

Σύλλογος Φίλων Περιθαλπομένων Νοσοκομείου "Η ΣΩΤΗΡΙΑ"

Ναι μεν αλλά...

Σε αυτό τον δαιμόνιο κόσμο που ζούμε τίποτα δεν είναι μονοσήμαντο. "Ουδέν κακόν αμιγές καλού". Ό,τι σκεφτόμαστε, λέμε, πράττουμε, παρά την καλή μας πρόθεση, μπορεί να έχει και αρνητικές επιπτώσεις σε εμάς ή σε άλλους. Δεν μπορούμε να τους έχουμε όλους ευχαριστημένους, αλλά ούτε και εμείς είμαστε πάντα πλήρεις. Όσα καλά και να έχουμε πάντα υπάρχει ένα αλλά. Πάντα υπάρχει κάτι που μας κόβει ένα μέρος, μικρό ή μεγάλο, από την ευτυχία μας. Πάντα υπάρχει κάτι σα τη μύγα μες το γάλα που μας χαλά τη διάθεση. Έτσι είναι αυτός ο κόσμος, δεν μπορούμε να τα έχουμε όλα. Ό,τι καλό και να μας κάνουν πάντα υπάρχει ένα αλλά που δεν μας αφήνει να το ευχαριστηθούμε πλήρως. Μια σκέψη δισταγμού, αμφιβολίας, υστεροβουλίας δηλητηριάζει κάθε καλό.



Σε αγαπάω αλλά είσαι απρόσεκτος, μου αρέσεις αλλά το χρώμα των μαλλιών σου θα μπορούσε να είναι πιο ανοικτό. Θέλω να σε δω αλλά μένεις μακριά. Καλό παιδί η τάδε αλλά είναι αργή... Πάντα υπάρχει ένα αλλά που χαλά τη μαγιά.

Το ένα δεδομένο είναι αυτό που υπάρχει, ο ανάμικτος κόσμος από καλό και κακό, αλλά υπάρχει και κάτι άλλο που δεν είναι δεδομένο αλλά μπορούμε εμείς να το δημιουργήσουμε με την ελεύθερη βούληση που είμαστε προικισμένοι. Το καλό και το κακό θα υπάρχει πάντα σε αυτό τον κόσμο αλλά εμείς μπορούμε να αλλάξουμε την εξίσωση του "αλλά" και να δώσουμε έμφαση στο θετικό, να εστιάζουμε στο καλό. Είσαι απρόσεκτος αλλά σε αγαπώ. Δεν πέτυχε το χρώμα των μαλλιών σου αλλά μου αρέσεις. Μένεις μακριά αλλά έρχομαι να σε δω.

Χρειάζεται να επανεκτιμάσουμε τον εαυτό μας. Δε λέω να μη βλέπουμε το κακό, το λάθος, το στραβό εφόσον υπάρχει, αλλά να ψάχνουμε και να βρίσκουμε το καλό στο κάθε τι που πάντα υπάρχει και σε αυτό να εστιάζουμε.

Αν καταφέρουμε και είμαστε ευγνώμονες για όλα αυτά τα καλά που έχουμε και πάψουμε να γκρινιάζουμε για ό,τι μας φαίνεται ότι δεν μας πάει ή δεν είναι καλό, θα αισθανθούμε πραγματικά ευτυχισμένοι. Η ευτυχία μας ή δυστυχία μας είναι προσωπική επιλογή και δεν εξαρτάται από τα καλώς ή κακώς κείμενα.

Πέτρος Γαρζώνης
Σχέδιο: Ρένα Καραλέκα

Εμείς και ο Πάσχων Συνάνθρωπος

Η εποχή μας, με το έντονα υλιστικό πνεύμα που τη διακατέχει, δεν αφήνει περιθώρια στον άνθρωπο για την εκδήλωση των συναισθημάτων του. Με αποτέλεσμα να έχει μετατραπεί σε ένα καταναλωτικό άτομο πιστό στα κελεύσματα της διαφήμισης. Έτσι λοιπόν ο σημερινός άνθρωπος [ευτυχώς όχι στο σύνολό του] έχει αποβάλει κάθε συναισθηματισμό από μέσα του και έχει καταπνίξει, ως μιαιφάν, αξίες όπως η αγάπη, η φιλία, ο σεβασμός. Το μόνο που τον ενδιαφέρει είναι ο εαυτός του και πώς θα περάσει καλά. Αναλώνεται σε έναν ανέανο και επίτιμο ανταγωνισμό με μοναδικό στόχο την επίτευξη της προσωπικής του ευτυχίας μέσα από τη συγκέντρωση εφημερων υλικών αγαθών στα χέρια του. Βέβαια τα αποτελέσματα αυτής της νοοτροπίας που επικρατεί είναι εμφανή και δυστυχώς τραγικά. Ο άνθρωπος προκειμένου να ικανοποιήσει τον εγωισμό του και το προσωπικό του συμφέρον δεν κοιτάζει δίπλα του, δεν βλέπει ή δεν θέλει να δει τον πάσχοντα συνάνθρωπό του. Προσπαθεί να περιχαρακωθεί γύρω από τον δικό του στενό υλιστικό κόσμο και εθελουφλεί μπροστά στα προβλήματα των άλλων. Θαρρείς και αυτοί δεν είναι συνάνθρωποι του με τη δική τους αξία και προσωπικότητα αλλά υποδεέστερα όντα που δεν αξίζει να ασχοληθεί κανείς μαζί τους. Ακόμα και όταν ο αλαζόννας άνθρωπος καταδέχεται να κοιτάξει τη δυστυχία που υπάρχει γύρω του ακόμα και τότε αυτή εξαντλείται σε μια απλή και τυπική ελεημοσύνη κάθε Χριστούγεννα και Πάσχα προκειμένου να ξεγελάσει την ήδη διαβρωμένη συνείδησή του.

Και όμως αυτοί οι συνάνθρωποι μας χρειάζονται την αμέριστη συμπαράσταση και υποστήριξη μας πάντοτε. Είναι άτομα που μέσα από το πρόβλημα που αντιμετωπίζουν [σωματική αναπηρία, χρόνια νοσήματα, νοητική στέρση] προσπαθούν να δηλώσουν και αυτά την παρουσία τους στην καθημερινή ζωή της κοινωνίας μας, ακόμα και αυτοί που βρίσκονται εγκλωβισμένοι στα σκοτεινά μονοπάτια της ψυχής τους. Άλλωστε οι περισσότεροι από τους ψυχικά πάσχοντες είναι θύματα της ίδιας μας της κοινωνίας. Αξίζει λοιπόν ο καθένας ξεχωριστά και όλοι μαζί να προσπαθήσουμε να απεγκλωβίσουμε αυτούς τους ανθρώπους από τον φανταστικό και απομονωμένο κόσμο τους, εντάσσοντάς τους ξανά

στο κοινωνικό σύνολο. Όμως αυτοί οι συνάνθρωποι μας με τα προβλήματα που τους ακολουθούν στη ζωή τους εξακολουθούν και αντιμετωπίζονται, στις περισσότερες των περιπτώσεων, σαν κάτι απωθητικό και αποκρουστικό. Θαρρείς και έχουν διαπράξει κάποιο θανάσιμο κακό. Άλλωστε αρκετά συχνά ακούμε να αναφέρονται με μεγάλη ευκολία οι όροι «τρελός», «σακάτης», «χαζός» για αυτούς τους ανθρώπους.

Βέβαια θα πρέπει να αναφερθεί και η ευθύνη του κράτους για το συγκεκριμένο θέμα. Αυτό, προκειμένου να φτιάξει τους αριθμούς της οικονομίας, παραγκωνίζει τις ομάδες του πληθυσμού που αντιμετωπίζουν προβλήματα που αφορούν την υγεία. Έτσι κόβει κονδύλια και πόρους από αυτές τις ομάδες με τη συγνή λογιστική σκέψη ότι εφόσον αυτοί οι άνθρωποι δεν παράγουν, αφού στις πλείστες των περιπτώσεων δεν μπορούν να εργαστούν, δεν χρειάζεται να τους δίνουμε και πολλά, αδιαφορώντας αρκετές φορές ακόμα και για την επιβίωσή τους.

Όμως εκτός από το σκληρό και ανάλγητο πρόσωπο του κράτους η κύρια ευθύνη πέφτει στον καθένα από εμάς, αν θέλουμε να παραμείνουμε πραγματικοί άνθρωποι. Ο κάθε πάσχων συνάνθρωπός μας χρειάζεται όχι μόνο την υλική συμπαράστασή μας αλλά κυρίως την ηθική. Να ξέρι ότι θα του συμπεριφερθούμε ισότιμα και δεν θα τον κοιτάζουμε με μισό μάτι προσπαθώντας να αποστρέψουμε το βλέμμα μας από αυτόν ή στην καλύτερη περίπτωση να τον δούμε απλά με οίκτο.

Όπως είδαμε λοιπόν από τη μια η κοινωνία μας υπερηφανεύεται για την εντυπωσιακή της, τεχνολογική πρόοδο και το πλήθος των ανέσεων που παρέχονται στη ζωή μας, από την άλλη όμως μια μερίδα συνανθρώπων μας εξακολουθεί να πάσχει από προβλήματα που έχουν άμεση σχέση με την υγεία [σωματική και ψυχική] χωρίς να λαμβάνουν την απαιτούμενη προσοχή, ούτε από το κράτος αλλά ούτε και από εμάς τους ίδιους. Μήπως τελικά πρέπει να επαναχαράξουμε τις αξίες της ζωής μας έτσι ώστε να δείξουμε ευαισθησία, συναίσθημα, εκεί που χρειάζεται, και η λέξη ανθρωπιά να αποκτήσει το πραγματικό της νόημα;

Τάσος Κουλουριδής



Καλά Χριστούγεννα με υγεία και χαρά

Ερυθρός Σταυρός: Η ίδρυση και η προσφορά του

Διεθνής οργανισμός ανθρωπιστικού χαρακτήρα, ο Ερυθρός Σταυρός ιδρύθηκε με σκοπό την προσφορά βοήθειας στα θύματα των πολέμων



Η υπογραφή της Συνθήκης της Γενεύης, με την οποία ιδρύθηκε ο Ερυθρός Σταυρός Διεθνής οργανισμός ανθρωπιστικού χαρακτήρα, ο Ερυθρός Σταυρός ιδρύθηκε με σκοπό την προσφορά βοήθειας στα θύματα των πολέμων.

Είναι μια από τις πρώτες μη κυβερνητικές οργανώσεις και στις μέρες μας η μεγαλύτερη και σημαντικότερη, με δράση σε κάθε γωνιά του πλανήτη.

Εκτός από την περίθαλψη των τραυματιών και την προστασία των αιχμαλώτων πολέμου, ο Ερυθρός Σταυρός σε καιρό ειρήνης παρεμβαίνει σε περιπτώσεις καταστροφών, ενώ ασχολείται ιδιαίτερα με το ζήτημα των προσφύγων.

Αφορμή για την ίδρυση του Ερυθρού Σταυρού στάθηκε η Μάχη του Σολφερίνο (24 Ιουνίου 1859), κατά την οποία οι Γάλλοι νίκησαν τους Αυστριακούς στην πόλη Σολφερίνο της βόρειας Ιταλίας, ύστερα από ολοήμερη μάχη.

Αυτόπτης μάρτυρας της αγριότητας των πολεμικών συγκρούσεων, ο ελβετός επιχειρηματίας Ζαν Ανρί Ντυνάν, ταραγμένος από την αγωνία των τραυματισμένων στρατιωτών, οργάνωσε ένα δίκτυο βοήθειας, με τη συνδρομή ντόπιων εθελοντών.

Με την επιστροφή του στη Γενεύη, ο Ντυνάν γράφει ένα βιβλίο με τίτλο «Αναμνήσεις από το Σολφερίνο», στο οποίο, μεταξύ άλλων, αναπτύσσει ιδέες για την εθελοντική βοήθεια κατά τη διάρκεια του πολέμου.

Προτείνει οι τραυματίες και όλοι όσοι τους φροντίζουν να θεωρούνται ουδέτεροι, ακόμα και στο πεδίο της μάχης.

Τον Αύγουστο του 1863 πέντε πολίτες της Γενεύης, οι Γκιστάβ Μουανιέ, Λουί Απιά, Τεοντόρ Μωνουάρ, Γκιγιόμ Ντυφούρ και Ανρί Ντυνάν, ιδρύουν τη Διεθνή Επιτροπή για τη Βοήθεια των Τραυματιών.

Στις 29 Οκτωβρίου του ίδιου χρόνου ειδικό από 16 χώρες συναντώνται στη Γενεύη και υιοθετούν τις ιδέες του Ντυνάν.

Έναν χρόνο αργότερα, στις 22 Αυγούστου του 1864, με πρωτοβουλία της Ελβετίας διοργανώνεται μια διεθνής διπλωματική διάσκεψη και υπογράφεται η Σύμβαση της Γενεύης, όπου αναγνωρίζεται ο ρόλος της Επιτροπής και η υποχρέωση των εμπόλεμων να προστατεύουν τους τραυματίες και να τους παρέχουν τις απαραίτητες φροντίδες.

Οι αρχές της Σύμβασης του 1864 επεκτάθηκαν αργότερα στους τραυματίες των συγκρούσεων στη θάλασσα (1899 και 1907),

στους αιχμαλώτους πολέμου (1929) και στους άμαχους πληθυσμούς (1949).



Το 1876 η Διεθνής Επιτροπή για τη Βοήθεια των Τραυματιών θα μετονομαστεί σε Διεθνή Επιτροπή Ερυθρού Σταυρού, όπως είναι γνωστή και σήμερα.

Ως έμβλημα του Ερυθρού Σταυρού υιοθετείται ο κόκκινος ισοσκελής σταυρός σε λευκό φόντο, που είναι η ελβετική σημαία με αντεστραμμένα χρώματα.

Οι μουσουλμανικές χώρες που εισήλθαν στον Διεθνή Οργανισμό αργότερα απαίτησαν την αλλαγή του εμβλήματος, που παρέπεμπε στον χριστιανισμό.

Έπειτα από διαπραγματεύσεις αποφασίστηκε οι χριστιανικές χώρες να χρησιμοποιούν τον Ερυθρό Σταυρό και οι μουσουλμανικές χώρες την Ερυθρά Ημισέληνο.

Και οι δύο οργανώσεις συνεργάζονται στενά κάτω από την ομπρέλα της Διεθνούς Επιτροπής του Ερυθρού Σταυρού και της Ερυθράς Ημισελήνου, που εδρεύει στη Γενεύη.

Το Ισραήλ, από ίδρύσεώς του, το 1948, έχει τη δική του οργάνωση, το Ερυθρό Άστρο του Δαυίδ.

Τα τελευταία χρόνια προτείνεται η υιοθέτηση ενός ουδέτερου εμβλήματος για όλο αυτό το ανθρωπιστικό κίνημα, που θα είναι ο Ερυθρός Κρύσταλλος.

Το Ελληνικό Τμήμα του Ερυθρού Σταυρού (Ελληνικός Ερυθρός Σταυρός) ιδρύθηκε στις 10 Ιουνίου 1877 υπό την προστασία της βασίλισσας Όλγας, με πρώτο πρόεδρο το νομομαθή Μάρκο Ρενιέρη (1815-1897).

Στις 6 Οκτωβρίου του ίδιου χρόνου αναγνωρίστηκε από τον Διεθνή Ερυθρό Σταυρό.

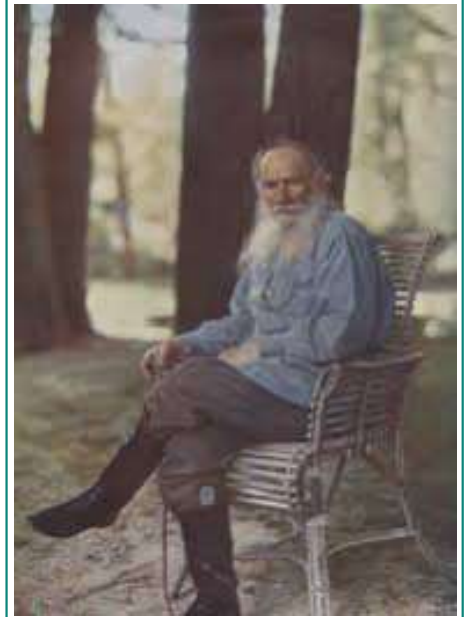
Σκοποί του Ελληνικού Ερυθρού Σταυρού, όπως περιγράφονται στο καταστατικό του, είναι σε περίοδο πολέμου η θεραπεία και η περίθαλψη των τραυματιών, η μέριμνα για τους αιχμαλώτους και η προστασία των θυμάτων του πολέμου, ενώ σε περίοδο ειρήνης η παροχή βοήθειας στους πληττόμενους από θεομηνίες και επιδημίες, η παροχή κοινωνικο-προνοιακού και φιλανθρωπικού έργου και η προαγωγή της δημόσιας υγείας γενικότερα.

Η δράση του ΕΕΣ επεκτείνεται και εκτός των ελληνικών συνόρων, με αποστολές ανθρωπιστικής βοήθειας σε διάφορα μέρη του κόσμου.

Έργο του Ελληνικού Ερυθρού Σταυρού υπήρξε η ίδρυση Σταθμών Πρώτων Βοηθειών, Κέντρων Αιμοδοσίας, Σχολών Νοσηλευτικής, νοσοκομείων («Ερρίκος Ντυνάν», «Ασκληπείο Βούλας», «Κοργιαλένιο-Μπενάκειο» στους Αμπελοκήπους) και της Υπηρεσίας Αναζητήσεως Αγνοουμένων.

(Πηγή πληροφοριών: sansimera.gr)

Αποφθέγματα Λέων Τολστόι



Ο Λέων Τολστόι θεωρείται ως κορυφαίος συγγραφέας της παγκόσμιας λογοτεχνίας.

Αντιγράφουμε 6 αποφθέγματα από τον πλούτο των συγγραμμάτων του, προς προβληματισμό και σκέψη:

✧ *Ευτυχία δεν είναι να κάνεις πάντα αυτό που θέλεις, αλλά να θέλεις πάντα αυτό που κάνεις.*

✧ *Όλοι θέλουν να αλλάξουν τον κόσμο, αλλά κανείς δεν θέλει να αλλάξει τον εαυτό του.*

✧ *Είναι εκπληκτικό πόσο πλήρης είναι η αυταπάτη ότι η ομορφιά είναι καλοσύνη.*

✧ *Το λάθος δεν παύει να είναι λάθος, επειδή εγκρίνεται από την πλειοψηφία.*

✧ *Αν αναζητάτε την τελειότητα δεν θα είστε ποτέ ευχαριστημένοι.*

✧ *Μην ακούτε ποτέ αυτούς που κακολογούν τους άλλους και λένε καλά λόγια για εσάς.*

Πατήρ Σπυρίδων

Αν μπορούσες να μάθεις ποιος πραγματικά είσαι, όλα τα προβλήματα θα φάνινονταν εντελώς άσκοπα κι ασήμαντα.

Η ΣΤΗΛΗ ΤΩΝ ΑΝΑΓΝΩΣΤΩΝ ΜΑΣ

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

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

Αδελφοδιώχτης

Το τηλεφώνημα της φίλης μου με θορύβησε πολύ. Πρώτη φορά την άκουγα τόσο παραγμένη. Δεν μπορούσε να σταματήσει τους λυγμούς της.

- Τι σου συμβαίνει, καλή μου; Με τρομάζεις.

Με δυσκολία είπε: «Έλα εδώ. Θέλω να μιλήσω σε κάποιον, αλλιώς θα σκάσω!».

Όταν έφτασα στο σπίτι της, έπεσε στην αγκαλιά μου. Την άφησα να ξεσπάσει και όταν κάπως ηρέμησε καθίσαμε να μιλήσουμε.

- Έφυγε απροειδοποίητα η κόρη μου, η Λίνα. Νοίκιασε το σπίτι της και μετακόμισε χωρίς να μου αφήσει διεύθυνση και τηλέφωνα. Εγώ, που στερήθηκα σ' όλη μου τη ζωή για να της δώσω όλα τα καλά, τώρα πληρώνομαι μ' αυτήν την άδικη συμπεριφορά.

- Καλά, ο άνδρας της, τα παιδιά της τι λένε; Αν δεν κάνω λάθος είναι φοιτητές.

- Όλοι έχουν γίνει ένα. Θέλουν να με πεθάνουν. Ο άνδρας της έφυγε για το εξωτερικό, γιατί εκεί βρήκε δουλειά. Τα εγγόνια μου, που ξέρεις τι έχω τραβήξει για να της τα μεγαλώσω, φαίνεται πως δεν μ' αγάπησαν ποτέ τους. Τουναντίον, με μισούν. Μπορείς να φανταστείς ότι με βρίζουν, με καταριούνται;

Συγκλονίστηκα ακούγοντας όλα αυτά!

- Για στάσου, βρε καλή μου. Εγώ είχα την εντύπωση πως ήσασταν μια αγαπημένη, αν όχι ευτυχισμένη, οικογένεια. Δεν μπορώ να πιστέψω αυτά που ακούω σήμερα! Τα έκρυβες τόσα χρόνια, δεν έλεγες κουβέντα σε κανέναν και βασανίζουσα μόνη σου; Καλά, όλα αυτά άρχισαν να συμβαίνουν μετά τον θάνατο του άνδρα σου ή υπήρχε και πριν αυτή η κατάσταση;

- Τώρα έχει χειροτερέψει το κακό. Επειδή με θεωρούν ανυπεράσπιστη έχουν αγριέψει. Ζητούν να τους γράψω όλη την υπόλοιπη περιουσία, -τα σπίτια και στις δυο μας κόρες τους τα έχουμε γράψει- επειδή η μικρή μας κόρη δεν έχει παιδιά και ξέρουν ότι δεν μπορεί να αποκτήσει. Από τότε δε που παντρεύτηκε αυτόν τον καλό άνθρωπο, που τη λατρεύει, ξέρεις πόσο καλός είναι, τον βρίζουν, τον κακολογούν και κάνουν το παν για να τους χωρίσουν, στοχεύοντας στην περιουσία.

- Καλά, είπα, δεν μπορώ να πιστέψω αυτά που ακούω. Θα μου στρίψει! Ευτυχώς που έχεις γεννηθεί με ανεξάντλητη υπομονή! Άλλος στη θέση σου, δεν ξέρω τι μπορούσε να είχε κάνει!...

- Ναι, αλλά πόσο θα αντέξω; Τόσα χρόνια παλεύω να κρατώ ισορροπίες. Δεν μπορώ να σου περιγράψω πόσο πολύ η Λίνα ζηλεύει την αδελφή της. Ευτυχώς που η μικρή μου είναι καλόκαρδη και πολύ στοργική. Η Λίνα πάντα τα ήθελε όλα δικά της. Πάντα κακολογούσε άδικα την αδελφή της. Δεν έχω και κανένα παράπονο από τον γαμπρό μου, τον άνδρα της μικρής. Άλλος στη θέση του θα είχε πάρει το καπελάκι του και θα μας παρατούσε και τις δυο στο έλεος των αδιστάκτων. Τόσα χρόνια δεν μιλούσα, γιατί ήταν και η υγεία του άντρα μου, με την καρδιά του. Απ' όλο αυτό το σφίξιμο, κοίτα τι έχω πάθει. Άρχισε να μου εμφανίζεται πάρκινσον.

Έτρεμαν το κεφάλι και τα χέρια της!...

- Καλά έκανες και μου άνοιξες την καρδιά σου. Όποιος δεν λέει τον πόνο του, πάει μ' αυτόν κι απ' αυτόν! Αλλά μου κάνει εντύπωση η συμπεριφορά της Λίνας. Ξέρω ότι εσύ της είχες αδυναμία. Δεν της χαλούσες χατίρι. Το πρώτο σου παιδί, όμορφη, γλυκιά, δεν δει-

χνόταν σε κανέναν. Τους ξεγελούσε όλους!...

Η φίλη μου αναλύθηκε σε βουβό κλάμα...

- Έλα, προσπάθησε να ησυχάσεις και νομίζω ότι είναι καλύτερα που έφυγε. Εάν συνέχιζε να μένει εδώ, θα είχατε συνέχεια τσακωμούς. Και το κακό δεν αργεί, όλοι το ξέρουμε... Έλα, σταμάτα να κλαις, δεν βγαίνει τίποτα. Θα έρθει κι η μικρή από τη δουλειά της, θα σε δει σ' αυτήν την κατάσταση και θα στενοχωρηθεί. Πιστεύω ότι με τον καιρό θα φτιάξουν τα πράγματα. Μάνα της είσαι, θα έρθει να σε δει. Κάνε υπομονή!

- Δεν θα έρθει. Θα σου πω ένα περιστατικό, που λέει πολλά. Όταν ακόμα ζούσε ο άντρας μου είχαμε αποφασίσει, κάτω από την πίεση της Λίνας, να τους μοιράσουμε και την υπόλοιπη περιουσία. Επειδή υπήρξε διαφωνία, δώσαμε τη λύση του κλήρου. Σε μισή ώρα, ήρθε ο άντρας της Λίνας και περιχαρής μας ανακοίνωσε πως έριξαν κλήρο. Τον κέρδισε η κόρη του και μπορούσαμε να προχωρήσουμε σε συμβόλαια. Όπως το ήθελαν αυτοί βέβαια. Είχαν ρίξει κλήρο μόνοι τους. Τέτοια ξανδιαντροπιά!...

- Καλά, είπε ο άντρας μου, τελειώς απογοητευμένος. Έτσι η υπόθεση της περιουσίας έχει μείνει σ' εμένα. Εγώ καλούμαι να δώσω λύση. Αν μπορούσα, θα τους αποκλήρωννα, αλλά με εμποδίζει ο νόμος.

Ομολογώ, το να ρίχνουν κλήρο μόνοι τους, πρώτη φορά το άκουγα. Δεν είχα τι να πω.

- Γι' αυτό σου λέω, δεν θα έρθει. Το έλεγε με σιγουριά.

- Δεν θα έρθει, είναι πολύ σκληρή, γιατί είναι σημειωμένη...

- Τι είναι; Τι λες τώρα. Από πότε το γυρίσαμε στις δεισιδαιμονίες; Τι λες;

- Εγώ ξέρω τι λέω. Η Λίνα γεννήθηκε σημειωμένη με αδελφοδιώχτη!...

- Τι είναι αυτό; Πρώτη φορά το ακούω. Για κόν' το μου λιανά. Τι είναι ο αδελφοδιώχτης; αρρώστια;

- Αρρώστια αγιάτρευτη, του μυαλού και της ψυχής... Ο άνθρωπος που τον έχει είναι σημειωμένος με μια γαλάζια φλεβίτσα που ξεκινάει από την κόχη του ενός ματιού, ανεβαίνει από τη ράχη της μύτης και φτάνει στην κόχη του άλλου ματιού.

- Και σ' το 'χει πει γιατρός αυτό;

- Ποιος γιατρός, καημένη μου; Η ιατρική ασχολείται με άλλα... Όταν γεννήθηκε και ήρθε η πεθερά μου να την ασημώσει, στάθηκε και την παρατηρούσε πολύ ώρα. Στην αρχή νόμιζα ότι την καμάρωνε, γιατί ήταν πολύ όμορφο μωρό. Μετά όμως κατάλαβα ότι την κοιτούσε με ανησυχία. Τρόμαξα και τη ρώτησα τι συμβαίνει. «Βλέπετε κάτι που σας ανησυχεί;»

- Κόρη μου, μου είπε λυπημένα, το παιδί σου είναι σημειωμένο με αδελφοδιώχτη. Είναι κληρονομικό μας.

- Δηλαδή θα μου πεθάνει; ρώτησα έντρομη.

- Όχι, αυτή δεν θα πεθάνει. Πρέπει να προσέχεις πολύ, γιατί θα δυσκολέψει τη ζωή των άλλων παιδιών που θα κάνεις. Επιθυμία της θα είναι να χαθούν. Συνήθως δεν στερώνουν τα άλλα παιδιά. Απ' τον φόβο μου κόντεψα να χάσω τα λογικά μου. Θυμάσαι όταν γέννησα τη δεύτερη κόρη μου, τι τραβήξαμε έως ότου σταθεροποιηθεί η υγεία της; Δεν έφευγε από το μυαλό μου ο αδελφοδιώχτης της Λίνας. Αυτή συνεχίζει να είναι η επιθυμία της μεγάλης, να την εξοντώσει.

- Δεν καταλαβαίνω τι μου λες. Αλλά για να

το έχει πει η πεθερά σου κάτι μπορεί να ξέρει. Ίσως να είχε βγει αυτό το συμπέρασμα από παρατηρήσεις διαμέσου των αιώνων. Η «αρχαία σοφία» που λέμε.

- Ξέρεις, μου είπε η φίλη, όταν αρραβωνιάστηκε η μικρή πήγαμε στην Ήπειρο για να τη γνωρίσει η πεθερά της. Όταν της σύστησε τη Λίνα την καλωσόρισε, αλλά σαν πήγε κοντά της, τα μάτια της καρφώθηκαν στο πρόσωπό της κι έκανε ένα μορφασμό, σαν να σκιάχτηκε. Αργότερα, είπε στη νύφη της:

- Εσύ φαίνεσαι καλόκαρδη κοπέλα. Την αδελφή σου να την προσέχεις. Έχει το κακό στον νου της.

Δεν ξέρω τι να πω, αλλά φαίνεται πως οι παλιές, ηλικιωμένες γυναίκες, κυρίως αυτές που ασχολούνταν με τα βότανα και ήταν σαν γίγτρισες ήξεραν το σημάδι του αδελφοδιώχτη.

Εκείνη την ώρα μπήκε μέσα η μικρή της κόρη και η συζήτηση διακόπηκε.

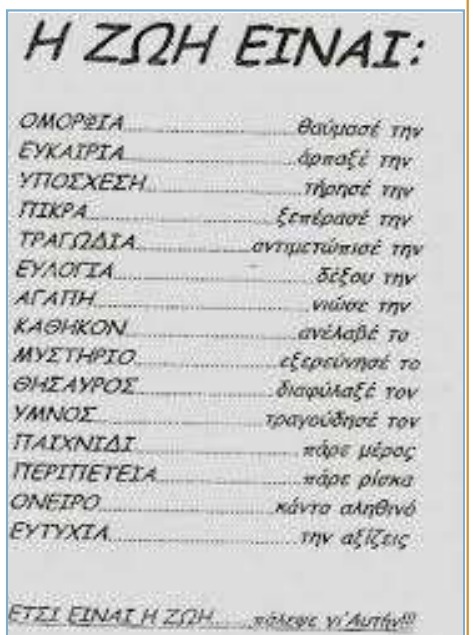
- Άντε, τώρα έχεις παρέα, καιρός να φεύγω κι εγώ. Θα με ψάχνουν κι οι δικοί μου.

Προβληματίστηκα πολύ! Στο σπίτι μου άνοιξα το μεγάλο λεξικό να βρω τι έγραφε για τον αδελφοδιώχτη. Πράγματι υπήρχε ένα λήμμα αδελφοδιώχτης ή αδελφοδιώχτης. Εκεί αναφερόταν ότι κατά τη λαϊκή παράδοση συνήθως το τέταρτο παιδί εάν είχε πάνω του αυτό το σημάδι της γαλάζιας φλεβίτσας, δεν άφηνε να στεριώσουν τα παιδιά που γεννιούνταν μετά απ' αυτό.

Στην περίπτωση της ιστορίας της φίλης μου, τον είχε η πρωτότοκη. Άραγε, δίνει η φύση εξωτερικά σημάδια, που προοδίζουν τον εσωτερικό μας κόσμο, τον χαρακτήρα μας; Είναι η ζωή μας και το μέλλον μας αμετάτρεπτα προμελετημένα; Είμαστε δέσμιοι της κληρονομικότητάς μας και δεν μπορούμε να αλλάζουμε τίποτα; Δεν γνωρίζω αν υπάρχει κάποιος κλάδος της επιστήμης που ασχολείται με αυτές τις αναφορές. Γιατί να μη μπορεί να μας δώσει απαντήσεις η επιστήμη, αφού διαμέσου των αιώνων με την παρατήρηση και μόνον έχουν διαπιστωθεί;

Αλλά εμείς συνηθίζουμε να αποδεχόμαστε με υπερβολικό ζήλο κάθε καινούργιο και να περιφρονούμε κάθε παλιό, που περιέχει τη σοφία του κόσμου!...

Φανή Βαλαμόντε



Τι δεν μου αρέσει στο Facebook

Το Facebook άλλαξε άρδην τον τρόπο επικοινωνίας, πλέον όλοι μας ζούμε σε μία νέα διαδικτυακή κοινωνία, στην οποία κυριαρχούν τα μηνύματα, τα like, τα μπλοκαρίσματα.



Δεν υπάρχει αμφιβολία πως τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, σε μεγάλο βαθμό, βοήθησαν πολλούς ανθρώπους στο να κοινωνικοποιηθούν περισσότερο και να βρουν έναν τρόπο στο να εκφράζουν ελεύθερα τις απόψεις τους. Η επικοινωνία σε σχέσεις στις οποίες δεν είναι δυνατή η καθημερινή επικοινωνία διευκολύνθηκε, ενώ η αποστολή μηνυμάτων γίνεται με πιο σύντομο και ξεκούραστο τρόπο.

Αυτή όμως είναι η μία και θετική όψη του νομίσματος. Η αλήθεια είναι πως τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης –ειδικά το Facebook- έδωσαν τροφή σε πολλά αρνητικά γνωρίσματα ώστε να διογκωθούν και να αυξηθούν ακόμα περισσότερα. Η αλαζονική συμπεριφορά, η

επίδειξη της καλοπέρασης, η προσβολή πίσω από την οθόνη, μερικά από τα αρνητικά γνωρίσματα του δημοφιλέστου μέσου κοινωνικής δικτύωσης που συναντάμε πλέον καθημερινά.

Αυτό που εμένα προσωπικά με έχει στεναχωρήσει στο Facebook, είναι η ευκολία που έχει κάποιος στο να ξεκόβει από ανθρώπους, στο να ξεφεύγει την ευθύνη της ανθρώπινης επαφής.

Δεν έχουμε τη δύναμη να κοπάζουμε τον άλλο στα μάτια και να εκφράσουμε αυτά που αισθανόμαστε και θέλουμε. Πλέον, έχουμε το μπλοκάρισμα και ξεμπερδεύουμε, γλιτώνουμε την ευθύνη που έχει η κοινωνική συναναστροφή με άλλους ανθρώπους. Μαθαίνουμε να <<πετάμε>> εύκολα οπδήποτε δε μας αρέσει, διαγράφουμε, πατάμε ένα κουμπί και αυτό ήταν. Τελίως... τον εξαφανίσαμε τον άλλο άνθρωπο μία και καλή. Δεν υπάρχει η συγγνώμη, η ευθύτητα, η ειλικρίνεια, η υπομονή, η αλληλοκατανόηση. Όχι... με ένα κουμπί έχεις ξεμπερδέψει. Διαγράφεις και συνεχίζεις να ζεις τη ζωή σου κανονικά..

Το Facebook –αν αξιοποιηθεί σωστά- μπορεί να αποταλέσει ένα σπουδαίο εργαλείο γνώσης, γόνιμης και ωφέλιμης διαφωνίας και συζήτησης, ένα εργαλείο για επικοινωνία με άλλους ανθρώπους. Είναι λάθος όμως να αξιοποιείται για την κάλυψη της ανθρώπινης επικοινωνίας ή την αποφυγή των ευθυνών μας απέναντι σε ανθρώπους με τους οποίους συνδεόμαστε με οποιοδήποτε τρόπο.

Μαρία Σκαμπαρδώνη

Ο Σπινόζα και η αναζήτηση του Θεού

Ο Βενέδικτος (Μπαρούχ) ντε Σπινόζα ήταν Ισπανοεβραϊός φιλόσοφος που έζησε στην Ολλανδία. Σαν φιλόσοφος ασχολήθηκε με ζητήματα θεολογικής φύσης, με τον Θεό και με τον άνθρωπο ως μέρος του σύμπαντος. Κυνηγήθηκε για τις θρησκευτικές του απόψεις όσο λίγοι άλλοι, θεωρήθηκε αιρετικός και τελικά αφορίστηκε από τους ομόθρησκους του Εβραίους.

Για τον Σπινόζα, ο Θεός βρίσκεται μέσα στην ίδια τη φύση, στην πλάση που Αυτός δημιούργησε. Ο Θεός μπορεί να ταυτιστεί με το σύμπαν. Ακόμα, το σύμπαν, συνεπώς όλα τα δημιουργήματα, χαρακτηρίζεται από δύο ιδιότητες, τη σκέψη και την έκταση. Η ζωή του σε προσωπικό επίπεδο δεν υπήρξε καθόλου εύκολη, αφού κυνηγήθηκε και αντιμετώπισε πολλές δυσκολίες. Σε επίπεδο θεολογικό ο Σπινόζα θεωρήθηκε από κάποιους ως αθεϊστής και από κάποιους άλλους ως πανθειστής.

Ο Σπινόζα διέθετε μεγάλη ικανότητα στις γλώσσες. Ως μητρική γλώσσα είχε τα ισπανικά, ήταν όμως αυθεντία στα εβραϊκά και γνώριζε ολλανδικά, πορτογαλικά και γαλλικά. Η γλώσσα όμως στην οποία άφησε μεγάλο πλούτο σκέψης και επιχειρηματολογίας ήταν τα λατινικά.

Στην προσωπική ζωή του, ο Σπινόζα απέρριψε για τον εαυτό του τον γάμο, με την αιτιολογία ότι ήταν απειλή για τα ακαδημαϊκά του ενδιαφέροντα. Ωστόσο, είναι ο μοναδικός μεγάλος φιλόσοφος που έγραψε με διορατι-



κότητα για το ζήτημα της ζήλειας ανάμεσα στα δύο φύλα, στην «Ηθική», όπου οι παρατηρήσεις του δείχνουν εξοικείωση με αυτό το συναίσθημα.

Σπουδαιότερο έργο του Σπινόζα θεωρείται η «Ηθική», ένα έργο πυκνό και δύσκολο. Άλλο σημαντικό έργο του Σπινόζα είναι η «Σύντομη πραγματεία περί του Θεού, του ανθρώπου και της ευημερίας του». Πολλοί σπουδαίοι άντρες, φιλόσοφοι και συγγραφείς, όπως ο Γκαίτε,

θαύμαζαν τον Σπινόζα για το έργο του.

Στην εποχή μας, η αναζήτηση του Θεού, της ανώτερης δύναμης, έχει γίνει υπόθεση προσωπική. Υπάρχει όμως χώρος για τη θεολογία στο σύγχρονο κόσμο; Απασχολεί ο Θεός τον σύγχρονο άνθρωπο; Η απάντηση δεν είναι εύκολη. Οι τεχνολογικές εξελίξεις στον κόσμο μας είναι ραγδαίες. Πολλά αδύνατα μέχρι σήμερα πράγματα γίνονται δυνατό. Αναρωτιόμαστε όμως για τον Θεό, όπως ο Σπινόζα κάποτε; Μήπως οι οικονομικές κρίσεις και δυσκολίες μας απομακρύνουν άραγε από την αναζήτηση του Θεού; Ο Θεός, η Θεία δύναμη, είναι κάτι που ο κάθε άνθρωπος το αντιλαμβάνεται αλλιώς. Υπάρχει όμως μέσα στον άνθρωπο η ανάγκη για την αναζήτηση του Θεού. Υπάρχει η ανάγκη να μην εξαντληθεί ο κόσμος στη μικρή μας ύπαρξη.

Ευτυχία Καππάτου



Η έκδοση αυτού του φύλλου της εφημερίδας μας γίνεται με την ευγενή χορηγία της Εταιρείας Roche Hellas

ΓΙΝΕ ΜΕΛΟΣ

Σύλλογος Φίλων Περιθαλπομένων Νοσοκομείου "Η Σωτηρία"

Νοσοκομείο Νοσημάτων

Θώρακος Αθηνών "Η ΣΩΤΗΡΙΑ"

site: www.sylfilon.gr

ΔΩΡΕΕΣ

Για την οικονομική ενίσχυση του Συλλόγου μας **Ευχαριστούμε θερμά τον:**

Ιωάννη Δώδο, Ιωάννη Μπελούση, Κατερίνα Πουρνάρα και Νικόλαο Τζιγκουρά.

Ευχαριστούμε θερμά για δωρεά αντί στεφάνου τους: Κατερίνα Αγγέλη, Πέτρο Γαρζώνη, Μαρία Διακάκη, Δημήτρη Ζέρβα

Φωτεινή Κορμπάκη, Αναστασία Κωνσταντακόκη, Βάσω Λεπενιώτη, Νόνα Μπετίνη, Δήμητρα Νταλαμάγκου, Χαρα Παπαζήση, Ματίνα Σπυράτου, Ντίνα Τζιούνη και Βάγια Τασούλα στη μνήμη της Αθηνάς Δούσου και Οικ.Πέτρου Γαρζώνη στη μνήμη του Γιώργου Παπαφιλιππου.

Λογαριασμός τραπεζής για κατάθεση δωρεών:

ΤΡΑΠΕΖΑ ΠΕΙΡΑΙΩΣ: 6274-040035-006

IBAN: GR7101712740006274040035006

Σύλλογος Φίλων Περιθαλπομένων "Σοφία Σλήμαν"
Παρακαλούμε ενημερώστε μας και τηλεφωνικά για την κατάθεσή σας, ώστε να εκδίδουμε με λεπτομέρειες το παραστατικό εισπραχής.

Ώρες Λειτουργίας Γραμματείας:
Δευτέρα & Πέμπτη 11:00 - 15:00

Επι κοινωνία έν τύπῳ

Μηνιαία εφημερίδα. Εκδίδεται σε 2.500 φύλλα

Διοκτῆσι:

«Σύλλογος Φίλων Περιθαλπομένων Νοσοκομείου "Η ΣΩΤΗΡΙΑ"»

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

Εκδότης: Πέτρος Γαρζώνης.

Συντακτική Ομάδα: Μάγδα Γιαλαλή, Γιώργος Δεδούσης, Κυριακή Δημητρούλακη, Τάσος Κουλουρίδης, Νίκος Παΐσιος, Δώρα Παπαζαφείρη, Ματίνα Σπυράτου και Άρης Στρατάκος.

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

Για αυτό το τεύχος εργάστηκαν επίσης οι: Τζόνια Καππάτου, Ειρήνη Καραλέκα, Μπέση Κατσιμήτρου, Αθηνά Πέση, Σπύρος Πουρικής και Ανδρέας Σακκάς.

Οι αρθρογράφοι φέρουν πλήρως την ευθύνη των κειμένων τους

Οι διαφορετικές ιστορίες δύο στρατιωτών του Λεωνίδα που έχασαν την όρασή τους πηγαίνοντας στις Θερμοπύλες

Ο Εύρυτος και ο Αριστόδημος πήραν διαφορετικές αποφάσεις

Είναι άνοιξη του 480 π.Χ. και ο 39χρονος βασιλιάς της Περσίας και Φαραώ της Αιγύπτου, Ξέρξης Α', μόλις εισέρχεται με τη μεγάλη στρατιά του στα ελληνικά εδάφη από τα στενά του Ελληνσπόντου. Απ' όπου κι αν περνάει οδεύοντας προς την Αθήνα, σκορπιά τον τρόμο. Ποτέ ξανά οι άνθρωποι δεν είχαν ανικρίσει τόσο μεγάλο στρατό.

Ο ιστορικός Ηρόδοτος κάνει λόγο για 2.600.000 άνδρες και βοηθητικά σώματα, ωστόσο ο αριθμός φαντάζει υπερβολικός. Ο αρχαίος συγγραφέας Κτησίας ο Κνίδιος αναφέρει ότι κατήλθαν περίπου 800.000, ενώ σύγχρονοι μελετητές τους υπολογίζουν σε 70.000 - 300.000. Ακόμη και τόσοι να ήταν όμως, φαντάζουν σίγουρα αρκετοί για τα μέτρα της εποχής.

Η επιλογή της γραμμής άμυνας στο πέρασμα των Θερμοπυλών

Ο ελληνικός στρατός από την πλευρά του κατευθύνεται προς τις Θερμοπύλες με 300 επίλεκτους οπλίτες υπό τον βασιλιά της Σπάρτης, Λεωνίδα. Στην πορεία θα προστεθούν 1.000 Φωκείς, 700 Θεσπιείς, 400 Θηβαίοι, Τεγεάτες, Κορινθιοί, Μαντινέοι, Μυκηναίοι, εἰλωτες και αρκετοί ακόμη σύμμαχοι, συνολικά περίπου 7.000 άνδρες. Η ιστορία όμως έχει επικεντρωθεί στους 300 θρυλικούς Σπαρτιάτες τους οποίους διάλεξε ο Λεωνίδας με κριτήριο την αστείρευτη μαχητικότητα που τους διέκρινε και το γεγονός ότι άπαντες είχαν αποκτήσει γιους, προκειμένου να συνεχιστεί το γένος τους στην περίπτωση που σκοτώνονταν.

Στόχος του Λεωνίδα είναι να στηθεί η γραμμή άμυνας στο στενό πέρασμα κατά μήκος των ακτών του Μαλιακού κόλπου απ' όπου μπορούσε να περνά μονάχα ένα άρμα τη φορά προκειμένου να μετριάσει σημαντικά η αριθμητική υπεροχή του αντιπάλου. Παρεμπιπτόντως σήμερα το πέρασμα αυτό έχει πάψει να βρίσκεται κοντά στη θάλασσα, αλλά έχει μετακινηθεί μερικά χιλιόμετρα πιο μέσα λόγω των προσχώσεων του Σπερχειού ποταμού. Επί της ουσίας πρόκειται πλέον για το σημείο απ' το οποίο αγναντεύει την περιοχή το επιβλητικό άγαλμα του Λεωνίδα.

Πώς οι 300 έγιναν 299 λόγω ασθένειας

Από τους 300 επίλεκτους Σπαρτιάτες, οι δύο θα προσβληθούν κατά τη διάρκεια της πολυήμερης πορείας προς τις Θερμοπύλες από οφθαλμία, μια πολύ σοβαρή ασθένεια που δημιουργεί φλεγμονή στο μάτι και οδηγεί τον πάσχοντα στην τύφλωση. Ο Λεωνίδας που βλέπτε την κατάστασή τους, δίνει διαταγή να επιστρέψουν άμεσα εάν το επιθυμούν στη Σπάρτη, καθώς ήταν εμφανώς ανήμποροι να συνδράμουν στη μάχη που θα ακολουθούσε.

Ο μεγάλος ιστορικός και περιηγητής, Ηρόδοτος, μας έχει παραδώσει και ονόματα των στρατιωτών που αρρώστησαν: ήταν Αριστόδημος και Εύρυτος. Ο πρώτος, υποφέροντας από τους πόνους, επιστρέφει στην πατρίδα. Ο Εύρυτος όμως σφίγγει τα δόντια και δηλώνει ότι θα συνεχίσει όσο και όπως μπορεί. Από μικρός είχε εκπαιδευτεί για να ρίχνεται στη μάχη και τώρα που του δινόταν η ευκαιρία δεν ήθελε να τη χάσει.

Η αδυσώπητη μάχη

Όταν η στρατιά του Ξέρξη φθάνει στις Θερμοπύλες και αντικρίζει τους λιγοστούς Έλληνες, ζητά την άμεση παράδοση των όπλων τους, καθώς η οποιαδήποτε σύγκρουση θα ήταν ανώφελη και το αποτέλεσμα προδικασμένο. Εκείνοι όμως όχι απλώς μειοδούν, αλλά του απαντούν και σκωπτικά «μολών λαβέ» («έλα να τα πάρεις»). Η αδυσώπητη μάχη ξεκινά στις 7 Αυγούστου ή στις 8 Σεπτεμβρίου του 480 π.Χ. (οι ιστορικές πηγές δίστανται ως προς την ακριβή ημερομηνία).

Οι εισβολείς διαπιστώνουν σύντομα πως αδυνατούν να πολεμήσουν όλοι μαζί στο στενό. Όσοι το επιχειρούν πέφτουν με μιας νεκροί. Λέγεται ότι την πρώτη ημέρα της μάχης ο Ξέρξης, βλέποντας τον ελληνικό συμμαχικό στρατό να πετσοκόβει τους Μήδους, σηκώθηκε προβληματισμένος τρεις φορές από τον θρόνο που είχε στήσει σε απόσταση ασφαλείας προκειμένου να παρακολουθεί τα τεκταινόμενα. Οι Σπαρτιάτες έκαναν ότι υποχώρουν, οι Πέρσες παρασύρονταν μπαινοβγαίνοντας στα στενά και το αποτέλεσμα ήταν να σκοτώνονται κατά εκατοντάδες το πρώτο εικοσιπεντάωρο.

Ο Εφιάλτης προδίδει το άγνωστο μονοπάτι

Τη δεύτερη μέρα το σκηνικό επαναλαμβάνεται και ο Ξέρξης αναγκάζεται να προβεί σε προσωρινή υποχώρηση αντιλαμβανόμενος ότι εάν συνεχι-



σται αυτή η κατάσταση θα χάσει τον στρατό του πριν φτάσει στην Αθήνα. Αποσύρεται στη σκηνή προκειμένου να συσχεφθεί με τους στρατηγούς. Από τη δύσκολη θέση θα τον βγάλει ο Εφιάλτης, ένας ντόπιος που γνώριζε καλά την περιοχή. Έναντι αμοιβής υποδεικνύει στον εχθρό τον τρόπο προκειμένου να βρεθεί στα νύχτα των Ελλήνων από άλλο δρόμο, πίσω από το όρος Καλλίδρομο. Για την επιλογή του αυτή θα περάσει πολύ σύντομα τόσο στην ελληνική όσο και στην παγκόσμια ιστορία ως το πρότυπο του προδότη.

Ξημερώματα της τρίτης ημέρας, κι αφού όλη τη νύχτα οι καλύτερα εκπαιδευμένοι φρουροί των Περσών, γνωστοί και ως «Αθάνατοι», ακολουθούσαν το άγνωστο σε αυτούς μονοπάτι από το οποίο τους είχε οδηγήσει ο Εφιάλτης, χτυπούν τους περικυκλωμένους πλέον Έλληνες που γρήγορα θα υποστούν σημαντικές απώλειες. Ο Λεωνίδας διατάζει τους οπλίτες των συμμαχικών ελληνικών πόλεων να υποχωρήσουν, προκειμένου να φτιάξουν νοτιότερα μια νέα, ισχυρότερη γραμμή άμυνας. Έτσι θα παραμείνουν για να να δώσουν την ύστατη μάχη οι 300 του Λεωνίδα (για την ακρίβεια 299 από τη στιγμή που αποχώρησε ο Αριστόδημος) μαζί με

τους άνδρες των τοπικών περιοχών, δηλαδή τους 700 Θεσπιείς και τους 400 Θηβαίους.

Ο Εύρυτος πολεμά βλέποντας μόνο σκιές

Ο σχεδόν τυφλός Εύρυτος μαθαίνοντας για την κυκλική κίνηση των Περσών, ζητά από τον εἰλωτα που είχε μαζί να ετοιμάσει την πανοπλία και να τον οδηγήσει στη «φωτιά» του πολέμου. Πράγματι ο δούλος τον πηγαίνει στο πεδίο της μάχης και μόλις του αφήνει το χέρι, αποχωρεί βιαστικά. Διακρίνοντας μονάχα σκιές που έρχονταν κατά πάνω του, ο Εύρυτος πολέμησε γενναία αφηφώντας τον θάνατο. Αν και είχε την ευκαιρία να γλιτώσει, δεν το έπραξε. Ήθελε να υπερασπιστεί τα ιδανικά με τα οποία γαλουχήθηκε, αφήνοντας την τελευταία πνοή δίπλα στον βασιλιά του όπως και οι υπόλοιποι Σπαρτιάτες συμπολεμιστές.

Ο Αριστόδημος ζει μέσα στην περιφρόνηση

Τι απέγινε όμως ο Αριστόδημος που επέστρεψε πίσω εξαιτίας του οφθαλμολογικού προβλήματος και δεν πολέμησε; Ο Ηρόδοτος αναφέρει στο βιβλίο Ζ' («Πολύμνια») πως «ο Αριστόδημος, καθώς του έλειπε το κουράγιο, έσωσε τη ζωή του. Τώρα, και στην περίπτωση που μόνο εκείνος θα 'νιωθε πονόματο και θα γύριζε πίσω στη Σπάρτη, ή στην περίπτωση που και οι δυο τους (σ.σ. αυτός και ο Εύρυτος) θα μεταφέρονταν εκεί,

έχω τη γνώμη πως οι Σπαρτιάτες δε θα εκδήλωναν καμιά οργή εναντίον τους: τώρα όμως που ο ένας τους σκοτώθηκε, ενώ ο άλλος, έχοντας τον ίδιο λόγο απαλλαγής δεν προτίμησε να πεθάνει, δε γινόταν παρά ν' αφήσουν να ξεσπάσει σφοδρή η οργή τους στον Αριστόδημο».

Πώς ξέπλυνε τελικά την ντροπή

Ο ιστορικός αναφέρει ότι ο Αριστόδημος ζούσε μέσα στη ντροπή και την περιφρόνηση. Κανένας Σπαρτιάτης δεν του έδινε ν' ανάψει απ' τη φωτιά του, ούτε κουβέντιαζε μαζί του. Όπου κι αν πήγαινε, τον συνόδευε ο εμπαιγμός, καθώς του έβγαλαν τ' όνομα «Αριστόδημος ο Κιοιτής», αυτός δηλαδή που κιοτεύει, δειλιάζει μπροστά στον κίνδυνο. Έναν χρόνο αργότερα όμως, τον Αύγουστο του 479 π.Χ. «ξέπλυνε από πάνω τη μομφή που του φόρτωσαν και ξανακέρδισε την τιμή του» όπως αναφέρει χαρακτηριστικά ο Ηρόδοτος καθώς παρά το γεγονός ότι το πρόβλημα όρασης δεν είχε αποκατασταθεί, έλαβε μέρος κατά τη δεύτερη περσική εισβολή στη νικηφόρα μάχη των Πλαταιών και πολέμησε γενναία.

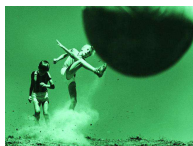
Τέλος, ο αρχαίος ιστορικός αναφέρει πως κι ένας ακόμη από τους 300 του Λεωνίδα επέζησε, επειδή είχε σταλεί αγγελιοφόρος στη Θεσσαλία. Κατά τον Ηρόδοτο το όνομά του ήταν Πανίτης. Ωστόσο, «με το που γύρισε κι αυτός στη Σπάρτη, έπεσε σε ανυποληψία και γι' αυτό κρεμάστηκε».

Γεώργιος Σαρρής

* Ο Γεώργιος Σαρρής είναι δημοσιογράφος - μέλος της ΕΣΗΕΑ, τιμηθείς από τον Πρόεδρο της Δημοκρατίας με το Βραβείο Αθ. Μπότση για την αντικειμενική και με πληρότητα παρουσίαση ιστορικών πολιτικών θεμάτων.

<https://www.newsbeast.gr/greece/arthro/6296678/oi-diaforetik-es-istories-dyo-stratioton-toy-leonida-poy-echasan-tin-orasi-toys-pigainontas-stis-thermopyles>

Ποιος είν' ο αιώνας μου; Τα χρόνια
κ' οι μέρες κ' οι μικρές στιγμές τον ετυλίξανε.
Με τα μικρά τους δάχτυλα τον πνίξανε.
Μ' αλαλαγμούς και τύμπανα έκπρωτο τον εκηρύξανε.
Φύγε από μπρός μας, του φωνάζαν.



Τα κοτρώνια τα μπούχτισε -καιρός της ήταν- η ιστορία.
Φύγε από μπρός μας για να μείνει αιώνας
Πέρα απ' τον άχαρο όγκο σου η δική μας παρουσία.



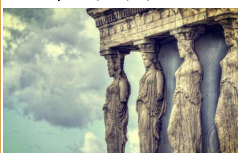
Παρήλθε η ώρα των μεγάλων διαστημάτων,
παρήλθε η ώρα των αιώνων.
Δε σε χωράει, ωκεανέ μου, η χώρα των υδάτων,
την πλημμυρίσανε οι ζωές των άπειρων σταγόνων,
που πήρανε συνείδηση κι απ' την αφάνεια
και τη δουλειά σκαρφάλωσαν στην επιφάνεια.
Με ιδιαίτερη ημερομηνία προβάλλει η κάθε μια
σταγόνα.
Δε σε χρειαζόμαστε, φύγε από μπρος μας, αιώνα !

Σαν το μελίσσι βουίζουσε
στης ιστορίας τα ορθάνοιχτα τ' αυτιά
τα γεγονότα και τα ονόματα. Στριγγλίζουσε
και σκούζουσε τόσο δυνατότερα, όσο πιο μικρά.
Τ' ακούει ο αιώνας και βογγάει
Μέσ' στο κλουβί του σα λιοντάρι.
Δε θέλει ούτε τροφή απ' το χέρι τους να πάρει.
Κι η λεπτομέρεια το κουτό του πείσμα περγελάει.



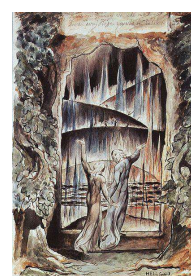
Ποιος είν' ο αιώνας μου; Τα χρόνια
κ' οι μέρες κ' οι μικρές στιγμές τον ετυλίξανε.
Με τα μικρά τους δάχτυλα τον πνίξανε
και διαλαλούν: ο θάνατός σου ζωή μας αιώνα !
Δεν έχει ο χρόνος πια καιρό να περιμένει.
Το βάδισμα του αιώνα αργό κ' η ανάσα του μεγάλη.
Και μεσ' στο χρόνο που προτρέχει, διαβαίνει αόρατη
η ψυχή του Αιώνα σα μια Ξένη με πένθιμα ντυμένο
το κεφάλι.

Δεν έχει ο χρόνος πια καιρό να χάνει
και την κατάργηση του αιώνα τη διάρκειά.
Το κάθε μόριο χρόνου έχει κι' αυτάρκεια
κι' αφεντικό πια πάνου απ' το κεφάλι του δε βάνει.
Του αιώνα μου ποιος είναι ο Γαλιλαίος;
Χιλιάδες εφευρέτες, μύστες και σοφοί
στριμώχνονται γύρω απ' την κάθε μια στιγμή,
δεν πέρασεφω όμως καμιά φράση, που με δέος
να την προφέρει ο κόσμος και που θάταν χρέος



ενός αιώνα ολόκληρου να την καταχωρήσει
με γράμματα εκατό χρονών.
Δεν πέρασεφω μια ρήση
τόσο βαρεία που τα δεσμά της γης να λύσει
και για μοχλό διαλέγοντας τα βάθη αιώνων-
σκοτεινών τη γη να την κινήσει !

Πυκνώσαν τόσο πια του χρόνου οι ώρες
που λείψανε τα χάσματα και οι άδειες χώρες.
Και δεν υπάρχει τόπος για μια πτώση
και μια μεγάλη καταδίκη,
που στ' άκουσμα της αιώνα ολόκληρου το νου
να ζώσει θανάτου φρίκη.
Σε μια στιγμή χιλιάδες σήμερα σκοτώνονται
κ' είν' ελαφρότερες απ' τον αέρα οι ζωές που σώνονται.
Κανένας θάνατος δεν έχει βάρος.
Δεν έχει ανάγκη από έναν αιώνα ο Χάρος
για να πιστέψει ότι την πήρε του ήρωα την ψυχή.
Σήμερα ο θάνατος είναι μονάχα μια αμυχή
στο πρόσωπο του χρόνου.
Δεν έχει ανάγκη από έναν αιώνα ο ερχομός του πόνου.
Τα μαύρα προμηνύματα που απ' τον πατέρα
φτάνανε στο γιό, στ' αγγόνια, δε βρίσκουν τόπο για
ν' απλώσουν. Τα λιγότερα χρόνια,
τον πλημμυρήσανε τον αιώνα μου σαν κύματα
και βούλιαξε η μεγάλη αναμονή στην άμμο.



Δεν ξέρω τον αιώνα μου τι να τον κάμω.
Σε ποιον ανήκει; Ποιος τον γράφει;
Ποιανών οι τάφοι τον ξεχωρίζουν από αιώνες άλλους;
Τα ονόματα και τα έργα δεν τον χρειάζονται.
Περσεύουνε οι διαστάσεις του και για τους πιο μεγάλους
νεκρούς. Κι οι ερωτευμένοι ακόμα βιάζονται.
Ποιος έρωσ είναι ωσάν του Δάντη ή του Αβελάρδου;
Ακόμα κι η φωνή των ποιητών
δεν έχει την υπομονή του μεγαλόπνοου βάρδου.

Κανένας πόλεμος δεν είναι πια εκατό χρόνων.
Τα ονόματα και τα έργα δεν τον χρειάζονται
τον αιώνα μου. Τι να τον κάμω;
Σαν το λιοντάρι, που βαρεία 'ναι λαβωμένο, χάμω
κυλιέται ο αιώνας μου και δεν τον σκιάζονται,
τον περιπαίζουν τα παιδιά και οι ώρες
και τον βαρούν του χρόνου οι πιο φιλές βροχές και μπόρες.

Τα ονόματα και τα έργα δεν τον χρειάζονται
τον αιώνα μου. Ποιος ξέρει...
Με τ' όνομά του ίσως να μείνουν ενωμένες
και ίσως να μείνουν στηριγμένες
στ' αχρηστευμένο του το χέρι
των άδοξων και των ανώνυμων οι ζωές,
των άγραφων σελίδων
και των χαμένων των ελπίδων
οι αθόρυβες ψυχές... οι μόνες
που έχουν ακόμα ανάγκη απ' τους αιώνες,
γιατί είναι οι μόνες που δεν είναι βιαστικές...!



Απλόι Φθόγγοι σε στίχους – 1939

Αίμος Αυρήλιος / Π. Κανελλόπουλος:

Κοινωνιολόγος, συγγραφέας, ακαδημαϊκός. Αρνήθηκε το ανώτατο αξίωμα του Προέδρου της Δημοκρατίας για να μπορεί ελεύθερα να λέει την αλήθεια στον Ελληνικό λαό, για τα της πολιτείας.

Έγραψε τη μοναδική «Ιστορία του Ευρωπαϊκού Πνεύματος», «Οι Πέντε Αθηναϊκοί Διάλογοι», «Γεννήθηκα στα 1402», «Από τον Μαραθώνα στην Πύδνα», «Ο Χριστιανισμός και η εποχή μας», «Το τέλος του Ζαρατούστρα», «Ο 20ος αιώνας-Η πάλη μεταξύ Ανθρωπισμού και Απανθρωπίας», «Ο Μάρξ», «Η κοινωνία της εποχής μας», «Μεταφυσικής προλεγόμενα», «Το ημερολόγιο», «Θα σας πω την αλήθεια», «Τα Δοκίμια και τα Κείμενα», «Τα χρόνια του μεγάλου πολέμου», Θεατρικό «Ολιβερ Κρόμβελ», «Ο κύκλος των σονέτων», «Απλόι φθόγγοι σε στίχους».

Προσωπικότητες: Βιβλίο & Ζωή 1ο σ.14 www.elbi.gr
Ανθρωποκεντρικός Πολιτισμός: Προσωπικότητες



Μπορεί η σωματική άσκηση να βελτιώσει τη μαθησιακή απόδοση του παιδιού σας;



Πολλοί άνθρωποι υποτιμούν τη σημασία της σωματικής δραστηριότητας στην ανάπτυξη ενός παιδιού. Σύμφωνα με μελέτες, οι μαθητές που λαμβάνουν κανονική σωματική άσκηση αποδίδουν καλύτερα στα εξεταστικά δοκίμια.

Τα οφέλη της άσκησης συχνά περιλαμβάνουν καλύτερη προσοχή, διατήρηση μνήμης, απόδοση σε τυποποιημένες ακαδημαϊκές δοκιμές, δεξιότητες επίλυσης προβλημάτων, βελτιωμένο χρόνο αντίδρασης, δημιουργική σκέψη και πολλά άλλα. Και αυτό ισχύει και για τους φοιτητές.

Είναι λάθος αν πιστεύετε ότι η ακαδημαϊκή επίδοση του παιδιού σας βασίζεται αποκλειστικά στον αριθμό των ωρών που μελετά. Η καλή ακαδημαϊκή απόδοση είναι αποτέλεσμα πολλών παραγόντων.

Η σωματική δραστηριότητα και η υγεία μπορούν στην πραγματικότητα να ενισχύσουν την ικανότητα του ατόμου να μάθει. Σύμφωνα με την Εθνική Ιατρική Ακαδημία, η άσκηση μπορεί να βελτιώσει σημαντικά τις γνωστικές ικανότητες, την υγεία και τις ακαδημαϊκές επιδόσεις του παιδιού.

Παράγοντες που επηρεάζουν την ακαδημαϊκή απόδοση ενός παιδιού

Εκτός από το επίπεδο IQ, οι ψυχολογικοί, οι κοινωνικοί, οι οικονομικοί, οι προσωπικοί και οι περιβαλλοντικοί παράγοντες παίζουν ρόλο στην εκπαίδευση. Οι συνέπειες αυτών των παραγόντων διαφέρουν από άτομο σε άτομο και ακόμη και από χώρα σε χώρα! Μερικά από αυτά τα στοιχεία είναι:

- Ακαδημαϊκή και σχολική προσκόλληση
- Υποστήριξη και διδασκαλία του δασκάλου
- Ψυχική υγεία
- Διαφορά φύλου
- Οικογενειακό εκπαιδευτικό υπόβαθρο
- Συμμετοχή γονέων
- Κοινωνικοοικονομικοί παράγοντες

Πώς η άσκηση επηρεάζει την ακαδημαϊκή απόδοση;

Μελέτες δείχνουν ότι τα παιδιά που λαμβάνουν επαρκή άσκηση και είναι ενεργά καθημερινά τείνουν να έχουν τα ακόλουθα χαρακτηριστικά σε σύγκριση με τα λιγότερο ενεργά παιδιά:

- Περισσότερη προσοχή
- Καλύτερη διατήρηση μνήμης
- Καλύτερη καρδιαγγειακή λειτουργία
- Καλύτερη μεταβολική λειτουργία
- Βελτιωμένη υγεία των οστών
- Καλύτερες δεξιότητες επίλυσης προβλημάτων

• Καλύτερη απόδοση σε τυποποιημένες ακαδημαϊκές εξετάσεις

• Άμεση και μακροπρόθεσμη βελτίωση της ακαδημαϊκής επίδοσης

• Καλύτερος χρόνος αντίδρασης και δημιουργική σκέψη

• Αυξημένες θετικές διαθέσεις

Πόσο άσκηση πρέπει να κάνουν οι μαθητές;

Τα παιδιά ηλικίας μεταξύ 6 και 17 ετών θα πρέπει να έχουν τουλάχιστον 60 λεπτά φυσικής αερόβιας άσκησης καθημερινά και οι ενήλικες ηλικίας μεταξύ 18 και 64 ετών να λαμβάνουν καθημερινά τουλάχιστον 30 λεπτά σωματικής άσκησης.

Πιστεύεται ότι τα οφέλη της άσκησης κατά τη διάρκεια της σχολικής ημέρας υπερβαίνουν τα οφέλη που προέρχονται από την αύξηση του χρόνου παραμονής στην τάξη. Επιπλέον, τα μεγαλύτερα γνωστικά οφέλη από τη σωματική αγωγή έχουν παρατηρηθεί όταν η φυσική αγωγή δόθηκε είτε στο πρώτο ήμισυ της ημέρας ή το μεσημέρι και όχι στο τέλος της ημέρας.

Προκειμένου να κινηθούν τα παιδιά, τα σχολεία πρέπει να προωθήσουν μέτρα. Η σωματική δραστηριότητα δεν πρέπει να θεωρείται ως μια διατεθειμένη επιλογή αλλά ως βασικό εκπαιδευτικό μέλημα.

Οι μαθητές του κολεγίου επωφελούνται από την άσκηση;

Τα οφέλη της άσκησης όσον αφορά τις ακαδημαϊκές επιδόσεις ισχύουν επίσης για τους φοιτητές. Η φυσική αγωγή δεν αποτελεί μέρος των περισσότερων πανεπιστημίων στις ΗΠΑ, αλλά ένας αυξανόμενος αριθμός σχολών σε όλο τον κόσμο την εισάγουν στο πρόγραμμα σπουδών για να κάνουν τους νέους πιο δραστήριους.

Σύμφωνα με πρόσφατη μελέτη, μόνο μία ώρα άσκησης κάθε εβδομάδα μπορεί να επιφέρει μεγάλες αλλαγές. Η μελέτη περιελάμβανε την εξέταση των συνηθειών 21.000 φοιτητών. Διαπίστωσαν ότι μία ώρα άσκησης την εβδομάδα αύξησε τη συνολική ΣΔΣ κατά 0,06 μονάδες. Σε φοιτητές που δεν ασκήθηκαν καθόλου και στη συνέχεια άρχισαν να ασκούνται για 3 ώρες την εβδομάδα, η ΣΔΣ αυξήθηκε κατά 0,18.

Η τακτική άσκηση είναι ζωτικής σημασίας για τη διατήρηση ενός υγιούς σώματος. Ένα υγιές σώμα, με τη σειρά του, θα διατηρήσει τις πνευματικές ικανότητες των παιδιών σας ισχυρές.

<https://www.cretalive.gr/ygeia/mporei-i-somatiki-askisi-na-beltiosei-tin-mathisiaki-apodosi-toy-paidioug-sas>

Δόσεις μελαγχολίας

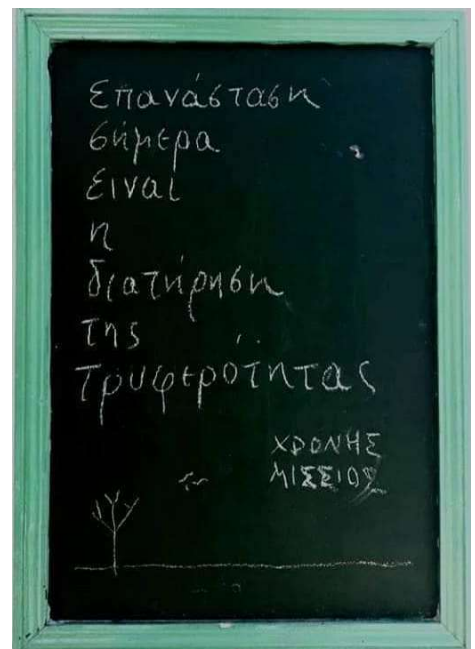
Μη χάνεσαι,
άσε το γέλιο σου να σε πάει,
όπου χρειάζεται, η αλήθεια ξεσπάει και
φωνάζει..

Μη χάνεσαι,
σε ότι σε πνίγει και βρίσκει,
πάντα το άσχημο, τον κόσμο σου να ζωγραφίζει..

βρες κάτι, βαλ' το δικό σου σημάδι,
στο σώμα, στο άδειο σου το μαξιλάρι..
βρες κάτι, αληθινά αγάπησε το, κ' αν κάτι,
αν κάτι σε χαλάει, σαν καπνό μακριά φύσηξε το..

Μην χάνεσαι,
μες τους λυγμούς της ανίας,
είναι ωραίες κ' οι δόσεις μελαγχολίας..
Μη χάνεσαι,
άσε τα μάπα σου κ' αυτά θα σου δείξουν,
πως στον παράδεισο, μόνο οι άγγελοι, μπορούν να σε ριξουν.

Άννα Πάλτσου



Ποίημα



Τα δάκρυα με ξεχάσανε
Οι πέτρες μου μιλήσανε
Το ποτάμι αίμα που κύλησε
Και πριν προλάβω να στρέψω πίσω
Να σε δω

Είχες γίνει στήλη άλατος
Τάσος Κουλουρίδης

Επισκεφθείτε

το νέο Site του Συλλόγου μας
<http://www.sylfilon.gr>

- ⇒ Ενημερωθείτε για τους σκοπούς του.
- ⇒ Δείτε τις Ανακοινώσεις και τα Νέα του.
- ⇒ Συμμετέχετε στις δραστηριότητές του.
- ⇒ Διαβάστε όλα τα φύλλα της εφημερίδας
"Επι Κοινωνία εν Τύπω".
- ⇒ Μελετήστε το καταστατικό του.
- ⇒ Επικοινωνήστε μαζί μας.



ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΦΙΛΩΝ ΠΕΡΙΘΑΛΠΟΜΕΝΩΝ
ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟΥ 'Η ΣΩΤΗΡΙΑ'

Εγγραφή στο Newsletter | Επικοινωνία

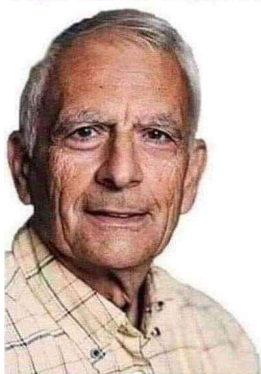
Αναζήτηση...

Αναζήτηση

Τα νέα μας Ταυτότητα Το έργο μας Εκδηλώσεις Στήριξέ μας



Η ΔΟΥΛΕΙΑ ΤΟΥ ΝΟΣΗΛΕΥΤΗ ΕΙΝΑΙ ΜΙΑ ΔΟΥΛΕΙΑ ΧΩΡΙΣ ΑΓΧΟΣ ΚΑΙ ΣΤΡΕΣ



ΜΙΧΑΛΗΣ, 28 ΕΤΩΝ



Ανακοίνωση

Λόγω πανδημίας κορωνοϊού και εκτάκτων συνθηκών του Νοσοκομείου μας αναστέλλεται η έντυπη έκδοση της εφημερίδας μας. Η "Επί Κοινωνία εν Τύπω", μέχρι νεωτέρας, θα κυκλοφορεί ηλεκτρονικά και μπορείτε να τη διαβάζετε μέσα από το Site του Συλλόγου μας: www.sylfilon.gr.

Μέσα από το ίδιο site μπορείτε να εγγραφείτε στο **News letter** (πάνω δεξιά) ώστε να λαμβάνετε ηλεκτρονικά την εφημερίδα μας και ειδοποιήσεις για τις δραστηριότητες του Συλλόγου μας.

Η έντυπη μορφή της εφημερίδας μας (όταν επιτραπεί) κυκλοφορεί και διανέμεται δωρεάν μέσα στο Νοσοκομείο και ταχυδρομείται μόνο στα ταμειακώς εντάξει μέλη του Συλλόγου.

Αν επιθυμείτε να γίνετε **μέλος του Συλλόγου** μας μπορείτε να το κάνετε και ηλεκτρονικά μέσα από το Site (κάτω αριστερά) συμπληρώνοντας τη σχετική αίτηση ή δια ζώσης στα γραφεία του Συλλόγου Δευτέρα και Πέμπτη 11:00 - 15:00, τηλ. 2107763638.

Η ετήσια συνδρομή είναι 15 ευρώ και η εγγραφή 6 ευρώ εφάπαξ.

Με φιλικούς χαιρετισμούς
Σύλλογος Φίλων Περιθαλπομένων Νοσοκομείου «Η Σωτηρία»

Ανακοίνωση

Λόγω των ιδιαίτερων συνθηκών και για την προστασία όλων δεν μπορούν να διοργανωθούν οι εκδηλώσεις μας που μέχρι τώρα κρατούσαν σε καλή κατάσταση τα οικονομικά του Συλλόγου μας και μπορούσαμε άνετα να καλύπτουμε ανάγκες περιθαλπομένων του Νοσοκομείου μας.

Ένα από τα κυριότερα έσοδα του Συλλόγου μας και το **μοναδικό, αυτό το χρονικό διάστημα, είναι η ετήσια συνδρομή (των 15 ευρώ)** των μελών μας.

Ο Σύλλογός μας αριθμεί σήμερα 232 ενεργά μέλη. Χάρη σε σας έχουν υποστηριχτεί οικονομικά πάνω από 2.000 περιθαλπομένοι και έχουν δαπανηθεί για αυτό τον σκοπό περισσότερα από 200.000 ευρώ από την έναρξη της δράσης μας ως σήμερα!

Σας παρακαλούμε για την έγκαιρη καταβολή της συνδρομής σας, για την εξασφάλιση της σταθερότητας της παροχής οικονομικής βοήθειας σε ασθενείς που πέρα από τα προβλήματα της υγείας τους αντιμετωπίζουν σοβαρά οικονομικά προβλήματα.

Παρακαλούμε επικοινωνήστε με τη γραμματέα του Συλλόγου μας Δευτέρα και Πέμπτη 11:00 - 15:00 για να πληροφορηθείτε για τυχόν οφειλές σας.

Σας ευχαριστούμε
Τηλ. 2107763638