

# Επι κοινωνία 'εν τύπω



## Σύλλογος Φίλων Περιθαλπομένων Νοσοκομείου "Η ΣΩΤΗΡΙΑ"

### Καλλιέργεια

«Τα αγριόχορτα και τα ζιζάνια είναι τα παιδιά της Γης και αυτά που προσπαθούμε να καλλιεργήσουμε είναι τα αποπαίδια...» είναι τα σοφά λόγια ενός απλού γεωργού που δίνει καθημερινά τη μάχη του ζώντας στη φύση.

Και είναι αλήθεια... για δοκιμάστε να φυτέψετε στον κήπο σας οποιοδήποτε ωφέλιμο φυτό και θα το διαπιστώσετε. Αν δεν σκαλίσετε το έδαφος, δεν βάλετε λίπασμα, δεν το ραντίσετε, δεν το ποτίσετε, δεν θα αποδώσει καρπούς. Αν δεν απομακρύνετε από δίπλα του τα αγριόχορτα που φυτρώνουν σε γοργούς ρυθμούς, θα το πνίξουν και θα το μαράνουν. Χρειάζεται καθημερινή φροντίδα και προστασία. Όταν όμως στο τέλος ανθίσει και καρποφορήσει ανταμείβεται πολλαπλάσια ο κόπος σας.

Κάτι ανάλογο συμβαίνει και με εμάς τους ίδιους. Ζούμε σε ένα περιβάλλον με ιδιαίτερα αντίξοες συνθήκες. Ο άκρατος παραλογισμός κυριαρχεί παντού. Άνθρωποι, υποτίθεται μορφωμένοι, χωρίς συναίσθημα, ανταγωνιστικοί και άπληστοι ρουφούν την ενέργειά μας. Άνθρωποι που τρέφονται καθημερινά συνεχώς τους άλλους, που μέσα στο χασπικό τους παραλήρημα δεν βλέπουν τις δικές τους αδυναμίες...

Οι πειρασμοί και οι λογισμοί φυτρώνουν εκεί που δεν τους σπέρνει κανείς και χρειάζονται μεγάλη εγρήγορση να τους ξεριζώσεις πριν απλώσουν βαθιά τις ρίζες τους.

Καλλιέργεια σημαίνει να κάνεις καλά έργα...

Ο καλλιεργημένος άνθρωπος είναι αυτός που φροντίζει συνέχεια τη συμπεριφορά του προς τους άλλους, να μην πληγώσει κανέναν, να είναι χρήσιμος στην κοινωνία και να προσφέρει τους πολύτιμους καρπούς του για το κοινό καλό.

Αυτό επιτυγχάνεται με συνεχή προσπάθεια κυριαρχώντας στις ασυνείδητες τάσεις που προσπαθούν να τον αποπροσανατολίσουν. Έτσι σιγά σιγά γίνεται κύριος του εαυτού του και δεν παρασύρεται από τις ορέξεις των άλλων. Με πολύ κόπο, υπομονή και επιμονή δημιουργεί την προσωπικότητά του απαλλαγμένη από βάρη και συνθήκες που τον κρατούν δέσμιος.

Ένας δρόμος δύσκολος και ανηφορικός που όταν όμως τα καταφέρει και ανθίσει και καρποφορήσει θα ανταμειφθεί πολλαπλάσια ο κόπος του.

Πέτρος Γαρζώνης  
Σχέδιο: Ρένα Καραλέκα



### Εκδρομή: Άγιος Ιωάννης ο Ρώσος - Λίμνη Ευβοίας



Την Κυριακή 22 Απριλίου 2018, φίλοι και μέλη του Συλλόγου φίλων Περιθαλπομένων Νοσοκομείου «Η ΣΩΤΗΡΙΑ» φτάσαμε στην ώρα μας, στο γνωστό σημείο συνάντησης, για άλλη μια ημερήσια απόδραση. Αυτήν την Κυριακή επισκεφτήκαμε την εκκλησία του Αγίου Ιωάννη του Ρώσου και την Λίμνη Ευβοίας στην Βόρεια Εύβοια. Ο καιρός, ηλιόλουστος και ζεστός, εξασφάλισε τις προϋποθέσεις για μια επιτυχημένη βόλτα. Στη διαδρομή μας για το Προκόπι ένα από τα πιο φημισμένα και μεγαλύτερα χωριά της Εύβοιας, μας συντροφεύει κυλώντας ήρεμα δεξιά και αριστερά στον κεντρικό δρόμο, ο ποταμός Κηρέας, με το γνωστό πλατανόδασος, ιδανικό για κατασκήνωση και περπάτημα. Έξω από το Προκόπι στην τοποθεσία Παρασκευέρα, κοντά στην κύπη του ποταμού βρίσκεται ο Μεγάλος Πλάτανος, η ηλικία του υπολογίζεται ότι είναι πάνω από 2000 χρόνια, θεωρείται σαν ένα από τα μεγαλύτερα δέντρα της Ευρώπης. Πίσω από το χωριό απλώνεται το Καντήλι, ένα από τα βουνά της Εύβοιας με σπάνια φυσική ομορφιά, περιοχή που είναι ενταγμένη στο δίκτυο προστασίας NATURA. Ιστορικά το χωριό δημιουργήθηκε μετά τον 17ο αιώνα, αργότερα με την απελευθέρωση της Ελλάδας ήρθαν και εγκαταστάθηκαν μερικές οικογένειες από το Μέτσοβο της Ηπείρου. Δύσκολα ήταν τα χρόνια για το Προκόπι την εποχή του πολέμου το 1940, καθώς οι γερμανοί κατακτητές έκαναν μεγάλες καταστροφές. Ο ναός του Αγίου Ιωάννη Ρώσου βρίσκεται στο Προκόπι Ευβοίας, ένα από σημαντικότερα προσκυνήματα, ολόκληρου του Ελληνισμού. Εδώ φυλάσσεται σε λάρνακα το ολόσωμο, άφθαρτο και σεπτό σκήνωμα του Αγίου Ιωάννη. Ο Άγιος Ιωάννης ο Ρώσος γεννήθηκε το 1690 στη Ρωσία. Από μικρός έγινε θερμός χριστιανός και διήγαγε τον βίο του εν Χριστώ. Μέχρι το 1924 το ιερό λείψανο φυλάσσόταν στο ναό του Μ. Βασιλείου στο Προκόπι της Μ. Ασίας. Με την ανταλλαγή των πληθυσμών Ελλάδας και Τουρκίας που έγινε τότε, μεταφέρθηκε και το ιερό λείψανο του Αγίου Ιωάννη του Ρώσου στο Νέο Προκόπι Εύβοιας, όπου εγκαταστάθηκαν οι Έλληνες που ζούσαν στο Προκόπι της Καππαδοκίας. Η μεταφορά στο Νέο Προκόπι Ευβοίας έγινε χάρη στις προσπάθειες του Παναγιώτη Παπαδόπουλου, με δική του δαπάνη ναύλωσε το πλοίο «Βασίλειος Δεστούνης», με το οποίο εκτός από το σκήνωμα του Αγίου μεταφέρθηκαν στην Ελλάδα και 800 πατριώτες. Το 1930 άρχισε να χτίζεται ο μεγαλοπρεπής ναός προς τιμήν του Αγίου, ο οποίος ολοκληρώθηκε το 1951 και λειτουργεί ως προσκυνηματικός. Από τα πρώτα χρόνια, μετά το θάνατό του το 1730, στη Μ.Ασία πλήθος εμφανίσεων και θαυμάτων συντελούνται μπροστά στη λάρνακα του Αγίου. Ο ναός είναι πανύψηλος, με μεγάλες μαρμαρίνες κολώνες στο εσωτερικό του. Οι πελώριες αγιογραφίες απεικονίζουν με σκούρα χρώματα, σημαντικές στιγμές του χριστιανισμού. Στις 27 Μαΐου που είναι η γιορτή του, πολλοί πιστοί επισκέπτονται τον ναό και

προσκυνούν τον Άγιο από την Ελλάδα και το εξωτερικό. Με δέος, κατανύξη και σιωπηλά περάσαμε και εμείς μπροστά από το Ιερό του Λείψανου του Αγίου Ιωάννη, προσμένοντας ο καθένας μας να μεταλαμπαδεύσει στις ψυχές μας, φως, εσωτερική ελευθερία, αγάπη, ενθουσιασμό και θεία δύναμη, η οποία νικά τα δεσμά της ύλης μεταθέτει τα βουνά των εμποδίων και δημιουργεί τις μικρές και μεγάλες νίκες στη ζωή μας.

Συνεχίζουμε μια διαδρομή, με αρκετές στροφές, αλλά τόσο μαγευτική που μας αποζημιώνει. Η λυτρωτική δύναμη του νερού και η δροσερή ανάσα του βουνού σμίγουν στα βαθύσκια μονοπάτια της Βόρειας Εύβοιας. Η Λίμνη Ευβοίας μοιάζει με νησί μέσα στο νησί. Αμφιθεατρικά χτισμένη πάνω στη θάλασσα, κοντά στην αρχαία πόλη Ελύμιον, που αναφέρεται στις τραγωδίες του Σοφοκλή ως το σημείο όπου συναντήθηκε πρώτη φορά ο Δίας με την Ήρα, με κυκλαδική αρχιτεκτονική και γραφικά στενά με καμάρες που κάνουν την περιπλάνηση απόλαυση. Οι περισσότεροι κάτοικοι ήταν Αιγαιοπελαγίτες καπετανανοί από τις οικογένειες που ήρθαν το 16ο αιώνα, ενώ η ναυτική δύναμη ήταν και η αιτία της ευημερίας της πόλης μετά τον πόλεμο. Στην περιοχή δόθηκε το έναυσμα για την Ευβοϊκή επανάσταση του 1821 από τον Αγγελή Γωβλιό, πρωτοπαλαίκο του Ανδρούσου, ενώ από εδώ κατάγεται και η Λέλα Καραγιάννη, ηρωίδα της Εθνικής Αντίστασης, που εκτελέστηκε από τα γερμανικά στρατεύματα κατοχής στο Άλσος Χαϊδαρίου, κοντά στη μονή Δαφνίου, για την εθνική δράση της, στον παραλιακό δρόμο υπάρχει και η προτομή της. Στη δυτική άκρη της προκομιάς επισκεφτήκαμε το ασκητήριο και το ναό του Οσίου Χριστόδουλου που ήρθε από τη Μονή Θεολόγου της Πάτμου τον 11ο αιώνα, και το εκκλησάκι της Παναγίας, που είναι χτισμένο πάνω σε ερείπια παλαιότερου παλαιοχριστιανικού ναού. Στο σημερινό παρεκκλήσι διατηρείται ένα κομμάτι ψηφιδωτό δαπέδου που χρονολογείται από τα τέλη του 5ου μ.Χ αιώνα. Ενδιαφέρον παρουσιάζει και το μαρμάρινο καμπαναριό της Κοίμησης της Θεοτόκου του 1890, στην είσοδο της Λίμνης. Στη Πόλη υπάρχουν δύο παραδοσιακά κτήρια, με σχέδια του Τσίλερ, Νεοκλασικό κτήριο είναι και το δημαρχείο. Η Πόλη έχει αμφιθεατρικό σχέδιο με αποτέλεσμα όλα τα σπίτια να έχουν θέα την θάλασσα. Στενά σοκάκια, παραδοσιακά λευκά σπίτια με κεραμοσκεπές. Ένα μικρό φυσικό λιμάνι με γαλάζια κρυστάλλινα νερά. Εκεί κάτω από την καρδιά του Πλάτανου στην ομώνυμη ταβέρνα με το κύμα στα πόδια μας, γευτήκαμε υπέροχους μεζέδες, φρέσκα ψάρια και ντόπια κρεατικά με το παραδοσιακό ούζο, τσίπουρο, κρασί και παγωμένη μπίρα. Τι άλλο από το να ευχόσαι, να μην τελειώσει ποτέ αυτός ο περίπατος, στις κατάφρες βουνοκορφές, το γαλήνιο Ευβοϊκό και την καταπράσινη κορμιοστασιά της Ευβοίας.

Αμαλία Νικολακάκου



**Ημέρες Υγείας 2018**

τους ειδικούς της Υγείας !

### ΕΙΣΟΔΟΣ ΕΛΕΥΘΕΡΗ

Ένα νέο συνέδριο - πολυθεματική εκδήλωση στον χώρο της υγείας, το οποίο στοχεύει στη σωστή και άμεση ενημέρωση του κοινού από τους ειδικούς της υγείας, διοργανώνεται για πρώτη φορά στην Ελλάδα με τη συμμετοχή, την επιστημονική αρτιότητα και εγκυρότητα περισσότερων από 40 ειδικών επιστημονικών ιατρικών εταιρειών πολλών ειδικοτήτων και φορέων του χώρου της υγείας και με τη συμμετοχή πολλών Συλλόγων Ασθενών.

Η εκδήλωση τελεί υπό την αιγίδα των Δήμου Αθηναίων, Πανελληνίου Ιατρικού Συλλόγου, Ιατρικού Συλλόγου Αθηνών, Κεντρικής Ένωσης Δήμων Ελλάδας, Ελληνικού Ερυθρού Σταυρού, Ιατρικής Εταιρείας Αθηνών, περισσότερων από 40 Επιστημονικών και Ιατρικών Εταιρειών, και με τη συμμετοχή πολλών Συλλόγων Ασθενών.

**Αθήνα, 11 έως 13 Μαΐου 2018:** Οι «Ημέρες Υγείας 2018», θα πραγματοποιηθούν στον επιβλητικό και ιστορικό χώρο του Ζαπτείου Μεγάρου, από τις 11 έως τις 13 Μαΐου 2018 και κάνουν πράξη την ιδέα της δημιουργίας μιας εκδήλωσης - η οποία θα είναι αφιερωμένη στην υγεία στο σύνολο της και ανοικτή για το ευρύ κοινό, για να του δώσει την ευκαιρία να επικοινωνήσει ανοιχτά με τους ιατρούς και ειδικούς επαγγελματίες υγείας, να θέσει ερωτήσεις σε θέματα υγείας, που τον απασχολούν και να λάβει απαντήσεις, με τρόπο κατανοητό και τεκμηριωμένο επιστημονικά αλλά και με γνώμονα την ανάγκη των επαγγελματιών της υγείας να ενημερωθούν από το ίδιο το κοινό για τα θέματα υγείας που κυρίως το απασχολούν, ώστε να βελτιώσουν τις προσφερόμενες υπηρεσίες τους και οι εμπορικές εταιρείες, τα προϊόντα τους.

Το τριήμερο συνέδριο - πολυθεματική εκδήλωση που φιλοδοξεί να επαναλαμβάνεται κάθε έτος, έχει ως επίκεντρο τον άνθρωπο και την ανάγκη του να ενημερωθεί για όλα τα θέματα υγείας που απασχολούν τον καθένα από εμάς, στο πλαίσιο μιας ολιστικής και «ενιαίας υγείας».

Καταξιωμένοι επιστήμονες θα προσφέρουν συμβουλές πολύ υψηλού επιπέδου στους συμμετέχοντες με απολύτως κατανοητό τρόπο και θα ενημερώνουν για τις δυνατότητες και τα δεδομένα της υγείας σήμερα, έτσι που οι συμμετέχοντες θα λαμβάνουν αξιόπιστες γνώσεις και δεξιότητες, για την διαφύλαξη τόσο της δικής τους υγείας όσο και της οικογενείας τους, για όλα τα επίκαιρα θέματα της ιατρικής και της υγείας, της τεχνολογίας, του εθελοντισμού, αλλά και να ρωτήσουν τους ειδικούς για όλα τα προβλήματα υγείας που τους απασχολούν.

#### Τρόπος διεξαγωγής του συνεδρίου - πολυθεματικής εκδήλωσης

Το συνέδριο θα πραγματοποιηθεί στους χώρους του Ζαπτείου Μεγάρου σε παράλληλες δράσεις -ομιλίες -τρογγυλές τράπεζες αλλά και διαφωτιστικά workshops (πρακτικές ασκήσεις), με τη συμμετοχή γιατρών και κοινού.

#### Εσείς ρωτάτε... οι ειδικοί απαντούν !

Σε κάθε προγραμματισμένη ομιλία, ο γιατρός ή η ομάδα γιατρών και επιστημόνων υγείας μετά την αρχική παρουσίαση του θέματος προς συζήτηση, θα δίνει/ουν τον λόγο στο κοινό, το οποίο με τη σειρά του θα θέτει ερωτήσεις, οι οποίες θα απαντώνται από τον αρμόδιο γιατρό. Το κοινό θα έχει στη διάθεσή του όλο τον απαραίτητο χρόνο για να λάβει τις σχετικές απαντήσεις.

Στο πλαίσιο της κοινωνικής συνεισφοράς του συνεδρίου θα διενεργηθεί και εθελοντική αιμοδοσία, το Σάββατο 12 Μαΐου 2018, στον προαύλιο χώρο του Ζαπτείου, από κινητή μονάδα της αιμοδοσίας του Γενικού Νοσοκομείου Αθηνών «Γ. Γεννηματάς».

Κατά τη διάρκεια του συνεδρίου θα δοθεί επίσης η δυνατότητα στους επισκέπτες, να επωφεληθούν από τις προσφορές με δωρεάν κουπόνια για πακέτα εξετάσεων, μαστογραφία, ΠΑΠ τεστ, αιματολογικές και μικροβιολογικές εξετάσεις, κτλ προσφορά από εργαστήρια μη κερδοσκοπικών φορέων και από διαγνωστικά κέντρα και σε χρόνο που θα επιλέξουν οι επισκέπτες μας.

Παράλληλα θα γίνουν βιβλιοπαρουσιάσεις και βραβεύσεις των αξιόλογων κοινωνικών παρεμβάσεων Εταιρειών και Συλλόγων αλλά και των καινοτόμων Ερευνητικών Μελετών και προϊόντων τεχνολογίας. Η είσοδος και η παρακολούθηση της εκδήλωσης είναι ελεύθερη και θα χορηγείται πιστοποιητικό παρακολούθησης στις ειδικές εκπαιδευτικές εκδηλώσεις, αλλά και σε όσους το ζητήσουν.

#### Θεματικές ενότητες

Οι ενότητες που θα απασχολήσουν το πρόγραμμα του 3ημερου Συνεδρίου αφορούν τον άνδρα, τη γυναίκα, την τρίτη ηλικία και τα παιδιά, σε ένα ευρύ πεδίο θεμάτων αναφορικά με την υγεία. Εκτός των δεκάδων ειδικών και γενικών καθημερινών θεμάτων υγείας που θα αναπτυχθούν, ενδεικτικά αναφέρονται και τα:

Εργαστηριακός Αυτοέλεγχος στο σπύι, η μαστογραφία -οι μύθοι και η πραγματικότητα-, το τεστ-ΠΑΠ και η σημασία του στην πρόληψη, το τόσο ενοχοποιημένο άγχος και η σχέση του με την κατάθλιψη και τα καρδιολογικά νοσήματα, οι καινοτόμες θεραπείες στον καρκίνο, τα νευρολογικά και ρευματικά νοσήματα (ανοσοθεραπεία -εμβόλια), τα εμβόλια και ποια πρέπει να κάνει και πότε ο καθένας μας, ανάλογα με την ηλικία του, πότε απαιτείται προληπτικός κλινικός και εργαστηριακός έλεγχος, ποιες εξετάσεις ανάλογα με την ηλικία και το φύλο θα πρέπει να περιλαμβάνει το τσεκάπ, τι είναι η άπνοια ύπνου, ποια είναι η θεραπεία του χρόνιου επίμονου πόνου και τι είναι η παραγωγική φροντίδα και που προσφέρεται, ποια πρέπει να είναι η φροντίδα μας και προ-

www.imeresygeias.gr  
info@imeresygeias.gr

### ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

Ημέρες Υγείας 2018

11-13 Μαΐου 2018  
Ζάππειο Μέγαρο

Το ραντεβού σας με

τους ειδικούς της Υγείας !

ληπτικά μέτρα πριν από τα εξωτικά -και όχι μόνο- ταξίδια μας.

Επίσης θα αναπτυχθούν και ειδικά θέματα της επικαιρότητας -για τα οποία θα απαντηθούν όλες οι ερωτήσεις -με ξεκάθαρη, εκλαϊκευμένη και επιστημονικά τεκμηριωμένη άποψη- από τους πλέον ειδικούς όπως:

Για τα λιπίδια και τη χοληστερόλη, την αθηροσκλήρωση και την αγγειακή νόσο, την καρδιά και τη γυναίκα, την αντιμετώπιση του κρουστικού αγγειακού επεισοδίου (πάντα χωρίς ! Αντιβιοτικά...), την πλαστική επανορθωτική και αισθητική χειρουργική, την ιατρική της παχυσαρκίας και της αντιγήρανσης, την αποκωδικοποίηση της απώλειας του βάρους, τα fractional laser - και τις μεθόδους για καθολική ανάπλαση του δέρματος, από την υγεία και την ομορφιά... στον κίνδυνο του καρκίνου του δέρματος και τις βλαπτικές δράσεις του ήλιου, το λεμφόδημα, τις δερματολογικές νόσους με αισθητικά προβλήματα και την προσβολή και άλλων οργάνων, την ψωρίαση, τα θέματα Αθλητιατρικής και τον Αθλητιατρικό έλεγχο, τη συνταγογράφηση «της άσκησης», την άσκηση ως πρόληψη των μυοσκελετικών κακώσεων, οι Ζωοανθρωπονόσοι, η ασφάλεια των ζωικών τροφίμων, το Alzheimer και οι σχετικές συγγενείς διαταραχές, οι παραδοσιακές και ενναλλακτικές θεραπείες από την αρχαιότητα μέχρι σήμερα και η βοτανοθεραπεία, η υγιεινή και ασφάλεια στο οικιακό περιβάλλον, τα κατοικίδια στη ζωή μας, η σημασία της εθελοντικής αιμοδοσίας και της δωρεάς οργάνων και μυελού, οι βιομηχανικές παρουσιάσεις (πως είναι η ζωή ενός ασθενή με κυστική ίνωση!!!)

Για να δείτε το αναλυτικό πρόγραμμα επισκεφθείτε το website: [www.imeresygeias.gr](http://www.imeresygeias.gr)

Επειδή η γνώση σώζει ζωές και η ατομική φροντίδα από εμάς είναι σημαντική, θα γίνουν στοχευμένες και πρακτικές εκδηλώσεις, για την ενημέρωσή μας για την πρόληψη των νόσων -από ειδικούς ιατρούς και επιστήμονες- για όλες τις ηλικίες. Ενδεικτικά αναφέρουμε, το σακχαρώδη διαβήτη, τα εγκεφαλικά επεισόδια, την άνοια, τα ρευματικά νοσήματα, τις καρδιολογικές παθήσεις, τα διάφορα νεοπλασμάτα, κτλ, αναδεικνύοντας αφενός τη σημασία υιοθέτησης ενός υγιούς τρόπου ζωής και αφετέρου τη σημασία της έγκαιρης διάγνωσης.

#### «κάλλιον του θεραπεύειν το προλαμβάνειν»

Ειδική μέριμνα θα δοθεί για τα παιδιά -με στοχευμένες εκδηλώσεις αγωγής υγείας- από ειδικούς ιατρούς, για τη στοματική υγιεινή και τη σωστή διατροφή. Αλλά και ένα πολύ σημαντικό, θεωρητικό και πρακτικό σεμινάριο -από την Ελληνική Καρδιολογική Εταιρεία, με την τεράστια κοινωνική συμβολή, επιστημονική γνώση και εμπειρία της για την καρδιοαναπνευστική αναζωογόνηση (ΚΑΡΠΑ), που αποτελεί την αναγκαία γνώση και δεξιοότητα, για τον καθέναν μας, για τη «βασική υποστήριξη της ζωής», στην έκτακτη ανάγκη για τον συνάνθρωπό μας.

Βεβαίως τα θέματα αγωγής υγείας και πρόληψης -για τους ενήλικες και για τα δυο φύλα- θα περιλαμβάνουν έγκυρη -εκλαϊκευμένη ενημέρωση και συμπόσια- από ειδικά κέντρα, κλινικές και εργαστήρια, με τη συμμετοχή εξειδικευμένων ιατρών και ειδικών του χώρου της υγείας.

Ενδεικτικά, μέσα από το μεγάλο κατάλογο των θεμάτων του συνεδρίου, θα αναπτυχθούν -στοχευμένα και εκλαϊκευμένα- θέματα όπως, για τα αντιβιοτικά και την ωφέλεια για τον ασθενή, αλλά και τους κινδύνους που έχουν για τον άνθρωπο, την κοινωνία, το περιβάλλον (...τα αντιβιοτικά δεν είναι καραμέλες...), τη σημασία των εμβολιασμών και το αντιεμβολιαστικό κίνημα, την έγκαιρη διάγνωση του «καρκίνου», το συμβατικό και ηλεκτρονικό τσιγάρο και τους μύθους και τις τεκμηριωμένες αλήθειες γύρω από αυτό.

Μια προσφορά του συνεδρίου προς τη σπουδάζουσα νεολαία μας θα είναι οι δωρεάν εκπαιδευτικές εκδηλώσεις των «Ημερών Υγείας» για σπουδαστές του χώρου της υγείας και του χώρου των επαγγελματιών με υγειονομικό ενδιαφέρον, με την πιστοποίηση των ειδικών επιστημονικών εταιρειών και από ειδικούς ιατρούς και επιστήμονες, σε θέματα υγιεινής και ασφάλειας στην εργασία, διαχείρισης αποβλήτων, βιοασφάλειας, νέας -καινοτόμου- φαρμακευτικής τεχνολογίας και нанοτεχνολογίας, εφαρμογής υγειονομικού φαρμακείου για χώρους παροχής υπηρεσιών στο κοινό (εστίαση, αισθητική, κτλ.).

#### Πληροφορίες Διοργάνωσης

Το Επιστημονικό πρόγραμμα του συνεδρίου σχεδιάσε και επιμελήθηκε η Οργανωτική Επιτροπή της Ελληνικής Εταιρείας Μελέτης Εφαρμογών Πληροφορικής Υγείας (ΕΕΜΕΠΥ).

#### Πληροφορίες Διεξαγωγής Συνεδρίου

11 - 13 Μαΐου 2018 - Ζάππειο Μέγαρο - Αθήνα  
www.imeresygeias.gr - info@imeresygeias.gr - Τηλ.: +30 2130 360 958



**Ημέρες Υγείας 2018**

11-13 Μαΐου  
Ζάππειο Μέγαρο

ΕΙΣΟΔΟΣ ΕΛΕΥΘΕΡΗ

Το ραντεβού σας με τους ειδικούς της Υγείας!

Τρεις ημέρες, εκατοντάδες ιατροί, χιλιάδες απαντήσεις. Ενημέρωση σε θέματα υγείας, έγκυρα και έγκαιρα!

Εσείς ρωτάτε... οι ειδικοί απαντούν!



Κουπόνια δωρεάν εξετάσεων

[www.imeresygeias.gr](http://www.imeresygeias.gr) Find us on [Facebook](https://www.facebook.com/imeresygeias.gr) [Instagram](https://www.instagram.com/imeresygeias.gr)

EEMEPY



## Πετάω για σένα



Πετάω για τον Πατέρα μου που καμαρώνει στην άκρη στο χωράφι όταν περνούν τα μαχητικά μας,

Πετάω για το παιδί στη Φλώρινα που περπατάει στο χιόνι να πάει στο σχολείο του

Πετάω για τον Παπά μας που κάνει χιλιόμετρα να κάνει Ανάσταση με τους τσοπαναραίους στο ύψωμα της Παναγιάς !

Πετάω για τον ψαρά που βγήκε 4 το πρωί με την ψαρόβαρκα να φέρει το μεροκάματο στη φαμελιά του,

Πετάω για τον δασκαλάκο που πληρώνει απο την τσέπη του τις φωτοτυπίες στα Άγραφα της Καρδίτσας.

Για αυτούς πετάω Για να μπορούν να κάνουν αυτό που χρόνια κάνουν και να κρατάνε την Πατρίδα μας ζωντανή!

Ούτε αυτοί, ούτε εγώ θα ζητήσω υπερωρίες γιορτές και Κυριακές, γιατί εγώ πετάω για την Πατρίδα μου.

Πετάω για τους δικούς μου ανθρώπους, αυτούς που γλεντάνε με την ψυχή τους, ζουν για μια στιγμή και όταν πεθαίνουν ξεπροβιδίζουν τους δικούς τους ανθρώπους με τραγούδια και εύχονται καλήν αντάμωση. Πετάω για την ΕΛΛΑΔΑ.



Αυτός είναι ο Σταυραετός της Πολεμικής μας Αεροπορίας, Αυτός είναι ο Σταυραετός του Θεσσαλικού Κάμπου Αυτός είναι ο Σμηναγός Γεώργιος Μπαλαταδώρος

## Τα πιο σημαντικά στη ζωή μας



Μην αφήνετε κανέναν να έρθει κοντά σας χωρίς να τον κάνετε καλύτερο και πιο ευτυχισμένο. Να είστε η ζωντανή έκφραση της καλοσύνης του Θεού: Να έχετε καλοσύνη στο πρόσωπό σας, καλοσύνη στα μάτια σας και ευγένεια στο χαμόγελό σας.

Μητέρα Τερέζα

## Δέκα συμβουλές για γονείς από τον δάσκαλο που πέθανε σε θάλαμο αερίων μαζί με τους μαθητές του

*Εξέχων εκπαιδευτικός από την Πολωνία, συγγραφέας παιδικών βιβλίων, γιατρός και κοινωνικός ακτιβιστής. Ο Γιάνους Κόρτσακ ήταν ένας πραγματικά εξαιρετικός άνθρωπος, ένας ήρωας που αρνήθηκε 3 φορές να σώσει την ζωή του για χάρη των άλλων.*



Πριν εισβάλουν οι Ναζί στην Πολωνία, ο Γιάνους Κόρτσακ σχεδίαζε να μετακομίσει την Παλαιστίνη. Εκείνη την εποχή εργαζόταν ως διευθυντής ενός ορφανοτροφείου και δεν μπορούσε να αφήσει μόνα τους τα παιδιά που βρίσκονταν υπό την προστασία του στη Βαρσοβία. Τελικά, αποφάσισε να μείνει μαζί με τα παιδιά και να αντιμετωπίσουν μαζί τη δύσκολη κατάσταση που ερχόταν.

Το 1942, όταν οι Ναζί άρχισαν να δολοφονούν Εβραίους που ζούσαν στα γκέτο της Βαρσοβίας, είχε μια δεύτερη ευκαιρία να σώσει τη ζωή του. Αλλά όταν του δόθηκε η ευκαιρία να φύγει, αρνήθηκε να την πάρει.

Η ιστορία λέει ότι για μια ακόμη φορά αρνήθηκε να αφήσει ορφανά του, όταν όλα κινδύνευαν να μπουν σε στρατόπεδο συγκέντρωσης. Ένας από τους αξιωματικούς των SS αναγνώρισε τον συγγραφέα και τον ρώτησε:

– “Εσύ είσαι αυτός που έγραψε το “Βασιλιάς Ματ Α”; Το διάβασα, όταν ήμουν παιδί. Μπράβο. Μπορείτε να φύγετε.”

– “Τι θα γίνει με τα παιδιά;”  
– “Τα παιδιά θα μείνουν εδώ, αλλά εσείς μπορείτε να φύγετε τώρα.”

– “Κάνετε λάθος δεν μπορώ απλά να φύγω. Δεν είναι όλοι οι άντρες κακοί άνθρωποι.”

Κανένας από τους μάρτυρες αυτής της συζήτησης δεν είναι εν ζωή σήμερα. Ούτε εκείνοι που άκουσαν τις ιστορίες του Γιάνους Κόρτσακ στη διαδρομή για την Τρεμπλίνκα, ένα από τα πιο τρομακτικά στρατόπεδα των Ναζί.

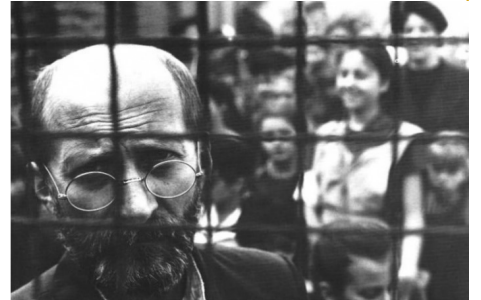
Είναι αδύνατον να αμφιβάλλει κανείς για την εγκυρότητα αυτών των ιστοριών του Γιάνους Κόρτσακ. Κάθε μικρό επεισόδιο της ζωής του αποκαλύπτει ότι ήταν ένας σπουδαίος άνθρωπος που θα είχε ενεργήσει ακριβώς όπως δείχνουν οι ιστορίες.

Ήταν ένας δυνατός άνθρωπος και ένας καταπληκτικός δάσκαλος, που επέλεξε να μείνει δίπλα στους μαθητές του, ακόμη και όταν ήρθε αντιμέτωπος με τον θάλαμο αερίων. Εκείνη τη μέρα θυσίασε τη δική του ελευθερία για να μείνει μαζί τους μαθητές του μέχρι το τέλος.

Ο Γιάνους Κόρτσακ θανατώθηκε μαζί με τους μαθητές του στο ναζιστικό στρατόπεδο θανάτου στην Τρεμπλίνκα (Treblinka). Το 1948 του απονεμήθηκε μετά θάνατον το παράσημο Krzyż Kawalerski Orderu Odrodzenia Polski το (ο Σταυρός του Ιππότη της Αναγεννημένης Πολωνίας).

Αυτές οι μικρές οι ιστορίες είναι όσες χρειάζεται να γνωρίζετε για αυτόν τον ευγενή

άνθρωπο με την μεγάλη καρδιά. Αλλά πέρα από αυτό, για να ολοκληρωθεί το πορτρέτο του Γιάνους Κόρτσακ, δείτε παρακάτω δέκα διορατικές σκέψεις από τα παιδαγωγικά βιβλία του, “Πώς να αγαπήσετε ένα παιδί” και “Αγατώντας όλα τα παιδιά.”



1. Μην περιμένετε τα παιδιά σας να εκπληρώσουν τις φιλοδοξίες σας. Βοηθήστε τους να γίνουν αυτοί που πραγματικά είναι, όχι αυτοί που θέλετε εσείς να είναι.

2. -Μην περιμένετε τα παιδιά σας να σας ανταποδώσουν ό,τι επενδύσατε για αυτά. Τους δώσατε τη ζωή, πώς να σας το ανταποδώσουν αυτό; Τα παιδιά σας θα δώσουν ζωή σε άλλα παιδιά και αυτά με τη σειρά τους σε άλλα και αυτό είναι μια μη αναστρέψιμη πράξη ευγνωμοσύνης.

3. -Ποτέ μην ξεσπάτε τα νεύρα σας στο παιδί σας για να αποφύγετε την απογοήτευση αργότερα. Ό, τι σπέρνεις, θερίζεις.

4. -Μην υποτιμάτε τα προβλήματα του παιδιού σας. Τα πάντα στη ζωή δίνονται με βάση αυτά που μπορούμε να αντέξουμε. Να θυμάστε ότι η ζωή ενός παιδιού είναι εξίσου δύσκολη με τη δική σας, αφού δεν έχει καθόλου εμπειρία.

5. -Ποτέ μην μειώνετε το παιδί σας!

6. -Οι πιο σημαντικές συγκρούσεις στην ζωή μας είναι οι συγκρούσεις με τα παιδιά μας. Να τους δίνετε περισσότερη προσοχή, καθώς ποτέ δεν ξέρουμε με ποιον θα συγκρουστεί αυτό το παιδί.

7. -Μην είστε σκληροί με τον εαυτό σας, αν δεν μπορείτε να κάνετε κάτι για το παιδί σας. Απλά να θυμάστε ότι ποτέ δεν έχετε κάνει αρκετά, αν δεν έχετε κάνει ό,τι περνάει από το χέρι σας.

8. -Μάθετε να αγαπάτε το παιδί κάποιου άλλου. Ποτέ μην φέρεστε στο παιδί κάποιου άλλου, όπως δεν θέλετε να συμπεριφέρονται στο παιδί σας.

9. -Ένα παιδί δεν είναι ένας τύραννος που καταλαμβάνει τη ζωή σας. Δεν είναι απλά το αίμα σας. Είναι ένα πολύτιμο Κύπελλο της Ζωής που σας δόθηκε για να ανάμετε τη δημιουργική φλόγα του. Είναι μια δήλωση αγάπης που μοιράζεται ανάμεσα σε δυο άτομα και από τη στιγμή της γέννησής του δεν πρόκειται απλά για την ανατροφή ενός παιδιού, αλλά για μια ζωντανή ψυχή.

10. -Να αγαπάτε το παιδί σας άσχετα από το ποιος είναι ή τι κάνει, ακόμα και αν δεν είναι πετυχημένοι ως ενήλικες. Να χαίρεστε, όταν επικοινωνείτε μαζί τους, γιατί τα παιδιά είναι η γιορτή της ζωής και είναι πάντα μαζί σας.

<https://www.dinfo.gr/1010-συμβουλές-για-γονείς-από-τον-δάσκαλο/>

Με εκτίμηση  
Γιώργος Μερτινός

# ΙΣΤΟΡΙΚΑ ΝΤΟΚΟΥΜΕΝΤΑ

## Ένα νοσοκομείο με ιστορία

Η έκθεση που έγινε το καλοκαίρι του 2010

### Το σχέδιο «ΣΩΤΗΡΙΑ»

Ένα δάσος στην Αθήνα. Μια φυλακή σε ένα νοσοκομείο. Το μνημείο εκτελεσθέντων κοντά στο χώρο των αναρρωτηρίων. Ένας τόπος εγκλεισμού για τους ασθενείς της φυματίωσης. Ένας τόπος σηματοδεδεμένος από μνήμες ασθένειας, πολέμων, εξουσίας, θανάτων, εξαθλίωσης και επιβίωσης. Μια έκθεση και ένα σχέδιο "Σωτηρία".

Την Παρασκευή 18 Ιουνίου στο Νοσοκομείο "Σωτηρία" εγκαινιάστηκε μια έκθεση, μια εικαστική παρέμβαση, που έρχεται να αντιμετωπίσει την έννοια της συλλογικής μνήμης. Το κοινό της αποτελούν, όχι μόνο φιλότεχνοι, αλλά και ασθενείς καθώς και το προσωπικό του νοσοκομείου.

Το πρώτο ελληνικό σανατόριο

Σανατόριο, εκτελεστικό απόσπασμα, λαϊκό νοσοκομείο. Το Νοσοκομείο "Σωτηρία" αποτελεί ένα φορημένο ιστορικό χώρο. Από το πρώτο κτίριο του Σανατορίου το 1905, έως το μεγαλύτερο πνευμονολογικό κέντρο στην Ελλάδα, που είναι σήμερα, η ιστορία της "Σωτηρίας" επικοινωνεί με την ιστορία των Αθηνών. Από άσυλο για τους "Αθλιούς των Αθηνών", ύστερα Φυματιολογικό Κέντρο και τελικά Γενικό Νοσοκομείο.

Η φθίση, αθεράπευτη μέχρι την ανακάλυψη των αντιφυματικών φαρμάκων και ως αθεράπευτο κοινωνικό πρόβλημα δοκίμασε τα αντανακλαστικά της κοινωνίας, εξέθεσε τις ανεπάρκειες της και περιέγραψε τις αθλιότητες της. Οι ασθενείς, άνδρες και γυναίκες, επώνυμοι ανώνυμοι, ποιητές και αγωνιστές φέρνουν μαζί τους την ατμόσφαιρα της κάθε εποχής.

Η Μαρία Πολυδούρη εισέρχεται τον Μάρτιο του 1928 στα 26 της χρόνια και συναντά τον Καρυσωτάκη λίγο πριν πάρει το δρόμο για την Πρέβεζα και αυτοκοτονήσει ένα μήνα μετά. Στα δύο χρόνια νοσηλείας της γράφει τις δύο ποιητικές της συλλογές "Οι τριλιές που σβήνουν" και "Ηχώ στο Χάος". Μόνιμη παρέα της ο νεότερος τότε Γιάννης Ρίτσος ο οποίος εισέρχεται στο νοσοκομείο ως φυματικός και βγαίνει κομμουνιστής.

Εκτός από την ποίηση το νοσοκομείο είναι ένα φυτώριο επαναστατικών ιδεών.

Ο διάσημος ελληνορουμάνος συγγραφέας Παναΐτ Ιστράτι, επιστήθιος φίλος του Καζαντζάκη, καλεσμένος του Δημήτρη Γληνού, δίνει μια εμπρηστική διάλεξη στο τότε θέατρο "Αλάμπρα" και μαζί με ένα πλήθος έρχεται και ξεσηκώνει τους φυματικούς στη "Σωτηρία". Κατάληξη μια μεγάλη διαδήλωση στην Πλατεία Κάνιγγος που οδηγεί σε επέμβαση της αστυνομίας, στην απέλαση του Ιστράτι και θα οδηγήσει σε δίκη του Γληνού και του Καζαντζάκη.

Η "τριανταφυλλιά" της Σοφίας Σλήμαν: Το "όραμα της Σωτηρίας"

Στην Ελλάδα του 1900 οι υπολογισμοί ανέβαζαν σε πενήντα χιλιάδες τους νεκρούς από φθίση, σε μια εποχή που η χώρα δεν αριθμούσε περισσότερα από δύο εκατομμύρια ψυχές. Ο μύθος του καλλιτέχνη - φυματικού μπορεί να ήταν ισχυρός στην ευρωπαϊκή παράδοση, αλλά η πραγματικότητα ήταν ότι θύματα της ασθένειας υπήρξαν άτομα που ανήκαν περισσότερο στην εργατική τάξη.

του Γ. Σεφεριάδη

<http://oinoxori.gr/> 2010/06/28/

ένα-νοσοκομείο-με-ιστορία/

(συνεχίζεται)

## Μνήμη Ιατρού Μάριου Κωνσταντίνου

Θυμάμαι το σοκ που αισθάνθηκα όταν άκουσα πως ο γιατρός που τα μαγικά του χέρια, με είχαν σώσει από τον καρκίνο, έπασχε και ο ίδιος από αυτή την ασθένεια. Και όταν ύστερα πληροφορήθηκα μέσω της εφημερίδας μας «Επι κοινωνία εν τύπω» τον θάνατό του, άθελά μου ήρθαν στο νου μου τα λόγια «άλλους έσωσε ...».

Είναι γνωστό πως η ζωή είναι σκληρή για πολλούς ανθρώπους.

Σε κάποιους και μάλιστα μεγάλους, σπουδαίους ανθρώπους, τους φέρεται με κάποια ειρωνεία που φτάνει στο σημείο της τραγικότητας. Τους «χτυπάει» σε εκείνο το σημείο για το οποίο ξεχωρίζουν μέσα στην κοινωνία και ακόμα και μέσα στην ανθρωπότητα.

Αναφέρομαι στον μεγάλο Μπετόβεν που η μοίρα τον χτύπησε στο πιο ευαίσθητο γι' αυτόν-αίσθηση της ακοής. Είναι κουφός πλέον όταν διευθύνει την 9η συμφωνία. Και όταν με τις τελευταίες νότες, το ακροατήριο ξεσπά σε ουρανομήκεις ζητωκραυγές, πετάει τα καπέλα του, ανεβαίνει στα καθίσματα επάνω. Ο «θείκος» αυτός συνθέτης δεν έχει αντιληφθεί τίποτα, έως ότου το «πρώτο βιολί» τον πιάνει και τον στρέφει προς το ακροατήριο, για να δει δυο δάκρυα χαράς και ευγνωμοσύνης να κυλούν από τα γερνικά μάτια του, στη θέα της αποδοχής του μεγαλειώδους αυτού έργου του.

Άλλο παράδειγμα τραγικής ειρωνείας εκ μέρους της μοίρας, αποτελεί, νομίζουμε, ο γιατρός με τα «μαγικά χέρια» πρωτοπόρος στις μεταμοσχεύσεις καρδιάς Μαγκντί Γιακούμπ, ο οποίος είδε να μην μπορεί να «κουμαντάρει» τα χέρια του -αυτά που έσωσαν τόσες ζωές- χτυπημένος από ανίατη ασθένεια.

Το ίδιο, θεωρούμε τραγική ειρωνεία και για σένα αείμνηστε Μάριε Κωνσταντίνου. Σε νίκησε «αυτός» τον οποίο νίκησες πάμπολλες φορές, που τον συνάντησες σε ασθενείς συνανθρώπων σου.

Να είναι ελαφρό το χύμα που σε σκεπάζει.

Δημήτριος Μασσούκας

## Ευχαριστήρια Επιστολή

Ενα μεγάλο Ευχαριστώ στους γιατρούς της 7ης Πνευμονολογικής, όπου με υπομονή με αντιμετώπιζαν σε ότι και αν προέκυπτε...

Έτσι έφτασα στο τέλος του προγράμματος της πνευμονικής αποκατάστασης, με άψογη συνεργασία με το Αλλεργιολογικό Τμήμα όπου παρακολούθημα μέχρι και σήμερα... Θέλω να εκφράσω τις ευχές μου στους γιατρούς και το προσωπικό...

ΥΓΕΙΑ ΚΑΙ ΑΓΑΠΗ να έχετε πάντα στήν ζωή σας... Καλή συνέχεια στο έργο σας !!!!!

Ειρήνη Στρατή

## Η ΣΤΗΛΗ ΤΩΝ ΑΝΑΓΝΩΣΤΩΝ ΜΑΣ

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

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

## 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](mailto:info@sylfilon.gr)

site: [www.sylfilon.gr](http://www.sylfilon.gr)

## ΔΩΡΕΕΣ

Για την οικονομική ενίσχυση του Συλλόγου μας

**Ευχαριστούμε θερμά τους:**

Αννα Αθανασοπούλου, Δημήτριο Βαλαμίδη, Αθηνά Βασιλειάδου, Ιωάννη Δώδο, Ζωή Καρρά, Μαρία Κατσαίτη, Αμαλία Λεβαντή, Ζωή Σιδέρη, Μάρκο Φιλιάνο και δύο ανώνυμους δωρητές.

**Ευχαριστούμε θερμά για δωρεά αντί στεφάνου την:** Οικ. Αργυρίου (Αδαμαντία Ζαφειράτου & Νικόλαο Αργυρίου) στη μνήμη της **Ευαγγελίας Καβούρ.**

Λογαριασμός τραπεζής για κατάθεση δωρεών:  
**ΤΡΑΠΕΖΑ ΠΕΙΡΑΙΩΣ: 6274-040035-006**  
**IBAN: GR7101712740006274040035006**  
Σύλλογος Φίλων Περιθαλπομένων "Σοφία Σλήμαν"  
Παρακαλούμε ενημερώστε μας και τηλεφωνικά για την κατάθεσή σας, ώστε να εκδίδουμε με λεπτομέρειες το παραστατικό εισπραχής.

**Ώρες Λειτουργίας Γραμματείας:**  
Δευτέρα 9:30 - 13:30 & Πέμπτη 11:00 - 15:00

**Ο Ετήσιος Οικονομικός Ισολογισμός του Συλλόγου μας δημοσιεύεται στην Εφημερίδα της Κυβερνήσεως και αναρτάται στο site του Συλλόγου μας [www.sylfilon.gr](http://www.sylfilon.gr)**

## Επι κοινωνία εν τύπω

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, 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 Δημητρουλάκη, Βασίλη Καλαφάτης, Κατσιμήτρου Μπέση, Αθηνά Πέση και Ανδρέας Σακκάς.

Οι αρθρογράφοι φέρουν πλήρως την ευθύνη των κειμένων τους

## Ευχαριστήρια Επιστολή

Η ομάδα Παραδοσιακών Χορών του Νοσοκομείου μας, μαζί με τους "Χοροβάτες" πραγματοποίησαν την ετήσια εκδήλωσή τους στο θέατρο του ACS Athens.

Δάσκαλός τους ο Δημήτρης Ζέρβας με το ασίγηστο δημιουργικό του πάθος.

Το ποσό που συγκεντρώθηκε από το μικρό αντίτιμο για κάθε εισιτήριο ήταν 1600 ευρώ (χίλια εξακόσια). Τα 700 ευρώ (επτακόσια) (με τη μορφή δωροεπιταγών) δόθηκαν στο ίδρυμα ατόμων με ειδικές ανάγκες "Ο καλός Σαμαρείτης".

Το ποσό των 900 ευρώ (εννιακοσίων) διατέθηκαν για να αγοραθούν είδη πρώτης ανάγκης για τους ασθενείς της Ψυχιατρικής Κλινικής του Νοσοκομείου μας.

Στις 24/02/2018 παρέλαβα παντόφλες, παντελόνια φόρμας, εσώρουχα, βερμούδες, φούτερ, τηλεκάρτες, babyino, τα οποία θα καλύψουν ανάγκες των ασθενών μας, που δεν έχουν οικονομικούς πόρους, ούτε υποστηρικτικό περιβάλλον, θα βοηθήσουν στην ατομική τους περιποίηση, στη βελτίωση της ψυχολογίας τους και στην προαγωγή της αυτοφροντίδας τους.

Σας ευχαριστούμε θερμά που για άλλη μια φορά βρεθήκατε κοντά μας, δίπλα στο πλευρό των ασθενών μας.

Να είστε όλοι καλά, με υγεία και ευημερία.

Αθήνα 02/04/2018

Η Προϊσταμένη

και το Νοσηλευτικό Προσωπικό

της ψυχιατρικής Κλινικής

Μαρία Ευθυμίου

## Πουλώ την Κόρη μου για 100 Γουόν - Jang Jin-sung

Εξαντλημένη στάθηκε στις Αγοράς τη μέση. Βαρύ, της θλίψης μενταγιόν κρεμόταν, η χαρτονένια επιγραφή απ' το λαιμό της. «Πουλώ την κόρη μου για 100 Γουόν»

Πλάι στη μικρή της θυγατέρα, εξαντλημένη στάθηκε στις Αγοράς τη μέση.

Αμίλητη κι ανέκφραστη η μητέρα, με τη ματιά της χάμω στυλωμένη, αγνοούσε των συνανθρώπων τις κατάρες που τις ρίχναν, καθώς με βλέμμα αγριωπτό την εκκοτούσαν, που της μητρότητας το δώρο επηλούσε -την ίδια της τη σάρκα και το αίμα.

Τα δάκρυα της είχαν στεγνώσει. Όμως, η κόρη της που έμαθε πως πάσχει η μάνα της από αγιάτρευτη αρρώστια, μέσ' τις πυχές της μακριάς της φούστας εχωνόταν κι' έκλαιγε ασταμάτητα και ούρλιαζε.

Μα, η μάνα της σα στήλη άλατος στεκόταν και μόνο τα φτενά της χείλη τρεμούλιαζαν.

«Ευχαριστώ» δεν μπόρεσε να πει στο στραπίωτη που έχωσε στο χέρι της τα 100 Γουόν, προφέροντας με βιάση αυτά τα λόγια.

«Είναι το δώρο της μητρότητας που αγοράζω κι' όχι την έρμη θυγατέρα σου».

Η μάνα χούφτωσε τα χρήματα και λάκισε.

Μα, καθώς μάνα αληθινή ως ήταν, με τα εκατό Γουόν που επήρε, ένα κομμάτι άσπρο ψωμί αγόρασε και μ' όση δύναμη της είχε απομείνει, έτρεξε πίσω, ευθύς, στη θυγατέρα της και στου παιδιού τα χείλη τ' ακουμπάει.

«Συγχώρα με, καλή μου θυγατέρα» της είπε, καθώς στέκονταν στις Αγοράς τη μέση, κι έκλαιγε με λυγμούς κι ολοφυρόταν.

**Jang Jin-sung, Κορεάτης ποιητής**

Απόδοση Δημ. Ματσούκας

Αφιερώνοντας το σε κάθε MANA, είτε βρίσκεται εν ζωή είτε "εν ουρανοίς"

## Νίκος Καζαντζάκης: Πρέπει να γίνεις εσύ 'Ηλιος



Πρέπει να γίνεις εσύ ήλιος για να φωτίσεις τους σβησμένους ήλιους των άλλων. Δεν υπάρχουν ιδέες, υπάρχουν μονάχα

άνθρωποι που κουβαλούν τις ιδέες, κι αυτές παίρνουν το μπόι του ανθρώπου που τις κουβαλάει.

Πού να βρω μια ψυχή σαρανταπληγισμένη κι απροσκλητή, σαν την ψυχή μου, να της ξομολογηθώ;

Δε ζυγιάζω, δε μετρώ, δε βολεύομαι! Ακολουθώ το βαθύ μου χτυποκάρδι ...

Να μην αρνιέσαι τη νιότη σου ως τα βαθιά γεράματα, να μάχεσαι σε όλη σου τη ζωή να μετουσιώσεις σε κατάκαρπο δέντρο την εφηβική σου άνθηση, αυτός, θαρρώ, είναι ο δρόμος του ολοκληρωμένου ανθρώπου.

Έχουν να πουν πως άνθρωπος είναι το ζώο που συλλογιέται τον θάνατο. Όχι, σου λέω εγώ. Άνθρωπος είναι το ζώο που συλλογιέται την αθανασία.

Νιώθω σαν να χτυπάμε τα κεφάλια μας στα σίδερα. Πολλά κεφάλια θα σπάσουν. Μα κάποια στιγμή, θα σπάσουν και τα σίδερα.

Άσφαλα κατέχει η χωματένια αυτή μήτρα την αξία του κάθε παιδιού της· κι όσο αντέρη η ψυχή που έπλασε, τόσο και δυσκολότερη της αναθέτει εντολή: να σώσει τον εαυτό του ή τη ράτσα του ή τον κόσμο· από την πρώτη, τη δεύτερη, την τρίτη εντολή που σου αναθέτει διαβαθμίζεται η ψυχή σου.

Άστρα, πουλιά, σπόροι μέσα στο χώμα, όλα υπακούουν. Και μόνο ο άνθρωπος σηκώνει κεφάλι και θέλει να παραβεί τον νόμο και να μετατρέψει την υπακοή σε ελευθερία. Γι' αυτό κι απ' όλα τα πλάσματα του Θεού αυτός μονάχα μπορεί κι αμαρτάνει. Τι θα πει αμαρτάνει; χαλνάει την αρμονία.

Το πρώτο σου χρέος, εχτελώντας τη θητεία σου στη ράτσα, είναι να νιώσεις μέσα σου όλους τους προγόνους. Το δεύτερο, να φωτίσεις την ορμή τους και να συνεχίσεις το έργο τους. Το τρίτο σου χρέος, να παραδώσεις στο γιο τη μεγάλη εντολή να σε ξεπεράσει.

Δε ζυγιάζω, δε μετρώ, δε βολεύομαι! Ακολουθώ το βαθύ μου χτυποκάρδι ...

Δέν διαλέγεις αυτά που πιστεύεις. Αυτά διαλέγουν εσένα.

Πιστεύω στα αναρίθμητα, εφήμερα προσώπια που πήρε ο Θεός στους αιώνες και ξεκίνηω, πίσω από την άπαυτη ροή του, την απόλυτη ενότητα.

Ποτέ μην αναγνωρίσεις τα σύνορα τ' ανθρώπου, να σπας τα σύνορα! Ν' αρνιέσαι ό,τι θεωρούν τα μάτια σου!

Να πεθαίνεις και να λες:

Θάνατος δεν υπάρχει

Ένας δρόμος, ένας μονάχα οδηγεί στο Θεό, ο ανήφορος.

Αν δε δει ο Θεός χέρι ανθρώπου, δε βάζει μήτε κι αυτός το δικό του.

Σκύβω απάνω στο μερμήγκι, θωρώ μέσα στο γυαλιστερό μαιύρο μάτι του το πρόσωπο του Θεού.

Θεός είναι η ακατάλυτη δύναμη που μεταμορφώνει την ύλη σε πνέμα. Κάθε άνθρωπος έχει μέσα του ένα κομμάτι από το θεϊκό αυτό στρόβιλο και γι' αυτό κατορθώνει να μετουσιώνει το ψωμί και το νερό και το κρέας και να το κάνει στοχασμό και πράξη.

Δεν είναι νερό δροσερό ο Θεός, όχι, δεν είναι νερό δροσερό, να το πεις, να δροσερέψεις. Είναι φωτιά, και πρέπει να περπατάς απάνω της. Κι όχι μονάχα να περπατάς, παρά, κι αυτό 'ναι το πιο δύσκολο, παρά και να χορεύεις!

Σίγουρα, ευτύς ως μπορείς να χορέψεις, η φωτιά γίνεται νερό δροσάτο, μα ώσπου να φτάσεις ως εκεί τι αγώνας, τι αγωνία, Θεέ μου!

<https://hamomilaki.blogspot.gr/2013/07/nikos-kazantzakis-you-must-become-you.html>

## Ο κορυφαίος μας γλύπτης Γιαννούλης Χαλεπάς

Μια διδακτική ιστορία: Η περίπτωση του κορυφαίου μας γλύπτη Γιαννούλη Χαλεπά είναι μοναδική

Η περίπτωση του κορυφαίου μας γλύπτη Γιαννούλη Χαλεπά είναι μοναδική και άκρως διδακτική. Έχει ήδη φτιάξει το αριστούργημα του την "Κοιμωμένη" του στο Α' Νεκροταφείο, μόλις στα 24 του, όταν εμφανίζονται τα πρώτα σημάδια της ψυχικής του ασθένειας πιθανώς κάποια ερωτική απογοήτευση σε συνδυασμό με κληρονομική προδιάθεση.



Η αυταρχική μάνα του θεωρεί ότι αυτή που τον τρελαίνει είναι η γλυπτική, ενώ συμβαίνει ακριβώς το ανάποδο. Μόνο η γλυπτική θα μπορούσε να τον γλιτώσει, όπως φάνηκε αργότερα. Του απαγορεύει αυστηρά να ασκεί την τέχνη του. Τον πάνε στο εξωτερικό, αλλά δε βλέπει βελτίωση. Δέκα χρόνια βοιοδέρνει στην Τήνο, αποπειράται να αυτοκτονήσει κι έπειτα τον κλείνουν για 16 χρόνια στο ψυχιατρείο της Κέρκυρας. Εκεί, χωρίς φάρμακα, μέσα στη βρόμα, δεμένος με αλυσίδες, αποτρελαίνεται. Η προσωπικότητα του μεγάλου καλλιτέχνη αποδομείται εντελώς.

Όταν πεθαίνει ο πατέρας του, η μάνα του τον ξαναπαίρνει στην Τήνο, ενώ είναι πια 51 ετών. Η γριά συνεχίζει να του απαγορεύει κάθε επαφή με το μάρμαρο και τη γλυπτική. Έχει πετάξει ανάκατα τα έργα του στο υπόγειο που το έχει κλειδωμένο. Μερικές φορές τον πιάνει να φτιάχνει κάποια προπλάσματα κρυφά κι του τα σπάει. Ο μάτσαμα-Γιάννης είναι ο τρελός του χωριού. Γίνεται νεροκουβαλητής, οι χωριανοί του δίνουν τις κασίδες τους να τις βοσκήσει, τα παιδιά τον κοροϊδεύουν κι αυτός τριγυρίζει κουρελής, μαζεύοντας από χάμω τις γόπες για να καπνίσει. Το βράδυ γυρίζει στο σπίτι του και κάθεται αμίλητος σε μια γωνιά, για να μην τον μαλώσει η γριά μάνα του. Η Αθήνα τον έχει ξεχάσει, το έργο του έχει τελειώσει πρόωρα.

Και γίνεται το θαύμα! Το 1916, η μάνα του πεθαίνει. Και τότε ο 65χρονος Γιαννούλης κάνει το απίστευτο. Δε χύνει σταγόνα δάκρυ, δεν ακολουθεί την κηδεία της, αλλά ανοίγει το υπόγειο και αρχίζει αμέσως να δουλεύει. Οι χωριανοί το θεωρούν ως την αναμενόμενη αντίδραση ενός τρελού, αλλά δεν είναι έτσι. Η καταπιεσμένη τέχνη του εκρήγνυται.

Μέσα σε λίγους μήνες έχει θεραπευτεί εντελώς. Η σμίλη του αρχίζει να βγάζει και πάλι αριστουργήματα, και μάλιστα με μια εντελώς νέα τεχνοτροπία. Το φαινόμενο μοναδικό. 40 χρόνια δε δούλεψε την τέχνη του, δεν ενημερώθηκε για τις εξελίξεις και ξαφνικά αναδύθηκε ένας ολοκαίνουριος καλλιτέχνης, σαν να φοιτούσε σε ένα δικό του εσωτερικό σχολείο. Από τα 65 του χρόνια ως τα 84 - που πέθανε σαν σήμερα το 1938- έφτιαξε μια ολόκληρη σειρά από αριστουργήματα. Η Αναπαυμένη, η Μήδεια, ο Οιδίπους κλπ. Πεθαίνοντας, συγκέντρωσε την αγάπη και τον σεβασμό ολόκληρης της Ελλάδας. Κι όλοι αναρωπιόνταν πόσα θα είχε κερδίσει η Ελληνική Τέχνη αν ο γλύπτης δεν είχε χάσει αυτά τα 40 πιο παραγωγικά χρόνια της ζωής του.

Δημήτρης Τριάντος

[http://thesecretrealthtruth.blogspot.com/2017/11/blog-post\\_5661.html](http://thesecretrealthtruth.blogspot.com/2017/11/blog-post_5661.html)

## Γλωσσικές παρανοήσεις που πέρασαν στον Ελληνικό λόγο

Στην ελληνική γλώσσα έχουν επικρατήσει αρκετές γλωσσικές παρανοήσεις από λέξεις εισαγόμενες. Θα δούμε πώς χρησιμοποιούνται κάποιες από αυτές και εάν είναι σωστές τόσο στην εκφορά τους όσο και νοηματικά.

### Καλσόν:

Εάν βρεθείτε στη Γαλλία, είστε γυναίκα και σχιστούν οι κάλτσες σας, μη διανοηθείτε να μπειτε σε μαγαζί και να ζητήσετε ένα καλσόν. Ο πωλητής του καταστήματος θα γελάσει. Εάν επιμεινείτε, θα σας οδηγήσει στο τμήμα ανδρικών εσωρούχων και θα σας δώσει ένα... σάβρακο, αφού caleçon στα γαλλικά σημαίνει σάβρακο! Αυτό που στην Ελλάδα λέμε καλσόν, οι Γάλλοι το λένε κολάν (collant).

### Κραγιόν:

Άλλη μία παρενοημένη λέξη είναι η κραγιόν. Le crayon στα γαλλικά είναι το μολύβι, το κοινό μαύρο μολύβι που γράφουμε και ούτε καν προφέρεται κραγιόν, αλλά κρεγιόν. Αυτό που εμείς λέμε κραγιόν των χειλιών, οι Γάλλοι το ονομάζουν ρουζ à λέβρ (rouge à lèvres).

**Cabinet:** Η λέξη καμπινέ, δεν είναι πάντα αυτό που εύλογα εννοούμε στα ελληνικά, αφού cabinet είναι παντός είδους θάλαμος ή αίθουσα. Για την αίθουσα συσκέψεων των δικαστών επί παραδείγματι, χρησιμοποιούν το cabinet de consultation. Το αναγνωστήριο είναι cabinet de lecture. Cabinet de ministre είναι το γραφείο Υπουργού. Για την τουαλέτα όμως, ειδικά, χρησιμοποιούν το cabinet de toilette.

### Μανό:

Η "ελληνική" (;) λέξη μανό (βερνίκι νυχιών) δεν σημαίνει τίποτα απολύτως για τους Γάλλους αφού είναι ανύπαρκτη! Το μανό κανονικά είναι Vernis à ongles, βερνίκι νυχιών.

**Σερβιέτα:** Η λέξη από τα γαλλικά σημαίνει την πετσέτα αλλά και τον χαρτοφύλακα! Αντιστοιχεί με την αγγλική briefcase που σημαίνει επίσης τον χαρτοφύλακα. Πώς τώρα η πετσέτα κατάντησε σερβιέτα;

Η παρανόηση άρχισε όταν οι Ευρωπαίες (ήδη πριν από τον πρώτο παγκόσμιο πόλεμο), φορούσαν χνουδωτό, φτιαγμένο από πετσέτα ύφασμα, κομμένο σε πλάτες, για να αντιμετωπίσουν τις δύσκολες μέρες του κύκλου τους.

Όπως ήταν φυσικό, η «μόδα» μεταδόθηκε ραγδαία για να αντιμετωπισθεί αυτή η ανάγκη και η serviette – πετσέτα έγινε σερβιέτα. Η λέξη είναι όμως πολύ παλαιότερη. Κάνει πρώτη

φορά την εμφάνισή της στη γαλλική γλώσσα τον XIV (14ο) αιώνα και σημαίνει πάλι την πετσέτα.

### Κρουασάν:

Είναι η αύξηση του φεγγαριού, η ημισέληνος, το μισοφέγγαρο. Κρουασάν (croissant) είναι στην κυριολεξία η μετοχή του ρήματος croître (προφέρεται κρουάτρ) και σημαίνει αυξάνω. Γι' αυτό οι Γάλλοι με τη λέξη αυτή εννοούν το μισοφέγγαρο, επειδή πρόκειται να αυξηθεί και να γίνει πανσέληνος.

Όμως από την ημισέληνο μέχρι το ψωμάκι, υπάρχει τεράστια απόσταση την οποία καλείται να καλύψει η Ιστορία με μια καταπληκτική λεπτομέρεια.

Όταν το 1683 οι Τούρκοι με τον αυτοκράτορά τους τον Σουλεϊμάν τον Μεγαλοπρεπή, πολιορκούσαν τη Βιέννη της Αυστρίας, επειδή δεν μπορούσαν να καταλάβουν την Αυστριακή πρωτεύουσα με έφοδο, άρχισαν να σκάβουν «λαγούμια» (υπονόμους), ώστε να περάσουν υπογείως τα ισχυρά τείχη της Βιέννης.

Η επιχείρηση ίσως και να πετύχαινε, εάν την εποχή εκείνη οι βιεννέζικοι φούρνοι δεν ήταν χτισμένοι κοντά στα τείχη της πόλης και οι αρτοποιοί άκουσαν το υπόγειο σκάψιμο. Φυσικά, δώσανε συναγερμό και ο Αυστριακός στρατός επετέθη και γλίτωσε τη Βιέννη.

Όταν οι Τούρκοι απομακρύνθηκαν, οι αρτοποιοί της Βιέννης για να πανηγυρίσουν το γεγονός της σωτηρίας τους, κατασκεύασαν ψωμάκια στο σχήμα του εμβλήματος της τούρκικης σημαίας, την ημισέληνο. Αυτό ήταν το σύμβολο της νίκης! Το σχήμα αυτό άρσε στους Βιεννέζους και το ημικυκλικό σαν φεγγάρι ψωμάκι, διαδόθηκε και επεβλήθη στην Αυστρία και από κει σε όλον τον κόσμο

### Καναπέ:

Η λέξη είναι αντιδάνειο. Γαλλικά --} canapé, που προέρχεται από την λατινική canapeum (μεσαιωνικά λατινικά canapeum) και αυτή από την αρχαία ελληνική κωνώπιον που κυριολεκτικά σημαίνει κρεβάτι με κουνουπιέρα, (κώνωψ = κουνούπι).

Κάτι άλλο που πρέπει να γνωρίζουμε, είναι πως οι λέξεις που προέρχονται από τα γαλλικά, και έχουν επικρατήσει και στα ελληνικά, είναι γένους ουδετέρου και άκλιτες. Π.χ. το στυλό - τα στυλό, το ρεπό - του ρεπό - τα ρεπό, (και όχι εκείνα τα φρικώδη: οι στυλοί, των στυλών, τα ρεπά, κ.λ.π. που κατά κόρον ακούγονται)!

[http://diolkos.blogspot.gr/2011/01/blog-post\\_14.html](http://diolkos.blogspot.gr/2011/01/blog-post_14.html)

## Είκοσι αξιοπερίεργα πράγματα που δεν γνωρίζαμε για την χώρα μας

\*Κατά μέσο όρο, περίπου **16,5 εκατομμύρια τουρίστες** καταφθάνουν κάθε χρόνο στην Ελλάδα. Αυτό σημαίνει πως οι επισκέπτες ξεπερνούν σε αριθμό τον... νότιο πληθυσμό των 10 περίπου εκατομμυρίων.

\*Περίπου το **7% όλου του μαρμάρου** που παράγεται στον πλανήτη προέρχεται από την Ελλάδα.

\*Η Ελλάδα είναι η **τρίτη χώρα στον κόσμο σε παραγωγή ελιάς**. Η καλλιέργεια ελαιόδεντρων ξεκίνησε στα μέρη μας από την αρχαιότητα. Μάλιστα, κάποιες ελιές που φυτεύτηκαν τον 13<sup>ο</sup> αιώνα παράγουν ακόμη καρπούς.

\*Είναι επίσης η πρώτη χώρα στον κόσμο σε εμπόριο... **σφουγγαριών**.

\***Το 80% του εδάφους της χώρας είναι ορεινό**. Η χώρα δεν διαθέτει ούτε ένα πλούσιο ποτάμι, εξαιτίας αυτής της ιδιαίτερης γεωμορφολογίας.

\***Εικοσιπέντε εκατομμύρια άνθρωποι στον κόσμο μιλούν ελληνικά**. Σε αυτούς φυσικά συγκαταλέγονται και τα δέκα εκατομμύρια των ελλήνων κατοίκων, αλλά και ελληνόφωνοι στην Κύπρο, την Ιταλία, την Αλβανία, την Τουρκία, τις ΗΠΑ και άλλες χώρες που προτίμησαν παλαιότερα οι Έλληνες για μετανάστευση. Η ελληνική γλώσσα ομιλείται εδώ και 3.500 χρόνια περίπου, κάτι που την καθιστά μία από τις αρχαιότερες γλώσσες στον κόσμο.

\*Την δεκαετία του 1950, μόλις το 30% των Ελλήνων γνώριζε γραφή και ανάγνωση. Σήμερα, **το ποσοστό του αναλφαριθμητού μόλις που φτάνει το 5%**.

\***Τα νησιά της Ελλάδας φτάνουν τις 3.100** σε αριθμό, αλλά μόνο τα 170 από αυτά κατοικούνται. Το μεγαλύτερο ελληνικό νησί, η Κρήνη, έχει έκταση 8.260 τετραγωνικά χιλιόμετρα.

\***Ο πληθυσμός της Αθήνας το 1834 ήταν 10.000**. Από την στιγμή που επιλέχθηκε ως πρωτεύουσα του νέου ελληνικού κράτους δυσθεώρητο αριθμό των 3 και πλέον εκατομμυρίων κατοίκων, ήτοι περίπου το 40% του ελληνικού πληθυσμού.

\***Η Αθήνα κατοικείται αδιάλειπτα εδώ και 7.000 χρόνια**. Αυτό την καθιστά μία από τις αρχαιότερες πόλεις της Ευρώπης.

\*Κατά μέσο όρο, απολαμβάνουμε **250 ημέρες ηλιοφάνειας τον χρόνο**. Αυτό αντιστοιχεί σε 3.000 αξιοζήλευτες ώρες ήλιου ετησίως.

\***Το προσδόκιμο ζωής στην αρχαία Ελλάδα έφτανε τα 36 χρόνια για τις γυναίκες και τα 45 χρόνια για τους άνδρες**. Από τα παιδιά που γεννιόντουσαν, μόλις τα μισά κατάφεραν να ζήσουν και μετά το στάδιο της βρεφικής ηλικίας. Σήμερα, το προσδόκιμο ζωής έχει φτάσει τα 77 και τα 82 χρόνια για τους Έλληνες και τις Ελληνίδες αντίστοιχα, κάτι που μας κατατάσσει στο top 26 των χωρών με το υψηλότερο προσδόκιμο στον κόσμο.

\***Τα μολύβια με ελληνική σημαία αποτελούν το 70% του συνόλου του εμπορικού στόλου της Ευρώπης**. Ο εγχώριος νόμος επιβάλλει το 75% του πληρώματος των πλοίων να έχουν ελληνική υπηκοότητα.

\***Η Ελλάδα διαθέτει περισσότερα αρχαιολογικά μνημεία από οποιαδήποτε άλλη χώρα στον κόσμο** – κάτι που φυσικά δεν μας εκπλήσσει ιδιαίτερα.

\***Περίπου 100.000 πουλιά** από την βόρεια Ευρώπη και την Ασία ξεχειμωνιάζουν στα μέρη μας.

\***Οι σκλάβοι στην αρχαία Ελλάδα αποτελούσαν το 40-80% του πληθυσμού στις πόλεις-κράτη**. Ήταν κυρίως αιχμάλωτοι πολέμου, εγκαταλελειμμένα παιδιά ή παιδιά σκλάβων.

\***Η αξιοζήλευτη άγρια ζωή της χώρας περιλαμβάνει 116 είδη θηλαστικών, 18 είδη αμφιβίων, 59 είδη ερπετών, 240 είδη πουλιών και 107 είδη ψαριών**. Ωστόσο, περίπου τα μισά είδη θηλαστικών κινδυνεύουν με εξαφάνιση.

\***Η διαφθορά της κυβέρνησης κόστισε στην χώρα περίπου 800 εκατομμύρια ευρώ μόνο το 2009**. Το εθνικό χρέος της Ελλάδας είναι μεγαλύτερο από την εθνική οικονομία.

\***Κανένα μέρος της Ελλάδας δεν απέχει από τη θάλασσα παραπάνω από 137 χιλιόμετρα**. Η ακτογραμμή της χώρας είναι η δέκατη μεγαλύτερη σε μήκος στον πλανήτη.

\***Κάποτε η Ελλάδα ήταν μια βραχύδης μάζα, που βρισκόταν εντελώς κάτω από την θάλασσα**. Μετά από την σύγκρουση μιας τεκτονικής πλάκας με την Ευρώπη, σχηματίστηκε το ορεινό πεδίο της, ενώ ακόμη και σήμερα οι σεισμοί στο Αιγαίο σχετίζονται με τις κινήσεις της συγκεκριμένης λιθοσφαιρικής πλάκας.

Γιώργος Μερτινός

<http://www.tilestwra.com/axioperi erga-pragmata-pou-den-ignorizame-gia-tin-ellada/>

## Αυτό πως να το χαρακτηρίσεις;

Παρακολουθήσαμε μια λέαινα που κουβαλούσε το κουτάβι της για δύο περίπου χιλιόμετρα, φαινόταν πολύ κουρασμένη. Ξαφνικά εμφανίστηκε ένας ελέφαντας και φάνηκε ότι ήθελε να την βοηθήσει!

Ο ελέφαντας άπλωσε την προβοσκίδα του και το κουτάβι πήδηξε επάνω της.

Ο ελέφαντας μετέφερε το κουτάβι της λέαινάς!!!

Ποτέ δεν φανταζόμουν ότι κάτι τέτοιο ήταν ποτέ δυνατόν!

<https://www.facebook.com/latestsightingskruger/posts/1953754574694862>



## Αρκούν τα πτυχία για να θεωρείται κάποιος άνθρωπος;

Η πίεση που υφιστάμεθα όλοι από τα πρώτα βήματα της ζωής μας για να πετύχουμε στις εξετάσεις και να ακολουθήσουμε Πανεπιστημιακή καριέρα, είναι τεράστια. Όλοι μας, ασυνείδητα, μπαίνουμε σε μια "θεωρία κατάκτησης της επιτυχίας στη ζωή μέσω σπουδών" που καλλιεργούν βέβαια μέσα μας εξωγενείς παράγοντες όπως οι γονείς, το σχολείο, η κοινωνία, η εκπαίδευση και μαθαίνουμε να μην παρεκκλίνουμε ούτε στο ελάχιστο. Με τον ίδιο τρόπο, στη συνέχεια η κοινωνία τιμεί, αναγνωρίζει και θαυμάζει μόνο τους επιτυχημένους, ενώ σχεδόν ποτέ δεν αναφέρεται στα άτομα εκείνα που δεν πέρασαν και "απέτυχαν".

Αρκεί όμως το πτυχίο για να θεωρείται κάποιος άνθρωπος, να θεωρείται πετυχημένος; Δυστυχώς, έχω υπάρξει μάρτυρας σε συζητήσεις ατόμων οι οποίοι χωρίζαν αποκλειστικά τους ανθρώπους σε δύο κατηγορίες: σε εκείνους που είχαν πτυχίο και σε αυτούς που δεν είχαν, μιλώντας μάλιστα για τους δεύτερους με απαξίωση. Θα ήθελα να πω ότι αυτές είναι αντιλήψεις που καταδεικνύουν την έλλειψη παιδείας των ανθρώπων που τις πιστεύουν. Διότι τα πτυχία δε δείχνουν την παιδεία και τον εσωτερικό πλούτο της ψυχής των ανθρώπων, αλλά μόνο την κατάκτηση κάποιων εξειδικευμένων γνώσεων σε ένα αντικείμενο.

Οι περισσότεροι συγχέουν τη μόρφωση με την παιδεία και αυτό είναι ένα τραγικό λάθος. Διότι κάποιος μπορεί να είναι μορφωμένος από άποψη πτυχίων, αλλά να μη διαθέτει παιδεία. Ένας πανούργος υπήρξε μπορεί να είναι εξαιρετικός στο λειτούργημά του, αλλά να μη διαθέτει παιδεία και να μη διστάσει να βλάψει κιάλας ανθρώπους στην προσπάθειά του ίδιου να πλουτίσει ή αποκτήσει μεγαλύτερη φήμη και δόξα. Η παιδεία καλλιεργεί τον άνθρωπο ως ολόκλητο, μέσω αυτής ο άνθρωπος μαθαίνει να σεβεται τον συνάνθρωπο και τον κόσμο, χωρίς να προβαίνει σε ανήθικα

μέσα για την κατάκτηση αυτών που επιθυμεί. Ναι, υπάρχουν άνθρωποι χωρίς πτυχία με παιδεία και άνθρωποι με πτυχία χωρίς παιδεία. Φυσικά, αυτό δεν αποκλείει το ενδεχόμενο κάποιος να συνδυάζει αρμονικά και τα δύο.

Όσα δημοσιογράφος, έχω δει πολλές φορές στον χώρο μου κυρίως, αυτό το σύνθημα φαινόμενο: εξαιρετικούς δημοσιογράφους χωρίς πτυχίο αλλά και πτυχιούχους δημοσιογράφους χωρίς ιδέες, έμπνευση και πάθος για αυτό που κάνουν. Αυτό μας δείχνει ότι ένας άνθρωπος που αγαπάει πραγματικά το αντικείμενό του και αφοσιωθεί με όλη την ψυχή και το μυαλό του, στο τέλος θα μπορέσει να φτάσει το όνειρό του. Με ή χωρίς πτυχίο.

Και αυτό, διότι ένας άνθρωπος μέσα στην πορεία του στη ζωή, διαβάζοντας και μελετώντας, μπορεί να γίνει εξίσου μορφωμένος με έναν πτυχιούχο.

Πολλές φορές άκουσα από γονείς φράσεις τύπου "δε σπουδάσα εγώ το παιδί μου για να επιλέξει τον σερβιτόρο", "εγώ θυσίαστηκα για να σε σπουδάσω και εσύ επέλεξες κάτι διαφορετικό" και άλλες εξίσου χαριτωμένες. Και αυτοί οι γονείς δεν έχουν αντιληφθεί ότι το επάγγελμα δεν έχει καμία σχέση με το να επιλέξεις έναν άνθρωπο, φίλους, αλλά το να έρθει η ψυχή σου σε ουσιαστική επικοινωνία με τον άλλο. Όπως επίσης και αγνοούν ότι δεν έχει σημασία ποιο επάγγελμα θα επιλέξεις, αλλά να είσαι εξαιρετικά καλός σε αυτό και να του αφοσιωθείς με αγάπη.

Ο Πλάτωνας κάποτε διερωτήθηκε: γιατί ο κόσμος δεν παρουσιάζει θετική πρόοδο, αφού οι περισσότεροι άνθρωποι σπουδάζουν; Διότι δίνουμε, συνεχίζει, απλώς γνώσεις για τεχνικούς σκοπούς, ενδιαφερόμαστε για την καταξίωση και το χρήμα και όχι για την ευτυχία. Αν θέλουμε η κοινωνία αυτή να κάνει ένα βήμα εμπρός, οφείλει να παρέχει παιδεία στους νέους ανθρώπους και όχι απλώς τεχνικές γνώσεις για να βάλουμε κάποιον πτυχία στον τοίχο.

Μαρία Σκαμπαρδώνη



## Ημερήσια Εκδρομή

### ΟΣΙΟΣ ΠΑΤΑΠΙΟΣ ΛΙΜΝΗ ΗΡΑΙΟΥ – ΛΟΥΤΡΑΚΙ



Αναχώρηση Κυριακή 3 Ιουνίου 2018 στις 08:00 από την είσοδο του Νοσοκομείου «Σωτηρία». Θα επισκεφθούμε την γυναικεία Μονή του Οσίου Παταπίου του θαυματουργού που βρίσκεται 6 χλμ. πάνω από το Λουτράκι, στα Γεράνια όρη. Θα προσκυνήσουμε το ιερό λείψανο του Οσίου και την Τίμια Κάρα της Αγίας Υπομονής, η οποία πριν γίνει μοναχή ήταν η αυτοκράτειρα Ελένη, η μητέρα του τελευταίου αυτοκράτορα του Βυζαντίου, Κωνσταντίνου Παλαιολόγου. Πριν αναχωρήσουμε θα έχουμε την ευκαιρία να θαυμάσουμε την υπέροχη θέα προς τον Κορινθιακό κόλπο. Συνεχίζουμε για τη Λίμνη Βουλιαγμένη ή Ηραίου, από τις ομορφότερες λιμνοθάλασσες της Ελλάδας. Εκεί θα έχουμε ελεύθερο χρόνο για μπάνιο και γεύμα. Επόμενη στάση στο Λουτράκι για βόλτα και καφέ. Επιστροφή στην Αθήνα αργά το απόγευμα.

Τιμή συμμετοχής: 15 Ευρώ

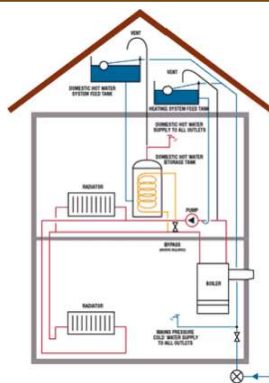
*'Όταν σε κοιτούσά  
ένα περισσότερι να  
δοξάζεις του θεού...που  
δεν έδωσε φτερά σε  
αγελάδες !*

## ΑΝΑΚΑΛΥΨΕΙΣ-ΕΦΕΥΡΕΣΕΙΣ

### Κεντρική θέρμανση

Η πρώτη γνωστή μας μέθοδος κεντρικής θέρμανσης εντοπίστηκε στην προϊστορική «πόλη», Χοιροκοιλία της Κύπρου. Από τα 7000 χρόνια π.Χ., έκτιζαν κυλινδρικά σπίτια με επίπεδες ή θολωτές στέγες, στις κορφές των οποίων υπήρχε άνοιγμα. Στο δάπεδο, ακριβώς κάτω από το άνοιγμα, υπήρχε η εστία. Τα σπίτια αυτά δεν είχαν εσωτερικούς τοίχους και οι ιδιαίτεροι χώροι προέκυπταν από εσωτερικούς εξώστες στους οποίους ανέβαιναν με εσωτερικές σκάλες. Έτσι, η όποια θερμότητα που προέκυπτε από την κεντρική εστία, μεταδιδόταν σε ολόκληρο το κτίσμα.

Όσο κι αν φαίνεται περίεργο, η ενδοδαπέδια κεντρική θέρμανση εφευρέθηκε πριν από το καλοριφέρ. Η πρώτη είναι ανακάλυψη των Μινωικών, το δεύτερο των Ρωμαίων. Στα βασιλικά δωμάτια της Κνωσού, κάτω από το δάπεδο, υπήρχαν σωλήνες, μέσα από τις



σασε την ενδοδαπέδια θέρμανση, σε μορφή περίπου όπως είναι σήμερα.

Ούτε οι πλοῦσοι Ρωμαίοι γνώριζαν την ενδοδαπέδια θέρμανση. Αυτοί χρησιμοποιούσαν το «υπόκαυστον»: Άναβαν στα υπόγεια τους

οποίες περνούσε ζεστό νερό και ζεσταίνε τους χώρους. Την π α ν ά ρ χ α ι α πόλη ξέθαψε στα 1900 ο Έβανς κι αυτό σημαίνει ότι δεν ήξερε τις εκεί επιδόσεις ο Σουηδός Μ. Τρίβαλντ που το 1716 λάν-

φωπία και με ανοιχτούς αγωγούς που περνούσαν μέσα από τους τοίχους, έστελναν ζεστό αέρα και θέρμαιναν τους χώρους. Οι Βυζαντινοί βελτίωσαν το σύστημα, χρησιμοποιώντας σώματα καλοριφέρ, τα «πυριαθήρια», για να θερμαίνουν τα λουτρά των παλατιών τους.

Η σύγχρονη κεντρική θέρμανση έπρεπε να περιμένει ως τα τέλη του 19ου αιώνα, όταν πια το πετρέλαιο και ο ηλεκτρισμός βρίσκονταν σε κοινή χρήση: Το πρώτο δίπλωμα ευρεσιτεχνίας για πετρελαιοκαυστήρα δόθηκε μόλις το 1885 αλλά η βασισμένη στο πετρέλαιο κεντρική θέρμανση ξεκίνησε να υιοθετείται από το 1930 κι έπειτα. Είχε προηγηθεί η, απαραίτητη για τη λειτουργία της, εφεύρεση του θερμοστάτη.

Νωρίτερα, τα σπίτια θερμαινόταν (πολλά θερμαίνονται ακόμα) με την ηλεκτρική θερμάστρα, εφεύρεση του Αμερικανού Γουίλ Χανταγουέι.

<https://koutalianosimos.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 ΠΕΡΙΘΑΛΠΟΜΕΝΩΝ  
ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟΥ «Η ΣΩΤΗΡΙΑ»

Εγγραφή στο Newsletter | Επικοινωνία

Αναζήτηση...

Αναζήτηση

Τα νέα μας Ταυτότητα Το έργο μας Εκδηλώσεις Στήριξέ 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 μπο-  
ρούσες 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: chachispan@hotmail.com

Επιδαύρου 21

12134 Περιστερί

1ος όροφος

# BAZAAR

ΤΡΙΤΗ 19 ΙΟΥΝΙΟΥ 2018

8.00 π.μ. ως 5.00 μ.μ.



ΣΤΟ ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ ΤΟΥ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟΥ «Η ΣΩΤΗΡΙΑ»

ΤΑ ΕΣΟΔΑ ΚΑΛΥΠΤΟΥΝ ΑΝΑΓΚΕΣ ΑΣΘΕΝΩΝ  
ΣΤΟΥΣ ΠΑΓΚΟΥΣ ΜΑΣ ΘΑ ΒΡΕΙΤΕ ΛΟΥΛΟΥΔΙΑ, ΔΙΑΚΟΣΜΗΤΙΚΑ, ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ,  
ΠΙΝΑΚΕΣ, ΒΙΒΛΙΑ, ΚΟΣΜΗΜΑΤΑ, ΚΑΛΛΥΝΤΙΚΑ, ΜΑΓΙΟ, ΑΞΕΣΟΥΑΡ, ΕΙΔΗ  
ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ, ΛΕΥΚΑ ΕΙΔΗ, ΧΕΙΡΟΠΟΙΗΤΕΣ ΚΑΤΑΣΚΕΥΕΣ ΚΑΙ  
ΕΙΔΗ ΠΑΛΛΙΟΠΩΛΕΙΟΥ

**ASTRA**  
ΜΕΤΑΦΟΡΙΚΗ



Τηλ.: 210.69.22.400

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

Σεβαστουπόλεως 137, 115 26 Αθήνα

τηλ.: 210.69.22.400 • fax: 210.67.25.314

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