

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



# ΜΟΓΕΝΕΙΑ

HELLENIC LIFE

Change Service Requested

**VOL. 32 NO.7 MORTON GROVE, IL. ΜΑΡΤΗΣ, 2021**

## ΦΩΤΟΡΕΠΟΡΤΑΖ



"Σε πείσμα της ανεύθυνης καταστροφολογίας, όλα τα στοιχεία δείχνουν πως η εθνική οικονομία άντεξε", ανέφερε στο διάγγελμά του ο πρωθυπουργός, τονίζοντας πως, παρά τις πρωτοφανείς δυσκολίες, τα «λουκέτα» στην αγορά δεν ήταν πολλά.

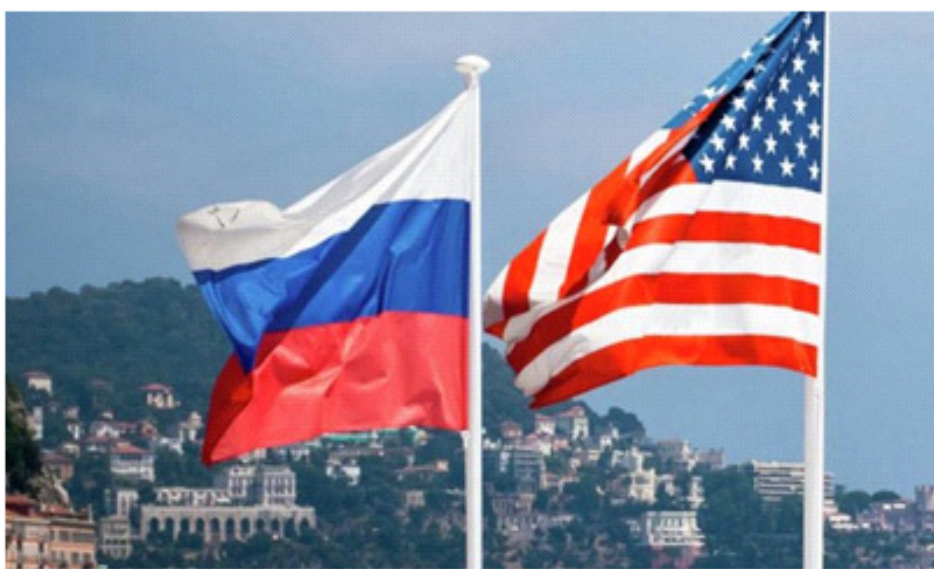


Ο Λονγκ, ένας 21χρονος λευκός άνδρας, είπε στους ερευνητές ότι ένας σεξουαλικός εθισμός τον οδήγησε στη βία. Βουλευτές και υπέρμαχοι κατά του ρατσισμού υποθέτουν ότι οι δολοφονίες παρακινήθηκαν τουλάχιστον εν μέρει από αντι-ασιατικά συναισθήματα..



Μεταξύ των 250 καλύτερων ιατρικών διεθνώς και στις πρώτες 100 της Γηραιάς Ηπείρου βρίσκεται η Ιατρική Σχολή Αθηνών. Σύμφωνα με την παγκόσμια κατάταξη πανεπιστημίων του Οργανισμού Ρφαγρφασεμμι Τσνοξδτ (PT) για το 2021 η Ιατρική Σχολή του Πανεπιστημίου Αθηνών κατατάχθηκε στις θέσεις 201-250 μεταξύ των 649 καλύτερων ιατρικών σχολών του κόσμου. Επιπροσθέτως, η επίδοση της Ιατρικής Σχολής ΕΚΠΑ την κατατάσσει μεταξύ των 90 καλύτερων ιατρικών στην Ευρώπη.

## ΗΠΑ-Ρωσία : Ακριβές η ασθένεια και η ηλιθιότητα, το μήνυμα Μεντβέντεφ στον Μπάιντεν



Σκληρούς χαρακτηρισμούς κατά του Αμερικανού προέδρου, Τζο Μπάιντεν, χρησιμοποίησε ο μετριοπαθής πρώην πρωθυπουργός της Ρωσίας, Ντμίτρι Μεντβέντεφ, σχολιάζοντας τις πρόσφατες εξίσου σκληρές δηλώσεις Μπάιντεν για τον Πούτιν

Σκληρούς χαρακτηρισμούς κατά του Αμερικανού προέδρου, Τζο Μπάιντεν, χρησιμοποίησε ο αναπληρωτής πρόεδρος του Συμβουλίου Ασφαλείας της Ρωσικής Ομοσπονδίας και πρώην πρωθυπουργός, Ντμίτρι Μεντβέντεφ, την ώρα που ο Ρώσος πρόεδρος, Βλαντιμίρ Πούτιν, αρκέστηκε να του ευχηθεί να έχει «υγεία», ενώ σήμερα δήλωσε και έτοιμος να συνομιλήσει με τον Τζο Μπάιντεν άμεσα.

Η πλέον μετριοπαθής φωνή του Κρεμλίνου, ο Ντμίτρι Μεντβέντεφ, σε ερώτηση για το πώς ερμηνεύει τις σκληρές δηλώσεις Μπάιντεν κατά του Πούτιν, δήλωσε: «Συναντήθηκα με τον υφιστάμενο Πρόεδρο των ΗΠΑ, Τζο Μπάιντεν, σε διάφορες διεθνείς συναντήσεις. Μου έδωσε την εντύπωση ενός λογικού ατόμου τότε, ωστόσο, φαίνεται ότι ο χρόνος δεν ήταν ευγενικός απέναντί του».

πηγαίνοντας ένα βήμα παραπέρα, παρομοίασε την κατάσταση του Αμερικανού προέδρου με μια φράση του Φρόυντ, σύμφωνα με την οποία «τίποτα στη ζωή δεν είναι πιο ακριβό από την ασθένεια και την ηλιθιότητα»!

Να σημειωθεί πως ο Ντμίτρι Μεντβέντεφ είχε υποδεχτεί τον Τζο Μπάιντεν

(Συνέχεια σελ 2). 2)

### ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

|                                  |    |                                         |                |
|----------------------------------|----|-----------------------------------------|----------------|
| Πέτρος Φιλακουρίδης.....         | 2  | Χρήστος Μερεντίτης.....                 | 16, 17, 18, 19 |
| Γιάννης Φλώρος.....              | 3  | Νικόλαος Γάβαρης.....                   | 20             |
| Στήβ Θεοφάνους.....              | 4  | Παράταση σχολικής χρονιάς.....          | 21             |
| Χρήσιμες Υπηρεσίες.....          | 6  | Παγετώνες και η κλιματική αλλαγή..      | 22             |
| Αμερικής Ελπιδοφόρος.....        | 7  | Μια ταξιδιάρια Ελληνίδα.....            | 23             |
| Ιωάννα Βασιλακοπούλου.....       | 9  | Να γίνει επίσημη γλώσσα!.....           | 23             |
| Αυστηρό Lockdown στην Γαλία..... | 8  | Το μεγαλύτερο παγόβουνο.....            | 24             |
| Στην Μοσούλη ο Πάπας.....        | 8  | Η μεγάλη απειλή της συνδημίας.....      | 26             |
| μεγαλώστε έξυπνα παιδιά.....     | 11 | Κριτική σκέψη στο παιδί.....            | 28             |
| Μαργαρίτης Σχοινάς.....          | 12 | Χταπόδι σπιγάδο.....                    | 29             |
| 1 δις τόνοι τροφίμων!.....       | 13 | Ποτάμια Πλαστικού στην Δούναβη.....     | 29             |
| Επιτυχημένος γάμος.....          | 13 | Συμπύσματα μετά τον ιό!.....            | 30             |
| Επενδύει στην ηλεκτροκίνηση..... | 14 | Ανοσία της αγέλης.....                  | 30             |
| Το γέλιο κάνει καλό!.....        | 15 | Τα εμβόλια δεν εξαλείφουν την νόσο..... | 32             |

Ακούτε το ραδιόφωνό μας καθαρά από την ιστοσελίδα

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

Επίσης δοκιμάστε και την συχνότητα 99.1

# 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: Chris Merentitis  
Mavrokordatou 5 Ano Dafni, Athens 17235  
Phone:(011-30)-697-253-6645

### Contributing Editors

Chris Merentitis, Steve Theofanous, John Rekoumis,  
Kostas Rekoumis, K. Konstantinidis, Mariyana  
Spyropoulos, Maria Pappas, Nikos Gavaris, Dr. Stavros  
Basseas, Yiannis Floros CPA, Dr.Louis Palivos, Legal ad-  
visor.

Bulk Rate permit:14 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.**

## ΗΠΑ-Ρωσία : Ακριβές η ασθένεια και η ηλιθιότητα, το μήνυμα Μεντβέντεφ στον Μπάιντεν

στην κατοικία του, κοντά στη Μόσχα, στο παρελθόν.

Τότε, ο Μεντβέντεφ ήταν Πρόεδρος της Ρωσίας και ο Μπάιντεν αντιπρόεδρος των ΗΠΑ.

Υπενθυμίζεται ότι ο νέος... «ψυχρός πόλεμος» μεταξύ Ουάσιγκτον και Μόσχας ξεκίνησε όταν ο Μπάιντεν, σε συνέντευξή του στο ABC News, είπε ότι ο Πούτιν θα «πληρώσει το τίμημα» για υποτιθέμενη παρέμβαση στις προεδρικές εκλογές του 2020 στις ΗΠΑ και απάντησε καταφατικά σε ερώτηση για το αν θεωρεί «δολοφόνο» τον Ρώσο Πρόεδρο.

Η απάντηση Πούτιν σε Μπάιντεν και οι... ευχές

«Σε ό,τι αφορά τις δηλώσεις του Αμερικανού συναδέλφου μου. Τι θα του απαντούσα; Θα του έλεγα: Να είστε υγιής!» «Του εύχομαι υγεία», δήλωσε ο Ρώσος πρόεδρος Βλαντίμιρ Πούτιν, τονίζοντας ότι το λέει αυτό «χωρίς ειρωνεία, χωρίς αστεϊσμούς».

Ο Ρώσος πρόεδρος Βλαντίμιρ Πούτιν, απαντώντας σήμερα στον Αμερικανό ομόλογό του Τζο Μπάιντεν, ο οποίος χθες, Τετάρτη, στη συνέντευξή του στο αμερικανικό τηλεοπτικό δίκτυο ΑΒΓ τον χαρακτήρισε «φονιά», του ευχήθηκε υγεία.

«Σε ό,τι αφορά τις δηλώσεις του Αμερικανού συναδέλφου μου. Τι θα του απαντούσα; Θα του έλεγα: Να είστε υγιής!» «Του εύχομαι υγεία», δήλωσε ο Ρώσος πρόεδρος Βλαντίμιρ Πούτιν, τονίζοντας ότι το λέει αυτό «χωρίς ειρωνεία, χωρίς αστεϊσμούς».

Σε συνέντευξή του που μεταδόθηκε χθες από το αμερικανικό τηλεοπτικό δίκτυο ΑΒΓ, ο Μπάιντεν απάντησε «ναι», όταν ρωτήθηκε αν πιστεύει πως ο Πούτιν είναι φονιάς. Επίσης πρόσθεσε ότι ο Ρώσος πρόεδρος δεν έχει ψυχή και δεσμεύθηκε ότι θα πληρώσει το τίμημα για τη φερόμενη εμπλοκή της Μόσχας στις προεδρικές εκλογές του 2020 υπέρ του Ντόναλντ Τραμπ, κάτι που το Κρεμλίνο αρνείται.

Ο Ρώσος πρόεδρος δήλωσε επίσης ότι στο κατεστημένο των ΗΠΑ υπάρχουν πολλοί έντιμοι και σωστοί άνθρωποι και η Ρωσία θα βασιστεί σ' αυτούς.

Ο Πούτιν δήλωσε επίσης ότι η ηγεσία των ΗΠΑ επιθυμούν να έχουν σχέσεις με την Ρωσία μόνο με τους όρους της Ουάσιγκτον και η Ρωσία θα συνεργασθεί μόνο με όρους που είναι επωφελείς για την ίδια.

ΗΠΑ – Ρωσία : Γιατί ο Μπάιντεν κλιμακώνει την αντιπαράθεση με τον Πούτιν;

Η νέα αμερικανική κυβέρνηση είναι αποφασισμένη να κλιμακώσει την αντιπαράθεση με τη Ρωσία και σε σχέση με τα ζητήματα ανάμειξης στις εκλογές, επιμένοντας στη γραμμή του «Νέου Ψυχρού Πολέμου»

Οι καλύτερες «θεωρίας συνωμοσίας» είναι αυτές που εμπεριέχουν και κάποια στοιχεία πραγματικής συνωμοσίας. Αυτή η αρχή φαίνεται ότι κυριαρχεί στην αμερικανική εξωτερική πολιτική απέναντι στη Ρωσία ιδίως σε ό,τι αφορά την επικέντρωση στο ζήτημα της ρωσικής ανάμειξης στις αμερικανικές εκλογές του 2016 και του 2020.

Η πρόσφατη έκθεση του Εθνικού Συμβουλίου Πληροφοριών (National Intelligence Council), που επιμένει ότι υπήρξαν προσπάθειες της Ρωσίας

## Λόγια ζωής για σένα

# Η Κυριακή του Τελώνη και του Φαρισαίου

Οι συντάκτες του ελληνικού ημερολογίου, έβαλαν αρκετές Κυριακές με παραβολές του Ιησού Χριστού από την Καινή Διαθήκη. Στις 21 Φεβρουαρίου είναι η Κυριακή του Τελώνη και του Φαρισαίου. Φυσικά, η παραβολή αυτή



δεν εορτάζεται, εκτός αν το όνομά σου είναι Τελώνης ή Φαρισαίος, αλλά μελετάται, για να μας διδάξει πώς να περπατούμε στο δρόμο της ζωής. Σου συνιστώ να δώσεις 5 λεπτά από τον πολύτιμο χρόνο σου και να διαβάσεις προσεκτικά την παραβολή αυτή που βρίσκεται στο ιη, δηλαδή 18ο κεφάλαιο του Λουκά στην Καινή Διαθήκη. Τα λόγια του Ιησού Χριστού είναι τροφή στην ψυχή και οδηγούν κάθε άνθρωπο στο δρόμο του Θεού. Είναι λόγια ζωής και αλήθειας,

αψευδή και αλάνθαστα. Είναι η πρόνοια του Θεού στον άνθρωπο επί χιλιετηρίδες, πρόνοια που προμηθεύει πίστη στον Ιησού Χριστό, ο οποίος είναι η αλήθεια, η οδός και η ζωή. Λέγει ο Φαρισαίος στην παραβολή: «Ευχαριστώ σοι, Θεέ, ότι δεν είμαι καθώς οι λοιποί άνθρωποι, άρπαγες, άδικοι, μοιχοί, ή και καθώς ούτως ο τελώνης. Νηστεύω δις της εβδομάδος, αποδεκατίζω πάντα όσα έχω. Και ο τελώνης μακρόθεν ιστάμενος δεν ήθελεν ουδέ τους οφθαλμούς να υψώση εις τον ουρανόν, αλλ' έτυπεν εις το στήθος αυτού, λέγων, Ο Θεός, ιλάσθητί μοι τω αμαρτωλώ. Σας λέγω, Κατέβη ούτος εις τον οίκον αυτού δεδικαιωμένος μάλλον παρά εκείνος». Οι Φαρισαίοι, οι πιο θρήσκοι Εβραίοι, πίστευαν πως είναι οι εκλεκτότεροι απ' όλους τους ανθρώπους του πλανήτη, αλλά πάνω στην αγωνιώδη προσπάθεια επιδείξεως, υποκριτικά υπερηφανεύτηκαν, διότι έβλεπαν το νόμο του Θεού και όχι το Θεό που θέσπισε το νόμο. Επηρεασμένοι από την επίτευξη και τον συγκριτικό αγώνα της ζωής, έπαψαν να αγαπούν το Θεό και τον συνάνθρωπό τους, γι' αυτό ο Χριστός τους καυτηρίαζε δριμύτατα με τα πιο δυναμικά ουσά. Ο Χριστός που ανεχόταν όλους τους αμαρτωλούς, αλλά όχι την αμαρτία τους, δεν ανεχόταν την υποκρισία των θρήσκων Φαρισαίων. Ο Φαρισαίος λοιπόν, το πρώτο πρόσωπο της ιστορίας μας, με αδικαιολόγητο μίσος, με χυδαία λόγια και με αγένεια, κατηγορεί τον άγνωστο Τελώνη μέσα στον Ιερό ναό εν ώρα προσευχής. Το δεύτερο πρόσωπο της ιστορίας, ο Τελώνης, αναγνωρίζει την αμαρτία του και ζητάει χάρη και έλεος. Ο Ιησούς Χριστός, το τρίτο πρόσωπο της ιστορίας μας, είναι ο κριτής που μιλάει στο τέλος: Σας βεβαιώ ότι αυτός ο περιφρονημένος Τελώνης, κατέβηκε από το ιερό στο σπίτι του αθωωμένος και δίκαιος ενώπιον του Θεού και όχι ο θρήσκος Φαρισαίος. Ο Τελώνης δικαιώθηκε, ο Φαρισαίος κατακρίθηκε. Διότι όποιος υψώνει τον εαυτό του θα ταπεινωθεί από τον Θεό και θα κατακριθεί. Αυτός όμως που ταπεινώνει τον εαυτό του θα υψωθεί και θα τιμηθεί από τον Θεό.

Αν εκείνο το βράδυ και οι δύο έφευγαν από τη ζωή αυτή, ο Τελώνης θα ήταν ο συγχωρεμένος. Η αξία της παραβολής είναι ότι δεν μετράει το τί λέω εγώ για τον εαυτό μου, αλλά τί λέει ο Θεός που ξέρει την καρδιά μου και ακούει τα λόγια μου.

Η προσευχή μας είναι: Κύριε Ιησού Χριστέ αμάρτησα στη ζωή μου, συγχώρεσέ με και καθάρισέ με από την αμαρτία μου.

Στέλνουμε δωρεάν μια Καινή Διαθήκη σε όποιον το ζητήσει.

**Πέτρος Φιλακουρίδης**

**Τηλ. επικοινωνίας: 866 960 2140**

να επηρεάσει τις εκλογές του 2020 υπέρ του Τραμπ, κυρίως μέσα από τη διάδοση πληροφοριών για τις σχέσεις του Χάντερ Μπάιντεν, γιου του νέου αμερικανού προέδρου, με ουκρανικές εταιρείες, έκθεση που αποτέλεσε την αφορμή για νέα σκληρή επίθεση του Μπάιντεν στον Πούτιν, επανέφερε στο προσκήνιο το ζήτημα των ρωσικών αναμειξεων στην πολιτική ζωή των ΗΠΑ.

Υπενθυμίζουμε ότι το συγκεκριμένο ζήτημα είχε αποτελέσει βασικό ζήτημα αντιπαράθεσης στην περίοδο της εκλογής του Τραμπ στην προεδρία, με τους Δημοκρατικούς να υποστηρίζουν ότι η εκλογή του ήταν αποτέλεσμα ρωσικών παρεμβάσεων τόσο στην εκλογική διαδικασία όσο και στο πώς διαμορφώθηκε το προεκλογικό κλίμα, με τις κατηγορίες να εξαπολύονται ήδη πριν από τις εκλογές.

**Χάντερ Μπάιντεν**

Κομβική πλευρά των κατηγοριών και το «χακάρισμα» του ηλεκτρονικού ταχυδρομείου της Εθνικής Επιτροπής των Δημοκρατικών που είχε ως αποτέλεσμα τη διαρροή μηνυμάτων που δεν ήταν καθόλου κολακευτικά για την υποψηφιότητα της Χίλαρι Κλίντον, τόσο για τη σχέση της με μεγάλους χρηματοδότες όσο και για τον απαξιωτικό τρόπο με τον οποίο αναφέρονταν στον Μπέρνι Σάντερς.

Βέβαια, η τελική εκτίμηση της επιτροπής, που είχε ως επικεφαλής τον Robert Mueller, ήταν ότι ο ίδιος ο Τραμπ δεν συνωμότησε με τους Ρώσους για να κερδίσει τις εκλογές, όμως επεσήμανε ότι όντως η Ρωσία είχε προχωρήσει σε εκτεταμένες πρακτικές παρεμβάσεων σε σχέση με τις εκλογές.

Η πραγματικότητα και η κατασκευή της

Δεν υπάρχει αμφιβολία ότι στην εποχή του διαδικτύου οι έννοιες του σαμποτάζ, της κατασκοπίας και της προπαγάνδας μετασχηματίζονται. Το διαδίκτυο επιτρέπει πολύ κρίσιμες και εκτεταμένες παρεμβάσεις όχι μόνο συλλογής πληροφοριών αλλά και σαμποταρίσματος στρατηγικών υποδομών μέσω κακόβουλου λογισμικού. Ταυτόχρονα, διαμορφώνει το είδος παγκοσμιοποιημένης «δημόσιας σφαίρας» που διευκολύνει εύκολα την

ΗΠΑ-Ρωσία : Ακριβές η ασθένεια και η ηλιθιότητα, το μήνυμα Μεντβέντεφ στον Μπάιντεν

προπαγάνδα και επιτρέπει την ανάδυση νέων «παικτών» όπως π.χ. οι «φάρμες τρολ».

Είναι προφανές ότι τόσο η Ρωσία όσο και οι ΗΠΑ έχουν επιδοθεί σε διαφορετικές στιγμές σε εκτεταμένες επιχειρήσεις αυτού του είδους του «ανορθόδοξου» πολέμου. Τέτοιες πρακτικές προφανώς και δοκιμάστηκαν από τη Ρωσία στις παραμονές των αμερικανικών εκλογών του 2016, που φαίνεται ότι ανακάλυψε πιο έγκαιρα και πιο αποτελεσματικά τη δυναμική που έχουν τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, με τον ίδιο τρόπο που υπάρχει πλήθος υλικού για αμερικανικές παρεμβάσεις για τη «διαμόρφωση κλίματος» σε εκλογές εδώ και πολλές δεκαετίες.

Ωστόσο, στην πραγματικότητα δεν εξέλεξαν τον Τραμπ οι Ρώσοι, ούτε προφανώς είχαμε να κάνουμε στην περίπτωση του με κάποιον «υποψήφιο της Μαντζουρίας» για να θυμηθούμε την κλασική ταινία του 1962. Η εκλογή του Τραμπ έγινε σε ένα συγκεκριμένο πολιτικό και ιδεολογικό κλίμα και μπορεί να ερμηνευτεί στη βάση ιδιαίτερα βαθιών και πραγματικών διαιρέσεων της αμερικανικής κοινωνίας, με τον ίδιο τρόπο που είδαμε έναν διαφορετικό συσχετισμό σε αυτές τις διαιρέσεις να οδηγούν στην καθαρή νίκη του Τζο Μπάιντεν στις εκλογές του 2020.

Όμως, για ένα Δημοκρατικό Κόμμα ιδιαίτερα αμήχανο μετά την ήττα του 2016 και ήδη μετατοπισμένο περισσότερο και από τους Ρεπουμπλικάνους στη γραμμή του λεγόμενου «Νέου Ψυχρού Πολέμου», ιδίως μετά τα γεγονότα της Ουκρανίας και της Κριμαίας, η προσπάθεια να ταυτιστεί ο Τραμπ με μια ρωσική συνωμοσία φάνηκε να είναι η ευκαιρία για να ακυρωθεί ουσιαστικά το αποτέλεσμα των εκλογών του 2016. Αυτό μπορεί να εξηγήσει την ιδιαίτερη οξύτητα με την οποία επένδυσαν σε αυτό. Άλλωστε, ήξεραν ότι οι υπηρεσίες πληροφοριών, που ούτως ή άλλως ήταν προσανατολισμένες στην κλιμάκωση της σύγκρουσης με τη Ρωσία, κατά το δυνατό θα τροφοδοτούσαν με υλικό αυτή την αντιπαράθεση. Και αυτό μπορεί να εξηγήσει τη διαρκή ανακύκλωση αυτής της θεματικής.

**Οι εκλογές του 2020**  
Οι προειδοποιήσεις για ρωσική ανάμειξη στις εκλογές του 2020 είχαν ξεκινήσει από πολύ νωρίς. Ήδη από τις αρχές του 2020 αξιωματούχοι των υπηρεσιών πληροφοριών είχαν προειδοποιήσει ότι η Ρωσία θα προσπαθούσε να επηρεάσει το αποτέλεσμα των εκλογών προς την κατεύθυνση της επανεκλογής του Τραμπ. Αυτό έγινε ακόμη πιο έντονο στην τελική ευθεία των εκλογών, όταν υπήρξε και δημόσια εκτίμηση των υπηρεσιών για τέτοιου είδους ανάμειξη, ενώ προς το τέλος των εκλογών δόθηκε μεγάλη έμφαση και στην παρέμβαση του Ιράν στις εκλογές, βεβαίως στην αντίθετη κατεύθυνση από αυτή των Ρώσων, εφόσον ο Τραμπ κατεξοχήν υποστήριζε την πολιτικής της στοχοποίησης της Τεχεράνης, αν και υπογραμμίστηκε ότι μεγαλύτερη απειλή ήταν η Ρωσία.

**Τα πραγματικά επίδικα**  
Είναι προφανές ότι τα πραγματικά επίδικα της τρέχουσας αντιπαράθεσης ανάμεσα στις ΗΠΑ και τη Ρωσία υπερβαίνουν κατά πολύ το εάν και κατά πόσο η Ρωσία προσπαθεί να επηρεάσει τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης υπέρ ή κατά υποψηφίων, όπως και από το εάν οι ΗΠΑ και η Δύση προσπαθούν να στηρίξουν οποιαδήποτε εκδοχή αντιπολίτευσης στον Πούτιν. Υπερβαίνουν ακόμη και τις διαρκείς δοκιμές για τη δυνατότητα κάθε υπερδύναμης να θέσει εκτός λειτουργίας κρίσιμα τμήματα των υποδομών της άλλης, σε περίπτωση κλιμάκωσης της αντιπαράθεσης, άλλωστε ειδικά για τις ΗΠΑ η μεγαλύτερη ευαλωτότητα των υποδομών τους είναι μάλλον η εκτεταμένη ιδιωτικοποίηση, όπως φάνηκε με τις επιπτώσεις της πρόσφατης κακοκαιρίας στα ηλεκτρικά δίκτυα Πολιτειών όπως το Τέξας.

Είναι προφανές ότι πάμε σε έναν κόσμο πιο συγκρουσιακό και κατακερματισμένο. Οι ΗΠΑ δεν θεωρούν εδώ και αρκετό καιρό τη Ρωσία μια χώρα με την οποία θα μπορούσαν να συνυπάρχουν στο διεθνές πεδίο ή ακόμη και να συνεργάζονται. Πλέον αναφέρονται σε αυτήν ως «απειλή».

Όμως, αυτή η έννοια της «απειλής» χρειάζεται κάπως να τεκμηριώνεται, πέραν της απλής επίκλησης ότι έχει πυρηνικό οπλοστάσιο ή της διαρκούς αναφοράς στην Κριμαία, που μπορεί να προκαλεί ανησυχία σε χώρες της ευρωπαϊκής «διεύρυνσης» αλλά δύσκολα μπορούν να θεωρηθεί θρυσάλιδα μεγάλων ανατροπών, εκτός και εάν εκτιμήσουμε ότι η Ρωσία θα θελήσει να κάνει χερσαία επέλαση προς την Πολωνία ή τις χώρες της Βαλτικής, κάτι που μάλλον απέχει από την πραγματικότητα.

Προφανώς και η Ρωσία δεν επιθυμεί αμερικανική ανάμειξη στον Καύκασο και θέλει να διατηρήσει ρόλο ποψεσ βσολεσ αλλά προς το παρόν ενδιαφέρεται περισσότερο για την εξαγωγή πετρελαίου και φυσικού αερίου παρά για την εξύθιση των σχέσεων με τη Δύση στην κατεύθυνση πολεμικής σύγκρουσης. Ούτε μπορεί εύκολα να στοχοποιηθεί η στάση της Ρωσίας π.χ. στη Συρία, γιατί μπορεί οι ΗΠΑ να θεωρούν τον Άσαντ «δικτάτορα», την ίδια στιγμή έχουν παραδεχτεί ότι δύσκολα μπορεί να υπάρξει «αλλαγή καθεστώτος» εκεί.

Ακριβώς σε αυτό το σημείο η επίμονη αναφορά αμερικανών αξιωματούχων, πολιτικών αλλά και στελεχών των υπηρεσιών πληροφοριών, στη δυνατότητα της Ρωσίας να επηρεάσει και πλήξει, έστω και διαδικτυακά, τις ΗΠΑ στο ίδιο τους το έδαφος έχει τη χρησιμότητα να δίνει σχήμα σε μια άμεση απειλή και να μπορεί να υποστηρίξει τη γραμμή της κλιμάκωσης της αμερικανορωσικής αντιπαράθεσης σε όλα τα επίπεδα. Προσφέρει, δηλαδή, μια ισχυρή νομιμοποίηση σε ένα φάσμα επιθετικών πολιτικών, επιτρέπει την ανακύκλωση ρητορικών τρόπων που μπορεί να έχουν αφετηρία την εποχή του Ψυχρού Πολέμου και τη «συστημική» αντιπαράθεση με τη Σοβιετική Ένωση αλλά μπορούν ακόμη να έχουν απήχηση σε σημαντική μερίδα της αμερικανικής κοινωνίας και βεβαίως επιτρέπουν τη διαρκή πίεση προς την υπόλοιπη Δύση για να συμπορευτεί σε αυτή τη γραμμή του «Νέου Ψυχρού Πολέμου» ακόμη και όταν αυτός μπορεί να έχει άμεσες αρνητικές επιπτώσεις στους συμμάχους των ΗΠΑ, αν κρίνουμε από την αντιπαράθεση π.χ. για τον αγωγό Nord Stream 2. (Συνέχεια σελ. 4)

ZOUZIAS | FLOROS & ASSOCIATES

Αλλαγές στη φορολογία που σας αφορούν



Το νέο πακέτο μέτρων για τον Κορωνοϊό που υπέγραψε ο Μπάιντεν περιλαμβάνει και μία νέα πληρωμή για τους περισσότερους Αμερικάνους. Για να λάβετε τα λεφτά αυτά θα πρέπει το εισόδημα σας να μην ξεπερνάει τις 80 χιλιάδες αν είστε ελεύθερος και τις 160 χιλιάδες για παντρεμένα ζευγάρια. Το ποσό είναι \$1,400 για τον καθένα, συμπεριλαμβανομένων και όλων των προσ-ατευόμενων μελών (δεπεξεδευτ) χωρίς το όριο ηλικίας των 17 ετών που ίσχυε τις προηγούμενες φορές.

Μετά από ένα δύσκολο χρόνο για όλους τους Αμερικάνους πολίτες και σε συνδυασμό με τις αλλαγές τις τελευταίες στιγμής στους φορολογικούς νόμους. Το IRS έδωσε παράταση στην προθεσμία υποβολής των φορολογικών δηλώσεων μέχρι τις 17 Μαΐου. Αλλαγές όπως το αφορολόγητο για τις πρώτες 10 χιλιάδες από το ταμείο ανεργίας δεν έχουν προλάβει ακόμα να τις εντάξουν στις φορολογικές φόρμες. Οι οδηγίες του IRS για το συγκεκριμένο θέμα είναι ότι όσοι δεν έχουν υποβάλει ακόμα τις δηλώσεις τους να περιμένουν και όσοι τις υποβάλλανε να μην τις ακυρώσουν ακόμα, μέχρι να ολοκληρωθούν όλα τα διαδικαστικά ζητήματα σχετικά με τις αλλαγές αυτές.

Για τις μικρομεσαίες επιχειρήσεις, η πιο σημαντική αλλαγή είναι ότι θα χορηγήσουν νέα κεφάλαια στο SBA. Ο σκοπός είναι να δοθούν καινούργια δάνεια και η δημιουργία ενός στοχευμένου προγράμματος βοήθειας για επιχειρήσεις εστίασης. Οι λεπτομέρειες για το τρόπο διανομής των χρημάτων δεν είναι ακόμα γνωστός και θα σας ενημερώσουμε σχετικά στο επόμενο μας άρθρο.

Email: [yianni@zftax.com](mailto:yianni@zftax.com) Phone (773)631-2990  
Yiannis Floros, CPA, Ektoras Kanellis, EA,  
Louie C. Zouzias, EA-RTRP  
5460 N. Milwaukee Ave., Chicago, IL 60630  
PHONE: (773) 631-2990



## ΑΚΛΟΝΗΤΗ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ

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

## Ξέρεις πώς να ακούς τον άντρα σου /τη γυναίκα σου όταν μιλάει;



Είναι πολύ σημαντικό να αναπτύξουμε κατάλληλες ικανότητες για να ακούμε τον άντρα μας / τη γυναίκα μας ανάλογα με το στυλ του / της. Υπάρχουν διαφορετικές "προσωπικότητες" επικοινωνίας που σε βοηθάνε να ακούς καλύτερα. Για παράδειγμα, ίσως ο άνθρωπος που παντρεύτηκε να διηγείται με λεπτομέρειες. Δε λέει απλά ένα περιστατικό, αλλά ολόκληρο το γεγονός. Λεπτομέρειες που φαίνονται περιττές σε σένα για τον άλλον είναι σημαντικές. Και νομίζει ότι δεν τον /την ακούς χωρίς τις λεπτομέρειες. Αν λοιπόν δεν έχεις χρόνο για λεπτομέρειες, ζήτησε αν μπορείτε να το συζητήσετε όταν θα έχεις χρόνο να τις ακούσεις. Και όταν μιλάτε σ' αυτό το άτομο, να δίνετε όσες λεπτομέρειες μπορείτε και να προσπαθείτε να μην εκνευρίζετε αν ζητάει περισσότερες.

**Μήπως μπορεί να σε βοηθήσει να καταλάβεις καλύτερα τον άντρα σου / τη γυναίκα σου αν καταλάβεις τους διάφορους τύπους μάθησης;**

Η συγγραφέας Γςζυθια Φμισιθ Υοβιατ έγραψε ένα βιβλίο που βοηθάει γονείς και εκπαιδευτικούς να καταλάβουν τα παιδιά. Λέγεται *Ο Τρόπος Που Μαθαίνουν*. Οι απόψεις της σχετικά με τους τύπους μάθησης μπορεί να βοηθήσει και τους συζύγους που προσπαθούν να καταλάβουν ο ένας τον άλλον καλύτερα. Ο πρώτος τύπος μάθησης είναι Συγκεκριμένος με Λογική σειρά. Τα άτομα που ανήκουν στον τύπο αυτό αγαπούν την οργάνωση και ακολουθούν μία λογική τάξη. Τους αρέσει το σύστημα και η ρουτίνα, και παίρνουν το καθετί κατά γράμμα. Ο δεύτερος τύπος είναι Συγκεκριμένος αλλά Χωρίς καμία σειρά. Τα άτομα αυτά λειτουργούν με διορατικότητα και με το ένστικτο. Δεν τους αρέσουν οι περιορισμοί και η ρουτίνα.

Μήπως δεν ανταποκρίνεται σωστά στα καθήκοντά σου ως γονέας;

Οι γονείς έχουν την πιο σπουδαία δουλειά στον κόσμο: να μεγαλώσουν τα παιδιά τους σωστά. Αλλά για να το πετύχουν αυτό πρέπει να ξέρουν τι δεν πρέπει να κάνουν. Γιαυτό παραθέτουμε μερικούς επικίνδυνους τρόπους που πρέπει να αποφύγουν οι γονείς. Πρώτα, πρώτα, μη γίνεσαι "φιλαράκι" γονέας. Αυτού του τύπου οι γονείς ενδιαφέρονται περισσότερο να γίνουν ένας φίλος του παιδιού τους παρά προστάτης, προμηθευτής και καθοδηγητής του. Δεύτερον, μην είσαι γονέας πολυάσχολος που δεν έχει χρόνο να ασχοληθεί με το παιδί του. Αυτοί οι γονείς καταβάλλουν κάθε προσπάθεια να πετύχουν στην καριέρα τους, και δεν τους μένει χρόνος ή ενέργεια να ασχοληθούν με τη ζωή των παιδιών τους. Τέλος, μη γίνεσαι γονέας που θέλει τα παιδιά του να πραγματοποιήσουν τις φιλοδοξίες του. Αυτού του τύπου οι γονείς καταπιέζουν τα παιδιά τους να γίνουν τέλεια και προσπαθούν να ελέγχουν ολοκληρωτικά τη ζωή τους.

**Είσαι οπλισμένος/η και έτοιμος /η να εξολοθρεύσεις μερικά πράγματα που καταστρέφουν το γάμο σου;**

Μερικά θηρία που επιτίθενται στο γάμο έρχονται απ' έξω. Αλλά, τις πιο πολλές φορές τα θηρία που κυριολεκτικά σκοτώνουν το γάμο έρχονται μέσα από την ίδια τη σχέση. Είναι αυτά που τα ονομάζω "φονείς του γάμου." Για να σε βοηθήσουμε να πολεμήσεις αυτούς τους εχθρούς στο γάμο σου, είναι σημαντικό να μάθεις ποιοι είναι και μετά να μάθεις πώς να τους εξοντώσεις. Ο πρώτος φονιάς του γάμου είναι η σύγκριση. Όταν συγκρίνεις το γάμο σου με το γάμο κάποιου άλλου ζευγαριού το μόνο που πετυχαίνεις είναι να δημιουργείς εξωπραγματικές προσδοκίες για σένα και για το σύντροφό σου. Κι αν επειδή εξωτερικά ο γάμος κάποιου άλλου φαίνεται καλός, δε σημαίνει ότι είναι μια χαρά πίσω από τις κλειστές πόρτες τους. Ο δεύτερος φονιάς του γάμου είναι η κακόβουλη κριτική. Μικρές προσβολές και ταπεινώσεις μετατρέπονται σε μεγάλα προβλήματα.

**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 Θεοφάνους

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

**WWW.THECHICAGOGREEKHOURS.COM**

## Ο έλληνας επιστήμονας του Perseverance



Ο βραβευμένος αεροδυναμικός μηχανικός της NASA δρ Ιωάννης Μικελλίδης μιλάει για την πολυσυζητημένη νέα αποστολή στον Αρη.

Ο Ιωάννης (Γιάνγκος) Μικελλίδης έχει πολλές επιστημονικές καινοτομίες και επιτυχίες στο ενεργητικό του, σε τομείς όπως είναι η ηλεκτρική και προηγμένη διαστημική προώθηση, η αεροδυναμική των πλανητικών ρόβερ (ρομπωτικών οχημάτων), οι αστροφυσικές ροές και τα βιολογικά αερολύματα.

Το 2010 έλυσε ένα από τα πιο μακροχρόνια προβλήματα των ηλεκτρικών διαστημικών προωθητήρων, γεγονός που αύξησε σημαντικά την απόδοση αυτών των κατασκευών και επέτρεψε την ανάπτυξη πολλών διαστημικών αποστολών.

Το 2011 τού απονεμήθηκε το μετάλλιο της NASA για εξαιρετικό Μηχανικό Επίτευγμα (Exceptional Engineering Achievement), ενώ έχει αναπτύξει και δύο μεγάλης κλίμακας φυσικούς κώδικες πλάσματος που χρησιμοποιούνται για χρόνια από την αμερικανική Υπηρεσία Αεροναυπηγικής και Διαστήματος για την πιστοποίηση ικανότητας πτήσης των ηλεκτρικών προωθητών της.

η Ντιάνα Καρτσαγκούλη συνομιλήσε με τον διακεκριμένο επιστήμονα που εργάζεται μεταξύ άλλων για το project του Perseverance, το οποίο αυτή τη στιγμή βρίσκεται στην επιφάνεια του πλανήτη Αρη προκειμένου να συλλέξει αποδείξεις για την ύπαρξη ζωής εκεί πριν από δισεκατομμύρια χρόνια και καταγράφει την αξιολογη πορεία του και τις απόψεις του σχετικά με τη σημασία που έχει για την ανθρωπότητα η εξερεύνηση του Διαστήματος και για τα εφόδια που πρέπει να διαθέτει κάποιος προκειμένου να γίνει λαμπρός επιστήμονας.

"...making it a little easier to tackle the hard stuff!"

**TOUGH TALK TOPICS**  
& Successful Strategies:

- Anti-Bullying
- Substance Abuse
- Peer Pressure
- Suicide Prevention
- Character Building
- Finding Your Purpose
- Helping Others

**TOUGH TALK MISSION**

I want my true story to inspire, educate, and motivate young people. I am passionate about the importance of self-discovery, developing resilience in tough times and the satisfaction one receives in performing deliberate acts of kindness.

**TOUGH TALK AUDIENCES**

- Jr. & High School Assemblies
- Church and Temple Youth Groups
- Youth Athletic Groups
- And more!

**Steve Koliopoulos**  
949.436.0772

**TOUGH talk for TOUGH times**  
gentlemansteve.com

Gentleman Steve  
NOW BOOKING  
for 2020 -2021

Αγοροπωλησίες Οικιών Με Ένα Κτηματομεσιτικό Γραφείο Της Εμπιστοσύνης Σας

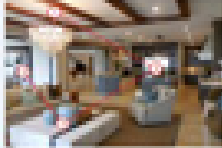
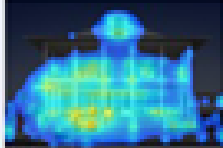
Η DoradoLux ιδρύθηκε με μοναδικό σκοπό να διασφαλίσει την εύρεση της ιδανικής σας κατοικίας. Θα είμαστε μαζί σας για να σας καθοδηγήσουμε και να σας συμβουλευόμαστε σε κάθε βήμα αγοροπωλησίας της οικίας σας.

Συνεργαζόμαστε με την #1 εταιρεία ακινήτων στη χώρα, την Keller-Williams, και χρησιμοποιούμε τις τελευταίες τεχνολογίες στον τομέα μας με αναλύσεις που πληρούν τα κριτήρια αναζήτησης σας. Βασίζομαστε στην πολυετή εμπειρία μας και στη σχέση εμπιστοσύνης με τους πελάτες μας.

Καλώς ήλθατε στη DoradoLux, εκεί που θα νιώσετε σαν στο σπίτι σας!

**ΔΩΡΕΑΝ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ**  
**ΤΗΣ ΤΙΜΗΣ ΤΗΣ ΚΑΤΟΙΚΙΑΣ ΣΑΣ**  
Βασισμένη στα πιο πρόσφατα δεδομένα της αγοράς στην περιοχή σας

**ΔΩΡΕΑΝ ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΑΝΑΛΥΣΗΣ ΚΑΤΟΙΚΙΑΣ**  
Δείτε αυτό που βλέπουν οι άλλοι σε 3-5 δευτερόλεπτα



Επικοινωνήστε σήμερα με  
τη **Μαρία Χρυσού!**  
**224-475-4636**  
[info@doradolux.com](mailto:info@doradolux.com)  
[www.doradolux.com](http://www.doradolux.com)



Αγορές & Πωλήσεις Ακινήτων | Ανάλυση Αγοράς | Επενδύσεις

Ραντεβού στην Αγκυρα με αστερίσκους τον Απρίλιο

«Πιστεύουμε στις σχέσεις και σε επίπεδο ηγεσίας, και στην επίσκεψη του Νίκου Δένδια θα εξετάσουμε και τη συνάντηση του πρωθυπουργού Μητσοτάκη με τον πρόεδρό μας Ερντογάν», είπε χθες ο Μεβλούτ Τσαβούσογλου .

Στη δυνατότητα σταθεροποίησης των διαύλων επικοινωνίας ανάμεσα στην Αθήνα και στην Αγκυρα επικεντρώνεται η ελληνική πλευρά, έπειτα από το διήμερο των ελληνοτουρκικών επαφών, διερευνητικών και πολιτικών διαβουλεύσεων. Αυτό είναι και το νόημα της συγκρατημένης κατάφασης των Αθηνών για υπό αίρεση συνάντηση ανάμεσα στους δύο υπουργούς Εξωτερικών Νίκο Δένδια και Μεβλούτ Τσαβούσογλου στην Αγκυρα, στις 14 Απριλίου.

Διπλωματικές πηγές ανέφεραν χθες ότι ο γ.γ. του υπουργείου Εξωτερικών Θεμιστοκλής Δεμίρης μετέφερε στον Τούρκο υφυπουργό Εξωτερικών Σεντάτ Ονάλ ότι ο κ. Δένδιας έκανε δεκτή, κατ' αρχήν, την πρόσκληση του Τούρκου ομολόγου, να μεταβεί στην Αγκυρα στις 14 Απριλίου, εφόσον, όμως, επικρατούν οι κατάλληλες συνθήκες, ώστε να συναντήσει τον Μεβλούτ Τσαβούσογλου. Εκ μέρους της ελληνικής πλευράς η

αιρεσιμότητα εστιάζεται κατά κύριο λόγο στην απουσία προκλήσεων επί του πεδίου. Κατά τη διάρκεια των χθεσινών πολιτικών διαβουλεύσεων, τέθηκε σειρά ζητημάτων από την Τουρκία, τα οποία εστιάζονται στην άποψη της Αγκυρας για την οργάνωση ΖΕΥΟ (Γκιουλέν), που παρεμπιπτόντως δεν είναι παράνομη στην Ελλάδα, αλλά και σε ζητήματα που αφορούν τη μουσουλμανική μειονότητα. Σύμφωνα με πληροφορίες, τέθηκαν και ζητήματα διμερή, όπως η πανδημία και το μεταναστευτικό.

Από την τουρκική πλευρά, η συνάντηση Δένδια – Τσαβούσογλου αντιμετωπίστηκε περίπου ως δεδομένη. Ο κ. Τσαβούσογλου είπε, μάλιστα, χθες ότι ο κ. Δένδιας θα επισκεφθεί την Αγκυρα και ίσως αργότερα «σε κάποια κατάλληλη στιγμή» να επισκεφθεί και ο Τούρκος υπουργός Εξωτερικών την Ελλάδα. «Πιστεύουμε στις

σχέσεις και σε επίπεδο ηγεσίας και στην επίσκεψη του Νίκου Δένδια θα εξετάσουμε και τη συνάντηση του πρωθυπουργού Μητσοτάκη με τον πρόεδρό μας Ερντογάν», σημείωσε, μεταξύ άλλων, ο κ. Τσαβούσογλου. Ο υπουργός Εξωτερικών της Τουρκίας επισήμανε, ωστόσο, ότι «στο θέμα της Ανατολικής Μεσογείου, η Τουρκία έχει δείξει τη στάση της με ξεκάθαρο τρόπο και στο πεδίο και στο τραπέζι. Εμείς από την αρχή λέμε δίκαιη μοιρασιά στην Ανατολική Μεσόγειο».

Την ίδια στιγμή, πάντως, η Αθήνα συνεχίζει τις επαφές με άλλους περιφερειακούς παίκτες. Χθες, συγκεκριμένα, ο πρωθυπουργός Κυριάκος Μητσοτάκης είχε τηλεφωνική επι-κοινωνία με τον πρόεδρο

της Αιγύπτου Αμπντέλ Φατάχ αλ Σίσι, με τον οποίο συζήτησαν τις εξαιρετικές διμερείς σχέσεις μεταξύ των δύο χωρών, καθώς και τις περιφερειακές εξελίξεις. Στην καρδιά της συζήτησης βρέθηκε η Λιβύη. Σημειώνεται, τέλος, ότι την παράταση της επιχείρησης «Ισιξ» για την επιβολή του εμπάργκο όπλων του ΟΗΕ στη Λιβύη για τα δύο χρόνια (έως τα τέλη Μαρτίου του 2023) θα αποφασίσει το Ευρωπαϊκό Συμβούλιο την ερχόμενη εβδομάδα.

Όπως αναφέρουν αρμόδιοι αξιωματούχοι,

μιλώντας για «πραγματικά, χειροπιαστά αποτελέσματα» της επιχείρησης, από τον περασμένο Απρίλιο η «Ισιξ» έχει προχωρήσει σε περισσότερες από 2.300 επαφές αναγνώρισης και ταυτοποίησης (θαιμιξήτ) πλοίων και έχει επιθεωρήσει οκτώ από αυτά. Οι ίδιοι αξιωματούχοι σημείωσαν ότι θα ήταν επιθυμητή η ανανέωση των διευθετήσεων συνεργασίας που υπήρχαν μεταξύ του ΝΑΤΟ με την πρόδρομο της «Ισιξ» (επιχείρηση «Τοζια»). Σχετικά με το γεγονός ότι η Αγκυρα μπλοκάρει τη συνεργασία αυτή, ανέφεραν ότι, ως μέλος του ΟΗΕ, η Τουρκία έχει καθήκον να συνεργαστεί με μια επιχείρηση που εφαρμόζει εμπάργκο του Οργανισμού.



# ΧΡΗΣΙΜΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ

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

METROPOLIS OF CHICAGO  
1301 ESTES AVE. STE H1  
ELK GROCE VILLAGE, IL. 60007 PHONE: (847)-264-8360

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. FR. TOM DE MEDEIROS

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.  
FR. CHRIS MIHALOPOULOS

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 Αλzheimer

\* 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

# Αμερικής Ελπιδοφόρος: Λύση στα προβλήματα δύο ιδρυμάτων της Ομογένειας



Τη διατήρηση αλώβητης της ακαδημαϊκής και εκπαιδευτικής ταυτότητας του Ελληνικού Κολεγίου και της Θεολογικής Σχολής του Τιμίου Σταυρού, στη Βοστώνη, πέτυχε ο Αρχιεπίσκοπος Αμερικής Ελπιδοφόρος, καθώς τα δύο πανεπιστημιακά ιδρύματα δεν τελούν πλέον υπό καθεστώς επιτήρησης και εξακολουθούν να αποτελούν εγκεκριμένα και πιστοποιημένα πανεπιστήμια.

Οι ακαδημαϊκές, διοικητικές και οικονομικές αστοχίες του παρελθόντος είχαν οδηγήσει τα δυναμικά και κραταιά ακαδημαϊκά ιδρύματα σε αδιέξοδο και ο κίνδυνος απώλειας της δυνατότητας να απονέμουν τίτλους σπουδών ήταν πλέον ορατός. Για αυτό, άλλωστε, και η επαναβεβαίωση από την Επιτροπή για την Ανώτατη Εκπαίδευση στις πολιτείες της Νέας Αγγλίας της πλήρους ακαδημαϊκής αναγνώρισης των δύο ιδρυμάτων αποτέλεσε ένα από τα μεγάλα στοιχήματα που έθεσε ο Αρχιεπίσκοπος Ελπιδοφόρος άμα τη αναλήψει των ποιμαντικών καθηκόντων του στις Ηνωμένες Πολιτείες Αμερικής.

Σε μηνύματα του στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, ο Αρχιεπίσκοπος Ελπιδοφόρος σημείωσε ότι η καρδιά του πλημμύρισε από χαρά στο άκουσμα της απόφασης της αρμόδιας επιτροπής των πολιτειών της Νέας Αγγλίας που ήρε την ένταξη τόσο του Ελληνικού Κολεγίου όσο και της Θεολογικής Σχολής του Τιμίου Σταυρού σε καθεστώς ακαδημαϊκής επιτήρησης, επιβεβαιώνοντας την επίτευξη της πλήρους διοικητικής, οργανωτικής, οικονομικής και ακαδημαϊκής ανασυγκρότησής τους.

Ο Προκαθήμενος της Εκκλησίας μας στην Αμερική ευχαρίστησε ιδιαίτερα τον πρόεδρο της Θεολογικής Σχολής και του Ελληνικού Κολεγίου, Γεώργιο Καντόνη, ενώ παράλληλα υπογράμμισε τον κομβικό του ρόλο για την επίτευξη του κορυφαίου αυτού στόχου χάρη στις υπηρεσίες που προσέφερε από την πρώτη στιγμή που ανέλαβε τα καθήκοντά του, την αφοσίωση του και τις άοκνες προσπάθειές του. Ταυτόχρονα, ευχαρίστησε το Συμβούλιο των Επιτρόπων των δύο ακαδημαϊκών ιδρυμάτων, την ηγεσία του Σώματος των 100 και όλους τους υποστηρικτές και δωρητές των σχολών, οι οποίοι με τη συνεισφορά τους βοήθησαν τα μέγιστα στην επίτευξη της διαφύλαξης της ακαδημαϊκής ακεραιότητάς τους, ώστε να συνεχίσουν να προσφέρουν σπουδές υψηλού κύρους και αριστείας προς όφελος της ελληνοαμερικανικής Ομογένειας και των μελλοντικών, κληρικών και λαϊκών, στελεχών της Αρχιεπισκοπής Αμερικής.

Ιδιαίτερη μνεία έκανε ο Αρχιεπίσκοπος Αμερικής στον πρωθυπουργό, Κυριάκο Μητσοτάκη, ο οποίος από την πρώτη στιγμή επένδυσε στο μέλλον του Ελληνισμού των ΗΠΑ με την απόφασή του να στηρίζει έμπρακτα με δύο εκατ. ευρώ ετήσια επιχορήγηση τη Θεολογική Σχολή του Τιμίου Σταυρού στη Βοστώνη, ένα ίδρυμα κρίσιμης σημασίας για το αύριο της Ομογένειας.

Από την πλευρά του, ο πρόεδρος των δύο ακαδημαϊκών ιδρυμάτων, ο οποίος ανέλαβε τα καθήκοντά του τον Σεπτέμβριο του 2019, υπογράμμισε ότι η επαναβεβαίωση του ακαδημαϊκού καθεστώτος τους οφείλεται στην αφοσίωση και τις επιμελείς προσπάθειες του αφοσιωμένου εκπαιδευτικού, διοικητικού και υπαλληλικού προσωπικού, ενώ ευχαρίστησε τον Αρχιεπίσκοπο Ελπιδοφόρο, επικεφαλής του Διοικητικού Συμβουλίου, τον αντιπρόεδρο πρωτοπρεσβύτερο π. Ιωάννη Μαγκουλιά, και όλα τα μέλη του ΔΣ των σχολών που πίστεψαν και υποστήριξαν την όλη προσπάθεια ανασυγκρότησής τους.

**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 F M**

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

# Μέρκελ : Μήνυμα στον Ερντογάν για σεβασμό του Διεθνούς Δικαίου στη Μεσόγειο

Τηλεδιάσκεψη είχε σήμερα η Άγκελα Μέρκελ με τον Ταγίπ Ερντογάν, κατά την οποία χαιρέτισε την εξαγγελία για έναρξη ανεπίσημων συνομιλιών



για το Κυπριακό, υπό την διαμεσολάβηση των Ηνωμένων Εθνών  
«Μόνο με τον διάλογο και στη βάση του Διεθνούς Δικαίου» μπορούν να επιλυθούν τα διαφιλονικούμενα θέματα στην Ανατολική Μεσόγειο, τόνισε η Γερμανίδα Καγκελάριας, Άνγκελα

Μέρκελ, κατά τη διάρκεια τηλεδιάσκεψης που είχε νωρίτερα απόψε με τον Πρόεδρο της Τουρκίας, Ταγίπ Ερντογάν, ενώ χαιρέτισε την εξαγγελία για έναρξη, σύντομα, ανεπίσημων συνομιλιών για το Κυπριακό, υπό τη διαμεσολάβηση των Ηνωμένων Εθνών.

Σύμφωνα με ανακοίνωση του κυβερνητικού εκπροσώπου, Στέφεν Ζάιμπερτ, κατά τη διάρκεια της τηλεδιάσκεψης, συζητήθηκαν ακόμη περιφερειακά ζητήματα, καθώς και η εξέλιξη της πανδημίας του κορωνοϊού.

«Η Καγκελάριας τόνισε ότι τα διαφιλονικούμενα θέματα στην Ανατολική Μεσόγειο μπορούν να επιλυθούν μόνο με τον διάλογο και στη βάση του Διεθνούς Δικαίου.

Σε ό,τι αφορά το Κυπριακό, η Καγκελάριας χαιρέτισε την εξαγγελία για έναρξη, σύντομα, ανεπίσημων συνομιλιών υπό την διαμεσολάβηση των Ηνωμένων Εθνών», αναφέρει στην ανακοίνωσή του ο κ. Ζάιμπερτ και καταλήγει επισημαίνοντας ότι η κυρία Μέρκελ και ο κ. Ερντογάν «συμφώνησαν ότι ο εν εξελίξει σχηματισμός κυβέρνησης στην Λιβύη υπό τον Αμπντουλχαμίτ Ντμπεϊμπί χρειάζεται την πλήρη στήριξη τόσο εντός όσο και εκτός της Λιβύης».

Χθες, πάντως, η Άγκελα Μέρκελ είχε τηλεδιάσκεψη με τον Πρόεδρο της Κυπριακής Δημοκρατίας, Νίκο Αναστασιάδη, κατά την οποία εξέφρασε την «πλήρη στήριξή» της στις προσπάθειες των Ηνωμένων Εθνών για την επίλυση του Κυπριακού, στις συνομιλίες που έχουν προγραμματιστεί για το τέλος Απριλίου.

«Εκεί θα πρέπει να διερευνηθεί μια κοινή βάση για διαπραγματεύσεις προς επίλυση του Κυπριακού. Για να επιτευχθεί αυτό, είναι απαραίτητο ανοιχτό πνεύμα, διάθεση συμβιβασμού και από τις δύο πλευρές, προκειμένου να επιτευχθεί πρόοδος», υπογράμμισε η Καγκελάριας.

## GOODWELL BROKERS

GOODWELL BROKERS.COM R  
JOHN HOBITAKIS (847) 510-5753



Θέλετε να αγοράσετε ή να πουλήσετε ένα σπίτι ή ένα κτίριο; καλέστε τότε τον Γιάννη Χομπιτάκη από την Goodwell Brokers, Real Estate, έναν κτηματομεσίτη από το 2004. Με πωλήσεις άνω των 10 εκατομμυρίων δολαρίων, η εμπειρία του θα σας βοηθήσει να πάρετε τις καλύτερες προσφορές. Έχει πολύ ανταγωνιστικές τιμές, κατανοεί πώς να συνεργάζεται με δικηγόρους, τραπεζίτες και εκτιμητές. Έχει πτυχίο στα οικονομικά και θέλει να μείνετε ικανοποιημένοι για να ξανασυνεργαστείτε μαζί του και να τον παραπέμψετε και στους φίλους σας. John Hobitakis, Goodwell Brokers, Real Estate, phone: (847) 510-5753.

## Αυστηρό lockdown ενός μήνα στη Γαλλία



Την επιβολή αυστηρού lockdown διάρκειας ενός μήνα στο Παρίσι και άλλες περιοχές της χώρας ανακοίνωσε ο Γάλλος πρωθυπουργός ύστερα από τις αστοχίες στην επάρκεια των εμβολίων αλλά και την δραματική εξάπλωση των ιδιαίτερα μεταδοτικών μεταλλάξεων.

Ο Ζαν Καστέξ δήλωσε ότι οι αυστηρότεροι περιορισμοί έρχονται ως αποτέλεσμα μίας ξεκάθαρης επιτάχυνσης στην εξάπλωση του κορωνοϊού, με τη χώρα να βρίσκεται πλέον στη μέγγενη του τρίτου κύματος.

Είναι η στιγμή να προχωρήσουμε με ακόμη πιο απαιτητικούς περιορισμούς όπου τα πράγματα είναι πιο σοβαρά», δήλωσε ο Καστέξ.

Το μογλδοψέ θα επιβληθεί στις 16 πλέον πληττόμενες περιοχές, συμπεριλαμβανομένων των Παρισίων και των προαστίων, καθώς επίσης και στα βόρεια τμήματα της χώρας.

Τίθεται δε σε ισχύ από τα μεσάνυχτα της Παρασκευής.

Τα σχολεία θα παραμείνουν ανοικτά και οι πολίτες θα μπορούν να ασκούνται σε εξωτερικούς χώρους σε ακτίνα 10 χιλ. από τα σπίτια τους.

Κάτοικοι διαμένοντες στις περιοχές του μογλδοψέ δεν θα επιτρέπεται να ταξιδέψουν σε άλλες περιοχές της χώρας χωρίς λόγο εκτάκτου ανάγκης.

Τα καταστήματα με τα αναγκαία προϊόντα, μεταξύ αυτών τα βιβλιοπωλεία, θα παραμείνουν ανοικτά και οι εξωτερικές δραστηριότητες θα επιτρέπονται σε ακτίνα 10 χιλιομέτρων, ωστόσο οι μετακινήσεις μεταξύ των περιφερειών θα απαγορεύονται. Ο Ζαν Καστέξ ανακοίνωσε, επίσης, ότι η απαγόρευση της κυκλοφορίας σε ολόκληρη τη χώρα θα ξεκινά μία ώρα νωρίτερα, στις 20.00 το βράδυ ώρα Ελλάδας.

## Στην κατεστραμμένη από τους τζιχαντιστές Μοσούλη ο Πάπας



Ο πάπας Φραγκίσκος έφθασε σήμερα στη Μοσούλη για να προσευχηθεί στην πόλη αυτή του βόρειου Ιράκ που ήταν κάποτε προπύργιο του Ισλαμικού Κράτους και ο πληθυσμός της έχει τώρα αποδεκατισθεί, ενώ οι Χριστιανοί αριθμούν πλέον εκεί λίγες δεκάδες οικογένειες.

Ο 84χρονος ποντίφικας έφθασε με ελικόπτερο από τη γειτονική Αρμπίλ κατά την τρίτη ημέρα της ιστορικής περιοδείας του στο Ιράκ.

Το ταξίδι του Φραγκίσκου είναι η πρώτη παπική επίσκεψη στο Ιράκ, όπου κήρυξε τη συνύπαρξη και ζήτησε να τεθεί τέλος στη βία που ασκείται στο όνομα της θρησκείας.

Πέντε ιρακινά ελικόπτερα συνόδευσαν τον ποντίφικα στην επίσκεψή του στη Μοσούλη. Στη συνέχεια ο προκαθήμενος της ρωμαιοκαθολικής εκκλησίας έφθασε με τεθωρακισμένο αυτοκίνητο στα ερείπια μιας χιλιετούς εκκλησίας στην καρδιά της Μοσούλης, στην Πλατεία της Εκκλησίας, όπου θα προσευχηθεί για τα θύματα του πολέμου.

Ιρακινοί ιερείς υποδέχθηκαν τον πάπα και σημαίες του Ιράκ και του Βατικανού κυματίζουν στο κέντρο της Μοσούλης.



**Έφτασε στην Πόλη μας το εκλεκτό και ξακουσμένο λάδι Αχλαδοκάμπου. Θα το βρήτε στα Ελληνικά καταστήματα τροφίμων σε διάφορα μεγέθη, σε μπουκάλια μέχρι ένα λίτρο και σε μεταλικά δοχεία των τριών και δέκα επτά λίτρων. Σας το προσφέρει η εταιρία Achladokampos Olive Oil Company με τηλέφωνο επικοινωνίας (312) 885-9404. Visit us at [achlaco.com](http://achlaco.com).**

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

# Η ΕΝΑΡΞΗ ΤΗΣ ΣΑΡΑΚΟΣΤΗΣ ΕΦΤΑΣΕ



Ήρθε η ώρα να γίνει καθαρή πνευματική και σωματική. Όταν σκεφτόμαστε την νηστεία στην σύγχρονη Ορθόδοξη Εκκλησία, το μυαλό μας σχεδόν αμέσως τείνει να πάει στους εκκλησιαστικούς κανόνες σχετικά με νηστήσιμα και αρτύσιμα είδη διατροφής. Αυτός ο τρόπος σκέψης συνδέεται ιδιαίτερα με την Μεγάλη και Αγία Τεσσαρακοστή, την πλέον μακρύτερη και σημαντικότερη νηστεία της εκκλησίας. Άρα, όταν πρόκειται για αυτήν την σαρανταήμερη νηστεία, υπάρχουν μερικοί που θα στρέψουν την προσοχή τους σχεδόν αποκλειστικά στο πότε πρέπει να απέχουν από τι, ποια συγκεκριμένα τρόφιμα πρέπει να αποφεύγουν ποιες μέρες, και ποιες είναι οι οδηγίες της Εκκλησίας σε σχέση με τα γαλακτοκομικά η λαδερά, η αλάδωτα φαγητά.

Ας δούμε κάποια σαρακοστιανά εδέσματα τα οποία καθιστούν τη νηστεία λαχταριστή και σε σημείο να προσμένεις τη Σαρακοστή. Λαγάνα, ταραμοσαλάτα, όσπρια, λαχανικά, θαλασσινά, χαλβάς είναι κάποια από τα εδέσματα που έχουν τη τιμητική τους. Παρότι όμως είναι νηστήσιμα... θα πρέπει να οριοθετήσουμε με κάποιο τρόπο τις τροφές αυτές για την αποφυγή ανεπιθύμητων αποτελεσμάτων στο σώμα μας.

\* Ταραμάς: Πηγή πολλών βιταμινών όπως Α και Δ, μαγνησίου και ψευδαργύρου, σημαντικών για την υγεία μας, όταν τον τρώμε βέβαια σε μικρές ποσότητες. Είναι καλό είναι να προτιμήσουμε τον λευκό ταραμά ο οποίος είναι πιο υγιεινός από τον ροζ και δεν περιέχει χρωστικές ουσίες. Μπορούμε να παρασκευάσουμε την αγαπημένη μας ταραμοσαλάτα με υλικά της επιλογή μας αντί να την αγοράσουμε από τα ράφια του σούπερ μάρκετ.

\* Όσον αφορά τον τόσο εύγευστο χαλβά, θα πρέπει να προτιμήσουμε για λόγους υγείας, χαλβά παρασκευασμένο με το αγαπημένο μας ταχίνι. Είναι προτιμότερο να αγοράσουμε χαλβά συσκευασμένο, ο οποίος είναι πιο ασφαλής από τον χύμα, γιατί η τελευταία περίπτωση εγκυμονεί κινδύνους, όπως η αλλοίωση στη γεύση καθώς δε μπορούμε να ελέγξουμε και την ημερομηνία λήξης του προϊόντος αυτού. Να σημειωθεί βέβαια ότι ο χαλβάς είναι πλούσιος σε θρεπτικά στοιχεία όπως βιταμίνες Ε που βελτιώνουν το καρδιαγγειακό σύστημα και του συμπλέγματος Β, ως πηγή μονοακόρεστων λιπαρών οξέων.

\* Λαγάνα με την ελάχιστη ζύμη, την ξεροψημένη κόρα και το υπέροχο σουσάμι...! Επίσης θα προτιμήσουμε να φτιάξουμε τη δική μας από το να την προμηθευτούμε από κάποιο μαγαζί. Εάν ωστόσο δεν έχουμε τη δυνατότητα αυτή, θα προτιμήσουμε λαγάνα από το φούρνο της γειτονιάς μας. Καλό είναι να ελέγξουμε την ποσότητα της λαγάνας που θα καταναλώσουμε, δεδομένου ότι αποτελεί ψωμί και πολλές φορές δε μπορούμε να το ελέγξουμε και το τρώμε σε υπερβολική ποσότητα. Ωστόσο η υπερβολική ποσότητα είναι ανεπιθύμητη καθώς είναι πηγή υδατανθράκων και ασβεστίου λόγω του σουσαμιού. Ειδικά οι θερμίδες εκτοξεύονται όταν συνοδεύονται από τον ταραμά.

\* Τα αγαπημένα μας θαλασσινά, έχουν επίσης την τιμητική τους στο Σαρακοστιανό τραπέζι! Αποτελούν πηγές πρωτεϊνών υψηλής βιολογικής αξίας βιταμινών του συμπλέγματος Β που συμβάλλουν στη λειτουργία της μνήμης. Είναι επίσης πλούσια σε ασβέστιο, φώσφορο, ψευδάργυρο, ιώδιο, σελήνιο και Ω-3 λιπαρά οξέα (απαραίτητα για τη λειτουργία της καρδιάς και του νευρικού συστήματος). Όμως, θα πρέπει να τα επιλέξουμε προσεκτικά καθώς είναι ευπαθή και επικίνδυνα. Η οσμή, η όψη τους και το βάρος τους είναι χαρακτηριστικά με τα οποία θα κρίνουμε την καταλληλότητά τους.

### TIPS για να μην επιβαρυνθούμε με έξτρα θερμίδες

- Θα προτιμήσουμε θαλασσινά μαγειρεμένα με ψητό τρόπο και όχι στην κατσαρόλα συνοδευόμενα από σάλτσες.
  - Θα ξεκινήσουμε το γεύμα μας με σαλάτες εποχής ώστε να αποφύγουμε τη μεγάλη ποσότητα φαγητού.
  - Θα καταναλώσουμε μικρή ποσότητα ταραμά, δεδομένου ότι περιέχει ποσότητα αλατιού με αποτέλεσμα να εκτοξεύει την αρτηριακή πίεση.
  - Θα προσέξουμε το μέγεθος του χαλβά να αναλογεί στο μέγεθος ενός σπιρτόκουτου.
  - Θα ελέγξουμε το ελαιόλαδο. Το ιδανικό είναι μία έως δύο κουταλιές της σούπας για κάθε μερίδα.
- Κατανοούμε την υπέροχη γεύση των αναφερθέντων εδεσμάτων που πρωταγωνιστούν στο σαρακοστιανό τραπέζι μας, αλλά θυμηθείτε ότι το μέτρο πρέπει να είναι σύμμαχός μας, προκειμένου να μην παρατηρήσουμε αλλαγές στο σωματικό μας βάρος.

Καλή Σαρακοστή!!!



## Πan Arcadian Federation of America ΠΑΝΑΡΚΑΔΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΑΜΕΡΙΚΗΣ

Founded in New York 1931  
MIDWEST DISTRICT - ΚΥΒΕΡΝΕΙΟ ΜΕΣΟΔΥΤΙΚΗΣ ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΣ  
880 N. York Road, Elmhurst, IL 60126 \* Phone (630) 833-1900 - Fax (630) 833-1956  
e-mail [info@panarcadian.org](mailto:info@panarcadian.org) - <http://www.panarcadian.org>

### ΓΝΩΣΤΟΠΟΙΗΣΗ

#### 2018-2020 OFFICERS

TED STAMISON  
Governor  
(630) 506-0096

KOSTAS LABRAKIS  
1<sup>st</sup> Lt. Governor  
[klabrakis@aol.com](mailto:klabrakis@aol.com)  
(847) 708-1111

PETE KANDALFAS  
2<sup>nd</sup> Lt. Governor  
[petekandalfas@aol.com](mailto:petekandalfas@aol.com)  
(815) 436-8583

JOANNE ANAGNOST  
Secretary  
[jannag111@gmail.com](mailto:jannag111@gmail.com)  
(708) 420-7235

ATHENA LYKOURENTZOS  
Asst. Secretary  
[athena.lykourentzos@aol.com](mailto:athena.lykourentzos@aol.com)  
(630) 464-1061

DEMETRIOS GAVRILOS  
Treasurer  
(312) 486-0205

MARYANNE CACIAS  
Legal Advisor  
(630) 501-4168

EVANGELIA SOUROUNIS  
Youth Director  
[evangeliaof@gmail.com](mailto:evangeliaof@gmail.com)

#### BOARD OF TRUSTEES

CHRISTOS KOSTAKIS  
Chairman  
(630) 238-1748

PETE KALDIS  
Vice Chairman  
(708) 655-4882

DR. JOHN C. SARANTOPOULOS  
Past Governor/Trustee

TASSOS GIANIKOPOULOS  
Past Governor/Trustee

ANDREAS KARABETOS  
Trustee

WILLIAM PANAGIOTPOULOS  
Trustee

CHRISTOS SOTOS  
Trustee

LITSA STAVRAKOS  
Trustee

#### ADJUTANT COMMITTEE

ANDY COSTAS  
ANGELO CHRISTOFILIS

Η Μεσοδυτική Περιφέρεια της Παναρκαδικής Ομοσπονδίας Αμερικής, σας γνωστοποιεί ότι έχει ένα κτίριο προς ενοικίαση. Η διεύθυνση είναι 880 North York Road, Elmhurst, IL 60126.

Το κτίριο είναι τριώροφο.

- Ο πρώτος όροφος στεγάζει τα γραφεία μας και τα γραφεία της Μητέρας Παναρκαδικής Ομοσπονδίας.
- Ο δεύτερος και ο τρίτος όροφος είναι προς ενοικίαση.

Το κτίριο είναι πανέμορφο και ευρίσκεται σε ωραία τοποθεσία. Η πόλις Elmhurst είναι μια από τις πλουσιότερες του Ιλลินόις. Ευρίσκεται σε επίκεντρο μέρος από όλα τα σημεία. Είναι πλησίον σε μεγάλους δρόμους και επίσης πλησίον στο αεροδρόμιο.

Μερικές ατέλειες που είχε, τις φτιάχνουμε τώρα όπως ανελευστήρα και νέα αποχωρητήρια.

Το κτίριο είναι κατάλληλο για όλα τα επαγγέλματα, και ιδιαίτερα για ιατρούς, δικηγόρους, ασφαλιστές, λογιστές, μηχανικούς, αρχιτέκτονες κ.τ.λ.

Το ενοίκιο θα είναι χαμηλό σε σύγκριση με το τι ζητούν σε άλλα κτίρια.

Όποιος γίνει ενοικιαστής μας θα βοηθηθεί πάρα πολύ από τα μέλη της Παναρκαδικής.

Για περισσότερες πληροφορίες τηλεφωνήστε στον κυβερνήτη Ταξιάρχη Σταματόπουλο/Ted Stamison στο 630.306.0006 ή στον Πίτερ Καλδή/Peter Kaldis στο 708.655.4882 ή στο γραφείο της Παναρκαδικής στο 630.833.1900.

Μετά τιμής,

*Ted Stamison*

Ταξιάρχης Σταματόπουλος  
Ted Stamison

TA/αχ



## ΜΗΝΥΜΑ ΖΩΗΣ

**“ΜΕΣΑ ΣΤΗ ΜΑΧΗ”.** Υπάρχουν θαυμάσια παραδείγματα στην ιστορία του Ελληνικού Έθνους που κρύβουν σπουδαία μηνύματα για μας. Ένα από αυτά αναφέρεται στον Γιώργο Καραϊσκάκη. Κάποια στιγμή που η πατρίδα είχε την ανάγκη του, διορίστηκε αρχιστράτηγος του τότε στρατού. Οι άλλοι καπετάνιοι και οπλαρχηγοί ζήτησαν τη θέση του. Τότε, ο Καραϊσκάκης, αν και ήταν άρρωστος, ανέβηκε στο αλογό του και ρίχτηκε στη μάχη του Φαλήρου, λέγοντας πως οι τίτλοι και τα αρχηγιλίκια **κερδίζονται στη μάχη!** Αγwonίστηκε για την πατρίδα και σ’ αυτή τη μάχη σκοτώθηκε! Πάνω απ’ όλα, το ανώτερο παράδειγμα θυσίας και αγάπης είναι ο Ιησούς Χριστός. Ήρθε ταπεινός, γεννήθηκε στη Βηθλεέμ από την παρθένο Μαρία μέσα σ’ ένα στάβλο. Οι θρησκευτικοί ηγέτες τον συκοφάντησαν και στο τέλος με μια ψεύτικη δίκη, τον καταδίκασαν σε θάνατο. Ο Ιησούς Χριστός ήρθε με μοναδικό σκοπό να πεθάνει για τις αμαρτίες όλου του κόσμου. Επάνω στο σταυρό έγινε η μεγαλύτερη μάχη όλων των αιώνων. Εκεί επάνω, ο Γιός του Θεού πλήρωσε όλο το χρέος μας και ο θάνατος του έγινε η ζωή μας. Ο χειρότερος εχθρός μας, ο θάνατος νικήθηκε! **Δόξα, δόξα, δόξα, χίλιες φορές δόξα στο τρισευλογημένο Του όνομα!**

Αν θέλεις ΔΩΡΕΑΝ το ΕΥΑΓΓΕΛΙΟ αναγνωρισμένο από το Πατριαρχείο Κων/πόλεως και το DVD με τη ζωή και τα πάθη του Χριστού Τηλεφώνησε στο **630-709-2343**



# ***Ridgewood Memorial Park***

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

***9900 N. Milwaukee Ave. Des Plaines, Il. 60016***

***Phone: (847) 903-2630 Direct (847) 375-8230***



***Georgia Kostopoulou-Mermigis***

***Οι δυσκολίες της Τρίτης Ηλικίας είναι πολλές και οι επιβαρύνσεις της υγείας πιο μεγάλες. Στο Νεκροταφείο Ridgewood Memorial Park, η Georgia Mermigis, που μιλάει απταίστως Ελληνικά, μπορεί να σας βοηθήσει να προσχεδιάσετε όλα τα σχετικά με το αναπόφευκτο σε όλα τα 42 Dignity Νεκροταφεία του Ιλλινόϊς έτσι ώστε τα παιδιά σας να μην χρειαστεί να επιβαρυνθούν περαιτέρω, όταν το μοιραίο συμβεί. Τηλεφωνείστε της Τζώρτζιας 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.***



# Μεγαλώστε έξυπνα παιδιά

Οι συμβουλές που θα σας βοηθήσουν να κάνετε τα παιδιά σας ακόμη πιο έξυπνα

Τα ερεθίσματα που λαμβάνει το παιδί καθώς μεγαλώνει παίζουν καθοριστικό ρόλο στην ανάπτυξη του εγκεφάλου του. Έτσι, η ανάπτυξη του εγκεφάλου του παιδιού συμβαίνει σε αντιστοιχία με τις εμπειρίες που του προσφέρει το περιβάλλον του. Ό, τι βλέπει, ακούει και βιώνει το παιδί γίνεται μέρος της νοημοσύνης του.

Ως γονείς λοιπόν επηρεάζετε τη νοημοσύνη των παιδιών σας όχι μόνο με τα γονίδια σας, αλλά και με τον τρόπο που τα μεγαλώνετε. Οι παρακάτω συμβουλές θα σας βοηθήσουν να κάνετε τα παιδιά σας ακόμη πιο έξυπνα.

## \*Αλληλεπιδράστε με τα παιδιά σας

Οι ειδικοί υποστηρίζουν ότι τα παιδιά που μεγαλώνουν σε ένα περιβάλλον με αγάπη, αγκαλιά και παιχνίδι έχουν πολύ καλύτερη πνευματική ανάπτυξη, συγκριτικά με εκείνα που δεν λαμβάνουν πολλή προσοχή και αγάπη από το σπίτι τους.

Φροντίστε λοιπόν να δείχνετε με κάθε ευκαιρία την αγάπη σας στα παιδιά σας και να αφιερώνετε χρόνο για να συζητήσετε μαζί τους. Καθώς συζητάτε, ακούστε προσεκτικά όσα σας λένε και μη βιαστείτε να τους δώσετε πρόχειρες απαντήσεις. Με αυτόν τον τρόπο δίνετε στα παιδιά να καταλάβουν ότι είναι σημαντικά για εσάς και παράλληλα τα μαθαίνετε να επικοινωνούν σωστά και να κοινωνικοποιούνται.

## \*Ενθαρρύνετε το διάβασμα βιβλίων

Το διάβασμα εξωσχολικών βιβλίων εμπλουτίζει το λεξιλόγιο των παιδιών και εξάπτει τη φαντασία τους, ενώ παράλληλα τα βοηθά να κατανοούν καλύτερα τα συναισθήματα των άλλων ανθρώπων.

Αντί να περνάτε χρόνο ως οικογένεια βλέποντας μόνο τηλεόραση,

καλλιεργήστε μια κουλτούρα διαβάσματος στο σπίτι σας, δίνοντας εσείς το καλό παράδειγμα. Μην ξεχνάτε ότι για τα παιδιά σας είστε το πρώτο και πιο καθοριστικό πρότυπο. Αυτό σημαίνει ότι ένα παιδί που μεγαλώνει με γονείς που αγαπούν το διάβασμα, είναι πιο πιθανό να ακολουθήσει και το ίδιο αυτή τη συνήθεια.

## \*Δώστε στο παιχνίδι τη σημασία που του αξίζει

Το παιχνίδι είναι ζωτικής σημασίας για την πλήρη ανάπτυξη των παιδιών, καθώς είναι ο πιο σημαντικός τρόπος μάθησης για αυτά. Τους επιτρέπει να εκφράζουν τη δημιουργικότητά τους, να αναπτύσσουν τη φαντασία και τις δεξιότητές τους, συμβάλλοντας έτσι στη γνωστική, σωματική, κοινωνική και συναισθηματική ανάπτυξή τους.

Στο πλαίσιο ενός παιχνιδιού, τα παιδιά συνειδητοποιούν ότι δεν είναι πάντα εύκολο να πετύχουν τους στόχους τους. Καταλαβαίνουν ότι ίσως υπάρχει κάποιο πρόβλημα που πρέπει να επιλυθεί και ότι πρέπει να εξασκηθούν και να βελτιώσουν τις δεξιότητες που είναι απαραίτητες για την επίτευξη του στόχου τους. Παράλληλα, το παιχνίδι προωθεί τη συναισθηματική και αισθητηριακή – κινητική ανάπτυξη των παιδιών.

## \*Βάλτε τη μουσική στην καθημερινότητά σας

Η ακρόαση μουσικής ενισχύει την ικανότητα συγκέντρωσης και μάθησης, ενώ η εκμάθηση μουσικών οργάνων θα βοηθήσει τα παιδιά σας να οξύνουν τη σκέψη τους.

Μάλιστα, σχετική έρευνα στο «Journal of Neuroscience», διαπίστωσε ότι τα παιδιά που μαθαίνουν ένα μουσικό όργανο πριν την ηλικία των 7 ετών, εμφανίζουν διαφορετικές δομές στον εγκέφαλό τους, με αποτέλεσμα να έχουν καλύτερο συγχρονισμό των κινήσεών τους.



**MARIA PAPPAS**  
COOK COUNTY TREASURER

[cookcountytreasurer.com](http://cookcountytreasurer.com)

**Enter your street address:**

- **Pay** your First Installment property taxes online
  - ☐ No late fee through **May 3, 2021**
- Search **\$76 million** in available refunds
- Make sure you're not missing out on **\$46 million** in available exemptions
- See if your property is on the **Tax Sale List**

# Μαργαρίτης Σχοινάς: Γιατί είμαι αισιόδοξος για την Ελλάδα



Στα πάνω από 30 χρόνια τριβής μου με την ευρωπαϊκή πολιτική, βρέθηκα συχνά αντιμέτωπος με την κυριαρχία των απαισιόδοξων που επενδύουν με ευκολία στο «δεν θα τα καταφέρουμε», στη συστηματική καταστροφολογία και στην αυτομαστίγωση. Αυτή η διανοητική επικυριαρχία των απαισιόδοξων όχι μόνο δυσκολεύει την παραγωγή και την υπεράσπιση των ευρωπαϊκών πολιτικών, αλλά επιμολύνει και τον εθνικό πολιτικό διάλογο, ιδιαίτερα σε καιρούς κρίσης.

Αντιστάθηκα πάντα στη σχολή σκέψης της απαισιοδοξίας με τη δύναμη των επιχειρημάτων που προσφέρει η ικανότητα της Ευρώπης να παραγάγει κοινές λύσεις στην κοινωνία, εκεί που ζει ο πολίτης τα προβλήματά του, όχι στα τραπέζια των υγιεινών σαλόνιων των αναλυτών.

Βρέθηκα την περασμένη εβδομάδα για τέσσερις μέρες στην Ελλάδα και αισθάνθηκα ακόμη μια φορά το γιατί η αισιοδοξία της δράσης είναι ανώτερη από την απαισιοδοξία της ανάλυσης.

Συνομίλησα με τον πρωθυπουργό, υπουργούς και κρατικούς αξιωματούχους, αντάλλαξα απόψεις με βουλευτές από όλες τις πτέρυγες της Εθνικής Αντιπροσωπείας, συζήτησα με απλούς ανθρώπους, επισκέφθηκα ακριτικά νησιά, κέντρα εμβολιασμού και δομές μεταναστών. Το συμπέρασμα, αβίαστο: Εχουμε κάθε λόγο να είμαστε αισιόδοχοι για την ευρωπαϊκή Ελλάδα, ιδιαίτερα αυτή την εμβληματική χρονιά, 200 χρόνια από την Εθνική Παλιγγενεσία και 40 χρόνια από την ένταξη της χώρας στην Ενωμένη Ευρώπη. Σε καίρια ευρωπαϊκά εργοτάξια που συνδέονται άμεσα με τη διαχείριση της πανδημίας η Ελλάδα προβάλλει με τη σοβαρότητα ενός στιβαρού ευρωπαϊκού παίκτη.

Στο πεδίο της αντιμετώπισης της πανδημίας η Ελλάδα «τρέχει» ένα από τα πιο επιτυχημένα εθνικά σχέδια εμβολιασμού σε όλη την Ε.Ε. Τα εθνικά συστήματα παιδείας και υγείας αντέχουν στην πρωτοφανή πίεση με επάρκεια για χώρα με το μέγεθος και τις υποδομές της. Η ευρωπαϊκή στήριξη σε όλο το εύρος της υγειονομικής διαχείρισης –από τα εμβόλια έως τις κινητές ομάδες υγείας και τον ιατροτεχνολογικό εξοπλισμό–, σύμβολο της Ευρώπης που προστατεύει.

Αντίστοιχη εικόνα προκύπτει και στη διαχείριση του μεταναστευτικού. Με τη μείωση των ροών και τη ραγδαία αποσυμφόρηση στα νησιά (από 50.000 πριν από δύο χρόνια σε 12.000 σήμερα) έχουμε τώρα την ευκαιρία να προετοιμαστούμε για κάθε μελλοντικό ενδεχόμενο με νέες, ευρωπαϊκού τύπου δομές –πλήρως χρηματοδοτούμενες από την Ε.Ε.– που κατασκευάζονται ταχύτατα. Μετά το θαύμα του Εβρου, η ευρωπαϊκή φύλαξη των συνόρων είναι πια πραγματικότητα, με δυνάμεις και μέσα του Frontex ανεπτυγμένα στα χερσαία και θαλάσσια σύνορά μας. Οι συζητήσεις για το νέο Σύμφωνο Αλληλεγγύης προχωρούν ικανοποιητικά.

Τέλος, το ελληνικό προσχέδιο του Εθνικού Σχεδίου Ανάκαμψης, που θα ενεργοποιήσει τους πρωτοφανείς πόρους του ομώνυμου Ταμείου, δικαίως χαρακτηρίστηκε ως υπόδειγμα για άλλους. Κι αυτό γιατί δεν στοχεύει απλώς στο εύκολο χρήμα, αλλά προτείνει μια επαναδιατάξη του οικονομικού προτύπου της χώρας, προσαρμόζοντάς το στην πράσινη και ψηφιακή μετάβαση. Καλύπτει μάλιστα με επάρκεια την ανάγκη για επένδυση στις δεξιότητες και την επείγουσα και δικαιολογημένη προτεραιότητα για χρηματοδότηση του ιδιωτικού τομέα.

Τι μας λένε όλα αυτά;

Πρώτον, ότι έπειτα από 40 χρόνια ένταξης στις ευρωπαϊκές δομές η Ελλάδα αφήνει πίσω της την εποχή της αφέλειας και της ανασφάλειας, κερδίζοντας με το σπαθί της την είσοδο στην εποχή της ωριμότητας και της αυτοπεποίθησης. Δεύτερον, ότι η κοινωνία που γαλβανίστηκε στην πυρά της οικονομικής κρίσης αντιδρά στις τωρινές εξαιρετικές συνθήκες με ψυχραιμία, συνοχή, αλληλεγγύη και υπευθυνότητα. Ούτε οι θερμόαιμοι με τα κλομπ ούτε όσοι επιζητούν την «εξαρχαιοποίηση» της Αθήνας μπορούν να απειλήσουν αυτές τις κατακτήσεις μας. Τρίτον, η χώρα μας έχει καταφέρει όχι απλώς να συμμετέχει, αλλά και να πρωταγωνιστεί στις ευρωπαϊκές εξελίξεις, όπως έδειξε η μετατροπή της ελληνικής πρωτοβουλίας για τα πιστοποιητικά εμβολιασμών από πρόταση σε αποφάσεις, και μάλιστα σε χρόνο ρεκόρ.

Για όλα αυτά είμαι αισιόδοξος για την Ελλάδα. Αλλά αισιοδοξία σε καμία περίπτωση δεν πρέπει να σημαίνει επανάπαυση ή εφησυχασμός. Εχουμε ακόμη πολύ και δύσκολο δρόμο μπροστά μας. Τώρα όμως πατάμε γερά τα πόδια μας κι ο θόρυβος των απαισιόδοξων δεν μπορεί να σκεπάσει τα βήματά μας προς τα εμπρός.

## ΕΔΩ ΓΕΛΑΝΕ



# Σχεδόν 1 δισ. τόνοι τροφίμων σπαταλώνται ετησίως



«Εάν η ποσότητα των τροφίμων που πετάμε στα σκουπίδια κάθε χρόνο ήταν χώρα, θα ήταν η τρίτη κατά σειράν με τις υψηλότερες εκπομπές αερίων του θερμοκηπίου». Με αυτή την πρόταση ξεκινάει ο Οργανισμός Περιβάλλοντος του ΟΗΕ την πρώτη έκθεσή του για την παγκόσμια σπατάλη τροφίμων. Σύμφωνα με τα στοιχεία της έκθεσης, που δόθηκε προ ημερών στη δημοσίωσή, το 17% της παγκόσμιας παραγωγής τροφίμων, συγκεκριμένα 931 εκατ. τόνοι, πετιούνται κάθε χρόνο στα σκουπίδια, με τους 569 εκατ. τόνους να προέρχονται από τα νοικοκυριά (61%), τους 244 από τα εστιατόρια και τις υπηρεσίες επισιτισμού (26%) και τους 118 εκατ. τόνους από το λιανεμπόριο (13%).

Η χώρα μας είναι μεταξύ των χωρών με την υψηλότερη κατά κεφαλήν ετήσια σπατάλη τροφίμων, συγκεκριμένα με 142 κιλά, όταν ο παγκόσμιος μέσος όρος είναι 74 κιλά.

Στην Ευρώπη κατέχουμε την αρνητική πρωτιά. Στη δεύτερη χειρότερη θέση βρίσκεται η Μάλτα με 129 κιλά και στην τρίτη η Ουγγαρία με 94 κιλά, ενώ ακολουθούν το Λουξεμβούργο με 90 κιλά και η Γαλλία με 85. Συνολικά στη χώρα μας πετιούνται κάθε χρόνο στα σκουπίδια 1,484 εκατ. τόνοι τροφίμων, περίπου όσοι στη Ρουμανία που έχει διπλάσιο πληθυσμό (αλλά 70 κιλά κατά κεφαλήν σπατάλη τροφίμων). Στην Πορτογαλία, χώρα με τον ίδιο περίπου πληθυσμό, πετιούνται 860.000 τόνοι (84 κιλά κατά κεφαλήν).

Στην Ευρώπη οι χώρες με τη μικρότερη σπατάλη τροφίμων είναι η Ρωσία με 33 κιλά, η Σλοβενία με 34, η Αυστρία με 39, το Βέλγιο και η Ολλανδία με 50 και η Ιρλανδία με 55 κιλά κατά κεφαλήν σπατάλη τροφίμων.

Τα στοιχεία της έκθεσης καταρρίπτουν παλαιότερες μετρήσεις, οι οποίες έδειχναν ότι η σπατάλη τροφίμων συνδέεται σε ευθεία αναλογία με τον βαθμό ανάπτυξης των χωρών. Όσο πιο πλούσια είναι μια χώρα τόσο πιο πολλά τρόφιμα πετάει στα σκουπίδια, πιστεύαμε. Κάτι το οποίο δεν επιβεβαιώνεται στην παρούσα έκθεση, η οποία αντίθετα αποκαλύπτει ότι η κατά κεφαλήν απόρριψη τροφίμων είναι παρόμοια σε χώρες με υψηλό, μεσαίο και χαμηλό εισόδημα, αποδεικνύοντας ότι το πρόβλημα είναι παγκόσμιο. Για παράδειγμα 71 κιλά είναι η ετήσια κατά κεφαλήν σπατάλη τροφίμων στο Χονγκ Κονγκ, στο Μακάο, στη Νότια Κορέα, στο Ιράν, στις Μαλδίβες, στην Ελβετία, στο Λιχτενστάιν, στο Μονακό, στην Τσεχία, στη Σλοβακία, στην Αργεντινή, στην Κολομβία, στην Κούβα, στον Ισημερινό, στην Τζαμάικα, στη Γουατεμάλα, στην Παραγουάη, στη Βενεζουέλα.

Η σπατάλη είναι ανεξάρτητη από το κατά κεφαλήν εισόδημα, αν και στις αναπτυσσόμενες χώρες συνδέεται με τις δυσκολίες στην παραγωγή, συντήρηση και μεταφορά τροφίμων. Συγκεκριμένα, αν στην Ελλάδα κάθε άτομο πετάει 142 κιλά τροφίμων τον χρόνο, στη Νιγηρία πετάει 189, στη Ρουάντα 164, στο Μπαχρέιν 132, στο Ιράκ 120, στην Αυστραλία 102, στο Ισραήλ 100, στο Μεξικό 94.

Σε απόλυτους αριθμούς, τις μεγαλύτερες ποσότητες τροφίμων απορρίπτουν, όπως είναι αναμενόμενο, οι δύο χώρες με πληθυσμό άνω του ενός δισεκατομμυρίου κατοίκων. Η Κίνα απορρίπτει περίπου 91,6 εκατ. τόνους τροφίμων ετησίως, ενώ η Ινδία 68,8 εκατ. τόνους. Οι ΗΠΑ είναι λίγο πιο κάτω στην κατάταξη με 19,4 εκατ. τόνους πεταμένων τροφίμων, ενώ στην Ευρώπη, η Γερμανία, η Γαλλία, το Ηνωμένο Βασίλειο και η Ιταλία πετάνε κάθε χρόνο στα σκουπίδια αντιστοίχως 6,3, 5,5, 5,2 και 4,1 εκατ. τόνους.

Η σειρά αλλάζει εντελώς όταν η κατάταξη των παραπάνω χωρών συντάσσεται με βάση την κατά κεφαλήν απόρριψη τροφίμων. Ετσι, στην Ινδία καταγράφονται 50 κιλά, στις ΗΠΑ 59, στην Κίνα 64, στην Ιταλία 67, στη Γερμανία 75, στο Ηνωμένο Βασίλειο 77 και στη Γαλλία 85.

## Πόροι, χρόνος, χρήματα

Η σπατάλη τροφίμων είναι σπατάλη πόρων, χρόνου και χρήματος. Τα τρόφιμα που απορρίπτονται συγκεντρώνουν όλα τα αρνητικά της παραγωγής τροφίμων χωρίς κανένα από τα οφέλη της για τον άνθρωπο.

Τα τρόφιμα που απορρίπτονται οξύνουν το επισιτιστικό πρόβλημα, επιβαρύνουν τα συστήματα διαχείρισης απορριμμάτων, ενώ η παραγωγή τους ασκεί πιέσεις στη βιοποικιλότητα και στα οικοσυστήματα, συμβάλλει στην κλιματική αλλαγή. Υπολογίζεται ότι το 8%-10% των παγκόσμιων εκπομπών αερίων του θερμοκηπίου αφορά τρόφιμα που δεν καταναλώνονται. Επίσης, ενώ περίπου ένα δισ. τόνοι τροφίμων καταλήγουν στα σκουπίδια, 690 εκατ. άνθρωποι λιμοκτονούσαν το 2019 στον πλανήτη, αριθμός που αυξήθηκε κατά την πανδημία και αναμένεται να εκτιναχθεί στη μετά COVID εποχή. Ακόμη, τρία δισεκατομμύρια άνθρωποι στον πλανήτη δεν μπορούν να αντέξουν οικονομικά μια υγιεινή διατροφή. Για όλους τους παραπάνω λόγους ο ΟΗΕ έθεσε ως στόχο τη μείωση της σπατάλης τροφίμων στο μισό έως το 2030, όχι μόνο στα νοικοκυριά, αλλά σε όλη την αλυσίδα εφοδιασμού.

Μετά την πέμπτη Συνέλευση των Ηνωμένων Εθνών για το Περιβάλλον, ο Οργανισμός Περιβάλλοντος κάλεσε τα κράτη-μέλη να θεσπίσουν μηχανισμούς για τη μέτρηση της σπατάλης τροφίμων και να λάβουν μέτρα. Παράλληλα, συγκρότησε περιφερειακές ομάδες εργασίας για την απόρριψη τροφίμων στην Αφρική, στην Ασία, στη Λατινική Αμερική, στην Καραϊβική και στη Δυτική Ασία, οι οποίες θα αρχίσουν να λειτουργούν από τον Απρίλιο, υποστηρίζοντας τα κράτη-μέλη στη λεπτομερειακή καταγραφή της σπατάλης (σε ποια τμήματα της αλυσίδας εφοδιασμού υπάρχουν οι μεγαλύτερες απώλειες, ποια είδη τροφίμων καταλήγουν περισσότερο στα σκουπίδια κ.ά.), καθώς και στην ανάπτυξη στρατηγικών για τα τρόφιμα.

Μέχρι στιγμής, μόνο 17 χώρες διαθέτουν συστήματα παρακολούθησης και καταγραφής της σπατάλης, άρα και ακριβή δεδομένα, ενώ μόνο 42 χώρες είναι σε θέση να κάνουν σχετικά αξιόπιστες εκτιμήσεις.

# Επιτυχημένος γάμος: Τα μυστικά που δεν γνωρίζατε

Ποια είναι τα μυστικά του επιτυχημένου γάμου;



Σίγουρα, δεν υπάρχει αυτό που λέμε «τέλειος γάμος», αφού κάθε σχέση - ερωτική ή μη- έχει τις δυσκολίες της, της εντάσεις της και γενικά τα σκαμπανεβάσματά της. Ωστόσο, ο επιτυχημένος γάμος δεν είναι ακατόρθωτος. Είναι στο χέρι σας, τόσο το δικό σας όσο και του συντρόφου σας, να φροντίζετε τη σχέση σας και να διατηρείτε τον γάμο σας ευτυχισμένο. Μερικές φορές κάτι τέτοιο ίσως να φαντάζει εξαιρετικά δύσκολο, όμως τα παρακάτω μυστικά μπορούν να σας βοηθήσουν.

## Μυστικά για έναν επιτυχημένο γάμο

### \*Τσακωθείτε... σωστά

Δεν υπάρχει ζευγάρι που δεν τσακώνεται. Στην πραγματικότητα μάλιστα, η απόλυτη απουσία τσακωμών είναι ένα μάλλον ανησυχητικό σημάδι σε μια σχέση. Αυτό που έχει σημασία όμως είναι να τσακώνεστε με υγιή τρόπο, διατηρώντας τον αλληλοσεβασμό σας και αναζητώντας στη συνέχεια τη λύση στο πρόβλημά σας.

### \*Επικεντρωθείτε στα δυνατά σημεία του άλλου

Δεν είναι πάντα εύκολο να αφήσετε πίσω σας εκείνες τις εκνευριστικές συνήθειες που έχει ο σύζυγός σας. Ωστόσο, για να έχετε έναν ευτυχισμένο γάμο, πρέπει να αποδεχτείτε τα δυνατά σημεία αλλά και τις αδυναμίες του συντρόφου σας και να είστε σε θέση να έχετε ρεαλιστικές προσδοκίες. Για παράδειγμα, αν ο σύζυγός σας είναι ακατάστατος, αναλάβετε εσείς την τακτοποίηση του σπιτιού και αφήστε τον να αναλάβει το μαγείρεμα.

### \*Μην περιμένετε ότι ο σύζυγός σας θα σας ολοκληρώσει

Εάν βασίζεστε στον σύζυγό σας για να σας εκπληρώσει όλα τα θέλω και να σας ολοκληρώσει ως άνθρωπο, μπορεί να οδηγηθείτε σε μια υπερβολικά εξαρτημένη σχέση μέσα στην οποία δεν εξελίσσεστε. Τα ζευγάρια που έχουν έναν πετυχημένο γάμο, ολοκληρώνονται μέσα στη σχέση τους, όχι από τη σχέση τους. Γι 'αυτό βεβαιωθείτε ότι καλλιεργείτε τα δικά σας ενδιαφέροντα και καλύπτετε τις δικές σας επιθυμίες, αντί να περιμένετε τον σύζυγό σας να γεμίσει το κενό.

### \*Διασκεδάστε παρέα

Παρόλο που είναι σημαντικό να μην είστε εξαρτημένοι από τον σύζυγό σας, για να διατηρήσετε έναν ευτυχισμένο γάμο, είναι επίσης απαραίτητο να μοιράζεστε κοινές εμπειρίες.

Όταν τα ζευγάρια μοιράζονται ένα κοινό πάθος ή μαθαίνουν μια δεξιότητα μαζί – π.χ. μαθήματα μαγειρικής ή μαθήματα τένις – εξελίσσονται μαζί. Τα ευτυχισμένα ζευγάρια έχουν πάθος για την κοινή τους ζωή. Είτε πρόκειται για αγάπη για ταξίδια, έντονη επιθυμία για τη δημιουργία μιας οικογένειας ή αφοσίωση σε έναν κοινό σκοπό, αυτές οι εμπειρίες εμπλουτίζουν τη σχέση σας.

### \*Επιλέξτε να γοητευτείτε από τον σύζυγό σας

Εσείς αποφασίζετε αν ο σύζυγός σας είναι γοητευτικός ή όχι; Είτε το πιστεύετε είτε όχι, ναι. Το να μείνετε γοητευμένοι ως ένας από τον άλλο κατά τη διάρκεια του γάμου σας δεν είναι εύκολο. Για να το κάνετε λοιπόν αυτό, επικεντρωθείτε στα χαρακτηριστικά που σας αρέσουν περισσότερο πάνω του, όπως τα υπέροχα μάτια του ή η έκφραση που παίρνει όταν διαβάζει κάτι ενδιαφέρον. Φυσικά, ο σύζυγός σας δεν χρειάζεται να είναι μοντέλο για να νιώθετε έλξη. Άλλωστε, η έλξη έχει να κάνει με τόσα πολλά περισσότερα και βαθύτερα από την εξωτερική εμφάνιση.

### \*Γελάστε

Η ζωή είναι αγχωτική, οπότε βοηθάει το να μπορείτε να γελάσετε με τον σύζυγό σας, ακόμη και τις δύσκολες ημέρες. Είτε πρόκειται για ανόητα αστεία, ένα μήνυμα στο κινητό ή ακόμη και το να βλέπετε την αγαπημένη σας κωμωδία μαζί, το γέλιο μπορεί να αυξήσει τη μεταξύ σας σύνδεση.

### \*Αποδεχτείτε και περιμένετε την αλλαγή

Για να είστε πραγματικά ευτυχισμένοι στον γάμο σας, πρέπει να είστε πρόθυμοι να ωριμάσετε και να προσαρμοστείτε. Οι ανάγκες μας αλλάζουν διαρκώς, οι άνθρωποι μεγαλώνουν και οι σχέσεις εξελίσσονται. Αυτό που χρειάζεστε σήμερα μπορεί να μην είναι αυτό που θα χρειάζεστε σε δέκα χρόνια από τώρα. Τόσο εσείς όσο και ο σύζυγός σας είναι λογικό κι επόμενο να αλλάξετε και να ωριμάσετε. Το στοίχημα είναι να παραμείνετε συμβατοί καθώς αλλάζετε.

# Η Volkswagen επενδύει στην ηλεκτροκίνηση και κερδίζει

Η Volkswagen επένδυσε περίπου 2,7 δισεκατομμύρια ευρώ για μελλοντικές τεχνολογίες το 2020, παρά τις δυσλειτουργίες λόγω πανδημίας.

Η Volkswagen συνέχισε απόκτη τις επενδύσεις σε μελλοντικές τεχνολογίες τη χρονιά που πέρασε. Δαπανήθηκαν συνολικά 2,7 δισεκατομμύρια ευρώ, με το συντριπτικό κομμάτι να επενδύεται στην ηλεκτροκίνηση. Τα πρώτα εντυπωσιακά ορόσημα αναμένονται ήδη στη διάρκεια αυτής της χρονιάς.

Περισσότερα από 450.000 ηλεκτρικά οχήματα Volkswagen θα παραδοθούν σε πελάτες μέσα στο 2021, υπερδιπλάσια των αντίστοιχων του 2020. Στον τομέα της ψηφιοποίησης, έως το καλοκαίρι θα λανσαριστούν νέες συνδρομητικές υπηρεσίες κινητικότητας και προαιρετικές λειτουργίες κατά παραγγελία σε έξι γερμανικές πόλεις, παράλληλα με ευρεία διάδοση των οξμιζε πωλήσεων, με πρόβλεψη τα αντίστοιχα έσοδα να ανέλθουν σε εκατοντάδες εκατομμύρια ευρώ, τα προσεχή χρόνια. Στοιχείο-κλειδί στην επιτυχία του εγχειρήματος, ότι η Volkswagen θα γίνει ο μόνος μαζικός κατασκευαστής που θα παρέχει ενημερώσεις λογισμικού οχεσ-υθε-αισ για τα ΙΔ.3 και ΙΔ.4 κάθε 12 εβδομάδες, ενώ την ίδια στιγμή οι εξουσιοδοτημένοι έμποροι θα παραμείνουν αναπόσπαστο μέρος της διαδικτυακής διαδικασίας πωλήσεων και ο πιο σημαντικός σύνδεσμος προς τους πελάτες.

Αυτά ανακοινώθηκαν στη διάρκεια συνέντευξης Τύπου για τα οικονομικά αποτελέσματα της μάρκας το 2020 και τις προοπτικές για το 2021, στην οποία ο Ralf Brandstätter, CEO της Volkswagen Passenger Cars, τόνισε: «Χειριστήκαμε με επιτυχία την πανδημία. Μετά από το δύσκολο πρώτο εξάμηνο του 2020, συγκρατήσαμε τα κόστη ενώ αυξήθηκαν οι πωλήσεις, με αποτέλεσμα κέρδη προ φόρων 454 εκατ. ευρώ. Παράλληλα, πραγματοποιήσαμε σημαντικές επενδύσεις στο μέλλον και συνεχίζουμε ακόμα πιο δυναμικά το 2021 με τη νέα μας στρατηγική ACCELERATE, με πολύ φιλόδοξους στόχους».

Υο 2020 η Volkswagen πέτυχε ετήσια μείωση του σταθερού κόστους περίπου ενός δισεκατομμυρίου ευρώ. Επιπλέον, με την αυστηρή ευθυγράμμιση της παραγωγής με τη ζήτηση, μειώθηκε το στοκ κατά 10% σε σύγκριση με το προηγούμενο έτος. Τα έσοδα από πωλήσεις ανήλθαν σε 71,1 δισ. ευρώ (2019: 88,4 δισ. ευρώ), με παράδοση 5,3 εκατομμυρίων οχημάτων (2019: 6,3 εκατομ.), νούμερα ιδιαίτερα εντυπωσιακά δεδομένης της δύσκολης οικονομικής συγκυρίας. Ως αποτέλεσμα, η εταιρεία όχι μόνο διατήρησε αλλά αύξησε τα μερίδια αγοράς της σε όλες τις κύριες αγορές του κόσμου.

Σημαντικό ρόλο στην επίτευξη του εφετινού στόχου της Volkswagen διαδραματίζει το ολοκαίνουργιο ID.4. Τα πρώτα ηλεκτρικά SUV θα παραδοθούν σε πελάτες σε πολλές ευρωπαϊκές αγορές – ανάμεσά τους και στην Ελλάδα – το επόμενο δίμηνο ενώ στη Γερμανία θα ξεκινήσουν στις 26 Μαρτίου. Μέχρι το τέλος Φεβρουαρίου, είχαν ήδη ληφθεί 23.500 παραγγελίες για αυτό το μοντέλο σε όλη την Ευρώπη.

Στόχος είναι η Volkswagen να παραδώσει συνολικά περίπου 300.000 οχήματα που βασίζονται στην MEB εφέτος στους πελάτες, καθώς και περίπου 150.000 υβριδικά. Ήδη, το πρώτο δίμηνο του έτους ήταν εντυπωσιακό: παραδόθηκαν 15.500 ηλεκτρικά οχήματα – αύξηση 51% σε σύγκριση με την ίδια περίοδο το 2020. Στη Γερμανία, η αύξηση ήταν 143%. Όσον αφορά στα υβριδικά, τα 16.300 οχήματα που παραδόθηκαν το πρώτο δίμηνο αντιπροσωπεύουν αύξηση 174% παγκοσμίως και 291% στη Γερμανία.

# Γενετιστές αναδημιούργησαν είδος κουναβιού που εξαφανίστηκε πριν 30 χρόνια



Η Ελίζαμπεθ Αν αποτελεί κλώνο μαυροπόδαρου κουναβιού που πέθανε το 1988 Τριάντα δύο χρόνια μετά την εξαφάνισή του, το κουνάβι με τις μαύρες πατούσες γεννήθηκε ξανά, χάρη σε Αμερικανούς γενετιστές.

Η ονομαζόμενη Ελίζαμπεθ Αν γεννήθηκε στις ΗΠΑ στις 10 Δεκεμβρίου με κλωνοποίηση καθώς χρησιμοποιήθηκε DNA από ένα εκ των τελευταίων μαυροπόδαρων κουναβιών. Το άγριο αυτό είδος κουναβιού (δηλαδή μη οικόσιτο) εξέλιπε πριν τρεις δεκαετίες, αλλά τα χρωμοσώματά του συντηρήθηκαν και τώρα έδωσαν το πρώτο ζώο του είδους, στο Φορτ Κόλινς, του Κολοράντο.

Όπως ανακοινώθηκε την Πέμπτη, πρόκειται για το πρώτο ζώο σε εξαφάνιση που κλωνοποιείται στις ΗΠΑ, ανοίγοντας τον δρόμο και για άλλα είδη των οποίων μπορεί να έχει περισωθεί ο γενετικός κώδικας.Το μικρό κουνάβι αποτελεί κλώνο ενός κουναβιού ονόματι Γουίλα που απεβίωσε το 1988 αλλά τα απομεινάρια του διατηρήθηκαν από τις πρώτες τότε ημέρες της τεχνολογίας του DNA.Η Ελίζαμπεθ Αν γεννήθηκε από οικόσιτο κουνάβι, που ως είδος είναι πολύ πιο ήμερο από το δύο μηνών ζωάκι όπως τονίζουν οι ειδικοί.

«Τη μια μέρα μπορεί να χαϊδεύεις ένα μικρό μαυροπόδαρο κουνάβι και την άλλη μέρα να προσπαθήσει να σου φάει το δάχτυλο», δήλωσε ο συντονιστής του σχετικού προγράμματος της Αμερικανικής Υπηρεσίας Ιχθύων και Άγριας Φύσης, Πιτ Γκόουμπερ.

OUR TEAM CONTINUES TO HONOR  
JOHN'S LEGACY AS WE BUILD FOR THE  
FUTURE AND REMEMBER THE PAST.  
OVER 115 YEARS OF SERVICE AND COUNTING

## NEW ADDRESS!

2800 S. River Rd; Ste 170  
Des Plaines, IL 60018  
info@jgadinamis.com

24-HR LINE  
847-375-0095

JOHN G.  
ADINAMIS  
FUNERAL DIRECTOR, LTD



## THANK YOU

It has been a difficult year for us and John's loss was immeasurable. I have taken such comfort in the kind words that have been shared about my husband and the incredible service he always provided to each of our families. I am proud to honor his legacy and, with our incredible team, continue to serve families with dignity, reverence and respect!

Vanessa Adinamis

www.jgadinamis.com



# ΤΟ ΓΕΛΙΟ ΚΑΝΕΙ ΚΑΛΟ

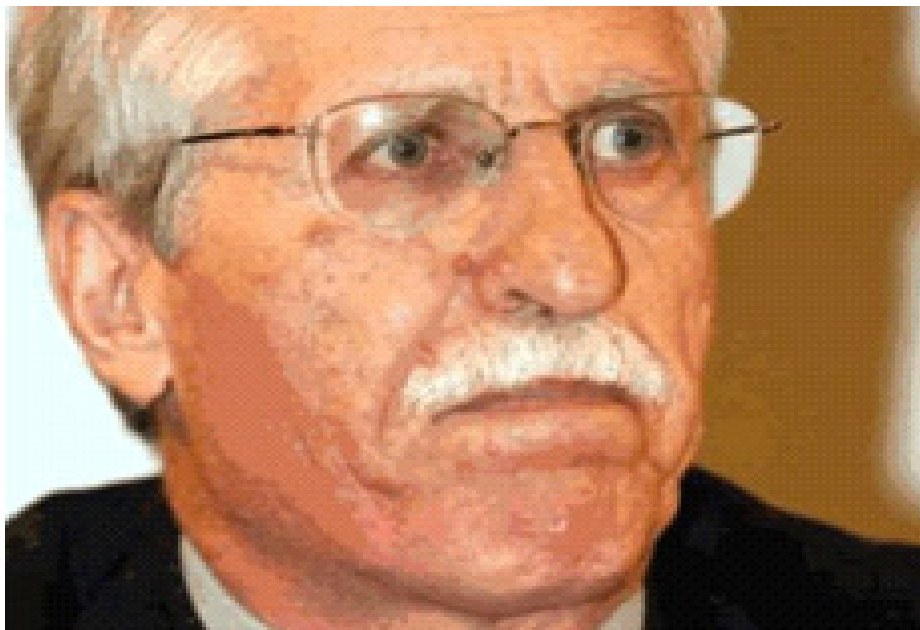
**Ένας Μαυροβούνιος** πάει να ψηφίσει στο εκλογικό τμήμα.  
Αφού ψήφισε, ζήτησε από την εκλογική επιτροπή μια καρτέκλα να καθίσει.  
-Ορίστε η καρτέκλα σας, κύριε. Νιώθετε καλά;— Δεν έχω τίποτα, απλά περιμένω τον πατέρα μου να έρθει να ψηφίσει.— Δε θα τον δείτε σπíti τον πατέρα σας, όταν θα έχει γυρίσει από τις εκλογές;— Όχι, δε θα ‘ρθει σπíti. Έχει πεθάνει εδώ και 10 χρόνια, αλλά ψηφίζει συχνά στις εκλογές, οπότε σκέφτηκα να έρθω εδώ μήπως και τον πετύχω....  
**Ένας υποψήφιος** για τις εκλογές βγάζει λόγο σε ένα χωριουδάκι:  
— Θα σας φτιάξουμε ασφαλτοστρωμένους δρόμους! Θα σας φτιάξουμε υδρευτικό σύστημα να φτάνει μέχρι τις πόρτες σας. Θα σας χτίσουμε σχολεία! Ένας από το πλήθος φωνάζει:— Μα δεν έχουμε παιδιά στο χωριό!— Θα σας κάνουμε και παιδιά!  
**Ο Σέρβος πρωθυπουργός** επισκέπτεται έναν παιδικό σταθμό. Βλέποντας τα παιδιά να παίζουν, λέει στον Υπουργό Οικονομικών του:— Δώσε 5.000 ευρώ από τον προϋπολογισμό για τη βελτίωση των συνθηκών διαβίωσης στους νηπιακούς σταθμούς! Ο υπουργός Οικονομικών συμφωνεί. Έπειτα, επισκέπτονται μια φυλακή. Αφότου παρακολούθησαν για λίγο τους έγκλειστους, λέει ο πρωθυπουργός:— Δώσε 500.000 ευρώ από τον προϋπολογισμό για τη βελτίωση των συνθηκών διαβίωσης στις φυλακές! — Γιατί 5.000 για τα παιδιά και 500.000 για αυτούς τους εγκληματίες και ληστές; ρωτά ο Υπουργός Οικονομικών.Και απαντά ο πρωθυπουργός:— Πιστεύεις ότι μετά τις επόμενες εκλογές, θα μας στείλουν σε παιδικό σταθμό;  
**Ένας πολιτικός** ζητά από εταιρεία δημοσκοπήσεων να διεξάγει μια έρευνα εκ μέρους του— Έχω την αίσθηση ότι το 98% των πολιτών αυτής της χώρας θα με ψήφιζαν. Μπορείτε να το ελέγξετε; Δυο μήνες αργότερα, λαμβάνει αναφορά:— Κύριε, ρωτήσαμε 10.000 άτομα και όλοι ανήκουν σε αυτό το μικρό ποσοστό του 2% που είναι εναντίον σας.  
**Μια γιαγιά** πάει να ψηφίσει:— Γιε μου, βοήθεια, ξέχασα τα γυαλιά μου.— Κανένα πρόβλημα, κυρία — είπε ένας νεοπροσληφθείς δημόσιος υπάλληλος από την εκλογική επιτροπή, και κύκλωσε πάνω στο ψηφοδέλτιο τον συνδυασμό του κυβερνώντος κόμματος.— Μπορείς να μου πεις, γιε μου, ποιον ψήφισα;— Α, δε γίνεται, κυρία, είναι παραβίαση της μυστικότητας της ψήφου.  
**Το πουλόβερ** .Τέσσερις παντρεμένοι άντρες πήγαν για ψάρεμα. Μετά από λίγο άρχισαν να συζητούν μεταξύ τους.— Δεν θα το πιστέψετε τι έπρεπε να κάνω για να μπορέσω να έρθω για ψάρεμα αυτό το σαββατοκύριακο. Υποσχέθηκα ότι θα βάψω όλο το σπíti σε μια εβδομάδα!— Αυτό δεν είναι τίποτα λέει ο άλλος...— Εγώ έπρεπε να της υποσχεθώ ότι θα χτίσω καινούργια πέργκολα για την πισινά.— Καλά με δουλεύετε;— Εγώ της υποσχέθηκα ότι θα κάνω πλήρη ανακαίνιση στην κουζίνα συμπεριλαμβανόμενων και των ηλεκτρικών συσκευών!— Ο τέταρτος δεν μιλάει....-Εσύ μεγάλε γιατί δεν μιλάς; Θες να πιστέψουμε ότι δεν υποσχέθηκες τίποτα;— Εγώ παιδιά έβαλα το ξυπνητήρι σήμερα το πρωί να χτυπήσει στις 5 και 30... και όταν άρχισε να βαράει, γυρίζω στην γυναικά μου και της λέω: Ψάρεμα η Τεω; και μου απαντά...Πάρε ένα πουλόβερ μαζί σου!  
**Το ζάπινγκ και το πορνό.**Ο σύζυγος κάθεται στον καναπέ στο σαλόνι κάνοντας συνεχώς ζάπινγκ ανάμεσα σε δυο κανάλια όταν από το βάθος ακούγεται η φωνή της συζύγου:— Τι κάνεις εκεί ρε Δημήτρη, θα την κάψεις την τηλεόραση!— Τι να κάνω ρε γυναίκα; Αφού βάλανε το μπάσκετ μαζί με την τσόντα και δεν ξέρω ποιο από τα δυο να δω...Και η γυναίκα απαντά:— Την τσόντα δες... Μπάσκετ ξέρεις!  
**Οι ναυαγοί.**Τέσσερις ναυαγοί ηλικίας 20, 40, 50 και 70 ετών βρίσκονται σε ένα νησί και σε απόσταση αναπνοής σε ένα άλλο νησί βρίσκονται ισάριθμα πανέμορφα μοντέλα.Ο 20άρης λέει: -Γρήγορα να κολυμπήσουμε να πάμε απέναντι στα κορίτσια!Ο 40άρης του απαντά: -Καλά μην βιάζεσαι και τόσο. Ο 50άρης προτείνει:-Εγώ λέω να κατασκευάσουμε μία σχεδιά. Ο 70άρης: — Για σταθείτε ρε παιδιά. Γιατί να τα κάνουμε όλα αυτά; Αφού κι από εδώ βλέπουμε!!!»  
**Οι εκπαιδευόμενοι αλεξιπτωτιστές** ετοιμάζονται να κάνουν την πρώτη ρίψη τους με αλεξίπτωτο .Ο εκπαιδευτής τους δίνει τις τελευταίες εντολές και οδηγίες για την πτώση τους .“ Μόλις πηδήξετε θα μετρήσετε μέχρι το 10 και θα πατήσετε το πράσινο κουμπί που βρίσκεται μπροστά σας και θα ανοίξει αμέσως το αλεξίπτωτο ““ Αν δεν ανοίξει “ ρωτάνε τρέμοντας οι εκπαιδευόμενοι .“ Αν δεν ανοίξει σε 30 , μην ανησυχείτε, θα πατήσετε το κόκκινο κουμπί που βρίσκεται δεξιά σας και το αλεξίπτωτο θα ανοίξει σίγουρα ! “ Κι αν δεν ανοίξει ; “ ρωτάει κάποιος .“ Δεν υπάρχει περίπτωση να μην ανοίξει . Αλλά , αν δεν ανοίξει , θα πατήσετε το μαύρο κουμπί που βρίσκεται αριστερά , και τότε χωρίς αμφιβολία το αλεξίπτωτο θα ανοίξει “.“ Κι αν δεν ανοίξει ούτε τότε ; “ ρωτάει ο πιο χέ\*\*\*νος.“ Εεεε ! Τότε να φωνάξετε Jeronimo ! “ρχίζουν ένας-ένας να πηδάνε οι αλεξιπτωτιστές . Όταν είχε πηδήξει και ο τελευταίος ακούγεται στο πιλοτήριο ένα δυνατό κτύπημα στο τζάμι .Γυρίζουν οι πιλότοι και βλέπουν έναν από τους αλεξιπτωτιστές που έπεσαν να αιωρείται στον αέρα κουνώντας τα χέρια του σαν πουλί και να φωνάζει :“ Πώς τον είπες αυτόν τον μαλ\*\*α ; “  
**Ανοίγει η μαντάμ** την πόρτα του μπουρδέλου και βλέπει έναν καλοντυμένο άνδρα:- Τι θα θέλατε;- Θέλω να δω την Κορίνα.- Μα ξέρετε, η Κορίνα είναι από τα ακριβά μας κορίτσια. Ίσως είναι καλύτερα να δείτε κάποια άλλη.- Όχι, την Κορίνα, επιμένει αυτός.- Η Κορίνα χρεώνει 5.000 ευρώ για κάθε επίσκεψη. Χωρίς δισταγμό ο κύριος βγάζει και δίνει τα 5.000 ευρώ στην Κορίνα και πηγαίνουν απάνω.Την επόμενη νύχτα ξαναζητά την Κορίνα. Δίνει άλλα 5.000 ευρώ και ξαναπηγαίνουν απάνω.Την επόμενη ξαναζητά την Κορίνα. Δίνει άλλα 5.000 ευρώ και την παίρνει να πάνε επάνω.Μόλις τελειώνουν τον ρωτά η Κορίνα περίεργη:- Κανένας δεν έχει ξανάρθει για μένα τρεις συνεχόμενες νύχτες. Τι δουλειά κάνεις;- Είμαι δικηγόρος.- Από που είσαι;- Από την Λαμία.  
- Τι σύμπτωση! Και εγώ από την Λαμία είμαι!- Το ξέρω, λέει αυτός. Πέθανε ο πατέρας σου, και η αδερφή σου μου ζήτησε να σου φέρω τα 15.000 ευρώ απο τα 30.000 ευρώ που μείνανε μετά τους φόρους.Το ηθικό δίδαγμα αυτής της ιστορίας είναι ότι τρία πράγματα είναι σίγουρα στην ζωή.1. Ο θάνατος.  
2. Οι φόροι.3. Μια ζωή οι δικηγόροι σε πηδάνε!  
**Ένας ηλικιωμένος** παντρεύτηκε μια νεαρούλα. Μετά απο μερικά χρόνια ανθόσπαρτουέγγαμου βίου, τραβάει ένα έμφραγμα και ο γιατρός τον

συμβούλεψε, αν θέλει να παρατείνει τη ζωή του, να κόψει το σεξ. Το συζήτησαν με τη γυναίκα του και αποφάσισαν αυτός να κοιμάται στο ισόγειο και αυτή στον πρώτο για να αποφεύγουν τον πειρασμό. Ένα βράδυ, μετά από μερικές βδομάδες, ο τύπος αποφάσισε ότι ζωή χωρίς σεξ δεν αξίζει. Ξεκίνησε λοιπόν για το πάνω πάτωμα. Στη μέση της σκάλας συνάντησε τη γυναίκα του. ΑΥΤΟΣ -έρχομαι επάνω να πεθάνω ΑΥΤΗ (γελώντας) - εγώ ερχόμουνα κάτω να σε σκοτώσω  
**Είναι μια έξυπνη ξανθιά**, μια μελαχρινή και ο Άγιος Βασίλης. Βλέπουν στο δρόμο ένα νόμισμα. Ποιος θα το πάρει;Α) έξυπνη ξανθιά β) μελαχρινή; Γ) Άγιος Βασίλης;Σωστή απάντηση: η μελαχρινή. Συμπέρασμα : δεν υπάρχει ούτε έξυπνη ξανθιά ούτε Άγιος Βασίλης!  
**Ρωτα** η μια αδερφή την άλλη :-Ο μπαμπάς είναι σπíti;Και της άπαντα κοιτάζοντας την περίεργα... ο μπαμπάς είναι άνθρωπος!!!  
- **Την πεθερά** μου την τσίμπησε ένας σκορπιός.- Τι λες ρε! Ήταν θανατηφόρο το τσίμπημα;;;- Ναι, πέθανε αμέσως ο σκορπιός...  
**Λέει ο** ένας πόντιος στον άλλο μέσα στο club:- Ρε συ τι είναι αυτό εκεί; - Ηχείο απαντάει.- Σιγά μην είναι και η Μυτιλήνη, λέει ο άλλος.  
- **Τι είναι** αυτό που αυτός που το χρησιμοποιεί δεν το βλέπει, αυτός που το φτιάχνει δεν το χρησιμοποιεί και αυτός που το βλέπει δεν το θέλει;  
- Το φέρετρο.  
- **Πώς** ονομάζεται ο Κινέζος μάγειρας που είναι ωραίος;- Γουλ-μεε(κουκλί)!!!!!!!!!!!!!!  
**Πάει ένα ζευγάρι** ηλικιωμένων στο γιατρό για τσεκάπ. Αφού ο γιατρός εξετάζει τον άνδρα τον ρωτάει:- Πώς πάμε από sex;- Μια χαρά γιατρέ. Δύο 2 φορές μόνο που την δεύτερη φορά ιδρώνω.- Καλά ,απαντάει ο γιατρός, δεν είναι πρόβλημα αυτό.Βγαίνει ο σύζυγος και μπαίνει η σύζυγος στο γραφείο.- Πως πάμε από σεξ;- Χάλια γιατρέ!- Τι χάλια; Ο σύζυγος μου είπε ότι το κάνετε δύο φορές, και μάλιστα μόνο την δεύτερη ιδρώνει.- Ναι, λέει η σύζυγος, αλλά αυτό είναι γιατί η πρώτη είναι τον χειμώνα και η δεύτερη του καλοκαίρι!  
**Ήταν ένας** ορθόδοξος ιερέας, ένας μουσουλμάνος και ένας ραβίνος και συζητούσαν για το ποιανού θρησκεία είναι η καλύτερη. Έτσι άρχισαν να λένε ποια θρησκεία κάνει μεγαλύτερα θαύματα.- Λέει ο ορθόδοξος: εκεί που ψάρευα στην μέση του πελάγους πιάνει μια τρομερή τρικυμία οπότε τι να κάνω προσεύχομαι στον Θεό και ξάφνου το θαύμα έγινε γύρω γύρω τρικυμία και στην μέση λάδι η θάλασσα.- Αυτό δεν είναι τίποτα λέει ο Μουσουλμάνος. Εγώ μια φορά που είχα πάει στην έρημο πιάνει μια τρομερή αμμοθύελλα οπότε προσεύχομαι στον Αλλάχ και ξάφνου το θαύμα έγινε γύρω γύρω αμμοθύελλα και στην μέση όπου βρισκόμουν γαλήνη.- ΑΑΑ, αυτά δεν είναι τίποτα λέει ο Ραβίνος. Ο δικός μου θεός να δείτε τι έκανε. Πριν να πάω στην Συναγωγή καθόμουν σε ένα παγκάκι και δίπλα μου έρχεται και κάθεται μια πανέμορφη ξανθιά. Εκεί που καθόμασταν μου λέει θέλω να το κάνουμε. Εγώ όμως δεν μπορούσα γιατί ήταν Σάββατο και ως γνωστόν το Σάββατο εμείς οι Εβραίοι δεν κάνει να εργαζόμαστε τι να κάνω λοιπόν προσεύχομαι στον θεό και ξάφνου το θαύμα έγινε γύρω γύρω Σάββατο και στη μέση Κυριακή.!!!!!!!!!!!!!!  
**Πάει ένας ιταλικέρης** σε έναν οίκο ανοχής, βγαίνει μια ψηλή ξανθιά γκομενάρα. Τη ρωτάει: — Για 50 ευρώ τι κάνεις; — Για 50 ευρώ κάνω ότι θέλεις μωρό μου! — Ωραία, ντύσου κι έλα έξω να ξεφορτώσεις το φορτηγό... Στο αεροδρόμιο είναι ένας άντρας και περιμένει την πτήση για Βερολίνο. Κάποια στιγμή έρχεται και κάθεται δίπλα του μια κουκλάρα, ψιλή, με πλούσιο στήθος, βγάζει από την τσάντα της ένα περιοδικό κι αρχίζει να διαβάζει. Ο άντρας λοιπόν εντυπωσιάζεται και σκέφτεται τι να της πει για να ανοίξει κουβέντα. Ωστόσο η ώρα περνάει και η κοπέλα δεν έχει σηκώσει κεφάλι από το περιοδικό της! Τι να κάνει κι αυτός, προκειμένου να χάσει την ευκαιρία την ρωτάει: «Να σας ρωτήσω κάτι; Σας βλέπω τόσο απορροφημένη από αυτό που διαβάζεται, τι γράφει αν δεν γίνομαι αδιάκριτος;» Και του απαντά εκείνη: «Διαβάζω τα αποτελέσματα μιας έρευνας για τα αντρικά μόρια.» «Σοβαρά, και τι λέει αυτή η έρευνα;» «Λέει ότι οι μαύροι το έχουν μακρύ, και οι Κρητικοί χοντρό.» Και πετάγεται ο άντρας και της λέει: «Μα δεν έχουμε συστηθεί τόσο ώρα... Αχμέτ Φραγκάκης!»  
**KAMMENAI**  
— Πως βγάζεις ένα λαγό απ’ το λαγούμι; — Κλείνεις με το ένα χέρι τη μία τρύπα και στην άλλη κάνεις τον ήχο του καρότου.  
— Από τη μια είναι καλό να καπνίζεις, από την άλλη όχι... — Γιατί; — Γιατί απ’ την άλλη δεν έχει φίλтраκι.  
— Μαμά ξέρεις ότι το καημένο το ζώο βασανίστηκε για να φοράς εσύ αυτή τη γούνα; — Μη μιλάς έτσι για τον πατέρα σου..  
- Γιατρέ ο γιος μου με σημαδεύει όλη την ώρα με ένα περίστροφο, τι να κάνω; — Μην ανησυχείτε, μια μικρή γκανγκστεντερίπδα είναι.  
— Τι ούισκι να σας φέρω; — Θήβας. — Ααα δεν έχουμε Θήβας. — Καλά τότε φέρε μαθ ενα Θκωτθέζικο.  
— Τι θες πάλι Εύα; — Βοήθεια Αδάμ, νησί των Κυκλάδων με 4 γράμματα στην αιτιατική; — Μήλο...  
— Εσύ παίζεις τάβλι; — Ναι. — Θα μας παίξεις κάτι;  
— Πως λέγονται οι λύκοι που καπνίζουν; — Τσιγαριλύκοι  
— Ξέρεις τι μου αρέσει σε σένα; — Αχ, τι; — Ο κολλητός σου  
Συζητάνε ένα φίδι και ένας βιβλιοθηκάριος: — Σσσσσσσσσσσσ — Σσσσσσσσσσσσ Είνας ένας νάνος και ένας Θάνος και λέει ο Θάνος: — Τι ώρα νανε; και απαντάει ο νάνος — Ε δεν Θάνε...  
Αφεντικό, το αυτοκίνητό μου χάλασε και δεν μπορώ να έρθω στην δουλειά. — Πάρε το λεωφορείο. — Δεν έχω λεωφορείο!  
— Από μωρό παιδί αυτός δεν μιλούσε καθόλου. — Ναι, είναι έτσι από γέννηση-mute.  
Θέλουν η ντομάτα και το αγγούρι να παντρευτούν. Πάνε στο πράσο, του λένε: — Πράσο, θα μας παντρέψεις; — Όχι. Λέει το πράσο. Τα πράσα δεν κάνουν τον παπά. !,  
— Έλληνας τραγουδιστής που εμπορεύεται παπλώματα — Νίκος Κουβέρτης — Μια ανθοδέσμη θα ήθελα. — Έχετε κάτι συγκεκριμένο στο μυαλό σας; — Ναι, να πιδήξω .

# ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΩΡΑ

ΜΗΝΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ ΓΡΑΜΜΕΝΗ ΑΠΟ ΤΟΝ ΔΗΜΟΣΙΟΓΡΑΦΟ ΧΡΗΣΤΟ ΜΕΡΕΝΤΙΤΗ

μια ενδιαφέρουσα θέση για τις ελληνο-τουρκικές σχέσεις  
Αλήθεια πόσο πιθανό είναι το προσεχές Ευρωπαϊκό Συμβούλιο της 25<sup>ης</sup> Μαρτίου να επιβάλλει κυρώσεις στην Τουρκία; Μάλλον απίθανο απαντάει ο



καθηγητής διεθνών σχέσεων Παναγιώτης Ιωακειμίδης. Αυτό το συμπεραίνει από το γεγονός ότι η έκθεση του ύπατου εκπροσώπου για θέματα εξωτερικής πολιτικής, του Ζοζέ Μπορέλ, δεν αναμένεται να κινείται προς την κατεύθυνση της επιβολής κυρώσεων στην Τουρκία.

Μπορεί, βέβαια, Ελλάδα και Κύπρος να επιμένουν ότι αυτές θα πρέπει να υπάρξουν, ωστόσο, το μέλλον διαγράφεται ζοφερό ως προς ένα τέτοιο ενδεχόμενο και εν ολίγοις δεν φαίνεται να υπάρχει πιθανότητα να τιμωρηθεί η Τουρκία. Ο Ερντογάν, συνεχίζει ο Ιωακειμίδης, έχει προσεγγίσει τη Γαλλία



του Εμανουέλ Μακρόν και τα όσα συνέβησαν το περασμένο καλοκαίρι μοιάζουν να ανήκουν στο παρελθόν.

Πέραν τούτου, όμως, από τον καθηγητή γίνονται πιο εξειδικευμένες επισημάνσεις και τονίζεται πως ούτως ή άλλως οι κυρώσεις δεν επιφέρουν κανένα αποτέλεσμα. Έτσι, λοιπόν, αναρωτιέται για ποιο λόγο «η ελληνική πλευρά δεν ακολουθεί μια περισσότερο δημιουργική και επωφελή για τα ελληνικά συμφέροντα στρατηγική από αυτή των κυρώσεων». Την παρακινεί, συνεπώς, να τηρήσει μια διαφορετική στάση και να επαναλάβει την τακτική



του Ελσίνκι, βάσει της οποίας η Ευρωπαϊκή Ένωση θα πρέπει να υιοθετήσει μια ειδική σχέση με την Τουρκία που δεν θα περιλαμβάνει την εισδοχή της ως πλήρους μέλους.

Προκειμένου, βέβαια, να συμβεί αυτό η Ελλάδα θα μπορεί να επιβάλλει τέσσερις προϋποθέσεις. Αρχικά, η Τουρκία να εγκαταλείψει το παράνομο γαφτι βεμμι, την αιτία πολέμου, σε «περίπτωση επέκτασης των ελληνικών χωρικών υδάτων», δεδομένου ότι και η Ελλάδα έχει πλέον εγκαταλείψει

αυτό το ενδεχόμενο και έχει συμπεριλάβει την επέκταση στο πλαίσιο των διερευνητικών επαφών. Μια ακόμη προϋπόθεση που θα μπορούσε να τεθεί στην Τουρκία, προκειμένου αυτή να γίνεται εν μέρει δεκτή στην Ε.Ε. είναι να προσχωρήσει στη Σύμβαση για το Δίκαιο της Θάλασσας, γεγονός που θα έχει ως συνέπεια να αποδεχτεί το διεθνές δίκαιο ως μέσου επίλυσης των διαφορών. Μια ακόμη προϋπόθεση την οποία θα έπρεπε να θέσουν η Ελλάδα και η Κύπρος να αποκηρύξει η Τουρκία την προσφυγή στη βία ως μέσο επίλυσης των διαφορών και, τέλος, ότι θα δεσμευτεί πως «εάν οι διαπραγματεύσεις δεν αποδώσουν καρπούς θα συγκατατεθεί στην προσφυγή στη Διεθνή Δικαιοσύνη (Διεθνές Δικαστήριο Χάγης, κ.λπ.)».

Σύμφωνα, λοιπόν, με τον κο Ιωακειμίδη αυτή θα πρέπει να είναι η ενδεδειγμένη τακτική της Ελλάδας έναντι της Τουρκίας και να μην ευελπιστεί να της επιβληθούν κυρώσεις, κάτι που αφενός μεν δεν διαφαίνεται στον ορίζοντα, αφετέρου δε, εάν συνέβαινε, θα οδηγούσε σε περαιτέρω όξυνση των ελληνο-τουρκικών και τουρκο-κυπριακών σχέσεων. Με απλά λόγια, ας δώσουμε 1 στην Τουρκία, για να κερδίσουμε 4.

αστυνομική βία στη Νέα Σμύρνη

Έντονες αντιδράσεις προκλήθηκαν στην ελληνική κοινή γνώμη από τη δημοσιοποίηση βίντεο από την πλατεία της Νέας Σμύρνης στα οποία φαίνονται αστυνομικοί να βιαιοπραγούν εις βάρος νεαρού. Το δε



περιστατικό έλαβε χώρα το μεσημέρι της Κυριακής 7 Μαρτίου. Είχαν προηγηθεί φραστικές αντεγκλήσεις των αστυνομικών και με οικογένειες οι οποίες βρίσκονταν στην περιοχή και οι οποίες απλώς απολάμβαναν απλώς τον κυριακάτικο ήλιο.

Αρχικά, από την πλευρά της ελληνικής αστυνομίας προβλήθηκε ο ισχυρισμός ότι οι αστυνομικοί δέχτηκαν επίθεση, αυτό όμως αντί να κατευνάσει τα πνεύματα τα όξυνε, διότι αμέσως κυκλοφόρησαν περισσότερα βίντεο στα οποία φαίνονται αστυνομικοί να επιτίθενται με ιδιαίτερη μανία εις βάρος του περαστικού. Ο συγκεκριμένος νεαρός φορούσε μάσκα και ζητούσε από τους αστυνομικούς να τον λυπηθούν, ενώ ζητάει ήρεμα από τους άντρες της ΕΛΑΣ να τον σεβαστούν. Ωστόσο, εκείνοι εξαπέλυσαν επίθεση εναντίον του ακόμη και χρησιμοποιώντας παράνομα μεταλλικά γκλομπ.



Προς την κατεύθυνση της όξυνσης των πνευμάτων, βέβαια, συνέβαλε και ο βουλευτής της Νέας Δημοκρατίας, Κυρανάκης, ο οποίος δημοσιοποίησε το όνομα του θύματος της αστυνομικής βίας κατά κατάφωρη παράβαση του νόμου περί προστασίας των προσωπικών δεδομένων, αλλά και

αντιδράσεις από την ολομέλεια

των προέδρων των Δικηγορικών Συλλόγων

Απέναντι σε όλα αυτά αντέδρασε η ολομέλεια των δικηγορικών συλλόγων η οποία σε ανακοίνωσή της ανέφερε ότι: «η συμπεριφορά αυτή των αστυνομικών οργάνων, καθ' υπέρβαση των καθηκόντων τους, προσβάλλει το δημοκρατικό φρόνιμα του λαού μας, αντίκειται στον θεσμικό ρόλο της αστυνομίας και απάδει του Κράτους Δικαίου και της δημοκρατικής

# ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΩΡΑ

ΜΗΝΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ ΓΡΑΜΜΕΝΗ ΑΠΟ ΤΟΝ ΔΗΜΟΣΙΟΓΡΑΦΟ ΧΡΗΣΤΟ ΜΕΡΕΝΤΙΤΗ

λειτουργίας μίας ευνομούμενης ευρωπαϊκής πολιτείας». Ακόμη, στη σχετική ανακοίνωση διαβάζουμε ότι: «ο σεβασμός και η προστασία των ατομικών δικαιωμάτων και των συνταγματικών ελευθεριών, αλλά και της αξιοπρέπειας των Ελλήνων πολιτών είναι αδιαπραγμάτευτη. Η απρόκλητη συμπεριφορά του αστυνομικού οργάνου προς την απύσχα μητέρα συναδέλφου, συνταξιούχο δικηγόρο, είναι αδιανόητη και με έντονη κοινωνική απαξία».

επεισόδια στη Νέα Σμύρνη  
Σε συγκέντρωση διαμαρτυρίας που έγινε ως μορφή αντίδρασης σε αυτά τα συμβάντα συνέβησαν απίστευτα έκτροπα. Άτακτο πλήθος επιτέθηκε σε ένα άντρα της αστυνομίας τραυματίζοντάς τον πολύ σοβαρά, ενώ και η αστυνομία δεν εφείσθη βίας και ακραίων εκφράσεων. Ο αστυνομικός παρέμεινε στο σημείο όπου τραυματίστηκε για μισή ώρα μέχρι να τον αναλάβει το ΕΚΑΒ. Σύμφωνα, πάντως, με πηγές της αστυνομίας το χτύπημα που δέχτηκε ο αστυνομικός αυτός ήταν δολοφονικό δεδομένου ότι οι δράστες τον χτυπούσαν ανελέητα για 2,5 περίπου λεπτά, ενώ σώθηκε επειδή δεν είχε βγάλει το κράνος του. Κατά τα άλλα είναι τραυματισμένος σε όλο του το σώμα, στο πρόσωπο και στο πίσω μέρος του κεφαλιού του.  
Αποτέλεσμα των συγκρούσεων ήταν να τραυματιστούν συνολικά 5 αστυνομικοί, ο ένας εκ των οποίων όπως αναφέραμε σοβαρά, ενώ υπήρξαν και 16 συλλήψεις διαδηλωτών. Η δε αστυνομία από την πλευρά της ισχυρίζεται πως για όποιες ακραίες συμπεριφορές επεδείχθησαν από άντρες της ΕΛΑΣ θα υπάρξει έρευνα και θα γίνει μια συνολική αποτίμηση για το αν αυτοί υπερέβησαν τα όρια.

Σε ό,τι αφορά στην αντίδραση των κομμάτων από την πλευρά σύσσωμου του πολιτικού συστήματος υπήρξε καταδίκη για την επίθεση εις βάρος του αστυνομικού, ενώ δεν έλειψαν, ασφαλώς, και οι αμοιβαίες κατηγορίες για την πόλωση.



Πάντως, στη βουλή ο υφυπουργός Μεταφορών και Υποδομών, Γιάννης Κεφαλογιάννης, ισχυρίστηκε ότι τα επεισόδια δεν συνέβησαν σε πολιτικό κενό, δεδομένου ότι στη συγκέντρωση στη Νέα Σμύρνη είχαν καλέσει η νεολαία του ΣΥΡΙΖΑ, η συνδικαλιστική οργάνωση του ΚΚΕ και άλλες οργανώσεις.



Από την πλευρά του ΣΥΡΙΖΑ υπήρξε, επίσης, καταδίκη της επίθεσης εις βάρος του αστυνομικού, ενώ ειπώθηκε και το εξής: «απευθύνουμε έκκληση να σταματήσει αυτή η μειοψηφία των αστυνομικών, με εντολές του κ. Χρυσόχοϊδη ή επιχειρησιακών υπευθύνων, να πραγματοποιούν επιδρομές βίας και ρεβανσισμού». Πραγματικά, σε βίντεο που κυκλοφόρησαν ήδη από χθες φαίνονται αστυνομικοί να εισέρχονται σε εμπορικά καταστήματα, ενώ

άλλοι αστυνομικοί λίγο πριν την επίθεση στους διαδηλωτές λένε: «τελειώσανε, πάμε να τους σκοτώσουμε, πάνε να τους γονιμοποιήσουμε». Ασφαλώς, δεν χρησιμοποιούν το ρήμα «γονιμοποιώ», αλλά το ... έτερο!

Πάγος από τον Άρειο Πάγο  
Πάγο σε όσους επιχειρούν να υπερκεράσουν την δικαιοσύνη και να καταλήξουν σε δικά τους – μάλλον αυθαίρετα – συμπεράσματα έβαλε σήμερα τόσο η πρόεδρος όσο και ο εισαγγελέας του ανώτατου αυτού δικαστηρίου.  
Η Πρόεδρος κι ο εισαγγελέας του Αρείου Πάγου σε τοποθέτησή τους καταθέτοντας την άποψή τους σχετικά με τα πρόσφατα συμβάντα της επικαιρότητας επισημαίνουν ότι: «η δικαιοσύνη εκφράζεται αποκλειστικά και μόνον μέσα από τις ειδικά και εμπειριστωμένα αιτιολογημένες αποφάσεις των αρμόδιων δικαστικών σχηματισμών και όχι από άτομα ή φορείς». Σύμφωνα με έγκριτες πηγές η τοποθέτηση αυτή αποστέλλει σαφή μηνύματα αφενός μεν στον Χριστόφορο Σεβαστίδη πρόεδρο της Ένωσης Δικαστών Εισαγγελέων, αφετέρου δε στον Αλέξη Κούγια ο οποίος πρόσφατα μίλησε εναντίον των δικαστών.

Ακόμη, τονίζουν πως η λειτουργία της δικαιοσύνης δεν ασκείται «από άτομα ή φορείς, που δικαιούνται μεν να διατυπώνουν τις σκέψεις τους και την προσωπική τους γνώμη δημόσια, δεν αποτελούν όμως θεσμοθετημένα δικαιοδοτικά όργανα». Σε ό,τι αφορά στην κριτική την οποία άσκηση ο κος Σεβαστίδης τονίζουν πως «οι δικαστές και εισαγγελείς επιτελούν την αποστολή τους απερίσπαστοι και ανεπηρέαστοι από ευκαιριακά δυσμενή σχόλια, περιστασιακούς επαίνους ή άδικες επιθέσεις».

Ωστόσο, την ίδια στιγμή επτά άλλοι αρεοπαγίτες εκφράζουν τη συμφωνία τους με την ανακοίνωση του Σεβαστίδη και αναφέρουν ότι αυτή: «ανταποκρίνεται στους καταστατικούς σκοπούς και τιμά το δικαστικό Σώμα».

Τρίτη και φαρμακερή  
Και νέα, τρίτη αυτή τη φορά, μήνυση κατατέθηκε εναντίον του Δημήτρη Λιγνάδη. Όπως αναφέρει ο μηνυτής ο βιασμός έλαβε χώρα στα τέλη του 2018. Ισχυρίζεται επιπλέον ότι γνωρίστηκε με τον μηνυόμενο κοντά στο σπίτι του στο Μεταξουργείο και εκείνος τον κάλεσε για ένα ποτό. Σε μια επόμενη επίσκεψη, όμως, ο σκηνοθέτης του προσέφερε ένα ποτό με ναρκωτικές ουσίες, κάτι που είχε ως αποτέλεσμα αυτός να χάσει τις αισθήσεις του και να κατοπινηθεί σεξουαλικά. Όταν ξύπνησε και αντιλήφθηκε τι είχε συμβεί επακολούθησε φραστικό επεισόδιο κατά το οποίο ο καταγγελλόμενος



του είπε πως αν αποκαλύψει κάτι αυτός θα τον κατηγορήσει στην αστυνομία ότι προσπάθησε να τον κλέψει. Ο δε συνήγορος του Λιγνάδη, σε ανακοίνωσή του ανέφερε ότι αν η μήνυση αυτή «είναι της ίδιας ποιότητας και αξιοπιστίας με τις 2 προηγούμενες» δεν ανησυχεί, ενώ τονίζει «θα αντιμετωπίσουμε τον οιονδήποτε ψευδομηνυτή με μήνυση για τα αδικήματα της συκοφαντικής δυσφημίσσεως και της ψευδούς καταμηνύσεως εις βάρος του κ. Λιγνάδη».  
Πέραν τούτου, επισημαίνει πως «ο κ. Λιγνάδης ήταν και είναι κατηγορηματικός ότι ουδέποτε στη ζωή του έχει βιάσει είτε οιονδήποτε γυναίκα είτε οιονδήποτε άνδρα από αυτούς, με τους οποίους είχε ερωτικές σχέσεις».

για τη μισθοδοσία του λαϊκού προσωπικού  
Στη συνεδρίαση της Ιεράς Συνόδου που έλαβε χώρα στις αρχές Μαρτίου ο αρχιεπίσκοπος ενημέρωσε τα άλλα μέλη της ΔΙΣ ότι ο πρωθυπουργός ανταποκρίθηκε θετικά στο αίτημα να συμβάλει το κράτος στην μισθοδοσία του λαϊκού προσωπικού των εκκλησιών, δηλαδή των νεωκόρων. Οι άνθρωποι αυτοί δεν ανήκουν στον δημόσιο τομέα και ως εκ τούτου οι μισθοί τους δεν προέρχονται από τον κρατικό προϋπολογισμό. Δεν έχουν προσληφθεί, ασφαλώς, με μια δημόσια προκήρυξη, δεν έχει ελεγχθεί από κανέναν ο διορισμός τους και απλώς προσελήφθησαν βάσει γνωριμιών τις οποίες είχαν. Ας σημειωθεί ότι σε όλο αυτό το διάστημα της οικονομικής κρίσης δεν απολύθηκε κανένας από αυτό το προσωπικό. Έτσι, λοιπόν, τα μέλη της Διαρκούς Ιεράς Συνόδου εξέφρασαν τις ευχαριστίες τους προς την κυβέρνηση και ευχήθηκαν «κάθε παρά Θεού ευλογία, δύναμη και σοφία».

# ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΩΡΑ

ΜΗΝΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ ΓΡΑΜΜΕΝΗ ΑΠΟ ΤΟΝ ΔΗΜΟΣΙΟΓΡΑΦΟ ΧΡΗΣΤΟ ΜΕΡΕΝΤΙΤΗ

( Από σελ. 17)

Νέα υπόθεση σεξουαλικής κακοποίησης  
Τα δημοσιεύματα του τύπου βάσει των οποίων στο νοσοκομείο Παίδων έλαβε χώρα σεξουαλική κακοποίηση εις βάρος παιδιών προκάλεσαν την παρέμβαση της προϊσταμένης της εισαγγελίας πρωτοδικών. Έτσι, δόθηκε εντολή για τη διενέργεια προκαταρκτικής εξέτασης, για να διερευνηθεί εάν και κατά πόσον έχουν τελεστεί αξιόποινες πράξεις που σχετίζονται με τη γενετήσια ελευθερία. Σε μια τέτοια περίπτωση θα κινηθεί ποινική δίωξη.

Πάντως, το μόνο δεδομένο αυτή τη στιγμή είναι η καταγγελία ενός τραυματιοφορέα για άλλον συνάδελφό του ότι αυτός προέβη σε ασελγείς πράξεις εις βάρος παιδιών. Έχει ήδη διαταχθεί ένορκη διοικητική εξέταση για τη συγκεκριμένη ανάρμοστη πράξη, ενώ ο εργαζόμενος έχει τεθεί σε αναστολή.

Πρωτοφανές περιστατικό  
Πρωτοφανές περιστατικό που δείχνει τι μέλλει γενέσθαι σε περίπτωση κατά την οποία η κατάσταση βγει εκτός ελέγχου. Ομάδες αντιεξουσιαστών βγήκαν στους δρόμους στον Βύρωνα και στην περιοχή του Ζωγράφου στην Αθήνα ζητώντας από τους διερχόμενους οδηγούς τις ταυτότητές τους, προκειμένου να ελέγξουν εάν ήταν αστυνομικοί! Πιο συγκεκριμένα, στην περιοχή του Ζωγράφου εξήλθαν της φοιτητικές εστίας και σταματούσαν αυτοκίνητα ζητώντας από τους οδηγούς τις ταυτότητές του, για να δουν εάν και κατά πόσον ανήκαν στην Ελληνική Αστυνομία.

Για το συμβάν ενημερώθηκαν άμεσα οι αστυνομικές δυνάμεις οι οποίες έσπευσαν στο σημείο χωρίς, όμως, να καταστεί εφικτό να εντοπίσουν κάποιον.

Νέες καταγγελίες για το Αρσάκειο  
Νέες καταγγελίες βλέπουν το φως της δημοσιότητας αναφορικά με τον πρώην καλλιτεχνικό διευθυντή του Εθνικού Θεάτρου, Δημήτρη Λιγνάδη. Ειδικότερα, του προσάπτεται ότι εκμεταλλευόταν τη θέση την οποία είχε στον θεατρικό όμιλο του σχολείου, προσεγγίζε ανήλικα παιδιά και είχε σεξουαλικές επαφές μαζί τους. Βάσει της πρώτης, εκ των δύο μαρτυριών, ο Λιγνάδης ζητούσε από φίλους του να συμμετάσχουν σε ομαδικό σεξ με ανήλικους εφήβους. Μάλιστα, έδειχνε να μην φοβάται και πάρα πολύ λέγοντας ότι οι μαθητές και οι μαθήτρίες του απολαμβάνουν υψηλό κοινωνικό στάτους, μιας και είναι μαθητές ιστορικών ιδιωτικών σχολείων, όπως το Αρσάκειο και η σχολή Μωραΐτη.

Σύμφωνα με άλλες καταγγελίες η πρώην πρόεδρος της Ομοσπονδίας Γονέων των Αρσακείων σχολείων επιβεβαίωσε την ύπαρξη καταγγελιών για τον Λιγνάδη ήδη από τα τέλη της δεκαετίας του 1990, ενώ απέρριψε και τον ισχυρισμό του Μπαμπινιώτη ότι δεν ήξερε τίποτα.

για το Αρσάκειο  
Νέες καταγγελίες εις βάρος του Αρσακείου. Αυτή τη φορά από τον Θέμη Πανταζάκο, λέκτορα Ιστορίας και Φιλοσοφίας της Επιστήμης και επίτιμο ερευνητικό υπότροφο του Φίχχεστις Γομμεπε οζ Μοξδοξ.

Ο κος Πανταζάκος σε κείμενό του που ανάρτησε σε μέσο κοινωνικής δικτύωσης αναφέρει μια σειρά από περιστατικά τα οποία αποδεικνύουν τον αντιπαιδαγωγικό χαρακτήρα του συγκεκριμένου σχολείου. Ειδικότερα, ισχυρίζεται ότι: «τη σχολική χρονιά 2004 – 2005 οπότε και φοίτησα στο Αρσάκειο, συνάντησε ένα κλίμα άνθισης ακροδεξιών αντιλήψεων. Χαρακτηριστικό παράδειγμα είναι ότι, μετά την κατάκτηση του Εφσο 2004, παρέες μαθητών τραγουδούσαν συχνά-πυκνά, δυνατά και περήφανα μέσα στις τάξεις, το μερτικό σύνθημα “Δεν θα γίνεις Έλληνας ποτέ, Αλβανέ-Αλβανέ”. Οι αντιδράσεις των καθηγητών ήταν απλά να παρακολουθούν το θέαμα, χαμογελώντας και αστειευόμενοι γι’ αυτό».

Ακόμα, καταγράφει περιστατικά κατά τα οποία «οι τραμπούκοι μιας τάξης πέταξαν από τον πρώτο όροφο (!) ένα μικρότερο παιδί, κατ’ εξακολούθηση θύμα των επιθέσεών τους, το οποίο έσπασε και κάποια πλευρά κατά την πρόσκρουσή του με το έδαφος». Στην περίπτωση αυτή, συγκλήθηκε ένα συμβούλιο καθηγητών, γονέων και κηδεμόνων, σκέτη παρωδία, όπου καθείς από τους ιθύνοντες παραληρούσε για τις αρχές του σχολείου, σε μια συζήτηση πλήρως αποπροσανατολισμένη, μετά το πέρας της οποίας δεν τιμωρήθηκε κανείς για τίποτα.

Ωστόσο, από το κάδρο των ευθυνών δεν εξαιρεί και τους εκπαιδευτικούς για τους οποίους αναφέρει ότι «η αντίδραση των καθηγητών σε αγέλες αγοριών που ορμούσαν μέσα σε τάξεις και πλάκωναν άγρια στο ξύλο τα θύματά τους ήταν η απλή απάθεια, η σιωπηρή παραδοχή πως τα θύματα μάλλον άξιζαν ό,τι περνούσαν καθώς δεν ταίριαζαν στον ανθρωπότυπο του σχολείου»,

Ακόμα, απευθυνόμενος στον Μπαμπινιώτη τονίζει ότι: «όλα αυτά, κύριε Μπαμπινιώτη, χωρίς να αναφερθώ στις επιθέσεις κατά της προσωπικότητάς μας που εξαπέλυαν οι καθηγητές εξ αφορμής των ακαδημαϊκών μας επιδόσεων. Δεν γίνεται να καταδειχθεί κάτι συγκεκριμένα, γιατί πολύ απλά αυτή ήταν η αυτονόητη καθημερινότητά μας, η οποία αυτή τη φορά δεν ξεχώριζε δυνατούς και αδύναμους ανήλικους: όλοι ήταν έρμαιο συνεχών προσβολών και υποτίμησης που περίμεναν στη γωνία σε κάθε λάθος απάντηση».

Τέλος αναφέρεται και «στο κομμάτι της σεξουαλικής αποπλάνησης, παρενόχλησης, κακοποίησης» και ισχυρίζεται ότι: «καθηγητής τότε στο σχολείο διατηρούσε σχέση με μαθήτριά».

Τέλος «ενώ κατά κανόνα είστε μια φιγούρα της δημόσιας σφαίρας που περιορίζεται σε εθνοπαραληρηματικές δηλώσεις περί γλώσσας, τις οποίες συχνά-πυκνά έγκριτοι συνάδελφοι γλωσσολόγοι καταδεικνύουν ως αδόκιμες και γραφικές, φτάνετε να γίνεστε επικίνδυνος σε συγκυρίες σαν τη σημερινή. Αυτό δεν θα σας το επιτρέψουμε. Όσες και όσοι είδαμε την προσωπικότητά μας να ισοπεδώνεται στο Αρσάκειο, όσες και όσοι αποκτήσαμε τραύματα από αυτό, έχουμε πλέον βρεθεί μεταξύ μας. Είμαστε πολλές και πολλοί, και δεν διανοείστε το πόσο δεν μας τρομάζουν οι κινήσεις σας. Γιατί κανείς δεν θέλει τόσο πολύ να μιλήσει, όσο βαθιά το θέλει ένα παιδί που έχει κακοποιηθεί».

επιστολή 285 αποφοίτων του Αρσακείου για τα τεκταινόμενα εντός του

σχολείου  
Σε επιστολή τους, που δημοσιεύτηκε σε πληθώρα διαδικτυακών μέσων ενημέρωσης, 285 απόφοιτοι του ιστορικού ιδιωτικού σχολείου Αρσάκειο, διαμαρτύρονται για τις συνθήκες οι οποίες επικρατούσαν εντός του σχολείου, για τις ποικίλες μορφές παρενόχλησης τις οποίες δέχτηκαν και, γενικότερα, για το κλίμα το οποίο επικρατούσε. Οι άνθρωποι αυτοί είναι απόφοιτοι των ετών 1994 έως και 2018 και σε αυτήν πέρα από τη συμπαράστασή τους στα θύματα αναφέρουν ότι υπήρξαν συγκεκριμένοι καθηγητές και καθηγήτριες των Αρσακείων οι οποίοι προέβαιναν σε «σεξουαλικές, ψυχολογικές ή και λεκτικές προσβολές». Ακόμη, καταγγέλλουν: «κάθε αρμόδιο καθηγητή/τρια ή υπεύθυνο/η που συγκάλυψε γεγονότα και δεν προστάτευσε, τους μαθητές και τις μαθήτριες». Συγχρόνως, τονίζουν ότι δεν πρόκειται για «μεμονωμένα γεγονότα μιας συγκεκριμένης περιόδου, αλλά μια διαχρονική νοοτροπία κάποιων» και σχολιάζουν «την παντελή έλλειψη παιδαγωγικών ορίων ορισμένων εκπαιδευτικών, που σε καμία περίπτωση δεν συνάδει με τις πρακτικές ενός προστατευμένου σχολικού περιβάλλοντος».

Τέλος, επισημαίνουν ότι: «η διοίκηση θα έπρεπε να έχει το θάρρος να λογοδοτήσει για την πραγματοποίηση ορισμένων – όπως αποδεικνύεται – λανθασμένων επιλογών».

Απέναντι σε όλα αυτά ο κατά νόμο υπεύθυνος των Αρσακείων σχολείων, ο κος Μπαμπινιώτης, προσφεύγει στην εισαγγελία και ζητάει την κλήτευση των ατόμων αυτών, προκειμένου να καταθέσουν συγκεκριμένα στοιχεία που να αφορούν στο σχολείο και «να συγκεκριμενοποιήσουν όσα δηλώνουν ότι γνωρίζουν, ώστε να ερευνηθούν εις βάθος μία προς μία οι καταγγελίες τους». Κλείνει δε την δήλωσή του γράφοντας ότι: «Φιλεκπαιδευτική Εταιρεία θα συνδράμει τις μόνες αρμόδιες αρχές σε ό,τι τής ζητηθεί και θα είναι αρωγός στο έργο της εισαγγελίας, όταν και εάν οι αόριστες και γενικόλογες αναφορές της επιστολής λάβουν την μορφή συγκεκριμένων και επωνύμων καταγγελιών.

σκηνές από αστυνομικό έργο στο Ζεφύρι  
Στο γνωστό και μη εξαιρετέο Ζεφύρι Αττικής στα τέλη Φεβρουαρίου ένας κάτοικος με καταγωγή Ρομά άνοιξε πυρ κατά αστυνομικών που κατέφτασαν στην γειτονιά του. Ο λόγος για τον οποίο οι αστυνομικοί μετέβησαν στο σημείο εκείνο ήταν ένας καβγάς που είχε γίνει ανάμεσα στην οικογένεια του ... πιστολέρο και μιας άλλης Ρομά οικογένειας.

Το μόνο θετικό είναι ότι ο άντρας αυτό συνελήφθη. Από την έρευνα που διενεργήθηκε βρέθηκε ότι το όπλο που χρησιμοποίησε ήταν κλεμμένο από αστυνομικό, ενώ στην περιοχή έγινε, μετά από αυτό, αστυνομική επιχείρηση των ειδικών δυνάμεων.

σχετικά με τον Λιγνάδη  
Σωρεία καταγγελιών βλέπει το φως της δημοσιότητας για τον πρώην διευθυντή του Εθνικού Θεάτρου. Πιο συγκεκριμένα, από ρεπορτάζ που διενεργήθηκε στη γειτονιά στο Μεταξουργείο, όπου διαμένει, γείτονες ανέφεραν ότι στο σπίτι του σύχναζαν πολλά ανήλικα παιδιά. Όταν δε ο σκηνοθέτης και ηθοποιός ερωτήθηκε για την παρουσία των παιδιών αυτών, έδινε ως απάντηση ότι ήταν προσφυγόπουλα τα οποία συμμετείχαν σε μαθήματα θεάτρου. Ωστόσο, πολλά από τα παιδιά που είχαν γνωρίσει τον Λιγνάδη, διατύπωναν την επιθυμία να μην ξαναβρεθούν στον χώρο του, χωρίς, όμως, να επεξηγούν τους λόγους.

Την ίδια στιγμή ηθοποιοί, φιλοκυβερνητικά μέσα ενημέρωσης, σχολιάζουν ότι η στάση της κυρίας Μενδώνη, της υπουργού Πολιτισμού, είναι τουλάχιστον ατυχής. Δηλαδή, εάν η κα Μενδώνη πραγματικά δεν γνώριζε για τα όσα καταμαρτυρούνταν για τον Λιγνάδη, τότε είναι ακατάλληλη για τη θέση της. Στο δε φιλοκυβερνητικό κανάλι ΝΕΗΑ ειπώθηκε ότι ακόμη και αν τώρα παραιτηθεί η υπουργός Πολιτισμού, αυτό δεν θα έχει κανένα νόημα, μιας και η ζημιά πλέον έχει συμβεί.

Επιπλέον, στα ίδια φιλοκυβερνητικά μέσα διαβάζουμε πως ακόμη και αν εξαπατήθηκε από τον Λιγνάδη, αυτό είναι ένας ακόμη λόγος να



παραιτηθεί, μιας και δεν νοείται ένας εύκολα εξαπατώμενος άνθρωπος να κατέχει μια τέτοια κορυφαία θέση. Πέραν τούτου, άλλοι ηθοποιοί, όπως η Χριστίνα Θεοδωροπούλου αναφέρουν ότι η κα Μενδώνη εργαζόταν για 10 χρόνια στη Γενική Γραμματεία Πολιτισμού και συνεπώς ήταν αδύνατο να μην γνώριζε τις φήμες που διακινούνταν. Επίσης, υπενθυμίζουν πως διώχτηκε από την δραματική σχολή του Εθνικού

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΩΡΑ

ΜΗΝΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ ΓΡΑΜΜΕΝΗ ΑΠΟ ΤΟΝ ΔΗΜΟΣΙΟΓΡΑΦΟ ΧΡΗΣΤΟ ΜΕΡΕΝΤΙΤΗ

Θεάτρου την εποχή κατά την οποία η κα Μενδώνη ήταν γενική γραμματέας Πολιτισμού, ενώ στο παρελθόν είχε διωχθεί και από τη δραματική σχολή Ίασμος.

Τέλος, από την πλευρά του πρωθυπουργού λέγεται ότι ο Κυριάκος Μητσοτάκης γνώριζε τον κύριο Λιγνάδη μόνο ως ηθοποιό. Ωστόσο, το ζήτημα είναι ότι δεν τον διόρισε ως ηθοποιό, αλλά ως διευθυντή του Εθνικού Θεάτρου. Αναρωτιέται, λοιπόν, κανείς με ποια προσόντα ένας ηθοποιός θα πρέπει να διορίζεται διευθυντής του Εθνικού Θεάτρου;

*Πέραν τούτου, το ζήτημα που ανακύπτει είναι ο τρόπος διορισμού του κου Λιγνάδη στο Εθνικό Θέατρο. Χωρίς δημόσια προκήρυξη, χωρίς καμία προαναγγελία, χωρίς καν να τηρηθούν τα προσχήματα καταργήθηκε ο προηγούμενος νόμος που προέβλεπε δημόσια προκήρυξη και χρίστηκε ένας άνθρωπος σε αυτή την κορυφαία θέση χωρίς να γνωρίζουμε ποια είναι τα προσόντα σου. Προς αυτή την κατεύθυνση συνηγόρησε και ο καταξιωμένος ηθοποιός Γιάννης Μόρτζος ο οποίος δήλωσε ότι ο Λιγνάδης διορίστηκε «φυτευτός», ενώ προσέθεσε ότι: «πίσω από αυτόν το διορισμό, κάποιοι κρύβονται. Είχε πλάτες. Εγώ κλίκα. Υπάρχει μια κλίκα χρόνια τώρα, η οποία νέμεται τα του Εθνικού Θεάτρου και αυτή η κλίκα διορίζει όποτε θέλει και παύει όποτε θέλει».*

Τι παίει;

Η κακοκαιρία Μήδεια πέρασε και η Ελλάδα βρέθηκε να αναζητάει τις ευθύνες για τις οποίες δεκάδες χιλιάδες νοικοκυριά βρέθηκαν εκτός του δικτύου ηλεκτροδότησης και ειδικότερα σε τι ευθύνεται η ΔΕΔΔΗΕ.

Παραφράζοντας το αρκτικόλεξο της εταιρείας αυτή θα λέγαμε δει ΔΕΔΔΗΕ χρημάτων και άνευ τούτων ουδέν γίνεται. Έτσι, λοιπόν, οι περικοπές που έγιναν όλα τα προηγούμενα χρόνια οδήγησαν στην αδυναμία του συστήματος να μπορεί να αντεπεξέλθει σε μια κρίσιμη στιγμή. Ειδικότερα, και σύμφωνα με την Καθημερινή, την πενταετία 2014 – 2019, δηλαδή την πενταετία του ΣΥΡΙΖΑ, αντί να δοθούν 200 εκατομμύρια ετησίως για συντήρηση του δικτύου δίνονταν 150, ενώ στην περίοδο ΠΑΣΟΚ και Νέας Δημοκρατίας οι επενδύσεις από 524 εκατομμύρια που ήταν το 2009 έπεσαν το 2014 σε λιγότερα από 300 εκατομμύρια σε ετήσια βάση.



Πέραν τούτου, το δίκτυο ηλεκτροδότησης είναι εναέριο το οποίο πέρα από αισθητικούς λόγους, ιδίως σε μέρη αυξημένης τουριστικής κίνησης, γεννά και πρακτικά ζητήματα, όπως αυτά που βιώσαμε το τριήμερο 15 – 17 Φεβρουαρίου. Ακόμη, λόγος θα πρέπει να γίνει για τις ελλείψεις προσωπικού, δεδομένου ότι τα τελευταία χρόνια έχουν συνταξιοδοτηθεί 500 εργαζόμενοι και δεν έχει προληφθεί κανένας.

Πάντως, στα προβλήματα τα οποία ανέκυψαν αναφέρθηκε και η κα Ντόρα Μπακογιάννη η οποία τόνισε ότι: «κάποιοι θα πρέπει να σταματήσουν να θεωρούν ότι εκλεγόμαστε από τις τηλεοράσεις, αλλά εκλεγόμαστε από την αποτελεσματικότητα του έργου μας», ενώ προσέθεσε ότι «για την κυβέρνηση αυτό που έγινε είναι μια τεράστια “καμπάνα” ότι κανένας πια δεν μπορεί να περιμένει με αυτά τα δίκτυα ηλεκτρισμού να γίνει δουλειά».

Το αβέβαιο μέλλον ενός πλανήτη

Η καθηγήτρια Πολιτικών Επιστημών και Διεθνών Σχέσεων στο πανεπιστήμιο Ξοσθεαυεσζ της Βοστώνης, Ντενίζ Γκαρσία, σε πρόσφατο άρθρο κάνει λόγο για την αδιέξοδη τακτική που ακολουθούν οι υπερδυνάμεις του κόσμου αυτού. Συγκεκριμένα, δίνουν άπειρα χρήματα για εξοπλισμούς και ελάχιστα για τη δημόσια υγεία.

Η κα Γκαρσία, η οποία είναι ακόμη σύμβουλος του Οργανισμού Ηνωμένων Εθνών για ζητήματα που άπτονται της τεχνητής νοημοσύνης και ρομποτικής, αναφέρει ότι η δύναμη των όπλων δεν κατέστησε τον κόσμο καλύτερο. Ηνωμένες Πολιτείες, Κίνα, Ινδία, Ρωσία και Σαουδική Αραβία ξοδεύουν το 62% των παγκόσμιων χρημάτων για τους εξοπλισμούς, ωστόσο αυτό δεν εξασφαλίζει καλύτερη ποιότητα ζωής για τους κατοίκους τους. Ωστόσο, ένα κλάσμα των χρημάτων τα οποία δίνουν αυτά τα κράτη σε εξοπλισμούς θα μπορούσαν να είχαν κατευθυνθεί σε δαπάνες για τη δημόσια υγεία και την φαρμακευτική έρευνα. Μάλιστα, η Γκαρσία προσθέτει ότι τη στιγμή κατά την οποία το 10,6% του Παγκόσμιου Ακαθάριστου Εθνικού Προϊόντος κατευθύνεται σε εξοπλισμούς, θα ήταν αρκετό το 1% αυτού για τη λήψη μέτρων για την προστασία του περιβάλλοντος και το 5%, για να ενισχυθεί η βιώσιμη ανάπτυξη.

Με δεδομένο δε ότι η κλιματική αλλαγή θα οδηγήσει σε φυσικές καταστροφές, όπως πλημμύρες και ερημοποίηση, αλλά και σε μεταναστεύσεις πληθυσμών η ανάγκη λήψης μέτρων προβάλλει ως επιτακτική.

Σε κάθε περίπτωση οι απόψεις της Ντενίζ Γκαρσία, αλλά και του Μπιλ Γκέιτς, ο οποίος αναφέρεται στις συνέπειες της κλιματικής αλλαγής θα πρέπει να μας οδηγήσουν σε έναν προβληματισμό σχετικά με το μέλλον αυτού του πλανήτη.

ο Νάσος Ηλιοπούλος την πανδημία

Ο εκπρόσωπος τύπου του ΣΥΡΙΖΑ προχώρησε εξής δήλωση σχετικά με την πανδημία: «με τροπολογία της η κυβέρνηση παραδέχεται ότι τα Μέσα Μαζικής Μεταφοράς αποτελούν εστία υπερμετάδοσης του ιού. Ομολογεί δημόσια τα ψέματα της, τα ψέματα του ίδιου του κ. Μητσοτάκη. Το μογλ δοψέ έχει αποτύχει γιατί η κυβέρνηση αρνείται να κάνει τα αυτονόητα: να πάρει μέτρα σε μέσα μεταφοράς και χώρους εργασίας, να συνταγογραφήσει τα τεστ, να επιτάξει τις ιδιωτικές κλινικές. Η κοινωνία πληρώνει με ένα αποτυχημένο πεντάμηνο μογλ δοψέ -το χειρότερο της Ευρώπης- τις εγκληματικές ιδεοληψίες του κ. Μητσοτάκη».

συνέντευξη Φώφης Γεννημα

Σε πρόσφατη συνέντευξή της Γ πρόεδρος του Κινήματος Αλλαγής τοποθετήθηκε σχετικά με την πανδημία και ανέφερε ότι: «είναι φανερό ότι έχει αποτύχει η πολιτική της κυβέρνησης, το λέγαμε από την αρχή ότι το μογλδοψέ ακορντεόν θα έχει καταστροφικές συνέπειες και για την οικονομία και για την κοινωνία. Όπως βλέπετε μετά από το μακρύτερο μογλδοψέ της Ευρώπης, έχουμε περίπου 20.000 νέα κρούσματα τις τελευταίες 10 μέρες και όλη την Ελλάδα στο κόκκινο. Έχω ζητήσει εδώ και περίπου ένα μήνα να υπάρξει προ ημερήσιας συζήτησης στη Βουλή, γιατί χρειάζεται ένα εθνικό σχέδιο για το πώς θα αντιμετωπίσουμε από εδώ και πέρα την πανδημία».

Όταν δε ερωτήθηκε για η δική της πρόταση είπε πως: «έχουμε προτείνει εδώ και πολλούς μήνες να προχωρήσουμε στο ασφαλές άνοιγμα. Όχι μογλδοψέ ακορντεόν, αλλά να ανοίγουμε περιοχές με βάση τα επιδημιολογικά στοιχεία. Αυτό, όμως, σημαίνει ότι πρέπει να έχουμε αξιόπιστα δημόσια στοιχεία. Σημαίνει ότι θα πρέπει να έχουμε σοβαρούς ελέγχους με μεθοδολογία αποτελεσματική. Να έχουμε ιχνηλάτηση σε όλη την Ελλάδα και όχι μόνο από την Πολιτική Προστασία. Όλα αυτά που εδώ και ένα χρόνο δεν κάνει η κυβέρνηση με αποτέλεσμα να βρισκόμαστε τώρα σε αυτό το σημείο. Με το Εθνικό Σύστημα Υγείας στο κόκκινο, Με τις ιδιωτικές κλινικές στην πραγματικότητα εκτός σχεδιασμού. Να διοχετεύονται μόνο τα μη Γοχιδ περιστατικά εκεί». Επίσης, αναρωτήθηκε «για πιο πράγμα είναι περήφανη η κυβέρνηση, που προπαγανδίζει ότι η έχει πετύχει στην αντιμετώπιση της πανδημίας. Για το ότι είμαστε ακόμα στο κόκκινο μετά από τόσους μήνες καραντίνας; Για το ότι υπάρχει ακόμα συνωστισμός στα σχολεία, ένα χρόνο μετά από το ξέσπασμα της πανδημίας; Τα σχολεία λειτουργούν όπως λειτουργούσαν και πριν ένα χρόνο, πριν από τον κορωνοϊό. Για το συνωστισμό στα Μέσα Μαζικής Μεταφοράς, όπου δεν



κατάφεραν ναβάλουν περισσότερα δρομολόγια και όπου πρόσθεσαν ήταν με λεωφορεία χωρίς παράθυρα;”

Τέλος, σε ό,τι σχετίζεται με τις δημοσιονομικές δυνατότητες της Ελλάδας να χρηματοδοτήσει το υγειονομικό της σύστημα γ κα Γεννηματά είπε ότι: «είναι η πρώτη φορά, μετά από πολλά χρόνια, που έχουμε αυτή τη δυνατότητα. Το είπε ο ίδιος ο πρωθυπουργός, ότι έχει πάνω από 30 δις ευρώ να διαθέσει και αυτό γιατί υπάρχει το απόθεμα που προέκυψε από την υπερφορολόγηση της μεσαίας τάξης, που επέβαλε ο Σύριζα την προηγούμενη περίοδο, έχουμε τη δυνατότητα και δανείζεται η κυβέρνηση με χαμηλά επιτόκια με την εγγύηση της Ευρωπαϊκής τράπεζας και δεν έχουμε δημοσιονομικούς περιορισμούς. Υπάρχει, λοιπόν, το πακέτο των πόρων, στο οποίο αναφέρθηκε ο ίδιος ο Πρωθυπουργός, αλλά εν έχει δώσει εμπροσθοβαρώς η κυβέρνηση τα χρήματα και εγώ αναρωτιέμαι πότε θα τα δώσει, πότε περιμένει να τα δώσει. Να δημιουργηθούν τα ερείπια και μετά να είναι πολύ δύσκολο να ανακάμψει η ελληνική οικονομία; Όταν θα θρηνήσουμε ακόμα περισσότερα θύματα; Όταν θα είναι μεγαλύτερες οι απώλειες και σε ζωές και στην οικονομία;».

# ΓΙΟΡΤΑΖΟΥΜΕ Ή ΤΙΜΟΥΜΕ;

«Θέλεις ν’ αγιάσης καί δεν σ’ αφήνουν» μου εκμυστηρεύθηκε ένας στενός φίλος κατά την εβδομαδιαία μας συνομιλία. «Δεν μπορούν να κάνουν έστω έναν απλό συλλογισμό» μου συνέχισε ωρυόμενος γιά την κατάσταση των φοιτητών του, καί ο θυμός του μετατράπηκε σε μελαγχολία μόλις του θύμωσα πως εν πολλοίς ευθύνεται ο εκπαιδευτικός χώρος που εκπροσωπεί εδώ καί μερικές δεκαετίες γι’ αυτήν την κατάντια. Καί το πόσο μάλιστα έχει επηρεάσει ολόκληρη την ζωή μας φαίνεται από το ότι κοντεύει να γίνη εθνικό σύνθημα η φράσις «κάθε πέρσι καί καλλίτερα».

Τω όντι είναι αναμενόμενο όταν κυριαρχεί μία πνευματική θολούρα να επηρεάση καί τον υπόλοιπον βίο του ανθρώπου μιάς καί το πώς αντιλαμβανόμαστε τον κόσμο γύρω μας μάς προϊδεάζει καί γιά το πώς θα συμπεριφερθούμε εντός αυτού, εάν βεβαίως η συμπεριφορά μας συμβαδίζει με την σκέψιν μας καί φυσικά εάν η σκέψις μας είναι αυτή που καθοδηγεί την συμπεριφορά μας, διότι καί εδώ υστερούμε μιάς καί επί μία δεκαετία τουλάχιστον υπάρχει πληθώρα προοδευτικών ινστρουχτόρων (γιά να χρησιμοποιήσω την αγαπημένη τους ορολογία) που διακηρύττει πως υπάρχουν μόνον συναισθήματα καί πως τα πάντα είναι υποκειμενικά, οπότε δεν γίνεται να πρέπει να συμβαδίζει η σκέψις με την συμπεριφορά.

Τοιουτοτρόπως, καταλήγουμε στο να έχουμε ανθρώπους που διακηρύττουν πως δεν υπάρχει αντικειμενική αλήθεια, αλλά να παραπονιούνται ταυτοχρόνως πως υπάρχουν ψεύτες, να λοιδωρούν την έννοια της τιμής, αλλά να θυμώνουν όταν άνθρωποι τους συμπεριφέρονται με άτιμο τρόπο, να καταδικάζουν την αριστεία καί να μένουν άναυδοι όταν βλέπουν την ανικανότητα να θριαμβεύη, να διαλαλούν πως δεν υπάρχει αντικειμενική ηθική, αλλά να κατηγορούν τους ανθρώπους ως ανήθικους καί υποκριτές ή όπως έγραφε ο εξαίρετος Κ. Λούις στο έργο του «Η Κατάργησις του Ανθρώπου»:

«Ευνουχίζουμε καί μετά προστάζουμε τους ευνούχους να είναι γόνιμοι»!

Σκεφτείτε γιά λίγο όμως τι ζημιά γίνεται με όλον αυτόν τον οχταρμά, καί ακόμα πόσο μεγαλύτερη γίνεται αυτή η ζημιά όταν δεν περιορίζεται στους νοσηρούς εγκεφάλους των όσων προωθούν όλα αυτά, αλλά όταν προωθούνται από το ίδιο το κράτος δημιουργώντας κατ’ αυτόν το τρόπον σχεδόν ανεπανόρθωτη ζημιά στον ίδιο τον κοινωνικό ιστό.

Δεν χρειάζεται να πάμε μακριά. Φέτος έχουμε την 200<sup>η</sup> επέτειο της Εθνεγερσίας του 1821. Από την πρώτη στιγμή οι πρώτοι που φρόντησαν γιά να δυσφημήσουν τους πρωτεργάτες καί τους ήρωες της Εθνεγερσίας ήταν αυτοί που υποτίθεται ήταν υπεύθυνοι γιά τον «εορτασμό» αυτής της επετείου. Αντί να παρουσιάσουν τι ακριβώς ήταν αυτή η Εθnéγερσις, πώς συνέβει, γιατί πέτυχε, κατά πόσον πέτυχε κ.ο.κ. εξ αρχής φρόντησαν να κατηγορήσουν τον πρώτο κυβερνήτη της Ελλάδος καί εν πολλοίς ο κύριος



λόγος που μπόρεσε η Εθnéγερσις να έχη κάποια επιτυχία, ως «εκσυγχρονιστή δικτάτορα», τον Γεώργιο Καραϊσκάκη ως τον ανήθικο επιβήτορα της Επανάστασεως(!), έχει ως μέλη της επιτροπής ανθρώπους που εξύμνησαν την οθωμανική αυτοκρατορία ως εξαίρετο χώρο ειρηνικής συνυπάρξεως εθνότητων, πολιτισμών καί θρησκειών, άλλων που αρνούνται την συνέχεια του Ελληνικού έθνους καί πολλά ακόμη που θα χρειαζόντουσαν πολλά άρθρα γιά να τα καταγράψη κανείς, αρκεί να συλλογιστή κανείς πως ένα μέλος παραιτήθηκε λόγω της «ουδετεροπατρίας» του εορτασμού. Ο κάθε ενδιαφερόμενος αναγνώστης μπορεί να επισκεφθή την ιστοσελίδα της επιτροπής καί να διαβάση τα «διαμάντια» που έχουν αναρτηθεί εκεί.

Σκοπός βεβαίως του άρθρου αυτού δεν είναι η κατάκρισις αυτών των θέσεων όσο κατακριταίες καί να είναι, αλλά να δούμε λίγο το πώς φτάσαμε σε σημείο μία επιτροπή η οποία είναι επιφορτισμένη με τον εορτασμό μίας εθνικής επετείου, ενός γεγονότος ζωτικής σημασίας γιά το ελληνικό έθνος, όχι μόνον ενεργά να δυσφημή τους πρωτεργάτες της Εθνεγερσίας, αλλά να προσπαθή παντελώς να αποβάλη κάθε εθνικό ή πατριωτικό χαρακτήρα της εορτής.

### Ο ΝΕΟΣ ΔΙΠΟΛΙΣΜΟΣ

Από τις αρχές του 20<sup>ου</sup> αιώνας, αλλά περισσότερο από την μεταπολεμική εποχή καί μετά, ο διπολισμός μεταξύ δεξιάς καί αριστεράς είχε αρχήσει να μεταβάλεται σε κάπως πτιό ιδεολογικά καί κατά κάποιον τρόπον υπαρξιακά πλαίσια σε διαχωρισμό μεταξύ έθνους/κράτους καί παγκοσμιοποιήσεως καί συγκεκριμένα κάπως πτιό προσφατα μεταξύ εθνισμού/πατριωτισμού καί εθνομηδενισμού.

Μέρος αυτού του διπολισμού προήλθε αρχικά από την διαφωνία γιά τον ρόλο του κράτους καί τις υποχρεώσεις των πολιτών καί εξελήχθηκε στην

έννοια του κράτους, εάν πρέπει να υπάρχει, καί ποιά τα δικαιώματα των πολιτών ή των ανθρώπων που ζουν εν αυτώ.

Βεβαίως ένα μεγάλο μέρος αυτής της διαφοράς μεταξύ των δύο αξόνων είναι η ερμηνεία της Ιστορίας, ποιοί είναι οι κινητήριοι μοχλοί της Ιστορίας, πως κατανοείται ο ρόλος μας μέσα στην Ιστορία κ.ο.κ. Γι’ αυτό τον λόγο έχει υπάρξει τόσο μεγάλος πόλεμος εναντίον της ιστορίας καί ιστορικών γεγονότων. Προσέξτε λίγο πώς ακριβώς αμφισβητούνται κάποια γεγονότα καί συγκεκριμένα ο σκοπός γιά τον οποίον αμφισβητούνται.

Το Κρυφό Σχολειό, η θυσία στο Ζάλογγο, οι σφαγές προ, κατά καί μετά την Επανάστασιν καί πολλά άλλα γεγονότα τα οποία έχουν αμφισβητηθεί με απότερο σκοπό την παρουσίασιν της οθωμανικής



αυτοκρατορίας ως τόπο ειρηνικής διαβιώσεως εθνοπτων, θρησκείων καί πολιτισμών. Γι’ αυτό καί οι επίσημες «γιορτές» γιά την Εθnéγερσιν προσπαθούν να «ξεπεράσουν τα όρια της Ελλάδος» καί να συνεορτάσουμε μαζί με άλλες χώρες, όπως προσφάτως ανακοίνωσε η πρόεδρος της επιτροπής πως συν-εργάζεται με τον

πρέσβη του Μπαγκλαντές ώστε να «εξετάσουμε την δυνατότητα συνδυασμού δράσεων στο πλαίσιο των εορτασμών» ξεχνώντας προφανώς πως η συγκεκριμένη χώρα είναι παλαιά σύμμαχος της τουρκίας, είχε αποπειραθεί κατά την διάρκεια του 1980 να αναγνωρίση το ψευδοκράτος, καί συνεργάζεται στενά με την τουρκία γιά να στηρίξη την «σκληρή» διπλωματική γραμμή του τούρκου προέδρου γιά τις διεκδικήσεις στο Αιγαίο!

Γι’ αυτό επίσης καί δεν γίνεται καμμία αναφορά στο 1453 καί την πτώσιν της Βυζαντινής Αυτοκρατορίας καί καταλήγουμε στο να παρουσιάζεται η Εθνεγερσία προερχομένη έως διά μαγείας καί γιά αόριστους λόγους οι οποίοι μπορούν να καλυφθούν υπό τον μανδύα της «ταξικής πάλης» ώστε μέλος της επιτροπής καί καθηγητής της ιστορίας να μπορέση να μας πη πως η Εθnéγερσις ήταν το αποτέλεσμα μίας περιθωριακής ελίτ, που όμως δεν συμβιβάζεται με την έννοια της ταξικής πάλης, αλλά όπως προαναφέραμε οι ασυνέπειες καί οι αντιφάσεις είναι φαινομενικές μιάς καί τα πάντα είναι σχετικά.

### ΤΙΜΗ ΚΑΙ ΠΡΟΣΦΟΡΑ

Τι πρέπει να κάνουμε ή μάλλον τι μπορούμε να κάνουμε; Πέραν από την ξαναπόκτησιν της λογικής καί την προσύλωσίν μας στις αξίες καί στα ιδανικά τα οποία έθρεψαν γενιές καί γενιές στο να μεγαλουργήσουν, πρέπει να ξαναπαρουσιάσουμε την κατανόησιν της πραγματικότητος καί περισσότερο απ’ όλα πως υπάρχει πραγματικότητα καί πως τα πάντα δεν είναι σχετικά καί βασιζόμενα στις γνώμες μας καί στα συναισθήματά μας.

Πέραν όλων αυτών όμως δεν θα μπορούσαμε να κάνουμε τίποτα καλλίτερο από το να τιμήσουμε αυτούς τους ανθρώπους που ενσάρκωσαν όλα αυτά τα ιδανικά καί τα πιστεύω. Να τιμήσουμε καί όχι να τους γιορτάσουμε διότι δεν είμαστε άξιοί τους αφού όχι μόνον δεν συνεχίσαμε αυτό που άρχισαν αυτοί, αλλά ούτε καν το διαφυλάξαμε γιά να το παραδώσουμε στους επομένους.

Ο Αριστοτέλης είχε ορθότατα διατυπώσει την συγγένεια των λέξεων ήθος καί έθος καί επεσήμανε πως το έθος μας, οι συνήθειές μας δηλαδή καί ο τρόπος της ζωής μας, είναι αυτά που διαμόρφωσαν καί το ήθος μας καί εν πολλοίς το έθος μας διαμορφώνεται από την αντίληψιν του κόσμου γύρω μας καί η ευτυχία κατά το πόσο προσαρμόζουμε την ψυχήν μας καί το εαυτόν μας προς την πραγματικότητα καί όχι τ’ αντίστροφο που προσπαθούν εδώ καί χρόνια να διαμορφώσουν την πραγματικότητα προς τις θεωρίες, τα συναισθήματα καί την θέλησιν των.

Να τιμήσουμε λοιπόν τους ανθρώπους αυτούς εμπνεόμενοι από τα έργα τους, τις πράξεις, σκέψεις καί τα κατορθώματά των. Να δούμε πώς ξεπέρασαν πολλές φορές τον ίδιο τον εαυτόν τους, όχι ωραιοποιώντας καί παραβλέποντας τα ελαττώματά των, αλλά πως παρά αυτά μεγαλούργησαν καί έγιναν λαμπροί φάροι γιά όσους αγωνίζονται καί μοχθούν γιά την πατρίδα, το έθνος, την αρετή, την ελευθερία, την τιμή καί όλες τις αξίες που γεμίζουν την ζωή μας, που αναδεικνύουν την αξίαν της καί που μας ανυψώνουν προς το Θείο καί το Καλό, έχοντας πάντα στον νου μας τα λόγια του Κωστή Παλαμά:

«Χρυστάτε καί σε όσους ήρθαν, πέρασαν, θα ’ρθούνε, θα περάσουν.

Κριτές, θα μας δικάσουν οι αγέννητοι, οι νεκροί».

Νικόλαος Π. Γάβαρης  
ξιλομαστοηχασιτ@σαθοο.γον

## Παράταση σχολικής χρονιάς, κανονικά οι Πανελλαδικές

Στα μέσα Ιουνίου θα ξεκινήσουν φέτος οι Πανελλαδικές Εξετάσεις για την εισαγωγή στα ΑΕΙ. Αυτό ανέφερε χθες η υπουργός Παιδείας Νίκη Κεραμέως, προσθέτοντας ότι θα υπάρξει παράταση του σχολικού έτους έως τα τέλη Ιουνίου. Επίσης, εξετάζεται η έναρξη του επόμενου σχολικού έτους μία εβδομάδα νωρίτερα από τη συνήθη 11η Σεπτεμβρίου, όπως και πέρυσι.

Ειδικότερα, η κ. Κεραμέως τόνισε ότι οι Πανελλαδικές Εξετάσεις θα γίνουν τον Ιούνιο όπως πέρυσι (το 2020 ξεκίνησαν στις 15/6). Βέβαια, η επιστροφή των μαθητών στα θρανία θα κριθεί από την πορεία της πανδημίας. Εκτιμάται πως αύριο η επιτροπή εμπειρογνομόνων του υπ. Υγείας θα δώσει ένα στίγμα. «Είναι απόλυτη προτεραιότητα της κυβέρνησης να ανοίξουν τα σχολεία, με ειδική μέριμνα για τα γυμνάσια και τα λύκεια», ανέφερε η υπουργός Παιδείας, με τις πληροφορίες να λένε πως εξετάζεται το άνοιγμά τους στις αρχές Απριλίου, χωρίς να αποκλείεται η τμηματική –ανά βαθμίδα– επιστροφή των μαθητών.

Ως προς τις προαγωγικές και απολυτήριες εξετάσεις των μαθητών της δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης, το υπ. Παιδείας επιθυμεί να πραγματοποιηθούν στο πλαίσιο της επιστροφής των μαθητών στην κανονικότητα. Ωστόσο, εδώ και καιρό είναι ισχυρό το σενάριο να μη γίνουν, ώστε να εξοικονομηθούν ημέρες διδασκαλίας για επαναλήψεις της σχολικής ύλης. Όσο καθυστερεί η επιστροφή στη διά ζώσης λειτουργία, τόσο ενισχύεται η προοπτική της μη πραγματοποίησης ενδοσχολικών εξετάσεων.

Την ίδια στιγμή, χθες ανακοινώθηκε η έναρξη του προγράμματος 112 εκατ. ευρώ για την αγορά τεχνολογικού εξοπλισμού για μαθητές, σπουδαστές και φοιτητές μέσω συστήματος επιταγών (χοφγθεσ). Δικαιούχοι θα είναι οι οικογένειες με ισοδύναμο οικογενειακό εισόδημα έως 6.000 ευρώ, οι οποίες θα λάβουν επιταγή 200 ευρώ για κάθε εξαρτώμενο τέκνο ηλικίας από 4 έως 24 ετών, το οποίο φοιτά σε εκπαιδευτική δομή στην Ελλάδα. Η πλατφόρμα θα ανοίξει για την κατάθεση αιτήσεων σε δύο φάσεις. Στην πρώτη θα μπορούν να καταθέσουν αίτηση οικογένειες οι οποίες έλαβαν το επίδομα παιδιού του ΟΠΕΚΑ στην πρώτη εισοδηματική κατηγορία το έτος 2020. Στη δεύτερη φάση, η πλατφόρμα θα ανοίξει και για τους υπόλοιπους δικαιούχους που πληρούν τα εισοδηματικά και κοινωνικά κριτήρια του προγράμματος.

Πρακτικές ασκήσεις

Για την τριτοβάθμια εκπαίδευση, με δεδομένο ότι και το εαρινό εξάμηνο θα γίνει εξ αποστάσεως, η κ. Κεραμέως υπογράμμισε ότι μελετώνται προσαρμογές για τις πρακτικές ασκήσεις. Φοιτητές από σχολές της Αθήνας έχουν προγραμματίσει αύριο στις 12.00 παράσταση διαμαρτυρίας στο υπουργείο, «προκειμένου να πραγματοποιήσουμε την πρακτική άσκηση και τα εργαστήρια διά ζώσης με όλα τα μέτρα προστασίας», όπως λένε σε κείμενο. Τέλος, φοιτητές (π.χ. χημικοί μηχανικοί ΕΜΠ) ζητούν να ληφθεί μέριμνα ώστε να πάρουν άδεια για να μετακινούνται προς τη σχολή τους για την εκπόνηση της πρακτικής άσκησης ή της διπλωματικής τους.

## Συμβουλές για να ανανεώσετε τον γάμο σας



Οι χρήσιμες συμβουλές που μας προτείνουν οι ειδικοί για να ανανεώσετε τον γάμο σας και την σχέση σας με τον σύντροφό σας.

Πολλοί άνθρωποι όταν γίνονται γονείς τείνουν να παραμελούν τη σχέση με τον/τη σύντροφό τους και να εστιάζουν στο μεγάλω-

μα των παιδιών τους. Πρόκειται για μια αλλαγή απολύτως φυσιολογική, αφού ο ερχομός ενός παιδιού στον γάμο θέτει τη σχέση σας σε νέα βάση και αλλάζει οριστικά τις προτεραιότητές σας.

**Πώς θα βελτιώσετε το γάμο σας**

Ωστόσο, η δημιουργία της οικογένειάς σας βασίστηκε ακριβώς πάνω στη σχέση που έχετε ως ζευγάρι.

Αυτό που πρέπει να έχετε κατά νου είναι ότι η φροντίδα της σχέσης σας είναι θέμα ποιότητας, όχι θέμα ποσότητας. Ακολουθήστε, λοιπόν, τις παρακάτω συμβουλές για να έρθετε πιο κοντά με τον/τη σύζυγό σας.

**Μην ξεχνάτε τις αγκαλιές**

Οι αγκαλιές και τα φιλάκια είναι άμεσοι και αποτελεσματικοί τρόποι να δείξετε την αγάπη σας στον σύντροφό σας. Φροντίστε, λοιπόν, να αγκαλιάζετε και να φιλείτε με κάθε ευκαιρία: όταν ξυπνάτε το πρωί, όταν συναντιέστε μετά τη δουλειά και προτού κοιμηθείτε.

**«Αποδείξεις».. αγάπης**

Τα τρυφερά λόγια είναι ένας εξαιρετικός τρόπος να δείξετε στον/στη σύζυγό σας την αγάπη σας, όμως δεν αρκούν. Αυτό σημαίνει ότι θα πρέπει να δείχνετε και έμπρακτα την αγάπη και τη στήριξή σας, φροντίζοντας να κάνετε την καθημερινότητά του άλλου πιο εύκολη αλλά και πιο ευχάριστη.

Φροντίστε να μοιράζετε δίκαια τις δουλειές του σπιτιού και τη βοήθεια στα παιδιά και προσπαθήστε να βρείτε τρόπους να εκπλήξετε ευχάριστα το άλλο σας μισό, μαγειρεύοντάς του για παράδειγμα το αγαπημένο του πιάτο.

**Η τεχνολογία υπέρ σας**

Χρησιμοποιήστε την τεχνολογία προς όφελός σας.

Αρχίστε να ανταλλάσσετε μηνύματα και φωτογραφίες με τον/τη σύζυγό σας κατά τη διάρκεια της ημέρας, ώστε να νιώθετε συνδεδεμένοι ακόμη κι όταν είστε μακριά. Δεν χρειάζεται να είναι... πικάντικα μηνύματα (αν κι αυτά επίσης λειτουργούν).



*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 Πρασά, και των συνεργατών του, τηλεφωνείστε τους και μιλήστε τους στην γλώσσα μας.**

ΕΔΩ ΓΕΛΑΝΕ

Η κλιματική αλλαγή κόβει τα «πόδια» των παγετώνων



Αεροφωτογραφία του παγετώνα Χούμπολτ, ενός από τους σημαντικότερους της Γροιλανδίας, και του εδάφους που αποκαλύφθηκε από την τήξη τμήματός του.

Από τη λεπτή παγοκάλυψη του Αρκτικού ωκεανού έως τον παχύ μανδύα των παγετώνων, οι απώλειες αυξήθηκαν από περίπου 760 δισεκατομμύρια τόνους ετησίως τη δεκαετία του 1990 σε περισσότερο από 1,2 τρισ. τόνους ετησίως κατά τη δεκαετία του 2010, δείχνει νέα μελέτη που δημοσιεύτηκε τη Δευτέρα. Πρόκειται για αύξηση απωλειών άνω του 60%, κατά πολύ μεγαλύτερη από ό,τι υπολογίζαμε μέχρι τώρα.

Είναι λογικό να πιστεύουμε ότι ο ρυθμός τήξης θα συνεχίσει να επιταχύνεται. Η έκταση του φαινομένου, μαζί με τις συνέπειες της ανόδου της στάθμης της θάλασσας, εξακολουθεί να υποβαθμίζεται από την παγκόσμια επιστημονική κοινότητα. Η αποτυχία να ληφθεί πλήρως υπόψη ο ρόλος των ωκεανών στην υποχώρηση των παγετώνων σημαίνει ότι η άνοδος της θαλάσσιας στάθμης από την υποσκαψη των παγετώνων μπορεί να υποτιμάται από έναν «τουλάχιστον διπλό παράγοντα», αναφέρει δημοσίευμα στο περιοδικό Science Advances.

«Είναι σαν να κόβονται τα πόδια των παγετώνων αντί να λιώνει ολόκληρο το σώμα», δήλωσε ο Ερίκ Ρινιότ, ένας από τους συγγραφείς της δημοσίευσης και ερευνητής στο εργαστήριο Jet Propulsion της NASA και στο Πανεπιστήμιο της Καλιφόρνια στο Ιρβιν. «Όσο κοιτάμε, συνειδητοποιούμε ότι οι ενδείξεις υποχώρησης ξεκινούν γρηγορότερα από ό,τι νομίζαμε».

Οι τρέχουσες επιταχυνόμενες απώλειες πάγου συμβαδίζουν με τα χειρότερα σενάρια –για την αύξηση της στάθμης των θαλασσών– της Διακυβερνητικής Επιτροπής για την Κλιματική Αλλαγή (ΙΠΓΓ) του ΟΗΕ. Η επιτροπή διαπίστωσε ότι το λιώσιμο των πάγων θα μπορούσε να οδηγήσει στην αύξηση της στάθμης της θάλασσας κατά περίπου μισό μέτρο έως το 2100.

Επιπλέον, η έρευνα της ΞΑΤΑ υποδηλώνει ότι η IPCC μπορεί να έχει υποτιμήσει τη μελλοντική αύξηση της στάθμης, εάν η ίδια, της οποίας αναμένεται νέα έκθεση φέτος, δεν λαμβάνει πλήρως υπόψη τη δύναμη του ωκεανού όταν χτυπάει τον πάγο και τον υποσκάπτει.

Η μελέτη στο περιοδικό The Cryosphere, με επικεφαλής τον ερευνητή του Πανεπιστημίου του Λιντς Τόμας Σλέιτερ, συνυπολογίζει τις απώλειες από τους ηπειρωτικούς παγετώνες της Γροιλανδίας, τις κορυφές των Ιμαλαίων και της Ανταρκτικής, από το 1994 έως το 2017.

Ωστόσο, η τήξη των πάγων δεν μεταφράζεται εξ ολοκλήρου σε άνοδο της θαλάσσιας στάθμης. Για παράδειγμα, 7,6 τρισ. τόνοι που προέρχονται από την τήξη του πλωτού καλύμματος του Αρκτικού ωκεανού δεν προκαλούν αύξηση. Η απώλεια, όμως, του πλωτού πάγου ανοίγει τον δρόμο για την απελευθέρωση των πάγων της Γροιλανδίας και της Ανταρκτικής, που αποτελούν το 99% όλων των γλυκών υδάτων του πλανήτη.

Οι λιωμένοι πάγοι της Γροιλανδίας συμβαδίζουν με το χειρότερο σενάριο της ΙΠΓΓ. Μέχρι στιγμής, οι αλπικοί παγετώνες (αυτοί που βρίσκονται σε οροσειρές όπως τα Ιμαλία, οι Άλπεις κ.λπ.) συμβαδίζουν σε απώλειες με τους παγετώνες των πόλων και της Γροιλανδίας, χάνοντας 6,1 τρισ. τόνους πάγου την ίδια χρονική περίοδο και προσθέτοντας έτσι το ίδιο ποσό στη στάθμη της θάλασσας. Με την πάροδο του χρόνου –πιθανότατα ξεκινώντας από τώρα– οι πάγοι των πόλων θα αρχίσουν να ξεπερνούν κατά πολύ τις απώλειες των αλπικών παγετώνων και θα γίνουν οι κυρίαρχοι μοχλοί της παγκόσμιας αύξησης της στάθμης της θάλασσας.

Δεν αποτελεί έκπληξη το γεγονός ότι ο πάγος στον πλανήτη μας λιώνει, Το βασικό ερώτημα είναι πόσο γρήγορα θα οδηγήσει η κλιματική αλλαγή στην τήξη των πάγων σε Γροιλανδία και Ανταρκτική», τονίζει η Αμερικανίδα γεωλόγος.

Καταστροφή στα φιορδ

Μαζί με τη μελέτη του Πανεπιστημίου του Λιντς, η ΞΑΤΑ βοηθάει να καταστεί σαφές γιατί η παγκόσμια απώλεια πάγου είναι πιθανό να επιταχυνθεί περαιτέρω λόγω της υπερθέρμανσης του πλανήτη. Ένας από τους κύριους μηχανισμούς που αναγκάζουν τους παγετώνες να ρέουν γρηγορότερα στη θάλασσα είναι η εισροή ζεστού νερού κάτω από τον πάγο στα φιορδ της παράκτιας Γροιλανδίας. «Στα βαθιά φιορδ, το θερμό νερό εισχωρεί εκατοντάδες μέτρα κάτω από την επιφάνεια, λιώνοντας τους παγετώνες από τη βάση τους», δήλωσε ο παγετωνολόγος Μάικ Γουντ του Πανεπιστημίου του Λιντς και του Jet Propulsion Laboratory της NASA. «Όταν τα νερά αυτά θερμαίνονται περισσότερο –φαινόμενο που είδαμε στις αρχές της δεκαετίας του 2000– η τήξη εντείνεται, αναγκάζοντας τους παγετώνες να υποχωρήσουν, να γίνουν ασταθείς και να χάσουν πάγο». Τα ευρήματα της εξαετούς έρευνας Oceans Melting Greenland μπορούν να ωθήσουν στον εκ νέου υπολογισμό των μοντέλων για τη Γροιλανδία αλλά και για τους πάγους της Δυτικής Ανταρκτικής.



# Η Ελληνίδα που μας έμαθε να ταξιδεύουμε

Γεμάτη από αναμνήσεις και συγκινήσεις, η Μάγια Τσόκλη μάς προτρέπει να γυρίσουμε τον κόσμο, γιατί «είναι ίσως ο μοναδικός τρόπος να επιμηκύνεις τη ζωή σου».

Αν μια Ελληνίδα είναι απόλυτα συνδεδεμένη στη συλλογική συνείδηση με το ταξίδι, αυτή είναι σίγουρα η Μάγια Τσόκλη. Δίκαια, όπως φαίνεται, όχι



μόνο για τη μακρόχρονη ενασχόλησή της με το ταξιδιωτικό ρεπορτάζ, αλλά και γιατί, όπως λέει η ίδια, γεννήθηκε ταξιδεύοντας: «“Συνελήφθην”, λέει η οικογενειακή ιστορία, στη Βενετία. Γεννήθηκα στο Παρίσι και από μηνών ακόμη άρχισε το πηγαινέλα στην Ελλάδα με αεροπλάνα, τρένα και αυτοκίνητα. Πάντα λάτρευα να κοιτώ έξω από το παράθυρο, για τη μόνιμη εναλλαγή εικόνων, την αναζήτηση μιας λεπτομέρειας που κανείς άλλος δεν παρατήρησε ποτέ», θυμάται. Η σήμερα, μεταξύ άλλων, είναι συνδημιουργός της μπύρας Νήσος, δημιουργός των sites [travelsbytravelers.com](http://travelsbytravelers.com) και [lepetitjournaldetinos.gr](http://lepetitjournaldetinos.gr) και πρόεδρος ΔΣ του μουσείου Κώστα Τσόκλη στην Τήνο – σίγουρα δεν είναι ένας συνηθισμένος άνθρωπος που μπορεί να συστηθεί με μία ιδιότητα: «Οι πολλές ιδιότητες μπορεί να καλύπτουν την ανάγκη μου για πολλές, ταυτόχρονες ζωές, όμως πιστεύω ότι με δυσκολεύουν στις κοινωνικές και επαγγελματικές μου επαφές. Ο άλλος θέλει να σε κατατάξει κάπου όταν σε έχει απέναντί του και στη δική μου περίπτωση αυτό είναι δύσκολο. Καταλήγουμε στο “η Μάγια είναι... η Μάγια”».

Για εκείνη, όσο περισσότερο ταξιδεύει κανείς τόσο πιο πλούσια σε αναμνήσεις και συγκινήσεις είναι η ζωή του: «Το ταξίδι είναι ίσως ο μοναδικός τρόπος –το λέω χρόνια και με χαρά βλέπω τη σκέψη μου να υιοθετείται και από νεόκοπους ταξιδιώτες– να επιμηκύνεις τη μοναδική ζωή που σου χαρίστηκε. Περνούν μέρες, εβδομάδες και μήνες καθημερινής ρουτίνας που απλώς εξατμίζονται, σαν να μην υπήρξαν ποτέ. Και έρχεται ένα μικρό, ταπεινό Σαββατοκύριακο στο Πάπιγκο, στην Ύδρα ή στο Παρίσι να καλύψει με τη λεπτομερή θύμησή της τη θολή πάχνη της καθημερινότητας», εξηγεί.

Καθώς ο κόσμος αλλάζει στο πέρασμα των χρόνων, παρατηρεί ότι αρκετοί προορισμοί που κάλυψε μέσα από την εκπομπή «Ταξιδεύοντας με τη Μάγια Τσόκλη» δεν υπάρχουν πια, όπως η Συρία, ή δεν είναι πλέον ασφαλείς, όπως πολλά μέρη του Πακιστάν, του Αφγανιστάν ή της Υεμένης: «Ακόμη και η Τουρκία, που τόσο αγαπήσαμε, σήμερα για πολιτικούς λόγους έχει απομακρυνθεί από την ψυχή μας», παρατηρεί. Ωστόσο κάποια μέρη στα οποία αγαπά να επιστρέφει είναι «η Μαδαγασκάρη, η Αιθιοπία, το Αφγανιστάν, το Ιράν. Μέρη σκονισμένα αλλά και απαστράπτοντα. Μέρη που σε τράζουν, σε εκπαιδεύουν, σε επιστρέφουν στην απαρχή του κόσμου μας». Το Αφγανιστάν άλλωστε, όπως περιγράφει, ήταν από τα ταξίδια που την καθόρισαν ως άνθρωπο: «Η πρώτη φορά που βρέθηκα στη χώρα ήταν το καλοκαίρι του 2004, λίγο πριν από τις “ελεύθερες” εκλογές που έβγαλαν τον Καρζάι νικητή. Ήταν μια χώρα κατεστραμμένη από δεκαετίες πολέμων, με άγριους, ατρόμητους, σκληρούς, περήφανους ανθρώπους. Για πρώτη φορά, μέσα στα συντρίμια των αεροπλάνων και των τανκς, ανάμεσα σε οπλισμένους πολέμαρχους και παιδάκια που επέστρεφαν επιτέλους σχολείο, αισθάνθηκα ότι παρακολουθούσα την ιστορία να γράφεται και ποτέ δεν ένιωσα πιο ζωντανή», θυμάται. Ομοίως διδακτική ήταν για εκείνη και η Αφρική: «Μια εικόνα στη Ζάμπια άκρως αντιπροσωπευτική της ηπείρου: Ένας οικισμός με βουνά τα σκουπίδια. Μέσα από ένα από αυτά “αναδύεται” ένας πυλώνας ηλεκτρικού ρεύματος και σε ένα από τα “πόδια” του μια παρέα πιτσιρικά έχουν φτιάξει μια κούνια, τρέχουν, παίζουν και γελούν σαν να μην υπάρχει αύριο. Γιατί πιθανώς και να μην υπήρχε. Ήταν ένα αξέχαστο μάθημα ότι δεν υπάρχει τίποτε πιο βέβαιο από το Τώρα. Και οφείλεις να το βιώνεις, να το σέβεσαι και να το εκτιμάς».

Πώς θα είναι το ταξίδι σε αυτές τις περιοχές, και γενικά, μετά την πανδημία; «Φοβάμαι ότι για κάποια χρόνια θα γίνει άτολμο και πιο αποστειρωμένο. Θα αποφεύγουμε τον συγχρωτισμό και θα προτιμάμε την καθαριότητα και την τήρηση των κανόνων από τα σκονισμένα αγαθά του παλιού κόσμου. Ίσως αυτό επισπεύσει και το τέλος του. Κατά τα άλλα, θα γίνουμε πιο συνειδητοποιημένοι ταξιδιώτες, αν και δεν το συνδέω απαραίτητα με την Γοχιδ-19. Νομίζω ότι είναι μια τάση της εποχής, που πάει χέρι με το πέρασμα της ανθρωπότητας σε ένα νέο κεφάλαιο, αυτό της (αναγκαστικής, εάν θέλουμε να επιβιώσουμε) αειφόρου, ποιοτικής ανάπτυξης, με νέες προτεραιότητες και νέα ήθη», καταλήγει.

Προσόντα ενός ταξιδιώτη θεωρεί την ευελιξία, την περιέργεια, την ενσυναίσθηση, την ευγένεια και το χιούμορ, κυριότερο όλων, όμως, τον σεβασμό στη διαφορετικότητα και στην προσπάθεια κατανόησής της. «Προφανώς και θα κρίνεις, προφανώς και θα συγκρίνεις, αλλά πάντα πρέπει να έχεις στο μυαλό σου ότι δεν έχεις όλες τις παραμέτρους για να το κάνεις αντικειμενικά».

# Η αγγλική να γίνη η επίσημη γλώσσα της Ελλάδος!

Τσικνοπέμπτη χτες και είπα να τιμήσω το έθιμο τρώγοντας, μεταξύ άλλων, τηγανητό συκώτι με λεπποκομμένα κρεμμυδάκια, αλατοπίπερο και σβησμένο



με κόκκινο κρασί. Είναι αυτό που λέμε νόστιμον ...ήπαρ! Μην γελάτε, οι χρήστες της συγχρόνου ελληνικής γλώσσας έχουν απασφαλίσει αναφορικά με νοήματα και έννοιες για αυτό ο καθένας καταλαβαίνει ό,τι θέλει κι'όχι αυτό που εννοούν οι λέξεις. Εάν το φαινόμενο μετεφράζεται

και σε ένα οργασμό πραγματικής λογοτεχνικής παραγωγής θα υπήρχε μια παρηγοριά, ωστόσο κάτι τέτοιο δεν φαίνεται να συμβαίνει, απεναντίας βλέπουμε μια εκφραστική συρρίκνωση που θυμίζει κάτι από γλώσσα ...διπλωματίας, φτιαγμένη για να ερμηνεύεται κατά το δοκούν. Με τη διαφορά ότι στην κανονική διπλωματική γλώσσα υπάρχει καλλιέργεια, ευφυΐα και διεύρυνση εκφραστικών ορίων. Πάρτε παράδειγμα τους Τούρκους που έχουν επιτυχώς ως τώρα εισάγει τον μαγικό ρεαλισμό του Γκαμπριέλ Γκαρθία Μάρκεθ ως προς την ερμηνεία του διεθνούς δικαίου και το κάνουν με τέτοια μαεστρία που αντί να γελάει ο κόσμος, κάθεται και τους ακούει. Η δική μας διπλωματική γλώσσα από την άλλη, όπως και η καθομιλουμένη, διακρίνεται από στέρηση φαντασίας και ελαστικότητας, αποδεικνύει στενότητα πνεύματος και διανοητικό κορεσμό. Προκαλεί κατάθλιψη το άκουσμα ή η ανάγνωση δηλώσεων διαφόρων υπευθύνων, αλλά και καθηγητών, ένθεν κακειθεν των εκπεφρασμένων θέσεων ως προς τα εθνικά συμφέροντα. Κοινότητες αναφορές, αυτάρεσκη επανάληψη συνθημάτων που προσφέρουν εκφραστική σιγουριά σε διανοητικούς πιθήκους, πλήρης αδυναμία εκτίμησης της μεγάλης ή μικρής εικόνας, χάνουν το δάσος αλλά και το δέντρο, χάνει η μάνα το παιδί και το παιδί τη μάνα, δεν ξέρουν ουσιαστικά τί λένε, αλλά αυτό δεν τους ενδιαφέρει, αν τους ενδιέφερε θα επιχειρούσαν να αντιληφθούν τουλάχιστον το περίγραμμα του αντικειμένου, το σημαντικό είναι να πούνε αυτό που έχουν να πούνε διότι το παιχνίδι παίζεται στο επίπεδο της επικοινωνίας όχι της ουσίας, οι άνθρωποι είναι “περφόρμερς”, αναμεταδότες στην πραγματικότητα, είναι σαν να διαβάζουν μια ανακοίνωση χωρίς να δίνουν σημασία στο περιεχόμενό της, όπως όταν οι ιερείς μας διαβάζουν τις εγκυκλίους του αρχιεπισκόπου ή του οικουμενικού πατριάρχη στις εκκλησίες μας! Και ο Μπιθκώσης που τραγούδαγε Ελύτη, δεν καταλάβαινε τί έλεγε, το είχε ομολογήσει ο ίδιος σε συνέντευξή του, όμως ένιωθε, είχε κεραίες κι'όχι απλές τηλεοπτικές αντένες, ήταν Μπιθκώσης σε τελική ανάλυση, τα σημερινά τσουτσέκια ξέρουν άραγε ότι είναι απλά τσουτσέκια;

Στο σημείο που έχουν φτάσει τα πράγματα – περιλαμβάνει και ανθρώπους ο όρος – θα ήταν απολύτως έντιμο αν η Ελλάς έκανε την αγγλική γλώσσα επίσημη της χώρας! Όπως η Ινδία και άλλες χώρες πρώην αποικίες. Αν σας ενοχλή η αγγλική λόγω αμερικανικού ιμπεριαλισμού, θα μπορούσε η γερμανική να πάρη τη θέση της, άλλωστε γερμανική αποικία πάει να καταντήση η χώρα, θα ήταν καθόλα φρόνιμο να υιοθετήση και τη γλώσσα της. Με τον τρόπο αυτό θα γλυτώση η ελληνική τον συστηματικό βιασμό και εξευτελισμό από πολιτικούς και άλλους δημοσίως εκφερομένους οι οποίοι κι'όταν επιχειρούν να μιλήσουν ελληνικά σκέφτονται αγγλικά ακόμη κι'αν δεν ξέρουν αυτή τη γλώσσα, ο σκληρός δίσκος του δημοσίου διαλόγου βασίζεται στην αγγλική. Αυτό συμβαίνει διεθνώς, η Ελλάς δεν είναι μοναδική περίπτωση. Το πρόβλημα με εμάς είναι ότι εξαιρουμένης της Κύπρου, πουθενά αλλού η ελληνική δεν είναι επικρατούσα γλώσσα – πώς λέμε επικρατούσα θρησκεία – και ένα εκφραστικό μέσον με 5000 χρόνια συνεχούς χρήσεως οδεύει προς τον μαρasmus εξευτελιζόμενο ανηλεώς σε καθημερινή βάση! Ο χαμερπής και τρισάθλιος Κωστόπουλος με τα “Κλικ” του και τις άλλες εκδοτικές αθλιότητες του, διαισθάνθηκε το “τρεντ” πολύ νωρίς και σ'αυτό υπήρξε πρωτοπόρος έστω και με γελοίο τρόπο. Οι “σοβαροί” πολιτικοί και οι “ανθρώποι του πνεύματος” ακολούθησαν συνεπéstατα, προσδίδοντας “κύρος” στο συνεχιζόμενο έγκλημα.

Να γίνη λοιπόν η αγγλική η επίσημη γλώσσας της Ελλάδος! Όπως και η χώρα μας από διακηρυγμένη Δημοκρατία κατήντησε “Ρεπούμπλικα” και ιμιτασιόν η κατομοίρα όπως τα ηχοσύνολα ΑΚΑ-Η που πουλούσαν οι γύφτοι (από το Αιγύπτιος) ως ΑΚΑΙ! Εάν τώρα αυτή η πρόταση σας παραφαίνεται τολμηρή επί του παρόντος, ας δοκιμάσωμε κάτι άλλο: να αντικατασταθή το αλφάβητο με αυτό των Ελλήνων της Μεγάλης Ελλάδος που εν συνεχεία ονομάστηκε Λατινικό! Να γλυτώση η ορθογραφία τουλάχιστον, διότι με το μονοτονικό και τις απλοποιήσεις έχει γίνει σαν μαδημένη κότα! Να υπάρχη το επίσημο “λατινικό” αλφάβητο για γενική χρήση και το σωστό αλφάβητο με τόνους και όχι κουτσουρεμένη γραμματική (υποτακτικές και απαρέμφατα μεταξύ άλλων) για όσους θέλουν να μάθουν ελληνικά. Όπως στη Σερβία που χρησιμοποιούνται τα δύο αλφάβητα και έχουν προκόψει οι άνθρωποι! Σε τελική ανάλυση, ήδη έχει αντικατασταθεί το ελληνικό αλφάβητο σε κινητά τηλέφωνα και υπολογιστές, ας το κάνωμε επίσημο να μην είμαστε και ανορθόγραφοι!

**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 F M**

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



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  
Μοσχαράκι 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



Τα 15 ελληνικά νησιά που  
προτείνει η Daily Telegraph

Το μεγαλύτερο παγόβουνο  
στον κόσμο «απειλεί» νησί  
στον Νότιο Ατλαντικό



Γιατί επέλεξε  
τον καθέναν από  
τους ελληνικούς  
νησιωτικούς  
προορισμούς  
Η βρετανική  
εφημερίδα Daily  
Telegraph  
επέλεξε τα κατά  
την άποψη των  
συντακτών της

15 καλύτερα ελληνικά νησιά για να επισκεφθεί κάποιος μετά την πανδημία.

Σύμφωνα με το αφιέρωμα, η Ζάκυνθος προσφέρεται για τις μαγευτικές παραλίες της, η Κέρκυρα ενδείκνυται για οικογένειες, η Δήλος διακρίνεται για την ιστορία της, η Μύκονος ξεχωρίζει για τα ιδιαίτερα ξενοδοχεία, η Κρήτη είναι ο «παράδεισος» του καλού φαγητού, τα Κουφονήσια προτιμώνται για τη γαλήνη και την ηρεμία τους και η Τήνος είναι γνωστή για τα τοπία της.

Επιπλέον, η Άνδρος θεωρείται το καλύτερο ελληνικό νησί για πεζοπορία, η Σύμη συνιστάται για ζευγάρια, ενώ Σκύρος, Σκόπελος, Σαντορίνη, Ρόδος και Λευκάδα θεωρούνται ιδανικά νησιά για την παράδοση, τα μοναστήρια, τη θέα, τη νυχτερινή ζωή και τα θαλάσσια σπορ, αντίστοιχα.

Σε ό,τι αφορά την Άνδρο, ο συντάκτης του αφιερώματος θεωρεί πως το νησί δεν ανήκει στις συμβατικές Κυκλάδες. Η πυκνή βλάστηση της Άνδρου και η ναυτική ιστορία της έδωσαν στο δεύτερο μεγαλύτερο νησί των Κυκλάδων μία αυθεντικότητα που δεν υπάρχει αλλού. «Μετά τους New York Times των ΗΠΑ και το Χαθαβοξδ της Δανίας, η Άνδρος συγκαταλέγεται σε ακόμη μία σημαντική λίστα με προτεινόμενα ελληνικά νησιά, δήλωσε σχετικά με τη νέα διάκριση που απέσπασε το νησί, ο αντιδήμαρχος Τουρισμού της Άνδρου, Νίκος Μουστάκας.



Το παγόβουνο «Α68α» κατευθύνεται προς το νησί της Νότιας Γεωργίας, στον Νότιο Ατλαντικό Ωκεανό. Στο νησί της Νότιας Γεωργίας, στον Νότιο Ατλαντικό Ωκεανό, πλησιάζει το μεγαλύτερο παγόβουνο του κόσμου, γνωστό ως «Α68α», έχοντας τη δυνατότητα να πλήξει το οικοσύστημα του βρετανικού υπερπόντιου εδάφους, σύμφωνα με τις εκτιμήσεις ειδικών.

Το παγόβουνο «Α68α» -το οποίο η ΞΑΤΑ εκτιμά ότι έχει περίπου το μέγεθος του Ντέλαγουερ, δηλαδή όσο η Αττική και η Βοιωτία μαζί- αποκολλήθηκε από την παγοκρηπίδα της Ανταρκτικής το 2017 και κατευθύνεται προς τη νήσο της Νότιας Γεωργίας, σύμφωνα με τις τοπικές αρχές. We are keeping a close eye on the A68a iceberg as it drifts through #SouthGeorgia waters. These shots taken from a @RoyalAirForce A400M aircraft provide a unique view. It was so huge it was impossible to capture its entirety in a single shot! #SGSSIdiscover Η συστάδα νησιών αποτελεί υπερπόντιο έδαφος του Ηνωμένου Βασιλείου, περίπου 800 μίλια νοτιοανατολικά των Νήσων Φώκλαντ. Ενώ στην περιοχή υπάρχουν βάσεις για επιστημονική έρευνα, θεωρείται αφιλόξενο περιβάλλον και δεν υπάρχουν μόνιμοι κάτοικοι. Αξιωματούχοι παρακολουθούν στενά το παγόβουνο με τη βοήθεια της Βασιλικής Πολεμικής Αεροπορίας της Βρετανίας, η οποία διεξήγαγε αποστολή αναγνώρισης, τραβώντας φωτογραφίες και βίντεο.

καφώς γράφατε!

www.galazio.club

Οι ενότητες του galazio.club

Ενημέρωση

Πλοήγηση

Πρόγνωση Καιρού

Συμπατριώτες

Εκδηλώσεις

Ελληνισμός  
Σε Όλο Το Κόσμο

Ομάδες Συζητήσεων

Εύρεση Εργασίας

Αρθρογραφία

Εξελιξεις

Παιχνίδιο

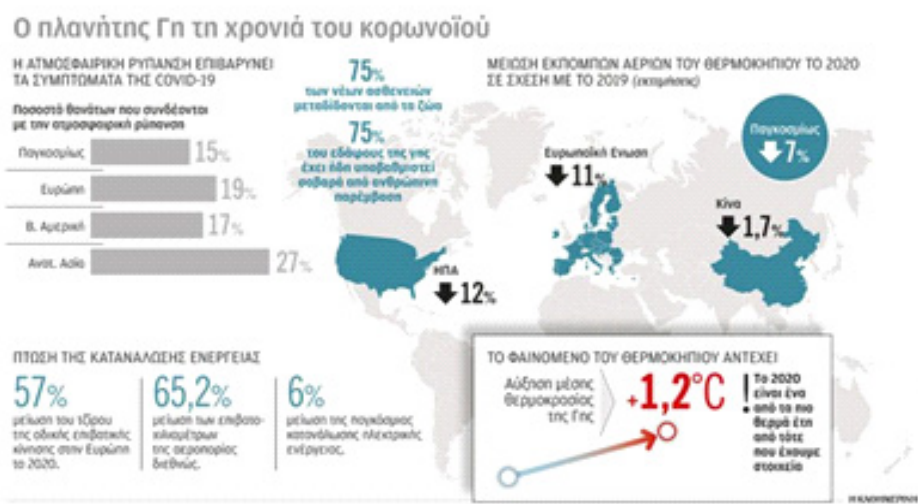
Κοτόστημα Galazio

www.Galazio.club

• Όταν διαβάσετε το έντυπο, προτιμάτε τον καφέ οικολογικής. Είναι το καλύτερο προσφοράς στο περιβάλλον!

• Το Galazio.club διατηρεί το δικαίωμα να αλλάξει χωρίς προειδοποίηση το περιεχόμενο του παρόντος εντύπου.

# Η μεγάλη απειλή της συνδημίας



Προάγγελος νέων πανδημιών η υποβάθμιση του περιβάλλοντος και της βιοποικιλότητας, αλλά και οι ανισότητες

Εχοντας ήδη σφραγίσει το 2020 και σκιάζοντας το 2021, η ΓΟΧΙΔ-19 δεν αποτελεί σε καμία περίπτωση τελειωμένη υπόθεση. Πολύ περισσότερο από μια τεράστια υγειονομική κρίση, η πανδημία του νέου κορωνοϊού αποτελεί παράλληλα ένα σήμα κινδύνου για την ανθρωπότητα και τη σχέση της με το περιβάλλον, που μαστίζεται από βαριά «υποκείμενα νοσήματα», στοιχεία μιας συνολικής περιβαλλοντικής κρίσης. Μέσα από αυτή αναδύονται οι νέες μολυσματικές ασθένειες που μεταδίδονται στον άνθρωπο (60% του συνόλου, 75% των νέων τα τελευταία χρόνια), πλήττοντας κοινωνίες με υπονομευμένο ανοσοποιητικό σύστημα. Ετσι ώστε, τελικά, οι βαριές συνέπειες του ΤΑΣΤ-ΓοΧ-2 να προκαλούνται όχι απλώς από την πανδημία, αλλά τη συνδημία, δηλαδή τη συνέργεια πολλών παραγόντων της υγειονομικής και περιβαλλοντικής υποβάθμισης, καθώς και της κοινωνικο-οικονομικής ανισότητας, όπως σημείωσε στο βρετανικό ιατρικό περιοδικό Μαξγου, ο αρχισυντάκτης του Ρίτσαρντ Χόρτον.

Ο επικεφαλής του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας, Τέντρος Αντανόμ Γκεμπρεγέσους προειδοποίησε πως «αυτή δεν θα είναι η τελευταία πανδημία», τονίζοντας πως «έδειξε πόσο στενή σχέση έχει η υγεία των ανθρώπων, των ζώων και του πλανήτη» και καλώντας την ανθρωπότητα να αντιμετωπίσει κατά μέτωπον την κλιματική αλλαγή και να φροντίσει για την «ευημερία» του ζωικού βασιλείου και της φύσης. Χαρακτήρισε μάλιστα «επικίνδυνα μυωπική» την πολιτική αρκετών κυβερνήσεων που δαπανούν μεγάλα ποσά όταν μαίνεται μια επιδημία, ενώ δεν κάνουν τίποτα για να αποτρέψουν την επόμενη.



Ποιο είναι λοιπόν το αποτύπωμα αυτής της τρομερής χρονιάς στο περιβάλλον και τι προβάλλει για το 2021; Το περασμένο έτος φαίνεται πως θα καταγραφεί τελικά μια μείωση των εκπομπών αερίων του θερμοκηπίου (που συμβάλλουν στην κλιματική κρίση) έως και 7% σε διεθνές επίπεδο, κυρίως λόγω της μείωσης των μετακινήσεων. Πρόκειται για την πιο μεγάλη ετήσια μείωση των εκπομπών από το Β΄ Παγκόσμιο Πόλεμο σε διεθνές επίπεδο, από τις ελάχιστες που έχουν καταγραφεί εξάλλου. Ο τελικός απολογισμός θα βγει τους επόμενους μήνες, αλλά υπολογίζεται πως περίπου 2-2,4 γιγατόνοι ισοδύναμου ΓΟ2 λιγότεροι απελευθερώθηκαν στην ατμόσφαιρα. Ας σημειωθεί πως το 2009, χρονιά που «έσκασε» η μεγάλη οικονομική κρίση, οι εκπομπές είχαν περιοριστεί κατά 0,5 γιγατόνο ισοδύναμου ΓΟ2. Αρα θα μπορούσε να πει κανείς πως το 2020, έστω και για λάθος λόγους, έδωσε μια ανάσα στον πλανήτη για την κλιματική αλλαγή, αλλά και στους κατοίκους των πόλεων, καθώς τα επίπεδα των καυσαερίων έπεσαν δραστικά κατά τη διάρκεια των απαγορεύσεων. Βεβαίως, μια ανάσα δεν σημαίνει μακροπρόθεσμη αναπνοή, εάν δεν συνοδευτεί από μέτρα ριζικής αναδιοργάνωσης της παραγωγής και κατανάλωσης ενέργειας, του τρόπου που ζουν και κινούνται οι κοινωνίες.

Δυστυχώς, διαφαίνεται μια τάση η επιστροφή στην «κανονικότητα» να γίνει με τη λογική βφτιζεττ ατ φτφαμ, με ακόμα πιο ενεργοβόρες δραστηριότητες, μεγάλη (και συχνά άσκοπη) κατανάλωση, άρα με νέα εκτίναξη των εκπομπών αερίων του θερμοκηπίου και καυσαερίων. Αυτή η τάση αποτυπώνεται ήδη στην Κίνα, που η πιο έγκαιρη επάνοδος της στην

«κανονική» οικονομική δραστηριότητα είχε ως αποτέλεσμα η μείωση εκπομπών αερίων του θερμοκηπίου να περιορίζεται στο -1,7%. Πρόσφατη έρευνα που πραγματοποίησε η εφημερίδα Guardian, με πηγές από τον Διεθνή Οργανισμό Ενέργειας (IEA) έδειξε πως τα προγράμματα ανάσχεσης της κλιματικής αλλαγής που παρουσιάζουν αυτή την περίοδο κράτη-μέλη ικανοποιούν μόλις το 15% των αναγκαίων δεσμεύσεων για να συγκρατηθεί η άνοδος της μέσης θερμοκρασίας του πλανήτη σε 1,5 βαθμό Κελσίου, όπως προβλέπει η Συμφωνία του Παρισιού.

Θερμό έτος

Την ίδια ώρα, σύμφωνα με τις εκτιμήσεις του Παγκόσμιου Μετεωρολογικού Οργανισμού, το 2020 αναμένεται να είναι η δεύτερη θερμότερη χρονιά από τότε που διατηρούνται κλιματικά στοιχεία, πίσω μόνο από το 2016! Ετσι κι αλλιώς, το 2020 σημαδεύτηκε από mega-πυρκαγιές στην Αυστραλία και τη Σιβηρία, πρωτοφανή τήξη πάγων στους πόλους, ξηρασίες, κύματα καύσωνα και κυκλώνες. Οσο για το διοξείδιο του άνθρακα, εκεί ψηλά, παρά τη μειωμένη φετινή παραγωγή είχε συγκεντρώσεις ρεκόρ, καθώς δεν διαλύεται αυτομάτως. Στη Χαβάη τον Σεπτέμβριο του 2020 οι συγκεντρώσεις ΓΟ2 ήταν 411,3 μέρη ανά εκατομμύριο (ppm), αυξημένο έναντι του Σεπτεμβρίου 2019, που ήταν 408,6 ppm. Η προσπάθεια για την αντιμετώπιση της κλιματικής κρίσης δεν είναι κατοστάρι, δεν κερδίζεται με «μία ανάσα», απαιτεί ταχύτητα και αντοχή με αναγκαίο «εμβόλιο» την περιβαλλοντική συνειδητοποίηση.

Η εντατικοποίηση κτηνοτροφίας και γεωργίας γεννά νέους ιούς

Κι όμως, υπήρχαν και φωτεινά σημάδια μέσα στον ζόφο της πανδημίας. Πολλοί περισσότεροι περπάτησαν μέσα στις πόλεις και ανακάλυψαν όμορφες γωνιές, αλλά και την αξία των ελεύθερων πράσινων χώρων. Αναπνεύσαμε καθαρότερο αέρα, με μειωμένους ρύπους έως και 40%-45% στο πρώτο μογλδοψέ. Σε ορισμένες περιοχές αφέθηκε περισσότερος χώρος για τους συγκατοίκους μας σε αυτό τον πλανήτη, με αποτέλεσμα κάτοικοι πόλεων και χωριών να δουν περάσματα της άγριας ζωής δίπλα τους, μια αλεπουδίτσα, μια πέρδικα, ένα σμήρι μεταναστευτικών πουλιών. Παράδες λένε πως μειώθηκε πέρσι η πίεση πάνω στους πληθυσμούς των ψαριών. Όλα αυτά δεν αποτελούν μια περιβαλλοντική «μηχανή του χρόνου» για μια ρομαντική επιστροφή σε ένα εξιδανικευμένο παρελθόν, αλλά ίσως δίνουν μια άλλη ματιά για το μέλλον της ζωής στον πλανήτη Γη.

Ο Ευρωπαϊκός Οργανισμός Περιβάλλοντος στην πρόσφατη έκθεσή του για τις επιπτώσεις της πανδημίας στη φύση σημειώνει πως η μικρότερη όχληση από την ανθρώπινη δραστηριότητα, τόσο σε αστικές όσο και σε απομακρυσμένες περιοχές, δίνει στα οικοσυστήματα την ευκαιρία να ανακάμψουν και παρέχει νέους χώρους και κόγχες για να καταλάβουν τα είδη. Νέες έρευνες έδειξαν πώς οι πράσινες και δημόσιες περιοχές αυξάνουν την ανθεκτικότητα των πόλεων, διατηρώντας την ευημερία στους αστικούς πληθυσμούς, ενώ παράλληλα επιτρέπουν τη φυσική απόσταση μεταξύ των ανθρώπων. «Η διατήρηση ή η επέκταση των πράσινων χώρων στις πόλεις θα πρέπει να γίνει μέρος της ατζέντας της αειφορίας», σημειώνει η έκθεση.

Ταυτόχρονα, τίθεται το ερώτημα της διατροφής και της βιομηχανοποιημένης εμπορευματικής παραγωγής της τροφής σε διεθνή κλίμακα. «Νέοι ιοί έχουν προκύψει από εντατικά συστήματα εκτροφής κατοικίδιων ζώων. Η εντατική παραγωγή ζωικών πρωτεϊνών συνεπάγεται την εκτροφή συγκεντρωμένων πληθυσμών γενετικά παρόμοιων ζώων σε κοντινή απόσταση, συχνά σε κακές συνθήκες, προάγοντας την ευπάθεια στη μόλυνση (UNEP, 2020). Περισσότερο από το 50% των ζωονοσογόνων μολυσματικών ασθενειών που έχουν εμφανιστεί από το 1940 έχουν συσχετιστεί με μέτρα εντατικοποίησης της γεωργίας», τονίζεται στην ίδια έκθεση.

Δεν υπάρχουν ζώα σε κλουβιά μόνο για τροφή, όπως στην περίπτωση της αγοράς άγριων ζώων στη Γουχάν. Και στην Ε.Ε. και στην Ελλάδα διατηρούνται εκατομμύρια γουνοφόρα ζώα σε κλουβιά. «Ζουν» και πεθαίνουν για να δώσουν τη γούνα τους, εν έτει 2021! Εκατομμύρια ζώα οδηγήθηκαν σε μαζικές ευθανασίες (μερικές χιλιάδες μινκ και στην Ελλάδα), καθώς βρέθηκαν μολυσμένα από τον κορωνοϊό και υπό τον κίνδυνο να επιστρέψουν στον άνθρωπο μεταλλαγμένο τον ιό... Ίσως η Γουχάν δεν είναι τόσο μακριά όσο φανταζόμαστε.

Η μείωση των καυσαερίων στις πόλεις ήταν πολύ μεγάλη στο απαγορευτικό της άνοιξης, καθώς περιορίστηκε δραστικά η κυκλοφορία των αυτοκινήτων. Οι συγκεντρώσεις διοξειδίου του αζώτου (ΞΟ2), ενός ρύπου που συνδέεται άμεσα με τις εξατμίσεις των οχημάτων, έπεσαν κατά 43% στο Μιλάνο, 58% στη Μαδρίτη και 40% στην Αθήνα, τις εβδομάδες του πρώτου μογλδοψέ. Βεβαίως, στις επόμενες εβδομάδες Μιλάνο και Μαδρίτη εξακολούθησαν να έχουν μειωμένο ΞΟ2 (κατά -35% και -50% αντίστοιχα), ενώ στην Αθήνα βιαστήκαμε να επιστρέψουμε στη μεγάλη χρήση του αυτοκινήτου (μείωση μόλις 2%). Ολόκληρο το φθινόπωρο η κυκλοφορία των Ι.Χ. ήταν αναλογικά πολύ μεγάλη στην Αθήνα, καθώς οι πολίτες ήθελαν να αποψήγουν τις μεγάλες συγκεντρώσεις στα μέσα μαζικής μεταφοράς, που δεν ανταποκρίθηκαν στις αυξημένες απαιτήσεις.

Η έκθεση του ανθρώπου σε χημικά έχει έμμεσα συνδεθεί με την ευπάθεια στην COVID-19, σημειώνει ο ΕΟΠ. «Ορισμένες χημικές ουσίες σχετίζονται με επιπτώσεις στην υγεία, όπως η παχυσαρκία, οι καρδιαγγειακές παθήσεις, η ανοσοτοξικότητα και οι αναπνευστικές ασθένειες οι οποίες, με τη σειρά τους, αυξάνουν την ευαισθησία στον κορωνοϊό». Πρόσφατη έρευνα στη Δανία μεταξύ 323 ασθενών που είχαν νοσήσει από COVID-19 έδειξε πως όσοι είχαν αυξημένα επίπεδα μιας από τις ενώσεις PHAS, που ονομάζονται και «χημικά για πάντα», είχαν διπλάσιες πιθανότητες να εκδηλώσουν βαριά συμπτώματα. Το ανοσοποιητικό σύστημα του ανθρώπου υποσκάπτεται διαχρονικά από ανθεκτικές και βιοσωρευτικές τοξικές ουσίες. Και όλα αυτά έχουν και κοινωνική διάσταση. Όπως σημειώνει ο ΕΟΠ, «η ΓΟΧΙΔ-19 δεν επηρεάζει εξίσου όλους. Πολλοί παράγοντες ενδέχεται να αυξάνουν την ευπάθεια όσων βρίσκονται σε χαμηλή κοινωνικοοικονομική κατάσταση». Εξάλλου, τα πιο φτωχά τμήματα αντιμετωπίζουν συχνά «παρατεταμένο στρες που εξασθενεί επίσης το ανοσοποιητικό σύστημα, αυξάνοντας την ευαισθησία σε μία σειρά ασθενειών».



# Choose To Inspire

## High Rate Rewards Checking

- No minimum balance to earn rewards on Kasasa® Checking
- No monthly service fees
- Free transactions at over 55,000 Allpoint® ATMs
- Free Online Banking & Mobile Banking, including Mobile Deposit

Open your account online today, or visit your nearest Parkway Bank location

888-498-9800 • [www.parkwaybank.com](http://www.parkwaybank.com)  
24 Chicagoland Locations



**PARKWAY BANK**  
What A Community Bank Should Be.

\* Fees may reduce earnings. Overdraft/returned item fees may apply. Account approval, conditions, qualifications, limits, timeframes, enrollments, log-ons and other requirements apply. \$100 minimum deposit is required to open the account. Enrollment in online banking, at least 12 debit card purchases during each monthly qualification cycle, and receipt of electronic statements are conditions of this account. Limit 1 account per social security number. Contact a Parkway Bank/Personal Banker for additional information. Kasasa and Kasasa Cash are trademarks of Kasasa, registered in the U.S.A.

Member  
**FDIC**

**Η ΤΡΑΠΕΖΑ  
ΤΩΝ ΕΛΛΗΝΟΑΜΕΡΙΚΑΝΩΝ ΤΟΥ ΣΙΚΑΓΟΥ**

# 16 πράγματα που ίσως δεν γνωρίζετε για την πριγκίπισσα Νταϊάνα



Πώς παντρεύτηκε τον πρίγκιπα Γθασμετ, πού γέννησε και ποιοι ήταν οι διάσημοι καλύτεροι της φίλοι; Ανακαλύψτε ό,τι δεν γνωρίζατε για την Lady Di.

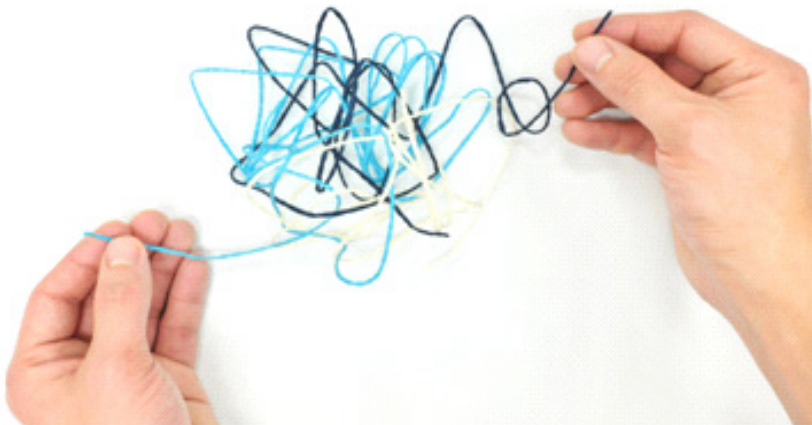
Η πριγκίπισσα Νταϊάνα ήταν και είναι ομολογουμένως ένα από τα πιο αγαπητά πρόσωπα της βρετανικής βασιλικής οικογένειας, πράγμα που κορυφώθηκε με τον πρόωρο χαμό της. Από το πάντα σεμναυβμε στίλ της, στη μοναδική ιδιοσυγκρασία της και την αντισυμβατική θεώρηση, η Μαδς Δι δεν έχει πάψει να μας κεντρίζει το ενδιαφέρον, ακόμη και μετά από τόσα χρόνια. Παρακάτω, συγκεντρώνουμε 16 πληροφορίες που ίσως δεν γνωρίζετε για την πιο στυλάτη πριγκίπισσα των 80τ και των 90τ:



1. Η Νταϊάνα είχε δύο αδελφές την Lady Sarah McCorquodale και την Lady Jane Fellowet, καθώς και δύο αδελφούς, τους Earl και John Spencer. Δυστυχώς, δεν γνώρισε ποτέ τον δεύτερο γιατί πέθανε λίγες ώρες αφότου γεννήθηκε το 1960.
2. Οι γονείς της Frances Shand Kidd και Edward John, χώρισαν όταν ήταν 7 ετών.
3. Η γιαγιά της από την πλευρά της μαμάς της, Ruth Roche, ήταν πιστή φίλη της βασίλισσας Ελισάβετ.
4. Μεγάλωσε στο Sandringham του Norfolk, σε ένα σπίτι ανήκε στη βασιλική οικογένεια και το νοίκιαζαν από την βασίλισσα Ελισάβετ.
5. Το όνειρό της ήταν να γίνει μπαλαρίνα, αλλά δεν το

- ακολούθησε γιατί ήταν πολύ ψηλή.
6. Απέκτησε τον τίτλο της Λαίδης όταν ο πατέρας της κληρονόμησε τον τίτλο του Κόμη Τπεξγεσ το 1975, και διατήρησε το ψευδώνυμο "Lady Di" ακόμα και μετά τον γάμο της με τον πρίγκιπα Charles.
7. Η Νταϊάνα παρακολουθούσε το σχολείο από το σπίτι μέχρι τα 9 της έτη και μετά συνέχισε σε boarding school. Λίγο μετά τα 16 γράφτηκε σε ένα

## Παίδι: Τρόποι να αναπτύξει την κριτική του σκέψη



- Πώς θα μάθει το παιδί να σκέφτεται και να κρίνει βάσει της λογικής; Πώς θα αποκτήσει κριτική σκέψη;
- Κάθε γονιός θέλει να βλέπει τα παιδιά του να μεγαλώνουν και να μπορούν να παίρνουν τις δικές τους αποφάσεις, τις οποίες θα τις βασίζουν στην λογική και την κριτική τους σκέψη. Αν και πρόκειται για ένα σύνθετο ζήτημα, οι ειδικοί προτείνουν ορισμένες μεθόδους για να ενθαρρύνουν τα παιδιά να την καλλιεργήσουν.
- Κάντε ένα βήμα πίσω
- Το να εμψυχήσετε την ανεξαρτησία στο παιδί ξεκινά από νωρίς, ήδη από την πρώιμη ηλικία.
- Εάν οι γονείς μπορούν να κάνουν ένα βήμα πίσω και να επιτρέψουν στο παιδί τους να λύσει προβλήματα, τότε θα το βοηθήσετε πολύ να μάθει να περιηγείται και να λύνει μόνο του μικρά και καθημερινά προβλήματα.
- Το κλειδί είναι να κάνετε ένα βήμα πίσω και να τους δώσετε την ευκαιρία να σκεφτούν από μόνοι τους μια λύση.
- Ακούστε το παιδί πριν μιλήσετε
- Όπως με το να κάνετε ένα βήμα πίσω, το να μάθετε να ακούτε πρώτα το παιδί πριν να επιβάλλετε μια απόφαση είναι ιδιαίτερα σημαντικό, καθώς τα παιδιά μεγαλώνουν.
- «Η διδασκαλία των παιδιών να σκέφτονται κριτικά, σημαίνει ότι οι γονείς πρέπει σταδιακά να χαλαρώσουν τα ηνία, έτσι ώστε τα παιδιά να μπορούν να αποκτήσουν πολύτιμη αυτοπεποίθηση και εμπειρία στη λήψη αυτοκαθοδηγούμενων αποφάσεων.
- Και πάλι, αυτό μπορεί να είναι δύσκολο για μερικούς γονείς, καθώς το φυσικό μας ένστικτο μπορεί να είναι να να σώζουμε τη μέρα με μια «απλή» συμβουλή. Αυτό όμως δεν θα τα βοηθήσει στο μέλλον.
- Δώστε τους προκλήσεις
- Ίσως θελήσετε να δώσετε στο μωρό σας μια ώθηση κάθε φορά που προσπαθεί να ανασηκωθεί σε μια καρέκλα, αλλά η πρόκληση του να ανυψωθεί μπορεί να είναι ένα πολύτιμο μάθημα που θα κουβαλά μέχρι την ενηλικίωση.
- Αντί να τους πείτε πώς να αντιδράσουν σε μια κοινωνική κατάσταση, προτείνετε τους να σας εξηγήσουν μιλώντας ή γράφοντας τι θα έκανε ή τι σκέφτονται να κάνουν.
- Δεν πρέπει να είναι μια πιεστική, μαχητική ψυχική άσκηση, αλλά ρωτώντας τους γιατί παίρνουν συγκεκριμένες αποφάσεις κατά τη διάρκεια της καθημερινής συνομιλίας μπορούν να βοηθήσουν στη διευκόλυνση της ικανότητάς τους (και της επιθυμίας) να σκέφτονται για τον εαυτό τους.
- 
- άλλο σχολείο στην Ελβετία, το οποίο και παρακολούθησε μόνο ένα εξάμηνο.
8. Πριν γνωρίσει τον πρίγκιπα Γθασμετ, η Νταϊάνα είχε κάνει διάφορα επαγγέλματα, συμπεριλαμβανομένων της νταντάς και της δασκάλας.
  9. Ήταν το πρώτο μέλος βασιλικής οικογένειας που είχε κανονική δουλειά.
  10. Πριν παντρευτεί τον πρίγκιπα Charles τον είχε συναντήσει μόνο 12 φορές – εκείνη ήταν 19 και αυτός 32.
  11. Ήταν το πρώτο μέλος βασιλικής οικογένειας που γέννησε σε νοσοκομείο, οι υπόλοιπες γυναίκες γεννούσαν στο σπίτι.
  12. Έστειλε χειρόγραφες ευχαριστήριες κάρτες σε οποιονδήποτε της έστειλε κάποιο δώρο. Λέγεται πως μετά τη γέννηση του πρίγκιπα William έγραψε χιλιάδες, και κάποιες από αυτές πωλούνται σε δημοπρασίες για πολλές χιλιάδες δολάρια.
  13. Τον Απρίλιο του 1987, η φωτογραφία στην οποία φαίνεται να κάνει χειραψία με ασθενή του ιού HIV έκανε τον γύρο του κόσμου, αποδεικνύοντας τη δέσμευσή της στην κατάρριψη των προκαταλήψεων που αντιμετώπιζαν όσοι νοσούσαν.
  - Οι Alton John, George Michael, Tilda Swinton και Liza Minelli ήταν μερικοί μόνο διάσημοι φίλοι της.
  15. Το αγαπημένο συγκρότημα της Νταϊάνα ήταν με διαφορά οι ABBA. Ξ Kate Middleton και ο πρίγκιπας William απέδωσαν φόρο τιμής σε αυτό, παίζοντας πολλά τραγούδια τους στον γάμο τους το 2011.
  16. Το δαχτυλίδι των αρραβώνων της επιλέχθηκε από κατάλογο – για πρώτη φορά στην ιστορία της βασιλικής οικογένειας.

# Χταπόδι στιφάδο

Μερίδες: 6 Προετοιμασία: 30' Χρόνος: 1 ώρα + 15' Βαθμός Δυσκολίας: Μέτριας Δυσκολίας Ταπεινό φαγάκι απαράμιλλης όμως νοστιμιάς!

- Υλικά
- 1 χταπόδι περίπου 1½ κιλό, φρέσκο ή κατεψυγμένο
  - 2 κιλά μικρά κρεμμυδάκια για στιφάδο, καθαρισμένα
  - 1/2 φλιτζ. τσαγιού ελαιόλαδο
  - 1/2 φλιτζ. τσαγιού κόκκινο, ξηρό κρασί
  - 1/2 φλιτζ. τσαγιού γλυκό κόκκινο κρασί
  - 3 κουτ. σούπας ξίδι από κόκκινο κρασί (προτιμότερο παλαιωμένο)
  - 2 φύλλα δάφνης
  - 6 - 7 κόκκοι μπαχάρι
  - 2 μεγάλα κομμάτια από φλούδα πορτοκαλιού (αφαιρούμε με ένα κουταλάκι όσο γίνεται το άσπρο εσωτερικό που είναι πικρό)
  - 3 - 4 κλωνάρια φρέσκο θυμάρι (ή 1 κουτ. γλυκού ξερό)
  - αλάτι, πιπέρι φρεσκοτριμμένο

**Διαδικασία**  
Τα κατεψυγμένα χταπόδια συνήθως δεν χρειάζονται καθάρισμα. Αν αγοράσουμε φρέσκο, το καθαρίζουμε ως εξής: Με ένα κοφτερό μαχαίρι κόβουμε την κουκούλα και τη χωρίζουμε από τα πλοκάμια. Την αναποδο-γυρίζουμε και την καθαρίζουμε από τα εντόσθια.



Με το ένα χέ-ρι πιέζουμε το σκληρό σημείο στη συμβολή των πλοκαμιών και με το άλλο το τραβάμε από πάνω να βγει. Πλένουμε το χταπόδι σχολαστικά σε μια

λεκάνη με νερό, φροντί-ζοντας να ξεπλύνουμε πολύ καλά τις βεντούζες του, γιατί μαζεύουν άμμο. Κόβουμε τα πλοκάμια και την κουκούλα του χταποδιού σε μεγάλα κομμάτια μήκους 4 - 5 εκ.

Σε μια βαθιά κατσαρόλα βάζουμε τα υλικά με την παρακάτω σειρά: μια στρώση κρεμμύδια, από πάνω τα κομμάτια του χταποδιού, τα υπόλοιπα κρεμμύδια, τις φλούδες πορτοκαλιού, τα μπαχαρικά και το θυμάρι. Περιχύνουμε με το ελαιόλαδο, τα κρασιά και το ξίδι. Δεν προσθέτουμε περισσότερα υγρά, καθώς το χταπόδι θα βγάλει τα δικά του.

Σκεπάζουμε την κατσαρόλα και αφήνουμε το φαγητό να σιγοψηθεί σε χαμηλή φωτιά για περίπου 1 ώρα και 15 λεπτά τουλάχιστον ή μέχρι να γίνει το χταπόδι, χωρίς να ανακατεύουμε, για να μη διαλυθούν τα κρεμμυδάκια. Αν στο τέλος του μαγειρέματος έχουν μείνει αρκετά υγρά στην κατσαρόλα, σουρώνουμε τα στερεά και βράζουμε μέχρι να αποκτήσει η σάλτσα την επιθυμητή πυκνότητα. Σερβίρουμε, συνοδεύοντας, αν θέλουμε, με πατάτες βραστές ή τηγανητές.

# Ποτάμια εισαγόμενου πλαστικού από τις πλημμύρες στην Ουγγαρία

Τεράστιους «τάπητες» πλαστικού έφεραν στην επιφάνεια ενός ποταμού στην Ουγγαρία ύστερα από πλημμύρες.



Τα εισαγόμενα πλαστικά, σύμφωνα τουλάχιστον με τις ουγγρικές πηγές προέρχονταν από τις γειτονικές Ρουμανία και Ουκρανία προς τις οποίες η Βουδαπέστη έχει επανειλημμένα απευθύνει εκκλήσεις να περιορίσουν τη μόλυνση.



Έτσι, έως τη Δευτέρα, οι ουγγρικές αρχές είχαν απομακρύνει 500 κυβικά μέτρα σκουπιδιών από τους ποταμούς Τίσα και Σόμες.

Τα πλαστικά μπουκάλια κατέφθασαν στην Ουγγαρία στον ποταμό Τίσα από την Ουκρανία από όπου και πηγάζει και στον ποταμό Σόμες από την Ρουμανία εκτιμούν Ούγγροι μηχανικοί.

Στο Τιβαντάρ, ένα χωριό κοντά στον Τίσα, ακόμη και τώρα κάθε λεπτό επιπλέουν 50 έως 70 μπουκάλια το λεπτό. Και αντίστοιχα νούμερα καταγράφονται στον ποταμό Σόμες.

Αν και μεγάλο τμήμα των απορριμμάτων που εντοπίστηκαν στα ποτάμια



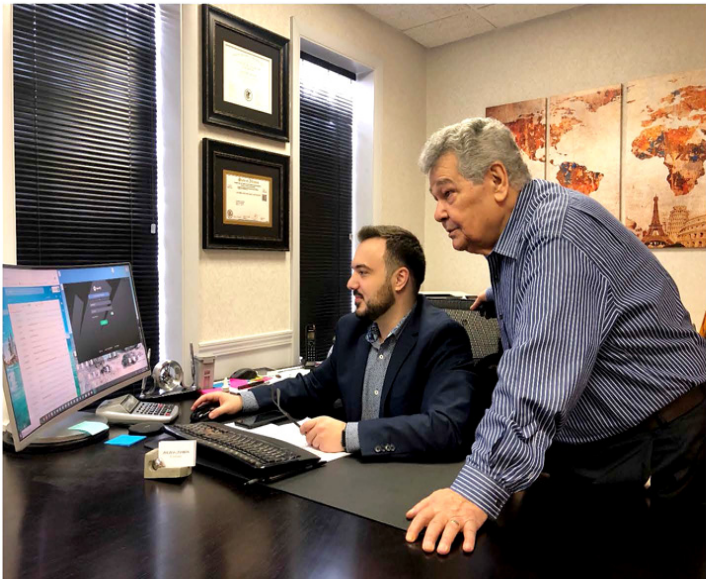
είναι οργανικό, όταν η στάθμη ανεβαίνει, τα οικιακά απόβλητα, από παντόφλες έως τηλεοράσεις αρχίζουν να εμφανίζονται δίπλα στα χιλιάδες πλαστικά μπουκάλια.

Η πλωτή ρύπανση έφτασε στα σύνορα της Ουγγαρίας της περασμένη εβδομάδα, γεγονός που ανάγκασε για 6<sup>η</sup> φορά μέσα σε ενάμιση χρόνο να επιστρατευθούν τα συνεργεία καθαρισμού.

## ZOUZIAS | FLOROS & ASSOCIATES LLC.

Accounting    Income Tax    Payroll

30 Χρόνια Εμπειρίας & Προσφοράς στην Ομογένεια.



Yiannis Floros, CPA

Louie C. Zouzas, EA

5460 N. Milwaukee Ave. Chicago, IL 60630  
Phone: 773-631-2990

## Ποια συμπτώματα επιμένουν μετά τη νόσηση από Γοχιδ

Το γρίφο των μακροπρόθεσμων επιπτώσεων μετά από νόσηση από κορωνοϊό φαίνεται πως καλείται να λύσει επί μακρόν η ιατρική κοινότητα, η οποία πλέον έρχεται αντιμέτωπη και με νέους όρους όπως «παραιτι- νόμενη» νόσος COVID-19 (Long COVID-19).

Όπως δηλώνει στο ΑΠΕ-ΜΠΕ η παθολόγος-επιμελήτρια Β' ΕΣΥ και υπεύθυνη του τμήματος COVID στο νοσοκομείο «Αλεξάνδρα» Ελένη Κορομπόκη, ο όρος «παραιτινόμενη» νόσος COVID-19 αναφέρεται στην επιμονή των συμπτωμάτων ή στην εμφάνιση νέων συμπτωμάτων μετά την οξεία λοίμωξη από τον ιό SARS-CoV-2.

«Τα παραιτινόμενα συμπτώματα, έχουν μεγάλη ποικιλομορφία, μπορεί να εμφανίζονται ακόμα και μετά από ήπια νόσηση, (και όχι μόνο μετά από νοσηλεία σε ΜΕΘ) και φαίνεται ότι αφορούν όλα τα συστήματα του οργανισμού. Για το λόγο αυτό η κλινική προσέγγιση των ασθενών που νόσησαν από COVID-19 απαιτεί μια ολιστική αντιμετώπιση».

Και ο ιδανικότερος τρόπος για αυτή την ολιστική αντιμετώπιση όπως επισημαίνει η κ. Κορομπόκη είναι η δημιουργία ποτυ-γοχιδ ιατρείων, όπως αυτά που σταδιακά δομούνται και έχουν ξεκινήσει να λειτουργούν σε όλα τα οργανωμένα συστήματα υγείας, προσφέροντας μια ολοκληρωμένη φροντίδα σε όσους προσβλήθηκαν από τη νόσο COVID-19. «Με ζητούμενο όχι μόνο την ανακούφιση από την «παραιτεταμένη νόσο, αλλά την αποκατάσταση της ψυχοσωματικής υγείας και της ευζωίας».

Η υπεύθυνη του τμήματος Covid του «Αλεξάνδρα» τονίζει ότι ο ασθενείς με εμμένοντα συμπτώματα χρειάζονται τακτική παρακολούθηση από μια διεπιστημονική ομάδα επαγγελματιών υγείας. Ο εργαστηριακός έλεγχος και η θεραπευτική προσέγγιση θα πρέπει να είναι εξατομικευμένα, ανάλογα με τη συμπτωματολογία και τα κλινικά ευρήματα στον κάθε ασθενή.

### Ποιες ειδικότητες απαιτούνται για την αποκατάσταση

«Πχ. σύμφωνα με τη Βρετανική Εταιρεία νοσημάτων θώρακος (Βσι-ιθ Υθοσαγιγ Τογιευσ) οι ασθενείς με σοβαρά συμπτώματα από το αναπνευστικό, χρειάζονται επανέλεγχο με ακτινογραφία ή αξονική θώρακος μετά από 12 εβδομάδες, ενώ όσοι παρουσιάζουν εμμένοντα συμπτώματα, θα πρέπει να παραπέμπονται σε πνευμονολόγο και ειδικά κέντρα αναπνευστικής αποκατάστασης». Δεδομένης της πολυσυστηματικής φύσης του νοσήματος, λέει η κ Κορομπόκη, διαφορετικές ιατρικές ειδικότητες (λοιμωξιολόγοι, παθολόγοι, πνευμονολόγοι, καρδιολόγοι, ψυχίατροι, νευρολόγοι, φυσίατροι, ρευματολόγοι, αιματολόγοι, ενδοκρινολόγοι, ΩΡΛ, δερματολόγοι και άλλοι) αλλά και λοιποί επαγγελματίες υγείας με κομβικό ρόλο στην αποκατάσταση (ψυχολόγοι, φυσικοθεραπευτές, νευροψυχολόγοι, εργοθεραπευτές, λογοθεραπευτές, διατολόγοι κλπ.) θα πρέπει να αλληλεπιδράσουν με διεπιστημονικό τρόπο για αυτή την ολιστική αντιμετώπιση.

### Έως και 80% υποφέρει από εμμένοντα συμπτώματα

Σύμφωνα με την παθολόγο, περίπου 10% των ασθενών με θετικό τεστ έναντι του ιού SARS-CoV -2 συνεχίζουν να νιώθουν ότι δεν έχουν αναρρώσει πλήρως ακόμα και 3 εβδομάδες ή και για μήνες μετά από την οξεία νόσο, όπως έδειξε μια πληθυσμιακή μελέτη στο Ηνωμένο Βασίλειο, στην οποία οι ασθενείς κλήθηκαν να καταγράψουν τα παραιτινόμενα συμπτώματά τους σε μια εφαρμογή στο κινητό τους τηλέφωνο. «Μια πρόσφατη μελέτη από τις Ηνωμένες Πολιτείες έδειξε ότι το 35% των ασθενών αναφέρει επιμονή των συμπτωμάτων πέραν των τριών εβδομάδων. Σε μελέτες που έγιναν σε νοσηλευόμενους ασθενείς το ποσοστό επίμονων συμπτωμάτων μετά την έξοδο από το νοσοκομείο φαίνεται να είναι μεγαλύτερο και κυμαίνεται μεταξύ 50%-80%».

### Το μετατραυματικό στρες επιβραδύνει την ανάρρωση

Γιατί όμως άραγε καθυστερεί η ανάρρωση σε κάποιους ασθενείς, ενώ άλλοι επανέρχονται πιο γρήγορα; Η κ. Κορομπόκη απαντά ότι ανάμεσα στα πιθανά αίτια της καθυστέρησης στην ανάρρωση έχουν αναφερθεί η παραιτεταμένη ιαιμία (παρουσία του ιού στο αίμα) λόγω αδυναμίας του οργανισμού να παράξει αντισώματα, η υποτροπή της νόσου ή επαναλοίμωξη, η φλεγμονώδης απάντηση ή ανοσολογική αντίδραση του οργανισμού, καθώς και ψυχολογικοί παράγοντες όπως το μετατραυματικό στρες. Μακροπρόθεσμες επιπλοκές από το αναπνευστικό, το μυοσκελετικό και νευροψυχιατρικά συμπτώματα έχουν περιγραφεί μετά και από νόσηση και από άλλους κορονοϊούς (ΤΑΣΤ και ΝΕΣΤ) και πιθανώς να υπάρχει αναλογία ως προς τους υποκείμενους μηχανισμούς.

### Με χρόνια κόπωση ο ένας στους δύο αποθεραπευθέντες

Τα συχνότερα εμμένοντα συμπτώματα μετά από λοίμωξη ΓΟΧΙΔ-19 μπορεί να προέρχονται από διαφορετικά συστήματα του οργανισμού. «Η χρόνια κόπωση αποτελεί το συχνότερο αναφερόμενο σύμπτωμα σε ποσοστό περίπου 50% επηρεάζοντας σημαντικά την ποιότητα ζωής και την ψυχική υγεία των ατόμων που προσβλήθηκαν από τον ιό ΤΑΣΤ-ΓοΧ-2. Συχνά αναφέρεται διαταραχή μετατραυματικού στρες και κατάθλιψη, αγχώδεις διαταραχές καθώς και διαταραχές ύπνου σε ποσοστό περίπου 30%. Από το αναπνευστικό σύστημα η δύσπνοια και ο βήχας αναφέρονται σε ποσοστό περίπου 40%, ενώ διαταραχές στις απεικονιστικές εξετάσεις (στοιχεία ίνωσης στον πνεύμονα) μπορεί να ανευρίσκονται ακόμα και τρεις μήνες μετά την οξεία φάση της νόσου. Περίπου 20% των ασθενών αναφέρει συμπτώματα από το καρδιαγγειακό σύστημα όπως θωρακικό άλγος, αίσθημα παλμών, ταχυκαρδία, ορθοστατική υπόταση, ενώ σε ένα μικρό ποσοστό μπορεί όψιμα να εμφανιστούν πιο σοβαρές επιπλοκές όπως μυοκαρδίτιδα και θρομβώσεις. Συχνές είναι οι διαταραχές μνήμης και συγκέντρωσης περίπου στο 30% των ασθενών, ενώ αναφέρονται κεφαλαλγίες και ιλιγγος. «Επίμονες μυαλγίες και αρθραλγίες απαντώνται σε ένα 30% των περιπτώσεων. Αλωπεκία, διαταραχές των ονύχων, εμφάνιση εξανθημάτων, οστεοπόρωση, εμφάνιση ή δυσκολία ρύθμισης σακχαρώδους διαβήτη και έλλειψη βιταμίνης Δ που μπορεί μακροπρόθεσμα να οδηγήσει σε οστεοπόρωση, αναφέρονται επίσης στις πιο σπάνιες μακροπρόθεσμες επιπλοκές.

## Πώς θα μας «σώσει» από τον κοροναϊό η ανοσία της αγέλης; Πώς λειτουργεί και τι ακριβώς περιλαμβάνει;



Με τον αριθμό των κρουσμάτων του κοροναϊού να παραμένει αυξημένος, οι υγειονομικές αρχές εξακολουθούν να προσπαθούν να βρουν τον καλύτερο τρόπο προστασίας από την γοχιδ-19. Κι ενώ οι **εμβολιασμοί** συνεχίζονται, μπορεί να έχετε ακούσει τους ειδικούς να αναφέρονται στην ανοσία της αγέλης ως πιθανό τρόπο περιορισμού της

εξάπλωσης της πανδημίας.

**Τι είναι η ανοσία της αγέλης;** Η ανοσία της αγέλης ή της κοινότητας περιγράφει την περίπτωση κατά την οποία ένα μεγάλο του πληθυσμού μιας περιοχής έχει αναπτύξει ανοσία απέναντι σε μια συγκεκριμένη ασθένεια. Εάν αρκετά άτομα είναι ανθεκτικά απέναντι σε έναν ιό ή μικρόβιο, τότε δεν μπορεί να εξαπλωθεί περαιτέρω.

Παρόλο που δεν μπορεί κάθε άτομο να αναπτύξει ανοσία, η ομάδα στο σύνολό της είναι προστατευμένη.

Αυτό συμβαίνει επειδή υπάρχουν λιγότερα άτομα υψηλού κινδύνου συνολικά. Τα ποσοστά μόλυνσης μειώνονται και κατά συνέπεια η ασθένεια σταδιακά εξαφανίζεται. Η ανοσία της αγέλης, σύμφωνα με τους ειδικούς, προστατεύει κοινωνικές ομάδες υψηλού κινδύνου, όπως είναι τα μωρά των οποίων το ανοσοποιητικό σύστημα είναι αδύναμο και δεν μπορούν να αναπτύξουν ανοσία από μόνα τους.

**Πώς επιτυγχάνεται;** Η ανοσία της αγέλης μπορεί να επιτευχθεί με δύο τρόπους. Μπορείτε να αναπτύξετε την ανοσία φυσικά. Όταν το σώμα σας εκτίθεται σε ιούς ή βακτήρια, δημιουργεί αντισώματα για την καταπολέμηση της λοίμωξης. Όταν αναρρώνετε, το σώμα σας διατηρεί αυτά τα αντισώματα για να αντιμετωπίσει μια νέα ενδεχόμενη λοίμωξη.

Τα **εμβόλια** μπορούν επίσης να βοηθήσουν στην επίτευξη της ανοσίας της αγέλης. Με την χορήγηση των εμβολίων, δίκως να αρρωστήσετε, το ανοσοποιητικό σας σύστημα εξακολουθεί να παράγει προστατευτικά αντισώματα.

Την επόμενη φορά που ο οργανισμός σας θα «συναντήσει» εκείνα τα βακτήρια ή τον ιό, είναι έτοιμο να το καταπολεμήσει. Μάλιστα, ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας (ΠΟΥ) εξηγεί σε λιγότερο από ένα λεπτό, όλα όσα πρέπει να γνωρίζουμε για το «υπερόπλο» κατά του φονικού ιού.

## 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 2021 στην εξής διεύθυνση

(Συμπληρώσετε τα στοιχεία σας με κεφαλαία γράμματα)

LAST NAME-----

FIRST NAME-----

ADDRESS-----

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

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

[www.YourDiscountPharmacy.net](http://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.

## CMAS I NC. CEMETERIES, MEMORIALS AND SERVICES

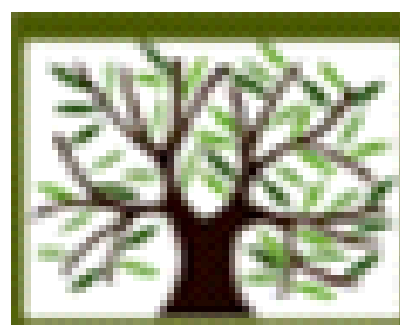
Cindy M. Swerdon, President

P.O. Box 2243 Northlake, IL. 60164

Phone: (708) 702-8971 e-mail: [cmaswerdon@cmasinc.net](mailto:cmaswerdon@cmasinc.net)

Visit our webside at [www.cmasinc.net](http://www.cmasinc.net)

We are an Independent Cemetery broker representing lot Owners who have made other arrangements and now wish to sell their cemetery property. The lots we are selling are not available through the cemetery offices. All transfer fees and care deposits are paid by CMAS INC. For more information and full list of our inventory, please visit our website.



Η Σίντυ Σουέρντον μεταπράτρια (πωλήτρια) τάφων από προηγούμενους ιδιοκτήτες που έχουν κάνει διαφορετικά σχέδια και επιθυμούν δικαίως να πωλήσουν τους τάφους τους,

Έχει προς πώληση πάνω από 120 τάφους, πολλούς απ' αυτούς αλληλοδιάδοχους στο Alimwood Cemetery αλλά και στα άλλα κοιμητήρια, σε χηλότερες τιμές μέχρι και 50% απ' ό,τι θα πληρώνατε στα γραφεία των κοιμητηρίων. Για περισσότερες πληροφορίες επισκευείτε την ιστοσελίδα της.

## CHICAGO SWEET CONNECTION BAKERY

[SWEETCONNECTIONBAKERY.COM](http://SWEETCONNECTIONBAKERY.COM)  
773.283.4430 main  
773.283.9375 fax

[info@sweetconnectionbakery.com](mailto: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, γεννέθλια 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.

## Ενεργειακό «σκάκι» στην Αν. Μεσόγειο



Στην ατζέντα του Ν. Δένδια, κατά την επίσκεψή του στη Λευκωσία, είναι μεταξύ άλλων οι συζητήσεις για το Κυπριακό, καθώς η ειδική απεσταλμένη του γ.γ. του ΟΗΕ Τζέιν Χολ Λουτ θα βρεθεί στην Αθήνα την ερχόμενη εβδομάδα.

Με τις εξελίξεις σε τρία επιμέρους ζητήματα συνδέεται η έκτακτη επίσκεψη του υπουργού Εξωτερικών Νίκου Δένδια, τη Δευτέρα, αρχικά στο Κάιρο και εν συνεχεία στη Λευκωσία, όπου τις τελευταίες εβδομάδες επικρατεί ιδιαίτερη ανησυχία για μια σειρά από εξελίξεις. Εν συντομία, η Ελλάδα παρακολουθεί τις πιθανές γεωπολιτικές επιπτώσεις αποφάσεων της Αιγύπτου, την πιθανή αλλαγή του χάρτη των αγωγών στην Ανατολική Μεσόγειο και τους τρόπους με τους οποίους Αθήνα και Λευκωσία μπορούν να παραμείνουν με αξιώσεις μέσα στο παιχνίδι.

Το πρώτο ζήτημα αφορά την πρόσφατη προκήρυξη του υπουργείου Πετρελαίου της Αιγύπτου. Τα δυτικά οικόπεδα της προκήρυξης έχουν χαραχθεί με βάση τη συμφωνία για την οριοθέτηση αποκλειστικής οικονομικής ζώνης (ΑΟΖ) ανάμεσα σε Ελλάδα και Αίγυπτο, τον περασμένο Αύγουστο. Ωστόσο, σε ένα πεδίο το οποίο βρίσκεται ανατολικά του 28ου μεσημβρινού ακολουθούνται τα νότια όρια της τουρκικής υφαλοκρηπίδας, όπως αυτά κοινοποιήθηκαν με ρηματική διακοίνωση στον ΟΗΕ στις 13 Νοεμβρίου 2019, όπως αποκάλυψε η «Κ» στις 25 Φεβρουαρίου.

Το δεύτερο ζήτημα αφορά την πρόσφατη αρχική συμφωνία μεταξύ εταιρειών Αιγύπτου και Ισραήλ για αγωγό ανάμεσα στις δύο χώρες. Πρόκειται για ένα σχέδιο των εταιρειών Chevron και Delek, που διαχειρίζονται το κοίτασμα «Λεβιάθαν» για τη μεταφορά ποσοτήτων φυσικού αερίου. Αυτή η επί της αρχής συμφωνία (που δεν έχει ακόμα επισημοποιηθεί σε κρατικό επίπεδο) θα μπορούσε να αποτελέσει προάγγελο ενός άλλου σχεδίου, μέσω του οποίου θα μπορούσε να επεκταθεί ένας αγωγός έως τα δυτικά της Αιγύπτου και από εκεί στην Ελλάδα (κάτι που αναφέρθηκε και σε δημοσίευμα της εφημερίδας «Το Βήμα» στις 28 Φεβρουαρίου).

Το τρίτο αφορά την Κύπρο και τον αγωγό Εατυ Νεδ, καθώς είναι πασιφανές ότι η κυπριακή εκκρεμότητα και η προβολή ισχύος της Τουρκίας στην Ανατολική Μεσόγειο οδηγεί τους μόνους «παίκτες» με αποδεδειγμένα μεγάλες ποσότητες φυσικού αερίου, όπως η Αίγυπτος (κοίτασμα «Ζορ») και το Ισραήλ («Λεβιάθαν» και «Ταμάρ»), και σε άλλες αναζητήσεις. Ενα ενδεχόμενο ενεργοποίησης εναλλακτικών αγωγών περιθωριοποιεί τον East Med, ο οποίος ούτως ή άλλως είχε τεράστιες δυσκολίες υλοποίησης. Πλέον η Αίγυπτος διαθέτει δύο σταθμούς LNG και επεξεργασίας φυσικού αερίου («Δαμιέττα», που τον διαχειρίζεται η ENI, και «Ιντκού», που τον διαχειρίζεται η Τθεμμ), ως εκ τούτου τα πλάνα εξαγωγής είναι λογικό να ενεργοποιούνται. Υπενθυμίζεται ότι μόνο το Ισραήλ έχει γνωστοποιήσει πως επιθυμεί να εξάγει πάνω από το 50% του φυσικού αερίου των κοιτασμάτων του, με δυναμικότητα που θα μπορούσε να αγγίζει έως και τα 40 δισ. κυβικά μέτρα (βγν) ετησίως. Η Λευκωσία ήταν, βέβαια, πάντοτε σε γνώση αυτών των σχεδίων. Αλλωστε, ήδη από το 2018 έχει υπογράψει μνημόνιο με την Αίγυπτο για την προώθηση πιθανού κυπριακού αερίου προς τον σταθμό «Δαμιέττα» ή τον «Ιντκού» και από εκεί μέσω LNG (δηλαδή με δεξαμενόπλοια) στην υπόλοιπη Ευρώπη. Η λύση του ΜΞΗ εξυπηρετεί και την Αθήνα, ιδιαίτερα καθώς επιθυμεί να αναπτύξει την Αλεξανδρούπολη ως πιθανό σταθμό μεταφοράς του φυσικού αερίου προς την Ευρώπη.

Από την ελληνική και την κυπριακή πλευρά επιθυμούν να παραμείνουν ορισμένες ποσότητες διαθέσιμες, σε περίπτωση που κάποια στιγμή ενεργοποιηθεί το σχέδιο του East Med. Υπενθυμίζεται ότι, από την αρχή της συζήτησης γι' αυτό το πρότζεκτ, ο τελικός προορισμός της διαδρομής, η Ιταλία, ουδέποτε προσχώρησε επισήμως στη διαδικασία υπογραφών. Η επίσκεψη του κ. Δένδια στη Λευκωσία έχει βέβαια και έναν άλλο χαρακτήρα, τις συζητήσεις για το Κυπριακό, καθώς η ειδική απεσταλμένη του γ.γ. του ΟΗΕ Τζέιν Χολ Λουτ ξεκίνησε την περιοδεία της στις ενδιαφερόμενες χώρες και θα κάνει στάση στην Αθήνα την ερχόμενη εβδομάδα.

## Ηλ. Μόσιαλος: Τα εμβόλια μειώνουν αλλά δεν εξαλείφουν πλήρως τη διασπορά της νόσου

Τα εμβόλια φαίνεται να μειώνουν τη διασπορά της λοίμωξης αλλά μάλλον δεν την εξαλείφουν πλήρως, εξηγεί ο καθηγητής Πολιτικής της Υγείας της του ΜΤΕ Ηλίας Μόσιαλος, σε ανάρτησή του στο Facebook.

Όπως εξηγεί ο κ. Μόσιαλος «τα περισσότερα εμβόλια δεν προστατεύουν πλήρως από τη λοίμωξη, ακόμη και αν μπορούν να εμποδίσουν την εμφάνιση συμπτωμάτων. Ως αποτέλεσμα, οι εμβολιασμένοι άνθρωποι μπορούν να μεταφέρουν και να διαδώσουν εν αγνοία τους παθογόνα. Περιστασιακά (...) μπορούν ακόμη και να ξεκινήσουν επιδημίες.

**Ολόκληρη η ανάρτηση έχει ως εξής:**

«Στις 17 Ιουνίου του 2009, ένα 11χρονο αγόρι επέστρεψε στις ΗΠΑ από το Ηνωμένο Βασίλειο και ενώ παρακολούθησε ένα πρόγραμμα ορθόδοξης εβραϊκής εκπαίδευσης στο Sullivan της Νέας Υόρκης, ανέπτυξε μια μυστηριώδη διόγκωση των σιελογόνων αδένων του.

Τι ήταν; Μαγουλάδες, ή αλλιώς η αερο-μεταδομένη μέσω σταγονιδίων αναπνευστική λοίμωξη παρωτίτιδα.

Εν τω μεταξύ τα μαθήματα συνεχίστηκαν. Τα 400 παιδιά που παρευρίσκονταν περνούσαν ώρες μαζί κάθε μέρα και μέχρι τη λήξη του προγράμματος, άλλοι 22 είχαν μολυνθεί, μαζί με τρεις ενήλικες. Καθώς οι μαθητές επέστρεψαν στα σπίτια τους, ο ιός εξαπλώθηκε στο Βσοολμξζ, στο Rockland County, στη συνέχεια σόϊ Ocean County και στο Orange County. Συνολικά, η επιδημία διήρκεσε ένα χρόνο και τουλάχιστον 3.502 άτομα κόλλησαν.»

Όταν οι επιστήμονες ανέλυσαν τι είχε συμβεί, πρότειναν ότι το στυλ μάθησης γθαχσφτα (που περιλαμβάνει μικρή φυσική απόσταση) θα μπορούσε να φταίει για τη μετάδοση του ιού της παρωτίτιδας.

Αυτό που φαίνεται πιο εκπληκτικό σε αυτήν την περίπτωση είναι ότι ο υπερ-μεταδότης μαθητής είχε ήδη λάβει μια δόση του εμβολίου ΝΝΣ (για ιλαρά, παρωτίτιδα και ερυθρά). Είναι πιθανό ότι είχε δηλαδή κάποια ανοσοπροστασία – όπως και τα άλλα εμβολιασμένα παιδιά, και ανέπτυξε σχετικά ήπια συμπτώματα χωρίς επιπλοκές – αλλά ήταν ακόμη σε θέση να μεταφέρει τον ιό και να τον μεταδώσει σε άλλους.

**Είναι περίεργο αυτό;**

Καθόλου. Τα περισσότερα εμβόλια δεν προστατεύουν πλήρως από τη λοίμωξη, ακόμη και αν μπορούν να εμποδίσουν την εμφάνιση συμπτωμάτων. Ως αποτέλεσμα, οι εμβολιασμένοι μπορούν να μεταφέρουν και να διαδώσουν εν αγνοία τους παθογόνα. Περιστασιακά, όπως στο παραδειγμα που ανέφερα, μπορούν ακόμη και να ξεκινήσουν επιδημίες.

**Γιατί γίνεται αυτό;** Γιατί υπάρχουν – για να το πούμε απλά- δύο τύποι ανοσίας που επιτυγχάνονται με τα εμβόλια. Η μια αποτρέπει την πρόκληση σοβαρής ασθένειας από ένα παθογόνο, αλλά δεν μπορεί να το εμποδίσει να εισέλθει στον σώμα ή να πολλαπλασιαστεί. Η άλλη είναι η λεγόμενη “αποστειρωτική ανοσία”, η οποία μπορεί να αποτρέψει πλήρως τις λοιμώξεις ακόμη και τις ασυμπτωματικές.

**Ας δούμε και κάτι άλλο.** Μετά από τα εμβόλια της ηπατίτιδας Β, της παρωτίτιδας, της μηνιγγίτιδας και φυσικά της γρίπης, κάποιος μπορεί να νοσήσει και να μεταδώσει τον ιό. Για παράδειγμα στην περίπτωση της μηνιγγίτιδας (που προκαλείται από τα βακτήρια Neisseria meningitidis), υπάρχουν πολλά εμβόλια διαθέσιμα για δεκάδες διαφορετικά στελέχη. Τα τρία που δίνονται στις ΗΠΑ – MCV4, MPSV4 και MenB – μπορούν από κοινού να αποτρέψουν το 85-90% των περιπτώσεων ασθένειας. Ωστόσο, έχει αποδειχθεί ότι εξακολουθούν να επιτρέπουν στους ανθρώπους να «μεταφέρουν» το παθογόνο.

**Που θέλω να καταλήξω;** Με κάποια πολύ γνωστά σε εμάς εμβόλια επιτυγχάνεται η μείωση της έντασης των συμπτωμάτων στους εμβολιασμένους, και έτσι οι άνθρωποι συνήθως δεν νοσηλεύονται, οι πανδημίες περιορίζονται και ελάχιστοι άνθρωποι χάνουν τη ζωή τους από λοιμώδη και μεταδοτικά νοσήματα.

**Άρα, τελικά ποιο είναι το καλύτερο εργαλείο για τον έλεγχο του νέου κορωνοϊού;** Εύκολη απάντηση: το δικό μας ανοσοποιητικό σύστημα. Το βασικό πρόβλημα όμως είναι ότι το ανοσοποιητικό μας σύστημα πρέπει να εκτεθεί στον ιό για να μάθει πώς να μας προστατεύει. Και μερικές φορές δεν καταφέρνει να προστατεύσει κάποιους από την ένταση της λοίμωξης.

Τα εμβόλια όμως λύνουν αυτό το πρόβλημα αφήνοντας το ανοσοποιητικό μας σύστημα να ‘γνωρίσει’ τον ιό πριν πραγματικά μολυνθούμε, ώστε να μάθει πώς να τον καταπολεμήσει αν χρειαστεί.

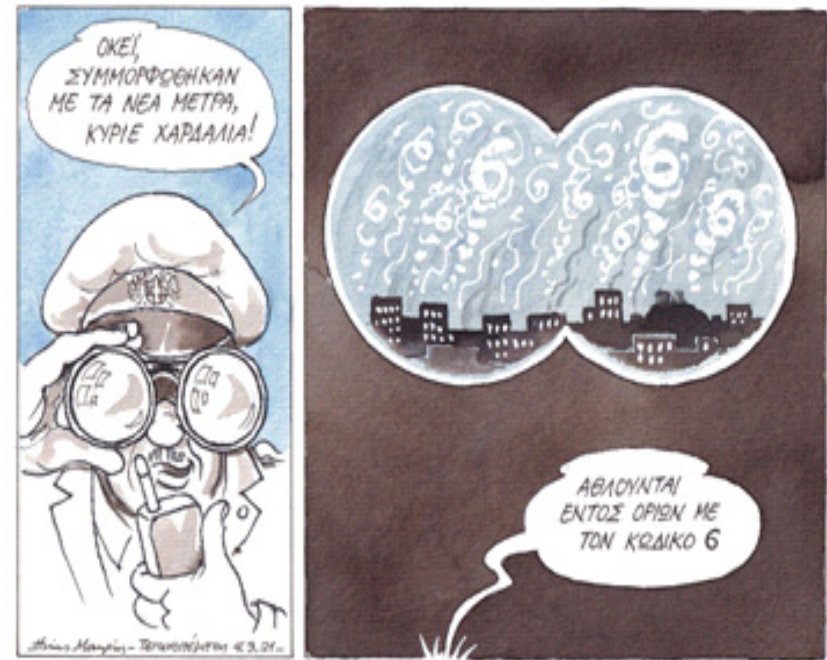
**Γιατί έκανα όλη αυτή την εκτενή εισαγωγή;** Από μια πρόσφατη μετα-ανάλυση που δημοσιεύτηκε γνωρίζουμε πως τα περισσότερα άτομα που μολύνονται με τον κορωνοϊό δεν θα παραμείνουν ασυμπτωματικά καθ’ όλη τη διάρκεια της λοίμωξης άρα η ασυμπτωματικότητα τελικά ενδέχεται να αντιστοιχεί σε μικρότερο ποσοστό

**Ο εμβολιασμός κατά του ΓΟΧΙΔ-19** μειώνει τις πιθανότητες μετάδοσης του ιού. Τα στοιχεία δείχνουν πως η φυσική ανοσία θα διαρκεί πολλούς μήνες, αν και είναι δυνατή η επαναμόλυνση (ιδιαίτερα μετά από ήπια ασθένεια). Το εμβόλιο πιθανότατα θα παρέχει παρόμοιο χρονικό διάστημα προστασίας, και θα το γνωρίζουμε και αυτό σύντομα. Το πιο σημαντικό είναι πως, ακόμη και αν η προστασία δεν είναι μόνιμη, είτε λόγω εξασθενημένης ανοσίας είτε λόγω νέων παραλλαγών του ιού, οι μεταγενέστερες λοιμώξεις πιθανότατα θα είναι λιγότερο σοβαρές για εκείνους των οποίων το ανοσοποιητικό σύστημα είχε την ευκαιρία να εκτεθεί στον ιό, είτε μέσω της λοίμωξης είτε μέσω του εμβολιασμού. Επίσης, να θυμόμαστε πως ο μαζικός εμβολιασμός – όπως ήδη γνωρίζουμε από το Ισραήλ- οδηγεί σε σημαντικές μειώσεις στον αριθμό των νέων λοιμώξεων αλλά και των εισαγωγών στα νοσοκομεία και των θανάτων από τη λοίμωξη. Αυτός είναι ο ασφαλέστερος τρόπος να αντιμετωπίσουμε την πανδημία, και όχι η έκθεση στον ιό».

**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 F M**

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

ΕΔΩ ΓΕΛΛΑΝΕ



Αλτσχάιμερ: Τα συμπτώματα που θα σας προειδοποιήσουν

Ποια είναι τα συμπτώματα που θα σας προειδοποιήσουν για την νόσου του Αλτσχάιμερ;

Ακόμα και τα ήπια ελαττώματα μνήμης μπορούν να σας κάνουν να ανησυχήσετε για την γνωστική σας ικανότητα, είτε για τους αγαπημένους σας, ειδικά αν βρίσκονται σε προχωρημένη ηλικία. Εάν δυσκολεύεστε να θυμηθείτε το όνομα κάποιου, αλλά σας έρχεται αργότερα, αυτό δεν είναι σοβαρό πρόβλημα μνήμης, σύμφωνα με τους ειδικούς.

Τα συμπτώματα του Αλτσχάιμερ

Αλλά εάν τα προβλήματα μνήμης σας επηρεάζουν δυσμενώς στην καθημερινή σας ζωή, θα μπορούσαν να είναι πρώιμα σημάδια της νόσου του Αλτσχάιμερ. Ενώ ο αριθμός των συμπτωμάτων που έχετε όπως και το πόσο ισχυρά είναι μπορεί να ποικίλει, είναι σημαντικό να γνωρίζετε τα πρώιμα σημάδια:

Απώλεια μνήμης

Η απώλεια μνήμης αποτελεί το πιο κοινό σύμπτωμα και μπορεί να σημαίνει ότι ξεχνάτε εύκολα πληροφορίες που μόλις μάθατε, ότι χάνετε σημαντικές ημερομηνίες, ονόματα ή συμβάντα, ότι ξεχνάτε ότι συνέβησαν μεγάλα περιστατικά, ότι ζητάτε τις ίδιες πληροφορίες ξανά και ξανά.

Μπορεί επίσης να βασίζεστε σε ιδιαίτερα μεγάλο βαθμό σε σημειώσεις ή υπενθυμίσεις στο κινητό σας.

Πλάνα με δυσκολία

Ένα ακόμα σύμπτωμα αποτελεί η δυσκολία στο προγραμματισμό και την επίλυση προβλημάτων. Αυτό μπορεί να σημαίνει δυσκολία στην εκπόνηση σχεδίων και στην τήρηση αυτών, αδυναμία συγκέντρωσης σε λεπτομερείς εργασίες, ειδικά εάν περιλαμβάνουν αριθμούς.

Χαρακτηριστικό παράδειγμα, σύμφωνα με τους ειδικούς, είναι αν μπορείτε να ακολουθήσετε μια συνταγή, την οποία έχετε επαναλάβει δεκάδες φορές στο παρελθόν.

Πρόκληση οι καθημερινές δραστηριότητες

Σύμφωνα με τους ειδικούς, οι καθημερινές δραστηριότητες που άλλοτε κάνατε με ευκολία μπορεί ξαφνικά να γίνουν πραγματικά δύσκολες κι ας είναι οικείες. Αυτό μπορεί να σημαίνει δυσκολία στο να οδηγήσετε σε μέρη που πηγαίνετε συχνά ή αδυναμία να ολοκληρώσετε μια συνηθισμένη για εσάς δραστηριότητα.

Άλλο ενδεικτικό παράδειγμα, είναι το να ξεχνάτε ξαφνικά τους κανόνες του αγαπημένου σας παιχνιδιού.

Χρόνος και μέρη σε σύγχυση

Μπορείτε να καταλάβετε πλήρως κάτι που δεν συμβαίνει αυτή τη στιγμή; Πόσο εύκολα αποπροσανατολίζεστε; Αυτά είναι μερικά από τα πρώιμα συμπτώματα της νόσου του Αλτσχάιμερ. Σε πιο προχωρημένο στάδιο μπορεί να αισθανθεί κανείς ότι χάνεται εύκολα.

Μπορεί επίσης να ξεχνά που βρίσκεται ή γιατί έχει μεταβεί στο σημείο όπως και το πώς έφτασε εκεί.

Οι συζητήσεις γίνονται δύσκολες

Το λεξιλόγιο και οι συζητήσεις μετατρέπονται σε πρόκληση. Μπορείτε να αντιμετωπίζετε δυσκολία ως προς το να βρείτε την ακριβή λέξη ή να λέτε τα αντικείμενα με λάθος όνομα.

Οι συνομιλίες μπορεί να γίνουν εξαιρετικά δύσκολες. Ένα άτομο που εκδηλώνει Αλτσχάιμερ μπορεί να αποφεύγει να συμμετάσχει σε συζητήσεις, να μην μπορεί να συνομιλήσει ή και να σταματά ξαφνικά στην μέση μιας συζήτησης.



# Παιδί: Γιατί αλλάζει η συμπεριφορά του όταν αποκτά αδερφάκι;

Πού μπορεί να οφείλεται η αλλαγή συμπεριφοράς του μεγαλύτερου παιδιού όταν έρχεται στο σπίτι το αδερφάκι του;

Ο ερχομός ενός νέου μωρού είναι μια τεράστια αλλαγή για κάθε παιδί στην οικογένεια. Είναι απολύτως φυσιολογικό το μεγαλύτερο παιδί να αισθάνεται ότι το νέο του αδερφάκι αντικαθιστά τον δικό του ρόλο στην οικογένεια και αυτό μπορεί να οδηγήσει σε ζήλια του παιδιού



προς το μωρό. Αυτό μπορεί να αποδειχθεί στην πράξη με πολλούς διαφορετικούς τρόπους, όπως η επιθετική συμπεριφορά προς το μωρό (π.χ. το παιδί να τσιμπάει το μωρό), ενώ συχνά αυτά τα συναισθήματα ζήλιας μπορεί να οδηγήσουν το παιδί σε πιο «παιδαριώδη» συμπεριφορά, όπως να έχει ξεσπάσματα ή να αρνείται να χρησιμοποιήσει το γιο γιό, παρόλο που έχει εκπαιδευτεί επιτυχώς σε αυτό. Αυτός είναι ο τρόπος του παιδιού να εκφράσει τα συναισθήματα απογοήτευσης και σύγχυσης σχετικά με το ρόλο του και τη θέση του στην οικογένεια.

Είναι συνηθισμένη αυτή η συμπεριφορά; Είναι απολύτως φυσιολογικό τα μεγαλύτερα αδέλφια να αντιδρούν κατ’ αυτόν τον τρόπο στην άφιξη ενός νέου μωρού και αυτό σε καμία περίπτωση δεν θα επηρεάσει τη μελλοντική τους σχέση, ιδίως εάν αντιμετωπίζονται από τους γονείς τους έτσι ώστε τα συναισθήματα ζήλιας να μειώνονται με την πάροδο του χρόνου. Ακόμη κι αν το παιδί σας φαίνεται να είναι ανεξάρτητο και ικανό να κάνει πολλά πράγματα μόνο του και χωρίς τη συνεχή προσοχή σας, χρειάζεται ακόμη την αγάπη και το ενδιαφέρον σας -ίσως τώρα περισσότερο από ποτέ. Αυτά τα μοτίβα συμπεριφοράς είναι ιδιαίτερα διαδεδομένα στα νήπια, τα οποία έχουν συνηθίσει στο να έχουν την αδιαίρετη προσοχή σας.

Δείτε επίσης: Τα καλοπρωίρετα λάθη που βλάπτουν τη σχέση σας

Τι μπορείτε να κάνετε ως γονείς Προσπαθήστε να μην τιμωρήσετε το μεγαλύτερο παιδί σας, καθώς αυτό μπορεί να το κάνει να αισθάνεται πιο δυσαρεστημένο με το μωρό και στη συνέχεια μπορεί να προσπαθήσει να βλάψει ξανά το μωρό. Αν και πρέπει να εξηγήσετε με σαφήνεια ότι δεν επιτρέπεται να βλάψει το μωρό, πείτε του ότι ξέρετε ότι αυτή του η συμπεριφορά δεν σημαίνει ότι είναι άτακτο και ενθαρρύνετέ το να σας λέει ό,τι αισθάνεται αντί να ξεσπά στο αδερφάκι του.

Απαντώντας στη συμπεριφορά του με υπομονή και κατανόηση, το παιδί σας θα αρχίσει να αισθάνεται ξανά ασφαλές και θα καταλάβει ότι κάνοντας χώρο για ένα νέο μέλος της οικογένειας, δεν σημαίνει ότι εγκαταλείπει τη θέση του στην οικογένεια ή ότι λαμβάνει λιγότερη αγάπη από εσάς. Αυτό θα το βοηθήσει να δεχτεί το μωρό και να αρχίσει να βλέπει ότι είναι επίσης μέρος της δικής του ζωής.

- Συμβουλές για τη διαχείριση αυτής της αλλαγής
- Εάν δεν έχετε φέρει ακόμη στον κόσμο το μωρό σας, προετοιμάστε το παιδί σας για την άφιξή του. Μπορεί να σας βοηθήσει να διαβάσετε μαζί ένα παιδικό βιβλίο για το θέμα.
  - Κοιτάξτε μαζί με το παιδί φωτογραφίες από όταν ήταν εκείνο μωρό, ώστε να καταλάβει ότι κι εκείνο λάμβανε την ίδια προσοχή και φροντίδα που λαμβάνει το νέο μωρό.
  - Προσπαθήστε να αφιερώνετε χρόνο κάνοντας πράγματα με το μεγαλύτερο παιδί σας σε τακτική βάση, ώστε να μην αισθάνεται ότι πρέπει να ανταγωνίζεται το αδερφάκι του προκειμένου να τραβήξει την προσοχή σας.
  - Επιτρέψτε στο μεγαλύτερο παιδί σας να έχει ενεργό ρόλο στη ζωή του μωρού, ενθαρρύνοντάς το να συμμετέχει στη φροντίδα του, π.χ. να σας βοηθάει να του αλλάξετε πάνα ή να του διαβάσει ένα παραμύθι.
  - Μην τιμωρείτε το παιδί επειδή συμπεριφέρεται παιδιάστικα – καταλάβετε ότι είναι απλώς ένας φυσιολογικός τρόπος για να διαχειριστεί τα συναισθήματα που δεν καταλαβαίνει, όπως η ζήλια.
  - Μην κάνετε σημαντικές αλλαγές στη ρουτίνα του παιδιού σας όταν το μωρό είναι νεογέννητο, καθώς έτσι θα το ταραξείτε περισσότερο. Προσπαθήστε να δοκιμάσετε τις αλλαγές δύο μήνες πριν από τη γέννηση του νέου μέλους ή λίγους μήνες μετά την άφιξή του.

# «Το άναρχο τοπίο πρέπει άμεσα να χαλιναγωγηθεί»

Την ανάγκη οι δυτικές δημοκρατίες να ανακτήσουν τον έλεγχο των ορίων του δημόσιου διαλόγου από τους κολοσσούς της κοινωνικής δικτύωσης αναδεικνύει, σε αποκλειστική συνέντευξή της στην «Κ», η Μαριέτζε Σάακε. Η δυναμική πρώην ευρωβουλευτής, και νυν επικεφαλής



διεθνούς πολιτικής του Stanford Cyber Policy Center, μιλάει για τον Ντόναλντ Τραμπ, την ψηφιακή πολιτική της Ευρωπαϊκής Ένωσης και το πώς μπορεί η δημόσια πολιτική να εξημερώσει το τέρας που έχει δημιουργηθεί στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης.

Ο αποκλεισμός του Τραμπ «φανέρωσε σε πολύ κόσμο πόση ισχύ έχουν το Twitter, το Facebook, το οφΥφβε έάέ Üëää δεάδöüñåð»,

όγίöüíá îå öç ÓÜää. Ç áðüöåðς öûν εταιρειών γεννά «πολλά ερωτήματα», λέει. «Γιατί, για παράδειγμα, αποκλείεται ο πρόεδρος των Ηνωμένων Πολιτειών και όχι άλλοι διεθνείς ηγέτες που αναρτούν ιδιαιτέρως επίμαχο ή επιβλαβές περιεχόμενο; Το πραγματικό ερώτημα όμως δεν είναι αν ήταν μια σωστή ή λάθος απόφαση, αλλά γιατί επιτρέπουμε την ιδιωτικοποίηση της διαχείρισης του δημοκρατικού διαλόγου στις κοινωνίες μας».

Πώς μπορεί ο έλεγχος αυτός να επανέλθει στη δημόσια σφαίρα; «Πρέπει κατ’ αρχάς να απαιτήσουμε οι εταιρείες αυτές να είναι πολύ πιο διαφανείς σχετικά με τις πολιτικές στις οποίες βασίζουν τις αποφάσεις τους. Δεν μπορεί αυτές να προκύπτουν ως αντίδραση σε πιέσεις ή στην κατακραυγή των εργαζομένων τους. Οι πολιτικές αυτές πρέπει να συνδέονται με διεθνή ή ευρωπαϊκά πρότυπα σε σχέση με την ελευθερία του λόγου και τα όριά της και πρέπει να υπάρχει ανεξάρτητη εποπτεία που θα πιστοποιεί σε τι βαθμό οι εταιρείες τηρούν τις δεσμεύσεις τους. Μου έκανε εντύπωση ότι το Twitter από την περασμένη Παρασκευή (σ.σ.: 8 Ιανουαρίου) απενεργοποίησε περισσότερους από 70.000 λογαριασμούς που συνδέονται με το QAnon – κι αυτό έγινε αφού το ΡΑξοε είχε ήδη απαγορευθεί». Αυτό δείχνει, όπως παρατηρεί η Σάακε, πόσο δύσκολο είναι να επιτηρηθεί η πλατφόρμα σε κυλιόμενη βάση, εντοπίζοντας τις παραφυάδες απαγορευμένων οντοτήτων σε πραγματικό χρόνο.

## Ο ρόλος των κυβερνήσεων

«Οι κυβερνήσεις των δημοκρατικών χωρών έχουν τον πρώτο λόγο, πάντως», τονίζει. «Αυτές είναι που πρέπει να διατυπώσουν σαφώς το νόημα του κράτους δικαίου στο ψηφιακό πεδίο και να διασφαλίσουν ότι υπάρχουν οι μηχανισμοί για την επιβολή του». Πρέπει να υπάρχει πρόσβαση στο πώς λειτουργούν οι αλγόριθμοι των εταιρειών, να είναι σαφείς οι κυρώσεις που συνεπάγεται η μη συμμόρφωση με τη νομοθεσία και «να εξοπλιστούν οι ελεγκτικές αρχές με τη γνώση, το προσωπικό και τους πόρους που θα χρειαστούν για να μπορέσουν να αντιμετωπίσουν τις στρατιές δικηγόρων που διαθέτουν οι εταιρείες».

Δεν είναι όμως βαθύτερο το πρόβλημα; – δηλαδή το ίδιο το επιχειρηματικό μοντέλο των εταιρειών κοινωνικής δικτύωσης, που επιδιώκει με κάθε μέσο τη μονοπωλίωση της προσοχής του χρήστη προς όφελος των διαφημιζόμενων που είναι οι πελάτες τους;

Η Σάακε δεν διαφωνεί, αλλά τονίζει ότι η κατάσταση ξέφυγε από τον έλεγχο «εξαιτίας της μακράς περιόδου αδράνειας από τις δημοκρατικές κυβερνήσεις, ειδικά την αμερικανική». Η χαλιναγωγήση του άναρχου τοπίου που έχει δημιουργηθεί, σημειώνει, προϋποθέτει άμεση δράση σε μια σειρά από μέτωπα: αντιμονοπωλιακή πολιτική, προστασία της ιδιωτικότητας και των προσωπικών δεδομένων κ.ά.

Πώς κρίνει τον κανονισμό περί ψηφιακών υπηρεσιών (Digital Services Act) που εισηγήθηκε τον περασμένο μήνα η Κομισιόν; Έχει τα στοιχεία εκείνα που θα υποχρεώσουν τους κυρίαρχους παίκτες του Διαδικτύου να αναλάβουν τις ευθύνες τους σχετικά με το περιεχόμενο στις πλατφόρμες τους;

«Νομίζω ότι θα είναι πολύ βοηθητικό και ελπίζω να μείνει εν πολλοίς αkéραιο – βλέπουμε ήδη να κλιμακώνεται το μοββξίξη των εταιρειών εναντίον της πρότασης. Πάντως είναι σημαντικό ότι οι ευθύνες για την επιτήρηση του περιεχομένου αυξάνονται ανάλογα με το μέγεθος των εταιρειών, αλλά και ότι η Ευρωπαϊκή Επιτροπή αναλαμβάνει ξανά τον ρόλο της διατύπωσης του τι αποτελεί επιβλαβές περιεχόμενο – κάτι το οποίο μέχρι πρότινος είχε αφήσει στις ίδιες τις εταιρείες».

## «Σωστά ένστικτα»

Η Ευρωπαϊκή Ένωση «έχει τα σωστά ένστικτα» και έχει «παίξει ηγετικό ρόλο» στην προσπάθεια επιβολής τάξης στο ψηφιακό χάος, ειδικά τα τελευταία χρόνια που «οι Ηνωμένες Πολιτείες απουσίαζαν πλήρως», λέει η Ολλανδή ειδικός.

Ωστόσο, σημειώνει, η ευρωπαϊκή προσέγγιση έχει κάποιες αδυναμίες, κυριότερη εκ των οποίων είναι η απουσία γεωπολιτικής διά-στασης στην ψηφιακή της πολιτική. «Ας πάρουμε την υπόθεση της Huawei και του 5H: από τη μια έχουμε την υπόσχεση της ενιαίας ψηφιακής αγοράς, από την άλλη όμως καθένα από τα 27 κράτη-μέλη μπορεί να αποφασίσει ατομικά αν κάποια επένδυση αποτελεί απειλή εθνικής ασφαλείας και πρέπει να αποτραπεί», λέει. «Χρειάστηκε ένας χρόνος για να καταρτιστεί η εργαλειοθήκη βάσει της οποίας θα κρίνονταν τέτοιες επενδύσεις. Αυτές οι διαδικασίες πρέπει να βελτιωθούν. Εξίσου ενδεικτικό ήταν ότι η Ευρωπαϊκή Επιτροπή δεν συμπεριέλαβε στη Λευκή Βίβλο της για την τεχνητή νοημοσύνη οποιαδήποτε αναφορά στις στρατιωτικές εφαρμογές της – ένα ζήτημα που είναι αδύνατον να παρακαμφθεί».

## Κατάφεραν να επιβληθούν οι όροι τους

Η ΟΥάεά τονίζει ότι έως τώρα οι εταιρείες έχουν καταφέρει να επιβάλουν τους όρους τους στον διάλογο για τη ρύθμιση του πεδίου – «είναι χαρακτηριστικό ότι μιλάμε για ρύθμιση του Διαδικτύου, ενώ θα έπρεπε να μιλάμε για ρύθμιση του Facebook». Πλέον όμως, «το ζήτημα είναι τόσο ορατό, τόσο μεγάλη προτεραιότητα, που υπάρχει πολιτική πίεση για να εξεταστούν πιο λεπτομερώς τα θέματα που έχουν ανακύψει. Η τεχνολογία είναι παντού – άρα όλοι μας πρέπει να ενημερωθούμε καλύτερα για το πώς επιδρά στη ζωή μας ως πολιτών».

# Πώς θα κατανοήσετε τη συναισθηματική ανάπτυξη του παιδιού σας



Αυτό που χρειάζεται είναι να αφιερώσετε χρόνο ώστε να κατανοήσετε τα μοναδικά χαρακτηριστικά που έχει το μικρό σας

Ένα από τα πιο σημαντικά πράγματα που μπορείτε να κάνετε ως γονείς είναι να κατανοήσετε τα συναισθήματα του παιδιού σας και να αναρωτηθείτε για τη βαθύτερη αιτία της συμπεριφοράς του. Και όχι, δεν χρειάζεται να έχετε πτυχίο στην παιδοψυχολογία για να το καταφέρετε αυτό. Αυτό που χρειάζεται όμως είναι να αφιερώσετε χρόνο ώστε να κατανοήσετε τα μοναδικά χαρακτηριστικά που έχει το μικρό σας ήδη από τη στιγμή της γέννησής του: τι το κάνει να γέλα ή να κλαίει, τι το παρακινεί και τι το αναστατώνει.

Δίνοντας σημασία στο νόημα της συμπεριφοράς του παιδιού σας, το βοηθάτε να κατανοεί καλύτερα τα συναισθήματά του, να λειτουργεί με ευελιξία και να διαχειρίζεται τις κοινωνικές καταστάσεις. Παρόλο που μερικές φορές είναι απολύτως φυσιολογικό να μην καταλαβαίνετε την αιτία μιας συμπεριφοράς του παιδιού σας, απλώς το να αναρωτηθείτε τι κρύβεται πίσω από αυτή αντί να την παρερμηνεύσετε και να καταλήξετε σε βιαστικά συμπεράσματα, μπορεί να βοηθήσει και τους δύο σας. Άλλωστε, οι γονείς παίζουν καθοριστικό ρόλο στη συναισθηματική ανάπτυξη του παιδιού τους.

## Συμβουλές για να κατανοήσετε τη συναισθηματική ανάπτυξη του παιδιού σας

**\*Παρατηρήστε το**

Ένας από τους πιο απλούς αλλά και πιο αποτελεσματικούς τρόπους για να μάθετε περισσότερα για το πώς σκέφτεται και νιώθει το παιδί σας είναι η προσεκτική παρατήρηση. Παρατηρήστε τις πράξεις, τις εκφράσεις και την ιδιοσυγκρασία του, λαμβάνοντας πάντα υπόψιν ότι κάθε παιδί είναι μοναδικό και διαφορετικό (ακόμη και από τα αδέρφια του).

**\*Ακούστε το ενεργά**

Η καλή ακρόαση είναι ένας τρόπος να δείξετε την ενσυναίσθησή σας. Επιτρέπει στο παιδί να γνωρίζει ότι οι σκέψεις και τα συναισθήματά του έχουν σημασία και ότι είναι κατανοητά και αποδεκτά. Καθώς σας μιλάει επικεντρωθείτε στις εκφράσεις του προσώπου του και τη γλώσσα του σώματός του και προσπαθήστε να κατανοήσετε πίσω από τα λόγια του. Αν δεν είστε σίγουροι ότι καταλαβαίνετε ό,τι σας λέει, ρωτήστε το σχετικά και μη βιαστείτε να του δώσετε μια πρόχειρη απάντηση. Με αυτόν τον τρόπο θα ενισχύσετε την αυτοεκτίμησή του και θα του δείξετε πώς να γίνει και το ίδιο καλός ακροατής.

**\*Περάστε χρόνο με το κάθε παιδί σας ξεχωριστά**

Μέσα στην ημέρα, φροντίστε να περνάτε χρόνο με το κάθε παιδί σας ξεχωριστά. Για παράδειγμα, μπορείτε να μαγειρεύετε παρέα με το μεγαλύτερο παιδί και να διαβάσετε ένα παραμύθι στο μικρότερο προτού κοιμηθεί. Όταν δίνετε στο παιδί την αδιαίρετη προσοχή σας, αισθάνεται ασφαλές και είναι πιο πιθανό να σας «ανοιχτεί».

**\*Βεβαιωθείτε ότι μεγαλώνει σε ένα ήρεμο περιβάλλον**

Το παιδί χρειάζεται ένα ήρεμο περιβάλλον προκειμένου να νιώθει ασφάλεια και να έχει μια υγιή ψυχο-συναισθηματική ανάπτυξη. Είναι σημαντικό να νιώθει το σπίτι του ως το «καταφύγιό» του, γι' αυτό βεβαιωθείτε ότι διατηρείτε το οικογενειακό περιβάλλον ήρεμο, χωρίς φωνές και εντάσεις. Σίγουρα, σε κάθε οικογένεια προκύπτουν ορισμένες φορές εντάσεις, ωστόσο και σε αυτές τις περιπτώσεις οι συγκρούσεις θα πρέπει να γίνονται με αλληλοσεβασμό.

**\*Μην υποτιμάτε τα συναισθήματά του**

Τα ξεσπάσματα των παιδιών (ειδικά των νηπίων) προέρχονται από μια αίσθηση απογοήτευσης και αδυναμίας να εκφραστούν. Ακόμη κι αν πιστεύετε ότι είναι ασήμαντος ο λόγος που το παιδί έχει προβληματιστεί, δείξτε του ότι παίρνετε στα σοβαρά τα συναισθήματά του ενώ παράλληλα βάζετε όρια στη συμπεριφορά του. Με αυτόν τον τρόπο, του δείχνετε ότι σέβεστε τη συναισθηματική του κατάσταση και το βοηθάτε να τη διαχειριστεί πιο αποτελεσματικά.

# ΕΑΣΥΑ: «Οι μπαχαλάκηδες διψούν για αίμα Αστυνομικού»

Για «καταδρομικές επιθέσεις» που καταδεικνύουν ότι «οι μπαχαλάκηδες διψούν για αίμα Αστυνομικού», κάνει λόγο σε ανακοίνωση της η Ένωση Αστυνομικών υπαλλήλων Αθηνών.

**Αναλυτικά η ανακοίνωση:**

Όπως αρκετές φορές τα τελευταία χρόνια, «οι γνωστοί-άγνωστοι» μπαχαλάκηδες «επισκέφτηκαν εθιμοτυπικά» το Α.Τ. Καισαριανής, αφήνοντας ανεξίτηλο το στίγμα τους, ύστερα από τη νέα δολοφονική επίθεση με βόμβες μολότοφ που έλαβε χώρα χθες (28/02/2021), δίχως ευτυχώς τραυματίες. ΕΑΣΥΑ: «Οι μπαχαλάκηδες διψούν για αίμα Αστυνομικού»Επίθεση με βόμβες μολότοφ δέχθηκε και σήμερα (01/03/2021) πρωινές ώρες διερχόμενο περιπολικό επί της οδού Ούλωφ Πάλμε από ομάδα μπαχαλάκηδων οι οποίοι είχαν καλυμμένα τα χαρακτηριστικά του προσώπου τους και χάριν στην οδηγική ικανότητα του αστυνομικού αποφεύχθηκαν τα χειρότερα.

Είναι δε αξιοσημείωτη η ταχύτητα και η οργάνωση που επιδεικνύουν οι ομάδες αυτές κατά τις καταδρομικές επιθέσεις που επιχειρούν, ενώ οι πυρπολημένες υπηρεσιακές μοτοσυκλέτες αποδεικνύουν την, κατά την άποψή μας, λανθασμένη μέχρι σήμερα τακτική της Ηγεσίας που εδώ και χρόνια ακολουθείται, με τους Αστυνομικούς να είναι σταθεροί σε στόχους και σημεία , μειώνοντας κατ' αυτό τον τρόπο σε μεγάλο ποσοστό την πιθανότητα καταδίωξης και σύλληψης των δραστών.

Ως Ένωση Αστυνομικών Υπαλλήλων Αθηνών έχουμε καταγγείλει πολλάκις αυτή την αναχρονιστική τακτική, η οποία παγιώθηκε με την προηγούμενη Κυβέρνηση, άλλαξε προσωρινά τους πρώτους μήνες της διακυβέρνησης με την ενεστώσα Φυσική και Πολιτική Ηγεσία, τείνει όμως δυστυχώς να παγιωθεί εκ νέου. Έχουμε επίσης εκφράσει τις απόψεις μας φτάνοντας μέχρι τη Δικαιοσύνη ούτως ώστε να προστατεύσουμε τους συναδέλφους μας, προκειμένου να είναι και αυτοί σε θέση με τη σειρά τους να προστατεύσουν τη ζωή και την περιουσία του Έλληνα πολίτη.

Δυστυχώς δεν τολμούμε να ευχηθούμε να μην ξανασυμβεί, ούτως ή άλλως δεκαετίες τώρα ο Έλληνας Αστυνομικός υφίσταται τέτοιου είδους επιθέσεις, απαιτούμε όμως να γίνει ότι είναι ανθρωπίνως δυνατό ώστε οι δράστες της επίθεσης να οδηγηθούν στη Δικαιοσύνη και να τους καταλογιστούν οι νόμιμες ποινές. Απαιτούμε επίσης από την Πολιτική και Φυσική Ηγεσία να αφουγκραστούν τις συνεχείς εκκλήσεις μας για ενίσχυση εφ' όλης της ύλης, σε Υπηρεσίες όπως το Α.Τ. Καισαριανής.

Υπενθυμίζουμε δε στους αρμόδιους ότι με ευχολόγια, με ιδρύσεις νέων Υπηρεσιών και με ιδεολογήματα δεν αντιμετωπίζεται η δράση όλων αυτών των «καλομαθημένων» παιδιών του συστήματος.

Σε αυτό το σημείο θέλουμε να θέσουμε κάποια ερωτήματα – προβληματισμούς προς όλους, χωρίς να αναμένουμε πειστικές απαντήσεις (άλλωστε σπανίως τις λαμβάνουμε) , αλλά για να μεταφέρουμε τον παλμό και την υπηρεσιακή πραγματικότητα των αστυνομικών της Αθήνας.

- Για ποιο λόγο για ακόμα μια φορά στοχοποιούνται Αστυνομικές Υπηρεσίες, οικίες και περιουσίες απλών εργαζόμενων οικογενειάρχων αστυνομικών οι οποίοι απλώς κάνουν τη δουλειά που τους αναθέτει η Πολιτεία;
- Για ποιο λόγο το Κράτος Δικαίου όντας ο ακρογωνιαίος λίθος της έννομης τάξης δεν έχει θωρακίσει έως σήμερα θεσμικά και δεν έχει δώσει τα νομικά εργαλεία στους Αστυνομικούς ώστε να ανταπεξέρχονται στους παντοειδείς κινδύνους;
- Για πόσο ακόμα θα γίνεται ανεκτή από μέρη του πολιτικού συστήματος η δράση οργανωμένων μειοψηφιών, οι οποίες δεκαετίες τώρα θέτουν τη δημοκρατία μας σε ομηρία;
- Θα έρθει ποτέ επιτέλους το πολιτικό σύστημα σε συνεννόηση γι' αυτά τα φαινόμενα, αποδεχόμενο ΟΜΟΦΩΝΑ ότι το λειτουργήμα του αστυνομικού ακολουθεί πιστά τις αρχές και τις προσαγές του Συντάγματος και των Νόμων και όχι τις πολιτικές ιδεολογίες ενός εκάστου;
- Για ποιο λόγο η Πολιτική και Φυσική Ηγεσία έχει αποδεκατίσει εν γνώση της τα Αστυνομικά Τμήματα, με αποτέλεσμα να έχουν απομείνει ελάχιστοι αστυνομικοί; Δεν μπορεί πλέον να γίνει ανεκτό από την πλευρά μας, ότι ένας επαγγελματίας εργαζόμενος κινδυνεύει να βρεθεί κατηγορούμενος, αφού οι καθημερινές υποχρεώσεις της Υπηρεσίας που πρέπει να διεκπεραιωθούν, ολοένα και πολλαπλασιάζονται, την ίδια ώρα που το προσωπικό συνεχώς μειώνεται και η Ηγεσία δημιουργεί συνεχώς νέες Υπηρεσίες !!!
- Για ποιο λόγο το μεγαλύτερο ποσοστό των μηχανοκίνητων μάχιμων Υπηρεσιών είναι «καρφωμένες» σε σταθερά σημεία, αρκετά εκ των οποίων έχουν ως κύριο σκοπό τους ελέγχους για τον Γοχιδ-19 στους πολίτες; Μήπως έχει σταματήσει να υφίσταται η εγκληματικότητα και η τρομοκρατία, η οποία επιτίθεται τυφλά δίχως να κάνει διακρίσεις;
- Για ποιο λόγο το επάγγελμα του Αστυνομικού δεν έχει αναγνωρισθεί έως σήμερα από την Πολιτεία ως επικίνδυνο και ανθυγιεινό, την ίδια ώρα που η ΕΛ.ΑΣ. αποτελεί το μοναδικό Οργανισμό με τόσο μεγάλο αριθμό πεσόντων στο καθήκον και τραυματιών αστυνομικών εν καιρώ ειρήνης;

Ως Ένωση Αστυνομικών Υπαλλήλων Αθηνών απαιτούμε όπως όπως σύσσωμα τα Πολιτικά Κόμματα καταδικάσουν τις επιθέσεις εναντίον του Α.Τ. Καισαριανής, αλλά και εναντίον μεμονωμένων Αστυνομικών στόχων και επιτέλους ας ξεκινήσουν υπό το πρίσμα τους οι διαδικασίες οικοδόμησης μιας Αστυνομίας, με κριτήρια υψηλού επαγγελματισμού και αξιοπιστων λειτουργιών σε όλα τα επίπεδα και σε όλα τα στάδια της καθημερινής δράσης της και όχι με κινήσεις σπασμωδικές και εκ του προχείρου. Όσο δεν γίνεται αυτό, οι κίνδυνοι θα πολλαπλασιάζονται, το αστυνομικό Σώμα θα χρεώνεται αποτυχίες, ενώ η συντεταγμένη Πολιτεία θα κατηγορείται για την αδυναμία της να απαντήσει αποτελεσματικά στις καθημερινές προκλήσεις.

# XL MANUFACTURING INC.



4LG *EASY SLICER GYROS KNIFE* 4LE

## AUTOGYROS

FOR COOKING GYROS, SHAWARMA and TACOS AL PASTOR

NSF UL

## LAMB ROTISERRE GRILL



Model 400 Model LRG 200 Model LRG 100

54"x24"x24" 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.