

Σύλλογος Φίλων Περιθαλπομένων Νοσοκομείου "Η ΣΩΤΗΡΙΑ"

Ου γαρ οίδασι τι ποιούσι

Έκθαβμα τα μάτια από το θεσπέσιο δειλινό μονολόγησαν: "Τι υπέροχο ηλιοβασιλέμα! Ω! Τι θαυμάσια χρώματα! Τι μαγευτική αρμονία! Πόσο όμορφα παιχνιδίζει το φως που φεύγει με τη σκιά που έρχεται!

Ακούγοντας τα αυτιά αυτά τα λόγια είπαν στα άλλα αισθητήρια "τι είναι αυτό που λένε τα μάτια, νοιώθετε εσείς κάτι τέτοιο;" και μετά από μια σύντομη συζήτηση μεταξύ τους έβγαλαν το συμπέρασμα ότι τα μάτια τρελάθηκαν...

Συνήθως ότι δεν καταλαβαίνουμε το απορρίπτουμε. Αν κάτι δεν γίνεται αντιληπτό με τις αισθήσεις μας, ζητάμε αποδείξεις. Το βάζουμε στο μικροσκόπιο ή το τηλεσκόπιο για να πειστούμε ότι υπάρχει. Η σύγχρονη φυσική έχει αποδείξει, ότι παρόλο που η οπτική μας ικανότητα με τα σύγχρονα μέσα έχει αυξηθεί 4 δεκαετομμύρια φορές, αυτό που μπορούμε να δούμε είναι λιγότερο από το 5% αυτού που υπάρχει. Μιλάνε για σκοτεινή ύλη και ενέργεια, για ανιούλης κ.α.



Ο κάθε άνθρωπος είναι ένα ολόγραμμα του σύμπαντος. Τα υλικά που συνθέτουν το σώμα μας είναι ίδια με αυτά των αστεριών. Η ιστορία ολόκληρης της ανθρωπότητας είναι εγγεγραμμένη στο DNA μας. Τα συνασθήματα και οι σκέψεις που μπορεί να κάνει οποισδήποτε άνθρωπος είναι κοινά. Κολυμπάμε μέσα σ' αυτά, τα αναπνέουμε... Μέσα μας ζει το ορυκτό, το φυτικό και το ζωικό βασίλειο, μέσα μας υπάρχει ο άνθρωπος των σπηλαίων, ο γεωργός, ο κυνηγός, ο πολεμιστής, ο ποιητής, ο καλλιτέχνης, ο φιλόσοφος, ο Άγιος...

Μοναδικό προνόμιο του ανθρώπου είναι η δυνατότητα της επιλογής.

Ο Νόμος της βαρύτητας μας κρατά σε αδρές συγχύτητες ζωής που δεν χρειάζονται να καταβάλουμε μεγάλο κόπο. Όμως η καλλιέργεια της ψυχής, η δίψα για μάθηση, το ενδιαφέρον για τους άλλους απαιτούν προσπάθεια, αλλά μας οδηγούν σε πιο λεπτομερείς καταστάσεις που διευρύνουν τον συνειδησιακό μας ορίζοντα.

Έτσι όσο πιο πολύ εξελίσσεται πνευματικά ο άνθρωπος αντιλαμβάνεται ποιότητες που δεν μπορεί να εξηγήσει στους άλλους και όσο σοφότερος γίνεται τόσο περισσότερο καταλαβαίνει πόσα λίγα ξέρει. Έτσι εξηγείται και η τύχη των περισσότερων αναμορφωτών της κοινωνίας μας, που πλήρωσαν πολύ ακριβά το φως που έδωσαν στον κόσμο, γιατί οι πολλοί, που νομίζουν ότι τα ξέρουν όλα, δεν τους κατάλαβαν...

Όταν Εκείνος πάνω στο Σταυρό είπε: "Πάτερ άφες αυτοίς ου γαρ οίδασι τι ποιούσι", δεν έδειχνε μόνο τον δρόμο της ανύμωσης του πνευματικού μας φορέα, αλλά και την φοβερή δύναμη της συγχώρησης όλων εμάς που δεν μπορούμε να δούμε πιο μακριά από την μύτη μας. Χάρη σε Εκείνον και πολλούς άλλους απεσταλμένους ο κόσμος μας είναι πιο φωτεινός. Έχουμε πολύ περισσότερες επιλογές. Η τύχη της ανθρωπότητας βρίσκεται στα χέρια μας, αν επιτρέψουμε συνειδητά την σύνδεση μας με τη ΖΩΗ που υπάρχει μέσα μας. Αν επιλέξουμε να γίνουμε καλύτεροι, αν αφησούμε τη ΖΩΗ να εκφραστεί μέσα από τις δράσεις μας.

Πέτρος Γαρζώνης
Σχέδιο: Ρένα Καραλέκα

1η Έκθεση Ζωγραφικής του Συλλόγου μας



Ο χώρος του Νοσοκομείου Σωτηρία πάντα εκπλήσσει ευχάριστα με τις καινοτομίες του. Εκτός από την άριστη παροχή υπηρεσιών υγείας που είναι το κύριο έργο του, έχει αμέτρητα πολιτιστικά δρώμενα, για όλες τις προτιμήσεις.

Με τους Δημοτικούς και παραδοσιακούς χορούς που έχουν συμπληρώσει ήδη 15 χρόνια παρουσίας, με τα Λάτιν, με την μηνιαία εφημερίδα, με τη θεατρική ομάδα, με την ποδοσφαιρική ομάδα και τόσα άλλα καλύπτει πολλές επιλογές. Πρόσφατα προστέθηκε και κάτι ακόμη.

Με πρωτοβουλία του Διοικητικού Συμβουλίου του Συλλόγου Φίλων των Περιθαλπομένων άρχισε η συνεργασία με τον ζωγράφο Alessandro De Martino, και ήδη μαθήματα ζωγραφικής άρχισαν να γίνονται δυο φορές την εβδομάδα. Αρκετοί "μαθητές και μαθήτριες" άρχισαν να μαθαίνουν τα μυστικά της υπέροχης αυτής τέχνης.

Την Τρίτη 14/10/2014 ο Πρόεδρος του Συλλόγου Φίλων Περιθαλπομένων κος Πέτρος Γαρζώνης, παρουσία της Αναπληρώτριας Διοικήτριας και Γκογκοζώτου, της Διευθύντριας της Νοσηλευτικής Υπηρεσίας, του Προϊσταμένου της Γραμματείας κου Πάνου και πλήθους καλεσμένων, έκανε τα εγκαίνια της 1ης Έκθεσης Ζωγραφικής, των πρώτων μαθητών της σχολής.



Τα σχόλια που ακούστηκαν ήταν ευμενέστατα για το Προεδρείο του Συλλόγου, για τις πολλές επιτυχείς πρωτοβουλίες που έχει πάρει τα τελευταία χρόνια, για το δάσκαλο ζωγραφικής κο Alessandro De Martino και για την ποιότητα των έργων που εκτέθηκαν. Ακολούθησε παράθεση εδεσμάτων που είχαν ετοιμάσει οι "νέοι καλλιτέχνες".

Ας ευχηθούμε στο μέλλον η Υγεία και ο Πολιτισμός να ακολουθούν δρόμους παράλληλους στους χώρους της Σωτηρίας.

Νίκη Αφεντουλίδη

Η Διοίκηση του Γ.Ν.Ν.Θ.Α "Η ΣΩΤΗΡΙΑ" Βράβευσε Ιατρό



Για την 24ετή προσφορά της στη λειτουργία του Παθολογοανατομικού Εργαστηρίου του ΓΝΝΘΑ "Η ΣΩΤΗΡΙΑ", βράβευσε ο Διοικητής του Νοσοκομείου Δρ Μιλτιάδης Παπασταματίου την Επίτιμη Διευθύντρια Υψηλήτρια και Αμ. Επικ. Καθηγήτρια του Πανεπιστημίου Αθηνών κα Ήρα Τσιμάρτα Παπασταματίου που έγινε την 1/10/2014 στο Ιστορικό Μουσείο "Σοφία Σλήμαν".

Ο Διοικητής του Νοσοκομείου κος Παπασταματίου απονέμοντας Τιμητική Πλακέτα επισήμανε ότι :

"...Σημασία έχει πιστεύω ότι από οποιαδήποτε θέση περάσει κανείς να μπορεί να φύγει με το κεφάλι ψηλά. Να βάλει ένα λιθαράκι στο επέκεινα του χώρου που υπηρέτησε, που δημιούργησε, στο χώρο όπου έζησε κάνοντας τον εαυτό του καλύτερο χωρίς άμετρες φιλοδοξίες και δημιουργία δυσχερειών στους συναδέλφους του. Η Ήρα Παπασταματίου γι' αυτούς ακριβώς τους λόγους έχει διακριθεί στην Ιατρική Κοινότητα..."

Η Διευθύντρια του Παθολογοανατομικού Τμήματος του ΓΝΝΘΑ "Η ΣΩΤΗΡΙΑ" κα Ροδούλα Τριγγύδου τόνισε : " Είναι όμορφο να διατηρείς και να κερδίζεις με τη συνεχή προσπάθεια τα όνειρα και τους στόχους σου. Η κα Ήρα Παπασταματίου, αποχώρησε αφήνοντας τη νέα γενιά Παθολογοανατόμων να συνεχίσει το έργο της στο δρόμο που αυτή πρωτοπορεύτηκε..."

Παραλαμβάνοντας την τιμητική πλακέτα η κα Ήρα Παπασταματίου ευχαρίστησε τους παρευρισκόμενους, τους διοργανωτές και την Διοίκηση του ΓΝΝΘΑ "Η ΣΩΤΗΡΙΑ" για την μεγάλη τιμή που της έγινε.

Στην εκδήλωση παραβρέθηκαν μέλη του Διοικητικού Συμβουλίου του Νοσοκομείου, ο κ. Α. Αυγερινός, ο κ. Α. Κωνσταντόπουλος, ο κ. Π. Σερμπενιάδης, ο εκπρόσωπος των Ιατρών του Νοσοκομείου, κος Ηλίας Καϊνής, η Διευθύντρια Ιατρικής Υπηρεσίας κα Μ. Γκάγκα, ο Πρόεδρος της Πνευμονολογικής Εταιρείας και Πρόεδρος της Επιτροπής Μουσείου "Σοφία Σλήμαν" κ. Μ.Τουμπής καθώς και πλήθος εργαζομένων του Νοσοκομείου. Από τον Πανεπιστημιακό χώρο οι Ομότιμοι Καθηγητές Ιστολογίας κος Κίτας, Παθολογοανατομίας κ. Δελίδης και η κα Αγνάνθη Νίκη, ο Καθηγητής Πνευμονολογίας κ. Ν. Κουλούρης, Δ/ντης της Πανεπιστημιακής Πνευμονολογικής Κλινικής του Νοσοκομείου, ο Αν/της Καθηγητής κ. Μ. Βεσλεμές, ο Αμ. Επικ. Καθηγητής Χειρουργικής κ. Λ. Παπασταματίου, η εκπρόσωπος του Δ.Σ. της Παθολογοανατομικής Εταιρείας κα Πατσέα, καθώς και σημαντικός αριθμός Παθολογοανατόμων από άλλα Δημόσια Νοσοκομείων μαθητών ή και συνεργατών της κας Ήρας Παπασταματίου.

Ο ΔΙΟΙΚΗΤΗΣ ΤΟΥ Γ.Ν.Ν.Θ.Α
Δρ ΜΙΛΤΙΑΔΗΣ ΠΑΠΑΣΤΑΜΑΤΙΟΥ

Εορτασμός Αγίας Σοφίας και Κατάθεση Στεφάνου του Διοικητού στο Μνημείο της Σοφία Σλήμαν



Σήμερα γιορτάζουμε την ονομαστική εορτή της ιδρύτριας του νοσοκομείου μας, της Σοφίας Καστριώτη (ή Εγκαστροφωμένου) Σλήμαν. Μιας σπουδαίας γυναίκας, με καταγωγή από μεσοαστική οικογένεια, Αρσακειάδος με άριστη γνώση της αρχαίας ελληνικής, καλή ανατροφή, όμορφο παρουσιαστικό, σεμνή και λιγομίλητη. Ακριβώς όπως είχε εμπνευστεί από τα ομηρικά έπη την εικόνα της Ελληνίδας ο 47χρονος, ήδη μία φορά παντρεμένος, Ερρίκος Σλήμαν, αναζητώντας ως 2η σύζυγο μια "Ελληνίς, απόγονο του Ομήρου, που θα είχε άριστες γνώσεις της αρχαίας ελληνικής και θα μπορούσε να απαγγείλει Όμηρο από το πρωτότυπο".

Το νοσοκομείο μας, "Η Σωτηρία", οφείλει την ύπαρξή του στο όραμα, στην πρωτοβουλία, στην προσωπική επιμονή και στις ακατάπαυστες προσπάθειες της σπουδαίας αυτής προσωπικότητας, μέχρι το θάνατό της το 1932. Το βάρος του ονόματός της συνέβαλλε αποφασιστικά όχι μόνο στην υπογραφή του βασιλικού Διατάγματος το 1902 για την ίδρυση του τότε σανατορίου (Η εν τη πρωτεύουσα επικίνδυνος διάδοσις της φθίσεων προ-

κάλεσε την Ίδρυσις εταιρείας υπό την επωνυμία "Σωτηρία") αλλά και στο να παραχωρηθεί επιπλέον έκταση από τη Μονή Πετράκη και στο να οικοδομηθούν γρήγορα τα αρχικά κτίρια με χρήματα από προσφορές.

6 Ιουνίου 1905 έγιναν τα πρώτα εγκαίνια του πρώτου κτιρίου του νοσοκομείου μας με πρώτο περίπτερο το "Σωτηρία" δυναμικότητας 40 κλινών και αρχιτέκτονες τους Ιωάννη και Μιλτιάδη Αξελό. Η ανέγερση του δεύτερου περιπτερού του "Κυριαζίδειου" έγινε το 1907 και σταδιακά κτίστηκαν το "Αμπέτειο", το περίπτερο "Μελά", το "Τριανταφυλλάκι", το "Στρατιωτικό" και "Σπηλιοπούλειο". Από το 1932 ξεπροβάλλουν τα νέα κτίρια του Σωτηρία με αισθητική που διέπεται από το πνεύμα εκσυγχρονισμού της Ελληνικής κοινωνίας του Μεσοπολέμου σε σχέδια του Δεσποτόπου-



λου και ακολουθούν ο "Οίκος αδελφών", το "300 ανδρών" και το "300 γυναικών".

Ας τιμήσουμε λοιπόν και ως θυμηθούμε ιδιαίτερα σήμερα τη Σοφία Σλήμαν, ως εμπνευστούμε από εκείνη δίνοντας συνέχεια στην προσπάθειά της για την παροχή ποιοτικής φροντίδας στον πάσχοντα συνάνθρωπό μας και ως διατηρήσουμε καίριο όσο ποτέ άλλοτε το όραμά της για τη δημιουργία ενός σύγχρονου νοσοκομείου με υπηρεσίες εφάρμιλλων των καλύτερων του κόσμου.

Σας ευχαριστώ
Δρ. Μιλτιάδης Παπασταματίου

Νοσοκομείο Νοσημάτων Θώρακος
"Η Σωτηρία"

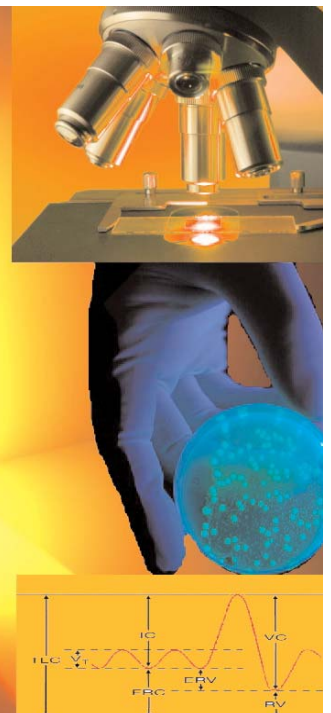


Μια ημέρα γνωριμίας, ξενάγησης και ενημέρωσης του κοινού σε ένα από τα μεγαλύτερα και ιστορικότερα νοσοκομεία του λεκανοπεδίου

**Επιχείρηση
Ανοιχτές
Πόρτες
2014**

15 Νοεμβρίου

στο Αμφιθέατρο της "Σωτηρίας"
09.00 πμ - 17.00 μμ



Χλωμή Μπλε Κουκκίδα



Η Χλωμή Μπλε Κουκκίδα είναι μια φωτογραφία της Γης που τραβήχτηκε το 1990 από το Voyager 1 από απόσταση ρεκόρ, δείχνοντας αμυδρά τον πλανήτη μας μέσα στο αχανές διάστημα. Μετά από αίτημα του Carl Sagan το Voyager, καθώς εγκατέλειπε το ηλιακό μας σύστημα, έστρεψε για μια τελευταία φορά τις κάμερες προς τη Γη, τραβώντας τη φωτογραφία, από την οποία εμπνεύστηκε ο τίτλος του ομότιμου βιβλίου.

Ο Carl Sagan Edward, Ph.D. (1934-1996) ήταν Αμερικανός αστρονόμος, αστροχημικός, συγγραφέας, και άκρως επιτυχημένος παρουσιαστής της αστρονομίας, της αστροφυσικής και των άλλων φυσικών επιστημών. Ήταν από τους πρωτοπόρους εξω-βιολογίας και προώθησε την αναζήτηση για Εξωγήινη Νοημοσύνη (SETI).

Έγινε παγκοσμίως γνωστός για το συγγραφικό επιστημονικό του έργο και για την από κοινού σύνταξη και την παρουσίαση της βραβευμένης τηλεοπτικής σειράς του '80 "Cosmos: A Personal Voyage", το οποίο έχει δει κατά περισσότερο από 600 εκατομμύρια άνθρωποι σε περισσότερες από 60 χώρες, καθιστώντας τη μία από της πιο δημοφιλής τηλεοπτικές σειρές ντοκιμαντέρ στην ιστορία. (Η σειρά είχε προβληθεί τη δεκαετία του '80 και στη χώρα μας).

http://en.wikipedia.org/wiki/Carl_Sagan

Από αυτή τη μακρινή προοπτική, η Γη μπορεί να μη φαίνεται ιδιαίτερα ενδιαφέρουσα. Αλλά για μας είναι διαφορετικό. Εξετάστε και πάλι το σημείο.

Αυτό είναι, αυτό είναι το σπίτι μας, ότι είμαστε. Πάνω της, όλοι αυτοί που αγαπάτε, όλα όσα γνωρίζετε, όλα όσα έχετε ακούσει ποτέ. Κάθε πρόσωπο που υπήρξε ποτέ... Εκεί έζησε τη ζωή του.

Ο συνδυασμός της χαράς και λύπης, χιλιάδες "απόλυτες" θρησκείες, ιδεολογίες, οικονομικά συστήματα, κάθε κυνηγός και συλλέκτης, κάθε ήρωας και δειλός, κάθε δημιουργός και καταστροφικός του πολιτισμού, κάθε βασιλιάς και χωρικός, κάθε ζευγάρι ερωτευμένων, κάθε μητέρα και πατέρας, κάθε ελπιδοφόρο παιδί, εφευρέτης και εξερευνητής, κάθε ηθικολόγος, κάθε διεφθαρμένος πολιτικός, κάθε σούπερ σταρ, κάθε "υπέρτατη εξουσία", κάθε άγιος και αμαρτωλός στην ιστορία του είδους μας, ζούσαν εκεί... σ' έναν κόκκο σκόνης: Σκιασμένοι σε μια ηλιαχτίδα.

Η γη είναι μια πολύ μικρή σκηνή σε μια γιγαντιαία κοσμική αρένα. Σκεφτείτε τα ποτάμια αίματος, που έχουν χυθεί από όλους τους στρατηγούς και αυτοκράτορες, ώστε "με δόξα και με θρίαμβο" να γίνουν οι στιγμιαίοι κύριοι ενός απειροελάχιστου μέρους ενός... κόκκου. Σκεφτείτε τις φρικαλεότητες που επέφεραν οι κάτοικοι μιας γωνίας αυτού του κόκκου, στους ελάχιστους διαφορετικούς κατοίκους κάποιας άλλης... γωνίας. Πόσο συχνά οι παρανοήσεις τους, πόσο πρόθυμοι είναι να σκοτώνουν ο ένας τον άλλο,

πόσο ένθερμα τα μίσση τους. Οι φλυαρίες μας, η νομιζόμενη αυτό-σημασία μας, η ψευδαίσθηση ότι κατέχουμε προνομιακή θέση στο σύμπαν, όλα τίθενται υπό αμφισβήτηση: από αυτόν τον κόκκο θαμπού φωτός. Ο πλανήτης μας. Μια μοναχική κηλίδα, στο μεγαλειώδες κοσμικό σκοτάδι που μας περιβάλλει. Στο σκοτάδι μας, σε αυτή την αχανή έκταση δεν υπάρχει καμία ένδειξη ότι θα υπάρξει βοήθεια από κάπου, για να μας σώσει από τους εαυτούς μας. Η γη είναι ο μόνος γνωστός κόσμος μέχρι στιγμής, για να φιλοξενήσει τη ζωή. Δεν υπάρχει άλλη μέρος, τουλάχιστον στο εγγύς μέλλον, που το είδος μας θα μπορούσε να μεταναστεύσει. Να επισκεφθεί; -Ναι. Να εγκατασταθεί; -Όχι ακόμα...

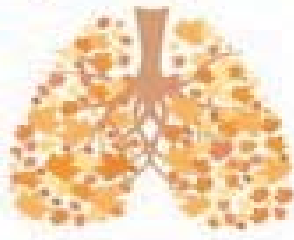
Είτε σας αρέσει, είτε όχι, για την ώρα, η Γη είναι το μέρος που δινοουμε τον αγώνα μας. Λέγεται ότι η αστρονομία είναι μια εμπειρία που διδάσκει σεμνότητα, κτιζοντας χαρακτήρα. Και ίσως δεν υπάρχει καλύτερη επίδειξη του παραλογισμού της ανθρώπινης αλαζονείας, από την μακρινή αυτή την εικόνα... του μικροσκοπικού μας κόσμου.

Για μένα, υπογραμμίζει την ευθύνη μας, να συμβιώσουμε με μεγαλύτερη καλοσύνη μεταξύ μας, και να διαφυλάξουμε και περιθάλψουμε: Τη χλωμή μπλε κουκίδα. Το μόνο σπίτι που έχουμε γνωρίσει ποτέ...

Καθηγητής Carl Sagan (1934-1996) Αστρονόμος, Αστροφυσικός ΔΕΣ TO VIDEO <https://www.youtube.com/watch?v=8Lm6pEhykhs>



23^ο Πανελλήνιο Πνευμονολογικό Συνέδριο 79th Regional Congress of Asthma



6-8 Νοεμβρίου 2014
Μουσείο Λαϊκής Επιθεωρητικής Κίνησης
Αθήνα

www.23pneumono2014.gr

ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΙΑΤΙΚΟ ΒΑΖΑΡ 2014

ΣΤΙΣ 16 ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ 2014
ΚΑΙ ΩΡΕΣ 10.30 - 17.00

ΣΤΟ ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ ΤΟΥ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟΥ
ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ ΘΩΡΑΚΟΣ «Η ΣΩΤΗΡΙΑ»

Η εκδήλωση οργανώνεται από το
Σύλλογο Φίλων Περιθαλπομένων
του Νοσοκομείου "Η ΣΩΤΗΡΙΑ"

Τα έσοδα θα καλύψουν ανάγκες ασθενών
του Νοσοκομείου μας

Οι πάγκοι μας διαθέτουν εποχιακά
(στολίδια - γλυκά), κρασιά, βιβλία, φυτά, κλπ

Email: sylfilon@yahoo.gr
Τηλ. επικοινωνίας: 2107763638



Το 23ο Πανελλήνιο Πνευμονολογικό Συνέδριο θα πραγματοποιηθεί από 5-8/11/2014 στο Διεθνές Συνεδριακό Κέντρο του Μεγάρου Αθηνών. Στα πλαίσια του Συνεδρίου, το Μουσείο της Σωτηρίας θα είναι ανοιχτό για τους επισκέπτες Παρασκευή 6/11 και Σάββατο 7/11, από τις 10 πμ μέχρι τις 15 μμ. Στις 12 κάθε μέρα, οι επισκέπτες θα ξεναγούνται στο Μουσείο και στη συνέχεια θα μπορούν να παρακολουθήσουν ενημερωτικές ταινίες, σχετικές με την ιστορία της φυματώσης και τον ρόλο της "Σωτηρίας" στον Ελληνικό Αντιφυματικό Αγώνα.

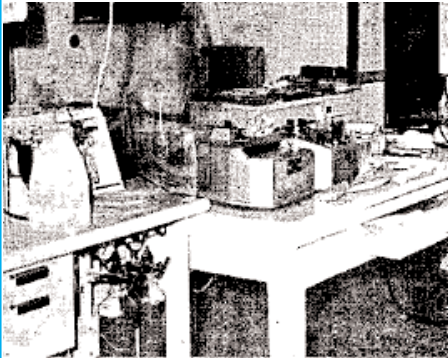
Φώτης Βλαστός

ΙΣΤΟΡΙΚΑ ΝΤΟΚΟΥΜΕΝΤΑ

ΤΑ ΚΑΤΑΛΟΙΠΑ ΤΗΣ ΟΚΤΑΕΤΙΑΣ ΤΩΝ ΜΕΓΑΛΩΝ ΕΡΓΩΝ

Η φυματίωση στην πόρτα μας Ο ΕΧΘΡΟΣ ΕΠΙΣΤΡΕΦΕΙ

Σταυροφορία για την εκρίζωση του κακού



Τα αντιφυματικά ιατρεία που ιδρύονται, πλοτιζονται με όλα τα σύγχρονα όργανα της επιστήμης. Το πρόγραμμα καλύπτει κυρίως τις ανάγκες της ελληνικής υπαίθρου.

Από το 1958 άρχισαν στην Ελλάδα τα πρώτα σοβαρά δείγματα αναζωπυρώσεως της φυματίωσης. Ανησυχητικές οι διαπιστώσεις στα σανατόρια. Αντιφατικές οι πληροφορίες των περιφερειακών υγειονομικών υπηρεσιών. Ψίθυροι αγωνίας ανάμεσα στην κοινή γνώμη. Δεν ηυξήθησαν τα θανατηφόρα κρούσματα. Το ποσοστό όμως προσβολής εσημείωσε άνοδο.

Δεν αντέδρασε αμέσως η πολιτεία. Άκρησε να χαθή πολύτιμος χρόνος με μοιραία επακόλουθα. Μόλις το 1960 ξύπνησε η τότε κυβέρνηση της Ε.Ρ.Ε. και είδε τον επερχόμενο κίνδυνο. Βιαστικά εψήφισε τον Νόμο 4053 για την ίδρυση 30 αντιφυματικών ιατρείων σ' ολόκληρη την Ελλάδα. Περισσότερο για "τα μάτια του κόσμου". Γιατί ο νόμος καθώριζε την δραστηριότητα...ανυπάρκτων ιατρείων. Άρκει να σημειωθεί ότι μέχρι του τέλους του 1963 ιδρύθησαν ουσιαστικά 3 μόνον ιατρεία. Το περιφερειακό της Κέρκυρας

και τα πρότυπα Αθηνών και Θεσσαλονίκης. Τα δυο τελευταία δεν ελειτούργησαν επί των ημερών της οκταετίας των "μεγάλων έργων".

Με καταπληκτική... μακαριότητα διέρρευσε η τετραετία 1960-1963. Δεν ελειτούργησε ούτε ο στοιχειοδέστερος μηχανισμός προληπτικής καταπολεμήσεως της φυματίωσης. Τα περισσότερα αντιφυματικά ιατρεία εμπατώθησαν. Ο προηγούμενος χρόνος ήταν αρκετά υποβοηθητικός στην ανοδική πορεία της αρρώστειας. Εσημειώθησαν 5908 καινούργια περιστατικά. Σε αυτά δεν υπολογίζονται όσα διέφυγαν από τον έλεγχο των αρμοδίων υγειονομικών αρχών. Από τους προσβληθέντες οι 3835 ήσαν άντρες και οι 2073 γυναίκες. Τα θανατηφόρα κρούσματα έφθασαν τα 1298. απ' αυτά τα 659 αφορούν ασθενείς σανατορίων.

Χαρακτηριστικά είναι τα ποσοστά προσβολής κατά επαγγέλματα. Προηγούνται οι αγρότες. Δεύτερες έρχονται οι νοικοκυρές. Ακολουθούν οι εργάτες και κυρίως οι εργαζόμενοι στις οικοδομές. Από τις ηλικίες, οι πιο μεγάλες είναι και οι περισσότερο επικίνδυνες. Ο σημερινός Έλληνας προσβάλλεται ευκολότερα από την φυματίωση όταν περάσει το σύνορο των 40 χρόνων. Ίδου μερικά ενδεικτικά στοιχεία από την στατιστική του 1963: 194 άτομα προσεβλήθησαν ηλικίας μέχρι 20 χρόνων, 716 από 20 - 29 χρόνων, 1096 από 30- 39, 889 από 40 -49, 1130 από 50-59 και 1270 από 60 χρόνων και άνω.

Χαρακτηριστική αντίφαση. Στις περιοχές με το πράσινο και τον καθαρό αέρα ενεδρεύει ο μεγαλύτερος κίνδυνος. Είναι από τον υποποτισμό, τις χαμηλές πολιτιστικές συνθήκες και την αυπαρξία προληπτικής αγωγής στην υπαίθρο. Το ίδιο γίνεται και με τις ηλικίες. Τα παιδιά τρέφονται καλύτερα, εμβολιάζονται και παρακολουθούνται. Η εγκατάλειψη της επαρχιακής Ελλάδος μέσα στην τελευταία οκταετία δεν γνώρισε προηγούμενο στα υγειονομικά χρονικά. Άρκει να σημειωθεί ότι από τα 52 υγειονομικά κέντρα της χώρας, τα 27 μόνον διαθέτουν επισκέπτριες αδελφές.

N. Παπαδημητρίου "Ελευθερία", 22.9.1964

Διεθνής Ημέρα για την Εξάλειψη της Βίας κατά των Γυναικών

Η Γενική Συνέλευση του ΟΗΕ, με απόφασή

Στατιστικά Στοιχεία για την Ελλάδα:



της στις 17 Δεκεμβρίου 1999, ανακήρυξε την 25η Νοεμβρίου ως Διεθνής Ημέρα για την Εξάλειψη της Βίας κατά των Γυναικών για να αναδείξει ένα σημαντικό πρόβλημα με παγκόσμια διάσταση. Η Ημέρα αυτή είχε καθιερωθεί ήδη από το 1981 από γυναικείες οργανώσεις, σε ανάμνηση της φρικτής δολοφονίας των τριών αδελφών Μιραμπάλ, πολιτικών αγωνιστριών από την Δομινικανή Δημοκρατία, με διαταγή του δικτάτορα Τρουχίλο.

- Η βία κατά των γυναικών είναι κυρίως υπόθεση ενδοοικογενειακή, καθώς το 68% των γυναικών που υπέστησαν κακοποίηση είναι έγγαμες.
- Το 16% των γυναικών που απευθύνθηκαν στα Συμβουλευτικά Κέντρα είναι αλλοδαπές.
- Από το σύνολο των αλλοδαπών γυναικών - θυμάτων ενδοοικογενειακής βίας, περίπου τέσσερις στις δέκα προέρχονται από τα Βαλκάνια.
- Η αντίληψη ότι η κακοποιημένη γυναίκα είναι συνήθως χαμηλού μορφωτικού επιπέδου και εισοδήματος, δεν επιβεβαιώνεται. 7 στις 10 γυναίκες - θύματα είναι δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης ή και ανώτερης ή ανώτατης εκπαίδευσης. Το ίδιο ισχύει και για την οικονομική κατάσταση, καθώς 6 στις 10 γυναίκες που έχουν υποστεί κακοποίηση βρίσκονται σε μέτρια ή καλή οικονομική κατάσταση.
- Περισσότεροι από τους μισούς δράστες είναι δευτεροβάθμιας ή ανώτερης και ανώτατης εκπαίδευσης, ενώ ένας στους δέκα εκ των δραστών είναι άνεργος.

<http://www.sansimera.gr/worlddays/74#ixzz3Fwt97t4O>

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@sylfilon.gr

site: www.sylfilon.gr

ΔΩΡΕΕΣ

Για την οικονομική ενίσχυση του Συλλόγου μας

Ευχαριστούμε θερμά τον:

K. Ιωάννη Δώδο

Ευχαριστούμε θερμά για δωρεά αντί στεφάνου τους:

Τάσο Αλουπτή, Άρη Βλασσόπουλο, Βασιλή Γεωργόπουλο, Κώστα Έξαρχο, Βασιλή Ζευγώλη, Βαγγέλη Κυτίνο, Νίκο Μαστροσταμάτη, Γιάννη Παπαδόπουλο, Πάνο Σαμππατά, Μάκη Χαλιώτη και Τάσο Ψαθά στη μνήμη του Κώστα Σταθοπούλου. Την κα Δήμητρα Νικολακάκου στη μνήμη του Νικολάου Μπαγετάκου και στη μνήμη του Γεωργίου Βαρδή.

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

Οκτωβρίου 2014

ΕΣΟΔΑ	ΕΞΟΔΑ
425.17 ευρώ	2.437.84 ευρώ
ΑΝΑΛΥΣΗ ΕΞΟΔΩΝ	
Περιθαλπομένοι:	1.100,00 ευρώ
ΕΛΤΑ, εφημερίδα, Διανομή:	565,19 ευρώ
Διάφορα έξοδα:	772.65 ευρώ

Επι κοινωνία εν τύπῳ

Μηνιαία εφημερίδα. Εκδίδεται σε 2.500 φύλλα

Ιδιοκτησία:

«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

Ευχαριστήρια Επιστολή

**Προς το Νοσοκομείο
Γ.Ν.Ν.Θ.Α "Η Σωτηρία"**

Με την παρούσα επιστολή μου, θα ήθελα να εκφράσω τις ευχαριστίες μου στους ιατρούς και το νοσηλευτικό και λοιπό προσωπικό της Καρδιολογικής Μονάδας Εμφραγμάτων και του Νοσοκομείου σας για τις υπηρεσίες τους. Τυγχάνω καρδιοπαθής και επισκέπτομαι συχνά την κλινική σας προκειμένου να αντιμετωπίσω τα προβλήματα που κατά καιρούς μου παρουσιάζονται.

Δεδομένης της κατάστασης που παρουσιάζουν οι μονάδες υγείας, με ελλείψης σε προσωπικό κλπ., νιώθω την ανάγκη να επισημάνω ότι παρά τις δύσκολες αυτές συνθήκες, οι άνθρωποι στην Καρδιολογική Εμφραγμάτων υπήρξαν πάντα δίπλα μου με ανιδιοτέλεια και υπευθυνότητα. Γι αυτό και θεωρώ πολύ σημαντική τη λειτουργία αυτής της κλινικής που σε καμία περίπτωση δεν πρέπει να σταματήσει.

Με εκτίμηση
Κυριακή Τασόγλου

Συνδρομή στο Σύλλογο

Ένα από τα κυριότερα έσοδα του Συλλόγου μας είναι η ετήσια συνδρομή των 15 ευρώ των μελών μας.

Ο Σύλλογος μας αριθμεί σήμερα 483 μέλη. Χάρη σε σας έχουν υποστηριχτεί οικονομικά πάνω από 1.500 Περιθαλιπόμενοι και έχουν δαπανηθεί για αυτό το σκοπό περισσότερα από 165.000 ευρώ!

Η έγκαιρη καταβολή της συνδρομής σας εξασφαλίζει την σταθερότητα της παροχής οικονομικής βοήθειας σε ασθενείς που πέρα από τα προβλήματα της υγείας τους αντιμετωπίζουν σοβαρά οικονομικά προβλήματα.

Σε πρόσφατο έλεγχο του αρχείου διαπιστώθηκε ότι κάποια μέλη μας δεν έχουν καταβάλει τις εισφορές τους για αρκετά έτη. Ίσως οι νέες οικονομικές συνθήκες υπερισχύουν της επιθυμίας τους να παραμένουν μέλη του Συλλόγου μας. Είμαστε υποχρεωμένοι, για την βιωσιμότητα του Συλλόγου μας, να διακόψουμε την αποστολή της εφημερίδας μας στους οφειλότες συνδρομών, την οποία βέβαια μπορούν να διαβάσουν ηλεκτρονικά. Παρακαλούμε επικοινωνήστε με τη γραμματέα του Συλλόγου μας Δευτέρα και Πέμπτη 11 - 3 το μεσημέρι για να πληροφορηθείτε τις τυχόν οφειλές σας.

Σας ευχαριστούμε
Τηλ. 2107763638

ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ



Συνεχίζονται τα Μαθήματα Ζωγραφικής με τον Καθηγητή Καλλιτεχνικών Alessandro De Martino, πτυχιούχο Καλών Τεχνών Φλωρεντίας Ιταλίας, τα μαθήματα, για διευκόλυνση των ενδιαφερομένων, γίνονται σε χώρο του Νοσοκομείου κάθε Τετάρτη και Πέμπτη 3 - 4 μ.μ.

Για κάθε επιπλέον πληροφορία επικοινωνήστε με τον κ. **Alessandro De Martino**, Τηλ. 6946796750 www.alessandrodemartino.blogspot.gr e-mail: demsandro28@gmail.com

Ημερολόγιο Κηπουρού

Νοέμβριος

Με απότομες αλλαγές και χαμηλές θερμοκρασίες μας ήρθε ο Νοέμβριος. Και αν και δεν μας άρεσε, ήταν μία χρήσιμη υπενθύμιση ότι ο χειμώνας είναι πια πολύ κοντά. Αυτό το μήνα λοιπόν αρχίζουν να μειώνονται δραστικά οι δουλειές που μπορούμε να κάνουμε στον κήπο μας. Η βασική μας δουλειά είναι να αποτελειώσουμε τυχόν μεταφυτεύσεις, να καθαρίσουμε τον κήπο μας και τις γλάστρες μας και να προετοιμαστούμε για τους χειμερινούς μήνες.

Φυτά εσωτερικού χώρου

Ήρθε η ώρα να μεταφέρετε τα φυτά που είχατε στο μπαλκόνι για το καλοκαίρι, πάλι μέσα στο σπίτι σας. Αν δεν το έχετε ήδη κάνει προετοιμάστε τα σταδιακά. Μεταφέρετέ τα στο σπίτι σας για λίγες ώρες κάθε μέρα, ώρες που σταδιακά θα αυξάνονται μέχρι τα φυτά να συνηθίσουν τις νέες συνθήκες.

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 αποφυγείτε επέκταση εντόμων και στα υπόλοιπα φυτά σας.

Οι μέρες είναι μικρότερες και το φως είναι λιγότερο. Μετακινήστε τα φυτά που έχουν ανάγκη από πολύ φως πιο κοντά στα παράθυρα και αν έχετε τέντες μαζέψτε τις ώστε να μπαίνει περισσότερο φως στο σπίτι σας. Ενισχύστε τη λίπανση σε όλα τα φυτά τώρα που η θερμοκρασία είναι κάπως χαμηλότερη.

Διατηρήστε τις ώρες που τα φυτά σας βρίσκονται στο σκοτάδι προκειμένου να επιτύχετε την άνθιση τους μέχρι τα Χριστούγεννα. Τα φυτά αυτά χρειάζονται περίπου 14 ώρες σκοτάδι για μία περίοδο 6 εβδομάδων για να ανθοφορήσουν.

Σε ορισμένες περιοχές της χώρας μας τα καλοριφέρ έχουν ήδη αρχίσει να λειτουργούν. Φτιάξτε δίσκους με χαλίκι ώστε να τοποθετήσετε εκεί τις γλάστρες σας και να αυξήσετε την υγρασία του χώρου. Αν διαθέτετε υγραντήρα, αρχίστε να τον χρησιμοποιείτε όταν αρχίσουν να λειτουργούν τα καλοριφέρ ώστε να διατηρείτε την υγρασία του σπιτιού σε ικανοποιητικά επίπεδα. Ελαττώστε τη συχνότητα πότισμας αλλά όχι την ποσότητα του νερού.

Αναζήτηση Εργασίας

Είμαι νηπιαγωγός, έχοντας υπηρετήσει ως υπεύθυνη νηπιαγωγείων Μοντεσσοριανής Αγωγής στο παρελθόν και υπηρετώντας τώρα σε αντίστοιχη θέση στη Δημόσια Εκπαίδευση.

Αυτήν την περίοδο θα ήθελα να προσφέρω τις υπηρεσίες μου συμπληρωματικά, δίνοντας φροντίδα, αγάπη, δημιουργική απασχόληση και μαθήματα - μελέτη σε παιδιά ηλικίας 0 -12 ετών, σε ώρες απογευματινές (και Σαββατοκύριακα).

Με εκτίμηση,
Ελένη Σκαρώνη
Τηλ. 6971 805831

ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ

Καθηγήτρια Αγγλικών παραδίδει μαθήματα Αγγλικών σε μέλη του Συλλόγου μας και εργαζομένους του Νοσοκομείου μας, που αντιμετωπίζουν οικονομικά προβλήματα και επιθυμούν να μάθουν ή να τελειοποιήσουν τα αγγλικά τους.

Τα μαθήματα θα γίνονται σε αίθουσα της Νοσηλευτικής Υπηρεσίας κάθε Πέμπτη 4 με 6 το απόγευμα.

Παρακαλούνται οι ενδιαφερόμενοι να επικοινωνήσουν με την κυρία Μαρία Χανιωτάκου στα τηλέφωνα: 2106047773 και 6944526094.

Φυτά στο μπαλκόνι

Αν φυτέψατε ετήσια ή διετή φυτά χειμερινής ανθοφορίας τους 2 προηγούμενους μήνες, θα έχετε ήδη φτάσει στο στάδιο των 4 φύλλων. Αραιώστε τα φυτά σας ή μεταφυτεύστε τα στην κανονική τους θέση (π.χ. πανσέδες, γαρύφαλλα, σκυλάκια, χρυσάνθεμα, μαργαρίτες). Αποθηκεύστε τους σπόρους που μαζέψατε ή σας περίσσειαν σε στεγνό και δροσερό σημείο μέχρι να τους ξαναχρησιμοποιήσετε. 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.

Φυτέψτε βολβούς. Αυτό το μήνα θα πρέπει να φυτέψετε και τις τουλίπες. Αν φυτέψατε ήδη βολβούς μέσα στο Σεπτέμβριο, πιθανόν κάποιοι από αυτούς να έχουν ήδη φρυτώσει.

Τα χρυσάνθεμα είναι σε πλήρη ανθοφορία αυτό το μήνα. Κόβετε τα λουλούδια που ξεραίνονται ώστε να ενισχύσετε την παραγωγή νέων μπουμπουκιών. Μόλις η ανθοφορία τους τελειώσει, κλαδέψτε τα στους 10 περίπου πόντους από το χώμα.

Προμηθευτείτε φύλλα χοντρού πλαστικού ώστε να μπορείτε να προστατέψετε τα φυτά σας σε περίπτωση παγωνιάς. Τα συνοικιακά χρωματοπωλεία διαθέτουν χοντρό πλαστικό με το μέτρο. Θα μπορούσατε να ζητήσετε να σας το κόψουν στα μέτρα που θέλετε και να σας περάσουν πριτσίνια (τρύπες με μεταλλικό δαχτυλίδι) ώστε να μπορείτε να δέσετε το πλαστικό πάνω στα κάγκελα ή τα φυτά. Αυτή η λύση είναι πιο μόνιμη καθώς το ίδιο πλαστικό μπορεί να χρησιμοποιηθεί για πολλά χρόνια.

Φυτά στον κήπο

Φυτέψτε βολβούς. Ποτιζέτε τους αραιά αν δεν βρέχει. Μία καλή ιδέα είναι να γράψετε και να τοποθετήσετε ταμπλάκια στη θέση που είναι φυτεμένα τα πολυετή ώστε την άνοιξη να μην τα ξεριζώσετε κατά λάθος ενώ ετοιμάζετε να φυτέψετε κάτι άλλο.

Μαζεύετε συχνά τα πεσμένα φύλλα. Βγάλτε από το χώμα τους βολβούς καλοκαιρινής ανθοφορίας και αποθηκεύστε τους σε στεγνό και ζεστό σημείο.

Ενισχύστε τη λίπανση σε όλα τα φυτά. Θυμηθείτε ότι όταν έχουμε παγωνιά η λίπανση πρέπει να διακόπτεται. Ελαττώστε τη συχνότητα ποτίσματος αλλά όχι την ποσότητα του νερού. Αν ο καιρός είναι βροχερός αραιώστε το πότισμα ακόμη περισσότερο.

Σκάψτε τα άδεια σημεία του κήπου σας και προετοιμάστε παρτέρια για την άνοιξη. Προσθέστε στο χώμα κοπριά ώστε να "χωνέψει" μέχρι την άνοιξη.

Προμηθευτείτε φύλλα χοντρού πλαστικού ώστε να μπορείτε να προστατέψετε τα φυτά σας σε περίπτωση παγωνιάς.

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

ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ

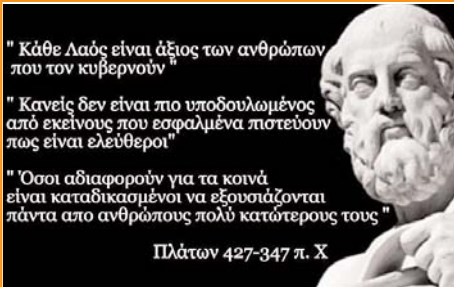
Συνταξιούχος φιλόλογος, φίλη της "ΣΩΤΗΡΙΑΣ", προσφέρει δωρεάν ιδιαίτερα μαθήματα σε αδύνατους μαθητές δημοτικού-γυμνασίου, όπως και σε ενήλικους που θέλουν να βελτιωθούν στην γραφή και ανάρθρωση.

Χρυσάνθη

Εκδήλωση ενδιαφέροντος στα τηλέφωνα και το e-mail του Συλλόγου μας.

Τηλ. 2107763638 - E-mail: info@sylfilon.gr

Πως Ανταμείβει η Ελλάδα τους Πολίτες που Άφησαν στα Χώματα της το Σώμα και το Πνεύμα τους



"Κάθε λαός είναι άξιος των ανθρώπων που τον κυβερνούν"

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

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

Πλάτων 427-347 π. Χ

Πυθαγόρας, φιλόσοφος, μαθηματικός, γεωμέτρης: 500 π.Χ. ετών 80 πέθανε στην εξορία από πείνα.

Μιλτιάδης, ο νικητής της μάχης του Μαραθώνα: 489 π.Χ. πέθανε ετών 65 στη φυλακή.

Αριστείδης ο Δίκαιος: 468 π.Χ. πέθανε ετών 72 στην εξορία από πείνα.

Θεμιστοκλής, ο νικητής της ναυμαχίας της Σαλαμίνας: 461 π.Χ. πέθανε ετών 66 στην εξορία.

Περικλής, ο πολιτικός του χρυσού αιώνα: 429 π.Χ. πέθανε ετών 66, παραιτήθηκε λόγω κατηγορίας.

Φειδίας, κορυφαίος γλύπτης: 429 π.Χ. πέθανε ετών 66 στη φυλακή.

Αισχύλος, κορυφαίος τραγικός ποιητής: 456 π.Χ. πέθανε ετών 69 στην εξορία.

Σοφοκλής, κορυφαίος τραγικός ποιητής: 406 π.Χ. πέθανε ετών 90 στην εξορία από πείνα.

Ευριπίδης, κορυφαίος τραγικός ποιητής: 406 π.Χ. πέθανε ετών 74 στην εξορία.

Αναξαγόρας, φιλόσοφος και αστρονόμος: 428 π.Χ. πέθανε ετών 72 στην εξορία.

Ηρόδοτος, ο πατέρας της Ιστορίας: 429 π.Χ. πέθανε ετών 59 στην εξορία.

ΙΚτίνος, αρχιτέκτονας του Παρθενώνα: 420 π.Χ. πέθανε στην εξορία.

Αλκιβιάδης, πολιτικός της Αθήνας: 404 π.Χ. πέθανε ετών 48 στην εξορία.

Σωκράτης, φιλόσοφος: 399 π.Χ. ετών 71 ήπιε το κώνειο.

Θουκυδίδης, ιστορικός 396 π.Χ. πέθανε ετών 64 στην εξορία.

Αριστοφάνης, κωμωδιογράφος: 385 π.Χ. ετών 61 πέθανε στην εξορία από πείνα.

Πλάτων, φιλόσοφος: 347 π.Χ. πέθανε ετών 80 στην εξορία.

Ισοκράτης, ρήτορας: 338 π.Χ. πέθανε ετών 99 στην εξορία.

Δημοσθένης, ρήτορας: 322 π.Χ. πέθανε ετών 62, ήπιε δηλητήριο.

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

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

ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΟΥΣ ΠΟΛΙΤΙΚΑ



Θεόδωρος Κολοκοτρώνης, Αρχιστράτηγος Πελοποννήσου, το μυαλό της Επανάστασης: φυλακίστηκε από την αντιβασίλεια, καταδικάστηκε σε θάνατο, του δόθηκε χάρη από τον Όθωνα και πέθανε από συμφύσηση το 1843, σε ηλικία 73 ετών.

Νικηταράς ο Τουρκοφάγος, ο δυναμικός αγωνιστής: πέθανε το 1849, άρρωστος, φτωχός και τυφλός σ' ένα ημιυπόγειο στον Πειραιά, ενώ η οικογένειά του "απέθνηκε της πείνης", σε ηλικία 68 ετών.

Γιάννης Μακρυγιάννης, πρωταγωνιστής στην Επανάσταση και την παραχώρηση Συντάγματος από τον Όθωνα: πέθανε το 1864 από τις κακουχίες του αγώνα και την απομόνωση και τη φυλάκιση του, (1851 - 1854). Είχε καταδικαστεί σε θάνατο για εσχάτη προδοσία, σε ηλικία 67 ετών.

Ανδρέας Μιαούλης, Ναύαρχος: πέθανε το 1835 από φυματίωση, στο στίπτι του στην Αθήνα σε ηλικία 68 ετών.

Ανδρέας Λόντος, ο πλούσιος πρόκριτος των Καλαβρύτων και πρωταγωνιστής της 3ης Σεπτεμβρίου: αυτοκτόνησε "μη δυνάμενος να ανεχτεί την ένδοξη του", το 1846 σε ηλικία 62 ετών.

Μανωτ' Μαυρογένους, Η αρχόντισσα της Μυκόνου που έδωσε όλη της την περιουσία για τον Αγώνα: πέθανε φτωχή από τυφώδη πυρετό στην Πάρο το 1840, σε ηλικία 44 ετών.

Αλέξανδρος & Δημήτριος Υψηλάντης, Άρχισαν και τελείωσαν την Επανάσταση: το 1828 ο πρώτος στη Βιέννη, από άσθμα 36 ετών και το 1832 από στηθικό νόσημα ο δεύτερος στο Ναύπλιο, ούτε 40 ετών. Φαίνεται ότι οι Υψηλάντηδες έπασχαν από μια σπάνια κληρονομική ασθένεια που οδηγούσε σε θάνατο από αναπνευστικές λοιμώξεις (6 από τα 7 αδέρφια έπασχαν).

Νικόλαος Κριεζιώτης, ο ήρωας της Εύβοιας: πέθανε καταδιωγμένος από το οθωνικό καθεστώς, αυτοεξόριστος στη Σμύρνη το 1853, σε ηλικία 68 ετών.

Παναγιώτης Σέκερης, ο χρηματοδότης της Φιλικής Εταιρίας: πέθανε το 1830 πάμφτωχος στο Ναύπλιο, όπου διορίστηκε τελώνης, σε ηλικία 52 ετών.

Δολοφονήθηκαν (από Έλληνες):

- Πάνος Κολοκοτρώνης,
- Οδυσσέας Ανδρούτσος,
- Ιωάννης Καποδίστριας.

«Όσο προχωρεί ο καιρός και τα γεγονότα, ζω ολοένα με το εντονότερο συναίσθημα πως δεν είμαστε στην Ελλάδα, πως αυτό το κατασκεύασμα που τόσο σπουδαίο και ποικίλο απέκρινε καθήμερα, δεν είναι ο τόπος μας, αλλά ένας φράχτης με ελάχιστα φρεσνά διαλεξιμάτα, γεμάτα με μια πολύ βαριά νοσταλγία. Να νοσταλγείς τον τόπο σου, ζώντας στον τόπο σου, τίποτε δεν είναι πιο μικρό».

ΓΙΩΡΓΟΣ ΣΕΦΕΡΗΣ



http://greek1.blogspot.gr/2014/02/blog-post_5264.html#axzz3Fxn78Fd0

Άχρηστος εγώ; Το γράμμα ενός μαθητή της έκτης δημοτικού

Διαβάζοντας το παρακάτω γράμμα είναι σοκαριστικό το γεγονός πως ένα παιδί καταφέρνει με απλά λόγια και σκέψεις να μας ταρακουνήσει.

"Ξημέρωσε. Νυστάζω. Δεν χόρτασα ύπνο. Ακούω τη φωνή της μαμάς. Τι θα κάνει τώρα; Θέλει να με βάλει να ξαναγράψω αυτή τη ρημάδα την ορθογραφία. Αφού όσες φορές και να τη γράψω, πάλι λάθη θα κάνω. Είμαι ένας μπουμπουνάς. Το 'πε κι ο μπαμπάς. Τίποτα δεν θα καταφέρω. Πάλι μαλώσανε χθες. Η μαμά τού έπτε να είναι πιο προσεκτικός κι εκείνος έπτε πως αυτή φταίει για όλα. Όλο μαλώνουν τελευταία. Δεν θέλω να μαλώνουν και για μένα. Αμάν κι αυτή η μαμά! Πού τη βρίσκει τέτοια όρεξη πρωί πρωί; Κάθε μέρα με βασανίζει. Χθες της έπτα ότι δεν την αγαπάω. Δεν είναι αλήθεια. Την αγαπάω, αλλά ήθελα να την πονέσω. Ξέρω ότι αυτό τη θυμώνει. Και όταν το ακούει βάζει τα κλάματα και αρχίζει να λέει πως για το καλό μου τα κάνει, όλο τρέχει για μένα και τίποτα δεν κάνει για τον εαυτό της και πάλι μαλώνουν με τον μπαμπά γιατί της λέει ότι κάνει τόση πολλή προσπάθεια και μια τρύπα στο νερό κάνει. Προχθές με πήγαν σε ένα μέρος που έγραφε: παιδιά με μαθησιακές δυσκολίες. Καλά ήταν. Μου έδωσαν και καραμέλες και με έβαλαν να γράψω κάτι πράγματα. Μετά η μαμά και ο μπαμπάς μίλησαν με μια κυρία. Όταν φύγαμε, ο μπαμπάς ξεφύσασε και δεν μιλούσε. Πρέπει να έχω κάτι πολύ σοβαρό. Όμως εγώ νιώθω καλά. Ούτε πυρετό έχω, ούτε η κοιλιά μου πονάει. Μόνο που κώνω πολλά λάθη στην ορθογραφία. Και τα γράμματά μου είναι... στραβούτσικα. Βαρέθηκα να μου γράφει η κυρία "καλύτερα γράμματά". Και δεν μου αρέσει καθόλου να με λένε μπουμπουνά και άχρηστο. Μήπως έχουν δίκιο; Αλλά πάλι, μπορεί ένας άχρηστος να ζωγραφίζει ωραία όπως εγώ; Μου φαίνεται, οι μεγάλοι είναι πιο άχρηστοι.

B.K. - Μαθητής ΣΤ' Δημοτικού
Δημοσιεύθηκε Ελευθεροτυπία και enet.gr

ΜΕΤΑΧΕΙΡΙΣΜΕΝΑ ΡΟΥΧΑ



ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ

ΧΕΙΜΩΝΙΑΤΙΚΑ ΡΟΥΧΑ

Τώρα με την αλλαγή του ρουχισμού στις ντουλάπες σας, μπορούμε να δεχτούμε όσα από τα χειμωνιάτικα ρούχα δεν θέλετε να χρησιμοποιήσετε φέτος.

Σας παρακαλούμε τα ρούχα που θα φέρετε να είναι σε καλή κατάσταση, καθαρά και σιδερωμένα. Θα προσπαθήσουμε να τα διαθέσουμε κατά τον καλύτερο δυνατό τρόπο.

Υπάρχει ανάγκη για Τζίν, Μπουφάν και και κουβέρτες, που θα διατεθούν σε άστεγους.

Απευθυνθείτε στους υπευθύνους της αποθήκης ρουχισμού:

Κώστας Βιταλάκης τηλ. -3673 ή 6977202398 και Σοφία Βιταλάκη τηλ. 6973538028.

Οι Προϊσταμένες των Τμημάτων μπορούν να επικοινωνούν με τους υπευθύνους της αποθήκης ρουχισμού για κάλυψη αναγκών νοσηλευόμενων ασθενών. ο κ. Βιταλάκης θα βρίσκεται στην Ιματιοθήκη κάθε Τετάρτη 9-2



Ευτυχία.. είναι πιο απλή και πιο συνηθισμένη απ' ότι θαρρούμε!! Είναι τόσο απλή... και τόσο φτωχοντυμένη κι αθόρυβη... που περνά από μπροστά μας... και τη σκουντούμε και δεν την προσέχουμε!!

N .Καζαντζάκης

Η ευτυχία είναι ένα υπέροχο πράγμα. Όσο πιο πολύ δίνεις τόσο περισσότερο παίρνεις...

Mme Necker

Ό,τι και να κάνουμε, στην ουσία το κάνουμε για να είμαστε ευτυχισμένοι...

Ο τρόπος που επιλέγουμε για να δούμε τον Κόσμο, δημιουργεί και τον Κόσμο που βλέπουμε!

B.N. Kaufman

Θέατρο Ελεύθερη Έκφραση

"ΚΟΥΑΡΤΕΤΟ ΤΣΕΧΩΦ"

4 κωμωδίες του Άντον Τσέχοφ σε 1 παράσταση με ζωντανή μουσική!

Ένας παπάς! Τρεις χήρες! Ένας αγρόικος! Ένας υπηρέτης! Ένας χαμπρός! Μια νύφη! Ένας πεθερός! Όλοι "δένονται" μεταξύ τους με τη μουσική, το χορό και φυσικά με το ιδιαίτερο χιούμορ του μεγάλου Ρώσου συγγραφέα Άντον Τσέχοφ!

Τα 4 κωμικά μονόπρακτα που παρουσιάζονται σε ενιαία παράσταση είναι τα εξής: "Αρκούδα", "Πρόταση γάμου", "Διπλωματικά", "Καλά Ξεμπερδέματα"

Συντελεστές

Κείμενο: Άντον Τσέχοφ,
Μετάφραση: Λυκούργος Καλλέργης,
Σκηνοθεσία: Μαίρη Ιγγλέση,
Σκηνικά - Κοστούμια: Πένυ Αμπλά,
Βοηθός σκηνοθέτη: Καλλιότη Ξυνητού,
Φωτισμοί: Αντώνης Παναγιωτόπουλος

Παίζουν οι ηθοποιοί:
Μαίρη Ιγγλέση, Γιάννης Τσιώμου, Γιώργος Πα-
σάκος, Τζένη Οικονόμου, Γιάννης Αγριόμαλ-
λος, Μιράντα Αγριόμαλλου
Στο πιάνο: Χρήστος Μπάκις

Ημέρες και ώρες παραστάσεων
Τετάρτη και Παρασκευή: 18:00
Σάββατο: 21:00

Τιμές εισιτηρίων:

Απογευματινή: 10 ευρώ

Βραδινή: 15 ευρώ

Άνεργοι (επίδειξη κάρτας ΟΑΕΔ), ΑΜΕΑ + συ-
νοδοί: ΔΩΡΕΑΝ (σε όλες τις παραστάσεις)

Διάρκεια παράστασης: 2 ώρες με διάλειμμα

ΕΝΑΡΞΗ ΠΑΡΑΣΤΑΣΕΩΝ:

ΣΑΒΒΑΤΟ 8 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2014, στις 21:00

Τηλ. επικοινωνίας: 210-8645400

www.eleftheri-ekfrasi.gr

Θέατρο "Ελεύθερη Έκφραση"

Λεάβου 8 (ώψος Πατησίων 212 - στάση Καλλιφρονά)

ΕΥΧΑΡΙΣΤΟΥΜΕ!!!

Κυδώνι τριφτό

1 kg κυδωνία χιμμένα στο χονδρό τρίφτη
2 κ. σούπας χυμό λεμονιού

3 κούπες νερό
750gr ζάχαρη
λίγη αρμπαρόριζα
½ κούπια γλυκόζη
(για να μην ζαχαρώ-
σει τα γλυκό μας)



1ος τρόπος

Σε κατσαρόλα ρί-
χνουμε το νερό με το λεμόνι και το κυδώνι.
Βράζουμε (ανοιχτή κατσαρόλα) μέχρι να α-
πορροφήσει όλο το νερό. Ρίχνουμε την ζά-
χαρη και αφήνουμε να σταθεί ως την επόμε-
νη μέρα. Βράζουμε ώσπου να δέσει καλά το
σιρόπι λίγο πριν το κατεβάσουμε από τη
φωτιά προσθέτουμε τα 2-3 κλωνάρια αρ-
μπαρόριζα. Με αυτό τον τρόπο παίρνει ένα
βαθύ ροζ χρώμα.

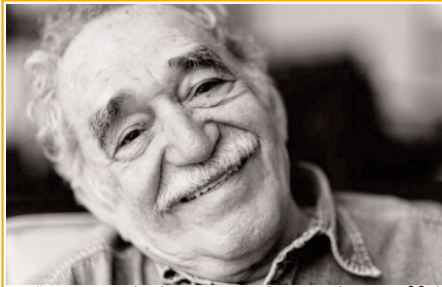
2ος τρόπος

Για να γίνει ροζ ανοιχτό βράζουμε τη ζά-
χαρη με το νερό για 10 λεπτά. Καθαρίζο-
ντας κάθε κυδώνι το ραντίζουμε με χυμό λε-
μονιού και το ρίχνουμε αμέσως μέσα στην
κατσαρόλα με το σιρόπι. Όταν τελειώσουν
τα κυδωνία τα βράζουμε και δένουμε καλά
το γλυκό την ίδια ώρα χωρίς να το αφήσου-
με για την επόμενη ημέρα.

Καλή επιτυχία

Νίκη Νικολοπούλου

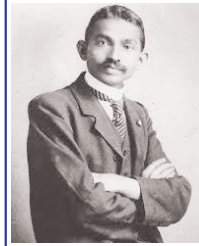
13 Σημαντικοί Λόγοι στην Ζωή...



1. "Σε αγαπώ, όχι για αυτό που είσαι... αλλά για αυτό που είμαι εγώ, όταν είμαι κοντά σου"
2. Δεν αξίζει να κλαίς για κανέναν. Όσοι α-
ξιίζουν τα δάκρυα σου, δεν θα σε κάνουν πο-
τέ να κλάψεις...
3. Επειδή πιστεύεις ότι κάποιος δεν σε αγα-
πάει όσο εσύ θα ήθελες... δεν σημαίνει ότι
δεν σε αγαπά με όλη την καρδιά του.
4. Αληθινός φίλος είναι αυτός που σου κρατάει το
χέρι... και ταυτόχρονα αγγίζει την καρδιά σου.
5. Ο χειρότερος τρόπος να χάσεις κάποιον
που αγαπάς... είναι να είσαι δίπλα του, αλ-
λά αυτός να μην είναι εκεί.
6. Μην σταματάς ποτέ να χαμογελάς, ακό-
μη και αν είσαι δυστυχισμένος... κάποιος ί-
σως ερωτευθεί το χαμόγελο σου.
7. Μπορεί απλά να είσαι ένα άτομο σε όλο
τον κόσμο... αλλά για κάποιον άτομο μπορεί
να είσαι ο κόσμος ολος.
8. Μην ξεδεύεις τον χρόνο σου για κάποιον,
που δεν νοιάζεται να τον ξεδέψει μαζί σου.
9. Ίσως ο θεός, θέλει να γνωρίσεις πολλούς λάθος
ανθρώπους, μέχρι να γνωρίσεις τον σωστό, έτσι ό-
ταν συμβεί αυτό θα είσαι πραγματικά ευγνώμων.
10. Μην κλάψεις γιατί ήρθε το τέλος σε μία σχέ-
ση... χαμογελά για όλα αυτά που πέρασατε μαζί.
11. Πάντα θα υπάρχουν άνθρωποι που θα σε
πληγώνουν, πρέπει να συνεχίζεις να έχεις ε-
μπιστοσύνη... απλά να είσαι πιο προσεκτικός.
12. Γίνε καλύτερος άνθρωπος μέρα με την μέρα...
όταν γνωρίσεις αυτόν που ψάχνεις, θα είσαι σί-
γουρος ότι θα σε αγαπήσει για αυτό που είσαι.
13. Μην ανυπομονείς, τα καλύτερα έρχο-
νται όταν δεν τα περιμένεις...

Gabriel Garcia Marquez
www.sakopetra.com

Ο Γκάντι και ο καθηγητής του



Αυτή η ιστορία ανα-
φέρεται στον Γκάντι,
χωρίς να είναι επιβε-
βαιωμένο. Όταν ο Γκάν-
τι σπούδαζε νομικά
στο Πανεπιστήμιου
του Λονδίνου είχε έναν
καθηγητή του οποίου
το επίθετο ήταν Mr.
Peters και ο... οποίος
δεν τον συμπαθούσε καθόλου.

Κάποια μέρα, ο Mr. Peters κατά τη διάρκεια του μεσημεριανού γεύματος του καθόταν στο ε-
στιατόριο του Πανεπιστημίου όταν ο Γκάντι ήλ-
θε, με τον δίσκο του και κάθισε δίπλα του. Σοβα-
ρά ενοχλημένος ο υπερόπτης καθηγητής είπε
στον Γκάντι: "Κύριε Γκάντι, δεν γνωρίζετε ότι έ-
να γουρούνι και ένα περιστέρι δεν κάθονται μα-
ζί κατά τη διάρκεια του φαγητού τους;" και ή α-
πάντηση του Γκάντι ήταν... "Μην ενοχλείστε κ.
καθηγητά, θα πετάξω παραπέρα" και λέγοντας
αυτά πήγε και κάθισε σ' ένα άλλο τραπέζι.

Πράσινος από τα νεύρα του ο Mr. Peters
θέλησε να πάρει την ρεβάνς στην επόμενη ε-
ξετάσεις, αλλά ο φοιτητής του απάντησε ορ-
θότατα σε όλες τις ερωτήσεις του. Τότε ο Mr.
Peters του έθεσε την παρακάτω ερώτηση:

"Κύριε Γκάντι, τι θα κάνατε αν περπατώντας
στον δρόμο βρίσκατε ένα πακέτο γεμάτο σοφία
και ένα άλλο γεμάτο λεφτά; Ποιό από τα δύο θα
παίρνατε;" Χωρίς να πολυσκεφθεί ο Γκάντι του
απάντησε: "Σίγουρα το πακέτο με τα χρήματα."

Τότε ο Mr. Peters μ' ένα χαμόγελο γεμάτο ει-
ρωνεία του είπε: "Αν ήμουν στην θέση σας θα
έπαιρνα αυτό με την σοφία, δεν νομίζετε;" και
ο Γκάντι του απάντησε με απάθεια: "Ο καθέ-
νας παίρνει αυτό που του λείπει."

Ο Mr. Peters ήδη υστερικός από την απάντη-
ση του φοιτητή του έγραψε στην κόλλα του δια-
γωνίσματος, "Ηλίθιος" και την έδωσε στον Γκάντι.

Ο Γκάντι πήρε την κόλλα του διαγωνίσμα-
τος και κάθισε κάτω. Μερικά λεπτά αργότερα
πάει στον καθηγητή του και του λέει: "Mr.
Peters, υπογράψατε το γραπτό μου, αλλά ξε-
χάσατε να το βαθμολογήσετε.

<http://antichainletter.wordpress.com/2014/05/20/gandhi-trump-professor-peters/>

Ο Σύλλογος Φίλων Περιθαλπομένων Νοσοκομείου "Η Σωτηρία" στο Facebook

Ο Σύλλογος μας έχει πλέον σελίδα και στο Facebook! Αν έχετε Facebook, μπείτε στο site του
Συλλόγου (www.Syfilion.gr), στο κάτω μέρος δεξιά έχει την ένδειξη "Βρείτε μας στο Facebook".

Αν σας αρέσει κάντε κλικ στο "μου αρέσει" και διαδώστε το στους φίλους σας.

Σελίδα Δραστηριότητα Στατιστικά στοιχεία Ρυθμίσεις Αποκτήστε κοινό Βοήθεια

AYTH TH ΒΔΟΜΑΔΑ
178
Δηλώνουν ότι τους
αρέσει η Σελίδα

220
Από τη στιγμή
δημοσίευσής

Βρείτε μας στο Facebook

Σύλλογος Φίλων
Περιθαλπομένων
Νοσοκομείου "Η
Σωτηρία"
Μη κερδοσκοπικός οργανισμός

Μου αρέσει! Ακολουθήστε

Χρονολόγιο Πληροφορίες Φωτογραφίες Περισσότερα

Βοήθεια και συμπαράσταση σε ασθενείς,
εσπερικούς ή εξωτερικούς περιθαλπούμενους στο
Νοσοκομείο «Η Σωτηρία»

AYTH TH ΒΔΟΜΑΔΑ
224
Από τη στιγμή
δημοσίευσής

2
Ειδοποιήσεις

180
Δηλώνουν ότι τους
αρέσει η Σελίδα

ΑΔΙΑΒΑΣΤΑ

0
Μηνύματα

<http://www.syfilion.gr/> Προώθηση

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



ΔΙΑΦΗΜΙΣΤΕΙΤΕ ΣΤΗΝ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ ΜΑΣ

Με τα χρήματα της διαφήμισής σας θα καλυφθούν βασικές ανάγκες συνανθρώπων μας που περνούν δύσκολες στιγμές της ζωής τους

Η εφημερίδα είναι μηνιαία και εκδίδεται σε 2.500 φύλλα. Διανέμεται δωρεάν σε Νοσοκομεία της 1^{ης} ΥΠΕ: Π.Γ.Κ.Ν. Αθηνών "Γ.Γεννηματάς", Π.Γ.Ν.Ν.Θ.Α. "Η Σωτηρία", "Ερυθρός Σταυρός", "Ελπίς", "Ερρίκος Ντυνάν", "Αγ. Σάββας", "Ιπποκράτειο", "Σισμανόγλειο", και Μαιευτήρια "Ελενας" και "Αλεξάνδρας".

Πληροφορίες τηλ: 2107763638 fax: 2107707211

Η "Επι κοινωνία εν τύπω"
είναι το δικό σου βήμα

Παρακαλούμε, στείλε μας
σκέψεις,

προβληματισμούς,

αντιθέσεις

και ό,τι άλλο μέσα από την ειδικότητα σου και την ευαισθησία σου θα μπορούσες να μοιραστείς με τους άλλους για το γενικό καλό.



ΤΟ ΚΟΜΜΩΤΗΡΙΟ "ΛΑΚΗΣ"

ΛΕΤΙΔΕΩΝ & ΕΥΤΕΡΠΗΣ 46 ΧΟΛΑΡΓΟΣ

ΠΡΟΣΦΕΡΕΙ

Για τους αναγνώστες της εφημερίδας μας

ΠΑΙΔΙΚΟ

ΚΟΥΡΕΜΑ - ΛΟΥΣΙΜΟ - ΧΤΕΝΙΣΜΑ

ΤΗΛ. 210 6512471

ΜΟΝΟ **8€**



Martini
cosmobio

Τα πάντα για την Υγιεινή Διατροφή



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

Εξαιρετική
Ποιότητα & Τιμή

Σπηλιωτοπούλου 12 // Γουδή // Πλησίον Νοσ. Παιδων

Τ.210 77 84371



WWW.Facebook.com/MartiniCosmobio