

# Έπι κοινωνία έν τύπω

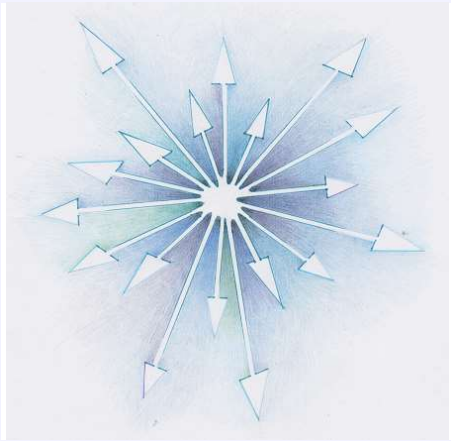


## Σύλλογος Φίλων Περιθαλλομένων Νοσοκομείου "Η ΣΩΤΗΡΙΑ"

### Η Καλύτερη Επιλογή

Σε κάθε στιγμή της ζωής μας βρισκόμαστε μπροστά σε έναν ορίζοντα γεγονότων. Τα πάντα αλλάζουν συνεχώς και εμείς οφείλουμε να κινούμαστε συνεχώς για να συμμετέχουμε στο μυστήριο της ζωής. Το κάθε βήμα μας ίσως είναι αβέβαιο και επισφαλές, αλλά στην πορεία μας συλλέγουμε εμπειρίες που θα μας χρειαστούν για τα επόμενα βήματα.

Όπως από ένα σημείο σε μια λευκή σελίδα μπορούν να ξεκινήσουν άπειρες ευθείες προς όλες τις κατευθύνσεις, έτσι και εμείς καλούμαστε να διαλέξουμε κάποια κατεύθυνση, η οποία θα μας φέρει στο επόμενο σημείο, προβάλλοντάς μας ένα νέο δίλημμα για το οποίο πρέπει να πάρουμε μια νέα απόφαση.



Στα πρώτα χρόνια της ζωής μας άλλοι αποφασίζουν για εμάς, κυρίως στα βασικά θέματα. Όσο όμως μεγαλώνουμε γινόμαστε όλο και πιο υπεύθυνοι για τις αποφάσεις μας και την πορεία μας.

Αν από νωρίς στη ζωή μας έχουμε βάλει κάποιους στόχους για το πού θέλουμε να πάμε, τα πράγματα φαίνονται κάπως πιο εύκολα. Διαφορετικά κάνουμε κύκλους που δεν οδηγούν πουθενά.

Οι πιο πολλές επιλογές γίνονται συνήθως ασυνείδητα ή από συνήθεια, χωρίς να το πολυσκεφτόμαστε, και μετά αναρωτιόμαστε: "πώς βρέθηκα εγώ εδώ;"

Κάποιες επιλογές μπορεί να αλλάξουν τον ρουθ της ζωής μας χωρίς να υπάρχει πισωγύρισμα και συχνά δημιουργούν νέες συνθήκες και νέο πλαίσιο επιλογών, φαινομενικά πιο περιορισμένο.

Οι ευκαιρίες δεν επαναλαμβάνονται. Αν χάσουμε το τρένο θα περιμένουμε για το επόμενο, το οποίο όμως θα είναι τελείως διαφορετικό από αυτό που δεν πήραμε και ενώ η διαδρομή μοιάζει η ίδια, τα γεγονότα που θα συμβούν στην πορεία είναι πολύ διαφορετικά.

Οι ίδιες επιλογές συνήθως οδηγούν σε ίδια αποτελέσματα. "το δισ εξαμαρτείν ουκ ανδρός σοφού".

Η ζωή συνεχώς μας φέρνει μπροστά σε ένα πρόβλημα, χωρίς να καταλαβαίνουμε ότι το πρό-

### ΤΑ ΝΕΑ ΤΟΥ ΞΕΝΩΝΑ

#### Ενέργειες σχετικά με την ίδρυση ξενώνα για την φιλοξενία συγγενών ασθενών

8 Οκτωβρίου 2006



1. Επιλογή κτιρίου: "Κυριαζίδειο"
2. Απόφαση Διοικητικού Συμβουλίου του Νοσοκομείου για έγκριση παραχώρησης του «Κυριαζίδειου» και επιχορήγηση 15.000€ για τη μελέτη και 60.000€ για την επισκευή και άλλες 100.000€ από δωρεά.
3. Συνάντηση ΔΣ με το Υπουργείο Υγείας, (κ. Αλέξανδρο Σταυρούλοπουλο) το οποίο προτίθεται να χρηματοδοτήσει την προσπάθεια.
4. Συζητήθηκε η ανάθεση μελέτης σε ειδικό γραφείο.
5. Συζητείται η φιλοξενία και περιπατητικών καρκινοπαθών ασθενών, οι οποίοι υποβάλλονται σε ακτινοθεραπεία.

6. Συζητήθηκε ο προϋπολογισμός δαπανών του Κυριαζίδειου.

7. Συζητήθηκε να ζητηθεί από τη Διοίκηση η υλοποίηση του πρώτου μέρους της απόφασης δηλαδή η προκήρυξη και ανάθεση της μελέτης, διαθέτοντας τα 15.000 €.

#### Μετά από 12 χρόνια!!!

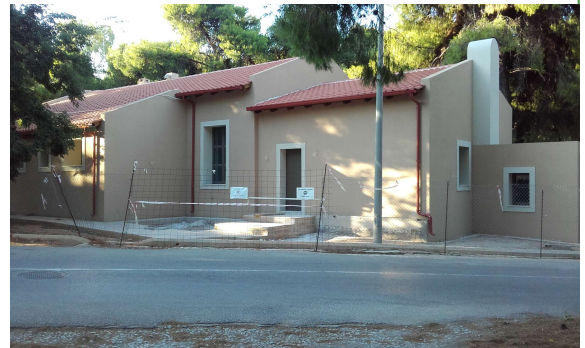
Με γενναία χορηγία του Αρχιτέκτονα **Αλέξανδρου Τομπάζη** και την ηρωική προσφορά του Αρχιτεκτονικού γραφείου **Βίκυς Εμμανουηλίδου** εκδόθηκε η Πολεοδομική άδεια!

Με την άοκνη, επίμονη και συνεχή προσπάθεια της τέως Αντινομάρχη **Λιλικας Βασιλάκου** συμπεριλήφθηκε στα έργα της Περιφέρειας.

Με τη συμπαράσταση των **δέκα Διοικήσεων** που πέρασαν από τότε μέχρι σήμερα από το Νοσοκομείο μας.

Με την άσπογη επιμέλεια του Μηχανικού **Ανδρέα Κορτέση** της Κατασκευαστικής Εταιρείας ΤΕΜΑΚΟ.

Με τα αμέτρητα τηλεφωνήματα και παραστάσεις του **Συλλόγου** μας σε διάφορες Υπηρεσίες και Υπευθύνους και χωρίς καμία άλλη κρατική ή ιδιωτική επιχορήγηση φτάσαμε στο πιο κάτω αποτέλεσμα και περιμένουμε πάνω από ένα χρόνο... για την έγκριση της ολοκλήρωσης του έργου!



**Επιτέλους μετά από πιέσεις, παραστάσεις και πολύ τρέξιμο εγκρίθηκε η μελέτη από την Περιφέρεια Αθηνών για την προκήρυξη του συμπληρωματικού έργου!!!**

βλημα σχετίζεται με τις άστοχες δικές μας επιλογές. Το ζητούμενο είναι να δίνουμε την καλύτερη λύση σε κάθε πρόβλημα και να μην δημιουργούμε δυσκολότερα προβλήματα με κάθε λύση.

Συχνά αποδίδουμε στους άλλους τις κακοτυχίες μας. Όταν όμως βρούμε ποιος φταίει, το μόνο σίγουρο είναι ότι δεν βρήκαμε τον πραγματικό φταίχτη εφόσον φέρουμε μεγάλο μερίδιο ευθύνης για ό,τι μας συμβαίνει.

Στην πραγματικότητα αυτό που μετράει για το δικό μας καλό στην κάθε μας επιλογή σε αυτά που συμβαίνουν στη ζωή μας δεν είναι τόσο η λύση που εξωτερικά θα δώσουμε για την επίλυση του οποιουδήποτε προβλήματος, αλλά η εσωτερική τοποθέτηση και ψυχική μας διάθεση με την οποία κάνουμε το κάθε τι. Το κάνουμε απλά για να γίνει; ή το κάνουμε με την καρδιά μας; Αυτό που πραγματικά επιλέγουμε είναι το πώς να αισθανόμαστε σε κάθε

μας πράξη. Νοιώθουμε ευγνωμοσύνη, χαρά και αισιοδοξία; ή γκρίνια, μουρμούρα, αχαριστία και κακή διάθεση;

Όλα στη ζωή έχουν το κόστος τους. Χαίρεσαι για αυτό που αγόρασες ή λυπάσαι για τα χρήματα που έδωσες. Δεν γίνεται να είναι και η πίτα ολάκερη και ο σκύλος χορτάτος. Ένα γεγονός είναι πάντα ένα γεγονός. Εμείς το χρωματίζουμε, ανάλογα με τα συναισθήματα που μας προκαλεί, σε καλό ή κακό. Αλλά επειδή "ουδέν κακόν αμιγές καλού" ως προσπαθήσουμε να δούμε το "καλό" στο κάθε τι. Η ζωή προχωρά και αν θέλουμε να προχωράμε και εμείς μαζί της ως προσπαθούμε να βλέπουμε το ποτήρι μισογεμάτο και όχι μισοάδειο. Ας λέμε "ναι" με χαρά και "όχι" χωρίς τύψεις όπως λέει και μια κινέζικη παροιμία.

Πέτρος Γαζώνης  
Σχέδιο: Ρένα Καραλέκα

## Γιατί τόσοι νεκροί στον βωμό του συμφέροντος, της αδιαφορίας και της ανικανότητας;

Αυτές τις ημέρες καθώς έβλεπα από κοντά τα αποτελέσματα της φονικής πυρκαγιάς στο Μάτι Αττικής, ο νους μου και η καρδιά μου δεν μπορούσε παρά να ταξιδέψει ανάμεσα στις μεταμορφωτικές φλόγες αυτής της απρόσμενης και ακατανόητης για τους ανθρώπους Νομοτέλειας που διέπει τις πράξεις μας, αναζητώντας ανάμεσα στα αποκαϊδία των επιλογών μας, τις απαντήσεις και τις λύσεις των προβλημάτων μας!



Πολλές μικρές δυνάμεις μαζεμένες μαζί, ομοιογενείς με τα λάθη μας φτιάχνουν μια συλλογική δύναμη τόσο ισχυρή ώστε να μπορεί να θανατώσει όχι μόνο λίγους, μα εκατοντάδες ή χιλιάδες ανθρώπους.

**Ποια απ' αυτές τις δυνάμεις με πονά λιγότερο ή περισσότερο;**

- Η αδιαφορία μας όταν είμαστε σε υπεύθυνη θέση, για το καθήκον μας και τους συνανθρώπους μας;
- Η μόνη επιδίωξή μας για τα αξιώματα για το δήθεν έργο που δεν κάνουμε;
- Η πλήρης έλλειψη προγράμματος και σχεδιασμού για τα αυτονόητα που οφείλουμε να κάνουμε;
- Η αδράνεια και η νωχέλεια να καταργούν κάθε καλή προοπτική και όραμα για την Κοινωνία μας;
- Η άμετρη ικανοποίηση των αναγκών μας και η κακογουστιά στα οποία μας οδηγεί η απληστία μας;
- Η ασέβεια προς το περιβάλλον μας με απόλυτη αυθαιρεσία, λες και η Φύση των εκατομμυρίων ετών παρελθόντος και μέλλοντος ανήκει μόνο σε μας, που εξαντλούμε κάθε πόρο ζωής χωρίς μέτρο και χωρίς να επιτρέπουμε στους μηχανισμούς της να ανακάμψουν και να επουλώσουν τις όποιες απώλειες προξενούμε;
- Η κατάρνηση κάθε φυσικού μηχανισμού της Φύσης, καταπατώντας κάθε φυσική διαδικασία για το ατομικό συμφέρον αδιαφορώντας για το συλλογικό καλό, μπαζώνοντας ρέματα, καίγοντας τα δάση, εξαντλώντας κάθε φυσική πηγή ενέργειας, και μολύνοντας ασυλλόγιστα το περιβάλλον μας;
- Η όρθωση τοίχων διαχωρισμού μεταξύ των οικοπέδων μας, που δείχνουν τα τείχη διαχωρισμού που ορθώνουμε μέσα μας προς τους συνανθρώπους μας;
- Η αδιαφορία και παντελής έλλειψη πρόνοιας για τους συνανθρώπους μας που αβοήθητοι θα καούν στον χωρίς δρόμους και διεξόδους οικισμό που έστησαν μέσα στο δάσος με τη συνοχή των αρχών, ή θα πνιγούν στα κύματα της εγκατάλειψης και της ασυμμετοχής των ειδικών;
- Η απίστευτη αλαζονεία και αναίδεια των

υπευθύνων εμπρός στα θύματα της τραγωδίας, που χωρίς ίχνος ντροπής ή συναίσθησης της ευθύνης τους ισχυρίστηκαν πως δεν έκαναν κανένα λάθος, όταν βρίθουν οι παραλείψεις και οι αστοχίες εκ μέρους των αρχών;

**Ως πότε γενναίοι αδελφοί μου θα ζούμε στα στενά της συνοχής, μονάχοι σαν εχθροί μεταξύ μας σκοτώνοντας ο ένας τον άλλον;**

**Όλα αυτά μπερδεύονται μέσα μου, και μακάρι το δικό μου μπερδεμα να ήταν το δικό τους ξεμπερδεμα από όλα αυτά που μας βαραίνουν και μας σκοτώνουν.**

Κι εμείς χωρίς γνώση και κατανόηση, χωρίς μέτρο και συνείδηση των εξισορροπτικών δυνάμεων της Φύσης: κοιμόμαστε αμέριμνοι κάτω από τον βράχο που του υπονομεύσαμε το στήριγμά του για να χωρέσει η απληστία μας, και στεκόμαστε απερίσκεπτοι στην πορεία του ρέματος που μπαζώσαμε, μέχρι την επόμενη νεροποντή που θα πλημμυρίσει πάλι τα σπίτια μας ή θα μας πνίξει, μα και πάλι θα φταίνε μόνο οι αρμόδιοι φορείς, και περιμένουμε απαιτώντας να μας προστατέψουν οι μηχανισμοί του κράτους που εμείς υπονομεύσαμε και λαδώσαμε και αχρηστεύσαμε με την αδιαφορία μας, την ανοχή μας και τη συνοχή μας.

Αποκτούμε λες και θα ζήσουμε για πάντα εδώ, Υπολογίζουμε λες και υπάρχουν μόνο οι δικές μας ανάγκες. Δεν βλέπουμε δίπλα μας πως συνάνθρωποί μας πεθαίνουν από τη δική μας άμετρη στάση, **γιατί δεν την προσθέτουμε με των άλλων την άμετρη στάση για να δούμε πόσο φονική γίνεται.**

Γιατί πεθαίνουμε τόσο ασυλλόγιστα: στις πυρκαγιές επειδή κτίσαμε μέσα στο δάσος χωρίς δρόμους και δεν προνοήσαμε να ειδοποιήσουμε έγκαιρα; στις πλημμύρες γιατί κλείσαμε το πέρασμα του νερού μπαζώνοντας τα ρέματα; στους σεισμούς από τα κακο-κατασκευασμένα σπίτια μας και τις απάνθρωπες πόλεις μας; στους δρόμους από την απερίσκεπτη βιασύνη μας και τον άσκοπο ανταγωνισμό μας; στους τρομοκρατικούς στόχους από το άκρατο μίσος που θρέψαμε οι ίδιοι εμείς οι "πολιτισμένοι" με τη ρατσιστική και κατακτητική συμπεριφορά μας προς τους "απολίτιστους"; στους πολέμους από τον αχόρταγο κτητικό εγωισμό μας και συμφέρον μας; στα τραπέζια των Λουκουλάτων γευμάτων μας από τα εμφράγματα της λαιμαργίας μας;

Γιατί δεν τα βλέπουμε όλα αυτά: Τόσο πολύ έχουμε τυφλωθεί από την απληστία και την φιλοδοξία;

Δεν βλέπουμε πως η ανεξέλεγκτη πυρκαγιά θα κάψει και τα δικά μας παιδιά αγκαλιασμένα με τη μητέρα τους όταν εγκλωβιστούν σε αυτήν; Δεν βλέπουμε πως το μπαζωμένο ρέμα κάποια στιγμή θα πνίξει και μας και τους δικούς μας γονείς; Δεν βλέπουμε πόσο η αδιαφορία μας για τον διπλανό μας στην ανάγκη του θρέφει την δική του αδιαφορία και για τη δική μας ανάγκη;

Και πόσο τυφλοί μπορούμε να είμαστε όταν μετά την καταστροφή αντί να διδαχθούμε από αυτήν, να συνεχίζουμε με μεγαλύτερη ένταση να υποκρινόμαστε για να κρύψουμε τις ενοχές μας ψάχνοντας για άλλους υπεύθυνους της συμφοράς;

**Όλα αυτά μπερδεύονται μέσα μου, και δεν μπορώ να βάλω μια τάξη**, όσο συνεχίζω να κοιτάω μόνο προς τα έξω τα λάθη των άλλων και δεν κοιτώ προς τα μέσα τα λάθη τα δικά μου. Έως τότε θα συνεχίζουν να θυσιάζονται αθώα θύματα παιδάκια και μητέρες αγκαλιασμένοι, στον βωμό του συμφέροντος και αδιαφορίας, της ασυνέπειας και ασυμμετοχής και της άμετρης φιλοδοξίας.

"Κάθε πράξη μας έχει μια άμεση ή έμμεση συνέπεια-αποτέλεσμα, αν είναι πράξη καλού έχει ευεργετικά αποτελέσματα για εμάς και την κοινωνία, ενώ αν είναι πράξη κακή εγωιστική, τότε έχει δυσάρεστες συνέπειες για εμάς και τους άλλους, με μοιραία αποτελέσματα" όπως αυτών των ημερών. Είναι η νομοτέλεια που διέπει κάθε πράξη μας, για να μας διαπαιδαγωγήσει και να μας εκπαιδεύσει. Εμείς μαθαίνουμε από τα αποτελέσματα των πράξεων μας;



**Μα κάθε θυσία είναι μια πράξη του Σύμπαντος γενναία και ηρωική**, και δεν μπορεί παρά να έχει λυτρωτικά αποτελέσματα όχι μόνο για αυτούς που θυσιάζονται πεθαίνοντας, μα και για όλη τη Συλλογικότητα. Κάθε θυσία είναι κι ένα χρέος που ξεπληρώνεται, κάθε αθώο θύμα κι' ένα βάρος που σηκώνει για να απαλλάξει εμάς από τις συνέπειες των δικών μας λαθών, κι είναι πάρα πολλά τα θύματα, όσα και τα δικά μας κρίματα. Αρκεί η θυσία τους κάποτε να βρει δικαίωση, όταν διδαχθούμε από αυτήν, για να διορθώσουμε επιτέλους τα λάθη μας.

Θυμήθηκα τότε την ερώτηση ενός περιπτερά: "μα δεν υπάρχουν κάποιοι άνθρωποι που να αγαπάνε αληθινά την Πατρίδα μας και να κάνουν το σωστό υπέρ της Πατρίδας και των Ανθρώπων της".

Και τότε θυμήθηκα την απάντηση: "μα υπάρχουν αδελφέ μου και πρώτος εσύ που θέλεις και ονειρεύεσαι το καλό της Πατρίδας και των Ελλήνων, κι ενώ που λέγω τα ωραία λόγια, αρκεί να το πιστέψουμε να το αποφασίσουμε και να το πράξουμε, βλέποντας καθαρότερα και κάνοντας εμείς για τους άλλους πρώτοι αυτά που θέλουμε να κάνουν οι άλλοι για μας, να κάνουμε εμείς την αλλαγή που ζητάμε να κάνουν οι άλλοι, εμείς

μπορούμε να γίνουμε η αλλαγή του Κόσμου, και να ενθαρρύνουμε πολλούς άλλους μαζί μας, καθώς θα καθαρίσουμε τον εαυτό μας από τα μικρά λάθη μας που λερώνουν τον άλλον καθαρό εαυτό μας, να μην είμαστε λίγο καλοί και λίγο κακοί, **μα να γίνουμε μόνο καλοί!** να μην είμαστε λίγο τίμιοι και λίγο απατεώνες, **μα μόνο τίμιο!** να μην είμαστε λίγο αληθείς και λίγο ψεύτες, **μα μόνο αληθείς!**

Και τότε θα δούμε τη μικρή δική μας καλή δύναμη να προστίθεται με τις άλλες πολλές ομοιογενείς καλές δυνάμεις των συνανθρώπων μας και να γίνεται μια τεράστια μεταμορφωτική δύναμη που θα ζεσάνει τις καρδιές όλων των ανθρώπων και θα τους μεταμορφώσει και θα τους φωτίσει στην μια Αλήθεια απ' την οποία προερχόμαστε και στην οποία καταλήγουμε!

Τότε θ' αρχίσουμε να ζούμε, γιατί τότε θα ζούμε μαζί με τους άλλους εαυτούς μας με αρμονία, γιατί θα ζούμε με αρμονία μέσα μας, γιατί θα βλέπουμε τους άλλους, σαν άλλες όψεις του ενός εαυτού του Ανθρώπου, γιατί θα βλέπουμε τη Φύση μέσα μας, σαν όψη του ίδιου του εαυτού μας, και όχι σαν απόκτημά μας για να την καταστρέφουμε και μαζί τον εαυτό μας από εγωισμό. Υπάρχει μια αρχή που όταν την κατανοήσουμε θα ωφελούμαστε: "ό,τι κάνουμε μέσα μας, αυτό πράττουμε και προς τα έξω μας, και αντίστροφα ό,τι κάνουμε προς τα έξω μας, προξενούμε και μέσα μας".

Τότε θα έχουμε κατανοήσει πως ενώ η ζωή μας, μια ανάσα μέσα στην απειροσύνη του χρόνου, μια πήχη γης ο χώρος μας μέσα στην απεραντοσύνη του χώρου, και όμως μόνο το πνεύμα μας μπορεί να φθάσει απέραντο, μέχρι τα κράσπεδα του απείρου, αν σπάσουμε το σκληρό κέλυφος της αντίστασης, για να φανερωθεί ο σπόρος του απείρου που κρύβεται μέσα μας, κι ονειρευθούμε σαν τα παιδιά, κι αγκαλιαστούμε σαν αδέρφια, και μονιάσουμε σαν ένας άνθρωπος, σαν Μια ανθρωπότητα! Τότε θα πάψουμε να πονάμε για τους καμένους στις πυρκαγιές, για τους πνιγμένους στα ρέματα, και τους νεκρούς στους πολέμους, γιατί τότε θα είναι όλα αληθινά και όλα από αγάπη!

Μα για να έλθει αυτή η ημέρα, πρέπει να εργαστούμε με αγάπη για τον Εαυτό μας και την Ανθρωπότητα!



Είναι σκέψεις και βιώματα ενός Διασώστη, πάνω από τις καμένες σωρούς των ανθρώπων που θυσιάστηκαν και πάνω από τα καμένα σπίτια τους, για να μάθουμε εμείς, να μην κάνουμε άλλα λάθη και να γίνουμε τιμότεροι άνθρωποι!

Το αφιερώνω με σεβασμό στη μνήμη των νεκρών παιδιών και των νεκρών μανάδων τους καθώς και στους γονείς των νεκρών παιδιών που έζησαν για να πονούν για τις συνέπειες των λαθών μας, ζητώντας τους συγχώρηση για την εγκληματική αδιαφορία όλων μας.

Παναγιώτης Ζαχαρίας  
Διασώστης και Ναυαγοσώστης

## Οι λέξεις έχουν... μακριές ρίζες!

### - Μακαρόνια \*

Σωληνοειδή ζυμαρικά  
Ετυμολογία: Ιταλική προέλευση: maccarone (εκ του Λατινικού maccare - κόβω).

Μεσαιωνική προέλευση: Τροπάρια θρησκευτικά που ψάλλονταν στις κηδείες κοινών θνητών και στα περιδειπνα (γεύματα προς τιμή του νεκρού και παρηγορίας των συγγενών). Στα γεύματα αυτά το συνηθισμένο φαγητό ήταν ένα είδος ζυμαρικά που ονομάστηκαν μακαρόνια, αλλά καμιά σχέση δεν είχαν στη μορφή με αυτά που σήμερα γνωρίζουμε τα οποία μας ήρθαν από την Ιταλία. Από τις παρηγορίες αυτές, που λέγονται ακόμα μακαρίες και από τη λέξη ανώνια που ήταν μέρος της ευχής αιωνία η μνήμη, προέκυψε η λέξη μακαρωνία και απ' αυτήν τα σημερινά μακαρόνια. Σημείωση: ελπίζω να .μη σας χαλάσαμε την όρεξη! Μη σας πιάνουν μαύρες σκέψεις μπροστά στην αγαπημένη σας μακαρονάδα, ας δεχθούμε καλύτερα την Ιταλική προέλευση.

### - Μη μου άππου \*\*

Λεπτεπίλεπτος, αυτός που δεν ανέχεται την παραμικρή ενόχληση ή ταλαιπωρία. Μιμόζα η «αισχυντηλή»: λουλούδι ντροπαλό που ζαρώνει με το παραμικρό άγγιγμα Ετυμολογία: «Μη με αγγίζεις» φράση που είπε ο Ιησούς στη Μαρία Μαγδαληνή όταν εμφανίστηκε μπροστά της μετά την Ανάσταση.

### - Αρτζιμπούρτζι (και λουλάς) \*\*

Πλήρης ακαταστασία – ακατανόητα πράγματα. Μεσαιωνική προέλευση: αρτζιμπούριον εξελληνισμένη ονομασία της αυστηρής νηστείας που τηρούν οι Αρμένιοι κατά την πρώτη εβδομάδα του Τριωδίου, ενώ οι ορθόδοξοι νήστευαν την Τετάρτη και Παρασκευή. Οι Βυζαντινοί αποκαλούσαν αυτή τη συνήθεια «πονηρόν έθος (έθιμο) των Αρμενίων» και θεωρούσαν ότι ήταν προίον παραλογισμού. Λουλάς: το μέρος του ναργιλέ όπου τοποθετείται ο καπνός (ή άλλο φυτό που προφανώς «ζαλίζει»!).

### - Μούντζα \*\*

Προσβλητική χειρονομία που συνίσταται στο άνοιγμα της παλάμης και των δακτύλων του χεριού προς την κατεύθυνση αυτού προς τον οποίο στρέφεται η προσβολή. Μεσαιωνική προέλευση: μούντζα – μουντός. Από τη συνήθεια στο Βυζάντιο να αλείφουν με ανοιχτή παλάμη γεμάτη καπνιά τα πρόσωπα ανθρώπων που διαπομπεύονταν. Επί Τουρκοκρατίας συνήθιζαν να αφήνουν αποτυπώματα παλάμης με πίσσα στους τοίχους οίκων ανοχής. Σημείωση: την επόμενη φορά που «συνάδελφος» οδηγός σας μουντζώσει, μη χάσετε την ψυχραιμία σας και χαμογελάστε. Εσείς γνωρίζετε - αυτός όχι!

### - Στύλο \*

Κυλινδρικό όργανο γραφής που περιέχει μελάνι. Αρχαία προέλευση: τα παιδιά για να μάθουν τα πρώτα γράμματα χρησιμοποιούσαν πλάκες από σανίδι τις οποίες άλειφαν με κερί χρησιμοποιώντας ένα εργαλείο κυλινδρικό που ονόμαζαν «στύλο». Με μία από τις δύο άκρες του στύλου που ήταν πλατιά έσβηναν τα γράμματα, όταν δεν τους χρειάζονταν, για να γράψουν άλλα.

### - Βιβλίο\*

Τυπωμένα φύλλα χαρτιού συραμμένα μεταξύ τους. Αρχαία προέλευση: Βύβλος πόλη της Φοινίκης από την οποία διακινούσαν ο

πάπυρος, κύρια γραφική ύλη της ανθρωπότητας για 4.000 χρόνια, ως το 1100 μΧ περίπου οπότε άρχισε να χρησιμοποιείται στην Ευρώπη χαρτί κατασκευασμένο από κουρέλια ή άχυρο. Το χαρτί, ως γνωστόν, εφευρέθηκε στην Κίνα περί το 100μΧ.

Σημείωση: Σήμερα, 2000 χρόνια μετά, οι Κινέζοι επιστρέφουν... δριμύτεροι έτοιμοι να καλύψουν κάθε ανάγκη μας (και να επιβαρύνουν βέβαια, ακόμα περισσότερο, το ταλαίπωρο - και αιωνίως στο κόκκινο ευρισκόμενο- ισοζύγιο εξωτερικών συναλλαγών της χώρας μας!)

### - Κόλλα \*

Φύλλο χαρτιού. Αρχαία προέλευση: Τα κομμάτια πάπυρου πάνω στα οποία έγραφαν στην αρχαιότητα τα έντυπα μεταξύ τους σε κύλινδρο (στην Αίγυπτο βρέθηκαν κύλινδροι πάπυρου με μήκος 45 μέτρα). Τα κομμάτια που αποτελούσαν τον κύλινδρο τα έλεγαν κολλήματα και το πρώτο απ' αυτά το έλεγαν πρωτόκολλο.

### - Περγαμινή \*

Πολυτελής γραφική ύλη. Αρχαία προέλευση: Γραφική ύλη από φύλλα φοινικιάς συνήθως. Κέντρο διακίνησής της ήταν η πόλη Πέργαμος της Μικράς Ασίας (περί το 150 πΧ).

### - Τεφτέρι \*

Σημειωματάριο. Αρχαία προέλευση: Πριν πάρει το όνομά της η περγαμινή λεγόταν διφθέρα γιατί, εναλλακτικά, κατασκευαζόταν από δέρμα. Οι Άραβες την ονόμασαν με τη λέξη τεφτέρ (defter) απ' όπου την πήραμε και εμείς.

### - Δις \*\*

Πρώτο συνθετικό λέξεων με το αριθμητικό δύο (πχ. δισδιάστατος, διγενής, διμέτωπος, δίτροχο κλπ) Προσοχή στην εξαίρεση: δισεκατομμύριο = χίλια εκατομμύρια (1.000.000.000) κι όχι 2.000.000.

\* Θ. Κωστάκη: Ματιές στον Πολιτισμό μας (1970)

\*\* Γ. Μπαμπινιώτη: Λεξικό της Νέας Ελληνικής Γλώσσας (Β' έκδοση 2005)

## Από Αστία

Ζυγίσαμε το δώσε και το πάρε κατά προσέγγιση γραμμαρίου υπηρετώντας το δίκιο της λογικής.

Δανείσαμε υπολογίζοντας με ακρίβεια τόκους, χρεολύσια και πανωτόκια, σύμφωνα πάντα με το γράψιμο και το πνεύμα του νόμου.

Απαιτήσαμε το δίκιο μας κατάσχοντας το υστέρημα του δανειζόμενου με νόμιμη απόφαση του δικαστηρίου.

Γεμίσαμε τις τσέπες, τ' αμπάρια και τα πορτοφόλια μας μ' όλα τα υλικά αγαθά. Μα η ψυχή μας πεθαίνει από αστία.

Αρης Κανδηλάπτης

# ΙΣΤΟΡΙΚΑ ΝΤΟΚΟΥΜΕΝΤΑ

## 28η Οκτωβρίου 1940

### Το «Οχι» των Ελλήνων ποδοσφαιριστών



Παραμονή της 28ης Οκτωβρίου 1940, λίγες ώρες πριν το τηλεσίγραφο του Ιταλού πρεσβευτή Μανουέλε Γκράτσι στις 3 τα ξημερώματα, στην Ελλάδα παιζόταν ποδόσφαιρο. Το περίφημο πρωτάθλημα των πόλεων (Ενώσεων Αθήνας, Πειραιά και Μακεδονίας) διεκόπη βέβαια αυτόματα, όπως και κάθε αθλητική δραστηριότητα. Οι περισσότερες ομάδες ανέστειλαν τη λειτουργία τους και περιορίστηκαν σε φιλικά ματς.

Τα πιο πολλά γήπεδα μετατράπηκαν σε νοσοκομεία και αποθήκες. Πού σκέψη και χρόνος για μπάλα. Ο πόλεμος διέλυε κάθε πλουτοπαραγωγικό πόρο, συρρίκνωνε τον πληθυσμό, αφάνιζε ολόκληρα χωριά, ενώ η οσμή θανάτου από τον λιμό της Αθήνας, απλωνόταν σε ολόκληρη την επικράτεια.

Κι όμως στη ρημαγμένη χώρα, οι Έλληνες αντιστάθηκαν όσο κανένας λαός στην Ευρώπη. Στις πόλεις, στα βουνά, αλλά και στα γήπεδα. Δύο χρόνια μετά την έναρξη του πολέμου, οι Έλληνες αθλητές οργανώνονται στην Ένωση Ελλήνων Αθλητών, με σκοπό να βοηθήσουν φυλακισμένους και φυματικούς αθλητές, που στοιβάζονταν στα δωμάτια του νοσοκομείου «Σωτηρία».

Στην Ιστορία έχει μείνει ένα παιχνίδι, που δεν έγινε ποτέ. Ένας αγώνας που μετατράπηκε σε διαδήλωση. Μια από τις πρώτες -αν όχι η πρώτη- αντικατοχικές διαδηλώσεις στην Ελλάδα. Άνοιξη του 1942: ο Παναθηναϊκός προγραμματίζει φιλικό με την ΑΕΚ, στην επιταγμένη από τους Γερμανούς Λεωφόρο Αλεξάνδρας, με σκοπό τα έσοδα να διατεθούν στο νοσοκομείο της Σωτηρίας. Τα 15.000 εισιτήρια εξαντλήθηκαν αμέσως. Λίγο πριν τη σέντρα, έγινε γνωστό ότι τα έσοδα δεν θα δοθούν για το νοσοκομείο της Σωτηρίας. Εξέλιξη που βρήκε αντίθετος τον αρχηγό του Παναθηναϊκού, Τάσο Κρητικό, και της ΑΕΚ, Κλεάνθη Μαρρόπουλο, αλλά και όλους τους παίκτες, που αποφάσισαν να μην αγωνιστούν.

Οι δύο ομάδες βγήκαν στον αγωνιστικό χώρο, χαιρέτησαν τους φίλους, ανέβηκαν στις εξέδρες και εξήγησαν τι είχε συμβεί. Οι φιλάθλοι αγανάκτησαν. Ορμησαν στον αγωνιστικό χώρο. Ξήλωσαν τις ξύλινες εξέδρες, ξεριζώσαν τα δοκάρια και φώναζαν συνθήματα υπέρ των ποδοσφαιριστών. Τα επεισόδια γενικεύθηκαν. Γρήγορα σχηματίστηκε αντιφασιστική διαδήλωση, που έφτασε μέχρι την Ομόνοια και διαλύθηκε μόνο με την εμφάνιση των γερμανικών δυνάμεων Κατοχής. «Αν παίζαμε, θα ήταν σαν να συμφωνούσαμε με τους κατακτητές», θα πει μετά ο Κλεάνθης Μαρρόπουλος.

Ιστορία χαρακτηριστική, αλλά σίγουρα όχι

η μόνη. Ο Πανιώνιος, για παράδειγμα, έδωσε όλα τα έσοδα από φιλικό παιχνίδι για την επισκευή του αντιπορτοπλικού «Έλλη». Αθλητές έφτιαχναν τις δικές τους ομάδες αντίστασης, όπως εκείνη του αθλητή του Ηρακλή Θεσσαλονίκης, Γιώργου Ιβάνωφ, του οποίου το όνομα έδωσαν στο γήπεδο μπάσκετ των «κυανόλευκων». Σε αυτή συμμετείχε και ο Μιχάλης Παπάζογλου του Παναθηναϊκού. Έδιναν πληροφορίες στους Άγγλους και οργάνωναν σαμποτάζ, ενώ κατάφεραν με συνεργάτες στον ναύσταθμο να καταστρέψουν 30 αεροπλάνα των Γερμανών και να βυθίσουν με νάρκες τρία ελαφρά πολεμικά πλοία.



Ο θερματοφύλακας του Ολυμπιακού, Αχιλλέας Γραμματικόπουλος, πολεμούσε δίπλα στον επιθετικό του Παναθηναϊκού, Μίμη Πιερράκο, που θάφτηκε μαζί με χιλιάδες άλλους Έλληνες στρατιώτες στην Αλβανία. Ο Σπύρος Κοντούλης της ΑΕΚ σκοτώθηκε στην προσπάθειά του να δραπετεύσει ενώ τον πήγαιναν στον τοίχο της Καισαριανής, τον Ιούνιο του '44. Ο Νίκος Σωτηριάδης σκοτώθηκε στην Κλεισούρα τον Γενάρη του 1941, όπως και ο Γιώργος Βατίκης. Παίκτες του ΠΑΟΚ και οι δυο τους. Κυριάκος Μαυραντζούλης, Νίκος Μαλαβέτας και Φάνης Σωτηρίου, από τον Ολυμπιακό Βόλου, βρήκαν το θάνατο στη διάρκεια της κατοχής. Ιστορίες γραμμένες στην «Αθλητική Ηχώ» της εποχής. Λίγες από τις πολλές που υπήρξαν...

Όσοι ζουν ακόμη, γνωρίζουν. Αυτοί που τις έμαθαν μέσα από διηγήσεις, οφείλουν να τις θυμούνται. Εκείνοι που τις αγνοούν, έχουν χρέος να τις μάθουν...

<http://adiakritos.gr/28i-oktovriou-1940-iichi-ton-ellinon-podosferiston-foto/>

## Τα πιο σημαντικά στη ζωή μας



- Αν κρίνεις τους ανθρώπους δεν θα έχεις χρόνο να τους αγαπήσεις.
- Κάθε φορά που χαμογελάς σε κάποιον, είναι ένα δώρο σε αυτόν.

- Η Ειρήνη αρχίζει με ένα χαμόγελο..
- Αν αγαπάς ακόμη και στο σημείο να πληγώνεις κάποιον, δεν υπάρχει πόνος αλλά μόνο αγάπη.
- Αν δεν μπορείς να θρέψεις εκατό ανθρώπους, τότε τάισε μόνο έναν.
- Κάποιοι άνθρωποι έρχονται στη ζωή μας ως ευλογίες άλλοι έρχονται ως μαθήματα.
- Αν θέλεις να αλλάξεις τον κόσμο, πήγαινε σ' αυτόν και αγάπησε την οικογένειά σου.
- Σπέρνε αγάπη, όπου κι αν πηγαίνεις.
- Ο Θεός δεν μας ζητά να είμαστε επιτυχημένοι, παρά να είμαστε πιστοί.

Μητέρα Τερέζα

# ΓΙΝΕ ΜΕΛΟΣ

## Σύλλογος Φίλων Περιθαλπομένων Νοσοκομείου "Η Σωτηρία"

Νοσοκομείο Νοσημάτων

Θώρακος Αθηνών

"Η ΣΩΤΗΡΙΑ"

Λεωφ. Μεσογείων 152 - Αθήνα 11527

Τηλ. 2107763638

FAX 2107707211

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

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

## ΔΩΡΕΕΣ

Για την οικονομική ενίσχυση του Συλλόγου μας

**Ευχαριστούμε θερμά τους:**

Ιωάννη Δώδο, Ε.Β., και Δημήτριο Μαυρίκη.

**Ευχαριστούμε θερμά για δωρεά αντί στεφάνου τους:** Συγγενείς και την κυρία Ευγενία Γλύπτη στη μνήμη του συζύγου της **Γρηγόρη Μαλλιαρίδη**, την κυρία Ανδρούλα Στάγκα στη μνήμη του **Δημήτριου Αλεξόπουλου** και την κυρία Πηγή Βυθούλα - Αλεξοπούλου στη μνήμη της **Στέλλας Κασώνη**.

Λογαριασμός τραπέζης για κατάθεση δωρεών:

**ΤΡΑΠΕΖΑ ΠΕΙΡΑΙΩΣ: 6274-040035-006**

**IBAN: GR7101712740006274040035006**

Σύλλογος Φίλων Περιθαλπομένων "Σοφία Σλήμαν"

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

**Ώρες Λειτουργίας Γραμματείας:**

Δευτέρα & 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.syfilon.gr](http://www.syfilon.gr)**

## Έπι Κοινωνία έν Τύπῳ

Μηνιαία εφημερίδα. Εκδίδεται σε 2.500 φύλλα

### Ιδιοκτησία:

«Σύλλογος Φίλων Περιθαλπομένων Νοσοκομείου "Η ΣΩΤΗΡΙΑ"»

**Έδρα:** Γ.Ν.Ν.Θ.Α. «Η ΣΩΤΗΡΙΑ»,

Μεσογείων 152, Αθήνα 11527

**Εκδότης:** Πέτρος Γαρζώνης.

**Συντακτική Ομάδα:** Γιώργος Δεδούσης, 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, Βασίλης Καλαφάτης, Κασιμήτρου Μπέση, Αθηνά Πέτη και Ανδρέας Σακκάς.

Οι αρθρογράφοι φέρουν πλήρως την ευθύνη των κειμένων τους

## Κάποιους ανθρώπους όταν τους χάνεις κερδίζεις

Δεν είναι όλες οι γνωριμίες ίδιες- κάποιες είναι αδιάφορες, άλλες ξεχωριστές, μερικές εξελίσσονται σε κάτι κι άλλες τόσες παραμένουν πελώρια τίποτα. Δε σε αγγίζουν όλοι οι άνθρωποι με τον ίδιο τρόπο, δεν επηρεάζουν τη σκέψη σου, δεν αλλάζουν την κοσμοθεωρία σου.



πραγματικότητας από την οποία δε θα φάγνεις τρόπους να ξεφύγεις για κανένα λόγο στον κόσμο, παρά μόνο πού και πού θα αναρωπιέσαι πώς είναι δυνατόν να ζούσες κάποτε χωρίς αυτούς.

Είναι όμως και οι άλλοι, εκείνοι που μπαίνουν στη ζωή σου με καλές προθέσεις, μα κάπου στην πορεία το γλυκό χαλάει. Όχι, δεν είναι πάντα κακοί, κάποιες φορές οι αστάθμητοι παράγοντες υπερνικούν την επιθυμία. Ας πούμε πως θες να φτιάξεις ένα γλυκό· έχεις αγοράσει τα καλύτερα υλικά, ακολουθείς τη συνταγή βήμα-βήμα, δημιουργείς μια ζύμη υπέροχη, μα κατά τη διάρκεια του ψησίματος χαλάει ο φούρνος και πάει όλη η προσπάθεια στράφι.

Φταίει το γλυκό;

Όχι.

Φταις εσύ;

Ούτε.

Φταίει ο φούρνος.

Μερικοί άνθρωποι όμως το κάνουν, γρήγορα κι απλά, χωρίς να πάρεις χαμπάρι· και τότε αρχίζουν τα δύσκολα. Επειδή όσο πιο έντονα σε έχει κάνει να νιώσεις κάποιος, τόσο περισσότερο αλλάζει ο τρόπος που βλέπεις τον κόσμο.

Όσο περισσότερο πλησιάζετε, τόσο μπλέκονται οι συνήθειές σας, όσο περισσότερο χρόνο ξοδεύετε μαζί, τόσο πιο κοντά ερχόσαστε, και τότε γίνονται τα εγώ εμείς για πλάκα, και στα ξαφνικά ξένα όνειρα γίνονται δικά σου, κι αλλάζουν οι προτεραιότητές σου κι ούτω καθεξής. «Αυτό είναι καλό» θα μου πεις· ναι, αλλά όχι πάντα.

Ξέρεις, δε σε επηρεάζουν όλοι οι άνθρωποι με τον ίδιο τρόπο. Κάποιοι σε κάνουν να ζεις διαφορετικά, λίγο πιο έντονα, λίγο πιο όμορφα.

Σε ζορίζουν να ξεβουλευτείς, να πιάσεις τον εαυτό σου να γίνεις καλύτερος· να πάρεις εκείνο το πτυχίο που παράτησες στη μέση, να χάσεις εκείνα τα κιλά που σε βαραίνουν, να πας εκείνο το ταξίδι που πάντα ονειρεύσου, να πιστέψεις πως μπορείς να καταφέρεις τα πάντα επειδή αυτοί πιστεύουν σ' εσένα, να γίνεις η καλύτερη εκδοχή του εαυτού σου, μια εκδοχή την οποία είτε είχες ξεχάσει, είτε ποτέ δεν σου είχε περάσει από το μυαλό πως υπάρχει.

Δίπλα τους θα μάθεις να διασκεδάεις με τρόπο διαφορετικό, θα γελάς με καινούρια αστεία, θα δεις ταινίες που μόνος σου δε θα έβλεπες ποτέ, θα συζητήσετε για θέματα άλυτα και θα βρείτε λύσεις, στις διαφωνίες σας θα κάνετε αμφότεροι βήματα προς το κέντρο μέχρι να συναντηθείτε, θα μιπεις σε μια νέα ζώνη

Ετσι και οι συγκεκριμένοι άνθρωποι· ίσως μπουν στη ζωή σου με κάθε καλή πρόθεση (ίσως όμως κι όχι, ας μην είμαστε τόσο αλτρουιστές, από καθάρματα καλά πάει ο κόσμος), ίσως παίρνουν τη γνωριμία ή τη σχέση σας λιγότερο σοβαρά απ' όσο την παίρνεις εσύ, ίσως κουβαλάνε πράγματα που τους βαραίνουν και προσπαθούν να σου τα αποθέσουν στην πλάτη μπας και τους ξελαφρώσεις, ίσως απλά ψάχνουν έναν σάκο του μποξ για να επιβεβαιώσουν το εγώ τους κι εσύ έτυχε να βρεθείς στο λάθος μέρος τη σωστή (γι' αυτούς) στιγμή.

Στέκεσαι λοιπόν δίπλα τους, όσο δίπλα τους σου επιτρέπουν να είσαι τα κέφια τους, κι απλά αναρωπιέσαι· ξαφνικά τους βλέπεις σπουδαίους και τον εαυτό σου μικρό, αλλάζεις συνήθειες για να τους αρέσεις περισσότερο κι ας μην ευχαριστιούνται ποτέ με τίποτα, ζεις μια διαρκή αγωνία σχετικά με το πώς θα ζητηθούν αύριο κι αν επτέλους θα σου ρίξουν κανένα ψιχουλο ενδιαφέροντος για να

γελάσεις τον εαυτό σου πως δεν είναι μαζοχισμός όλο αυτό, αλλά διαίσθηση πως όλα θα πάνε καλά.

Κι ας ξέρεις πως δεν είναι.

Επειδή οι άνθρωποι, στην προσπάθειά μας να βρεθούμε κοντά με εκείνους που ορίζει η καρδιά μας ως «σημαντικούς», συνήθως χάνουμε τους εαυτούς μας, όχι καταλάθος, τους ρίχνουμε εκούσια βορά σε ξένους εγωισμούς, να τρέφονται στην υγεία του κοροϊδίου και να γιγαντώνονται. Και σαν να μην έφτανε αυτό, το όλο εγχείρημα δεν το ονομάζουμε καν θυσία, το βαφτίζουμε αγάπη και φερόμαστε ακολουθώντας, αρκεί να μην τους χάσουμε.

- Να χάσουμε τι; - Έλα μου ντε.

Ξέρεις, μερικούς ανθρώπους όταν τους χάνεις, χάνεις στ' αλήθεια. Στερείσαι στιγμές, γέλια, αγκαλιές, αφήνουν πίσω τους κενό γιατί όσο τους είχες τα χέρια σου, τα ένιωθες γεμάτα με πράγματα ουσιαστικά και την ψυχή σου τίγκα στο συναίσθημα, κι ας υπήρχαν καλές και κακές μέρες, άλλωστε πάντα υπάρχουν.

Είναι κι άλλοι όμως που όταν τους χάνεις, κερδίζεις. Κερδίζεις την ησυχία σου, συνειδητοποιείς πως δεν έχεις πια να φοβάσαι για τίποτα, πως τη διάθεσή σου την ορίζεις ξανά εσύ και κανένας άλλος, πως η απουσία τους έκανε γεωτό στο εγώ σου, το οποίο επέστρεψε δριμύτερο από ποτέ. Αν δε σου πετύχει το γλυκό λοιπόν, μπορεί να φταίνε τα υλικά, μα δουλειά σου ήταν να το τσεκάρεις αυτό από την αρχή. Μπορεί να φταίνει οι ικανότητές σου, να χρειάζεσαι περισσότερη εξάσκηση, πράγμα που επίσης λύνεται αρκεί να έχεις τη διάθεση.

Αν όμως φταίει ο φούρνος, μην κάνεις ποτέ το λάθος να αναρωτηθείς τι δεν έκανες καλά, ούτε να διανοηθείς πως το ταλέντο σου στη ζαχαροπλαστική δε θα λάμψει ποτέ. Απλά άλλαξε φούρνο. Επειδή κάποιες φορές οι διαρκείς επισκευές κοστίζουν πολύ περισσότερο από μια καινούρια συσκευή. Το ίδιο ισχύει και για τους ανθρώπους σου.

Φρόσω Μαγκαφοπούλου

<http://www.pillowfights.gr/between-the-lines/kapoiouys-anthropoys-otan-toys-xaneis-kerdizeis/>

## Ποδοσφαιρική Ομάδα "ΑΟΕΣ ΣΩΤΗΡΙΑ"



Αγαπητοί συνάδελφοι,

Ένα όνειρο ετών έγινε πραγματικότητα... Η ποδοσφαιρική ομάδα ΑΟΕΣ ΣΩΤΗΡΙΑ από φέτος ενοποιείται με τον ΙΠΠΟΚΡΑΤΗ FC και θα αγωνίζεται στο Νοσοκομειακό Πρωτάθλημα Ποδοσφαίρου Αττικής με την επωνυμία ΑΟΕΣ ΣΩΤΗΡΙΑ. Έτσι η ομάδα δια στόματος του προέδρου του Συλλόγου κ. Κουτρομάνου Κων/νου θα έχει την αμέριστη συμπαράσταση και ηθική και οικονομική με στόχο την κατάκτηση του Πρωταθλήματος και του Κυπέλλου της ΕΑΝΑ. Αρχηγός της ομάδος θα είναι ο κ. Πουρίκης Σπύρος, προπονητής ο κ. Λουκαδάκης Αντώνης και υπεύθυνος για θέματα λειτουργίας ο κ. Σιναΐτης Κώστας. Θέλουμε να πιστεύουμε ότι και φέτος η Ελληνική Πνευμονολογική Εταιρεία σαν χορηγός της ομάδος θα ανταποκριθεί και πάλι θετικά.

Ο αρχηγός της ομάδος του ΑΟΕΣ ΣΩΤΗΡΙΑ Πουρίκης Σπύρος

Σιναΐτης Κ.  
Υπεύθυνος Ομάδος  
Πουρίκης Σπύρος  
Αρχηγός  
Λουκαδάκης Αν.  
Προπονητής

## Μοσχάρακι με Φασολάκια

Υλικά:

- 1 Kg ποντίκι ή ελιά (κομμένο σε μερίδες)
- 1,5 Kg φασολάκια
- 3 πατάτες σε κυβάκια
- 2 κρεμμύδια ψιλοκομμένα
- 1 πιπεριά κέρατο, λίγο μαϊντανό
- 4 ντομάτες χονδροκομμένες
- αλάτι – πιπέρι



Εκτέλεση:

Τσιγαρίζουμε το κρέας ρίχνουμε το κρεμμύδι, πιπέρι, αλάτι, την πιπεριά, τις ντομάτες ρίχνουμε στην κατσαρόλα ζεστό νερό να σκεπάξει το κρέας και βράζουμε για 1 με 1 1/2 ώρα μέχρι να μαλακώσει το κρέας.

Στο τέλος ρίχνουμε τα φασολάκια και βράζουμε για 1/2 ώρα περίπου μέχρι να μείνει το φαγητό με το λαδάκι του.

Καλή επιτυχία

Νίκη Νικολοπούλου

## Ναι !!! Έτσι μεγαλώσαμε . . .

Σύμφωνα με τις στατιστικές όσους ήμασταν παιδιά τις δεκαετίες του 40, 50, 60 και 70 πιθανόν δεν θα έπρεπε να είχαμε επιζηήσει.

Οι κούνιες μας ήταν βαμμένες με γυαλιστερή λαδομπογιά με βάση τον μολύβδο. Τα πατώματα είχαν μωσαϊκό που σου περόνιαζε τα κόκκαλα κι οι κρεβατοκάμαρες ξύλινα πατώματα που τα γυάλιζαν με παρκετίνη, με κάτι βαριές παρκετέζες και κάθε τόσο ακίθιες καρφωνόντουσαν στις ξυπόλητες παπούσες μας.

Οι παιδικές αρρώστιες έκαναν θραύση. Κάθε τόσο κι ένας φίλος ή συμμαθητής πάθαινε ιλαρά, κοκύτη, μαγουλάδες, ανεμοβλογιά.

Δεν είχαμε καπάκια ασφαλείας στα μπουκάλια με τα φάρμακα, ούτε καπάκια στις πρίζες του δωματίου, εκείνες τις σκοούρες τις φτιαγμένες από βακελίτη.

Ζεσταίνονομασταν με σόμπες με ξύλα ή με... κάρβουνο, ή με θερμάστρες πετρελαίου. Πού να βρεθεί καλοριφέρ τότε.

Τηλέφωνο είχε ή σε κανένα θάλαμο του ΟΤΕ με κερματοδέκτη με εκείνες τις μάρκες τις χαραγμένες, ή στο περίπτερο της γειτονιάς, που είχε κρεμασμένα με μανταλάκια τα περιοδικά μας ο Μικρός Ηρωας κι ο Μικρός Σερίφης, κι ακόμα το Ρομάντζο, το Πάνθεον, το Ντομινό, η Βεντέτα, το Πρώτο, το Εμπρός.

Ακόμα ζητάω τη σοκολάτα ΙΟΝ αμυγδαλό του ταλήρου, ή τις πρώτες γκοφρέτες ΜΕΛΟ με τα χαρτάκια με τις φορεσιές και τις σημαίες των χωρών του κόσμου, ακόμα θυμάμαι το γλυφιτζούρι κοκοράκι, το μαλλί της γριάς στα πρόχειρα λούνα παρκ, το φρεσκοψημένο ποπ κορν, τις καραμέλες γάλακτος τις τυλιγμένες στο χρυσό χαρτί, τις κατακόκκινες καραμέλες τσάρλεστον, το πεστίλι πέτσα βερικόκο, το αυθεντικό παστέλι, και το κάταστρο μαντολάτο. Ακόμα θυμάμαι τη γεύση απ' το καλαμπόκι και τα κάστανα και συγκινούμαι όταν βλέπω καστανάδες, λίγους πια, και καλαμποκάδες σε κάνα πανηγύρι.

Χάθηκαν τα αυθεντικά σουβλάκια με τα ντονέρ και την ξεροψημένη πίπα και το κοκκινόπιτερο.

Τα αστικά λεωφορεία Σκάνια Βάμπις, Σκόντα, Βόλβο κι αργότερα British Leyland και HINO είχαν τη μηχανή μέσα και ήταν συνήθως καλυμμένη με μπλε δερμάτινα καπιτονέ καλύμματα. Βόγκαναν κάθε φορά που ο οδηγός άλλαζε ταχύτητα. Καμιά φορά είχε και μια θέση μπροστά δεξιά δίπλα στη μηχανή που ήταν η καλύτερη για τα παιδικά μας όνειρα.

Υπήρχε και εισπράκτορας οτριμωγμένος δίπλα στην πίσω πόρτα με το κλασικό γκρι καπέλο με το γέισο, ένα πρωτόγονο μικρόφωνο κι έλεγε τις στάσεις ή φώναζε τέρμα τα μία και είκοσι. Θυμά-

στε εκείνες τις κερματοθήκες που έβαζε τα κέρματα και που τώρα τελευταία ξαναγίναν της μόδας;

Τα κίτρινα τρόλεϊ με τους οδηγούς και τους εισπράκτορες με τις καφέ στολές, κι εκείνο το περιεργό μηχανάκι με τη μανιβέλα που έκοβε τα εισιτήρια.

Τα γκριζα αμερικάνικα πελώρια ταξί με τα καθισματάκια που έπεφταν από τις πλάτες των μπροστινών καθισμάτων, γυρόφερναν ή άραζαν στις πιάτσες. Κι οι πειρατές, «ένα διφραγκάκι Σύνταγμα», τους έκοβαν το μεροκάματο.

Ποιος να έχει τότε Ι.Χ. Οι λίγοι τυχεροί αγόραζαν VW σκαρβαίους, ή μεταχειρισμένα Consoul Cortina, Hansa, Wartburg, FIAT 1100, Opel Olympia. Θυμάστε τα Anglia, τα Peugeot 403, τα Renault 10 ή το Simca 1000, με τα ανύπαρκα καλοριφέρ και τα λιγνά λάστιχα.

Το γάλα μας το έφερνε ο γαλατίας ή μέσα σε γυάλινα μπουκάλια με αλουμινένια καπάκια ή μας το άδειαζε από μεγάλες καρδάρες στην κατασρόλα στην εξώπορτα.

Οι κολώνες του πάγου που τις έφερνε ο

παγοπώλης με την τρίκυκλος μοτοσικλέτα του



και τις κουβλάκι με εκείνο το περιεργό εργαλείο γάντζο, αργελίωναν στο κεφαλόσκαλο. Και η βρύση του ψυγείου είχε στο στόμιό της τυλιγμένο ένα λευκό τουλπάνι σα φίλτρο. Πού ηλεκτρικά ψυγεία. Αργότερα θυμάμαι

κάτι ΠΙΤΣΟΣ, ΙΖΟΛΑ και ΚΕΛΒΙΝΕΪΤΟΡ. Οι παπλωματάδες, οι καρεκλάδες, οι γανωτζήδες, οι ακονιστές κι οι τσαγκάρηδες είχαν πολλή δουλειά. Στην κεντρική λεωφόρο ένα πλήθος από λούστρους με καλογουαλισμένα κασελάκια που λαμποκοπούσαν περιέριμαν πελάτη.

Και σε κάποια γωνιά σε μια καμαρούλα 2Χ2 ήταν το βασιλείο του τσαγκάρη με εκείνο το περιεργό καλαπόδι που έβαζε ανάποδα το παπούτσι και το κόλλαγε και το κάρφωνε με εκείνες τις μαύρες πρόκες με το πλατύ κεφάλι και διάχυτη η μυρουδιά της βενζινόκολλας

Στη γωνιά του δρόμου μια ΕΒΓΑ που πουλάγε γάλα, γαούρπα και παγωτά σε ψυγεία με μαύρα λασπχένα καπάκια, και σε μια γωνιά μεταλλικά κουτιά με γυάλινο επάνω μέρος και μέσα μπισκότα γεμιστά με κρέμα γεύση βανίλια, σοκολάτα, φράουλα και μπανάνα, και κουραμπιέδες Μπούσιου αν θυμάμαι τυλιγμένους σε ημιδιαφανές χαρτί.

Στο κομμωτήριο της γειτονιάς οι κυρίες ψηνόντουσαν με τις ώρες κάτω απ' τις κάσκες σσουάρ με τα μαλλιά πασαλειμμένα πλιζ τυλιγμένα σε ρολέι κι όλα μαζί σκεπασμένα με δίχτυ και τα αυτιά σκεπασμένα με κοκκάλινα καπάκια. Η μανικουρίστα καθάριζε τα πετσάκια και έβαφε τα νύχια με κατακόκκινο μονό που μύριζε ασετόν από δέκα μέτρα μακριά.

Ο καφές στα καφεενία ήταν μόνο Ελληνικός, τούρκικος τότε. Δεν υπήρχε νες ούτε φραπέι ούτε καπουτσίνο ούτε εσπρέσσο ούτε καν φίλτρου γαλλικός. Μόνο σε κανένα ζαχαροπλαστείο έβρισκες γαλλικό και βέβαια τον πλήρωνες πανάκριβα.

Οι πρώτες καφετιέρες ήταν κάτι γυάλινες κανάτες γεμάτες νερό πάνω στη φωτιά, με ένα ειδικό μεταλλικό φίλτρο που ο ατμός που υγροποιόταν έφευγε πάνω στον καφέ, τον έριχνε στο νερό και ο κύκλος συνεχιζόταν μέχρις εξαντλήσεως του περιεχομένου.

Σαββατόβραδο στα μικράτα μας σινεμαδάκι τη σπουδαία περίοδο του Ελληνικού κινηματογράφου και το βράδυ ταβερνάκι με μπριζόλιτσα, παϊδάκια και μια γουλιά μπίρα που μας έδινε κρυφά η μάνα μας γιατί «το παιδί δεν πρέπει να πίνει».

Και αργότερα πιο μεγάλο για σινεμά και καφετιέρα στον Πύργο των Αθηνών, το Loubiér, το Blue Bell, του Φλόκα, το Βυζάντιο, του Βρυλώνια με τις φοβερές μακαρονάδες. Τη Σόνια.

Με πόση χαρά ακολουθούσαμε Κυριακή πρωί τον πατέρα στο καφενείο και απολαμβάνουμε επί ώρες μια κουταλιά βανίλια, το γνωστό υποβρύχιο μέσα σε ένα ποτήρι παγωμένο νερό, ή τρώγαμε τον μεζέ του ούζου και του αφίναμε το ούζο ξεροσφύρι.

Κι ύστερα με το ποδήλατο πάνω κάτω στο πεζοδρόμιο κι εκείνος να μας ρίχνει κλεφτές μαπιές κάθε που σήκωνε το κεφάλι του απ' το τραπέζι με την πρέφα ή το τάβλι. Και το μεσημέρι της Κυριακής μετά το οικογενειακό γεύμα πόση πίκρα όταν έφευγε για το γήπεδο χωρίς εμάς γιατί ήταν μεγάλο παιγνίδι και με πόση λαχτήρα περιμέναμε να ακούσουμε την περιγραφή απ' το ραδιόφωνο.

Γεωργίου, Φώσκολος, Λογοθέτης κι αργότερα απ' την τηλεόραση Διακογιάννης Φουντουκιδής Κατσαρός.

Η γλυκύτερη αναμνή με το καλοκαίρι ήταν ο παγωπατζής με το καρότσι με τις σιδερένιες ρόδες

που το 'σπρωχνε στον χωματόδρομο. Παπασπίρου, ΑΣΤΥ, ΕΒΓΑ. Μια δραχμή η κρέμα, μιάμιση το κακάο, δύο η σοκολάτα.

Τα καλοκαίρια μπάνιο με το πούλμαν ή πάνω στις καρότσες των αγροτικών ή με φορτηγά ή άντε με προϊστορικά λεωφορεία που ζεμάταγαν σαν την κόλαση στις κοντινές παραλίες, Καβούρι, Βουλιαγμένη, Βάρκιζα, άντε και στη Λουμπάρδα ή απ' την άλλη μεριά Ραφήνα, Νέα Μάκρη, Κόκκινο λιμανάκι.

Γελάγαμε με κάτι χοντρές γριές που κάνανε μπανιο με τις κομπινεζόν, Πέφαμε κάτω και χτυπιόμασταν όταν βλέπαμε κάποιους με το ένα χέρι να κρατάνε τυλιγμένη την πετσέτα γύρω τους και με το άλλο να προσπαθούν να βγάλουν το μαγιό και να βάλουν εσώρουχο και παντελόνι. Σιχανόμασταν τα κεφτεδάκια ή τα ντολμαδάκια στην αμμουδιά. Και το νερό που πίνουμε ήταν πάντα χλιαρό.

Και φρούτα, Θεούλη μου, τι φρούτα ήταν αυτά! Θυμάμαι ακόμα τον πατέρα μου να κουβαλάει κάτι δωδεκάκιλα Αμερικάνικα ριγέ καρπούζια και γαρμάδες που σε κάθε δαγκωνιά τα ζουμιά έτρεχαν στο πηγούνι και το λαιμό. Και πετόνια που μοσχομύριζαν. Και κερνάει μέλι. Και σταφύλια ολόγλυκα. Ψωμί, τυρί φέτα και καρπούζι για φαγητό. Η υπέρτατη γεύση.

Πίνουμε νερό απ' το λάστιχο του κήπου (τι εμφανιασμένα και πράσινα άλογα), τρώγαμε λουκουμάδες με ζάχαρη, κουλούρι και τριγωνάκι κεφαλοτύρι απ' τον πλανόδιο κουλουρά έξω απ' την εκκλησία, αμφίβολη καθαριότητας τυρόπιτες και σάμαλι (Δεν έχω ξαναδοκιμάσει από τότε τέτοια νοστιμιά), κοκ και κορνέ με σαντιγί, και πάστες νουγκατίνες, σοκολατίνες και σεράνο απ' τις ΕΒΓΑ της γειτονιάς.

Γευόμασταν βούτυρα και μαρμελάδες σπιτικές και σπιτικά γλυκά κουταλιού συκαλάκι, περγαμόντο, βύσσινο και πορτοκάλι, νερατζάκι, και φαγητά που δεν τα φτιάχνουν τώρα γιατί είναι κουραστικά. Ροστ μπηφ, μελιτζάνες παπουτσάκια, ιμάμ, παστίτσια, μουσακάδες. Τρώγαμε τόνους κεφτέδες με πατάτες τηγανιτές αλλά ποτέ δεν είμασταν υπέρβαροι γιατί γυρνάγαμε όλη μέρα στους δρόμους και τις αλάνες παίζοντας.

Μοιραζόμασταν με τους φίλους μας μια πορτοκαλάδα ή γκαζόδα απ' το ίδιο μπουκάλι και ποτέ κανένας μας δεν έπαθε τίποτε. Δεν πολυαρρωσταίναμε, αλλά αν τύχαινε να αρρωστήσουμε πάντα υπήρχε μια καλή μάνα ή γιαγιά να μας δώσει λίγο φιδέ και να μας ριζέ βεντούζες, να μας δώσει μια κουταλιά Νορσιοντρίν, Ιπεσαντρίν ή ασπρίνη διαλυμένη στο κουταλάκι μαζί με ζάχαρη, ή να μας κάνει μια ένεση με γυάλινη σύριγγα που τη βράζανε στο κατσαρολάκι, και πιο ύστερα να μας διαβάσει κανένα παραμυθάκι για να αποκοιμηθούμε. Και κάτι θερμόμετρα γυάλινα του πεντάλεπτου και στα πόδια του κρεβατιού να γουργουρίζει η γάτα η παρδαλί και να αναδύεται και να παίζει με την άκρη της κουβέρας.

Όταν κάναμε ποδήλατο (eska ή velamos) δεν φορούσαμε κράνος και στην πίσω ρόδα βάζαμε πάντα χαρτόνι από πακέτο τσιγάρα πιασμένο με ξύλινο μανταλάκι έτσι για να κάνει θόρυβο και να μας θυμίζει μηχανάκι

Περνάγαμε ώρες έξω απ' το σπίτι φτιάχνοντας πατίνια με ρουλεμάν και σανίδια και κατεβαίναμε τις κατηφόρες της γειτονιάς απλά για να διαπιστώσουμε ότι είχαμε ξεχάσει να βάλουμε φρένο. Κι όταν θάμνονομασταν μέσα απ' τους θάμνους που καταλήγαμε, μαθαίναμε πώς να διορθώνουμε το πρόβλημα των φρένων. Για να μη ξαναπληρώσουμε τα γονάτα μας και να μην αποκτήσουμε ευμεγέθη καρούμπαλα στο κέντρο του μετώπου μας Κι αν τα αποκτούσαμε τα πατάγαμε με εκείνα τα μεγάλα τάλ-

ληρα για να μη φουσκώσουν.

Είχαμε φίλους. Βγαίναμε στον δρόμο και τους βρίσκαμε. Παίζαμε μπάλα και κυνηγητό στους δρόμους. Τα δοκάρια στα αυτοσχέδια γήπεδα ήταν ή οι σχολικές τσάντες ή τα πουλόβερ κι οι ζακέτες μας κουβαριασμένες και για καλάθια του μπάσκετ είχαμε τα περβάζια των παραθύρων.

Πόσες φορές δεν σπάζαμε και κανένα τζάμι και εξαφανίζομασταν όταν μαζί αφήνομασταν την μπάλα στα χέρια κάποιου συναξίουχου που την έσκιζε με τον σουγιά και την πέταγε στο δρόμο. Ο παλιόγερος!

Σκάβαμε λακουβάκια για να παίξουμε γκαζές, ακόμα και κουστό μαζί με τα κορίτσια, χαρτάκια ή απ' αυτά που αγοράζαμε απ' τα περιπτερα ή με τα χαρτόνια απ' τα πακέτα τα τσιγάρα.

Πηγαίναμε στα σπίτια των φίλων μας και χτυπούσαμε την πόρτα, ή το πιο συνηθισμένο μπαίναμε χωρίς να ρωτήσουμε. Πέφταμε από δέντρα, κοβόμασταν, πληγώναμε τα γόνατά μας και σπάγαμε και κανένα χέρι και οι γονείς μας μάς καταδίδαν κι αυτό ήταν. Λίγο βάμμα στην πληγή κι όζω απ' την πόρτα.

Τσακωνόμασταν και παίζαμε μπουνιές και μαυρίζαμε και μελιανίζαμε και πάλι φιλιώναμε. Παίζαμε ξιφομαχίες με αυτοσχέδια ξύλινα σπαθιά. Τα ακόντια μας ήταν τα κοντάρια απ' τις σκούπες ειδικά από εκείνες που τύλιγαν με μια μαξιλαροθήκη και ξαράχνιαζαν τα ταβάνια. Οι ασπίδες μας ήταν τα καπάκια απ' τις μεγάλες καταρρόλες.

Τρώγαμε ακόμα και σκουλήκια και λάσπες απ' τον κήπο. Θυμάστε τη γεύση της λάσπης; Ούτε μάτια βγάλαμε, ούτε τα σκουλήκια έζησαν για πολύ το στομάχι μας.

Κι όταν η γιαγιά πότιζε τον κήπο τι πλάκα να της πατάς το λάστιχο του ποτίσματος και να της κόβεις το νερό κι εκείνη να φωνάζει. Κι ο πανικός ακόμα μεγαλύτερος όταν πιάναμε το φλιτ με το εντομοκτόνο για να παίξουμε ανίδειο για το δηλητήριο που περιείχε.

Στους ποδοσφαιρικούς μας αγώνες την ομάδα την έφτιαχναν μερικοί, οι υπόλοιποι μάθαιναν να ζουν χωρίς αρχηγιλίκι. Φεύγαμε απ' το σπίτι το πρωί και παίζαμε όλη μέρα ελεύθεροι αρκεί να γυρίζαμε πίσω μόλις άρχιζε να σκοτεινιάζει, ή όταν η μάνα μας έβαζε τις φωνές απ' το μπαλκόνι να τσακιστούμε να ανεβούμε για διάβασμα. Δεν είχαμε βιντεοπαιχνίδια, ούτε καν τηλεόραση, ούτε κινητά, ούτε υπολογιστές ή internet, άντε κανένα ραδιόφωνο με λυχνίες. Το καλύτερο δώρο ήταν ένα μικρό τρανζίστοράκι με ενδιάβολη Bereck για να ακούμε Εθνικό, ή Ενόπλων.

Πηγαίναμε σχολείο και τα Σάββατα. Τρεις μέρες πρωί, τρεις μέρες απόγευμα. Τετάρτη

απόγευμα, Πέμπτη πρωί και την πρώτη ώρα Μαθηματικά. Πόσες φορές δεν αισθανθήκαμε το χέρι κάποιου καθηγητή να μας σηκώνει απ' τη φαβριόρα ή να μας τραβάει τα αυτιά, ή να μας ρίχνει μια σβουραχτή σφαλιάρια. Κι η βίτσα, συνήθως από μουριά, να μας πληγώνει την παλάμη. Οι πράξεις μας ήταν δικές μας και οι συνέπειες θα βάρυαν εμάς.

Ποιος δε θυμάται τις καζούρες ιδιαίτερα στους Θεολόγους, τις Αγγλικούδες και τους Τεχνικούς. Τα παρατσούκλια που τους βγάzaμε τα παλιόπαιδα. Ο γιαουρτάς, ο καρκίνος, ο θέκλας, ο θρούμπος, ο ψιφριόκος. Την αγωνία μόλις έμπαινε ο Μαθηματικός κι άνοιγε τον κατάλογο. -Για να σηκωθεί σήμερα ο... Και μέχρι να πεί τον μελλοθάνατο, κόμπος το στομάχι.

Θυμάστε στα διαγωνίσματα την απεγνωσμένη προσπάθεια να αντιγράψουμε με το βιβλίο στα γόνατα, ή τα σκονάκια κρυμμένα στα μανίκια, ή τα κορίτσια που τα 'γραφαν με στυλό BIC ή SCHNEIDER πάνω στα μπούτια τους και τα κάλυπταν με τις μπλε ποδιές τους. Μπλέ κορσιόστικες ποδιές, άσπρο γιακαδάκι και άσπρη μπλέ κορδέλλα στα μαλλιά. Ποδιές που εξαφανίζονταν στο λεωφορείο και χωνόντουσαν μες στις τσάντες και τα αγόρια που περίμεναν στο τέρμα του λεωφορείου.

Ποιος δε θυμάται τις ημερήσιες εκδρομές στον Κάλαμο, τον Αη Γιάννη το Ρώσσο, το Ναύπλιο, τον Όσιο Λουκά, τους Δελφούς για να δούμε τον Ηνίοχο τον σκανδαλιάρη που σε κοίταγε πονηρά όπου κι αν στεκόσουν, με κάπι απίστευτα πούλμαν.

Και τους ποδοσφαιρικούς αγώνες των τριών ωρών και βάλε στα άδεια οικόπεδα που τώρα έχουν γίνει μεζονέτες και στούντιο.

Κάποιοι μαθητές όχι τόσο έξυπνοι ή επιμελείς έχαναν την τάξη και ξαναπήγαιναν στην ίδια. Θυμηθείτε πόσους διειτέεις είχατε στην τάξη σας στο γυμνάσιο. Ήταν εύκολα αναγνωρίσιμοι απ' τα γένια και τη χοντρή φωνή.

Ο πρώτος μας έρωτας ήταν συνήθως αδελφή ή εξαδέλφη του καλύτερου φίλου μας. Θυμόσαστε το χτυποκάρδι αλήθεια; Την αγωνία μη μας πάρουν χαμπάρι. Το πρώτο φιλι. Τα ξαναμμένα μάγουλα, το χνουδι πάνω απ' το χέλιος μας.

Θυμάστε τα πάρτι γενεθλίων με 15 αγόρια και δύο κορίτσια, (Ποιος να αφήσει την κόρη του να πάει) με πορτοκαλάδα ή TAM TAM, πατατάκια τσιπς και σπιτικό κέικ κι αργότερα βερμουτάκι και ξηρούς καρπούς. Τις άπειρες φορές που χορεύαμε το ίδιο μπλουζ σε συνεννόηση με τον υπεύθυνο του πικάπ, έτσι για να μένουμε πιο πολλή ώρα αγκαλιασμένοι με το κορίτσι των ονείρων μας. Την απίστευτη φράση TA ΦΤΙΑΞΑΜΕ. Τι φτιάξαμε ο Θεός κι η ψυχή μας.

Πηγαίναμε στο γήπεδο τρεις ώρες πριν το ματς και γυρίζαμε παπί απ' τη βροχή και παγωμένοι μέχρι το μεδούλι τυλιγμένοι με μουσκεμένες σημαίες και χωμένοι σε πλαστικές σακούλες και με τις κάλτσες να τρέχουν.

Υπήρχαν τέσσερις εποχές διακριτές μεταξύ τους. Τα φύλλα των δέντρων έπεφταν το φθινόπωρο και τα μπουμπουκία των λουλουδιών άνθιζαν την άνοιξη. Υπήρχαν δέντρα και κήποι στις αυλές των σπιτιών και πηγιάδια και χρώμα που μύριζε μετά το πότισμα. Θυμάστε τους πανσέδες; Τα σκυλάκια; Τα χρυσάνθεμα;

Τις πλεχτές ζακέτες που βάζαμε κάπου μετά το Πάσχα; Τα πρώτα μακριά παντελόνια;

Τα καλοκαιρινά βράδια τα βγάzaμε ή στα σκαλιά παρτέες παρέες, ή παίζοντας κρυφό και κρυφτοντένεκο, ή στα καλοκαιρινά σινεμά με τα χαλίκια, τις καρέκλες με το πλαστικό σκονί, τις μπουκαμβίλιες στη μάντρα, τον πασατέμπο και την πορτοκαλάδα ΠΑΡΘΕΝΩΝ. Αξέχαστα χρόνια.

Οι γενιές αυτές έβγαλαν μερικούς απ' τους καλύτερους επιστήμονες, γιατρούς, μηχανικούς, ανθρώπους εργατικούς και τίμιους οικογενειάρχες και πολλούς άλλους. Τα τελευταία πενήντα χρόνια έγινε έκρηξη σε καινοτομίες και νέες ιδέες. Είχαμε επιτυχίες, αποτυχίες και υπευθυνότητα και μάθαμε να τα αντιμετωπίζουμε όλα.

Μεγαλώσαμε σαν παιδιά με τις χαρές και τις λύπες μας. Ζήσαμε. Και θα εξακολουθήσουμε να ζούμε όσο μας χρωστάει ο Θεός, σε πείσμα όλων αυτών που μας πλαστικοποίησαν τη ζωή με δικές τους ιδέες και για δικό τους όφελος.

<https://www.xorisorianews.gr/gia-tous-50arhdes-kai-bale-eti-gia-na-m/>



## ΑΝΑΚΑΛΥΨΕΙΣ-ΕΦΕΥΡΕΣΕΙΣ

### Μαγνητόφωνο

Μόλις έναν χρόνο μετά την παρουσίαση του φωνογράφου του στις ΗΠΑ (1877), ο Τόμας Άλβα Έντισον σκέφτηκε (1878) και τη μαγνητική εγγραφή του ήχου που όμως δεν περπάτησε. Τη χρονιά εκείνη, ο Δανός Βάλντεμαρ Πούλσεν ήταν μόλις εννιά χρόνων. Κακός μαθητής ως το τέλος των σπουδών του, έπιασε δουλειά ως τεχνικός στον οργανισμό τηλεπικοινωνιών της πατρίδας του. Στα 1898, παρουσίασε την εφευρέσή του, το «ηλεκτρογράφωνο»: Μια μέθοδο που επέτρεπε τη μαγνητική εγγραφή του ήχου πάνω σε ατσάλουσμα. Η ανακάλυψή του είχε το πλεονέκτημα της πολλαπλής χρήσης: Ο ιδιοκτήτης της συσκευής μπορούσε να σβήσει τον ήχο και να «γράψει» άλλον άπειρες φορές.

Η κατασκευή ήταν δύσχερη αλλά άνοιξε νέους δρόμους. Στα 1928, ο Γερμανός μηχανικός Fritz Pfeuemer επέδειξε στους δημοσιογράφους μια συσκευή μαγνητικής εγγραφής σε ταινία επικαλυμμένη με σκόνη χάλυβα. Στα 1930, συσκευή μαγνητικής εγγραφής ήχου παραγγέλθηκε από το ραδιόφωνο του BBC και κατασκευάστηκε από τον Γουλιέλμο Μαρκόνι. Όμως, η εταιρεία AEG ήταν αυτή που, το 1932, εφάρμοσε την ιδέα του Pfeuemer και ξεκίνησε τη βιομηχανική παραγωγή της συσκευής



του, την οποία ονόμασε «μαγνητόφωνο». Η πρώτη μαγνητική ταινία ήχου κατασκευάστηκε στα 1934 από τη γερμανική BASF.

Σχεδιασμένο αρχικά για να χρησιμοποιηθεί κυρίως από τους ραδιοφωνικούς σταθμούς για «προεγγραφές εκπομπών», το μαγνητόφωνο είχε αρκετά μεγάλες διαστάσεις. Με την πάροδο του χρόνου, εξελίχθηκε σε βολικό «έπιπλο» που μπορούσε να χρησιμοποιείται και στα σπίτια, χρησιμοποιώντας μαγνητοταινίες σε ρολούς. Η επανάσταση ήρθε στα 1963, χρονιά που η ολλανδική εταιρεία Φίλιπς παρουσίασε το κασετόφωνο. Ξεκίνησε ο πόλεμος της κασέτας με τους δίσκους βινυλίου.

Το κασετόφωνο και η από το 1954 εφευρέση των ραδιοφώνων τρανζίστορς, έδωσε την ιδέα στην ιαπωνική Sony να παρουσιάσει (στα 1979) το «κασετόφωνο Woundabout». Έμεινε να λέγεται «walkman» και κατέκτησε τις αγορές, καθώς εξελίχθηκε στο αγαπημένο φετίχ της νεολαίας και όχι μόνο. Το φορητό κασετόφωνο καταργήθηκε, στα τέλη του 2010, όταν η Sony το απέσυρε από τις αγορές. Έπεσε θύμα της ψηφιακής μουσικής.

<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 ΚΟΙΝΩΝΙΑ ΕΝ ΤΥΠΩ**".
- ⇒ 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



## ΔΙΑΦΗΜΙΣΤΕΙΤΕ ΣΤΗΝ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ ΜΑΣ

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

Η εφημερίδα είναι μηνιαία και εκδίδεται σε 2.500 φύλλα. Διανέμεται δωρεάν στο Νοσοκομείο Νοσημάτων Θώρακος Αθηνών "Η Σωτηρία" και ταχυδρομείται δωρεάν στα μέλη του Συλλόγου μας.

Μπορείτε να την βρείτε στο Τμήμα Επειγόντων Περιστατικών, στα Τακτικά Εξωτερικά Ιατρεία ή στο Γραφείο Κίνησης Ασθενών.

## Η "ΕΠΙ ΚΟΙΝΩΝΙΑ ΕΝ ΤΥΠΩ" είναι το δικό σου βήμα

Παρακαλούμε, στείλε μας

**ΣΚΕΨΕΙΣ,**  
**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.



## Καταφύγιο

Αγάπης & Συμπαράστασης

**Βοήθεια σε άτομα και ομάδες  
κοινωνικά αποκλεισμένες  
και με προβλήματα εξάρτησης**

Υπεύθυνος Κώστας Βιγαλάκης  
Ευρυπύδου 14 Αθήνα 7<sup>ος</sup> όροφος



### Τοιοι είμαστε...

ο Καταφύγιο είναι μια κοινωνική εθελοντική ένωση ιδιωτικής πρωταβουλίας που έχει σαν βασικό στόχο να συμπαρασταθεί και να ισηθήσει άτομα κοινωνικά αποκλεισμένα και με προβλήματα εξάρτησης.



### Συμβουλευτική

Μέσα από επικοινωνία και συμβουλευτική προσπαθούμε να ακούσουμε τις ανάγκες των ανθρώπων και να ανταποκριθούμε σε αυτές με τον καλύτερο δυνατό τρόπο.

Αν είναι εφικτό τους πανασυνδέουμε με τις οικογένειές τους ή τους συνδέουμε με προγράμματα απεξάρτησης.

### Ραγινό, καφές...

Τέταρτη και Πέμπτη (16:00-22:30) σερβίρεται σφές και ακολουθεί ένα πλαίσιο γεύμα που νανέμεται δωρεάν σ' όλους.



Τηλ. 6977202398 - 2105012608

# 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)