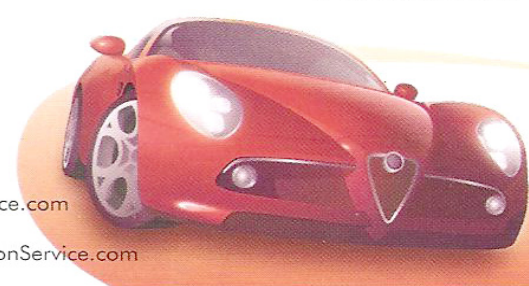
Tony Benjamin  
General Manager

5101 N. Western Ave.  
Chicago, IL 60625  
Carmen & Western Ave.

773-271-3877 tel

www.LincolnWilsonService.com

email:Info@LincolnWilsonService.com



### LINCOLN WILSON COLLISION CENTER



COMPLETE AUTO BODY & COLLISION

5628 N. WESTERN AVE.

FREE ESTIMATES (773)-271-3877

Το Lincoln Wilson auto Center, ένα συνεργείο επισκευής παντός είδους αυτοκινήτων ντόπιων ή ξένων στο 5101 N. Western Ave. στο Σικάγο, που για 40 και πλέον χρόνια εξυπηρετεί τον Ελληνισμό της Περιοχής με χιλιάδες ικανοποιημένους πελάτες, απέκτησε, εδώ και δυο χρόνια, ένα δίδυμο αδελφάκι, το Body Shop «Lincoln Wilson Collision Center» στο 5628 N. Western Ave. Σικάγο, όπου οι έμπειροι μηχανικοί του κάνουν το χτυπημένο ή σαραβαλιασμένο αυτοκίνητό σας εντελώς καινούργιο.

Το body Shop «Lincoln Wilson collision Center» των ιδίων ιδιοκτητών του Γιάννη, του Κώστα και του Τόνυ είναι υπερσύγχρονο, με τα τελευταίου τύπου μηχανήματα, γρήγορη εξυπηρέτηση, διττοφύξιο παίζει στα σεξουαμ γαστ και με την δυνατότητα να σας χαρίσουμε το deductible μέρος ή το σύνολο.

Η εταιρία μας επίσης αγοράζει και πωλεί ψθομεταμε κάθε είδους αυτόκινητα. Για κάθε πληροφορία για car repairs, body shop work ή αγοραπωλησίες αυτοκινήτων, τηλεφωνήστε στο (773) 271-3877.



• Whole Foods • Treasure Island • Mariano’s • Pete’s Fresh Market • Shop & Save •

Potash Bros. • Garfield’s Beverage Warehouse • Joe Caputo’s • Berkot’s Super Foods • Brookhaven Markets • Eurofresh • Garden Fresh



WHAT AUTHENTICITY  
TASTES LIKE  
[WWW.TASSOS.COM](http://WWW.TASSOS.COM)

Harvestime • Casey’s Meat Market • Village Market • Valli Produce Woodman’s • South Loop Market • County Fair • Famous Liquors



• Costco Wholesale • Binny’s Beverage Depot • Tony’s Fresh Market • Angelo Caputo’s •





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. Προσφέρουμε πάνω από τριάντα ορεκτικά, πάνω από πενήντα κύρια πιάτα 60 διαφορετικά κρασιά σπιτίσια γλυκά. Τα δυο αδέρφια, 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  
Μοσχάρι κοκκινιστό  
Φρικασέ  
Γιουβαρλάκια  
Γεμιστά  
Στιφάδο  
Μπακαλιάρικα  
Αρνί Ραγκού  
Κότα χυλόπιτες  
Γιουβέτσι



Επίσης  
φημιζόμαστε  
για τα σπιτικά μας  
γλυκά από τα χέρια  
της Κωσταντίνας

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

## PSISTARIA RESTAURANT

4711 W. TOUHY AVE. • LINCOLNWOOD, IL 60712

847.676.9400 • WWW.PSISTARIA.COM





ΓΙΟΡΤΕΣ ΚΑΙ ΚΑΛΕΣΜΑΤΑ

Χοιρινό μαγειρευτό με  
καρότο, πορτοκάλι και  
μελωμένα κρεμμύδια



Μερίδες: 6  
Προετοιμασία: περίπου 30'  
Χρόνος: περίπου 1 ώρα  
Βαθμός Δυσκολίας: Εύκολο

Υλικά

- 2 κιλά χοιρινή σπάλα, κομμένη σε μέτριες μερίδες
- 5 μέτρια κρεμμύδια, στη μέση και μετά σε λεπτές φέτες
- 4 μέτρια καρότα, σε λεπτές φέτες
- 3 σκελίδες σκόρδου, κοπανισμένες λίγο ώστε να ανοίξουν
- 500 νμ χυμός πορτοκαλιού
- 1/2 φλιτζ. τσαγιού ελαιόλαδο
- 200 νμ ξανθιά μπίρα ή λευκό ξηρό κρασί
- 1 κουτ. σούπας πάπρικα γλυκιά
- 1/4 κουτ. γλυκού πάπρικα καυτερή ή μπούκοβο γλυκό και καυτερό μισό-μισό
- 1 - 2 κουτ. σούπας ξερό δεντρολίβανο ή θυμάρι, καλά κοπανισμένα
- τα φύλλα από 1/2 μάτσο μαϊντανό, ψιλοκομμένα
- αλάτι, φρεσκοτριμμένο πιπέρι

Διαδικασία

Αλατοπιπερώνουμε το χοιρινό. Βάζουμε μια πλατιά και ρηχή κατσαρόλα με βαρύ πυθμένα σε δυνατή φωτιά να κάψει καλά. Τότε βάζουμε το κρέας (χωρίς λάδι) και το «σοτάρουμε» απ’ όλες τις πλευρές για περίπου 5 λεπτά, μέχρι να «πiei» τα υγρά του και να ροδίσει λίγο. Μπορεί να κολλήσει στην αρχή, αλλά, μόλις ψηθεί λίγο εξωτερικά, θα ξεκολλήσει. Στη συνέχεια, προσθέτουμε το μισό λάδι (1/4 φλιτζ. τσαγιού. δεν το βάζουμε από την αρχή, γιατί έτσι θα γίνει πιο ελαφρύ το φαγητό και το λάδι δεν θα παραταλαιπωρηθεί) και το σκόρδο και σοτάρουμε για 2 λεπτά. «Σβήνουμε» με την μπίρα ή το κρασί, μαγειρεύουμε για 2 λεπτά και προσθέτουμε το χυμό πορτοκαλιού και 1/2 φλιτζάνι ζεστό νερό. Ανακατεύουμε απαλά και, μόλις κοχλάσουν τα υγρά, χαμηλώνουμε τη φωτιά σε χαμηλή προς μέτρια, σκεπάζουμε και σιγομαγειρεύουμε για περίπου 50 λεπτά ή μέχρι να γίνει το κρέας και σχεδόν να μελώσει η σάλτσα. Αν χρειαστεί, προσθέτουμε κατά το μαγείρεμα ελάχιστο ζεστό νερό, αν και λογικά το φαγητό θα έχει αρκετά υγρά. Εν τω μεταξύ, ετοιμάζουμε τη σύβραση: Σε μια μεσαίου μεγέθους κατσαρόλα με βαρύ πάτο ζεσταίνουμε το υπόλοιπο λάδι (1/4 φλιτζ. τσαγιού) σε μέτρια φωτιά και ρίχνουμε τα κρεμμύδια και τα καρότα. Τα σοτάρουμε ανακατεύοντας με ξύλινη κουτάλα για 5 λεπτά. Χαμηλώνουμε τη φωτιά σε μέτρια προς χαμηλή, προσθέτουμε το δεντρολίβανο ή το θυμάρι και τις πάπρικες, ανακατεύουμε και σιγομαγειρεύουμε για περίπου 30 λεπτά ή μέχρι να μελώσουν τα κρεμμύδια και τα καρότα μέσα στα ίδια τους τα υγρά. Ελέγχουμε και, αν κατά το μαγείρεμα στεγνώσουν τα υλικά, χαμηλώνουμε τη φωτιά ή προσθέτουμε ελάχιστο νερό (όχι περισσότερο από 1 κουτ. σούπας κάθε φορά) και ανακατεύουμε. Μετά τα πρώτα 50 λεπτά μαγειρέματος του κρέατος, προσθέτουμε στην κατσαρόλα με το κρέας τα μελωμένα κρεμμύδια και καρότα και συμ-μαγειρεύουμε για άλλα περίπου 10 λεπτά (σύβραση). Παίρνουμε μία κουτάλα ζουμί από τη σάλτσα της κατσαρόλας (μαζί με κρεμμύδια και καρότα) και τα «χτυπάμε» στο μούλτι. Βάζουμε τον πολτό στην κατσαρόλα και σείουμε την κατσαρόλα να πάει παντού. Με αυτόν τον τρόπο η σάλτσα του φαγητού θα χυλώσει χωρίς να χρειαστεί να προσθέσουμε αλεύρι ή κορν φλάουρ. Τραβάμε το φαγητό από τη φωτιά και το αφήνουμε να ξεκουραστεί για περίπου 15 λεπτά προτού το σερβίρουμε. Στο σερβίρισμα προσθέτουμε το μαϊντανό και, αν θέλουμε, μερικούς σπόρους ροδιού (αν δεν μας ενοχλούν τα μικροσκοπικά κουκούτσια που έχουν). Συνοδεύουμε με έναν πουρέ πατάτας με πράσο, λίγο ξύσμα πορτοκαλιού και λίγο από το μυρωδικό που χρησιμοποιήσαμε στη συνταγή.

Στο ποτήρι μας Chardonnay, λευκό από Ξινόμαυρο.

Μια τούρτα απειλεί τα  
θεμέλια του αμερικανικού  
κράτους

Άρης Χατζηστεφάνου

Η άρνηση ενός ζαχαροπλάστη να ετοιμάσει μια γαμήλια τούρτα για ένα γκέι ζευγάρι έφτασε στο ανώτατο δικαστήριο των ΗΠΑ, φέρνοντας στο προσκήνιο μια τιτανομαχία στο εσωτερικό της αμερικανικής Δικαιοσύνης.



Η απόφαση ίσως κρίνει το μέλλον της ανεξιθρησκίας, της ισοπολιτείας και τη μάχη του αμερικανικού Συντάγματος απέναντι στον σύγχρονο καπιταλισμό. Αν δίνουμε στις εταιρείες τα ίδια νομικά δικαιώματα με τους ανθρώπους, τίθεται το ερώτημα «τι σόι άνθρωποι είναι οι εταιρείες».

Το 2012 ένα ζευγάρι ομοφυλόφιλων μπήκε σε έναν φούρνο στο Ντένβερ των ΗΠΑ και ζήτησε μια τούρτα. Όταν όμως ο ιδιοκτήτης, Τζακ Φίλιπς, συνειδητοποίησε ότι προοριζόταν για το γαμήλιο πάρτι του ζευγαριού αρνήθηκε να προσφέρει τις υπηρεσίες τους επικαλούμενος τις θρησκευτικές του πεποιθήσεις. «Αν έφτιαχνα μια τούρτα για εσάς, μετά θα μπορούσα να φτιάξω μια τούρτα και για παιδεραστές», δήλωσε ο ζαχαροπλάστης εκφράζοντας τις πιο άρρωστες πτυχές του χριστιανικού φονταμενταλισμού. Υστερα από μια πενταετία στα δικαστήρια, η υπόθεση έφτασε την περασμένη Τρίτη στο ανώτατο δικαστήριο, όπου οι κορυφαίοι δικαστές της χώρας καλούνται να αποφασίσουν εάν ο Φίλιπς είχε το δικαίωμα να αρνηθεί την παροχή υπηρεσιών. Οι δικηγόροι του ζαχαροπλάστη υποστηρίζουν ότι ο πελάτης τους είναι ένας καλλιτέχνης που δημιουργεί «γλυπτά μικρής διάρκειας» και συνεπώς κάθε παρέμβαση στο έργο του αποτελεί παραβίαση της πρώτης τροποποίησης του αμερικανικού Συντάγματος για την ελευθερία της έκφρασης. «Το κράτος δεν μπορεί να επιβάλλει στους καλλιτέχνες πώς θα εκφράζονται», δήλωσε χαρακτηριστικά ένας από τους δικηγόρους της υπεράσπισης. Από την πλευρά τους οι κατήγοροι αναφέρουν ότι εάν η ίδια λογική επεκταθεί στον φωτογράφο του γάμου, τον κομμωτή, τον ράφτη και τον μακιγέρ της νύφης (στη συγκεκριμένη περίπτωση των γαμπρών) θα έχουμε άνιση μεταχείριση πολιτών και ουσιαστική αμφισβήτηση της νομοθεσίας που επιτρέπει τους γάμους ομοφύλων. Η απάντηση της υπεράσπισης, πάνω στην οποία οικοδομήθηκε ολόκληρη η υπόθεση, είναι ότι ο ζαχαροπλάστης δεν έχει το δικαίωμα να αρνηθεί τις υπηρεσίες του για τον γάμο δύο ανθρώπων διαφορετικού χρώματος ή εθνικότητας, αλλά μπορεί να το κάνει στο ζευγάρι ομοφυλόφιλων γιατί έτσι εκφράζει τις θρησκευτικές του πεποιθήσεις. Για να περιπλέξει μάλιστα περαιτέρω την κατάσταση ο ζαχαροπλάστης δήλωσε ότι δεν θα είχε πρόβλημα να πουλήσει μια έτοιμη τούρτα σε γκέι πελάτες (στους οποίους αναγνωρίζει το δικαίωμα να είναι ομοφυλόφιλοι), αλλά αρνείται να παρασκευάσει μια τούρτα για τον γάμο τους, ο οποίος έρχεται σε σύγκρουση με τη θρησκεία του. Εκ πρώτης όψεως η υπόθεση θυμίζει ένα νομικίστικο παιχνίδι, η χρησιμότητα του οποίου εξαντλείται στο να κρατά τους ηλικιωμένους δικαστές σε πνευματική εγρήγορση. Πίσω από τις χαριτωμένες λεπτομέρειες, όμως, κρύβεται μια πρωτοφανής μάχη πολιτικών και οικονομικών συμφερόντων, αλλά και η αντιπαράθεση των Δημοκρατικών και των Ρεπουμπλικανών δικαστών οι οποίοι έχουν χωριστεί με βάση την κομματική τους ταυτότητα. Ο πρόεδρος Τραμπ παρενέβη προσωπικά στην υπόθεση μέσω του γενικού εισαγγελέα, Νόελ Φρανσίσκο, που κάλεσε το δικαστήριο να στηρίξει τον ζαχαροπλάστη. Ουσιαστικά ο Λευκός Οίκος εξέφρασε τη διαδεδομένη αντίληψη των πιο αντιδραστικών τμημάτων της αμερικανικής κοινωνίας ότι η θρησκευτική πίστη βρίσκεται υπό συνεχή διωγμό από το κοσμικό κράτος και τους φιλελεύθερους υποστηρικτές του. Κάνοντας το άσπρο μαύρο οι χριστιανοί φονταμενταλιστές δηλώνουν ότι είναι τα αμυνόμενα θύματα – περίπου όπως οι Έλληνες φιλελεύθεροι και ακροδεξιοί ισχυρίζονται ότι ζουν σε μια χώρα όπου η Αριστερά είναι κυρίαρχη σε όλη τη διάρκεια της Μεταπολίτευσης. Στην περίπτωση των ΗΠΑ, όμως, η θρησκεία λειτουργεί σαν πολιορκητικός κριός και για την υπεράσπιση οικονομικών (και κατ’ επέκταση ταξικών) συμφερόντων. Ενδεχόμενη δικαίωση του Φίλιπς θα σήμαινε ότι μεγάλες εταιρείες (από ασφαλιστικές και κτηματομεσιτικές μέχρι ιδιωτικά εκπαιδευτικά ιδρύματα) θα μπορούσαν να κάνουν διακρίσεις ανάμεσα στους πελάτες τους με κάθε λογής (φαιδρές) δικαιολογίες. Πριν από μερικά χρόνια Αμερικανοί δικαστές δικαίωσαν την εταιρεία Θοββς Μοββς, η οποία με πρόσχημα τη χριστιανική ηθική ζητούσε να μην προσφέρει ιατροφαρμακευτική κάλυψη για αντισύλληψη σε γυναίκες υπαλλήλους της – ως όφειλε διά νόμου. Υπό μια έννοια οι δικαστές αναγνώρισαν ότι μια εταιρεία μπορεί να έχει θρησκευτικές πεποιθήσεις, όπως ένα φυσικό πρόσωπο. Ενώ δηλαδή όλοι εστίαζαν την προσοχή τους μόνο σε θέματα χριστιανικής ηθικής και δικαιωμάτων των γυναικών, το δικαστήριο άλλαζε το ίδιο το εγχειρίδιο χρήσης του καπιταλισμού προσφέροντας στις εταιρείες δικαιώματα που απολάμβαναν μόνον οι άνθρωποι. Η θρησκεία ήρθε απλώς να παίξει τον παραδοσιακό της ρόλο στην ιστορία της ανθρωπότητας – όπιο και αποκούμπι για τους ανίσχυρους και εργαλείο επιβολής για τους ισχυρούς.



# Mr. Zee's



## FAMOUS CHICKEN

**(773) 777-4676**

**3960 N. Narragansett Ave.  
Chicago, IL. 60634**

**Dine-In • Carry-out • Catering**

*Let us cater your next event!*

### Hours

**Monday-Saturday 10:00am 10:00pm**

**Sunday 11:00am -8:30pm**

MR ZEE'S FAMOUS CHICKEN. Είμαστε ένα γνωστό οικογενειακό, φιλικό εστιατόριο που, εδώ και 20 χρόνια τώρα, φημιζόμαστε για την ασυναγώνιστη ψητή ή BBQ κότα που σερβίρουμε με διαφορετικούς τρόπους. Η γεύση, η καθαριότητα και η ποιότητα στα συστατικά και τα κρέατα των φαγητών μας είναι η πρωταρχική μας φροντίδα. Υπερηφανευόμαστε πως διαθέτουμε τα νοστιμότερα φαγητά στο Κέϊτερινγκ από όλους και στις πιο χαμηλές τιμές. Μπορείτε λοιπόν να έρθετε για μεση-μεριανό ή βραδυνό φαγητό στο Mr. Zee's Famous Chicken στο 3960 N. Narragansett Ave. ή αφήνετε σε μας να φροντίσουμε το επόμενο σας Κέϊτερινγκ στον τόπο εργασίας σας ή σε οικογενειακές εκδηλώσεις στα σπίτια σας. Θα μείνετε απόλυτα ικανοποιημένοι με την εξυπηρέτηση, την ποιότητα και την σπιτίσια νοστιμιά των φαγητών μας. Το τηλεφώνό μας : (773) 7774676. Μιλήστε με τον Ντόριν.

# odeion

## SCHOOL of MUSIC

Discovery

Inspiration

Enrichment

Η Ελληνική  
Μουσική Σχολή  
του Σικάγο

Bouzouki  
Guitar  
Touberleki  
Voice  
Piano  
and more...

The Greek  
Music School  
of Chicago



**4115 Oakton St. Skokie, IL 60076**

**773.576.0445**

**odeionmusic@gmail.com odeionmusic.wixsite.com/odeion**

# ELMWOOD CEMETERY AND MAUSOLEUM

**2905 Thacher Ave.  
River Grove, IL 60171**

**Phone: (708)  
Fax-(708) 453-**

**453-0273  
5944**



*Ιφιγένεια (Λυνν) Πετράκου*

Πολλές οικογένειες δεν νοιώθουν άνετα να συζητούν για θάνατο, αλλά δυστυχώς αργά ή γρήγορα όλοι μας θα πρέπει να αντιμετωπίσουμε αυτή την σκληρή πραγματικότητα στην ζωή μας. Αλλά, 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 δολάρια. Γνωρίζει πολύ καλά τις ταφικές σας ανάγκες και εργάζεται με σας να σας προσφέρει τις καλύτερες τιμές και στο Elmwood Cemetery and Mausoleum που τώρα έγινε Διευθύντρια εκεί, αλλά και σε όλα τα Νεκροταφεία του Σικάγου. Τηλεφωνείστε λοιπόν στην Ιφιγένεια (Lynn) στο (708) 453-5944 για ένα ραντεβού στο 2905 Thatcher Ave. River Grove, IL 60171 ή τηλεφωνείστε της απ' ευθείας στο κινητό της στο (847) 209-3241.



## 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.**



**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 Ridgwood Memorial Park, η Georgia Mermigis, που μιλάει απταίσιτως Ελληνικά, μπορεί να σας βοηθήσει να προσχεδιάσετε όλα τα σχετικά με το αναπόφευκτο σε όλα τα 42 Dignity Νεκροταφεία του Ιλλινόϊς 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 Plaines. Στο Νεκροταφείο μας υπάρχει και το μοναδικό Παρεκκλήσιο του Αγίου Λαζάρου, που διευκολύνει πολύ τις ταφικές σας ανάγκες.***





## Ξεκίνησε η περίοδος του κυνηγιού μαγισσών



Η πρόσφατη αντιρωσική εκστρατεία αλλά και οι καταγγελίες σεξουαλικής κακοποίησης λαμβάνουν χαρακτηριστικά υστερίας στις ΗΠΑ. Την ίδια υστερία με την οποία κάποιοι προσπάθησαν να αντιμετωπίσουν τις οικονομικές κρίσεις του Μεσαίωνα καίγοντας... μάγισσες. Η ουσία του κυνηγιού μαγισσών είναι ότι η αμφισ-

βήτηση της κατηγορίας θεωρείται απόδειξη ενοχής.

«Τι κάνουμε τις μάγισσες;», ρωτούσε ο ιππότης των Μόντι Πάιθον στην ταινία «Το αδελφότο των Ιπποτών της Ελεεινής Τραπέζης». «Τις καίμε», απαντούσε το πλήθος. «Και τι άλλο καίγεται;», ρωτούσε ο ιππότης, για να πάρει την απάντηση: «Τα ξύλα». Το συμπέρασμα ήταν απλό: Αφού οι μάγισσες καίγονται, είναι φτιαγμένες από ξύλο, το οποίο επιπλέει στο νερό όπως οι πάπιες.

Η λογική δεν ήταν ποτέ το δυνατό σημείο του ανθρώπου (ούτε των Μόντι Πάιθον). Δυστυχώς, αρκετοί ιστορικοί και οικονομολόγοι υποστηρίζουν σήμερα ότι η ανθρωπότητα ίσως εισέρχεται και πάλι σε μια τέτοια περίοδο παραλογισμού.

Και δεν αναφέρονται στις αληθινές θανατώσεις γυναικών, που σημειώνονται ακόμη στη (σύμμαχο) Σαουδική Αραβία ή στην υποσαχάρια Αφρική, αλλά σε ένα συμβολικό κυνήγι μαγισσών, που ξεκινά από τις ΗΠΑ και απειλεί να επεκταθεί σε ολόκληρο τον πλανήτη.

Αρκεί να παρακολουθήσεις για λίγα λεπτά το δελτίο ειδήσεων ενός αμερικανικού τηλεοπτικού δικτύου για να εντοπίσεις σύγχρονους κυνηγούς και μάγισσες. Σχεδόν ό,τι πηγαίνει στραβά στον κόσμο —από την εκλογή του Τραμπ μέχρι τα δημοψηφίσματα της Καταλονίας και του Brexit— αποδίδεται σε παρέμβαση Ρώσων πρακτόρων.

Τα υπόλοιπα θέματα της ειδησεογραφίας καλύπτονται συνήθως από καταγγελίες γυναικών για σεξουαλική παρενόχληση που υπέστησαν από πολιτικούς ή αστέρες του Χόλιγουντ. Τις τελευταίες ημέρες μάλιστα το κύμα καταγγελιών πήρε χαρακτηριστικά τσουνάμι, χωρίς κανέναν να διασταυρώνει πλέον τις σχετικές πληροφορίες.

Μια ελπιδοφόρα εκστρατεία, λοιπόν, ενάντια στον βαθιά ριζωμένο σεξισμό και τις καταπιεστικές σχέσεις εξουσίας στη βιομηχανία του θεάματος και τους διαδρόμους της Ουάσινγκτον μετατρέπεται σε ένα υστερικό κυνήγι μαγισσών που τρέφει τα πιο αντιδραστικά και πουριτανικά ένστικτα της αμερικανικής κοινωνίας.

Σε πρόσφατο άρθρο του στους New York Times ο συγγραφέας Στέφεν Μαρτς έγραφε ότι οι άντρες (στο σύνολό τους) χαρακτηρίζονται από την «γκροτέσκα σεξουαλικότητά τους» και καθοδηγούνται από τη «χυδαία και επικίνδυνη φύση της ανδρικής λίμπιντο». Ο ίδιος μάλιστα έφερνε ως παράδειγμα ηθικού άνδρα τον ελληνικής καταγωγής θεολόγο των πρωτοχριστιανικών χρόνων Ωριγένη Αδαμάντιο, ο οποίος αυτοενοχίστηκε ακολουθώντας κυριολεκτικά μία εντολή του Ιησού.

Κανένας βέβαια από τους νεοαντιδραστικούς κυνηγούς της σεξουαλικής παρενόχλησης δεν αναφέρεται στα οικονομικά, πολιτικά και κοινωνικά αίτια που διαιωνίζουν την πραγματική καταπίεση των γυναικών και την εργασιακή αλλά και σεξουαλική εκμετάλλευσή τους. Συνήθως, μάλιστα, οι ίδιοι άνθρωποι στηρίζουν φανατικά τις παραγωγικές σχέσεις πάνω στις οποίες οικοδομήθηκε η πατριαρχία.

Το Χόλιγουντ γνώρισε παρόμοια προβλήματα στη Μεγάλη Υφεση της δεκαετίας του '30, όταν επιβλήθηκε ο πουριτανικός «κώδικας συμπεριφοράς» για τις κινηματογραφικές παραγωγές.

Το οικονομικό κατεστημένο και τα media, ανήσυχια για τον κοινωνικό αναβρασμό, που λάμβανε ριζοσπαστικά χαρακτηριστικά, απέδιδαν όλα τα προβλήματα της κοινωνίας στην «ελευθεριότητα» που επικρατούσε στις ΗΠΑ με επίκεντρο το Χόλιγουντ. Το σκεπτικό δεν διέφερε και πολύ από το πρότυπο του «ηθικού εξαγνισμού» που επικαλέστηκε ο Χίτλερ για να συνθλίψει την καλλιτεχνική και πνευματική ζωή της δημοκρατίας της Βαϊμάρης.

Στις συνθήκες της κρίσης, οι ελίτ κατάφεραν να μετατρέψουν την ταξική οργή της κοινωνίας σε μαζική υστερία απέναντι σε ανύπαρκτους εχθρούς.

Σύμφωνα με αρκετούς ιστορικούς, αυτό ακριβώς συνέβαινε και στο πραγματικό κυνήγι μαγισσών του Μεσαίωνα. Η Αμερικανίδα οικονομολόγος Εμιλί Οστερ συνδέει το κάψιμο «μαγισσών» του Μεσαίωνα με εξωγενή οικονομικά σοκ που προκαλούσαν ραγδαία επιδείνωση του βιοτικού επιπέδου σε μεγάλα τμήματα του πληθυσμού.

Συγκεκριμένα η λεγόμενη «μικρή εποχή των παγετώνων», δηλαδή η αισθητή πτώση της θερμοκρασίας και η συνακόλουθη μείωση της γεωργικής παραγωγής από τα μέσα του 13ου αιώνα, συμπίπτει με κλιμάκωση των εκτελέσεων ανθρώπων με την κατηγορία της μαγείας, που έφτασε το ένα εκατομμύριο θύματα.

Σύμφωνα με τους ιστορικούς Πολ Μπόγερ και Στέφεν Νίσενμπαουμ, οικονομικοί ήταν οι λόγοι που τροφοδότησαν και την περίφημη δίκη των «μαγισσών» του Σάλεμ στις ΗΠΑ. Συγκεκριμένα η σύγκρουση της παλαιάς γεωργικής παραγωγής με τον ανερχόμενο εμπορικό καπιταλισμό, αλλά και η ακύρωση τίτλων ιδιοκτησίας γης που προκάλεσε απότομη ανακατανομή πλούτου αποτέλεσαν την οικονομική βάση πάνω στην οποία στήθηκε η μαζική υστερία.

Στους επόμενους αιώνες οι κυκλικές κρίσεις του καπιταλισμού έδωσαν πολλές φορές αφορμές για τη μετατροπή της οργής σε κυνήγι μαγισσών. Πριν από μερικούς μήνες, μάλιστα, ο Economist υποστήριζε ότι η αδυσώπητη σύγκρουση των αμερικανικών προεδρικών εκλογών ίσως να εμπεριείχε ψήγματα ενός σύγχρονου κυνηγιού μαγισσών όπου κάθε πλευρά απέδιδε στον αντίπαλο αβάσιμες και συχνά παράλογες κατηγορίες.

" Κάθε Λαός είναι άξιος των ανθρώπων που τον κυβερνούν "

" Κανείς δεν είναι πιο υποδουλωμένος από εκείνους που εσφαλμένα πιστεύουν πως είναι ελεύθεροι "

" Όσοι αδιαφορούν για τα κοινά είναι καταδικασμένοι να εξουσιάζονται πάντα απο ανθρώπους πολύ κατώτερους τους "

Πλάτων 427-347 π. Χ

«...Επιδίωξη της τυραννίας είναι να πτωχεύσουν οι πολίτες, αφ' ενός για να συντηρείται με τα χρήματα τους η φρουρά του καθεστώτος, και αφ' ετέρου για να είναι απασχολημένοι οι πολίτες και να μην τους μένει χρόνος για επιβουλές.

Σε αυτό το αποτέλεσμα αποβλέπει τόσο η επιβολή μεγάλων φόρων, η απορρόφηση των περιουσιών των πολιτών, όσο και η κατασκευή μεγάλων έργων που εξαντλούν τα δημόσια οικονομικά...»

ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΟΥΣ ΠΟΛΙΤΙΚΑ

## Άφηση αμαρτιών σε μεγαλοφοροφυγάδες

Αντισυνταγματική η παράταση παραγραφής φορολογικών αξιώσεων Επιπλέον πονοκέφαλο στην κυβέρνηση προκαλεί η απόφαση του Συμβουλίου της Επικρατείας να χαρακτηρίσει αντισυνταγματικές τις συνεχείς παρατάσεις παραγραφής φορολογικών αξιώσεων του Δημοσίου. Η απόφαση αυτή δίνει συγχωροχάρτι σε ισχυρά οικονομικά συμφέροντα βάζοντας νέα εμπόδια στην προσπάθεια ελέγχου υποθέσεων μεγάλη φοροδιαφυγής.

Η Ολομέλεια του ΣτΕ, πρακτικά, έκρινε ότι παραγραφή είναι πενταετής σημειώνοντας ότι η παραγραφή σχετικών αξιώσεων θα πρέπει να «έχει συνολικά εύλογη χρονική διάρκεια». Η απόφαση αυτή επηρεάζει υποθέσεις που έχουν μεγάλο φορο-

λογικό ενδιαφέρον, από τις οποίες το Δημόσιο περίμενε σημαντικά έσοδα, ενώ και η κυβέρνηση είχε επενδύσει ιδιαίτερα πολιτικά.

Μετά από αυτή την εξέλιξη οδηγούνται σε παραγραφή εκατοντάδες φορολογικές υποθέσεις, ενώ ανάμεσά τους είναι και εκείνες που αφορούν στις γνωστές «λίστες» κατα-

θετών του εξωτερικού. Δεν είναι, άλλωστε, τυχαίο ότι το ΣτΕ αποφάσισε με βάση προσφυγή μεγάλης εταιρείας εμπορίας πετρελαιοειδών, στην οποία είχαν επιβληθεί τεράστια πρόστιμα λόγω ανακριβών δηλώσεων. Η Ολομέλεια του ΣτΕ εξηγεί περαιτέρω ότι «οι συνεχείς παρατάσεις παραγραφής των φορολογικών αξιώσεων αντίκεινται στην αρχή της α σ φ α λ ε ι α ς δικαίου, διατάξεις του άρθρου 78 του Συντάγματος, γ ι α τ ι παρατείνουν την προθεσμία παραγραφής φορολογικών αξιώσεων του Δημοσίου αναγομένων σε ημερολογιακά έτη προγενέστερα του προηγούμενου της δημοσίευσης των σχετικών νόμων ετών».

Η «καυτή πατάτα», τώρα είναι πάλι στα χέρια της κυβέρνησης, καθώς είχε βασίσει μεγάλο κομμάτι της πολιτικής της στην πάταξη της φοροδιαφυγής, ιδιαίτερα για υποθέσεις... μεγάλων κυβικών. Το βέβαιο είναι ότι στο κυβερνητικό στρατόπεδο επικρατεί προβληματισμός.

Δεν είναι η πρώτη φορά που οι αποφάσεις του ΣτΕ έχουν... πολιτικές ουρές, καθώς και σε άλλες περιπτώσεις το Ανώτατο Συμβούλιο έχει προκαλέσει ερωτήματα. Χαρακτηριστικές είναι οι αποφάσεις για τα μνημόνια, τον ΕΝΦΙΑ, τις τηλεοπτικές άδειες και, φυσικά, το κλείσιμο της ΕΡΤ.





*Compliments of*

## John G. Adinamis 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.

## Για το περιβάλλον: μόνο κακές ειδήσεις!



Σε ό,τι αφορά το παρόν και το μέλλον του οικολογικού περιβάλλοντος της Γης, οι περισσότερες έρευνες είναι σαφώς αποκαρδιωτικές και απ' ό,τι φαίνεται είναι βέβαιο ότι τα πράγματα θα επιδεινωθούν.

Αυτή είναι η ιδιαίτερα ανησυχαστική πρόβλεψη που δημοσιεύεται το περιοδικό «Τγιεζε».

Για παράδειγμα, το διοξείδιο του άνθρακα (CO<sub>2</sub>) στην ατμόσφαιρα έχει φτάσει και έχει υπερβεί τα 403ppm – δεν είχε φτάσει ποτέ σε τόσο υψηλή συγκέντρωση επί 3 δισεκατομμύρια χρόνια.

Όσο για τον φιλόδοξο στόχο μέχρι το 2100 να περιοριστεί κατά 2 βαθμούς Κελσίου η αύξηση της θερμοκρασίας, όπως είχε συμφωνηθεί στη Διεθνή Συμφωνία του Παρισιού, αυτός πλέον πρέπει να θεωρείται παρελθόν, ένας καθαρά ουτοπικός στόχος.

Αντίθετα, σύμφωνα με όλες τις κλιματολογικές έρευνες, αυτό που συμβαίνει είναι ότι βαδίζουμε αναπόφευκτα προς μια αύξηση της θερμοκρασίας κατά 3° ή 4°Γ!

Στις 18 Οκτωβρίου, στο περιοδικό «Πμοτ Οξε» δημοσιεύτηκε μία πολύ ενδιαφέρουσα γερμανική έρευνα στην οποία τεκμηριωνόταν επαρκώς ότι τα τελευταία 27 χρόνια έχει μειωθεί ο αριθμός των εντόμων κατά 75%!

Μια δραματική μείωση που περιλαμβάνει τις μέλισσες και τις πεταλούδες που είναι συχνά απαραίτητες για τη γονιμοποίηση πολλών φυτών των γεωργικών καλλιεργειών μας. Ενα επιπλέον στοιχείο που, σύμφωνα με τους ειδικούς ερευνητές, αποτελεί την ανησυχητική επιβεβαίωση ότι βαδίζουμε αναπόφευκτα προς μια «οικολογική αποκάλυψη».

## ΔΕΛΤΙΟ ΕΓΓΡΑΦΗΣ ΣΥΝΔΡΟΜΗΤΩΝ

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

Εσωκλείω έμβασμα \$30.00 και σας παρακαλώ να μου στείλετε τη "Ομογένεια" για το 2018 στην εξής διεύθυνση

(Συμπληρώσετε τα στοιχεία σας με κεφαλαία γράμματα)

LAST NAME-----

FIRST NAME-----

ADDRESS-----

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

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

### 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

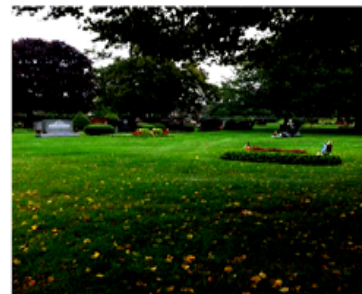
SECTION 18 A  
FULL PACKAGE FOR 2

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

#### MEMORIAL PARK CEMETERY

8 GRAVES  
AVAILABLE  
IN SPRUCE

SAVE OVER  
\$3,000.00  
PER GRAVE!



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





www.YourDiscountPharmacy.net

## YOUR DISCOUNT PHARMACY



### Devon Discount Pharmacy

(Hamdard Center)

**773-465-8688**

1542 W. Devon Ave.  
Chicago, IL 60660

### OakMill Pharmacy

**847-518-0750**

8118 N. Milwaukee Ave.  
Suite 104  
Niles, IL 60714

**GUARANTEED LOW-LOW PRICES**

**FAST FRIENDLY & PROFESSIONAL SERVICE**

**IDPA & MEDICARE ACCEPTED**

**MOST MAJOR INSURANCE PLANS HONORED**

Και στο καθένα από τα δύο αυτά Φαρμακεία υπάρχει και ένας Ελληνόγλωσσος Φαρμακοποιός με το όνομα «Ανδρέας» που στην μητρική μας γλώσσα θα απαντήσουν όλα τα ερωτήματά σας, θα σας προσφέρουν εγγυημένα χαμηλότερες τιμές, γρήγορη επαγγελματική εξυπηρέτηση και δωρεάν διανομή φαρμάκων. Σταματείστε να πληρώνετε τρελλές τιμές στα φάρμακά σας. Τηλεφωνείστε τους και γλιτώστε χρήματα.



## 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 κανουμε τους γάμους, τις βαφτίσεις, τα γενέθλια ή οποιαδήποτε κοινωνική ή οικογενειακή εκδήλωση μια ζωντανή ανάμνηση.

## CHICAGO SWEET CONNECTION BAKERY

SWEETCONNECTIONBAKERY.COM  
773.283.4430 main  
773.283.9375 fax

info@sweetconnectionbakery.com  
800.869.6199



5569 Northwest Highway ♦ Chicago, Illinois ♦ 60630

## 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 επίσκεψή στις εγκαταστάσεις μας στο 5569 N. Northwest Hwy και Bryn Mawr θα σας πείσει αμέσως. Μια παραγγελία στην εταιρία 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, γενέθλια και κάθε είδους κοινωνικές εκδηλώσεις ή χορούς συλλόγων τώρα γνωρίζετε πού θα βρείτε είδη ζαχαροπλαστικής ή είδη αρτοποιίας και μάλιστα σε τιμές χαμηλότερες κατά 40% από οπουδήποτε αλλού. Chicago Sweet Connection Bakery: Η Νέα Εποχή στα γλυκά. (773) 283-4430.



## Η τελειομανία πλήττει τους νέους



Η εμμονή των νέων με την τελειότητα έχει αυξηθεί σημαντικά μέσα στις τρεις τελευταίες δεκαετίες, με σοβαρές επιπτώσεις για την ψυχική υγεία τους. Αυτό είναι το συμπέρασμα μιας νέας, μεγάλης μελέτης η οποία έρχεται να επιβεβαιώσει τα ευρήματα προηγούμενων ερευνών. Οι επιστήμονες αποδίδουν την αυξημένη ροπή των νέων προς την τελειομανία στον σημερινό τρόπο ζωής και οργάνωσης της κοινωνίας και κυρίως στην αυξανόμενη ανταγωνιστικότητα στο πανεπιστημιακό και στο εργασιακό περιβάλλον: αυτή, λένε, είναι ο υπ' αριθμόν ένα παράγοντας που ωθεί τους νέους στο να έχουν ολοένα και υψηλότερες - και συνήθως μη ρεαλιστικές - απαιτήσεις όχι μόνο από τον εαυτό τους, αλλά και από τους γύρω τους.

**Για την ψυχολογία, κάποιος ο οποίος είναι τελειομανής έχει υπερβολικά υψηλές απαιτήσεις από τον εαυτό του, ενώ έχοντας θέσει τόσο υψηλά τον πήχη των κριτηρίων του, υποβάλλει τον εαυτό του σε υπερβολικά αυστηρή και σκληρή κριτική.** Κάτι τέτοιο μπορεί να προκαλέσει σοβαρές ψυχολογικές δυσκολίες, γι' αυτό και οι συγγραφείς της νέας μελέτης επισημαίνουν ότι τα ευρήματά τους έχουν ιδιαίτερη σημασία στο πλαίσιο της αύξησης των σχετικών με την ψυχική υγεία προβλημάτων που παρατηρούνται σήμερα στους νέους.

### Ανοδική τάση στους Millennials

Οι ερευνητές από τα Πανεπιστήμια του Μπαθ και του Γιορκ Σεντ Τζον στη Βρετανία ανέλυσαν δεδομένα από διαχρονικές μελέτες που αφορούσαν περισσότερους από 40.000 φοιτητές πανεπιστημίων και κολεγίων στις Ηνωμένες Πολιτείες, στον Καναδά και στη Βρετανία από το 1989 ως το 2017. Τα αποτελέσματά τους έδειξαν ότι τα επίπεδα της τελειομανίας έχουν αυξηθεί σημαντικά: σήμερα είναι κατά περισσότερο από 30% υψηλότερα από ό,τι το 1989, ενώ η τάση φαίνεται να είναι περισσότερο ανοδική την τελευταία δεκαετία, πλήττοντας ιδιαίτερα τη γενιά των Millennials.

Συγκεκριμένα οι επιστήμονες διαπίστωσαν, μεταξύ άλλων, ότι ο βαθμός στον οποίο οι σημερινοί νέοι αποδίδουν παράλογα μεγάλη σημασία στο να είναι τέλειοι, έχουν μη ρεαλιστικές απαιτήσεις από τον εαυτό τους και είναι υπερβολικά επικριτικοί απέναντι στον εαυτό τους έχει αυξηθεί κατά 10% σε σχέση με τις προηγούμενες γενιές. Επίσης, ο βαθμός στον οποίο οι σημερινοί νέοι υποβάλλουν σε μη ρεαλιστικά υψηλά κριτήρια τους γύρω τους και βλέπουν τους άλλους επικριτικά έχει αυξηθεί κατά 16%. Τέλος, και εξίσου ενδεικτικό, ο βαθμός στον οποίο οι νέοι θεωρούν ότι το περιβάλλον τους είναι υπερβολικά απαιτητικό, ότι οι άλλοι τους κρίνουν σκληρά και ότι πρέπει να φανούν τέλειοι προκειμένου να εξασφαλίσουν την έγκριση των άλλων έχει αυξηθεί κατά 33%.

### Πιέσεις από παντού

Οι συγγραφείς της νέας μελέτης, αποδίδουν το φαινόμενο στο άκρως ανταγωνιστικό περιβάλλον που βιώνουν οι νέοι σήμερα. Τα αυξανόμενα επίπεδα τελειομανίας που αναδεικνύονται σε αυτή την έρευνα συμπίπτουν με τρεις δεκαετίες νεοφιλελευθερισμού, ο οποίος έχει αναγκάσει τους νέους να ανταγωνίζονται μεταξύ τους μέσα σε ένα περιβάλλον με αυξανόμενα απαιτητικές και κοινωνικές παραμέτρους. Ελπίζουμε ότι οι οργανισμοί που ευθύνονται άμεσα για την προστασία της υγείας και της ευημερίας των νέων, όπως τα σχολεία και τα πανεπιστήμια, καθώς και οι υπεύθυνοι για τη χάραξη πολιτικής θα δημιουργήσουν περιβάλλοντα τα οποία δεν θα προωθούν την ανταγωνιστικότητα εις βάρος της ψυχικής υγείας των νέων.

Άλλοι επιστήμονες, οι οποίοι δεν συμμετείχαν στη συγκεκριμένη έρευνα, επιρρίπτουν ευθύνες και στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, τα οποία επίσης δημιουργούν ένα ανταγωνιστικό και συχνά επικριτικό περιβάλλον το οποίο πιέζει ασφυκτικά τους νέους. Και αυτό μπορεί να έχει πολύ σοβαρές επιπτώσεις: τον περασμένο Σεπτέμβριο, σε μια μελέτη που είχε γίνει σε ενήλικους, ερευνητές από το Πανεπιστήμιο του Οντάριο στον Καναδά είχαν διαπιστώσει ότι η αυξημένη ανάγκη τού να επιδεικνύουμε την εικόνα του «τέλειου» σχετίζεται με αυξημένα ποσοστά κατάθλιψης και αυτοκτονιών.

Όπως έδειξε δε μια έρευνα του Σώματος Βρετανικού Οδηγισμού τον περασμένο Οκτώβριο, ο «εφιάλτης» της τελειότητας αρχίζει από πολύ νωρίς, τουλάχιστον στα κορίτσια. Σύμφωνα με την ετήσια «Μελέτη των Στάσεων των Κοριτσιών» («Girl's Attitude Survey», η μεγαλύτερη στο είδος της στη Βρετανία), η αυτοπεποίθηση των νεαρών γυναικών και των κοριτσιών σχετικά με το σώμα και την εμφάνισή τους έχει μειωθεί σημαντικά μέσα στη δεκαετία που διανύουμε. Μόνο 61% των νεαρών κοριτσιών ηλικίας 7 έως 21 ετών δήλωσαν ότι είναι ικανοποιημένα από την εμφάνισή τους σε σχέση με 73% το 2011. Ακόμη πιο ανησυχητικό, 36% των κοριτσιών ηλικίας 7 έως 10 ετών δήλωσαν ότι οι άλλοι τα κάνουν να θεωρούν ότι το πιο σημαντικό στοιχείο σχετικά με τον εαυτό τους είναι η εμφάνισή τους.

## Ορεινή Ναυπακτία: Ο χρόνος κυλάει αλλιώς



Στα χωριά της Ορεινής Ναυπακτίας ξυπνάς, περπατάς ακούγοντας μόνο τρεχούμενα νερά, τρως με όρεξη κυνήγι και χόρτα απ' το μπουσάνι, πίνεις τσάι του βουνού και κοιμάσαι καλύτερα. Ο χρόνος κυλάει πολύ διαφορετικά. Απ' το ένα χτύπημα της καμπάνας μέχρι το άλλο νιώθεις σαν να έχουν περάσει τρεις αθηναϊκές ώρες. Με λίγα λόγια, φεύγεις για ένα τριήμερο και έχεις ξεκουραστεί σαν να έλειπες ολόκληρη εβδομάδα.

Καθώς οδηγούμε στους φιδωτούς δρόμους, το παρμπρίζ μοιάζει με πίνακα ζωγραφικής που άνετα θα κοσμούσε το σαλόνι του σπιτιού της γιαγιάς μας: έλατα φυτρώνουν μέχρι και στην πιο ψηλή κορυφή, ενώ σε πολλά σημεία οικισμοί ολόκληροι «χάνονται» μέσα στα σύννεφα.

Για τη βενζίνη και τα χρήματα που θα χρειαστείτε στην εκδρομή σας καλό είναι να έχετε φροντίσει από τη Ναύπακτο. Στο σύμπλεγμα των 55 χωριών που προσδιορίζεται ως Ορεινή Ναυπακτία –ενώ μια μικρότερη ομάδα αυτών λέγονται Κράβαρα– δεν υπάρχουν βενζινάδικα, ΑΤΜ και σούπερ μάρκετ, μόνο παντοπωλεία. Οι περισσότεροι μόνιμοι κάτοικοι μένουν στον Πλάτανο, που επί Τουρκοκρατίας ήταν κεφαλοχώρι μαζί με την Άνω Χώρα, και φτάνουν τους 80, ενώ στα υπόλοιπα χωριά μετριούνται στα δάχτυλα.

### ΓΙΑ ΣΤΙΦΑΔΟ ΣΤΟ ΧΑΝΙ ΤΗΣ ΡΕΡΕΣΗΣ

Το Χάνι της Ρέρεσης, η πρώτη στάση μετά από τρεις ώρες στο αυτοκίνητο, είναι και το «ψυχολογικό όριο» μεταξύ πόλης και χωριού. Το στιφάδο είναι ίσως το πιο δημοφιλές πιάτο σε όλη την περιοχή. Από το ξύλινο ταβάνι κρέμονται χειροποίητα λουκάνικα. Η Τζέννη, εγγονή του ιδρυτή της ταβέρνας –που πρωτολειτούργησε το 1940 και ήταν το μέρος όπου οι άνθρωποι που έκαναν πολυήμερα ταξίδια με ζώα σταματούσαν για ξεκούραση και ανεφοδιασμό–, με το που μας βλέπει, βάζει μερικές χοντρές φέτες ψωμί στη θράκα στο τζάκι.

### ΔΙΑΔΡΟΜΕΣ ΣΤΟ ΚΑΣΤΑΝΟΔΑΣΟΣ

Φτάνοντας στα 1.060 μ. υψόμετρο, στο πρώτο και πιο τουριστικό χωριό της Ορεινής Ναυπακτίας, την Άνω Χώρα, μυρίζει τζάκι. Εδώ λειτουργούν οκτώ ξενώνες –οι περισσότεροι που θα βρείτε συγκεντρωμένους σε ένα μέρος– μαζί με τέσσερις ταβέρνες, τρεις καφετέριες, ένα παντοπωλείο και το Στέκι Φίλων Στέλιου Καζαντζίδη, δημιουργημα ενός Ελληνοαμερικανού που τον είχε γνωρίσει κάποτε από κοντά.

Στην Άνω Χώρα θα ξυπνήσετε νωρίς, θα φάτε για πρωινό τηγανίτες με τυρί και μέλι ελάχιστα στον ξενώνα «Τα Πέτρινα», με θέα όλο το βουνό, και θα ρωτήσετε τον συνιδιοκτήτη του, Δημήτρη Παπαδημητρίου, για τις σηματοδοτημένες διαδρομές για περπάτημα και ποδήλατο βουνού που έχει δημιουργήσει ο ίδιος. Κάθε Σαββατοκύριακο οργανώνει πεζοπορίες.

### ΤΑ «ΘΑΥΜΑΤΑ» ΤΗΣ ΑΜΠΕΛΑΚΙΩΤΙΣΣΑΣ

Ο ηγούμενος πατήρ Πολύκαρπος είναι ένας ωραίος συζητητής, με χιούμορ και ανοιχτό μυαλό. Θα σας ξεναγήσει στο μοναστήρι, που ιδρύθηκε το 1455, όταν η εικόνα της Παναγίας, έργο του Ευαγγελιστή Λουκά, χάθηκε στο ποτάμι κατά τη λεηλασία του χωριού από τους Τούρκους, λίγο μετά την άλωση της Κωνσταντινούπολης. Κάποια χρόνια αργότερα βρέθηκε στα κλαδιά μιας βελανιδιάς, στο σημείο όπου σήμερα δεσπόζει ο ναός.

### ΠΛΑΤΑΝΟΣ ΣΑΝ ΠΑΡΑΜΥΘΙ

Ο Πλάτανος, πρώην σημαντικό εμπορικό κέντρο της περιοχής, είναι κι ένα απ' τα ομορφότερα χωριά της Ορεινής Ναυπακτίας, λιθόστρωτο, με πέτρινα σπίτια, σαν παραμύθι. Το γέρικο αλλά ακμαίο δέντρο από το οποίο πήρε την ονομασία του στέκει στη μέση της πλατείας, με μια μικρή επιγραφή στον κορμό του: «Υψόμετρο 875 μ., κλίμα υγιεινό». Στο καφενείο το βράδυ στρώνεται τσόχα και σερβίρεται ζεστό τσίπουρο με μέλι. Η εκκλησία του Αγίου Νικολάου (1846), επίσης είναι πανέμορφη, με λευκό ταβάνι και λιτή διακόσμηση. Στη μέση του ναού, δε, βρίσκεται η εικόνα του αγίου, τα μάτια του οποίου σε «ακολουθούν» όπου κι αν σταθείς στον χώρο.

### ΜΕ ΘΕΑ ΣΤΗΝ ΕΥΗΝΟΛΙΜΝΗ

Θέα στην εντυπωσιακή τεχνητή λίμνη του Ευήνου, που δημιουργήθηκε το 2002 για την υδροδότηση της Αττικής, μπορείτε να έχετε από τα χωριά Περδικόβρυση, Αράχωβα και Κρυονέρια. Οι μόνιμοι κάτοικοι είναι ελάχιστοι και στις άδειες πλατείες τα πεσμένα πλατανόφυλλα στρώνουν ένα παχύ χαλί. Στην Περδικόβρυση θα φάτε κατσακί στην ταβέρνα της Μαρίας (τηλ. 26340-48311), στην Αράχωβα θα πιείτε τσάι του βουνού στο καφενείο της πλατείας και στα Κρυονέρια θα περπατήσετε μέχρι το Περγάρι: το χωμάτινο μονοπάτι που ξεκινάει απ' τον οικισμό (εκεί όπου βρίσκεται η προτομή του ηγούμενου Δαμιανού) συνεχίζεται μέσα στο ελατοδάσος και καταλήγει σε ένα πέτρινο παρατηρητήριο μέσα στα σύννεφα.



# Ας μιλήσουμε για την ανομία

Κώστας Δουζίνας

Γράφαμε στο προηγούμενο ότι όταν «ο εγωκεντρισμός γίνεται κυρίαρχη κοινωνική ηθική, αυξάνει τις ανισότητες και δημιουργεί πραγματικούς και φανταστικούς φόβους. Το δόγμα “νόμος και τάξη” επεκτείνεται, η αστυνόμευση γενικεύεται, η κατάσταση ανάγκης μονιμοποιείται. Η εγωκεντρική ελευθερία οδηγεί σε έναν ολοένα εντεινόμενο καταναγκασμό»

Τα επίσημα στοιχεία δείχνουν ότι η εγκληματικότητα έχει μειωθεί αισθητά τα τελευταία χρόνια, οι επιτυχίες στην ανίχνευση αδικημάτων και τη σύλληψη των δραστών είναι μεγάλες, η παραβατικότητα στα Εξάρχεια και τα Πανεπιστήμια είναι μικρότερη απ’ ό,τι το διάστημα 2009-2014.

Στρατηγική της αντιπολίτευσης είναι η δημιουργία φόβου στους πολίτες. Από την άλλη προβάλλουν οι επενδυτικοί παράδεισοι. Ακούστηκε επανειλημμένα ότι εφόσον η φοροαποφυγή -για την οποία έχουν φτιαχτεί οι φορολογικοί παράδεισοι- είναι νόμιμη, τότε δεν υπάρχει κανένα πρόβλημα. Και όμως δεν είναι έτσι. Δημόσια πρόσωπα που φοροδιαφεύγουν δεν μπορούν να κατηγορούν το κράτος για ελλείψεις.

Τα τεράστια κέρδη όταν δεν φορολογούνται στον τόπο που δημιουργήθηκαν με την εκμετάλλευση των εργαζομένων και των δημόσιων υπηρεσιών του αφαιρούν από το κράτος τη δυνατότητα άσκησης κοινωνικής πολιτικής.

Ανομία και κοινωνικό ήθος

Η «ανομία» έχει γίνει λέξη πασπαρτού, ένα «κενό σημαίνον» που το εννοεί ο καθένας όπως θέλει. Α-νομία όμως σημαίνει έλλειψη νόμου, του μόνου προϊόντος του οποίου έχουμε υπερπαραγωγή και πλήρη επάρκεια.

Όταν οι πολιτικοί πάσχουν από έλλειμμα προγράμματος και συνεπούς ιδεολογίας επιλέγουν τον νόμο ως προνομιακό χώρο αντιπαράθεσης. Η χρήση της λέξης «ανομία», αντί της ορθής «παρανομία» ή «εγκληματικότητα», αποσκοπεί στην καλλιέργεια ηθικού πανικού και εκφοβισμού των πολιτών και στηρίζεται σε άγνοια της σημασίας του όρου.

Ανομία είναι η αποσύνθεση της κοινωνικής συνάρτησης, η εξασθένιση του κοινωνικού δεσμού.: «Ένα σύστημα ηθικής δεν μπορεί να γίνεται αντικείμενο αυτοσχεδιασμού. Αποτελεί δημιουργία της κοινότητας, στην οποία εφαρμόζεται. Αποτυγχάνει όταν η ίδια η κοινότητα αποτυγχάνει» (1). Το πιο χαρακτηριστικό σύμπτωμα της αποτυχίας είναι η αύξηση των αυτοκτονιών.

Ανομία λοιπόν είναι η υποχώρηση του κοινωνικού ήθους και ηθικής που υποστυλώνουν την κοινωνική συμβίωση των πολιτών, συνεισφέροντας στη δημιουργία της άτυπης κοινωνικής ευταξίας πολύ περισσότερο από την υπακοή στον νόμο και την πειθαρχία της τάξης. Το ήθος αποτελείται από αξίες, αρχές και πρακτικές.

Αλλά το κοινωνικό ήθος περιλαμβάνει επίσης πρακτικές, συμπεριφορές και δεξιότητες. Κάποιες είναι τοπικές και συγκεκριμένες (τα πρωτόκολλα ευπρέπειας και ευγένειας), άλλες γενικές και αφηρημένες (η φιλοξενία, το φιλότιμο, το πώς να αντιμετωπίζουμε μικρές και μεγάλες εξουσίες).

Οι αξίες και δεξιότητες αυτές απαντούν σε ερωτήματα όπως «πώς να καταλάβεις τον εαυτό σου και τους άλλους;», «πώς να αντιμετωπίζεις το όμοιο και το διαφορετικό;», «πότε και πώς να εφαρμόζεις τους κανόνες;». Χωρίς αυτές τις άρρητες συμβάσεις και άτυπες προκατανοήσεις, οι νόμοι, η τυπική ηθική και οι κοινωνικές συναλλαγές δυσλειτουργούν. Ανομία λοιπόν είναι η εξασθένιση και καταστροφή αυτού του προ-ηθικού υποστρώματος που οδηγεί είτε στη στυγνή (και άδικη) εφαρμογή του νόμου είτε στον κυνισμό και τον μηδενισμό.

Ο κυνικός έχει μια «πεφωτισμένη» ψεύτικη συνειδηση: ξέρει ότι αυτά που πιστεύει είναι ψέματα, αλλά η κριτική της ιδεολογίας δεν τον αγγίζει μια που ο κυνισμός αναστοχαστικά προστατεύει το ψεύδος της. Λειτουργεί σαν το φρουδικο υπερεγώ που δεν σταματά να επιβάλλει κανόνες, εντολές και απαγορεύσεις. Όσο περισσότερο τις υπακούς, τόσο δυσκολότερες γίνονται οι απαιτήσεις και τρομερότερες οι τιμωρίες.

Ο σαδιστικός χαρακτήρας της ανομίας δείχνει τον μηδενισμό ως τη δεύτερη κυρίαρχη ηθική: η μόνη αξία είναι η αχόρταγη επιθυμία και ηθική είναι το δίκιο του ισχυρού, αφού το ιδιωτικό συμφέρον των ελίτ ταυτίζεται με τη δημοσία αρετή και τα «χαρτιά του παραδείσου» με τον ίδιο τον παράδεισο.

Ανομία είναι λοιπόν ο κυνισμός και ο μηδενισμός των διαπλεκόμενων που αποδυναμώνει το κοινωνικό ήθος και καταστρέφει τα θεμέλια της συνειδησιακής οργάνωσης.

Αν ο κ. Μητσοτάκης ήξερε τον σωστό ορισμό της «ανομίας» θα καταλάβαινε ότι βασικό συστατικό της είναι η δική του ιδεολογία. Ο ατομοκεντρικός νεοφιλελευθερισμός αποτελεί τη μεγαλύτερη επίθεση στα θεμέλια της προσωπικής ηθικής και του συλλογικού ήθους.

Μαζί με τον κυνισμό και τον μηδενισμό γίνονται οι πρωταίτιοι της ανομίας. Καταστρέφουν τις άρρητες κανονιστικές συμβάσεις και αξίες που δημιουργούν την απαραίτητη κοινωνική ευπρέπεια και έτσι αυξάνουν την εγκληματικότητα και την καταστολή. Ας αναρωτηθεί λοιπόν για πόσο καιρό ακόμα τα Εξάρχεια θα κατηγορούνται για «ανομία» συγκαλύπτοντας τον πυρήνα της που δεν βρίσκεται παρά στις ατομοκεντρικές πρακτικές ακόμα και συγγενικών του προσώπων.

ΥΓ. Αρχή σωφρονισμού: Τιμωρία για το έγκλημα αποτελεί η φυλάκιση και όχι οι απάνθρωπες ή άνισες συνθήκες έκτισής της.

**ΛΥΣΤΕ ΤΟ ΠΡΟΒΛΗΜΑ ΤΩΝ "ΠΑΡΑΣΙΤΩΝ" ΣΤΑ ΡΑΔΙΟΦΩΝΙΚΑ ΜΑΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ. ΑΚΟΥΣΤΕ ΜΑΣ ΑΠΟ ΤΟ ΚΟΜΠΙΟΥΤΕΡ ΣΑΣ ΠΕΝΤΑΚΑΘΑΡΑ ΚΑΙ ΜΑΛΙΣΤΑ 24 ΩΡΕΣ ΤΟ 24ΩΡΟ. ΔΟΚΙΜΑΣΤΕ ΕΠΙΣΗΣ ΤΗΝ ΣΥΧΝΟΤΗΤΑ 99.1 FM**

**WWW.THECHICAGOGREEKHOURS.COM**

# Λαχανοντολμάδες με ρύζι και κιμά



**Μερίδες: περίπου 30 - 35 τμχ. --Προετοιμασία: 1 ώρα --Χρόνος: 1 ώρα + 10' --Βαθμός Δυσκολίας: Δύσκολο**

Το αρωματικό υπόστρωμα στο οποίο τους βράζουμε, τα φρέσκα μυρωδικά στη γέμιση αλλά και το εκλεκτό ωμό αγουρέλαιο με το οποίο τους περιχύνουμε είναι τα μυστικά της αξεπέραστης γεύσης τους.

**Υλικά**

- 1 μεγάλο λευκό λάχανο
- 1 κουτ. σούπας αλάτι χοντρό
- 750 γρ. κιμάς μοσχαρίσιος από σπάλα
- 250 γρ. ρύζι Καρολίνα
- 1 μάτσο άνηθος, ψιλοκομμένος (χωρίς τα χοντρά κοτσάνια, που κρατάμε στην άκρη)
- 1/2 μάτσο μαϊντανός, ψιλοκομμένος (χωρίς τα χοντρά κοτσάνια, που κρατάμε στην άκρη)
- 2 μεγάλα ξερά κρεμμύδια, σε φιλά καρέ
- 6 - 7 φρέσκα κρεμμυδάκια (το λευκό και το τρυφερό πράσινο μέρος), ψιλοκομμένα
- το λευκό και τρυφερό πράσινο μέρος από 1 μεγάλο πράσο, κομμένο σε 3 κομμάτια, και αυτά, κατά μήκος στη μέση
- 2 μέτρια καρότα, καθαρισμένα και κομμένα σε μέτρια μπαστούνια
- 2 δάφνες 1/4 κουτ. γλυκού μπαχάρι σε σκόνη
- 1/2 κουτ. γλυκού ξύσμα λεμονιού
- 200 νμ ελαιόλαδο
- αλάτι και φρεσκοτριμμένο πιπέρι

**Διαδικασία** Αφαιρούμε το σκληρό «κοτσάνι» από το λάχανο με ένα μικρό κοφτερό μαχαίρι. Βγάζουμε 1 - 2 στιβάδες από τα εξωτερικά φύλλα του λάχανου, καθώς είναι αρκετά σκληρά, και τα κρατάμε στην άκρη.

Βάζουμε το λάχανο σε μια μεγάλη κατσαρόλα με το άνοιγμα προς τα κάτω, ώστε το νερό να εισχωρήσει από την οπή και να βοηθήσει τα εσωτερικά φύλλα στην καρδιά του λάχανου να μαλακώσουν στον ίδιο χρόνο με τα εξωτερικά. Βάζουμε κρύο νερό στην κατσαρόλα τόσο ώστε να καλύψει το λάχανο κατά τα 2/3. Προσθέτουμε το χοντρό αλάτι και βράζουμε σε μέτρια φωτιά, για περίπου 10 - 15 λεπτά, χωρίς να σκεπάσουμε την κατσαρόλα με το καπάκι (για να μη μαυρίσει το λάχανο). Το βγάζουμε προσεκτικά με 2 τρυπητές κουτάλες και το αφήνουμε στην άκρη, να κρυώσει.

Στο μεταξύ, σε μια φαρδιά κατσαρόλα ζεσταίνουμε 90 νμ από το ελαιόλαδο σε μέτρια φωτιά και σοτάρουμε τον κιμά, για περίπου 5 λεπτά, ανακατεύοντας με ξύλινη κουτάλα, μέχρι να ροδίσει και να γίνει σπυρωτός. Προσθέτουμε το ξερό κρεμμύδι, τη δάφνη και αλατοπίπερο και συνεχίζουμε το σοτάρισμα για 4 - 5 λεπτά, μέχρι να μαλακώσει ελαφρώς. Αποσύρουμε από τη φωτιά και βγάζουμε τις δάφνες από την κατσαρόλα με τον κιμά, προσθέτουμε το ρύζι ωμό, τον άνηθο, το μαϊντανό, τα φρέσκα κρεμμυδάκια, 60 νμ από το ελαιόλαδο, το μπαχάρι, το ξύσμα, αλάτι (περίπου 1 κοφτό κουτ. γλυκού) και φρεσκοτριμμένο πιπέρι και ανακατεύουμε καλά.

Σε μια βαθιά κατσαρόλα απλώνουμε το πράσο, το καρότο και τα κοτσάνια των μυρωδικών που είχαμε κρατήσει στην άκρη, δημιουργώντας κατά αυτόν τον τρόπο ένα αρωματικό υπόστρωμα που θα δώσει περίσσια νοστιμιά στους λαχανοντολμάδες. Σκεπάζουμε το μυρωδάτο υπόστρωμα με τα εξωτερικά φύλλα του λάχανου που είχαμε κρατήσει. Αυτό το κάνουμε για να δημιουργηθεί μια κάπως πιο επίπεδη επιφάνεια, ώστε να ακουμπήσουμε τους λαχανοντολμάδες. «Ξεφυλλίζουμε» το λάχανο.

Αφαιρούμε προσεκτικά τα μεγάλα φύλλα που βρίσκονται στις εξωτερικές στιβάδες. Ακουμπάμε πάνω στην επιφάνεια εργασίας από την κυρτή πλευρά ένα φύλλο λάχανου. Ετσι, κατά το τύλιγμα θα ακολουθήσουμε το φυσικό σχήμα του φύλλου και δεν θα σπάσει εύκολα. Βάζουμε 1 γερή κουταλιά της σούπας γέμιση στο κέντρο από τη μία άκρη του φύλλου.

“Ιπλώνουμε τις δύο άκρες του φύλλου προς τα μέσα, για να εγκλωβίσουμε τη γέμιση, και τυλίγουμε σε ρολό. Τακτοποιούμε τους λαχανοντολμάδες σε στρώσεις κοντά τον ένα στον άλλο, αλλά όχι εντελώς «στριμωχτά», για να μπορεί το νερό που βράζει να «κυκλοφορεί» ανάμεσά τους και το φαγητό να μαγειρευτεί σωστά.

Προσθέτουμε νερό κρύο, τόσο που να τους καλύπτει, το υπόλοιπο λάδι και σκεπάζουμε τους λαχανοντολμάδες με ένα πιάτο που θα τους συγκρατήσει στη θέση τους κατά το μαγείρεμα. Μαγειρεύουμε τους λαχανοντολμάδες για περίπου 40 λεπτά σε μέτρια φωτιά ή μέχρι να μαλακώσει το ρύζι.

Αποσύρουμε από τη φωτιά και τους αφήνουμε για 1 - 2 ώρες μέσα στην κατσαρόλα, να αποκτήσουν θερμοκρασία δωματίου. Τους σερβίρουμε σε πιατέλα και τους περιχύνουμε με εκλεκτό αγουρέλαιο.

**Συνοδεύουμε με γιαούρτι. Στο ποτήρι μας ένα ωραίο, γεμάτο Chardonnay ή και ένα λιπαρό Βιδιανό.**



## Πώς να τηρήσετε τις αποφάσεις της νέας χρονιάς



Συμβουλές από τους ειδικούς για να φέρετε εις πέρας τους στόχους σας. Οι «αποφάσεις της Πρωτοχρονιάς» σπάνια «κρατάνε» ως το τέλος του χρόνου, όπως δείχνουν οι σχετικές έρευνες

Κάθε χρόνο τις μέρες της Πρωτοχρονιάς, ο αέρας είναι γεμάτος υποσχέσεις: αυτές που δίνουμε συνήθως σιωπηρά στον εαυτό μας σχετικά με τα πράγματα που θα κάνουμε καλύτερα την καινούργια χρονιά, όπως το ότι θα πηγαίνουμε πιο συχνά στο γυμναστήριο ή ότι θα προσέχουμε περισσότερο τη διατροφή μας. Αν είστε ο τύπος των «αποφάσεων της νέας χρονιάς», όπως είθισται να τις λένε, και κάθε Πρωτοχρονιά διαπιστώνετε ότι ο κατάλογος με τους στόχους σας είναι σχεδόν πανομοιότυπος με εκείνον της προηγούμενης, μην αισθάνεστε άσχημα. Οι έρευνες δείχνουν ότι οι περισσότεροι άνθρωποι δεν τηρούν αυτού του είδους τις υποσχέσεις, παρά την αποφασιστικότητα με την οποία τις λαμβάνουν στην αρχή κάθε νέου έτους. Και ο βασικότερος λόγος, σύμφωνα με τους επιστήμονες, είναι ότι δεν ακολουθούν μερικούς απλούς κανόνες.

Από όλες τις «αποφάσεις» που λαμβάνονται στις αρχές του Ιανουαρίου, μόνο το 10% τηρούνται μέχρι τον επόμενο Δεκέμβριο, αναφέρει το «New Scientist». Ένας λόγος γι' αυτό, όπως εξηγεί στο περιοδικό ο Κιθ Ο' Μπράιεν από το Κέντρο για την Αλλαγή της Συμπεριφοράς του University College του Λονδίνου, είναι η ανθρώπινη φύση μας. «Ως είδος έχουμε μια ροπή προς την υπερβολική αυτοπεποίθηση και την αισιοδοξία» λέει. «Με το που μπαίνει ο Ιανουάριος οι άνθρωποι τείνουν να "τικάρουν" όλα τα πράγματα που θέλουν να κάνουν μέσα στη χρονιά και, ως αποτέλεσμα, προσπαθούν να κάνουν πάρα πολλά».

### Οι συνταγές της επιτυχίας

Τι μπορείτε να κάνετε για να βελτιώσετε την κατάσταση; Οι επιστήμονες προτείνουν κάποιες απλές «συνταγές» για την επιτυχία. Μπορεί διαβάζοντάς τις να σας φανούν αυτονόητες, όμως οι ειδικοί υπογραμμίζουν ότι οι περισσότεροι «ξεχνούν» να τις ακολουθήσουν, με αποτέλεσμα να εγκαταλείπουν πιο εύκολα την προσπάθεια. Σας τις παραθέτουμε:

**1. Λάβετε... μελετημένα μέτρα:** όπως αναφέρει ο κ. Ο' Μπράιεν, ένας λόγος για τον οποίο οι «αποφάσεις της Πρωτοχρονιάς» πέφτουν συχνά στο κενό είναι το γεγονός ότι τις παίρνουμε χωρίς να μελετήσουμε τον τρόπο με τον οποίο μπορούμε να τις υποστηρίξουμε καλύτερα. Αν π.χ. ο στόχος σας είναι να βελτιώσετε τις διατροφικές συνήθειές σας, καλό θα είναι να απομακρύνετε από το σπίτι «βρώμικες» λιχουδιές και πειρασμούς και να τις αντικαταστήσετε με πιο υγιεινές επιλογές.

**2. Προετοιμαστείτε για τις αναποδιές:** μελέτες έχουν δείξει ότι όσοι είναι προετοιμασμένοι για τα χειρότερα έχουν μεγαλύτερη επιτυχία μακροπρόθεσμα. Αν π.χ. ξέρετε ότι θα σας είναι δύσκολο να ξυπνάτε νωρίτερα για να πάτε στο γυμναστήριο, προτιμήστε να προγραμματίσετε τις επισκέψεις σας για το απόγευμα.

**3. Αποφύγετε τις μεγάλες αλλά... αφηρημένες ιδέες:** όταν μιλάμε για μακροπρόθεσμους στόχους, τα μεγαλεπήβολα αλλά όχι άμεσα χειροπιαστά οφέλη δεν φαίνεται να ευνοούν. Μελέτη που έγινε πέρυσι έδειξε ότι η τήρηση των αποφάσεων είναι πιο εύκολη όταν αυτές επιφέρουν κάποια άμεση ανταμοιβή. Αν π.χ. η απόφασή σας είναι να αρχίσετε γυμναστική για να κάνετε καλό στην υγεία σας (όφελος μακροπρόθεσμο και απολύτως αφηρημένο) η συμβουλή των ειδικών είναι να διαλέξετε έναν τρόπο γυμναστικής ο οποίος θα σας διασκεδάζει: αυτό, λένε, θα προσφέρει μια χειροπιαστή και άμεση απόλαυση βοηθώντας σας να συνεχίσετε την επιδίωξη του στόχου σας.

**4. Ακολουθήστε μέθοδο επίτευξης στόχων:** για να επιτύχετε έναν μεγάλο στόχο, «σπάστε» τον σε μικρότερους έτσι ώστε να προχωράτε βάζοντας «ορόσημα» τα οποία θα είναι συγκεκριμένα, μετρήσιμα, συμφωνημένα εκ των προτέρων, ρεαλιστικά και με προσδιορισμένο χρονικό πλαίσιο. Αν π.χ. στόχος σας είναι μέχρι τον επόμενο Δεκέμβριο να μάθετε ισπανικά, «σπάστε» τον λέγοντας: «εφέτος θα γραφτώ σε ένα φροντιστήριο αγγλικών, θα κάνω μάθημα τρεις φορές την εβδομάδα και ως τον Αύγουστο θα έχω πάρει το πρώτο πτυχίο». Οσον αφορά το «συμφωνημένα εκ των προτέρων», ο κ. Ο' Μπράιεν διευκρινίζει ότι αυτό σημαίνει ότι θα πρέπει να εμπλέξετε τους γύρω σας, ανακοινώνοντας τους στόχους σας στην οικογένεια και στους φίλους σας. Ετσι, λέει, θα δημιουργήσετε ένα δίκτυο υποστήριξης που θα σας βοηθήσει να συνεχίσετε. «Το να αλλάξεις μια συνήθεια παίρνει ως και 65 μέρες» τονίζει. «Χρειάζεστε αυτή την υποστήριξη γι' αυτό το χρονικό διάστημα».

## ΕΙΚΟΝΕΣ ΤΟΥ ΚΟΣΜΟΥ



Η συμμορία των 7. Με τα όπλα τους στα χέρια και ιδανικό, εντυπωσιακό σκηνικό τα αεροπλάνα που απογειώνονται από το αεροδρόμιο της Μανίλα, φωτογραφίζονται τα πιτσιρικά. Οι Φιλιππινέζοι έχουν την μεγαλύτερη σε διάρκεια γιορτή των Χριστουγέννων, με εκδηλώσεις που ξεκινούν από τον Σεπτέμβρη. EPA/FRANCIS R. MALASIG



Δώδεκα ζευγάρια. Το παγκόσμιο ρεκόρ Γκίνες προσπάθησαν να σπάσουν οι μικροί πιανίστες από την Βοσνία. Επαιξαν μαζί το Galop Marche του Albert Lavignac θέλοντας να μείνουν στην ιστορία ως οι περισσότεροι άνθρωποι που έπαιξαν ένα μουσικό κομμάτι μαζί σε ένα πιάνο. AP Photo/Amel Emric)



Πολυτελές τρακάρισμα. Ολα κοστίζουν μια περιουσία. Και η Νεσγκεντ που ο οδηγός της την συμπάρκλασε και το διαμέρισμα που παραλίγο να προσγειωθεί, μιας και το στιγμιότυπο είναι από το Μαξγατεσ Υεσσαγε, του Λονδίνου.



Ετοιμασίες. Στην επαρχία Harbin της Κίνας διοργανώνεται το Harbin Sun Island International Snow Sculpture Art Expo. Μια ολόκληρη περιοχή γίνεται μια παγωμένη γκαλερί με μικρά και μεγάλα γλυπτά από χιόνι που φωτίζονται αποτελώντας μια σημαντική ατραξιόν για την περιοχή.



# Το Πιάτο της Υγιεινής Διατροφής

Μαρία Βλαχάβα\*



Το Πιάτο Υγιεινής Διατροφής, το οποίο δημιουργήθηκε από επιστήμονες διατροφής στη Σχολή Δημόσιας Υγείας του Πανεπιστημίου Χάρβαρντ και δημοσιεύτηκε το 2011, αποτελεί έναν οδηγό δημιουργίας τόσο υγιεινών όσο και ισορροπημένων γευμάτων—είτε αυτά είναι σερβιρισμένα σε πιάτο είτε συσκευασμένα σε

πακέτο.

Στην Αμερική συνήθως τα γεύματα σερβίρονται σε ένα διαμερισματοποιημένο δίσκο, οπότε ο όρος γεύμα και πιάτο αποτελούν ταυτόσημες έννοιες.

Στην Ελλάδα βέβαια τα πράγματα είναι διαφορετικά μιας και συνήθως το γεύμα μας απαρτίζεται από περισσότερα του ενός πιάτα, στα οποία τοποθετούνται ξεχωριστά το κυρίως φαγητό, η σαλάτα, το τυρί, οι ελιές, το ψωμί.

Η λογική όμως του γεύματος παραμένει ίδια και συστήνεται από τους επιστήμονες το Πιάτο της Υγιεινής Διατροφής να περιλαμβάνει τα εξής:

**Το μεγαλύτερο μέρος του γεύματός σας να απαρτίζεται από λαχανικά και φρούτα – ½ του πιάτου:**

Να στοχεύετε σε χρώμα και ποικιλία και να θυμάστε πώς οι πατάτες δεν καταλογίζονται ως λαχανικά στο Πιάτο Υγιεινής Διατροφής λόγω επιπτώσεων τους στο σάκχαρο του αίματος.

**Στοχεύετε σε δημητριακά ολικής αλέσεως – 1/4 του πιάτου:**

Σπόροι ολικής αλέσεως ή ακατέργαστοι σπόροι -κριθάρι, σιτάρι, σίκαλη, βρώμη, καστανό ρύζι, καλαμπόκι, κινόα, κεχρί καθώς επίσης και τα τρόφιμα που παράγονται από αυτά, όπως τα ζυμαρικά ολικής αλέσεως- παρουσιάζουν πιο ήπια επίδραση στο σάκχαρο του αίματος και την ινσουλίνη σε σύγκριση με το λευκό ψωμί, το άσπρο ρύζι και άλλους επεξεργασμένους σπόρους.

**Η δύναμη της πρωτεΐνης – 1/2 του πιάτου:**

Τα ψάρια, τα πουλερικά, τα όσπρια και οι ξηροί καρποί αποτελούν όλα τόσο υγιεινές όσο και ευέλικτες πηγές πρωτεΐνης. Μπορούν να αναμειχθούν σε σαλάτες αλλά και να ταιριάζουν εξίσου καλά με λαχανικά στο πιάτο.

Περιορίστε το κόκκινο κρέας και να αποφεύγετε τα επεξεργασμένα κρέατα όπως το μπέικον και τα λουκάνικα.

**Υγιεινά φυτικά έλαια –με μέτρο:**

Επιλέξτε υγιεινά φυτικά έλαια όπως ελαιόλαδο, ηλιέλαιο, καλαμποκέλαιο, καθώς επίσης και από σουσάμι, σόγια, φιστίκι και άλλα.

Επίσης να αποφεύγετε τα μερικώς υδρογονωμένα έλαια, τα οποία περιέχουν ανθυγιεινά τρανς λιπαρά (υσαξτ ζαυτ). Να θυμάστε ότι η περιγραφή «χαμηλά λιπαρά» δεν συνάδει με την περιγραφή «υγιεινό».

Να πίνετε υγρά, δηλαδή νερό, καφέ ή τσάι/αφεψήματα:

Παραλείψτε τα ζαχαρούχα ποτά, περιορίστε το γάλα και τα γαλακτοκομικά προϊόντα σε δύο μερίδες την ημέρα, περιορίστε επίσης τους φυσικούς χυμούς σε ένα μικρό ποτήρι ανά ημέρα.

**Άσκηση (Τυας αγυιχε):**

Η κόκκινη φιγούρα, η οποία τρέχει κατά μήκος της κάρτας του Πιάτου Υγιεινής Διατροφής, αποτελεί υπενθύμιση πως η άσκηση είναι εξίσου σημαντική στον έλεγχο του σωματικού βάρους και στη διατήρηση της καλής υγείας και ευεξίας.

Το κυρίως μήνυμα του Πιάτου Υγιεινής Διατροφής επικεντρώνεται στην ποιότητα της διατροφής.

Το είδος των υδατανθράκων είναι πιο σημαντικό από την ποσότητά τους στη διατροφή. Αυτό συμβαίνει διότι μερικές πηγές υδατανθράκων –όπως λαχανικά (εκτός από πατάτες), φρούτα, δημητριακά ολικής αλέσεως και όσπρια- είναι περισσότερο υγιεινές από άλλες.

**Το Πιάτο Υγιεινής Διατροφής** συμβουλεύει επίσης τους καταναλωτές να αποφεύγουν τα ζαχαρούχα ποτά, μια σημαντική πηγή θερμίδων συνήθως με μικρή θρεπτική αξία.

Το Πιάτο Υγιεινής Διατροφής ενθαρρύνει τους καταναλωτές να χρησιμοποιούν υγιεινά φυτικά έλαια και δεν καθορίζει ανώτατο όριο για το ποσοστό των θερμίδων που οι άνθρωποι πρέπει να παίρνουν κάθε μέρα από τις υγιεινές πηγές λίπους.

Η εικόνα του Πιάτου Υγιεινής Διατροφής είναι κάτι που αποτυπώνεται εύκολα στο μυαλό και έτσι μπορείτε να το εφαρμόζετε τόσο στην καθημερινότητά σας όσο και στις εξόδους σας για φαγητό σε ένα εστιατόριο, σε ένα κάλεσμα σε σπίτι, σε ένα μπουφέ, σε γιορτινά τραπέζια μεσημέρι ή/και βράδυ.

Στις περισσότερες από αυτές τις κοινωνικές συναθροίσεις, που σχεδόν πάντα συνδυάζονται με φαγητό, οι περισσότεροι ενήλικες θέλουν να τα δοκιμάσουν όλα και συνήθως καταλήγουν να τρώνε πολύ παραπάνω από αυτό που θα «έπρεπε».

Με την εικόνα του Πιάτου Υγιεινής Διατροφής στο μυαλό σας μπορείτε πολύ εύκολα, ισορροπημένα και σωστά να γεμίσετε το πιάτο σας, έτσι ώστε το στομάχι σας να μη διαμαρτύρεται για την υπόλοιπη μέρα ή νύχτα και παράλληλα να έχετε φάει ένα θρεπτικό και ισορροπημένο γεύμα σε ποιότητα και ποσότητα.

Τοποθετήστε ένα αντίγραφο του Πιάτου Υγιεινής Διατροφής στο ψυγείο σας, το οποίο θα αποτελεί την καθημερινή σας υπενθύμιση έτσι ώστε να φτιάχνετε υγιεινά και ισορροπημένα γεύματα!

# Τα Βαλκάνια πέρα από τα δυτικά στερεότυπα



Οι βαλκανικοί λαοί, κάποτε σε πολέμους και εθνικιστικές ή θρησκευτικές διενέξεις, αλλά για μεγαλύτερα διαστήματα σε ειρηνική συνύπαρξη, βρίσκονταν πάντοτε σε διαρκές ανακάτεμα πολιτισμών, εθίμων και τρόπων ζωής. Προϊστορικά, αρχαϊκά, κλασικά, ελληνιστικά, βυζαντινά, οθωμανικά μνημεία με εκπληκτικές ομοιότητες διατρέχουν την περιοχή από τον Δούναβη μέχρι την Κύπρο και την Κρήτη.

Η Δύση, που «βάφτισε» την περιοχή «Βαλκάνια» ερήμην των κατοίκων της, τη φόρτωσε ταυτόχρονα με ένα σωρό αρνητικά στερεότυπα. Τα Βαλκάνια παρουσιάστηκαν ως συνώνυμα της αγριότητας, της βίας και του «πρωτογονισμού».

Κι αυτό παρότι οι ιστορικοί έχουν αποδείξει ότι οι εθνικισμοί που συντάραξαν την περιοχή ήταν αποτέλεσμα επιβολής του «δυτικού μοντέλου εθνικισμού» στις αρχές του 20ού αιώνα ή των ανοιχτών δυτικών επεμβάσεων στο τέλος του. Η ιστορική πραγματικότητα είναι ότι οι δύο φονικότεροι πόλεμοι στην ιστορία της ανθρωπότητας είναι καθαρά «κεντροευρωπαϊκό» προϊόν.

Παρότι αυτά τα στερεότυπα δεν αντέχουν στην ιστορική έρευνα, ακόμη και σήμερα Ευρωπαίοι αξιωματούχοι συστήνουν πονηρά να αποφεύγουμε τον όρο «Βαλκάνια». Η χρήση του περιορίζεται σε αναφορές στις υπό ένταξη χώρες των «Δυτικών Βαλκανίων», ενώ για την υπόλοιπη περιοχή προτιμώνται οι όροι «χώρες της Αδριατικής» και «νοτιοανατολική Ευρώπη». Ελπίζω αυτά τα φραστικά τρικ να μην κρύβουν σκοπιμότητες διαχωρισμού της περιοχής σε «σφαίρες επιρροής».

Στη σύγχρονη πραγματικότητα της ευρωπαϊκής ενοποίησης, με πέντε βαλκανικά κράτη-μέλη της Ε.Ε. και άλλα έξι σε διαδικασία ένταξης, η Ε.Ε. δεν διαθέτει μια πραγματική βαλκανική πολιτική. Και δεν είμαστε καθόλου βέβαιοι αν η ηγεσία της θέλει πραγματικά να υπάρχει τέτοια πολιτική. Κι όμως, αυτή είναι η τάση και η απαίτηση των ίδιων των βαλκανικών λαών και πολλών κυβερνήσεων της περιοχής.

Αυτό δείχνουν οι αλλητάλληλες διμερείς και πολυμερείς συναντήσεις ανάμεσα στους ηγέτες των κρατών της περιοχής που έχουν γίνει με πρωτοβουλία της ελληνικής κυβέρνησης. Αυτό δείχνει και η διάθεση που επιδεικνύει το τελευταίο διάστημα η κυβέρνηση της FYROM να συνεργαστεί με την Ελλάδα για λύση στο θέμα της ονομασίας.

Κι αυτό υπογραμμίζει η τοποθέτηση του πρωθυπουργού Αλέξη Τσίπρα στην τελευταία, τετραμερή σύνοδο Ελλάδας, Βουλγαρίας, Ρουμανίας και Σερβίας, στο Βελιγράδι: «Ας διδαχθούμε από την πλούσια Ιστορία της Βαλκανικής για να χαράξουμε το μέλλον μας σε έναν διαφορετικό δρόμο, συνεργασίας, αλληλοκατανόησης, αλληλοσεβασμού και συν-ανάπτυξης». Προσυπογράφει αυτή τη θέση.

Εχουμε να διδαχθούμε πολλά από την κοινή μας ιστορία. Θυμίζονε ένα μικρό δείγμα της: πριν από ενάμιση χρόνο επισκέφθηκα στο Βελιγράδι τον Πύργο Νεμπόισα, όπου δολοφονήθηκε ο Ρήγας Φεραίος. Σήμερα είναι ένα μουσείο που προβάλλει το πρωτοπόρο όραμά του για τη βαλκανική συνεργασία. Κι είναι ένα υπόδειγμα συνεργασίας Ελλήνων και Σέρβων επιστημόνων.

Εχουμε, βέβαια, πολύ δρόμο μπροστά μας για να πλησιάσουμε το όραμα του Ρήγα. Αλλά οι λαοί της περιοχής μπορούμε πολλά να κάνουμε για να δώσουμε στον όρο Βαλκάνια ένα νέο περιεχόμενο. Να κάνουμε τη γειτονιά μας πυλώνα σταθερότητας για όλη την ενωμένη Ευρώπη.

Επιστήμονες και ερευνητές χρειάζεται να αναδείξουν πλευρές της ιστορικής και πολιτιστικής βαλκανικής ταυτότητας. Να συζητήσουμε κρατώντας τις διαφορετικότητές μας, αλλού θα συμφωνήσουμε, αλλού θα διαφωνήσουμε, αλλά με κεντρικό στόχο να προχωρήσουμε μπροστά. Να δούμε φωτογραφικά τεκμήρια της ιστορικής μας συνοχής, να έχουμε ακόμη και βαλκανικά μουσικά ακούσματα και μια ιδέα για τη βαλκανική γαστρονομία.

Είναι μια ενθαρρυντική ένδειξη ότι η διαμόρφωση μιας νέας, ευρωπαϊκής βαλκανικής πολιτικής μπορεί να αποτελέσει αντικείμενο ευρύτατης συνεργασίας. Κι αυτό ελπίζω να ενισχυθεί και στα επόμενα βήματα αυτής της πρωτοβουλίας μου. ΠΗΓΗ: ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ ΤΩΝ ΣΥΣΤΑΚΤΩΝ

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)



# XL MANUFACTURING INC.



## AUTOGYROS



FOR COOKING GYROS, SHAWARMA and TACOS AL PASTOR

## LAMB ROTISERRE GRILL



Model 400



Model LRG 200

54"x24"x24"



Model LRG 100

54"x24"x9 1/2"



### XL Manufacturing, Inc.

2717 West Lawrence Avenue

Chicago IL 60625

Phone: 773.271.8900

Fax: 773.271.8903

e-mail: [xlmanufacturing@sbcglobal.net](mailto:xlmanufacturing@sbcglobal.net)

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

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



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