

## Σύλλογος Φίλων Περιθαλπομένων Νοσοκομείου "Η ΣΩΤΗΡΙΑ"

### Η Πραγματικότητα



Έχω ακούσει ότι αυτό που υπάρχει, η μόνη πραγματικότητα, είναι το εδώ και τώρα. Η βίωση του παρελθόντος ή του μέλλοντος είναι εμπόδιο του να ζει κανείς πραγματικά. Αυτό

που πραγματικά υπάρχει είναι το σημείο και η στιγμή. Να μπορείς δηλαδή να είσαι παρόν στα γεγονότα τη στιγμή και στον τόπο που αυτά εξελίσσονται. Να είσαι μέσα στο τραίνο του χρόνου και όχι να το βλέπεις από έξω να φεύγει ή να έρχεται.

Κάποια στιγμή, αγναντεύοντας από ψηλά το Ρουσόμυ Γιάλο, λες και άνοιξαν τα μάτια μου.

Μαγεύτηκα από το τοπίο, τα χρώματα της θάλασσας που αντικατόπτριζαν τον ουρανό και το ποικιλοπράσινο των πεύκων, παιχνιδίσμα της ηλιοβροχής που αντανάκλουσε η λαμπιρίζουσα υδάτινη επιφάνεια, το ασταμάτητο τραγούδι του τζίτζικα, το αεράκι που χαίδευε το πρόσωπο, το άρωμα της ρετσίνας των πεύκων και πολλά άλλα που δεν θυμάμαι πια, με μετέφεραν σε μια εσωτερική πραγματικότητα απέραντης γαλήνης. Το μυαλό μου άδειο από σκέψεις ρουφούσε αυτό που οι αισθήσεις του πυροδοτούσαν και για λίγο ένοιωσα ένα με όλο το περιβάλλον.

- Έλα, θα πάμε για μπάνιο, ήταν η φωνή που με προσείωσε.

Αργότερα σκέφτηκα ότι αυτό που ζούσα σαν πραγματικότητα ήταν κάτι τελείως προσωπικό. Την ίδια στιγμή στον ίδιο τόπο η πραγματικότητα ήταν τελείως διαφορετική για τα παιδιά που έπαιζαν στην άμμο, την κοπέλα κάτω από την ομπρέλα, το ζευγάρι που έπαιζε ρακέτες, τον κύριο που διάβαζε το βιβλίο του, τον Γιάννη που έπαιρνε παραγγελίες, την παρέα που απολάμβανε τη αστακομακαρονάδα της...

Την ίδια στιγμή δισεκατομμύρια ανθρώπων στον κόσμο βιώνουν ο καθένας την δική του πραγματικότητα συνειδητά ή ασυνειδητά... Τελικά αυτό που λέμε "πραγματικότητα" φαίνεται να είναι τελείως προσωπικό, διαφορετικό για τον καθένα και πολλές φορές αντιφατικό. Έτσι ίσως να εξηγείται και η τρομακτική δυσκολία επικοινωνίας μεταξύ μας... Ο καθένας ζει στον κόσμο του.

Τότε τι νόημα έχει να ζούμε το παρόν;

Η κβαντική φυσική επιβεβαιώνει αυτό που έχουν οι φιλόσοφοι κατανοήσει, ότι δηλαδή η άχρονη στιγμή και το χωρίς διαστάσεις σημείο είναι οι πύλες που μας ενώνουν με όλες τις στιγμές και όλα τα γεγονότα μαζί, όπου δεν υπάρχει χώρος και χρόνος. Την μόνη πραγματικότητα της οποίας ο κόσμος μας είναι απλή αντανάκλαση. Η "πραγματικότητα" που βιώνουμε με τις αισθήσεις μας είναι μια όψη της πραγματικής πραγματικότητας.

Πέτρος Γαρζώνης  
Σχέδιο: Ρένα Καραλέκα

### ΤΑ ΝΕΑ ΤΟΥ ΞΕΝΩΝΑ




Καθώς καθημερινά το Κυριαζίδειο αλλάζει μορφή αισθανόμαστε για μία ακόμα φορά την ανάγκη να ευχαριστήσουμε όλους εκείνους που συνέβαλλαν με οποιοδήποτε τρόπο την υλοποίηση του έργου.

Ιδιαίτερες ευχαριστίες απευθύνουμε στον απερχόμενο Νομάρχη Αττικής κ. Ιωάννη Σγουρό και την Αντινομάρχη κα Λιλίκα Βασιλάκου, γιατί χάρη στο αμέριστο προσωπικό ενδιαφέρον τελεσφόρησε το όραμά μας.

Ευελπιστούμε ότι η νέα διοίκηση Περιφέρειας Αττικής θα συνεχίσει να στηρίζει το έργο που ήδη ξεκίνησε, ώστε να λειτουργήσει απρόσκοπτα προς όφελος των συγγενών των περιθαλπομένων του Νοσοκομείου μας.





Σύλλογος Φίλων Περιθαλπομένων  
Νοσοκομείου "Η Σωτηρία"

Νοσοκομείο Νοσημάτων Ψυχικής Αθρότητας "Η ΣΩΤΗΡΙΑ" - Ήρωας, Νοσοκομίων 152 - Αθήνα 11527  
Τηλ: 210776 3638 - FAX: 2107707211 - E-mail: info@syfilon.gr

Αθήνα, 16 Αυγούστου 2014

Προς τον Περιφερειάρχη Αττικής  
κ. Ιωάννη Σγουρό

Αξιότιμη κύριε Περιφερειάρχη,

Μετά από συμπόρευση επτά ετών, βλέπουμε να υλοποιείται ο Ξενώνας Φιλοξενίας Συγγενών του Νοσοκομείου μας. Το κοινό μας όραμα λαμβάνει "σάρκα και οστά".


Χωρίς την δική σας συμπαράσταση ήταν αδύνατον να φανταστούμε ότι το έργο αυτό θα μπορούσε κάποτε να υλοποιηθεί.

Πέρα από την αναβίωση ενός πανέμορφου ιστορικού κτιρίου, θα βρουν ανακούφιση και θαλπωρή συνάνθρωποι που βρίσκονται σε πολύ δυσμενές συνθήκες.

Σας απευθύνουμε ένα πολύ μεγάλο ΕΥΧΑΡΙΣΤΩ εκ μέρους του Συλλόγου μας και των Περιθαλπομένων του Νοσοκομείου μας.

Με εκτίμηση  
Για το Δ.Σ. του Συλλόγου Φίλων  
Περιθαλπομένων Νοσοκομείου "Η Σωτηρία"

Η Γενική Γραμματέας      Ο Πρόεδρος  
Σταματίνα Σπυράτου      Πέτρος Γαρζώνης



Σύλλογος Φίλων Περιθαλπομένων  
Νοσοκομείου "Η Σωτηρία"

Νοσοκομείο Νοσημάτων Ψυχικής Αθρότητας "Η ΣΩΤΗΡΙΑ" - Ήρωας, Νοσοκομίων 152 - Αθήνα 11527  
Τηλ: 210776 3638 - FAX: 2107707211 - E-mail: info@syfilon.gr

Αθήνα, 16 Αυγούστου 2014

Προς την Αντινομάρχη κα Λιλίκα Βασιλάκου

Αγαπητή κα Λιλίκα Βασιλάκου,

Ήσασταν από τους πρώτους που αντιληφθήκατε την αναγκαιότητα υλοποίησης ενός Ξενώνα συγγενών στο Νοσοκομείο μας, και συνταχθήκατε με συνέπεια στο πλευρό μας.

Μετά από επτά χρόνια, βλέπουμε το κοινό μας όραμα να υλοποιείται.

Για όλη αυτή την πολύχρονη συμπαράσταση, σας απευθύνουμε ένα μεγάλο ΕΥΧΑΡΙΣΤΩ από καρδιάς, τόσο εκ μέρους του Συλλόγου μας, όσο και εκ μέρους όλων των συνανθρώπων μας που θα βρουν ανακούφιση και φροντίδα στον Ξενώνα

Με εκτίμηση  
Για το Δ.Σ. του Συλλόγου Φίλων  
Περιθαλπομένων Νοσοκομείου "Η Σωτηρία"

Η Γενική Γραμματέας      Ο Πρόεδρος  
Σταματίνα Σπυράτου      Πέτρος Γαρζώνης

# Δώδεκα πράγματα που ίσως δεν ξέρατε για την Πλάκα

του Γιώργου Κόκουβα



Είναι η παλαιότερη αθηναϊκή γειτονιά. Και η ομορφότερη. Αυτό όμως το γνωρίζετε ήδη. Μέρος της Ιστορίας της και της γοητείας της, ωστόσο, είναι τα μικρά (ή μεγαλύτερα) μυστικά που κρύβει σε καθένα από τα πλακόστρωτα δρομάκια της. Παρακάτω, συγκεντρώνουμε πληροφορίες τις οποίες θα αποκαλούσαμε "αχρηστές" αν δεν μας ήταν ιδιαίτερα χρήσιμες για να εκπληρώσουμε ακόμη περισσότερο τις βόλτες μας στην Πλάκα. Ιδού λοιπόν 12 ιστορίες που γράφτηκαν - και ακόμα γράφονται - στην πραγματική καρδιά της Αθήνας.



**Το μνημείο του Λυσικράτη και η Μονή των Καπουτσιών** Περισσότερο -όσο και λανθασμένα- γνωστό ως "Φανάρι του Διογένη", το μνημείο του Λυσικράτη είναι όχι μόνο το χορηγικό βραβείο για την καλύτερη παράσταση στο θέατρο του Διονύσου, αλλά και το πρώτο γνωστό μνημείο του κόσμου με κορνηθιακά κιονόκρανα. Όταν στα τέλη του Μεσαίωνα το οικόπεδο αποκτήθηκε από την Μονή των Καπουτσιών, το μνημείο εντάχθηκε σε αυτή - μάλιστα, χάρη στην αντίσταση του καθολικού ηγούμενου, διασώθηκε από τις "βλόμενες" του γνωστού λόρδου Έλγιν. Η Μονή κήκε το 1890, αλλά το μνημείο ευτυχώς σώθηκε.

**Η "κοιτίδα" του Καραγκιόζη** Το δημοφιλές λαϊκό θέαμα του θεάτρου σκιών, ο κοσμαγάπητος Καραγκιόζης, πρωτοεμφανίστηκε στην Αθήνα ως φηγούρα στα καφενεία της Πλάκας κατά την Τουρκοκρατία - μάλιστα ο "μπερντές" προσέλεγε πλήρη κόσμο στην πλατεία Λυσικράτους. Σήμερα, στην οδό Τριπόδων θα βρείτε τις "Φηγορές και Κούκλες", ένα από τα πιο δραστηρία κέντρα θεάτρου σκιών και κουκλοθεάτρου, που συνεχίζει αυτή την παράδοση.

**Η Πλάκα των παιδιών** Δύο παιδικά μουσεία βρίσκονται στην καρδιά της Πλάκας, τιμώντας την πιο τρυφερή ηλικία και δίνοντας την καλύτερη αφορμή σε οικογένειες να κατηφορίσουν κάτω από την Ακρόπολη. Είναι το "Ελληνικό Παιδικό Μουσείο" στην οδό Κυδαθηναίων με ελεύθερη είσοδο και πολλά προγράμματα δημιουργικής απασχόλησης για τους μικρούς Αθηναίους και το "Μουσείο Παιδικής Τέχνης", ένα από τα ελάχιστα στο είδος του μουσεία στον κόσμο, το οποίο εκθέτει έργα ζωγραφικής και κατασκευές παιδιών από 5 έως 15 ετών.



**Το πρώτο Πανεπιστήμιο της Αθήνας** Στην οκία της Ακρόπολης, επί της οδού Θόλου, η οκία Κλεάνθη-Σάουμπερτ φιλοξένησε το πρώτο Πανεπιστήμιο που ίδρυσε ο Βασιλιάς Όθωνας το 1837. Το σπίτι αυτό αναστήλωσαν από τα "οθωμανικά του χαλάσματα" οι Σάουμπερτ και Κλεάνθης, αρχιτέκτονες στους οποίους ανάθεσε ο Ιωάννης Καποδίστριας την πολεοδομική μελέτη της πόλης μετά την σύσταση του ελληνικού κράτους, και διέμειναν σε αυτό μέχρι την ίδρυση του Πανεπιστημίου. Ονομάστηκε "Οθωνέιον Πανεπιστήμιον", δίδαξε Επιστήμες, ενώ το κτίριο έμεινε μετέπειτα γνωστό ως "Παλιό Πανεπιστήμιο".

**Πώς πήρε το όνομά της η Πλάκα** Υπάρχουν πολλές και διαφορετικές εκδοχές για τα "βαϊρτίσια" της Πλάκας. Μία εξ αυτών κάνει λόγο για μια μεγάλη πέτρινη πλάκα που βρέθηκε στο εκκλησάκι του Αγίου Γεωργίου. Η επικρατέστερη όμως εκδοχή μιλά για την αρβανίτικη καταγωγή της λέξης. Στα αρβανίτικα η λέξη "πλακ" σημαίνει "πλατιά", κι έτσι όταν οι Αρβανίτες που ήρθαν διωκόμενοι να μείνουν στην περιοχή τον 16ο αιώνα την αποκάλεσαν "πλακ Αθίνα", δηλαδή "πλατιά Αθίνα", και η ονομασία "κόλλησε" σε ολόκληρη την γειτονιά.

**Το σπίτι του κυρίου και της κυρίας Κοκοβίκου** Το μικρό νεοκλασικό σπίτι στην αρχή της οδού Τριπόδων μένει σήμερα εγκαταλελειμμένο και με ξερόχορτα και μπαζα στην αυλή του. Είναι όμως το ίδιο σπίτι που "πρωταγωνίστησε" στην ταινία "Η δε γυνή να φοβήται τον άνδρα" και που



είχε ακόμη μεγαλύτερο παρελθόν: Χτίστηκε πριν από δύο περίπου αιώνες για να χρησιμοποιηθεί ως στέγη της τουρκικής στρατιωτικής διοίκησης, ενώ αργότερα μετατράπηκε σε... δημόσιο ουρητήριο. Μάλιστα, η αρχαιολογική σκαπάνη αποκάλυψε πως κάτι τέτοιο συνέβαινε και πολύ παλαιότερα: Ο χώρος στην αρχαιότητα στεγάζε δημόσιες τουαλέτες, Σήμερα, το διατηρήθηκε αλλά "μαραζωμένο" σπίτι της Ελενίτσας και του κυρίου Κοκοβίκου έχει μεταβιβαστεί στο ΤΑΙΠΕΔ που ανέλαβε να το βγάλει στο αχυράκι, στο πλαίσιο της



αξιοποίησης ακινήτων του δημοσίου.  
**Μια γειτονιά... από άλλον αιώνα** Η Πλάκα είναι όχι μόνο η παλαιότερη γειτονιά της Αθήνας αλλά και η μοναδική στην οποία μπορεί κανείς να δει τα δρομάκια και την πόλη όπως ήταν εκατό χρόνια πριν. Κι αυτό γιατί μεταπολεμικά, τα κτίσματα της Πλάκας κρίθηκαν διατηρητέα στο σύνολό τους, με αποτέλεσμα το αρχιτεκτονικό μεγαλείο της περιοχής να μείνει ως έχει για να το απολαμβάνουμε "ατόφιο".

**Όταν η Πλάκα κινδύνευσε** Ο μεγαλύτερος "κίνδυνος" για την διατήρηση του χρώματος της γειτονιάς ήταν η ξαφνική τουριστική ανάπτυξη που γνώρισε η Πλάκα στα μέσα του 20ου αιώνα. Αυτό οδήγησε την κυβέρνηση να λάβει δραστηρικά μέτρα το 1979, ήτοι πεζοδρόμηση πολλών οδών, περιορισμούς στις διαφημιστικές πινακίδες και, αργότερα, επί Τρίτης, απαγόρευση νυχτερινών κέντρων διασκέδασης για να αποφευχθεί η έντονη ηχορύπανση.

**Οι διάσημοι κάτοικοι της Πλάκας** Με θέα στους Στύλους του Ολυμπίου Διός, το διώροφο στο 5 της οδού Περιάνδρου στέγασε κάποτε τον μεγάλο λογοτέχνη Κωστή Παλαμά. Ο ίδιος με την οικογένειά του μοιράστηκε το κτίμα με άλλους ενοίκους, και έγραψε εκεί πολλά από τα ποιήματά του. Εκεί άφησε και την τελευταία του πνοή στις 27 Φεβρουαρίου του '43, ενώ πλήθος κόσμου συνέρευσε στο σπίτι του για την κηδεία. Επιπλέον, στο 4 της οδού Διοσκουρών μελετάται η δημιουργία του "Σπιτιού Ελύτη", με ακριβή αναπαράσταση του γραφείου του ποιητή, ενώ στο διώροφο νεοκλασικό στο 9 της Κυδαθηναίων, όπως μας ενημερώνει και η σχετική επιγραφή, έζησε ο πρόεδρος της Δημοκρατίας Κωνσταντίνος Γκάτσος, καθώς και η σύζυγός του, Ιωάννα Σεφεριάδη. Το σπίτι ανήκε στον πατέρα της τελευταίας και του Γιώργου Σεφέρη, Στυλιανό Σεφεριάδη - μάλιστα ο νομπελίστας ποιητής διέμενε στο ισόγειο του σπιτιού.

**Το παλιότερο θερινό σινεμά της πόλης** Ή έστω ένα από τα παλαιότερα, αφού τα ίχνη της "ίδρυσης" του χάνονται κάπου πριν την δεκαετία του 1920. Τότε ήταν που ένας κομμωτής, πρώην κάτοικος Παρισίου, σκέφτηκε να διοργανώσει στην Πλάκα προβολές θερινού σινεμά με το όνομα "Σινέ Παρί". Την δεκαετία του '60, μεταφέρθηκε στο κτίριο που στέκεται αγέρωχο μέχρι σήμερα, και μπορεί το ιστορικό, σχεδόν αιωνόβιο

σινεμά να έκλεισε για δύο δεκαετίες, αλλά από το 1986, με τον νέο του ιδιοκτήτη, άνοιξε και πάλι τις πόρτες της ταράτσας του για να απολαμβάνουμε ταινίες με θέα τον Ιερό Βράχο.



σινεμά να έκλεισε για δύο δεκαετίες, αλλά από το 1986, με τον νέο του ιδιοκτήτη, άνοιξε και πάλι τις πόρτες της ταράτσας του για να απολαμβάνουμε ταινίες με θέα τον Ιερό Βράχο.

**Γειτονίες μέσα στην γειτονιά** Γνωρίζετε πού είναι το Ριζόκαστρο; Πώς προέκυψε το όνομα



"Βρουσάκι" και γιατί ο Ιερός Βράχος πήρε χρώμα... κυκλαδικό; Οι απαντήσεις έρχονται μέσα από τις... υπογειονίες της Πλάκας. Το μέρος της γειτονιάς των Αερίδων στο κάτω μέρος της βόρειας πλευράς της Ακρόπολης λεγόταν Ριζόκαστρο, ονομασία που έλαβε επειδή βρίσκεται "στα ριζά του κάστρου" της Αθήνας - η περιοχή όντως είχε διαμορφωθεί οχυρωματικά σαν "κάστρο" κατά την βυζαντινή περίοδο. Πριν πάρει αυτή την ονομασία, η ίδια περιοχή ονομαζόταν "Γεράδα", γιατί κινούταν περιμετρικά του βράχου σαν γιρλάντα. Από την άλλη, το Βρουσάκι ήταν η γειτονιά που απλώνονταν μεταξύ των οδών Αδριανού, Βουλευτηρίου, Αποστόλου Παύλου και Αγίου Ασωμάτων. Η γειτονιά είχε χτιστεί πάνω στα ερείπια της αρχαίας Αγοράς των Αθηνών, γι' αυτό και σήμερα έχει... αποδεκατιστεί - έχει όμως απομείνει το γνωστό κέντρο πολιτισμού "Βρουσάκι" για να μας το θυμίζει. Ειδική μνεία αξίζουν φυσικά τα Αναφιώτικα, που αποτελούν μια αυτόνομη γειτονιά πάνω από την Πλάκα. Τα λευκά τετράγωνα σπιτάκια χτίστηκαν από τους κυκλαδίτες, κυρίως Αναφιώτες μάστορες που κάλεσε ο Όθωνας για να χτίσουν τα παλάτια και τα νέα κτίρια της Αθήνας. Μην έχοντας πού να μείνουν, οι Αναφιώτες φροντίζαν στα κρυφά τα βράδια να χτίσουν αυτά τα σπάνια δείγματα αρχιτεκτονικής στην οκία του Ιερού Βράχου. Μάλιστα, λέγεται πως ορισμένα από αυτά ξεφύτρωσαν... εν μία νυκτί, ενώ δεν ήταν λίγοι αυτοί που ξεσηκώθηκαν εναντίον τους για την αυθαίρετη εγκατάσταση στην Ακρόπολη - μάλιστα οι τεχνίτες απέκτησαν μεγάλη έχθρα με τους κατοίκους της Πλάκας. Ωστόσο, ακόμη και οι αρχές έκαναν... τα στραβά μάτια χάρη στην δικαιολογία των Κυκλαδιτών πως τους το επέτρεψε ο Βασιλιάς, και τελικά η γειτονιά, που ακόμη και σήμερα δεν έχει διευθύνσεις παρά μόνο αριθμούς σπιτιών, κηρύχθηκε διατηρητέα.

**Ο μπαρμπα-Γιάννης ο Κανατάς** Από τις θρυλικότερες μορφές της Αθήνας, ο περίφημος μπαρμπα-Γιάννης ο Κανατάς έμενε στην οδό Υπερείδων στην Πλάκα και καθημερινά κατηφορίζε τα δρομάκια με το γαϊδουράκι του και τα κανάτια του, πηγαίνοντας προς το Σύνταγμα. Εκεί, μάλιστα, η μορφή του είχε γίνει τόσο δημοφιλής, που η ορχήστρα της Φρουράς τον υποδεχόταν με άσματα στην πλατεία. Της Κυριακής, ο μπαρμπα-Γιάννης μεταμφιεζόταν σε αριστοκράτη και έπιανε θέαση στα γνωστά καφενεία της περιοχής, την "Ωραία Ελλάς" και το "Σολωνέιον". Την δεκαετία του 1880, ο Κανατάς εξαρρατίστηκε: Κανείς δεν τον ξαναείδε και οι φήμες στην Αθήνα εκείνη την εποχή οργίασαν, δημιουργώντας διάφορες θεωρίες για την μορφή του και την τύχη του.

**Το Λουτρό των Αερίδων** Το μοναδικό από τα δημόσια λουτρά της Αθήνας που διασώζεται μέχρι σήμερα, απέκτησε την ιδιότητα του χαμάμ κατά την πρώτη περίοδο της Τουρκοκρατίας και παρέμεινε σε λειτουργία μέχρι το 1965. Κατά τα αρχαία χρόνια, το κτίμα ονομαζόταν "Ορολόγιο του Κυρηόστου", και αποτελούσε ηλιακό ρολόι με ανεμοδείκτη. Μάλιστα, εξαιτίας των μάλλον ελλιπών γνώσεων των σύγχρονων Ελλήνων, όταν σχεδιάζονταν οι νέοι δρόμοι της Αθήνας τον 19ο αιώνα, πιστεύοντας πως αποτελούσε ναό προς τιμή του θεού Αϊόλου (εξ ου και οι "Αερίδες"), ονόμασαν τον δρόμο που ξεκινά από εκεί "οδό Αϊόλου". Σήμερα, το μνημείο επαναλειτούργει με μια πρωτοποριακή interactive έκθεσή που μας μιεί στην Ιστορία του.

<http://www.in2life.gr/features/notes/article/322263/12-pragmata-poy-isos-den-xerate-gia-thn-plaka.html?singlepage=1>

## Μάθετε το κρυφό μήνυμα που περιέχει κάθε ασθένεια

Της Ιουλίας Πιτσούλη

Τι γίνονται τα συναισθήματα που καταπιੰνουμε; Πού πηγαίνουν οι ανάγκες μας που καταπιέζουμε; Τι συμβαίνει στα θέλω μας που δεν τολμάμε να εκφράσουμε; Η απάντηση είναι... βυθίζονται στα βάθη του Είναι μας, στις αποθήκες του Ψυχισμού μας.

Όταν αυτές οι αποθήκες γεμίσουν ασφυκτικά τότε τα καταπιεσμένα συναισθήματα, ανάγκες και επιθυμίες μας σπάνε τις πόρτες αυτών των αποθηκών και ξεχνούνται είτε στην ψυχολογική μας κατάσταση είτε στο σώμα μας περιέχοντας ένα κρυφό μήνυμα.

Θυμάστε τότε που σας είχαν πιάσει νευρικά γέλια και που με κόπο καταφέρατε να τα καταπιέξετε πριν σας αντιληφθεί εκείνος που δεν έπρεπε; Μπορείτε να ανακαλέσετε στη μνήμη σας τις φορές που είχατε κατακλυστεί από παικτικό και που μόλις μπορούσατε να κρατήσετε την ψυχραιμία σας και να συγκρατήσετε τις κραυγές σας; Κι εκείνες τις στιγμές που το κλάμα σας ανέβηκε σαν κόμπος στο λαιμό, αλλά καταφέρατε να καταπιείτε τα δάκρυά σας ή τις διαμαρτυρίες σας; Όλοι έχουμε παρόμοιες στιγμές να θυμηθούμε. Τι έγιναν όμως τα ξεσπάσματα γελίου που συγκρατήθηκαν, τα δάκρυα που δεν κύλησαν, οι κραυγές που δεν ακούστηκαν; Κι αν το προχωρήσουμε ακόμα περισσότερο, τι να έγιναν άραγε οι βρισιές που δεν ξεστομίστηκαν, οι πόθοι που δεν εκφράστηκαν, τα παράπονα που δεν ειπώθηκαν; Χάθηκαν; Για την ψυχολογία η απάντηση είναι ένα στερογγυλό όχι. Η φυσική σπεύδει να συνηγορήσει επισημαίνοντας πως τίποτα μα τίποτα δεν χάνεται στη φύση κι άσχετα αν εμείς το ονομάζουμε δάκρυ, γέλιο, σκέψη ή επιθυμία, φως, θερμότητα ή ηλεκτρομαγνητισμό όλα μπορούν να θεωρηθούν ενέργεια. Και η ενέργεια ποτέ δεν χάνεται. Μπορεί όμως να μεταλλαχθεί.

Κάπως έτσι ξεκίνησαν οι μεγάλες ανακαλύψεις της ψυχοσωματικής ιατρικής που επιβεβαιώνουν πως συναισθήματα, ανάγκες και επιθυμίες που συγκροτούνται μέσα μας ή δεν βρίσκουν τρόπο να ικανοποιηθούν γίνονται τελικά οι μυστικοί συνωμότες που μαζί με τους διάφορους νοσογόνους παράγοντες καταβάλλουν το αμυντικό μας σύστημα.

Αν και για μακρύ διάστημα η συνηρητική και υλιστική πτέρυγα των επιστημόνων αρνούνταν να δεχθεί την άμεση σχέση όλων των ασθενειών με την ψυχική μας κατάσταση, η πανάρχαια εμπειρική γνώση των λαών δεν έτρεφε καμιά αμφιβολία για τη σχέση της λύπης με την ασθένεια.

**Το θυμωμένο στομάχι.** Οι οσάοι, οι αρχαίοι Ασκληπιάδες και οι θεραπευτές άλλων εποχών γνώριζαν πως οι ψυχικές καταστάσεις είχαν άμεσο αντίκτυπο στην κατάσταση της υγείας και είχαν ήδη παρατηρήσει πως συγκεκριμένα αρνητικά συναισθήματα είχαν την τάση να μετατρέπονται σε εξίσου συγκεκριμένες ασθένειες. Χρειάστηκε όμως να περάσουν πολλοί αιώνες για να συστηματοποιηθεί αυτή η γνώση.

Στην πραγματικότητα όλες οι ασθένειες δεν είναι παρά αντανάκλασεις των εσωτερικών μας συγκρούσεων και των ανομολόγητων πόθων μας. Αυτή η άποψη από την οποία θα απέστρεφαν το πρόσωπο οι αυστηρά προσηλωμένοι στο υλιστικό μοντέλο ζωής γιατροί παλαιότερων εποχών σήμερα είναι πλέον όχι μόνο σεβαστή αλλά και αντικείμενο συστηματικής μελέτης από πολλά ερευνητικά κέντρα.

Η νευροβιολογία και οι μελέτες της χημείας του εγκεφάλου επιβεβαιώνουν πως κάθε συναισθηματικό και κάθε σκέψη μεταφράζεται σε ηλεκτροχημικές μεταβολές που συντελούνται μέσα στο σώμα. Υπάρχουν σκέψεις που μπορούν να

προκαλέσουν πραγματική ηλεκτροχημική θύελλα στον οργανισμό μας. Μια σκέψη για άμεσο κίνδυνο της ζωής στέλνει αστραπιαία μηνύματα συναγερμού σε ολόκληρο το σώμα κάνοντας την καρδιά να χτυπά ξέφρενα, το πεπτικό σύστημα να αναστέλλει τη λειτουργία του, τους πνεύμονες να υπολειπώνονται, τους μύες να συσφίγγονται και την αδρεναλίνη να ξεχύνεται ορμητικά.

Μια σκέψη που αφορά σε κάτι πιο ήρεμο ή ακόμα και κοινότοπο όπως αυτές που κάνουμε συνήθως δεν έχει τόσο θεαματικό αντίκτυπο στο σώμα ωστόσο αφήνει κι αυτή το ηλεκτρικό και χημικό της αποτύπωμα στον οργανισμό. Το βέβαιο είναι πως όσο πιο έντονα τα συναισθήματα, οι ανάγκες και οι επιθυμίες, ιδίως όταν παραμένουν ανέκφραστες, τόσο βαθύτερα τα αχνάρια που αφήνουν μέσα μας.

Κι αν αυτό κρατήσει καιρό αργά ή γρήγορα θα βρουν μια χαραμάδα να ξεγλιστρήσουν, να βγουν στο φως. Είτε ως νεύρωση, είτε ως σωματική ασθένεια. Ο Ντίτακ Τσόπρα στο βιβλίο του "Κβαντική Θεραπεία" μιλάει για χαρούμενο και λυπημένο στομάχι, για θυμωμένα νεφρά και φοβισμένο αυχένα εξηγώντας πως τα συναισθήματά μας διαποτίζουν κάθε όργανο, μόριο και κύτταρο του σώματός μας.

Όμως, αν οι γιατροί που υιοθετούν την ψυχοσωματική προσέγγιση αναζητούν πίσω από την ασθένεια έναν ψυχικό παράγοντα, οι ασχολούμενοι με τη μεταφυσική πάνε ακόμα πιο πέρα: βλέπουν την ασθένεια όχι σαν ξεσπάσμα, αλλά σαν ανακούφιση της ψυχής που επιτέλους έχει βρει έναν τρόπο να εκφράσει τις βαθύτερες ανάγκες της.

**Η Επανάσταση των Καλόβωλων.** Συχνά αρνούμεθα να παραδεχθούμε ότι θέλουμε αγάπη και φροντίδα. Τότε αναλαμβάνει το σώμα να εκδραματίσει την ανάγκη μας και μας στέλνει στο κρεβάτι και στην αναγκαστική φροντίδα των άλλων που δεν μπορούμε πλέον να αρνηθούμε. Δεν έχει σημασία αν αυτή τη φροντίδα την προσφέρει ένα αγαπημένο πρόσωπο, ή ένας άγνωστος γιατρός και κάποιες νοσοκόμες.

Στην ουσία έχει εκπληρωθεί το βαθύτερο αίτημα επιστροφής μας σε μια κατάσταση όπου είμαστε απαλλαγμένοι από φροντίδες και αφημένοι στη μέριμνα κάποιου άλλου. Ένα είδος παλινδρόμησης σε άλλες πιο παιδικές εποχές που εγκαταλείπαμε τον εαυτό μας στα στοργικά χέρια κάποιου μεγάλου. Από εσωτερική σκοπιά η ασθένεια είναι ένας τρόπος να ζητήσουμε αγάπη, να απαλλαγούμε για λίγο από τις ευθύνες, να αποφύγουμε δύσκολες καταστάσεις, να διεκδικήσουμε και... να εκδικηθούμε.

Αυτό το τελευταίο όσο παράξενο κι αν μοιάζει είναι πολύ αληθινό. Συχνά μια ασθένεια έρχεται ως τιμωρία του εαυτού μας ή κάποιου άλλου προς τον οποίο απευθύνουμε το μήνυμα "κοίτα σε τι κατάσταση με έφερες". Ταυτόχρονα ο ασθενής, μέσα στην ανημποριά του αποκτά ένα είδος εξουσίας που επιτέλους μπορεί να ασκεί πάνω τους εκείνους που τον φροντίζουν.

Από παιδιά έχουμε διαπιστώσει ότι ελέγχουμε τους οικείους μας μάλλον περισσότερο ξαπλωμένοι στο κρεβάτι του πόνου παρά όρθιοι και υγιείς. Οι μητέρες που μπορεί να έχουν στραφεί και προς άλλα ενδιαφέροντα επιστρέφουν και πάλι για να ξεχρηστήσουν στο προσκεφάλι του παιδιού όπως τα ενήλικα παιδιά που απασχολημένα με τις υποχρεώσεις τους μπορεί να έβλεπαν αραιά και που τους ηλικιωμένους γονείς περνούν πολύ περισσότερες ώρες κοντά τους όταν αυτοί κείτονται ασθενείς στο κρεβάτι ενός νοσοκομείου.

Με λίγα λόγια η ασθένεια είναι ένας τρόπος

να εξασφαλίζουμε την συχνότερη παρουσία των άλλων κοντά μας. Δεν είναι ίσως ο πιο σοφός. Αλλά είναι μια διέξοδος. Όπως το συνάχι που συχνά ξεσπάει επειδή πνίξαμε τόσα δάκρυα μέσα μας που στο τέλος ξεχειλίζουμε από τη μύτη! Όπως ο καρκίνος, που σύμφωνα με αυτή την προσέγγιση εμφανίζεται σε άτομα που ήταν πάντα πρόθυμα, εξυπηρετικά και γίνονταν θυσία για τους άλλους ή κυνηγούσαν με μανία την τελειότητα και υπηρετούσαν με αυτοθυσία τις υποχρεώσεις και τα πρέπει τους.

Είτε ως εξυπηρετητές των άλλων είτε ως περφεξιοτιστές έθεσαν τον εαυτό τους κάτω από άκαμπτους κανόνες που δεν τους επέτρεπαν να ξεασπαστούν, να ζητήσουν για τον εαυτό τους, να διεκδικήσουν ή να πουν "δεν γίνεται".

**Φρόντισέ με, Αγάπα με!** Παρ' όλα αυτά, κάτι μέσα τους επιθυμούσε διακαώς κάποιον να τους φροντίσει κι αυτούς, κάπου να αφεθούν και να στηριχθούν όχι μόνο να στηρίζουν. Αν αυτές οι απαιτήσεις του ψυχισμού, που καταπιεσθηκαν και απωθήθηκαν σε σημείο που συχνά να μη γίνονται αντιληπτές, δεν αναγνωριστούν και δεν τιμηθούν τότε θα γλιστρήσουν στο σώμα και με τη μορφή μιας σοβαρής ασθένειας όπως ο καρκίνος θα απαιτήσουν αυτό που το ίδιο το άτομο δεν τολμούσε να κάνει: να φερθεί άκρως εγωιστικά.

Όπως επισημαίνει ο Ρύντγκερ Ντάλκε στο βιβλίο του "Η ασθένεια ως γλώσσα της ψυχής" (εκδόσεις Πύρινος Κόσμος) "με την έκρηξη της ασθένειας φανερώνεται ένα μεγάλο μέρος της κρυφής απαίτησης του εγώ. Βγαίνοντας στην επιφάνεια προκαλεί μεγάλη έκπληξη στο περιβάλλον του ασθενούς γιατί ακόμα και τα ειρηνικότερα άτομα απαιτούν ξαφνικά να περιστρέφεται το παν γύρω τους και γύρω από την ασθένειά τους.

"Ό,τι μέχρι τώρα δεν τολμούσε ο ασθενής να το εκφράσει ως δική του γνώμη ανεβαίνει τώρα από τη σκιά και ζητά την ικανοποίησή του." Αν και οι οικείοι ξεβολεύονται, αυτή η στάση αποτελεί ένα είδος θεραπείας για το ίδιο το άτομο που επιτέλους διεκδικεί την ικανοποίηση των δικών του αναγκών και επαναστατεί στα καθήκοντά του ως κόρη ή γιος, γονιός, υπάλληλος ή συζυγό της των άλλων.

Συχνά παρατηρούμε πως εκείνοι που ήταν οι καλύτεροι εργατικοί, υποταγμένοι, σωπηλοί, υπομονετικοί και τόσο συμπαθητικοί γεμάτοι αλtruισμό και προθυμία να βοηθήσουν τους άλλους γίνονται ιδιότροποι και απαιτητικοί ασθενείς που χορεύουν τους άλλους στο ταψί. Στην πραγματικότητα αυτό που μας φαίνεται ως παραξενιά και απαιτητικότητα δεν είναι παρά το ξεσπάσμα των καταπιεσμένων δικών τους επιθυμιών που χρόνια τις είχαν υποτάξει δίνοντας το προβάδισμα στους άλλους.

**Τα Κρυμμένα Μηνύματα** Παρόμοιοι εσωτερικοί ψυχικοί μηχανισμοί υπαγορεύουν την εμφάνιση διαφόρων μορφών ασθενειών κάθε μια από τις οποίες αποκαλύπτει βαθύτερες απωθημένες καταστάσεις. Η Κάρολαιν Μυς, στο βιβλίο της "Ανατομία του Πνεύματος" και η Λουίζ Χέι στα δικά της βιβλία συμπληρώνουν τον Ντάλκε ως προς τους κρυφούς ψυχικούς παράγοντες που πυροδοτούν τις διαταραχές της υγείας και που μοιάζουν σαν μικρά θεατρικά έργα ή τελετουργικά που έχουν πάρει τη θέση αυτών που πραγματικά χρειαζόμαστε. Ας δούμε μερικά από αυτά στο site:

[http://thesecretrealtruth.blogspot.com/2012/11/blog-post\\_7277.html](http://thesecretrealtruth.blogspot.com/2012/11/blog-post_7277.html)  
και **Επι Κοινωνία εν Τύπω**, φύλλο 63, "Το σώμα φωνάζει... αυτό που σωμαίνει το στόμα!"

# ΙΣΤΟΡΙΚΑ ΝΤΟΚΟΥΜΕΝΤΑ

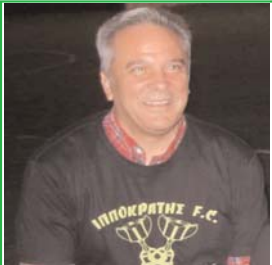
## ΕΛΕΥΘΕΡΑ

Χίλιο περίπου φυματικό της "Σωτηρίας" - από τας δύομισυ χιλιάδας της φυματιουπόλεως - εκήρυξαν την Κυριακή απεργίαν πείνης, σήμερα δε, σχεδιάζουν να καταέλθουν εν σώματι εις την πρωτεύουσαν δια να διαμαρτυρηθούν. Αιτία η απόφασις του Ανωτάτου Υγειονομικού Συμβουλίου όπως μη επιτραπεί η ελευθέρα εισαγωγή του αντικυματικού φαρμάκου, το οποίον τόσο ανεπτέρωσε τας ελπίδας των ασθενών. Σπανίως απεργία πείνης είχε τόσον συγκινητικήν αιτίαν. Δι' αυτό νομιζομεν ότι ορθόν θα ήτο να επιτρέπεται η άνευ περιορισμού και όρων - που δικαίως απελπίζουν τους αδημονούντας ασθενείς - εισαγωγή του φαρμάκου.

Πολύ χρήσιμοι και πολύ εύστοχοι είναι αι συστάσεις τας οποίας απευθύνο ο Αστυνομικός Διευθυντής Αθηνών κ. Βρανόπουλος δια την συμπεριφοράν των έναντι των πολιτών εις περιπτώσεις μικροπαραβάσεων. Δεν πρέπει, λέγει προς τα αστυνομικά όργανα, να προχωρήτε μέχρι καταγγελίαςόταν πρόκειται περί ασημάντων παραβάσεων. Διότι αι συνέπειαι είναι οδυνηραί δια τους πολίτας, οι οποίοι εις την μεγάλην πλειοψηφίαν των δυσπραγούν οικονομικώς. Ούτε συγχωρείται η τραχεία συμπεριφορά, την οποίαν επιδεικνύουν ενίοτε τα αστυνομικά όργανα. Αι συστάσεις και η ψυχραιμία ημπορούν να φέρουν πολύ αγαθότερα αποτελέσματα και αυξάνουν όχι μόνον το γόητρον, αλλά και την συμπάθειαν των λαϊκών μαζών.

Εφημερίδα Ελευθερία, 29 Απριλίου 1952

## Πνευμονολογική Εταιρεία και Ιπποκράτης



Στις 14/6/14 εκλέχτηκε το καινούριο Διοικητικό Συμβούλιο της Ελληνικής Πνευμονολογικής Εταιρείας, που απαρτίζεται από:

**Πρόεδρος:** Τουμπής Μιχάλης  
**Αντιπρόεδρος:** Κατής Κωνσταντίνος  
**Γεν. Γραμματέας:** Βασιλακόπουλος Θεόδωρος  
**Ταμίας:** Χειλάς Γεώργιος  
**Ειδικός Γραμματέας:** Ζακυνθινός Σπυρίδων  
**Μέλη:** Κουλούρης Νικόλαος  
Κοσμάς Επαμεινώνδας

Μετά τη συνάντηση που είχαν ο αρχηγός της ομάδος Πουρίκης Σπύρος και ο προπονητής Βλάχος Νικόλαος με τον Πρόεδρο της Ελληνικής Πνευμονολογικής Εταιρείας κ. Τουμπή Μιχάλη, επήλθε συμφωνία ώστε και τη νέα ποδοσφαιρική χρονιά η Εταιρεία να είναι ο επίσημος χορηγός του τρεμπλούχου Νοσοκομείων Αττικής "ΙΠΠΟΚΡΑΤΗ FC". Ο αρχηγός της ομάδος και ο προπονητής θέλουν να ευχαριστήσουν για άλλη μία χρονιά όλο το Διοικητικό Συμβούλιο για την αμέριστη ηθική και οικονομική συμπαράσταση στην ομάδα του Νοσοκομείου.

Πιστεύουμε ότι θα ανταποκριθούμε θετικά στην πρόκληση για την κατάκτηση και του φετινού πρωταθλήματος.

Σπύρος Πουρίκης

## Όσοι "νογάτε" Κεφαλονίτικα διαβάστε το

Αγαπητή μου Ξαδρέφη,  
Σου στέρνω, Κυρά μου, ερκειό το μπουλετί, να μου πεις και συ τι να κάμω, γιατί κοντεύω να κουρλαθώ. Άκου, το λοιπό, τι έγινε: Ψες, μπονόρα-μπονόρα, πήα στο κάμπο να μάσω λάχανα, και σε δυο ώρες γέμισα δυό παληές ντεμέλες. Όντας γύρσια στο στίπτι, ίπρεπε να παστρέψω και να πλύνω ερκειούς τσου μπελιάδες, γιατί η ψημμένη η Ιζόρδη δεν έχει καιρό (έχει το στίπτι, το πλύσιμο, το σίδερο, το φράϊ του μπαϊδιόνε...) και ερκειή η δούλα μας η Τζόγια δε νογάει. (Πάντα τση ήτανε λίγο σμπαραλάδα, αλλά τώρα εμπιστολήρησε με μίας!)

Το λοιπό, έβολα τα λάχανα στο μαστέλλο, που το πόστιασα απά στο τρίτο σκαλοπάτι τση σκαλούλας (πλάι στο μετζάο με τα βουτσιά) και πήρα το σύκλο να βγάλω νερό από τη στέρνα που είναι κάτω από το βόρτο, γιατί ερκειό το κουγιό-μπαλο η Τζόγια ούτε ερπήνη τη δουλειά μπορεί να κάμει. Μόνο να τράει τον αγκλέουρα και να με ξεδεύει ξέρει! (Έχει γίνει, Ερβίρα μου, σα βαντάκα!)

Κοθώς όμως τράβαγα το δεύτερο σύκλο με το νερό, κόβεται εκείος ο διάολος η σπαρτσίνια και πέφτει ο σύκλος μέσα στη στέρνα. Επήε, μα τον Άγιο, κάπ να μό'ρτε. Και, επειδή δεν έχουμε ραμπαούνι, επήα να πάρω ένα από τον Αναπολέο, το μπιττόρο, που μένει στο παραπάνω καντούνι, γιατί ερκειό το παραλέκατο η Τζόγια, που είναι σκέτη σκατουρά, δε νογάει τίποτσι. Σκέψου ότι προφές η ψημμένη η Ιζόρδη την έστειλε να πάρει μπισπιού μίαν απλάδενια από τον Αδά, ξέρεις το γιό τση Λιχούτσας, πό'χει το μαγαζί στο Λιθόστρωτο, για να βάλει τα τσηγαριδια πό'χε ψήσει. Όντας όμως γύριζε, έπιασε παρολές με κάπ βρωμόκληρες που παίζανε το πτίτσι, και τση έπεσε η απλάδενια απά στα γουλιά και έγινε μελιδία! (Ερπήνη λέει ότι την έσκωξε ένας τζώρτζινας!)

Φέρνω, το λοιπό, το ραμπαούνι και προσπαθώ να ψαρέψω το σύκλο. Και κειο το χαντό, η Τζόγια, χαμυγελούσε, που μένει 'ρτε να τηνε ξυλιάου.

"Φεύγεις εδεπάθενε βωρέ," τση λέω, "να μη σου δώκω κανένα ξεμπάχαλο; Πήαινε καλλίτερα βρωμοθήλυκο στο μαγερείο, ν'ανάφεις τη φωτιά, και κάτσε εδεκει να τη σμπιάς."

Και ερπήνη ερτού έφυγε, και γω καθισμένος σε μια καθίκα δελέγκου-δελέγκου έπλυνα τα λάχανα, πρώτα στο μαστέλλο, μετά σε μια λάτα, και τελικά στο σέκκιο.

Όντας κόντενα να τελέψω, ξανάρκεται, Κυρά μου, ερκειό το δεούτελο η Τζόγια, να με ρωτήση που είναι η σκάτουλα με τα κιόκια. Έγω σκάχηκα, και καθώς γύρσια να τήνε γδώ έδωκα μια αμποδισιά στο μαστέλλο, και όλα τα βρωμόνερα ριπισηθήκα απά στο βρακί μου, που έγινε μες τη μάκα! Και κειο το κουρλοθήλυκο έσκασε στα γέλια. Εγώ δαιμονίστηκα και τση είπα: "Άντε στο διάολο βωρέ ξόανο, μπριχού σε αρκινήσω στις σμπακιές και σε αφήσω στρόπια για όλη σου τη ζωή!"

Ερκειήν σπαβεντάρισε και αρκίνησε να κλαουνίζει, και να λέει ότι δε το 'καμε ξαπόστα.

Μετά στέγνωσα, Ψυχή μου, το βρακί μου, που έχει όμως μακιάρει και δεν ξέρω πώς να το παστρέψω. (Και είναι καινούργιο, ... ούτε 5 χρόνια δε το 'χω!)

Λες, Κυρά μου, να το στείλω στο καθαριστήριο, ή μήπως μου το κάνουνε κακοθάνατο με τση πιλούλες και τση πούρμπερες που βάνουνε; Και επιπλέον δίνεις και τα όβολά σου! Μήπως είναι καλλίτερα να το πλύνω μόνος μου; (Να βάλω και λίγη γλήνα;)

Χαιρετίσματα στο Ξαδρέφο μου,  
Περιμένω γράμμα σου  
Και σε φιλώ  
Σιόρα Ερβίρα Βλάχου

Από το βιβλίο του Νίκου Δυοβουνιάτη  
"Η ΚΟΡΕΣΠΟΝΤΕΝΣΑ ΤΟΥ ΞΑΔΡΕΦΙΟΝΕ"

## ΓΙΝΕ ΜΕΛΟΣ

### Σύλλογος Φίλων Περιθαλπομένων Νοσοκομείου "Η Σωτηρία"

Νοσοκομείο Νοσημάτων

Θώρακος Αθηνών

"Η ΣΩΤΗΡΙΑ"

Λεωφ. Μεσογείων 152 - Αθήνα 11527

Τηλ. 2107763638

FAX 2107707211

E-mail: info@syfilon.gr

site: www.syfilon.gr

## ΔΩΡΕΕΣ

Για την οικονομική ενίσχυση του Συλλόγου μας

Ευχαριστούμε θερμά την:

κα Ηλέκτρα Δρυμπέτη.

Λογαριασμός τραπέζης 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.

## Οικονομικά

Αυγούστου 2014

ΕΣΟΔΑ	ΕΞΟΔΑ
ευρώ 80,00	1.685,59 ευρώ
ΑΝΑΛΥΣΗ ΕΞΟΔΩΝ	
Περιθαλπόμενοι:	224,00 ευρώ
ΕΛΤΑ, εφημερίδα, Διανομή:	632,00 ευρώ
Διάφορα έξοδα:	830,00 ευρώ

## Επι κοινωνία εν τύπῳ

Μηνιαία εφημερίδα. Εκδίδεται σε 2.500 φύλλα

### Διοικησία:

«Σύλλογος Φίλων Περιθαλπομένων Νοσοκομείου "Η ΣΩΤΗΡΙΑ"»

**Έδρα:** Γ.Ν.Ν.Θ.Α. «Η ΣΩΤΗΡΙΑ», Μεσογείων 152, Αθήνα 11527

**Εκδότης:** Πέτρος Γαρζώνης.

**Συντακτική Ομάδα:** Γιώργος Δεδούσης, Αθηνά Δούσου, Νίκος Παΐσιος, Ματίνα Σπυράτου, Άρης Στρατάκος.

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

**Για αυτό το τεύχος εργάστηκαν επίσης οι:**

Κυριακή Δημητρούλακη, Βασίλης Καλαφάτης και Αθηνά Πέτση.

Οι αρθρογράφοι φέρουν πλήρως την ευθύνη των κειμένων τους

## Μονοήμερη Κρουαζιέρα ΥΔΡΑ - ΠΟΡΟΣ - ΑΙΓΙΝΑ



**Συνεχίζει η εκδρομική μας δραστηριότητα με κρουαζιέρα κόστους 40 ευρώ το άτομο.**

**Αναχώρηση: 21 Σεπτεμβρίου 2014**

Στις 08.00 από το Τροκαντερό Π. Φαλήρου. ή (κατόπιν συνεννόησης, με πούλμαν) Στις 07:00 από το ΓΝΝΘΑ "Η Σωτηρία"

Λίγα λεπτά μετά την αναχώρηση, η ξεναγός και οι πλοιοσυνοδοί θα σας ζητήσουν να συγκεντρωθείτε σε ένα από τα σαλόνια του πλοίου για να γνωριστείτε και να σας δώσουν όλες τις πληροφορίες σχετικά με το πλοίο, το πρόγραμμα της κρουαζιέρας και τα νησιά ώστε να γίνει όσο το δυνατόν πιο ευχάριστη η ημέρα σας.

**Υδρα** (Παραμονή περίπου 2 ώρες)

Με την είσοδό μας στο λιμάνι της Υδρας, αντικρίζουμε τη νησιώτικη πολιτεία της και τα πανέμορφα σπίτια με τη χαρακτηριστική αρχιτεκτονική που απλώνονται αμφιθεατρικά μπροστά μας. Και αν αυτό σας γοητεύσει, μόλις αποβιβαστείτε και αρχίσετε να περπατάτε στα σοκάκια της Υδρας ή κάνετε μία βόλτα με τα γαϊδουράκια, τότε η γνωριμία με αυτό το νησί θα σας συναρπάσει.

**Πόρος** (Παραμονή περίπου 1 ώρα)

Πόρος, παρ' ότι είναι το πιο μικρό από τα 3 νησιά έχει σαν πόλο έλξης το στενό κανάλι που χωρίζει το νησί από τις ακτές της Πελοποννήσου και προσφέρει μία καταπληκτική θέα στους επισκέπτες. Παραμονή στον Πόρο περίπου 1 ώρα.

Επιστρέφοντας στο πλοίο, θα σας περιμένει το τραπέζι στρωμένο με μοναδικά εδέσματα, τις γαστρονομικές δημιουργίες του CHEF μας.

**Αίγινα** (Παραμονή περίπου 2 ώρες)

Είναι το μεγαλύτερο από τα 3 νησιά και επειδή έχει πολλά ενδιαφέροντα εκτός του λιμανιού, προτείνονται τρεις προαιρετικές εκδρομές:

**1. Εκδρομή με πούλμαν στο Ναό της Αφραίας,** ξενάγηση στον αρχαιολογικό χώρο του Ναού που είναι σύγχρονος του Παρθενώνα και μέρος του Ιερού Τριγώνου της αρχαιότητας. Χτισμένος πάνω στην κορυφή του λόφου που δεσπόζει στην περιοχή της Αγίας Μαρίας με μοναδική θέα την Αθήνα, τον Πειραιά και τη Σαλαμίνα. Στη συνέχεια μία στάση στην **εκκλησία του Αγίου Νεκταρίου** για να ανάψουμε ένα κεράκι και να απολαύσουμε την αρχιτεκτονική και τη διακόσμηση της εκκλησίας. (Κόστος 25 ευρώ).

**2. Πανοραμική εκδρομή με πούλμαν.** Σ' αυτήν την εκδρομή (χωρίς την επίσκεψη στον αρχαιολογικό χώρο), έχετε την ευκαιρία να κάνετε το γύρο του νησιού, βλέποντας την πανέμορφη φύση του, στην Παλαιχώρα. Ακολουθεί επίσκεψη στη νέα Μονή τους Αγ. Νεκταρίου για προσκύνημα. Στη συνέχεια επισκεπτόμαστε ένα κέντρο παραγωγής φριστικών όπου από κοντά βλέπουμε όλη την διαδικασία επεξεργασίας του φριστικού, που περνάει από μηχανήματα υψηλής τεχνολογίας, από το δέντρο έως την πώλησή του. Θα έχετε την δυνατότητα δοκιμής φρεσκόων φριστικών σε διάφορες μορφές. (Κόστος 10 ευρώ).

**3. Μεταφορά με μικρότερο σκάφος σε μια μοναδική οργανωμένη παραλία για κολύμπι.** (Κόστος 15 ευρώ).

Οι παραπάνω εκδρομές είναι προαιρετικές και πωλούνται επί του πλοίου.

**Επιστροφή:**

Στις 19:30 στο Τροκαντερό Π. Φαλήρου και Στις 20:00 στο ΓΝΝΘΑ "Η Σωτηρία".

**Πληροφορίες - Κρατήσεις θέσεων:** 2107763638 Δευτέρα και Πέμπτη (11:00 - 14:00)

## Ημερολόγιο Κηπουρού

### Σεπτέμβριος

Καλό φθινόπωρο σε όλους!

Μία παροιμία λέει για τον Σεπτέμβρη κάθε κατεργάρης στον πάγκο του, κάτι που ισχύει για όλους μας, αλλά κυρίως για τους μαθητές και βέβαια για τους καλούς κηπουρούς.

Από αυτό το μήνα ξεκινάμε και πάλι να έχουμε πολλές δουλειές στον κήπο. Θα εντοπίσατε ήδη ότι τα φυτά σας βρίσκονται σε φάση ενεργής ανάπτυξης αυτές τις ημέρες.

Όπως και την άνοιξη, οι θερμοκρασίες μεταξύ 20° - 30° C, η αυξημένη υγρασία στην ατμόσφαιρα και ο ήλιος που πια δεν καίει τόσο πολύ, είναι οι ιδανικές συνθήκες για την ανάπτυξη των φυτών μας. Βοηθήστε τα με επιπλέον λίπανση εφόσον ο καιρός διατηρείται δροσερός.

Επειδή όμως ο καιρός είναι απρόβλεπτος και οι αλλαγές είναι ξαφνικές, σαν γενική οδηγία φροντίστε να ελαττώνετε ή να αυξάνετε τη συχνότητα του ποτίσματος ανάλογα με τις καιρικές συνθήκες.

### Φυτά εσωτερικού χώρου

Αρχίστε σταδιακά να προετοιμάζετε τα φυτά εσωτερικού χώρου που μεταφέρατε στο μπαλκόνι σας το καλοκαίρι, για την επιστροφή τους σε συνθήκες εσωτερικού χώρου.

Ελέγξτε τα προσεκτικά για έντομα και ασθένειες πριν τα μεταφέρετε σε εσωτερικό χώρο και να πλύνετε καλά τα φύλλα τους αλλά και τις γλάστρες και τα πιατάκια τους ώστε να αποφύγετε επέκταση εντόμων και στα υπόλοιπα φυτά σας.

Ενισχύστε τη λίπανση σε όλα τα φυτά αρκεί η θερμοκρασία να μην αγγίζει τα όρια καύσωνα.

Ποίνεςτα & Υπομονή: Αρχίστε να αυξάνετε τις ώρες που τα φυτά σας βρίσκονται στο σκοτάδι προκειμένου να επιταχύνετε την άνθισή τους μέχρι τα Χριστούγεννα. Τα φυτά αυτά χρειάζονται περίπου 14 ώρες σκοτάδι για μία περίοδο 6 εβδομάδων για να ανθοφορήσουν.

### Φυτά στο μπαλκόνι

Κάντε βόλτες στα φυτώρια και αρχίστε να αγοράζετε βολβούς και φυτά ανοιξιάτικης ανθοφορίας. Μπορείτε να αρχίσετε να τους φυτεύετε προς τα τέλη του μήνα.

Φυτέψτε ετήσια ή διετή φυτά που ανθοφορούν τον χειμώνα και την άνοιξη (π.χ. πανσέδες, γαρύφαλλα, σκυλάκια, χρυσάνθεμα, μαργαρίτες) όταν ο καιρός σταθεροποιηθεί σε θερμοκρασίες γύρω στους 20°C.

Τα ετήσια που φυτέψατε την άνοιξη έχουν αρχίσει να πλησιάζουν στο τέλος του κύκλου τους. Αφήστε τα λουλούδια τους να σποριάσουν και μαζέψτε τους σπόρους. Αποθηκεύστε τους σε στεγνό και δροσερό σημείο μέχρι την επόμενη άνοιξη.

Όταν τα ετήσια ξεραθούν ξεριζώστε τα.

Αν θέλετε να αποξηράνετε καλοκαιρινά λουλούδια μαζέψτε τα τώρα πριν πιάσουν τα κρύα.

Μαζεύετε συχνά τα πεσμένα φύλλα που με την άνοδο της ατμοσφαιρικής υγρασίας αποτελούν ιδανικό καταφύγιο για τα βλαβερά έντομα.

Αν καλλιεργείτε μυρωδικά (π.χ. βασιλικός, δυόσμος) κόψτε κλωνάρια και μεταφυτεύστε τα σε μικρά γλαστράκια ώστε να τα διατηρήσετε σε εσωτερικό χώρο και το χειμώνα.

Ελέγξτε τους βολβούς ανοιξιάτικης ανθοφορίας που αποθηκεύσατε την άνοιξη.

Πετάζτε όσους σας φαίνονται μαλακοί/σαπισμένοι και περιμένετε μέχρι η θερμοκρασία να πέσει στους 18° C για να τους φυτεύσετε.

Για τις τουλίπες, περιμένετε μέχρι τα τέλη Οκτωβρίου, ώστε η θερμοκρασία να έχει πέσει ακόμη χαμηλότερα.

Βγάλτε από το χώμα τους βολβούς καλοκαιρινής ανθοφορίας μόλις τα φυτά ξεραθούν και αποθηκεύστε τους σε στεγνό και ζεστό σημείο.

Ενισχύστε τη λίπανση σε όλα τα φυτά αρκεί η θερμοκρασία να μην αγγίζει τα όρια καύσωνα.

Ελέγξτε προσεκτικά τα χρυσάνθεμα, αν το σχήμα τους δεν είναι αυτό που θέλετε κορφολογήστε τα προσεκτικά ώστε να έχουν πιο συμπαγή εικόνα τον επόμενο μήνα που θα ανθίσουν.

### Φυτά στον κήπο

Κάντε βόλτες στα φυτώρια και αρχίστε να αγοράζετε βολβούς και φυτά ανοιξιάτικης ανθοφορίας. Μπορείτε να αρχίσετε να τους φυτεύετε προς τα τέλη του μήνα.

Φυτέψτε ετήσια ή διετή φυτά που ανθοφορούν τον χειμώνα και την άνοιξη (π.χ. πανσέδες, γαρύφαλλα, σκυλάκια, χρυσάνθεμα, μαργαρίτες) όταν ο καιρός σταθεροποιηθεί σε θερμοκρασίες γύρω στους 20°C.

Κάντε ένα κούρεμα ανανέωσης στο γκαζόν όταν οι θερμοκρασίες σταθεροποιηθούν σε φθινοπωρινά επίπεδα. Κάντε μία τελευταία λίπανση, ώστε να ενισχύσετε την ανάπτυξη του ριζικού συστήματος.

Τα ετήσια που φυτέψατε την άνοιξη έχουν αρχίσει να πλησιάζουν στο τέλος του κύκλου τους. Αφήστε τα λουλούδια τους να σποριάσουν και μαζέψτε τους σπόρους. Αποθηκεύστε τους σε στεγνό και δροσερό σημείο μέχρι την επόμενη άνοιξη.

Φτιάξτε σε μία άκρη του κήπου σας ένα "βουνό" από τα ετήσια που ξεραίνονται και αφήστε τα εκεί. Την άνοιξη θα έχετε έτοιμο λίπασμα.

Ενισχύστε τη λίπανση σε όλα τα φυτά αρκεί η θερμοκρασία να μην αγγίζει τα όρια καύσωνα.

Ελέγξτε προσεκτικά τα χρυσάνθεμα, αν το σχήμα τους δεν είναι αυτό που θέλετε κορφολογήστε τα προσεκτικά, ώστε να έχουν πιο συμπαγή εικόνα τον επόμενο μήνα που θα ανθίσουν.

Μία καλή ιδέα είναι να γράψετε και να τοποθετήσετε ταμπελάκια στη θέση που είναι φυτεμένα τα πολυετή, ώστε την άνοιξη να μην τα ξεριζώσετε κατά λάθος ενώ ετοιμάζετε να φυτέψετε κάτι άλλο.

Φυτέψτε μαρούλια, σπανάκι και ραδικία προς τα τέλη του μήνα.

Αριστειδης Στρατάκος, Γεωπόνος  
Πηγή: <http://www.e-portorafti.gr/gardening/imeros.html>

### Νίκος Καζαντζάκης

Ξύψ φταις, φώναζε, εσύ! Εσείς όλοι οι καλοπροαίρετοι, η καλοχρησασμένοι, οι αδιάφοροι. Εγώ σε ήθελα να πεινάς, να 'χεις παιδιά και να πεινώνεις, να κρυώνεις, να κρυώνουν, να θες να δουλέψεις και να μη σου δίνουν ζουλειά. Όχι να μου σεριανίζεις από πολιτεία σε πολιτεία, να χάζεις στα Μουσεία και στις παλιές εκκλησίες και να κλαίς κοιτάζοντας τ' άστρα, γιατί σου φαίνονται πολύ χμορφα ή πολύ φοβερά. Μα χαμήλωσε τα μάτια σου, να κοιμοίρη, κοίταξε στα πόδια σου ένα παιδί που πεθαίνει



Ο αγέρας κάνει τη Δρύ να απλώνει ρίζες

## Παγκόσμια Ημέρα κατά της Λύσσας



Στη 28η Σεπτεμβρίου ξεχασμένα νοσήματα όπως αυτό της λύσσας σε ζώα επανεμφανίστηκαν στην χώρα μας θέτοντας σε κόκκινο συναγερμό τις υγειονομικές υπηρεσίες.

Έτσι ενώ από το 1987 θεωρούνταν ότι έχει εκριζωθεί βρέθηκε στο προσκήνιο εξαιτίας κρουσμάτων της νόσου σε γειτονικές χώρες.

Σήμερα η ημέρα είναι αφιερωμένη παγκοσμίως κατά της λύσσας μια νόσου με θνητότητα σχεδόν 100% τόσο για τον άνθρωπο όσο και για τα ζώα αφού δεν υπάρχει συνήθως αποτελεσματική θεραπεία μετά την εκδήλωση των συμπτωμάτων.

Σύμφωνα με στοιχεία του υπουργείου υγείας από τον Οκτώβριο του 2012 εμφανίστηκαν εκ νέου κρούσματα λύσσας σε ζώα στην Ελλάδα γεγονός αναμενόμενο επιδημιολογικά, εφόσον προϋπήρχαν κρούσματα σε γειτονικές χώρες.

Βάσει των ιδίων στοιχείων μέχρι σήμερα, έχουν καταγραφεί στη Βόρεια και Κεντρική Ελλάδα, 28 εργαστηριακά επιβεβαιωμένα κρούσματα λύσσας σε ζώα, κυρίως σε κόκκινες αλεπούδες, σε σκύλους και σε μία γάτα ενώ μέχρι στιγμής δεν έχει παρουσιαστεί κρούσμα λύσσας σε άνθρωπο.

Ο μόνος αποτελεσματικός τρόπος προστασίας από τη λύσσα είναι η πρόληψη, η οποία περιλαμβάνει μεταξύ άλλων: την αποφυγή της έκθεσης στα δαγκώματα των ζώων (αποφυγή επαφής με τα αδέσποτα ζώα) τον εμβολιασμό ζώων συντροφιάς, την άμεση και σωστή φροντίδα του τραύματος καθώς και την αναζήτηση ιατρικής βοήθειας, για ενδεχόμενη προφυλακτική αγωγή.

Όπως υποστηρίζουν τα μέλη της Ελληνικής Κτηνιατρικής Υπηρεσίας "ο ιός της λύσσας προκαλεί σοβαρή νευρική νόσο, η οποία αν δεν αντιμετωπιστεί είναι 100% θανατηφόρος μετά την έναρξη των κλινικών συμπτωμάτων. Αντίθετα, είναι 100% ιάσιμη εφόσον ο ασθενής ξεκινήσει άμεσα αντιλυσσική αγωγή. Η αντιλυσσική αγωγή περιλαμβάνει εμβολιασμό σε τρεις δόσεις εντός ενός μηνός και κατά περίπτωση, τη χορήγηση αντιλυσσικού ορού".

Σε ανθρώπους που έρχονται σε επαφή με ύποπτα άγρια οικόσιτα ζώα, σε περιοχές όπου η λύσσα είναι συχνή, όπως κτηνιάτρους και κυνηγούς, οι ειδικοί συνιστούν προληπτικό εμβολιασμό.

Το πρόβλημα εντοπίζεται συχνότερα σε αδέσποτα ζώα και σε αγροτικές ή ημιαστικές περιοχές όπου τα οικόσιτα ζώα είναι πιθανότερο να έρθουν σε επαφή με άγρια σαρκοφάγα.

### Πρόληψη και Συμπτώματα

"Μοναδικό αποτελεσματικό μέσο πρόληψης της λύσσας αποτελεί ο εμβολιασμός των οικόσιτων, αλλά και των αδέσποτων ζώων"

Το προσβεβλημένο οικόσιτο ζώο μπορεί να αναγνωριστεί σχετικά εύκολα διότι:

- Αλλάζει συμπεριφορά καθώς αποφεύγει τον άνθρωπο.
- Κρύβεται σε σκοτεινά μέρη.
- Γαυγίζει χωρίς λόγο.
- Ερεθίζεται εύκολα από το φως ή το θόρυβο.
- Δεν έχει όρεξη για φαγητό.
- Παρουσιάζει αστάθεια και επιτίθεται συχνά χωρίς να υπάρχει λόγος.
- Η όψη του είναι σχετικά άγρια ενώ παρουσιάζει ασυνήθη σιελόρροια.
- Αν ένας άνθρωπος δαγκωθεί από σκύλο ή γάτα ύποπτο για λύσσα συνιστάται η σύλληψη του ζώου και η παρακολούθηση του για διάστημα τουλάχιστον 30 ημερών.
- Εάν το ζώο δεν εκδηλώνει νόσο δεν υπάρχει λόγος έναρξης αντιλυσσικής θεραπείας στον άνθρωπο. Ζώα που έχουν εμβολιαστεί κατά της λύσσας έχουν ελάχιστες πιθανότητες να μεταδώσουν τον ιό.

Στην Ευρώπη και τη Βόρεια Αμερική καταγράφονται κρούσματα κυρίως σε ζώα και πολύ σπάνια σε ανθρώπους. Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας (ΠΟΥ), περίπου 50.000 άνθρωποι πεθαίνουν κάθε χρόνο από λύσσα, κυρίως στην Ινδία και την Αφρική. Στην Ευρώπη, κάθε χρόνο καταγράφονται και επιβεβαιώνονται εργαστηριακά περίπου 6.000 κρούσματα σε ζώα (κυρίως άγρια σαρκοφάγα), ενώ 8 με 10 άνθρωποι πεθαίνουν από λύσσα. Όλα τα περιστατικά που αναφέρονται σε ανθρώπους διαπιστώθηκαν σε χώρες της πρώην Σοβιετικής Ένωσης. Τέλος, περίπου 10 εκατομμύρια άνθρωποι κάνουν αντιλυσσική αγωγή μετά από την έκθεσή τους σε ζώο ύποπτο για λύσσα.

[http://www.axortagos.gr/pagkosmia-imerakata-tis-lissas\\_3.html](http://www.axortagos.gr/pagkosmia-imerakata-tis-lissas_3.html)

## Το Δασκαλειό μας



Γύρω στα 47 χιλιόμετρα από το κέντρο της Αθήνας βρίσκεται το πανέμορφο Δασκαλειό. Μέσα σε 45 λεπτά της ώρας λες και βρίσκεσαι σε κάποιο κυκλαδίτικο νησί, χωρίς να μπεις σε πλοίο, χωρίς να περάσεις θάλασσα.

Οι ήμερες και γραφικές παραλίες του, τα παραδοσιακά ταβερνάκια, η καθαρή θάλασσα προσφέρονται για να μας γαληνέψουν από την πολυτάραχη ζωή της πόλης και να μας δώσουν ότι περισσότερο έχουμε ανάγκη.

Τα Σαββατοκύριακα του καλοκαιριού σφύζει ο τόπος από τους πολυάριθμους παραθεριστές και έτσι χάνεται για λίγο η γαλήνη της καθημερινότητας.

Ο Εξωραϊστικός Πολιτιστικός και Αθλητικός Σύλλογος Δασκαλειού Κερατέας προσπαθεί να διατηρήσει την φυσική ομορφιά του τόπου, αλλά αυτό δεν μπορεί να γίνει μόνο με τις δυνάμεις του νεοσύστατου Διοικητικού Συμβουλίου, ούτε μόνο από τους 259 μόνιμους κάτοικους, σύμφωνα με την απογραφή του 2011, αλλά από όλους εμάς που θέλουμε να βρισκόμαστε παραλία καθαρή και ένα νοικοκυρεμένο τόπο, προσέχοντας και σεβόμενοι το περιβάλλον.

Το νέο Διοικητικό Συμβούλιο του Συλλόγου που συνήλθε σε σώμα στις 6.8.14 μετά τις αρχαιρεσίες που έγιναν την Κυριακή 3.8.14 έχει ως εξής:

**Πρόεδρος:** Τερζάκης Νικόλαος

**Αντιπρόεδρος:** Φραγκιουδάκης Νικόλαος

**Γενικός Γραμματέας:** Χρήστου Παναγιώτης

**Αναπλ. Γεν. Γραμματέας:** Γαρζώνης Πέτρος

**Ταμίας:** Παπανικολάου Δημήτριος

**Αναπλ. Ταμίας:** Κολοβού Αλεξάνδρα

**Έφορος:** Κρουσταλάκης Ιωάννης

Τους ευχόμαστε καλή επιτυχία στο έργο τους.

## Διπλό Ουράνιο Τόξο



Ένα εξαιρετικά σπάνιο φαινόμενο είχαν την τύχη να θαυμάσουν οι κάτοικοι του Δασκαλειού Κερατέας, μετά την απογευματινό καλοκαιριακό μπουρινάκι της Δευτέρας 7 Αυγούστου 2014. Εμφανίστηκε στον ουρανό **διπλό ουράνιο τόξο!**

Το εσωτερικό ουράνιο τόξο είναι πιο φωτεινό, για αυτό και ονομάζεται πρωτεύον ουράνιο τόξο. Η ιδιομορφία του φαινομένου είναι επίσης ότι τα χρώματα είναι αντίθετα στα δυο ουράνια τόξα, δηλαδή, στο πρωτεύον τόξο εσωτερικά βρίσκεται το ιώδες και εξωτερικά το ερυθρό χρώμα, ενώ στο δευτερεύον τόξο έχουμε το ερυθρό στο εσωτερικό και το ιώδες στο εξωτερικό του τόξου.

Οι δύο αυτές διαφορές οφείλονται στο γεγονός ότι στο πρωτεύον ουράνιο τόξο η ηλιακή ακτίνα αντανακλάται στο εσωτερικό της σταγόνας βροχής μια φορά, ενώ στο δευτερεύον τόξο έχουμε δυο διαδοχικές εσωτερικές ανακλάσεις, με αποτέλεσμα μικρότερη φωτεινότητα και αντιστροφή των ακραίων χρωμάτων του ηλιακού φάσματος.

Κάτω από μερικές σπάνιες περιπτώσεις, είναι ακόμα πιθανό να φανεί ένα τρίτο ή ένα τέταρτο τόξο καθώς οι πρόσθετες εσωτερικές ανακλάσεις πραγματοποιούνται.

Η φωτογραφία λήφθηκε στο Δασκαλειό της Κερατέας, στις 7 Αυγούστου 2014, 18:51

## Πείραμα κβαντομηχανικής "καταρρίπτει την αρχή της αιτιότητας"



Το αποτέλεσμα προκαλεί την αιτία

Η μελέτη αφήνει ανοιχτό το ενδεχόμενο να υπάρχουν "εκεί έξω" φαινόμενα στα οποία το αποτέλεσμα προκαλεί την αιτία (Φωτογραφία: NASA)

### Λουδίνιο

Μια από τις πλέον παγιωμένες αντιλήψεις τόσο στην επιστήμη όσο και στην καθημερινή ζωή είναι η αιτιότητα: η ιδέα ότι τα γεγονότα του χθες προκαλούν τις εξελίξεις του σήμερα, οι οποίες με τη σειρά τους είναι οι αιτίες για τα γεγονότα του αύριο. Νέα μελέτη δείχνει όμως ότι στον παράξενο κόσμο της κβαντικής μηχανικής -ή ακόμα και στις καθημερινές συνθήκες- η αιτιότητα δεν είναι θεμελιώδες χαρακτηριστικό της φύσης, αφού η αιτία μπορεί να προκαλείται από το αποτέλεσμα.

"Αν και παραμένει ασαφές αν υπάρχουν όντως στη φύση καταστάσεις στις οποίες η αιτιότητα αντιστρέφεται, η πιθανότητα και μόνο να υπάρχουν τέτοιες καταστάσεις ενδέχεται να έχει σημαντικές επιπτώσεις" αναφέρουν οι Ευρωπαίοι ερευνητές σε ανακοίνωσή τους. Και οι επιπτώσεις αυτές θα κάλυπταν πολλούς τομείς, από τη φυσική μέχρι τη φιλοσοφία.

"Αν πιστέψουμε ότι η κβαντική μηχανική κυβερνά όλα τα φυσικά φαινόμενα, θα ήταν φυσικό να περιμένουμε ότι η σειρά των γεγονότων [ποιο ήρθε πρώτο και ποιο δεύτερο] μπορεί να είναι οποιαδήποτε, λέει ο Όγκνιαν Ορέσκοφ, μέλος της ερευνητικής ομάδας στο Πανεπιστήμιο της Βιέννης.

Σε μελέτη που θα δημοσιευτεί αυτή την εβδομάδα στην επιθεώρηση Nature Communications, η ομάδα θεωρητικών φυσικών από τη Βιέννη παρουσιάζει ένα θεωρητικό πείραμα στο οποίο δύο παράγοντες αποτελούν ο ένας την αιτία, αλλά και το αποτέλεσμα του άλλου.

Η μελέτη βασίζεται στο γεγονός ότι η κβαντική μηχανική καταρρίπτει ορισμένες ιδιότητες της κλασικής μηχανικής: στην κβαντομηχανική, για παράδειγμα, ένα σωματίδιο μπορεί να βρίσκεται σε δύο θέσεις ταυτόχρονα. Το φαινόμενο αυτό ονομάζεται "υπέρθωση" ή "επαλληλία" και, όσο παράλογο κι αν ακούγεται, είναι σήμερα μια καθολικά αποδεκτή επιστημονική πραγματικότητα.

Η νέα έρευνα επιχειρεί τώρα να δείξει ότι το φαινόμενο της υπέρθεσης μπορεί να ισχύει και όσον αφορά την αιτιότητα: όπως ένα σωματίδιο μπορεί να βρίσκεται και εδώ και εκεί ταυτόχρονα, έτσι και ένα συμβάν μπορεί να είναι και η αιτία και το αποτέλεσμα ενός άλλου συμβάντος.

Φανταστείτε την εξής κατάσταση: ένα πρόσωπο, ας το πούμε Αλίκη, μπαίνει σε ένα δωμάτιο, γράφει ένα μήνυμα στον μαυροπίνακα και αποχωρεί. Ένα δεύτερο άτομο, ο Μπομπ, μπαίνει στο δωμάτιο, διαβάζει το μήνυμα και αποφασίζει να το σβήσει για να γράψει κάτι άλλο.

Ο Μπομπ επομένως γνωρίζει το μήνυμα της Αλίκης, αλλά η Αλίκη είναι αδύνατο να ξέρει τι έγραψε ο Μπομπ, αφού αυτό συνέ-

βη ακότου η ίδια βγήκε από το δωμάτιο.

Εφόσον αποδεχτούμε τους νόμους της κλασικής μηχανικής, αυτή η διαδοχή των γεγονότων δεν μπορεί να αλλάξει. Η νέα μελέτη δείχνει όμως ότι αν αποδεχτούμε τους νόμους της κβαντικής μηχανικής, είναι θεωρητικά δυνατό να μπορεί και η Αλίκη να διαβάσει το μήνυμα του Μπομπ.

Παρά τα αποτελέσματα του θεωρητικού πειράματος, πάντως, οι ερευνητές αναρωρίζουν ότι "το φαινόμενο αυτής της υπέρθεσης δεν έχει ληφθεί υπόψη στις εξισώσεις της κβαντικής μηχανικής, δεδομένου ότι οι θεωρίες πάντα υποθέτουν ότι υπάρχει μια συγκεκριμένη αιτιακή διαδοχή των γεγονότων", όπως λέει ο Δρ Ορέσκοφ.

Παρόλα αυτά, η μελέτη δείχνει να αφήνει ανοιχτό το ενδεχόμενο η αιτιότητα, όπως την αντιλαμβανόμαστε, να μην είναι θεμελιώδης ιδιότητα του Σύμπαντος.

Όπως όμως επισημαίνει ο Κάλιαθ Μπρούκνερ, μέλος της ερευνητικής ομάδας στο Πανεπιστήμιο της Βιέννης, "η πραγματική πρόκληση είναι να βρούμε καταστάσεις στη φύση στις οποίες μπορούμε να αναζητήσουμε τέτοιες υπερθέσεις".

Επιστήμη-Τεχνολογία: Περισσότερες ειδήσεις 03 Οκτ. 2012  
<http://news.in.gr/science-technology/article/?aid=1231215889>

## Μας φοβούνται

Μας φοβούνται και μας σκοτώνουν.

Φοβούνται τον ουρανό που κοιτάζουμε  
φοβούνται το πεζούλι που ακουμπάμε  
φοβούνται τα λόγια που λέμε  
σι δυό μας με φωνή  
καμυλωμένη  
φοβούνται τα λόγια που θα λέμε  
αύριο όλοι μαζί  
μας φοβούνται, αγάπη μου,  
κι όταν μας σκοτώνουν  
νεκρούς μας φοβούνται  
πολύ.

Τ. Λεοβαδίτης

Ερινύες με ταξική συνείδηση

## Οι σκουρόχρωμοι Έλληνες του Περού



### Colonia Griega de San Andres

Το 1880, κατά τη διάρκεια του πολέμου μεταξύ Περού και Χιλής, συνέβη το εξής: Σε μια αιματηρή επιδρομή των Χιλιανών κατά του χωριού Σαν Αντρές του Περού, οι Χιλιανοί στρατιώτες σκότωσαν αδιακρίτως τους κατοίκους του χωριού.

Ανάμεσα σε αυτούς όμως, ήταν και 7 Έλληνες ναυτικοί, οι οποίοι αγάπησαν το Περού από τα ταξίδια τους και είχαν εγκατασταθεί εκεί για να ζήσουν. Κάποιοι από αυτούς είχαν παντρευτεί με Περουβιανές γυναίκες και είχαν δημιουργήσει τις οικογένειές τους. Όταν λοιπόν έγινε η φονική επιδρομή, μαζεύτηκαν όλοι οι Έλληνες σε ένα σπίτι, μαζί με πολλούς Περουβιανούς κατοίκους, κλειδώθηκαν μέσα, ύψωσαν την ελληνική σημαία και περίμεναν με αγωνία.

Και τότε έγινε το θαύμα! Οι Χιλιανοί στρατιώτες που είχαν ξεκληρίσει το χωριό, δεν πείραξαν καθόλου το σπίτι με την ελληνική σημαία!

Οι απόγονοι 6ης, 7ης και τώρα πια 8ης γενιάς αυτών των 7 Ελλήνων ναυτικών, είναι πε-

ρίπου 650 άτομα και αποτελούν την ελληνική κοινότητα του Σαν Αντρές. Οι περισσότεροι δεν έχουν επισκεφθεί ποτέ την Ελλάδα. Γιορτάζουν την μέρα που σώθηκαν, αλλά και ελληνικές γιορτές, όπως την 28η Οκτωβρίου και την 25η Μαρτίου με επίσημο τρόπο και στις γιορτές τους ακούγεται πάντα ο ελληνικός Εθνικός Ύμνος μαζί με τον Εθνικό Ύμνο του Περού.

Ονόματα όπως Komninos, Gikas, Papafanas, Falkonis και Constantinou είναι τα πιο συνηθισμένα στο San Andres. Κάποιοι από αυτούς δεν μοιάζουν σε τίποτα στην όψη με Έλληνες. Όπως η γιαγιά στο βίντεο που μπορείτε να δείτε στην πιο κάτω διεύθυνση, και της παραδίδουν την ελληνική σημαία. Δεν μοιάζει με Ελληνίδα εξωτερικά και μιλάει ισπανικά. Πρατηρήστε πως σφίγγει τη σημαία στην αγκαλιά της λέγοντας: "Mi sangre! mi sangre!" (το αίμα μου! το αίμα μου!)

[http://www.youtube.com/watch?feature=player\\_embedded&v=74UjNjCpVPQ](http://www.youtube.com/watch?feature=player_embedded&v=74UjNjCpVPQ)

## 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 "Επι κοινωνία εν τύπω".
- ⇒ Μελετήστε το καταστατικό του.
- ⇒ Επικοινωνήστε μαζί μας.



ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΦΙΛΩΝ ΠΕΡΙΘΑΛΠΟΜΕΝΩΝ  
ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟΥ 'Η ΣΩΤΗΡΙΑ'

Εγγραφή στο Newsletter | Επικοινωνία

Αναζήτηση... Αναζήτηση

Τα νέα μας Ταυτότητα Το έργο μας Εκδηλώσεις Στήριξή μας

Στο πλευρό του περιθαλπόμενου  
και των οικείων του



Shoes Mansion  
Η ΕΠΑΓΓΕΛΗ ΤΩΝ ΠΑΠΟΥΤΣΙΩΝ

[www.shoes-mansion.gr](http://www.shoes-mansion.gr)

Παράδοση σε όλη την Ελλάδα με αντικαταβολή.  
Επικοινωνία Δευτέρα με Παρασκευή, 10:00-20:00  
στα τηλ.: 213 029 0043 και 694 769 8002

E-mail: [info@shoes-mansion.gr](mailto:info@shoes-mansion.gr)

## Ημερησια ιστιοπλοικη κρουαζιερα

Ιστιοπλοια, μπανιο, ηλιοθεραπεια



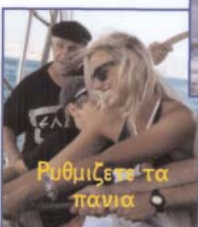
Αρχαριοι  
και παιδια  
ευπροσδεκτο

Αναχωρηση 10  
το πρωι, επιστροφη  
στις 6 το απογεμα



Σταση για μπανιο  
και ηλιοθεραπεια

♦ ♦ ♦  
Διατιθενται  
μασκες



Ρυθμιζετε τα  
πανια

Διασκεδαση και  
μαθημα με ανεση  
και ασφαλεια



Οδηγείτε  
το κοτερο

Διατιθεται και  
για πολυμερα  
ταξιδια



Καπεταν Αρης  
6944353200

[www.CaptainAris.gr](http://www.CaptainAris.gr)

**ΠΡΟΣΦΟΡΑ:** Για τα μέλη του Συλλόγου 50 ευρώ το άτομο  
για παρέες από 6-11 άτομα.

Martini  
cosmobio

Τα πάντα για την Υγιεινή Διατροφή



- Βιολογικά Προϊόντα
- Φυτικά Καλλυντικά
- Παραδοσιακά Προϊόντα  
απ' ευθείας απο τον παραγωγό
- Συμπληρώματα Διατροφής
- Προϊόντα Χωρίς Γλουτένη
- Προϊόντα για Διαβητικούς

Εξαιρετική  
Ποιότητα & Τιμή

Σπηλιωτοπούλου 12 // Γουδή // Πλησίον Νοσ. Παιδων

T.210 77 84371



[WWW.Facebook.com/MartiniCosmobio](http://WWW.Facebook.com/MartiniCosmobio)