ΠΟΛΙΧΝΙΑΤΙΚΟΣ Λόγος

ΔΙΑΝΕΜΕΤΑΙ ΣΤΑ ΜΕΛΗ

ΠΟΛΙΧΝΙΤΟΣ

ΤΡΙΜΗΝΙΑΙΟ ΔΕΛΤΙΟ ΠΟΥ ΕΚΔΙΔΕΙ ΤΟ Δ.Σ. ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ «Ο ΠΟΛΙΧΝΙΤΟΣ ΛΕΣΒΟΥ» • ΜΑΥΡΟΜΙΧΑΛΗ 147, 114 72 ΑΘΗΝΑ, ΤΗΛ: 210-6459687

ΤΕΥΧΟΣ 130 • ΑΠΡΙΛΙΟΣ - ΜΑΪΟΣ - ΙΟΥΝΙΟΣ 2012

«Ελιές κοντούλες φουντωτές, πράσινες και ασημένιες, κι άλλες ψηλές θεόρατες στητές και μαγεμένες. Άλλες καινούριες νεαρές όμορφες κοπελούδες κι άλλες χιλιόχρονες γριές με ζαρωμένες φλούδες.»

(Αμαλία Καραγιάννη- Χαλκιά)

ΕΙΜΑΙ Η ΕΛΙΑ Η ΤΙΜΗΜΕΝΗ

Το Γυμνάσιο Πολιχνίτου στα πλαίσια των προγραμμάτων περιβαλλοντικής εκπαίδευσης που εκτελεί κάθε χρόνο, φέτος αποφάσισε να ασχοληθεί με το ιερό δέντρο του νησιού μας, που είναι η ελιά. Στο τέλος της εκτέλεσης του προγράμματος επισκεφθήκαμε το κέντρο περιβαλλοντικής εκπ/σης Ευεργέτουλα για να ολοκληρώσουμε με την παρουσίαση του προγράμματος, προβολές και φύλλο εργασίας.

Παρακάτω λοιπόν σταχυολογούμε και σας παρουσιάζουμε ενδεικτικά στοιχεία που αφορούν τη διαχρονική διαδρομή της ελιάς μέχρι σήμερα στο νησί της Λέσβου.

Η ελιά είναι από τις παλαιότερες καλλιέργειες στη Γή. Ευρήματα από την αρχαιότητα δείχνουν ότι η καλλιέργειά της ξεκίνησε πριν από 7000 χρόνια ενώ απολιθωμένα φύλλα ελιάς που βρέθηκαν, υπολογίζονται έως και 60.000 έτη.

Σε ένα νόμισμα του 600 π. Χ., σε ένα στατήρα, απεικονίζονται δυο αντικριστά κεφάλια μοσχαριών και ανάμεσά τους ένα κλαδάκι ελιάς.

Στους Ολυμπιακούς αγώνες, οι πρόγονοί μας στεφάνωναν με κότινο, ένα κλαδάκι ελιάς, τους νικητές στα αγωνίσματα.

Οι περιοχές προέλευσής της θεωρούνται η Συρία και η Μ. Ασία, αν και αγριελιές διάσπαρτες συναντάμε σε όλη τη λεκάνη της Μεσογείου. Σήμερα η συντριπτική πλειοψηφία των ελαιόδεντρων υπάρχουν στις Μεσογειακές χώρες.

Έτσι και στη Λέσβο η καλλιέργεια της ελιάς ξεκίνησε από την αρχαιότητα όπως μαρτυρούν αρχαιολογικά ευρήματα. Κατά τη Ρωμαϊκή περίοδο φυτεύτηκαν αρκετοί ελαιώνες στο νησί. Τα ελαιόδεντρα σήμερα υπολογίζονται στα 11.000.000 σε συνολική έκταση 400.000 στρεμμάτων (περίπου το ¼ της συνολικής επιφάνειας του νησιού).

Πηγές αναφέρουν ότι μέχρι την Τουρκοκρατία το νησί ήταν φημισμένο κυρίως για τα αμπέλια του, όμως μετά την άλωση της Λέσβου από τους Οθωμανούς, λόγω της απαγόρευσης της χρήσης του αλκοόλ, από την Ισλαμική θρησκεία, έστρεψε την παραγωγή από το κρασί στο λάδι.

Η μονοκαλλιέργεια της ελιάς φαίνεται πως επιβλήθηκε από το Οθωμανικό κράτος, με στόχο την εξασφάλιση της πρωτεύουσάς του Κωνσταντινούπολης με επαρκή αποθέματα ελαιολάδου και σαπουνιού, αφού για ανάλογο λόγο είχε επιβληθεί και στη γειτονική Χίο η καλλιέργεια του μαστιχόδεντρου και η αποκλειστική εκμετάλλευση της μαστίχας.

Από τις αρχές του 17ου αιώνα, η Λεσβιακή οικονομία θα εξαρτηθεί αποκλειστικά από τη μονοκαλλιέργεια της ελιάς, η οποία θα υποκαταστήσει σε μεγάλο βαθμό τις λοιπές εκμεταλλεύσεις, πλην της αυτοφυούς βαλανιδιάς στο δυτικό νησί.

Ελαιοτριβεία, σαπωνοποιεία και πυρηνελαιουργεία χτίστηκαν στα τέλη του 19ου και στις αρχές του 20ου αιώνα. Πρόκειται για κτίρια αξιόλογης αρχιτεκτονικής αξίας που αρκετά από αυτά έχουν διασωθεί και ανακαινιστεί, όπως στον Παπάδο (Μουσείο Βρανά) στην Αγία Παρασκευή, στο Μανταμάδο και βέβαια στον Πολιχνίτο.

Η ελιά είναι αειθαλές, αιωνόβιο, καρποφόρο δέντρο που συναντάται σε άγρια και ήμερη μορφή. Το ύψος του δέντρου μπορεί να φτάσει τα 20 μέτρα, ευδοκιμεί σε περιοχές με υψόμετρο μέχρι 900 μέτρα, θερμοκρασία από -3 μέχρι και 36 βαθμούς Κελσίου, με βροχοπτώσεις από 300 έως 600 χιλιοστά το χρόνο, σε φτωχά αβαθή, ουδέτερα ή ελαφρά αλκαλικά εδάφη.

Ιδιαίτερο χαρακτηριστικό του Λεσβιακού ελαιώνα είναι τα **σέτια** ή **πεζούλες**. Τα έφτιαχναν σε πλαγιές λόφων για να συγκρατείται το χώμα και να είναι επίπεδο το έδαφος. Αυτή δε η ιδιαιτερότητα νομίζουμε ότι είναι και το συγκριτικό πλεονέκτημα του Λεσβιακού ελαιώνα από όλους τους υπόλοιπους της πατρίδας μας, γιατί η ιδιαιτερότητα του εδάφους και το δυσπρόσιτο των δέντρων από μόνα τους δημιουργούν τις προϋποθέσεις για το βιολογικό του τελικού προϊόντος.

Το 1850 έγινε στο νησί μας η μεγάλη παγωνιά. Η θερμοκρασία έπεσε στους -8 Κελσίου, μετά από πολλές βροχές και συνεχείς νοτιάδες μέχρι αρχές του Μάρτη. Τα περισσότερα δέντρα πάγωσαν. Για πολλά χρόνια, όλοι θυμούνται τη «μεγάλη καμάδα». Ήταν και η αιτία μετακίνησης μεγάλου πληθυσμού του νησιού για επιβίωση κυρίως στην Αίγυπτο. Μετά από αυτό, οι Λέσβιοι ξωμάχοι βάλθηκαν να ξαναζωντανέψουν τον λεσβιακό ελαιώνα. Φύτεψαν καινούργια δέντρα. Επικράτησαν δυο ποικιλίες που παραμένουν μέχρι και στις μέρες μας. Η **«κολοβή»** ελιά και η **«αδραμυττινή»** που την έφεραν από το απέναντι Αδραμύττι. Μια άλλη ποικιλία είναι η **λαδολιά** που μας χαρίζει τις πεντανόστιμες «ρουπάδες». Σε μερικές δεκαετίες η παραγωγή λαδιού, έφτασε στους 12000 τόνους, ενώ το 1912 στους 15000. Άρχισαν τότε να χτίζονται και πολλά ελαιοτριβεία. Στην αρχή ήταν ζωοκίνητα ή χειροκίνητα. Μετά χρησιμοποιήθηκε η δύναμη του ατμού. Μάλιστα το νησί μας ήταν το πρώτο μέρος στην Ελλάδα που χρησιμοποίησε ατμοκίνητα ελαιοτριβεία. Εκεί που σήμερα βρίσκεται η Τράπεζα της Ελλάδος στην προκυμαία της Μυτιλήνης, χτίστηκε το 1853 το πρώτο ατμοκίνητο ελαιοτριβείο.

Το λάδι ξέρουμε ότι αποτελεί την πρώτη ύλη για την παραγωγή του σαπουνιού.

Πολλοί Λέσβιοι επιχειρηματίες κέρδισαν τεράστια χρηματικά ποσά από το λάδι και το σαπούνι. Ο Πάνος Κουρτζής, ένας δραστήριος Μυτιληνιός επιχειρηματίας, προμήθευε για πολλές δεκαετίες τον οθωμανικό στρατό με σαπούνια και βρώσιμες ελιές.

Αλλά και σήμερα, στο ελαιόλαδο στηρίζεται σε ένα μεγάλο μέρος η βιομηχανία του νησιού μας.

« Ο ελαιώνας δεν έχει χειμώνα. Δε θυμίζει ποτέ το θάνατο. Στο ακράτο του χώμα δεν κρύβεται υποψία φθοράς. Ταξιδεύει στον αγέρα της γαλάζιας μοναξιάς του. Οι θαλλοί των κλαδιών ξεπετιούνται λάμποντας ασήμι, γιομάτο ελπίδες για καλή σοδειά.» *Θανάσης Παρασκευαΐδης, απόσπασμα από το βιβλίο του «Τα λιόδεντρα και οι ξωμάχοι πάνω στη Λέσβο».*

Η Λέσβος κατέχει την πρώτη θέση στην Ελλάδα σε ελαιόδεντρα ανά κάτοικο. Έτσι, σε κάθε Λέσβιο αντιστοιχούν 113 δέντρα, όταν στην Κρήτη αντιστοιχούν 48 και στη Σάμο 40.

Το λάδι το χρησιμοποιούμε σε όλα σχεδόν τα φαγητά μας. Αλλά μας είναι απαραίτητο και στη λατρεία μας. Μ' αυτό ανάβουμε το καντήλι, αυτό προσφέρουμε στην αρτοκλασία, αυτό μας χρειάζεται στα βαφτίσια των μωρών.

Οι αρχαίοι Έλληνες με λάδι έτριβαν το σώμα τους στο γυμναστήριο και με λάδι στα λυχνάρια φωτίζονταν τη νύχτα.

« Κανένα ίσως μέρος της παλιάς Ελλάδας δεν είναι τόσο πυκνοσκεπασμένο από το ειρηνοφόρο κλαδί, όσο η κατάφυτη Μυτιλήνη. Ολάκαιρο το νησί βαραίνει από το φορτίο της ελιάς και τίποτα θαρρείς δεν πιάνει κοντά της να ξεμυτίσει.» *Πάνος Ταγκόπουλος 1929.*

Όμως δεν είναι μόνο το λάδι που μας δίνει η ελιά. Από τον ελαιόκαρπο τίποτα δεν πάει χαμένο. Από την πυρήνα, το κατάλοιπο δηλ. της ελιάς, παίρνουμε το πυρηνέλαιο. Με αυτήν την πυρήνα ζέσταιναν και ζεσταίνουν το νερό στα ελαιοτριβεία. Οι άνθρωποι των χωριών μέχρι και πριν μερικά χρόνια έβαζαν «πυρήνα» στα μαγκάλια τους για να ζεσταθούν.

Εδώ θα θέλαμε να σταθούμε λίγο και να σας ενημερώσουμε για τις νέες δυνατότητες που υπάρχουν με τη χρήση των παραγώγων της ελιάς και κυρίως της καρδιάς της, που είναι η πυρήνα.

Η κρίση έχει και τη θετική πλευρά της. Όταν η αγορά πετρελαίου θέρμανσης έγινε απαγορευτική για το μέσο Ελληνικό βαλάντιο, το νησί μας βρέθηκε σε πλεονεκτική θέση, διαθέτοντας το καταπληκτικό καύσιμο που λέγεται πυρηνόξυλο. Είναι προϊόν τελικής επεξεργασίας της πυρήνας στα δυο πυρηνουργεία που διαθέτει η Λέσβος. Ένα προϊόν υψηλής θερμιδικής απόδοσης και φθηνό. Αφού στα πυρηνουργεία αφαιρέσουν το πυρηνέλαιο, στη συνέχεια με ξήρανση, προκύπτει το πυρηνόξυλο το οποίο μπορεί να καεί σαν βιοκαύσιμο, με υψηλή θερμιδική απόδοση, ελάχιστα κατάλοιπα, οικολογικό και ανανεώσιμο.

Από την πυρήνα στο μαγκάλι λοιπόν, η κρίση μάς ταρακούνησε και ανακαλύψαμε ότι το νησί διαθέτει δικό του καύσιμο, οικολογικό και ανανεώσιμο.

«Γαλάζιες σημαίες»

Πέντε λιγότερες «γαλάζιες σημαίες» πήρε φέτος η Λέσβος, που χάθηκε από τις λίστες των περιοχών με τις καθαρότερες ακτές όπου επί χρόνια φιγουράριζε. Και είναι σημαντικό ότι οι πέντε αυτές παραλίες είναι ονομαστές πανελληνίως, και όχι μόνο: οι παραλίες της Πέτρας, της Ανάξου, του Αγίου Ισιδώρου, των Βατερών και της Σκάλας Καλλονής.

«Γαλάζιες σημαίες» κρατάνε οι παραλίες Τσαμάκια Μυτιλήνης, Κανόνι Θέρμης, Μόλυβος, Εφταλού, Άγιοι Ανάργυροι, Κάγια, Σκάλα Ερεσού και Νυφίδα.

Μέχρι τώρα, οι έξυπνοι Ιταλοί και Εγγλέζοι φόρτωναν κάθε χρόνο μεγάλες ποσότητες πυρηνόξυλου και με αυτό λειτουργούσαν εργοστάσια παραγωγής ηλεκτρικής ενέργειας. Η ειρωνεία είναι ότι η φόρτωση γινόταν δίπλα στο εργοστάσιο της δικής μας ΔΕΗ, που οι «πλούσιοι» Έλληνες λειτουργούν με εισαγόμενο πετρέλαιο.

Η κρίση λοιπόν έβαλε το ελληνικό δαιμόνιο και δούλεψε και έτσι δραστηριοποιήθηκαν κάποιοι ικανοί και ανήσυχοι συμπατριώτες μας, εγκαθιστώντας υπερσύγχρονες μονάδες θέρμανσης με βάση το υλικό της επεξεργασμένης πυρήνας.

Εδώ παρενθετικά θα θέλαμε να σας ενημερώσουμε ότι πλέον η επεξεργασία της πυρήνας προχώρησε παραπέρα. Το σύγχρονο εργοστάσιο παραγωγής «πέλλετ πυρήνας» που λειτουργεί ήδη στο νησί μας, του οποίου μάλιστα ιδρυτικό μέλος είναι και ο συγχωριανός μας

ΣΥΝΕΧΕΙΑ ΣΤΗ ΣΕΛΙΔΑ 3

ΣΥΓΧΑΡΗΤΗΡΙΑ ΣΤΟΥΣ ΝΕΟΥΣ ΒΟΥΛΕΥΤΕΣ ΜΑΣ

Εκφράζουμε τα συγχαρητήριά μας στους εκλεγέντες βουλευτές κ.κ. Παύλο Βογιατζή – Νέα Δημοκρατία, Γιάννη Ζερδελή – ΣΥΡΙΖΑ, Νίκο Σηφουνάκη - ΠΑΣΟΚ καθώς και στον Λέσβιο βουλευτή Επικρατείας τής Ν.Δ., Χαράλαμπο Αθανασίου, ο οποίος ανέλαβε επίσης και τα καθήκοντα τού αναπληρωτή υπουργού Εσωτερικών, και τους ευχόμαστε μια γόνιμη θητεία στη νέα Βουλή, για το καλό της πατρίδας και του νησιού μας.

ΚΟΙΝΩΝΙΚΑ

ΓΕΝΝΗΣΕΙΣ

- Ο Γιώργος Γκούμας και η Στέλλα Πάντα του Στρατή, απέκτησαν αγοράκι.

Να τους ζήσει το νεογέννητο!

Συγχαρητήρια

Θερμά συγχαρητήρια στον συνεργάτη της εφημερίδας μας, Στρατή Πάντα, για τη γέννηση του εγγονού του.

Το Δ.Σ.

ΓΑΜΟΙ

- Βαμβακούρης Μιχαήλ του Γεωργίου και Βασίλογλου Πελαγία του Αθανασίου, 28/4/2012
- Κατάκος Ευστράτιος του Στέφανου και της Μαρίας, και Χριστοδούλου Στρατούλα του Κων/νου και της Παναγιώτας, 30/6/2012

Να μας ζήσουν οι νεόνυμφοι!

ΕΥΧΕΣ

Πολλές ευχές στον Στράτο και τη Στρατούλα για τη νέα ζωή που ξεκινούν μαζί. Νάναι πάντα χαρούμενοι κι ευτυχισμένοι.

Μαίρη & Αναστασία Χιώτου

ΑΠΕΒΙΩΣΑΝ

- Ψάνης Ευστράτιος του Βασιλείου, 29/1/2012
- Μανωλιά Παρασκευή, σύζυγος Γεωργίου, 30/1/2012
- Λεοντής Κων/νος του Χαράλαμπου, 8/2/2012
- Ζυγούκης Γεώργιος του Ευστρατίου, 24/2/2012
- Θεοδωρής Γεώργιος του Θεοδώρου, 2/3/2012
- Κακαλιά Πηνελόπη, σύζυγος Γεωργίου, 8/3/2012
- Σάββα Μαρία, χήρα Περικλή, 13/3/2012
- Κεχαγιάς Χαράλαμπος του Ιωάννη, 27/3/2012
- Βονάτσου Αικατερίνη, χήρα Μιλτιάδη, 6/4/2012
- Σωτηρλαμάς Ευστράτιος του Αναστασίου, 26/4/2012
- Γόμος Παναγιώτης του Ευστρατίου, 2/5/2012
- Συκάς Παναγιώτης του Χαράλαμπου, 9/5/2012
- Καρακλάς Χαράλαμπος, 24/6/2012

Θερμά συλλυπητήρια στις οικογένειες των εκλιπόντων.

ΤΙΜΗ ΣΤΟΥΣ ΠΑΛΑΙΜΑΧΟΥΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥΣ

Την Τετάρτη 13 Ιουνίου 2012 με την ευκαιρία της τελετής λήξης του σχολικού έτους 2011-2012 και την αποχαιρετιστήρια γιορτή των μαθητών της ΣΤ τάξης του Δημοτικού Σχολείου Πολιχνίτου, οι μαθητές, οι εκπαιδευτικοί και ο Σύλλογος Γονέων και κηδεμόνων του σχολείου, στο Πολύκεντρο Πολιχνίτου, τίμησαν σε μια σεμνή τελετή τους παλαιμάχους εκπαιδευτικούς Νικέλλη Δημήτριο, Νικέλλη-Τσιτσάνου Σταυρούλα, Κατρακάζα Δημήτριο και Κατρακάζα –Σαντή Αναστασία οι οποίοι επί πολλά χρόνια δίδαξαν με πόθο και αγάπη στο σχολείο μας.

Ο διευθυντής κ. Κώστας Καλαθάς αναφέρθηκε στο έργο τους και τους προσέφερε τα δώρα για τα οποία φρόντισε ο Σύλλογος Γονέων και κηδεμόνων και οι τιμώμενοι αντιφώνησαν αναλόγως με πολλή συγκίνηση.

Ευχαριστήριο

Η Δ/ντρια και το προσωπικό του Νηπιαγωγείου Πολιχνίτου ευχαριστεί τις συναδέλφους της Ταξιαρχούλας Σάββα από το κατάστημα ΟΤΕ Μυτιλήνης για την προσφορά 85 ευρώ στο Νηπ/γείο Πολιχνίτου αντί στεφάνου εις μνήμην της μητέρας της Μαρίας Σάββα - Καραγεωργίου, που έφυγε από τη ζωή πρόσφατα.

Η Διευθύντρια
και το προσωπικό

ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ ΣΤΟ ΣΥΛΛΟΓΟ ΠΟΛΙΧΝΙΑΤΩΝ ΑΘΗΝΑΣ ΑΠΟ ΤΟ ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΚΑΙ ΤΟ ΛΥΚΕΙΟ ΠΟΛΙΧΝΙΤΟΥ

Είμαστε για μια ακόμη φορά στην ευχάριστη θέση να στείλουμε ευχαριστίες στο σύλλογο Πολιχνιατών της Αθήνας.

Μας έχουν δώσει πολλές ευκαιρίες για ευχαριστίες, γιατί τα σχολεία μας έχουν τύχει πολλαπλών απολαβών και παρεμβάσεων εκ μέρους του συλλόγου.

Τούτη τη φορά λοιπόν, θα θέλαμε να τους ευχαριστήσουμε για την πρόνοια τους, στο πιο ευαίσθητο κομμάτι της εκπαιδευτικής διαδικασίας, που είναι το βιβλίο.

Τα σχολεία μας διαθέτουν μια πολύ σύγχρονη βιβλιοθήκη, με ένα αρκετά μεγάλο αριθμό βιβλίων για τα επαρχιακά δεδομένα. Όμως τα βιβλία δεν επαρκούν ποτέ, όσα κι αν είναι. Η βιβλιογραφία ανανεώνεται διαρκώς και για να την παρακολουθείς πρέπει διαρκώς να ανανεώνεσαι κι εσύ.

Τους δύσκολους λοσιόν αυτούς καιρούς που περνάμε, ο σύλλογος όπως πάντα ευαίσθητος σε θέματα παιδείας, μας έστειλε ένα πολύ μεγάλο όγκο βιβλίων για να εμπλουτίσουμε τη βιβλιοθήκη του Γυμνασίου και του Λυκείου.

Τους ευχαριστούμε λοιπόν εκ μέρους των μαθητών μας ολόψυχα και ευχόμαστε να βρουν μιμητές στο εξαιρετικό έργο που επιτελούν.

ΟΙ ΔΙΕΥΘΥΝΤΕΣ
ΒΑΣΙΛΕΙΑ ΣΑΛΤΑΜΑΡΑ
ΧΡΗΣΤΟΣ ΜΑΚΡΗΣ

Αφιερωμένο στη μνήμη του πατέρα μου Κώστα Λεοντή

Πατέρα μου υπερήφανε
τούτο το ποίημά μου
για σένα τ' έγραψα εγώ
μέσα από την καρδιά μου.

Εσύ με χίλια βάσανα
με χίλιες αγωνίες
επάλευες αλύγιστα
μεγάλες οι θυσίες

μα πάντοτε το βλέμμα σου
ήταν καλωσυνάτο
και το γλυκό σου πρόσωπο
χαμόγελα γεμάτο

με τα γλυκά τα λόγια σου
και τα όμορφα αστεία
εχάριζες στον άνθρωπο
χαρά και ευφορία.

Ποτέ δεν βαρυγκόμησες
ήσουν το ίνδαλμά μας
και ο λόγος σου βάρσαμο γλυκό
στην παιδική καρδιά μας.

Τη μάννα σαν αγκάλιαζες
και μας μαζί παρέα
του κόσμου όλα τ' άσχημα
τα βλέπαμε ωραία.

Τα χρόνια όμως πέρασαν
φύγαμε μακρυά σου
και τώρα μόνος κι έρημος
περνάς τα γηρατειά σου

ξαναθυμάσαι τα παλιά
στα μάτια σου ένα δάκρυ
μα καρτερείς με υπομονή
του δρόμου σου την άκρη.

Κι αυτός ο δρόμος τέλειωσε
καημένε μου πατέρα
και τα μαντάτα φθάσανε
κάποια θλιμμένη μέρα.

Φθάσαν κι εδώ στη ξενιτιά
μα ο νους μου δεν το βάζει
πως έσβησε το κάλλος σου
και η καρδιά σπαράζει.

Τα μαύρα ρούχα φόρεσα
εγώ να σε τιμήσω
μα τι σκληρό να μην μπορώ
για να σε φέρω πίσω.

Θαρρώ πως θα σε ξαναδώ
στην ξώπορτα απέξω
να μ' αγκαλιάζεις στοργικά
και να μου λες θ' αντέξω.

Πατέρα μου, τα λόγια σου
εμείς θα τα φυλάμε
και στις επόμενες γενιές
θα τα ξαναπερνάμε.

Ας είν' το χώμα ελαφρύ
που σκέπασε το σώμα
μα η ψυχή σου ελεύθερη
να τραγουδάει ακόμα.

Η κόρη σου Μαρία

Ευχαριστήριο

Ευχαριστώ από καρδιάς όλους τους συγχωριανούς μου, επώνυμους και ανώνυμους που μου συμπαραστάθηκαν στο θέμα της υγείας μου, καθώς επίσης και το Σύλλογο των Πολυχνιατών που συμμετείχε στην προσπάθεια αυτή.

Με εκτίμηση
Προκόπης Καραβατάκης

Ευχαριστήριο

Ευχαριστούμε θερμά όλο το προσωπικό του Σισμανογλείου (ιατρικό, νοσηλευτικό) που δίνουν καθημερινά τον καλύτερό τους εαυτό για την περίθαλψη των ασθενών. Κατά τη διάρκεια της νοσηλείας μου, δέχθηκα την φροντίδα και την αγάπη όλου του προσωπικού, καθώς επίσης και του διευθυντή της παθολογικής κλινικής κου Μακρυγιάννη.

Ακόμη ευχαριστούμε τον ιατρό Βλάση Πολυχρονόπουλο για την πολύτιμη βοήθειά του, στην περιπέτεια της υγείας μου.

Γεώργιος και Ευτυχία Ξυνορόδου
Δημήτρης και Χαρίκλεια Ξυνορόδου

Ο «Μπάλος» ήταν υπέροχος!!!

Εξαιρετική η εμφάνιση του «Μπάλου» στο Ελληνοτουρκικό φεστιβάλ που έγινε στη Μυτιλήνη. Η έμπνευση του όλου προγράμματος, το στήσιμο, οι θεατρικοί διάλογοι, οι χοροί, το τραγούδι με τη συνοδεία τενεκέ ξεσήκωσαν το πολυπληθές κοινό που τους καταχειροκρότησε. Επιτέλους να βγει και ο τόπος μας μπροστά.

Αξίζουν συγχαρητήρια σε όλους όσοι πήραν μέρος. Η πρόεδρος **Μεταξία Συκά-Καλαθά** που «έβγαλε» το Σύλλογο σε σημαντική εκδήλωση. Ο χοροδιδάσκαλος **Λευτέρης Τσιτσάνος**, η ψυχή της όλης προσπάθειας που συνεπικουρούμενος και από την επίσης γυμνάστρια σύζυγό του Ελένη Βουλαλά, έφτιαξε ένα εξαιρετικό σύνολο. Η **Πίτσα Βιεννά-Βουνάτσου** για τους πετυχημένους στίχους του δρώμενου που έγραψε. Η **Θεοδώρα Βουτσά** και η **Άννα Καλαθά** για το υπέροχο τραγούδι τους και φυσικά η αποκάλυψη της βραδιάς, ο αειθαλής **Γρηγόρης Τσιτσάνος** (ναι, ο γνωστός Γρηγόρης της Νυφίδας) που με τον τενεκέ και το τραγούδι του έδωσε το διαφορετικό κλίμα στην όλη εκδήλωση.

Συγχαρητήρια και στα υπόλοιπα μέλη του χορευτικού καθώς και του θεατρικού, των οποίων δεν επιχειρώ να γράψω τα ονόματα διότι και πολλά είναι (καμιά τριανταριά) και λάθη θα κάνω. Πάντα τέτοια!!!

[vatera.gr/platanos, 26/6/2012]

ΠΟΛΙΧΝΙΑΤΙΚΟΣ Λόγος
ΙΔΙΟΚΤΗΣΙΑ:
Σύλλογος «Πολιχνίτος Λέσβου»
ΕΚΔΟΤΗΣ:
Παπουτσάς Στράτος
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ:
Μαυρομιχάλη 147
114 72 Αθήνα
Τηλ.: 210 64 59 687
ΚΩΔΙΚΟΣ: 4558
ΣΥΝΤΑΚΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ:
Μακρής Τάσος
Χιώτου – Μουζά Μαρία
•
ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΟΠΟΙΗΣΗ
ΑΝΑΓΡΑΠΤΟΝ
Μαρία Γασπαράκη
Τηλ/Fax: 210 99 30 179
e-mail: mgasparaki@gmail.com
Τα ενυπόγραφα κείμενα δεν εκφράζουν απαραίτητα την άποψη του Συλλόγου μας

ΤΟ ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΟ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΜΑΣ

ΜΕΛΗ Δ.Σ.	ΤΗΛ.
Παπουτσάς Στράτος (Πρόεδρος)	2104971473
Πολυχρονοπούλου - Παττακού Κατερίνα (Αντ/δρος)	6944 395659
Χιώτου-Μουζά Μαρία (Γραμμ.)	210 9525363
Παλαιολόγου Μερόπη (Ειδ. Γραμ.)	210 2230682
Βουλγαρέλλη Πελαγία (Ταμίας)	210 9911733
Κουκούλας Κυριάκος (Μέλος)	210 2774631
Μακρής Τάσος (Μέλος)	210 6719306
Παπαδημητρίου Στράτος (Μέλος)	210 8955304
Σαντής Στράτος (Μέλος)	6974 207722

ΛΟΓΑΡΙΑΣΜΟΣ ΕΜΠΟΡΙΚΗΣ -ΚΟΙΝΟΣ ΛΟΓΑΡΙΑΣΜΟΣ
59629191

ΠΡΟΣΦΟΡΕΣ

- **Σάββα Ευμορφία** ..... ΕΥΡΩ 50
- **Σάμιος Ξενοφών** 20
- **Σαράντης Γιώργος** 20
- **Θεοδωρή Ειρήνη** 40
  στη μνήμη του πατέρα της Ευστρατίου Θεοδωρή
- **Ξυνόροδος Δημήτρης & Χαρίκλεια** 50
- **Μανωλάς Γεώργιος** 50
  εις μνήμη της συζύγου του Παρασκευούλας
- **Χιώτου Μαίρη** 30
  εις μνήμη Παναγιώτη Συκά
- **Σοφία Παρασκευά** 50
  στη μνήμη της μητέρας της Αικατερίνης Παρασκευά
- **Φουντούλης Κωνσταντίνος (Αργεντινή)** .. 50
- **Καλόγερος Χαράλαμπος** 20

Δ. ΠΑΡΙΣΟΣ & ΣΙΑ Ο.Ε.
• Ξυλεία εισαγωγής μας • Πλακίδια εισαγωγής μας • Υδραυλικά - καλοριφέρ
• KERAFINA FRANKE • SAMLER • STIBEL ELTRON
• ΤΖΑΚΙΑ • ΛΑΜΑΡΙΝΕΣ • ΚΕΡΑΜΙΔΙΑ • ΧΡΩΜΑΤΑ
ΠΟΛΙΧΝΙΤΟΣ ΛΕΣΒΟΥ- ΤΗΛ. 2252-41427 -41665

ΛΑΜΠΟΥΣΗΣ Γ. ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ
Χειρουργός Οδοντίατρος
ΑΚΤΙΝΟΓΡΑΦΙΕΣ: • Ψηφιακή Ενδοστοματική • Κεφαλομετρικές • Πανοραμικές • Τομογραφίες γνάθων • ΕΜΦΥΤΕΥΜΑΤΑ
Καβέτσου 44 (άνωθεν Ολυμπιακής), Μυτιλήνη • Τηλ.: 27.772
Οικία: Κέας 28 - Μυτιλήνη •Τηλ.: 45.740

ΚΑΤΕΡΙΝΑ ΜΟΙΡΑΣΓΕΝΤΗ
Χειρουργός - Οφθαλμίατρος
Λ. ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑΣ 19 - ΕΜΠΟΡΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ - Γραφείο 12
ΩΡΑΙΟΚΑΣΤΡΟ - ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
ΤΗΛ.: 2310 695065 • FAX: 2310 447354
Κιν. 69 6623181 • E-mail: sandk@otenet.gr

Παρουσίαση του βιβλίου του Βασίλη Ψαριανού

«Για την Παιδεία και τη Δημοκρατία. Προς νεαρόν επαναστάτη...»

«Επειδή πιστεύω ότι ένα βιβλίο έχει πάντα περισσότερες πιθανότητες να κινητοποιήσει την κριτική σκέψη-και στην περίπτωση που προκαλεί τη διαφωνία- καταθέτω με ένα βιβλίο μου τις απόψεις μου «για την παιδεία και την Δημοκρατία», τις οποίες θεωρώ χρήσιμες και για την παρούσα προεκλογική συγκυρία, τόσο για τους ενεργούς πολίτες, όσο και για τους πολιτευόμενους (ο συγγραφέας ανήκει στους πρώτους)».

Βασίλης Ψαριανός

Στις 2 Μαΐου 2012, ημέρα Τετάρτη και ώρα 6.30 μ.μ, στην Αθήνα, στην αίθουσα Ελλήνων Λογοτεχνών, Ακαδημίας και Γενναδίου 8, στην Αθήνα, έγινε η παρουσίαση του νέου βιβλίου του Προέδρου του Συλλόγου Βρισαγωτών Αθήνας και Φιλόλογου **Βασίλη Ψαριανού** με τίτλο: «Για την Παιδεία και τη Δημοκρατία. Προς νεαρόν επαναστάτη», που εξέδωσε ο εκδοτικός οίκος «Αιολίδα». Ενα βιβλίο για τα επίκαιρα αλλά και τα διαχρονικά ζητήματα της εθνικής και κοινωνικής ζωής της χώρας μας.

Ομιλητές στην παρουσίαση του βιβλίου ήταν ο ο πρ. πρόεδρος της Βουλής **Απόστολος Κακλαμάνης**, ο πρ. βουλευτής Λέσβου **Γιάννης Γιαννέλλης** και ο συγγραφέας. Τον συντονισμό είχε η **Κατερίνα Παττακού- Πολυχρονοπούλου**, αντιπρόεδρος του Συλλόγου Πολιχνιατών Αθήνας.

ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΔΙΑΚΡΙΣΗ

Η **Αικατερίνη-Ραφαέλα Παπαδήμα**, εγγονή της αείμνηστης δασκάλας μας **Αικατερίνης Παρασκευά**, απέσπασε χάλκινο μετάλλιο στο EUSO 2012 (Ευρωπαϊκή Ολυμπιάδα Θετικών Επιστημών) που διοργανώθηκε στη Λιθουανία 22-27 Απριλίου 2012, μεταξύ 43 ομάδων από αντίστοιχες χώρες της Ευρώπης.

Στην τελετή απονομής παρίστατο και ο Πρέσβης της Ελλάδας στην Λιθουανία, συγχωριανός μας **κ. Μιχάλης Δαρατζίκης** (φωτογραφία).

Η Αικατερίνη είχε πάρει χρυσό μετάλλιο στο Πανελλήνιο Διαγωνισμό EUSO 2012 που προηγήθηκε του Πανευρωπαϊκού, κατακτώντας την Α΄ Θέση.

Επίσης διακρίθηκε στον Πανελλήνιο Λογοτεχνικό Διαγωνισμό με θέμα "Εθελοντισμός, σύγχρονη μορφή κοινωνικής αλληλεγγύης" και βραβεύτηκε από την Ευρωπαϊκή Επιτροπή Εκπαιδευτικών. Επελέγη, επίσης, μεταξύ των βραβευθέντων και εκπροσώπησε τη χώρα μας στη Γερμανία, όπου φιλοξενήθηκε στο Europa-House και συναντήθηκε με βραβευθέντα παιδιά από όλες τις χώρες της Ευρώπης. Εκεί αντάλλαξαν απόψεις για το θέμα αυτό, και έκανε και μια σύντομη παρουσίαση για την Ελλάδα (Ιστορία, Πολιτισμός, Αξιοθέατα, Κοινωνία).

ΣΤΡΑΤΗΣ Π. ΠΡΟΚΟΠΙΟΥ

Ένα παιδί με ταλέντο στη μουσική και πολλά χαρίσματα

Στο Νηπιαγωγείο, ακόμη νήπιο, είχε αντιγράψει όλες τις χορευτικές κινήσεις του Σάκη Ρουβά που εκείνη τη χρονιά παρουσίαζε ένα τραγούδι που είχε γίνει μεγάλο σουξέ.Το παρουσίασε μπροστά σ' όλους τους γονείς και τα παιδιά με μεγάλη επιτυχία. Οι κινήσεις του είχαν αρμονία και η σιγουριά που είχε γι' αυτό που παρουσίαζε, καθρεφτιζόταν στο όμορφο προσωπάκι του.

Σήμερα μαθητής της Α' Γυμνασίου μαθαίνει μπουζούκι στο γιο του παλιού μουσικού Πενταγιάλα κ. Καλαϊτζή, με πολύ καλές επιδόσεις και προοπτικές.Αυτό τον καιρό άρχισε και μαθήματα για βιολί.

Η φωτογραφία που παραθέτουμε είναι από την παρουσίαση του θεατρικού του συλλόγου «Τα προξενέματα της Βγατζιλούδας» στο οποίο πήρε μέρος.

Το πιο σημαντικό όμως πέρα απ' το ταλέντο που διαθέτει, είναι ένα παιδί πάντα χαμογελαστό και πρόθυμο να προσφέρει και να βοηθά τους δικούς του, τους συμμαθητές του και τους φίλους του.

Η Γραμματέας του συλλόγου
Σαντή-Κατρακάζα Αναστασία
και πρώτη του δασκάλα

«Σκίζει» το «Κολέγιο» Πολιχνίτου

Για μια ακόμα φορά το Λύκειο Πολιχνίτου είχε εξαιρετικές επιτυχίες στις πανελλαδικές εξετάσεις συνεχίζοντας μια παράδοση χρόνων.

Με βάση τα αποτελέσματα, ο Αλβανός Χριστόφας αρίστευσε σε βαθμό πρόσβασης 19,47 (!!!) και τον ακολούθησε η Τσουκαλοχωρίτη Γεωργία επίσης με άριστα (18,33). Ακολούθησαν δυο μαθήτριες -που υπολείφτηκαν κατ' ελάχιστο το άριστα- Καλαγάνη Μαρίνα (17,96) και Φρύσσα Ευαγγελία (17,82).Τέλος, 9 ακόμα παιδιά πέτυχαν βαθμό πρόσβασης μεγαλύτερο του 15!

Θερμά συγχαρητήρια σε όλα τα παιδιά που αγωνίστηκαν και στις οικογένειές τους που τα συμπαραστάθηκαν.

Τα συγχαρητήρια όμως αξίζουν και στους αφανείς εργάτες αυτής της επιτυχίας που είναι οι δάσκαλοί τους. Το καλό κλίμα στο σχολείο συντελεί τα μέγιστα στην επιτυχία του μαθητή. Πάντα βέβαια προέχει η προσπάθεια του παιδιού και της οικογένειάς του.

[Stratis, 26/6/2012, vatera.gr/platanos]

ΕΙΜΑΙ Η ΕΛΙΑ Η ΤΙΜΗΜΕΝΗ

ΣΥΝΕΧΕΙΑ ΑΠΟ ΤΗ ΣΕΛΙΔΑ 1

Στρατής Γόμος, μπορεί πλέον με περισσότερη επεξεργασία να εξάγει σαν τελικό προϊόν μόνο το κουκούτσι της ελιάς, ένα τέλειο καύσιμο, ανταγωνιζόμενο ισάξια το πετρέλαιο.

Έτσι η Λέσβος είναι πρωτοπόρος στα νέα δεδομένα στο χώρο της θέρμανσης πανελλαδικά διαθέτοντας τεχνογνωσία που μπορεί να την βάλουν μπροστά στο σύγχρονο ενεργειακό τοπίο που διαμορφώνεται.

Τη χρονιά που μας πέρασε, τα σχολειά μας υπέφεραν πολύ από τον βαρύ χειμώνα που μας προέκυψε. Το πετρέλαιο, η πολιτεία μας το έδινε με το σταγονόμετρο. Πραγματικά κρυώσαμε. Έτσι με κοινή συνεργασία όλων των σχολείων του χωριού μας, Γυμνασίου, Λυκείου, Δημοτικού και Νηπιαγωγείου, αποφασίσαμε να στραφούμε στα εναλλακτικά καύσιμα με βάση την πυρήνα. Μετά από πολύ αγώνα και συντονισμένες προσπάθειες, είμαστε στην ευχάριστη θέση να σας ανακοινώσουμε ότι εντός του Ιουλίου θα τοποθετήσουμε, στα δυο σχολικά συγκροτήματα, δυο σύγχρονες μονάδες θέρμανσης εναλλακτικών καυσίμων με βάση την πυρήνα, το ελιοκούκουτσο και το olive pellet.

Έτσι τα σχολεία μας, ως οφείλουν, είναι πρωτοπόροι στις εξελίξεις που έρχονται, μπαίνουν δυναμικά στα νέα δεδομένα και κυρίως θα δημιουργήσουν συνθήκες θέρμανσης ανθρώπινες για τα παιδιά μας και μάλιστα οικολογικά και φθηνά. Με το δεδομένο μάλιστα ότι προσφέρθηκε από ελαιοτριβείο του χωριού μας δωρεάν το καύσιμο για τα δυο σχολικά συγκροτήματα και το οποίο ευχαριστούμε θερμά, ευελπιστούμε ότι ο επόμενος χειμώνας θα βρει τα σχολεία οχυρωμένα από το κρύο για το καλό των παιδιών μας. Για το θέμα αυτό θα επανέλθουμε με νεώτερη ανακοίνωση.

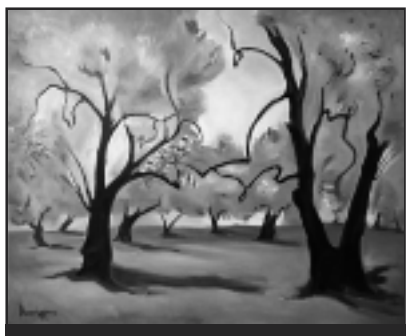
Στο σημείο αυτό θα θέλαμε να ευχαριστήσουμε για μια ακόμη φορά τον **σύλλογο Πολιχνιατών Αθήνας**, που όπως πάντα αρωγός των προσπαθειών των σχολείων μας, μας επιδότησε με το ποσό των 1000 ευρώ, για το κόστος εγκατάστασης. Τους ευχαριστούμε θερμά.

Συνεχίζοντας για την ελιά, θα θέλαμε να σταθούμε και στα έθιμα που έχουν σχέση με το ευλογημένο τούτο δέντρο. Την παραμονή της πρωτοχρονιάς οι αγρότες θα κόψουν ένα καινούργιο βλαστό φορτωμένο με ελιές και θα τον κρεμάσουν δίπλα στα εικονίσματα.

Στο λιομάζεμα, αφού πρώτα ωριμάσει ο καρπός, θα μαζευτεί μέσα στα τσουβάλια και θα μεταφερθεί στο εργοστάσιο. Εκεί θα πλυθεί, θα απομακρυνθούν τα φύλλα και θα πάει στο σπαστήρα για να μετατραπεί σε πυκνόρρευστο πολτό. Αυτός ο πολτός θα περιστραφεί αρκετή ώρα μέσα στους μαλακτήρες και από εκεί θα φύγει το λάδι που είναι ανακατεμένο με το νερό. Στο «λαβάλ» θα γίνει ο διαχωρισμός τους με τη μέθοδο της φυγοκέντρισης και μετά το πρασινόξανθο προϊόν θα μεταφερθεί στις αποθήκες και στις στέρνες.

Η ελιά ήταν πηγή έμπνευσης για πολλούς καλλιτέχνες Έλληνες και ξένους: Κανέλλης, Αξιώτης, Παρασκευαΐδης, Καλλιπολίτη, Bunz, Μανιατόπουλος, Καλλιγιάννης έχουν φιλοτεχνήσει πίνακες ζωγραφικής με θέμα την ελιά.

« Το εργοστάσιο στη Σκάλα. Ένας μεγάλος ελιόμυλος με τέσσερις πρέσες. Στα λιομαζώματα ανεβοκατεβαίνει ο κόσμος, αρχίζει η μεγάλη εποχή για τον τόπο. Οι μαζώχτρες ξεχύνονται παρέες-παρέες φορούν χρωματιστά σαλβάρια, κλαδωτές μπότες, κουνούν το καλαμένιο καλάθι με τις γαλάζιες χάντρες στο μπράτσο. Τα χωράφια και οι δρόμοι είναι γεμάτοι ραβδιστάδες και εργάτες από το λιοτρίβι. Όλο το χειμώνα, όσο δουλεύει η ελιά, οι χωριανοί έχουν για ξυπνητήρι τη μπουρού του ελιόμυλου. Είναι μια δυνατή σφυρίχτρα που ουρλιάζει μες τη μαύρη νύχτα. Η φωνή της γεμίζει αντίλαλο τα ράχτα και τις λαγκαδιές, ανεβαίνει ως το χωριό και το ξεσηκώνει στο πόδι». *Στρατής Μυριβήλης.*



Ελιές. Ορέστης Κανέλλης (1910-1979)

Κλείνουμε με το λεξιλόγιο της ελιάς και μια στατιστική για την παραγωγή των τελευταίων χρόνων:

Αμούρη: Το νερό που βγαίνει από τη φυγοκέντριση του λαδιού. Διοχετεύεται έξω από το εργοστάσιο.

Αξαγή: Η πληρωμή του εργοστάσιου για την έκθλιψη του καρπού.

Καπίρα: Ψωμί, συνήθως ψημένο που βουτιέται μέσα σε φρέσκο λάδι.

Μπασκιά: Τα παλιά πιεστήρια.

Μπουρού: Η σειρήνα του εργοστασίου.

Μόδι: Μονάδα μέτρησης που ισοδυναμεί με 640 κιλά ελιάς.

Παραγωγή του λαδιού στο νησί μας τα τελευταία χρόνια:

Ελαιοκομική περίοδος	Παραγωγή λαδιού (τόνοι)
1997-98	5.422
1998/99	38.0127
1999-2000	4.147
2000-01	26.484
2001-02	2.433
2002-03	27.851
2003-04	5.971
2004-05	12.096
2005-06	20.148
2006-07	3.660
2007-08	7.529
2008-09	6.975

Πηγή: Διεύθυνση Γεωργικής Ανάπτυξης Νομαρχίας Λέσβου

«Οι επτά κήποι» του Δημήτρη...

Μια πολύ σημαντική πρωτιά πέτυχε ένας μαθητής του Εργαστηρίου Ειδικής Επαγγελματικής κατάρτισης (ΕΕΕΚ) Νομού Λέσβου, γνωστού και ως «Ειδικού Γυμνασίου». Ο 14χρονος Δημήτριος Θαλασσέλης του Ιωάννη και της Ταξίας (από τον Πολιχνίτο), συμμετείχε μαζί με εκατοντάδες μαθητές σχολείων της χώρας στον 14ο πανελλήνιο Μαθητικό Διαγωνισμό ποίησης και Διηγήματος. Το παραμύθι με τίτλο **«Οι επτά κήποι»** που έγραψε, απέσπασε **έπαινο**, που του απονεμήθηκε στην τελετή που έγινε την Παρασκευή 14 Φεβρουαρίου στην Αθήνα. Ο ίδιος είναι, όχι μόνο ο μοναδικός μαθητής από ειδικό σχολείο που συμμετείχε στο Διαγωνισμό, αλλά και ο μικρότερος σε ηλικία που διακρίθηκε.

Η ιστορία που υπαγόρευσε στην καθηγήτριά του Βατώ Φρατζόγλου ο Δημήτριος Θαλασσέλης, ήταν αυτή ενός κοριτσιού που το έλεγαν Περσεφόνη και δεν είχε κανένα φίλο, παρά μονάχα ένα κόκκινο μπαλόνι. Όταν ένας δυνατός αέρας της το παίρνει, η ίδια αναγκάζεται να περάσει μέσα από επτά κήπους για να το βρει. Σε κάθε κήπο γνωρίζει κι έναν καινούργιο φίλο, που τη βοηθάει, και μαζί περνούν ένα σωρό περιπέτειες. Βρίσκουν τελικά το μπαλόνι στον τελευταίο κήπο, αλλά μια καταιγίδα που ξεσπάει, το κάνει να σκάσει. Η Περσεφόνη στεναχωριέται που έχασε τον φίλο της, αλλά οι υπόλοιποι της θυμίζουν κι αυτοί την παρουσία τους και όλοι μαζί αποφασίζουν να καθαρίσουν τον ξεραμένο κήπο και να μείνουν εκεί για πάντα.

Διακρίθηκε κι ενέπνευσε

Το παραμύθι του 14χρονου μαθητή του ΕΕΕΚ Νομού Λέσβου ταξίδεψε μέχρι την Αθήνα με ψευδώνυμο, μαζί με εκατοντάδες άλλα διηγήματα και ποιήματα μαθητών της χώρας. Έτσι ο έπαινος που ήρθε μετά από δύο χρυσά, τα δύο αργυρά και τα τρία χάλκινα βραβεία που πήγαν σε άλλα έργα, ήρθε μετά από ισότιμη «αναμέτρηση». Ήταν μάλιστα ο μοναδικός μαθητής ειδικού σχολείου που πήρε μέρος στο Διαγωνισμό, αλλά και ο μικρότερος σε ηλικία βραβευθείς, αφού τα περασμένα βραβεία απέσπασαν μαθητές μεγαλύτερης ηλικίας και λυκειακών τάξεων.

Η επιτυχία αυτή του μικρού «παραμυθά» χαροποίησε τόσο τον ίδιο, που επέστρεψε από την Αθήνα περήφανος με τον έπαινό του, όσο και την οικογένειά του που τον συνόδεψε, αλλά και την διεύθυνση και τους εκπαιδευτικούς του Σχολείου του.

«Αξίζουν συγχαρητήρια στο μαθητή και στην εκπαιδευτικό του Σχολείου, Φρατζόγλου Βατώ, που ανέδειξε το ταλέντο του, αποδεικνύοντας έτσι ότι όλοι έχουμε ξεχωριστές ικανότητες, αρκεί στο δρόμο μας να βρεθούν οι κατάλληλοι άνθρωποι που θα τις αφουγκραστούν, θα τις εκμαιεύσουν από μέσα μας και θα τις ενισχύσουν», αναφέρει η Διευθύντρια του Σχολείου, Ανδρονίκη Λεκάκη.

Οι περιπέτειες της Περσεφόνης, ωστόσο, δεν σταματούν εδώ. Ενέπνευσαν και τους υπόλοιπους μαθητές του ΕΕΕΚ, που μαζί με την βοήθεια καθηγητών τους θα ανεβάσουν τους «επτά κήπους» ως μιούζικαλ στο τέλος της σχολικής χρονιάς. Στην εκδήλωση που θα γίνει τότε, θα μοιραστούν στο κοινό και ορισμένα αντίτυπα του παραμυθιού, σε μορφή μικρών βιβλίων.

Το πρότυπο του Καραγκιόζη

Γράφει ο Τάσος Μακρής

«Θα φάμε, θα πιούμε και νηστικοί θα κοιμηθούμε»!

Λόγια του Έλληνα Μαυρομάτη, του ήρωα του θεάτρου σκιών, ο οποίος μόνιμα πεινασμένος, σαν γνήσιος Έλληνας, ονειρευόταν διαρκώς καρβέλια, γιατί πάντα του ήτανε λειψά.

Ο Καραγκιόζης μεταφραζόμενος στα ελληνικά, γίνεται μαυρομάτης, ένας τύπος δηλαδή μεσογειακός και ανατολίτης, πάντα υποτιμημένος απ' τους γαλανομάτηδες της Ευρώπης. Υποτιμημένος όμως κι απ' εμάς τους Έλληνες, οι οποίοι του αναθέσαμε το ρόλο της εκπροσώπησής μας. Για να συμπληρώσουμε το χάλι του στη γύμνια, τον κάναμε καμπούρη, φαλακρό, μυταρά, τον ντύσαμε με κοντοβράκι και τον αφήσαμε ξυπόλυτο. Έτσι φτιάξαμε την εικόνα του Έλληνα και τον αναδείξαμε ως τον λαοφιλέστατο ήρωά μας.

Το θέατρο σκιών δεν είναι ελληνική εφεύρεση. Λειτουργούσε στην Ανατολή σε πολλούς λαούς κι απ' εκεί πήρε το δρόμο προς τα δυτικά και έφτασε στους Τούρκους, απ' τους οποίους το πήραμε και το φέραμε στα μέτρα μας. Οι κατά καιρούς καραγκιοζοπαίχτες μας έφτιαξαν το δικό μας Καραγκιόζη, τον Έλληνα Καραγκιόζη, με όλα τα ελαττώματά του και με όσα προτερήματα βρήκαν να του δώσουν για να απαλύνουν τα αρνητικά του.

Παράλληλα, ερμηνεύοντας την εποχή τους, πλαισίωσαν τον ήρωα με τύπους του ελληνικού χώρου, όπως ο χωριάτης Μπάρμπα Γιώργος, ο πονηρός Νιόνιος, ο βαρυμάγκας Σταύρακας, η διάδοχη κατάσταση, δίχως ελπίδα καλυτέρευσης, το Κολλητήρι, ο Πασάς, για να έχουν κάποιον να προσκυνά αιώνια ο Έλληνας, ο Βελή Γκέκας, ο υπηρέτης της εξουσίας.

Αυτό το στήσιμο της παράστασης του θεάτρου σκιών, ισχυρίστηκαν οι φίλοι του είδους ότι ήταν ζωογόνος σάτιρα, θεραπευτικό θέαμα, τροφή της ψυχής τού πάντα αδικημένου νεοέλληνα. Αυτό εξ άλλου αποδείχνει η μεγάλη αγάπη του κοινού στις παραστάσεις του Καραγκιόζη. Τα καμώματα και παθήματα των ηρώων δεν ήταν προς μίμηση, αλλά προς αποφυγή. Ποιός μπορεί να διαφωνήσει με μια τέτοια θέση;Τόσο λογικό φάνταζε το επιχείρημα ώστε μερικοί έφταναν να προτείνουν τις παραστάσεις του Καραγκιόζη σαν ψυχαγωγικό και διδακτικό μέσο στα σχολεία.

Υπήρξαν και πολέμιοι του είδους. Γι' αυτούς, οι ήρωες του θεάτρου σκιών δεν ήταν τα κατάλληλα πρότυπα, για διάπλαση χαρακτήρων των παιδιών, τα οποία δεν είναι εύκολο να καταλάβουν τη σάτιρα και να ενστερνιστούν τα αντίθετα από τα δρώμενα. Ο Καραγκιόζης και το Κολλητήρι ήταν ακατάλληλα πρόσωπα για να δείξουν το δρόμο της εξέλιξης ενός λαού. Η μόνιμη πείνα δεν προσφέρεται για σάτιρα. Είναι απαράδεκτη από κάθε άποψη. Δεν πρέπει να αναφέρεται ούτε σα λέξη. Η μικροαπατεωνιά και η μικροκλεψιά για αντιμετώπιση της πείνας, είναι ακόμα χειρότερες, είναι ασυγχώρητες. Η αξιοπρεπής διεκδίκηση της απαραίτητης και δικαιούμενης, απ' όλους, τροφής είναι το ζητούμενο κι όχι η μικροαπάτη, που θα οδηγήσει αργότερα στην μεγαλοαπάτη. Πουθενά στα έργα του Καραγκιόζη δεν συναντούμε την εργασία σαν αξία κι αν καμιά φορά ο Καραγκιόζης γίνει φούρναρης, αντί να πουλήσει, τρώει όλα τα ψωμιά.

Εκεί όμως που το ελληνικό θέατρο σκιών δίνει τα ρέστα του είναι στη δουλοπρέπεια. Ο Καραγκιόζης είναι καρπαζοεισπράχτορας, διαμαρτύρεται χαλαρά, όταν τις τρώει και βγάζει τα δανεικά, στην πρώτη ευκαιρία, στο σβέρκο των παιδιών του. Το Κολλητήρι, που αντιπροσωπεύει τη συνέχεια και τη διαδοχή, θα παιδευτεί με το πλέον αξιόπιστο παιδαγωγικό μέσο, του παραδείσιου ξύλου.

Εξάλλου στα σκηνικά αυτού του θεάτρου υπάρχουν μόνιμα, από τα αριστερά η παράγκα του Καραγκιόζη κι από δεξιά το σεράι του Πασά, για να μην ξεχνάμε την κοινωνική μοίρα του καθενός και για να είναι υποχρεωμένος ο ρακένδυτος ήρωάς μας, να προσκυνά κάθε πρωί τον πολυχρονεμένο αφέντη του. Η απορία και η ερώτηση που προκύπτει είναι: Μπορούν τέτοια πρότυπα να υπηρετήσουν την ελευθερία; Είναι ποτέ δυνατόν να καλλιεργήσουν οι θεατές το ελεύθερο φρόνημα, που απαιτείται σ' ένα λαό, που θέλει το κράτος του να αναπτυχθεί και να ζήσουν οι πολίτες του σαν σύγχρονοι άνθρωποι;

Το δίδαγμα που εξέπεμπαν οι καραγκιοζοπαίχτες ήταν πως δεν γίνεται διαφορετικά, είμαστε υποχρεωμένοι, αφού έχουμε πασάδες και σεράγια, να εφαρμόζουμε το : «Άρπαξε να φας και κλέψε νά'χεις». Και δυστυχώς αυτό βλέπουμε πως έγινε στη χώρα μας.

Το παράδειγμα του Καραγκιόζη λειτούργησε θαυμάσια. Το μάθημα το έμαθαν καλά και αρίστευσαν πάμπολλοι μαθητές.

Ο λαός μας διασκέδαζε κάποτε με το θέατρο σκιών, αλλά καταλάβαινε και τον πραγματικό ρόλο του στη διαπαιδαγώγησή του. Το ρόλο αυτό τον ζύγιασε πολύ καλά και τον τοποθέτησε σωστά στη γλώσσα του. Έτσι το άτομο, που είναι τελείως αναξιόπιστο, το λέει «Καραγκιόζη». Μέσα στη λέξη αυτή, που χρησιμοποιεί για να στολίσει ευτελείς ανθρώπους, συμπεριλαμβάνει όλες τις ιδιότητες που θέλει να προσάψει σ' αυτούς που δεν έχουν καμία υπόληψη. Εκτός όμως από άτομα, υπάρχουν και πράξεις που αξιολογούνται και όταν είναι αξιοκατάκριτες, ο λαός μας τις ονομάζει «καραγκιοζιλίκια». Τέτοια βλέπουμε στις μέρες μας, αμέτρητα.

Οι δυο αυτές λέξεις φτιάχτηκαν ίσως απ' εκείνους που αντιδρούσαν στην παιδευτική παρέμβαση του Καραγκιόζη. Χρησιμοποιούνται όμως απ' όλους και αυτό δείχνει πως η ζημιά έγινε σ' όλους αντιληπτή.

Οι Ταγοί της φυλής μας, από την αρχή της Παλιγγενεσίας μέχρι σήμερα, ποτέ δεν συμφώνησαν στο πρότυπο του νεοέλληνα, που πρέπει να προταθεί, για να σταθεί με αξιοπρέπεια στις απαιτήσεις της εποχής μας. Ίσως αυτός νά'ναι ο λόγος για τον οποίο τα κάθε είδους καραγκιοζιλίκια, την αμέτρητων εκπαιδευτικών μεταρρυθμίσεων, οδήγησαν στο σημερινό πολιτισμικό έλλειμμα της χώρας μας, το οποίο στη συνέχεια μεταφράστηκε στη απροσανατόλιστη πορεία που ακολουθούμε.

Η ΦΛΙΑ

Η Φλιά ήταν μια αληθινή όαση στον κάμπο του χωριού μας προς την Σκάλα, τώρα μία απλή ταμπέλα το δηλώνει στον καινούργιο δρόμο (άσφαλτος πλέον). Η Φλιά (είναι) ήταν μία βρύση πέτρινη καμάρα με νερό πάρα πολύ, τρεχούμενο, δροσερό. Όλο το χρόνο, ακόμα και τον Σεπτέμβριο, ήταν πάρα πολύ.

Με το νερό αυτό πότιζαν τα περιβόλια τους, οι χωριανοί μας Πάνω από 10 μεγάλα περιβόλια. Το νερό, όπως έτρεχε χωρίς κούγκια από τον ένα στο άλλον μπαχτσέ, το χώριζαν με μία τσάπα στο αυλάκι και άλλαζε πορεία για τον επόμενο να ποτίζει.

Τα περιβόλια σπάνια σε πλούτο φρούτων, μερικά ροδάκινα, μούσκλες, μαύρες και άσπρες, δαμάσκηνα (κρίκια - κορόμηλα) διάφορες ποικιλίες, ριγκλά μυρωδάτα. Ένα μικρό δενδράκι ήταν, πάντοτε όλα τα κλωνάρια του φορτωμένα, ένα είδος βανίλιας σημερινό αλλά καμία σχέση σε άρωμα. Πελώριες αμυγδαλιές, καρυδιές, λίγες πορτοκαλιές και πολλές συκιές στον αβάσταγα (αβάσταγα λέγαμε την άκρη του χωριού, το σύνορο). Ποτέ κανείς δεν φύτευε ροδάκινα ή τις μούσκλες. Ξεραινόταν το δέντρο και ξεφυτρώναν πολλά από τα κουκούτσια, μόνα τους.

Τώρα το νερό ευχάριστο και δροσερό, όταν γύριζα με τον πατέρα μου από την αλυκή το φθινόπωρο, μας ξεκούραζε με τη δροσιά του και βουτάγαμε τα πόδια μας, ξυπόλυτοι. Συνέχεια στον ανήφορο για τον Ξερόκαμπο. Πολύς κόσμος έπλενε τα τσόλια, τα χράμια, ακόμα και τα ρούχα του σπιτιού (φορεσιές). Απέναντι ζούσε μια γιαγιά μόνιμα, η κυρά-Ζαχάρω, με πάρα πολλές γάτες και κοτόπουλα. Το μαρτύραγαν τα κακαρίσματα.

Αλλες εποχές... χάθηκαν όλα αυτά μαζί με το πάρα πολύ νερό.

Ένα καλαμπούρι: Το 1971 κατέβηκα με το TRIUMPH αυτοκίνητο, για τις διακοπές μου οικογενειακώς. Το πήγα στην Φλιά να το πλύνω γιατί είχε γεμίσει πολλή σκόνη αφού δεν υπήρχε άσφαλτος στους δρόμους. Με γνώρισε μία γιαγιά: «Βρε, Γιουργέλ, τί κάνς μουρέλημ, καλά;». «Ω θεία. Το χάρηκα!». Πιο πέρα μία αλλη γιαγιά. Μίλησαν για μένα και άκουσα : «Ηρτε τσι τούτους να μας δείξ του αυτουκίνητουτ». Αυτό για να γελάσουμε λίγο.

Γ. Σταματέλλης

«Φίλοι Μητρόπολης Μυτιλήνης»

Κοντεύει δύο χρόνια ζωής το σωματείο «Φίλοι Μητρόπολης Μυτιλήνης». Σκοπός του είναι να φροντίσει, να περιθάλψει τους οικονομικά ασθενείς του νησιού μας και να συμπληρώσει το έργο της πολιτείας, σ' αυτούς τους δύσκολους καιρούς. Πραγματικά είναι σπουδαίο το έργο του, αν σκεφτεί κανείς πως έχουν γίνει επισκέψεις ιατρών σε αρκετά χωριά του νησιού μας και κάποια από αυτά είναι: η Βρίσα, το Λισβόρι, τα Βασιλικά και ο Πολιχνίτος (αναφέρω τα χωριά της περιοχής μας). Θα καλυφθεί σιγά σιγά όλο το νησί με όσο το δυνατόν περισσότερες ειδικότητες.

Οι γιατροί είναι οι περισσότεροι από την Αθήνα και δουλεύουν αφιλοκερδώς.Ειναι συγκινητικό πως τα ιδιωτικά ακτινολογικά κέντρα της Μυτιλήνης πρόσφεραν δωρεάν κάποιες ακτινογραφίες και με μεγάλη έκπτωση άλλες εξετάσεις. Πραγματικά τους αξίζουν συγχαρητήρια.

Θέλουμε να ευχαριστήσουμε τους αγροτικούς ιατρούς που βοηθάνε την ημέρα επίσκεψης των ιατρών, το νοσηλευτικό προσωπικό, καθώς επίσης και όλους τους εργαζόμενους του κέντρου υγείας Πολυχνίτου με επικεφαλής την **κα Χριστίνα Παπαδημητρίου**. Ακόμη, σε κάθε επίσκεψη είναι κοντά ο οδηγός του αυτοκινήτου του σωματείου **κος Μιχάλης Βίρας**, και οι κες **Στέλλα Βίρα** και **Ανθούλα Βαμβουρέλλη**. Στο όλο έργο βοηθάνε οι τοπικοί ιερείς, μια και πρόεδρος του σωματείου είναι ο σεβασμιότατος Μητροπολίτης Μυτιλήνης **κκ Ιάκωβος** και έτσι μεταφέρει το πιστεύω του πως οι ιερείς με αυτές τις ενέργειες είναι κοντά στον κόσμο και στα προβλήματά του.

Μέλη του Δ.Σ. είναι: 1ος αντιπρόεδρος ο **κος Χαράλαμπος Αθανασίου**, 2ος αντιπρόεδρος ο **κος Ιωάννης Παγίδας**, ταμίας και η ψυχή του σωματείου ο **κος Βασίλης Μαριός**, Γραμματέας η **Κατερίνα Πολυχρονοπούλου** και μέλη οι κ.κ. **Ευτέρπη Κοτζαμάνη**, **Στρατής Λιαρέλλης**, **Ελευθέριος Τρύφων** και **Γεώργιος Κούμπας**.

Θα είναι χαρά για όσους θέλουν να προσφέρουν έργο προς αυτή την κατεύθυνση να επικοινωνήσουν με την Κατερίνα Πολυχρονοπούλου για περισσότερες πληροφορίες.

ΑΦΙΕΡΩΜΑ ΣΤΗ ΓΙΟΡΤΗ ΤΗΣ ΜΗΤΕΡΑΣ

Μάνα

Μάνα η πρώτη λέξη μας
μάνα κι η τελευταία
μάνα στην όμορφη στιγμή
μάνα και στην μοιραία.

Μάνα που σε υμνήσανε
οι ποιητές κι οι αγγέλοι
κι έγινες πιότερο γλυκειά
ακόμα κι απ' το μέλι.

Μάνα η πιο όμορφη στιγμή
για σένα στη ζωή σου
είναι η ώρα πούρχεται
στον κόσμο το παιδί σου.

Μάνα που την κατάρα σου
την έκανες ευχή σου
κι έναν φονιά σαν έχεις γιο
τον κλαις στην προσευχή σου.

Μάνα που κι αν τα έχασες
στον κόσμο τα παιδιά σου
κι αν δεν σου έμεινε χαρά
τώρα στα γηρατειά σου,
είναι όμορφο να σκέπτεσαι
πως ήσουνα μια μάνα
κι ας χτύπησε ανελέητα
μια νεκρική καμπάνα.

Μάνα σε διάλεξε ο Θεός
τον πόνο για να νιώσεις
κι έναν ασήκωτο σταυρό
στους ώμους να σηκώσεις,

ξέρεις πως είναι δύσκολος
ο δρόμος στη ζωή σου
κι ακόμα δυσκολότερη
αυτή η αποστολή σου.

Μάνα, εσύ ανεκτίμητη
μέσα σ' αυτή την πλάση
με τη δική σου δύναμη
και θέληση σαν βάση,

άνοιξες, σύ, πρώτη εσύ
τους δρόμους να περάσουν
λαοί σκλαβιάς και φυλακής
στο όνειρο να φτάσουν.

Μάνα, τί άλλο εγώ να πω
τί άλλο να προσφέρω
και μ' όλα αυτά που έγραψα
πάλι δεν θα μπορέσω

να δώσω ολοκληρωτική
μορφή απ' την καρδιά σου
για ν' απομείνει αθάνατο
μάνα, το όνομά σου.

ΜΑΡΙΑ ΑΤΣΙΚΜΠΑΣΗ
-ΛΕΟΝΤΗ

ΝΥΦΙΔΑ BEACH HOTEL
ΜΥΡΣΙΝΗ ΣΑΒΒΑΔΕΛΛΗ
ΝΥΦΙΔΑ ΠΟΛΙΧΝΙΤΟΥ - ΛΕΣΒΟΣ
ΤΗΛ.: 22520 - 41841, 41764, 42266
41 068, Fax: 22520 42266

ΕΣΤΙΑΤΟΡΙΟΝ - ΜΕΖΕΔΟΠΩΛΕΙΟΝ
«Ζωή Ποδήλατο»
γεύσεις μετά μουσικής...
ΣΤΑΜΑΤΗΣ ΣΤΑΜΑΤΕΛΛΗΣ
Υπεύθυνος Δημ. Σχέσεων -Διαιτολόγος
ΑΓΓΕΛΟΣ ΣΤΑΜΑΤΕΛΛΗΣ
Επαγ. Μάγειρας -Διαιτολόγος
Σάμου 27, Αγ. Δημήτριος,
τηλ. 210 9852117 www.zoipodilato.gr

Μαρία Π. Πανσεληνά
Ιατρός - Ακτινοδιαγνώστης
Διαγνωστικό εργαστήριο:
• Υπέρηχοι σώματος • Triplex αγγείων
• Ενδοκολπικό υ/s • υ/s μαστού
• Μέτρηση οστικής πυκνότητας
• Ψηφιακή πανοραμική απεικόνιση
Καλλονή; Εμπορικό Κέντρο Βαμβουκλή (έναντι Κέντρου Υγείας)
Τηλ/fax: 22530 22131, κιν.: 6972 509137

Γιαλούρης Γεώργιος
ΜΙΚΡΟΒΙΟΛΟΓΟΣ-ΒΙΟΠΑΘΟΛΟΓΟΣ
ΣΤΡΑΤΙΩΤΙΚΟΣ ΓΙΑΤΡΟΣ
Αιματολογικό - Βιοχημικό - Ορμονολογικό - Ανοσολογικό - Καλλιέργειες - Ελεγχος γονιμότητας/στειρότητας - Προγεννητικός έλεγχος
Μ. ΑΣΙΑΣ 18, ΗΡΑΚΛΕΙΑ (ΕΝΑΝΤΙ ΚΕΝΤΡΟΥ ΥΓΕΙΑΣ)
ΤΗΛ. 23250 24522, ΚΙΝ. 6948 514963

ΤΑΒΕΡΝΑ «Ο ΣΠΥΡΟΣ»
(Σπύρος Τζίμης)
ΓΕΡΟΥΛΑΝΟΥ 143, ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗ
ΤΗΛ. 210 9630195

ΛΑΟΓΡΑΦΙΚΑ του Τάσου Μακρή

Γάνιασε η γλώσσα μ' απ' του πέ τσ' απί του λάλ'σι

Περί πειθούς ο λόγος. Δεν είναι εύκολη δουλειά να πείσεις τους άλλους όσο κι αν έχεις πειστικά επιχειρήματα. «Ου με πείσεις καν με πείσεις» μας ήλθε η φράση από τα αρχαία. Όλοι μας όμως επιμένουμε να πείσουμε τους άλλους, ότι είναι σωστές οι απόψεις μας. Είναι, ίσως, μια πανανθρώπινη διαστροφή, γι' αυτό λέμε και ξαναλέμε μέχρι να «γανιάσει η γλώσσα μας».

Η φράση δίνει το μέτρο της προσπάθειας. Δεν φτάνει μια μόνο λέξη αλλά τρεις, ένα ρήμα (γάνιασι) και δυο ρηματικά ουσιαστικά (πε και λάλ'σι), για να τονίσουν την αγωνιώδη προσπάθεια να περάσουμε τις απόψεις μας. Διακρίνεται δε και μια αγανάκτηση, επειδή ο άλλος δεν πείθεται.

Μεγαλύτερη αγανάκτηση δηλώνεται με τη φράση «λάλει τα ά τ' αρμέξουμι». Τα λέμε, τα ξαναλέμε κι ο ακροατής μας επανέρχεται στα ίδια, αμετακίνητος από την πρώτη θέση του. Ε, τότε δεν μένει, παρά να φθάσουμε στην τελική πράξη, που είναι το άρμεγμα κι ας πάει να κουρεύεται. Φράσεις βγαλμένες απ' τη βουκολική ζωή των προγόνων μας.

Το θέμα της πειθούς είχε μεγάλη σημασία για τους πρόγονούς μας κι αυτό φαίνεται απ' το πλήθος των παροιμιακών φράσεων που χρησιμοποιούσαν. «Βουλγάρκου τσιφάλ'» έλεγαν γι' αυτούς που δεν πείθονταν. Τώρα γιατί βουλγάρκου κι όχι τούρκικο είναι ένα θέμα, που πρέπει να το ψάξουμε στην Ιστορία. Ίσως η φράση να μας έρχεται από το Βυζάντιο, από την εποχή του Βουλγαροκτόνου, τότε που προσπαθούσε με τα όπλα να πείσει τους Βουλγάρους να καθίσουν φρόνιμα.

Πάντως, όταν δεν θέλει κανείς να πειστεί, δεν πείθεται. Επανέρχεται στα ίδια και στα ίδια κι αυτό διατυπώθηκε με παραστατικότατο τρόπο στη φράση: «Γυρίζου, τρουγυρίζου, στου βόλαδου καθίζου», όπου βόλαδους (απαξιωτική λέξη) είναι η σταθερή γνώμη μας, το αμετακίνητο των απόψεών μας.

Η ανάγκη μας να πείσουμε μπορεί να προσέρχεται από διάφορες αιτίες. Μπορεί να είναι καλόπιστοι οι λόγοι, με πραγματικό ενδιαφέρουν για τον πειθόμενο, μπορεί όμως να είναι η πονηριά και η υστεροβουλία στη μέση, που γίνεται αντιληπτή και αναγκάζει τον υποβαλλόμενο σε πλύση εγκεφάλου να πει ορθά κοφτά στα πολιχνιάτικα: «Έ μι πιάν' εύτους γυ ουρνός».

Να μπορούσαμε και στην εποχή μας να πούμε όλοι κάτι ανάλογο στην καθημερινή πλύση εγκεφάλου που δεχόμαστε!...

Νέος «χάρτης» στη Λέσβο

«Οι δημοτικές εκλογές τού 2014 θα γίνουν με περισσότερους δήμους»

δηλώνει ο Χαράλαμπος Αθανασίου, λίγο μετά την ανάληψη των υπουργικών καθηκόντων του

Η τροποποίηση της μεταρρύθμισης του «Καλλικράτη», προκειμένου να δημιουργηθούν περισσότεροι δήμοι ώστε να διοικηθεί καλύτερα ο τόπος, αποτελεί προτεραιότητα της νέας ηγεσίας του Υπουργείου Εσωτερικών, έτσι όπως την ανακοίνωσε ο αναπληρωτής υπουργός Χαράλαμπος Αθανασίου, ο οποίος μιλώντας χθες το μεσημέρι στο «Ε», λίγο μετά την ανάληψη των καθηκόντων του, υποστήριξε πως οι επόμενες εκλογές το 2014 θα γίνουν σε νέο αυτοδιοικητικό χάρτη. Προαναγγέλλοντας, έτσι, την ικανοποίηση του μεγαλύτερου αιτήματος που μετ' επιτάσεως θέτουν, δυο χρόνια ακριβώς τώρα, όλοι οι τοπικοί φορείς.

Ο κ. Αθανασίου, μάλιστα, εξήγησε ότι μέχρι το τέλος τού 2012, το αργότερο στις αρχές τού 2013, θα έχει ολοκληρωθεί η ανταλλαγή απόψεων με τους φορείς της αυτοδιοίκησης και τις τοπικές κοινωνίες, ώστε να έχει αποφασιστεί πώς θα διαμορφωθεί αυτός ο νέος χάρτης της αυτοδιοικητικής διαίρεσης. Πιστός και με τις προεκλογικές δηλώσεις του, ο κ. Αθανασίου ξεκαθάρισε πως ειδικά η Λέσβος, ο μεγαλύτερος σε έκταση νησιωτικός Δήμος, είναι αδύνατον να διοικηθεί ενιαία και χρειάζεται να χωριστεί σε περισσότερους δήμους.

Τα μείζονα θέματα

Με την ανταλλαγή αμοιβαίων φιλοφρονήσεων, έγινε στο Υπουργείο Εσωτερικών η παράδοση - παραλαβή του χαρτοφυλακίου του Υπουργείου. Ο υπουργός Ευριπίδης Στυλιανίδης αναφέρθηκε στις τρεις βασικές προτεραιότητες της πολιτικής ηγεσίας του Εσωτερικών. Αυτές, όπως είπε, θα είναι η διαμόρφωση μιας σύγχρονης Πολιτείας με εκσυγχρονισμένη δημόσια διοίκηση, η δημιουργία ισχυρής τοπικής αυτοδιοίκησης που θα έχει στο επίκεντρο τον πολίτη και διαμόρφωση της μεταναστευτικής νομοθεσίας σύμφωνα με το ευρωπαϊκό θεσμικό πλαίσιο, ώστε να παύσει η χώρα να είναι αποθήκη ψυχών. Απ' την πλευρά του, ο αναπληρωτής υπουργός, Χαράλαμπος Αθανασίου, επαίνεσε και αυτός τον απερχόμενο υπηρεσιακό υπουργό, το «δάσκαλο» Μανιτάκη, και την επιτυχία με την οποία διεκπεραίωσε το δύσκολο έργο του, επισημαίνοντας: «Εμείς θα συνεχίσουμε αυτό το έργο. Χρέος όλων και ευθύνη είναι να εκσυγχρονίσουμε το κράτος.»

«Η εναρμόνιση της ελληνικής νομοθεσίας με την ευρωπαϊκή στα ζητήματα του μεταναστευτικού και της ιθαγένειας, είναι απ' τα ζητήματα που επείγει να ρυθμιστούν. Επίσης, όμως, προτεραιότητα αποτελεί και το θέμα της τροποποίησης του "Καλλικράτη", για την καλύτερη διοίκηση των δήμων, του τόπου μας», ανέφερε ο **κ. Αθανασίου** στο «Ε» αμέσως μετά την τελετή και την ενημέρωση που έγινε στη νέα πολιτική ηγεσία.

Ο συντοπίτης μας αναπληρωτής υπουργός συμπλήρωσε: «**Οπωσδήποτε οι εκλογές τού 2014 θα γίνουν σε νέο χάρτη της αυτοδιοίκησης, τον οποίο εγκαίρως, τέλη της φετινής χρονιάς με αρχές της επόμενης, θα διαμορφώσουμε ύστερα από επαφές με όλους τους εμπλεκόμενους φορείς.**»

Επιστολή Βουνάτσου

Λίγες ώρες νωρίτερα, ο δήμαρχος Λέσβου, **Δημήτρης Βουνάτσος**, σε επιστολή του προς τον αναπληρωτή υπουργό, που αποκαλούσε αγαπητό συμπατριώτη και φίλο, αφού εξέφραζε τα ειλικρινή συγχαρητήριά του, δήλωνε βέβαιος ότι, δεδομένης και της επιτυχούς άσκησης των καθηκόντων του ως προέδρου της Ένωσης Δικαστών και Εισαγγελέων της χώρας μας, θα εξαντλήσει τις προσπάθειες για την αναστήλωση του αυτοδιοικητικού θεσμού.

Παρέθετε δε, συνοπτική περιγραφή των προβλημάτων του «Κακοκράτη», που έχει παραλύσει την αυτοδιοίκηση, αναφέροντας την κατάσταση που επικρατεί στο Δήμο Λέσβου. «Και επειδή έχουμε συζητήσει κατ' επανάληψιν για την παθογένεια του πρώτου βαθμού της αυτοδιοίκησης, ειδικά στο νησί μας, από καιρό, είμαι βέβαιος ότι θα αναλάβετε το ηράκλειο έργο της αναμόρφωσης του όλου θεσμού, επί το δημοκρατικότερον και λειτουργικότερον σ' όλη την επικράτεια, και ειδικά σε εμάς, μαζί με την οικονομική εξυγίανση και ενδυνάμωση του θεσμού βεβαίως, με την κατάργηση του ενός και μόνο δήμου στο νησί μας και την υιοθέτηση των πέντε δήμων, όπως εισηγήθηκε με απόλυτη τεκμηρίωση το Ινστιτούτο Τοπικής Αυτοδιοίκησης», καταλήγει ο δήμαρχος την επιστολή-αίτημα προς τον αναπληρωτή υπουργό Εσωτερικών.

[Μαρίνα Πολλάτου, ΕΜΠΡΟΣ, 23/6/ 2012]

Όταν οι μέλισσες δημιουργούν και όταν ο Γιώργος Χατζόγλου τις φροντίζει, έχουμε αποτελέσματα που κάθε άλλο παρά κρίση θυμίζουν.

Πραγματικά θυμήθηκα τις εκθέσεις στο δημοτικό που οι δάσκαλοί μας μας έλεγαν για τη μέλισσα σαν πρότυπο συλλογικής δουλειάς και συνεχούς εργασίας. Εμείς κοντέψαμε να διορίσουμε και να συνταξιοδοτήσουμε και τις μέλισσες...

Γιώργο, να είσαι καλά να μας δείχνεις το δρόμο προς την Ελλάδα της δημιουργίας !!!

Στο ΕΣΠΑ οι βιολογικοί Πολιχνίτου, Βρίσας και Βατερών

Ένα πολύ σημαντικό έργο για την Λέσβο, εντάχθηκε στο ΕΣΠΑ μέσω του επιχειρησιακού προγράμματος «Περιβάλλον και αειφόρος ανάπτυξη». Πρόκειται για του βιολογικούς καθαρισμούς των περιοχών Πολιχνίτου, Βρίσας και Βατερών τους οποίους θα δημοπρατήσει ο Δήμος Λέσβου. Ο προϋπολογισμός του είναι 13.625.441 ευρώ (ποσό με ΦΠΑ), ενώ η χρονική διάρκεια υλοποίησης είναι 31 μήνες.

Το προτεινόμενο έργο αφορά την αποχέτευση και επεξεργασία των αστικών λυμάτων των οικισμών Πολιχνίτου, Βρίσας και Βατερών. Το έργο που αφορά στον οικισμό του Πολιχνίτου, προβλέπει την κατασκευή αγωγού μεταφοράς των λυμάτων στην ΕΕΛ (καταθλιπτικός και ελεύθερης ροής), την κατασκευή δικτύου συλλογής και την ένταξη του υφιστάμενου, την κατασκευή δευτερεύοντος δικτύου (όπου είναι παντορροϊκό) και την κατασκευή αντλιοστασίου.

Ταυτόχρονα, θα αντικατασταθεί το δίκτυο ύδρευσης, σε όποια σημεία καταστραφεί κατά την κατασκευή του δικτύου αποχέτευσης, μιας και η στενότητα των δρόμων απαιτεί κοινό όρυγμα και κατά συνέπεια δεν μπορεί να διατηρηθεί το υφιστάμενο. Επίσης θα αντικατασταθούν οι παντορροϊκοί αγωγοί με χωριστικούς αγωγούς ομβρίων. Στον οικισμό των Βατερών θα κατασκευαστεί ο καταθλιπτικός αγωγός μεταφοράς των λυμάτων στην ΕΕΛ, το απαιτούμενο αντλιοστάσιο και το εσωτερικό δίκτυο αποχέτευσης με το σύστημα υπό πίεσης κενού.

Για τον οικισμό της Βρίσας, προβλέπεται η κατασκευή καταθλιπτικού αγωγού μεταφοράς των λυμάτων στην ΕΕΛ, η κατασκευή αντλιοστασίου, και την ένταξη του υφιστάμενου δικτύου συλλογής. Τέλος, το έργο περιλαμβάνει την κατασκευή εγκατάστασης επεξεργασίας λυμάτων στη θέση Παλαιόκαστρο και του αγωγού διάθεσής τους μήκους περίπου 100 μ.

Σ. ΤΣΙΝ.-ΝΕΑ ΤΗΣ ΛΕΣΒΟΥ, 14/6/12

ΧΩΜΑΤΟΥΡΓΙΚΕΣ ΕΡΓΑΣΙΕΣ
Πανταζής Γιώργος
Πολιχνίτος Λέσβου
Τηλ. 22520 42275, κιν. 6976 037588

ΕΡΓΟΣΤΑΣΙΟ ΚΑΤΑΣΚΕΥΗΣ ΞΥΛΙΝΩΝ ΚΑΘΙΣΜΑΤΩΝ
ΕΥΣΤΡΑΤΙΟΣ ΜΟΙΡΑΣΓΕΝΤΗΣ
Εξοπλισμοί για ξενοδοχεία
• ταβέρνες • εστιατόρια
Πώληση Χονδρική – Λιανική
ΣΟΛΩΜΟΥ 34 • Γέρακας Αττικής
Τηλ: 210 6610 234 – 6612 054
Email: smoir@domi.gr

πωλείται οικόπεδο
Πωλείται οικόπεδο εντός σχεδίου, άρτιο, πλήρες οικοδομήσιμο, με εμβαδό 1892τμ. Βρίσκεται στη περιοχή Καρδώνα Δήμου Πολιχνίτου. Είναι διαμπερές και έχει πρόσβαση από την εθν. οδό και από το δρόμο του πρώην αγάλματος. Τιμή 70.000 ευρώ.
Τηλ. Επικοινωνίας: 6980452549, 2121007745.

ΒΟΓΙΑΤΖΗ Π. ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ
ΔΙΚΗΓΟΡΟΣ
ΔΗΜ. ΣΟΥΤΣΟΥ 30, ΑΘΗΝΑ
ΤΗΛ: 210-6444112, FAX: 210 6447222, Κιν.: 6979 673382

Κέντρο Φυσικοθεραπείας & Αποκατάστασης
Γιασεμή Γιαννάκου
Τηλ: 22520 42 237 Κιν. 6947 932983

ΔΩΡΟΘΕΑ Θ. ΤΟΥΝΤΑ
ΦΙΛΟΛΟΓΟΣ
Πτυχιούχος Φιλοσοφικής Σχολής Πανεπιστημίου Αθηνών
Σουφλίου 9, Αθήνα, Τ.Κ. 11527
ΤΗΛ: 210 7708451, ΚΙΝ: 6972 893425
e-mail: doratounta@yahoo.gr

Αχείμαστος Κωνσταντίνος
ΔΙΠΛΩΜΑΤΟΥΧΟΣ ΠΟΛΙΤΙΚΟΣ ΜΗΧΑΝΙΚΟΣ
UNIVERSITA LA SAPIENZA DI ROMA
8ης ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 13, ΜΥΤΙΛΗΝΗ
ΤΗΛ. 22510 22423, 6972829486
e-mail: acheimastos@teemail.gr

ΜΑΡΙΝΑ Θ. ΤΟΥΝΤΑ
ΔΙΚΗΓΟΡΟΣ
Πτυχιούχος Νομικής Σχολής Πανεπιστημίου Αθηνών
Σουφλίου 9, Αθήνα, Τ.Κ. 11527
ΤΗΛ: 210 7708451, ΚΙΝ: 6972 892918
e-mail: marinatounta@yahoo.gr

ΑΡΕΤΗ ΜΑΣΤΡΟΔΟΥΚΑ
Πτυχιούχος Γυμναστικής Ακαδημίας και με διακρίσεις (Πανελλήνιο Χρυσό Kick Boxing, Παγκόσμιο Αργυρό Πυγμαχία, Παγκόσμιο Χρυσό Kick Boxing κλπ.) διδάσκει στον Γυμναστικό Σύλλογο ΗΡΑΚΛΗΣ Χαϊδαρίου (Fighters), οδός Πραξιτέλους 41 και Πτολεμαΐδας, Περιστέρι.
ΤΗΛ.: 210 5727588, ΚΙΝ. 6974 480956
Απογευματινές ώρες 6-10

ΚΕΝΤΡΟ ΑΚΤΙΝΟΔΙΑΓΝΩΣΤΙΚΗΣ & ΥΠΕΡΗΧΩΝ
Γ. Βουμβάκης - Π. Χαχάλης
(8-12 π.μ. - 5-8.30 μ.μ.)
Π. Τσαλδάρη 19 & Καλαμών 1
Περιστέρι, Τηλ.: 210 57.55.444

SUNDAY'S GASTRONOMY CATERING
Χαρίλαος Κατρακάζας
Executive Chef
Κινητό: 6944885536
ΑΦΟΙ ΣΤΕΝΙΩΤΗ Ο.Ε.•Ιωλκού & Μαγνησίας 51
Αχαρνές, Τ.Κ. 136 71
Τηλ: 210 8540444, 210 2448707
Φαξ: 210 8540434
e-mail: sundayscatering@gmail.com
Ιστοσελίδα: http://www.sundayscatering.gr

Αισθητικές Αποκαταστάσεις Λεύκανση Δοντιών
ΠΕΛΗ Γ. ΓΕΩΡΓΗ D.M.D
Αισθητική Οδοντιατρική
Tufts University of Boston USA
ΓΕΝΝΗΜΑΤΑ 20, ΑΜΠΕΛΟΚΗΠΟΙ
ΤΗΛ. 210 6913631

• Μελέτες • Επιβλέψεις Οικοδομών
ΣΤΕΛΛΑ Γ. ΣΤΑΥΡΙΝΟΥ
Διπλ. ΠΟΛΙΤΙΚΟΣ ΜΗΧΑΝΙΚΟΣ
Αποφ. Πανεπιστημίου Πατρών
ΑΝΩ ΧΑΛΙΚΑΣ - ΜΥΤΙΛΗΝΗ
Τηλ. 22510 48021, κιν. 6942 971844

ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ ΣΑΒΒΑΣ
Δερματολόγος - Αφροδισιολόγος
τ. ιατρός Νοσ. Α. Συγγρός
ΔΙΑΘΕΡΜΟΠΗΞΙΑ - ΧΗΜΙΚΑ PEELING
Μεγ. Αλεξάνδρου 10 - Δάφνη - Πλ. Καλογήρων
Τηλ. Ιατρ. 2109765200, Οικ. 210 9352363
κιν. 6936 735600 - ΔΕΧΕΤΑΙ ΜΕ ΡΑΝΤΕΒΟΥ

ΑΛΙΚΗ ΤΖΙΜΑ- ΚΑΤΑΤΡΙΩΤΟΥ
ΔΙΚΗΓΟΡΟΣ
Ιπποκράτους & Καλλιδρομίου 6, Αθήνα 114 72.
Τηλ. 210 33303151, 3390041-2,
Fax:2103303171 • Κιν. 6974430581

ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΚΑΙ ΤΕΡΗΔΟΝΑ

Της Αφροδίτης Κακάμπουρα
Καθηγήτριας
Οδοντιατρικής Σχολής
Πανεπιστημίου Αθηνών

Η τερηδόνα, παγκόσμια, είναι η πιο συχνή παθολογική κατάσταση των δοντιών. Το γεγονός αυτό επιβεβαιώθηκε, πρόσφατα, ότι ισχύει και για την Ελλάδα μέσα από δύο μελέτες εθνικής κλίμακας που πραγματοποιήθηκαν. Ως τερηδόνα χαρακτηρίζεται η αποδόμηση και στη συνέχεια, απώλεια μέρος των ιστών του δοντιού, με αποτέλεσμα τη δημιουργία κοιλότητας, και συνεπώς, την καταστροφή της μορφής και της λειτουργικότητας του δοντιού.

Η καταστροφή αυτή προκαλείται από ειδικά μικρόβια, που αποκαλούνται τερηδονογόνα, και τα οποία βρίσκονται, σε φυσιολογικές συγκεντρώσεις, σε κάθε στόμα. Η ύπαρξη μόνο των μικροβίων δεν είναι ικανή να προκαλέσει τερηδόνα στα δόντια. Είναι απαραίτητο, ταυτόχρονα, και η παρουσία στο στόμα συγκεκριμένων τροφών, υδατάνθρακες-σάκχαρα, τις οποίες μεταβολίζουν τα μικρόβια (διαδικασία ζύμωσης) παράγοντας οξύ. Αυτό το οξύ αντιδρά με τους ιστούς του δοντιού και τους διαλύει σταδιακά, δημιουργώντας την τερηδονική βλάβη. Η αντίδραση αυτή διαρκεί επί 20-30 λεπτά μετά από την κάθε λήψη τροφής. Ακολούθως, η δράση του οξέος εξασθενεί λόγω και της ευεργετικής επίδρασης του σάλιου. Ο κύκλος αυτός επαναλαμβάνεται κάθε φορά που τρώμε.

Από τα προαναφερόμενα γίνεται σαφές ότι η τερηδόνα έχει άμεση και στενή σχέση με την κατανάλωση συγκεκριμένων τροφών, κυρίως αυτών που περιέχουν φυσικά σάκχαρα (γλυκόζη, σουκρόζη, φρουκτόζη, γαλακτόζη, μαλτόζη και σακχαρόζη-ζάχαρη, που έχει την πλέον επιθετική δράση). Χαρακτηριστικό παράδειγμα είναι οι Εσκιμώοι της Λαπωνίας, οι οποίοι παρότι δεν βούρτσιζαν τα δόντια τους, είχαν μηδενικά ποσοστά τερηδόνας γιατί το παραδοσιακό διαιτολόγιό τους δεν περιλάμβανε γλυκά. Με την υιοθέτηση του δυτικού τρόπου διατροφής, τα ποσοστά αυτά αυξήθηκαν κατακόρυφα τις τελευταίες δεκαετίες.

Μπορούμε, συνεπώς, να υποστηρίξουμε ότι ένα βασικό μυστικό για γερά δόντια είναι η μη κατανάλωση σακχάρων και κυρίως ζάχαρης? Η απάντηση, ιδανικά, θα μπορούσε να είναι, ναι. Κάτι τέτοιο, όμως, είναι μη ρεαλιστικό στις σύγχρονες κοινωνίες μας, όπου τα σάκχαρα είτε στην καθαρή (π.χ. γλυκά) είτε στην «κρυμμένη» μορφή τους (π.χ. σε αναψυκτικά, λευκές φρυγανιές) κυριαρχούν στις διατροφικές συνήθειες του ανεπτυγμένου κόσμου. Εξάλλου, δεν είναι μόνο τα σάκχαρα που ενοχοποιούνται ως τερηδονογόνος διατροφικός παράγοντας. Κολλώδεις τροφές μπορούν να παραμείνουν, λόγω σύστασης, επί μεγάλο χρονικό διάστημα προσκολλημένες στα δόντια, αποτελώντας ιδανική «τροφή» για τα τερηδονογόνα μικρόβια.

Αν θα έπρεπε να προσδιορίσουμε τις πλέον τερηδονογόνες τροφές, αυτές είναι: τα αναψυκτικά που περιέχουν σάκχαρα, το σακχαρούχο γάλα, το μέλι, τα μπισκότα ανεξάρτητα της περιεκτικότητάς τους σε ζάχαρη, τα γλυκά, οι σοκολάτες, το λευκό ψωμί, οι καραμέλες, τα παγωτά, τα ξηρά φρούτα, τα λουκούμια, διάφορα σιρόπια, οι πατάτες chips.

Αφού, λοιπόν, γνωρίζουμε τους ενόχους, θα μπορούσαμε να ισχυριστούμε ότι η αλλαγή των διατροφικών συνηθειών, με προτεραιότητα στην αποφυγή κατανάλωσης τερηδονογόνων τροφών, θα περιόριζε τον κίνδυνο τερηδονισμού των δοντιών μας. Στη συμβουλευτική, όμως, της στοματικής υγείας το να απευθύνουμε συστάσεις στο τι δεν πρέπει να καταναλώνει κάποιος – που τις περισσότερες φορές πιθανόν και να το γνωρίζει – δεν συνιστά αποτελεσματική στρατηγική πρόληψης της τερηδόνας. Αντίθετα, συμβουλές στο πώς να διαχειριστεί ο καθένας μας τις διατροφικές του συνήθειες και ταυτόχρονα, όπου μπορεί να τις τροποποιήσει σε μικρό ή μεγαλύτερο βαθμό, δίνουν πολύ καλύτερα αποτελέσματα.

Μερικές, λοιπόν, μικρές συμβουλές είναι οι ακόλουθες:

- Να προτιμάμε το πιτυρούχο ψωμί σε σχέση με το λευκό γιατί προσκολλάται λιγότερο στα δόντια και περιέχει και λιγότερο άμυλο.
- Οι ινώδεις τροφές (κρέας, μήλα, διάφορα λαχανικά κλπ) προσκολλούνται πολύ λιγότερο στα δόντια και δεν θεωρούνται τερηδονογόνες.
- Επειδή υπάρχουν τρόφιμα (εκτός των γλυκών) που περιέχουν διάφορα σάκχαρα (σακχαρόζη, γλυκόζη, σουκρόζη, φρουκτόζη, γαλακτόζη, μαλτόζη), όπως είναι αρκετές από τις τυποποιημένες τροφές, θα πρέπει να διαβάζουμε τη σύνθεση των συστατικών τους και να αποφεύγουμε την αγορά τους.
- Να καταναλώνουμε γάλα ή τυρί, κατά προτίμηση σκληρό, μετά από ένα γεύμα γιατί περιέχουν πρωτεΐνες (καζεΐνη) και στοιχεία (ασβέστιο, φώσφορο) που έχουν αντιτερηδονογόνο δράση.
- Μετά το τέλος του γεύματος, να μασάμε τσίχλα χωρίς ζάχαρη, κατά προτίμηση ξυλιτόλης, για τουλάχιστον πέντε λεπτά, για να αυξάνεται το σάλιο στο στόμα.
- Αν θέλουμε να καταναλώσουμε κάποιο σνακ στο ενδιάμεσο των γευμάτων, να προτιμήσουμε άγλυκο γιαούρτι, ωμά λαχανικά, φρούτα, τυρί, γάλα.
- Αν θέλουμε, οπωσδήποτε, να φάμε κάποιο σνακ από αυτά που χαρακτηρίζονται ως τερηδονογόνα, τότε να καταναλώνουμε όλη μαζί την ποσότητά του σε σύντομο χρόνο, κι όχι σταδιακά και επί μακρόν ώστε να περιορίσουμε το χρόνο έκθεσης των δοντιών στη ζάχαρη. Για παράδειγμα, είναι προτιμότερη η κατανάλωση μιας ολόκληρης σοκολάτας παρά να την έχουμε κόψει σε κομμάτια που να τα απολαμβάνουμε σιγά-σιγά.
- Σνακς που παραμένουν πολλή ώρα στο στόμα (π.χ. καραμέλες) ή είναι κολλώδη (π.χ. λουκούμια, παστέλι) είναι καλό να μην καταναλώνονται. Για παράδειγμα, είναι προτιμότερο ένα ρόφημα με ζάχαρη παρά μια καραμέλα βουτύρου.
- Επίσης, καλό είναι μέσα σε 15 λεπτά από την κατανάλωση κάποιου τερηδονογόνου σνακ να βουρτσίζουμε τα δόντια μας. Ακόμα κι αν δεν έχουμε αυτή τη δυνατότητα, μπορούμε να ξεπλένουμε το στόμα μας πολύ καλά, με μπουκώματα νερού.
- Τα αναψυκτικά, ως σνακς, καλό είναι να πίνονται με καλαμάκι κι όχι απευθείας από ποτήρι, ώστε να έρχονται στη μικρότερη δυνατή επαφή με τα δόντια.
- Αν επιθυμούμε ή πρέπει να τρώμε συχνά, τότε η κάθε λήψη τροφής ή αναψυκτικού ή ροφήματος με ζάχαρη καλό είναι να απέχει από την άλλη τουλάχιστον 1-2 ώρες ώστε να δίνεται χρόνος στο σάλιο να λειτουργήσει ευεργετικά.
- Όταν καταναλώνουμε γλυκά, δεν έχει σημασία, για την πρόληψη της τερηδόνας, η ποσότητα που τρώμε αλλά η ημερήσια συχνότητα λήψης τους, που θα πρέπει να την κρατάμε περιορισμένη.
- Αν θέλουμε να φάμε κάποιο γλυκό, είναι προτιμότερο αυτό να το κάνουμε στο τέλος ενός γεύματος παρά στο ενδιάμεσο των γευμάτων.
- Την τελευταία λήψη τροφής να την κάνουμε πριν το βραδινό βούρτσισμα των δοντιών. Μετά από αυτό να καταναλώνουμε μόνο νερό.
- Τσίχλες, σοκολάτες, γλειφιτζούρια, ορισμένα γλυκίσματα περιέχουν τεχνητές γλυκαντικές ουσίες (ξυλιτόλη, σορβιτόλη, μανιτόλη, ασπαρτάμη) που αναφέρονται ως υποκατάστατα των σακχάρων. Αυτά, καλό είναι να προτιμούνται σε σχέση με τα αντίστοιχά τους που περιέχουν φυσικά σάκχαρα (γλυκόζη, σουκρόζη, φρουκτόζη, γαλακτόζη, μαλτόζη). Ωστόσο, για λόγους γενικότερης υγείας θα πρέπει να αποφεύγεται η υπερβολική κατανάλωσή τους. Πρόσθετα, από τις τεχνητές ουσίες η ξυλιτόλη είναι αυτή με τη συχνότερη χρήση και τεκμηριωμένη αντιτερηδονογόνο δράση.

Θα ήταν παράλειψη αν δεν γινόταν, σε αυτό το κείμενο, ιδιαίτερη αναφορά στην τερηδόνα της βρεφικής ηλικίας και πώς αυτή συνδέεται με τη διατροφή. Η πιο συνηθισμένη αιτία της είναι το τάισμα του μωρού με το μπιμπερό όταν αυτό κοιμάται. Αυτό συμβαίνει είτε γιατί οι γονείς αγνοούν τις συνέπειες είτε γιατί μόνο έτσι καταφέρνουν να ταΐσουν το βρέφος. Επειδή, όμως, κατά τη διάρκεια του ύπνου μειώνεται η ποσότητα του σάλιου του στόματος, το γάλα - είτε περιέχει ζάχαρη είτε όχι - παραμένει πάνω στα δόντια, δρώντας επί μακρόν ως τερηδονογόνος παράγοντας. Είναι δε τόσο καταστροφική αυτή η δράση του ώστε η συγκεκριμένη τερηδόνα έχει χαρακτηριστεί ως «σύνδρομο του μπιμπερό». Μπορεί να ξεκινήσει από ηλικία 12 μηνών και μέσα σε λίγους μήνες να καταστρέψει ολοσχερώς μπροστά και πίσω δόντια, προκαλώντας ισχυρό πονόδοντο στο βρέφος.

Τελειώνοντας, θα πρέπει να επισημάνουμε ότι η σωστή διατροφή είναι μεν σημαντικός παράγοντας για την αποφυγή τερηδονισμού των δοντιών αλλά όχι ο μοναδικός. Το καθημερινό βούρτσισμα των δοντιών δύο φορές την ημέρα με φθοριούχο οδοντόκρεμα, η καθημερινή χρήση φθοριούχων στοματοπλυμάτων, η ετήσια επίσκεψη στον οδοντίατρο, η αντιμετώπιση της ξηροστομίας, όπου υπάρχει, είναι επίσης σημαντικοί παράγοντες που μειώνουν τον κίνδυνο τερηδονικής προσβολής των δοντιών.

Ο σεφ μας προτείνει

Τα δικά μας φαγητά

Σουπιές με μπουρανί

Για όσους δεν γνωρίζουν, το μπουρανί αποτελείται από πολλά και διαφορετικά αρωματικά χόρτα που τα χρησιμοποιούμε για να φτιάχνουμε και χορτόπιτες.

Τα χόρτα αυτά, που βρίσκονται στις εξοχές γύρω από το Πολιχνίτο μας, είναι οι παπαρούνες (κουτσνάδες, όπως τις λέμε εμείς στη ντοπιολαλιά), οι αγριομολόχες, τα λάπατα, οι καυκαλίθρες, οι καψιούθροι, της πέρκας τα ποδήματα και οι μεριλήθρες .

ΥΛΙΚΑ :

1 κιλό σουπιές καθαρισμένες και κομμένες σε μικρά κομμάτια
1 ½ - 2 κιλά μπουρανί πλυμένο & κομμένο
1- 2 κούπες του τσαγιού ελαιόλαδο (κατά προτίμηση)
2 μεγάλα ξερά κρεμμύδια κομμένα σε κύβους
1 ½ κούπα του τσαγιού σπιτική τομάτα σάλτσα ή τυποποιημένη
Αλάτι και πιπέρι

ΕΚΤΕΛΕΣΗ:

Τοποθετούμε τις σουπιές σε ανοιχτή κατσαρόλα μαζί με τα κρεμμύδια να αχνιστούν και να απορροφήσουν τα υγρά τους. Στη συνέχεια τις σβήνουμε με ξύδι και προσθέτουμε νερό μέχρι να τις σκεπάσουμε. Βράζουμε σε μέτρια φωτιά έως ότου μαλακώσουν και να μπορούν να τρώγονται (αν χρειαστεί άλλο νερό προσθέτουμε).

Μετά βάζουμε τα χόρτα και συνεχίζουμε το μαγείρεμα (εάν τα χόρτα μας δεν είναι πολύ τρυφερά τα βάζουμε πιο νωρίς). Κατόπιν ρίχνουμε τη τομάτα , το ελαιόλαδο, το αλάτι, το πιπέρι και σιγοβράζουμε μέχρι να δέσει η σάλτσα.

Επιμένουμε λίγο παραπάνω σε πολύ χαμηλή φωτιά γιατί αυτά τα χόρτα βγάζουν αρκετό νερό και πρέπει να απορροφηθούν.

Ένα επίσης ιδιαίτερα αγαπημένο φαγητό της Πολιχνιάτικης οικογένειας είναι το

Χταπόδι με πράσα

Τα υλικά μας είναι :

1 κιλό χταπόδι πλυμένο και κομμένο
1-2 κιλά πράσα κομμένα σε ροδέλες
1 ½ κούπα του τσαγιού τομάτα σπιτική ή τυποποιημένη
1-2 κούπες του τσαγιού ελαιόλαδο(κατά προτίμηση)
½ φλιτζάνι του καφέ ξύδι
Αλάτι και πιπέρι

ΕΚΤΕΛΕΣΗ:

Τοποθετούμε το χταπόδι στη κατσαρόλα σε μέτρια φωτιά έως ότου απορροφήσει τα υγρά του και το σβήνουμε με ξύδι. Στη συνέχεια προσθέτουμε νερό μέχρι να το σκεπάσει και βράζουμε μέχρι να μαλακώσει. Ρίχνουμε τα πράσα και συνεχίζουμε το μαγείρεμα μέχρι να μαλακώσουν. Έπειτα προσθέτουμε τη τομάτα, το ελαιόλαδο, το αλάτι, το πιπέρι και σιγοβράζουμε έως ότου δέσει η σάλτσα του φαγητού.

Γίνεται ένα πολύ νόστιμο και ιδιαίτερο φαγητό για όλη την οικογένεια.

Επειδή το πράσο κρατάει εσωτερικά των φύλλων του χώμα, το κόβουμε και το τοποθετούμε σε μπόλικο νερό για φουσκώσει και να απομακρυνθεί αυτό.

Η παραπάνω συνταγή υπόκειται σε πνευματικά δικαιώματα.

ΚΑΛΗ ΣΑΣ ΟΡΕΞΗ
-ΚΑΛΗ ΕΠΙΤΥΧΙΑ!

ΚΑΤΡΑΚΑΖΑΣ ΧΑΡΙΛΑΟΣ
EXECUTIVE CHEF
SUNDAYS CATERING

Διόρθωση: Στην προηγούμενη συνταγή για τον μπελτέ κυδώνι, έγινε τυπογραφικό λάθος και αντί χρωματιστεί είναι **χωματιστεί**:

..» Σε ένα μικρό πάνινο σακουλάκι τοποθετούσανε το άσπρο χώμα που μάζευαν από κατάλληλο μέρος και το κρεμούσαν στο καζάνι κατά τη διάρκεια του βρασίματος για να βγάλει το υλικό του, ***«να χωματιστεί το βράσμα»****, όπως έλεγαν, για να δέσει να γλυκάνει...»*

ΜΑΚΡΟΠΟΥΛΟΣ ΙΩΑΝΝΗΣ
Ενοικιάζονται γκαρσονιέρες επιπλωμένες με όλες τις ανέσεις και τηλέφωνο
Πάνω στο κύμα στη Σκάλα Πολιχνίτου.
Περιβάλλον οικογενειακό
Για τους συγχωριανούς ειδικές τιμές
Τηλ.:(22520) 41061 - 42365

ΧΑΡΗΣ ΚΑΡΝΑΣ
Πολιτικός Μηχανικός Ε.Μ.Π.
ΜΕΛΕΤΕΣ • ΕΠΙΒΛΕΨΕΙΣ
• ΟΙΚΟΔΟΜΙΚΕΣ ΑΔΕΙΕΣ
ΜΥΤΙΛΗΝΗ • ΤΗΛ: 2251041409

Ιδιαίτερα μαθήματα
Η Ψαράκη Αγγελική, πτυχιούχος του Αμερικανικού Κολλεγίου (Marketing) και καθηγήτρια Ισπανικών, παραδίδει ιδιαίτερα κατ' οίκον.
Τηλέφωνο: 6979 154685

Μαρία Κοπελιά - Τσολάκη
Ειδική Παθολόγος
Υπ. Διδάκτωρ Ιατρ. Σχολής Παν. Αθηνών
Παθολόγος Γ' Παθολ. Κλιν. Νοσ. ΥΓΕΙΑ
ΝΟΣ. ΥΓΕΙΑ: ΕΡΥΘΡΟΥ ΣΤΑΥΡΟΥ 4, ΜΑΡΟΥΣΙ
ΤΗΛ. 210 6867119 Κιν.: 6937 574793

ΚΩΦΟΠΟΥΛΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ
ΣΥΜΒΟΛΑΙΟΓΡΑΦΟΣ ΑΘΗΝΩΝ
ΣΟΛΩΝΟΣ 25 - ΑΘΗΝΑ
ΤΗΛ.: 210 3625596 - 210 3623798

ΠΩΛΟΥΝΤΑΙ
• Παραθαλάσσιο οικόπεδο 550 τ.μ εντός σχεδίου άρτιο και οικοδομήσιμο. Απόσταση από τη θάλασσα 200 μ, στη Νυφίδα Πολιχνίτου.
• Αγροτεμάχιο 3,5 στρέμματα με ελιές. Απόσταση 5 χιλιόμετρα από τη θάλασσα, στα Δροκοπιά Πολιχνίτου . Τηλ.210-9525458 κιν.6939160425 κ. Σαπφώ Σπυρέλλη Περικλέους 43 Καλλιθέα Τ.Κ.17673

ΜΕΘΥΜΝΑΙΟΣ
Κρασί της Χρονιάς 2008 στα Ηνωμένα Έθνη
- **Τόσο ο ερυθρός, όσο και ο λευκός "blanc de noirs" Μεθυμναίος παράγονται από την αρχαία ερυθρά ποικιλία σταφυλιού της Λέσβου «Χυδηριώτικο».**
- **Οι αμπελώνες και το οινοποιείο βρίσκονται μέσα στον κρατήρα του ηφαιστείου που δημιούργησε το Απολιθωμένο Δάσος της Λέσβου, με αποτέλεσμα το παραγόμενο κρασί να έχει έντονα ορυκτώδη χαρακτήρα.**
- **Φανατικά βιολογικό κρασί, με ελάχιστα θειώδη**
- **Μοναδική, καθαρή γεύση και χρώμα**

ΚΕΝΤΡΙΚΗ ΔΙΑΘΕΣΗ
Λιανική και Χονδρική Πώληση: Μεθυμναίος Οίνος, Αχιλλέως 8 & Μουσών, 175 62 Π. Φάληρο, Τηλ.: 2109884284, Fax: 2109884424, Δευτέρα ως Παρασκευή: 3:00 μ.μ. - 8:00 μ.μ., Σάββατο: 10:00 π.μ. – 3:00 μ.μ.
Λιανική Πώληση: Ευθυμιάδης, Κυδαθηναίων 29, 105 58 Πλάκα, Τηλ.: 2103229339, Δευτέρα ως Σάββατο: 8:30 π.μ. - 11:00 μ.μ.
Επισκέψιμο Οινοποιείο: 811 03 Χιόνηρα Λέσβου, Τηλ.: 2253051518, Fax: 2253051642
Περίοδος Επισκεψιμότητας: 1η Αυγούστου - 30 Σεπτεμβρίου: 10:00 π.μ. - 4:00 μ.μ. Κλειστό Κυριακές και 15 Αυγούστου, 1η Οκτωβρίου - 31 Ιουλίου: με ραντεβού
www.methymneos.gr • info@methymneos.gr

ΓΡΑΦΕΙΟ ΤΕΛΕΤΩΝ
ΚΩΣΤΑΣ Σ. ΤΑΞΕΙΔΗΣ
Πολιχνίτος Λέσβου
Εξυπηρέτηση καθ' όλο το 24ωρο
Τηλ Γραφείου. : 22520 42002
Αθηνών: 210 9768835
Κιν. 6944 330572, 6948 530118

ΣΥΝΕΡΓΕΙΟ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΥ ΚΤΙΡΙΩΝ - ΓΡΑΦΕΙΩΝ & ΚΟΙΝΟΧΡΗΣΤΩΝ ΧΩΡΩΝ
Χρήστος Φράγκος
ΤΗΛ. 210 577 43 63
Κιν.: 6948 538 615, 6940 115483

Παλαιολόγος Π. Παλαιολόγος
ΔΙΚΗΓΟΡΟΣ
ΚΑΝΙΓΓΟΣ 10, 7ος όροφος, Αθήνα
Τηλ/fax: 210 3813828
Κιν. 6936 630243
e-mail: paleo_paleo@yahoo.gr

ΣΤΡΑΤΟΣ Π. ΠΟΥΜΠΡΟΣ D.D.S. M.S.
Ειδικός Ορθοδοντικός
Ειδικευμένος στο Πανεπιστήμιο της Καλιφόρνια, (UCLA) ΗΠΑ
ΔΕΧΕΤΑΙ ΜΕ ΡΑΝΤΕΒΟΥ
Πολυτεχνείου 32, 141 22 Ν. Ηράκλειο
Τηλ.: 210 28 41 582

Η ασφάλεια στη ζωή μας

Γιατί να νοιώθουμε ασφαλείς; Η ίδια η ζωή είναι απρόβλεπτη και ανασφαλής. Μόνοι οι νεκροί νοιώθουν ασφάλεια, αν νοιώθουν κι αυτοί κάτι. Ένα είναι το σίγουρο, ο θάνατος. Μετά απ' αυτόν δεν υπάρχει τίποτα, καμιά εξέλιξη. Καμιά πρόοδος, καμία αλλαγή.

Έτσι λοιπόν, γιατί να περιμένουμε να νοιώσουμε ασφαλείς από μια σχέση, από μια δουλειά, από τον εαυτό μας; Συνέχεια η επιτυχώς απρόβλεπτη ζωή μας, μας δημιουργεί νέους ορίζοντες να δράσουμε και να εκπληρώσουμε τις επιθυμίες μας.

Φανταστείτε μια σχέση όπου ο καθένας θα ήταν προβλέψιμος. Πολύ βαρετό κι ανιαρό. Δεν θα υπήρχε εξέλιξη και βελτίωση της προσωπικότητας κανενός. Τα εμπόδια υπάρχουν για να βρίσκουμε λύσεις και να γινόμαστε καλύτεροι. Η ασφάλεια η συναισθηματική προέρχεται μόνο από την εμπιστοσύνη που έχουμε στον εαυτό μας. Μόνο έτσι νοιώθουμε ότι ζούμε σύμφωνα με τα πιστεύω μας και μ' αυτά που μας λέει η ψυχή μας.

Να πω τώρα για επαγγελματική ασφάλεια; Πού ζούμε; Σ' έναν κόσμο όπου υπάρχει αξιοκρατία, αξιοπρέπεια και σεβασμός; Όχι, δυστυχώς. Συνέχεια προσπαθούμε να σπουδάσουμε, να βρούμε δουλειά, να έχουμε χρήματα, να αποκτήσουμε μια θέση προϊσταμένου διευθυντή γιατί σπουδάσαμε. Όμως μένουμε υπάλληλοι, μας μειώνουν τους μισθούς μας, μας απειλούν πως θα μας απολύσουν.

Για σκεφτείτε να δουλεύατε κάπου και να σας λέγανε ότι έτσι θα είναι τα πράγματα σε όλη τη ζωή σας. Μ' αυτήν την δεδομένη κατάσταση, την ασφαλή κατάσταση, λοιπόν, θα ήταν καλύτερα;

Η ανασφάλεια, μας γεννά αγώνα και αγάπη για τη ζωή μας. Ολα αλλάζουν και ευτυχώς που εμείς μόνο είμαστε υπεύθυνοι να προσαρμοστούμε στα νέα δεδομένα. Το κλειδί της διατήρησης της ζωής είναι η προσαρμοστικότητα. Μόνο αυτοί οι οργανισμοί επιβιώνουν, αυτοί που μπορούν να ζήσουν στα νέα γεγονότα, στην ανασφάλεια.

Στη Γαλλία, οι γονείς μαθαίνουν τα παιδιά τους να ζουν στον κίνδυνο, μαθαίνοντάς τα να κάνουν αναρρίχηση. Αναρρίχηση σημαίνει να σκαρφαλώνεις πιο ψηλά, να φτάνεις ως την κορυφή του λόφου ή του βουνού. Μαθαίνουν να ζουν στην ανασφάλεια και η μόνη ασφάλεια που νοιώθουν είναι το σκοινί που είναι δεμένοι αυτοί με κάποιον κάτω, στην αρχή του βουνού.

Στην Ελλάδα φοβόμαστε να αφήσουμε τα παιδιά μας να παίξουν, να χτυπήσουν, να ορειβατήσουν, πόσο μάλλον να κάνουν αναρρίχηση. Από κει ξεκινάνε όλα. Καλύτερα να μάθουν από μικροί ότι η μόνη ασφάλεια που πρέπει να νοιώθουμε είναι η επαφή με τον εαυτό μας. Να κάνουμε μόνο αυτά που θέλει η ψυχή μας και να εκφράσουμε ό,τι καλλιτεχνικό μάς έχει δώσει η φύση.

Ασφαλίζουμε, λοιπόν, αυτοκίνητα, σπίτια, την υγεία μας, τα ζώα μας, τα πόδια μας, τα μάτια μας, πίνακες ζωγραφικής, τα πάντα αφού τα θεωρούμε σημαντικά. Ασφάλεια ψυχής, όμως, δεν κάνει καμία ασφαλιστική εταιρεία. Η ψυχή δεν ασφαλίζεται, τα συναισθήματα είναι ανασφάλιστα. Η ζωή είναι ανασφάλιστη, ευτυχώς.

ΜΕΡΟΠΗ ΠΑΛΑΙΟΛΟΓΟΥ

Παιδιά με αυτισμό

Κουκούλα Χρυσούλα
Φιλόλογος- Ειδικός παιδαγωγός

Ο όρος αυτισμός προέρχεται από την λέξη εαυτός που σημαίνει «κλεισμένος στον εαυτό του». Είναι μια διάχυτη αναπτυξιακή διαταραχή, η οποία χαρακτηρίζεται από περιορισμένη, επαναλαμβανόμενη και στερεοτυπική συμπεριφορά. Χαρακτηρίζεται παγκόσμια ως ένα φάσμα διαταραχών που οφείλεται στον τρόπο με τον οποίο αναπτύσσεται και λειτουργεί το νευρικό σύστημα.

Θεωρείται η σοβαρότερη μορφή των διαταραχών επικοινωνίας, που αποκλείει το παιδί από το περιβάλλον του και το καθιστά «κωφό» και «τυφλό» στα γύρω του ερεθίσματα. Πολλοί είναι οι επιστήμονες που παρομοιάζουν τα άτομα με αυτισμό με τα στρείδια.

Τα στατιστικά στοιχεία σε Αμερική και Μεγάλη Βρετανία αποδεικνύουν ότι 1 στα 110 παιδιά (3 έως 17 ετών) παρουσιάζει στοιχεία αυτισμού. Σύμφωνα με επιδημιολογικές μελέτες στις 10 χιλιάδες γεννήσεις τα πενήντα παιδιά παρουσιάζουν στοιχεία αυτισμού. Με την αναλογία να βαρύνει με 4 αγόρια προς 1 κορίτσι.

Τα αίτια του αυτισμού είναι άγνωστα και οι έρευνες συνεχίζονται ακόμα. Δεν είναι μια συγκεκριμένη αιτία αλλά αλυσίδα αιτιών που θέτουν σε κίνδυνο το έμβρυο κατά τη διάρκεια της κύησης ή της ανάπτυξης. Τελευταίες έρευνες καταλήγουν σε λανθασμένες συνδέσεις στις συνάψεις του εγκεφάλου.

Ο αυτισμός μπορεί να διαγνωστεί σε πολύ μικρή ηλικία, πριν το παιδί κλείσει τους 30 μήνες. Ήταν άγνωστος ως τα μέσα του προηγούμενου αιώνα, ώσπου ξεκίνησε έρευνες ο Αυστριακός ψυχίατρος Leo Kanner. Τα συμπτώματα εμφανίζονται από τους πρώτες κιόλας μήνες του νεογέννητου. Τα πλέον ενδεικτικά είναι η μη ανταπόδοση στο χαμόγελο, η έλλειψη χειρονομιών, η πλήρης απουσία βλεμματικής επαφής, η απουσία αλληλεπίδρασης στους ήχους, η αργοπορημένη ομιλία ως και η άρνηση της αγκαλιάς από την ίδια του τη μητέρα.

Στη συνέχεια της ζωής του ατόμου συχνά παρουσιάζεται νοητική υστέρηση, πλήρης απουσία λόγου, επιθετική συμπεριφορά, έλλειψη κοινωνικής προσαρμογής, άρνηση της σωματικής επαφής, έντονη αντίδραση σε κάθε αλλαγή και «ανάρμοστη» ως προς τα κοινωνικά δεδομένα σεξουαλική δραστηριότητα. Σύνολο συμπεριφορών που οδηγούν στο κοινωνικό έλλειμμα του αυτιστικού ατόμου. Πρόκειται για ενήλικες που έχουν έντονα συναισθήματα αλλά δεν ξέρουν πώς να τα εκδηλώσουν.

Η θεραπεία του αυτισμού είναι μια διαρκής προσπάθεια από την οικογένεια και το σχολικό περιβάλλον που θέλει υπομονή και επιμονή. Ουσιαστικά δεν υπάρχει θεραπεία αλλά μια σειρά μεθόδων για την εκπαίδευση των ατόμων με στόχο την κοινωνική τους προσαρμογή και αλληλεπίδραση.

Μέχρι πρότινος τα άτομα με αυτισμό ζούσαν έγκλειστα στα στενά όρια του σπιτιού ή ενός ιδρύματος, γεγονός που οδηγούσε στην απομόνωσή τους και τον πλήρη κοινωνικό αποκλεισμό. Πλέον εντάσσονται στο γενικό σχολείο, εκπαιδεύονται από ειδικούς παιδαγωγούς, λογοθεραπευτές και εργοθεραπευτές σε τυπικές διαδικασίες, συνυπάρχουν, αλληλεπιδρούν και μας δίνουν πολύτιμες πληροφορίες για την ξεχωριστή προσωπικότητά τους.

Για την ταινία του Αλέκου Σακελάριου «Θανασάκης ο πολιτευόμενος»

Θέλω βάση αυτής της κριτικής να κεντρίσω το ενδιαφέρον του αναγνώστη ώστε να επανεξετάσει όλες τις «γλυκές» αναμνήσεις του παρελθόντος και να μπορέσει να αφουγκραστεί τον απόηχό τους σήμερα στην καθημερινότητά του. Η αξιολόγηση και ο επαναπροσδιορισμός παλαιότερων σκέψεων και συνηθειών είναι βασικό χαρακτηριστικό όλων των ανθρώπων που ενδιαφέρονται για την καλυτέρευση του εαυτού τους και της κοινωνίας στην οποία ζουν. Παρατηρούμε πως η μουσική που ακούγαμε, οι ταινίες που βλέπαμε, τα παιχνίδια που παίζαμε, που τότε μας ενέτασσαν σε μια ομάδα, σήμερα επηρεάζουν τον τρόπο σκέψης μας.

Ενδεικτικά επέλεξα να ασχοληθώ με μια ταινία του 1954, που απευθύνεται στους Έλληνες της μεταπολεμικής περιόδου, «ο Θανασάκης ο πολιτευόμενος». Ο Θανασάκης στην εν λόγω ταινία, που απεικονίζει τη νέα άποψη για τη διακυβέρνηση της χώρας, προβάλλεται ως φανφάρας κι ως τέτοιος χλευάζεται από κάθε συστημικά «σωστό» εργαζόμενο. Για να γίνει πιο ξεκάθαρος αυτός ο διαχωρισμός προβάλλεται έντονα η αντιδιαστολή του με τον αδερφό της γυναίκας του. Ο ίδιος με την αλαζονεία του για να προβάλει αυτό του το όραμα κατασπαταλά την περιουσία της γυναίκας του, την οποία ο αδερφός και ο πατέρας της με τόσο κόπο, εργαζόμενοι με το «σωστό» τρόπο, κατόρθωσαν να δημιουργήσουν.

Ακόμα υποτιμώντας με το υπεροπτικό του ύφος τον απλό, όπως ο ίδιος λέει, λαό, στον οποίο εμπεριέχονται οι ψηφοφόροι του, καθώς και οι άνθρωποι από τους οποίους προέρχονται τα χρήματα για την προεκλογική καμπάνια του, γίνεται ακόμη πιο αντιπαθής. Ο Θανασάκης διασύρεται μέχρι το τέλος της ταινίας, όπου τελικά υποκύπτει και εργάζεται κι αυτός με τον κοινωνικά «σωστό» τρόπο, δικαιώνοντας έτσι τον γαμπρό και τη σεμνή του νύφη.

Ο θεατής με τη σειρά του, αφού έχει πλήρως υποταχθεί η νέα ιδέα στα μάτια του, είναι πλέον έτοιμος να γυρίσει στις δικές του ιδέες που σε τίποτε δε θα ήθελε να μοιάζουν με του Θανασάκη.

Σπύρος Πολυχρονόπουλος, Σεπτέμβιος 2011

Τί είναι για μένα το ζεϊμπέκικο

Αρθρο του Ε. Καμπισιούλη (γιός της συγχωριανή μας Κατερίνας Βγενά) από το ηλεκτρονικό περιοδικό "Οι Πειραματισμοί" των μαθητών του Πειραματικού Λυκείου Αγίων Αναργύρων.

Το κείμενο αυτό αποτελεί τις προσωπικές μου απόψεις σχετικά με το ζεϊμπέκικο με τις οποίες ο καθένας μπορεί να συμφωνήσει ή να διαφωνήσει. Σε καμία περίπτωση το παρόν κείμενο ΔΕΝ αποτελεί πηγή πληροφόρησης για την ιστορία και τον χαρακτήρα του χορού αυτού.

Το ζεϊμπέκικο είναι χορός ιερατικός με οδύνη, εσωτερική ένταση και αποτελεί τη σωματική έκφραση της ήττας, την απελπισία της ζωής, το ανεκπλήρωτο όνειρο.

Το ζεϊμπέκικο δεν είναι γυναικείος χορός, διότι απαγορεύεται σε γυναίκα να εκδηλώσει καημούς ενώπιον τρίτων• είναι προσβολή γι' αυτόν που τη συνοδεύει. Βέβαια εξαιρούνται οι γυναίκες μεγάλης ηλικίας που μπορεί να έχουν προσωπικά βάσανα: χηρεία ή πένθος για παιδιά.

Ο χορευτής πρέπει πρώτα, να φτιάξει κεφάλι με ποτά και όργανα, για να ανέβουν στην επιφάνεια οι καημοί του. Η περιγραφή της προετοιμασίας είναι σαφής: «Παίξε, Χρήστο, το μπουζούκι, ρίξε μια γλυκιά πενιά, σαν γεμίσω το κεφάλι, γύρνα το στη ζεϊμπεκιά.»

Ο χορευτής βρίσκεται σε κατάνυξη και συμπάσχει με τον στίχο ο οποίος εκφράζει την προσωπικότητά του, γι' αυτό και επιλέγει ο ίδιος το τραγούδι που θα χορέψει και αυτοσχεδιάζει σε πολύ μικρό χώρο ταπεινά και με αξιοπρέπεια.

Ο χορευτής δεν επικοινωνεί με το περιβάλλον. Περιστρέφεται γύρω από τον εαυτό του, τον οποίο τοποθετεί στο κέντρο του κόσμου. Πότε μ' ανοιχτά τα μπράτσα μετενσαρκώνεται σε αϊτό που επιπίπτει κατά παντός υπεύθυνου για τα πάθη του και πότε σκύβει τσακισμένος σε ικεσία προς τη μοίρα και το θείο. Το ζεϊμπέκικο είναι χορός μοναχικός και γι αυτό δεν χρειάζεται να αποθεώνεται ο χορευτής από τους άλλους την ώρα του χορού του, καθώς τα βάσανα και οι καημοί του δεν πρέπει να χειροκροτούνται. Το πιο σωστό είναι να περιμένουν τον χορευτή να τελειώσει και να τον κεράσουν. Να πιούνε στην υγειά του για να του γιάνει ο καημός που τον έκανε να χορέψει.

Όταν η αδικία, ο έρωτας και ο πόνος χαθούν από τη ζωή ή όταν βρεθεί ένας άλλος τρόπος με τον οποίο οι άντρες θα μπορούν να εκφράζουν τα αισθήματά τους με τόση λεβεντιά και αξιοπρέπεια, τότε μόνο θα χαθεί το ζεϊμπέκικο.

Ε. Καμπισιούλης
periodikopeiramatismoi.blogspot.com

Να θυμάσαι....

Μπορείς να αγοράσεις ένα σπίτι,
... αλλά όχι την εστία.
Μπορείς να αγοράσεις ένα κρεβάτι,
... αλλά όχι τον ύπνο.
Μπορείς να αγοράσεις ένα ρολόι,
... αλλά όχι το χρόνο.
Μπορείς να αγοράσεις ένα βιβλίο,
... αλλά όχι την γνώση.
Μπορείς να αγοράσεις μια θέση,
... αλλά όχι το σεβασμό.
Μπορείς να αγοράσεις τον γιατρό,
... αλλά όχι την υγεία.
Μπορείς να αγοράσεις την ψυχή,
... αλλά όχι την ζωή.
Μπορείς να αγοράσεις το σεξ,
... αλλά όχι την αγάπη.

[Επιμέλεια: Κατερίνα Παλαιολόγου-Νικέλλη]

ΑΝ...

Αν ένα παιδί ζει μέσα στην κριτική:
Μαθαίνει να κατακρίνει.
Αν ένα παιδί ζει μέσα στην έχθρα:
Μαθαίνει να καυγαδίζει.
Αν ένα παιδί ζει μέσα στην ειρωνεία:
Μαθαίνει να είναι ντροπαλό.
Αν ένα παιδί ζει μέσα στην ντροπή:
Μαθαίνει να είναι ένοχο.
Αν ένα παιδί ζει μέσα στην κατανόηση:
Μαθαίνει να είναι υπομονετικό.
Αν ένα παιδί ζει μέσα στον έπαινο:
Μαθαίνει να εκτιμά.
Αν ένα παιδί ζει μέσα στη δικαιοσύνη:
Μαθαίνει να είναι δίκαιο.
Αν ένα παιδί ζει μέσα στην ασφάλεια:
Μαθαίνει να πιστεύει.
Αν ένα παιδί ζει μέσα στην επιδοκιμασία:
Μαθαίνει να έχει αυτοεκτίμηση.
Αν ένα παιδί ζει μέσα στην παραδοχή και φιλία:
Μαθαίνει να βρίσκει την αγάπη μέσα στον κόσμο.

R. RUSSEL

Υ.Γ. Αφιερωμένο με πολλή αγάπη στις καινούργιες μανούλες -στη μαμά του Φίλιππα, της Μυρτώς, του Γιάννη, της Αγγελικούλας- και τόσες άλλες που δεν γνωρίζω τα «αστεράκια» τους, γιατί: «η απόφαση να κάνεις παιδί είναι βαρυσήμαντη. Αποφασίζεις ότι θα αφήσεις την καρδιά σου να κυκλοφορεί έξω από το σώμα σου για πάντα!».

Κατερίνα Παλαιολόγου-Νικέλλη

ΠΩΛΕΙΤΑΙ
Πωλείται αγρόκτημα 2,5 στρεμμάτων με πηγάδι, στη θέση Αρά στη Σκάλα Πολιχνίτου. Πληροφορίες: Μάγρας Ιωάννης, 6973 604823. 210 2718550, /2779360 / 5286376-7.

ΓΙΩΡΓΟΣ Π. ΚΟΥΣΚΟΣ
ΕΙΔΙΚΟΣ ΚΑΡΔΙΟΛΟΓΟΣ
ΕΓΧΡΩΜΟ TRIPLEX ΚΑΡΔΙΑΣ
HOLTER ΡΥΘΜΟΥ ΚΑΙ ΑΡΤΗΡ.ΠΙΕΣΗΣ
ΤΕΣΤ ΚΟΠΩΣΗΣ ΣΕ ΚΥΛΙΟΜΕΝΟ ΤΑΠΗΤΑ
ΕΛΕΓΧΟΣ ΜΟΝΙΜΩΝ ΒΗΜΑΤΟΔΟΤΩΝ
ΚΑΒΕΤΣΟΥ 44 (ΗΜΙΟΡΟΦΟΣ) ΜΥΤΙΛΗΝΗ
ΤΗΛ.22510-47447.ΚΙΝ.693-2580123

ΓΑΛΑΚΤΟΚΟΜΙΚΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ
ΓΙΩΡΓΟΣ Γ. ΖΟΥΡΟΣ
«Η ΑΓΝΟΤΗΣ»
Πολιχνίτος Λέσβου
Τηλ. 22520 41078, 42060
κιν. 6978 746980

ΞΥΛΟ & ΤΕΧΝΗ
ΚΟΥΣΚΟΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ & Υιός
ΕΠΙΠΛΑ ΚΟΥΖΙΝΑΣ • ΕΠΙΠΛΑ ΜΠΑΝΙΟΥ • ΝΤΟΥΛΑΠΕΣ • ΠΟΡΤΕΣ • ΠΑΡΑΘΥΡΑ • ΕΙΔΙΚΕΣ ΚΑΤΑΣΚΕΥΕΣ • ΕΠΕΝΔΥΣΕΙΣ
Σουλίου 16 Αγ. Δημήτριος, 17342 Αθήνα
• Τηλ. 210 9756231, 210 9757428
Fax: 210 9731220, κιν. 6945 8559896

ΚΕΝΤΡΟ ΑΚΤΙΝΟΔΙΑΓΝΩΣΤΙΚΗΣ & ΥΠΕΡΗΧΩΝ
Γ. Βουμβάκης - Π. Χαχάλης
(8 - 12 π.μ. - 5 - 8.30 μ.μ.)
Π. Τσαλδάρη 19 & Καλαμών 1 • Περιστέρι
Τηλ.: 210 57-55-444

ΟΛΓΑ Π. ΦΩΤΑ
ΔΙΚΗΓΟΡΟΣ
ΝΙΚ. ΠΛΑΣΤΗΡΑ 13, ΒΟΥΛΑ
ΤΗΛ. 210 8959811Κιν.: 6937 636943
e-mail: olgaf_7@hotmail.com

ΠΗΝΕΛΟΠΗ ΣΑΡΙΖΟΓΛΟΥ
ΤΕΛΕΙΟΦΟΙΤΗ ΓΑΛΛΙΚΗΣ ΦΙΛΟΛΟΓΙΑΣ
ΠΑΝ/ΜΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ
ΠΑΡΑΔΙΔΕΙ ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΓΑΛΛΙΚΩΝ ΣΕ ΟΛΑ ΤΑ ΕΠΙΠΕΔΑ Α1, Α2, Β1, Β2, Sorbone C1, Sorbone C2
Τηλ. 6948 042772

οι δικοί μας άνθρωποι

Επιμέλεια: Κατερίνα Παττακού - Πολυχρονοπούλου

Ευάγγελος Γραγουδάς

καθηγητής στην Ιατρική Σχολή του Πανεπιστημίου Χάρβαρντ

Λόγω απουσίας του κου Γραγουδά στην Αμερική, αλλά και λόγω της έντονης παρουσίας του στον επιστημονικό του χώρο, αποφασίσαμε να αναδημοσιεύσουμε τη συνέντευξή του αυτή. Είναι σπουδαίο όταν καταφέρνουν οι άνθρωποι να είναι παρόντες με το έργο τους, είναι σπουδαίο να μιλάμε για τεχνική Γραγουδά, είναι σπουδαίο να υπάρχει η προτομή σου στο πανεπιστήμιο Χάρβαρντ ενώ είσαι εν ζωή, είναι σπουδαίο μέσα από το διάβασμα να έχεις ξεπεράσει τους φόβους σου, είναι σπουδαίο να καθιερωθείς μέσα από σκληρή δουλειά, είναι σπουδαίο να δίνεις ένα μάθημα στον σημερινό έλληνα πως υπάρχουν αξίες, πως μπορούμε, πως αν ψάξουμε πέρα από τη μιζέρια της τηλεόρασης θα ανακαλύψουμε ανθρώπους που αγωνίζονται πέρα από τα «πρωινάδικα», πέρα από το ξέρεις ποιος είμαι εγώ; ξέρεις ποιον ξέρω εγώ; ο υπουργός είναι κολλητός μου...

Μας είπε πως μία είναι η συνταγή επιτυχίας και προόδου, διάβασμα - δουλειά, διάβασμα -δουλειά, διάβασμα - δουλειά... Είναι χαρά και τιμή για την περιοχή μας, το νησί μας, την Ελλάδα, η παρουσία του έστω και για διακοπές στα όμορφα Βατερά. Εδώ έφτιαξε το χώρο του, εδώ θα μπορεί να διαβάζει, να διασκεδάζει,(γιατί χορεύει ωραίο ζεμπέκικο), να μετέχει στη μυσταγωγία της ενέργειας, που μόνο με τη γη που τον έθρεψε, μπορεί να έχει. Είναι μοναδική η μυρωδιά, από το χώμα της δικής σου γης ... και αυτό φαίνεται πως το γνωρίζει καλά ο κος Γραγουδάς.

Κε Γραγουδά, σε περιμένουμε αυτό το καλοκαίρι στο δικό σου σπίτι φτιαγμένο με δουλειά, σε μία χώρα ευκαιριών και εσύ τις άδραξες!!!

Κατερίνα

«Μάγος» της Οφθαλμολογίας από τη Βρίσα

Μπορεί να μην έρχεται συχνά στο νησί που τον γέννησε, το όνομά του όμως έχει συνδεθεί με την επιστήμη της Οφθαλμολογίας σε παγκόσμιο επίπεδο. Ο Ευάγγελος Γραγουδάς, με καταγωγή από τη Βρίσα, καθηγητής στην Ιατρική Σχολή του Πανεπιστημίου Χάρβαρντ, είναι η μεγάλη μορφή του κλάδου του των τελευταίων 50 ετών. Σε πρόσφατο αφιέρωμα που του έκανε το περιοδικό «g/k» της εφημερίδας «Καθημερινή», τον χαρακτηρίζει -εκτός άλλων- «μέντορα και ερευνητή, δεξιοτέχνη της μικροχειρουργικής, ένα ζωντανό θρύλο της επιστήμης του». Και αυτό δεν είναι τυχαίο, αφού με την έρευνά του έχει συμβάλει στην ανάπτυξη νέων μεθόδων και θεραπειών στην Οφθαλμολογία.

Μαθητής του Γυμνασίου Πολιχνίτου, ο Ευάγγελος Γραγουδάς κατέκτησε μια θέση στο Βαρβάκειο Γυμνάσιο και στη συνέχεια πέρασε τρίτος, στο Τμήμα Ιατρικής του Πανεπιστημίου Αθηνών. Όπως ο ίδιος αναφέρει στο αφιέρωμα του «g/k», είχε από μικρός μανία με το διάβασμα. «**Τη βιβλιοθήκη του χωριού την είχα διαβάσει όλη!**», λέει. «**Οπότε, διαβάζοντας σελίδες δημιουργούνται όνειρα, επιθυμίες για να γνωρίσεις τον κόσμο.**»

Όσο ήταν φοιτητής, ελλείψει συγγράμματος Οφθαλμολογίας, ο ίδιος και ένας φίλος του αποφάσισαν να τυπώσουν ένα μικρό εγχειρίδιο Οφθαλμολογίας για τους συμφοιτητές τους. Ανέτρεξαν σε αγγλική βιβλιογραφία και βάσει σημειώσεων έγραψαν το εγχειρίδιο. Το ότι η Οφθαλμιατρική συνδύαζε και διάγνωση και χειρουργική, ήταν κάτι που τον ενθουσίασε.

Το 1968 έφυγε στην Αμερική. Αριστεύοντας στο Πανεπιστήμιο της Βοστόνης, οδηγήθηκε στη συνέχεια στην Ιατρική Σχολή του Πανεπιστημίου του Χάρβαρντ. Ο ίδιος αναφέρει χαρακτηριστικά για την Αμερική: «**Όταν πρωτοήρθα στην Αθήνα, μου φάνηκε μεγάλη η πόλη, όταν πήγα στη Βοστόνη και μπήκα στο Χάρβαρντ, ένιωσα ότι ο ορίζοντας της ζωής μου άλλαξε. Η Ιθάκη του Καβάφη... και, όπως εκείνος το λέει, "ο δρόμος να 'ναι μακρινός..."**«

Η επιστημονική του συμβολή

Ο Ευάγγελος Γραγουδάς ήταν ο πρώτος που εφάρμοσε τη μέθοδο εκπομπής δέσμης πρωτονίων στα μάτια για τη θεραπεία ασθενών που έπασχαν από μελάνωμα και που, πριν από αυτό, έχαναν τα μάτια τους. Άρχισε το πειραματικό στάδιο της θεραπείας με πρωτόνια μόλις ολοκλήρωσε την εκπαίδευσή του στο Χάρβαρντ και το 1975 την εφάρμοσε, με απόλυτη επιτυχία, στον πρώτο ασθενή στον κόσμο. Σήμερα, η μέθοδος εφαρμόζεται σε 10 κέντρα παγκοσμίως, έχοντας δοκιμαστεί σε πάνω από 12.000 ασθενείς. Όπως ο ίδιος τονίζει, πριν από τη συγκεκριμένη θεραπεία η αφαίρεση των ματιών σε ασθενείς που έπασχαν από μελάνωμα έφτανε το 90%.

Για πολλά χρόνια ερευνά την οφθαλμολογική νεοαγγείωση της ωχράς κηλίδας (του κεντρικού μέρους του αμφιβληστροειδούς, υπεύθυνου για την όραση που αφορά τις λεπτομέρειες, όπως π.χ. στο διάβασμα). «**Το ποσοστό ανθρώπων που αφορά η ωχρά κηλίδα είναι πολύ μεγάλο και κάθε χρόνο αυξάνεται, καθώς η διάρκεια ζωής μεγαλώνει. Είναι πάθηση του αμφιβληστροειδούς, που έχει ως συνέπεια τη σταδιακή απώλεια κεντρικής οράσεως**», εξηγεί ο ίδιος στο δημοσίευμα του περιοδικού της «Καθημερινής».

Δεν είναι τυχαίο το ότι θεωρείται αυθεντία στη διάγνωση και τη διαχείριση της ηλικιακής εκφύλισης της ωχράς κηλίδας, με τη φωτοδυναμική θεραπεία (PDT), αλλά και την προηγμένη ενδοφθάλμια ένεση αντιαγγειακών ουσιών (αντι-VEGF). Μαζί με τους επιστήμονες Τζόαν Μίλερ του Χάρβαρντ και Άντονι Άνταμς του Πανεπιστημίου του Σικάγο έχουν την πατέντα της μεθόδου, τα πρώτα πειράματα της οποίας εφαρμόστηκαν σε πιθήκους.

«**Η έρευνα είναι μια σειρά από αποτυχίες και πότε-πότε γεννάται μια επιτυχία**», αναφέρει ο ίδιος στο αφιέρωμα. «**Έτσι όμως και κατορθώσεις να δεις κάτι που δοκίμασες πειραματικά να εφαρμόζεται κλινικά στους πρώτους ασθενείς και μετά να επιτυγχάνει σε χιλιάδες ανθρώπους, τότε, πιστέψτε με, δεν υπάρχει μεγαλύτερη ικανοποίηση! Αυτό το αίσθημα δε συγκρίνεται με τίποτε άλλο στον κόσμο.**»

«Η Ιατρική είναι και τέχνη...»

Σήμερα, ο Ευάγγελος Γραγουδάς είναι καθηγητής στην Ιατρική Σχολή του Πανεπιστημίου Χάρβαρντ της Βοστόνης και διευθυντής του Τμήματος Αμφιβληστροειδούς στο Massachusetts Eye and Ear Infirmary, το Οφθαλμολογικό Κέντρο του Πανεπιστημίου του Χάρβαρντ. Από το 1984 και για αρκετά χρόνια υπήρξε πρόεδρος του Τμήματος Οφθαλμολογίας του ίδιου Πανεπιστημίου.

Για τη συμβολή του στην Οφθαλμολογία σε διεθνές επίπεδο τιμήθηκε και με το βραβείο «Mildred Weisenfeld 2006». Στο αμφιθέατρο του Massachusetts Eye and Ear Infirmary έχει αναρτηθεί, μεταξύ άλλων σημαντικών ερευνητών, και το πορτραίτο του. Στο προαύλιο υπάρχει η προτομή του. Πέρα από αυτό, το Πανεπιστήμιο Χάρβαρντ έχει ιδρύσει την έδρα «Gragoudas Chair», που θα λειτουργεί από το τέλος του χρόνου χρηματοδοτούμενη με 3,5 εκατ. δολλάρια. Για τον ίδιο, όλα αυτά είναι μια μεγάλη ικανοποίηση και αναγνώριση.

Παρ' όλο που είναι πλέον 70 ετών, συνεχίζει να χειρουργεί. Το πρόγραμμά του, ιδιαίτερα βαρύ: τα πρωινά της Δευτέρας και της Τρίτης εξετάζει ασθενείς, τα απογεύματα έχει συσκέψεις για τις περιπτώσεις των ασθενών του, την Τρίτη και την Πέμπτη χειρουργεί, την Τετάρτη κάνει το σχεδιασμό με τους φυσικούς για τη θεραπεία πρωτονίων και τον υπόλοιπο χρόνο επιβλέπει την έρευνα του Εργαστηρίου του και διεκπεραιώνει τις διοικητικές υποχρεώσεις, κ.ο.κ..

Έχει εκπαιδεύσει πάνω από 100 συναδέλφους του, ενώ μια σειρά από εκπαιδευόμενους γιατρούς περιμένει να χειρουργήσει στο πλευρό του. «**Η Ιατρική δεν είναι μόνο επιστήμη, είναι και λίγο τέχνη. Έχει σημασία ο τρόπος με τον οποίο θα μιλήσει ένας γιατρός στον ασθενή του, το πώς θα τον χειριστεί, σύμφωνα με το επίπεδό του**», υποστηρίζει. «**Ένας επιστήμονας χειρουργός πρέπει να αναπτύξει μια ειδική προσωπικότητα», προσθέτει. «Το πώς θα τον εκπαιδεύσεις, το πώς θα αναδείξεις τα πλεονεκτήματά του, το πώς θα τον ενθαρρύνεις και το πώς τελικά θα φτιάξεις ένα χειρουργό, είναι μια τέχνη.**»

Στη Λέσβο δεν έρχεται συχνά, πρόκειται όμως να έρθει φέτος. Επιδιώκει ακόμη να διατηρεί επαφές με την Ελληνική Οφθαλμολογική Εταιρεία, ενώ έχει δημιουργήσει το διετές συνέδριο «Aegean Retina», για να φέρει σε επαφή τους Έλληνες οφθαλμιάτρους που ειδικεύονται στον αμφιβληστροειδή με μεγάλα ονόματα γιατρών του εξωτερικού.

Τι είναι σημαντικό για τον ίδιο; «**Να αγαπάς την οικογένειά σου, να αγαπάς την πατρίδα σου, να είσαι εντάξει με τον εαυτό σου και από τη δουλειά σου να παίρνεις ικανοποίηση**», αναφέρει στις σελίδες του περιοδικού. «**Διαβάζοντας φιλοσοφία σε νεαρή ηλικία, ξεπέρασα τους φόβους μου. Ξέρω ότι είμαι προσωρινός, ξέρω τι θέλω, ξέρω τι να κάνω με τον καλύτερο τρόπο και ξέρω ότι σε όλα υπάρχει ένα τέλος, κάποια στιγμή φεύγεις...**».

[ΕΜΠΡΟΣ, 6/7/2011]

Ευάγγελος Γραγουδάς *«Η Ελλάδα χρειάζεται ριζοσπαστική ανακαίνιση θεσμών»*

Η ελληνικότητα είναι αίσθημα ή συνείδηση;

Ολοι οι λαοί έχουν το αίσθημα και τη συνείδηση της ανωτερότητάς τους. Για μας, ο αρχαίος ελληνικός πολιτισμός έχει λειτουργήσει πολλές φορές ανασταλτικά. Θα πρέπει να δουλέψουμε, να παραγάγουμε τη «σημερινή Ελλάδα» και να μειώσουμε τις εθνικιστικές μας τάσεις. Το παρόν είναι σπουδαιότερο από το παρελθόν.

Τι πιο μικρό ελληνικό αγάπησα.

Το ελληνικό φως. Τον ελληνικό ουρανό. Την αμμουδιά των Βατερών και το ηλιοβασίλεμα στον Αγιο Φωκά Λέσβου.

Η υπέροχη εκδοχή του Ελληνα.

Εκείνος που δεν διστάζει να βγει στο εξωτερικό, να συναγωνιστεί και να επιτύχει ή να αποτύχει. Οι πρόγονοί μας ήταν πρωτοπόροι δημιουργοί, οι σημερινοί Ελληνες του κόσμου το συνεχίζουν.

Αυτό που με χαλάει.

Η έλλειψη αξιοκρατίας στη χώρα, ο νεποτισμός, το βόλεμα και η δυσκολία να αναλάβουμε τις ευθύνες μας, αντί να θεωρούμε τους άλλους υπαίτιους.

Προσόν ή μειονέκτημα να είσαι Ελληνας σήμερα;

Στην εποχή της παγκοσμιοποίησης η εθνικότητα δεν παίζει ρόλο. Είναι πλεονέκτημα να έχεις την κληρονομιά ενός αξιοθαύμαστου πολιτισμού, αλλά, ευτυχώς ή δυστυχώς, σήμερα κρίνεσαι από την αποδοτικότητά σου σε κάθε παρούσα κατάσταση.

Παράγει πολιτισμό ο Ελληνας της νέας εποχής ή μένει προσκολλημένος σε μια ρητορική ελληνικότητα;

Υπάρχουν Ελληνες που παράγουν πολιτισμό, συγγραφείς, ποιητές, καλλιτέχνες. Ομως η υποδομή για την επιστήμη και την έρευνα στην Ελλάδα είναι ανεπαρκής.

Με ποια ταυτότητα οι σύγχρονοι Ελληνες περιέρχονται τον κόσμο;

Η ελληνικότητα και η γνώση για τον ιστορικό πολιτισμό του δεν εγκαταλείπουν ποτέ τον Ελληνα, αλλά εκείνος συχνά ξεχνάει ότι αυτό δεν είναι αρκετό.

Το ελληνικό μου «γιατί» κι ένα «πρέπει» που πέταξα.

«Γιατί» μας λείπει η αυτοκριτική και κάθε μας πράξη οφείλεται στη λεγόμενη ελληνική πραγματικότητα; Δεν το πέταξα, αλλά δίνω έμφαση στο «πρέπει» να αντιληφθούμε ότι για όλα τα προβλήματα και τα σημερινά της Ελλάδας υπεύθυνοι είμαστε εμείς, και εννοώ όλοι μας!

Ο Ελληνας ποιητής μου.

Ο Κωνσταντίνος Καβάφης, ο σημαντικότερος, θεωρώ, ποιητής του 20ού αιώνα. Η λιτότητα, το χιούμορ και η ειρωνεία του, ο ρεαλισμός και ο λυρισμός, η προσωπική μνήμη και το γλωσσικό αισθητήριό του είναι μοναδικά και αξεπέραστα. Τα ποιήματά του, «Ιθάκη», «Θερμοπύλες», «Περιμένοντας τους βαρβάρους», πρέπει να αναλύονται στα σχολεία μας.

Η αδιαπραγμάτευτη ελληνική αλήθεια μου.

Η συνεχής αναζήτηση και η δημιουργία.

Η Οδός των Ελλήνων στον παγκόσμιο χάρτη - ορίστε την.

Η Ελλάδα χρειάζεται ριζοσπαστική ανακαίνιση θεσμών και αλλαγή της νοοτροπίας ότι «τίποτα δεν είναι εφικτό λόγω της παρούσας κατάστασης». Τότε μόνο μπορεί να επιτευχθεί η επιτυχής οδός στο παγκόσμιο γίγνεσθαι.

[ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ, 25/9/2011]

Εμμ. Μπενάκη 38, Τηλ. 210 3814525

Ηλίας Ι. Τσολάκης
Ειδικός Καρδιολόγος
Διδάκτωρ Ιατρ. Σχολής Παν. Αθηνών
Επιμελητής Β' & Γ' Καρδιολογικής Κλιν.
ΙΑΤΡΙΚΟΥ ΚΕΝΤΡΟΥ ΑΘΗΝΩΝ
ΙΑΤΡΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΑΘΗΝΩΝ :
ΔΙΣΤΟΜΟΥ 5-7, ΜΑΡΟΥΣΙ
ΤΗΛ. 210 6198100 εσωτ.2597 , 210 6862157, Κιν.: 6944 269977

Αδελφοί Κρικλάνη
Μεταφορές
από και προς Αθήνα - από και προς Μυτιλήνη
Αναλαμβάνουμε μετακομίσεις και διαθέτουμε ανυψωτικά μηχανήματα.
Τηλ. 6974 00 4032,
Αποθήκη: Κηφισού 63 Αθήνα

ΤΑΧΙ ΚΡΗΤΙΚΟΣ
Κρητικός Γιώργος
τηλ. 6944 648899, 22520 41000
ΠΟΛΙΧΝΙΤΟΣ ΛΕΣΒΟΥ

ΕΡΓΟΣΤΑΣΙΟ ΥΦΑΣΜΑΤΩΝ
ΕΜΠΟΡΙΟ ΚΟΥΡΤΙΝΩΝ
ΜΑΜΑΚΟΥ Αφοι Ο.Ε.
Γιάννης Μαμάκος
Γρηγ. Λαμπράκη 8Α, Λυκόβρυση 14123
τηλ/fax: 210 2840539, κιν. 6948 984559

ΨΑΡΟΤΑΒΕΡΝΑ - ΚΑΦΕ - ΟΥΖΕΡΙ
«Γιώτης»
ΑΝΟΙΚΤΑ ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΑ ΚΑΙ ΤΟΝ ΧΕΙΜΩΝΑ
ΝΥΦΙΔΑ, ΠΟΛΙΧΝΙΤΟΣ
ΤΗΛ. 22520 41329, ΚΙΝ. 6977 653949

Καρακάση Μαρία
• Ειδικός Φυσιοθεραπευτής αντανακλαστικών θεραπειών • Ειδικός Κινησιοθεραπείας • Ρεφλεξολογία • Σύμβουλος Αισθητικής
ΤΗΛ: 210 9519186, κιν. 6977 299136