

## Σύλλογος Φίλων Περιθαλομένων Νοσοκομείου "Η ΣΩΤΗΡΙΑ"

### Το Συννεφάκι μου



Ήταν ένα από αυτά τα γλυκά χειμωνιάτικα δειλινά που ο ήλιος έριχνε τις τελευταίες ανταύγειες του στον αραιο-συννεφιασμένο ουρανό δίνοντάς του ένα απερίγραπτο ροζ χρώμα, οι κορυφές των δέντρων έπαιρναν τη βαθυπράσινη κυπαρισσί απόχρωσή τους πριν βυθιστούν στο πέπλο της αφέγγαρης νύχτας. Συνεπαρμένους από το μεγαλείο της φύσης στεκόμουν εκεί, 18χρονο αγόρι, και ρουφούσα με τα μάτια μου το θέαμα, παρατηρώντας τα παράδοξα σχήματα που έπαιρναν τα σύννεφα σπρωγμένα από την ανεπαίσθητη βραδινή αύρα.

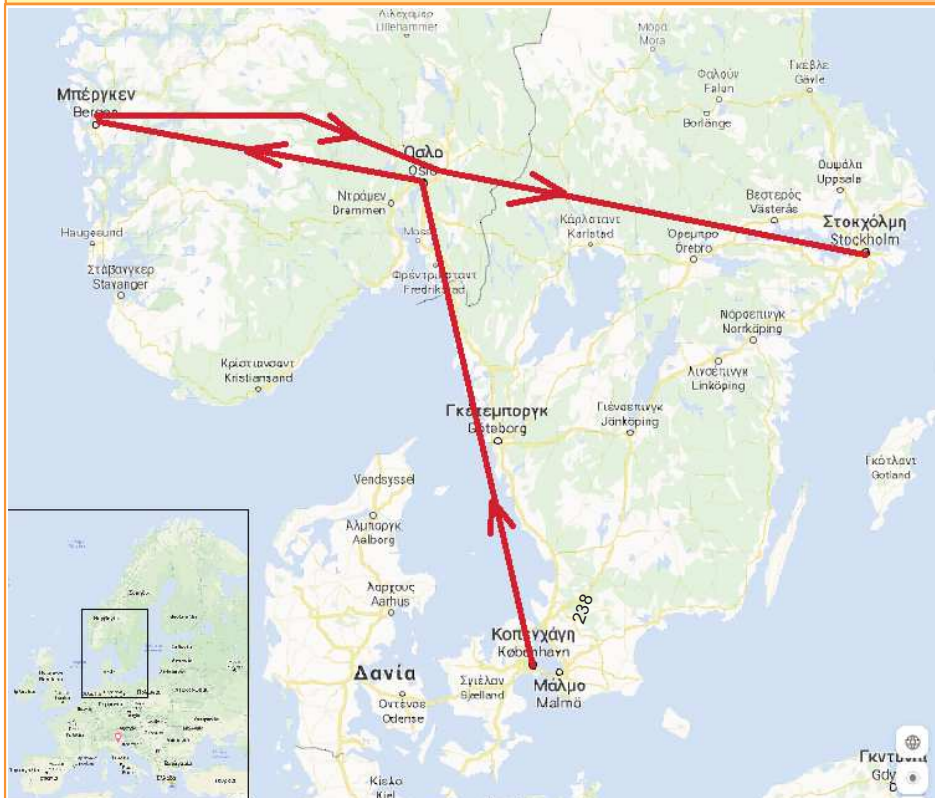


Ένα μικρό συννεφάκι τράβηξε την προσοχή μου και εστίασθηκα σε αυτό. Όλα γύρω μου χάθηκαν και βρέθηκα ξαφνικά με όλο μου το είναι μέσα σε αυτό το μικρό συννεφάκι. Με μιας χάθηκε όλη η προηγούμενη φαντασμαγορία. Αυτά που διέκρινα θολά ήταν τα άλλα συννεφάκια γύρω μου με τα οποία ερχόμουν σε μεγαλύτερη ή μικρότερη επικοινωνία και μυριάδες υγρά και κρύα προβλήματα. Μοναχός και αδύναμος αντιμετώπιζα έναν στενάχωρο κόσμο αποκομμένος από το Όλον.

Οι πρώτες σταγόνες της βροχής με επανέφεραν στην πραγματικότητα, είχε ήδη σκοτεινιάσει και πήρα τον δρόμο της επιστροφής πολύ προβληματισμένος με αυτό που μου συνέβη. Ένα βαθύ ερώτημα τριβέλιζε το μυαλό μου: Μήπως αυτό που ζω τώρα είναι μέσα σε ένα συννεφάκι κάποιου άλλου ουρανού;

Πέτρος Γαρζώνης  
Σχέδιο: Ρένα Καραλέκα

### Οκταήμερο ταξίδι στις Σκανδιναβικές Χώρες

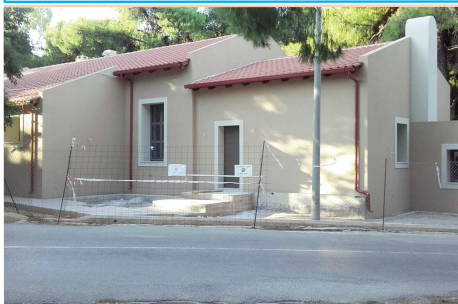


Ο Σύλλογος μας διοργανώνει σε συνεργασία με το Ταξιδιωτικό Γραφείο Grefis οκταήμερο ταξίδι στις Σκανδιναβικές χώρες για το χρονικό διάστημα 30 Ιουνίου 2020 - 07 Ιουλίου 2020.

Ημερομηνίες	Διαδρομές	Αρ.Πτήσεων	Ωρα Αναχώρησης	Ώρα Άφησης
30/Ιουνίου/2020	Αθήνα – Βιέννη	OS 0804	06.40π.μ	07.55π.μ
	Βιέννη – Κοπεγχάγη	OS 0309	10.10π.μ	11.45π.μ
07/Ιουλίου/2020	Στοκχόλμη – Μόναχο	LH 2417	16.00	18.00
	Μόναχο – Αθήνα	LH 1756	20.30	22.30

Περισσότερες λεπτομέρειες στη σελίδα 2

### ΤΑ ΝΕΑ ΤΟΥ ΞΕΝΩΝΑ



Ο Ξενώνας Συγγενών Περιθαλομένων του Νοσοκομείου "Η Σωτηρία" είναι πλέον πολύ κοντά στο να γίνει πραγματικότητα. Το έργο ολοκληρώθηκε από την εταιρεία ΤΕΜΑΚΟ με επικεφαλής τον Ηλεκτρολόγο Υπομηχανικό κ.

Ανδρέα Κορτέση και με την επίβλεψη εκ μέρους της Περιφέρειας Αθηνών, η οποία χρηματοδότησε το έργο εντάσσοντάς το στα Περιφερειακά Προγράμματα, από την κυρία Ματίνα Αρτεμάκη Ηλεκτρολόγο Μηχανικό και με την επίβλεψη εκ μέρους του Νοσοκομείου Νοσημάτων Θώρακος Αθηνών «Η Σωτηρία», τον κ. Χρήστο Μιχαήλ Προϊστάμενο της Τεχνικής Διεύθυνσης του Νοσοκομείου μας.

Το έργο θα παραδοθεί σύντομα από την Περιφέρεια Αθηνών στο Νοσοκομείο και αναμένουμε με μεγάλο ενδιαφέρον τη συνάντηση του Διοικητικού μας Συμβουλίου με τη νέα Διοικήτρια του Νοσοκομείου μας κυρία Άννα Κρεμμύδα προκειμένου να καθορισθεί το πλαίσιο λειτουργίας του ξενώνα.

## Οκταήμερο ταξίδι στις Σκανδιναβικές Χώρες 30/Ιουνίου/2020 - 07/Ιουλίου/2020

### ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΟΝΤΑΙ:

- Αεροπορικά εισιτήρια οικονομικής θέσης με πτήσεις της AUSTRIAN AIRLINES & της LUFTHANSA (Οι κάρτες επιβίβασης εκδίδονται από την εταιρεία μας πριν την αναχώρησή σας για τη διευκόλυνση των εκδρομών και ελαχιστοποίηση του χρόνου αναμονής στα αεροδρόμια).
  - Φόροι αεροδρομίου & επίναυλος καυσίμων.
  - Μια αποσκευή 23 κιλών ανά επιβάτη.
  - Μια χειραποσκευή 8 κιλών και διαστάσεις 56εκ. μήκος X 45εκ. ύψος X 25εκ. πλάτος.
  - Έξι διανυκτερεύσεις σε προτεινόμενα ξενοδοχεία σε δίκλινα δωμάτια.
  - Όλοι οι κοινόχρηστοι χώροι των ξενοδοχείων είναι στη διάθεσή σας, καθώς επίσης τα ξενοδοχεία πληρούν τις απαραίτητες προϋποθέσεις για τη σωστή διαμονή σας.
  - Μια διανυκτέρευση στο πολυτελέστατο πλοίο της εταιρίας DFDS SEAWAYS σε εσωτερικές καμπίνες για τη διαδρομή Κοπεγχάγη - Όσλο.
  - Πρωινό καθημερινά (έξι) εντός των ξενοδοχείων σε πλουσιοπάροχο μπουφέ αμερικάνικου τύπου, απεριόριστη ποσότητας.
  - Δείπνο καθημερινά (έξι) εντός των ξενοδοχείων σε πλουσιοπάροχο μπουφέ απεριόριστης ποσότητας.
  - Δείπνο εντός του πλοίου της DFDS SEAWAYS σε μπουφέ και ένα ποτό ανά εκδρομέα στη διαδρομή Κοπεγχάγη - Όσλο. (Για όλα τα γεύματα υπάρχει δυνατότητα ειδικής διατροφής για λόγους υγείας κάποιου συμμετέχοντα).
  - Τοπικά κλιματιζόμενα, τουριστικά λεωφορεία βάσει προγράμματος (τελευταίας πενταετίας).
  - Αρχηγός - συνοδός του γραφείου μας, καθ' όλη τη διάρκεια της εκδρομής.
  - Τοπικοί ξεναγοί. Κοπεγχάγη, Μπέργκεν, Όσλο, Στοκχόλμη.
  - Προσφορά για όλους τους συμμετέχοντες της εκδρομής μίνι κρουαζιέρα (αξίας 65,00€) με ECO πολυτελέστατο πλοίο στο εντυπωσιακό βαθύ φιόρτ του Σόγκνεφιορδ. (ΦΛΑΜ - ΓΚΟΥΝΤΒΑΝΓΕΝ).
  - Προσφορά για όλους τους συμμετέχοντες της εκδρομής τα εισιτήρια μετ' επιστροφής για το ιπτάμενο τρενάκι-τελεφερίκ του Floibanen στην πόλη του Μπέργκεν. (320μ) με εκπληκτική θέα της πόλης. (αξίας 22,00€)
  - Το κόστος εισιτηρίων του τρένου από το Voss στο Myrdal, όπου θα περάσουμε από τεράστιους καταρράκτες και φαράγγια.
  - Το κόστος εισιτηρίων του τρένου από το Myrdal για την πόλη του Γκεϊλο (Geilo) όπου θα περάσουμε από εκπληκτικούς παγετώνες.
  - Δύο αεροπορικά εισιτήρια για μεταφορά ταξιδιώτη σε περίπτωση άμεσης ανάγκης.
  - Ιατρός στη διάθεση του γκρουπ σας σε περίπτωση ανάγκης.
  - Ασφάλεια αστικής ευθύνης "Tour Operators" με την Generali Hellas & αριθμό ασφαλιστηρίου συμβολαίου 11524586. (Επισυνάπτονται οι πίνακες με την αναλυτική περιγραφή των καλύψεων και παροχών).
  - Ασφαλιστήριο προσωπικών ατυχημάτων ταξιδιού με την Generali Hellas & αρ. ασφαλιστηρίου 11524588. (Επισυνάπτονται οι πίνακες με την αναλυτική περιγραφή των καλύψεων και παροχών).
  - Διόδια αυτοκινητόδρομων.
  - Check point πόλεων.
- Το οικονομικό όφελος του Συλλόγου είναι η προσφορά από το Ταξιδιωτικό Γραφείο του αντίτιμου δύο συμμετοχών (χωρίς τους φόρους αεροδρομίου), δηλαδή θα εισπράξει ο Σύλλογός μας 2.790€ για να καλύψει ανάγκες περιθαλπομένων.

### Τιμοκατάλογος:

- Τιμές κατ' άτομο με ημιδιατροφή (πρωινό και δείπνο) καθημερινά.  
Κόστος 1.395,00 € συν 355,00 € οι φόροι αεροδρομίου. **Συνολική τιμή: 1.750,00 €**
- Στην περίπτωση που δεν επιθυμείτε ημιδιατροφή: το κόστος μειώνεται κατά 200,00€.
  - Σημαντική λεπτομέρεια: στις Σκανδιναβικές χώρες το φαγητό είναι πάρα - πάρα πολύ ακριβό με χαρακτηριστικό παράδειγμα (μια μακαρονάδα & ένα αναψυκτικό περίπου 35,00 € !! Η μπριζόλα 45,00€...)
  - Τα δείπνα που σας προσφέρει η εταιρεία μας είναι σε πλουσιοπάροχο μπουφέ με απεριόριστη ποσότητα εντός των ξενοδοχείων & εντός του πλοίου...
  - Επίσης η κρουαζιέρα στα φιορδ, τα εισιτήρια των τρένων & του τελεφερίκ τα οποία καλύπτουμε στην αναγραφόμενη τιμή, στην περίπτωση κράτησης ή έκδοσης τη στιγμή της παρουσίας μας εκεί θα κοστίσουν περίπου 195,00 - 200,00 € !!
  - Η ταξιδιωτική ασφάλεια που παρέχουμε σε όλους τους συμμετέχοντες της εκδρομής και περιλαμβάνεται στην αναγραφόμενη τιμή, κοστίζει προαιρετικά 22,00 € κατ' άτομο καθώς εκτός από Αστική & Ιατροφαρμακευτική κάλυψη, μας παρέχει πληθώρα ταξιδιωτικών παροχών όπως ποσό για απώλεια ταξιδιωτικών εγγράφων, απώλεια αποσκευής ακόμα και μη επιβίβαση στο αεροπλάνο κτλ...

Οι συμμετοχές καταβάλλονται απευθείας στα γραφεία της Εταιρείας ή μέσω τράπεζας.

### Δικαιούχος

**ΠΑΠΑΗΛΙΑΣ ΦΙΛΙΠΠΟΣ ΜΟΝ/ΠΗ ΙΚΕ**  
ΓΡΑΦΕΙΟ ΓΕΝΙΚΟΥ ΤΟΥΡΙΣΜΟΥ  
Μητροπόλεως 26-28 ΑΘΗΝΑ - ΤΚ 10563  
ΑΦΜ : 800789611 - ΔΥΟ ΣΤ' ΑΘΗΝΩΝ  
ΤΗΛ. 210 3315621 & FAX . 2103315623

**ALPHA BANK** 120002320008546  
IBAN/ GR5101401200120002320008546  
SWIFT CODE / CR.BAGR.AAXXX

**ΕΘΝΙΚΗ ΤΡΑΠΕΖΑ** 104/00293279  
IBAN/ GR180110104000010400293279  
SWIFT CODE-BIC/ ETHNGRAA

**ΠΕΙΡΑΙΩΣ** 5049-085636-135  
IBAN/GR5101720490005049085636135

Οικονομικός διακανονισμός & καταληκτικές ημερομηνίες καταθέσεων :

Προκαταβολή: Έως 10 Μαρτίου 500,00€  
1η δόση: Έως 10 Απριλίου 400,00€  
2η δόση: Έως 10 Μαΐου 400,00€  
Εξόφληση: Έως 10 Ιουνίου 450,00€

Παρακαλούμε πολύ όπως στην αιτιολογία κατάθεσης να αναγράφεται το ονοματεπώνυμό σας.

Εναλλακτικός τρόπος - διακανονισμός με 8 άτοκες δόσεις με πιστωτική κάρτα:

Προκαταβολή: Έως 10 Μαρτίου το ποσό των 650,00€

Εξόφληση: Έως 10 Απριλίου παρουσία στα γραφεία της εταιρείας μας, για χρέωση με 08 άτοκες δόσεις στην πιστωτική σας κάρτα το υπόλοιπο του συνολικού κόστους.

**Πληροφορίες & κρατήσεις θέσεων:**  
Σπυράτου Ματίνα : 2107763638

## Πόσο στοιχίζει ένα θαύμα;



Ένα κοριτσάκι, πήρε τον κουμπαρά του κι άδειασε το περιεχόμενο. Μέτρησε τρεις φορές τα κέρματά του για να μην κάνει κανένα λάθος. Ήταν ένα ευρώ και 11 λεπτά. Πήρε τα κέρματα και πήγε στο φαρμακείο της γειτονιάς.

Ο φαρμακοποιός, εκείνη τη στιγμή, μιλούσε με έναν καλοντυμένο κύριο και δεν πρόσεξε τη μικρή. Το κοριτσάκι έκανε κάποιο θόρυβο με τα πόδια του, αλλά τίποτε. Τότε πήρε ένα από τα κέρματά της και το χτύπησε πάνω στο γραφείο του.

-«Τι θέλεις;» την ρωτά κάπως εκνευρισμένος εκείνος. «Δεν βλέπεις, ότι μιλώ με τον αδελφό μου, που έχω χρόνια να τον δω;».

Τότε η μικρή του είπε:

-«Θέλω να σου μιλήσω για τον αδελφό μου, που είναι πολύ άρρωστος, και θέλω να αγοράσω ένα θαύμα».

-«Συγγνώμη», της απάντησε αυτός, «αλλά δεν πουλάμε θαύματα».

-«Ξέρετε, είπε το κοριτσάκι, που μεγαλώνει, κι ο μπαμπάς μου λέει, ότι μόνο ένα θαύμα θα μας σώσει. Λοιπόν, πόσο κάνει ένα θαύμα για να το αγοράσω. Έχω χρήματα...».

Ο αδελφός του φαρμακοποιού, που παρακολουθούσε με ενδιαφέρον τη συζήτηση, ρώτησε τη μικρή τι είδους θαύμα χρειαζόταν ο αδελφός της.

-«Δεν ξέρω», του απάντησε με μάτια βουρκωμένα. «Εκείνο που ξέρω είναι, ότι χρειάζεται εγχείρηση και ο μπαμπάς δεν έχει τα χρήματα. Γι' αυτό, θέλω να πληρώσω εγώ, με τα δικά μου χρήματα».

Στην ερώτηση του καλοντυμένου κυρίου, πόσα λεπτά έχει, η μικρή του απάντησε: «Ένα ευρώ και 11 λεπτά, κι αν χρειασθούν και άλλα θα τα βρω».

-«Τι σύμπτωση», χαμογέλασε ο καλοντυμένος κύριος. «Είναι το ακριβές αντίτιμο για ένα θαύμα, για ένα μικρό αδελφό. Ένα ευρώ και 11 λεπτά!».

Πήρε τα λεπτά, έπιασε τη μικρή απ' το χεράκι, και της είπε: «Πάμε μαζί στο σπίτι σου για να δω τον αδελφό σου και τους γονείς σου και να κάνουμε το θαύμα».

Ο καλοντυμένος κύριος ήταν γνωστός νευροχειρουργός. Η εγχείρηση έγινε με επιτυχία και ο μικρός αδελφός επέστρεψε στο σπίτι του υγιής.

-«Η εγχείρηση ήταν ένα αληθινό θαύμα», ψιθύρισε η μαμά. «Απορώ πόσο να κόστισε;».

Η μικρούλα χαμογέλασε. Ήξερε ακριβώς πόσο κοστίζει ένα θαύμα: «ένα ευρώ και 11 λεπτά, συν ...την πίστη ενός μικρού παιδιού!»...

I. N. Αγίας Κυριακής Αμφιθέας  
Μοναχί Θεογνωσία  
<https://www.infokids.com.cy/2331-2/>

## Κοπή Πρωτοχρονιάτικης Πίτας του Συλλόγου μας

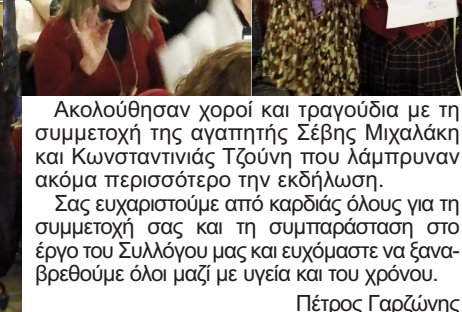
Δεκαπέντε χρόνια κοινών εμπειριών σε εκδρομές, bazaars, ημερίδες, συνεστιάσεις, γενικές συνελεύσεις, χορευτικές εκδηλώσεις και πολλά άλλα μας έχουν φέρει πλέον πολύ κοντά και κάθε φορά που συναντιόμαστε ρέουν συναίσθημα χαράς, αγάπης, ενδιαφέροντος, συγκίνησης που εκφράζονται με χαμόγελα γέλια δάκρυα χαράς αγκαλιές... Έτσι έγινε και φέτος στη συνεστίαση για την κοπή της πρωτοχρονιάτικης πίτας στην υπέροχη ταβέρνα Βαγγέλης και Υιός στην οδό Λάρνακος 8!



Μας τίμησαν με την παρουσία τους η κυρία Λιλίκα Βασιλάκου πρώην Αντινομάρχης της οποίας η προσφορά για την υλοποίηση του Ξενώνα του Νοσοκομείου μας είναι ανεκτίμητη, η κυρία Νάντια Γκογκοζώτου πρώην Αναπληρώτρια Διοικήτρια του Νοσοκομείου μας της οποίας το πέρασμα από αυτή τη θέση θα μείνει αξέχαστο και από τις ημερίδες "ανοικτές πόρτες" που διοργάνωσε, ο Γιάννης Γκογκοζώτος πρώην Αντιδήμαρχος Αθηναίων, πατέρας της Νάντιας, η κυρία Διονυσία Παπαγεωργίου και Μαργαρίτα Παπαδόπουλου πρώην Διευθύντριες του Νοσοκομείου μας, ο Γιάννης Πρωτόπαπας ο εκατοντάχρονος θείος μου που παρακολουθεί πολλές από τις εκδηλώσεις του Συλλόγου μας και πολλοί άλλοι.



Το φλουρί έτυχε στην αγαπημένη μας φίλη Δήμητρα Λέκκα και έτσι μετά την απόκτηση του τίτλου της μεταπτυχιακή της διατριβής θα απολαύσει ένα διήμερο ταξίδι στο Καρπενήσι που ευγενώς μας προσέφερε το ταξιδιωτικό γραφείο Grefis ως αντίμο του φλουριού.



Ακολούθησαν χοροί και τραγουδία με τη συμμετοχή της αγαπητής Σέβης Μιχαλάκη και Κωνσταντίνιας Τζούνη που λάμπρυναν ακόμα περισσότερο την εκδήλωση.

Σας ευχαριστούμε από καρδιάς όλους για τη συμμετοχή σας και τη συμπαράσταση στο έργο του Συλλόγου μας και ευχόμεστε να ξαναβρεθούμε όλοι μαζί με υγεία και του χρόνου.

Πέτρος Γαρζώνης

## Χοροεσπερίδα της Ποδοσφαιρικής Ομάδος του Νοσοκομείου μας



Με μεγάλη επιτυχία στέφθηκε η χοροεσπερίδα της ποδοσφαιρικής ομάδος του Νοσοκομείου μας την Παρασκευή 21/2/20 στο μουσικό μεζεδοπωλείο «ΑΔΙΑΧΩΡΗΤΟ». Μια βραδιά με πολλές εκπλήξεις και πολύ κέφι. Θέλουμε να ευχαριστήσουμε όλους και όλες που παρευρέθηκαν στην εκδήλωση. Μας τίμησαν με την παρουσία τους ο πρόεδρος του Συλλόγου κ. Κουτρομάνος Κων/νος, η προϊσταμένη Διοικητικής Υποδ/σης κ. Σιώζου Ευαγγελία, η προϊσταμένη Παράϊατρικού Προσωπικού κ. Παπαγεωργίου Ελένη, ο δ/της της 5ης Πνευμονολογικής Κλινικής κ. Μαρώσης Κων/νος με το ιατρικό επιτελείο του, ο προϊστάμενος της Βιοιατρικής Τεχνολογίας κ. Μάρκου Δημήτριος, ο προϊστάμενος νοσηλευτής της Πανεπιστημιακής Πνευμονολογικής Κλινικής κ. Κωστορίζος Άρης, η προϊσταμένη κ. Παντιώρα Αικατερίνη, ο υπεύθυνος Αποθήκης Χρήσεως Τεχνικού κ. Αντωνόπουλος Βασίλειος μετά της συζύγου του και πολλοί άλλοι αγαπητοί

συνάδελφοι και συναδέλφισσες. Χαρακτηριστικό της εκδήλωσης ήταν η απονομή τιμητικής πλακέτας από τον αρχηγό της ομάδος Πουρική Σπύρο στον πρώτο πρόεδρο της ομάδος μας κ. Κουρουγκιαούρη Γεώργιο για την προσφορά του στο Εργασιακό Νοσοκομειακό Πρωτάθλημα Αττικής. Το happening της βραδιάς ήταν η απονομή του χρηματικού επάθλου των 250 € στο μεγάλο νικητή κ. Μπρακόπουλο Νικόλαο. Τέλος, ένα μεγάλο ευχαριστώ στην Kimbo Espresso Italiano, που και φέτος ήταν ο επίσημος χορηγός της εκδήλωσης, την εταιρεία Bread Factory και τον επιχειρηματία κ. Κυριάκο Σταύρο από τη Ρόδο που προσέφερε το χρηματικό έπαθλο των 250 €. Κλείνοντας θέλουμε να ενημερώσουμε ότι η ομάδα «ΣΩΤΗΡΙΑ FC» κατέκτησε -όπως και πέρυσι, έτσι και φέτος- το πρωτάθλημα αήττητη. Έχουν γίνει οι απαραίτητες ενέργειες για να καταγραφεί στο βιβλίο Guinness!

Ο αρχηγός της ομάδος Πουρικής Σπύρος

## Απαντήσεις σε σημαντικά ερωτήματα σχετικά με τον κορονοϊό από τους Γιατρούς Χωρίς Σύνορα

### Ποια είναι η νόσος;

Η νόσος ονομάζεται COVID-19, δηλ. νόσος κορονοϊού (Corona Virus Disease) που εμφανίστηκε το 2019. Προκαλείται από έναν ιό ο οποίος ανακαλύφθηκε στις αρχές Ιανουαρίου στην Κίνα και ανήκει στην οικογένεια των κορονοϊών. Ο ιός φαίνεται ότι μεταδίδεται μέσω των σταγονιδίων από τον βήχα, τα οποία μολύνουν τα άτομα που τα εισπνέουν ή αγγίζουν μολυσμένες επιφάνειες. Ο ιός αυτός πλήττει το αναπνευστικό σύστημα. Τα κύρια συμπτώματα περιλαμβάνουν γενική αδυναμία και πυρετό, βήχα και ορισμένες φορές πνευμονία και δύσπνοια σε μεταγενέστερο στάδιο.

### Τι γνωρίζουμε για τον ιό;

Ο ιός ανακαλύφθηκε στις αρχές Ιανουαρίου από Κινέζους επιστήμονες και τώρα ονομάζεται SARS-CoV-2, λόγω των ομοιοτήτων που έχει με τον ιό που προκαλεί τη νόσο SARS. Η ονομασία της νόσου που προκαλείται από αυτόν τον νέο ιό είναι COVID-19. Οι κορονοϊοί είναι μια μεγάλη οικογένεια ιών, οι περισσότεροι από τους οποίους είναι ακίνδυνοι για τον άνθρωπο. Τέσσερις τύποι προκαλούν κρουαλόγημα, ενώ δύο άλλοι τύποι μπορούν να προκαλέσουν σοβαρές λοιμώξεις των πνευμόνων (SARS και MERS) παρόμοιες με τη νόσο COVID-19.

Όπως όλοι οι ιοί, ο SARS-CoV-2 χρειάζεται κύτταρα ζωντανών οργανισμών για να πολλαπλασιαστεί. Ο ιός αυτός φαίνεται ότι πλήττει τα κύτταρα στους πνεύμονες, και πιθανόν άλλα κύτταρα στο αναπνευστικό σύστημα. Τα κύτταρα που μολύνονται από τον ιό παράγουν περισσότερα σωματίδια ιών, τα οποία στη συνέχεια μπορούν να μεταδοθούν σε άλλα άτομα με τον βήχα, για παράδειγμα.

### Πόσο επικίνδυνη είναι η νόσος COVID-19;

Οι γνώσεις μας για τον ιό και τη νόσο εξακολουθούν να διαμορφώνονται. Πολλοί άνθρωποι που έχουν μολυνθεί με τον ιό δεν πρόκειται να νοσήσουν σοβαρά. Είναι μάλιστα πιθανό κάποιοι άνθρωποι να μην νοσήσουν καθόλου εάν μολυνθούν. Σύμφωνα με τις τελευταίες εκτιμήσεις, το 82% όσων μολύνονται αναπτύσσει μια ήπια μορφή της νόσου. Το 15% αναπτύσσει μια μέτρια μορφή της νόσου, ενώ το 3% νοσεί σοβαρά.

Η νόσος φαίνεται πιο επικίνδυνη για τους ηλικιωμένους και για όσους πάσχουν από άλλες λοιμώξεις ή ασθένειες, όπως συμβαίνει συχνά με τα λοιμώδη νοσήματα. Πάνω από το 80% των θυμάτων της νόσου COVID-19 ήταν άνω των 60 ετών, ενώ πάνω από το 75% είχε προϋπάρχοντα προβλήματα υγείας.

Η θνησιμότητα είναι υψηλότερη στην Ουχάν (4,9%) και χαμηλότερη στην υπόλοιπη Κίνα (2,1%). Εκτός Κίνας, είναι ακόμη χαμηλότερη (0,2%). Δεν είναι βέβαιο γιατί η θνησιμότητα ποικίλλει ανάλογα με την περιοχή. Καθώς όμως εξελίσσεται η επιδημία, τα ποσοστά αυτά μπορεί να αλλάξουν.

### Πόσο μεταδοτική είναι η νόσος;

Οι γνώσεις μας για τον ιό και τη νόσο εξακολουθούν να διαμορφώνονται. Ο ιός μπορεί να μεταδοθεί με τον βήχα των άρρωστων ατόμων. Πιθανόν ο ιός να μπορεί να μεταδοθεί από μολυσμένα άτομα που δεν έχουν συμπτώματα, ωστόσο εάν ισχύει αυτό θα αφορά μια μικρή μειοψηφία των μολυσμένων. Το ίδιο ισχύει για τα κόπρανα των μολυσμένων ατόμων.

Καθώς έχουν αναφερθεί περισσότερα από 64.000 κρούσματα, ο ιός αυτός έχει ήδη εξαπλωθεί ευρέως, με το 99% των κρουσμάτων στην Κίνα. Ωστόσο, δεν γνωρίζουμε ακόμη πόσο εύκολα μεταδίδεται ο ιός από το ένα άτομο στο άλλο. Επομένως, είναι πολύ δύσκολο να κάνουμε επιδημιολογικές προβλέψεις.

### Πώς συνδέεται με το SARS και το MERS;

Το SARS (Σοβαρό Οξύ Αναπνευστικό Σύνδρομο) και το MERS (Αναπνευστικό Σύνδρομο της Μέσης Ανατολής) είναι λοιμώξεις του αναπνευστικού συστήματος. Προκαλούνται από ιούς (SARS-CoV και MERS-CoV αντίστοιχα) που επίσης είναι μέλη της οικογένειας των κορονοϊών, όπως ο SARS-CoV-2.

Ο SARS ανακαλύφθηκε το 2002 στην ηπειρωτική Κίνα και εξαπλώθηκε σε διάφορες άλλες χώρες. Ο απολογισμός της νόσου ήταν πάνω από 8.000 κρούσματα και 774 θάνατοι. Από το 2004, δεν έχουν καταγραφεί νέα

κρούσματα του SARS. Οι Γιατροί Χωρίς Σύνορα πραγματοποιήσαν παρέμβαση στην ηπειρωτική Κίνα, το Χονγκ Κονγκ και το Βιετνάμ για την επιδημία του SARS.

Ο MERS ανακαλύφθηκε το 2012, όταν ξέσπασε επιδημία στη Σαουδική Αραβία. Έως τώρα, έχουν καταγραφεί πάνω από 2.500 κρούσματα της νόσου και περισσότεροι από 800 θάνατοι. Ο MERS εξακολουθεί να προσβάλλει ανθρώπους περιστασιακά, κυρίως σε χώρες της Μέσης Ανατολής. Οι Γιατροί Χωρίς Σύνορα δεν έχουν πραγματοποιήσει παρέμβαση για επιδημίες του MERS.

### Τι μπορεί να γίνει για την αντιμετώπιση της επιδημίας;

Προς το παρόν, οι υγειονομικές αρχές είναι υπεύθυνες για τις ενέργειες αντιμετώπισης, που περιλαμβάνουν διάγνωση του ιού, περιθάλψη των ασθενών, ανίχνευση των επαφών και έρευνες για την καλύτερη κατανόηση της νόσου. Καθώς πρόκειται για νέο ιό, αυτή τη στιγμή δεν υπάρχει εμβόλιο ή συγκεκριμένη θεραπεία. Στην Κίνα είναι σε εξέλιξη κλινικές δοκιμές για αρκετά αντιικά φάρμακα. Οι γνώσεις μας για τον ιό και τη νόσο εξακολουθούν να διαμορφώνονται.

Αυτό που γνωρίζουμε είναι ότι σε μια επιδημία νόσου του αναπνευστικού, είναι σημαντικό να πλένουμε συχνά τα χέρια, να καλύπτουμε το στόμα και τη μύτη όταν βήχουμε ή φτερνιζόμαστε, να αποφεύγουμε τη στενή επαφή με άτομα που έχουν συμπτώματα νόσου του αναπνευστικού και να ενημερώνουμε τον γιατρό όταν αισθανόμαστε άρρωστοι. Η ενημέρωση του πληθυσμού για τον ιό και τα ενισχυμένα μέτρα πρόληψης όπως τα παραπάνω είναι βασικά στοιχεία της πρόληψης.

### Τι έκαναν οι Γιατροί Χωρίς Σύνορα στη διάρκεια των επιδημιών του SARS και του MERS;

Στη διάρκεια της επιδημίας του SARS, οι Γιατροί Χωρίς Σύνορα υποστήριξαν το νοσοκομείο Μπακ Μάι (Bach Mai) στο Βιετνάμ με μέτρα πρόληψης και ελέγχου λοιμώξεων και θάλαμο απομόνωσης. Στην ηπειρωτική Κίνα, παρείχαμε υποστήριξη με εκπαίδευση του προσωπικού υγείας στην πρόληψη και τον έλεγχο των λοιμώξεων στην πόλη Τζανγκτζιακού (Zhangjiakou) της επαρχίας Χεμπέι (Hebei). Στο Χονγκ Κονγκ, παρείχαμε υποστήριξη με εκπαίδευση του προσωπικού υγείας στην πρόληψη και τον έλεγχο των λοιμώξεων, καθώς και εκπαίδευση υγείας για τον γενικό πληθυσμό. Οι Γιατροί Χωρίς Σύνορα δεν πραγματοποίησαν παρέμβαση για τις επιδημίες του MERS.

### Πώς μπορεί να αποφύγει να μολυνθεί;

Όπως και με άλλους κορονοϊούς, η μόλυνση μέσω των σταγονιδίων φαίνεται να είναι ο κύριος τρόπος μετάδοσης. Ο ιός εισέρχεται στο ανθρώπινο σώμα από το στόμα ή τη μύτη. Αυτό μπορεί να συμβεί εάν εισπνεύσετε μολυσμένα σταγονίδια, ή εάν αγγίξετε με τα χέρια σας μια επιφάνεια όπου έχουν προσγειωθεί σταγονίδια και αργότερα αγγίξετε το στόμα ή τη μύτη σας. Επομένως, απλά μέτρα ελέγχου λοιμώξεων, όπως το πλύσιμο των χεριών και το να καλύπτουμε το στόμα και τη μύτη όταν βήχουμε ή φτερνιζόμαστε, είναι αποτελεσματικά και σημαντικά για την πρόληψη.

Η υγιεινή των χεριών είναι πολύ σημαντική, επομένως να πλένετε συχνά τα χέρια σας με σαπούνι και νερό. Χρησιμοποιήστε αρκετό σαπούνι και βεβαιωθείτε ότι έχουν πλυθεί όλα τα σημεία και των δύο χεριών. Αφιερώστε τουλάχιστον 20 δευτερόλεπτα στο πλύσιμο των χεριών σας. Αν δεν υπάρχει ορατή βρωμιά στα χέρια σας, ένα τζελ με βάση το οινόπνευμα είναι επίσης μια καλή επιλογή.

Όταν βήχετε ή φτερνίζεστε, να καλύπτετε το στόμα και τη μύτη σας με ένα χαρτομάντιλο ή με το εσωτερικό μέρος του αγκώνα σας. Πετάξτε τα χρησιμοποιημένα χαρτομάντιλα αμέσως στον κάδο απορριμμάτων, όπως και τις χρησιμοποιημένες μάσκες, και πλύνετε τα χέρια σας.

Μια μάσκα είναι ένα καλό μέτρο πρόληψης που αποτρέπει την εισπνοή του ιού. Ωστόσο, η κύρια χρήση της είναι να αποτρέπει τη μετάδοση του ιού εάν είστε άρρωστος/η. Όταν βγάξετε τη μάσκα, να ακουμπάτε μόνο τα κορδόνια. Πετάξτε την κατευθείαν στον κάδο απορριμμάτων και πλύνετε τα χέρια σας.

24/02/2020

<https://www.koutipandoras.gr/article/giatroi-horis-synora-giakoronoiolo-osa-prepei-na-gnoriyoume-kai-na-prosehoyme>

## ΓΙΝΕ ΜΕΛΟΣ

### Σύλλογος Φίλων Περιθαλπομένων Νοσοκομείου "Η Σωτηρία"

Νοσοκομείο Νοσημάτων

Θώρακος Αθηνών

"Η ΣΩΤΗΡΙΑ"

Λεωφ. Μεσογείων 152 - Αθήνα 11527

Τηλ.2107763638

FAX 2107707211

E-mail: info@sylfilon.gr

site: www.sylfilon.gr

## ΔΩΡΕΕΣ

Για την οικονομική ενίσχυση του Συλλόγου μας

### Ευχαριστούμε θερμά τους:

Βιργινία Βενέτη, Πέτρο Γαρζώνη, Σταυρούλα Ηλιοπούλου, Ζωή Καρρά, Λεμονία Κιαπίτη, Βασιλική Λουκοπούλου, Άρτεμη Παπαδοπούλου-Τσάτσαρη και Ευγενία Στρατηγάκη.

### Ευχαριστούμε θερμά για δωρεά αντί στεφάνου:

Το Νοσηλευτικό Προσωπικό της Ψυχιατρικής Κλινικής, την οικογένεια Πέτρου Γαρζώνη, την κυρία Ευσταθία Γιαλλελή και την κυρία Ματίνα Σπυράτου στη μνήμη **Κωνσταντίνου Διαμαντάκη**, την κυρία Πηγή Βυθούλκα - Αλεξοπούλου στη μνήμη της **Αγγέλας Ναούμ** και την οικογένεια του κ. Πέτρου Γαρζώνη στη μνήμη του **Ιωάννη Κουφολάμπρου**.

Λογαριασμός τραπεζίς για κατάθεση δωρεών:

**ΤΡΑΠΕΖΑ ΠΕΙΡΑΙΩΣ: 6274-040035-006**

**IBAN: GR7101712740006274040035006**

Σύλλογος Φίλων Περιθαλπομένων "Σοφία Σλήμαν"

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

**Ώρες Λειτουργίας Γραμματείας:**

Δευτέρα & Εμπήτη 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 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:** Γεώργιος Κωστόπουλος, Σελλασίας 6, Αθήνα, Τ.Κ. 10439 Τηλ.: 2108813241

**Για αυτό το τεύχος εργάστηκαν επίσης οι:** Κυριακή Δημητρούλακη, Βασίλης Καλαφάτης, Τζόγια Καππάτου, Ειρήνη Καραλέκα, Μπέση Κατσιμήτρου, Αθηνά Πέτση, Σπύρος Πουρικής και Ανδρέας Σακκάς.

Οι αρθρογράφοι φέρουν πλήρως την ευθύνη των κειμένων τους

# Καταφύγιο αγάπης και συμπαράστασης

## Ανασκόπηση του 2019 - Δράσεις και προγράμματα

### 24 Μαΐου 2019



Συναυλία κατά των ναρκωτικών πραγματοποιήσαμε με μία μουσική βραδιά στην πλατεία

Περσεφόνης στον Κεραμεικό του Δήμου Αθηνών, με τραγούδια από χορωδία νέων που μας υποστήριξαν και με δυναμικές μαρτυρίες από πρώην εξαρτημένους που μίλησαν για το πώς απελευθερώθηκαν από την εξάρτηση, με την ανθρώπινη συμπαράσταση.

**ΕΞΟΡΜΗΣΕΙΣ καλοκαιριού 2019 στα στέκια αστέγων και εξαρτημένων της Αθήνας**  
Είχαμε την ευκαιρία να βγούμε την περίοδο του Αυγούστου στους δρόμους της Αθήνας και να προσφέρουμε δροσερά ροφήματα και τρόφιμα στους άστεγους και εξαρτημένους συνανθρώπους μας. Ευχαριστούμε τα Σούπερ Μάρκετ ΑΒ Βασιλόπουλος, για την παροχή των προϊόντων.

### ΑΙΜΟΔΟΣΙΕΣ 2019

Το 2018 πραγματοποιήσαμε αιμοδοσίες ανταποκρινόμενοι επανειλημμένως στις αιτήσεις σε ανθρώπους που είχαν ανάγκη, ιδιαίτερα στην Αττική, αλλά και της επαρχίας. Λόγω της αυξημένης ζήτησης, παρακαλούνται όσοι μπορούν, να ανταποκριθούν στο κάλεσμα και να συνεισφέρουν στην αιμοδοσία για να καταστεί δυνατή η συνέχιση της κάλυψης των αναγκών σε αίμα που αιφνιδιαστικά προκύπτουν. Είναι μια προσφορά αγάπης στον γείτονά μας και στον συνάνθρωπο. Όλοι μας, κάποια στιγμή, ενδεχομένως να βρεθούμε σ' αυτή την ανάγκη.



**24 Οκτωβρίου 2019**  
Μία ομάδα εθελοντών ιατρών από τις Η.Π.Α. προσφέραν π ά ν ω από 250 εξετάσεις σε μία ημέρα, με Παθολόγο, Οικογενειακό ιατρό, Χειροπρακτικό, καθώς επίσης και παρέχοντας εξετάσεις Σακχάρου αίματος, Ούρων, Εγκυμοσύνης, Αρτηριακής πίεσης και βασικές Γυναικολογικές. Ακόμη υπήρχε οπτική που χορήγησε γυαλιά οράσεως. Οι εθελοντές μεταφραστές μας μπόρεσαν να κάνουν δυνατή την εξυπηρέτησή τους ελληνόφωνων και ξενόφωνων συνανθρώπων του προγράμματός μας

### Διανομή ρούχων και υποδημάτων

Σε κάθε μας πρόγραμμα, συνεχίζουμε να μοιράζουμε ρούχα, παπούτσια και άλλα χρήσιμα είδη ανάγκης, από την αποθήκη ρούχων που μας έχει παραχωρηθεί χώρος από το Νοσοκομείο ΣΩΤΗΡΙΑ, σε συνεργασία με τον σύλλογο «Φίλων Περιθαλπομένων Νοσοκομείο Σωτηρία». **Δεχόμαστε δωρεές σε είδος, ό,τι έχει ανάγκη ένα νοικοκυριό**



### κατόπιν επικοινωνίας μαζί μας.

### Χριστουγεννιάτικο γεύμα Τρίτη 10 Δεκεμβρίου 2019

Αυτήν τη χρονιά μπορέσαμε και πάλι να πραγματοποιήσουμε μία ξεχωριστή γιορτή των Χριστουγέννων για περισσότερους από 225 άπορους, μοναχικούς και άστεγους συνανθρώπους του προγράμματός μας, που βρίσκονται σε ανάγκη. Είχαμε ένα πλούσιο γιορτινό γεύμα αγάπης. Επίσης είχαμε για ψυχαγωγία θεατρικό με ένα ιδιαίτερο μήνυμα για τα Χριστούγεννα, χορωδία Χριστουγέννων. Μοιράσαμε δώρα και τσάντες με τρόφιμα.



### ΟΡΑΜΑΤΙΣΜΟΣ

### ΥΠΝΟΤΗΡΙΟ, ΠΡΟΣΩΡΙΝΟΣ ΧΩΡΟΣ ΦΙΛΟΞΕΝΙΑΣ ΑΣΤΕΓΩΝ

Λόγω των γεγονότων που αντιμετωπίζει η χώρα μας και κατά συνέπεια η πόλη μας, για μια ανθρώπινη πόλη, δεχόμαστε στον χώρο μας ανθρώπους για μπάνια, πλύσιμο ρούχων, φαγητό, καφέ, ρουχισμό και ανοίγουμε σε έκτακτες καιρικές συνθήκες την αίθυσά μας όταν χιονίζει, και κάνει πολύ κρύο, για να κοιμηθούνε μέσα στην αίθυσά μας, Ευριπίδου 14, σε κρεβάτια εκστρατείας που διαθέτουμε για έκτακτες καιρικές συνθήκες.

Όραμα και επιθυμία μας είναι η δημιουργία ενός οργανωμένου υπνοτηρίου για τη σταθερή φιλοξενία ατόμων σε ανάγκη. Υπάρχει το κτήριο, αλλά χρειάζεται να γίνουν εργασίες όπως, η δημιουργία ενός πατιριού, 2 μπάνια, 2 τουαλέτες με πρόσβαση για Α.μ.Ε.Α. και μία μικρή κουζίνα για την προετοιμασία του πρωινού.

### ΑΝΑΓΚΗ ΑΥΤΟΚΙΝΗΤΟΥ για τις μεταφορές των δωρεών

Η ανάγκη μας είναι ένα αυτοκίνητο φορτηγάκι, για τις ανάγκες παραλαβής δωρεών για τα προγράμματά μας, καθώς το τωρινό μας Ι.Χ. αυτοκίνητο έχει βγάλει σοβαρά προβλήματα.

### Υποστηρικτές

Ευχαριστούμε μέσα από την καρδιά μας όλους τους ιδιώτες, ομάδες, εταιρίες και φορείς, που μας βοηθούν στα προγράμματά μας. Τέλος, τους εθελοντές μας, που με αυτοθυσία προσφέρουν πρακτική βοήθεια.

### Υποστήριξε και εσύ το ΚΑΤΑΦΥΓΙΟ

Οι ανάγκες που καλούμαστε να υπηρετήσουμε είναι πολλές και δύσκολες για να καλυφθούν όλες. Ενώνοντας τις μικρές προσπάθειες και δυνάμεις μας, μαζί με την αγάπη και τη γενναιοδωρη προσφορά σας, σίγουρα μπορούμε να καλύτερέσουμε τη ζωή των ανθρώπων και να ελαφρύνουμε το φορτίο τους.

Σε αυτόν τον αγώνα θα θέλαμε να συνεχίσετε να μας στηρίζετε, όπως το κάνατε πρόθυμα μέχρι τώρα, για την στήριξη, την σίτιση, τα λουτρά και πλυντήρια των άστεγων συνανθρώπων μας, που βρίσκονται σε ανάγκη.

Το έργο μας λαμβάνει χώρα σε αίθουσα που μας έχει παραχωρηθεί δωρεάν, από την Ελληνική Ιεραποστολική Ένωση, κάθε Τρίτη και Πέμπτη μεταξύ 12.00-20.00 ώρα, επί της Ευριπίδου 14, στον 7ο και 8ο όροφο και όλοι

όσοι βοηθήσουμε στο έργο είμαστε εθελοντές. Επικοινωνήστε μαζί μας για να ενημερωθείτε με ποιο τρόπο μπορείτε να συμβάλετε υποστηρικτικά στις διάφορες δραστηριότητές μας.

Εκτός από την προσφορά προσωπικής εθελοντικής εργασίας, επιπλέον μπορείτε να καταθέσετε χρήματα στον λογαριασμό: **Alpha Bank Λογαριασμός: 690 00 2002, IBAN: GR36 0140 6900 6900 0200 2000 510 BIC: CRBAGRAA** Βιταλάκης Κωνσταντίνος ιδρυτής και πρόεδρος του σωματείου Καταφύγιο Αγάπης & Συμπαράστασης

**(Κατόπιν δωρεάς σας, ενημερώστε μας, να σας στείλουμε απόδειξη)**

### ΙΣΤΟΡΙΕΣ ΣΥΝΑΝΘΡΩΠΩΝ ΜΑΣ ΠΟΥ ΒΡΗΚΑΝ ΒΟΗΘΕΙΑ ΑΠΟ ΤΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΤΟΥ ΚΑΤΑΦΥΓΙΟΥ

Ο «Α», **άνεργος**, αισθάνθηκε το αγκάλιασμα του χώρου, από τους ανθρώπους που μας στηρίζουν και βοηθάνε και με την προτροπή και τη συμβουλευτική μας, βρήκε τη διάθεση να ψάξει για δουλειά. Σήμερα εργάζεται και έχει βελτιώσει αισθητά τη ζωή του.

Ο «Β», ένας **νέο άστεγος**, ήρθε να κάνει μπάνιο. Μετά από μία συμβουλευτική ενημέρωσή μας, μας ζήτησε να κλείσουμε ένα ραντεβού για να του στείλουμε μερικά βιογραφικά. Από την άνοιξη που έπιασε δουλειά, συνεχίζει να μας καλεί και μας ενημερώνει για τη νέα του αρχή που έκανε με τη δουλειά του εκτός Αττικής.

Μία δημόσια κοινωνική λειτουργός μας κάλεσε και μας ζήτησε αν μπορούσαν να κουρέψουν έναν **μακροχρόνια άστεγο** στον χώρο μας, καθώς δεν μπορούσαν να βρουν έναν χώρο ασφαλή και ήσυχο για την ψυχολογία του να τον κουρέψουν. Αφού τον κούρεψαν, έκανε και ένα μπάνιο, ξυρίστηκε και αναψώνισε βλέποντας τον εαυτό του στον καθρέφτη, «Αναγεννήθηκα!».

**Χαμηλοσυνταξιούχοι**, καλύπτουν τις ανάγκες του μήνα του νοικοκυριού τους, από τις προσφορές (τρόφιμα, είδη υγιεινής, ρούχα) που μας φέρνουν συνάνθρωποι και επιχειρήσεις.

Ενημερώνουμε και συμβουλευόμαστε κοινωνικά αποκλεισμένες ομάδες της κοινωνίας (εξαρτημένους, αλλοδαπούς), συνδέοντάς τους με ειδικευμένες δομές και υπηρεσίες αποτοξίνωσης.

### ΚΑΤΑΦΥΓΙΟ ΑΓΑΠΗΣ & ΣΥΜΠΑΡΑΣΤΑΣΗΣ

### Βοήθεια σε κοινωνικά αποκλεισμένα άτομα & ομάδες με προβλήματα εξάρτησης.

Γνωρίζουμε ότι οι ανάγκες που υπηρετούμε είναι δύσκολες να καλυφθούν όλες.

Ενώνοντας όμως τις μικρές μας προσπάθειες και δυνάμεις, με την αγάπη μας για τον πλησίον μας, σίγουρα μπορούμε να καλύτερέσουμε τη ζωή των ανθρώπων και να ελαφρύνουμε το φορτίο τους.

**Πάγιες δράσεις – Γεύματα – Πλυντήρια – Ντους**  
Χώρος δράσης: Ευριπίδου 14, 7ος όροφος Γεύματα αστέγων και απτόρων κάθε Τρίτη και Πέμπτη μετά τις 18.30.

Πλυντήρια ρούχων & ντους από τις 12.00-16.00 Καφές μετά τις 15.30. - Διανομή ρούχων.  
Κινητό: 69772-02398. Τηλ./fax: 210-5012608  
email: kvitalakis@yahoo.gr  
Ιστοσελίδα: www.katafugio-agapis.gr  
Facebook: Καταφύγιο Αγάπης και Συμπαράσταση



## Η τέχνη είναι μια παιδική ηλικία... Για την παιδική ηλικία και την εκπαίδευση

«Η σοφία του Ρίλκε»

κατόγομαι  
από τα παιδικά μου  
χρόνια

Κακοκλήρης

... Μας θυμίζει ο  
ποιητής Καφαντάρης.  
Κι επειδή  
εκείνα τα χρόνια

–αν και μέσα μας– είναι ξεχασμένα, θολά,  
δυσπρόσιτα στους μεγάλους έρχεται ένας  
άλλος ποιητής, ο Rainer Maria Rilke να μας τα  
θυμίσει ή κάτι περισσότερο να μας τα αποκαλύ-  
ψει. Σκόρπια υπήρχαν σε διάφορα γράμματα  
από την πλούσια επιστολογραφία του συγγρα-  
φέα, συγκεντρωμένα σ' ένα κεφάλαιο με τίτλο  
«Για την παιδική ηλικία και την εκπαίδευση - Η  
τέχνη είναι μια παιδική ηλικία...», του βιβλίου  
«Η σοφία του Rilke» του Ούλριχ Μπέερ.

Ο Ρίλκε θέτει ερωτήματα που φέρνουν αμη-  
χανία και δοκιμάζει «απαντήσεις».

«Τί ήταν η παιδική ηλικία;», «Η μεγαλοπρέ-  
πεια των μικρών πραγμάτων», «Τα παιδιά  
είναι πιο κοντά στην ουσία της ζωής», «Η  
στάση των παιδιών απέναντι στη ζωή», «Το  
σχολείο ως μάθημα ζωής»...

Η προσέγγιση της αλήθειας έχει την απλό-  
τητα και το βάθος του ποιητή ενώ η αφομοί-  
ωση των ιδεών απαιτεί γενναίοδα χρόνου  
και χώρου ψυχής.

Προδημοσίευση από το «Βιβλίο & Ζωή» 16ο

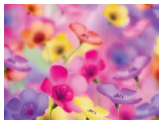
### Τι ήταν η παιδική ηλικία;

Η παιδική ηλικία – τι ήταν σ' αλή-  
θεια; Τι ήταν η παιδική ηλικία; Πώς  
αλλιώς να ρωτήσει να μάθει κανείς  
γι' αυτήν χωρίς να κάνει τούτη την  
αμήχανη ερώτηση – τι ήταν – εκείνη  
η φλόγα, η έκπληξη, η αδιάλειπτη  
αίσθηση πως δεν μπορείς να κάνεις  
αλλιώς, εκείνη η γλυκιά, η βαθιά, η ακτινοβο-  
λούσα αίσθηση των δακρύων που σου πλημ-  
μυρίζουν τα μάτια; Τι ήταν;

### Η μεγαλοπρέπεια των μικρών πραγμάτων

Συμβαίνει οι περισσότεροι άνθρωποι να αγνο-  
ούν παντελώς πόσο όμορφος είναι ο κόσμος και  
πόση μεγαλοπρέπεια φανερώνεται στα πιο  
μικρά πράγματα, σ' ένα λουλούδι, σε μια πέτρα,  
στον φλοιό ενός δέντρου ή στο φύλλο μιας σημύ-  
δας. Οι ενήλικες, που έχουν δουλειές και έγνοιες  
και βασανίζονται με λεπτομέρειες και τίποτε  
άλλο, παύουν σιγά – σιγά να βλέπουν όλα ετού-  
τα τα πλούτη που τα παιδιά, όταν είναι προσε-  
κτικά και καλά, γρήγορα τα αντιλαμβάνονται  
κι αρχίζουν να τα αγαπούν με όλη τους την καρδιά.

Και όμως, θα ήταν ό,τι πιο όμορφο αν από  
την άποψη αυτή όλοι οι άνθρωποι παρέμεναν  
προσεκτικά και καλά παιδιά, μ' ένα αίσθημα  
αγαθότητας και ευσέβειας, και αν δεν έχαναν  
την ικανότητα να χαίρονται το ίδιο αντικρίνοντας  
το φύλλο μιας σημύδας ή το φτερό ενός παγω-  
νιού ή τη φτερούγα μιας κουρούνας όσο και  
αντικρίζοντας μια μεγάλη οροσειρά ή ένα λαμ-  
πρό παλάτι. Το μικρό δεν είναι μικρό καθαυτό,  
ούτε και το μεγάλο μεγάλο. Ένα κάλλος, μεγά-  
λο και αιώνιο, διατρέχει τον  
κόσμο ολόκληρο κι είναι  
δίκαια μοιρασμένο σε μικρά  
και μεγάλα πράγματα – διότι  
ως προς τα σημαντικά και τα



### Τα παιδιά είναι πιο κοντά στην ουσία της ζωής!

Δεν υπάρχει στην πραγματικότητα ωραιότε-  
ρος τρόπος για να δοκιμάσουμε πόσο αληθι-  
νή είναι η δύναμη της ζωής απ' το να αναγνω-  
ρίσουμε και να αδράξουμε τη χαρά – να συλ-  
λάβουμε, δίχως τίποτε παραπαισίο και περι-  
τό, με την ίδια τη δύναμη της χαράς, μ' εκείνη  
σαν μέτρο, την πληρότητα και την αγάπη που  
ακτινοβολούν ορισμένες μέρες: σε τελική ανά-

λυση κι ένα παιδί ακριβώς αυτό κάνει – βρι-  
σκόμαστε πιο κοντά στην ουσία της ζωής  
όταν, με τον δικό μας τρόπο, μοιάζουμε όσο το  
δυνατόν περισσότερο με τα παιδιά!



Γιατί, προς Θεού,  
να ξοδέσουμε τη  
ζωή μας εγκλωβι-  
σμένοι στα ήθη  
που μας ζώνουν  
σαν στενός κορσές  
και δεν μας επιτρέ-

πουν να αγγίζουμε την άορατη ψυχή, ετούτη  
τη χορεύτρια ανάμεσα στ' αστέρια!

Τη ζωή δεν την κατακτούμε με τη «μόρφω-  
ση» παρά με αμεσότητα, εκεί όπου υπάρχει  
δόσιμο, όπου υπάρχει δέος, μια ευφρόσυνη  
αποφασιστικότητα και μια μεγάλη καρδιά. Το  
ερώτημα λοιπόν είναι το εξής: λαχταρά η  
καρδιά σας ένα και μόνο πράγμα; Και είναι το  
πράγμα αυτό το θέατρο στη σπουδαιότερη  
και ευγενέστερη μορφή του; Και ανήκετε στην  
καρδιά εκείνη, που ξεσηκώθηκε για ένα και  
μόνο πράγμα, ψυχή τε και σώματι; Ή ανήκε-  
τε και σε άλλα πράγματα και επιθυμίες και  
προθέσεις; Ορίστε, δοκιμάστε τον εαυτό σας.

Πάντοτε πίστευα ότι διευκολύναμε ή ακόμη και  
γλιτώσαμε τα παιδιά μας από πολλά, εν μέρει  
χωρίς καθόλου να το παλέψουμε, απλώς και  
μόνο επειδή κάποια συγκεκριμένα δεδομένα  
που προέκυψαν από ευρήματα της ψυχολογίας,  
είτε τα γνωρίζουμε είτε όχι, έγιναν άθελά μας μια  
πραγματικότητα μέσα μας. Κι είναι πολύ πιθα-  
νότερο να ενεργήσουμε στηριζόμενοι σε αυτά  
παρά στις αρχές και τις ηθικές αξίες που συνε-  
χίζουν, κατά κάποιο τρόπο, να μας ακολουθούν  
και που ως γονείς θεωρήσαμε εαυτούς, θα 'λεγε  
κανείς, «εξ επαγγέλματος» υπόχρεους να τις  
παραλάβουμε απ' τους παλαιότερους...

### Τι σημαίνει η παιδική ηλικία;

Το να έχεις παιδική ηλικία σημαίνει να ζεις χίλιες  
ζωές πριν απ' τη μία.

Η παιδική ηλικία είναι  
μια χώρα εντελώς ανε-  
ξάρτητη απ' τα πάντα –  
η μόνη στην οποία  
υπάρχουν βασιλιάδες.  
Γιατί να πάρει κανείς  
τον δρόμο της εξορίας;  
Γιατί να μην μεγαλώσει  
και ωριμάσει σ' αυτή τη  
χώρα;... Γιατί να συνη-  
θίσει σε όσα πιστεύουν  
οι άλλοι; Υπάρχει τάχα  
εκεί περισσότερη αλήθεια  
απ' ό,τι σε αυτό που  
πιστεύει κανείς με την  
πρώτη, δυνατή, παιδική  
εμπιστοσύνη; Θυμάμαι  
άλλη... το κάθε πράγ-  
μα είχε τότε μίαν ιδιαίτερη  
σημασία και υπήρχαν  
πράγματα αμέτρητα. Και  
κανένα δεν είχε μεγα-  
λύτερη αξία από κάποιο  
άλλο. Βασίλευε δικαιο-  
σύνη ανάμεσά τους. Στο  
καθένα δινόταν  
κάποια στιγμή η ευκαιρία  
να φανεί μοναδικό, να  
γίνει μοίρα: ένα πουλί,  
που είχε φτάσει φτερου-  
γίζοντας μες στη νύχτα  
και καθόταν τώρα, σκο-  
τεινό και σοβαρό, πάνω  
στο αγαπημένο μου  
δέντρο – μια καλοκαιρινή  
βροχή, που μεταμόρ-  
φωνε τον κήπο έτσι ώστε  
καθετί πράσινο απο-  
κτούσε βάθος και λάμψη  
– ένα βιβλίο, μες στις  
σελίδες του οποίου  
βρισκόταν ένα λουλούδι,  
ένας Θεός ξέρει τίνος,  
ένα βότανο με ξένη  
μορφή, στην οποία  
μπορούσα εγώ να δώσω  
νόημα – όλα έμοιαζαν  
έτσι που σ' έκαναν να  
νιώθεις πως ξέρεις για  
εκείνα πολύ περισσότε-  
ρα απ' τους μεγάλους.  
Θαρρείς και κάθε πράγ-  
μα μπορούσε να σε  
κάνει ευτυχισμένο και  
τρανό, αλλά και να σε  
ακόμωσει...



### Ο καθένας μας μια εκκλησία...

Ναι, είναι πράγματι έτσι: βαθιά μέσα του ο  
καθένας μας είναι σαν μια εκκλησία, κι οι τοίχοι  
διακοσμημένοι με εορταστικές αγιογραφίες.  
Κατά την πρώιμη παιδική ηλικία, όταν η πρό-  
σβαση σε τούτη τη μεγαλοπρέπεια παραμένει  
ελεύθερη, είναι ακόμη πολύ σκοτεινά για να  
δούμε τις εικόνες. Μετά, καθώς η αίσθηση αρχί-  
ζει να φωτίζεται σιγά – σιγά, έρχονται οι εφηβικές  
ανοησίες και οι εσφαλμένοι πόθοι και η διψα-  
σμένη ντροπή, οι οποίες καλύπτουν το έναν  
τοίχο μετά τον άλλον. Και κάποιος προχωρών  
μακριά μες στη ζωή και φεύγοντας χωρίς ούτε καν  
να υπομιαστούν την παλιά μεγαλοπρέπεια κάτω  
απ' τη νηφαλιότητα της φτώχειας. Μακάριος  
όμως όποιος την αισθανθεί, τη βρει και κρυφά  
την αποκαλύψει. Προσφέρει δώρο στον εαυτό  
του. Και σ' αυτό τον εαυτό θα επιστρέψει.

### Εσφαλμένη στάση απέναντι στο παιδί

Οι γονείς ποτέ δεν θα 'πρεπε να θέλουν να  
μας διδάξουν τη ζωή – διότι μας διδάσκουν τη  
δική τους ζωή.

Έτσι όπως έχουν τα  
πράγματα σήμερα,  
μπορούμε ασφαλώς  
να ισχυριστούμε ότι  
τόσο οι καλοί όσο και  
οι κακοί γονείς, τόσο  
τα καλά όσο και τα  
κακά σχολεία, αδι-  
κούν το παιδί. Παρα-  
γνωρίζουν το παιδί  
γενικά, εκκινώντας  
από μια εσφαλμένη  
συνθήκη, τη συνθήκη  
του ενήλικα που νιώθει  
ανώτερος απέναντι  
στο παιδί, αντί να ανα-  
γνωρίσει πως, σε ορι-  
σμένες στιγμές, οι πιο  
σπουδαίοι άνθρωποι  
πιάσχαν να γίνουν  
ίσοι και  
αντάξει ενός παιδιού.



Αχ, μακάρι οι γονείς  
μας να γεννιούνταν  
μαζί μας, πόσα πι-  
σωγυρίσματα και  
πόσες πίκρες θα  
γλιτώναμε. Μα γονείς  
και παιδιά δεν μπο-  
ρούν παρά να περπα-  
τούν αδιάκοπα ο ένας  
πλάι στον άλλον,  
ποτέ μαζί, βαθιά  
τάφρος τους χωρίζει,  
πάνω απ' την οποία  
μπορούν κάπου – κά-  
που να περάσουν  
λίγη αγάπη ο ένας  
στον άλλον.

### Η σωστή εκπαίδευση για το παιδί

Καθένας μας θα  
έπρεπε να οδηγείται  
μόνο μέχρι το σημείο  
εκείνο όπου καθίσταται  
πλέον ικανός να σκέφ-  
τεται μόνος του, να  
δουλεύει μόνος του,  
να μαθαίνει μόνος  
του. Ελάχιστες είναι  
οι μεγάλες αλήθειες  
που μπορούμε να  
ξεστομίσουμε ενώπιον  
μιας ομάδας ανθρω-  
πών χωρίς να πληγώ-  
σουμε έστω κι έναν  
ανάμεσά τους: μόνον  
αυτές είναι δουλειά  
του σχολείου. Το  
σχολείο θα έπρεπε  
πάντα απ' όλα να  
λογαριάζει το άτομο,  
όχι την τάξη: η ζωή  
κι ο θάνατος κι η  
μοίρα, κι αυτά στο  
κάτω – κάτω για το  
άτομο φιάχτηκαν. Το  
σχολείο θα πρέπει να  
αποκτήσει μια σχέση  
με όλα αυτά, με τα  
πραγματικά μεγάλα  
γεγονότα, εάν θέλει  
να ξαναζωογονηθεί.

Υπάρχουν τόσα  
παιδιά που κατάφε-  
ραν μεν αργότερα να  
ζήσουν μια ζωή  
πλούσια και ολοκ-  
κληρωμένη, ως εφό-  
διο ωστόσο δεν τους  
δόθηκε, για διάφο-  
ρους λόγους, τίποτε  
παραπάνω για να  
πορευτούν πέρα απ' τη  
ζωή την ίδια, γυμνή  
και καθαρή. Το να σου  
δοθεί αυτό μονάχα  
και να σε βάλουν  
έπειτα ανάμεσα στους  
ανθρώπους, δεν είναι  
το χειρότερο που  
μπορεί να σου συμβεί:  
δύναμη, ζήλος, ακόμη  
και μεγαλείο κατάφε-  
ραν να ευδοκίμησουν  
σ' ένα τέτοιο καθεστώς  
έλλειψης προστασίας –  
τούτη η έλλειψη, αν  
θέλουμε κάπως να  
παρηγορηθούμε γι' αυτήν,  
είναι κομμάτι της  
ζωής με τρόπο πολύ  
πιο άμεσο απ' ότι μια  
προστασία που

παρέχεται με ισχυρογνωμοσύνη, έτσι που τα περισσότερα «προστατευμένα» παιδιά να μεγαλώσουν τελικά φτωχικά και περιορισμένα!  
**Η σύγχρονη εκπαίδευση είναι σε λάθος δρόμο**

Κάθε εποχή ποθεί τις μεγάλες προσωπικότητες αυτών που διαφέρουν: διότι το μέλλον υπήρξε πάντοτε με το μέρος τους. Όταν όμως η μοναδικότητα αναφώνεται σ' ένα παιδί, τότε αντιμετωπίζεται απαξιώτικα ή περιφρονητικά, ίσως ακόμη και χλευαστικά, πράγμα που είναι για το παιδί το πιο επώδυνο. Τους συμπεριφέρονται σαν να μην είχαν τίποτε το ιδιαίτερο, και υποτιμούν τα βαθιά πλούτη απ' τα οποία εκείνα ζουν, δινόντάς τους σε αντάλλαγμα κοινοτοπίες. Ακόμη κι αν έχουμε πάψει να συμπεριφερόμαστε έτσι προς τους ενήλικες, στα παιδιά δεν επιδεικνύουμε μήτε ανεκτικότητα μήτε υπομονή. Το δικαίωμα που αυτονομία αναγνωρίζουμε σε κάθε ενήλικα, να έχει την προσωπική του άποψη, το αρνούμαστε στα παιδιά. Η σύγχρονη εκπαίδευση στο σύνολό της δεν είναι παρά μια αδιάκοπη μάχη ενάντια στο παιδί, όπου και τα δύο μέρη καταφεύγουν τελικά στα πλέον κατακριτέα μέσα. Το δε σχολείο συνεχίζει απλώς αυτό που ξεκίνησαν οι γονείς. Είναι ένας συστηματικός πόλεμος κατά της προσωπικότητας. Περιφρονεί το άτομο, τις επιθυμίες και τους πόθους του, και θεωρεί καθήκον του να το πιέσει να κατέβει στο επίπεδο της μάζας. Αρκεί να διαβάσει κανείς τις βιογραφίες όλων των μεγάλων ανθρώπων – έγιναν ό,τι έγιναν σε πείσμα του σχολείου, όχι με τη βοήθειά του.



**Λανθασμένος προσανατολισμός σχολείου**

Διότι, όσο παράξενα κι αν ηχεί κάτι τέτοιο τις σημερινές συνθήκες, η ζωή πρέπει στο σχολείο να μεταμορφώνεται – αν είναι να γίνει κάπου πιο ευρεία, πιο βαθιά, πιο ανθρώπινη, τότε αυτό πρέπει να γίνει στο σχολείο – αργότερα σκληραίνει γρήγορα μέσα στα επαγγέλματα και στα κάθε λογής πετρωμένα, δεν έχει πια χρόνο να διαφοροποιηθεί, θα ασκήσει λοιπόν την επίδρασή της ως έχει. Στο σχολείο της υπάρχει και χρόνος και ησυχία και χώρος – χρόνος για κάθε εξέλιξη, ησυχία για κάθε φωνή, χώρος για όλη τη ζωή και όλες τις αξίες και τα πράγματα της. Μια σειρά ασύλληπτων σφαλμάτων οδήγησε το σχολείο να γίνει το ακριβώς αντίθετο: η ζωή και η πραγματικότητα εξοβελίστηκαν μακριά του. Το σχολείο όφειλε να είναι σχολείο και μόνο σχολείο, η ζωή ήταν κάτι εντελώς διαφορετικό. Αυτή θα ερχόταν αργότερα, μετά το σχολείο, και θα ήταν υπόθεση των ενηλίκων. (Λες και τα παιδιά δεν ζουν, δεν βρίσκονται καταμεσής της ζωής).

Το σχολείο απονεκρώθηκε εξαιτίας αυτού του ακατανόητου, αφύσικου στραγγαλισμού. Του έλειπε η κινητικότητα της ζωής και έτσι όλο του το περιεχόμενο πέτρωσε σ' έναν κρύο σβώλο.

**Το σχολείο ως μάθημα ζωής**

Όλη η γνώση που μπορεί να προσφέρει το σχολείο θα έπρεπε να παρέχεται από καρδιάς και γενναιόδωρα, δίχως περιορισμούς και επιφυλάξεις, χωρίς κάποια συγκεκριμένη πρόθεση και από ανθρώπους γεμάτους πάθος. Όλα τα μαθήματα



θα έπρεπε να αφορούν τη ζωή ως το ένα εκείνο αντικείμενο, που νοείται μέσα απ' όλα τα άλλα. Θα τα κατάφεραν τότε να φθάσουν ν' αγγίζουν τις μεγάλες εκείνες συνάψεις, μες απ' τις οποίες πηγάζει ανεξάντλητη η θρησκεία.

Αυτός δεν είναι ο λόγος που τα παιδιά αντέχουν και τις πιο συγκλονιστικές ανατροπές με τρόπο τόσο απίστευτο, επειδή δεν συναισθάνονται τις ανάγκες τους και δεν γνωρίζουν πώς είναι δυνατόν να επέλθουν αλλαγές;

**Η στάση των παιδιών απέναντι στη ζωή**

Θέλω να πιστεύω πως τα πολύ μικρά παιδιά βιώνουν τον εαυτό τους μέσα από δυσθεώρητης έντασης απολαύσεις, πόνους και ύπνο – αργότερα έρχονται εποχές που ο σωματικός πόνος είναι πια το μόνο δείγμα έντασης που διατηρείται μέσα μας – τόσο καταλυτική είναι η επίδραση της ζωής πάνω μας.



**Τα παιδιά αναπαύονται μες στην αγάπη**

-εμένα άραγε μου επιτράπηκε ποτέ αυτό; πιστεύουν όμως κιόλας με αγνότητα στην πλάνη ότι είναι δυνατόν να ανήκεις σε κάποιον. Κι όταν λένε «δικό μου» δεν αξιώνουν να κατέχουν, παρά αγκαλιάζουν και ξαναφήνουν. Όταν πάλι αγκιστώνονται σε κάτι, τότε είναι ο Θεός με τον οποίο είναι ακόμη απροσδιόριστα δεμένα, που μες απ' αυτά τα αθώα ανοιχτά χεράκια τραβά τους άλλους κοντά του.

Αυτό σημαίνει να είσαι νέος: η βαθιά πίστη στις πιο όμορφες εκπλήξεις, η χαρά της καθημερινής ανακάλυψης.

**Η σημασία των δυσκολιών στη ζωή**

Για σκεφτείτε: δεν είναι δύσκολη η παιδική ηλικία μέσα σ' όλη της την ανεξήγητη συνάφεια; Δεν είναι δύσκολα για μια κοπέλα τα εφηβικά χρόνια, δεν τραβούν όπως τα μακριά, βαριά μαλλιά το κεφάλι της στα βάθη μιας απέραντης θλίψης; Τούτο δεν πρόκειται ν' αλλάξει – αν για πολλούς η ζωή γίνεται κατόπιν ευκολότερη, πιο ξέγνοιαστη και πιο



χαρούμενη, αυτό οφείλεται αποκλειστικά στο ότι έπαψαν να την παίρνουν στα σοβαρά, έπ α ψ α ν ουσιαστικά να την αναλαμβάνουν, να τη νιώθουν και να την πληρούν με το βαθύτερο είναι τους. Από την οπτική της ζωής αυτό δεν συνιστά πρόοδο. Συνιστά αποκρήρυξη όλου του εύρους και των δυνατοτήτων της. Αυτό που απαιτείται από εμάς είναι να αγαπήσουμε τη δυσκολία και να μάθουμε να τη χειριζόμαστε. Διότι μες στις δυσκολίες κρύβονται οι φιλικές δυνάμεις, τα χέρια εκείνα που μας πλάθουν. Καταμεσής των δυσκολιών θα 'πρεπε να βρίσκονται οι χαρές μας, η ευτυχία μας, τα όνειρά μας: εκεί, μπρος στα βάθη ενός τέτοιου φόντου αρχίζουν να ξεχωρίζουν, εκεί μόνο βλέπουμε πόσο όμορφα είναι. Και μόνο μες στα σκοτάδια των δυσκολιών έχει νόημα το πολύτιμο χαμόγελό μας - μόνο εκεί φεγγαβολά με το βαθύ, ονειροπόλο φως του, και μες στο φως που για μια στιγμή απλώνεται βλέπουμε τα θαύματα και τους θησαυρούς που μας περιβάλλουν.

**Ανάγκη να αναπλάσουμε τους εαυτούς μας**  
Μην υπερβάλλοντας παρά μόνο για λίγο, θα 'θελα να δηλώσω πως δεν είμαστε – αναπλάθουμε τον εαυτό μας διαρκώς και τον μετασχηματίζουμε στο σημείο τομής όλων των επιρροών που εισέρχονται στη σφαίρα της ύπαρξής μας.

Διότι έτσι γεμάτος όπως είναι μέσα – έξω ο κόσμος με πράγματα απίστευτης αμεσότητας, είναι αδύνατον να προλάβουμε εκ των υστέρων κάτι που χάσαμε.

Περισσότερα στο [www.elbi.gr](http://www.elbi.gr) Αξίζει να διαβάσεις Ανθρωποκεντρικός Πολιτισμός



ΠΑΙΔΙ ΣΟΦΙΑ1119 ΡΙΛΚΕ  
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΑ-ΒΙΒΛΙΟ + ΔΔΣ.Ι

1 Σκέψεις επιλεγμένες από την αλληλογραφία του Ράινερ Μαρία Ρίλκε, στο βιβλίο «Η Σοφία του Ρίλκε» του Ούλριχ Μπτέρ.

**Οι Χαρταετοί**

Ξημέρωσ' η Καθαρά Δευτέρα. Ένα ψηλό αεράκι φυσούσε και όλοι ευχαριστημένοι ήσαν. Πολλοί πετούσαν Χαρταετούς, που μόνοι τους εφπίαχναν, με κόλλες ποικιλόχρωμες, με σπάγγο και καλάμια. Φπιάχνανε ζύγια, κόβαν ουρές, τους δέναν σε καλούμπες κι αφήνανε σιγά-σιγά ο αέρας να τους πάρει. Αυτοί εσηκωνόντουσαν και κάνοντας κεφάλι πολύ μακριά πηγαίνανε. Πηγαίνανε ολημερίς κατά το πού φυσάει. Δες, λεύτεροι πετούν ψηλά, λεύτεροι αγναντεύουν πέρα τους κόμπους, τα βουνά, τους λόγγους, τις ραχούλες, τις ακρογιαλιές, τις θάλασσες και όλα τα ξερονήσια. Οι άνθρωποι όλοι γύρω τους κάθονται και χαζεύουν, με το κεφάλι τους ψηλά, τα μάτια καρφωμένα, το νου και την καρδούλα τους κάποτε να τους μοιάσουν. Κι όλο χορεύουν και κουνούν τις όμορφες ουρές τους. Κι όλο απομακρύνονται κι όλο ψηλά τραβάνε. Μέχρι που ο σπάγγος κόβεται, σώνεται η καλούμπα .

Δέσιμο πια δεν έχουμε με τους κοινούς ανθρώπους. Έτσι ψηλά στον ουρανό τα σύννεφα τους παίρνουν. Να φτάσουν θέλουν το Θεό, να δούνε τους Αγγέλους. Μα... αλή...ο αγέρας σταματά, παύει πια να φυσάει. Τέρμα οι χοροί, τέρμα οι χαρές, τέρμα και η περιφάνεια. Πέφτουν γκρεμοτσακίζονται και άδοξα πεθαίνουν. Κρέμονται πότε κατά δω και πότε κατά κειθε. Πότε σε κανά ζόκλαδο, πότε σε κανά στύλο. Με ριμαγμένα τα χαρτιά, σπασμένα τα καλάμια και την κορμμένη τους ουρά να παίρνει ο αγέρας, να στροβιλίζει ολημερίς, κουβάρι να την κάνει. Μήτε ακούς φρουφρούρισμα, μήτε χορό πια βλέπεις. Έχεις όμως το όνειρο, στο νου και στην καρδια σου, κάποτε Λεύτερος και Συ σ' άστρα ψηλά να φτάσεις.

Απόσπασμα από το βιβλίο “Το τραγούδι του σπασμένου Ροδιού”

Ιουλία Χαρτίδου



## 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 ...

Το νέα μας Τυτότητα Το έργο μας Εκδηλώσεις Στήριξέ μας



Η Τεχνολογία εξελίσσεται,  
άραγε πόσο βοηθάει στην ανάπτυξη του ανθρώπου;

## Αποτελέσματα 15ης Γενικής Συνέλευσης



Στις 27 Φεβρουαρίου 2020, στις 12:00 π.μ. στο Αμφιθέατρο του Νοσοκομείου «Η Σωτηρία» έλαβε χώρα η ετήσια (15η) Γενική Συνέλευση του Συλλόγου Φίλων Περιθαλπομένων Νοσοκομείου "Η Σωτηρία" μετά από πρόσκληση του Διοικητικού Συμβουλίου. Σε σύνολο εγγεγραμμένων μελών 119 παραβρέθηκαν στην Γενική Συνέλευση 31 ταμειακά εντάξει Τακτικά Μέλη.

Πρόεδρος της Γενικής Συνέλευσης εκλέχτηκε ο κύριος Δημήτριος Πολυζωγόπουλος και Γραμματέας η κυρία Κυριακή Δημητρούλακη.

Μετά την παρουσίαση του Διοικητικού και Οικονομικού Απολογισμού ακολούθησε ψηφοφορία δια ανατάσεως της χειρός και εγκρίθηκαν ομόφωνα.

Εξελέγη Εφορευτική Επιτροπή για την διενέργεια ανάδειξης νέου Διοικητικού Συμβουλίου και Εξελεγκτικής Επιτροπής αποτελούμενη από τους Γεώργιο Ζουρελίδη, Μπετίνη Παγώνα και Χατζοπούλου Βασιλική.

Τα αποτελέσματα της ψηφοφορίας είναι τα εξής:

Για το **Διοικητικό συμβούλιο** έλαβαν:

Βιταλάκης Κώστας	12 ψήφοι
Γαρζώνης Πέτρος	25 ψήφοι
Γιαλελή Μάγδα	26 ψήφοι
Δεδούσης Γεώργιος	15 ψήφοι
Κουλουρίδης Αναστάσιος	10 ψήφοι
Ορφανίδου Δώρα	6 ψήφοι
Παπαζαφείρη Θεοδώρα	18 ψήφοι
Στρατάκος Αριστείδης	6 ψήφοι

Για την **Εξελεγκτική επιτροπή** έλαβαν:

Γουσήτης Σωτήρης	6 ψήφοι
Γρηγοράκη Ελπίδα	15 ψήφοι
Δερβίση Ευθυμία	7 ψήφοι
Σπυράτου Σταματίνα	25 ψήφοι

Επίσης η Γενική Συνέλευση ψήφισε ομόφωνα πρόταση του Διοικητικού Συμβουλίου σχετικά με την μετονομασία σε Συμπαθούντα μέλη όσων Τακτικών Μελών έχουν οφειλές άνω των τριών ετών και οριστική διαγραφή όσων Συμπαθούντων Μελών έχουν οφειλές άνω των 5 ετών.

# 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)