

Σύλλογος Φίλων Περιθαλλομένων Νοσοκομείου "Η ΣΩΤΗΡΙΑ"

Αναγέννηση

Η γέννηση είναι ένα φυσικό γεγονός που μας συμβαίνει χωρίς τη δική μας συνειδητή συμμετοχή. Ερχόμαστε στον κόσμο προικισμένοι με αγνότητα, δηλαδή άδειοι από κάθε πληροφορία και χωρίς προσμίξεις ξένων προς τη θείκη μας προέλευση στοιχείων. Σαν άδειο τετράδιο, σαν κενό DVD, σαν λευκός καμβάς.

Ήδη από τη σύλληψή μας και κατά την ενδομήτριο ζωή αρχίζουμε να δεχόμαστε επιρροές του φυσικού περιβάλλοντος μέσα στο οποίο ερχόμαστε να εγκατασταθούμε. Από τη στιγμή της γέννησης και μετά, δεχόμαστε, μέσα από τα αισθητήριά μας, βροχή πληροφοριών που καταγράφονται στον "σκληρό μας δίσκο" χωρίς ουσιαστικά να μπορούμε να τις διαχειριστούμε.

Όλες αυτές οι πληροφορίες, σε συνδυασμό

με την κληρονομικότητά μας, μέχρι την ηλικία των 6 περίπου ετών, έχουν καθορίσει σε μεγάλο βαθμό τον χαρακτήρα μας και σιγά - σιγά αρχίζουμε να διαχειριζόμαστε τις νέες πληροφορίες συγκρίνοντάς



τες με τις ήδη καταγεγραμμένες, ανάλογα από τον πόνο ή την ηδονή που μας προκαλούν και διαμορφώνουμε την προσωπικότητά μας, δηλαδή την προς τα έξω επικοινωνία μας και τη συναλλαγή μας με τους άλλους ανθρώπους.

Κάποια σημαντικά γεγονότα στη ζωή μας έρχονται να μας ταρακουνήσουν και να μας βοηθήσουν να αναθεωρήσουμε τη συμπεριφορά μας και να επαναπροσδιορίσουμε την πορεία μας.

Όταν αυτή η αλλαγή μας βοηθά να δούμε με πιο καθαρή ματιά και πιο μακριά από όσο βλέπαμε πριν, σημαίνει ότι αποκτούμε περισσότερη συνείδηση, γινόμαστε δηλαδή πιο αγνοί.

Κάθε εξωτερικό γεγονός στη ζωή μας είναι μια ευκαιρία να δούμε τα πράγματα διαφορετικά από το όπως έχουμε συνηθίσει, και όταν κάποια στιγμή από εσωτερική παρόρμηση αλλάζουμε άρδην πορεία προς το καλύτερο, αισθανόμαστε σαν να ξαναγεννιόμαστε.

«Ότε ήμην νήπιος, ως νήπιος ελάουν, ως νήπιος εφρόνουν, ως νήπιος ελογιζόμην. Ότε δε γέγονα ανήρ, κατήρηγκα τα του νηπίου».

Ευκαιρίες για αναγέννηση υπάρχουν πολλές στη ζωή μας. Μια από αυτές είναι και η αλλαγή του χρόνου. Ας κάνουμε έναν απολογισμό και έναν αναπροσδιορισμό στη ζωή μας και φέτος.

Καλή χρονιά!

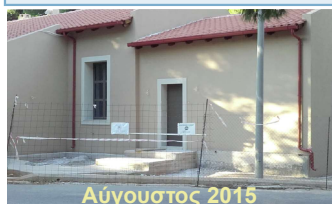
Πέτρος Γαρζώνης
 Σχέδιο: Ρένα Καραλέκα



ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΙΑΤΙΚΟ ΒΑΖΑΡ 2017
 ΤΡΙΤΗ 19 ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ 2017
 ΚΑΙ ΩΡΕΣ 8.30 - 17.00
 ΣΤΟ ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ ΤΟΥ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟΥ
 ΙΝΟΣΗΜΑΤΩΝ ΘΩΡΑΚΟΣ «Η ΣΩΤΗΡΙΑ»
 Η εκδήλωση οργανώνεται από το
 Σύλλογο Φίλων Περιθαλλομένων
 του Νοσοκομείου "Η ΣΩΤΗΡΙΑ"
 Τα έσοδα θα καλύψουν ανάγκες ασθενών
 του Νοσοκομείου μας
 Οι πάγκοι μας διαθέτουν εποχιακά
 (στολιά - γλυκά), κρασιά, βιόλια, φυτά, κλπ
 Email: sylfilon@yahoo.gr
 Τηλ. επικοινωνίας: 2107763638



ΤΑ ΝΕΑ ΤΟΥ ΞΕΝΩΝΑ



Αύγουστος 2015

Μετά από συντονισμένες προσπάθειες το τέρμα της γραφειοκρατίας ξύπνησε. Πολλά ευχαριστούμε την Πρώην Αντιδήμαρχο κυρία Λιλίκα Βασιλάκου, τον Αν. Προϊστάμενο της Διεύθυνσης Τεχνικών Έργων Περιφέρειας Αττικής Αλέξανδρο Καλογερόπουλο, τον Προϊστάμενο Διεύθυνσης Τεχνικής Υπ. 1ης ΥΠΕ κ. Περή Χάλαρη και τον Προϊστάμενο του Τμήματος Τμήματος Βιοιατρικής Τεχνολογίας 1ης ΥΠΕ κ. Κωνσταντίνο Μπληζιώτη, τον Διοικητή του Νοσοκομείου μας κ. Πέτρο Λυριτζή, τον Αν. Διοικητή του Νοσοκομείου μας κ. Αντώνιο Κουφάκη και την Υπάλληλο της Περιφέρειας Αθηνών Ηλεκτρολόγο Μηχανικό κυρία Ματίνα Αρτεμάκη. Το έργο είναι έτοιμο για προκήρυξη.



Ευχαριστίες Bazaar

Ο Σύλλογος Φίλων Περιθαλπομένων του Νοσοκομείου «Η Σωτηρία» έδωσε μία ακόμα ευκαιρία σε όλους εμάς να εκδηλώσουμε τον καλύτερό μας εαυτό προσφέροντας χρόνο, καλή διάθεση, εθελοντική εργασία, χαμόγελα και προϊόντα με σκοπό την οικονομική ενίσχυση συνανθρώπων μας που έχοντας χάσει το πολυτιμότερο αγαθό, την υγεία τους, βρίσκονται παράλληλα σε δύσκολες οικονομικές συνθήκες. Μέσα στο γενικό κλίμα της χαράς και της αγάπης που έρρεε ανάμεσά μας ξανασυναντώντας συνεργάτες, φίλους και γνωστούς, δεν αντιλαμβανόμαστε το καλό που επιτελείται, και καλά κάνουμε. Κάνε το καλό το κάρμα και ρίξτο στο γιαλό, άλλος κρατάει λογαριασμό. Μέσα από την Επικοινωνία εν τύπω θέλουμε να εκφράσουμε την ευγνωμοσύνη μας, τις ευχαριστίες μας και την χαρά μας για αυτό που πραγματικά είστε.

Θερμές ευχαριστίες στους Υπαλλήλους της Ιματιοθήκης και τους Υπαλλήλους της Πύλης.



Ευχαριστούμε όμως ιδιαίτερα για την συμπαράσταση και την πολύτιμη βοήθεια τους: Αναγνώστου Νίκο, Ανδρουλή Μάρθα, Ανδρουλή Κώστα, Αντωνιάδου Αλεξάνδρα, Αντωνοπούλου Κωνσταντίνα, Αφεντουλίδη Νίκη, Βαλαμόντε Φανή, Βασιλοπούλου Ελένη, Βενιέρη Ντίνα, Γαλανοπούλου Μαρία, Γαρζώνη Πέτρο, Γιαλελή Μάγδα, Γκάγκα Μίνα, Γρηγοράκη Ελπίδα, Δεληκάρη Όλγα,



Δημητρούλακη Κατερίνα, Δημητρούλακη Κυριακή, Ζάιμη Άσπα, Ζηκούλη Μαρούσα, Θαλασσινού Μύρνα, Καλαντζοπούλου Αμαλία, Κανόνη Μίκα, Κάντζα Χριστίνα, Καντζούρα Λίτσα, Καποπούλου-Βάρδη Λυγερή, Καραϊσκάκη Μαρία, Κασσωτάκη Βούλα, Κόλλια Γωγώ, Κόλλια Ηλία, Κοντογιώργη Άννα, Κορμπάκη Φωτεινή, Κούκου Ρίτσα, Κουλουρίδη Τάσο, Κωνσταντακάκη Αναστασία, Μάνεση Δήμητρα, Μασούρα Βάνα, Μαυρογένη Ελένη, Μενεξή Χρυσάνθη, Μιλάνου Κατερίνα, Μπαξεβάνη Βαρβάρα, Μπαξεβάνη Μάκη, Μπετίνη Νόνα, Μπιρμπίλη Χάρη, Μυστακίδη Μαίρη, Μυστακίδη Αντώνη, Νικολαΐδου-Λατσίου Αγγελική, Νικολακάκου Δήμητρα, Πακουλίδου Δέσποινα, Πανάγου Ράνια, Παπαδοπούλου Ζωή, Παπαζήση Χαρά, Παπαζήση Βάγια, Παπουτσή Μαρία, Παρασκελίδη Αθηνά, Παχουλίδου Δέσποινα, Πιταροκοίλη-Κεφαλάκη Άννα, Πλαγισου Μιράντα, Πρόκου Μαρία, Πρωτόπαπα Έλλη, Ράππη Βασιλική, Σακκά Ανδρέα, Σακκελίω Γιώργο, Σιούσουρα Μαρία, Σκουτελιά Άννα, Σκρεπέτου Ρουμπίνη, Σμυρνή Αγγελική, Σπυράτου Ματίνα, Στρατάκο Άρη, Τασούλα Βάγια, Τζιγούρα Νίκο, Τζιούνη Ντίνα, Τρυ-

φωνοπούλου Βούλα, Τσαμάτη Βάνα, Τσιώτρα Βασιλική, Φούφα Φλώρα, Φραγκιαδάκη Ζηνοβία, Φραγκούλη Ζηνοβία, Φωτοπούλου Μαρία, Χανιωτάκου Μαρία, Χατζάκη Μιχάλη, Χρυσάκη Κατερίνα, Ψαράκου Παναγιώτα και Ψαρουδάκη Μαρία.

Ευχαριστούμε επίσης ιδιαίτερα τις Εταιρείες που παρά τους δύσκολους καιρούς δεν το βάζουν κάτω:



ΒΙΟΛΟΓΙΚΑ

ΚΑΡΚΑΤΖΟΥΛΗ ζυμαρικά
ΑΓΡΟΤ/ΚΟΣ ΣΥΝ/ΜΟΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ Δ. ΠΤΕΛΕΟΥ "ΦΤΕΛΙΑ"
ΑΓΡΟΤ/ΚΟΣ ΣΥΝ/ΜΟΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΜΕΣΟΤΟΠΟΥ ΒΙΟΤΡΟΦΟΣ - Ε.ΓΑΝΙΤΙΔΟΥ & ΣΙΑ Ε.Ε.
ΑΝΔΡΕΑΔΟΥ ΓΕΩΡΓΙΑ
ΙΔΙΑ ΓΗ ΓΥΝΑΙΚΕΙΟΣ ΣΥΝΕΤΑΙΡΙΣΜΟΣ ΚΡΗΤΗ ΕΠΕ. - ΒΕΛΗΒΑΣΑΚΗΣ ΓΙΑΝΝΗΣ
ΚΡΗΤΩΝ ΑΡΤΟΣ ΑΕΒΕ
ΧΑΛΒΑΣ ΕΛΕΥΘΕΡΙΟΥ
ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ ΓΕΩΡΓΙΑ ΔΑΡΕΜΑΣ & ΣΙΑ Ε.Ε.
ΜΕΓΑΛΑΚΑΚΗΣ Μ. & ΣΙΑ Ο.Ε.
DELICATESSEN
GREEK ARTISANS - ΣΤΑΤΗΡ Ε.Π.Ε



ΕΙΔΗ ΣΠΙΤΙΟΥ

ΤΟΥΝΤΑΣ ΜΑΝΩΛΗΣ EURO TOYS

ΕΛΑΙΟΥΡΓΙΑ

ΜΑΝΟΥΣΑΚΗΣ ΕΜΜΑΝΟΥΗΛ

ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΕΙΑ

ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΕΙΟ ΝΟΥΓΚΑΤ

ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΕΙΟ ΤΣΙΡΟΣ

PASSARELLA Α.Ε. ΚΟΥΛΟΥΡΟΠΟΙΙΑ & ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗ

ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΕΙΟ ΑΘΗΝΑΙΑ

ΓΛΥΚΑ ΒΗΡΥΤΟΣ



ΑΡΤΟΠΟΙΕΙΟ ΚΟΛΙΟΥ ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ

ΑΡΤΟΠΟΙΕΙΟ ΟΛΥΡΑ

ΦΑΙΔΩΝ Α.Ε.

ΖΑΧΑΡΩΔΗ ΠΡΟΪΟΝΤΑ

ΑΤΤΙΚΗ ΜΕΛΙΣΣΟΚΟΜΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΠΙΤΤΑΣ Α.Ε.Ε

ΚΑΒΕΣ

Σ. ΛΙΖΑΣ & Θ. ΛΙΖΑΣ

ΛΕΥΚΑ ΕΙΔΗ

MELINEN - ΑΦΟΙ Κ.ΜΟΥΤΕΒΕΛΗ Ο.Ε.

ΜΕΤΑΦΟΡΙΚΗ

ASTRA ΜΕΤΑΦΟΡΙΚΗ

ΟΙΝΟΠΟΙΕΙΑ

ΚΤΗΜΑ ΚΟΚΟΤΟΥ

ΚΕΝΤΑΥΡΟΣ ΑΕΕΕ - ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΟΙΝΩΝ & ΠΟΤΩΝ

ΟΙΝΟΠΟΙΕΙΟ ΠΑΝΑΓΙΩΤΟΥ ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ

ΟΙΝΟΠΟΙΕΙΟ ΠΑΠΑΓΙΑΝΝΑΚΟΣ ΙΩΑΝ. ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ

ΑΜΠΕΛΩΝΕΣ ΟΙΝΟΠΟΙΗΤΙΚΗ ΣΩΚΟΣ Α.Ε.

ΟΙΝΟΠΟΙΕΙΟ ΑΓΓΕΛΟΥ ΣΤΑΜΑΤΙΝΑ

ΚΤΗΜΑ ΚΑΤΩΓΙ ΣΤΡΟΦΙΛΙΑ

ΟΙΝΟΠΟΙΕΙΟ Κ. ΜΠΟΥΡΑΝΤΑ & ΥΙΟΙ

ΟΙΝΟΠΟΙΕΙΟ ΠΑΠΑΝΙΚΟΛΑΟΥ ΠΑΝΟΥ

ΟΙΝΟΠΟΙΕΙΟ ΤΡΙΠΟΔΑΚΗ

ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ Ν.ΖΑΧΑΡΙΑΣ & ΣΙΑ Ο.Ε.

ΚΤΗΜΑ ΜΟΥΣΩΝ ΣΤΕΡΓΙΟΥ ΣΩΤΗΡΙΟΥ

Ε.Θ.ΜΩΡΑΪΤΗΣ Α.Ε.

ΟΙΝΟΠΟΙΕΙΟ ΛΑΖΑΡΙΔΗ ΝΙΚΟΥ

ΠΑΙΔΙΚΑ

ΟΤΤΙΜΟ Βασιλική Καλογεροπούλου

ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ

GIOCHI PREZIOSI

ΡΟΥΧΑ

MAN & MANETTI

NAVY & GREEN ΑΦΟΙ ΑΔΑΜΑΚΟΥ Α.Ε.

ΤΟΙ & ΜΟΙ ΑΒΕΕ

ATTRATTIVO

ΣΝΑΚ

BINGO ΑΕΒΕ

ΙΟΝ ΣΟΚΟΛΑΤΟΠΟΙΙΑ ΑΦΟΙ Ι.ΚΩΤΣΙΟΠΟΥΛΟΙ Α.Ε.

ΣΟΥΠΕΡ ΜΑΡΚΕΤ

Ι.Σ.ΣΚΛΑΒΕΝΙΤΗΣ Α.Ε.Ε

ΣΥΝΕΤΑΙΡΙΣΜΟΙ

ΑΓΡΟΤ/ΚΟΣ ΣΥΝ/ΜΟ ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΣΥΡΟΥ "ΤΟ ΚΑΣΤΡΙ"

ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ

ΓΕΩΡΓΑΚΟΠΟΥΛΟΣ ΧΑΡΗΣ

ΓΕΝΙΚΗ ΣΥΝΕΛΕΥΣΗ



Αγαπητά Μέλη και φίλοι του Συλλόγου μας, σας προσκαλούμε στην 13η Ετήσια Γενική (Εκλογο-Απολογιστική) Συνέλευση του Συλλόγου μας, που θα γίνει στο Αμφιθέατρο του Νοσοκομείου "Η Σωτηρία" στις 01.02.2018 στις 12 το μεσημέρι. Σε περίπτωση που δεν θα υπάρξει απαρτία, η Γενική Συνέλευση θα γίνει την Πέμπτη 8 Φεβρουαρίου 2018 στις 12 το μεσημέρι.

Ημερήσια Διάταξη:

- Εκλογή Προέδρου Γενικής Συνέλευσης
 - Διοικητικός και Οικονομικός απολογισμός
 - Εκλογή Τριμελούς Εφορευτικής Επιτροπής
 - Ψηφοφορία για την ανάδειξη νέου Διοικητικού Συμβουλίου και νέας Ελεγκτικής Επιτροπής.
- Δικαίωμα ψήφου και υποβολής υποψηφιότητας έχουν μόνο τα Τακτικά Μέλη του Συλλόγου. Υποβολή υποψηφιοτήτων για τα όργανα του Συλλόγου γίνονται δεκτές μέχρι τις 01.2.2018. Τα Τακτικά Μέλη έχουν τη δυνατότητα να ψηφίσουν με εξουσιοδότηση για ένα ακόμα Τακτικό μέλος που απουσιάζει.

Πέρα από την ηθική υποχρέωση προς τους σκοπούς του Συλλόγου μας, είναι μία ευκαιρία να βρεθούμε όλοι μαζί, Τακτικά και Συμπαθούντα μέλη, να γνωριστούμε καλύτερα, να ανταλλάξουμε ιδέες για το μέλλον του Συλλόγου μας και να συμβάλουμε πιο ενεργά στα δρώμενα.

Με εκτίμηση

Για το Δ.Σ. του Συλλόγου Φίλων
Περιθαλπομένων Νοσοκομείου "Η Σωτηρία"
Η Γενική Γραμματέας Ο Πρόεδρος
Σταματίνα Σπυράτου Πέτρος Γαρζώνης

ΠΡΟΣΚΛΗΣΗ ΠΡΩΤΟΧΡΟΝΙΑΤΙΚΗ ΠΙΤΑ

Η κοπή της Πρωτοχρονιάτικης πίτας του Συλλόγου μας θα γίνει φέτος, την Κυριακή 18 Φεβρουαρίου 2018, στις 1:30 το μεσημέρι στο Εστιατόριο Ελαφοκνηγός".

Οι θέσεις είναι περιορισμένες. Φροντίστε για την έγκαιρη συμμετοχή σας.

Πλούσιο φαγητό, ποτό και ζωντανή μουσική
Τηλ. επικοινωνίας: 6977224851 Ματίνα Σπυράτου



Όλως ξαφνικά....

Πρωί στο Μετρό. Οι συνεπιβάτες, άνθρωποι κάθε τάξεως, συνταξιούχοι -άλλοι καθαί, άλλοι όρθιοι- ο καθένας προς τον προορισμό του. Όλοι μας, βαρείς, αμίλητοι, «κουμπωμένοι», «ξένοι» ο ένας προς τον άλλον, παρ' όλο που ζούμε στην ίδια μικρή πόλη απ' τις τόσες μικρές πόλεις της μεγαλούπολης Αθήνας, παρ' όλο που σκοντάφουμε ο ένας πάνω στον άλλον στα σκαλιά της πολυκατοικίας ή στους διαδρόμους του Σούπερ-Μάρκετ ή συναθροίζομαστε κάτω απ' τον ίδιο θόλο με τον Παντεπόπτη-Παντοκράτορα τα πρωινά της Κυριακής. Μέσα μας η παγωμάρα της... πολικής (εκ της πόλεως) αδιαφορίας, δεν κάνει τίποτα άλλο από το να μεγαλώνει το κενό που υπάρχει μέσα μας.

Στην επόμενη στάση, μπαίνει μια μητέρα μ' ένα μικρό μπόμπιρα στην αγκαλιά της. Κάθεται δίπλα. Η μητέρα μια γυναίκα γύρω στα τριάντα, απλά ντυμένη, μοιάζει μάλλον με αλλοδαπή. Το μικρό ξανθό αγοράκι είναι ντυμένο κάπως βαριά για το γλυκό φθινόπωρο πρωινό.

Όλως ξαφνικά, τα γλαρωμένα μάτια των περισσότερων συνεπιβατών που μπορούσε να «πίσει» η ματιά μου, άρχισαν ν' ανοίγουν. Τα σοβαρά, αμίλητα και γεμάτα έγνοιες πρόσωπα αρχίζουν να ξανοίγουν, και μικρές χαρακιές στις άκρες των ματιών και του στόματος αρχίζουν να διακρίνονται, ως προοίμιο κάποιο αόρατο χαμόγελο. Το κλειστά στόματα -για όσους δεν χασμουριούνται- αρχίζουν δειλά-δειλά να πλατύνουν, τα μάτια να μικραίνουν και τα μάγουλα, υπακούοντας σε μια εσωτερική εντολή, να τραβιούνται προς την πλευρά των αφιών. Ένα αμυδρό χαμόγελο ζωγραφιζόταν εκεί που πριν βασιλευε μία απαθής ψυχρότητα.

Το χαμόγελο, σαν σε αισιόδοξη αντίδραση, απλώθηκε σε όλους γύρω και σαν μικρή ηλιαχτίδα άρχισε να λιώνει την εσωτερική παγωνιά μας. Η αφοπλιστική ικανότητα που διαθέτει, μεταλαμπάδεψε μια αισιοδοξία γύρω, σαν τη θαλπωρή του αναμμένου τζακιού. Ζεσταμένοι από τη νοερή αυτή φλόγα, έστρεψε πλέον, ο ένας προς τον άλλον, σαν παλιός φίλος και: «τι χαριτωμένος..», «τι γλυκούλης...», «να σας ζήσει!...». Χέρια απλώνονταν να χαϊδέψουν τα ροδαλά μαγουλάκια του παιδιού. Η εμφάνιση της μικρής και

αθώας αυτής... ύπαρξης, ενεργώντας ως καταλύτης, κατάφερε ν' αλλάξει την ατμόσφαιρα σ' αυτήν τη γωνιά του βαγονιού.

Ο μπόμπιρας έστρεψε τα γαλανά του ματάκια τριγύρω και κοίταζε αδιάφορα, μη μπορώντας να συνειδητοποιήσει τις διεργασίες που επέφερε στον καθένα μας, η παρουσία του.

Και όταν για μία στιγμή, στο μικρό στρογγυλό του στοματάκι «έσκασε» ένα θεϊκό χαμόγελο, ε, τότε, πώς να περιγράψεις το τι επακολούθησε. Λες κι άνοιξαν οι ουρανοί. Τα χαμόγελα γινήκαν γέλια. Γέλια τρανταχτά. Γέλια πηγαία, πρωτόφαντα. Τα πρόσωπα λάμπανε από χαρά. Οι κυρτωμένες -απ' τις έγνοιες- πλάτες ορθώνονταν. Όλοι μας μεταλαμβάναμε μια κοινωνία αισιοδοξίας για τη ζωή, μιας αισιοδοξίας που μόνο η έλευση μιας νέας ελπίδας δημιουργεί.

Μια ευφορία είχε καταλάβει το μισό -προς την πλευρά μας- βαγόνι, κάνοντας τους συνεπιβάτες του άλλου μισού ν' απορούν και ν' αναρωτιούνται, «τι συμβαίνει;»

Τι συμβαίνει; Απλά. Μία νέα ελπίδα είχε προβάλλει. Μια ελπίδα για έναν καλύτερο κόσμο. Ένας μικρός Χριστούλης ήρθε και θρονιάστηκε ανάμεσά μας κι ένα αθώο βλέμμα κι ένα γλυκό χαμόγελο ήταν αρκετά για να διώξουν τα σύννεφα της καθημερινότητας, να μας αναστήσουν ξανά τον «άνθρωπο» μέσα μας, να νιώσουμε «ζεστά» ο ένας για τον άλλο να γίνουμε μια παρέα.

«ΣΥΝΤΑΓΜΑ! Διασταύρωση με...» Σύνταγμα; Απορροφημένος από τα συμβαίνοντα είχα ξεχαστεί. Ο συρμός, βλέπεις, αδιάφορος για τις μικρολεπτομέρειες που διαδραματίζονται στα «σωθικά του» καθημερινά, συνεχίζει ψυχρά την πορεία του, σαν την αέναη πορεία των άστρων ή την σταματήτη ροή του ποταμού και του χρόνου, σαν την ίδια τη ζωή... Πετάγομαι όρθιος. Χαϊδεύω τα γουρά χρυσάφενια μαλλάκια του αγοριού. Του ψιθυρίζω «σ' ευχαριστώ». Χαμογελώ σε όλη την «παρέα» και την ώρα που οι πόρτες κλείνουν ερμητικά πίσω μου, προλαβαίνω να φωνάξω:

«ΚΑΛΗΜΕΡΑ ΣΕ ΟΛΟΥΣ ΣΑΣ»

και

Καλά Χριστούγεννα

Δημήτριος Ματσούκας

Χριστουγεννιάτικα Κάλαντα στο Νοσοκομείο



Παραμονή Χριστουγέννων 2017!

Αξιωθήκαμε και φέτος να πούμε τα κάλαντα, στους ασθενείς μας και στους συναδέλφους στο Νοσοκομείο Σωτηρία, μέλη του Χορευτικού του Νοσοκομείου μας και των Χοροβατών. Ας εκτιμήσουμε όλοι το υπέρτατο αγαθό, την ΥΓΕΙΑ και να γίνουμε καλύτεροι άνθρωποι...

Χρόνια πολλά!! Και του Χρόνου!

*Ελπίδα, γέλιο και χαρά,
αγάπη κι ευτυχία
να φέρει η Γέννα του Χριστού,
μα προπαντός Υγεία.*

Ομάδα Παραδοσιακών Χορών του Νοσοκομείου "Η Σωτηρία"
και οι Χοροβάτες

ΙΣΤΟΡΙΚΑ ΝΤΟΚΟΥΜΕΝΤΑ

ΑΙ ΕΙΔΗΣΕΙΣ ΤΗΣ ΗΜΕΡΑΣ

Τα χθεσινά θλιβερά έκτροπα
Η χθεσινή πραγματική μάχη
εις το Φθισιατρείον «Σωτηρία»

Την προεκάλεσαν κομμουνιστάι φυματικοί
Έτραυματίσθησαν δέκα αστυνομικοί
Ένας φυματικός, ελφρά τραυματίστές κατά
την χθεσινήν συμπλοκήν, μεταφέρεται από
άλλους τροφίμους εις το νοσοκομείον.

Αφού είχαν ησυχάσει επί ένα χρονικών διάστημα οι ζωηρότεροι εκ των φυματικών της «Σωτηρίας», ήρχισαν πάλιν χθες να δημιουργούν σκηνάς, οι όποιοι τώρα παρουσιάσθησαν υπό τύπον αληθινής μάχης, θύματα αρκετούς τραυματίας.

Λέγοντας φυματικοί της «Σωτηρίας», δεν εννοούμεν όλον τον αριθμόν των νοσηλευομένων εκεί, παρά μόνον ελαχίστους, οι όποιοι, αφού εισήλθον εις το νοσοκομείον ως ασθενείς, απεδείχθησαν αργότερον κομμουνιστάι, προσπαθόντες μάλιστα να παρασύρουν και τους άλλους δυστυχείς ασθενείς όπως ασπασθούν τας ιδέας των, και ζητούν από την Διεύθυνσιν πράγματα εντελώς εξωφρενικά.

Τας προηγουμένας σκηνάς τας είχαν δημιουργήσει διότι, όπως ισχυρίζοντο, δεν τους εδίδετο κατάλληλος και ικανή τροφή και εν γένει διότι δεν τους παρείετο περιποίησις.

Βραδύτερον, όταν ικανοποιήθησαν αρκετά αιτήματα των, οι Ενδιαφερόμενοι ησύχασαν για ένα μικρό διάστημα και επανήλθον χθες με νέας αξιώσεις. Ζητούσαν να απομακρυνθή της διευθύνσεως του νοσοκομείου ο διευθυντής των εφ' όσον συνεχίζονται οι ανακρίσεις.

Εζήτησαν και έλαβον άδειαν συγκεντρώσεως των προχθές παρά της αστυνομίας. Η συγκέντρωσις έγινε χθες την πρωίαν και παρεδέχθη το εξής ψήφισμα:

ΤΟ ΨΗΦΙΣΜΑ

«Οι φυματικοί της «Σωτηρίας», κατόπιν προσκλήσεως της Πανελληνίου Εννώσεως Φυματικών, συλλεσθέντες σήμερον εις έκτακτον συγκέντρωσιν και ακούσαντες τους ρήτορας, διαπιστώνουν ότι:

»Η παραμονή του καταχραστή διευθυντού της «Σωτηρίας» Ιωάννου Παπαδημητρίου παραβλάπτει την κανονικήν διεξαγωγήν των ανακρίσεων, καθότι αυτός τρομοκρατεί και δωροδοκεί δια των οργάνων του όλους όσους έχουν να καταθέσουν επιβαρυντικά δ' αυτόν στοιχεία εις την ανάκρισιν.
»Ζητούν:

- 1) Την άμεσον αντικατάστασιν και προφυλάκισιν του καταχραστή διευθυντού Ιωάν. Παπαδημητρίου
- 2) Την διενέργειαν διοικητικού και διαχειριστικού ελέγχου, εις τον οποίον να λάβη μέρος αντιπρόσωπος της Πανελληνίου Εννώσεως Φυματικών.
- 3) Την υποχρεωτικήν συμμετοχήν Αντιπροσώπου της Πανελληνίου Εννώσεως Φυματικών εις την εφορείαν του νοσοκομείου.
- 4) Αποδοχήν των εις το γενικόν υπόμνημα του Φορηθέν παρά της Πανελληνίου Εννώσεως Φυματικών αναφερομένων αιτημάτων.
- 5) Εκλέγει πολυμελή επιτροπήν όπως επιδώσιν το παρόν εις το υπουργείον Υγιεινής, εις το Πολιτικόν Γραφείο/ και εις τον τύπον.

Μετά την συγκέντρωσιν έτηκολούθησε πραγματική μάχη, την οποίαν μας διηγήθη ως εξής ο διοικητής του 14ου τμήματος κ. Δρακάπουλος.
- Η Πανελληνίους Ένωσις Φυματικών είναι οργανωσις κομμουνιστική. Ανήκει εις το κομμουνιστικόν κόμμα, εμπνέεται απ' αυτό και αποτελεί μέσα εις την «Σωτηρίαν» κομμουνιστικόν πυρήνα. Εζήτησε χθές την άδειαν της συγκεντρώσεως της εδότη. Αλλ' επειδή η Αστυνομία είχε πικράν πείραν από προηγουμένας εκδηλώσεις, δύναμις 30 Αστυφυλάκων εστάλη όπως τηρή την Τάξιν. Όταν συγκεντρώθησαν τα μέλη της Εννώσεως και ήρχισαν οι λόγοι, ουδείς επετένεβη. Όταν όμως εκινήθησαν απειλητικοί όπως περδάσουν το γεφύρι προ των οικιών και βαδίσουν κατά των γραφείων της διευθύνσεως, όπου ηπειλούν ότι θα εκδιώξουν τον διευθυντήν και όλους διά της βίας, τους ημποδίσαμεν. 'Αμέσως ήρχισαν να ρίπτουν κατά των αστυφυλάκων πέτρες, τούβλα, μπουκαλία, κεσέδες με γιαούρτια και ό, τι ευρίσκαν. Επειδή έγινοντο ολονέν και απειλητικότεροι ερρίψαμεν καμμία τριανταριά πυροβολισμούς εις τον Αέρα, φυσικά δια να τους φοβίσωμεν. Εν τέλει συλληφθησαν οι ζωηρότεροι, εκείνοι που προήσαν τον ταραχών, και οι λοιποί που παρεσύρθησαν απεχώρησαν. Πρέπει να σημειώσετε, μας λέγει, ότι οι κύριοι υποκινητάι των ταραχών δεν εινε καν άρρωστοι. Είναι κομ-

μουνιστάι, που ήλθον από την πόλιν και οι όποιοι κατά την ώραν της συμπλοκής το έσκασαν.

'Ενας άρρωστος εκ Ρωσσίας, ονόματι Δημ. Ράλλης, που ήκουσε την αφήγησιν του κ. αστυνόμου, εβεβαίωσε ταύτην, προσθέσας:

- Ο κύριος υποκινητής των ταραχών εινε ένας άνηπιρος πολέμου ονόματι Γεράγγελος. 'Εχει παντοπωλείον επί της οδού Γκύζη και παίρνει και σύνταξιν ως παλαιός πολεμιστής. Αυτός ήτο χθες όλην την ήμερα εδώ και παρεκίνη τους άρρωστους να επιτεθούν. Μόλις όμως άρχισε η συμπλοκή αυτός έφυγε.

ΤΙ ΛΕΓΕΙ Η ΔΙΕΥΘΥΝΣΙΣ

Ο διευθυντής της «Σωτηρίας» κ. Παπαδημητρίου, εις επισκεφθέντα αυτόν συντάκτην μας μετα τας σκηνάς, ανακοίνωσε τα εξής:

- 'Από ενός και ημίσεος έτους, με την εισοδον κομμουνιστικών στοιχείων, έχομεν τακτικά τοιαύτας εκδηλώσεις. Επανελημμένως η Διεύθυνσις ανεφέρθη εις το υπουργείον όπως ληφθή κάποιο μέτρον κατά των κομμουνιστών, οι όποιοι εκτός των ταραχών που υπεκίνουν, ενήργουν και λυσσώδη προπαγάνδα μεταξύ των άρρώστων.
Οι κομμουνιστάι σκιερών εννοούν να διευθύνουν το φθισιατρείον, επεμβαίνουν εις όλα, ακόμη και εις την υπηρεσίαν των ιατρών, με δύο λέξεις έχουν τελείως αναστατώσει το φθισιατρείον.

Εις ερώτησιν του συντάκτου μας μήπως οι φυματικοί εξηγηθήσαν κατά της παραμονής του εις την διεύθυνσιν, κατόπιν των γραφέντων κατ' αυτού, ό κ. Παπαδημητρίου ειπε τα εξής:

- Βεβαίως ηθέλησαν να εκμεταλλευθούν ένα ζήτημα, το όποιον δεν υπάρχει. Η κατοχή κατ' εμού απεδείχθη εκ των ανακρίσεων υπό του τμήματος της δημοσίας ασφαλείας ως καθαρά συκοφαντία.
Ο κ. Παπαδημητρίου ανέγνωσε μετα ταύτα αναφοράν προς το υπουργείον της Υγιεινής, εν τη οποία λέγει μεταξύ άλλων τα εξής:

«Μου εκδηλώσατε ότι κατά σύστασιν ή διαταγήν άλλου προσώπου ανωτέρου, θα ώφειλον να υποβάλω αίτησιν αναρρωτικής άδειας μέχρι πέρας των ήθην κατ' εμού ανακρίσεων, διότι άλλως θα διετάσατε την προσωρινήν απομάκρυνσιν μου εκ της διευθύνσεως της Σωτηρίας». Ο κ. Παπαδημητρίου παρέμεινε και παραμένει εις την διεύθυνσιν, εζηγή δε εις το υπόμνημά του τους λόγους δια τους οποίους δεν συμμορφούται προς την σύστασιν του υπουργείου.

ΟΙ ΤΡΑΥΜΑΤΙΑΙ

Εκ των αστυνομικών τραυματίσθησαν οι εξής: Ο υπαστυνόμος Πεθερούλης, του όποιοι η στολή εινε εις κακήν κατάστασιν από τα γιούρτια, και οι αστυφυλάκες Ν. Βισκουιανάκης, Στέλ. Ξάφης, Μαντάς Αντώνιος, Εμμ. Γιακουμάκης, Γεώργ. Μαργέτης, Γεώργ. Ψυχοπαίδης, Κυριάκος Αποστολάκης.
Οι συλληφθέντες φυματικοί εινε οι εξής: Πέτρος Κυμάνης, Βασίλ. Καρδάρης, Νικόλ. Καλυβιώτης, Σιμός Σακκιώτης, Αναγνώστης Δουνοσόπουλος, Αργύριος Καρούτζος, Χαράλ. Σχορράκης, Γεώργ. Κοκολάς, Μιχαήλ Παπαγεωργαντόπουλος, Όμηρος Παπαντωνίου, Ανάργυρος Χατζίκος, Κορνήλιος Νικολαΐδης, Σταύρος Μιχαλόπουλος, Γεώργ. Ανυφαντής, Κωνστ. Χριστοφιλόπουλος.

Συντάκτης μας, παρακληθείς από επιτροπήν, ήης ειχε λάβει μέρος στις συμπλοκές, επισκέφθη ένα παιδί φυματικόν, το όποιον κατά την βεβαίωσιν των, έπνεε τα λείψια εκ των τραυμάτων τα όποια εδέχθη παρά των αστυνομικών. Ο συντάκτης μας επισκέφθη το παιδί. Ειχε ηλικίας 14 ετών, ονομάζεται Κ. Σαρακιώτης και κατάγεται από τας Θήβας. Φέρει τραύματα επί της δεξιός οφρύος, επί του λαιμού άνωθεν του στήθους και εις τούς πόδας. Τα τραύματα εν ούτοις εινε επιπόλεια και καθόλου σοβαρά. Δύο άλλοι άρρωστοι επίσης φέρουν τραύματα εξωτερικά, μάλλον εκδοράς από κλομπ. Άλλους τραυματίας άρρωστους δεν ειδεν ο συντάκτης μας, ποσωνών δε πρόκειται περί υπερβολών ότι εινε πολλοί. Οι άρρωστοι όσοι έλαβον μέρος εις την συγκέντρωσιν, περί τούς διακοσίους, υπεδέχθησαν τους δημοσιογράφους με κραυγάς διαμαρτυριών, τονίζοντες ότι η αστυνομία τους εφέρεθη κατά τρόπον βάρβαρον. Πολλοί εβεβαίουν ότι ειδον αστυφυλάκας να τους σκοπεύουν και τούς πυροβολούν. Αυτό εινε απολύτως αδύνατον, διότι θα έπρεπε να υπάρχη εσωτ και ένας τραυματίας με περιστροφον, ενώ ουδείς υπάρχει.

ΘΑ ΑΠΟΜΑΚΡΥΝΘΟΥΝ ΟΙ ΚΟΜΜΟΥΝΙΣΤΑΙ

Ο υπαργός της Υγιεινής, ερωτηθείς σχετικώς με τας σκηνάς, εδήλωσεν ότι το υπουργείον της Υγιεινής εντός της εβδομάδος θα απομακρύνη όλους εκείνους όπινες φανερώνουν έσωτ και την ελαχίστην επαναστατικήν τάσιν. Είναι ούτοι, ετώνισεν ο κ. Βαρδούπουλος γνωστός εις την διεύθυνσιν του νοσοκομείου.

Εφημερίδα «ΠΑΤΡΙΣ»
20 Ιουλίου 1932

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 τους:

Ανώνυμο Δωρητή, Κωνσταντίνο Γιωτάκη, Γεώργιο Δεδούση, Ιωάννη Δώδο, Κατερίνα Ηλιού, Λεμονιά Κιατίπη, Γεώργιο Μουσσά, Αργυρώ Πάχη, Ελευθερία Σάνη, Δημήτριο Σιγάλα και Σύλλογο ραδιοερασιτεχνών Ελλάδος.

Ευχαριστούμε θερμά για δωρεά αντι στεφάνου τους: Κυριακή Δημη-

τρουλάκη στη μνήμη του Γεώργιου Μάνεση, Νινόν Καμπούρη στη μνήμη της Αριστεάς Μπούτου, Ουρανία Παπαγεωργίου στη μνήμη της Αρετής Παπαγεωργίου.

Λογαριασμός τραπέζης για κατάθεση δωρεών:
ΤΡΑΠΕΖΑ ΠΕΙΡΑΙΩΣ: 6274-040035-006
IBAN: GR7101712740006274040035006

Σύλλογος Φίλων Περιθαλπομένων "Σοφία Σλήμμα"

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

Ο Ετήσιος Οικονομικός Ισολογισμός του

Συλλόγου μας δημοσιεύεται στην
Εφημερίδα της Κυβερνήσεως και
αναρτάται στο site του Συλλόγου μας
www.sylfilon.gr

Έπι κοινωνία
έν τύπω

Μηνιαία εφημερίδα. Εκδίδεται σε 2.500 φύλλα

Διοκτησία:

«Σύλλογος Φίλων Περιθαλπομένων
Νοσοκομείου "Η ΣΩΤΗΡΙΑ"»

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

Εκδότης: Πέτρος Γαζώνης.

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

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

Για αυτό το τεύχος εργάστηκαν επίσης οι: Κυριακή Δημητρουλάκη, Βασίλης Καλαφάτης, Κατσιμήτρου Μπέση, Αθηνά Πέση και Ανδρέας Σακκάς.

Οι αρθρογράφοι φέρουν πλήρως την ευθύνη των κειμένων τους



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
1η ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΗ ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΑΤΤΙΚΗΣ
ΓΕΝΙΚΟ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟ ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ
ΘΩΡΑΚΟΣ ΑΘΗΝΩΝ «Η ΣΩΤΗΡΙΑ»

Λ. Μεσογείων 152, 11527

ΑΘΗΝΑ: 20/12/2017

"Η ΣΩΤΗΡΙΑ"
1903

ΙΑΤΡΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ
ΤΜΗΜΑ: ΨΥΧΙΑΤΡΙΚΟ
ΣΥΝΤΟΝΙΣΤΗΣ Δ/ΝΤΗΣ: Dr. ΓΕΩΡΓΙΟΣ Ι. ΜΟΥΣΣΑΣ ΕΠ. ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ ΨΥΧΙΑΤΡΙΚΗΣ
ΤΗΛ: 210.77.63.477
E-MAIL: psychiatrikisot@yahoo.gr

Προς: Σύλλογο Περιθαλπόμενων του ΓΜΝΘΑ «Η ΣΩΤΗΡΙΑ»
Θέμα: Ευχαριστήρια επιστολή

Αξιότιμοι/ες κύριοι/ες

Θα θέλαμε να σας ευχαριστήσουμε θερμά για την πολύτιμη προσφορά σας σε χρηματική βοήθεια αλλά και σε είδη πρώτης ανάγκης προς τους νοσηλευόμενους της Ψυχιατρικής Κλινικής και προς τους ένοικους του Ξενώνα Βραχείας Παραμονής του Νοσοκομείου μας.

Οι ασθενείς του Ψυχιατρικού Τομέα, συμπεριλαμβανομένων των ενοίκων του Ξενώνα, αντιμετωπίζουν σοβαρά κοινωνικοοικονομικά προβλήματα λόγω της χρονιότητας της νόσου ενώ πολύ συχνά στερούνται υποστηρικτικού περιβάλλοντος.

Ως εκ τούτου, η οικονομική συνδρομή του Συλλόγου Περιθαλπόμενων, η ιματισθήκη και η συλλογή ειδών πρώτης ανάγκης είναι απαραίτητα για τη διεκπεραίωση του έργου της κοινωνικής υπηρεσίας του Ξενώνα και της Ψυχιατρικής κλινικής.

Η οικονομική ενίσχυση για το έτος 2017, που χορηγήθηκε για τους ασθενείς του Ψυχιατρικού Τομέα, ανέρχεται στο ποσό των 1.100 €.

Ευχαριστούμε θερμά για την έμπρακτη και άμεση υποστήριξή σας.

Γεώργιος Μουσσάς
Συντονιστής Διευθυντής Ψυχιατρικής Κλινικής

Παπαζαφείρη Δώρα/ Γαλαλέη Μάγδα
Κοινωνικοί Λειτουργοί

Σύλλ. Φίλων Περιθαλπ.
Κοινοποίηση: Γραφείο Διοικητή
Γραφείο Αναπληρωτή Διοικητή Διευθύντρια Ιατρικής Υπηρεσίας

Νοσοκομειακό Πρωτάθλημα Αττικής 2017-2018



Το νοσοκομειακό πρωτάθλημα Αττικής 2017-2018 βρίσκει τον περσινό νταμπλούχο ΙΠΠΟΚΡΑΤΗ μόνο αήτητο στην κούρσα για τη διεκδίκηση και του φετινού τίτλου. Ο αρχηγός της ομάδας Πουρίκης Σπύρος, ο προπονητής Νίκος Βλάχος και οι παίκτες εύχονται ΚΑΛΗ ΧΡΟΝΙΑ, ΕΥΤΥΧΙΣΜΕΝΟ ΤΟ ΝΕΟ ΕΤΟΣ, ΠΑΝΤΑ ΜΕ ΥΓΕΙΑ ΚΑΙ ΑΓΑΠΗ!

Σπύρος Πουρίκης

Ευχαριστήριες Επιστολές

Ύστερα από 38 χρόνια θητείας στην Υπηρεσία και θεραπεία της Ιατρικής Επιστήμης και 32 χρόνια στο Γενικό Νοσοκομείο Νοσημάτων Θώρακος Αθηνών "Η ΣΩΤΗΡΙΑ" αποχώρησα λόγω συνταξιοδότησης.

Η ανωτέρω θητεία μου υπήρξε καθόλα ευδόκιμη και παραγωγική με κύριο πάντα μέλημα μου την ανακούφιση των ασθενών και των οικείων τους.

Θα ήθελα να ευχαριστήσω όλους τους συνεργάτες μου το ΙΑΤΡΙΚΟ – ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΟ – ΠΑΡΑΙΑΤΡΙΚΟ – ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΟ – ΤΕΧΝΙΚΟ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟ – ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ για την εποικοδομητική συνεργασία μας καθ' όλην την διάρκεια της θητείας μου.

Θα συνεχίσω όσο οι δυνάμεις μου το επιτρέπουν να προσφέρω τις υπηρεσίες μου στο τομέα της Υγείας ως ιδιώτης ιατρός.

Ευελπιστούμε όλοι μας σε καλύτερες ημέρες στον χώρο ως Δημόσιας Υγείας ίδια στον τομέα της νοσοκομειακής περιθαλψής που τα τελευταία χρόνια έχει πληγεί από την δυσμενή οικονομική συγκυρία.

Εύχομαι σε όλους Δύναμη και Υγεία για την επιτέλεση του δύσκολου έργου σας και καλύτερες ημέρες για το Γ.Ν.Ν.Θ.Α "ΣΩΤΗΡΙΑ"

ΥΠΟΜΟΝΗ με ΤΙΜΙΟΤΗΤΑ στην ΕΡΓΑΣΙΑ και ΕΛΠΙΔΑ στην ΖΩΗ.

Χρυσώτης Γ. Χρήστος
Ιατρός Πνευμονολόγος – Φυματιολόγος
Τ.ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ 6ης ΠΝΕΥΜΟΝΟΛΟΓΙΚΗΣ ΚΛΙΝΙΚΗΣ

Ρόδος, Δεκέμβριος 2017

Προς τον Σύλλογο Φίλων Περιθαλπόμενων Νοσοκομείου "Η ΣΩΤΗΡΙΑ"

Αγαπητοί φίλοι,

Επιθυμώ να σας συγχαρώ από τα βάθη της ψυχής μου, για το πάρα πολύ σπουδαίο έργο που επιτελείτε και για το θαυμάσιο φύλλο της εφημερίδας σας. Για τις εξαιρετικές υπηρεσίες των εργαζομένων που προσφέρουν από το απόθεμα της καλοσύνης τους. Θεωρώ ότι έχω υποχρέωση να εξάρω και να συγχαρώ όλη την ομάδα του εξαιρετού καθηγητή κ. Κουλούρη στην Πανεπιστημιακή Πνευμονολογική κλινική του Νοσοκομείου "ΣΩΤΗΡΙΑ" επίσης την εξαιρετική εντατικολόγο κυρία Κυριακοπούλου και όλους που εργάζονται στην εντατική της κλινικής για την τεράστια φροντίδα και το μεγαλείο της ψυχής τους. Για το Ανθρώπινο έργο με τόση ανιδιοτέλεια και ευγένεια. Ένα τόσο μεγάλο ευχαριστώ δεν φθάνει για να δείξω την ευγνωμοσύνη όλων μας.

Με πολλή εκτίμηση
Μαρία Βαρδέλλη

Καλημέρα σας,

Κατέθεσα στο λογαριασμό του συλλόγου σας (επισυνάπτεται το αποδεικτικό) 150 € στη μνήμη της μητέρας μου Αρετής Παπαγεωργίου η οποία νοσηλεύτηκε στο νοσοκομείο Σωτηρία.

Παρακαλώ να δεχθείτε το ποσό αυτό ως μικρή συμβολή στην εκπλήρωση του κοινωνικού έργου του συλλόγου σας και ως ελάχιστη έκφραση ευγνωμοσύνης στο προσωπικό του νοσοκομείου Σωτηρία που επιτελεί με αυταπάρνηση και κάτω από δύσκολες συνθήκες το έργο του.

Με εκτίμηση
Ουρανία Παπαγεωργίου

Υ.Γ. Τα χρήματα αυτά δόθηκαν ως δωρεά στη μνήμη της μητέρας μου αντί στεφάνου μετά σχετική απόφαση του ΔΣ του συλλόγου των συναδέλφων μου στο Υπουργείο Οικονομίας



Ένα άρθρο που έγραψε και επιμελήθηκε ο Πέτρος Κασαρτζιάν, Φαρμακοποιός – Χημικός Φαρμάκων, Δ/νων Σύμβουλος Pharma Q A.E.

Το ότι ο ύπνος είναι πολύτιμος, χρήσιμος και απαραίτητος είναι αδιαμφισβήτητο όχι μόνο διότι είναι κλινικά τεκμηριωμένη ανάγκη αλλά και διότι το βιώνουμε καθημερινά. Όλοι κοιμόμαστε άλλοι πολύ, άλλοι λίγο, άλλοι καλά, άλλοι μέτρια αλλά και στον καθένα μας ο ύπνος ποικίλλει, μεταλλάσσεται και μεταβάλλεται και σε επίπεδο ποσότητας αλλά και ποιότητας.

Οι απαιτήσεις σε ύπνο ποικίλλουν ανάλογα με την ηλικία, τον τρόπο ζωής, την ώρα του ύπνου, τη γενικότερη κατάσταση υγείας, τις συνήθειες και πόσο σταθερές είναι, και τον προσωπικό κιρκαδικό (ημερήσιο) ρυθμό του καθενός – το βιολογικό του ρολόι.

Τα πιο κάτω μεγέθη αναγκών ύπνου είναι γενικές εκτιμήσεις που εξαρτώνται από την ηλικία:

- Νεογέννητα - έως και 18 ώρες ύπνου
- Από 1 έως 12 μηνών - 14 με 18 ώρες ύπνου
- Από 1 έως 3 ετών - 12 με 15 ώρες ύπνου
- Από 3 έως 5 ετών - 11 με 13 ώρες ύπνου
- Από 5 έως 12 ετών - 9 με 11 ώρες ύπνου
- Έφηβοι - 9 με 10 ώρες
- Ενήλικες - 7 με 8 ώρες
- Γυναίκες κατά τη διάρκεια εγκυμοσύνης – το λιγότερο 8 ώρες

Είναι σημαντικό να θυμόμαστε ότι οι ανάγκες ύπνου ποικίλλουν μεταξύ ατόμων της ίδιας ηλικίας, κατάστασης υγείας και τρόπου ζωής – οι ανάγκες για ύπνο είναι πάντα απόλυτα εξατομικευμένες. Τα πιο πάνω νούμερα θα πρέπει να θεωρούνται μόνον σαν κατά προσέγγιση οδηγός. Ένας άνδρας 28 ετών μπορεί να λειτουργεί καλά με 7 ώρες ύπνου, ενώ ένας άλλος ίδιας ηλικίας, κατάστασης υγείας, ύψους, βάρους και τρόπου ζωής πιθανόν να χρειάζεται 8 ώρες.

Σύγχρονες μελέτες επιβεβαιώνουν ότι «οι αϋπνίες και οι διαταραχές ύπνου θα πρέπει να θεωρούνται ως παράγοντες κινδύνου για φλεγμονή, με την ίδια βαρύτητα όπως η καθιστική συμπεριφορά και η ανθυγιεινή διατροφή».

Δεν είναι μόνο η ποσότητα αλλά και η ποιότητα του ύπνου και αυτό που πρέπει είναι να κοιμόμαστε και επαρκώς και καλά, αλλιώς οι συνέπειες είναι άμεσα αρνητικές (κακή διάθεση, υπνηλία, ατυχήματα, μειωμένη λειτουργικότητα κ.λ.π.) καθώς και μακροχρόνια καταστροφικές (Καρδιαγγειακά Νοσήματα, Μεταβολική Νόσος, Άνοια, Αγχώδεις Διαταραχές κ.λ.π.)

Πώς μπορούμε όμως να πετύχουμε έναν καλό ύπνο;

1 Κοιμήσου σε απόλυτο σκοτάδι, ή όσο το δυνατόν πιο σκοτεινό δωμάτιο. Ακόμα και το ελάχιστο ίχνος φωτός μπορεί να διαταράξει το εσωτερικό σου ρολόι καθώς και την παραγωγή της μελατονίνης και σεροτονίνης που είναι απαραίτητες για την καλή λειτουργία του

ανθρώπινου οργανισμού στις ημερήσιες απαραίτητες διακυμάνσεις του κιρκαδικού ρυθμού, του ανθρώπινου δηλαδή βιολογικού ρολογιού.

2. Κράτησε τη θερμοκρασία χαμηλότερη από 21ο C. Η ιδανική θερμοκρασία είναι 16 με 20οC. Αν η θερμοκρασία είναι χαμηλότερη ή ψηλότερη ο ύπνος δεν θα είναι και τόσο ξεκούραστος.

3. Έλεγξε το δωμάτιο σου για ηλεκτρομαγνητικά πεδία (EMFs). Αυτά μπορεί να διαταράξουν την παραγωγή της μελατονίνης και της σεροτονίνης, καθώς επίσης να έχουν και άλλες αρνητικές επιδράσεις.

4. Μετακίνησε ξυπνητήρια ή άλλες ηλεκτρικές συσκευές μακριά από το κρεβάτι σου, τουλάχιστον ένα μέτρο μακριά.

5. Απόφυγε να χρησιμοποιείς δυνατά ξυπνητήρια. Είναι ιδιαίτερα βίαιο για το σώμα σου να εξαναγκάζεται να ξυπνήσει απότομα. Αν έχεις σταθερά ωράρια ύπνου, μπορεί να μη χρειάζεσαι καν ξυπνητήρι.

6. Κράτησε το κρεβάτι σου αποκλειστικά για ύπνο. Αν το χρησιμοποιείς και για άλλες χρήσεις όπως να δεις τηλεόραση ή να κάνεις οποιουδήποτε είδους δουλειά, θα δυσκολευτείς να χαλαρώσεις και να αφεθείς στην αγκαλιά του Μορφέα, έτσι απόφυγε άλλες δραστηριότητες στο κρεβάτι σου.

7. Εξέτασε την πιθανότητα χωριστών υπνοδωματίων. Πρόσφατες μελέτες εισηγούνται ότι το μοίρασμα του κρεβατιού, είτε με τον σύντροφο, είτε με διάφορα κατοικίδια μπορεί να επηρεάσει τον ύπνο, ειδικά αν ο σύντροφος κάνει ανήσυχο ύπνο ή ροχαλίζει.

8. Η λήψη ενός φυσικού σκευάσματος για τον ύπνο βοηθά αποτελεσματικά. Φυσικές ουσίες όπως η Μελατονίνη (ενδογενής ορμόνη του ύπνου /μεταβολίτης της Σεροτονίνης), η Βαλεριάνη και ο Λυκίσκος έχουν ευρέως μελετηθεί και χρησιμοποιηθεί για την αντιμετώπιση διαταραχών Ύπνου, με την πρώτη και την δεύτερη να έχουν αναγνωρισθεί και από τον Ευρωπαϊκό Οργανισμό Φαρμάκων σαν φάρμακα φυτικής προέλευσης με τεκμηριωμένη δράση στην καταπολέμηση της αϋπνίας.

Πιο συγκεκριμένα, η Μελατονίνη της οποίας η σύνθεση γίνεται στον εγκέφαλο και πυροδοτείται από το σκοτάδι προάγει τον ύπνο, δηλαδή μειώνει τον χρόνο επέλευσης του ύπνου και συμβάλλει στη διατήρηση του ύπνου. Η Μελατονίνη έχει ισχυρή κλινική τεκμηρίωση σχετικά με τη δράση της κατά του JET LAG, της καθυστερημένης επέλευσης ύπνου καθώς και κατά άλλων διαταραχών ύπνου με πολύ θετικά αποτελέσματα. Η συνήθης δόση είναι 1 mg μισή ώρα πριν τον ύπνο.

Η ρίζα Βαλεριανής (Valeriana) χρησιμοποιείται ως φυσικό ηρεμιστικό / υπνωτικό και έχει κλινικά τεκμηριωμένη δράση και κατά των αϋπνιών αλλά και για τις αγχώδεις διαταραχές είτε τις ιδιοπαθείς είτε σε αυτές που οφείλονται σε καταθλιπτική διαταραχή είτε σε αυτές που εμφανίζονται κατά την προ, περι και μετεμηνόπαυσιακή περίοδο στις γυναίκες. Ιδιαίτερη προσοχή χρειάζεται στη δόση, για υπνωτικό αποτέλεσμα πρέπει να χορηγούνται τουλάχιστον 200 mg για να επιτυγχάνεται μια σωστή διατήρηση του ύπνου.

Όσον αφορά στο Λυκίσκο (hop) πέραν της γνωστής χρήσης του για τον αρωματισμό και όχι μόνο, στη ζύμωση της μπύρας, παραδοσιακά χρησιμοποιείται εδώ και αιώνες για χαλάρωση, ηρεμία καθώς και για την αντιμετώπιση της αϋπνίας.

Ο Λυκίσκος ανήκει στην οικογένεια των Κανναβινοειδών και χρησιμοποιούνται τα άνθη του για την παρασκευή συμπληρωμάτων. Αξίζει δε να σημειωθεί ότι παλαιά γέμιζαν τα μαξιλάρια με άνθη λυκίσκου όχι μόνο διότι είναι «αφράτα και μαλακά» αλλά και διότι έτσι επιτυγχάνεται ένας πολύ καλύτερος ύπνος..!

Υπάρχουν πολλά σκευάσματα είτε με Μελατονίνη είτε με Βαλεριάνη είτε ως μόνο – συστατικά είτε και σε συνδυασμό, πρόσφατα όμως κυκλοφόρησε και στα ελληνικά φαρμακεία το justsleep, το μοναδικό που συνδυάζει τα 3 πιο αποτελεσματικά και αναγνωρισμένα συστατικά, τη Μελατονίνη, τη Βαλεριάνη και το Λυκίσκο με την δοσολογία 1mg, 200mg, 200 mg αντίστοιχα σε ένα δισκίο, με κλινικά τεκμηριωμένη δράση στην αντιμετώπιση των διαταραχών του ύπνου. Εξασφαλίζει έναν φυσιολογικό, ξεκούραστο και διαρκείας ύπνο, χωρίς να δημιουργεί παρενέργειες και εθισμό.

Συμπερασματικά, επειδή την καλή νύχτα ακολουθεί μια καλή μέρα και επειδή ο ύπνος είναι πολύμορφος και κυρίως πολύτιμος, πρέπει να εκδιώκουμε με κάθε – φυσικό – τρόπο τον ξεκούραστο και αναζωογονητικό.

Σύλλογος Φίλων Περιθαλπομένων Νοσοκομείου 'Η Σωτηρία' Γ.Ν.Ν.Θ.Α. 'Η Σωτηρία' Μεσογείων 152 115 27 Αθήνα

13/12/2017

Αξιότιμοι κύριοι,

με την παρούσα επιστολή επιτιμώ να σας εκφράσω τις θερμές μου ευχαριστίες για τη δωρεά προς τη Γεννάδειο Βιβλιοθήκη της έκδοσής σας: «Επι κοινωνία εν τύπω, αρ. φύλλου 141»

Με τιμή,
Ειρήνη Σολομωνίδη
Επικεφαλής Βιβλιοθηκάριος

ΕΙΣ/γβ

Τα Μελομακάρονα της κας Διονυσούλας

Υλικά:

1 κιλό αλεύρι σκληρό
2&1/2 φλιτζάνι τσαγιού αραβοσιτέλαιο
1 φλιτζάνι τσαγιού τσαγιού ζάχαρη
1 φλιτζάνι τσαγιού τσαγιού χυμό πορτοκαλιού
1/2 φλιτζάνι τσαγιού τσαγιού κονιάκ
1 κουτάλι της σούπας κοφτή κανέλλα
1/2 κουτάλι. του γλυκού γαρύφαλλο
3 κουτάλια του γλυκού κοφτά μπέικιν πάουντερ
1 κουταλάκι κοφτό σόδα μέσα στο χυμό ενός λεμονιού
2 πορτοκαλιών το ξύσμα

Σιρόπι: 2 φλιτζάνια τσαγιού ζάχαρη
1 φλιτζάνι τσαγιού μέλι
3 φλιτζάνι τσαγιού νερό

Εκτέλεση:
Χτυπάμε το λάδι ένα τέταρτο, προσθέτουμε τα υπόλοιπα υλικά και στο τέλος το αλεύρι με το μπέικεν. Ζυμώνουμε καλά, δοκιμάζοντας να πλάθονται μαλακά. Τα τοποθετούμε σε ταψί στεγνό, όταν ψηθούν τα αφήνουμε να κρυώσουν και ετοιμάζουμε το σιρόπι, βουτάμε τα μελομακάρονα να απορροφήσουν και μόλις τα βγάλουμε τους ρίχνουμε κανέλλα και καρύδια κοπανισμένα.

3η Έκθεση Ζωγραφικής Ομάδα Ζωγραφικής του Νοσοκομείου «Η Σωτηρία»

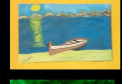
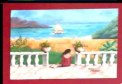
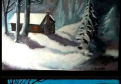


ART TEAM SOTIRIA



ΟΜΑΔΙΚΗ ΕΚΘΕΣΗ ΖΩΓΡΑΦΙΚΗΣ

Εγκαίνια Τετάρτη 13 Δεκεμβρίου 2017
 «RUBICON» Ορφέως 10-12 Γαλάτσι
 Ώρα : 19.30

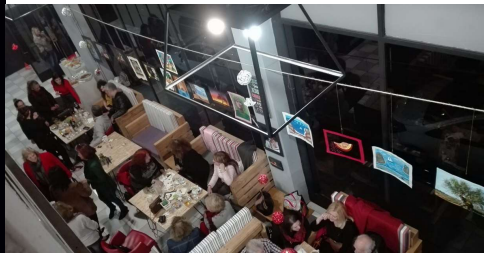


Διάρκεια Έκθεσης
 έως 8.1.2018
 Ώρες:
 καθημερινές
 16.30-24.00
 & Σάββατο-Κυριακή
 12.00-24.00
 Καθηγητής
 Ζωγραφικής:
 Alessandro
 De Martino

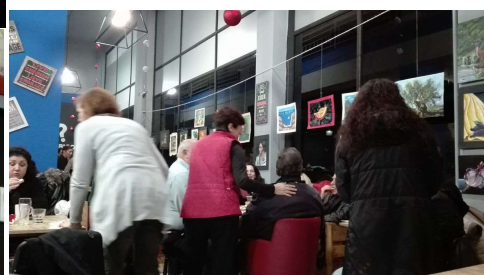
Στο Γενικό Νοσοκομείο Νοσημάτων Θώρακος Αθηνών «Η Σωτηρία» γίνονται μαθήματα ζωγραφικής για 5η συνεχή χρονιά. Τα μαθήματα καλύπτουν αρχάριους και προχωρημένους για ενήλικες όλων των ηλικιών.



Η Ομάδα Ζωγραφικής του Νοσοκομείου μας οργανώνει Ομαδική Έκθεση στην αίθουσα «RUBICON» Ορφέως 10-12 Γαλάτσι.



Τα εγκαίνια ήταν την Τετάρτη 13 Δεκεμβρίου 2017



Η διάρκεια της έκθεσης θα είναι έως 8.1.2018
 Ώρες: καθημερινές 16.30-24.00 & Σ/Κ 12.00-24.00
 Καθηγητής Ζωγραφικής: Alessandro De Martino
 Πτυχιούχος Ακαδημίας Καλών Τεχνών Φλωρεντίας.
 Τηλ. 6946796750 e-mail: demsandro28@gmail.com
 www.alessandrodemartino.blogspot.gr

ΑΝΑΚΑΛΥΨΕΙΣ-ΕΦΕΥΡΕΣΕΙΣ

Σελοτέιπ

Κυκλοφορεί ως ανέκδοτο αλλά, αν η ιστορία έχει ψήγματα αλήθειας, εφευρέτης του σελοτέιπ είναι ο αρχαίος φιλόσοφος, Σωκράτης! Ήταν γύρω στα 400 π.Χ. και η γυναίκα του, η στρυφή Ξανθίππη, του ζητούσε να κάνει κάτι με την τρύπα που έχαινε σ' έναν τοίχο του σπιτιού τους. Ο Σωκράτης σκέφτηκε να βουλώσει την τρύπα με ξύλα. Πήγε στο δάσος κι έκοψε κλαδιά πεύκων. Το ρετσίνι όμως έκανε να κολλήσει στο πόδι του ο χιτώνας και να μην ξεκολλά με τίποτα. Όταν κατάφερε να απαλλαγεί από τον μπελά, είχε μπροστά του τη λύση στο πρόβλημα με την τρύπα. Πήρε ένα κομμάτι ύφασμα, το έσχισε σε λουρίδες, τις άλειψε με ρετσίνι και τις κόλλησε με τη μια τους άκρη στον τοίχο και την άλλη στα ξύλα που έφραζαν την τρύπα. Το αποτέλεσμα ήταν τόσο πρακτικό που η «εφεύρεση» διαδόθηκε και οι Αθηναίοι χρη-



σιμοποιούσαν λωρίδες αλειμμένες με ρετσίνι για να ενώνουν διάφορα κομμάτια.

Εικοσιτέσσερις αιώνες αργότερα, ο Richard Gurley Drew (1899 – 1980) εργαζόταν στην εταιρεία «3 Μ», μια μικρή βιομηχανία της Μινεσότα των ΗΠΑ, που τότε παρήγαγε γυαλόχαρτο. Ήταν το 1924, όταν συνειδητοποίησε τα προβλήματα που αντιμετώπιζαν οι

βαφείς με τα δυο διαφορετικά χρώματα που τότε ήταν της μόδας στα αυτοκίνητα. Σκέφτηκε να χρησιμοποιήσει μια αδιάβροχη ταινία δυο ιντσών με κόλλα για το μασκάρισμα του αμαξώματος, ώστε να μη μπλέκουν τα διαφορετικά χρώματα. Την έδωσε σε έναν βαφέα που ενθουσιασμένος πήγε να την τοποθετήσει σε ένα αμάξιμο. Η ταινία όμως είχε λίγη κόλλα κι έπεσε. Ο βαφέας είπε στον Drew: «Πες στον Σκοτσέζο (εννοώντας στιγ-κούνη) αφεντικό σου να βάλει περισσότερη κόλλα». Γεννήθηκε η αυτοκόλλητη ταινία «Skotch». Στα 1930, ο Drew παρουσίασε το σελοτέιπ. Ήταν η εποχή της μεγάλης κρίσης και οι Αμερικανοί το καλοδέχτηκαν αφού μ' αυτό μπορούσαν να κολλάνε σπασμένα πράγματα αντί να αναγκάζονται να τα αντικαθίστουν αγοράζοντας καινούρια.

<https://koutalianossimos.wordpress.com/2013/10/21/ανακαλυψεις-εφευρεσεις/>

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 ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΜΕΝΩΝ
ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟΥ "Η ΣΩΣΤΗΡΙΑ"

Εγγραφή στο Newsletter | Ηλεκτρονικά

Αναζήτηση...

Τα νέα μας | Ταυτότητα | Το έργο μας | Εκδηλώσεις | Στήριξή μας



Η "Επι Κοινωνία εν Τύπω" είναι το δικό σου βήμα

Παρακαλούμε, στείλε μας **σκέψεις, προβληματισμούς, αντιθέσεις**

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



Χαχής Χ. Παναγιώτης

Στρατιωτικός Χειρουργός
Οδοντίατρος DDS
Πολεμικού Ναυτικού

Σταθερό τηλ.: 2105723886

Κιν.: 6949233660

e-mail: chachispn@hotmail.com

Επιδαύρου 21
12134 Περιστερί
1ος όροφος

FREZYDERM anticort

Η Εναλλακτική Επιλογή Στεροειδούς Δράσης



Ευρύ φάσμα εφαρμογής

- Αισθητική δερματίτιδα
- Δερματίτιδα εξ επαφής
- Ψωρίαση
- Ερυθρότητα - κνησμός

Χωρίς φαρμακευτικά μέρη
δεν απελευθερώνει ορμονική ισορροπία
δεν υπαρκτεί αντίδραση. Είναι παρατεταμένης
χρήσης

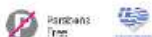
CE

50ml

Βροχή, παλιές ενόχλητες
καταλάσκει για
ομοιοστατική αγωγή



Παγκόσμια Εταιρεία 15, 0427 Αθήνα, 3.219.52 40 300, Τ. 210.50.44.433
Εκπαιδευτική Λογική Τεχνολογία, 144 21 Μεταμόρφωση, Τ. 210.28.40.385, F. 210.28.40.308
ΑΠΟΚΛΕΙΣΤΙΚΟ ΔΙΑΝΟΜΕΥΤΗΡΙΑΚΟ ΣΥΜΦΩΝΗΤΗΡΙΟ: www.frezyderm.gr



ASTRA

ΜΕΤΑΦΟΡΙΚΗ



Τηλ.: 210.69.22.400
www.astrametaforiki.gr

Σεβαστουπόλεως 137, 115 26 Αθήνα

τηλ.: 210.69.22.400 • fax: 210.67.25.31

www.astrametaforiki.gr