

Έκκληση

Ο Σύλλογος Φίλων Περιθαλπομένων του Νοσοκομείου «Η Σωτηρία» δραστηριοποιείται στο χώρο του Νοσοκομείου μας από το 2005. Κατά τη διάρκεια αυτών των 19 ετών έχει υποστηρίξει οικονομικά περισσότερους από 2.400 ασθενείς και έχουν δαπανηθεί για τον σκοπό αυτό περισσότερα από 230.000 ευρώ, προσφέροντας υπηρεσίες που δεν καλύπτονται από το Νοσοκομείο ή το Ασφαλιστικό τους Ταμείο, όπως ταξί, ιδιωτικό ασθενοφόρο, ακτοπλοϊκά ή αεροπορικά εισιτήρια για επιστροφή στον τόπο διαμονής, πληρωμή ενοικίων, λογαριασμών ΔΕΗ - ΕΥΔΑΠ, ρουχισμό, αγορά ειδών ατομικής υγιεινής, φαρμάκων, ιατρικών οργάνων, αμοιβές αποκλειστικών νοσοκόμων, κ.ά. Έχει επίσης προσφέρει στο Νοσοκομείο μηχανήματα και εργασίες.

Έχει δρομολογήσει επίσης από την αρχή της ίδρυσής του τη δημιουργία Ξενώνα για τις ανάγκες των συγγενών νοσηλευόμενων ασθενών, ο οποίος έχει υλοποιηθεί κτηριακά με την προσφορά της Περιφέρειας Αθηνών και έχει παραδοθεί στο Νοσοκομείο την 1η Απριλίου 2021, αλλά δεν λειτουργεί ακόμα διότι δεν έχει επιπλωθεί και δεν έχει καθοριστεί το πλαίσιο λειτουργίας του.

Τα έσοδα του Συλλόγου προέρχονται από τις συνδρομές των μελών του, από δωρεές, χορηγίες και εκδηλώσεις (Bazaars, ταξίδια στο εξωτερικό και στο εσωτερικό, συνεστιάσεις κ.ά.)



Μετά την κοινωνική κρίση που προκάλεσε η πανδημία του Covid-19, καθώς και άλλων δύσκολων συγκυριών που αντιμετωπίσαμε τα τελευταία χρόνια, ο Σύλλογός μας βρίσκεται σε μια ιδιαίτερα κρίσιμη κατάσταση. Οι οικονομικές δυσκολίες που έχουν προκύψει δυσχεραίνουν την ικανότητά μας να ανταποκριθούμε στις υποχρεώσεις μας και να συνεχίσουμε να παρέχουμε τις απαραίτητες υπηρεσίες στους ασθενείς του Νοσοκομείου μας.

Κάνουμε έκκληση προς όλα τα μέλη και τους φίλους του Συλλόγου μας να σταθούν δίπλα μας σε αυτή τη δύσκολη φάση και να ενισχύσουν, με όποιο τρόπο μπορούν, την προσπάθειά μας. Η συμβολή σας, είτε οικονομική είτε εθελοντική, είναι ζωτικής σημασίας για να μπορέσουμε να συνεχίσουμε το έργο μας και να προσφέρουμε την απαραίτητη φροντίδα στους περιθαλπόμενους του Νοσοκομείου "Η Σωτηρία".

Η αλληλεγγύη και η στήριξή σας θα μας δώσει τη δύναμη να συνεχίσουμε να υπηρετούμε αυτούς που έχουν περισσότερο ανάγκη. Η οικονομική κατάσταση στην οποία βρισκόμαστε δεν θα μας επιτρέψει επόμενη έντυπη μορφή στο εφημεριδάκι καθώς επίσης τα λιγοστά έσοδα δεν αρκούν να συντηρηθεί ο Σύλλογος και να καλυφθούν τα μηνιαία λειτουργικά έξοδα με τον ερχομό του νέου έτους. Δεχόμαστε χορηγίες, δωρεές και συγκροτημένες προστάσεις για δημιουργία οικονομικών πόρων.

Με εκτίμηση
Πέτρος Γαρζώνης
Σκίτσο Ρένα Καραλέκα

Το Νοσοκομείο Αλλάζει

Η ΚΟΙΝΣΕΠ ΙΣΙΔΑ έχει δραστηριοποιηθεί στο χώρο των Νοσηλευτικών Ιδρυμάτων από το 2020. Επίκεντρο το ΓΝΝΘΑ «Η Σωτηρία», το μεγαλύτερο σε έκταση Νοσοκομείο της Ελλάδας όπου κωφοί εργαζόμενοι με την καθοδήγηση Γεωπόνων συντηρούν 200 στρέμματα πρασίνου. Η εργασία τους προσεγγιμένη και το αποτέλεσμα εμφανίζεται στις φωτογραφίες που παραθέτουμε.

Η ΚΟΙΝΣΕΠ ΙΣΙΔΑ με τους Γεωπόνους της ανέλαβε την ένταξη κωφών και την απασχόληση σε περιβάλλοντες χώρους νοσοκομείων για την συντήρηση του πρασίνου, και των μικρών λιμνών, τη δημιουργία υπαίθριων κατασκευών, την αποψίλωση χόρτων, κλαδέματα κ.ά.

Οι τεχνικές που διδάσκονται από τους Γεωτεχνικούς της ΚΟΙΝΣΕΠ ΙΣΙΔΑ στοχεύουν στη δημιουργία θεραπευτικών κήπων στα νοσοκομεία και την ανάπτυξη της θεραπευτικής κηπουρικής από ευάλωτες ομάδες πολιτών.



Η λιμνούλα μπροστά στη Σχολή Αδελφών Νοσοκόμων μετά από πολλά χρόνια απέκτησε φροντισμένη όψη και λουλούδια από τους εργαζόμενους ΑΜΕΑ της ΚΟΙΝΣΕΠ ΙΣΙΔΑ ως ανταπόδοση στη Διοίκηση και τους Εργαζόμενους του Νοσοκομείου.

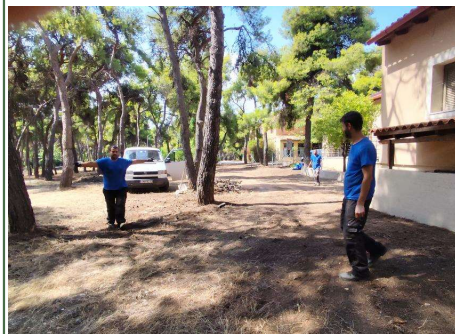
σακή αποσυμπίεση του προσωπικού, αποτελεί κίνητρο εμπράκτου σεβασμού της φύσης και γενικά ωφελεί όλους όσοι το βιώνουν πολλαπλά.

Με "ηρεμία, αγάπη και μυαλό", όπως μας δείχνουν με τη νοηματική γλώσσα, δουλεύουν και μαθαίνουμε πώς λειτουργεί το ΕΜΕΙΣ και από εκεί πώς κερδίζει το ΕΓΩ.

Την ομαδική δουλειά συντονίζουν οι παλιότεροι και πιο εκπαιδευμένοι κωφοί όπως ο Ηλίας και ο Γιάννης, τους οποίους οι νεότεροι ακολουθούν και έτσι εντάσσονται ευκολότερα σε ένα οικείο εργασιακό περιβάλλον.

Το δάσος της Σωτηρίας έχει γίνει φυτώριο για εργασία ΕΝΤΑΞΗΣ κωφών σε αγροπεριβαλλοντικές δραστηριότητες.

Όμως αξιοσημείωτο είναι ότι και η ευγνωμοσύνη των εργαζομένων της ΚΟΙΝΣΕΠ ΙΣΙΔΑ προς τη Διοίκηση του ΓΝΝΘΑ και των άλλων Νοσοκομείων που τους έχουν αγκαλιάσει είναι έμπρακτη και ανταποδίδουν την ευκαρία που τους παρέχουν οι Διοικήσεις μέσα από εθελοντικές δράσεις όπως η ανακύκλωση σε συνεργασία με ευαισθητοποιημένους εργαζόμενους των νοσηλευτικών ιδρυμάτων, με κατασκευές που αναβαθμίζουν τους εξωτερικούς χώρους και ό,τι άλλο τους ζητηθεί.



Εργαζόμενοι ΑΜΕΑ της ΚΟΙΝΣΕΠ ΙΣΙΔΑ περιποιούνται τον περιβάλλοντα χώρο του Ξενώνα Συγγενών.

Ανάμεσα στα πολλά και σημαντικά οφέλη που προσφέρει η θεραπευτική κηπουρική στους ασκούντες την, είναι η χαρά της δημιουργίας, η ποιητική εργασία και η πρακτική μιας λεπτοφυούς αισθητικής, πλεονεκτήματα που λειτουργούν ανταποδοτικά τόσο για τους εργαζόμενους όσο και φυσικά στους ίδιους τους ασθενείς και τους συνοδούς τους, καθώς το φροντισμένο φυσικό περιβάλλον δρα υπέρ της γρηγορότερης αποθεραπείας των ασθενών, παίζει ρόλο καθοριστικό στην εργα-



Στην πρόσφατη επίσκεψη ομάδας 15 Ευρωπαίων πολιτών από 6 χώρες οι εργαζόμενοι της ΙΣΙΔΑΣ τους ξενάγησαν στον περιβάλλοντα χώρο του ΓΝΝΘΑ, μοιράστηκαν μαζί τους εργασιακές εμπειρίες και ενημέρωσαν για την εφαρμογή της ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑΣ στη χώρα μας, το όραμα που έχουμε στην ΙΣΙΔΑ προς όφελος του περιβάλλοντος των Νοσοκομείων και τις δυνατότητες για ΣΥΝΕΡΓΑΤΙΣΜΟ ΚΑΙ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗ όπως ορίζουν οι αρχές της ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑΣ.

Άρης Στρατάκος

ΤΑ ΝΕΑ ΤΟΥ ΞΕΝΩΝΑ



Το τελευταίο διάστημα έχουν ενταθεί οι συζητήσεις με την Περιφέρεια Αττικής για την επίπλωση του Ξενώνα και υπάρχει αισιοδοξία για την υλοποίησή της. Η ΚΟΙΝΣΕΠ ΙΣΙΔΑ έχει προσφερθεί να αναλάβει τη λειτουργία του Ξενώνα με το απαραίτητο προσωπικό και έχει κατατεθεί στη Διοίκηση προσχέδιο Εσωτερικού Κανονισμού Λειτουργίας. Η Διοίκηση του Νοσοκομείου επίσης προτείνεται να αναλάβει τα έξοδα ηλεκτροδότησης, ύδρευσης, καθαριότητας και συντήρησης.

Μυθική Αίγυπτος Κάιρο – Κρουαζιέρα Νείλου – Κοιλιάδα Βασιλέων – Άμπτου Σίμπελ

9 ημέρες με 1.820 € ΤΕΛΙΚΗ τιμή.
Αναχώρηση: 24 Απριλίου 2025



- Μοναδικό 9ήμερο οδοιπορικό στα καλύτερα αξιοθέατα της Αιγύπτου, με επισκέψεις σε όλους τους σημαντικούς αρχαιολογικούς θησαυρούς της χώρας. Σωστά μελετημένο καθημερινό πρόγραμμα και πρόγραμμα πτήσεων
- Διαμονή σε 5* ξενοδοχείο στο Κάιρο και επιλογή deluxe κρουαζιερόπλοιου
- Ημιδιατροφή στο Κάιρο (4 πρωινά και 5 γεύματα ή δείπνα) και πλήρους διατροφή στην κρουαζιέρα Νείλου
- 4 διανυκτερεύσεις στο Κάιρο για να έχουμε αρκετό χρόνο να επισκεφθούμε όλα τα αξιοθέατα της πρωτεύουσας και όχι μία απλή επιδερμική ξενάγηση των κλασικών προγραμμάτων. Θα επισκεφθούμε τις Πυραμίδες της Γκίζας, το Αρχαιολογικό μουσείο, το νέο Εθνικό Μουσείο Αιγυπτιακού Πολιτισμού, την ακρόπολη Σιταντέλ με την παλιά πόλη και την ιστορική Αλεξάνδρεια

- 4 διανυκτερεύσεις σε κρουαζιερόπλοιο με πλήρες πρόγραμμα ξενάγησης στις όχθες του Νείλου με: ● Περιήγηση των βασικότερων αξιοθεάτων του κορυφαίου αρχαιολογικού χώρου του Λούξορ με επίσκεψη της κοιλάδας των Βασιλέων και τους ναούς Λούξορ, Καρνάκ και Χασεμουτ
- Επίσκεψη του Ασσουάν με γνωριμία παραδοσιακού χωριού των Νουβίων και βόλτα με φελούγκες
- Εκδρομή με ξενάγηση στο μαγευτικό Άμπτου Σίμπελ
- Έμπειρος Ελληνόφωνος διπλωματούχος ξεναγός, με βαθιά γνώση της ιστορίας και των αρχαιολογικών χώρων

Περιλαμβάνονται:

- Αεροπορικά εισιτήρια σύμφωνα με τις παραπάνω πτήσεις
- Φόροι αεροδρομίων και επίναυλοι καυσίμων
- Διαμονή στο Κάιρο για 4 διανυκτερεύσεις με πρωινό στο ξενοδοχείο και τέσσερα γεύματα στο πρόγραμμα
- Διαμονή σε πολυτελές κρουαζιερόπλοιο στο Νείλο για 4 διανυκτερεύσεις με πλήρη διατροφή
- Περιηγήσεις, ξεναγήσεις & εκδρομές όπως αναφέρονται στο πρόγραμμα
- Είσοδοι σε μουσεία & αρχαιολογικούς χώρους
- Μεταφορές από και προς τα αεροδρόμια της Αιγύπτου με λεωφορεία
- Έμπειρος διπλωματούχος Ελληνόφωνος ξεναγός
- Υψηλές τοπικών αντιπροσώπων
- Ταξιδιωτική ασφάλιση και ασφάλιση αστικής ευθύνης & ΦΠΑ
- Δωρεά αξίας 1.500 € προς το Σύλλογο Φίλων Περιθαλομένων του Νοσοκομείου "Η Σωτηρία"



Καθημερινό πρόγραμμα

1η μέρα, 24 Απριλίου 2025: Πτήση για Κάιρο, δείπνο καλωσορίσματος με Βεδουίνους.

Συγκέντρωση στο αεροδρόμιο και πτήση για το Κάιρο. Άφιξη και μεταφορά σε βεδουίνικο camp για να απολαύσουμε ένα παραδοσιακό δείπνο υποδοχής στην Αίγυπτο. Κατά τη διάρκεια των μεταφορών θα μάθουμε όλες τις εισαγωγικές και χρήσιμες πληροφορίες για την ξακουστή χώρα του Νείλου. Μεταφορά και τακτοποίηση στο ξενοδοχείο.

2η μέρα, 25 Απριλίου 2025: Κάιρο, Ξενάγηση της πόλης με Αρχαιολογικό Μουσείο, Πυραμίδες της Γκίζας & Σφίγγα

Μετά από το πρωινό, ολοήμερη ξενάγηση στο Κάιρο, που θα ξεκινήσει με το αρχαιολογικό μουσείο του Καΐρου. Συνεχίζουμε με τις επιβλητικές Πυραμίδες της Γκίζας, ένα από τα επτά θαύματα του κόσμου, καθώς και τη Σφίγγα. Στάση στα εργαστήρια Παπύρου και αρωμάτων, γεύμα σε τοπικό εστιατόριο. Επιστροφή & διανυκτέρευση στο ξενοδοχείο.



3η μέρα, 26 Απριλίου 2025: Κάιρο, Σιταντέλ, Παλιό Κάιρο, Εθνικό Μουσείο Αιγυπτιακού Πολιτισμού, Παζάρι Χαν Ελ Χαλίλι

Πρωινό και η ημέρα μας ξεκινά με το μεσαιωνικό φρούριο Σιταντέλ του Σαλαχ Ελ Ντιν, το αλαβάστρινο τζαμί του Μωχάμεντ Άλυ, καθώς και το τζαμί του Σουλτάν Χασάν, το οποίο χτίστηκε μεταξύ 1356 – 1360 και είναι ένα από τα μεγαλύτερα του κόσμου. Αμέσως μετά θα φτάσουμε στο Παλιό Κάιρο που συνδέεται και με το ελληνικό στοιχείο. Στην ίδια περιοχή βρίσκεται ο Ι. Ν. Αγίου Γεωργίου, στον χώρο όπου φυλακίστηκε και μαρτύρησε ο Άγιος, οι κρύπτες των πατριαρχών Αλεξάνδρειας και το ελληνικό νεκροταφείο του Καΐρου. Επίσης, εκεί βρισκόταν η Βαβυλώνα της Αιγύπτου, όπου κατέφυγε η Αγία Οικογένεια, για να σώσει το Θείο Βρέφος από τη σφαγή του

Ηρώδη. Γεύμα σε τοπικό εστιατόριο. Στη συνέχεια θα επισκεφθούμε το Εθνικό Μουσείο Αιγυπτιακού Πολιτισμού (NMEC). Το νέο στίπτιν Φαραώ. Η αίθουσα που φιλοξενεί τις βασιλικές μούμιες έχει σχεδιαστεί ώστε ο επισκέπτης να νιώθει πως βρίσκεται σε έναν πραγματικό βασιλικό τάφο. Ακόμη και η επιγραφή στην οροφή είναι ίδια με εκείνη των αυθεντικών ταφικών μνημείων ενώ δεν εκθέτει μόνο τις μούμιες, αλλά και όλα τα αντικείμενα που βρέθηκαν. Ολοκληρώνουμε τη σημερινή περιήγηση με το πολύβουο παζάρι του Χαν Ελ Χαλίλι.

4η μέρα, 27 Απριλίου 2025: Κάιρο, ολοήμερη εκδρομή στην Αλεξάνδρεια

Πρωινό και αναχώρηση για ολοήμερη εκδρομή στην Αλεξάνδρεια, στη πόλη που ίδρυσε και έζησε ο Μέγας Αλέξανδρος. Επίσκεψη και εσωτερική ξενάγηση στην καινούρια Βιβλιοθήκη της Αλεξάνδρειας, ένα μοναδικό αρχιτεκτονικό επίτευγμα. Η Βιβλιοθήκη σχεδιάστηκε έτσι ώστε να συγκλίνει προς τη θάλασσα, ενώ ένα τμήμα της είναι βυθισμένο σε μια δεξαμενή νερού, έτσι ώστε να συμβολίζει τον αρχαίο αιγυπτιακό ήλιο που προβάλλει από τη θάλασσα. Στη συνέχεια θα δούμε το Ελληνικό Πατριαρχείο, την Ελληνιστική παροικία & φρούριο Κάιτ Μπέη που βρίσκεται στη θέση του Φάρου της Αλεξάνδρειας. Θα δούμε εξωτερικά το στίπτι του Αλεξανδρινού ποιητή Κωνσταντίνου Καβάφη και αμέσως μετά στάση για γεύμα σε εστιατόριο της Αλεξάνδρειας. Αργά το απόγευμα επιστροφή στο Κάιρο.

5η μέρα, 28 Απριλίου 2025: Κάιρο, πτήση για Λούξορ, Ναϊ Καρνάκ & Λούξορ και επιβίβαση στο κρουαζιερόπλοιο

Πρωινή μεταφορά στο αεροδρόμιο και απευθείας πτήση για το Λούξορ. Η γνωστή αυτή πόλη της Αιγύπτου είναι κτισμένη στην θέση των Θιβών, που ο Όμηρος τις περιγράφει ως οι "εκατόπυλες Θήβες". Ο Ναός του αποτελούσε κέντρο εορτασμών και δύο φορές τον χρόνο οι κάτοικοι των Θιβών είχαν την ευκαιρία να δουν το άγαλμα του Άμμωνα Ρα. Οι τελετές που γίνονταν εκεί είχαν μεγάλο θρησκευτικό συμβολισμό και τιμούσαν την θεία αναγέννηση του Φαραώ. Θα επισκεφθούμε τον Ναό του Λούξορ, οι Αιγύπτιοι το ονόμαζαν και ως το «το

μεσημβρινό χαρέμι του Άμμωνα». Συνεχίζουμε με τον Ναό του Καρνάκ, ο οποίος υπήρξε ο μεγαλύτερος χώρος λατρείας της αρχαιότητας. Ο Ναός με τον υπόστυλο χώρο με τις 134 κολώνες, το ιερό και τη θεία λίμνη, έχει να επιδείξει 18 ξεχωριστούς ιερούς χώρους. Στη συνέχεια ακολουθεί η επιβίβαση στο κρουαζιερόπλοιο, όπου θα μας φιλοξενήσει για τις επόμενες 4 βραδιές με πλήρη διατροφή.



6η μέρα, 29 Απριλίου 2025: Κοιλιάδα των Βασιλέων, Ναός Χασεμουτ - εν πλω

Πρωινό και ξενάγηση στην δυτική όχθη και την κοιλάδα των Βασιλέων, ένα από τα σημαντικότερα ευρήματα της Αρχαίας Αιγύπτου. Περισσότεροι από 60 τάφοι, μεταξύ τους και αυτός του Τουτ Ανκ Αμόν βρίσκονται σε αυτό το κομμάτι της ερήμου. Οι Φαραώ επέλεξαν αυτό το μέρος, διότι πίστευαν πως ο ήλιος που ανέιλε πίσω από τα βουνά θα τους χάριζε αιώνια ζωή. Συνεχίζουμε σε ένα από τα πιο όμορφα αρχιτεκτονικά αριστουργήματα στον κόσμο, τον επιτάφιο ναό της Χατσεπτούτ, της πρώτης βασίλισσας της Αιγύπτου. Ολοκληρώνουμε το πρώτο σκέλος της σημερινής μέρας με τους κολοσσούς του Μενμονα. Γεύμα και δείπνο στο πλοίο, πλεύση για την Έσσα.

7η μέρα, 30 Απριλίου 2025: Κομόμπο & Έτφου - εν πλω

Πρωινό και πλεύση στις καταπράσινες όχθες του Νείλου, που σε όλη του την ιστορία αποτέλεσε "μεταφορική αρτηρία" αγαθών αλλά και ιδεών. Συνεχίζουμε προς την δυτική όχθη και φτάνουμε στο Έτφου. Εκεί μας περιμένει ο πιο καλοδιατηρημένος ναός της Αιγύπτου, αφιερωμένος στον γερακόμορφο θεό Χόρους. Οι επιγραφές στους τοίχους παρέχουν σημαντικές πληροφορίες για

τη γλώσσα, το μύθο και τη θρησκεία κατά την ελληνορωμαϊκή περίοδο στην αρχαία Αίγυπτο. Αξιοσημείωτες είναι οι σκηνές που αντικατοπτρίζουν την αιώνια μάχη μεταξύ Χόρους και Σέθ. Συνεχίζοντας τις ιστορικές μας αναζητήσεις στον Ιερό ποταμό φτάνουμε στον πρώτο μας προορισμό, το Κομόμπο, όπου θα ξεναγηθούμε στον ναό του θεού κροκοδείλου Σόμπεκ και θα μάθουμε για τους μύθους και τους θρύλους αυτού του ναού. Στην πραγματικότητα αποτελεί σύμπλεγμα δυο ναών, αφιερωμένων στους θεούς Σόμπεκ και Χαροέρις. Δείπνο και διασκέδαση στο πλοίο.



8η μέρα, 1 Μαΐου 2025: Ασσουάν, εκδρομή και ξενάγηση του Άμπου Σίμπελ

Πρωινό και πλεύση για το Ασσουάν. Η πιο ηλιόλουστη νότια πύλη της Αιγύπτου, με την χαρακτηριστική αφρικάνικη ατμόσφαιρα είναι ικανή ώστε να σας χαρίσει μια πραγματική

εμπειρία στις όχθες του Νείλου. Πολύ νωρίς το πρωί θα πραγματοποιήσουμε επίσκεψη - εκδρομή στο Άμπου Σίμπελ και θα ξεναγηθείτε στους ναούς του Ραμσή ΙΙ και της βασίλισσας Νεφερτάρι με λεωφορείο. Το Άμπου Σίμπελ, ένας από τους γνωστότερους αρχαιολογικούς χώρους της Αιγύπτου περιλαμβάνουν δύο μεγαλοπρεπείς ναούς λαξευμένους σε βράχο από ψαμίτη. Κατασκευάστηκαν από τον Ραμσή ΙΙ προς τιμήν της νίκης των Χετταίων στην μάχη του Καντές. Ο μικρός ναός αφιερωμένος στην σύζυγο του Νεφερτάρι αποτελείται από 6 αγάλματα ύψους 10 μέτρων ενώ στον μεγάλο ναό που είναι αφιερωμένος στον ίδιο τον Φαραώ, επιβλητικά κάθονται σαν σε θρόνο 4 αγάλματα 20 μέτρων του Ραμσή ΙΙ. Κατά την διάρκεια της παραμονής στο Άμπου Σίμπελ μπορούμε με την βοήθεια αγγλόφωνου ξεναγού να αποκρυπτογραφήσουμε την ιστορία των δυο ναών μέσα από τα χιλιάδες ιερογλυφικά και σύμβολα που βρίσκονται χαραγμένα στο εσωτερικό, βιώνοντας αυτό το αρχέγονο συναίσθημα που σου προσφέρει η Αίγυπτος. Κατά την κατασκευή του ναού του AbuSimbel, ο Ραμσή Β' ήθελε ο εσωτερικός του θάλαμος να φωτίζεται δύο φορές το χρόνο – την πρώτη φορά στις 22 Φεβρουαρίου, στην επέτειο της ανάληψής του στο θρόνο και τη δεύτερη στα γενέθλιά του στις 22 Οκτωβρίου. Δύο φορές το χρόνο – το φως του ήλιου της αυγής ευθυ-

γραμμίζεται για να φωτίζει όλο το μήκος του διαδρόμου εισόδου του ναού, φωτίζοντας τρία από τα τέσσερα αγάλματα στο τέλος του ο διαδρόμου. Μόνο το άγαλμα του Ρταχ, του θεού του σκότους, σωστά, παραμένει στο σκοτάδι. Επιστροφή οδικώς στο Ασσουάν, την πιο ειδυλλιακή πόλη της Αιγύπτου. Ακολουθεί δείπνο και διασκέδαση στο πλοίο.

9η μέρα, 2 Μαΐου 2025: Ασσουάν – Πτήση επιστροφής

Μετά το πρωινό, μεταφορά στο αεροδρόμιο για να την πτήση επιστροφής μέσω Καΐρου.

Δεν Περιλαμβάνονται:

- Βίζα Αιγύπτου 30 € & φιλοδωρήματα αξίας 40 € (πληρωτέα τοπικά)
- Είσοδος μέσα στην Πυραμίδες της Γκίζα & στον τάφο του Τουταγχαμών στην Κοιλιάδα των Βασιλέων
- Προσωπικά έξοδα, Οτιδήποτε δεν αναφέρεται ρητά στα περιλαμβανόμενα

Αεροπορικό δρομολόγιο:

Οι πτήσεις μας με την EgyptAir Αθήνα 24/04 ΑΘΗΝΑ – ΚΑΙΡΟ MS 748 13.10-14.05 28/04 ΚΑΙΡΟ – ΛΟΥΞΟΡ MS 062 07.15-08.15 02/05 ΑΣΣΟΥΑΝ – ΚΑΙΡΟ MS 081 07.00-08.25 02/05 ΚΑΙΡΟ – ΑΘΗΝΑ MS 747 10.10-12.10 -Οι ώρες είναι τοπικές

Ματίνα Σπυράτου



Το Σπιτικό της Αγάπης

Το "Σπιτικό της αγάπης" της Κ.Μ.Μ λειτουργεί από το 1962 και είναι ίσως ο μοναδικός χώρος στην Ελλάδα που στεγάζει και φροντίζει ολοκληρωτικά άπορους παππούδες και γιαγιάδες, χωρίς να απαιτεί την παραμικρή εισφορά τους. Στεγάζει ανθρώπους που στην πιο ευάλωτη περίοδο της ζωής τους, στα γεράματα, βρέθηκαν χωρίς χρήματα και χωρίς ανθρώπους δίπλα τους.

Στα 61 χρόνια λειτουργίας του (1962-2023), περισσότεροι από 540 μοναχικοί και άποροι παππούδες και γιαγιάδες έζησαν στο "Σπιτικό" αυτό τα τελευταία χρόνια της ζωής τους σε συνθήκες οικογένειας. Δείτε στο μικρό video (https://kmerimnamosxatou.gr/PubV/tospitikot_hsagarhs.mp4) τη μεταστροφή που κάνει η "Δύναμη της Αγάπης" στη ζωή των ανθρώπων, όταν δίνεται αδόλα και με ενσυναίσθηση.

Σήμερα...

Η παρατεταμένη οικονομική κρίση, σε συνδυασμό με τις επιπτώσεις του covid19, έχουν μειώσει δραστικά τις δωρεές προς το "Σπιτικό μας", που είναι και η μοναδική πηγή εσόδων μας. Τα λειτουργικά έξοδα όμως για την εύρυθμη λειτουργία του απαιτούν κάθε μήνα ένα σημαντικό ποσόν (Μισθοί προσωπικού – ΔΕΚΟ – Προμήθειες... και μια σειρά από πάγιες δαπάνες).

Βρισκόμαστε έτσι μπροστά σε μια οικονομική ασφυξία. Το "Σπιτικό μας" ΑΠΕΙΛΕΙΤΑΙ!!

Η Λύση...

Στην επιτακτική ανάγκη εξεύρεσης των τακτικών πόρων, που απαιτούνται για την εύρυθμη λειτουργία του "Σπιτικού μας", υπάρχει μια ρεαλιστική, ασφαλής και μόνιμη λύση: Να δημιουργήσουμε μια μεγάλη οικογένεια γύρω τους.

Να γίνουμε εμείς οι συγγενείς τους, οι φίλοι τους... το χαμένο Σόι τους! Να τους εξασφαλίσουμε εμείς τα πάγια έξοδα του "Σπιτικού τους". Μόνοι τους πλέον δεν μπορούν.

Είμαστε πολλοί. Προσφέροντας ο καθένας από 15, 25, 50€... τον μήνα, ή όποιο άλλο ποσό επιτρέπουν τα εισοδήματά μας, χωρίς να αλλάξουμε την ποιότητα της δικής μας ζωής, γινόμαστε η αιτία να αλλάξουν σελίδα στη ζωή τους κάποιοι απελτισμένοι συνάνθρωποί μας και να περάσουν από τον εφιάλη που ζουν στο όνειρο, από την εξαθλίωση στην αξιοπρέπεια!

Μη προσπεράσετε. Γίνετε και εσείς συγγενείς τους! Ανοίξτε (https://forms.office.com/pages/responsepage.aspx?id=DQSIkVdsW0yxEjajBLZtrQA_AAAAAAAAAAAMAADiMb1URUM4RzlyNDk0WDRRSUs3MOJHNTVJTKNYUS4u) τη φόρμα εκδήλωσης ενδιαφέροντος και γνωρίστε τις επιλογές που σας δίνονται για να γίνετε κι εσείς μέρος της λύσης.

Σας περιμένουμε...ΣΑΣ ΠΕΡΙΜΕΝΟΥΝ...

Με εκτίμηση

Ο Πρόεδρος Μέλος ΔΣ
Αναστάσιος Δ. Θεοφιλάτος Γεώργιος Κυρατζής



**Σοφία Σλήμαν
Κατάθεση Στεφάνου
στη Μνήμη της
17 Σεπτεμβρίου 2024**

**Η ΣΤΗΛΗ ΤΩΝ
ΑΝΑΓΝΩΣΤΩΝ ΜΑΣ**

Η εφημερίδα μας θα έχει επιτελέσει τον σκοπό της όταν γράφεται εξ ολοκλήρου από εσάς!

Περιμένουμε κείμενα, ποιήματα, ειδήσεις, τοποθετήσεις, ιδέες, σκέψεις και κάθε τι που θα διαμορφώσουν ένα καλύτερο αύριο, πιο ανθρώπινο, πιο ενωτικό, πιο ζεστό!!

Περί Αντικαρκινικού ο Λόγος

Η φροντίδα του καρκίνου είναι ίσως ο πιο δυναμικός τομέας της ιατρικής σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας, ο καρκίνος είναι η δεύτερη αιτία θανάτου παγκοσμίως. Έτσι, ο καρκίνος συνιστά μια από τις μεγαλύτερες προκλήσεις που αντιμετωπίζει η ιατρική κοινότητα, ειδικά τελευταία, μετά την εμφάνιση βιολογικά εξαπομικευμένων θεραπειών, βασισμένων στη γονιδιωματική αλληλουχία. Λόγω των πολύπλοκων και μακροχρόνιων μεθόδων θεραπείας που απαιτούνται συχνά, η θεραπεία του καρκίνου δεν είναι μια εμπειρία ενιαίας στάσης, αλλά αποτελεί μέρος ενός ταξιδιού, το οποίο περιλαμβάνει τόσο τον ασθενή όσο και τους κλινικούς γιατρούς, ενδεχομένως για αρκετά χρόνια. Υπάρχουν τρεις κύριοι τομείς όσον αφορά τη φροντίδα του καρκίνου: η έρευνα, η κλινική φροντίδα και η εκπαίδευση. Στην επόμενη δεκαετία, οι νέες περιπτώσεις καρκίνου θα αυξηθούν περισσότερο από 25%.

Στα νοσοκομειακά ογκολογικά τμήματα παρέχεται εξειδικευμένη τεχνολογία, επιτρέποντας την παροχή κατάλληλης θεραπείας και φροντίδας σε διάφορα στάδια. Ενώ η παραμονή στο νοσοκομείο αποφεύγεται όπου είναι δυνατόν, οι θεραπευτικές οδοί για ορισμένους καρκίνους μπορεί να απαιτούν παρατεταμένη παραμονή στο νοσοκομείο, μερικές φορές ακόμα και απομόνωση ριζικές θεραπείες, όπως η μεταμόσχευση βλαστοκυττάρων ή οι ανοσοθεραπείες, απαιτούν συχνά αυξημένη έμφαση στον έλεγχο των λοιμώξεων. Γι' αυτό καλό είναι να βρίσκονται μηχανήματα ακτινοθεραπείας γραμμικού επιταχυντή στον ίδιο όροφο με χώρους συμβουλευτικής και αναμονής, σε φωτεινό χώρο. Τα ολοκληρωμένα αντικαρκινικά κέντρα είναι επιφορτισμένα με την ανάπτυξη καινοτόμων προσεγγίσεων σχετικά με την πρόληψη, τη διάγνωση και τη θεραπεία του καρκίνου, με αποτέλεσμα, τα περισσότερα να συνδέονται με πανεπιστημιακά ιατρικά κέντρα. Η πρωταρχική αποστολή ενός ολοκληρωμένου αντικαρκινικού κέντρου είναι να μειώσει τη συχνότητα εμφάνισης του καρκίνου και να αυξήσει την ποιότητα ζωής καθώς και τα ποσοστά επιβίωσης σε ασθενείς με κακοήθειες. Η βασική εργαστηριακή έρευνα παράγει τη γνώση που αποτελεί τη βάση για την εφαρμοσμένη επιστήμη: αυτός ο τύπος έρευνας επικεντρώνεται στην κατανόηση των βιοχημικών, βιολογικών, φαρμακολογικών διεργασιών καθώς σχετίζονται με τον καρκίνο και τις θεραπείες του. Η ανάλυση γονιδιακής έκφρασης και η αλληλουχία επόμενης γενιάς είναι παραδείγματα υπηρεσιών που παρέχονται από τις βασικές εργαστηριακές εγκαταστάσεις ενός ολοκληρωμένου αντικαρκινικού κέντρου. Τα αντικαρκινικά κέντρα με χωρικούς περιορισμούς αντιμετωπίζουν προβλήματα διεκπεραίωσης και ενδέχεται να παρουσιάζουν μεγαλύτερο χρόνο αναμονής για τα πρώτα διαθέσιμα ραντεβού, οπότε τα κέντρα με περιορισμένο χώρο συχνά βασίζονται σε εξωτερικά εργαστήρια, φαρμακεία και υπηρεσίες υποστήριξης, δημιουργώντας πρόσθετα σημεία συμφόρησης στο σύστημα υγείας, παρατείνοντας τους χρόνους αναμονής για τους ασθενείς σε κάθε βήμα της θεραπείας τους. Πολλά αντικαρκινικά κέντρα δεν σχεδιάστηκαν για να είναι προσαρμόσιμα, γεγονός που δημιουργεί εμπόδια στην ενσωμάτωση νέων τεχνολογιών και προσεγγίσεων στη φροντίδα. Καθώς οι υπηρεσίες για τον καρκίνο συνεχίζουν να εξελίσσονται με νέες θεραπείες και εξοπλισμό, είναι σημαντικό να δημιουργηθεί ένας φυσικός χώρος που θα είναι ευέλικτος και θα εξυπηρετεί

τόσο την ιατρική όσο και την τεχνική πρόοδο.

Με άλλα λόγια, ο σχεδιασμός των αντικαρκινικών κέντρων δεν πρέπει μόνο να ανταποκρίνεται στις κλινικές απαιτήσεις [διάγνωση, θεραπεία, φροντίδα] αλλά όντας λειτουργικά πρέπει να είναι αρκετά ευέλικτα ώστε να προσαρμόζονται στις νέες τεχνολογίες. Η τυπική περίοδος παράδοσης για ένα αντικαρκινικό κέντρο είναι περίπου 5 χρόνια, με την περίοδο σχεδιασμού να διαρκεί έως και 2 χρόνια μετά το άνοιγμά του, διεξάγεται έρευνα για το εάν ο σχεδιασμός βελτίωσε την εμπειρία του ασθενούς και παρέχει λειτουργικά οφέλη για το προσωπικό. Ενώ ο σχεδιασμός ενός κέντρου οφείλει να υποστηρίζει την παροχή θεραπευτικής οδού μα και την πολυεπιστημονική ολοκλήρωση, η πρακτική καθημερινότητα των καθημερινών υπηρεσιών (κλινικών και λειτουργικών), η ευημερία και η άνεση των ασθενών, η κουλτούρα του περιβάλλοντος φροντίδας, πρέπει επίσης να ενσωματωθούν στον λεπτομερή σχεδιασμό. Ο σύγχρονος πλέον σχεδιασμός υγειονομικής περίθαλψης απομακρύνεται από τα μοντέλα των κοινόχρηστων θαλάμων προς όφελος των ιδιωτικών δωμάτων για την υποστήριξη της αξιοπρέπειας των ασθενών και τη βοήθεια στον έλεγχο των λοιμώξεων. Ο σκοπός του σχεδιασμού εξειδικευμένων μονάδων φροντίδας του καρκίνου είναι η υποστήριξη της ευημερίας των ασθενών και η βελτίωση των αποτελεσμάτων. Ένα σωστά σχεδιασμένο και κατασκευασμένο αντικαρκινικό κέντρο μπορεί να είναι ο καταλύτης για ένα εξαιρετικό νέο κεφάλαιο στην ιστορία της υγείας.

Κι αυτό διότι πρόκειται για μια εγκατάσταση που [θα] ανταποκρίνεται σε μακροπρόθεσμες ανάγκες, [θα] προσαρμόζεται στις διαρκώς εξελισσόμενες τάσεις της κλινικής φροντίδας και της τεχνολογίας. Ο νέος εξοπλισμός και οι νέες τεχνικές παρουσιάζουν προκλήσεις για το προσωπικό που μπορεί να μην είναι εξοικειωμένο με αυτά ή να έχει εκπαιδευτεί στη χρήση άλλων συσκευών. Επομένως, είναι άκρως σημαντικό να υπάρχει σχέδιο για την προμήθεια και εγκατάσταση του εξοπλισμού, καθώς και για την εκπαίδευση του προσωπικού όσον αφορά τη χρήση του.

Από την άλλη μέρα, ένας σύγχρονος σχεδιασμός λαμβάνει υπόψη του το γεγονός ότι οι καρκινοπαθείς συχνά, ζήτηνε εύκολη πρόσβαση σε εξωτερικούς διαμορφωμένους χώρους αναμονής με εξωτερική θέα, όπως επίσης να μειωθεί η ανάγκη μετακίνησης μεταξύ ορόφων και τμημάτων: άρα απαιτείται περισσότερος χώρος ευεξίας, παρά η παραδοσιακή νοσοκομειακή στερότητα. Μια σύγχρονη φροντίδα επιστρέφει τον έλεγχο στον ασθενή επιτρέποντάς του να προσαρμόσει το περιβάλλον του (στόρια θαλάμου, ψυχαγωγία, θερμοκρασία, φώτα κτλ) στις προσωπικές του προτιμήσεις. Δεδομένης της φύσης της ασθένειας του καρκίνου, ίσως ένας άπλευρος οικογενειακός χώρος θα έπρεπε να ενσωματωθεί στο σχεδιασμό, προκειμένου να επιτρέψει στα μέλη της οικογένειας να διαδραματίσουν βασικό ρόλο στη διαδικασία θεραπείας και ανάρρωσης του καρκινοπαθούς. Πάντα οι ασθενείς αναμένουν την υψηλότερης ποιότητας εμπειρία υγειονομικής περίθαλψης στην πιο προσιτή και οικονομικά προσιτή τοποθεσία. Εξάπαντος, όπως έγραψε ο Michael Porter [Αμερικανός ακαδημαϊκός γνωστός για τις θεωρίες του σχετικά με τα οικονομικά, την επιχειρηματική στρατηγική και τα κοινωνικά αίτια]: «Η ουσία της στρατηγικής είναι να επιλέγεις τι δεν πρέπει να κάνεις».

Απόστολος Ζιώγας
Βιολόγος

ΓΙΝΕ ΜΕΛΟΣ

Σύλλογος Φίλων
Περιθαλπομένων
Νοσοκομείου "Η Σωτηρία"
Νοσοκομείο Νοσημάτων
Θώρακος Αθηνών
"Η ΣΩΤΗΡΙΑ"
site: www.sylfilon.gr

ΔΩΡΕΕΣ

Για την οικονομική ενίσχυση του Συλλόγου μας
Ευχαριστούμε θερμά τους: Γεώργιο Ζουρελιδη και Ζωή Παπαδοπούλου.

Ευχαριστούμε θερμά για τη δωρεά αντί στεφάνου: τις κυρίες Μαρία Σιούσουρα και Χριστίνα Σιούσουρα στη μνήμη της θείας τους Έλλης Κουρούσια. Την Αδαμαντία Γαζώνη στη μνήμη του συζύγου της Αριστέϊδη Γαζώνη και την οικογένεια Πέτρου Γαζώνη στη μνήμη της Φωτεινής Ντούρου.

Ευχαριστούμε θερμά τους κυρίους Σπύρο Νικολάου και John Pap οι οποίοι μέσω **Give link** προσέφεραν είδη πρώτης ανάγκης για τους ασθενείς του Νοσοκομείου μας.

Λογαριασμός τραπεζής για κατάθεση δωρεών:

ΤΡΑΠΕΖΑ ΠΕΙΡΑΙΩΣ: 6274-040035-006

IBAN: GR7101712740006274040035006

Σύλλογος Φίλων Περιθαλπομένων "Σοφία Σλήμαν"

Παρακαλούμε ενημερώστε μας και τηλεφωνικά για την κατάθεσή σας, ώστε να εκδίδουμε με λεπτομέρειες το παραστατικό είσπραξης.

Ώρες Λειτουργίας Γραμματείας:

Δευτέρα & Πέμπτη 11:00 - 15:00

Ο Ετήσιος Οικονομικός Ισολογισμός του Συλλόγου μας αναρτάται στο site του Συλλόγου μας www.sylfilon.gr

Επι κοινωνία εν τύπω

Τριμηνιαία εφημερίδα. Εκδίδεται σε 2.500 φύλλα
ISSN 2944-9804

Ιδιοκτησία:

«Σύλλογος Φίλων Περιθαλπομένων
Νοσοκομείου "Η ΣΩΤΗΡΙΑ"»

Έδρα: Γ.Ν.Ν.Θ.Α. «Η ΣΩΤΗΡΙΑ»,

Μεσογείων 152, Αθήνα 11527

Εκδότης: Πέτρος Γαζώνης.

Συντακτική Ομάδα: Μάνδα Γαλαλή, Γιώργος Δεδούσης, Κυριακή Δημητρούλακη, Τάσος Κουλουριδής, Νίκος Παΐσιος, Δώρα Παπαζαφείρη, Ματίνα Σπυράτου και Άρης Στρατάκος.

Εκτύπωση: Γεώργιος Κωστόπουλος, Σελλασίας 6, Αθήνα, Τ.Κ. 10439 Τηλ.: 2108813241

Για αυτό το τεύχος εργάστηκαν επίσης οι: Τζόγια Κατπάτου, Ειρήνη Καραλέκα, Χριστίνα Κερπινιώτη, Μπέση Κατσιμήτρου, Αθηνά Πέτση, Σπύρος Πουρικός και Βασίλειος Καλαφάτης
Οι αρθρογράφοι φέρουν πλήρως την ευθύνη των κειμένων τους



Givelink

Αγαπημένοι φίλοι, σας ενημερώνουμε για την έναρξη της συνεργασίας μας με τη νέα πρωτοποριακή πλατφόρμα της Givelink.

Η εφαρμογή (Givelink.app) επιτρέπει σε ανθρωπιστικούς οργανισμούς να προβάλλουν τις ανάγκες τους, μέσα από μια λίστα προϊόντων, και δίνει τη δυνατότητα στους χρήστες να επιλέξουν τα είδη και την ποσότητα που επιθυμούν να δωρίσουν.

Καλούμε τα μέλη και τους φίλους μας να κατεβάσουν την εφαρμογή (υποστηρίζεται για συσκευές ios / android), να περιηγηθούν

στο περιβάλλον της λίστας αναγκών μας, κι αν επιθυμούν, να επιλέξουν τη δωρεά τους. <https://givelink.app/charities>

Η Givelink είναι μια καινοτόμα πλατφόρμα δωρεών, η οποία αλλάζει τον κόσμο της φιλανθρωπίας. Μέσω της πλατφόρμας ο χρήστης μπορεί να κάνει τα ψώνια για τον φιλανθρωπικό οργανισμό της επιλογής του, να μετρήσει τον πραγματικό αντίκτυπο της δωρεάς του καθώς και να βεβαιωθεί ότι η βοήθειά του φτάνει πραγματικά στους ανθρώπους που την έχουν ανάγκη.

Στόχος της Givelink είναι να βελτιώσει τη φιλανθρωπία. Μέσω της πλατφόρμας γεφυρώνει το κενό μεταξύ των δωρεών του κόσμου και των πραγματικών αναγκών των φιλανθρωπικών οργανώσεων, μετατρέποντας όλα τα χρήματα στα προϊόντα που χρειάζονται περισσότερο οι οργανισμοί, με στόχο να μειωθεί ο κίνδυνος διαφθοράς στη διαχείριση δωρεών και να μεγαλώσει ο αντίκτυπος των δωρητών.

Πώς λειτουργεί η Givelink;

1) Οι χρήστες μπαίνουν στο givelink.app ή κατεβάζουν την εφαρμογή.

2) Βλέπουν τη λίστα με τα προϊόντα που ο οργανισμός έχει ανάγκη και δωρίζουν αυτά που θέλουν.

3) Οι προμηθευτές με τους οποίους συνεργάζεται η Givelink παραδίδουν τα προϊόντα στις επιλεγμένες φιλανθρωπικές οργανώσεις ανά περίπου δύο εβδομάδες.

4) Οι χρήστες παρακολουθούν τη δωρεά τους βήμα-βήμα μέχρι να φτάσει στον οργανισμό καθώς και όλο τον κοινωνικό τους αντίκτυπο.

5) Λαμβάνουν μια φωτογραφία των προϊόντων



που δώρισαν μόλις φτάσουν στον οργανισμό.

Μέχρι σήμερα μέσω της Givelink έχουν δωρηθεί πάνω από 12.500 ευρώ στους συνεργαζόμενους οργανισμούς από 400+ δωρεές και έχουν εγγραφεί ήδη 800+ χρήστες μέσα σε μόλις 6 μήνες.

Η Givelink βραβεύτηκε ως η καλύτερη φοιτητική startup στην Ελλάδα 2 φορές για το 2023, κερδίζοντας τον διαγωνισμό Global Student Entrepreneur Awards, και τον JA Startup από το Junior Achievement Greece. Στον Ευρωπαϊκό Τελικό των Global Student Entrepreneur Awards 2023, κατατάχθηκε

μεταξύ των 4 κορυφαίων startups πανεπιστημίων στην Ευρώπη και των 16 κορυφαίων παγκοσμίως. Επιπλέον, αναγνωρίστηκε στις 15 κορυφαίες startups κοινωνικής επιχειρηματικότητας στην Ευρώπη κάτω των 26 ετών, μέσω του διαγωνισμού European Young Innovators και μπήκε στην ελληνική λίστα Forbes 30 under 30 για το 2024.

Δημιουργήθηκε από 4 παθιασμένους 20χρονους με τελικό στόχο τη βελτίωση της φιλανθρωπίας παγκοσμίως (Αντώνης Πολίτης, Παναγιώτης Κοκμοτός, Αλέξανδρος Καραγιάννης, Πάρης Σεργιάννης).

Νοσοκομειακό Πρωτάθλημα Αττικής 2024-2025



Το Νοσοκομειακό Πρωτάθλημα Αττικής 2024-2025 ξεκινάει και πάλι τον Οκτώβριο. Η ομάδα του Νοσοκομείου μας και φέτος πιστεύει ότι η κατάκτηση του πρωταθλήματος είναι ο πρωταρχικός στόχος της. Ένα μεγάλο ευχαριστώ στην Ελληνική Πνευμονολογική Εταιρεία που κάθε χρόνο μας στηρίζει ηθικά και οικονομικά στην επίτευξη του πολυπόθητου Νταμπλ. Η φυσική μας έδρα και φέτος θα είναι το καινούργιο γήπεδο Παπάγου. Κάθε Δευτέρα και ώρα 16.00 περιμένουμε όλους τους συνάδελφους να δώσουν το παρών στα παιχνίδια.

Ο Προέδρος και Αρχηγός της Ομάδας
Σπύρος Πουρίκης

Η ζωή του πατέρα μου



Κοιτάζει με αγάπη τους κατάδικους που περπατάνε δίπλα του και με το πρώτο τρέχει να πιάσει κουβέντα μαζί τους. Οι κατάδικοι πάλι τον κοιτάζουν με κάποια περιέργεια – όχι όμως και με καλοσύνη.

Τους έμοιαζε για αριστοκράτης, σα να προέρχεται απ' αυτή την καταραμένη ράτσα των αιώνιων τυράννων που έχουν τους υποταχτικούς τους σαν τα σκυλιά, που τους θεωρούν σκλάβους υποχρεωμένους να δουλεύουν σ' όλη τους τη ζωή για να μπορούν τ' αφεντικά τους να ζουν μες στη χλιδή.

Έτσι έπιαναν κουβέντα με τον Ντοστογιέφσκι μόνο σαν θαρρούσαν πώς θα μπορούσαν να τον κοροϊδέψουν, κι έτσι να διασκεδάσουν λίγο τη δυστυχία τους. Σαν άκουγαν τις πρώτες τους κουβέντες σκουμπιώντουσαν μεταξύ τους και τον κοροϊδεύαν, όμως σαν συνέχιζε να τους μιλάει έπαιαν σιγά σιγά και τα γέλια και τις κοροϊδίες.

Οι μουζικοί άρχισαν να βλέπουν μπροστά στα μάτια τους το ιδανικό τους, έναν άνθρωπο μετρημένο, σοφό, έναν αληθινό Χριστιανό που έβαζε τον Θεό πάνω απ' όλα, που πίστευε ειλικρινά ότι ούτε η κοινωνική θέση ούτε η μόρφωση κάνουν τον έναν άνθρωπο ανώτερο απ' τον άλλο. Ότι όλοι είναι το ίδιο μπροστά στον Θεό με μόνη διαφορά πως εκείνος που είχε την τύχη να κατέχει τη γνώση θα έπρεπε να προσπαθήσει να τη μεταδώσει και στους άλλους αντί να τους κοροϊδεύει. Έτσι είχαν φανταστεί οι μουζικοί τους πραγματικούς ευγενείς, δυστυχώς όμως πολύ σπάνια συναντούσαν στο δρόμο τους ένα τέτοιο φαινόμενο.



Με κάθε λόγο του ο Ντοστογιέφσκι όλο και μεγάλωνε στα μάτια των συντρόφων του. Η καλή του φήμη έφτασε μαζί του ως το κάτεργο. Όσοι από τους συντρόφους του τρένου βγήκαν μαζί του στο Όμσκ μίλησαν με θαυμασμό στους νέους τους συντρόφους γι' αυτόν τον παράξενο και σπάνιο άνθρωπο που λεγόταν Ντοστογιέφσκι και που πήγαινε να μοιραστεί μαζί τους τον πόνο του. Μερικοί απ' τους κατάδικους που είχαν ευγενικιά ψυχή προσπαθούσαν κιόλας να βρουν τρόπο να βοηθήσουν αυτόν τον νεαρό άρρωστο, αυτόν τον ονειροπαρμένο που σκεφτόταν όλη την ημέρα τους ήρωες των έργων του κι έτσι δεν είχε καιρό να γνωρίσει και την πραγματική ζωή.

Οι κατάδικοι κατάλαβαν γρήγορα πώς αν το κάτεργο ήταν γι' αυτούς πολύ βαρύ, μόλο που 'ταν από μικροί μαθημένοι στην κούραση και τις στερήσεις, θα 'ταν αβάσταχτο φορτίο για τον Ντοστογιέφσκι που 'χε μέχρι τότε όλες του τις ανέσεις και πάνω απ' όλα που ήταν μαθημένος να σέβονται όλοι γύρω του την κοινωνική του θέση. Προσπαθούσαν λοιπόν να τον παρηγορήσουν, του λέγαν πως η ζωή είναι μεγάλη κι αυτός είναι πολύ νέος ακόμα, πώς γρήγορα θα 'βγαине απ' το κάτεργο και πώς τότε θα έβρισκε την ευτυχία. σελ. 72-73

Πιστεύοντας τον εαυτό του αθώο, ο Ντοστογιέφσκι και μια που δεν ήξερε από κακιές έχοντας ό ίδιος πάντα στο μυαλό του σκέψεις ευγενικές και καθάριες, αναρωτιόταν γεμάτος απορία σε τι να είχε φταίξει άραγε για να τραβεί όλες αυτές τις ταλαιπωρίες. Αναρωτιόταν ποία πράξη του είχε προκαλέσει την οργή του Θεού που τόσο τον αγαπούσε και τον σεβόταν. Τελικά έβγαλε το συμπέρασμα ότι ο Θεός του έστειλε όλα αυτά τα δεινά για να τον κάνει δυνατό και να τον φτιάξει ένα μεγάλο συγγραφέα, χρήσιμο στο λαό του. Το αναγνωστικό κοινό συχνά μπερδεύει τον διάσημο συγγραφέα με το ίδιο του το ταλέντο και δεν μπορεί να διακρίνει τη διαφορά μεταξύ τους. Οι ίδιοι όμως οι άνθρωποι με ταλέντο δεν κάνουν ποτέ αυτό το λάθος. Και οι διάσημοι και οι λιγότερο πετυχημένοι ξέρουν όλοι του τους πως το ταλέντο είναι μια ξεχωριστή ιδιότητα, μια ιδιότητα που ανήκει περισσότερο στο σύνολο των ανθρώπων παρά σ' αυτούς τους ίδιους προσωπικά.

Για τους λίγους πιστούς, ένας συγγραφέας, ένας μουσικός, γλύπτης ή και σοφός γενικά είναι ένας Μεσσίας που δέχεται να σέρνει στωικά το σταυρό του. Πιστεύουν ότι ο Θεός, χαρίζοντάς τους το ταλέντο, δεν είχε την πρόθεση να τους βάλει πάνω απ' όλους τους άλλους ανθρώπους. Αντίθετα μάλιστα, θέλησε να τους θυσιάσει για το καλό των άλλων, να τους προσφέρει στον βωμό της επιτυχίας της ανθρωπότητας.

Όσο πιο πολύ μεγάλω είναι το ταλέντο, τόσο πιο λαμπρή γίνεται στα μάτια των μορφωμένων ανθρώπων αυτή ή ιδέα της θυσίας. Μερικές φορές αγανακτεί κάποιος στην ιδέα της θυσίας και προσπαθεί με οργή ν' αποτρέψει το χτύπημα της μοίρας που τον απειλεί. Άλλοτε πάλι αισθάνεται αφάνταστα κολακευμένος στην ιδέα πώς ο Θεός τον διάλεξε να διαδώσει στη γη τις ιδέες του.

Μόλις ο άνθρωπος του πνεύματος καταλάβει ποια είναι η πραγματική του αποστολή στον κόσμο, τότε η οργή του και η εσωτερική του διάθεση να επαναστατήσει εξαφανίζεται. Βάζει τον εαυτό του πάνω από το πλήθος, αισθάνεται πώς είναι πιο κοντά στον Θεό απ' τους άλλους τους θνητούς και μέρα με τη μέρα νοιώθει να μεγαλώνει ο ζήλος του για την ιερή αποστολή του.



Παρακαλεί ο Ντοστογιέφσκι τον Θεό: «Κάνε με να υποφέρω αν αυτό πρόκειται να μεγα-

λώσει το ταλέντο μου και την επιρροή μου πάνω στους ανθρώπους. Δεν παραπονιέμαι. Θα υποφέρω τα πάντα, φτάνει να επιτύχει το έργο για το οποίο μ' έστειλες στον κόσμο». Όταν ο πνευματικός άνθρωπος φτάσει στο σημείο αυτό, τότε τίποτα πια δεν τον φοβίζει και η αφοσίωση του στην υπόθεση της σωτηρίας της ανθρωπότητας δεν έχει όριο.

Αργότερα σαν γύρισε ο Ντοστογιέφσκι στην Πετρούπολη, όταν γινόταν λόγος για την άδικη καταδίκη του, έλεγε στους φίλους του: «Όχι! Η καταδίκη μου ήταν δικαία! Αν δεν με καταδικάζε ο τσάρος, θα με καταδικάζε ο Θεός».

Το κατάλαβα αυτό καλά στο κάτεργο. Και ίσως, ποιος ξέρει, ο Θεός μ' έστειλε εκεί για να μάθω το πιο σπουδαίο, εκείνο δίχως το οποίο δεν μπορεί κανείς να ζήσει, δίχως το οποίο ο ένας άνθρωπος θα έτρωγε τον άλλο, μ' έστειλε για να μπορέσω να δώσω στον κόσμο κάτι μεγάλο και να κάνω τους ανθρώπους έστω και λίγο καλύτερους. Γι' αυτό και μονάχα άξιζε να πάω στο κάτεργο». σελ. 92-93.

Στη Σταράγια Ρούσα ο πατέρας μου έκανε πολύ αποταρτημένη ζωή. Σπάνια πήγαινε στο Πάρκο και στο Καζίνο που ήταν το ραντεβού των παραθεριστών. Προτιμούσε να κάνει μοναχικούς περιπάτους στην ακροποταμιά. Έπαιρνε πάντα τον ίδιο δρόμο και περπατούσε με χαμηλωμένα μάτια απορροφημένος στους στοχασμούς του. Επειδή έβγαине πάντα την ίδια ώρα, οι ζητιάνοι περιέμεναν το πέρασμα του για να του ζητήσουν ελεημοσύνη. Βυθισμένος στη σκέψη του ο πατέρας μου μοίραζε τα χρήματα μηχανικά δίχως να καταλαβαίνει ότι πολλές φορές τα έδινε στα ίδια πρόσωπα.

Η μητέρα μου αντίθετα πρόσεχε τα κρυφόμελα των ζητιάνων και διασκεδάζε με την αφηρημάδα του άντρα της. Ήταν πολύ νέα και διασκεδάζε να του κάνει φάρσες. Ένα φθινόπωρο βράδυ, καθώς ο άντρας της γύριζε από τον περίπατο, η μητέρα μου έριξε απάνω της ένα παλιό σάλι, με πήρε από το χέρι και στάθηκε μπρός στο πέρασμα του. Όταν πλησίασε ο πατέρας μου η μητέρα μου του είπε παρακλητικά: «Καλέ μου κύριε βοηθήστε με! Έχω έναν άρρωστο άντρα και δυο παιδιά στην αγκαλιά».



Ο Ντοστογιέφσκι σταμάτησε, κοίταξε αφηρημένα τη μητέρα μου και της έδωσε ένα βοήθημα. Σαν όμως η μητέρα μου έβαλε τα γέλια, εκείνος έγινε έξαλλος από θυμό και της φώναξε: «Πώς μπόραρες να μου κάνεις τέτοια φάρσα και μάλιστα μπροστά στο παιδί μου!» Αυτή η αφηρημάδα που είχαν όλοι οι διανοούμενοι και οι συγγραφείς ενοχλούσε πάρα πολύ τον πατέρα μου που τη θεωρούσε γελοία και ταπεινωτική. Αυτός ήθελε να μοιάζει με όλους τους άλλους, είναι όμως αδύνατον στα μεγάλα ταλέντα να μοιάζουν με τους κοινούς ανθρώπους.

Ο Ντοστογιέφσκι δεν μπορούσε ποτέ του να ζήσει σαν τους άλλους. Τον παλιό καιρό στο Πολυτεχνείο αυτός έμενε συνεχώς μονά-

χος στο πρεβάζι ενός παραθύρου, ονειρευόμενος, διαβάζοντας τη Φύση, την ώρα που όλοι οι άλλοι γελούσαν, έκλαιγαν, έπαιζαν, έτρεχαν και διασκέδαζαν παρέες- παρέες. Ένας μεγάλος συγγραφέας όμως μόλις αγγίζει τη γη, περνά τις μέρες του μέσα στο φανταστικό κόσμο των ηρώων του. Τρώει μηχανικά χωρίς να ξέρει τι είναι το φαγητό του. Με κατάπληξη βλέπει τη νύχτα να φτάνει, γιατί θαρρεί πως η μέρα μόλις άρχισε. Δεν ακούει καθόλου τις κοινοτυπίες που λένε γύρω του. Περπατάει στους δρόμους μιλώντας μόνος του, γελώντας, χειρονομώντας με τρόπο που κάνει τους περαστικούς να τον νομίζουν για παλαβό και να γελάνε. Σταματάει ξαφνικά συνεπαρμένος από ένα βλέμμα, ένα χαμόγελο ενός αγνώστου που αποτυπώνεται για πάντα στο μυαλό του. Από ένα λόγο ή μια φράση που φτάνει σ' αφτί του φτιάχνει μια ολόκληρη ζωή, ένα ιδανικό που αργότερα θα το βρούμε στα έργα του. σελ.176-177



Είδε τον θάνατο να 'ρχεται δίχως να φοβηθεί. Ήξερε πως το ταλέντο του το 'χε καλά εκμεταλλευτεί και πως σε όλη του τη ζωή ήταν ένας πιστός δούλος του Θεού. Ήταν έτοιμος να παρουσιασθεί χωρίς φόβο μπρος στον Αιώνιο Πατέρα με την ελπίδα ότι αυτός θα τον ανταμείψει για όσα υπέφερε, για όσα υπόμεινε σ' αυτή τη ζωή δίνοντας του εκεί ένα καινούριο έργο να κάνει, έναν άλλο σκοπό να εκτελέσει. σελ.270

Από το βιβλίο της Αιμέ Ντοστογιέβσκι
«Η ζωή του πατέρα μου».



Βιβλίο σε δράση!
Τ.2106463888 – 2106463263F.
www.elbi.gr info@elbi.gr

ΤΟ ΔΕΝΤΡΟ ΤΗΣ ΖΩΗΣ ΜΟΥ

Κλείνω τα μάτια. Μαλακά, χωρίς να τα σφίγγω. Ξαπλωμένη στον καναπέ, αφήνω την ανάσα μου να ταξιδέψει ρυθμικά σε όλο το σώμα. Βαθιά εισπνοή από τη μύτη, κράτημα για λίγο, αργή εκπνοή από τη στόμα. Ξανά και ξανά. Σταδιακά, το σώμα ηρεμεί, χαλαρώνει, από την κορυφή του κεφαλιού ως τις άκρες των ποδιών. Και, ξαφνικά, συγκινούμαι, όπως παλιά. Αφήνομαι... Η φαντασία μου ταξιδεύει.

«Πού βρίσκεσαι;» θαρρείς ακούω τη φωνή σου. «Βρίσκομαι...» Βρίσκομαι σε ένα μέρος ήρεμο και ευχάριστο, στην εξοχή. Γύρω όλα καταπράσινα, πυκνά δέντρα, θάμνοι, χορτάρι. Μπροστά μου χωράφια απέραντα. Τοπίο κατά κάποιο τρόπο γνώριμο. Ίσως η Βυτίνα των παιδικών μου χρόνων, μπορεί και όχι, δεν έχει σημασία. Φυσαίει ένα ελαφρύ, δροσερό αεράκι. Νιώθω ήρεμη, χαλαρή, όσο ποτέ άλλοτε. Προχωρώ, εξερευνώντας τα περίξ. Χαίρομαι την κάθε στιγμή σαν μικρό παιδί που ανακαλύπτει τη μαγεία του κόσμου. Στο βάθος, κάτι τραβάει την προσοχή μου. Πλησιάζω. Ένα μεγάλο δέντρο υψώνεται αγέρωχο, μόνο, μες τα χωράφια. Τα βήματά μου με φέρνουν μαλακά ως τον ίσκιό του. Γυρνάω και το κοιτάζω προσεκτικά.



«Μα, το ξέρω αυτό το δέντρο. Πώς δεν το γνώρισα αμέσως;» μουρμουρίζω.

Φυσικά είναι γνώριμο- πολύ, μα πολύ οικείο. Χαίρομαι τόσο που το ξαναβρίσκω! Πόσο μου έλειψε! Ξέρω απέξω κι ανακατωτά κάθε σπιθαμή του στιβαρού κορμού. Κάθε πληγή που ανοίγει η ζωή στη φλούδα του. Το βλέμμα μου ανηφορίζει ως τα κλαδιά, τα

φύλλα. Πόσες διακλαδώσεις, πόσα διαφορετικά μονοπάτια κρύβει! Κάποια τα περπάτησα νοερά –μπορεί και όχι- άλλα τα απέρριψα και το μετάνιωσα αργότερα. Κρύφτηκα επιμελώς στις φυλλωσιές του –δήθεν να μη βλέπει κανείς, ενώ καιγόμουν να με ανακαλύψουν· να αποκαλυφθώ... Γεύτηκα συχνά τους καρπούς του. Κάποιοι φορές βιάστηκα –δεν είχαν ωριμάσει εντελώς- πικράθηκα. Η ανυπομονησία μου, βλέπεις... Ναι, αυτή που με έκανε να θέλω να φτάσω με έναν πήδο στο τελευταίο κλαδί. Δήθεν να δω τη θεά από ψηλά. Στην πραγματικότητα για την πρωτιά· για να αποδείξω σε όλους πόσο αξίζω. Για να με αγαπήσουν, για να επιβιώνω... Τι ψευδαίσθηση κι αυτή! Κι όμως, καθόρισε σε μεγάλο βαθμό τις επιλογές μου. Τη ζωή μου...

Απλώνω το χέρι· αγγίζω τον τραχύ κορμό. Ύστερα, εντελώς ασυνείδητα, ανοίγω τα μπράτσα και τον αγκαλιάζω. Ακουμπάω το μάγουλό μου, αφουγκράζομαι. Ακούω τους χυμούς που πηγαionoέρχονται από τις ρίζες ως το τελευταίο κλαδί. Γίνομαι ένα με αυτούς. Σκοτάδι-φως και πάλι σκοτάδι, εναλλάσσονται γρήγορα, ευεργετικά. Το θρόισμα των φύλλων, το παιχνίδι του ήλιου στα κλαδιά, οι αποχρώσεις του καφέ και του πράσινου... Όλα τόσο γνώριμα- αγαπημένα. Ξαφνικά, μια μυρωδιά, μια ανάμνηση από το ταξίδι της ζωής έρχεται και με συγκλονίζει. Νιώθω μια παράξενη παρουσία.

«Μητέρα» ψιθυρίζω, «μητέρα...». Κάτι σαν χάδι στο μάγουλο. Αλήθεια; Ψευδαίσθηση; Ποιος ξέρει... «Δεν ξεχνάω» συνεχίζω, «δεν σε ξεχνάω... Έκανα τόσα λάθη! Δεν σου είπα ποτέ όσα ήθελα. Μια ζωή και δεν πρόλαβα να σου πω πόσο σε αγαπούσα! Ίσως στο τέλος της κοινής μας πορείας να σου το έδειξα με τις πράξεις μου. Όμως, κάτι λείπει, κάτι ακόμα μου λείπει, μητέρα. Νιώθω πως έμεινα με άδεια χέρια. Έχασα την πυξίδα μου και... Ωρες ώρες νομίζω πως χάνω το δρόμο. Κανείς δεν με έχει ανάγκη πια, κανείς δεν με περιμένει να γυρίσω... Φοβάμαι, μαμά...»

Αγκαλιάζω σφιχτά το δέντρο μου. «Δώσε μου αγάπη, στοργή. Επιβεβαίωση. Όσα μου λείπουν...» λέω φωναχτά. Και τότε, θαρρείς, ένα ζεστό κύμα ενέργειας ανεβαίνει από τις

ρίζες ως εμένα. Αφήνομαι να βυθιστώ ευεργετικά μέσα του. Αυτό το κύμα αγάπης με αναζωογονεί. Θεραπεύει κάθε



μου πληγή, από την πιο μικρή αμυχή ως τα μεγαλύτερα τραύματα που κουβαλάω μια ζωή. Αυτά που δεν μπορώ να ξεχάσω...

«Έχεις κάτι να μου πεις;» ρωτάω το δέντρο. Οι φυλλωσιές του δονούνται από μια δύναμη εσωτερική. Κάτι ψιθυρίζουν... Στήνω αυτί.

«Ζήσε αληθινά. Για σένα την ίδια, όχι για τους άλλους. Κι αν ακόμα δεν σε περιμένει κανείς, περιμένεις εσύ τον εαυτό σου. Κάτι ακόμα: μην ξεχνάς να γράφεις, να γράφεις, αυτό είναι η ζωή σου...»

Δίνω μια τελευταία αγκαλιά στο δέντρο μου. Το ευχαριστώ για τις συγκλονιστικές στιγμές που έζησα πλάι του. Υπόσχομαι να ξαναγυρίσω σύντομα και να βιώσω τις ίδιες συγκινήσεις. Να θυμηθώ, να ξεχάσω... Απομακρύνομαι σιγά σιγά, το βλέπω να μικραίνει στον ορίζοντα, μονάχο μες τα απέραντα χωράφια. Ναι, θα ξανάρθω σίγουρα... Σύντομα...

Βαθιά εισπνοή από τη μύτη, απότομη εκπνοή από το στόμα και... Επανερχομαι στην καθημερινότητα. Ξαπλωμένη ακόμα στον καναπέ, αλλά πιο χαλαρή, πιο ήρεμη. Χαρούμενη από τη συνάντησή με το δέντρο της ζωής μου. Στα αφτιά μου ακόμα έχω τη φωνή του.

«...να γράφεις, να γράφεις... αυτό είναι η ζωή σου»

Γι' αυτό κι εγώ, ακούγοντας την προτροπή του, πήρα αξιμέρωτα το μολυβάκι μου και γράφω. Σου γράφω...

(Για την άσκηση χαλάρωσης εμπνεύστηκε από το βιβλίο: "POUR EN FINIR AVEC LES EMOTIONS TOXIQUES" (ΤΕΡΜΑ ΤΑ ΤΟΞΙΚΑ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ!) της Marie-Odile Brus)

Μαρία Κούλη

Επισκεφθείτε

το νέο Site του Συλλόγου μας
<http://www.sylfilon.gr>

- ⇒ Ενημερωθείτε για τους σκοπούς του.
- ⇒ Δείτε τις Ανακοινώσεις και τα Νέα του.
- ⇒ Συμμετέχετε στις δραστηριότητές του.
- ⇒ Διαβάστε όλα τα φύλλα της εφημερίδας
"Επί Κοινωνία εν Τύπω".
- ⇒ Μελετήστε το καταστατικό του.
- ⇒ Επικοινωνήστε μαζί μας.

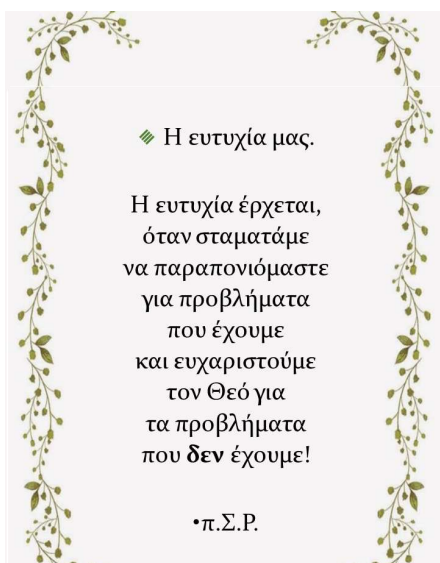


ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΦΙΛΩΝ ΠΕΡΙΘΑΛΠΟΜΕΝΩΝ
ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟΥ 'Η ΣΩΤΗΡΙΑ'

Εγγραφή στο Newsletter | Επικοινωνία

Αναζήτηση...

Τα νέα μας Ταυτότητα Το έργο μας Εκδηλώσεις Στήριξέ μας



ΓΙΑ ΤΟΝ ΟΚΤΩΒΡΗ

- Να γελάς γιατί σε ομορφαίνει.
- Να τολμάς γιατί τα εμπόδια που περνάς σε κάνουν δυνατότερο.
- Να ονειρεύεσαι γιατί η ελπίδα σε κρατά ζωντανό.
- Να πολεμάς γιατί η αποτυχία σε κρατά ταπεινό και η επιτυχία σε κάνει να λάμπεις.
- Κι αν ακόμη κάτι πάει στραβά μη φοβηθείς τη θλίψη.
- Έτσι είναι η ζωή.
- Διότι άνοιξη και χειμώνας βιώνονται κυρίως στην καρδιά μας και όχι απλά στο ημερολόγιο.
- Ψυχική καλοκαιρία όλο το χρόνο!

Φώτης Κόντογλου



Ανακοίνωση

Επανακυκλοφορεί σε έντυπη μορφή η εφημερίδα μας "Επί Κοινωνία εν Τύπω". Θα διανέμεται στα Τμήματα του Νοσοκομείου μας και θα ταχυδρομείται στα Μέλη μας, αλλά θα εκδίδεται ανά τρίμηνο. Επίσης θα κυκλοφορεί και ηλεκτρονικά και μπορείτε να τη διαβάζετε μέσα από το site του Συλλόγου μας: www.sylfilon.gr.

Μέσα από το ίδιο site μπορείτε να εγγραφείτε στο Newsletter (πάνω δεξιά) ώστε να λαμβάνετε ηλεκτρονικά την εφημερίδα μας και τις ειδοποιήσεις για τις δραστηριότητες του Συλλόγου μας.

Η έντυπη μορφή της εφημερίδας μας κυκλοφορεί και διανέμεται δωρεάν μέσα στο Νοσοκομείο και ταχυδρομείται μόνο στα ταμειακώς εντάξει μέλη του Συλλόγου.

Αν επιθυμείτε να γίνετε μέλος του Συλλόγου μας, μπορείτε να το κάνετε και ηλεκτρονικά μέσα από το site (κάτω αριστερά) συμπληρώνοντας τη σχετική αίτηση ή διά ζώσης στα γραφεία του Συλλόγου μας κάθε Δευτέρα και Πέμπτη, 11:00 - 15:00, στο τηλ. 2107763638.

Η ετήσια συνδρομή είναι 15 ευρώ και η εγγραφή 6 ευρώ εφάπαξ.

Με φιλικούς χαιρετισμούς,
Σύλλογος Φίλων Περιθαλπομένων Νοσοκομείου «Η Σωτηρία»



Προσυμπτωματικός έλεγχος του Καρκίνου του πνεύμονα.

Εντοπίστε τον καρκίνο του πνεύμονα πριν εκδηλωθεί.

Πρόγραμμα προληπτικού ελέγχου για καπνιστές άνω των 50 ετών.

Περιλαμβάνει σπироμέτρηση και αξονική τομογραφία θώρακος χαμηλής ακτινοβολίας

- Κριτήρια ένταξης στο πρόγραμμα
- ✓ Ηλικία 50-75 ετών
 - ✓ Καπνιστές ή πρώην καπνιστές (που διέκοψαν το κάπνισμα τα τελευταία 15 έτη)

Για συμμετοχή επικοινωνήστε με την ομάδα της 7^{ης} Πνευμονολογικής Κλινικής ΝΝΘΑ «Σωτηρία»

- Τηλ. 2107781720 ή 6980956311
- Email. solaceathens@gmail.com